---

layout: page

title: "އޮންލައިން ފުރައްސާރައިގެ އަމާޒަކަށްވީ ހެއްޔެވެ؟"

author: Flo Pagano, Natalia Krapiva

language: en

summary: "އޮންލައިން ފުރައްސާރައިގެ އަމާޒަކަށްވީ ހެއްޔެވެ؟"

date: 2023-04

permalink: /en/topics/harassed-online/

parent: Home

---

# "އޮންލައިން ފުރައްސާރައިގެ އަމާޒަކަށްވީ ހެއްޔެވެ؟"

އިންޓަނެޓާއި ވަކިން ހާއްސަކޮށް ސޯޝަލް މީޑިއާ ޕްލެޓްފޯމްތަކަކީ މަދަނީ ޖަމިއްޔާތަކުގެ މެމްބަރުންނާއި ޖަމިއްޔާތަކަށް ހާއްސަކޮށް އަންހެނުންނާއި އެލްޖީބީޓީކިއުއައިއޭ+ މީހުންނާއި އެހެނިހެން ނިކަމެތި ގްރޫޕްތަކަށް ހިޔާލު ފާޅުކޮށް އަޑު އިއްވުމަށް ވަރަށް މުހިންމު ތަނަކަށް ވަނީ ވެފަ އެވެ. އެހެންނަމަވެސް، ހަމަ އެއާ އެކީގައި، އެޖަމާޢަތްތައް، ޚިޔާލު ފާޅުކުރުމުގެ ސަބަބުން، ފުރައްސާރަކުރުން ފަސޭހައިން އަމާޒުކުރެވޭ ތަންތަނަށްވެސް މިވަނީ ވެފައެވެ. އޮންލައިންކޮށް ކުރާ އަނިޔާއާއި ގޯނާގެ ސަބަބުން އަންހެނުންނަށާއި، އެލްޖީބީޓީކިއުއައިއޭ+ މީހުންނަށާއި، އެނޫންވެސް ނިކަމެތި އެތައް ބަޔަކަށް ހަމަހަމަކަމާއި، މިނިވަންކަމާއި، ބިރުވެރިކަމެއް ނެތި ޚިޔާލުފާޅުކުރުމުގެ ޙައްޤު ނުލިބެއެވެ.

އޮންލައިންކޮށް ކުރާ އަނިޔާއާއި ގޯނާގެ ތަފާތު ވައްތަރުތައް ހުންނައިރު، ގިނަ ގައުމުތަކުގައި ފުރައްސާރައިގެ ޝިކާރައަކަށްވާ ފަރާތްތައް ހިމާޔަތްކުރާ ގާނޫނުތައް ނެތުމުގެ ސަބަބުން، އަދި މައިގަނޑު ގޮތެއްގައި ޔުނިވާސަލް ޕްރޮޓެކްޝަން ސްޓްރެޓެޖީއެއް ނެތުމުގެ ސަބަބުން، ނުބައި ކަންކަމަށް ބަރޯސާވާން ޖެހެއެވެ. އެހެންވީމާ، ތިޔަބޭފުޅުންނަށް އަމާޒުކޮށްގެން ދެވޭ ޙަމަލާގެ ޓައިޕޮލޮޖީ ދެނެގަނެ، އެޅިދާނެ ފިޔަވަޅެއް ކަނޑައެޅުމަކީ ވަރަށް މުހިންމު ކަމެއް.

ޑިޖިޓަލް ފަސްޓް އެއިޑް ކިޓްގެ މި ސެކްޝަނުން ތިބާއަށް ލިބެނީ ކޮން ކަހަލަ ހަމަލާއެއްކަން ދެނެގަނެ، އެކަމުން ރައްކާތެރިވާނެ ގޮތްތައް ރާވައި، ނުވަތަ އެހީތެރިވެދޭނެ ޑިޖިޓަލް ސެކިއުރިޓީ ހެލްޕް ޑެސްކެއް ހޯދުމުގެ ގޮތުން ބައެއް އަސާސީ ފިޔަވަޅުތަކުގެ ތެރެއިން ކުރިއަށް ދާނެ އެވެ.

އޮންލައިންކޮށް ކުރާ ފުރައްސާރައިގެ ޝިކާރައަކަށްވެއްޖެނަމަ [އަމިއްލަ ނަފްސަށް އަޅާލާނެ ގޮތު] ގެ ރިކޮމެންޑޭޝަންތައް ކިޔެވުމަށް ލަފާދެމެވެ. (/../../ސެލްފް ކެއާ) އަދި [ހަމަލާތައް ޑޮކިއުމެންޓް ކުރާނެ ގޮތް] (/../../ޑޮކިއުމެންޓޭޝަން)، އަދި ދެން މި ސުވާލަށް ބިނާކޮށް، ތިބާގެ މައްސަލައިގެ ބާވަތް ދެނެގަނެ، އެކަމަށް އެކަށީގެންވާ ހައްލެއް ހޯދާށެވެ.

## ވޯކްފްލޯ

### ޖިސްމާނީ ދުޅަހެޔޮކަން

ތިމާގެ ޖިސްމާނީ ނަޒާހަތްތެރިކަމަށް ނުވަތަ ދުޅަހެޔޮކަމަށް ނުރައްކަލެއް އައިސްދާނެ ކަމަށް ބިރުގަންނަނީ ހެއްޔެވެ؟

- [ޔެސް] (#physical-risk\_end)

- [ނޯ] (#no-physical-risk)

### ލޮކޭޝަން

ހަމަލާދޭ މީހާއަށް ތިބާ ހުންނަތަން އެނގޭހެން ހީވަނީ ހެއްޔެވެ؟

- [ޔެސް] (#location\_tips)

- [ނޫން] (#device)

### ލޮކޭޝަން ޓިޕްސް

> ސޯޝަލް މީޑިއާގައި ދާދި ފަހުން ކޮށްފައިވާ ޕޯސްޓުތައް ޗެކްކުރޭ: އޭގެ ތެރޭގައި ތިބާގެ ސީދާ ލޮކޭޝަން ހިމަނާފައިވޭހެއްޔެވެ؟ އެހެން ކަމަށްވާނަމަ ފޯނުގައި ވާ ސޯޝަލް މީޑިއާ އެޕްލިކޭޝަންތަކާއި އެހެނިހެން ހިދުމަތްތަކަށް ޖީޕީއެސް އެކްސެސް ޑިސެބަލް ކޮށްލާށެވެ.

