অনলাইনে আপনার নিরাপত্তার জন্য কিছু সুপরামর্শ

Deaf Child Worldwide

অনলাইন গ্রুপ, সোস্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্ম, হোয়াট্সঅ্যাপ, ফেসবুক, ইনস্টাগ্রাম, টুইটার, টিকটক, ইমো, টেলিগ্রাফ এবং স্ন্যাপচ্যাট প্রভৃতি বন্ধু এবং পরিবারের সাথে যোগাযোগ রাখার একটি মজাদার উপায়। কিন্তু এক্ষেত্রে নিজের নিরাপত্তার কথা সবার আগে মনে রাখা দরকার।

বেশি তথ্য শেয়ার করবেন না

অনলাইনে বেশি তথ্য শেয়ার না করা খুবই গুরুত্বপূর্ণ, বিশেষ করে ব্যক্তিগত জিনিস যেমন - নিজেদের ছবি শেয়ার করা কারণ এগুলি নিয়ে ওরা কী করছে তার নিয়ন্ত্রণ আপনার হাতে থাকে না।

অপরিচিত ব্যক্তির সঙ্গে আপনি কোথায় থাকেন, আপনার স্কুলের নাম বা কোথায় কাজ করেন - এই সব তথ্য কখনোই শেয়ার করবেন না। বাসস্টপে কোনো ব্যক্তির সঙ্গে আলাপে যেমন আপনি কোথায় থাকেন তা জানাবেন না, তেমনি অনলাইনে যোগাযোগেও তা কখনোই করবেন না।

পোস্ট করার আগে একটু ভাবুন

আপনার বন্ধুর মজার ছবি পোস্ট করার আগে বা সোস্যাল মিডিয়াতে কারো সম্পর্কে রসিকতাসূচক বা বিদ্রূপাত্মক পোস্ট দেওয়ার আগে নিজে একবার ভাবুনঃ

এই পোস্টটি যদি আপনাকে নিয়ে হয়, তাহলে কি তাতে আপনি মজা পাবেন?

আপনার বন্ধু এই পোস্টটিকে কীভাবে নেবে?

মজাদার হলেও, তা সঠিক হবে কি?

একটি সঠিক নিয়ম হলো - বাস্তব জীবনে যদি প্রযোজ্য না হয়, তাহলে অনলাইনে এটি পোস্ট করা সঠিক হবে না।

যৌনতা (যৌন বা নগ্ন ছবি পোস্ট করা) খুব ঝুঁকিপূর্ণ হতে পারে, কোনো কোনো দেশে এটি করা অবৈধ, এমনকি আপনার প্রেমিক বা বান্ধবীকে ব্যক্তিগতভাবে পাঠালেও। আপনি কি জানেন ১০টির মধ্যে ৮টি ছবি লোকেরা অন্য ওয়েবসাইটগুলিতে অনলাইনে পোস্ট করে? এটা আপনার জন্য ক্ষতিকারক হতে পারে, এমনকি এর ফলে অনলাইনে এবং বাড়িতেও আপনার সুনামে আঘাত লাগতে পারে। সুতরাং বন্ধু বা কোনো বিশেষ গ্রুপের বন্ধুদের মধ্যে ফটো শেয়ার করার ব্যাপারে বিশেষভাবে সতর্ক থাকুন।

বিশদ তথ্যের জন্য দেখুনঃ www.childnet.com/sexting

মনে রাখবেনঃ এটি একবার অনলাইনে থাকলে তা চিরকালের জন্য থেকে যেতে পারে।

আপনার সুনাম বজায় রাখুন

গুগলের মতো সার্চ ইঞ্জিনে আপনার নাম টাইপ করুন - আপনার সম্পর্কে কতটা তথ্য রয়েছে তা দেখে আপনি অবাক হয়ে যেতে পারেন। অনলাইন সুখ্যাতি অর্জনে এটি বিশেষভাবে সাহায্য করতে পারে।

কোনোদিন আপনি কোনো চাকরির জন্য আবেদন করলে আপনার ভবিষ্যতের বস আপনাকে গুগল করতে পারেন - নিশ্চিত করুন যে, আপনার অনলাইন খ্যাতি আপনার নিযুক্তিতে নেতিবাচক না হয়।

মনে রাখবেনঃ বন্ধুবান্ধব এবং পরিবার আপনাকে গুগল করতে পারে, - তারা তাতে যা দেখবে, তাতে কি আপনি খুশি হবেন?

