NNEDV

గోప్యత & భద్రత

Facebookలో

దుర్వినియోగ రక్షితుల కోసం మార్గదర్శిని

విషయ పట్టిక

వి ష య ప ట్టి క

పరిచయం 1

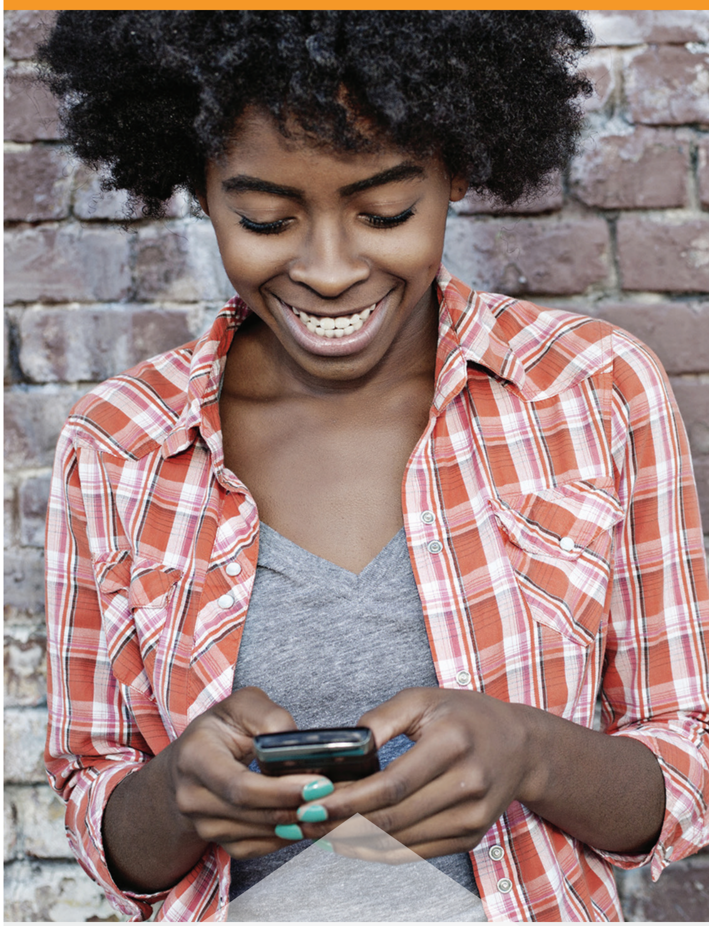
ఆత్మరక్షణలో భాగంగా మొట్టమొదటిగా పరిశీలించాల్సినది: మీ కంటెంట్‌ను చూడగలవారిని నిర్వహించడం 2

నియంత్రణను ఉపసంహరించుకోవడం: మీ గోప్యతా సెట్టింగ్‌లను సమీక్షించడం 3

ఆత్మరక్షణలో భాగంగా పరిశీలించాల్సిన రెండవ విషయం: భద్రతా సెట్టింగ్‌లు & నోటిఫికేషన్‌లు 4

ఆత్మరక్షణలో భాగంగా పరిశీలించాల్సిన మూడవ విషయం: సురక్షితంగా ఉండటం 5-6

నేడు సోషల్ మీడియా ప్రజలు వారి జీవితాల్లోని ముఖ్యమైన సంఘటనలను, విశేషాలను కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితులు మరియు సంఘాలతో పంచుకునేలా మరింత స్వేచ్ఛాయుతమైన, అనుసంధానంగా ఉండే వేదికను రూపొందిస్తోంది.



నేషనల్ నెట్‌వర్క్ టు ఎండ్ డొమెస్టిక్ వయోలెన్స్ (NNEDV) మరియు Facebook సమిష్టిగా కలగలిసి దుర్వినియోగ రక్షితుల కోసం చిట్కాలను అందిస్తోంది, కనుక మీరు ఇప్పటికీ Facebookను ఉపయోగించడం కొనసాగించవచ్చు, కానీ మీ సమాచారం విషయంలో తగిన భద్రతను మరియు నియంత్రణను కలిగి ఉండాలి. ఈ మార్గదర్శిని (గైడ్) రూపొందించడానికి ముఖ్యోద్దేశం గృహ హింస, లైంగిక వేధింపులు మరియు అజ్ఞాత బెదిరింపుల బారినపడి రక్షించబడిన వాళ్లు Facebookలో స్నేహితులు మరియు కుటుంబ సభ్యులతో సన్నిహితంగా మెలుగుతూనే దుర్వినియోగదారులు, చెడు ప్రవర్తన గలవారు, దుర్మార్గుల బారినపడకుండా తమ భద్రతను మరియు గోప్యతను కాపాడుకోవడంలో సహాయం అందించడం.

గుర్తుంచుకోండి:
మీరు హింసా బాధితులైతే మరియు సహాయం కావాలంటే, మహిళా భద్రత మరియు/ లేదా మానవ హక్కుల పరిరక్షణ సంఘాన్ని సంప్రదించండి.

NNEDV గృహ హింస బాధితులు మరియు వారి న్యాయవాదుల కోసం గృహ హింసకు సంబంధించిన సంక్లిష్ట కారణాలు మరియు వాటికి దారితీసే తీవ్ర పరిణామాల గురించి విస్తృత కార్యక్రమాలను చేపట్టే, వాటి పట్ల చొరవ చూపే ఒక ప్రధాన వేదిక. మరింత సమాచారం కోసం, దయచేసి **nnedv.org** సందర్శించండి.

ఆత్మరక్షణలో భాగంగా మొట్టమొదటిగా పరిశీలించాల్సినది: మీ కంటెంట్‌ను చూడగలవారిని నిర్వహించడం

సాధారణంగా, మీరు జోడించుకునే ప్రతి స్నేహితుడు మీరు పోస్ట్ చేసేవాటిని చూడగలరు మరియు మీ గోప్యతా సెట్టింగ్‌లను బట్టి, మీ స్నేహితుల స్నేహితులు కూడా మీరు పోస్ట్ చేసేవాటిని చూడవచ్చు. రక్షించబడిన వారిలో కొందరికి, వారి దుర్వినియోగదారుతో స్నేహితులుగా ఉండటాన్ని నిరాకరించడం లేదా వారిని బ్లాక్ చేయడం కూడా సాధ్యం కాకపోవచ్చు మరియు దుర్వినియోగదారు అపాయకరమైన, నియంత్రణాత్మక ప్రవర్తనకు దిగవచ్చు. మీరు ఏమి భాగస్వామ్యం చేస్తున్నారు మరియు ఎవరితో భాగస్వామ్యం చేస్తున్నారు వంటివి నిర్వహించడానికి క్రింది మార్గాలు ఉన్నాయి.

