

# আপনার সন্তান ইন্টারনেটে কতটা নিরাপদ?

মোহাম্মদ জাবেদ মোর্শেদ চৌধুরী

আজকাল আমরা সবাই দৈনন্দিন কাজের জন্য ইন্টারনেটের ওপর অনেকটাই নির্ভরশীল। প্রতিদিন শিক্ষা, বিদ্যেপন, যোগাযোগের প্রায় সবক্ষেত্রেই আমরা ইন্টারনেট ব্যবহার করছি। শুধু বড়রাই নয়, ছোটরাও আজকাল স্কুলের অনেক অ্যাসাইন্মেন্ট করার জন্য ইন্টারনেটের ওপর নির্ভর করে। এছাড়া তাদের বিদ্যাদানের একটা বড় জায়গা জুড়ে আছে কমপিউটার গেমস, যোগাযোগের জন্য ফেসবুক। ইন্টারনেটে যেমন আমাদের সামনে এক অবারিত জগতের দরজা খুলে দিয়েছে, তেমনি এই খোলা দরজা দিয়ে কিন্তু অনেক অনাকাঙ্ক্ষিত বিষয়ও আমাদের মাঝে প্রবেশ করেছে। তাই সচেতনতার প্রয়োজন রয়েছে। যেহেতু ছোট বয়সে ভালো-মন্দ বোধের ক্ষমতা তুলনামূলকভাবে কম থাকে, তাই বাবা-মা হিসেবে আমাদের নিশ্চিত করতে হবে আপনার সন্তান ইন্টারনেটে কতটুকু নিরাপদ। বিশেষজ্ঞরা এর নাম দিয়েছেন 'অনলাইন প্র্যারেন্টিং'। যেখানে 'বাস্তব জীবনের' প্র্যারেন্টিংয়ের মতোই আপনি সবদিকই চাইবেন আপনার সন্তান কিছু নিয়মকানুন মেনে চলুক ও তার আর্থিক বিকাশ হোক।

যেমন, বাস্তব জীবনে জানতে চান আপনার সন্তান কখন কার সাথে দেখা করছে, কাদের সাথে মিশছে, কোথায় কোথায় যাচ্ছে। আপনি চান আপনার সন্তান যেখানে কোনো কিছুতে আসতে হয়ে না পড়ে। যদি সন্তান আপনার কথা না শুনে তবে তাকে বোঝানোর চেষ্টা করেন, তাকে শাসন করেন। তার চলাফেরা পর্যবেক্ষণ করেন। অনলাইন প্র্যারেন্টিংয়ে বিষয়গুলো প্রায় একই রকম থাকে। আপনি নিশ্চিত করতে চান আপনার সন্তান তার বয়স অনুযায়ী সামগ্র্যসূচী ওয়েবসাইটগুলোই শুধু অ্যাক্সেস করুক, কোনো অযাচিত বা অ্যাডভান্ট সাইট সে ইচ্ছায় বা অনিচ্ছাকৃতভাবে অ্যাক্সেস না করুক। আপনি চান আপনার সন্তান যাতে ইন্টারনেটের প্রতি আসক্ত হয়ে না পড়ে। অনলাইন প্র্যারেন্টিংয়ের ক্ষেত্রে কয়েকটি বিষয় মাথায় রাখা যেতে পারে।

সন্তানের সাথে ইন্টারনেটের ভালো ও খারাপ দিক সম্পর্কে আলোচনা করা : সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ হলো আপনার সন্তানকে জানাতে যে, সে যে মিডিয়াসিটি ব্যবহার করছে সেটা কতটুকু উপকারী বা কতটুকু ক্ষতিকর। কিভাবে এটা তার জন্য ক্ষতির কারণ হতে পারে। ভালো ইন্টারনেটের প্রাথমিক নিরাপত্তা অভ্যাসগুলো সম্পর্কে জানতে হবে, শেখাতে হবে কিভাবে ইন্টারনেট থেকে সতর্ক প্রয়োজনীয় সাইট বা তথ্য খুঁজে বের করতে হয়। সন্তানের সাথে যতটা সম্ভব বন্ধুত্বপূর্ণ সম্পর্ক তৈরি করুন,

যাতে সে তার সমস্যাগুলো আপনাকে নির্বিঘ্নে বলতে পারে।

পাইডলাইন তৈরি : আপনার সন্তান কখন ও কতক্ষণ ইন্টারনেট বা কমপিউটার ব্যবহার করতে সেটা সন্তানের মতামত নিয়ে ঠিক করে দিন। অনলাইনে কী কী করতে পারবে এবং কি কি করা উচিত নয় তা তাদেরকে বুঝিয়ে দিন। তাদেরকে ফেসবুক, চ্যাটরুম, অনলাইন গেম ইত্যাদি সম্পর্কে ধারণা দিন। এর সুফল ও



