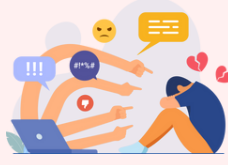
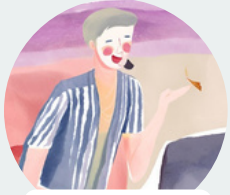


ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆ

ಜನರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಳವಾಗಿದೆ. ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್, ಕೆಲವು ಜನರು ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ಕರುಣೆಯಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು, ಇದನ್ನು ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮ ಅಥವಾ ಮೆಸೇಜಿಂಗ್ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್ ಗಳಂತಹ ಡಿಜಿಟಲ್ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್ ಗಳನ್ನು ಯಾರಾದರೂ ಕೀಳಾಗಿ ಅಥವಾ ಅಗೌರವದಿಂದ ಬಳಸಿದಾಗ ಇದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಆನ್ ಲೈನ್ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ನಿಮಗೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಮೋಜು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನೆನಪಿಡಿ, ನೀವು 13 ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ವಯಸ್ಸಿನವರಾಗಿದ್ದರೆ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಬಳಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಯಾವಾಗಲೂ ವಯಸ್ಕರನ್ನು ಕೇಳಿರಿ!



ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆದಿಲ್ ಕಲಿಯುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಆದರೆ ಅವನಲ್ಲಿರುವ ಮಾಹಿತಿಯು ಗೊಂದಲಮಯವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ರೀತಿಯ ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆಯನ್ನು ಅದರ ಸರಿಯಾದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಸುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಅವನಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದೇ?



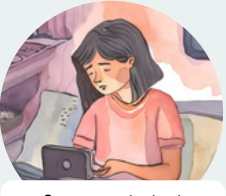
ಆವರ್ತನ



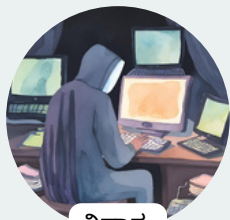
ಸೈಬರ್ ಸ್ವಾಕಿಂಗ್



ಹೊರಗಿಡುವಿಕೆ



ಸೈಬರ್ ಕಿರುಕುಳ



ವಿಹಾರ

ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಅಸಮಾಧಾನಗೊಳಿಸಲು ಪದೇ ಪದೇ ಕೀಳು ಅಥವಾ ಬೆದರಿಕೆ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವುದು.

ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಖ್ಯಾತಿಯನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುವ ನೋಯಿಸುವ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಕಳುಹಿಸಲು ಬೇರೊಬ್ಬರಂತೆ ನಟಿಸುವುದು.

ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಭಯಾನಕ ಅಥವಾ ಬೆದರಿಕೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನೋಡುವುದು ಅಥವಾ ಅನುಸರಿಸುವುದು.

ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರ ಖಾಸಗಿ ಮಾಹಿತಿ ಅಥವಾ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಅವರ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಮುಜುಗರಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಆನ್ ಲೈನ್ ಗುಂಪುಗಳು, ಆಟಗಳು ಅಥವಾ ಚಾಟ್ ಗಳಿಂದ ಹೊರಗಿಡುವುದು,

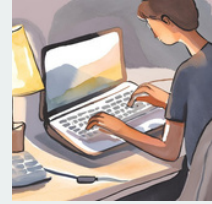
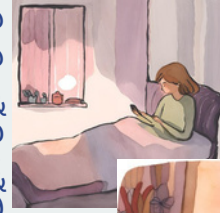
ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿ

ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆಗೆ ಹೇಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ನೀವು ಅಥವಾ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಯಾರಾದರೂ ಕಿರುಕುಳಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಿದರೆ, ಮೊದಲ ಹಂತವೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಪೋಷಕರು, ಹತ್ತಿರದ ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರು ಅಥವಾ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ವಯಸ್ಕರಿಂದ (ನಿಮ್ಮ ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರಂತೆ) ನೀವು ನಂಬುವ ಯಾರಿಂದಾದರೂ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯುವುದು. ಹಾನಿಕಾರಕ ಪೋಸ್ಟ್ ಗಳು ಅಥವಾ ಖಾತೆಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುವುದು ಬೆದರಿಕೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಸಹ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



ಒಂದು ಕಥೆಯನ್ನು ಆದಿಲ್ ಮತ್ತು ಅವನ ಸ್ನೇಹಿತರು ಓದುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ಅದರಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ನೀವು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದೇ?

ಮಾಯಾಗೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮದಲ್ಲಿ ಒಂದು ದಿನ ಕೆಟ್ಟ ಸಂದೇಶ ಬಂದಿತು. ಇದು ಅವಳಿಗೆ ದುಃಖ ಮತ್ತು ನೋವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿತು ಆದರೆ ಉತ್ತರಿಸುವ ಬದಲು ಅವಳು ಸಂದೇಶವನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಲು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದಳು. ಅವಳು ನಂಬುವ ಯಾರೊಂದಿಗಾದರೂ ಮಾತನಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ಅವಳು ತಿಳಿದಿದ್ದಳು, ಆದ್ದರಿಂದ ಅವಳು ತನ್ನ ಅಕ್ಕನನ್ನು ತಲುಪಿ ಏನಾಯಿತು ಎಂದು ಹಂಚಿಕೊಂಡಳು. ಅವಳ ಸಹೋದರಿ ಆಲಿಸಿದಳು, ಅವಳಿಗೆ ಭರವಸೆ ನೀಡಿದಳು ಮತ್ತು ಕಾಮೆಂಟ್ ಗಳು ನಿಜವಲ್ಲ ಎಂದು ನೆನಪಿಸಿದಳು. ಒಟ್ಟಾಗಿ, ಬೆದರಿಕೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಅವರು ಪ್ಲಾಟ್ಫಾರ್ಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಬಳಕೆದಾರರನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿದರು. ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು, ಅವರು ಘಟನೆಯನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧ ಪೊಲೀಸ್ ಸಹಾಯವಾಣಿ 1930 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿದರು. ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮಾಯಾಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರು. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದು ಮಾಯಾಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ತಮವಾಗಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು, ಮತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಅವಳು ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಮ್ಮೆಪಟ್ಟಳು.



ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಮಾಹಿತಿ



- ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಯಾರೊಂದಿಗಾದರೂ ಮಾತನಾಡಲು ನಿಮಗೆ ಆರಾಮದಾಯಕವಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ವೃತ್ತಿಪರ ಸಲಹೆಗಾರರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿರಿ ಮತ್ತು ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧ ಪೊಲೀಸ್ ಸಹಾಯವಾಣಿ 1930 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿರಿ.
- ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮದಲ್ಲಿ ಬೆದರಿಕೆಯನ್ನು ನಡೆದರೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿರಿ ಮತ್ತು ಅವರ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ವೇದಿಕೆಯಲ್ಲಿ ವರದಿ ಮಾಡಿರಿ. ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮ ಪ್ಲಾಟ್ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳು ಬಳಕೆದಾರರನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಡುವ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ.

ಜೋಕ್ಸ್ ವರ್ಸಸ್ ಬೆದರಿಸುವಿಕೆ



ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಆದಿಲ್, ಅವನ ಸ್ನೇಹಿತರು ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರ ಬಗ್ಗೆ ಜೋಕ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದನು. ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಗುವಾಗ, ಯಾರಾದರೂ ಅಹಿತಕರ ಅಥವಾ ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಕ್ಷಣಗಳಿವೆ. ಜೋಕ್ ಯಾವಾಗ ರೇಖೆಯನ್ನು ದಾಟುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬೆದರಿಸುವಿಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ? ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಜೋಕ್ ಗಳನ್ನು ಬೆದರಿಸುವಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಗೊಂದಲಗೊಳಿಸುವುದು ಸುಲಭ ಆದರೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ!

ಜೋಕ್ ಗಳು: HA HA HA!

ಅವು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಮೋಜು!

ಅವರು ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಲು ಅಥವಾ ಅವಮಾನಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಪರಸ್ಪರ ಗೌರವ ಇರುವ ಹಗುರವಾದ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಇದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.



ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆ:



ವಾತುಗಳು ಅಥವಾ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಯಾರಿಗಾದರೂ ನೋವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ, ಭಯಪಡುತ್ತವೆ ಅಥವಾ ಕೈಬಿಡಲ್ಪಡುತ್ತವೆ.

ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆಯು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ನಂದನೆ ಮತ್ತು ಅವಮಾನಗಳ ಮೂಲಕ ಪದೇ ಪದೇ ಗುರಿಯಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಪರಸ್ಪರ ಗೌರವವಿಲ್ಲದ ಭಯ ಹುಟ್ಟಿಸುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.