మీకు తెలుసా?

మీరు డిఫాల్ట్ సెట్టింగ్‌ను సెట్ చేయడం ద్వారా లేదా ఒక్కో పోస్ట్‌లో మీ ప్రేక్షకులను ఎంచుకోవడం ద్వారా మీ Facebook కార్యాచరణను చూడగలవారిని ఎంచుకోవచ్చు.

మీ ప్రేక్షకులను ఎంచుకోండి

మీరు Facebookలో సమాచారాన్ని పంచుకున్నప్పుడు, ఆ కంటెంట్ చూడగల ప్రేక్షకులను ఎంచుకోవచ్చు. మీరు ఆ సమాచారాన్ని కావాల్సిన వారితో పంచుకోగలిగేలా ఎంచుకోవచ్చు. ఉదాహరణకు, పబ్లిక్, స్నేహితులు, కేవలం మీకు లేదా అనుకూలం—ఈ ఎంపిక ద్వారా మీరు పోస్ట్‌ను ఎవరితో పంచుకోదలిచారనే దానిపై అత్యంత నియంత్రణను పొందుతారు. నిర్దిష్ట స్నేహితుల జాబితాలను రూపొందించడం ద్వారా, మీరు ఏదైనా పోస్ట్ లేదా ఫోటోకు ప్రేక్షకులను నియంత్రించవచ్చు. ఈ ప్రేక్షకుల ఎంపిక ఐచ్ఛికాలను ఒక్కో పోస్ట్‌కు, ఫోటో ఆల్బమ్‌కు విడివిడిగా పొందవచ్చు మరియు పరిచయం విభాగంలో మీ ప్రాథమిక సమాచారంలో కూడా పొందవచ్చు, ఏదేమైనా ఎల్లవేళలా పబ్లిక్‌గా ఉండే అంశాలు కొన్ని ఉన్నాయని గుర్తుంచుకోండి (తదుపరి పేజీలో ఏవి ఎల్లవేళలా పబ్లిక్‌గా ఉంటాయనే విషయం గురించి మరింత తెలుసుకోండి). మీరు మీ Facebook ప్రొఫైల్ కుడి వైపున ఉండే గోప్యత సత్వరమార్గాలు చిహ్నన్ని క్లిక్ చేయడం ద్వారా పబ్లిక్ మరియు స్నేహితులకు ఏమి కనిపిస్తాయో చూడటానికి “ఇలా వీక్షించండి” విశేషాంశం ఉపయోగించవచ్చు.

కొత్త స్నేహితులను ఆమోదించేటప్పుడు జాగ్రత్తగా ఉండండి

Facebook అనేది వాస్తవ పేర్లు మరియు ప్రామాణిక గుర్తింపుల ఆధారితమైనది, ఇందులో వ్యక్తులు వాస్తవ ప్రపంచంలో తమ తమ గుర్తింపుతో సూచించబడతారు. కానీ దురదృష్టవశాత్తూ, కొంత మంది వ్యక్తులు దురాలోచనతో తెలివైన వ్యూహాలు పన్ని, తద్వారా బాధితుల సమాచారాన్ని పొందుతున్నారు. ఇప్పటికే మీ స్నేహితుల జాబితాలో ఉన్న వ్యక్తి నుండి మీరు స్నేహ అభ్యర్ధనను స్వీకరిస్తే, వారు కొత్త ప్రొఫైల్ ఏదైనా సృష్టించారేమో అడిగి తెలుసుకోండి. కొన్ని సందర్భాల్లో, దుర్వినియోగ ఉద్దేశ్యం గల వ్యక్తులు వారు కనెక్ట్ అవ్వాలనుకుంటున్న వ్యక్తి స్నేహితుని ఖాతా వలె ఖాతాలను హాని కలిగించాలనే కారణంతో సృష్టిస్తారు.

మీ పిల్లలకు అవగాహన కల్పించండి

కొంత మంది యుక్తవయస్కులు ఎక్కువ సంఖ్యలో “స్నేహితులను” కలిగి ఉండటాన్ని స్టేటస్ మరియు ప్రసిద్ధతకు చిహ్నంగా భావిస్తారు. మీ పిల్లలతో గోప్యత మరియు భద్రత గురించి చర్చించి, తెలియని వ్యక్తుల నుండి స్నేహ అభ్యర్ధనలను ఆమోదించే ముందు ఆలోచించి వ్యవహరించడం ఎందుకు ముఖ్యమో చెప్పండి.

గోప్యత గురించి చర్చించండి

మీ గోప్యత నిర్వహణ అనేది కేవలం మీకు మాత్రమే సంబంధించిన విషయం కాదు, ఎందుకంటే కొంత మంది స్నేహితులు మీ గురించి కంటెంట్‌ను పోస్ట్ చేయవచ్చు లేదా మిమ్మల్ని ట్యాగ్ చేయవచ్చు. అయితే మీరు ఆ అంశాలు మీ కాలక్రమంలో చూపబడాలా వద్దా అనే విషయాన్ని నిర్వహించవచ్చు (తదుపరి పేజీలో చూపబడినట్లుగా), మీ స్వంత సెట్టింగ్‌లతో సంబంధం లేకుండా స్నేహితుల పోస్ట్‌లు లేదా ఫోటోలు వారి కాలక్రమంలో చూపబడతాయి. దుర్వినియోగ రక్షితులు దుర్వినియోగదారుతో స్నేహితులుగా ఉన్న వ్యక్తులను కలిగి ఉండే అవకాశం ఉంది, ఇది ఆందోళన కలిగించే విషయం.

