telenor

والدین کے لیے رہنما کتاب

بچوں سے انٹرنیٹ کے بارے میں کس طرح گفتگو کی جائے

PLAN INTERNATIONAL

Bringing hearts and minds together for children

telenor

والدین کے لیے رہنما کتاب

بچوں سے انٹرنیٹ کے بارے میں کس طرح گفتگو کی جائے

محفوظ انٹرنیٹ

1

باب اول

انٹرنیٹ کا تعارف

2

باب دوم

بچوں کے ساتھ انٹرنیٹ کے بارے میں بات کرنا کیوں ضروری ہے؟

3

باب سوم

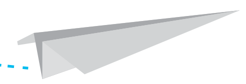
مجھے کیا کہنا چاہیے؟

4

باب چہارم

بچوں اور انٹرنیٹ کی حقیقی کہانیاں

پیش لفظ



آنے والے کچھ سالوں میں ترقی پذیر ایشیائی خطے کے 50 کروڑ سے زائد بچے مختصر حجم (ہاتھ کی ہتھیلی برابر) کی ڈیوائسز کے ذریعے دنیا کے دیگر خطوں سے رابطہ استوار کرلیں گے۔ پاکستان کی کل آبادی کا 37 فیصد (20 سال سے کم عمر) نوجوانوں پر مشتمل ہے۔ ایک محتاط اندازے کے مطابق 20 سے 30 لاکھ نوجوان انٹرنیٹ تک رسائی رکھتے ہیں (20 سال سے کم عمر)۔ انٹرنیٹ کے ذریعے مختلف زبانوں، ثقافتوں، لوگوں اور معلومات تک فوری رسائی ان بچوں کی دسترس میں ہوگی جن کے ذریعے یہ بچے وہ کچھ سیکھ سکیں گے جن کے بارے میں ان سے پچھلی نسلوں نے کچھ سنا تک نہ ہوگا۔ یہ کس طرح ممکن ہوگا؟ یہ محدود گیٹ وے کس طرح انہیں دنیا تک رسائی فراہم کرے گا؟ ہمارے بچوں کو کیا تجربہ ملے گا اور وہ کیا سیکھیں گے؟ کیا وہ بچے محفوظ ہوں گے؟ کیا یہ تجربہ ان کے لیے موثر ہوگا؟ ان کی زندگیوں میں کیا تبدیلی پیدا ہوگی؟ یہ کتاب ایشیاء کے ان لاکھوں خاندانوں کو مذکورہ بالا سوالات کے جواب مہیا کرنے میں معاون ثابت ہوگی۔ یہ رہنما کتاب ان لاکھوں پر امید خاندانوں کے لیے ہے جو یہ سمجھتے ہیں کہ بہتر امکانات کی دنیا اور اچھی زندگی ان کے اور ان کے بچوں کی منتظر ہے۔

یہ کتاب دنیا میں بڑی تیزی سے رونما ہونے والی تبدیلیوں کو لے کر خود کو لاعلم سمجھنے والے شکوک میں مبتلا اور امید پرست دونوں طرح کے لوگوں کے لیے اہم ہے۔ ان تبدیلیوں میں نئی ادویات، اسکول، فارمنگ، بینکاری اور ٹیکنالوجی کے میدان میں ہونے والی تبدیلیاں سرفہرست ہیں۔ یہ لوگ ان تبدیلیوں کے بارے میں فکرمند ہیں اور جاننا چاہتے ہیں کہ تبدیلیاں کس طرح رونما ہوتی ہیں یہ سلسلہ کہاں تک جاتا ہے اور ان سب کے بارے میں مزید معلومات کہاں سے مل سکتی ہیں۔ یہ کتاب ان تمام لوگوں کے لیے ہے جو کبھی کنیکٹ نہیں ہوئے، انہوں نے انٹرنیٹ، موبائل فون یا کنیکٹیویٹی کے بارے میں کچھ سنا تو ضرور ہے لیکن یہ نہیں جانتے کہ اس بارے میں مزید معلومات کہاں سے حاصل ہوں گی یا یہ کس طرح ان کی زندگی کا حصہ بن سکتی ہیں۔ یہ کتاب محفوظ انٹرنیٹ کے بارے میں جاننے کے لیے مکالمے کا آغاز ہے۔

محفوظ سرفنگ، سیکھنے کی خوشیوں اور نیک تمناؤں کے ساتھ

Telenor پاکستان اور پلان انٹرنیشنل

باب اول

انٹرنیٹ کا تعارف

ایک وقت تک دنیا سے رابطے اور معلومات پر مبنی تحقیق کے لیے ہم ڈاک، ریڈیو، ٹیلی ویژن، مطبوعات اور انسائکلو پیڈیا پر انحصار کرتے تھے۔ اسی طرح باہمی تعلق کے لیے قریبی حلقے، دوستوں، خاندان اور مقامی کمیونٹی پر انحصار کیا جاتا تھا۔ اور پھر انٹرنیٹ نے جنم لیا جس کے بعد ہم گلوبل کمیونٹی میں تبدیل ہو گئے اور دنیا سے جڑنے کے راستے کھلتے گئے۔ ہماری زندگیاں بھی اب بدل چکی ہیں۔ کچھ ملکوں میں انٹرنیٹ 20 سال سے زیر استعمال ہے اور آج ہم میں سے بہت لوگ انٹرنیٹ کو ایک دوست کی طرح محسوس کرتے ہیں۔ انٹرنیٹ ہی اس کرہ ارض کو ایک ساتھ منسلک کرنے کا ایک اہم ذریعہ بن چکا ہے۔

انٹرنیٹ بہت سے کاموں کے لیے کارآمد ہے۔ یہ تعلیم کے حصول کا ذریعہ ہے، اس کے ذریعے ہم اپنے دوستوں سے رابطے میں رہتے ہیں، انٹرنیٹ نسلوں کے درمیان فاصلے کم کر رہا ہے، اس کے ذریعے ہم مشہور کھانوں کی ترکیبیں سیکھتے ہیں، ہاتھ سے تیار ملبوسات فروخت کرتے ہیں، معروف تفریحی سائیٹس (sites) سے لطف اندوز ہوتے ہیں اور راستہ بھٹک جانے پر درست سمت تلاش کرنے کے لیے بھی انٹرنیٹ سے ہی مدد لیتے ہیں۔

انٹرنیٹ کے زریعے روزگار تلاش کیا جاسکتا ہے، مختلف نوعیت کے پراجیکٹس مکمل کرنے کے لیے رہنمائی حاصل ہوتی ہے، اس کے ذریعے ہم اپنی رقوم کا انتظام بہتر کر سکتے ہیں، دوسرے ملکوں سے خریداری تک کی جاسکتی ہے۔ انٹرنیٹ کے ذریعے اسکول اسائنمنٹ کے لیے تحقیق ممکن ہے۔ اس کے ذریعے ہم اپنی آراء آن لائن جرنلز اور بلاگز پر ظاہر کر سکتے ہیں غرض یہ کہ وہ کچھ جان سکتے ہیں جن کا جاننا پہلے ممکن نہ تھا۔

باب اول

انٹرنیٹ کو کس طرح استعمال کیا جائے۔۔۔درست طریقہ

1

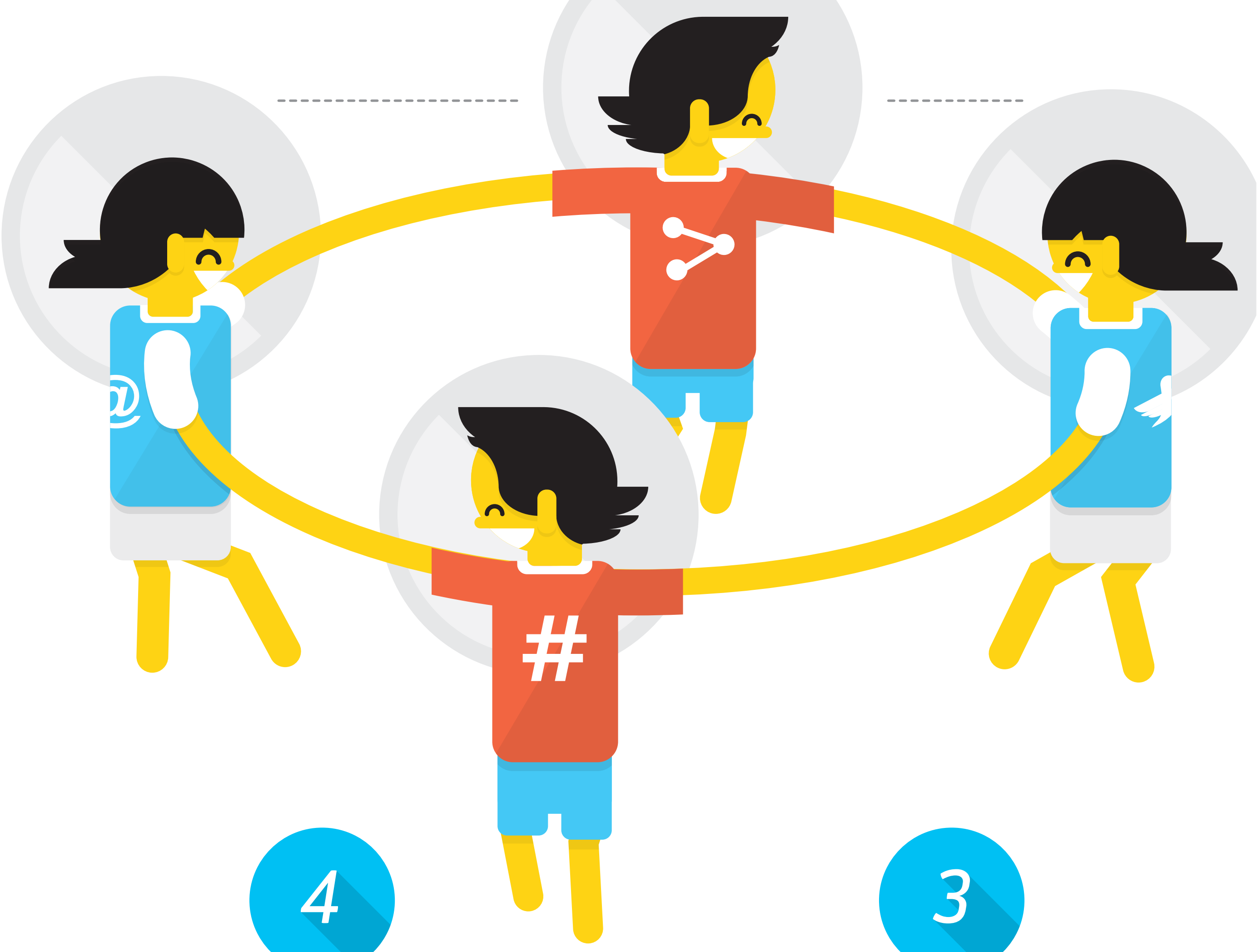
معلومات کے حصول اور سیکھنے کے لیے انٹرنیٹ کا استعمال:

ہم انٹرنیٹ کے زریعے کسی بھی موضوع کے بارے میں معلومات تلاش کر سکتے ہیں۔مطلوبہ معلومات Google یا Bing جیسے سرچ انجن کے ذریعے تلاش کی جاسکتی ہیں۔صرف ایک لفظ یا جملہ درج کرتے ہی مطلوبہ معلومات سے متعلق ایک فہرست فوری طور پر ہمارے سامنے ظاہر ہو جاتی ہے۔معلوماتی ویڈیوز اور یوٹیوب جیسی ویب سائٹس کے زریعے کھانے پکانے کی ترکیب سیکھنے کے ساتھ کاغذ کا ہوائی جہاز بنانے تک کا طریقہ سیکھا جاسکتا ہے۔ہم فوری طور پر موسم سے متعلق معلومات اور اشیا خوردونوش کی قیمتوں کے بارے میں جان سکتے ہیں اسی طرح تاریخی معلومات تلاش کرنے کے علاوہ کیمرے کے ذریعے دنیا بھر میں براہ راست مناظر اور اپنے پسندیدہ مقامات کی تصاویر سے بھی لطف اندوز ہو سکتے ہیں۔

2

ایک دوسرے سے رابطے کے لیے انٹرنیٹ کا استعمال:

ای میل،سوشل نیٹ ورکنگ، (Chatting) سوشل میڈیا ، آن لائن فورمز، VoIP پروگرامز اور دیگر سہولتوں کے ذریعے ہم دنیا کے ساتھ پہلے سے زیادہ منسلک ہو گئے ہیں۔اس کرہ ارض پر رہنے والے ہر فرد سے تعلق قائم رکھنے کی اس صلاحیت کے لیے فاصلے بے معنی ہیں۔اس بات کی کوئی اہمیت نہیں کہ آپ کہاں موجود ہیں۔ بنگلہ دیش اور میانمار میں موبائل کلاس رومز کے ذریعے قابل اساتذہ دیہی علاقوں میں تعلیم فراہم کرر ہے ہیں اسی طرح ویڈیو چیٹ کے ذریعے دور دراز علاقوں کے مریضوں کے لیے قابل ڈاکٹرز کی خدمات سے استفادہ کیا جاسکتا ہے۔ آسان الفاظ میں کہا جاسکتا ہے کہ انٹرنیٹ ایک دوسرے تک محدود رسائی کے حامل سماجی گروہوں کو ایک دوسرے کے نزدیک لانے کے لیے حیرت انگیز کردار ادا کر رہا ہے۔



3

انٹرنیٹ کا تفریحی استعمال:

