সাইবার বুলিং থেকে বিরত থাকা ও প্রতিরোধে করণীয়

Digital Literacy Center

তুমি সেদিন আমাকে সাইবার বুলিং নিয়ে বললে না?

হ্যাঁ বলেছিলাম তো!

আমি ভাবলাম আমরা যদি সাইবার বুলিং থেকে মানুষকে বিরত রাখতে এবং প্রতিরোধে কী করতে হবে তা জানাতে পারি তাহলে কেমন হয়?

খুবই ভালো হয়। এজন্য দুজনে হবে না আরো কিছু মানুষ প্রয়োজন।

আমার কিছু বন্ধুও রাজি। শুধু বলো কী কী করতে হবে।

সাইবার বুলিং দুইভাবে প্রতিরোধ করা যায়।
প্রথমত, প্রযুক্তি ব্যবহার করে।
দ্বিতীয়ত, সচেতনতা বৃদ্ধির মাধ্যমে।

তাহলে আমাদের দুইটা উপায় জানতে হবে এবং জানতে হবে।

আমাদের জানাতে হবে প্রযুক্তি ব্যবহার করে কীভাবে সাইবার বুলিং প্রতিরোধ করা যায়।

ইন্টারনেটে কোনো অ্যাকাউন্ট থেকে সাইবার বুলিং এর শিকার হলে সাথে সাথে সেই অ্যাকাউন্টকে ব্লক করে দিয়ে অথবা যথাযথ কর্তৃপক্ষের এর নিকট রিপোর্ট করতে হবে।

কোনো মাধ্যম থেকে ইচ্ছাকৃতভাবে হিংসাত্মক অথবা বিব্রতকর তথ্য, ঘটনা ইত্যাদি ছড়িয়ে দিলে তাকে ব্লক বা রিপোর্ট করার পাশাপাশি মিউট বা রেস্ট্রিক্ট করে দিতে হবে।

বাহ! আর আমরা কীভাবে সচেতনতা বৃদ্ধি করতে পারি?

পারিবারিক পর্যায়ে সাইবার বুলিং সংক্রান্ত সচেতনতা বৃদ্ধির উদ্দেশ্যে পিতামাতা অথবা বড়রা ছোটদের সাথে সাইবার বুলিং এর বিভিন্ন প্রভাব, সাইবার বুলিং এর শিকার হলে করণীয় বিষয় এবং সাইবার বুলিং একটি দন্ডনীয় অপরাধ এবং এর জন্য শাস্তির বিধান আছে।

এ নিয়ে আলোচনা করলে ব্যক্তি পর্যায়ে সাইবার বুলিং বিরোধী সচেতনতা বৃদ্ধি পাবে।

শ্রেণীকক্ষে শিক্ষকগণ শিক্ষার্থীদের সাথে সাইবার বুলিং এর ক্ষতিকর প্রভাব নিয়ে আলোচনা করলে ভালো হয়।

সামাজিকভাবে সাইবার বুলিং প্রতিরোধ করতে সাইবার বুলিং সংক্রান্ত সভা-সেমিনার আয়োজন করা যেতে পারে।

হ্যাঁ দারুন! আমরা তাহলে এই বিষয়গুলো কীভাবে মানুষকে জানানো যায় সেই প্ল্যান করি চলো?

হ্যাঁ তোমার বন্ধুদের ফোন করো সবাই মিলে বসে একটা মিটিং করে ফেলি।

ঠিক আছে আমি এখনই কল করছি।