- **ట్యాగ్** చేసిన వ్యక్తుల స్నేహితులను కంటెంట్‌ను చూడటానికి అనుమతించే పెట్టె ఎంపికను తీసివేయండి. మీరు ప్రేక్షకుల ఎంపిక విభాగంలో అనుకూల గోప్యత ఎంపికలో దీన్ని కనుగొనవచ్చు.
- **మీరు** ట్యాగ్ చేయబడుతున్నప్పుడు మరియు ఎవరు ట్యాగ్ చేసారనేది తెలుసుకోవడానికి ట్యాగ్ సమీక్ష సాధనాన్ని ఉపయోగించండి (ఈ లక్షణం గురించి 4వ పేజీలో మరింత తెలుసుకోండి).
- **మీ** గోప్యతా ప్రాధాన్యతల గురించి స్నేహితులు మరియు కుటుంబ సభ్యులతో చర్చించండి.
- **మీరు** పని చేసే ప్రదేశం, స్వచ్ఛంద సేవ చేస్తున్న స్థలాలు లేదా పాల్గొనే సంఘంలోని ఏజెన్సీలు తమ సిబ్బంది, వాలంటీర్లు లేదా ఈవెంట్‌ల గురించి సమాచారాన్ని పోస్ట్ చేస్తాయా లేదా అనేది కనుగొని, అలా చేసే పక్షంలో మీ సమాచారాన్ని గోప్యంగా ఉంచమని చెప్పండి.

Facebookలో స్నేహితుల జాబితాలను ఎలా సృష్టించాలనే దాని గురించి మరింత సమాచారం కోసం, ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి:
https://www.facebook.com/help/listsbasics

నియంత్రణను ఉపసంహరించుకోండి: మీ గోప్యతా సెట్టింగ్‌లను సమీక్షించడం

మీరు పంచుకునే వాటిని ఎవరు చూడగలరు?

మీరు "గోప్యతా సెట్టింగ్‌లు"/ "నా అంశాలను ఎవరు చూడగలరు"లో డిఫాల్ట్ సెట్టింగ్‌ను సెట్ చేయడం ద్వారా లేదా ఒక్కో పోస్ట్ చేసినప్పుడు మీ ప్రేక్షకులను ఎంచుకోవడం ద్వారా మీ Facebook కార్యాచరణను చూడగలవారిని ఎంచుకోవచ్చు. మీరు ఏ స్థలంలో అయినా, ప్రేక్షకులను ఎప్పుడు ఎంచుకున్నా, ఇది గుర్తుంచుకోబడుతుంది మరియు మీరు చేసే తదుపరి పోస్ట్ కోసం డిఫాల్ట్‌గా సెట్ చేయబడుతుంది. ఇంకా చెప్పాలంటే, మీరు "పబ్లిక్" లేదా "స్నేహితులు"కి ఏదైనా సెట్ చేస్తే, తిరిగి మార్చే వరకు అదే మీ తదుపరి పోస్ట్‌కు ప్రేక్షకుల ఎంపికగా కొనసాగుతుంది. మీరు నిర్దిష్ట పోస్ట్‌ను చూడలేకుండా ఒక్కో స్నేహితుడిని బ్లాక్ చేయవచ్చు లేదా మునుపటి పేజీలో వివరించినట్లుగా జాబితాలను ఉపయోగించడం ద్వారా నిర్దిష్ట స్నేహితులు మాత్రమే చూడగలిగేలా మీ పోస్ట్‌ను పరిమితం చేయవచ్చు. మీరు మునుపు గోప్యతా సెట్టింగ్‌లను ఉపయోగించకపోయినప్పటికీ గత పోస్ట్‌ల కోసం ప్రేక్షకులను నియంత్రించవచ్చు. మీరు మీ స్వంత సమాచార గోప్యతను నియంత్రించగలరు, కానీ మీరు వేరొకరి కాలక్రమంలో ఏదైనా పోస్ట్ చేస్తే, మీరు పోస్ట్ చేసినవి చూడగలవారు వారి స్వంత గోప్యతా సెట్టింగ్‌ల ఆధారంగా నిర్దేశించబడతారు.

మిమ్మల్ని ఎవరు కనుగొనగలరు?

మీరు Facebook సేవా నిబంధనలను అనుసరిస్తుంటే మరియు మీ ప్రొఫైల్‌లో మీ నిజమైన పేరుని ఉపయోగిస్తుంటే, అప్పుడు పేరు ఆధారంగా మిమ్మల్ని ఎవరైనా శోధించి కనుగొనగలరు. మీ సమాచారంలో ఎంత భాగాన్ని వారు చూడగలరు అనేది మీరు ఉపయోగిస్తున్న గోప్యతా సెట్టింగ్‌లపై ఆధారపడి ఉంటుంది. మీరు మీ ఇమెయిల్ లేదా ఫోన్ నంబర్ ఆధారంగా మీ ప్రొఫైల్ కోసం శోధించగల ఎవరినైనా

కూడా నియంత్రించవచ్చు. మీరు మీ గోప్యతా సెట్టింగ్‌ల పేజీలో లేదా పరిచయం పేజీలో ఈ ఎంపికలను నిర్వహించవచ్చు (సెట్టింగ్‌ను చూడటానికి మరియు సవరించడానికి కంటెంట్‌పై కర్సర్ ఉంచండి). పరిచయం విభాగంలో కూడా మీరు మీ ఇతర వ్యక్తిగత సమాచారాన్ని చూడగలవారిని నియంత్రించవచ్చు. మీరు మీ కాలక్రమానికి నేరుగా లింక్ చేయడానికి శోధన ఇంజిన్‌లను అనుమతించాలా వద్దా అనేదాన్ని కూడా ఎంచుకోవచ్చు. ఈ ఎంపిక "ఆఫ్"లో ఉంటే, ఎవరైనా Google లేదా Bing వంటి శోధన ఇంజిన్ లేదా వ్యక్తుల శోధన సైట్‌ల్లో మీ పేరుని శోధించినప్పుడు, మీ Facebook ప్రొఫైల్ కనిపించదు. ఎవరైనా ఆన్‌లైన్‌లో శోధించినప్పుడు తమ గురించి కనిపించే సమాచారాన్ని తగ్గించాలనుకునే వ్యక్తులకు ఈ ఎంపిక చాలా ముఖ్యమైనది. అయితే, మీరు కంటెంట్‌ను "పబ్లిక్"గా పోస్ట్ చేస్తే, ఆ కంటెంట్ అప్పటికీ శోధన ఇంజిన్‌లో చూపబడుతూనే ఉంటుంది. ఈ సెట్టింగ్‌ను "ఆఫ్" చేయడంతో పాటు, మీరు ప్రేక్షకుల ఎంపిక ద్వారా గత మరియు భవిష్యత్తు పోస్ట్‌లను చూడగలవారిని నియంత్రించవచ్చు. మీరు పంచుకునేవి మరియు మీ గోప్యతా సెట్టింగ్‌ల ఆధారంగా, మీ నిజ జీవితంలో కనుగొనబడతారు. రక్షితులకు, భద్రతా నిర్వహణ కోసం స్థాన ప్రాప్యత క్లిష్టంగా ఉండవచ్చు. మీరు Facebook సందేశాలను మీ సెల్ ఫోన్ నుండి పంపుతుంటే, స్థాన భాగస్వామ్య లక్షణాన్ని ఆఫ్ చేయడం మర్చిపోవద్దు లేదంటే సందేశాన్ని స్వీకరిస్తున్న వ్యక్తి మీ వాస్తవ స్థానాన్ని మ్యాప్‌తో సహా పూర్తిగా చూడగలరు.