ٹی وی ، ریڈیو، گیمز اور انٹرنیٹ کو کبھی الگ الگ چیز سمجھا جاتا تھا تاہم اب انٹرنیٹ نے تفریح کے یہ تمام ذرائع ایک طاقتور پلیٹ فارم پر یکجا کر دیے ہیں۔اب انٹرنیٹ کے ذریعے یوٹیوب، اسٹریمنگ میڈیا، ونڈوز میڈیا پلیئر اور آئی ٹیونز جیسے ایمبیڈڈ میڈیا، آن لائن میڈیا، ایپل ٹی وی، Roku, Xbox اور پلے اسٹیشن جیسے ڈیجیٹل میڈیا تفریح کے بہترین مواقع مہیا کرر ہے ہیں۔

4

انٹرنیٹ کے ذریعے مواقع مہیا کرنا:

انٹرنیٹ پر Kaymu, OLX, Wordpress, Blogger, Linkedin, Rozee.pk, Daraz.pk اور ان جیسی دیگر ویب سائٹس روزگار ،خریداری ، آن لائن فروخت کے مواقع فراہم کرسکتی ہیں۔ان سہولتوں کے ذریعے آپ اپنی آواز میں بھی اپنے آرٹیکلز شایع کر سکتے ہیں۔ اب ہم نہ صرف ایک بٹن کو ٹچ کر کے دنیا بھر کی معلومات سے استفادہ حاصل کر سکتے ہیں بلکہ انٹرنیٹ کی بدولت دنیا میں ہماری آواز بھی ایک بٹن ٹچ کر کے سنی جاسکتی ہے۔ یہ سب انٹرنیٹ کے ذریعے ہی ممکن ہوا ہے۔

باب دوم

بچوں کے ساتھ انٹرنیٹ کے بارے میں بات کرنا کیوں ضروری ہے؟

کیونکہ علم ایک طاقت ہے:

ہم اس حقیقت سے باخبر ہیں کہ مسلسل بدلتی ہوئی دنیا میں ہمارے بچے بھی پہلے سے بہت زیادہ تیزی سے سمجھدار ہورہے ہیں۔معلومات کے تیز ترین پھیلاؤ کے اس دور میں انٹرنیٹ کی بھرپور مقبولیت سے ممکنہ طور پر پیدا ہونے والی کسی اچانک مشکل سے بچنے کے لیے ایک قدم آگے رہنا ضروری ہے۔ اپنے بچوں کو کچھ سکھانے کے لیے خود سیکھنا ایک بہترین طریقہ ہے۔ اس طرح ہم اپنے بچوں کو گلوبل کنویکٹیویٹی سے منسلک خدشات اور انٹرنیٹ کے غلط استعمال کے خطرات سے تحفظ فراہم کرسکتے ہیں۔

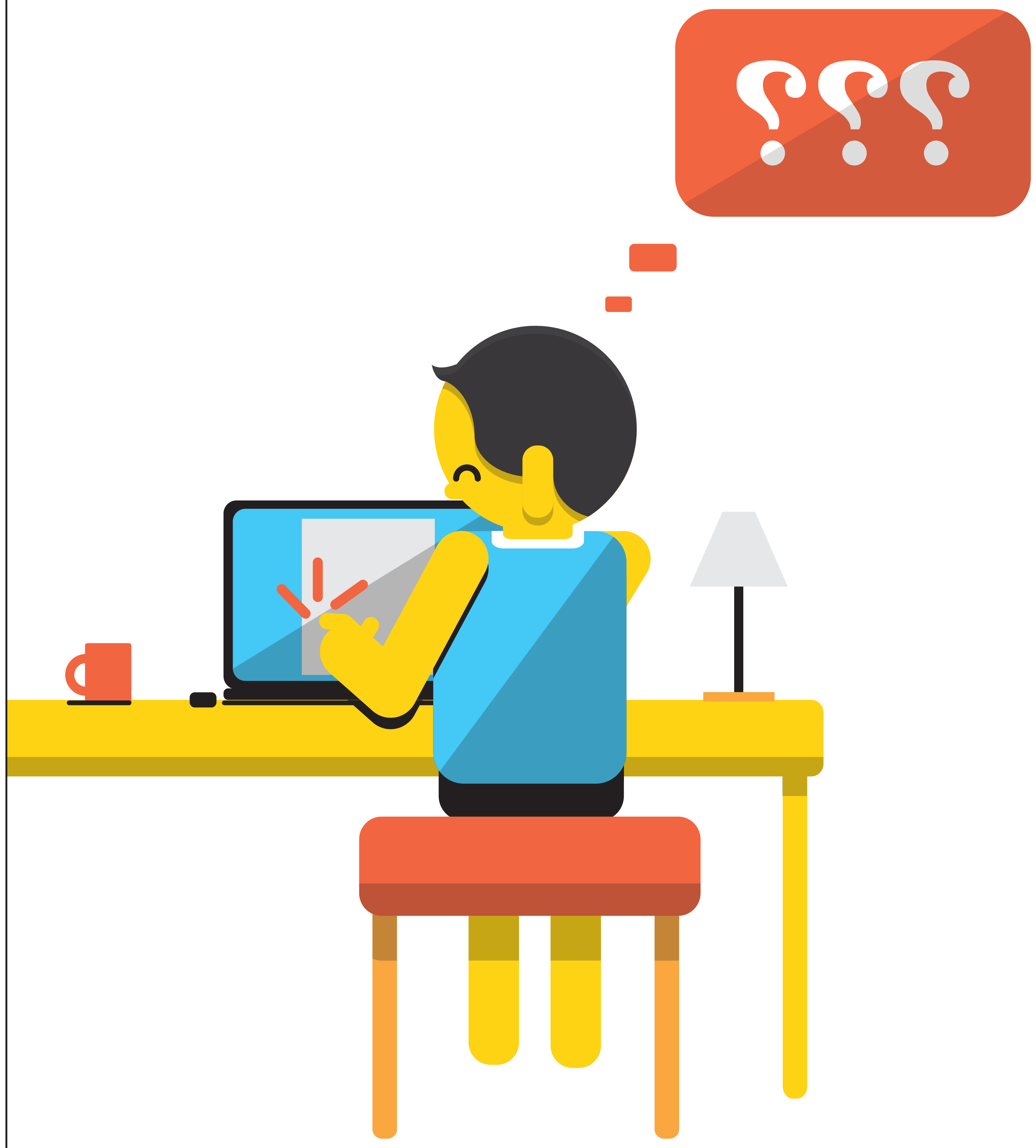
نامعلوم خطرے کی پیشنگوئی:

سوشل میڈیا نیٹ ورک کے ذریعے کسی اجنبی سے رابطہ بعض اوقات غلط تعلقات کی صورت میں ہمارے بچوں کے لیے خطرہ بھی بن سکتا ہے۔اس بات کی تصدیق کا کوئی طریقہ نہیں ہے کہ رابطہ کار نے اپنے سوشل پروفائل میں جو کچھ درج کیا وہ درست بھی ہے یا رابطہ کار حقیقت میں بھی وہی ہے جو اس کا پروفائل بیان کررہا ہے۔ ہمیں خود اور اپنے بچوں کو آن لائن رابطوں کے غلط استعمال سے بچانے کے لیے علم کی طاقت سے لیس کرنا ہوگا تاکہ یہ جان سکیں کہ آن لائن رابطہ پر کتنا اعتماد کیا جائے؟ کب ایک آن لائن رابطہ خطرے کا باعث بھی بن سکتا ہے؟
اس خدشے کے بچاؤ اور نگرانی کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ ہم اپنے بچوں کے سوشل میڈیا رابطوں سے مکمل طور پر آگاہ رہیں۔ اس بات کا فیصلہ خود والدین کو کرنا چاہیے کہ بچوں کو کس عمر میں سوشل میڈیا پروفائل رکھنے کی اجازت دی جائے لیکن اس مقام سے پہلے والدین میں اس بات کو جاننے کی صلاحیت کا ہونا ضروری ہے کہ ان کے بچوں کے آن لائن دوست کون ہیں۔

اگر آپ کے بچوں کے سوشل میڈیا دوست آپ کے رشتہ داروں یا کمیونٹی سے تعلق رکھنے والے خاندانوں سے نہ ہوں یا ان کا آپ کے بچوں کے اسکول سے بھی کوئی تعلق نہ ہو تو پھر آپ کو اپنے بچوں کے سوشل میڈیا دوستوں کی فہرست پر نظرثانی ضرور کرنی چاہیے۔

ایک حقیقت: انٹرنیٹ پر آن لائن ہونے کے بعد کسی چیز کا خاتمہ بے انتہا مشکل ہے

اگرچہ بظاہر یہ لگتا ہے کہ ہم نے پوشیدہ رکھی گئی آن لائن پوسٹ مٹا کر ختم کردی ہے لیکن حقیقت میں ایسا نہیں ہے۔ پوسٹ کی جانے والی ہر معلومات انٹرنیٹ پر لوڈ ہوچکی ہوتی ہے۔ایک مرتبہ آن لائن کی جانے والی معلومات ہمیشہ کے لیے آن لائن ہوجاتی ہے۔ بنا سوچے سمجھے کی جانے والی پوسٹ یا کسی موقع میں کی گئی اپنی مضحکہ خیز حرکت انٹرنیٹ پر آن لائن کرنے کے بعد مٹائی یا واپس نہیں لی جاسکتی۔ پوسٹ کی جانے والی تصاویر اور تحریر لمحوں میں پھیل کر بعض اوقات جرم کا سبب یا دوسروں اور خود اپنے لیے تکلیف دہ بن سکتی ہیں۔تصاویر کا غلط استعمال اور ردوبدل ممکن ہے، پوسٹ کردہ تصاویر غیر مناسب نیٹ ورکس پر بھی پھیلائی جاسکتی ہیں اس لیے پوسٹ کرنے سے قبل سوچنا بہت ضروری ہے۔بچوں اور کم عمر نوجوانوں کے انٹرنیٹ سے برتاؤ کے متعلق سروے سے معلوم ہوتا ہے کہ ان میں سے اکثر کو انٹرنیٹ کے رابطوں میں اپنی پرائیویسی یا دوسروں کی شناخت سے سروکار نہیں ہوتا۔



سائبر بلینگ (انٹرنیٹ کے ذریعے دھمکانا)

اپنے لیے بے ضرر نظر آنے والا آن لائن مواد دوسروں کے لیے پریشانی کا سبب بن سکتا ہے۔ اس بارے میں سوچنا کہ ہم کس طرح آن لائن ایک دوسرے سے بات کرتے ہیں یا دوسروں سے رابطے کے لیے انٹرنیٹ کو کس طرح استعمال کیا جاتا ہے ہمیں یہ جاننے میں مدد دے سکتا ہے کہ آن لائن کون سی چیز سماجی طور پر قبولیت کا درجہ رکھتی ہے اور کیا چیز سائبر بلینگ کے ضمرے میں آتی ہے۔ سال 2014 میں ملائیشیا میں ہونے والے ایک ملک گیر سروے کے نتائج جو ایشیا کے دیگر ملکوں کی بھی عکاسی کرتے ہیں انکشاف ہوا ہے کہ آن لائن رہنے والے 50 فیصد بچوں کی نگرانی نہیں کی جاتی۔ موجودہ وقت میں اسکول جانے والے ہر چار میں سے ایک بچے کا کہنا ہے کہ اسے آن لائن سائبر بلینگ (دھمکائے جانے) کا سامنا کرنا پڑا۔ زیادہ تر 13 سے 15 سال کے بچے سائبر بلینگ کا نشانہ بنے۔ آن لائن ہراساں کیے

اگر بچے cybre bullying کا شکار ہو رہے ہوں تو بچوں کو کیا کرنا چاہیے؟

اگر آپ انٹرنیٹ کے ذریعے دھمکانے/خوف زدہ کرنے کا شکار ہیں یا آپ کو کوئی شخص انٹرنیٹ کے ذریعے پریشان/خوف زدہ کر رہا ہے تو یاد رکھیں کہ اس میں آپ کا کوئی قصور نہیں ہے۔ آپ اپنے والدین یا جن پر آپ کو اعتماد اور بھروسہ ہے تو ان کو Cyber Bullying کا شکار ہونے کے بارے میں ضرور بتائیں۔

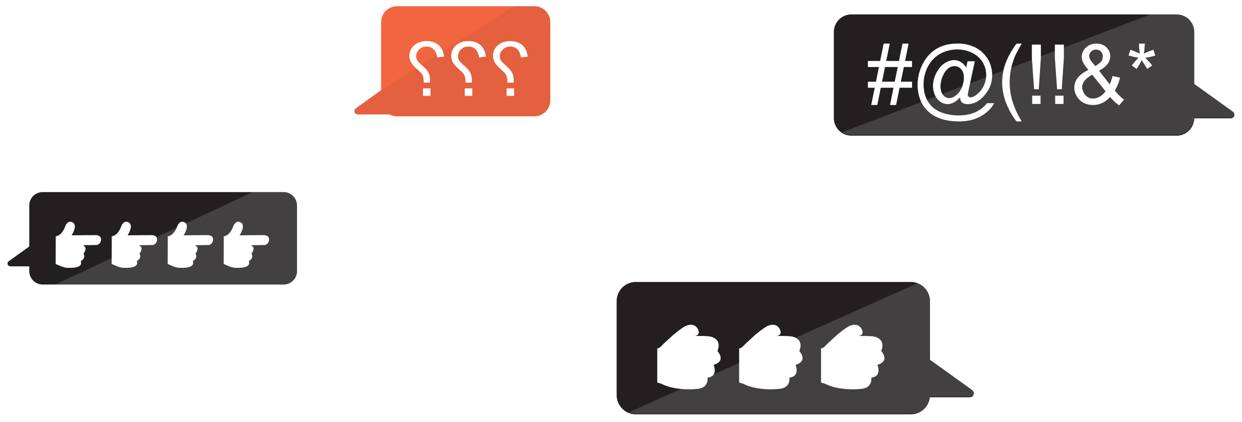
اگر آپ Cyber Bullying کے شکار ہو رہے ہیں تو انٹرنیٹ کے ذریعے موصول ہونے والے پیغامات کا جواب نہ دیں۔