> އޮންލައިންކޮށް ޕޯސްޓްކުރާ ފޮޓޯތައް ޗެކްކުރޭ: އެ ފޮޓޯތަކުގައި ސާފުކޮށް ދެނެގަނެވޭ އަދި ތިބާ ހުރި ތަނެއް ސާފުކޮށް އެނގޭނެ ތަންތަނުގެ ތަފްސީލް ހިމަނާފައިވޭހެއްޔެވެ؟ ޕޮޓެންޝަލް ސްޓޮކަރުންގެ ކިބައިން ސަލާމަތްވުމަށްޓަކައި، އަމިއްލަ ފޮޓޯ ނުވަތަ ވީޑިއޯ ޕޯސްޓްކުރާއިރު، ތިމާގެ ސީދާ ލޮކޭޝަން ނުދެއްކުމަކީ އެންމެ ރަނގަޅު ގޮތެވެ.

> ރައްކާތެރިކަމުގެ އިތުރު ފިޔަވަޅެއްގެ ގޮތުން، ޖީޕީއެސް ކޮންމެ ވަގުތަކު ވެސް ހުއްޓާލުމަކީ ވެސް ރަނގަޅު ކަމެކެވެ - މެޕް ހަގީގަތުގައި ވެސް ބޭނުން ކުރަންޖެހިއްޖެ ޙާލަތެއްގައި އެވަގުތަށް މެނުވީ އެވެ.

އޮންލައިންކޮށް ޝާއިއުކުރި މައުލޫމާތު ބޭނުންކޮށްގެން އެމީހާ ފާރަލަނީހެއްޔެވެ؟ ނުވަތަ އަދިވެސް ހަމަލާދޭ މީހާއަށް ތިބާގެ ލޮކޭޝަން އެހެން ގޮތްގޮތުން އެނގޭހެން ހީވޭ ހެއްޔެވެ؟

- [ނޫން، އަޅުގަނޑަށް ހީވަނީ އަޅުގަނޑުގެ މައްސަލަތައް ޙައްލުކުރެވިއްޖެހެން] (#resolved\_end)

- [އާނ، އަހަންނަށް އަދިވެސް ހީވަނީ ފާރަލާ މީހާއަށް އަހަރެން ހުރި ތަނެއް އެނގޭނެހެން] (#device)

- [ނޫން، އެކަމަކު އެހެން މައްސަލަތަކެއް އެބަހުރި] (#account)

### ޑިވައިސް

ހަމަލާ ދިން މީހާ އަށް ވަދެވުނީ ހެއްޔެވެ؟ ނޫނީ ޑިވައިސް އަށް ވަންނަން މަސައްކަތް ކުރަނީ ހެއްޔެވެ؟

- [ޔެސް] (#device-compromised)

- [ނޯ] (#account)

### ޑިވައިސް-ކޮމްޕްރޮމައިޒްޑް

> ޑިވައިސް އަށް ވަނުމަށް ޕާސްވޯޑް ބަދަލުކުރާށެވެ.

- [މެކް އޯއެސް] (https://support.apple.com/en-us/HT202860)

- [ވިންޑޯސް] (https://support.microsoft.com/en-us/help/4490115/windows-change-or-reset-your-password)

- [އައިއޯއެސް-އެޕްލް އައިޑީ] (https://support.apple.com/en-us/HT201355)

- [އެންޑްރޮއިޑް] (https://support.google.com/accounts/answer/41078?co=GENIE.Platform%3DAndroid&hl=en)

އަދިވެސް ހަމަލާދޭ މީހާ ތިބާގެ ޑިވައިސް ކޮންޓްރޯލް ކޮށްފާނެ ކަމުގެ އިހުސާސް ކުރެވެނީ ހެއްޔެވެ؟

- [ނޫން، އަޅުގަނޑަށް ހީވަނީ އަޅުގަނޑުގެ މައްސަލަތައް ޙައްލުކުރެވިއްޖެހެން] (#resolved\_end)

- [ނޫން، އެކަމަކު އަޅުގަނޑަށް އެހެން މައްސަލަތަކެއް އެބަހުރި] (#account)

- [ނޫން] (#info\_stalkerware)

### އިންފޯ ސްޓޮކަރ ވެއާ

> [ސްޓޮކަރ ވެއާ] (https://en.wikipedia.org/wiki/Stalkerware) އަކީ މީހެއްގެ ހަރަކާތެއް ނުވަތަ ތަނެއް ބެލުމަށް ބޭނުންކުރާ ކޮންމެ ސޮފްޓްވެއާއެކެވެ.

> ތިބާގެ މޮބައިލް ޑިވައިސްގައި އިންސްޓޯލްކޮށްފައިވާ އެޕްލިކޭޝަނެއް މެދުވެރިކޮށް މީހަކު ތިބާއަށް ޖާސޫސްކޮށްފާނެ ކަމަށް ހީވާނަމަ، [މި ޑިޖިޓަލް ފަސްޓް އެއިޑް ކިޓް ވޯކްފްލޯގެ ސަބަބުން ތިބާގެ ޑިވައިސްގައި މެލްވެއާ ޖެހިފައިވޭތޯ އާއި އެކަން ސާފުކުރުމަށް އަޅަންޖެހޭ ފިޔަވަޅުތައް އަޅާނެ ގޮތް ކަނޑައެޅުމަށް އެހީތެރިވެދޭނެ]

(../../../ޑިވައިސް-އެކްޓިން-ޝައްކު ކުރެވޭ ގޮތަށް).

ތިބާއަށް ލިބެމުންދާ ހަމަލާ ދެނެގަތުމަށް އިތުރު އެހީތެރިކަމެއް ބޭނުންވޭހެއްޔެވެ؟

- [ނޫން، އަޅުގަނޑަށް ހީވަނީ އަޅުގަނޑުގެ މައްސަލަތައް ޙައްލުކުރެވިއްޖެހެން] (#resolved\_end)

- [އާނ، އަޅުގަނޑަށް އަދިވެސް އެބަހުރި އަޅުގަނޑު ޓްރަބްލްޝޫޓް ކުރަން ބޭނުންވާ ބައެއް މައްސަލަތައް] (#account)

### އެކައުންޓް

> މީހަކަށް ތިބާގެ ޑިވައިސް އަށް އެކްސެސް ލިބުނަސް ނުވަތަ ނުލިބުނަސް، ތިބާގެ އޮންލައިން އެކައުންޓްތަކަށް ހެކްކޮށްގެން ނުވަތަ ޕާސްވޯޑް އެނގުމުން ނުވަތަ ކްރޭކް ކުރުމުން އެ އެކައުންޓްތަކަށް ވަނުމުގެ ފުރުސަތު އެބައޮތެވެ.