ట్యాగ్ చేయబడకుండా ఎలా నిరోధించాలి?

ట్యాగ్ చేయడం అనేది Facebookలో మరో కార్యాచరణ, దీని ద్వారా ఇతరులు మీ కాలక్రమాన్ని కనుగొనగలరు. మీరు మీ గోప్యతా సెట్టింగ్‌లను ఉపయోగించి మీ కాలక్రమంలో కనిపించడానికి ముందే అన్ని ట్యాగ్‌లను ఆమోదించేలా ఎంచుకోవచ్చు, మీరు ట్యాగ్ చేయబడిన పోస్ట్‌ల ప్రేక్షకులను నియంత్రించవచ్చు మరియు "ట్యాగ్ సూచనలు" లక్షణాన్ని ఆఫ్ చేయవచ్చు. అలాగే మీ ట్యాగ్‌లను మీరే తీసివేయవచ్చు, అయితే ట్యాగ్‌ను తీసివేయడం వలన లేదా ట్యాగ్‌ను ఆమోదించకపోవడం వలన సంబంధిత పోస్ట్ లేదా ఫోటో Facebook నుండి తీసివేయబడదు. ఈ ఎంపికలు మీ స్వంత కాలక్రమంలో ఏమి చూపబడాలనే దాన్ని నియంత్రించడానికి మాత్రమే మిమ్మల్ని అనుమతిస్తాయి. మీరు మీ గోప్యత గురించి ఆందోళన చెందుతున్నట్లయితే, Facebook సామాజిక నివేదన సాధనాన్ని ఉపయోగించి ఫోటోలు లేదా పోస్ట్‌లను తీసివేయమని వ్యక్తులను అడగవచ్చు. పోస్ట్ చేసిన ఏదైనా మీకు హానికరంగా అనిపిస్తే మరియు Facebook సంఘం ప్రమాణాలను ఉల్లంఘిస్తుంటే, మీరు దాని గురించి Facebookకి నివేదించవచ్చు. అలాగే మీరు హానికరమైన మరియు వేధింపుగా భావించే కంటెంట్ గురించి న్యాయవాదితో చర్చించవచ్చు.

మీ గురించి ఇతరులు ఏమి చెప్తున్నారు?

మీరు ఇతరులు వారి స్వంత కాలక్రమంలో మరియు Facebookలో మరెక్కడైనా మీ గురించి చెప్పేదాన్ని నియంత్రించలేకపోయినప్పటికీ, మీ గురించి మీ స్వంత కాలక్రమంలో చెప్పేదాన్ని నియంత్రించగలరు. కాలక్రమం మరియు ట్యాగింగ్ విభాగంలో, మీరు మీ కాలక్రమంలో పోస్ట్ చేసేవారిని మరియు మీ కాలక్రమాన్ని చూడగలవారిని నియంత్రించవచ్చు.

డిఫాల్ట్‌గా: ఏవి ఎల్లప్పుడూ పబ్లిక్‌గా ఉంటాయి

Facebook మీ గోప్యతను పెంపొందించడం కోసం మీకు అనేక ఎంపికలను అందిస్తున్నప్పటికీ, ఎవరైనా మీ కాలక్రమాన్ని చూసినప్పుడు అందులో ఎల్లప్పుడూ కొంత సమాచారం కనిపిస్తుంటుంది. ఈ సమాచారంలో మీ పేరు, ప్రస్తుత ప్రొఫైల్ ఫోటో, ప్రస్తుత కవర్ ఫోటో, మీకు సంబంధించిన నెట్‌వర్క్‌లు, లింగం, వినియోగదారు పేరు మరియు వినియోగదారు ID వంటివి ఉంటాయి. రక్షితులు వారి గోప్యతను నిర్వహించడానికి ఏ సమాచారాన్ని పంచుకోవాలనే విషయంలో వ్యూహాత్మకంగా వ్యవహరించాలని, సాధారణ ప్రొఫైల్ లేదా కవర్ ఫోటోను ఉపయోగించాలని లేదా ఏదైనా నెట్‌వర్క్‌లో సభ్యునిగా ఉండాలా అనేదాన్ని తెలుసుకోవాలని కోరుకోవచ్చు.

పబ్లిక్ పోస్ట్‌లను ఇష్టపడటం లేదా వాటిపై వ్యాఖ్యానించడం: ఇతర వ్యక్తుల ప్రొఫైల్‌లు లేదా సంస్థ పేజీల్లో ఉన్న పోస్ట్‌లు లేదా ఫోటోలకు వారు ఆ అంశానికి సెట్ చేసిన గోప్యతా సెట్టింగ్‌లు వర్తిస్తాయని గుర్తుంచుకోండి. ఇంకా చెప్పాలంటే, ఎవరి ఫోటో అయినా పబ్లిక్‌కి (ఎవరైనా దాన్ని చూడగలరు) సెట్ చేయబడితే, మీరు దాన్ని ఇష్టపడినా లేదా దానిపై వ్యాఖ్యానించినా, మీ వ్యాఖ్య మరియు మీరు దాన్ని ఇష్టపడ్డారనే విషయం కూడా పబ్లిక్‌గా కనిపిస్తాయి.

