—

layout: page

title: "என்னால் எனது கணக்கை அணுக முடியவில்லை"

author: RaReNet

language: en

summary: "மின்னஞ்சல், சமூக ஊடகம் அல்லது இணையக் கணக்கை அணுகுவதில் உங்களுக்கு சிக்கல் உள்ளதா? ஒரு கணக்கு நீங்கள் அடையாளம் காணாத செயல்பாட்டைக் காட்டுகிறதா? இந்தச் சிக்கலைத் தணிக்க நீங்கள் செய்யக்கூடிய பல விஷயங்கள் உள்ளன."

date: 2023-05

permalink: /en/topics/account-access-issues/

parent: /en/

---

# எனது கணக்குக்கான அணுகலினை இழந்துவிட்டேன்

சமூக ஊடகங்கள் மற்றும் தகவல்தொடர்பு கணக்குகளானவை சிவில் சமூக உறுப்பினர்களால் தொடர்புகொள்வதற்கும், அறிவைப் பகிர்ந்துகொள்வதற்கும் மற்றும் அவர்களின் நோக்கங்களினை முன்வைப்பதற்கும் பரவலாகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. இதன் விளைவாக, இந்த கணக்குகள் தீங்கிழைக்கும் செயற்பாட்டாளர்களினால் அதிகமாக இலக்கு வைக்கப்படுகின்றன, அவர்கள் இந்த கணக்குகளை அடிக்கடி முடக்க செய்ய முயற்சி செய்கிறார்கள், இதனால் சிவில் சமூக உறுப்பினர்களுக்கும் அவர்களின் தொடர்புகளுக்கும் தீங்கு விளைவிக்கிறது.

உங்கள் கணக்குகளில் ஏதேனும் ஒன்று கைப்பற்றப்பட்டு அதற்கான அணுகலை நீங்கள் இழந்திருந்தால் உங்களுக்கு உதவ இந்த வழிகாட்டி குறிப்புகள் காணப்படுகின்றது.

உங்கள் பிரச்சினையின் தன்மையைக் கண்டறிந்து சாத்தியமான தீர்வுகளைக் கண்டறிய இங்கே ஒரு வினாக்கொத்து காணப்படுகின்றது.

## பணிப்பாய்வு

### கடவுச்சொல்- எழுத்துப் பிழை

> கடவுச்சொல்லை நீங்கள் தவறாக உள்ளிடுவதால், அல்லது உங்கள் விசைப்பலகையின் மொழி அமைப்பானது நீங்கள் வழக்கமாகப் பயன்படுத்தாதது அல்லது நீங்கள் CapsLock இல் இருப்பதால் சில நேரங்களில் உங்கள் கணக்கில் உள்நுழைய முடியாமல் போகலாம்.

>

> உங்கள் பயனர்பெயர் மற்றும் கடவுச்சொல்லை(username and password ) உரை திருத்தியில் எழுதி (text editor )அவற்றை உள்நுழைவு பக்கத்தில் மீண்டும் இடுவதற்கு எடிட்டரிலிருந்து பிரதியெடுத்து முயற்சிக்கவும்.

உங்கள் கணக்கில் உள்நுழைய மேலே காணப்பட்ட குறிப்புகள் உங்களுக்கு உதவியதா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்டது \_முடிவு)

- [இல்லை](#கணக்கு - முடக்கப்பட்டுள்ளது )

### கணக்கு - முடக்கப்பட்டது

> சேவை விதிமுறைகள் அல்லது வலைத்தள விதிகளை மீறுவதால், உங்கள் கணக்கில் சில நேரங்களில் உங்களால் உள்நுழைய முடியாமல் போகலாம். உங்கள் கணக்கின்மேல் மிகையாகப் புகாரளிக்கப்படும்போது அல்லது ஆன்லைனில் உள்ளடக்கத்தைத் தணிக்கை செய்யும் நோக்கத்துடன் இயங்குதளத்தின் அறிக்கையிடல் மற்றும் ஆதரவு வழிமுறைகள் தவறாகப் பயன்படுத்தப்படும்போது இது நிகழலாம்.

>

> உங்கள் கணக்கு பூட்டப்பட்ட, தடைசெய்யப்பட்ட, முடக்கப்பட்ட அல்லது இடைநிறுத்தப்பட்ட செய்தியைப் பார்த்தால், இது தவறு என்று நீங்கள் நம்பினால், அந்தச் செய்தியுடன் வழங்கப்பட்ட மேல்முறையீட்டு பொறிமுறையினைப் பின்பற்றுங்கள். மேல்முறையீடுகளை எவ்வாறு சமர்ப்பிப்பது என்பது பற்றிய தகவல்களை பின்வரும் இணைப்புகளில் காணலாம்:

>

> - [பேஸ்புக்](https://www.facebook.com/help/185747581553788)

> - [Instagram](https://help.instagram.com/366993040048856)

> - [ட்விட்டர்](https://help.twitter.com/en/forms/account-access/appeals/redirect)

> - [Youtube](https://support.google.com/youtube/answer/2802168)

உங்கள் கணக்கில் உள்நுழைய மேலே காணப்பட்ட குறிப்புகள் உங்களுக்கு உதவியதா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்டது \_முடிவு)

- [இல்லை](#என்ன-வகை-கணக்கு-அல்லது-சேவை)

### என்ன வகையான கணக்கினுடைய அல்லது சேவையினுடைய அணுகலினை நீங்கள் இழந்துள்ளீர்கள்

எந்த வகையான கணக்கு அல்லது சேவைக்கான அணுகலை இழந்தீர்கள்?