> އެހެން މީހަކަށް ތިބާގެ އޮންލައިން އެކައުންޓްތަކުގެ ތެރެއިން އެއް އެކައުންޓް ނުވަތަ އެއަށްވުރެ ގިނަ އެކައުންޓްތަކަށް އެކްސެސް ލިބިފައިވާނަމަ، ތިމާގެ ޕްރައިވެޓް މެސެޖްތައް ކިޔުމާއި، ކޮންޓެކްޓްސް ދެނެގަތުމާއި، ޕްރައިވެޓް ޕޯސްޓުތަކާއި ފޮޓޯ ނުވަތަ ވީޑިއޯތައް ޝާއިއުކޮށް، ނުވަތަ ތިބާގެ ނަކަލުކުރަން ފެށޭނެއެވެ.

> އޮންލައިން އެކައުންޓްސް އެކްޓިވިޓީ އާއި މެއިލްބޮކްސް (ސެންޓް އެންޑް ޓްރޭޝް ފޯލްޑަރުތައް ހިމެނޭ ގޮތަށް) ރިވިއުކޮށް، ޝައްކު ކުރެވޭ ހަރަކާތެއް ހިނގައިދާނެ ކަމަށް ބެލެވެ އެވެ.

ޕޯސްޓްތައް ނުވަތަ މެސެޖްތައް ނެތިގެން ދާތަން ނުވަތަ އެކައުންޓް ކޮމްޕްރޮމައިޒްވެދާނެ ކަމަށް ހީކުރަން ރަނގަޅު ސަބަބެއް ލިބޭ އެހެނިހެން ހަރަކާތްތައް ފެނިފައިވޭ ހެއްޔެވެ؟

- [ޔެސް] (#account-compromised)

- [ނޯ] (#private-contact)

### ޕާސްވޯޑް ބަދަލުކުރުން

> ކޮންމެ އޮންލައިން އެކައުންޓަކަށް ވެސް ޕާސްވޯޑް ހަރުދަނާ އަދި ތަފާތު ޕާސްވޯޑަކުން ބަދަލުކުރަން މަސައްކަތް ކުރާށެވެ.

> މި [ސަވައިލަންސް ސެލްފް ޑިފެންސް ގައިޑް] (https://ssd.eff.org/module/creating-strong-passwords) ގައި ޕާސްވޯޑް ތައް އުފައްދައި މެނޭޖްކުރާނެ ގޮތުގެ އިތުރު މައުލޫމާތު ދަސްކުރެވިދާނެ އެވެ.

> 2 ފެކްޓަރ އޮތެންޓިކޭޝަން (2އެފްއޭ) ވީހާވެސް ގިނައިން ބޭނުންކޮށްގެން އޮންލައިން އެކައުންޓްތަކަށް ޕްރޮޓެކްޝަންގެ ދެވަނަ ލޭޔަރެއް އެޅުމަކީވެސް ވަރަށް ރަނގަޅު ވިސްނުމެކެވެ.

> މި [ސަވައިލަންސް ސެލްފް ޑިފެންސް ގައިޑް] (https://ssd.eff.org/module/how-enable-two-factor-authentication) ގައި 2-ފެކްޓާ އޮތެންޓިކޭޝަން އެނަބަލް ކުރެވޭނެ ގޮތް ހޯދާށެވެ.

އަދިވެސް ތިބާގެ އެކައުންޓަށް މީހަކަށް ވަދެވިދާނެކަމުގެ އިހުސާސް ކުރެވެނީ ހެއްޔެވެ؟

- [ޔެސް] (#hacked-account)

- [ނޯ] (#private-contact)

### ހެކްކޮށްފައިވާ-އެކައުންޓް

> އެކައުންޓަށް ނުވަދެވޭ ނަމަ އެކައުންޓް ހެކްކޮށް، ހެކްކުރިމީހާއަށް ޕާސްވޯޑް ބަދަލުކުރުމުގެ ފުރުސަތު އޮންނާނެ އެވެ.

އެކައުންޓް ހެކްކޮށްފައި ވެދާނެ ކަމަށް ހީވާނަމަ ޑިޖިޓަލް ފަސްޓް އެއިޑް ކިޓް ވޯކްފްލޯ ފޮލޯކުރަން މަސައްކަތް ކުރާށެވެ.

- [ޓްރަބްލްޝޫޓް އެކައުންޓް އެކްސެސްއަށް ވޯކްފްލޯގައި އިޝޫތަކަށް] (../../../އެކައުންޓް-އެކްސެސް-އިޝޫސް)

- [އަޅުގަނޑަށް ހީވަނީ އަޅުގަނޑުގެ މައްސަލަތައް ޙައްލުކުރެވިއްޖެހެން] (#resolved\_end)

- [އަޅުގަނޑުގެ އެކައުންޓް ރަނގަޅު، އެކަމަކު އެހެން މައްސަލަތަކެއް އެބަހުރި] (#private-contact)

### ޕްރައިވެޓް-ކޮންޓެކްޓް

މެސެޖިން އެޕްލިކޭޝަނަކުން ބޭނުން ނުވާ ފޯން ކޯލްތަކެއް ނުވަތަ މެސެޖެއް ލިބެނީ ހެއްޔެވެ؟

- [ޔެސް] (#change\_contact)

- [ނޯ] (#threats)

### ކޮންޓެކްޓް ބަދަލުކުރުން

> ފޯނު ނަމްބަރާއި އީމެއިލް ނުވަތަ އެހެނިހެން ޕްރައިވެޓް ކޮންޓެކްޓް މައުލޫމާތާއި ގުޅިފައިވާ އެޕްލިކޭޝަންތަކަށް ބޭނުން ނުވާ ފޯން ކޯލް، އެސްއެމްއެސް މެސެޖް ނުވަތަ މެސެޖްތައް ލިބެމުންދާނަމަ، އެކައުންޓާ ގުޅިފައިވާ ނަންބަރު، ސިމްކާޑު، އީމެއިލް ނުވަތަ އެހެނިހެން ކޮންޓެކްޓް މައުލޫމާތު ބަދަލުކުރަން މަސައްކަތް ކުރެވިދާނެ އެވެ.