గోప్యతా ప్రాథమికాంశాల సాధనం

గోప్యతా ప్రాథమికాంశాల సాధనం వ్యక్తులకు Facebookలో వారి సమాచారం మరియు అనుభవంపై పూర్తి నియంత్రణను అందించడం కోసం రూపొందించబడింది. మీ గోప్యతను సులభంగా నియంత్రించడానికి దీన్ని ఉపయోగించండి.

facebook.org/basics

ఆత్మ రక్షణలో భాగంగా పరిశీలించాల్సిన రెండవ విషయం: భద్రతా సెట్టింగ్‌లు & నోటిఫికేషన్‌లు

భద్రత
తనిఖీ సాధనం

ఎపికలను శీఘ్రంగా సమీక్షించడానికి మరియు మీ ఖాతాకు మరింత భద్రతను చేర్చడానికి ఈ సాధనాన్ని ఉపయోగించండి.
facebook.com/securitycheckup

భద్రతా సెట్టింగ్‌లు మీ ఖాతాకు ప్రాప్యతను కలిగి ఉన్న వారిని నియంత్రిస్తాయి. ఇది రక్షితులకు ఎంతో ముఖ్యమైనది. కొంత మంది దుర్వినియోగదారులు పాస్‌వర్డ్‌ను ఊహించి, రక్షితుల ఖాతాను ప్రాప్యత చేయడానికి ప్రయత్నిస్తారు. భద్రతా సెట్టింగ్‌లను ఉపయోగించి, మీరు వేరే ఎవరూ మీ ఖాతాలోకి లాగిన్ చేయలేరని భరోసా పొందవచ్చు. రక్షితుల కోసం కొన్ని ముఖ్య సెట్టింగ్‌లు క్రింద అందించబడ్డాయి:

భద్రతా ప్రశ్నలు

భద్రతా ప్రశ్నల్లో దాదాపు అన్నీ ప్రామాణిక వ్యక్తిగత ప్రశ్నలు, కనుక దురాలోచన గల వ్యక్తికి వీటికి సమాధానం తెలిసి ఉండవచ్చు లేదా ఊహించగల సామర్థ్యం ఉండవచ్చు. ఈ ప్రశ్నలకు నిజమైన సమాధానాలు ఇవ్వాల్సినవసరం లేదు. మీరు మీకు మాత్రమే గుర్తుండే పదం లేదా పదబంధాన్ని ఉపయోగించడం ద్వారా మీ సమాధానాల విషయంలో వ్యూహాత్మకంగా వ్యవహరించవచ్చు, అప్పుడు దుర్వినియోగదారు సమాధానాన్ని ఊహించి మీ పాస్‌వర్డ్‌ను రీసెట్ చేయలేరు.

లాగిన్ నోటిఫికేషన్‌లు

మీరు మునుపెన్నడూ ఉపయోగించని కంప్యూటర్ లేదా పరికరం నుండి మీ ఖాతాను ప్రాప్యత చేయడానికి ఎవరైనా ప్రయత్నిస్తే, మీకు ఇమెయిల్ లేదా వచన సందేశం ద్వారా ఆ విషయం తెలియజేయబడుతుంది.

లాగిన్ ఆమోదాలు

మీరు మీ ఖాతాకు వేరే వెబ్ బ్రౌజర్ లేదా పరికరం నుండి లాగిన్ చేస్తున్నట్లయితే, మీ ఖాతాను ప్రాప్యత చేయడానికి తప్పనిసరిగా భద్రతా కోడ్‌ను కలిగి ఉండాలి.

గుర్తించిన పరికరాలు

మీరు మీ ఖాతాకు ప్రాప్యతను కలిగి ఉండటానికి అనుమతించబడిన పరికరాలను నిర్వహించవచ్చు మరియు ఎవరైనా తెలియని పరికరం నుండి మీ ఖాతాను ప్రాప్యత చేయడానికి ప్రయత్నిస్తే మీకు దాని గురించి తెలియజేయబడుతుంది. రక్షితులు వారి భాగస్వామి పరికరం నుండి వారి ఖాతాను ప్రాప్యత చేయడానికి మునుపు ఎంచుకొని, ఇప్పుడు ఆ పరికరానికి ప్రాప్యత ఉండకూడదని భావిస్తే, ప్రత్యేకించి ఇది సహాయకరంగా ఉంటుంది.

క్రియాశీల సెషన్‌లు

ఇది ప్రస్తుతం క్రియాశీలంగా ఉన్న లేదా లాగిన్ చేసిన సెషన్‌లను చూపుతుంది, కనుక దీన్ని ముఖ్యంగా గుర్తుంచుకోవాలి. మీరు మీ ఖాతాను ప్రాప్యత చేసి ఉంటే లేదా అప్లికేషన్‌ను ఉపయోగించి, లాగ్ ఆఫ్ చేయడం మర్చిపోయి ఉంటే, సెషన్‌లు క్రియాశీలంగా ఉండే అవకాశం ఉంది. అలాగే ఇది వేరెవరైనా మీ ఖాతాను ప్రాప్యత చేసి ఉంటే, దాన్ని చూపుతుంది. ఆ సందర్భంలో, మీరు 'కార్యాచరణను ముగించడానికి' ఎంచుకోవచ్చు, అప్పుడు ఆ పరికరానికి మీ ఖాతా ప్రాప్యత కొనసాగకుండా బ్లాక్ చేయబడుతుంది.

నోటిఫికేషన్‌లు

ఎవరైనా మీకు స్నేహితులుగా ఉండాలని అడిగినప్పుడు, మిమ్మల్ని ట్యాగ్ చేసినప్పుడు లేదా మీరు పోస్ట్ చేసిన దేనిపై అయినా వ్యాఖ్యానించినప్పుడు, అలాగే ఇంకా వివిధ కార్యాచరణల గురించి మీకు తెలియజేయబడటానికి Facebook మిమ్మల్ని అనుమతిస్తుంది. ఈ నోటిఫికేషన్‌ల్లో ఒక్కోదాన్ని క్షుణ్ణంగా చదివి, మీరు ఎప్పుడు తెలియజేయబడాలనుకుంటున్నారో నిశ్చయించుకోండి. మీరు ఇమెయిల్ ద్వారా, Facebookలో లేదా వచన సందేశం ద్వారా తెలియజేయబడేలా ఎంచుకోవచ్చు.