অনলাইনে নিজের সম্পর্কে এমন কিছু দেখা যায়, যা আপনি পছন্দ করেন না, আপনি ওয়েবসাইটটিকে তা সরাতে বলতে পারেন বা এটি যদি সোস্যাল মিডিয়ায় পোস্ট করা থাকে, তাহলে এ ব্যাপারে রিপোর্ট করতে পারেন।

এ ব্যাপারে গোপনীয়তা বজায় রাখুন

ইনস্টাগ্রাম বা স্ন্যাপচ্যাটের মতো আপনার সোস্যাল মিডিয়া অ্যাকাউন্টগুলিতে প্রাইভেসি সেটিংস চেক করে দেখুন, এবং নিশ্চিত করুন যার সঙ্গে নিজের গোপন তথ্যগুলি শেয়ার করছেন তাকে আপনি চেনেন কিনা।

মনে রাখবেনঃ আপনার বন্ধুদের প্রাইভেসি সেটিংস, তাদের অ্যাকাউন্ট থেকে প্রকাশিত আপনার তথ্য থেকে প্রভাবিত হতে পারে।

মনে রাখবেনঃ বেশিরভাগ নেটওয়ার্কিং সাইটগুলি, কারা আপনার পোস্টগুলি দেখে বা আপনার পোস্টে কারা মন্তব্য করতে পারে তা নিয়ন্ত্রণ করতে দেয়। আপনি কী পোস্ট করেন, তা কে দেখতে পারে, তা নিয়ে নিয়মিতভাবে চেক করুন। বিশেষ করে ছবি পোস্ট করার ব্যাপারটি যতটাসম্ভব কম এবং বিশ্বস্ত বন্ধুদের মধ্যেই রাখুন। ছবিগুলি কে দেখবে এবং ছবিগুলি নিয়ে তারা কী করতে পারে, তার নিয়ন্ত্রণ আপনার হাতে আছে কিনা দেখে আপনার পোস্ট বা ছবি শেয়ার করার জন্য সেরা প্লাটফর্মটি বেছে নিন।

আপনার পাসওয়ার্ডগুলি গোপনে রাখুন, এবং সেগুলি এমনভাবে সাজান, যাতে সহজে অনুমেয় না হয়। নিশ্চিত করুন, যাতে অন্যেরা আপনার অ্যাকাউন্টে ঢুকতে না পারে এবং আপনার স্বাতন্ত্র্য বজায় থাকে।

আপনার প্রাইভেসি সেটিংস চেক করার ব্যাপারে সহায়তার জন্য দেখুনঃ
https://www.saferinternet.org.uk/advice-centre/young-people

অ্যাকাউন্ট বন্ধ করা বা সরিয়ে ফেলা

অ্যাকাউন্ট বন্ধ করার মানে হলো, আপনার অজান্তেই অ্যাকাউন্টগুলি হ্যাক (ভাঙিয়ে নেওয়া) হওয়ার ঝুঁকি কম রয়েছে।

অ্যাকাউন্ট বন্ধ করার অর্থ হলো অ্যাকাউন্টের বিষয়গুলি আর পাওয়া যাবেনা, এবং অনলাইনে গেলেও তা পাওয়া সম্ভব নয়।

অনলাইনের সব কিছু বিশ্বাস্য নয়

অনলাইনে প্রাপ্ত বিষয় বা ব্যক্তিকে সব সময় বিশ্বাস করা ঠিক নয়।

অনলাইনের লোকেরা আপনার কাছে কী চায় এবং তা কেন, এ ব্যাপারে নিজেকে জিজ্ঞাসা করুন।

অনলাইনে কোনো অপরিচিত ব্যক্তির সঙ্গে কথা বললেও, কখনও ওদের সঙ্গে দেখা করবেন না - তারা মিথ্যাবাদী, এমনকি আপনার জন্য ভয়ঙ্করও হতে পারে ।

মনে রাখবেনঃ অনলাইনে যারা কথা বলে তাদের সবাই আসলে সেই ব্যক্তি নাও হতে পারে।

অন্যান্য লোকেরা কী বলে এবং পোস্ট করে তা নিয়ে প্রশ্ন করুন - এটি কি মিথ বা জনশ্রুতি? শেয়ার করা কী অন্যের পক্ষে সহায়ক হবে?

অনলাইনের সব কিছু বিশ্বাস্য নয়

সোস্যাল মিডিয়া সাইটগুলিতে এমন কিছু টুল আছে যা আপনাকে অবাঞ্ছিত যোগাযোগকারীদেরকে ব্লক করতে দেয়।

অনলাইনের সব কিছু বিশ্বাস্য নয় - এর অর্থ হলো, অ্যাকাউন্টের বিষয়গুলি আর পাওয়া যাবেনা, এবং অনলাইনে গেলেও তা পাওয়া সম্ভব নয়।

আপনি যদি অনলাইনে এমন কিছু দেখেন যা আপনাকে উদ্বিগ্ন করে তোলে বা আপনার কাছে আপত্তিজনক বলে মনে হয়, বা আপনার মনঃকষ্টের কারণ হয়, তাহলে আপনি এ ব্যাপারে রিপোর্ট করতে পারেন। এ ব্যাপারে আপনার কোনো বিশ্বস্ত প্রাপ্তবয়স্ক যেমন, মা-বাবা বা শিক্ষককে বলতে পারেন এবং অবিলম্বে ঐ সাইটটির ব্যবহারও বন্ধ করতে পারেন।

এই সাইটে আপনার দেশের একটি হেল্পলাইন পেয়ে যাবেনঃ www.childhelplineinternational.org
অনলাইন অ্যাপলিকেশনে সাইবার বুলিং-এর ব্যাপারে রিপোর্ট করা বা এই ব্যাপারে বিশদ জানতে এই সাইটটি দেখতে পারেনঃ www.unicef.org/online-safety