- [Facebook](#Facebook)

- [Facebook Page](#Facebook-Page)

- [Twitter](#Twitter)

- [Google/Gmail](#Google)

- [Yahoo](#Yahoo)

- [Hotmail/Outlook/Live](#Hotmail)

- [ProtonMail](#ProtonMail)

- [Instagram](#Instagram)

- [TikTok](#Tiktok)

<!--- - [ஏனைய சேவை இணைப்புக்களை இணைக்கவும் ](#சேவையின் பெயர்) -->

### முகப்புத்தகப் பக்கம்

பக்கத்திற்கு வேறு நிர்வாகிகள் இருக்கிறார்களா?

- [ஆம்](#மற்ற நிர்வாகிகள்-இருக்கிறார்கள்)

- [இல்லை](# முகப்புத்தக பக்க மீளப்பெறுகை படிவம்)

### ஏனைய நிர்வாகிகள் உள்ளனர்

மற்ற நிர்வாகிகளுக்கும் இதே பிரச்சினை உள்ளதா?

- [ஆம்](#முகப்புத்தக பக்க மீளப்பெறுகை படிவம்)

- [இல்லை](#பிற-நிர்வாகிகள் -உதவி- செய்யலாம்)

### மற்ற நிர்வாகிகள் உதவி செய்யலாம்

> உங்களை மீண்டும் பக்க நிர்வாகிகளில் ஒருவராகச் சேர்க்கும்படி மற்ற நிர்வாகிகளிடம் கேளுங்கள்.

இது பிரச்சினையினைத் தீர்த்ததா?

- [ஆம்](#முகப்புத்தக -பக்க - முடிவு)

- [இல்லை](#கணக்கு\_முடிவு)

### முகப்புத்தக -பக்க- மீளப்பெறுகை - படிவம்

> முகப்புத்தகத்தில் உள்நுழையவும் மேலும் [பக்கத்தை மீளப்பெற முகப்புத்தகத்தின் படிவத்தைப்] (https://www.facebook.com/help/contact/164405897002583) பயன்படுத்தவும். உங்களால் உங்கள் முகப்புத்தக கணக்கில் உள்நுழைய முடியவில்லை என்றால், தயவுசெய்து [முகப்புத்தகக் கணக்கு மீட்பு பணிப்பாய்வு](#Facebook) இனை வாசிக்கவும்.

>

> உங்கள் கோரிக்கைகளுக்கான பதிலைப் பெற சிறிது நேரம் ஆகலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும். இந்தப் பக்கத்தை உங்கள் புக்மார்க்குகளில் சேமித்து, சில நாட்களில் இந்தப் பணிப்பாய்வுக்கு மீண்டும் வரவும்.

மீளப்பெறுதல் செயல்முறை பயனளித்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்டது\_முடிவு)

- [இல்லை](#கணக்கு\_முடிவு)

<!---=============================================== ============

//GoogleGoogleGoogleGoogleGoogleGoogleGoogleGoogleGoogleGoogleGoogle

GoogleGoogleGoogleGoogleGoogleGoogleGoogleGoogleGoogleGoogleGoogle

======================================================= =======-->

### கூகுள்

இணைக்கப்பட்ட மீட்பு மின்னஞ்சல்/மொபைலுக்கான அணுகல் உங்களிடம் உள்ளதா?

- [ஆம்](#எனக்கு-மீளப்பெறுகை-மின்னஞ்சல்-கூகிள் அணுகல் உள்ளது)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகைப் -படிவம் - கூகிள்)

### கூகிளை மீளப்பெறுகை -மின்னஞ்சலுக்கான - அணுகல் - என்னிடம் உள்ளது

> கூகிளிடமிருந்து "உங்கள் இணைக்கப்பட்ட கூகிள் கணக்கிற்கான முக்கியமான பாதுகாப்பு எச்சரிக்கை" மின்னஞ்சல் அல்லது SMS உங்களுக்கு வந்துள்ளதா என்பதைப் தெரிந்துகொள்ள உங்கள் மீளப்பெறுகை மின்னஞ்சலின் உட்பெட்டியினைப் பரிசோதிக்கவும்.

>

> மின்னஞ்சல்களைச் சரிபார்க்கும் போது தகவல் திருட்டு முயற்சிகள் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள். ஒரு செய்தியின் நியாயத்தன்மை குறித்து உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால், [சந்தேகத்திற்கிடமான செய்திகளின் பணிப்பாய்வு](../../../suspicious-messages/) மதிப்பாய்வு செய்யவும்.

கூகிளிலிருந்து "உங்கள் இணைக்கப்பட்ட கூகிள் கணக்கிற்கான முக்கியமான பாதுகாப்பு எச்சரிக்கை" மின்னஞ்சல் அல்லது SMS பெற்றீர்களா?

- [ஆம்](#மின்னஞ்சல் பெறப்பட்டது- கூகிள் )

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகைப் -படிவம் - கூகிள்)

### மின்னஞ்சல் பெறப்பட்டது- கூகிள்

செய்தியின் நியாயத்தன்மையை நீங்கள் சரிபார்த்தவுடன், மின்னஞ்சலில் வழங்கப்பட்ட தகவலை மதிப்பாய்வு செய்யவும். "உங்கள் கணக்கை மீட்டெடுக்கவும்" இணைப்பு உள்ளதா என சரிபார்க்கவும். அது இருக்கிறதா?