ایسے پیغامات بھیجنے والے کو Block کر دیں (رابطہ منقطع کر دیں)۔ کبھی بھی Cyber Bulling والی ویڈیوز/ پیغامات کو دوسروں سے شیئر (share) نہ کریں اور نہ ہی دوسرے بچوں کو ان ویڈیوز سے پریشان/تنگ کریں۔

یاد رکھیں! ایسا کرنے سے آپ Cyber Bullying کر رہے ہونگے

اگر آپ بار بار Cyber Bullying کا شکار ہو رہے ہیں تو اپنا نیا اکاؤنٹ بنائیں لیکن دھیان رکھیں کہ ID پرانے ID سے بالکل مختلف ہو۔

یاد رکھیں!! آپ کی ذاتی زندگی میں کسی کو بھی دخل اندازی کی اجازت نہیں ہے



جانے کا رجحان بھی بہت زیادہ پایا گیا۔ سروے میں شامل ہر چار میں سے تین بچوں نے آن لائن ہراساں ہونے کے تجربے کا اقرار کیا۔ سروے میں یہ بات واضح کی گئی کہ بچوں کو متبادل ناموں سے پکارنے، غیر مناسب پیغامات یا تصاویر پوسٹ کیے جانے میں سے سب سے زیادہ پریشان کن کیا ہے۔ سروے میں شامل دو تہائی بچوں کا کہنا تھا کہ وہ سمجھتے ہیں کہ غیر مناسب پیغامات یا تصاویر بھیجنا یا اپنی بناوٹی شناخت ظاہر کرنا سائبر بلینگ کے ضمرے میں نہیں آتا۔ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ سائبر بلینگ کرنے والوں کو اکثر اپنی ان سرگرمیوں کے نتائج کا احساس نہیں ہوتا جس سے بعض اوقات وہ خود بھی مشکلات کا شکار ہو سکتے ہیں۔

ایشیا میں انٹرنیٹ استعمال کرنے والوں کے لیے دنیا کے دیگر ممالک کی مثالیں بھی اہمیت کی حامل ہیں۔ برطانیہ میں 2013 میں 2 ہزار کم عمر نوجوانوں پر کیے گئے ایک مطالعے میں انکشاف ہوا کہ 13 سے 22 سال کی عمر کے کم عمر نوجوانوں میں سے ہر 10 میں سے 7 سائبر بلینگ کا نشانہ بن چکے ہیں۔ ان میں سے ہر پانچ میں سے ایک نوجوان نے اقرار کیا کہ انہیں شدید نوعیت کی سائبر بلینگ کا سامنا کرنا پڑا۔ سال 2014 میں 10 ہزار نوجوانوں کے ایک سروے میں شامل نصف سے زائد نوجوانوں نے فیس بک کے ذریعے سائبر بلینگ کے تجربے سے گزرنے کا انکشاف کیا۔

سال 2011 میں امریکا کے ہاورڈ اسکول آف ہیلتھ کی ایک اسٹڈی نے ثابت کیا کہ ایسے اسکول جہاں اینٹی سائبر بلینگ پروگرام متعارف کرائے گئے بالخصوص ایسے اسکول جہاں 11 سے 14 سال کے بچوں کے ساتھ بلینگ کی شرح بہت زیادہ تھی وہاں بلینگ کے واقعات میں 50 فیصد تک کمی واقع ہوئی۔ 2009 میں ناروے سے ایک اور اچھی مثال ملتی ہے جہاں ٹیلی نار ناروے اور اس کے پارٹنرز نے سائبر بلینگ کے خلاف نیشنل پروگرام تشکیل دیا۔ اس پروگرام کے تحت سیکڑوں اسکولوں کے ہزاروں طلبہ، والدین اور اساتذہ کو سائبر بلینگ سے نمٹنے کے بارے میں معلومات فراہم کی گئیں۔ اس پروگرام کے بہترین نتائج حاصل ہوئے پروگرام میں شامل ہر چار میں سے تین بچوں نے کہا کہ وہ اب یہ جان چکے ہیں کہ انہیں کس طرح خود کو موبائل فون یا انٹرنیٹ کے ذریعے کی جانے والی سائبر بلینگ سے بچانا ہے۔ ان مثالوں سے ظاہر ہوتا ہے کہ اسکول اور گھروں پر کی جانے والی بات چیت کس طرح تبدیلی کا سبب بنتی ہے۔

آن لائن فروخت میں دھوکہ دہی اور شناخت سے متعلق ذاتی معلومات کی چوری

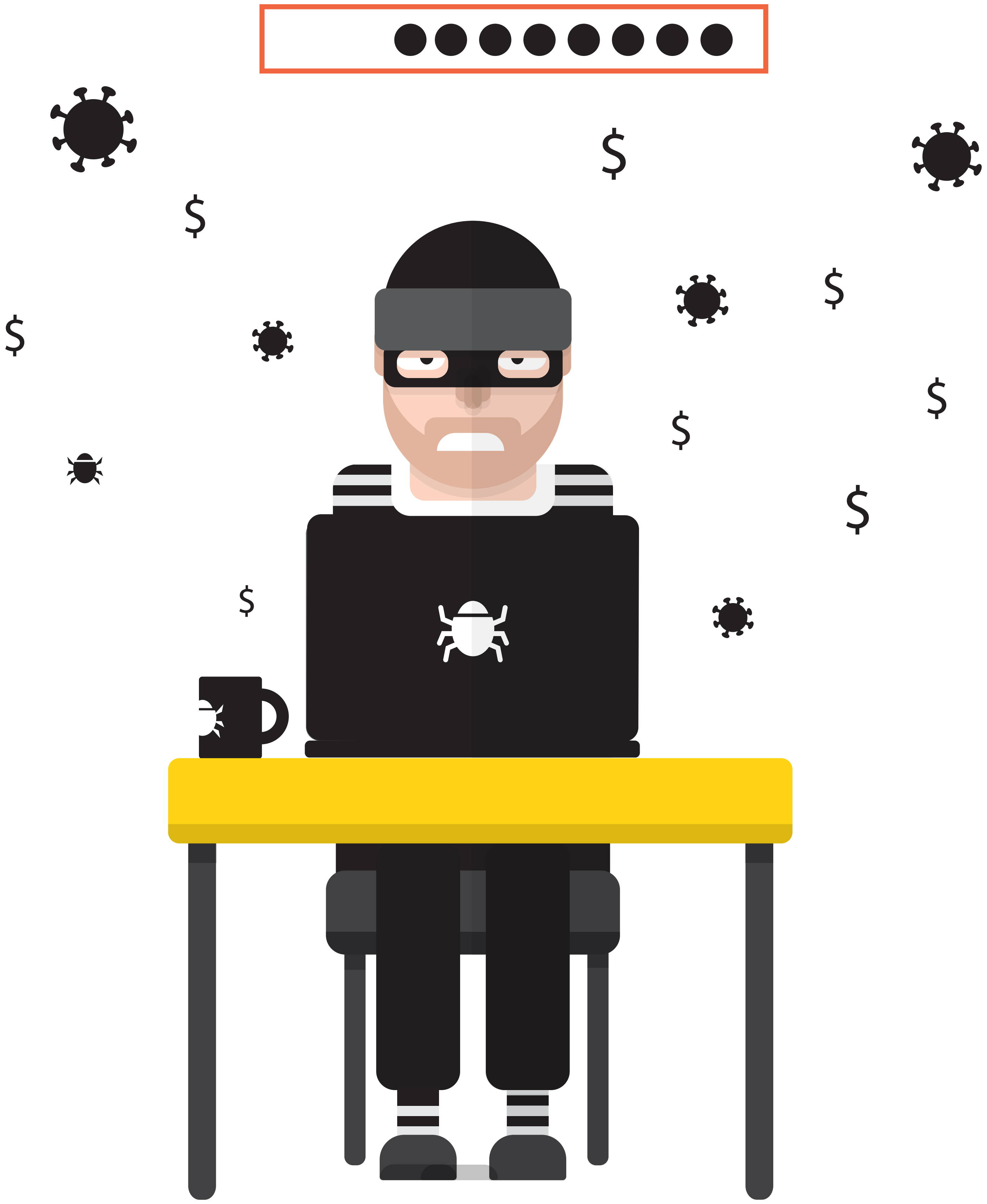
فطری طور پر ہمیں بہت زیادہ اچھی لگنے ولی چیز سچ لگتی ہے لیکن معلومات کے انبار میں سے درست چیز کے انتخاب کے لیے بعض اوقات مدد بھی درکار ہوتی ہے۔ فروخت کنندگان اپنی مصنوعات کی فروخت کے لیے ممکنہ کوششوں کو موثر بنانے کے حوالے سے تربیت یافتہ ہوتے ہیں لیکن بعض اوقات یہ واضح نہیں ہوتا کہ فروخت کے لیے پیش کی جانے والی چیز آن لائن خریدی جائے گی یا نہیں ۔ اپنے بچوں اور خود کو آن لائن فروخت کے حوالے سے ممکنہ دھوکہ دہی سے بچاؤ کے بارے میں سکھانے سے ہم پیسوں کے ضیاع، چوری کا نشانہ بننے اور پریشانی سے بچ سکتے ہیں۔ اپنی ذاتی معلومات، تصاویر، کریڈٹ کارڈ اور بینک اکاؤنٹ نمبر اور ایڈریس کب اور کہاں کسی دوسرے سے شیئر کیے جانے سے متعلق سوالات کر کے ہم ان معلومات کے کسی دوسرے شخص کے ہاتھوں غلط استعمال سے خود کو بچا سکتے ہیں۔

نقصان پہچانے والے پروگراموں اور وائرس کا حملہ

خود کو انٹرنیٹ کی وسیع دنیا سے جوڑنے کے ساتھ ہم ہیکرز اور وائرس زدہ پروگرامز کا نشانہ بننے کا راستہ بھی کھول رہے ہوتے ہیں۔ یہ وائرس اور نقصان پہنچانے والے پروگرام ہمارے کمپیوٹرز، ڈیوائسز اور اہم فائلوں کو تہس نہس کر سکتے ہیں۔ وائرس پروگرام عموماً بے ضرر لنک کی شکل میں سامنے آتے ہیں۔ وائرس اور نقصان پہنچانے والے پروگراموں سے بچاؤ کے بارے میں سیکھ کر ہم اپنی ڈیوائسز اور کمپیوٹر کو محفوظ رکھ سکتے ہیں۔

عمر سے عدم مطابقت رکھنے والا مواد

بچوں میں تجسس کا مادہ پایا جاتا ہے جو انہیں عظیم بناتا ہے لیکن یہ بات بھی ملحوظ خاطر رکھنی چاہیے کہ ضروری نہیں کہ آن لائن مواد کسی ضابطے کا پابند ہو اس بات کا انحصار اس بات پر ہے کہ آپ کہاں مقیم ہیں۔ بالغوں کے لیے مواد تک رسائی بہت آسان ہے۔ اس لیے بہت ضروری ہے کہ بچوں کو غلط اور صحیح کی پہچان سکھائی جائے۔ اس کے لیے بچوں سے مواد تک رسائی کے بارے میں بات چیت کی جائے خواہ وہ مواد انٹرنیٹ سے حاصل کیا جائے، گیمز یا پھر سماجی رابطوں کی ویب سائٹس کے ذریعے یا پھر ایسی ایپلی کیشنز سے جو الکوحل اور منشیات کے استعمال یا غیر مناسب مواد سے متعلق ہوں۔



وہ کون سی معروف انٹرنیٹ ایپلی کیشنز اور ویب سائٹس ہیں جن سے والدین کو آگاہ ہونا ضروری ہے؟

Facebook

یہ انٹرنیٹ پر سب سے بڑی سوشل نیٹ ورکنگ سائٹ تصور کی جاتی ہے۔فیس بک کی عالمگیر رسائی اس کے صارفین کو پوسٹ، تصاویر اور نوٹس شیئر کرنے کے ساتھ بعض اوقات آن لائن خریداری کی سہولت فراہم کرتی ہے۔ فیس بک اپنے دوستوں اور خاندان کے افراد کے ساتھ رابطہ رکھنے کا بہترین ذریعہ ہے۔ دنیا بھر میں کسی بھی فرد سے رابطے کی سہولت اس ایپلی کیشن کی قدر میں اضافہ کرتی ہے۔ والدین کو معلوم ہونا چاہیے کہ فیس بک استعمال کرنے والے 13 سال سے بڑے بچے اپنا نجی پروفائل بنا سکتے ہیں اس لیے کم عمر بچوں کے پروفائل بناتے وقت سچائی سے کام لیا جائے تاکہ ان چاہی دوستی کی درخواستوں سے بچا جا سکے۔

Youtube/ Daily Motion

یہ ایک ویڈیو شیئرینگ ویب سائٹ ہے اس پر ہر قسم کی ویڈیوز موجود ہوتی ہیں صارفین اپنی پسند کی ویڈیوز Upload، Share، Download اور View کر سکتے ہیں اس پر کھانا پکانے سے لے کر معلوماتی مواد تک اور نامناسب مواد بھی پایا جاتا ہے۔

Twitter

یہ ایپ سماجی تعلق بنانے کے لئے استعمال ہوتی ہے۔اس کے ذریعے صارفین محدود پیغامات بھیجے سکتے ہیں جو کہ 140 حروف پر مشتمل ہوتے ہیں اور Tweet کہلاتے ہیں۔ اس ایپ کے ذریعے آپ دنیا بھر سے کسی بھی شعبے سے دوست بنا سکتے ہیں۔لیکن دوست کا چناؤ آپ کو خود کرنا ہے۔