> މެސެޖްތަކާއި އެއާ ގުޅުންހުރި އެކައުންޓް ކަމާބެހޭ ޕްލެޓްފޯމަށް ރިޕޯޓްކޮށް ބްލޮކް ކުރުމާ މެދު ވެސް ވިސްނަންވާނެ އެވެ.

ބޭނުން ނުވާ ކޯލްތައް ނުވަތަ މެސެޖުތައް ކާމިޔާބުކަމާ އެކު ހުއްޓާލީ ހެއްޔެވެ؟

- [ޔެސް] (#legal)

- [ނޫން، އަޅުގަނޑަށް އެހެން މައްސަލަތަކެއް އެބަހުރި] (#threats)

- [ނޫން، އަޅުގަނޑަށް އެހީތެރިކަން ބޭނުންވޭ] (#harassment\_end)

### އިންޒާރުތައް

ބްލެކްމެއިލް ކުރަނީ ހެއްޔެވެ؟ ނުވަތަ ސޯޝަލް މީޑިއާ އެކައުންޓެއްގައި އީމެއިލް ނުވަތަ މެސެޖުގެ ޒަރިއްޔާއިން އިންޒާރު ލިބެނީ ހެއްޔެވެ؟

- [ޔެސް] (#(#threats\_tips)

- [ނޫން] (#impersonation)

### އިންޒާރުގެ ޓިޕްސް

> ޖިސްމާނީ ނުވަތަ ޖިންސީ އަނިޔާގެ އިންޒާރު ނުވަތަ ބްލެކްމެއިލް ކުރުން ފަދަ އިންޒާރުތައް ހިމެނޭ މެސެޖްތައް ލިބެމުންދާނަމަ ވީހައި ގިނައިން ހިނގާފައިވާ ކަންކަން ޑޮކިއުމެންޓްކޮށް، އެއްވެސް ލިންކަކާއި ސްކްރީންޝޮޓެއް ރެކޯޑްކުރުމާއި، އެ މީހާ ކަމާބެހޭ ޕްލެޓްފޯމަށް ނުވަތަ ހިދުމަތް ދޭ ފަރާތަށް ރިޕޯޓްކުރުމާއި، ހަމަލާދިން މީހާ ބްލޮކްކުރުން ހިމެނެއެވެ.

އެ އިންޒާރުތައް ކާމިޔާބުކަމާ އެކު ހުއްޓާލީ ހެއްޔެވެ؟

- [ޔެސް] (#legal)

- [އާނ، އެކަމަކު އަޅުގަނޑަށް އިތުރު މައްސަލަތަކެއް އެބަހުރި] (#impersonation)

- [ނޫން، އަޅުގަނޑަށް ގާނޫނީ އެހީތެރިކަން ބޭނުންވޭ] (#legal-warning)

### ނަކަލުކުރުން

> ތިބާއަށް ކުރިމަތިވެދާނެ އަނެއް އުނދަގޫކުރުމުގެ ބާވަތަކީ ނަކަލުކުރުމެވެ.

> މިސާލަކަށް މީހަކު ތިބާގެ ނަމުގައި އެކައުންޓެއް ހަދައި، އަމިއްލަ މެސެޖުތައް ފޮނުވައިގެން ނުވަތަ ސޯޝަލް މީޑިއާ ޕްލެޓްފޯމްތަކުގައި ފާޅުގައި މީހަކަށް ހަމަލާދީ، ދޮގު މައުލޫމާތު ނުވަތަ ނަފްރަތު އުފައްދައި ވާހަކަ ދެއްކުން ނުވަތަ ތިމާއާއި ތިމާގެ ޖަމިއްޔާ ނުވަތަ ތިމާއާ ގާތް އެހެން މީހުން ރެޕިއުޓޭޝަނަލް އަދި ސެކިއުރިޓީ ރިސްކުގެ ނުރައްކަލަށް ހުށަހަޅަން އެހެން ގޮތްގޮތުން އަމަލުކުރުން ވެސް އެކަށީގެންވާ ކަމަށެވެ.

> މީހަކު ތިބާނުވަތަ ތިބާގެ ޖަމްޢިއްޔާ ނަކަލުކުރާކަމަށް ހީވާނަމަ، މި ޑިޖިޓަލް ފަސްޓް އެއިޑް ކިޓް ވޯކްފްލޯގެ އެހީގައި، ތަފާތު ވައްތަރުގެ ނަކަލުތައް ދެނެގަނެ ތިބާގެ މައްސަލައާ ކުރިމަތިލާން ވީ އެންމެ ރަނގަޅު ސްޓްރެޓެޖީ އަކީ ކޮބައިކަން ދެނެގަނެވިދާނެއެވެ.

ބޭނުންވަނީީ ކޮންގޮތެއް؟

- [އެެން ފަރާތަކުން އަޅުގަނޑު ނަކަލު ކުރަމުންދާތީ އެކަމަށް ހައްލެއް ހޯދަން ބޭނުން] (../../../ނަކަލުކޮށްފައި)

- [އަޅުގަނޑަށް ދިމާވަނީ ތަފާތު ވައްތަރެއްގެ ފުރައްސާރައެއް] (#defamation)

ދޮގު މައުލޫމާތު ފަތުރައި ތިބާގެ އަގު ވައްޓާލަން ބަޔަކު މަސައްކަތް ކުރަނީ ހެއްޔެވެ؟

- [ޔެސް] (#defamation-yes)

- [އަޅުގަނޑަށް ދިމާވަނީ ތަފާތު ވައްތަރެއްގެ ފުރައްސާރައެއް] (#doxing)