- [ஆம்](#மீளப்பெறுகை - இணைப்பு- கிடைக்கப்பெற்றது - கூகிள்)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை - படிவம் - கூகிள்)

### மீளப்பெறுகை - இணைப்பு- கிடைக்கப்பெற்றது - கூகிள்

> உங்கள் கணக்கை மீளப்பெற "உங்கள் கணக்கை மீட்டெடுக்கவும்" இணைப்பைப் பயன்படுத்தவும். நீங்கள் இணைப்பைப் பின்தொடரும் போது, ​​நீங்கள் பார்வையிடும் URL உண்மையில் "google.com" முகவரிதானா என்பதை இருமுறை சரிபார்க்கவும்.

உங்கள் கணக்கை மீளப்பெற முடிந்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்ட\_முடிவு)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை - படிவம் - கூகிள்)

### மீளப்பெறுகை - படிவம் - கூகிள்

> ["உங்கள் கூகிள் கணக்கு அல்லது Gmail ஐ எவ்வாறு மீட்டெடுப்பது"] அல்லது (https://support.google.com/accounts/answer/7682439?hl=en) இல் வழங்கப்பட்டுள்ள வழிமுறைகளைப் பின்பற்ற முயற்சிக்கவும்.

>

> உங்கள் கோரிக்கைகளுக்கான பதிலைப் பெற சிறிது நேரம் ஆகலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும். இந்தப் பக்கத்தை உங்கள் புக்மார்க்குகளில் சேமித்து, சில நாட்களில் இந்தப் பணிப்பாய்வுக்கு மீண்டும் வரவும்.

மீளப்பெறுதல் செயல்முறை பயனளித்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்டது \_முடிவு)

- [இல்லை](#கணக்கு\_முடிவு)

<!---=============================================== ============

//YahooYahooYahooYahooYahooYahooYahooYahooYahooYahooYahooYahoo

======================================================= =======-->

### யாஹூ ( Yahoo)

இணைக்கப்பட்ட மீளப்பெறுதல் மின்னஞ்சல்/தொலைபேசிக்கான அணுகல் உங்களிடம் காணப்படுகின்றதா?

- [ஆம்](#எனக்கு-மீட்பு-மின்னஞ்சல்-யாஹூ அணுகல் உள்ளது)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகைப் -படிவம் -யாஹூ)

### மீட்டெடுப்பதற்கான-அணுகல்-மின்னஞ்சல்-யாஹூ என்னிடம் உள்ளது

> யாஹுவிடமிருந்து "உங்கள் Yahoo கணக்கிற்கான கடவுச்சொல் மாற்றம்" மின்னஞ்சலைப் பெற்றுள்ளீர்களா என்பதைப் பரிசீலிக்க மின்னஞ்சல் உட்பெட்டியினை பரிசீலியுங்கள்.

>

> மின்னஞ்சல்களைச் சரிபார்க்கும் போது தகவல் திருட்டு முயற்சிகள் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள். ஒரு செய்தியின் நியாயத்தன்மை குறித்து உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால், [சந்தேகத்திற்கிடமான செய்திகளின் பணிப்பாய்வு](../../../suspicious-messages/) மதிப்பாய்வு செய்யவும்.

யாஹுவிடமிருந்து "உங்கள் கணக்கிற்கான கடவுச்சொல் மாற்றம்" மின்னஞ்சலைப் பெற்றீர்களா?

- [ஆம்](#மின்னஞ்சல் பெறப்பட்டது-யாஹூ)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகைப் -படிவம் -யாஹூ)

### மின்னஞ்சல் பெறப்பட்டது-யாஹூ

செய்தியின் நியாயத்தன்மையை நீங்கள் உறுதிப்படுத்தியவுடன் , மின்னஞ்சலில் வழங்கப்பட்ட தகவலை மதிப்பாய்வு செய்யவும். "உங்கள் கணக்கை இங்கே மீட்டெடுக்கவும்" என்ற இணைப்பு உள்ளதா என சரிபார்க்கவும். அது இருக்கிறதா?

- [ஆம்](#மீளப்பெறுகை - இணைப்பு- கிடைக்கப்பெற்றது - யாஹூ)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை - படிவம் - யாஹூ )

### மீளப்பெறுகை - இணைப்பு- கிடைக்கப்பெற்றது - யாஹூ

> உங்கள் கணக்கை மீளப்பெற "உங்கள் கணக்கை இங்கே மீட்டெடுக்கவும்" என்ற இணைப்பைப் பயன்படுத்தவும்.

உங்கள் கணக்கை மீளப்பெற முடிந்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்ட\_முடிவு)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை - படிவம் - யாஹூ)

### மீளப்பெறுகை - படிவம் - யாஹூ

> உங்கள் கணக்கை மீளப்பெற ["உங்கள் யாஹூ கணக்கில் உள்நுழைவதில் உள்ள சிக்கல்களைச் சரிசெய்துகொள்ள "](https://help.yahoo.com/kb/account/fix-problems-signing-yahoo-account-sln2051.html?impressions=true) இல் வழங்கப்பட்டுள்ள வழிமுறைகளைப் பின்பற்றவும்.

>

> உங்கள் கோரிக்கைகளுக்கான பதிலைப் பெற சிறிது நேரம் ஆகலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும். இந்தப் பக்கத்தை உங்கள் புக்மார்க்குகளில் சேமித்து, சில நாட்களில் இந்தப் பணிப்பாய்வுக்கு மீண்டும் வரவும்.

மீளப்பெறுதல் செயல்முறை பயனளித்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்டது \_முடிவு)

- [இல்லை](#கணக்கு\_முடிவு)

<!---=============================================== ============

TwitterTwitterTwitterTwitterTwitterTwitterTwitter

//==================================================== ========= -->

### கீச்சகம் (Twitter)

இணைக்கப்பட்ட மீளப்பெறுதல் மின்னஞ்சல்/தொலைபேசிக்கான அணுகல் உங்களிடம் காணப்படுகின்றதா?