Instagram

یہ ایپلی کیشن تیزی سے مقبول ہو رہی ہے تاہم اس کا موزوں استعمال کرنا ضروری ہے۔ انسٹا گرام پر زیادہ تر خود سے کھینچی گئی اپنی تصاویر (سیلفیز) پوسٹ کی جاتی ہیں۔ انسٹا گرام کے یوزر کو فالو کرنے والے ان تصاویر اور ویڈیوز کو دیکھ اور پسند کر سکتے ہیں اور اپنے تبصرے بھی درج کر سکتے ہیں۔ بعد ازاں خراب صورتحال کا بھی سامنا ہو سکتا ہے کیونکہ اکثر نوجوان اپنی اور اپنے دوستوں کی ایسی غیر مناسب تصاویر بھی پوسٹ کر سکتے ہیں جو انٹرنیٹ پر نہیں ہونی چاہئیں۔ اس عمل سے بعض اوقات عزت نفس کے مسائل بھی پیدا ہو سکتے ہیں کیونکہ نوجوان اپنی تصاویر یا ویڈیوز اس امید کے ساتھ پوسٹ کرتے ہیں کہ ان کی پوسٹ کو دوستوں اور اجنبیوں کی جانب سے پسند کرتے ہوئے مثبت تبصرے کیے جائیں گے۔

Skype

اس اپلی کیشن سے آپ دوستوں اور رشتے داروں سے بات کر سکتے ہیں چاہے وہ دنیا کہ کسی بھی کونے میں ہوں اس کو ویڈیو کالز اور فوری پیغامات کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔اس کا استعمال دفاتر اور کلاس رومز میں بھی ہوتا ہے۔کانفرنس کالز اور ویڈیو لیکچرز کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔

IMO

یہ اپلی کیشن صارفین کیلئے پیغامات، ویڈیو چیٹ کی سہولت فراہم کرتی ہے اس کے ذریعے آپ دنیا میں کہیں بھی موجود دوسرے صارف کو اپنا پیغام، تصاویر اور ویڈیوز بھیج سکتے ہیں۔ اگر آپ کا بچہ Imo اپلی کیشن استعمال کر رہا ہے تو اس کے رابطوں پر منحصر ہے کہ وہ کس قسم کا مواد دیکھ رہا ہے۔

Viber

یہ اپلی کیشن ایک Voice over IP (VOIP) ہے جو کہ ویڈیو کالز پیغامات اور تصاویر بھیجنے کے لئے استعمال ہوتی ہے۔ یہ صارف پر منحصر ہے کہ وہ اس کا استعمال کس طرح سے کرتا ہے۔اس میں گروپس بنائے جاتے ہیں اور تصاویر گروپ میں Share ہوتی ہیں۔

WhatsApp

واٹس ایپ بہت کار آمد اپلی کیشن ہے بشرطیکہ اس کا درست استعمال کیا جائے۔ یہ اپلی کیشن صارف کو پیغامات اور تصاویر کے فوری تبادلے کی سہولت فراہم کرتی ہے۔

Snapchat

یہ اپلی کیشن 12 سال سے زائد عمر کے صارفین کے لیے بنائی گئی ہے۔ اس کے ذریعے تصاویر اور ویڈیوز بھیجی جاسکتی ہیں جو وصول ہونے کے 10 سیکنڈ بعد خود بخود ختم ہو جاتی ہیں، اس فیچر کی وجہ سے یہ اپلی کیشن غیر مناسب مواد شیئر کرنے کے لیے موزوں سمجھی جاتی ہے۔ صارفین سمجھتے ہیں کہ ان کی تصاویر محفوظ نہیں رہتیں حالانکہ یہ سمجھنا ضروری ہے کہ اسنیپ چیٹ کی تصاویر وصول کنندہ کی ڈیوائسز سے مکمل طور پر ختم نہیں ہوسکتیں۔

Kik Messenger

کک میسنجر کا ہدف 17 سال سے زائد عمر کے صارفین ہیں۔ یہ اپلی کیشن عمر کی تصدیق کے بغیر ہی ڈاؤن لوڈ کی جاسکتی ہے۔ میسنجر کے لیے موبائل فون کے بجائے یوزر نیم استعمال کیا جاتا ہے۔استعمال کرنے والوں کی شناخت خفیہ رہنے کی وجہ سے اس اپلی کیشن میں جنسی مواد اور سائبر بلنگ عام ہے۔

Vine

یہ ایک ویڈیو شیئرنگ اپلی کیشن ہے جس کے ذریعے چھ سیکنڈز یا اس سے کم طوالت کی ویڈیو شیئر کی جاسکتی ہے۔ وائن پر جنسی مواد، منشیات کے استعمال، عریانیت اور بے ہودہ مواد کی بھر مار ہے لیکن ساتھ ہی اس پر کتے بلیوں اور بچوں کی ویڈیوز بھی موجود ہیں۔ اگر آپ کا بچہ وائن اپلی کیشن استعمال کر رہا ہے تو اس کے رابطوں پر منحصر ہے کہ وہ کس قسم کا مواد دیکھ رہا ہے۔

Line

یہ اپلی کیشن 12 سال سے زائد عمر کے صارفین کیلئے بنائی گئی ہے۔ اسکے ذریعے ویڈیو کالز، وائس پیغامات اور دلچسپ سٹیکرز اپنے دوستوں اور رشتے داروں کو بھیجے جاتے ہیں۔ یہ اپلی کیشن موبائل میں Download کی جاتی ہے اور اس سے ناپسندیدہ ویڈیوز اور تصاویر بھی Share ہوتی ہیں۔اس طرح والدین کا فرض ہے کہ بچوں کہ موبائل تک رسائی رکھیں اور ان کے علم میں ہو کہ کہیں غلط استعمال تو نہیں ہو رہا اس ایپ کا۔

مجھے کیا کہنا چاہیے؟

آج سوشل میڈیا کے طوفانی دور میں والدین کا ذمہ داری نبھانا آسان نہیں ہے۔
انٹرنیٹ اور اپلی کیشن کے با مقصد استعمال کے حوالے سے ہم نے کچھ مشورے
اور ترا کیب اکٹھی کی ہیں جن کی مدد سے بچوں کے ساتھ اس بارے میں بات چیت کا آغاز کیا جا سکتا ہے۔

بات چیت کا آغاز

آپ اپنے بچوں کو بہتر جانتے ہیں۔ ان کے ساتھ بیٹھ جائیں اور کچھ سیکھنے سے لے کر، سماجی رابطوں اور تفریح تک اور نئے مواقع مہیا کرنے کے لحاظ سے انٹرنیٹ کی افادیت کے بارے میں بات کریں۔ بچوں کے ساتھ مل کر انٹرنیٹ کے استعمال کو زیادہ سے زیادہ فائدہ مند بنانے کے راستے تلاش کریں۔ اسی بات چیت کے دوران انٹرنیٹ کے ممکنہ غلط استعمال کی روک تھام کی منصوبہ بندی کریں۔ محفوظ اور کھلے تبادلہ خیال کے لیے موزوں ترین الفاظ استعمال کریں۔ اگر آپ کے بچے پہلے ہی انٹرنیٹ استعمال کر رہے ہیں تو ان کے زیر استعمال اپلیکیشنز اور ویب سائٹس کے بارے میں بات کریں کہ وہ کس طرح کام کرتی ہیں اور بچوں کو ان ویب سائٹس اور اپلی کیشن کے استعمال میں اجنبی رابطوں اور سائبر بلنگ جیسی مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اپنے بچوں کو بتائیں کہ اگر انہیں آن لائن رابطوں میں مشکلات کا سامنا ہے یا کوئی ان سے ضرر رساں اور تکلیف دہ باتیں کر رہا ہے تو والدین اور بچوں کے تعلق پر کوئی اثر نہیں پڑے گا۔ بچوں کو بتائیں کہ انٹرنیٹ پر ہونے والے تلخ یا تکلیف دہ تجربے کے بارے میں والدین کو اعتماد میں لیں تاکہ والدین انہیں اس مشکل سے نکالنے میں مدد دے سکیں۔

انٹرنیٹ کے طور طریقوں سے واقفیت اختیار کریں

لوکل کمیونٹی کے سماجی طور طریقوں کی طرح انٹرنیٹ کے استعمال کے لیے بھی آن لائن ہوتے وقت بنیادی طریقے اختیار کریں۔ کیا مجھے یہ پوسٹ کرنی چاہیے؟ یہ پوسٹ کسی کی دل آزاری اور ناراضگی کا سبب تو نہیں بنے گی؟ یہ وہ بنیادی سوال ہیں جو کوئی بھی پوسٹ کرنے سے قبل خود سے پوچھنے ضروری ہیں۔ پوسٹ سے قبل 10 سے 30 سیکنڈ تک اس بات پر سوچ بچار کرنا کہ پوسٹ کا ممکنہ ردعمل کیا ہوسکتا ہے ہماری سماجی ذمہ داریوں کا حصہ ہے۔ جو پوسٹ اپنے خاندان کے افراد کے ساتھ شیئر نہیں کی جا سکتی اسے دوسروں کے لیے بھی آن لائن پوسٹ نہ کیا جائے۔

انٹرنیٹ سے متعلق اصول وضع کرتے ہوئے اس بات کو مدنظر رکھا جائے کہ آپ ہر وقت اپنے بچوں کی آن لائن سرگرمیوں کی نگرانی نہیں کر سکتے

اپنے بچوں کو محفوظ اور اسمارٹ رکھنے کے لیے عمومی ضابطے بنائیں۔ اس بات کو قواعد میں شامل کریں کہ آپ کے بچے اپنے موبائل ڈیوائس میں کوئی بھی نئی اپلی کیشن ڈاؤن لوڈ کرنے سے قبل آپ سے اجازت حاصل کریں تاکہ آپ ان اپلی کیشنز سے باخبر رہ سکیں۔ جب آپ کے بچے سوشل میڈیا پلیٹ فارم میں شمولیت اختیار کریں تو اپنے بچوں کے ساتھ مل کر ان کی پروفائل سیکیورٹی سیٹ کریں تاکہ اس بات کو یقینی بنایا جا سکے کہ آپ کے بچے کن لوگوں کے ساتھ رابطے میں پرسکون رہیں گے۔

والدین اپنے بچوں کو محفوظ رکھیں

بچوں کے لیے 10 حفاظتی تدابیر

1۔ انٹرنیٹ کے ذریعے کسی کو بھی اپنی ذاتی زندگی کے حوالے سے کسی بھی قسم کی معلومات فراہم نہ کریں جیسے گھر کا پتہ، اپنے اسکول کا نام یا موبائل نمبر/ ٹیلی فون نمبر، جب تک کہ آپ کے والدین یا آپ کے خیرخواہ اس بارے میں آپ کو خصوصی طور پر اجازت نہ دیں۔

2۔ کسی کو بھی اپنی تصویر، کریڈٹ کارڈ نمبر یا اپنے بینک اکاؤنٹ کی تفصیلات یا کسی بھی قسم کی معلومات اپنے والدین یا خیرخواہ کی پیشگی اجازت کے بغیر فراہم نہ کریں۔

3۔ اپنا خفیہ کوڈ/ پاس ورڈ کسی کو بھی نہ بتائیں چاہے وہ آپکا بہترین دوست ہی کیوں نہ ہو۔

4۔ کسی بھی شخص سے اپنے والدین یا خیرخواہ سے پیشگی اجازت کے بغیر بالکل نہ ملیں اور پہلی ملاقات اپنے گھر والوں کے ساتھ کریں اور ہمیشہ ملنے کے لیے نمایاں اور آمدورفت کی جگہ کا انتخاب کریں۔

5۔ انٹرنیٹ پر گفتگو کرتے وقت یا ٹیلی کانفرنس کے دوران کبھی بھی کوئی آپ سے کچھ ایسا کہے یا لکھے جس سے آپ کو کسی بھی طرح کی بے چینی یا پریشانی/ عدم اطمینان محسوس ہو تو اس کو بلاک کر دیں یا بات چیت ختم کر دیں اور اس بارے میں اپنے والدین یا خیرخواہ کو بتائیں۔

6۔ اخلاق باختہ، معنی خیز اور غیر مہذب ای میلز کا جواب بالکل نہ دیں۔ ان حالات میں اگر آپ اپنے آپ کو غیر اطمینان بخش محسوس کریں تو اس گفتگو کو فوری طور پر ختم کر دیں۔ ہمیشہ یاد رکھیں کہ اس بارے میں اپنے والدین یا خیرخواہ کو ضرور بتائیں۔

7۔ اگر آپ غیر ضروری/ لایعنی/ سمجھ میں نہ آنے والی ای میلز اور ٹیکسٹ موصول کریں تو ان پر بالکل یقین نہ کریں نہ ہی ان کا جواب دیں اور نہ ہی انہیں استعمال کریں۔ اور یاد رکھیں کہ کوئی آپ کو اس کے سچا اور اچھا ہونے کے بارے میں جتنا بھی یقین دلائے، اس پر قطعاً اعتبار نہ کریں۔

8۔ یہ قطعاً اچھی بات/ مناسب نہیں ہے کہ آپ کسی ایسے فرد کی فائلز کھولیں جس کو آپ جانتے نہیں ہیں۔ یہ کسی طرح کا وائرس بھی ہوسکتا ہے یا بہت بری/ بدترنامناسب تصویر یا فلم بھی ہو سکتی ہے۔

