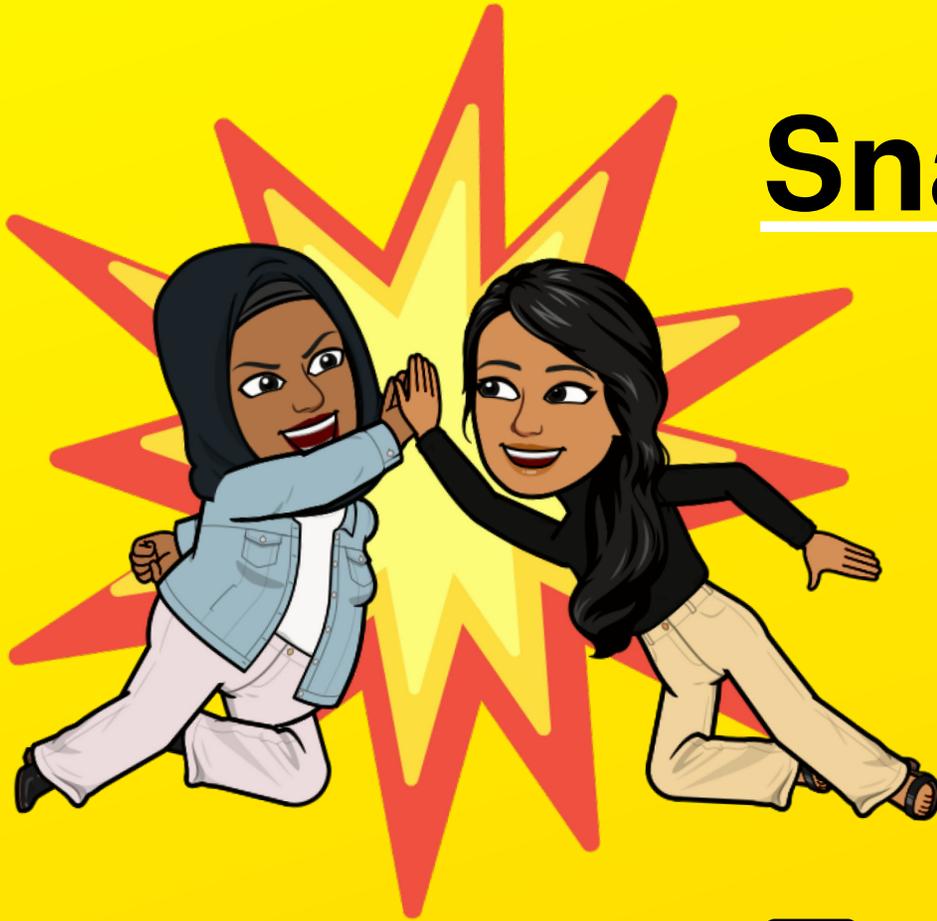




دليل أولياء الأمور لاستخدام Snapchat



ما الذي يحتوي عليه هذا الدليل؟



أفكار لبدء حوار



موارد الصحة
والسلامة



الأسئلة
المتكررة



ميزات
Snapchat

لقد أنشأنا دليل أولياء الأمور هذا بهدف تزويدك بالمزيد من المعلومات التي تمنحك القدرة أنت وأسرته على التعبير عن أنفسكم بأمان، لتعيشوا لحظات لا تنسى وتكتسبوا معلومات عن العالم من حولكم، وتستمتعوا بوقتكم معًا. ونأمل أن يساعدك في بناء حوار منفتح وصادق مع ابنك المراهق عن أنشطته على الإنترنت.

وتذكّر، نحن ندعمك وندعم ابنك المراهق.

أولياء الأمور العاملون بشركة Snap Inc.



بالإضافة إلى التحدث إلى الأصدقاء، يعتبر Snapchat وسيلة رائعة للتواصل بين أفراد العائلة، حيث يساعدك على الابتكار للتواصل بطريقة ممتعة وعفوية. وتُتيح لك هذه المنصة قضاء وقت ممتع مع أحبائك، دون حاجة للقلق بشأن قوائم المهام اليومية والتذكيرات بالأعمال المملة. بدلاً من ذلك، تُتاح لك الفرصة لترسل صورًا مضحكة وتعيش لحظات لا تنسى، دون أن يزدحم هاتفك بصور لا حاجة لها. استخدم Snapchat لالتقاط صور Snap للحيوان الأليف لدى عائلتك عندما يكون ابنك المراهق في المدرسة، أو أضف العدسات لإضحاكه.

ندرك أنه من الممكن إساءة استخدام أي تطبيق يسهّل التواصل، ولهذا السبب فإننا نُخصّص الكثير من الوقت والموارد والطاقة للحفاظ على السلامة على منصتنا، وسنواصل العمل بنفس الطريقة. ويعلم مستخدمونا من المراهقين أن سلامتهم أولوية بالنسبة إلينا، بفضل وجود خاصية الإبلاغ الشامل في التطبيق، وتعليمات التواصل الاجتماعي، فضلاً عن مجموعة كبيرة من شركاء السلامة النشطين.

رسالة من أولياء الأمور العاملين بشركة Snap Inc.

مرحبًا وليّ الأمر،

الاجتماعي، حيث تم إنشاؤه ليكون طريقة ممتعة للتواصل مع الأصدقاء المقربين، وليس الغرباء. وعلى عكس المنصات الأخرى، فإننا لا نسمح بالتعليقات من غير الأصدقاء، لأن إعداداتنا التلقائية تمكّن مستخدم Snapchat من استقبال الرسائل من الأشخاص الذين أضافهم كأصدقاء فقط.

**"لماذا يرغب ابني المراهق
في استخدام تطبيق
يُحذف الكثير من
محتواه تلقائيًا؟"**

لقد أنشأ ابنك المراهق حسابًا على Snapchat، فما هي الخطوة التالية؟ نعلم أن الشك يراودك، فلماذا قد يرغب شاب مراهق في استخدام تطبيق يُحذف محتواه تلقائيًا؟ إن منصات التواصل الاجتماعي تتطور باستمرار، ونحن ندرك أن مواكبتها قد تشكل تحديًا. ومن الطبيعي أن ترد ببالك أسئلة ومخاوف، ولكننا نأمل أن تجد في هذا الدليل يد العون التي تساعدك على اكتساب معلومات عن Snapchat، لتصبح أحد المصادر التي يتعلم منها ابنك المراهق ويستمد منها قوته.