- [ஆம்](#எனக்கு-மீட்பு-மின்னஞ்சல்- கீச்சக அணுகல் உள்ளது)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகைப் -படிவம்- கீச்சகம் )

### மீட்டெடுப்பதற்கான-அணுகல்-மின்னஞ்சல்- கீச்சகம் என்னிடம் உள்ளது

> கீச்சகத்திடமிருந்து "உங்கள் கீச்சகக் கடவுச்சொல் மாற்றப்பட்டது" மின்னஞ்சலைப் பெற்றுள்ளீர்களா என்பதைப் பரிசீலிக்க மின்னஞ்சல் உட்பெட்டியினை பரிசீலியுங்கள்.

>

> மின்னஞ்சல்களைச் சரிபார்க்கும் போது தகவல் திருட்டு முயற்சிகள் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள். ஒரு செய்தியின் நியாயத்தன்மை குறித்து உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால், [சந்தேகத்திற்கிடமான செய்திகளின் பணிப்பாய்வு](../../../suspicious-messages/) மதிப்பாய்வு செய்யவும்.

கீச்சகத்திடமிருந்து "உங்கள் கீச்சகக் கடவுச்சொல் மாற்றப்பட்டது" என்ற மின்னஞ்சலைப் பெற்றீர்களா?

- [ஆம்](#மின்னஞ்சல்-பெறப்பட்டது- கீச்சகம்)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகைப் -படிவம் -கீச்சகம்)

### மின்னஞ்சல்-பெறப்பட்டது-கீச்சகம்

செய்தியின் நியாயத்தன்மையை நீங்கள் சரிபார்த்தவுடன், மின்னஞ்சலில் வழங்கப்பட்ட தகவலை மதிப்பாய்வு செய்யவும். செய்தியில் "உங்கள் கணக்கை மீட்டெடு" என்ற இணைப்பு உள்ளதா என சரிபார்க்கவும். அது இருக்கிறதா?

- [ஆம்](#மீளப்பெறுகை - இணைப்பு- கிடைக்கப்பெற்றது- கீச்சகம்)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகைப் -படிவம் -கீச்சகம்)

### மீட்பு-இணைப்பு- கிடைக்கப்பெற்றது -கீச்சகம்

> உங்கள் கணக்கை மீளப்பெற "உங்கள் கணக்கை மீட்டெடுக்கவும்" இணைப்பைப் பயன்படுத்தவும்.

உங்கள் கணக்கை மீளப்பெற முடிந்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்டது \_முடிவு)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகைப் -படிவம் -கீச்சகம்)

### மீட்பு-படிவம்-கீச்சகம்

> உங்கள் கீச்சகம் கணக்கு திருடப்பட்டதாக நீங்கள் நம்பினால், [எனது திருடப்பட்ட கணக்கிற்கு உதவி](https://help.twitter.com/en/safety-and-security/twitter-account-compromised) இல் வழங்கப்பட்டுள்ள வழிமுறைகளைப் பின்பற்றவும்.

>

> உங்கள் கணக்கு திருடப்படவில்லை அல்லது உங்களது கணக்கினை அணுகுவதில் வேறுவிதமான பிரச்சினைகள் காணப்படின் ["உங்கள் கணக்கை மீளப்பெறுவதற்கான உதவியைக் கோருங்கள்"](https://help.twitter.com/forms/restore) இல் உள்ள படிகளைப் பின்பற்றலாம்.

>

> உங்கள் கோரிக்கைகளுக்கான பதிலைப் பெற சிறிது நேரம் ஆகலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும். இந்தப் பக்கத்தை உங்கள் புக்மார்க்குகளில் சேமித்து, சில நாட்களில் இந்தப் பணிப்பாய்வுக்கு மீண்டும் வரவும்.

மீளப்பெறுதல் செயல்முறை பயனளித்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்டது \_முடிவு)

- [இல்லை](#கணக்கு\_முடிவு)

<!---=============================================== ============

//புரோட்டான்மெயில்

//==================================================== ========= -->

### புரோட்டான்மெயில்

> உங்கள் கணக்கை மீளப்பெற , [உங்கள் கடவுச்சொல்லை மீட்டமைப்பதற்கான வழிமுறைகளைப்](https://protonmail.com/support/knowledge-base/reset-password/) பின்பற்றவும்.

>

> உங்கள் கடவுச்சொல்லை மீளமைத்தால், ஏற்கனவே உள்ள மின்னஞ்சல்கள் மற்றும் தொடர்புகளை உங்களால் படிக்க முடியாது என்பதை நினைவில் கொள்ளவும், ஏனெனில் அவை கடவுச்சொல்லுடன் பாதுகாக்கப்பட்ட விசையுடன் குறியாக்கம் செய்யப்பட்டுள்ளன. மீட்டெடுப்பு கோப்பு அல்லது மீட்பு சொற்றொடருக்கான அணுகல் உங்களிடம் காணப்படுமெனில், [Recover Encrypted Message and Files](https://proton.me/support/recover-encrypted-messages-files) இல் உள்ள படிகளைப் பின்பற்றுவதன் மூலம் பழைய தரவை மீட்டெடுக்க முடியும்.

மீட்பு செயல்முறை வேலை செய்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்டது \_முடிவு)

- [இல்லை](#கணக்கு\_முடிவு)

<!---=============================================== =====================

//MicorsoftHotmailLiveOutlookMicorsoftHotmailLiveOutlookMicorsoftHotmailLiveOutlook

//==================================================== =================== -->

### ஹாட்மெயில்

இணைக்கப்பட்ட மீளப்பெறுதல் மின்னஞ்சல்/தொலைபேசிக்கான அணுகல் உங்களிடம் காணப்படுகின்றதா?