9۔ جب آپ آن لائن ہوں/ انٹرنیٹ استعمال کر رہے ہوں اور اس دوران آپ کوئی غیر مناسب الفاظ اور غیر مہذب تصویر دیکھیں تو ہمیشہ اپنے والدین یا خیرخواہ کو ضرور بتائیں۔

10۔ ہمیشہ اپنی حد میں رہیں اور دوسروں کی تقلید نہ کریں اور اپنی جھوٹی/ جعلی پروفائل بنا کر دوسروں کو دھوکا نہ دیں۔

بچوں کو اپنے پاس ورڈز کسی سے شیئر نہ کرنے کا مشورہ

اس عمل سے بچوں کے دوستوں کو بھی باخبر کرنا چاہیئے۔ پاس ورڈ شیئر کیے جانے سے آپ کے بچے کی آن لائن شناخت کو نقصان پہنچنے کا خدشہ ہوتا ہے۔ اس لیے ضروری ہے کہ پاس ورڈ خود اپنے استعمال کے لیے محفوظ رکھا جائے۔

بچوں کے اسمارٹ فونز، لیپ ٹاپ، ٹیبلٹ اور ڈیسک ٹاپ کمپیوٹرز میں عمر کی حد مقرر کرنا

والدین کی حیثیت سے آپ اپنے بچوں کے اسماٹ فونز، لیپ ٹاپ، ٹیبلٹ اور ڈیسک ٹاپ کمپیوٹرز پر ان کی عمر کے لحاظ سے اپلی کیشنز اور پروگرام ڈاؤن لوڈ کرنے کی حد مقرر کر سکتے ہیں۔ سافٹ ویئر اور ہارڈ ویئر ایپ میں تیزی سے تبدیلی رونما ہو رہی ہے اس کے ساتھ ہی ویرایبل مصنوعات میں ٹیکنالوجی کا استعمال بھی تیزی سے جگہ بنا رہا ہے۔ اس صورتحال میں والدین کے لیے، ہارڈ ویئر، سافٹ ویئر اور ویئرایبل مصنوعات کے بارے میں مکمل طور پر جاننا بہت ضروری ہے اس کے لیے والدین کو ان مصنوعات کے یوزر مینوئل کو پڑھنا چاہیے تاکہ وہ جان سکیں کہ یہ آلات کہ وہ کس طرح کام کرتے ہیں۔ اس طرح والدین اپنے بچوں کو محفوظ ماحول فراہم کر سکتے ہیں

باب سوم

انٹرنیٹ کے بارے میں بچوں سے کیے جانے والے اہم سوالات

بچوں سے پوچھے گئے سوالات کے جوابات اور حاصل کردہ معلومات کو مدنظر رکھتے ہوئے آپ اپنے بچوں کی رہنمائی کریں تاکہ وہ اپنے آپ کو پیش آنیوالے تمام ممکنہ خطرات سے محفوظ رکھ سکیں۔

Q1

عمومی تکنیک کا استعمال

۱۔ آپ کی پسندیدہ ویب سائٹ کون سی ہے؟ آپ اس ویب سائٹ پر کیا کرتے ہیں؟

۲۔ آپ کے دوستوں میں ان دنوں کون سی ویب سائٹس مقبول ہیں؟

۳۔ کیا آپ کا آن لائن رابطہ کسی ایسے فرد سے بھی ہوا جسے آپ جانتے نہ تھے؟ اگر ہاں تو ان کی کیا خواہش تھی؟ آپ نے کیا کیا؟ آپ نے کیا ردعمل ظاہر کیا؟

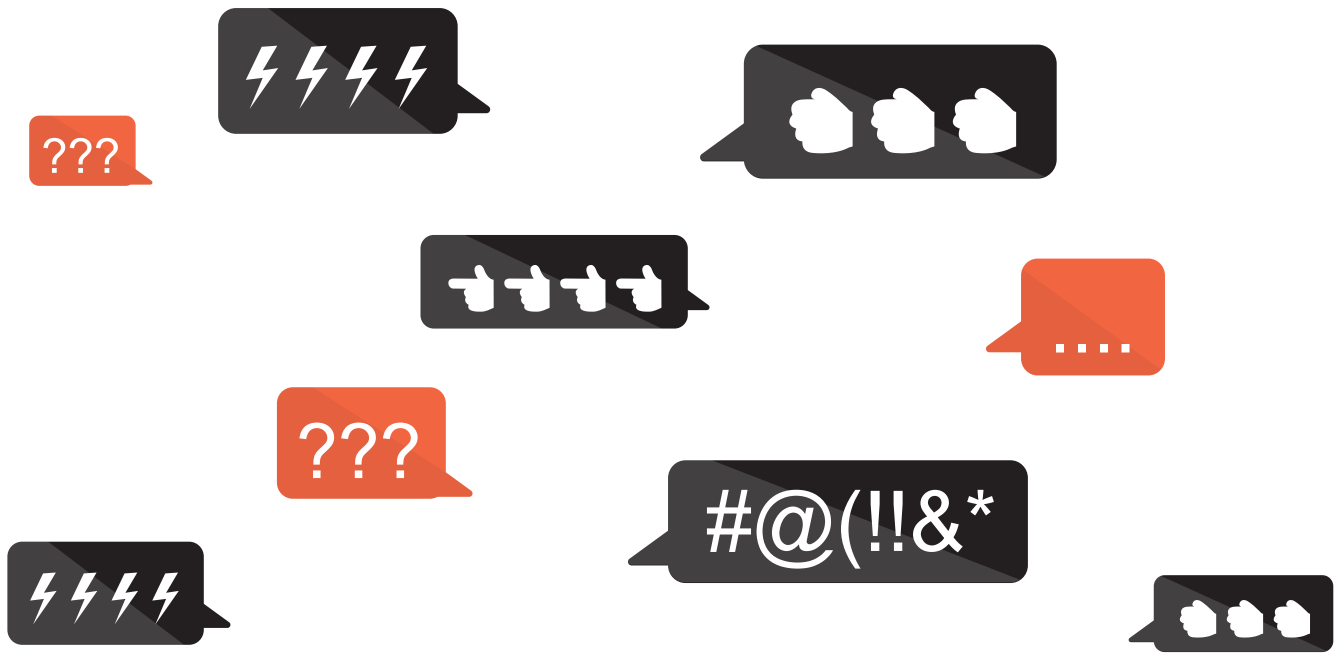
۴۔ کیا کبھی آپ کو ایسا پیغام بھیجا گیا جس نے آپ کو پریشان کردیا ہو؟ آپ نے کیا ردعمل ظاہر کیا؟

۵۔ آپ خود کو آن لائن کس طرح محفوظ رکھتے ہیں؟

۶۔ کیا آپ کو اس بات کی فکر ہوتی ہے کہ آپ سے متعلق کسی کی تحریر دیگر لوگ پڑھیں جو درست نہ ہو لیکن اسے درست سمجھا جائے؟

۷۔ کیا آپ نے آن لائن کسی ایسے فرد سے رابطہ کیا جو آپ کے اسکول سے تعلق نہ رکھتا ہو؟

(Source: Sameer Hinduja, Ph.D. and Justin W. Patchin, Ph.D., Cyberbullying Prevention: Questions Parents Should Ask Their Children About Technology, August 2013)



Q2

سائبر بلینگ

۱۔ کیا آپ نے کبھی انسٹاگرام، فیس بک، ٹوئٹر یا کسی دوسری سوشل میڈیا سائٹ پر کسی کے لیے تکلیف دہ اپ ڈیٹ پوسٹ کیں یا ایسی کسی بحث کا حصہ بنے؟

۲۔ کیا آپ نے اپنے پیج پر کسی دوسرے کی پوسٹ یا تحریر کردہ تبصرہ مٹایا؟

۳۔ کیا آپ کے مطابق سائبر بلینگ کا رجحان زیادہ ہے؟ کیا اس صورتحال میں آپ خود کو پرسکون تصور کرتے ہیں؟ کیا آپ مجھے بتانا پسند کریں گے کہ آپ کبھی سائبر بلینگ کا نشانہ بنے؟

۴۔ کیا آپ سمجھتے ہیں کہ آپ کا اسکول سائبر بلینگ کے بارے میں سنجیدہ ہے؟

۵۔ کیا آپ نے اپنے اسکول میں کسی ٹیچر یا کسی دوسرے فرد سے سائبر خطرات کے سلسلے میں رابطہ کیا؟ اگر ہاں تو انہوں نے اس بارے میں قدم اٹھاتے ہوئے آپ کی مدد کی؟

۶۔ کیا آپ کے اسکول میں بلینگ اور سائبر بلینگ کے بارے میں رازداری کے ساتھ رپورٹ کرنے کا کوئی طریقہ رائج ہے؟

۷۔ کیا آپ سمجھتے ہیں کہ آپ کے دوست آپ کو سائبر بلینگ کا سامنا ہونے کی صورت میں مددگار ثابت ہوں گے؟

۸۔ کیا آن لائن گیمز کھیلتے ہوئے آپ کو ناپسندیدہ باتیں/الفاظ سننے کا سامنا کرنا پڑا؟

۹۔ کیا آپ کبھی آن لائن گیم کھیلتے ہوئے کسی کی جانب سے تنگ کیے جانے پر اپنا گیم چھوڑنے پر مجبور ہوئے؟

۱۰۔ کیا آپ کے بارے میں آن لائن کہی گئی کوئی بات آپ کے اسکول میں شرمندگی کا باعث بنی؟

۱۱۔ کیا کبھی آپ کو معلوم ہوا کہ افواہ کس نے اڑائی؟ ایسا معلوم ہونے پر آپ نے کیا کیا؟

۱۲۔ کیا آپ نے کسی ایسے فرد کو آن لائن بلاک کیا جو آپ کو ہراساں کررہا ہو؟ اگر ہاں تو کیا ایسا کرنے سے وہ فرد اپنے اس عمل سے باز آگیا؟

Q3

غیر مناسب/ناپسندیدہ/نازیبا پیغامات

۱۔ کیا آپ تصویر اور ٹیکسٹ دوسروں کو پوسٹ کرتے ہیں؟ کیا آپ کو تصاویر وصول بھی ہوتی ہیں؟ اگر ہاں تو کون پوسٹ کرتا ہے؟

۲۔ کیا اسکول کے بچے اپنے موبائل فون کیمرے سے تصاویر بناتے ہیں؟ وہ ان تصاویر کا کیا کرتے ہیں؟

۳۔ کیا آپ نے کبھی اپنے دوستوں سے رابطے کے لیے اسکائپ اور فیس ٹائم استعمال کیا؟

۴۔ کیا آپ اسنیپ چیٹ استعمال کرتے ہیں؟ کیا آپ مجھے بتانا پسند کریں گے کہ یہ کس طرح کام کرتا ہے؟ کیا آپ کے خیال میں تصاویر مکمل طور پر ختم ہوجاتی ہیں؟

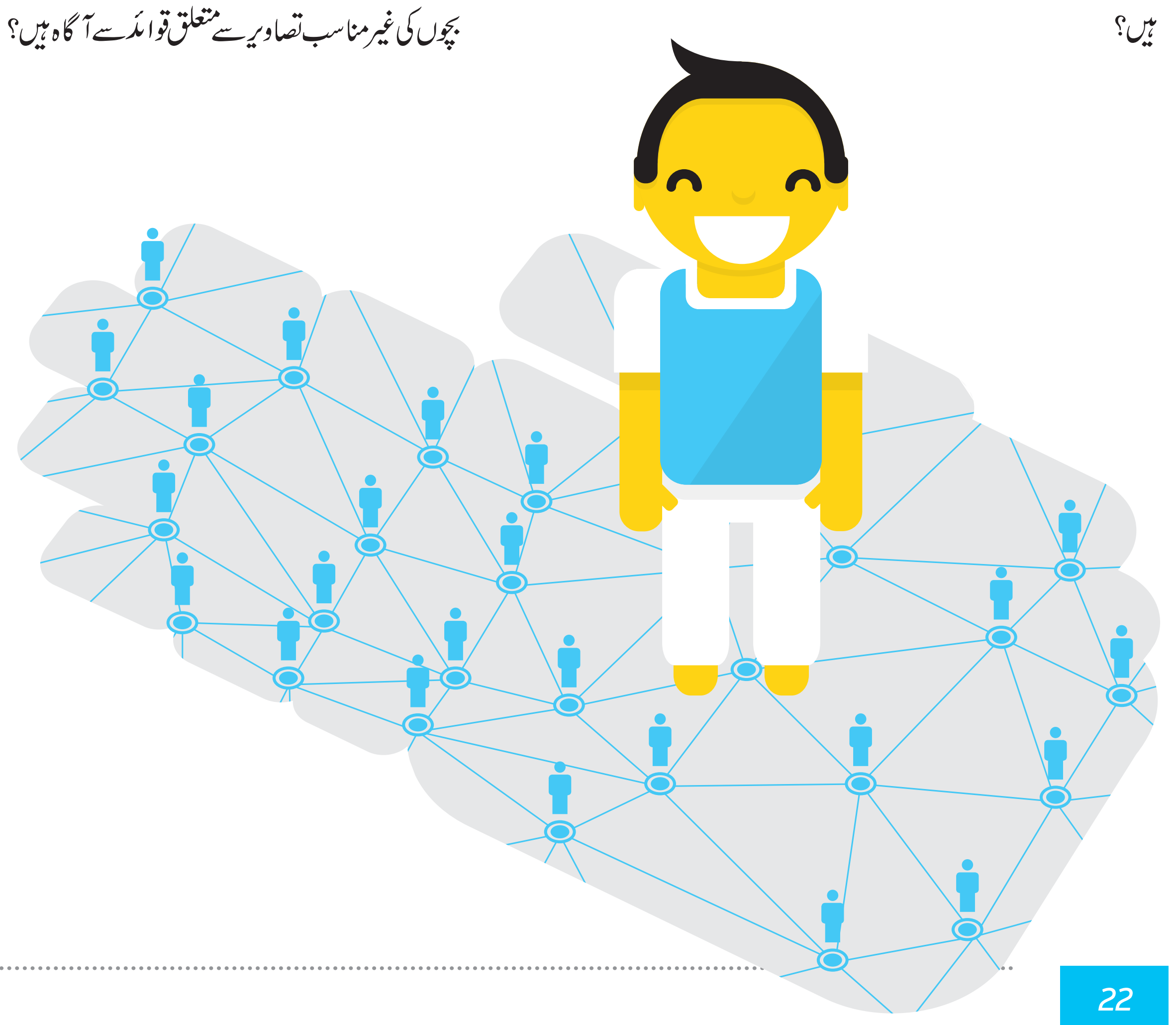
۵۔ کیا کسی نے آپ سے اسکائپ اور اسنیپ چیٹ کے ذریعے کوئی غیر مناسب بات کہی؟