ಸ್ವಯಂ-ಪ್ರತಿಫಲನ ಪರಿಶೀಲನಾಪಟ್ಟಿ: ನಾನು ಜೋಕ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೇ ಅಥವಾ ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆ ಹಾಕುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೇ?

ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಆನ್ ಲೈನ್ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸಲು ಈ ಚೆಕ್ ಲಿಸ್ಟ್ ಬಳಸಿರಿ, ಮತ್ತು ನೀವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ, ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಮತ್ತು ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರಿ. ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿರಿ!

- ನಾನು ಈ ರೀತಿಯ ಹಾಸ್ಯಕ್ಕೆ ಭಾಗಿಯಾಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸರಿಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ್ದೇನೆಯೇ?
- ನನ್ನ ಮಾತುಗಳು ಅಥವಾ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ನೋಯಿಸುವ ಅಥವಾ ಅಗೌರವಕರವೆಂದು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಬಹುದೇ?
- ನಾನು ಇದನ್ನು ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಅವರೊಂದಿಗೆ ನಗಿಸಲು ಅಥವಾ ಅವರನ್ನು ನೋಡಿ ನಗಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೇ?
- ನಾನು ತಮಾಷೆ ಮಾಡುವಾಗ, ಇತರರು ಹೇಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಗಮನ ಹರಿಸುತ್ತೇನೆಯೇ?
- ನನಗೆ ಯಾರಾದರೂ ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಇದೇ ರೀತಿಯ ಕಾಮೆಂಟ್ ಮಾಡಿದರೆ ಆರಾಮದಾಯಕವೆನಿಸುತ್ತದೆಯೇ?
- ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದ ವಿಷಯದಿಂದ ಯಾರಿಗಾದರೂ ನೋವಾಗಿದ್ದರೆ ನಾನು ಕ್ಷಮೆಯಾಚಿಸುತ್ತೇನೆಯೇ?



ನೀವು ಆನ್ ಲೈನ್ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆ ಹಾಕುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ ಯಾವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು?

1. ಪ್ಲಾಟ್ ಫಾರ್ಮ್ ನಲ್ಲಿ ಪೀಡಕನನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ವಯಸ್ಕರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿರಿ.

2. ಕಿರುಕುಳಕ್ಕೊಳಗಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ನೀಡಿರಿ.

ಗೌರವ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಪರ ಸಂವಹನದ ಗುಂಪಿನ ಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿರಿ.

4. ಬೆದರಿಸುವಿಕೆ ಮುಂದುವರಿದರೆ, ಬೆದರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಒಪ್ಪಿಗೆಯೊಂದಿಗೆ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿರುವ ಪೀಡಕನನ್ನು ಕರೆಯಿರಿ.

ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ಸ್ಥಳಗಳು



ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆಯೇ?

ಯುನಿಸೆಫ್ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ವಿರುದ್ಧದ ಹಿಂಸಾಚಾರದ ಕುರಿತು ವಿಶ್ವಸಂಸ್ಥೆಯ ಪ್ರಧಾನ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಯ (ಎಸ್ ಆರ್ ಎಸ್ ಜಿ) 2019 ರಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದ ಸಮೀಕ್ಷೆಯ ಪ್ರಕಾರ, ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆ ಮತ್ತು ಹಿಂಸಾಚಾರದಿಂದಾಗಿ 30 ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮೂವರು ಯುವಕರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಆನ್ಲೈನ್ ಬೆದರಿಸುವಿಕೆಗೆ ಬಲಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.



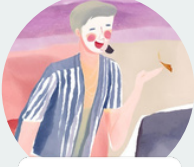
ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ಮತ್ತು ಆನ್ ಲೈನ್ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಸಲು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಈ ಬಿಂಗೊವನ್ನು ಬಳಸಿರಿ. ನೀವು ಈ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ಅಥವಾ ಅವುಗಳನ್ನು ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ನೋಡುವಾಗ ಪ್ರತಿ ಚೌಕವನ್ನು ಮಾರ್ಕ್ ಮಾಡಿರಿ!