### އަބުރު ގެއްލުވާލުން-އާނ

> އަބުރު ގެއްލުވާލުމަކީ އާންމުގޮތެއްގައި މީހެއްގެ އަގު ވައްޓާލާ ފަދަ ވާހަކައެއް ދެއްކުމެވެ. އަބުރު ބުނެވޭބަހަކުން (މަލާމާތްކުރުން) ނުވަތަ ލިޔުމަކުން (ބަދުބަސް) ވެސް ގެއްލުވާލެވިދާނެއެވެ. ޤާނޫނީ ފިޔަވަޅު އެޅުމަށް ޓަކައި ކޮބައިކަމާއިމެދު އެކި ޤައުމުތަކުގައި އަބުރާބެހޭ ޤާނޫނުތައް ތަފާތުވެދާނެއެވެ. މިސާލަކަށް ބައެއް ޤައުމުތަކުގައި ޚިޔާލުފާޅުކުރުމުގެ މިނިވަންކަން ވަރަށް ބޮޑަށް ޙިމާޔަތްކުރެވޭ ޤާނޫނުތައް ހުރިއިރު، އެފަދަ މަޢުލޫމާތަކީ ޙަޤީޤަތެއްކަމަށް ޤަބޫލުކުރާހާ ހިނދަކު މީޑިއާތަކާއި އަމިއްލަ ފަރުދުންނަށް ދައުލަތުގެ އޮފިޝަލުންނާ ބެހޭގޮތުން ލަދުވެތިނުވަތަ ގެއްލުމެއް ލިބިދާނެ ފަދަ ވާހަކަތައް ދެއްކުމުގެ ފުރުޞަތު ފަހިކޮށްދެއެވެ. ތިމާ ނުރުހޭ މައުލޫމާތެއް ފެތުރުމުން އެހެން މީހުންނަށް ފަސޭހައިން ދައުވާ ކުރުމުގެ ފުރުސަތު އެހެން ގައުމުތަކުން ދީފާނެ އެވެ.

> ތިމާގެ ނުވަތަ ތިމާގެ ޖަމިއްޔާގެ އަގު ވައްޓާލަން މީހަކު މަސައްކަތް ކުރާނަމަ އަބުރު ރައްކާތެރިކުރުމާ ގުޅޭ ޑިޖިޓަލް ފަސްޓް އެއިޑް ކިޓް ވޯކްފްލޯ އަށް ތަބާވެ، އަބުރުގެ ކެމްޕެއިންތަކަށް ހައްލު ހޯދުމަށް ތަފާތު ސްޓްރެޓެޖީތައް މެދުވެރިކޮށް އިރުޝާދު ދެވިދާނެ އެވެ.

ބޭނުންވަނީ ކޮންގޮތެއް؟

-]އަހަރެން ބޭނުންވަނީ ބަދުނާމުކުރުމުގެ ކެމްޕޭނަކާ ދެކޮޅަށް ސްޓްރެޓެޖީއެއް ހޯދުމަށް(../../../defamation) [

-]އަހަރެން ކުރިމަތިލާންޖެހިފައިވަނީ އެހެން ބާވަތެއްގެ ފުރައްސާރައަކާ (#doxing)

###ޑޮކްސިންގ

ތިބާގެގެ ހުއްދައަކާ ނުލައި އެއްވެސް މީހަކު ތިބާގެ އަމިއްލަ މަޢުލޫމާތު ނުވަތަ މީޑިއާ ޝާއިޢުކޮށްފައިވޭތަ؟

-[އާނއެކެވެ] (#doxing-yes)

-ނޫނެކެވެ] (#hate-speech)

### ޑޮކްސިންގ-އާނއެކެވެ

>މީހަކު ތިބާއާ ބެހޭ އަމިއްލަ މަޢުލޫމާތު ޝާއިޢުކޮށްފައިވާނަމަ ނުވަތަ ތިބާއާ ބެހޭ ވީޑިއޯ، ފޮޓޯ ނުވަތަ އެހެނިހެން މީޑިއާ ދައުރުކުރަމުންދާނަމަ، ތިބާއަށް ޑިޖިޓަލް ފަސްޓް އެއިޑް ކިޓްގެ ވޯކްފްލޯ ބޭނުންކުރެވިދާނެއެވެ. މިއިން ތިބާއަށް އެހީތެރިވެދެވޭނީ ކޮންކަމެއްކަން ދެނެގަތުމަށާއި މިފަދަ ހަމަލާއަކަށް ޖަވާބުދާރީވުމަށެވެ.

ތިބާ ބޭނުންވަނީ ކޮންކަމެއް ކުރަންތޯއެވެ؟

- [މިކަން ހިނގަމުންދާ ގޮތާއި އަހަރެންނަށް މިކަމާމެދު ކުރެވޭނެ ކަމެއް އޮތްތޯ ބަލާލަން ބޭނުން] (../../../doxing)

- [އަހަރެން އެހީތެރިކަން ހޯދަން ބޭނުން] (#harassment\_end)

### ނަފްރަތުގެ-ވާހަކަތައް

މީހަކު ތިބާގެ ނަސްލު، ޖިންސު ނުވަތަ ދީނުގެ ސަބަބުން ތިބާއާ ދެކޮޅަށް ނަފްރަތުގެ މެސެޖުތައް ފަތުރަމުންދޭތަ؟

- [އާނ] (#one-more-persons)

- [ނޫން] (#harassment\_end)

### އެއް މީހަކަށްވުރެ ގިނަ މީހުން

ތިބާއަށް އެއް މީހަކު ނުވަތަ އެއަށްވުރެ ގިނަ މީހުން ހަމަލާދީފައިވޭތަ؟

- [އަހަރެންނަށް އެއް މީހަކު ހަމަލާދީފައިވޭ] (#އެއް-މީހަކު)

- [އަހަރެންނަށް އެއް މީހަކަށްވުރެ ގިނަ މީހުން ހަމަލާދީފައިވޭ] (#ކެމްޕޭން)

### އެއް-މީހަކު

> ނަފްރަތުގެ ބަސްތައް އަންނަނީ އެންމެ މީހެއްގެ ފަރާތުން ކަމުގައިވާނަމަ، އެ ހަމަލާ ހުއްޓުވުމަށާއި އެ ޔޫޒަރު ތިބާއަށް ނަފްރަތުގެ މެސެޖުތައް ފޮނުވުން ހުއްޓުވުމަށް އެންމެ ފަސޭހަ އަދި އަވަސް ގޮތަކީ އެ ޔޫޒަރު ރިޕޯޓުކޮށް ބްލޮކްކުރުމެވެ. ހަނދުމަކުރާށެވެ، ތިބާ އެ ޔޫޒަރު ބްލޮކްކޮށްފިނަމަ، އޭނާގެ ކޮންޓެންޓް ލިޔެކިޔުމަށްޓަކައި ބެލުމަށް ނުކުޅެދޭނެއެވެ. ބްލޮކްކުރުމުގެ ކުރިން، [ޑިޖިޓަލް ހަމަލާތައް ލިޔެކިޔުމާބެހޭ އަޅުގަނޑުމެންގެ ލަފާތައް] (/../../documentation) ކިޔާލާށެވެ

>ތިމާއަށް އަނިޔާކުރާ މީހަކީ ކާކުކަން އެނގުނަސް ނުވަތަ ނޭނގުނަސް ސޯޝަލް ނެޓްވޯކިން ޕްލެޓްފޯމްތަކުގައި ނުދަންނަމީހުން ބްލޮކް ކުރުމަކީ އަބަދުވެސް ރަނގަޅުކަމެކެވެ.