ندرك رغبتك في ضمان توفر الحماية والمعلومات اللازمة لابنك المراهق عند استخدام تطبيقنا. إن هدفنا هو توفير مساحة للمراهقين للتعبير عن إبداعهم وعن أنفسهم بصدق، فتطبيق Snapchat يختلف عن غيره من تطبيقات التواصل



جدول المحتويات

10

كيفية التحدث إلى
ابنك المراهق عن
Snapchat

9

الموارد
الصحية

8

نصائح
مفيدة للسلامة

7

مبادئ
الخصوصية

6

أهم
الميزات

4

الأسئلة
المتكررة

3

ما هو
Snapchat؟





بصفتك ولي أمر أو معلمًا، ربما تعرف Snapchat على أنه تطبيق مراسلة وكاميرا، وهو إحدى الطرق المحدودة التي يستخدمها المراهقون في التواصل مع أصدقائهم هذه الأيام. نحن نركّز منذ البداية على مساعدة الأصدقاء الذين يعرفون بعضهم البعض على أرض الواقع على التواصل معًا في أوقات تباعدهم، وعلى الشعور بالراحة عند التعبير عن أنفسهم في الوقت الحاضر. لقد أنشأنا Snapchat ليكون وسيلة تُشعر المستخدمين بالراحة عند التعبير عن أنفسهم باستخدام الكاميرا.

ولقد تعمّدنا تصميم Snapchat بشكل مختلف عن وسائل التواصل الاجتماعي التقليدية، بطريقة تجعله أكثر أمنًا ليلائهم مجتمعنا. ونحن نشجع أولياء الأمور والشباب المراهقين على الحوار بانتظام معًا حول الاستخدام السليم لتطبيق Snapchat وغيره من المنصات، وهذا هو السبب الذي دفعنا لإنشاء هذا الدليل.

المبادئ الأولية لتطبيق Snapchat

ما هو Snapchat؟



3 ما هي معايير السلامة على Snapchat؟

يجب على جميع مستخدمي Snapchat الامتثال إلى شروط خدمة Snapchat وتعليمات التواصل الاجتماعي، التي تحظر خطاب الكراهية والتفرقة والتضليل والتنمر والتحرش ونشر المحتوى العنيف وغير ذلك. وقد خصصت شركة Snapchat فرقاً من الأشخاص لوضع هذه السياسات وتطبيقها.



لمعرفة المزيد من المعلومات عن كيفية حمايتنا لمستخدمينا، يمكنك الاطلاع على [مركز الخصوصية](#).

2 أريد معرفة المزيد عن مقاطع Snap.

تهدف مقاطع Snap إلى التواصل بسرعة وسهولة، مثل الحوار على أرض الواقع. وهذا السبب، عندما ترسل مقطع Snap إلى صديق، فإنه يُحذف تلقائيًا كالكلمات التي نطقها. نحن نؤمن بأن هذا هو ما يخلق الحوار الصادق الذي نراه على تطبيق Snapchat كل يوم.



تذكّر، رغم أننا صممنا مقاطع Snap ليتم حذفها تلقائيًا، لا يزال بإمكان صديقك أخذ لقطة شاشة أو تسجيل الشاشة أو تصويرها باستخدام جهاز آخر.

الأسئلة المتكررة

كل ما عليك هو لمس أيقونة الكاميرا لالتقاط صورة أو الضغط باستمرار لتصوير فيديو. ويمكنك إرسال الصور أو الفيديوهات، التي تسمى "مقاطع Snap"، إلى الأصدقاء، وهذه ميزة غير مُصممة لتسهيل مراسلة الغرباء. عندما تسجل كمستخدم جديد، لا يمكنك تلقائيًا استقبال رسالة من شخص لم تُضفه كصديق.

لقد أنشأنا باستخدام الكاميرا طريقة يستطيع المستخدمون من خلالها التعبير عن أنفسهم باستخدام أدوات التصميم، لأن مقطع Snap واحد يمكنه أن يوصل الكثير من المعاني التي لا يمكن للرسالة النصية استيعابها. علاوةً على ذلك، فإنك تتمتع بالحرية على Snapchat لتتصرف على طبيعتك مع أهم الأشخاص بالنسبة إليك. نقدّم لك فيما يلي بعض الإجابات على الأسئلة الأكثر تكرارًا:

1 كيف يعمل التطبيق؟

بعد تسجيلك كمستخدم جديد للحصول على حساب وإنشاء Bitmoji لك، يحين الوقت لتبدأ رحلة الاستكشاف. يحتوي Snapchat على خمسة أقسام (من اليمين إلى اليسار): الخريطة والدردشة والكاميرا والقصص ومنصة "اكتشف". يفتح تطبيق Snapchat على الكاميرا.



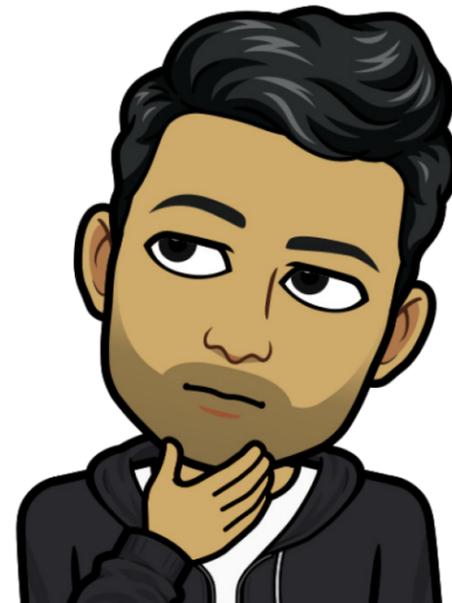
عبّر
عن نفسك!

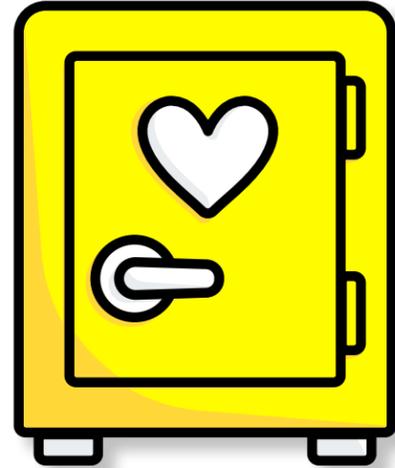
أنت المتحكم في من تشارك معه المحتوى، وكيفية مشاركته، والدة التي يمكن مشاهدة هذا المحتوى فيها على Snapchat.



4 هل هناك متطلبات للعمر ليتمكن المستخدم من إنشاء حساب؟

نعم. لا يمكن لمن تقل أعمارهم عن 13 عامًا إنشاء حساب أو استخدام Snapchat، ولا نوجّه خدماتنا لأي شخص يقل عمره عن 13 عامًا. إذا كان عمر طفلك يقل عن 13 عامًا وكان يستخدم Snapchat، يُرجى التواصل معنا وإبلاغنا باسم المستخدم لحساب طفلك وإثبات لعلاقتكما.





