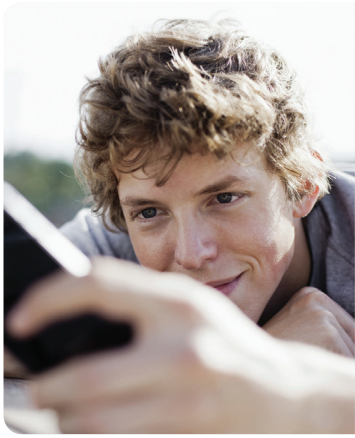
साझा करने से पहले सोचें

Facebook और MediaSmarts की ओर से युक्तियाँ



हम हमेशा सुनते हैं कि साझा करना एक अच्छी चीज़ है. और तकनीक के कारण, हम अपने मित्रों और अन्य लोगों के साथ अपने विचार, राय, चित्र और वीडियो साझा कर सकते हैं.

अधिकांश समय, साझाकरण अच्छा होता है. लेकिन अगर आप विचार करने के तरीके के बारे में विचार नहीं करते हैं, तो हम स्वयं या किसी अन्य व्यक्ति को क्षति पहुँचाने का जोखिम उत्पन्न करते हैं. साथ ही, याद रखें कि आप अपने मित्रों से जो चीज़ें साझा करते हैं, उन्हें अन्य लोगों के साथ साझा किया जा सकता है. इसलिए साझा करने से पहले सोचना महत्वपूर्ण है.

आपकी अपनी सामग्री

जब भी आप स्वयं से संबंधित चीज़ें साझा करते हैं - चाहे वह कोई चित्र, वीडियो या फ़ोन नंबर जैसी व्यक्ति चीज़ हो - तो इस बात ध्यान रखें कि उन्हें आसानी से ऐसे लोगों द्वारा देखा सकता है, जिन्हें आप वे नहीं भेजना चाहते थे.

साथ ही, जब आप वाकई भावुक - चाहे आप गुस्से में हों, दुःखी या उत्साहित - हों तब चीज़ें साझा करना एक अच्छा विचार नहीं है. पहले शांत हो जाएँ और तब तय करें कि क्या यह वाकई एक अच्छा विचार है.

उसके बाद स्वयं से निम्न प्रश्न करें:

- ✓ क्या मैं चाहता/चाहती हूँ कि लोग मुझे ऐसे देखें?
- ✓ क्या कोई व्यक्ति मुझे नुकसान पहुँचाने के लिए इसका उपयोग कर सकता है? अगर वे इसे दूसरों से साझा करेंगे, तो क्या मुझे दुःख होगा?
- ✓ अगर मैं इसे साझा करता/करती हूँ, तो क्या गलत बात हो सकती है?

पासवर्ड सामाजिक नहीं होते हैं: साझा करने के संबंध में आपको कुछ चीज़ों के प्रति वाकई सावधान रहना चाहिए. कभी-कभी जब सबकुछ ठीक होता है, तो मित्र एक-दूसरे से पासवर्ड साझा करते हैं, लेकिन दुर्भाग्यवश बाद में स्थिति बिगड़ने पर इसका बुरा परिणाम हो सकता है.

एक छवि हमेशा बनी रहती है: कुछ लोग सोचते हैं कि प्रेमिका या प्रेमी - या जिसे वे अपनी प्रेमिका या प्रेमी बनाने की आशा करते हैं - के साथ कोई नग्न या सेक्सी फ़ोटो साझा करना यह दर्शाएगा कि वे उसने प्रेम करते हैं या उन पर भरोसा करते हैं. इस परिस्थिति में अतिरिक्त सावधानी बरतें और सोचें - कोई छवि एक संबंध की तुलना में अधिक समय तक बनी रह सकती है.

याद रखें कि अगर कोई व्यक्ति आपको कुछ ऐसा साझा करने के लिए कहता है, जिससे आप सहज महसूस नहीं कर रहे हैं, तो आपको न कहने का अधिकार है. आपको प्रेम या आपका सम्मान करने वाला कोई भी व्यक्ति आपके ऊपर दबाव नहीं डालेगा या आपको डराएगा नहीं.