۶۔ کیا آپ غیر مناسب پیغامات کے بارے میں جانتے ہیں؟ کیا اسکول میں کسی بالغ نے آپ سے غیر مناسب پیغامات کے بارے میں بات کی؟

۷۔ کیا کسی اجنبی نے آپ کو کبھی کوئی قابل اعتراض ٹیکسٹ یا تصویر بھیجی؟ آپ نے اس مواد کا کیا کیا؟

۸۔ کیا آپ کے کسی دوست نے آپ کو کبھی کوئی قابل اعتراض ٹیکسٹ یا تصویر بھیجی؟

۹۔ کیا آپ کو معلوم ہے کہ غیر مناسب تصاویر بھیجنے کے کیا نتائج ہو سکتے ہیں۔ کیا آپ بچوں کی غیر مناسب تصاویر سے متعلق قوائد سے آگاہ ہیں؟



Q4

محفوظ آن لائن سماجی رابطے

۱۔ آپ سماجی رابطوں کے لیے کون سی ویب سائٹ زیادہ استعمال کرتے ہیں؟ آپ کے دوستوں اور مداحوں کی تعداد کتنی ہے؟

۲۔ آپ انسٹاگرام اور فیس بک کے ذریعے کس طرح کے لوگوں سے رابطے میں ہیں؟ کیا آپ واقف کاروں سے رابطے میں ہیں؟ یا آپ دنیا بھر کے لوگوں سے رابطہ رکھتے ہیں؟

۳۔ کیا آپ کو اجنبی دوستوں اور مداحوں کی بے تحاشہ دوست بنانے کی درخواستیں موصول ہوتی ہیں؟ اگر ہاں تو آپ ان سے کس طرح نمٹتے ہیں؟

۴۔ کیا آپ ٹوئیٹر استعمال کرتے ہیں؟ کس مقصد کے لیے؟ آپ کس کو فالو کرتے ہیں آپ کو کون فالو کرتا ہے؟

۵۔ کیا آپ انسٹاگرام، فیس بک اور ٹوئیٹر کی پرائیویسی سیٹنگ استعمال کرنا جانتے ہیں؟

۶۔ کیا آپ سیٹنگ کو اس طرح استعمال کرتے ہیں کہ صرف دوست ہی آپ کی پوسٹ دیکھ سکیں؟ آپ کو کس طرح معلوم ہوگا کہ کون آپ کی پوسٹ دیکھ سکتا ہے؟

۷۔ آپ کس قسم کی نجی معلومات آن لائن پوسٹ کرتے ہیں؟ کیا آپ نے کبھی اپنا مکمل نام، عمر، اسکول کا نام، فون نمبر یا مکمل پتہ پوسٹ کیا؟

۸۔ کیا آپ کو کبھی ایسی کسی تصویر کے ساتھ اس طرح منسلک (ٹیگ) کیا گیا جو آپ کے لیے پریشانی کا سبب بنی؟

۹۔ کیا آپ ایسی نجی سیٹنگ کو اس طرح تبدیل کرنے سے واقف ہیں جس کے ذریعے جب کوئی آپ کو کسی پوسٹ یا تصویر میں ٹیگ کرنا چاہے تو پہلے آپ سے اجازت طلب کرے؟

۱۰۔ کیا آپ کو معلوم ہے کہ کسی تصویر سے خود کو غیر منسلک (ان ٹیگ) کس طرح کیا جاسکتا ہے؟

۱۱۔ کیا آپ سمجھتے ہیں کہ سوشل نیٹ ورکنگ سائٹس آپ کی مایوسی کم کرنے کا سبب بن سکتی ہیں؟ کیا آپ کے دوست سوشل میڈیا کے ذریعے اپنا غبار نکالتے ہیں؟ کیا لوگ اس پر تبصرہ کرتے ہیں؟ وہ کیا کہتے ہیں؟

۱۲۔ آپ یوٹیوب یا ڈیلی موشن پر عموماً کس قسم کی ویڈیوز دیکھتے ہیں؟ کیا آپ نے بھی کبھی ویڈیو پوسٹ کی؟

۱۳۔ کیا آپ نے ڈیلی موشن یا کسی دوسری ویب سائٹ پر کسی غیر مناسب ویڈیو کے بارے میں شکایت کی؟

۱۴۔ کیا کوئی اور شخص آپ کی سوشل میڈیا ایپلی کیشن، کمپیوٹر اور موبائل فون کے پاس ورڈ سے واقف ہے؟

باب چہارم

بچوں اور انٹرنیٹ کی حقیقی کہانیاں

اگر آپ خود سے یہ سوال پوچھتے ہیں کہ ''میری فیملی کس طرح انٹرنیٹ کی دنیا سے وابستہ ہے؟''۔ تو ذیل میں دی گئی مثالیں آپ کے سوال کا جواب فراہم کرسکتی ہیں۔ پاکستان، بنگلہ دیش، میانمار اور تھائی لینڈ کے خاندان اور نوجوان اپنی کہانیوں میں انٹرنیٹ کے براہ راست تجربے سے لے کر انٹرنیٹ کے ان کی زندگیوں میں طاقتور آلہ بننے، انٹرنیٹ سے درپیش مشکلات اور حاصل ہونے والے سبق کے بارے میں اپنی کہانیاں بیان کرتے ہیں۔

فوزیہ سہیل ۔ پاکستان

شوہر کے بیرونِ ملک کام کرنے کے ساتھ ساتھ 2 بچوں کی دیکھ بھال کرنا 32 سالہ فوزیہ کے لئے کسی مشکل سے کم نہیں۔ فوزیہ اسلام آباد میں ایک مقامی ائیر لائن کمپنی میں سُپر وائزر ہے۔ فوزیہ کا 6 سالہ بیٹا عبداللہ اور 4 سالہ بیٹی ایشل اپنی فیملی میں Android سمارٹ فون اور ٹیبلٹ بہت آسانی سے استعمال کرتے ہیں۔ WIFI اور موبائل انٹرنیٹ کی بدولت وہ Skype اور Whatsapp کے ذریعے اپنے والد سے رابطے میں رہتے ہیں۔ عبداللہ اور ایشل دونوں ٹیبلٹ کے ذریعے اپنے والد کے ساتھ ویڈیو کال ملانے کی صلاحیت بھی رکھتے ہیں اور جب ماں کھانا پکانے میں مصروف ہوتی ہے تو عبداللہ Playstore سے جلدی سے نئی گیمز download کر لیتا ہے اور دکھاوا کرتا ہے، جیسے وہ home work کر رہا ہو۔ اس کے علاوہ وہ Temple Run اور Subway Surf میں اپنے اعلیٰ سکور کے بارے میں سب کو فخر سے بتاتا ہے۔

فوزیہ انٹرنیٹ کی شکر گزار ہے جس کی وجہ سے اُس کے بچے مصروف رہتے ہیں اور اُس کو روزانہ کی مصروفیات سے نکل کر آرام کرنے کی فرصت مل جاتی ہے۔ وہ سمجھتی ہے کہ ٹیکنالوجی نے نہ صرف اُس کے بچوں کی پرورش میں اہم کردار ادا کیا بلکہ اُس کے ذریعے وہ اپنے شوہر سے مسلسل رابطے میں رہتی ہے۔

فوزیہ نے اسلام آباد میں منعقد ہونے والے Children Literature Festival میں شرکت کی جہاں ٹیلی نار پاکستان نے محفوظ ڈیجیٹل سروسز اور انٹرنیٹ کے ذمہ دارانہ استعمال سے متعلق ایک سٹال قائم کیا تھا۔ جس کی مدد سے فوزیہ کو نہ صرف انٹرنیٹ کے فائدے اور نقصانات کے بارے میں پتہ چلا بلکہ کس طرح سے انٹرنیٹ کا محفوظ استعمال اور اپنے بچوں کے لئے سائبر اور عمومی خطرات پر update رہا جا سکتا ہے۔ اس تقریب نے فوزیہ کی آنکھیں کھول دیں اور اُسے بہت سی نئی معلومات حاصل ہوئی۔

عبداللہ اور ایشل جیسے جیسے بڑھتے جا رہے ہیں وہ اور بھی زیادہ انٹرنیٹ میں مشغول ہوتے جا رہے ہیں۔ فوزیہ اب الرٹ ہے اور سمجھتی ہے کہ کون سے اقدامات کو اہمیت دینے کی ضرورت ہے۔ وہ جانتی ہے کہ نگرانی، بات چیت اور تحفظ کے بغیر اس کے بچے نامناسب مواد سے نقصان اُٹھا سکتے ہیں۔ اجنبیوں سے بات کرنے کے علاوہ اپنی معلومات اُنہیں فراہم کر سکتے ہیں جو کہ اُن کے بچوں اور خاندان کے استحصال کے لئے استعمال ہو سکتی ہیں۔ اب وہ جانتی ہے کہ کس طرح سے انٹرنیٹ پر محفوظ رہا جا سکتا ہے۔

عظمیٰ معید ۔ بنگلہ دیش

چونتیس سالہ عظمیٰ معید ایک فری لانس انٹر یر یئر ڈیزائنر اور دو نو جوان بچوں کی ماں ہیں جن کی عمریں بالترتیب 13 اور 19 سال ہیں ۔ ان کے بچے انٹرنیٹ پر روزانہ 4 گھنٹے خرچ کرتے ہیں زیادہ تر ہفتہ کے اختتام پر انٹرنیٹ استعمال کیا جاتا ہے۔ عظمیٰ معید کے گھر میں انٹرنیٹ خبروں سے آگاہ رہنے، اسکول کے پراجیکٹس سے متعلق تحقیق اور دوستوں سے رابطے کا بہترین ذریعہ ہے۔ یہ فیملی اپنی صلاحیتیں کام، تحقیق اور سماجی رابطوں کے لیے استعمال کرتی ہے۔

عظمیٰ معید کہتی ہیں کہ بنگلہ دیش میں انٹرنیٹ کے رجحان میں سب سے زیادہ فیس بک ان کے بچوں کو متاثر کرتی ہے۔ ان کا ماننا ہے کہ انٹرنیٹ پر سوشل میڈیا کے ذریعے دی جانے والی معلومات کے ذریعے کوئی بھی فرد با آسانی نئ اور جعلی شناخت اختیار کرسکتا ہے۔

دنیا کے دیگر والدین کی طرح ان کے لیے بھی اپنے بچوں کو آن لائن لٹیروں اور سائبر بلینگ سے بچانا ایک مسئلہ ہے۔ آگہی رکھنے والی والدہ کی حیثیت سے وہ جانتی ہیں کہ اپنے بچوں سے براہ راست بات چیت اور فیس بک کے بارے میں استفسار کر کے ہی وہ اپنے بچوں کی آن لائن سلامتی کو یقینی بنا سکتی ہیں ۔ اجنبی افراد سے آن لائن رابطے میں ممکنہ خطرات کے بارے میں آگہی فراہم کرنے کے ساتھ بچوں کو یہ بھی بتاتی ہیں کہ فیس بک پر اپنے پروفائل میں مختصر معلومات درج کی جائیں کیونکہ یہ پروفائل کوئی بھی دیکھ اور پڑھ سکتا ہے۔

یہاں فیس بک عظمیٰ معید جیسے والدین کو اپنے بچوں کے لیے انٹرنیٹ کو محفوظ بنانے میں مدد دیتا ہے:

13 سال سے کم عمر بچوں کے لیے فیس بک نجی پروفائل کی خودکار سہولت فراہم کرتا ہے۔ اس طرح اجنبی افراد 13 سال سے کم عمر بچوں کے پرفائلز تک رسائی حاصل نہیں کر سکتے جب تک ان کی دوستی کی درخواست (فرینڈ ریکویسٹ) قبول نہ کر لی جائے ۔ فیس بک صارفین اپنے اکاؤنٹ کی سیٹنگ ''پرائیوٹ'' کر کے تمام لنکس، تبصروں، پروفائل پکچر اور دوستوں کی فہرست کو اجنبی افراد کے لیے نا قابل رسائی بنا سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ والدین اپنے بچوں کو فیس بک پر دوستی کے بارے میں خدشات سے بھی آگاہ کر سکتے ہیں کہ جن لوگوں کو وہ دوست بنا رہے ہیں ہوسکتا ہے کہ ان کی اصلیت کچھ اور ہو۔