نركز على إنشاء تعليمات
فعالة تهدف لحماية مستخدمي
Snapchat وتوفير بيئة آمنة
وممتعة للإبداع والتعبير عن
الذات. إذا واجه ابنك المراهق أي
مشكلة متعلقة بالسلامة، فعليه
إبلاغنا بها دائماً.

5 كيف يمكنني المساعدة في الحفاظ على سلامة ابني المراهق على Snapchat؟

لقد تعمّدنا تصميم Snapchat بشكل مختلف عن وسائل التواصل الاجتماعي التقليدية، بطريقة تجعله أكثر أمناً ليلائم مجتمعنا. إن Snapchat منصة للاتصال والتواصل مع الأصدقاء والأحباء، ولكن من المهم معرفة كيفية الحفاظ على السلامة. ننصحك بمراجعة [مركز السلامة](#) لمعرفة المزيد عن سياساتنا وفريق عملنا، فضلاً عن معلومات أولياء الأمور والمعلمين. من النصائح المفيدة لابنك المراهق: إنشاء كلمة مرور قوية والتحقق من بريده الإلكتروني ورقم الهاتف وقبول طلبات الصداقة من الأشخاص الذين يعرفهم على أرض الواقع فقط والاطلاع على تعليمات التواصل الاجتماعي ليتمكن من مساعدة أصدقائه على اتباعها أيضاً.

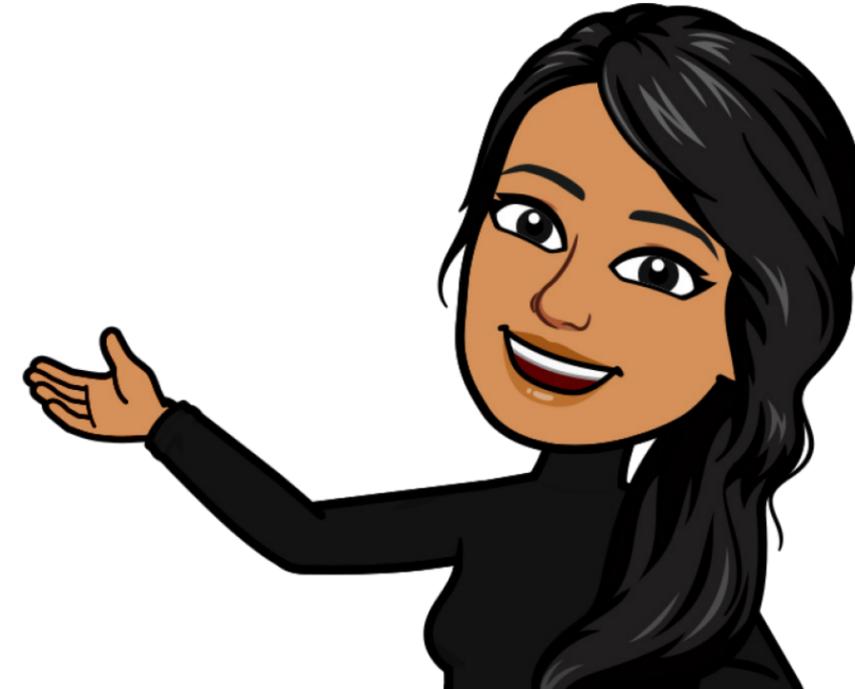
"اقبل طلبات الصداقة
من الأشخاص الذين
تعرفهم على أرض
الواقع فقط."



6 كيف أبلغ عن مشكلة تتعلق بالسلامة؟

نسهّل على مجتمعنا [التواصل](#) معنا من خلال خاصية الإبلاغ في التطبيق وتقديم الملاحظات خارج المنصة، وذلك بهدف تحديد المستخدمين غير الملتزمين والمحتوى غير اللائق. ويمكن للمستخدمين الإبلاغ عن أي محتوى من خلال خاصية الإبلاغ في التطبيق وبوابة الدعم وحساب Twitter [لدعم Snapchat](#). وسننخذ الإجراءات وفقاً لتعليمات التواصل الاجتماعي ونُجمع الملاحظات بهدف تحسين Snapchat.

ملاحظة: إذا كنت تعتقد بأن شخصاً ما يتعرض للخطر، فأبلغ الشرطة على الفور عبر رقم 999.



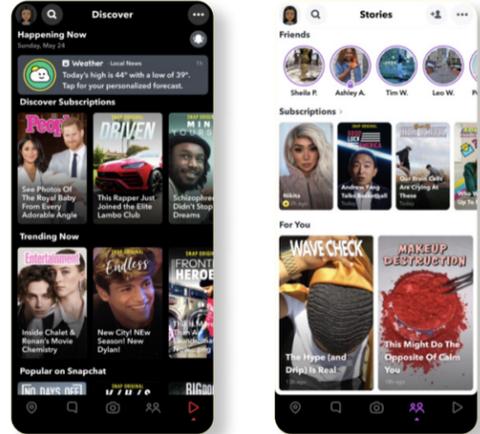
لعرفة المزيد من المعلومات عن توقيت حذف Snapchat لمقاطع Snap والدردشات، يُرجى الاطلاع على مقالة الدعم [هنا](#). ويمكنك الاطلاع أيضًا على صفحة 27 لعرفة المزيد من المعلومات عن هذه الشروط.

القصاص:

هنا يمكن لمستخدمي Snapchat مشاهدة قصص الأصدقاء وصنع المحتوى ومجتمع Snapchat الأكبر. ويمكنك هنا أيضًا مشاهدة الاشتراكات من منصة "اكتشف" وخيار "لك" والاطلاع عليها.

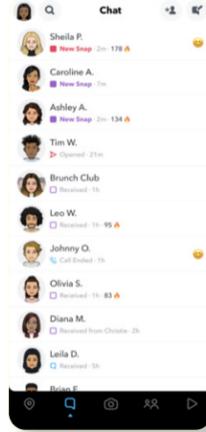
منصة "اكتشف":

هذه مساحة مُخصصة لعروض Snapchat الأصلية وقصص الناشرين الموثوق بهم، والتي تضم محتوى من مصادر إخبارية معروفة (The Wall Wired و Street Journal National Geographic) إلى جانب المحتوى الترفيهي والرياضة وغيرها. ويعرض إشعار "الأحداث الجارية" لمستخدمي Snapchat بثًا مُخصصًا للأخبار والطقس وغيرها من التحديثات.