మీ సమాచారాన్ని డౌన్‌లోడ్ చేసుకోండి (DYI) సాధనం

కంటెంట్‌ను మరియు మీ ఖాతాలో ఇతరులకి సంబంధించిన పోస్ట్‌లు మరియు ఫోటోలు, అలాగే లాగిన్ చేయడం ద్వారా ప్రాప్యత చేయలేని కొంత కార్యాచరణ అనగా మీరు క్లిక్ చేసిన ప్రకటనలను డౌన్‌లోడ్ చేయడానికి ఈ సాధనం మిమ్మల్ని అనుమతిస్తుంది. రక్షితులు దుర్వినియోగం, వేధింపు మరియు అనవసర సంప్రదింపు వంటివాటికి సాక్ష్యం భద్రపరుచుకోవడానికి ఈ సాధనం అత్యంత ఉత్తమ మార్గం. ఈ సాధనాన్ని ఉపయోగించడం వలన మీ కాలక్రమంలో చేసిన పోస్ట్‌లు, స్నేహ అభ్యర్థనలు, మీరు తొలగించిన స్నేహితులు, పంపిన మరియు స్వీకరించిన అన్ని సందేశాలు (మీరు వాటిని తొలగించనన్ని రోజులు), ఖాతాను ప్రాప్యత చేసిన IP చిరునామాలు మొదలైనవి సంగ్రహించబడతాయి. Facebook పూర్తి చరిత్రను అలాగే ఉంచదు, కనుక ఖాతాను ప్రాప్యత చేసే IP చిరునామాల పూర్తి చరిత్ర అందుబాటులో ఉండకపోవచ్చని గుర్తుంచుకోండి. ఈ సమాచారాన్ని డౌన్‌లోడ్ చేయడం కోసం మీ సాధారణ ఖాతా సెట్టింగ్‌లకు వెళ్లి, 'మీ Facebook డేటా కాపీని డౌన్‌లోడ్ చేయి'ని క్లిక్ చేయండి. ఈ డౌన్‌లోడ్‌లో మీ వ్యక్తిగత సమాచారం ఎక్కువగా ఉంటుంది, కనుక దీన్ని పంపిన ఇమెయిల్‌ను యజమాని కాకుండా వేరెవరైనా ప్రాప్యత చేయగలరేమో తెలుసుకోవడం ముఖ్యం మరియు మీరు దాన్ని సేవ్ చేసేటప్పుడు జాగ్రత్తగా ఉండండి. వేధింపు లేదా అనవసర సంప్రదింపుని కంప్యూటర్‌లో ఫోటోలు లేదా స్క్రీన్‌షాట్‌లు తీయడం ద్వారా సంగ్రహించమని కూడా రక్షితులను ప్రోత్సహించడమైనది. పోస్ట్‌పై గుర్తు పెట్టిన ఇష్టాలు వంటి కొంత కంటెంట్ DYIలో చేర్చబడదు మరియు డౌన్‌లోడ్ ముగిసేలోపే దుర్వినియోగదారు మిగిలిన కంటెంట్‌ను తొలగించవచ్చు. అలాంటి సందర్భంలో ఫోటోలు ఆ సమాచారాన్ని సురక్షితంగా ఉంచుతాయి. DYI సాధనం గురించి మరింత సమాచారం కోసం, దీన్ని సందర్శించండి: https://www.facebook.com/help/download.

ఆత్మ రక్షణలో భాగంగా పరిశీలించాల్సిన మూడవ విషయం: సురక్షితంగా ఉండటం

దుర్వినియోగదారులు, చెడు ప్రవర్తన గలవారు, దుర్మార్గులు బాధితులను వేధించే ఉద్దేశ్యంతో వివిధ ఆన్‌లైన్ వేదికలను దుర్వినియోగం చేస్తుంటారు. క్రింద పేర్కొన్నవి చేస్తే Facebookని దుర్వినియోగపరిచినట్లు పరిగణించబడుతుంది: పోస్ట్‌లు లేదా ప్రైవేట్ సందేశాల ద్వారా ఒకరిని బెదిరించడం లేదా వేధించడం; ఒకరికి హాని లేదా బాధ కలిగించే ఉద్దేశ్యంతో వారి సమ్మతి లేకుండా సమాచారాన్ని లేదా చిత్రాలను పోస్ట్ చేయడం; బాధితుల పాస్‌వర్డ్‌ను పొంది, తద్వారా అనుమతి లేకుండా వారి ఖాతాను ప్రాప్యత చేయడం లేదా బాధితుని వలె నటించి మోసగించడం. ఈ దుర్వినియోగ చర్యలు ఆమోదయోగ్యం కాకపోయినప్పటికీ, ఇవి ఒక్కొక్కటి చట్టపరం అయినా కాకపోయినా Facebook సేవా నిబంధనల ఉల్లంఘన క్రిందకు రావు. ఆ కారణంగా, రక్షితులు తమకు ఏయే ఎంపికలు ఉన్నాయి మరియు Facebook ద్వారా ఎవరైనా వేధించినప్పుడు దాని గురించి నివేదించడానికి ఏయే వనరులు అందుబాటులో ఉన్నాయి వంటివి తెలుసుకోవడం ముఖ్యం.

Facebookలో సాధనాలు:

మీకు ఆందోళన కలిగిస్తున్నవారి నుండి బయటపడటానికి Facebookలో ఆ వ్యక్తిని **స్నేహితునిగా తీసివేయడం లేదా బ్లాక్ చేయడం** అనే రెండు ఎంపికలు ఉన్నాయి.