باب چہارم

نٹ پونگ بون لونگ ۔ تھائی لینڈ

نٹ پونگ بون لونگ کی عمر 45 سال ہے اور دو بیٹوں کا باپ ہے جن کی عمر 9 اور 12 سال ہے۔ ان کے گھر میں تین موبائل فون اور چار آئی پیڈ زیر استعمال ہیں جن کی وجہ سے ان کے خاندان میں انٹرنیٹ کا استعمال بھی زیادہ ہے جو بعض اوقات دن بھر جاری رہتا ہے۔ بون لونگ سمجھتے ہیں گیمز اور معلومات کا حصول انٹرنیٹ کے اہم ترین استعمال ہیں۔ ان کے بیٹے گھر میں موجود اپنی پسندیدہ ڈیوائس کے ذریعے Fifa15 یا Minecraft جیسی گیمز کھیلنے میں مشغول رہتے ہیں۔ انٹرنیٹ سیفٹی کے حوالے سے نجی معلومات کی چوری اور بلینگ کے فراڈ بون لونگ فیملی کا سب سے بڑا خدشہ ہیں جو گیمنگ کے ماحول میں بلا روک ٹوک کیے جاسکتے ہیں۔ کیونکہ ان کے بچے زیادہ تر گھر پر ہی گیم کھیلتے ہیں اس لیے وہ ان کی نگرانی کر سکتے ہیں لیکن اس کے لیے وہ ہر وقت گھر پر نہیں رہ سکتے۔

بون لونگ کہتے ہیں کہ والدین اپنی فیملی کو یہ سکھا کر مضبوط بنا سکتے ہیں کہ ''کب کلک نہ کیا جائے''۔ اکثر گیمنگ کے دوران نمودار ہونے والے پیغامات میں نا قابل یقین پیشکش کی جاتی ہے جن میں بظاہر محفوظ اور پیاری تصاویر کا سہارا لیا جاتا ہے۔ انٹرنیٹ کے کم عمر صارفین کو اپنے بڑوں کی اجازت کے بغیر اس طرح کے لنک پر کلک نہ کرنے کی تربیت ہیکنگ اور دھوکہ دہی کی سرگرمیوں کی روک تھام کے خدشے کو کم کرتی ہے۔ اس کے علاوہ بہت سی ڈیوائسز ، ایپلی کیشنز اور پروگرام بھی دھوکہ دہی پر مبنی اشتہاروں اور بینرز کو کلک نہ کر سکنے کی سہولت فراہم کرتے ہیں۔ والدین یوزر مینوئل کا مطالعہ کر کے گیمز سے اپنی واقفیت بڑھا کر شناخت کی چوری کا تدارک کر سکتے ہیں۔

آر کر من یانگ اور وائی یان من۔ میانمار

وائی یان ایک نوجوان ڈاکٹر ہیں جن کا تعلق ینگون سے ہے انہوں نے حال ہی میں اپنی ڈاکٹری کی تعلیم مکمل کی ہے۔ آر کار کا تعلق بھی ینگون سے ہے اور وہ ایک سافٹ ویئر ڈیولپر ہیں اور یہ ان دنوں میانمار کے بچوں کے لیے انٹرنیٹ کے ذریعے تعلیم تک رسائی کے مواقع بڑھانے کے لیے کام کر رہے ہیں۔ انٹرنیٹ کے بارے میں آر کار کہتے ہیں کہ ''جن لوگوں نے کبھی انٹرنیٹ کا تجربہ نہیں کیا میں انہیں بتانا چاہتا ہوں کہ یہ ایک ایسی چیز ہے جس کے ذریعے وہ دنیا میں کسی بھی چیز یا کسی بھی فرد سے رابطہ استوار کر سکتے ہیں۔ ٹی وی اور ریڈیو کے برعکس انٹرنیٹ کے ذریعے ہم صرف ان چیزوں کے بارے میں معلومات حاصل کرتے ہیں جن کی ہمیں ضرورت ہو۔ میں انہیں یہ بھی بتانا چاہوں گا کہ انٹرنیٹ سے منسلک فون یا کمپیوٹر کے ذریعے وہ اپنے دور دراز کام کرنے یا سکونت پذیر بچوں اور رشتہ داروں کو بھی دیکھ اور سن سکتے ہیں۔ اگر آپ اس کے بارے میں تصور کریں تو یہ واقعی بہت حیرت انگیز ہے''۔

وائی یان کہتے ہیں کہ جب وہ انٹرنیٹ کے ذریعے پہلی مرتبہ آن لائن ہوئے تھے تب سے اب تک کچھ سال میں انٹرنیٹ مکمل طور پر بدل چکا ہے۔ وہ کہتے ہیں کہ ''انٹرنیٹ میں بڑی تبدیلی موبائل فون اور وائرلیس انٹرنیٹ ہے۔ ان کے ذریعے کہیں سے بھی آن لائن ہو سکتے ہیں اور اہم بات یہ ہے کہ کوئی بھی فرد آن لائن ہو سکتا ہے''۔ سوشل میڈیا چینلز کے ذریعے جعلی پروفائلز کے پیچھے چھپ کر آپ دوسروں کی زندگیوں میں جھانک سکتے ہیں اور غلط معلومات پھیلا سکتے ہیں۔ ساتھ ہی خود بھی غلط معلومات کا نشانہ بن سکتے ہیں۔ وہ اپنے کام کے دوران پیش آنے والی ایک سبق آموز کہانی بیان کرتے ہیں جب وہ تھائی لینڈ اور میانمار کے درمیان ایک گاؤں میں بیماریوں کی روک تھام کے لیے کام کر رہے تھے۔ ''گاؤں کے لوگوں نے Filariasis نامی بیماری سے بچاؤں کے لیے خود کو ویکسین کروانے سے انکار کر دیا تھا ان لوگوں کا کہنا تھا کہ انہوں نے سوشل میڈیا پر پڑھا ہے کہ یہ ویکسین زہریلی ہے جس کے استعمال سے ان کی موت واقع ہو سکتی ہے'' وائی یان کے مطابق یہ بات بالکل غلط تھی اور انٹرنیٹ کے ذریعے غلط معلومات کے پھیلاؤ کی ایک واضح مثال ہے۔

وائی یان کہتے ہیں کہ ہمیں یاد رکھنا چاہیے کہ انٹرنیٹ پر پڑھی جانے والی ہر بات قابل یقین نہیں۔ ایسے لوگوں کی باتوں پر بھی یقین نہیں کیا جا سکتا جن سے ہم صرف آن لائن چیٹ کرتے ہیں اور حقیقی زندگی میں کبھی ہماری ملاقات تک نہیں ہوئی۔ انٹرنیٹ نہ صرف بُرے کاموں کا ذریعہ بن سکتا ہے بلکہ بن بھی رہا ہے۔ وائی یان نے یوتھ پارٹیسپنٹ کے طور پر اوسلو میں ہونے والی ٹیلی نار یوتھ سمٹ میں شرکت کی اور یہ موقع بھی انہیں انٹرنیٹ کے ذریعے آن لائن اس سمٹ میں شرکت کی درخواست بھیجنے سے میسر آیا۔ انٹرنیٹ کے بغیر وہ اس موقع سے استفادہ نہیں کر سکتے تھے۔ انہوں نے کہا کہ اب چیزیں ہماری سوچ سے بھی زیادہ عام ہو چکی ہیں۔

وائی یان اور آر کر، دونوں اس بات سے متفق ہیں کہ نگراں اور والدین کو اپنے بچوں کے انٹرنیٹ استعمال کرنے کے بارے میں ہمیشہ خصوصی دلچسپی لینی چاہیے۔ کچھ والدین چیزوں کو نظر انداز کرتے ہوئے سمجھتے ہیں کہ انٹرنیٹ کے استعمال سے ان کے بچوں پر اچھا یا برا کوئی خاص اثر نہیں پڑ سکتا۔ والدین کے لیے ضروری ہے کہ وہ اس بارے میں متجسس اور حوصلہ افزا رہیں لیکن انہیں خود کو انٹرنیٹ کے فائدے اور نقصانات سے بھی آگاہ رکھنا ضروری ہے۔

وائی یان اور آر کر کا کہنا ہے کہ والدین بچوں کے لیے اس بات کو آسان بنائیں کہ وہ انٹرنیٹ پر کسی غیر مناسب مواد کا سامنا کرنے پر والدین سے اس بارے میں بات کر سکیں۔ انٹرنیٹ کے مثبت استعمال کے بارے میں والدین کی جانب سے بچوں کی رہنمائی انٹرنیٹ کو بچوں کے لیے زیادہ مفید بنا سکتی ہے۔

انٹرنیٹ کے محفوظ استعمال کے طریقوں کے بارے میں جاننے کا عمل کس طرح جاری رکھا جائے

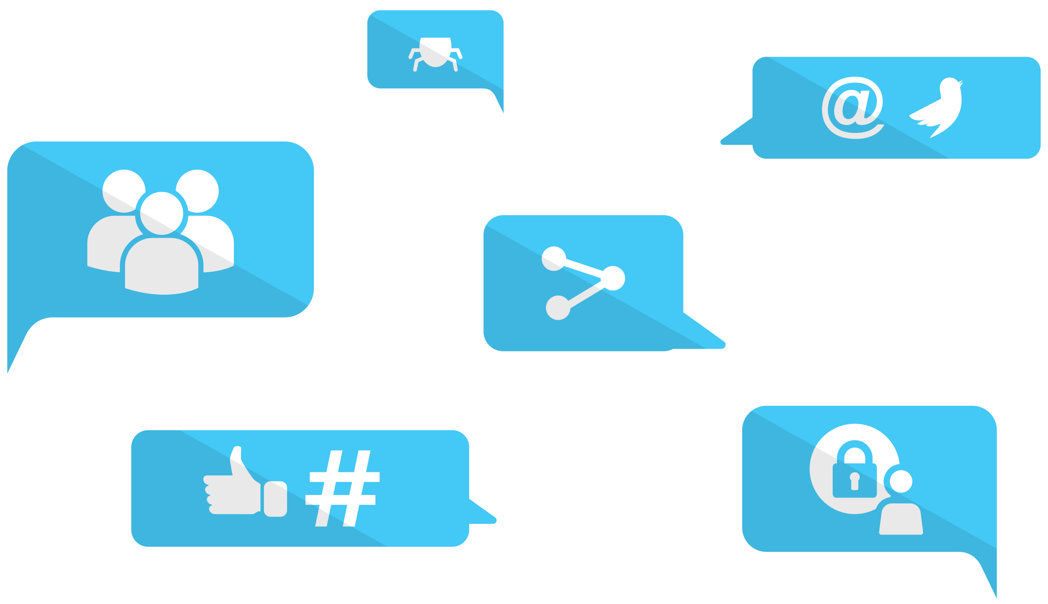
یہ حقیقت ہے کہ انٹرنیٹ کی تیزی سے بدلتی رفتار کے ساتھ آپ کے بچوں کے انٹرنیٹ کے استعمال کے بارے میں معلومات کی فراہمی کا کوئی مرکز موجود نہیں ہے۔ البتہ ہم اپنے بچوں کے ساتھ بات چیت جاری رکھتے ہوئے اس بات کو یقینی بنا سکتے ہیں کہ وہ ہمیں اپنی معلومات بتا کے خود کو محفوظ تصور کریں اور کوئی چیز اچھی نہ لگنے کی صورت میں ہمیں اس بارے میں آگاہ کریں۔ اسمارٹ فونز استعمال کرنے والے بچوں کے والدین اپنے بچوں کی لوکیشن سے باخبر رہنے کے لیے مختلف ایپلی کیشنز کی مدد لے سکتے ہیں جن میں اینڈرائڈ اور iOS پر بلا معاوضہ دستیاب لائف360 نامی ایپلی کیشن شامل ہے۔ اس کے علاوہ Funamo جیسے اینڈرائڈ ٹول کے ذریعے والدین بچوں کے لیے ایپلی کیشنز تک رسائی محدود کرتے ہوئے ان کی لوکیشن سے باخبر رہ سکتے ہیں اس کے علاوہ بچوں کے اسمارٹ فونز کے استعمال کے اوقات کار بھی مقرر کیے جا سکتے ہیں۔ اینڈرائڈ اور iOS پر دستیاب Funamo نامی ایپلی کیشن کے ذریعے والدین اپنے بچوں کی سوشل میڈیا یا سرگرمیوں پر نظر رکھ سکتے ہیں، اس کے علاوہ ایپلی کیشنز کے استعمال کو کنٹرول کیا جا سکتا ہے اس ایپلی کیشن کے ذریعے بچوں کی لوکیشن سے باخبر رہنے کے ساتھ ساتھ مخصوص مقامات پر پہنچنے اور وہاں سے روانگی کے بارے میں الرٹ بھی حاصل کیے جا سکتے ہیں یہ ایپلی کیشن والدین کو بچوں کے نئے رابطوں کے بارے میں بھی مطلع کرتی ہے، بچوں کے لیے غیر مناسب الفاظ استعمال کیے جانے یا تصاویر اپ لوڈ یا ٹیگ کرنے پر بھی یہ ایپلی کیشن والدین کو فوری اطلاع فراہم کرتی ہے۔

انٹرنیٹ مانیٹرنگ کے لیے سب سے اہم اور مہنگا سافٹ ویئر mSpy ہے جو تمام ڈیوائسز کے لیے دنیا بھر میں دستیاب ہے۔ دنیا میں 10 لاکھ سے زائد صارفین کے زیر استعمال mSpy بچوں پر نظر رکھنے والا پروگرام ہے جو ان کی ویب ہسٹری، تصاویر، ویڈیوز، ای میل، ایس ایم ایس، استعمال کی جانے والی کیز تک کی ٹریکنگ کرتا ہے۔ اس مہنگی ایپلی کیشن کی جگہ اپنے بچوں سے بات چیت اور ان کے ساتھ تعاون جیسی آزمودہ ترکیب بھی بچوں کی ڈیوائسز شیئر کرنے اور ان کی ہسٹری کے بارے میں معلومات حاصل کرنے کے سلسلے میں بہتر نتائج دے سکتی ہے۔