الدردشة:

نركّز منذ البداية على مساعدة الأصدقاء الذين يعرفون بعضهم البعض على أرض الواقع على التواصل معًا في أوقات تباعدهم، وعلى الشعور بالراحة عند التعبير عن أنفسهم في الوقت الحاضر. يتيح Snapchat الدردشة باستخدام الفيديو والصور والمقاطع الصوتية والرسائل النصية، بالإضافة إلى مكالمات الهاتف والفيديو. ويتم حذف الرسائل تلقائيًا ولا يمكن للمستخدم استقبال دردشة فردية من شخص لم يُضفه كصديق من قبل.



الكاميرا:

يفتح تطبيق Snapchat على الكاميرا تلقائيًا، وبذلك يمكنك التقاط مقاطع Snap، وهي عبارة عن مقاطع فيديو أو صور. وبعد إنشاء مقطع Snap، يمكنك تعديله باستخدام أدوات التصميم، كالفلاتر والنصوص والملصقات والملحقات وغيرها. ويمكنك بعد ذلك:



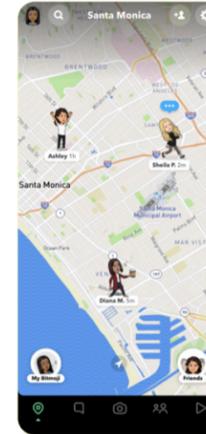
- إرسال مقطع Snap في الدردشة
- حفظ مقطع Snap في "الذكريات"
- إضافة مقطع Snap إلى قصتي أو إنشاء قصة خاصة أو قصة مُخصصة
- حذف مقطع Snap

طريقة استخدام Snapchat

أهم الميزات

خريطة Snap:

تهدف خريطة Snap إلى إتاحة تواصل الأشخاص في مجتمعنا بأقر أصدقائهم وبالأمكان المختلفة في جميع أنحاء العالم. ومثلها مثل جميع منتجاتنا، فقد صممنا خريطة Snap مع وضع الخصوصية على قائمة أولوياتنا، حيث تكون ميزة مشاركة الموقع غير مفعلة بشكل تلقائي لجميع المستخدمين. عندما يفتح مستخدم Snapchat خريطة Snap للمرة الأولى، يُطلب منه اختيار من يريد مشاركة موقعه معه، سواءً كان يريد مشاركتها مع جميع الأصدقاء أو بضعة أصدقاء محددين أو لا يريد مشاركتها على الإطلاق (وضع الشبح). وتتيح الأماكن على خريطة Snap لمستخدمي Snapchat مشاهدة ساعات عمل الأنشطة التجارية وملاحظات عنها وعمل طلبات الوجبات الخارجية وطلبات التوصيل.



لمساعدتك على التنقل في التطبيق، يمكنك الاطلاع على أساسيات Snapchat أدناه. وللإطلاع على قائمة كاملة بالميزات، يمكنك مراجعة صفحة 27 في قاموس Snapchat.

بادئ ذي بدء: لا يقتصر تطبيق Snapchat على إرسال رسائل الصور والفيديو فقط. يحتوي التطبيق على خمسة أقسام (من اليمين إلى اليسار): خريطة Snap والدردشة والكاميرا والقصص ومنصة "اكتشف".

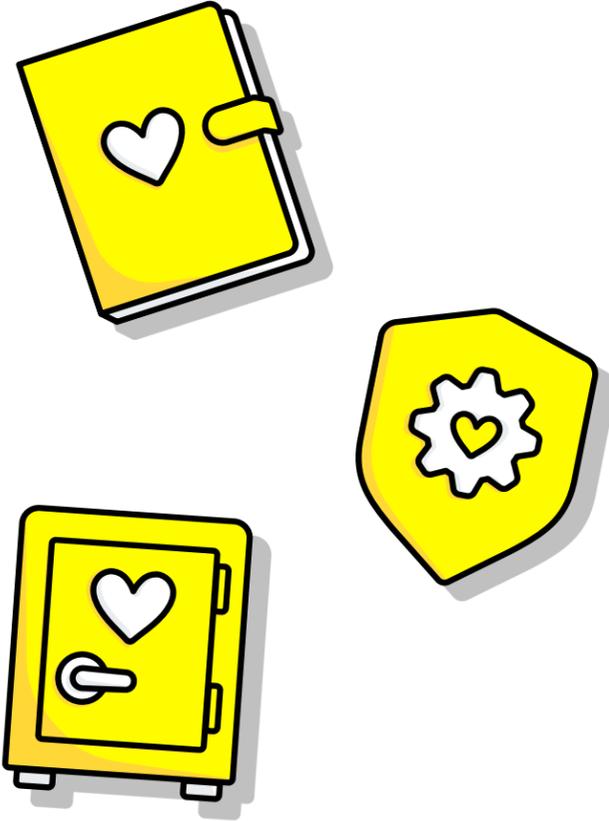


إن الخصوصية من أهم أولوياتنا في Snapchat، فنحن نعلم أننا نكتسب ثقتك في كل مرة تستخدم فيها Snapchat أو أيًا من منتجاتنا الأخرى، لذلك فإننا نعالج معلوماتك بشكل يختلف عما تفعله معظم الشركات الأخرى في مجال التكنولوجيا.

وعلى الرغم من التطوير المستمر لمنتجاتنا، فإن مبادئ الخصوصية التي نتبناها لا تتغير:

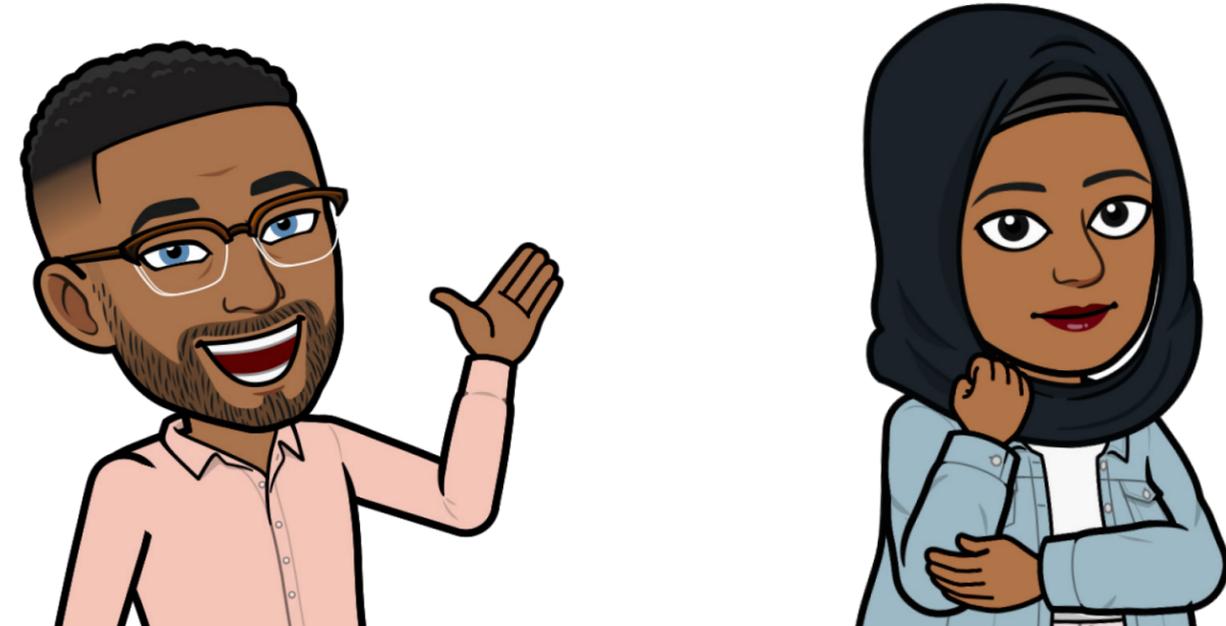
- نتواصل بصدق وانفتاح
- أنت تختار كيفية التعبير عن نفسك
- نصمم منتجاتنا مع مراعاة الخصوصية
- أنت المتحكم في معلوماتك

لمعرفة المزيد من المعلومات عن ما نفعله لجعل الخصوصية من أهم أولوياتنا، يمكنك الاطلاع على [مركز الخصوصية](#)، حيث ستجد المزيد من التفاصيل عن مبادئ الخصوصية وسياستنا للخصوصية، وإذا كنت تبحث عن ملخص للمشاكل الرئيسية، يُرجى مراجعة "شرح خصوصيتك".



الخصوصية في Snapchat

مبادئ الخصوصية



8 الإبلاغ عن حالات إساءة على Snapchat: يمكنك دائمًا الإبلاغ عن حالات الإساءة على Snapchat، بما في ذلك التحرش أو التنمر أو غيرها من مشاكل المتعلقة بالسلامة. إذا كان هناك شخص يُزعجك، يمكنك حظر مستخدم Snapchat هذا ومغادرة الدردشة الجماعية. للإبلاغ، اضغط مع الاستمرار على مقطع Snap أو قصة واختر أيقونة .

9 الفرق بين إزالة الأصدقاء وحظرهم: عندما تزيل شخصًا من قائمة أصدقائك، فلن يتمكن من مشاهدة قصصك الخاصة، ولكن لا يزال بإمكانه مشاهدة أي محتوى تنشره كمحتوى عام. ووفقًا لإعدادات الخصوصية، قد لا يزال بإمكانه الدردشة معك أو إرسال مقاطع Snap إليك. عندما تحظر صديقًا، لن يتمكن من مشاهدة قصتك أو إرسال مقاطع Snap إليك أو الدردشة معك.



4 الاقتصار على الأصدقاء: لقد صممنا Snapchat للتواصل مع أصدقائك المقربين، وننصحك بأن ترسل طلبات الصداقة وتقبلها من الأشخاص الذين تعرفهم على أرض الواقع فقط. وعليك تذكير أبنائك المراهقين بأن مقابلة شخص تعرّفت عليه على الإنترنت هو تصرف خطر.

5 التحقق من إعدادات الخصوصية: يمكنك اختيار من يمكنه إرسال مقاطع Snap إليك ومن يشاهد قصصك أو يطلع على موقعك على خريطة Snap في إعداداتك. وبشكل تلقائي، يمكن للأصدقاء فقط التواصل معك مباشرةً أو مشاهدة قصتك.

6 تخصيص موقعك على الخريطة: يمكنك اختيار مشاركة موقعك مع جميع أصدقائك الذين أضفتهم أو مجموعة من الأصدقاء المحددين، أو يمكنك أيضًا تشغيل "وضع الشبح" عندما لا تريد أن يعرف موقعك أحد. تُحدّث خريطة Snap موقعك عندما تستخدم التطبيق فقط، وتشارك موقعك مع الأشخاص الذين تختارهم لمشاركته معهم فقط.

7 تغيير من يمكنه مشاهدة قصتك: وفقًا لإعدادات الخصوصية التلقائي، يمكن لمستخدمي Snapchat الذين أضفتهم كأصدقاء فقط مشاهدة قصتك. وستبقى إعدادات الخصوصية التي كانت مُطبقة لديك عند نشر مقطع Snap في قصتك كما هي لمقطع Snap هذا، حتى في حال تغيير الإعدادات لاحقًا.

الحفاظ على السلامة في Snapchat

نصائح مفيدة للسلامة

1 اختيار كلمة مرور قوية: عليك اختيار كلمة مرور لا تقل عن 8 رموز ولا تتضمن معلومات شخصية مثل اسمك أو اسم المستخدم أو رقم الهاتف أو عيد ميلادك. يمكنك استخدام مزيج من الأرقام والرموز والأحرف الكبيرة والصغيرة في كلمة مرورك. لا تشارك كلمة مرورك مع الآخرين ولا تستخدم كلمة المرور نفسها لتطبيقات أو مواقع أخرى.

2 التحقق مع بريدك الإلكتروني ورقم هاتفك: عليك التحقق من أن بريدك الإلكتروني ورقم هاتفك المرتبطين بحسابك دقيقان في إعدادات Snapchat.

3 إعداد المصادقة الثنائية: هذه ميزة اختيارية للسلامة، تُستخدم للتحقق من أنك أنت بالفعل من يُسجل الدخول إلى حسابك على Snapchat. يساعد هذا على جعل حسابك أكثر أمانًا. يمكنك التعرّف على مزيد من المعلومات [هنا](#).

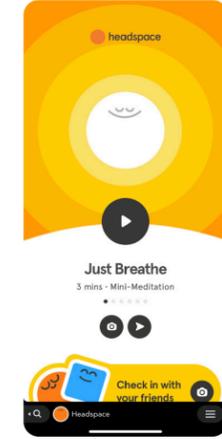
إن تطبيق Snapchat مكان للاتصال والتواصل مع أصدقائك وأحبائك، ولكن من المهم أيضًا معرفة كيفية الحفاظ على سلامتك. ننصحك بمراجعة [مركز السلامة](#) لمعرفة المزيد من المعلومات عن سياساتنا وفريق عملنا ومعلومات لأولياء الأمور والمعلمين، مع مراعاة أن تطبيق Snapchat مُخصص لمن تزيد أعمارهم عن 13 عامًا.