সুফল নিয়ে তাদের সাথে আলোচনা করুন। আজকাল ছেলেমেয়েরা খেলাধুলা করার চেয়ে কমপিউটারে বা ইন্টারনেটে সময় কাটাতে বেশি পছন্দ করে। সেক্ষেত্রে তাদেরকে বোঝাতে হবে শারীরিক পরিশ্রম, যেমন খেলাধুলা করাটাও কতটা প্রয়োজনীয়।

আপনার সন্তান বেশো আপনাদের বানাদো গাইড ঠিকমতো পালন করে সেদিকে খেলাপ করুন, প্রয়োজন হলে কিছুটা কঠোরতা অবলম্বন করুন। যেমন সে যদি আপনাদের বানাদো নিয়মকানুন অমান্য করে তবে কিছু শাস্তি হিসেবে সাত দিনের জন্য অনলাইন ব্যবস্থা রাখতে পারেন।

খোলাদোয়া জায়গায় কমপিউটারটা রাখা : আপনার সন্তান যে কমপিউটারটি ব্যবহার করে তা যতদূর সম্ভব খোলাদোয়া জায়গায় রাখুন, যাতে আপনি ইচ্ছে করলে তার কার্যকলাপগুলো দেখতে পারেন। তবে তারও মূলদমন ব্যক্তিগত বিষয় আছে সেটা সন্থান করুন।

পড়াশোনা করুন বা অন্যের কাছ থেকে জেনে নিন : আপনার সন্তানকে তার অনলাইন কার্যকলাপ সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করলে যদি এমন কিছু বলে যা আপনি বুঝতে পারছেন না তবে সে সম্পর্কে জেনে নিন। ইন্টারনেটে নিশ্চয় এ বিষয়ে অনেক তথ্য পাবেন।

সন্তানের সাথে অংশ নিন : আপনি যেমন আপনার সন্তানের সাথে ফুটবল খেলেন, দাবা খেলেন, তেমনি তাদের সাথে কিছু সময়ের জন্য অনলাইন গেম খেলুন, তাদের অনলাইন অ্যাক্টিভিটিতে অংশ নিন। এটা আপনার সন্তানকে আপনার সাথে আরো বন্ধুত্বপূর্ণ সম্পর্ক তৈরিতে সাহায্য করবে।

অনলাইন প্র্যারেন্টিংয়ের বিভিন্ন সফটওয়্যার ও কৌশল ব্যবহার করুন : আপনার সন্তান অনলাইনে কী কী করছে, তা দেখা ও কন্ট্রোল করার জন্য বিভিন্ন টুল রয়েছে। যেমন উইডোজ রয়েছে প্যারেন্টাল কন্ট্রোল, ইন্টারনেট ফিল্টার, ব্রাউজার ফর কিডস।

উইডোজ প্যারেন্টাল কন্ট্রোল : উইডোজ অপারেটিং সিস্টেমে প্যারেন্টাল কন্ট্রোল সিস্টেম নামের সার্ভিসটি ব্যবহার করে আপনার সন্তানের অনলাইন কার্যকলাপ ম্যানেজ করতে পারেন।

এই সার্ভিসের মাধ্যমে আপনি নিয়ন্ত্রণ করতে পারেন :

০১. আপনার সন্তান কখন ও কতক্ষণ কমপিউটার ব্যবহার করতে পারবে; ০২. কোন কোন ওয়েবসাইটে যেতে পারবে; ০৩. কোন কোন গেম খেলতে পারবে; ০৪. কোন কোন গেমের নাম চালাতে পারবে।

যেকোনো এই সার্ভিসটি সেটআপ করলে, তা জানতে নিচের সাইটগুলোতে ভিজিট করুন—  
<http://windows.microsoft.com/en-us/windows-vista/setup-parental-controls>  
<http://www.howtogeek.com/howto/10524/how-to-use-parental-controls-in-win...>

ব্রাউজারের জন্য ওয়েব ব্রাউজার : শিশুবাচক ওয়েব ব্রাউজার স্বয়ংক্রিয়ভাবে কোনো ওয়েবসাইটের কোন অ্যাপ্রোপিয়েট কন্টেন্ট ফিল্টার করে দেয়। এটা হেলোমেয়েদেরকে তাদের জন্য ইন্টারনেট সার্ভিসগুলোকে সহজেই খুঁজে বের করতে সাহায্য করে। মূলত এটি হেলোমেয়েদের উপযোগী সর্বাঙ্গী উপস্থাপন করে। KidZui হলো তেমন একটি ওয়েব ব্রাউজার। আপনি আপনার সন্তানের আভাবন হিসেবেও এটি ব্যবহার করতে পারেন।