-[ފޭސްބުކް] (https://www.facebook.com/help/168009843260943)

'ގޫގުލް'(https://support.google.com/accounts/answer/6388749?co=GENIE.Platform%3DDesktop&hl=en)

-[އިންސްޓަގްރާމް] (https://help.instagram.com/426700567389543)

-'ޓިކްޓޮކް' (https://support.tiktok.com/en/using-tiktok/followers-and-following/blocking-the-users)

'ޓްވިޓަރ' (https://help.twitter.com/en/using-twitter/blocking-and-unblocking-accounts)

'ވަޓްސްއަޕް' (https://faq.whatsapp.com/1142481766359885/?cms\_platform=android)

ތިބާއަށް ފުރައްސާރަކުރާ މީހާ އަށް ހަރުދަނާ ގޮތެއްގައި ހުރަސް އެޅިއްޖެ ހެއްޔެވެ؟

- [ޔެސް] (#legal)

- [ނޯ] (#campaign)

### ޤާނޫނީ

> ތިމާއަށް އުނދަގޫކުރަނީ ކާކުކަން އެނގޭނަމަ، ތިބާއަށް ރައްކާތެރި އަދި އެކަށީގެންވާ ކަމެއް ކަމަށް ދެކޭނަމަ، އެކަން ޤައުމުގެ ކަމާބެހޭ ފަރާތްތަކަށް ހުށަހެޅޭނެއެވެ. އޮންލައިންކޮށް ކުރާ ފުރައްސާރައިން މީހުން ސަލާމަތް ކުރުމަށް ކޮންމެ ގައުމެއްގައި ވެސް ތަފާތު ގާނޫނުތައް އޮންނަ އިރު، އެ ގައުމުގައި އޮތް ގާނޫނެއް އޮޅުން ފިލުވަން ނުވަތަ ކުރަން ވީ ގޮތް ކަނޑައެޅުމުގައި އެހީތެރިވުމަށް ގާނޫނީ ލަފަޔަކަށް އެދެން ޖެހެ އެވެ.

> ތިބާއަށް އުނދަގޫކުރަނީ ކާކުކަން ނޭނގޭނަމަ، ބައެއް ހާލަތްތަކުގައި ހަމަލާދިން މީހާގެ އައިޑެންޓިޓީ ދެނެގަނެވޭނީ އެމީހުން ދޫކޮށްލާފައި ހުރި ޓްރޭސްތަކުގެ ފޮރެންސިކް އެނަލިސިސްއަކުންނެވެ.

> ކޮންމެ ގޮތެއް ވިޔަސް ގާނޫނީ ފިޔަވަޅު އެޅުމަށް ވިސްނަމުންދާ ނަމަ، ތިމާއަށް ދިން ހަމަލާތަކުގެ ހެކި ބެހެއްޓުމަކީ ވަރަށް މުހިންމު ކަމެކެވެ. އެހެންކަމުން [ހަމަލާތަކާ ބެހޭ މައުލޫމާތު ރެކޯޑް ކުރުމާ ބެހޭ ގޮތުން ޑިޖިޓަލް ފަސްޓް އެއިޑް ކިޓް ޕޭޖުގައި ވާ ރިކޮމެންޑޭޝަންތަކަށް] (/.. /.. /ލިޔުން).

ކީއްކުރާހިތް ވަނީ?

- [އަޅުގަނޑުގެ ހަމަލާދިން މީހާގެ މައްޗަށް ދައުވާ ކުރުމަށް ގާނޫނީ އެހީތެރިކަން ހޯދަން ބޭނުން] (#legal\_end)

- [އަޅުގަނޑަށް ހީވަނީ އަޅުގަނޑުގެ މައްސަލަތައް ޙައްލުކުރެވިއްޖެހެން] (#resolved\_end)

### ކެމްޕެއިން

> އެކަކަށްވުރެ ގިނަ މީހުންގެ ފަރާތުން ހަމަލާލިބެމުންދާނަމަ ނަފްރަތު އުފައްދައި ނުވަތަ ފުރައްސާރަކުރުމުގެ ކެމްޕެއިނެއްގެ އަމާޒަކަށް ވެދާނެ ކަމަށާއި، ތިބާގެ މައްސަލައަށް އަމަލުކުރާ އެންމެ ރަނގަޅު ސްޓްރެޓެޖީއަކީ ކޮބައިތޯ ވިސްނަން ޖެހޭނެ ކަމަށެވެ.

> ބޭނުންކުރެވޭ ހުރިހާ ސްޓްރެޓެޖީތަކެއް ދަސްކުރުމަށް [ނަފްރަތު އުފެއްދުމާ ދެކޮޅަށް ސްޓްރެޓެޖީތަކާ ބެހޭ ޓެކްގެ ޕޭޖް އަނބުރާ ނަގަން] (https://www.takebackthetech.net/be-safe/hate-speech-strategies)

ތިބާއަށް އެންމެ ރަނގަޅު ސްޓްރެޓެޖީ ދެނެގަނެވުނީ ހެއްޔެވެ؟

- [އާނ] (#resolved\_end)

- [ނޫން، އިތުރަށް ޓްރަބްލްޝޫޓް ކުރަން އެހީ ބޭނުންވޭ] (#harassment\_end)

- [ނޫން، އަޅުގަނޑަށް ގާނޫނީ އެހީތެރިކަން ބޭނުންވޭ] (#legal\_end)

### ފުރައްސާރަ ނިމުމަކަށް

>އަދިވެސް ފުރައްސާރައިގެ ޝިކާރައަކަށްވެފައިވާ ނަމަ އަދި ކަސްޓަމައިޒްޑް ސޮލިއުޝަނެއް ބޭނުންވާނަމަ، ތިބާއަށް އެހީތެރިކަން ފޯރުކޮށްދެވޭނެ ޖަމިއްޔާތަކަށް ގުޅުން އެދެމެވެ.