ونقدم أيضًا الدعم في التطبيق لمستخدمي Snapchat الذين قد يعانون أمراضًا نفسية أو أزمات عاطفية، أو أولئك الراغبين في معرفة المزيد من المعلومات عن تلك المشاكل وكيفية مساعدة الأصدقاء على التعامل معها. تقدّم أداة Here For You موارد للسلامة تم تطويرها على يد خبراء، عندما يبحث مستخدمو Snapchat عن مواضيع معينة، منها تلك المرتبطة بالقلق والاكتئاب والضغط النفسي والحزن والأفكار الانتحارية والتنمر.

فيما يلي بعض النصائح المتعلقة بالحفاظ على السلامة في Snapchat.



سيتواصل فريق "عمليات إنفاذ القانون" بشكل استباقي مع سلطات إنفاذ القانون إذا ارتأينا بسلامة نية وجود تهديد وشيك للحياة. إن تطبيق Snapchat ليس موردًا احترافيًا للتدخل لحماية الصحة النفسية، لذلك إذا كان أحد الأصدقاء أو الأحباء في خطر، يُرجى الاستعانة بخدمات الطوارئ مثل الخط الساخن لمركز وزارة الداخلية لحماية الطفل عبر 116111 أو الاتصال على 999.



اللعبة المصغرة Headspace:

عُقدت شراكة بين Headspace وSnapchat بهدف السماح لمستخدمي Snapchat بالوصول إلى تمارين موجهة للتأمل واليقظ، مباشرة في التطبيق. ويتم أيضًا تمكين مستخدمي Snapchat من خلال اللعبة المصغرة Headspace من القيام بتمارين التأمل مع الأصدقاء وإرسال رسائل تشجيعية لتقديم التحفيز الإيجابي لمن يحتاجه من الأصدقاء. يُرجى ملاحظة أن هذه الميزة متوفرة في دول مختارة فقط.

قناة "Safety Snapshot" على منصة "اكتشف":

شجّع ابنك المراهق على الاشتراك في "Safety Snapshot"، وهي عرض على منصة "اكتشف" يركز على توعية مستخدمي Snapchat بالأمان الرقمي والوسائل الهامة للحفاظ على أمان حسابك على Snapchat. يُرجى ملاحظة أن هذه القناة متوفرة في دول مختارة فقط.

صفحة الموارد: راجع [مركز السلامة](#) للاطلاع على قائمة كاملة بشركاء السلامة والموارد المخصصة لك ولابنك المراهق.



اضغط باستمرار
في التطبيق
للمسح الضوئي

الإبلاغ في التطبيق: تتيح أداة الإبلاغ في التطبيق لمستخدمي Snapchat تنبيهنا دون الإفصاح عن هويتهم إذا شعروا بالقلق على أصدقائهم من خطر إلحاق الأذى بأنفسهم. ونشارك أيضًا موارد للمستخدم الذي أبلغ عن المواقف وللمستخدم الذي يتلقى الدعم في التطبيق، وذلك من خلال صفحة في موقع الدعم تتضمن أرقام الخطوط الساخنة لإيذاء النفس والأزمات بأكثر من 20 دولة ولغة. لقد أطلقنا في عام 2017 موارد مواجهة الأزمات في التطبيق لأفراد مجتمعنا. ويظهر هذا التدخل في صورة رسالة من دعم Snapchat.

أمرك يهّمنا موارد لدعم جودة الحياة

مركز وزارة الداخلية لحماية الطفل بالإمارات العربية المتحدة:

مركز حماية الطفل بالإمارات العربية المتحدة: يقدم مركز وزارة الداخلية لحماية الطفل الدعم من قبل الخبراء المختصين في حالات الإساءة أو الإيذاء للأطفال، وذلك عبر الخط الساخن 116111 وللحالات الطارئة يمكن الاتصال بالرقم 999. كما يمكن الإبلاغ عن الجرائم الإلكترونية عبر موقع ecrime.ae.



مركز وزارة الداخلية لحماية الطفل
Mol Child Protection Centre

في Snapchat، نلتزم بشدة بصحة وسلامة مجتمعنا. فنحن نستعين بموظفين وتقنيات وسياسات وشراكات بهدف الحفاظ على سلامة مستخدمي Snapchat وصحتهم وتزويدهم بالمعلومات اللازمة.

نتعاون مع خبراء المجال والوكالات غير الحكومية بهدف توفير الموارد والدعم لمن يحتاج إليه من مستخدمي Snapchat. للاطلاع على قائمة كاملة بشركاء السلامة، تفضل بزيارة [شركاء السلامة](#).

يوفر تطبيق Snapchat موارد وميزات متعلقة بالصحة في التطبيق بهدف المساعدة في دعم مستخدمينا من المراهقين، سواءً كانوا بحاجة إلى الدعم العاطفي أو يرغبون في الدردشة فحسب. وقد صممنا ميزات الصحة لدينا بهدف توعية أفراد مجتمع Snapchat وتمكينهم من دعم الأصدقاء الذين قد يعانون مشاكل متعلقة بالصحة النفسية.



إذا لاحظت أياً من ذلك، فاحرص على التحدّث إلى ابنك المراهق. كما يمكنك الاستعانة بمنصة جودة الحياة الرقمية، والتي تحتوي على نصائح وإرشادات لكافة أفراد الأسرة حول الاستخدام الإيجابي والأمن للعالم الرقمي، والسبل المثلى للتعامل مع التحديات المرتبطة به. يمكن الوصول للمنصة عبر digitalwellbeing.ae.



الممارسات الصحية:

لقد صممتنا تطبيق Snapchat بحيث يمكن للآخرين رؤية ما تريد مشاركته فقط، وللمدة التي تريد مشاركته فيها معهم. وقد طوّرتنا أيضاً منتجات وميزات جديدة باستخدام أسلوب السلامة من خلال التصميم ومساعدة مجتمعنا على الوصول إلى أدوات وموارد صحية وقائية عندما يواجه أي منهم أو من أصدقائهم أزمة متعلقة بالصحة النفسية.

