

# حلّ الخلافات على وسائل التواصل الاجتماعي

## لماذا يتجادل الناس عبر الإنترنت

- الجهل بسياق المنشور.
- العجز عن قراءة الإشارات الاجتماعية الواردة في النص.
- عدم معرفة الشخص الآخر والشكّ بنواياه.
- الشعور بالحصانة وتجنّب العواقب بسبب سرية الهوية.
- وجود تحيزات لشخص آخر.
- الرغبة في تغيير وجهات نظر الآخرين.
- السعي إلى جذب الانتباه وخلق الدراما.

## ماذا يجب عليك أن تفعل في حال وجدت نفسك داخل خلاف؟

### لا تهدر وقتك وطاقتك

- لا تفكر في تحميل برامج مزيفة أو انشاء حسابات وهمية لحل الخلاف.
- تجاهل المحتوى المسيء الذي يتعمّد بدء الخلاف.



### فكر بتروي

- لا تتسرع في الردّ على المشاركات والرسائل المشحونة.
- حول الجدل الى مساحة للنقاش المفيد.
- تقبل حقيقة أنه ليس بالضرورة أن ينتصر أحد في النقاش.
- دع نقاشك يستند على أدلة ومعلومات من مصادر موثوقة.



### كن ودوداً

- بيّن للشخص الآخر أنك لا تقصد مهاجمته.
- حاول أن تفهم الطرف الآخر عوضاً عن محاولة فرض رأيك عليه.
- لا توجه تهّم.
- لا تتحدّر أبداً إلى مستوى الشتائم والإهانات.
- لا تدع الآخرين إلى مهاجمة الشخص الآخر.
- استخدم الدعابة لتقليل التوتر ولكن لا تسخر من الشخص الآخر.



### كن إيجابياً

- أبرز القواسم المشتركة.
- قدر مساهمة الطرف الآخر خلال النقاش.
- اعترف بأخطائك واعتذر عنها.



### احمي نفسك

- حوّل المحادثة إلى قنوات التواصل الخاصة كصندوق بريدك الخاص.
- قم بتعطيل الإشعارات وتوقف عن الاستجابة إذا قام الطرف الآخر بإخراج المناقشة عن مسارها الأساسي.
- احظر الشخص الآخر إذا بدأ في مضايقتك.
- لا تستجيب لتهديدات العنف.
- قم بالتبليغ عن خطاب الكراهية والتهديدات.



### حصّن نفسك

- اجعل حساباتك في وضعية "خاص" لتقليل تفاعل مع الغرباء.
- حدد من من متابعتك يمكنه مشاهدة منشوراتك الشخصية.
- لا تشارك مشاكلك الشخصية وتحديات حياتك الخاصة على العلن.
- لا تكثر من الدعابة مع الغرباء.
- تأكد من دقة المحتوى الذي تنوي إعادة نشره.
- حدّد موقفك في حال كنت تعارض الآراء التي تقوم بإعادة نشرها كن حذراً عند معارضة آراء الآخرين.
- لا تحاول فرض آرائك على الآخرين.
- احذف مشاركاتك التي تتضمن أفكارك السابقة التي لم تعد تتبناها أو تدعمها.

### قبل مشاركة أي منشور:

- أ. اسأل نفسك ما إذا كان من الممكن أن يتلقى الجمهور رسائلك بطريقة سلبية، حتى لو لم تكن تقصد أن يكون هدف منشورك سلبياً.
- ب. خذ بعين الاعتبار ردة فعل أرباب العمل الحاليين، المستقبليين، المعلمين، الأساتذة، المعارف، العائلة، والأصدقاء، فيما تريد نشره.
- ج. احرص على أن لا تؤذي الآخرين عندما تقوم بمشاركة أفكارك التي تتمحور حول قضية مثيرة للجدل أو أنماط حياة أخرى.