- **స్నేహితునిగా తీసివేయడం:** మీరు ఒకరిని స్నేహితునిగా తీసివేస్తే, "స్నేహితులు" ప్రేక్షకులుగా సెట్ చేసిన కార్యాచరణలు (చిత్రాలు, నవీకరణలు, పోస్ట్‌లు) ఇకపై ఆ వ్యక్తికి కనిపించవు. అంతే కాకుండా, వారి కార్యాచరణలు మీ వార్తల ఫీడ్‌లో చూపబడవు. అయితే, వారు అప్పటికీ మీరు "పబ్లిక్" ప్రేక్షకులు ఎంపికతో పోస్ట్ చేసే ఏవైనా కార్యాచరణలు, మీ కాలక్రమంలో ఉమ్మడి స్నేహితులు చేసిన పోస్ట్‌లు మరియు ఉమ్మడి స్నేహితుడి కాలక్రమంలో మీరు పోస్ట్ చేసే ఏవైనా వ్యాఖ్యలు వంటి వాటితో సహా మీ ప్రొఫైల్‌లో పబ్లిక్‌గా ఉన్న ఏదైనా చూడగలుగుతారు. వారు మీకు తిరిగి స్నేహ అభ్యర్థనను కూడా పంపవచ్చు.
- **బ్లాక్ చేయడం:** మీరు ఒక వ్యక్తిని బ్లాక్ చేస్తే, వారు మీ కాలక్రమ కార్యాచరణను చూడలేరు, మీకు సందేశం పంపలేరు లేదా మిమ్మల్ని ట్యాగ్ చేయలేరు లేదా మరోసారి స్నేహ అభ్యర్థనను పంపలేరు (బ్లాక్ చేస్తే ఆ వ్యక్తి స్వయంచాలకంగా స్నేహితునిగా తీసివేయబడతారు). మీరు కూడా వారి కార్యాచరణను చూడలేరు. వారు ఇప్పటికీ అప్లికేషన్‌లు లేదా సమూహాల్లో మీ పబ్లిక్ సమాచారాన్ని మరియు కార్యాచరణను చూడగలుగుతారు.

ఈ ఎంపికల్లో ఏది ఏ సమయంలో ఉపయోగించాలనే దానిపై తెలివిగా నిర్ణయం తీసుకోండి. చెడు ప్రవర్తన గలవారు మరియు దుర్వినియోగదారులు బాధితులపై తమ అధికారం మరియు నియంత్రణను కొనసాగించడానికి పర్యవేక్షణ మరియు బెదిరింపులను ప్రయోగిస్తారు, కనుక రక్షితులు ప్రాప్యతను పరిమితం చేసినప్పుడు కొన్నిసార్లు దుర్వినియోగదారులు నియంత్రణను చేజిక్కించుకోవడానికి వేరే మార్గాలను అన్వేషిస్తారు లేదా ఇంకా ఎక్కువగా బెదిరించడం మరియు దాడి చేయడంతో పాటు అత్యంత ప్రమాదకరంగా ప్రవర్తిస్తారు. దుర్వినియోగదారుతో సంబంధాన్ని లేదా పరిచయాన్ని తెంచేసుకోవడం అనేది చాలా మంది రక్షితులకు ప్రమాదంగా పరిణమించవచ్చు, కనుక భద్రతను ప్లాన్ చేసుకోవడం ముఖ్యం అలాగే దీని గురించి నిపుణులైన న్యాయవాదితో చర్చించి చూడండి. మీరు పరిచయాన్ని తెంచేసుకుంటే ఆ వ్యక్తి ఏమి చేస్తాడో అని ఆందోళన చెందుతున్నట్లయితే, మరింత సమాచారం మరియు సహాయం కోసం మీ స్థానిక గృహ హింస నివారణ సంస్థ లేదా పోలీసులకు కాల్ చేయండి.

సన్నిహిత భాగస్వామి హింస, వెక్కిరించడం మరియు దుర్వినియోగం గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి, మీకు దగ్గర్లోని మహిళా భద్రత మరియు / లేదా మానవ హక్కుల సమస్యలను పరిష్కరించే సంస్థను సంప్రదించండి. మీరు **www.nnedv.org**ని కూడా సందర్శించవచ్చు.

వ్యక్తి, పోస్ట్ లేదా చిత్రం గురించి Facebookకి నివేదించడం అనేది పోస్ట్ చేయబడినది లేదా వ్యక్తి సైట్‌ను ఉపయోగిస్తున్న తీరు ప్రమాదకరంగా ఉన్నట్లు మీకు అనిపించినప్పుడు మీరు తీసుకోవాల్సిన చర్య. దీన్ని మీ కాలక్రమం నుండి, ఒకరు మీకు పంపిన సందేశం నుండి లేదా మీ వార్తల ఫీడ్‌లో నుండి చేయవచ్చు.

మీరు మీ కాలక్రమంలోని పోస్ట్‌లు, మీరు ట్యాగ్ చేయబడిన పోస్ట్‌లు లేదా ప్రైవేట్ సందేశాలను నివేదించవచ్చు. మీరు మిమ్మల్ని ట్యాగ్ చేసిన, ట్యాగ్ చేయని ఫోటోను కూడా నివేదించవచ్చు. నిర్దిష్ట రకాల కంటెంట్‌ను ఎలా నివేదించాలనే దానిపై సత్వర సూచనల కోసం, దీన్ని సందర్శించండి: www.facebook.com/report.

Facebookకి ఏదైనా ఎలా నివేదించాలనే దాని గురించి మరింత సాధారణ సమాచారం కోసం, దీన్ని సందర్శించండి: https://www.facebook.com/help/reportviolation.

నివేదన ఎంపికను ఉపయోగించేటప్పుడు, మీకు కంటెంట్‌ను పోస్ట్ చేసిన వ్యక్తితో మాట్లాడే అవకాశం ఉంటుంది అప్పుడు మీరు కంటెంట్‌ను తీసివేయమని లేదా సవరించమని, అలాగే కంటెంట్‌కి సంబంధించి మీరు ఆందోళన చెందుతున్న మరొక విశ్వసనీయ వ్యక్తికి తెలియజేయమని వారిని అడగవచ్చు.