- كيف أتأكد من أن الأصدقاء فقط هم الذين يشاهدون ما أنشره؟
- ما لعبتك المفضلة في ألعاب Snap؟

الانتباه إلى وجود مشكلة:

من المهم معرفة السلوكيات التي يجب عليك الانتباه إليها لدى ابنك المراهق، فقد تشير تلك السلوكيات إلى معاناة ابنك المراهق من مشكلة على الإنترنت، وقد يحتاج إلى المزيد من الدعم من طرفك أو على يد استشاري أو شخص بالغ آخر. هل تلاحظ أيًا مما يلي؟

- اختلاف في الشخصية (زيادة القلق أو الخوف أو الغضب)
- تجنّب الحوار عن التكنولوجيا
- تجنّب استخدام هاتفه أو الكمبيوتر المحمول
- الابتعاد عن الأصدقاء والعائلة
- تغير في السلوك الدراسي (انخفاض درجاته أو قلة الحضور أو النوم في الفصل الدراسي)
- أفكار تنطوي على إيذاء النفس



كيف تتحدث إلى أبنائك المراهقين أفكار لبدء الحوار

نقدّم لك فيما يلي بعض الأسئلة الممتعة التي يمكنك طرحها على ابنك لبدء الحوار:

- هل يمكنك أن تربي كيف يبدو Bitmoji الذي صممته لنفسك؟
- هل تريد إنشاء قصة عائلية خاصة أو دردشة جماعية لنا؟
- ما أكثر فلتر تستخدمه؟
- أي عرض على منصة "اكتشف" هو المفضل لديك؟ أي هذه العروض سيعجبني؟
- كيف يمكنني التواصل مع أفضل الأصدقاء على Snapchat؟
- من الذي أرسلت له أطول مقاطع Snap متتالية؟
- هل يمكنني حفظ مقطع Snap؟ أين يمكنني العثور عليه إذا حفظته؟
- كيف أنتقل إلى وضع الشبح على خريطة Snap؟
- ما القسم المفضل لديك في التطبيق؟

نعلم أنه من المهم أن تتمكن من التواصل مع ابنك المراهق فيما يتعلق باستخدام Snapchat. ولهذا السبب، عقدنا شراكة مع خبراء من MindUP ومنظمة Crisis Text Line وأولياء الأمور العاملين بشركة Snapchat، وذلك بهدف التوصل إلى بعض الأفكار لبدء حوار حول كيفية التواصل مع المراهقين بشأن تطبيق Snapchat، والانتباه إلى السلوك المقلق المحتمل، وكيفية تطبيق الممارسات الصحية في التطبيق.

المشاركة بنفسك

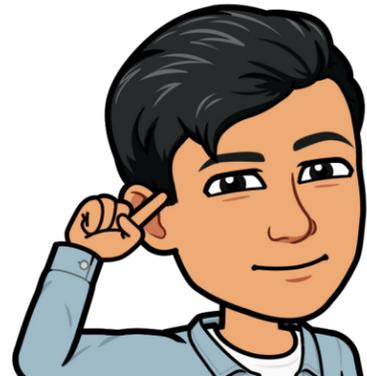
إن إنشاء حساب Snapchat قد يساعدك على فهم التطبيق والتواصل مع ابنك المراهق بشكل أفضل. **معلومة للمحترفين:** اطلب من ابنك المراهق تعليمك كيفية استخدام حسابك الجديد على Snapchat.



- الاتفاق معًا على وقت محدد يأخذ فيه "استراحة" من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي أو الهاتف على مدار كل يوم
- التحدث بانفتاح عن المخاطر والمشاكل الموجودة على الإنترنت، مع توعيته بإجراءات عملية يمكنه اتخاذها للتعامل مع المخاطر الموجودة على الإنترنت، مثل الحظر والإبلاغ

نقدّم لك فيما يلي بعض التعليمات الرئيسية التي تهدف لمساعدة ابنك المراهق على الحفاظ على سلامته وصحته على وسائل التواصل الاجتماعي:

- أهمية اقتصار منشوراته على وسائل التواصل الاجتماعي على الدائرة المقربة، وقبول طلبات الصداقة من الأشخاص الذين يعرفهم فعليًا فقط
- أن يسأل نفسه دائمًا: "ماذا ستقول جدتي؟" قبل النشر.
- ألا يلعب دور المتفرّج، ويبلغ عن أي شيء يزعجه.
- التصرف دائمًا وفق تعليمات التواصل الاجتماعي المعنية بالتصرف بلطف



بعد التحدث إلى ابنك المراهق:

والآن بعد أن أصبحت أنت وابنك المراهق محترفين في التواصل معًا فيما يتعلق بتطبيق Snapchat، سيفيدكما الاتفاق على بضعة أمور للمستقبل والحرص على إجراء هذه المحادثات باستمرار. وقد يساعدكما أيضًا إبرام عقد لوسائل التواصل الاجتماعي للحفاظ على الخصوصية والثقة لدى الطرفين. قد تساعدكما هذه الوعود على تسهيل الحفاظ على الثقة بين الطرفين.

نقدّم لك فيما يلي بعض الأفكار لبدء الحوار، والتي تهدف لإنشاء تواصل صحي مع ابنك المراهق ومساعدته على تبني عادات صحية فيما يتعلق باستخدام الشاشات ووسائل التواصل الاجتماعي:

- تحديد طقوس للحوار وتخصيص وقت للكلام معًا والاستماع لبعضكم البعض، مثلًا في وقت تناول العائلة للوجبات
- جعل ابنك المراهق يشارك في المحادثات وطرح أسئلة مثل "ما رأيك في هذا؟" والرد على أفكاره بانفتاح
- تعلّم كيفية الإنصات الحقيقي من خلال إبعاد وسائل التشتيت والحفاظ على التواصل البصري

لدينا جميعًا القدرة على جعل حياتنا أكثر سعادة وصحة من خلال ممارسة العادات النفسية الإيجابية، مثل ممارسة الوعي المتيقظ والتعبير عن الامتنان والتصرف بلطف.

- مولي ستيوارت لولر، حاصلة على الدكتوراه

MINDUP™

نقدّم إليك فيما يلي بعض الطرق للاطمئنان على ابنك المراهق:

- هل تستخدم Headspace لممارسة التأمل؟ لقد أثبتت الأبحاث أن التأمل أو ممارسة الوعي المتيقظ قد يقلل من الضغط النفسي ويحسن الصحة
- إذا كنت بحاجة للإبلاغ عن حساب Snapchat لشخص آخر، هل تعرف كيفية إجراء ذلك؟
- هل تشاهد قناة "Safety Snapshot" على منصة "اكتشف" المخصصة للسلامة؟
- هل أنت مشترك في "Here For You"؟ يمكنك العثور على هذه الأداة من خلال البحث عن عبارة "Here For You" في شريط البحث على Snapchat
- هل تشعر بأن لديك من تتحدث إليه إذا أزعجك شيء على Snapchat؟
- هل تعلم الموارد المتوفرة لدعمك على Snapchat؟
- ما مقدار الوقت الذي تقضيه في استخدام التطبيق؟
- هل تشعر بإرهاق شديد عند استخدام التطبيق؟ وماذا تفعل بعد أن يراودك هذا الشعور؟



