

اشرحها لي

محادثاتك مع الذكاء الاصطناعي... مين يتدرب عليها؟

الإعداد الذي يوقف تدريب النماذج على محادثاتك في الأدوات الثلاث (Gemini, Claude, ChatGPT)، من صفحات المساعدة الرسمية، ووش يسوي بالضبط ووش ما يسوي.

✓ فراجع قبل النشر

لقطتين حقيقية + رسم

3 صفحات رسمية

5 دقائق

الخلاصة في صفحة

في الحسابين اللذين صوّرناهم (Gemini, Claude) الخيار كان **شغّال**. يعني محادثتك ممكن يستخدمونها لتحسين النماذج، إلا إذا طّيقته.

Gemini	Claude	ChatGPT
Gemini Apps Activity طّف: Keep activity	Privacy ← Settings طّف: Help improve our AI models	Data controls ← Settings طّف: Improve the model for everyone

وش ما يسويه هالإعدادات؟

- **ما يمسح محادثتك القديمة.** في ChatGPT تبقى محادثتك مثل ما هي. وفي Claude، اللي دخل في تدريب بدأ قبل لا تطّيه يبقى فيه.
- **ما يخّلّي المحادثة سرية 100%.** الشركات تحتفظ بالمحادثات فترة للأمان. مثلاً Gemini يحتفظ فيها 72 ساعة حتى لو طّقت النشاط، وقوّل تقول إن فيه مراجعين بشر ممكن يساعدون في الحماية.

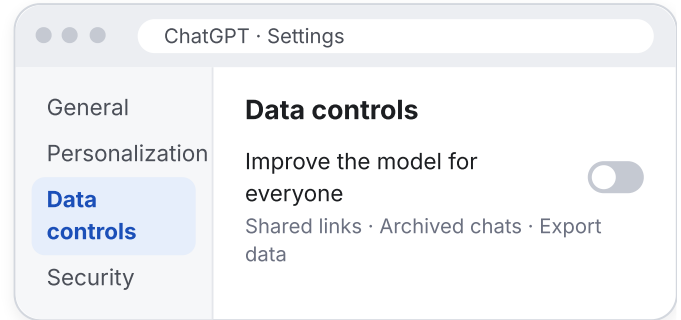
🔒 القاعدة الذهبية، مهما كانت الإعدادات

لا تكتب لأي أداة ذكاء اصطناعي: رقم بطاقة، كلمة سر، رقم هوية، أو بيانات زبائنك الشخصية.

ChatGPT 1

• من المتصفح

- 1 اضغط على اسمك أو صورتك تحت يسار الشاشة، بعدها Settings.
- 2 اختر Data controls.
- 3 طّف Improve the model for everyone، واضغط Done.



• من الجوال

- 1 افتح القائمة الجانبية (الخطين فوق يسار الشاشة)، واضغط صورتك عشان تفتح الإعدادات.
- 2 Data controls، وطّف نفس الخيار.

رسم توضيحي من وصف صفحة OpenAI الرسمية، ويوضح الشكل بعد ما تطّيه. ما صوّرنا الشاشة لأننا ما سَجَلْنَا دخول في ChatGPT

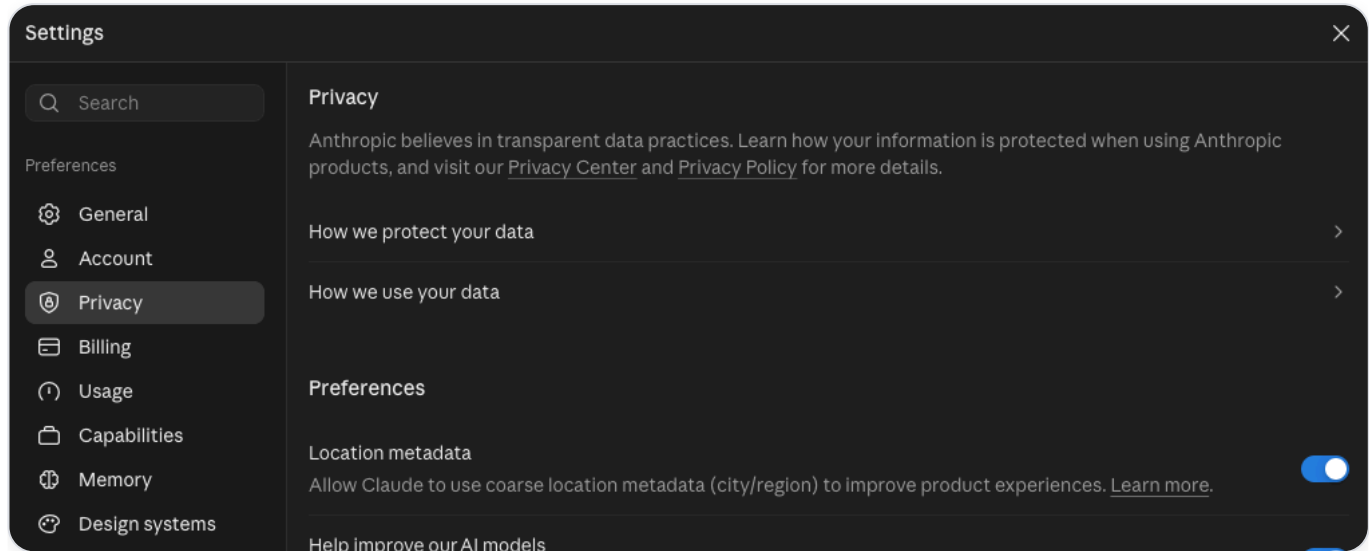
💡 **محادثة وحدة بس؟ استخدم «المحادثة المؤقتة»**