خلاصہ

انٹرنیٹ پہلی مرتبہ استعمال کرنے والے لاکھوں صارفین اور نوعمر بچوں کے لیے معلومات اور سیکھنے کے بہترین راستے کھلنے کے ساتھ آن لائن چوری، دھوکہ دہی، بلینگ، ہتک اور نقصان پہنچانے والے سافٹ ویئرز کے خدشہ کا بھی سامنا ہوتا ہے۔ بچوں کو انٹرنیٹ تک رسائی کی فراہمی کے لیے ذرائع مہیا کرنا ہی کافی نہیں۔ ہم سب کی ذمہ داری ہے کہ اپنے بچوں کو انٹرنیٹ پر سیکھنے اور رابطوں کے دوران خود کو محفوظ رکھنے کے بارے میں بھی درست معلومات فراہم کریں۔

بچوں میں موبائل فون کے ذریعے انٹرنیٹ سے منسلک رہنے کے رجحان کی وجہ سے ہم میں سے اکثر لوگوں کو ان کی نگرانی کرنا بے حد مشکل لگ سکتا ہے۔ موبائل فون کے زریعے آن لائن بچوں کے تحفظ کا انحصار بھی ہماری ان سے بات چیت اور اس اعتماد پر ہے جو ہم ان پر کرتے ہیں۔ اس کے ذریعے بچے زندگی گزارنے کے طور طریقے سیکھتے ہوئے آن لائن دنیا کے لیے خود میں لچک پیدا کرتے ہیں۔ اس کتابچے کے مطالعے کے بعد کچھ رہنما قواعد خلاصے کے طور پر ہمارے سامنے آتے ہیں جو درج ذیل ہیں:



بچوں کے آن لائن رہنے کے لیے اوقات مقرر کیے جائیں

بچوں کو آن لائن رہ کر دوستوں سے چیٹ کرنے، گیمز کھیلنے اور سماجی رابطوں کی ویب سائٹ استعمال کرنے کے لیے وقت مقرر کریں۔آن لائن رہنے کے لیے مقررہ وقت کے خاتمے کے بعد کمپیوٹر اور موبائل فونز کو صرف ہوم ورک مکمل کرنے کے بعد یا دیگر تعمیری کاموں کے لیے استعمال کیا جائے۔

اپنے بچوں کے ساتھ مل کر سیکھنے اور بات چیت کا سلسلہ جاری رکھا جائے

ٹیکنالوجی کے بارے میں آپس میں بات چیت اور سوالات کریں۔مثبت اور پر اعتماد طریقے سے کھل کر بات چیت کریں۔ یہ بات اہمیت کی حامل ہے کہ آپ کے بچے محسوس کریں کہ وہ اپنے والدین سے اچھی یا بری ہر بات شیئر کر سکتے ہیں مثلا جب انہیں انٹرنیٹ پر اپنی کسی غلطی کے بارے میں آپ کو آگاہ کرنا ہو یا ایسی کسی ویب سائٹ پر جانے سے متعلق بتانا ہو جہاں انہیں نہیں جانا چاہیے تھا۔کسی غلطی پر بچوں کو سخت سزا نہ دیں کیونکہ ایسا کرنے کی صورت میں بچے آئندہ آپ کو اپنی غلطی کے بارے میں نہیں بتائیں گے۔

انٹرنیٹ سے متعلق معلومات کا تبادلہ کریں اور بچوں سے دوستی رکھیں

بچوں کو موقع دیں کہ وہ آپ کو اپنی پسندیدہ ویب سائٹ اور دیگر انٹرنیٹ سروسز دکھائیں۔اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ بچوں کے تمام آن لائن اکاؤنٹس سے واقف ہوں۔بچوں کو پابند بنائیں کہ وہ آپ کے علاوہ کسی فرد سے اپنے پاس ورڈز شیئر نہ کریں۔انٹرنیٹ کے استعمال کے لیے گھر کا مرکزی حصہ مخصوص کریں تاکہ جب آپ کے بچے انٹرنیٹ استعمال کر رہے ہوں تو کوئی نہ کوئی ان کے قریب ہو۔

حاصل مطالعہ یہ ہے کہ اصول بنائے جائیں، آن لائن مواد کا تنقیدی جائزہ لیا جائے اور اپنے بچوں سے بات چیت کی جائے۔بچوں کو محفوظ رکھنے کا مطلب ہے کہ رہنما ہدایات وضع کی جائیں اور انٹرنیٹ کے بارے میں تنقیدی اور غیر حتمی بات چیت جاری رکھی جائے۔اگر بچے خود کو انٹرنیٹ سے متعلق بات چیت میں پر سکون محسوس کرتے ہیں تو وہ آپ کو اپنے کسی آن لائن مسئلے مثلاً کسی غیر مناسب ویب سائٹ ،بلینگ کا سامنا کرنے یا کسی قابل اعتراض شخصیت سے رابطے کے بارے میں بتانا پسند کریں گے۔ یہ وہ بنیادی باتیں ہیں جن کی مدد سے آپ اپنی آن لائن دنیا کو محفوظ اور بھرپور بنا سکتے ہیں۔

فرہنگ اصلاحات اور متعلقہ معلومات

انٹرنیٹ لغت

ایپ:

ایپلی کیشن سافٹ ویئر کا مخفف ہے۔ایپ ایک کمپیوٹر پروگرام ہوتا ہے جو موبائل ڈیوائسز مثلاً اسمارٹ فونز اور ٹیبلیٹ میں استعمال ہوتا ہے۔مثلاً گوگل میپ ایک انٹرایکٹیو ایپ ہے جو گلوبل پوزیشننگ سسٹم (جی پی ایس) ٹیکنالوجی کی مدد سے صارفین کو سمت اور مقامات کے بارے میں معلومات فراہم کرتی ہے۔

الگورتھم:

باضابطہ نتائج کے حصول کے لیے طے شدہ طریقہ کے تحت ریاضیاتی بنیادوں پر کیا گیا حساب۔مثلاً فیس بک کا الگورتھم صارف کے لیے اس کی ترجیحات یا ہسٹری سے مطابقت رکھنے والا مواد تلاش کرتا ہے۔فیس بک کا الگورتھم اس بات کو بھی سمجھ سکتا ہے کہ صارف فیس بک پر پسند کیے جانے کے لیے خود سے متعلق کون سی معلومات ظاہر کرنے میں دلچسپی رکھتا ہے۔

چیٹ روم:

انٹرنیٹ کے ذریعے فراہم کردہ ایک ایسا پلیٹ فارم جہاں دوسروں سے فوری بات چیت کی جا سکتی ہے۔

بلاگ:

خالصتاً ایک غیر روایتی مکالماتی ویب سائٹ یا ویب پیج جو کسی فرد یا گروپ نے بنایا ہو۔مثلاً suitcasesandstrollers.com نامی سفری بلاگ جس پر سنگاپور کی بلاگر Aimee Chan تحریر کرتی ہیں۔

ایمبیڈڈ میڈیا:

یہ ایسی میڈیا فائلز ہیں جو کسی ویب پیج کا حصہ بنادی جاتی ہیں۔ان میں متحرک GIF فائلز، ویڈیو کلپ چلانے اور آواز نشر کرنے والے پروگرام شامل ہیں۔

سائبر بلینگ:

چیٹ رومز، سماجی رابطے کی ویب سائٹ اور ای میل کے ذریعے اختیار کردہ دھمکی آمیز رویہ۔انٹرنیٹ صارفین کے مابین ایسی خطرناک بات چیت یا پیغامات کا تبادلہ جس کے ذریعے کسی کو خوفزدہ کرنا یا دھمکانا مقصود ہو۔

Online predator

کوئی ایسا شخص جو نقصان دہ طریقے سے انٹرنیٹ کو کسی دوسرے فرد کی لوکیشن معلوم کرنے کے لیے استعمال کرے۔ خصوصاً ایسا فرد جو بچوں کو بہلانے پھسلانے کے لیے انٹرنیٹ استعمال کرتا ہو۔

ہیکر:

انٹرنیٹ استعمال کرنے والے ایسے لوگ جو الیکٹرانک ڈیٹا کو استعمال کرتے ہوئے دوسروں کے ڈیٹا تک رسائی حاصل کرتے ہیں۔ ہیکرز شناخت چوری کے لیے آپ کی نجی معلومات مثلا بینک اکاؤنٹس اور صارف پروفائلز تک پہنچ سکتے ہیں۔

سرچ انجن:

انٹرنیٹ پر چلنے والا ایک ایسا پروگرام جو صارفین کو معلومات تلاش کرنے کی سہولت فراہم کرتا ہے۔ عموماً یہ معلومات الفاظ اور ہجوں کے ذریعے تلاش کی جاتی ہیں۔

پلیٹ فارم:

ہارڈ ویئر اور سافٹ ویئر سے متعلق ایک ایسا فریم ورک جو کسی مخصوص سافٹ ویئر کو چلانے کے لیے استعمال کیا جائے۔

سوشل میڈیا:

یہ ایسی اپلی کیشنز اور ویب سائٹس ہیں جو انٹرنیٹ کے ذریعے مواد شیئر کرتے ہوئے سماجی رابطوں کے لیے استعمال کی جاتی ہے۔ ٹوئیٹر، لنکڈ ان اور فیس بک اس کی معروف مثالیں ہیں۔

سیلفی:

جب کوئی فرد خود اپنی تصویر بناتا ہے اس تصویر کو سیلفی کہتے ہیں۔ عموماً سیلفی اپنے ہی اسمارٹ فون سے بنائی جاتی ہے اور سماجی رابطے کی ویب سائٹ کے ذریعے شیئر کی جاتی ہے۔

سوشل وال:

سوشل میڈیا میں سوشل وال سے مراد صارف کے پروفائل کا ایسا حصہ ہے جہاں دیگر لوگ پیغامات درج، تصاویر اور لنک شیئر کر سکتے ہیں۔

سوشل پروفائل:

سوشل نیٹ ورکنگ میں صارف کا پروفائل اس کی شناخت، اس کی جائے وقوع، نام، ترجیحات، ازدواجی حیثیت، جنس اور پسند نہ پسند سے متعلق معلومات پر مشتمل ہوتا ہے۔

وائرل

سماجی رابطے کی ویب سائٹس، سوشل نیٹ ورکس اور ای میل کے ذریعے وہ تصویر، تحریر یا معلومات جو آناً فاناً پھیل جائے کو وائرل کہا جاتا ہے۔

اسٹریمنگ میڈیا:

آن لائن دیکھی جانے والی ویڈیو، گانے اور حتیٰ کہ فٹ بال جیسی گیم کھیلتے وقت صارف کے کمپیوٹر یا موبائل فون کو ڈیٹا کی مسلسل منتقلی اسٹریمنگ کہلاتی ہے۔

وائپ پروگرامز:

یہ وائس اوور انٹرنیٹ پروٹوکول سافٹ ویئرز (بعض اوقات ہارڈ ویئرز) ہوتے ہیں جنہیں انٹرنیٹ ٹرانسمیشن کے ذریعے ٹیلی فون کال کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔

وائرس میل ویئر:

نقصان پہنچانے والے پروگرام جو انٹرنیٹ کے ذریعے تیزی سے پھیلائے جاتے ہیں۔ عموماً یہ پروگرام کمپیوٹر میں موجود صارف کی نجی معلومات تک چوری چھپے رسائی کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں۔

مزید معلومات کے لیے پڑھیں:

5 Ways to Protect Girls from Online Bullying. SheKnows. 5 Jan. 2012.

Cyber Bullying Statistics. BullyingStatistics.org. n.d. Web. 2013.

Children Online. AACAP.org. American Academy of Child & Adolescent Psychology. n.d. Web. 2014.

Children and Video Games: Playing with Violence. AACAP.org. American Academy of Child & Adolescent Psychology. n.d. Web 2011.

Cyberbullying & Social Media. MeganMeierFoundation.org. n.d. Web. 2014.

Enough is Enough. InternetSafety101.org. n.d. Web. 2014.

e-Safety Education. iSAFE.org. n.d. Web. 2014.

Facebook Community Standards. Facebook.com. n.d. Web. 2014.

Make it Happy: Flood the Internet with Positivity. DoSomething.org. n.d. Web.

NetSmartz 411. Netsmarts411.org. National Center for Missing & Exploited Children. n.d. Web. 2014.

Online Abuse. Twitter.com. Twitter.com Support and Help Desk. n.d. Web. 2014.

Predators 101. InternetSafety101.org. n.d. Web. 2014.

Share Aware: Help Your Child Stay Safe on Social Networks. NSPCC.org.uk. n.d. Web. 2014.

Michele Borba, EdD. SheKnows. *Bullies in Cyberspace.* 14 Oct. 2008. Web.

Collier, Anne. *Social Media Literacy in an App.* ConnectSafely.org. 16 Jan. 2015. Web.

LeClerc Greer, Katie. *The Age Old Device Debate.* iKeepSafe.org. 9 Jun. 2014. Web.

Captain Marlowe. *Be Aware Before You Share.* iKeepSafe.org. 10 Dec. 2014. Web.

Martin, Amanda. HoneyKidsAsia. *Online Safety for Kids.* 21 Feb. 2014. Web.

McKay, Tiernan. SheKnows. *Can You Steer Your Kids Away From Facebook?.* 22 Mar. 2012. Web.

Offenbacher, Taryn. SharedHope.org. *5 Scary Statistics About Internet Safety.* 7 Aug 2013. Web.

Perets, Abbi. SheKnows. *Cyberbullies* 5 Jan. 2014. Web.

Prabhu, Trisha. Google Science Fair 2014.*Rethink: An Effective Way to Prevent Cyberbullying.* Web.