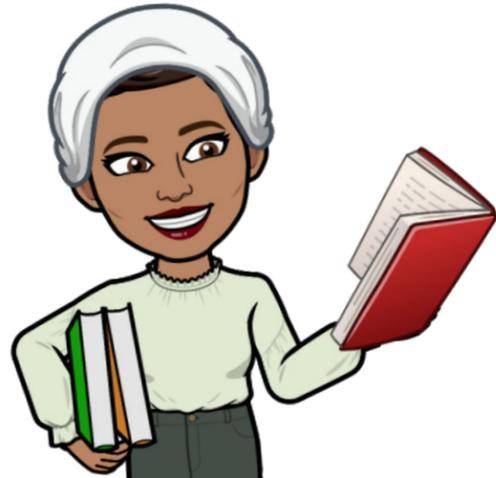
قصتي: سلسلة من مقاطع Snap يتم تشغيلها بترتيب زمني ويمكن للأصدقاء مشاهدتها لمدة 24 ساعة. يمكنك تحديد خيار مشاركتها مع الجميع أو الأصدقاء فقط أو قائمة مُخصصة من الأشخاص.

مقاطع Snap المتتالية: عادة ما يمثلها emoji 🔥 بجوار اسم صديقك في شاشة الدردشة، وهي تسجيل لعدد الأيام التي أرسل فيها مقاطع Snap متتالية (مثلاً عندما تتبادلان مقاطع Snap مع بعضكما البعض). إرسال مقاطع Snap المتتالية هي وسيلة ممتعة وخفيفة الظل لمعرفة أكثر صديق ترسل إليه مقاطع Snap.

منصة "اكتشف": مشاهدة أخبار وعروض ترفيهية مميزة، منها Snap Originals والبرامج الإعلامية الأكثر تداولاً.

نجوم Snap: يحصل صناع المحتوى (مثل المؤثرين والمشاهير) الذين يملكون قاعدة جماهيرية عريضة على نجمة ذهبية. يمكنك الاشتراك بصفحات صناع المحتوى هؤلاء.

وضع الشبح: عند تمكينه، لا يمكن لأصدقائك مشاهدة موقعك على خريطة Snap.



الكاميرا: حيث ترسل مقاطع Snap لأصدقائك، والتي تكون عبارة عن صور ومقاطع فيديو.

خاص بي فقط: توجد هذه الميزة في الذكريات وهي تسمح لمستخدم Snapchat بنقل مقاطع Snap والقصص المحفوظة في ذكرياته إلى قسم "خاص بي فقط"، والذي يتطلب استخدام رمز مرور لمشاهدته.

خدمات الموقع: يستخدم تطبيق Snapchat موقعك لتوفير ميزات مثل الفلاتر والبحث وخريطة Snap والإعلان وغيرها. عند تمكينها، سيتم تحديث موقعك أثناء فتح تطبيق Snapchat.

خريطة Snap: يمكنك مشاهدة ما يحدث والعثور على أصدقائك واستلهم أماكن يمكنك الذهاب إليها للمغامرة من خلال هذا القسم. تكون ميزة مشاركة الموقع غير مفعلة بشكل تلقائي، وأنت من يقرر إذا كنت تريد مشاركة موقعك مع الأصدقاء أو الاحتفاظ به لنفسك من خلال وضع الشبح.

رمز Snap: رمز Snap هو نوع خاص من الصور يمكنك مسحه ضوئياً باستخدام تطبيق Snapchat لاتخاذ إجراءات مختلفة، مثل إضافة أصدقاء جدد أو إلغاء قفل الفلاتر والعدسات.

قصتنا: مجموعة من مقاطع Snap يتم إرسالها من مستخدمي Snapchat مختلفين من مختلف أفراد المجتمع. تكون مقاطع Snap التي تظهر في "قصتنا" محتوى عامًا ويمكن أن تظهر على خرائط Snap أو حتى خارج المنصة.

قاموس Snapchat (أ-ي)

أدوات التصميم: بعد إنشاء مقطع Snap، يمكنك إضافة الملصقات والنصوص والرسوم وغيرها.

الألعاب والألعاب المصغرة: الألعاب طريقة ممتعة لقضاء الوقت مع أصدقائك على Snapchat. ألعاب Snap المصغرة هي أدوات صغيرة مُصممة خصيصًا للأصدقاء، مثل التخطيط لليلة لمشاهدة الأفلام أو إنشاء مجموعة بطاقات معلومات.

الإضافة السريعة: تعتمد ترشيحات الأصدقاء في الإضافة السريعة على بضعة عوامل، مثل المستخدمين المضافين لديك بالفعل كأصدقاء واشتراكاتك.

البحث: عند الكتابة في مربع البحث ستظهر لك نتائج مختلفة، وبذلك يمكنك العثور على النتيجة الأقرب لما تبحث عنه، مثل العثور على الأصدقاء أو الاطلاع على أداة Here For You.

الدردشة: الدردشة من خلال فيديو أو مكالمة أو رسالة نصية مع أصدقائك الحقيقيين.

الذكريات: تضم مجموعة شخصية من مقاطع Snap والقصص لمستخدم Snapchat يتم حفظها في الذكريات.

العدسات: عند لمس الوجه يتم تشغيل دائرة العدسة. تضيف العدسات تأثيرًا ثلاثي الأبعاد وعناصرًا وشخصيات وتغييرات على مقاطع Snap.

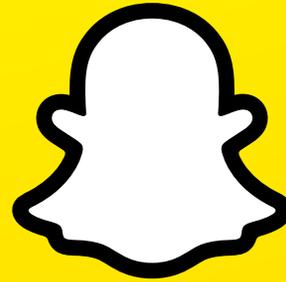
الفلاتر: عند السحب لليمين على مقطع Snap، ستظهر خيارات الفلاتر لإضافة تأثيرات لونية ومشاهدة معلومات المكان وتخصيص Bitmoji وعرض ما تفعله وغير ذلك.

القصة الخاصة: تتيح القصص الخاصة لمستخدمي Snapchat إنشاء قصة تتم مشاركتها فقط مع عدد محدد من الأصدقاء المختارين.

القصة المُخصصة: اختيار الأصدقاء في قصتك المُخصصة. كل من سينضم سيمكنه الإضافة إلى هذه القصة ورؤية المشاركين الآخرين.

القصص: يمكنك مشاهدة قصص من الأصدقاء وصناع المحتوى ومجتمع Snapchat.





Snap Inc.