ದುಷ್ಟನಾಗಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಲಾಗಿದೆ	ಒಂದು ಕೀಳು ಕಾಮೆಂಟ್ ಅನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ	ಉತ್ತರಿಸುವ ಬದಲು ಅಸಭ್ಯ ಸಂದೇಶವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ	ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ
ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ದಯೆ ತೋರಿಸಲು ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ ನೆನಪಿಸಿದೆ	ಕೀಳು ಕಾಮೆಂಟ್ ಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವಂತೆ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕೇಳಿದೆ	ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಹೊಗಳಿದ್ದೀರಾ	ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ಕಿರುಕುಳಕ್ಕೊಳಗಾದ ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ
ಅಂತರ್ಜಾಲದಿಂದ ವಿರಾಮ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ	ಕಿರುಕುಳಕ್ಕೊಳಗಾದ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಬೆಂಬಲವಾಗಿ ನಿಂತರು	ಕೋಪದಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವ ಬದಲು ಶಾಂತವಾಗಿರಿ	ಆಟವನ್ನು ನ್ಯಾಯಯುತವಾಗಿ ಮತ್ತು ದಯೆಯಿಂದ ಆಡಿದೆ
ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸ್ವಯಂ-ಮಾತನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರು	ಆನ್ ಲೈನ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಸೇರಿಸಲಾಗಿದೆ	ನಕಲಿ ಖಾತೆ/ ಅವರ್ತನವನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ	ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದ್ದು ವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಕಲಿತಿದ್ದೇನೆ

ನೆನಪಿಡಿ, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆಯನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಲು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರೆ ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಬೆಂಬಲಿಸಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಆನ್ಲೈನ್ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಸಬಹುದು!

ಉತ್ತರ ಕೀಲಿ

ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆ



ಆವರ್ತನ



ಸೈಬರ್ ಸ್ವಾಕಿಂಗ್



ಹೊರಗಿಡುವಿಕೆ



ಸೈಬರ್ ಕಿರುಕುಳ



ವಿಹಾರ

ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಕೋಪ ತರಿಸುವ ಅಥವಾ ಬೆದರಿಕೆ ಹಾಕುವ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಕಳುಹಿಸುವುದು.

ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಖ್ಯಾತಿಯನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುವ ನೋಯಿಸುವ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಕಳುಹಿಸಲು ಬೇರೊಬ್ಬರಂತೆ ನಟಿಸುವುದು.

ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ಭಯಾನಕ ಅಥವಾ ಬೆದರಿಕೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನೋಡುವುದು ಅಥವಾ ಅನುಸರಿಸುವುದು.

ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ಯಾರೊಬ್ಬರ ಖಾಸಗಿ ಮಾಹಿತಿ ಅಥವಾ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಅವರ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಮುಜುಗರವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಆನ್ ಲೈನ್ ಗುಂಪುಗಳು, ಆಟಗಳು ಅಥವಾ ಚಾಟ್ ಗಳಿಂದ ಹೊರಗಿಡುವುದು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅವರನ್ನು ಹೊರಗಿಡುವುದು.



ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿ

ಮಾಯಾಗೆ ಒಂದು ದಿನ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮದಲ್ಲಿ ಕೆಟ್ಟ ಸಂದೇಶ ಬಂದಿತು. ಇದು ಅವಳಿಗೆ ದುಃಖ ಮತ್ತು ನೋವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿತು, ಆದರೆ ಉತ್ತರಿಸುವ ಬದಲು, ಅವಳು ಸಂದೇಶವನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಲು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದಳು. ಅವಳು ನಂಬುವ ಯಾರೊಂದಿಗಾದರೂ ಮಾತನಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ಅವಳು ತಿಳಿದಿದ್ದಳು, ಆದ್ದರಿಂದ ಅವಳು ತನ್ನ ಅಕ್ಕನನ್ನು ತಲುಪಿ ಏನಾಯಿತು ಎಂದು ಹಂಚಿಕೊಂಡಳು. ಅವಳ ಸಹೋದರಿ ಅದನ್ನು ಆಲಿಸಿದಳು, ಅವಳಿಗೆ ಭರವಸೆ ನೀಡಿದಳು ಮತ್ತು ಕಾಮೆಂಟ್ ಗಳು ನಿಜವಲ್ಲ ಎಂದು ನೆನಪಿಸಿದಳು. ಒಟ್ಟಾಗಿ, ಬೆದರಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಅವರು ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಬಳಕೆದಾರರನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿದರು. ಹೆಚ್ಚುವರಿಯಾಗಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು, ಅವರು ಘಟನೆಯನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು ಸೈಬರ್ ಸಹಾಯವಾಣಿ 1930 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿದರು, ನಂತರ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಮಾಯಾಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರು. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದು ಮಾಯಾಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ತಮವಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು, ಮತ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಅವಳು ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಮ್ಮೆಪಟ್ಟಳು.