కంటెంట్ Facebook సేవా నిబంధనలను ఉల్లంఘించినట్లయితే, అది తీసివేయబడుతుంది. Facebook సంఘం ప్రమాణాలను కూడా కలిగి ఉంది, వాటి ప్రకారం కంటెంట్ హింస లేదా ప్రమాద భయాలు, బెదిరింపు లేదా వేధింపు, ద్వేషపూరిత సంభాషణ, లైంగిక హింస మరియు దోపిడీ లేదా ప్రతిరూపణను కలిగి ఉన్నట్లయితే తీసివేయబడుతుంది. Facebook సంఘం ప్రమాణాల పూర్తి జాబితా కోసం మరియు వాటి ప్రకారం వేధింపు మరియు ప్రమాద భయాలు ఎలా నిర్వచించబడ్డాయి అనేవాటిపై మరింత సమాచారం కోసం https://www.facebook.com/communitystandards లింక్‌ను సందర్శించండి.

గుర్తుంచుకోవాల్సిన ముఖ్య విషయం ఏమిటంటే రక్షితులకు Facebookలో ఏదైనా వేధింపు, ప్రమాద భయాలు లేదా ఇతర ప్రవర్తనల గురించి సాక్ష్యాలను భద్రపరచాలనే ఉద్దేశ్యం ఉంటే, వారు ఆ కార్యాచరణ స్క్రీన్‌షాట్‌ను తీసి పెట్టుకోవాలి లేదా దాన్ని ఉపసంహరించాలని అభ్యర్థిస్తూ నివేదికను సమర్పించే ముందు దాన్ని DYI సాధనాన్ని ఉపయోగించి సేవ్ చేసి పెట్టుకోవాలి. ఒకసారి తీసివేసాక, కంటెంట్‌ను మళ్లీ ప్రాప్యత చేయలేరు.

Facebookలో దుర్వినియోగ సమస్య పరిష్కారం గురించి మరింత సమాచారం కోసం, Facebook సహాయ కేంద్రంలోని క్రింది లింక్‌లను చూడండి:

దుర్వినియోగ సమస్య పరిష్కారం కోసం సాధనాలు: **https://www.facebook.com/help/addressingabuse**

తల్లిదండ్రులు & విద్యావేత్తల కోసం సాధనాలు: **https://www.facebook.com/help/parents&educators**

Facebook వెలుపల:

కొన్ని వ్యాఖ్యలు లేదా పోస్ట్‌లు బెదిరించడం లేదా వేధించడం కోసం చేసినప్పటికీ మరియు ఆ ఉద్దేశ్యంతోనే చేసారని మీరు కనుగొన్నప్పటికీ అవి Facebook సేవా నిబంధనలను ఉల్లంఘించనందున తీసివేయబడవు.

చట్టపరమైన ఎంపికలు

ఒకరు మిమ్మల్ని వేధిస్తుంటే, బెదిరిస్తుంటే లేదా మీకు అభద్రతా భావం కలిగిస్తుంటే, వాటి నుండి బయటపడటానికి మీకు ఏయే మార్గాలు ఉన్నాయో తెలుసుకోవడానికి మీరు స్థానిక గృహ హింస బాధితుల న్యాయవాదితో లేదా చట్ట సంబంధిత అధికారులతో మాట్లాడవచ్చు. ఆన్‌లైన్ వేధింపుని ఎలా నిరూపించాలి మరియు ఎలా దాఖలు చేయాలి, చట్టపరంగా ఏ మార్గాలు అందుబాటులో ఉన్నాయి అలాగే వేధింపు మరియు బెదిరింపులు మరింత ఎక్కువైనప్పుడు మీ భద్రతకు భరోసా కలిగించే వ్యూహాలు వంటి విషయాలపై వారు చర్చించి, సలహా ఇవ్వగలరు. Facebookలో దుర్వినియోగదారు చేసే చర్యలు Facebook సేవా నిబంధనలు లేదా ఏవైనా చట్టాలను ఉల్లంఘించనప్పటికీ, మొత్తంగా (ఉదాహరణకు, అస్పష్టమైన వేధింపు సందేశాలు) వెక్కిరింపు లేదా వేధింపుని కలిగి ఉండవచ్చు.

మీరు ఒక వ్యక్తికి వ్యతిరేకంగా భద్రతా ఆర్డర్ లేదా నిరోధక ఆర్డర్ కలిగి ఉంటే లేదా దాని కోసం ప్రయత్నిస్తుంటే, ఆర్డర్‌లో ఆన్‌లైన్‌తో సహా వేరే ఏ మార్గంలోనూ మిమ్మల్ని సంప్రదించలేకుండా లేదా ఆన్‌లైన్‌లో మీ ఫోటోలు లేదా సమాచారాన్ని పోస్ట్ చేయలేకుండా ఆ వ్యక్తిని నిరోధించే భాష ఉండే విధంగా అభ్యర్థించండి. అనేక రాష్ట్రాలు ఇప్పటికే టెంప్లేట్ రక్షణ ఆర్డర్ ఫారమ్‌ల్లో దీన్ని చేర్చాయి. ఇప్పటికే ఉన్న ఆర్డర్‌లు ఈ భాషను చేర్చేలా సవరించబడతాయి.

దర్యాప్తులో అవసరమయ్యే సమాచారం కోసం చట్ట సంబంధ అధికారులు వారిని ఎలా సంప్రదించగలరనే దానికి సంబంధించి Facebook మార్గదర్శకాలను కలిగి ఉంది. మీరు కలిసి పని చేస్తున్న అధికారులతో క్రింది లింక్‌ను భాగస్వామ్యం చేయవచ్చు: https://www.facebook.com/safety/groups/law/guidelines/.

NNEDV

facebook

మరింత సమాచారం కోసం:

Facebookలో మీ గోప్యత & భద్రతా ఎంపికల గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి క్రింది లింక్‌లను సందర్శించండి:

Facebook గోప్యతా పేజీ:
www.facebook.com/privacy

కుటుంబ భద్రత కేంద్రం:
www.facebook.com/safety

ప్రాథమిక గోప్యతా సెట్టింగ్‌లు & సాధనాలు:
www.facebook.com/help/privacybasics

భద్రతా చిట్కాలు & సాధనాలు:
www.facebook.com/help/securitytips

NNEDV Safety Net ప్రాజెక్ట్:
www.nnedv.org/safetynet

ఆన్‌లైన్ భద్రతపై Safety Net వనరులు:
www.techsafety.org/resources

Safety Net సాంకేతికత భద్రత అంశాలు:
www.nnedv.org/safetynetdocs

©2015