:[](organisations?services=harassment)

### ފިޒިކަލް ރިސްކް އެންޑް

> ޖިސްމާނީ ނުރައްކަލެއް އޮތް ނަމަ އަދި ވަގުތުން އެހީތެރިކަން ބޭނުންވާނަމަ ތިރީގައިވާ ޖަމިއްޔާތަކަށް ގުޅައި، އެހީތެރިކަން ފޯރުކޮށްދޭނެ ޖަމިއްޔާތަކަށް ގުޅުން އެދެމެވެ.

:[](organisations?services=physical\_security)

### ޤާނޫނީ ނިމުން

> ޤާނޫނީ އެހީތެރިކަން ބޭނުންވާނަމަ ތިރީގައިވާ ޖަމްޢިއްޔާތަކަށް ގުޅައިގެން އެހީތެރިކަން ފޯރުކޮށްދެވޭނެ ފަރާތްތަކަކަށް ގުޅުއްވުން އެދެމެވެ.

> ޤާނޫނީ ފިޔަވަޅު އެޅުމަށް ވިސްނަމުންދާނަމަ، ތިމާއަށް ދިން ޙަމަލާތަކުގެ ހެކި ހިފެހެއްޓުމަކީ ވަރަށް މުހިންމު ކަމެއް. އެހެންކަމުން [ހަމަލާތަކާ ބެހޭ މައުލޫމާތު ރެކޯޑް ކުރުމާ ބެހޭ ގޮތުން ޑިޖިޓަލް ފަސްޓް އެއިޑް ކިޓް ޕޭޖުގައި ވާ ރިކޮމެންޑޭޝަންތަކަށް] އަށް ތަބާވުމަށް ވަރަށް ބޮޑަށް އިލްތިމާސް ކުރެއެވެ. (/../../documentation).

:[](organisations?services=legal)

### ޙައްލުކުރެވިފައިވާ ނިމުން

އުއްމީދަކީ މި ޓްރަބްލްޝޫޓިން ގައިޑް ބޭނުންތެރި ވާނެ ކަމަށް. ފީޑްބެކް [އީމެއިލް މެދުވެރިކޮށް] ދޭށެވެ.

(mailto:incoming+rarenet-dfak-8220223-issue-@incoming.gitlab.com)

### ފައިނަލް ޓިޕްސް

- \*\*ޑޮކިއުމެންޓް ހެރަސްމަންޓް.\*\* ލިބިފައިވާ ހަމަލާތައް ނުވަތަ އެނޫންވެސް ހާދިސާއެއް ލިޔެކިޔުމުން ފެންނަން އޮތުމަކީ އެހީތެރިވެދޭ ކަމެކެވެ: ސްކްރީންޝޮޓް ނެގުމާއި، އަނިޔާކުރާ މީހުންގެ ފަރާތުން ލިބޭ މެސެޖުތައް ރައްކާކުރުން ފަދަ ކަންކަން. މި ލިޔުންތައް ސިސްޓަމެޓައިޒް ކުރުމަށް ޖާނަލްއެއް ހަދައި، ރެކޯޑް ކުރާ ތާރީހުތަކާއި ގަޑިތަކާއި ޕްލެޓްފޯމްތަކާއި ޔޫއާރުއެލް، ޔޫޒާ އައިޑީ، ސްކްރީންޝޮޓް، ކަން ހިނގި ގޮތުގެ ތަފްސީލު ފަދަ ކަންކަން ކުރުން ފަދަ ކަންކަން ކުރުން ހިމެނެ އެވެ. ޖާނަލްތަކުން ތިމާގެ ހަމަލާތައް ދީފާނެ ކަމަށް ބެލެވޭ ޕެޓާންތަކާއި އިޝާރާތްތައް ދެނެގަނެވޭނެ އެވެ. އޭގެސަބަބުން ހިތްދަތިކަން އިހުސާސްކުރެވޭނަމަ، ތިބާއަށް އެ ހާދިސާތައް ކުޑައިރުކޮޅަކަށް ލިޔެވިދާނެ ކަމަށް އިތުބާރު ކުރެވޭ މީހަކާ މެދު ވިސްނާލާށެވެ. މި ލިޔުންތައް ބަލަހައްޓާ ފަރާތަށް ވަރަށް ބޮޑަށް އިތުބާރު ކުރަންވީ، އެ ލިޔުންތައް އަމިއްލަ އެކައުންޓްތަކާ ހަވާލުކުރަން ޖެހޭތީ އެވެ. ޕާސްވޯޑް މިމީހަކާ ހިއްސާކުރުމުގެ ކުރިން، އެހެން ކަމަކަށް ބަދަލުކޮށް ރައްކާތެރި ވަސީލަތެއް މެދުވެރިކޮށް ޝެއާ ކުރާށެވެ - މިސާލަކަށް [އެންޑް-ޓު-އެންޑް އެންކްރިޕްޝަން] (https://www.frontlinedefenders.org/en/resource-publication/guide-secure-group-chat-and-conferencing-tools) ހިމެނޭ ވަސީލަތެއް ބޭނުންކުރުން. އެކައުންޓުގެ ކޮންޓްރޯލް އަލުން ހޯދޭނެކަމުގެ އިހުސާސް ކުރެވުމުން، ޕާސްވޯޑް އަލުން ޔުނިކް، [ސެކިއުއާ](https://ssd.eff.org/en/module/creating-strong-passwords) އަށް ބަދަލުކުރަން ހަނދާން ކުރާށެވެ.

- [ހަމަލާތަކާ ބެހޭ މައުލޫމާތު ރެކޯޑް ކުރުމާ ބެހޭ ގޮތުން ޑިޖިޓަލް ފަސްޓް އެއިޑް ކިޓް ޕޭޖުގައި ވާ ރިކޮމެންޑޭޝަންތަކަށް] ތަބާވާށެވެ(/../../ޑޮކިއުމެންޓޭޝަން) ތިމާގެ ހަމަލާއާ ގުޅޭ މައުލޫމާތު އެންމެ ފުރިހަމަ ގޮތުގައި ރައްކާކުރުން.