من زر Temporary Chat فوق، ما تطلع في سجلك، وما تنحفظ في الذاكرة، وما يستخدمونها للتدريب. بس OpenAI ممكن تحتفظ فيها لين 30 يوم للأمان.

وش يصير لمحادثاتك القديمة؟

حسب صفحة OpenAI: إطفاء الخيار ما يمسخ ولا يخفي محادثاتك المحفوظة.

Claude 2



الخيار الثاني تحت Preferences. في الصورة هو شغال (أزرق) **لقطة حقيقية - claude.ai**

1 اضغط على اسمك تحت يسار الشاشة، بعدها Settings.

2 اختر Privacy من القائمة.

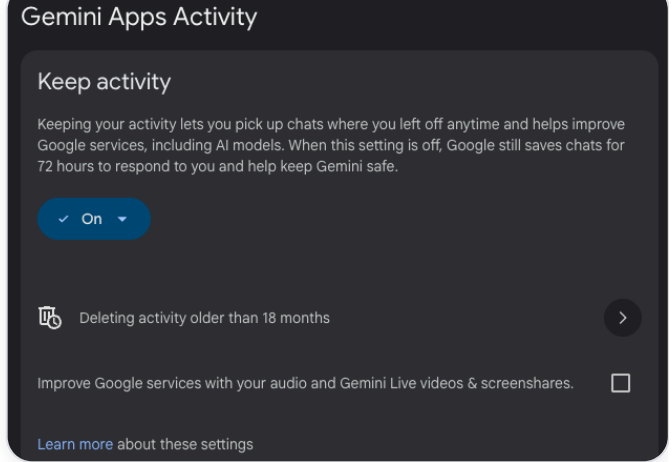
3 تحت Preferences طّف Help improve our AI models.

وش يصير بعد ما تطقيّه؟

حسب صفحة Anthropic الرسمية: محادثاتك القديمة ما تدخل في تدريب جديد، بس اللي بدأ قبل لا تطقيّه يبقى. وإذا أنظمة الأمان أشرت على محادثة إنها مخالفة، ممكن يستخدمونها لتحسين نماذج الأمان عندهم.

Gemini 3

- 1 افتح myactivity.google.com/product/gemini وسجل بحساب قوقل.
- 2 عند Keep activity اضغط زر On، واختر Turn off. (فيه كمان خيار يطّقيه ويمسح القديم مع بعض.)
- 3 إذا تبي تمسح النشاط القديم بعدين: انزل تحت في نفس الصفحة، واضغط Delete.



لقطة حقيقية • myactivity.google.com في الصورة الخيار شغال (On)

⚠ انتبه: Gemini مختلف شوي

حسب صفحة قوقل (محدّثة 23 أكتوبر 2026): لما تطّقي Keep activity، محادثاتك الجاية ما تنحفظ في نشاطك وما يستخدمونها لتدريب النماذج، إلا إذا أرسلت ملاحظة (Feedback). بس قوقل تحتفظ فيها **72 ساعة** عشان ترد عليك وتحمي الخدمة، وفيه **مراجعين بشر** ممكن يساعدون في الحماية.

وش جربنا بالضبط

- قربنا صفحات المساعدة الرسمية الثلاث يوم 26 أكتوبر 2026، وأسماء الأزرار الرئيسية منقولة منها بالحرف.
- صوّرنا شاشة Claude وشاشة Gemini من حسابات حقيقية. ما غيّرنا أي إعداد.

بصراحة، اللي ما جربناه

ما سجّلنا دخول في ChatGPT، فصورته رسم من وصف الصفحة الرسمية. وجربنا الحسابات الشخصية بس، مو حسابات الشغل (Team أو Enterprise) لأن إعداداتها مختلفة. والشركات الثلاث تغيّر هالشاشات، فإذا شفت اسم مختلف، دَوّر على كلمة «تحسين» أو Improve أو Activity.

المصادر الرسمية

- OpenAI: help.openai.com/en/articles/7730893
- Anthropic (محدّثة 3 أغسطس 2026): privacy.claude.com/en/articles/12109829
- قوقل (محدّثة 23 أكتوبر 2026): support.google.com/gemini/answer/13594961