ব্রাউজার সেটিং : আপনি ইচ্ছে করলে আপনার সন্তান কী কী সাইট দেখতে পারবে আর কী কী সাইট দেখতে পারবে না তা ঠিক করে দিতে পারেন। অছাড়া আপনি ইচ্ছে করলে ব্রাউজারের হিস্ট্রি, কাশ এবং কুকি দেখতে পারেন। তবে আপনার সন্তানের ওপর অহেতুক নজরদারি না করে বরং তার স্বাধীনতাকে, তার ব্যক্তিগত বিষয়কে সন্থান করুন এবং একই সাথে তার অনলাইন কার্যকলাপে চোখ রাখুন। আপনি সার্চ ইঞ্জিনে গিয়ে সার্চ দিয়ে দেখতে পারেন এরা কী কী করছে।

সতর্ক হতে হবে কর্ভন : যদি আপনার হেলোমেয়ে তাদের অনলাইন কার্যকলাপ নিয়ে আপনার সাথে কথা বলতে না চান, আপনাকে দেখলে মনির অক্ষ করে দেয় বা স্ক্রিন চেঞ্জ করে দেয়। আপনার হঠাৎ উপস্থিতিতে অর্থিবদ্ধত হবে, যদি দেখেন এরা মাত্রাতিরিক্ত সময় অনলাইনে থাকছে। এর মানে এই নয় যে,

(যদি অংশ ১৪ পৃষ্ঠায়) ▶

## আপনার সন্তান ইন্টারনেটে

(৭১ পৃষ্ঠার পর)

আপনার সন্তান খারাপ কিছু করছে। এবেগে আপনার উচিত সন্তানের সাথে খোলামেলা কথা বলা।

কিছু প্রাথমিক নিরাপত্তা অভ্যাস : আপনার সন্তানকে কিছু প্রাথমিক নিরাপত্তা অভ্যাস সম্পর্কে অবহিত করুন। যেমন :

০১. কারো সাথে পাসওয়ার্ড শেয়ার করা যাবে না;

০২. পাবলিক পে-সে পাসওয়ার্ডমুক্ত ওয়েবসাইট (যেমন ফেসবুক) ব্যবহার যতটা সম্ভব কম করতে হবে;

০৩. পাবলিক পে-সে কমপিউটার ব্যবহার করলে অবশ্যই তিকমতো সাইন আউট করতে হবে;

০৪. কখনই শুধু অনলাইনে পরিচিত হয়েছে এমন কারো সাথে দেখা করতে যাবে না। যদি যেতে হয় তবে অভিভাবক কাউকে নিয়ে যেতে হবে;

০৫. কোনোভাবেই ব্যক্তিগত তথ্য ইন্টারনেটে পাবলিকলি দেয়া যাবে না। যেমন বাসার ঠিকানা বা টেলিফোন নম্বর;

০৬. ইন্টারনেটে কোনো ধরনের অশ্লীলিকর ঘটনা (যেমন সাইবার বুলিং) ঘটলে অবশ্যই তা অভিভাবককে জানাতে হবে;

০৭. ইন্টারনেটে কোনো কিছু প্রকাশ/শেয়ার করার আগে ভালো করে ভেবে নিতে হবে, কারণ একবার তা প্রকাশ করে ফেললে তা আর রিভোক করা সম্ভব নয়;

০৮. তাকে অনলাইন প্রতারণা সম্পর্কে ধারণা দিতে পারেন, তার বয়সের সাথে সামঞ্জস্য রেখে।

**গ্রিসোর্স :** অনলাইন প্যারেন্টিং বা সেফ ইন্টারনেট বিষয়ে বেশকিছু সাইট আছে, যা আপনাকে ও আপনার সন্তানকে সাহায্য করতে পারে।

<http://www.cybersmart.gov.au/Parents%20to%20online%20safety%20guide%20...>

<http://www.staysmartonline.gov.au/>

<http://www.cyberpatrol.com/>

<http://www.netnanny.com/>

<http://www.cybersmart.gov.au/Young%20Kids.aspx>

<http://www.youtube.com/watch?v=H5XZp-Uzjsg>

বাবা-মা হিসেবে আপনার সন্তানকে নতুন নতুন প্রযুক্তি সম্পর্কে জানানো ও তার সঠিক ব্যবহার নিশ্চিত করা আপনার কর্তব্য। এজন্য তাদের সাথে বেশি বেশি সময় কাটান এবং তাদের সাথে বন্ধুত্বপূর্ণ সম্পর্ক গড়ে তুলুন। তাদেরকে এই বিশ্বাস দিন যে তাদের ওপর আপনি অযাচিত নজরদারি করছেন না বরং তাদেরকে ইন্টারনেটের অজানা ক্ষতির হাত থেকে রক্ষা করছেন। বাবা-মায়ের এই প্রয়াস আমাদের ভবিষ্যৎ প্রজন্মকে কমপিউটার ও ইন্টারনেট ব্যবহারে অনেক বেশি নিরাপদ ও কার্যকর করবে। ■

ফিডব্যাক : [jabedmorshed@yahoo.com](mailto:jabedmorshed@yahoo.com)