- \*\*ހުރިހާ އެކައުންޓެއްގައި 2-ފެކްޓަރ އޮތެންޓިކޭޝަން\*\* ސެޓްކުރާށެވެ. 2-ފެކްޓަރ އޮތެންޓިކޭޝަނަކީ ތިބާގެ ހުއްދަނެތި ތިބާގެ އެކައުންޓްތަކަށް މީހަކު ވަނުން ހުއްޓުވުމަށް ވަރަށް ފައިދާހުރި ކަމެކެވެ. އިޚްތިޔާރު ކުރެވޭނަމަ އެސްއެމްއެސް ބޭސްޑް 2 ފެކްޓާ އޮތެންޓިކޭޝަން ބޭނުން ނުކޮށް ފޯނު އެޕްލިކޭޝަނަކަށް ނުވަތަ ސެކިއުރިޓީ ކީއަކަށް ބިނާކޮށް ތަފާތު އޮޕްޝަނެއް އިޚްތިޔާރު ކުރާށެވެ.

- ތިބާއަށް އެންމެ ރަނގަޅު ހައްލަކީ ކޮބައިކަން ނޭނގޭނަމަ [އެކްސެސް ނައުގެ "ވަޓް އިޒް ދަ ބެސްޓް ޓައިޕް އޮފް މަލްޓި ފެކްޓާ އޮތެންޓިކޭޝަން ފޯ މީ؟" އިންފޯގްރެފިކް](https://www.accessnow.org/cms/assets/uploads/2017/09/Choose-the-Best-MFA-for-you.png) އަދި [އީއެފްއެފްގެ "ގައިޑް ޓު ކޮމަން ޓައިޕްސް އޮފް ޓޫ ފެކްޓާ އޮތެންޓިކޭޝަން އޮން ދަ ވެބް"](https://www.eff.org/deeplinks/2017/09/guide-common-types-two-factor-authentication-web) ބަލާލެވޭނެ އެވެ.

- ބޮޑެތި ޕްލެޓްފޯމްތަކުގައި 2-ފެކްޓާ އޮތެންޓިކޭޝަން ސެޓް ކުރުމަށް ބޭނުންވާ އިރުޝާދުތައް [ދަ 12 ޑޭސް އޮފް 2އެފްއޭ: ހައު ޓު އެނަބަލް ޓު-ފެކްޓާ އޮތެންޓިކޭޝަން ފޯ ޔޯ އޮންލައިން އެކައުންޓްސް](https://www.eff.org/deeplinks/2016/12/12-days-2fa-how-enable-two-factor-authentication-your-online-accounts).

- \*\*އޮންލައިން ޕްރެޒެންސް މެޕް ކުރޭ\*\*. ސެލްފް-ޑޮކްސިންގައި ހިމެނެނީ ނުބައި އެކްޓަރުން ތިބާގެ ނަކަލުކުރުމަށް މި މައުލޫމާތު ހޯދުމާއި ބޭނުންކުރުން ހުއްޓުވުމަށް އަމިއްލަ ނަފްސަށް އޯޕަން ސޯސް އިންޓެލިޖެންސް ހޯދުމެވެ. [އެކްސެސް ނައު ހެލްޕްލައިންސް ގައިޑް ޓު ޕްރިވެންޓް ޑޮކްސިން] (https://guides.accessnow.org/self-doxing.html) ގައި އޮންލައިން ޓްރޭސްތައް ސާޗް ކުރާނެ ގޮތުގެ އިތުރު މައުލޫމާތު ދަސްކުރާށެވެ.

- \*\*ނޭނގޭ ފޮނުވާ ފަރާތްތަކުގެ މެސެޖުތައް ބަލައި ނުގަންނާށެވެ.\*\* ވަޓްސްއެޕް، ސިގްނަލް ނުވަތަ ފޭސްބުކް މެސެންޖާ ފަދަ ބައެއް މެސެޖިން ޕްލެޓްފޯމްތަކުން ފޮނުވާ ފަރާތަކީ އިތުބާރު ކުރެވޭ ފަރާތެއް ކަމަށް ބަލައިގަތުމުގެ ކުރިން މެސެޖުތައް ޕްރިވިއު ކުރުމުގެ ފުރުސަތު ދެއެވެ. އެޕަލް އައިމެސެޖުގެ ސަބަބުން ނޭނގޭ މީހުންގެ މެސެޖުތައް ފިލްޓަރ ކުރުމަށް ސެޓިންބަދަލުކުރުމުގެ ފުރުސަތު ވެސް ލިބިގެންދެއެވެ. މެސެޖް ނުވަތަ ކޮންޓެކްޓް ޝައްކު ވާހެން ހީވާނަމަ ނުވަތަ ފޮނުވި ފަރާތް ނޭނގޭނަމަ އެކަން ބަލައިނުގަންނާށެވެ.

#### ވަސީލަތްތައް

- [އެކްސެސް ނައު ހެލްޕްލައިން ކޮމިއުނިޓީ ޑޮކިއުމެންޓޭޝަން: ޑޮކްސިން ހުއްޓުވުމަށް ގައިޑް](https://guides.accessnow.org/self-doxing.html)

- [އެކްސެސް ނައު ހެލްޕްލައިން ކޮމިއުނިޓީ ޑޮކިއުމެންޓޭޝަން: އެފްއޭކިއު - އޮންލައިން ހެރަސްމަންޓް ޓާގެޓިން އަ ސިވިލް ސޮސައިޓީ މެމްބަރަކު](https://communitydocs.accessnow.org/234-FAQ-Online\_Harassment.html)

- [ޕެން އެމެރިކާ: އޮންލައިން ހެރެސްމަންޓް ފީލްޑް މެނުއަލް (https://onlineharassmentfieldmanual.pen.org/)

- [އިކުއަލިޓީ ލެބްސް: އެންޓި-ޑޮކްސިން ގައިޑް ފޯ އެކްޓިވިސްޓުން ފޭސިން އެޓޭކްސް ފްރޮމް ދަ އޯލްޓް-ރައިޓް](https://medium.com/@EqualityLabs/anti-doxing-guide-for-activists-facing-attacks-from-the-alt-right-ec6c290f543c)

- [ފެމްޓެކްނެޓް: ލޮކިން ޑައުން ޔޯ ޑިޖިޓަލް އައިޑެންޓިޓީ](https://femtechnet.org/csov/lock-down-your-digital-identity/)

- [ނޭޝަނަލް ނެޓްވޯކް ޓު އެންޑް ޑޮމެސްޓިކް ވަޔަލެންސް: ޑޮކިއުމެންޓޭޝަން ޓިޕްސް ފޯ ސަވައިވާސް އޮފް ޓެކްނޮލޮޖީ އެބިއުސް އެންޑް ސްޓޮކިން](https://www.techsafety.org/documentationtips)