- [ஆம்](#எனக்கு-மீட்பு-மின்னஞ்சல்-ஹாட்மெயிலுக்கான அணுகல் உள்ளது)

- [இல்லை](#Recovery-Form-Hotmail)

### நான்-மீட்பு-மின்னஞ்சல்-ஹாட்மெயிலுக்கு-அணுகல் உள்ளது

> மைக்ரோசாப்ட் இலிருந்து "மைக்ரோசாப்ட் கணக்கு கடவுச்சொல் மாற்றம்" மின்னஞ்சலைப் பெற்றுள்ளீர்களா என்பதனைப் பரிசீலிக்கவும்.

>

> மின்னஞ்சல்களைச் பரிசீலிக்கும் போது தகவல் திருட்டு முயற்சிகள் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள். ஒரு செய்தியின் நியாயத்தன்மை குறித்து உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால், [சந்தேகத்திற்கிடமான செய்திகளின் பணிப்பாய்வு](../../../suspicious-messages/) மதிப்பாய்வு செய்யவும்.

Microsoft இலிருந்து "Microsoft கணக்கு கடவுச்சொல் மாற்றம்" மின்னஞ்சலைப் பெற்றீர்களா?

- [ஆம்](#மின்னஞ்சல் பெறப்பட்டது-ஹாட்மெயில்)

- [இல்லை](#மீளப்பெறல் -படிவம்-ஹாட்மெயில் )

### மின்னஞ்சல் பெறப்பட்டது-ஹாட்மெயில்

செய்தியின் நியாயத்தன்மையை நீங்கள் சரிபார்த்தவுடன், மின்னஞ்சலில் வழங்கப்பட்ட தகவலை மதிப்பாய்வு செய்யவும். செய்தியில் "உங்கள் கடவுச்சொல்லை மீளப்பெற்றுக்கொண்டமைக்கான" இணைப்பு உள்ளதா என சரிபார்க்கவும். அது காணப்படுகின்றதா?

- [ஆம்](#மீளப்பெறுகை - இணைப்பு- கிடைக்கப்பெற்றது - ஹொட்மெயில்)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை - படிவம் - ஹொட்மெயில்)

### மீளப்பெறுகை - இணைப்பு- கிடைக்கப்பெற்றது - ஹொட்மெயில்

> புதிய கடவுச்சொல்லை மாற்றல் மற்றும் உங்கள் கணக்கை மீளமைத்துக்கொள்ள "உங்கள் கடவுச்சொல்லை மீளமைத்தல் " இணைப்பைப் பயன்படுத்தவும்.

"உங்கள் கடவுச்சொல்லை மீளமைத்தல்" இணைப்பு மூலம் உங்கள் கணக்கை மீளப்பெற முடிந்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்ட\_முடிவு)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை - படிவம் - ஹொட்மெயில்)

### மீளப்பெறுகை - படிவம் - ஹொட்மெயில்

> ["உள்நுழைவு உதவி கருவி"](https://go.microsoft.com/fwlink/?linkid=2214157) இனை தயவுசெய்து முயற்சிக்கவும். இந்தக் கருவியில் உள்ள ஆலோசனைகளினைப் பின்பற்றவும், நீங்கள் மீட்டெடுக்க முயற்சிக்கும் கணக்கைச் இணைத்துக்கொள்வது உட்பட மீட்டெடுப்பதற்கான தகவல்கள் குறித்த கேள்விகளுக்குப் பதில்களும் காணப்படுகின்றன.

>

> இணையப் படிவங்கள் மூலம் உங்கள் கோரிக்கைகளுக்கான பதிலைப் பெற சிறிது நேரம் ஆகலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும். இந்தப் பக்கத்தை உங்கள் புக்மார்க்குகளில் சேமித்து, சில நாட்களில் இந்தப் பணிப்பாய்வுக்கு வரவும்.

மீளப்பெறுதல் செயல்முறை பயனளித்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்ட\_முடிவு)

- [இல்லை](#கணக்கு\_முடிவு)

<!---=============================================== =====================

//FacebookMetaFacebookMetaFacebookMetaFacebookMetaFacebookMetaFacebook

//==================================================== =================== -->

### முகநூல்

இணைக்கப்பட்ட மீளப்பெறுதல் மின்னஞ்சல்/தொலைபேசிக்கான அணுகல் உங்களிடம் காணப்படுகின்றதா?

- [ஆம்](#எனக்கு-மீளப்பெறுதல் -மின்னஞ்சல்- முகப்புத்தக அணுகல் உள்ளது)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுதல் -படிவம்- முகப்புத்தகம்)

### எனக்கு- மீளப்பெறுதல் -மின்னஞ்சலுக்கான -முகப்புத்தக - அணுகல் உள்ளது

> முகப்புத்தகத்திலிருந்து "உங்கள் கடவுச்சொல்லை இப்போது மீளமைத்தீர்களா?" என்ற மின்னஞ்சல் பெறப்பட்டுள்ளதா எனப் பரிசீலியுங்கள்.

>

> மின்னஞ்சல்களைச் சரிபார்க்கும் போது தகவல் திருட்டு முயற்சிகள் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள். ஒரு செய்தியின் நியாயத்தன்மை குறித்து உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால், [சந்தேகத்திற்கிடமான செய்திகளின் பணிப்பாய்வு](../../../suspicious-messages/) மதிப்பாய்வு செய்யவும்.