पलों में हट जाती है, लेकिन शायद हमेशा के लिए न हटे: कुछ एप्लिकेशन या सोशल नेटवर्किंग साइटें छवियों या वीडियो को देखने के कुछ पलों बाद स्वतः हटा देने का वचन देती हैं. लेकिन इसका समाधान उपलब्ध है - दर्शक एक स्क्रीनशॉट ले सकते हैं - इसलिए तब भी आपको साझा करने के बारे में समझदारी से निर्णय लेना होगा.

Facebook युक्तियाँ:

1. पासवर्ड सामाजिक नहीं होते हैं. अपना पासवर्ड किसी के भी साथ साझा न करें. अतिरिक्त सुरक्षा युक्तियों के लिए निम्न पर जाएँ: facebook.com/help/securitytips

2. यह देखने के लिए कि आपकी पोस्ट कौन देख सकता है, facebook.com/privacy पर अपनी गोपनीयता सेटिंग जाँचें.

3. यह सुनिश्चित करने के लिए कि आप अपनी पोस्ट को अपनी इच्छित ऑडियंस के साथ ही साझा कर रहे हैं, पोस्ट करते समय हर बार ऑडियंस सिलेक्टर टूल जाँचें.

© Facebook 2013

अन्य लोगों की सामग्री

अधिकांशतः जब लोग आपको चीज़ें भेजते हैं, तो वे आपके द्वारा उन्हें अन्य लोगों के साथ साझा किए जाने के प्रति सहज होते हैं. अगर आपको पक्का नहीं पता है, तो ऐसा करने से पहले अच्छी तरह सोच-विचार करें. उसे भेजने वाले व्यक्ति से यह पूछना और भी बेहतर होगा कि अगर आप उसे साझा करेंगे, तो उसे बुरा तो नहीं लगेगा. अगर आप ऐसी फ़ोटो या वीडियो साझा कर रहे हैं, जिनमें अन्य लोग मौजूद है, तब भी यही बात लागू होती है: टैग, पुनः पोस्ट या उन्हें आगे भेजने से पहले पूछें.

अगर कोई व्यक्ति आपसे कुछ ऐसा साझा करता है, जिसमें कोई अन्य व्यक्ति है, तो स्वयं से निम्न प्रश्न करें:

- ✓ क्या मुझे यह भेजने वाले व्यक्ति का तात्पर्य इसे साझा करना है?
- ✓ क्या उन्हें इसमें मौजूद व्यक्ति की अनुमति है?
- ✓ अगर कोई व्यक्ति ऐसी कोई चीज़ साझा करता है, जिसमें मैं हूँ, तो मुझे कैसा लगेगा?

अगर आपको प्राप्त हुई चीज़ों को साझा करने से कोई व्यक्ति बुरा दिखता है, वह उन्हें शर्मिंदा करेंगी या उन्हें क्षति पहुँचाएँगी, तो उसे आगे पास न करें. हो सकता है कि जिस व्यक्ति ने आपको वह भेजा है, उसने मज़ाक किया हो, लेकिन अगर कोई गलत व्यक्ति कुछ देख लेता है, तो मज़ाक मज़ेदार नहीं रहता.

बहुत से लोगों - विशेष रूप से लड़कों - पर उनके मित्रों द्वारा उनकी प्रेमिकाओं या प्रेमियों की नग्न फ़ोटो साझा करने के लिए दबाव डाला जाता है. इस दबाव का विरोध करना कठिन हो सकता है, लेकिन आपको इस बारे में सोचना होगा कि इससे आपको और आपकी प्रेमिका/प्रेमी को कितनी हानि हो सकती है.

अगर कुछ गलत हो, तो उसे ठीक करें

कभी-कभी हर कोई गलत चुनाव करता है. लेकिन इसका यह मतलब नहीं कि आपको चीज़ों को ठीक करने के लिए वह सब नहीं करना चाहिए, जो आप कर सकते हैं.

अगर आपने कुछ ऐसा साझा किया है, जो आपको नहीं करना चाहिए था, तो पहला चरण उन लोगों को उसे पास करने से मना करना है, जिन्हें आपने उसे भेजा था.

अगर किसी अन्य व्यक्ति कुछ ऐसा पोस्ट किया है, जो आपने उन्हें भेजा था, तो पहले उन्हें उसे हटाने के लिए कहें. अधिकांश समय यह वास्तव में बहुत प्रभावशाली होता है. याद रखें कि जब आप उत्तेजित हों, तब कुछ न करें: स्वयं को शांत करें और अगर हो सके, तो किसी ऑफ़लाइन व्यक्ति से बात करें.

अगर वे उसे हटाने से इंकार कर देते हैं, तो उनके द्वारा आपको भेजी गई निजी चीज़ें साझा करके, उन्हें उत्पीड़ित करके या अपने मित्रों से उन्हें धमकी दिलवाकर उनसे बदला लेने का प्रयास न करें. पहली बात, इससे लगभग हमेशा हालात बदतर हो जाते हैं. दूसरी बात, आप उनसे जितना अधिक बदला लेंगे, ऐसा प्रतीत होने की उतनी ही संभावना बढ़ेगी कि जितनी उनकी गलती है, उतनी ही आपकी भी गलती है.

अगर आपको किसी ऐसी फ़ोटो में टैग किया गया है, जो आपको पसंद नहीं है, तो याद रखें कि बहुत-सी फ़ोटो-साझाकरण और सोशल-नेटवर्किंग साइटें आपको ऐसे सभी चित्रों से अपना नाम हटाने का विकल्प दे सकती हैं, जिनमें आपको टैग किया गया है. Facebook पर, आप अपनी गोपनीयता सेटिंग के अंतर्गत उनके द्वारा आपकी पोस्टलाइन पर पोस्ट करने से पहले उन पोस्ट की समीक्षा भी करना भी चुन सकते हैं, जिनमें आपको टैग किया गया है: facebook.com/privacy.

© Facebook 2013

अगर आप Facebook पर हैं और किसी का सामना करने में सहज महसूस नहीं करते हैं या आपको नहीं पता कि क्या कहना है, तो Facebook के पास कुछ संदेशों के साथ एक सोशल रिपोर्टिंग टूल है, जिसका आप उपयोग कर सकते हैं और कोई अभिभावक, अध्यापक या विश्वसनीय मित्र आपकी मदद कर सकता है.

उदाहरण के लिए अधिक गंभीर चीज़ों में ये शामिल हैं, अगर वह आंशिक रूप से या पूर्णतः नग्न चित्र या वीडियो हो, अगर वह भ्रामक (वह सच्ची न हो और आपकी प्रतिष्ठा की हानि करती हो) या अगर उसका उपयोग आपको उत्पीड़ित करने या धमकाने के लिए किया जा रहा हो, तो आप उसे साझा करने वाली साइट या सेवा को उसे हटाने के लिए कह सकते हैं. ऐसे मामलों में आप पुलिस में भी रिपोर्ट कर सकते हैं.

अगर आप किसी ऐसी परिस्थिति में हैं, जहाँ कोई व्यक्ति आपकी कोई नग्न फ़ोटो साझा करने की धमकी दे रहा है, जब तक कि आप और नग्न फ़ोटो प्रदान नहीं करते - तो आपको एक विश्वसनीय वयस्क को शामिल करना चाहिए और तुरंत पुलिस से संपर्क करना चाहिए. यह एक अस्वीकार्य व्यवहार है और अनेक देशों में गैर-कानूनी है.

सोशल रिपोर्टिंग टूल का उपयोग कैसे करें

Facebook पर सोशल रिपोर्टिंग या अनुचित सामग्री की रिपोर्ट करने के बारे में अधिक जानने के लिए, facebook.com/report पर जाएँ.

याद रखें कि आप अकेले नहीं हैं - आप सलाह और सहायता प्राप्त करने के लिए कभी भी अपने अभिभावकों, अध्यापक या परामर्शदाता, अपने किसी अन्य विश्वसनीय वयस्क या हेल्प-लाइन से बात कर सकते हैं.

प्रायोजक:

MediaSmarts

facebook

अतिरिक्त जानकारी के लिए कृपया नीचे दिए गए लिंक देखें:

MediaSmarts
mediasmarts.org

Facebook परिवार सुरक्षा केंद्र
facebook.com/safety

डराने-धमकाने की रोकथाम के लिए युक्तियाँ
facebook.com/safety/bullying

Facebook मदद केंद्र
facebook.com/help

© Facebook 2013