"முகப்புத்தகத்திலிருந்து "உங்கள் கடவுச்சொல்லை இப்போது மீளமைத்தீர்களா?" என்ற மின்னஞ்சல் பெறப்பட்டுள்ளதா

- [ஆம்](#மின்னஞ்சல்-பெறப்பட்டது-முகப்புத்தகம் )

- [இல்லை](#மீளமைப்பு -படிவம்-முகப்புத்தகம் )

### மின்னஞ்சல் பெறப்பட்டது-முகப்புத்தகம்

செய்தியின் நியாயத்தன்மையை நீங்கள் சரிபார்த்தவுடன், மின்னஞ்சலில் வழங்கப்பட்ட தகவலை மதிப்பாய்வு செய்யவும். மின்னஞ்சலில் இணைப்புடன் "இது நான் அல்ல" என்ற செய்தி உள்ளதா?

- [ஆம்](#மீளப்பெறுகை - இணைப்பு- கிடைக்கப்பெற்றது - முகப்புத்தகம் )

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை - படிவம் - முகப்புத்தகம்)

### மீளப்பெறுகை - இணைப்பு- கிடைக்கப்பெற்றது - முகப்புத்தகம்

> உங்கள் கணக்கை மீட்டெடுக்க, செய்தியில் உள்ள "இது நான் அல்ல" என்ற இணைப்பைப் பயன்படுத்தவும்.

இணைப்பைக் கிளிக் செய்வதன் மூலம் உங்கள் கணக்கை மீட்டெடுக்க முடிந்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்டது \_முடிவு)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை -படிவம்-முகப்புத்தகம் )

### மீளப்பெறுகை -படிவம்-முகப்புத்தகம்

> [உங்கள் கணக்கை மீட்டெடுப்பதற்கான படிவத்தை](https://www.facebook.com/login/identify) இனை தயவுசெய்து முயற்சிக்கவும்.

>

> இணையப் படிவங்கள் மூலம் உங்கள் கோரிக்கைகளுக்கான பதிலைப் பெற சிறிது நேரம் ஆகலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும். இந்தப் பக்கத்தை உங்கள் புக்மார்க்குகளில் சேமித்து, சில நாட்களில் இந்தப் பணிப்பாய்வுக்கு மீண்டும் வரவும்.

மீளப்பெறுதல் செயல்முறை பயனளித்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்ட\_முடிவு)

- [இல்லை](#கணக்கு\_முடிவு)

<!--- =============================================== =====================

InstagramInstagramInstagramInstagramInstagramInstagramஇன்ஸ்டாகிராம்

//==================================================== =================== -->

### Instagram -இன்ஸ்டாகிராம்

இணைக்கப்பட்ட மீளப்பெறுதல் மின்னஞ்சல்/தொலைபேசிக்கான அணுகல் உங்களிடம் காணப்படுகின்றதா?

- [ஆம்](#என்னிடம்-மீட்பு-மின்னஞ்சல்-இன்ஸ்டாகிராம் அணுகல் உள்ளது)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை -படிவம்-இன்ஸ்டாகிராம் )

### மீட்டெடுப்பதற்கான-அணுகல்-மின்னஞ்சல்-இன்ஸ்டாகிராம் என்னிடம் உள்ளது

> இன்ஸ்டாகிராமிலிருந்து "உங்கள் இன்ஸ்டாகிராம் கடவுச்சொல் மாற்றப்பட்டது" என்ற மின்னஞ்சலைப் பெற்றுள்ளீர்களா எனச் சரிபார்க்கவும்.

>

> மின்னஞ்சல்களைச் சரிபார்க்கும் போது தகவல் திருட்டு முயற்சிகள் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள். ஒரு செய்தியின் சட்டபூர்வமான தன்மை குறித்து உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால், [சந்தேகத்திற்குரிய செய்திகளின் பணிப்பாய்வு](../../../suspicious-messages) மதிப்பாய்வு செய்யவும்.

இன்ஸ்டாகிராமிலிருந்து "உங்கள் இன்ஸ்டாகிராம் கடவுச்சொல் மாற்றப்பட்டது" என்ற மின்னஞ்சலைப் பெற்றீர்களா?

- [ஆம்](#மின்னஞ்சல் பெறப்பட்டது-இன்ஸ்டாகிராம்)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை -படிவம்-இன்ஸ்டாகிராம்)

### மின்னஞ்சல் பெறப்பட்டது-Instagram

செய்தியின் நியாயத்தன்மையை நீங்கள் சரிபார்த்தவுடன், மின்னஞ்சலில் வழங்கப்பட்ட தகவலை மதிப்பாய்வு செய்யவும். "உங்கள் கணக்கை இங்கே பாதுகாக்கவும்" என்ற இணைப்பு உள்ளதா என சரிபார்க்கவும். அது இருக்கிறதா?

- [ஆம்](#மீளப்பெறுகை -இணைப்பு -கிடைக்கப்பெற்றுள்ளது -இன்ஸ்டாகிராம்)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை -படிவம்-இன்ஸ்டாகிராம்)

### மீளப்பெறுகை -இணைப்பு -கிடைக்கப்பெற்றுள்ளது -இன்ஸ்டாகிராம்

> உங்கள் கணக்கை மீட்டெடுக்க "உங்கள் கணக்கை இங்கே பாதுகாக்கவும்" என்ற இணைப்பைப் பயன்படுத்தவும்.

உங்கள் கணக்கை மீட்டெடுக்க முடிந்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்ட\_முடிவு)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை -படிவம்-இன்ஸ்டாகிராம்)

### மீட்பு-படிவம்-இன்ஸ்ட்ராகிராம்

> உங்கள் கணக்கை மீட்டெடுக்க, ["எனது இன்ஸ்டாகிராம் கணக்கு ஹேக் செய்யப்பட்டதாக நினைக்கிறேன்"](https://help.instagram.com/149494825257596?helpref=search&sr=1&query=hacked) இல் உள்ள வழிமுறைகளைப் பின்பற்றவும்.

>

> இணையப் படிவங்கள் மூலம் உங்கள் கோரிக்கைகளுக்கான பதிலைப் பெற சிறிது நேரம் ஆகலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும். இந்தப் பக்கத்தை உங்கள் புக்மார்க்குகளில் சேமித்து, சில நாட்களில் இந்தப் பணிப்பாய்வுக்கு வரவும்.

மீளப்பெறுதல் செயல்முறை பயனளித்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்ட\_முடிவு)

- [இல்லை](#கணக்கு\_முடிவு)

<!--- =============================================== =====================

TiktokTiktokTiktokTiktokTiktokTiktokTiktokTiktokTiktokTiktokTiktokTiktok

//==================================================== =================== -->

### டிக்டாக்

இணைக்கப்பட்ட மீளப்பெறுதல் மின்னஞ்சல்/தொலைபேசிக்கான அணுகல் உங்களிடம் காணப்படுகின்றதா?

- [ஆம்](#எனக்கு-மீட்பு-மின்னஞ்சல்-டிக்டாக் அணுகல் உள்ளது)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை -படிவம் -டிக்டொக் )

### டிக்டாக்கை மீட்டெடுப்பதற்கான அணுகல் என்னிடம் காணப்படுகின்றது.

> மீட்பு மின்னஞ்சலுக்கான அணுகல் உங்களிடம் இருந்தால், [Tiktok கடவுச்சொல் மீளமைப்புச் செயல்முறை](https://www.tiktok.com/login/email/forget-password) ஐப் பின்பற்றி உங்கள் கடவுச்சொல்லை மீளமைக்க முயற்சிக்கவும்.

உங்கள் கணக்கை மீளமைப்புச் செய்ய முடிந்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்டது \_முடிவு)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை -படிவம் -டிக்டொக் )

### மீட்பு-படிவம்-டிக்டாக்

> ["எனது கணக்கு ஹேக் செய்யப்பட்டுள்ளது"](https://support.tiktok.com/en/log-in-troubleshoot/log-in/my-account-has-been-hacked) இல் உள்ள வழிமுறைகளைப் பின்பற்றி உங்கள் கணக்கை மீளப்பெற முயற்சிக்கவும்.

மீளப்பெறுதல் செயல்முறை பயனளித்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்ட\_முடிவு)

- [இல்லை](#கணக்கு\_முடிவு)

### Fb-பக்கம்\_முடிவு

உங்கள் பிரச்சனை தீர்ந்தது அற்புதம்! எதிர்காலத்தில் உங்கள் பக்கத்திற்கான அணுகலை இழப்பதற்கான வாய்ப்பினை குறைத்துக்கொள்ள உதவும் இந்தப் பரிந்துரைகளைப் படிக்கவும்:

- பக்கத்தில் உள்ள அனைத்து நிர்வாகிகளுக்கும் இரு காரணி உறுதிப்படுத்தல் செயல்படுத்தவும்.

- நீங்கள் நம்பும் மற்றும் பதிலளிக்கக்கூடிய நபர்களுக்கு மட்டுமே நிர்வாகப் பொறுப்புகளை ஒதுக்கவும்.

- நீங்கள் நம்பக்கூடிய எவரேனும் காணப்படின், உங்களைத் தவிர உங்களது பக்கத்திற்கு குறைந்தது மற்றொரு நிர்வாகியாவது காணப்படுதல் வேண்டும். அனைத்து நிர்வாக கணக்குகளுக்கும் 2FA ஐ நீங்கள் செயல்படுத்த வேண்டும் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும்.

- பக்கத்தில் உள்ள சலுகைகள் மற்றும் அனுமதிகளை தவறாமல் மதிப்பாய்வு செய்யவும். பயனர் தங்கள் வேலையைச் செய்வதற்குத் தேவையான அளவிற்கு மட்டுமே சலுகைகளை ஒதுக்குங்கள்.

### கணக்கு\_முடிவு

இந்தப் பணிப்பாய்வுகளில் பரிந்துரைக்கப்பட்ட நடைமுறைகள் உங்கள் கணக்கிற்கான அணுகலை மீட்டெடுக்க உங்களுக்கு உதவவில்லை என்றால், பின்வரும் நிறுவனங்களைத் தொடர்புகொண்டு உங்களுக்கான உதவிகளினைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம்:

:[](நிறுவனங்கள்? சேவைகள்=கணக்கு)

### தீர்க்கப்பட்ட\_முடிவு

இந்த DFAK வழிகாட்டி பயனுள்ளதாக இருந்தது என்று நம்புகிறேன். [மின்னஞ்சல் வழியாக](mailto:incoming+rarenet-dfak-8220223-issue-@incoming.gitlab.com) வழியாக தங்களது கருத்துக்களினைத் தெரிவிக்கவும்.

### இறுதி\_உதவிக்குறிப்புகள்

எதிர்காலத்தில் உங்கள் கணக்குகளுக்கான அணுகலை இழப்பதற்கான வாய்ப்பைக் குறைக்க உதவும் இந்தப் பரிந்துரைகளைப் படிக்கவும்.

- இரு காரணி அங்கீகாரத்தை (2FA) கொண்டுள்ள அனைத்து தளங்களுக்கும் இரு காரணி உறுதிப்படுத்தல் செயற்படுத்தல் எப்போதும் நல்லது.

- ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட கணக்குகளுக்கு ஒரே கடவுச்சொல்லை பயன்படுத்த வேண்டாம். நீங்கள் தற்போது அவ்வாறு செய்கிறீர்கள் எனில், உங்கள் கணக்குகள் ஒவ்வொன்றிற்கும் தனிப்பட்ட கடவுச்சொல்லைப் பயன்படுத்தி அவற்றை மாற்ற வேண்டும்.

- கடவுச்சொல் நிர்வாகியைப் பயன்படுத்துவது, உங்கள் எல்லா கணக்குகளுக்கும் தனித்துவமான மற்றும் வலுவான கடவுச்சொற்களை உருவாக்கவும் நினைவில் கொள்ளவும் உதவும்.

- திறந்த பொது நம்பிக்கையற்ற Wi-FI பயன்படுத்தும் போது எச்சரிக்கையாக இருங்கள்

- Wi-FI நெட்வொர்க்குகள் பயன்படுத்தும்போது மற்றும் அவற்றின் மூலம் இணைக்கும்போது VPN அல்லது Tor ஐப் பயன்படுத்தலாம்.

#### வளங்கள்

- [இப்போது அணுகு ஹெல்ப்லைன் சமூக ஆவணம்: குழு கடவுச்சொல் நிர்வாகிகளுக்கான பரிந்துரைகள்](https://communitydocs.accessnow.org/295-Password\_managers.html)

- [பாதுகாப்பு தற்காப்பு: சமூக வலைப்பின்னல்களில் உங்களைப் பாதுகாத்தல்](https://ssd.eff.org/en/module/protecting-yourself-social-networks)

- [பாதுகாப்பு தற்காப்பு: கடவுச்சொல் நிர்வாகிகளைப் பயன்படுத்தி வலுவான கடவுச்சொற்களை உருவாக்குதல்](https://ssd.eff.org/en/module/creating-strong-passwords#0)

<!--- மற்றொரு சேவை மீட்பு பணிப்பாய்வுகளைச் சேர்க்க, பின்வருவனவற்றைத் திருத்தவும்:

#### சேவை-பெயர்

இணைக்கப்பட்ட மீளப்பெறுதல் மின்னஞ்சல்/தொலைபேசிக்கான அணுகல் உங்களிடம் காணப்படுகின்றதா?

- [ஆம்](#எனக்கு-மீட்பு-மின்னஞ்சல்-கூகிள் அணுகல் உள்ளது)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை -படிவம் -கூகிள் )

### Google-ஐ மீட்டெடுப்பதற்கான அணுகல் என்னிடம் உள்ளது

சேவை\_பெயரில் இருந்து "[கடவுச்சொல்லை மாற்றும் மின்னஞ்சல் பொருள்]" மின்னஞ்சலைப் பெற்றுள்ளீர்களா எனச் சரிபார்க்கவும். நீங்கள் அதைப் பெற்றீர்களா?

மின்னஞ்சல்களைச் சரிபார்க்கும் போது, ​​ஃபிஷிங் முயற்சிகள் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள். ஒரு செய்தியின் சட்டபூர்வமான தன்மை குறித்து உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால், [சந்தேகத்திற்குரிய செய்திகள் பணிப்பாய்வு](https://digitalfirstaid.org/en/topics/suspicious-messages/)

- [ஆம்](#மின்னஞ்சலில் பெற்ற சேவையின் பெயர்)

- [இல்லை](#மீளப்பெறுகை -படிவம் -சேவை -பெயர்

### மின்னஞ்சல்-பெறப்பட்ட-சேவை-பெயர்

> "உங்கள் கணக்கை மீட்டெடுக்கவும்" இணைப்பு உள்ளதா எனச் சரிபார்க்கவும். அது இருக்கிறதா?

- [ஆம்](#மீளமைப்பு -இணைப்பு -கிடைக்கப்பெற்றது -சேவை-பெயர்)

- [இல்லை](#மீளமைப்பு -படிவம்-சேவை-பெயர்)

### மீளமைப்பு -இணைப்பு -கிடைக்கப்பெற்றது -சேவை-பெயர்

> உங்கள் கணக்கை மீட்டெடுக்க, [மீட்பு இணைப்பு விளக்கம்](URL) இணைப்பைப் பயன்படுத்தவும்.

"[மீட்பு இணைப்பு விளக்கம்]" இணைப்பு மூலம் உங்கள் கணக்கை மீட்டெடுக்க முடிந்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்ட\_முடிவு)

- [இல்லை](#மீட்பு-படிவம்-சேவை-பெயர்)

### மீட்பு-படிவம்-சேவை-பெயர்

> இந்தக் கணக்கை மீட்டெடுக்க, இந்த மீட்புப் படிவத்தை முயற்சிக்கவும்: [நிலையான மீட்புப் படிவத்திற்கான இணைப்பு].

>

> உங்கள் கோரிக்கைகளுக்கான பதிலைப் பெற சிறிது நேரம் ஆகலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும். இந்தப் பக்கத்தை உங்கள் புக்மார்க்குகளில் சேமித்து, சில நாட்களில் இந்தப் பணிப்பாய்வுக்கு மீண்டும் வரவும்.

மீட்பு செயல்முறை வேலை செய்ததா?

- [ஆம்](#தீர்க்கப்பட்ட\_முடிவு)

- [இல்லை](#கணக்கு\_முடிவு)

-->