

CTRL + ALT + PROTECT

ದಲಡ್ವೆಂಚರ್ಸ್ ಆಫ್ ಸುರಕ್ಷಾ ನಗರ

ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಬಳಸುವ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ



ವಿಷಯ

ಈ ಕೈಪಿಡಿಯು ನೀವು ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಮತ್ತು ಆನ್ ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ಮೋಜು ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. 7 ಸ್ನೇಹಿತರ ಕಥೆಗಳ ಮೂಲಕ, ನೀವು ಹಗರಣಗಳು, ಗೌಪ್ಯತೆ, ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕಲಿಯುವಿರಿ.

ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ	ಅಧ್ಯಾಯ 1	ವಿವರಣೆ	ಪುಟದ ಸಂಖ್ಯೆ
	ಪಾತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಕಥಾವಸ್ತು	ಸುರಕ್ಷಾ ನಗರದ ಗುಂಪನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ!	1-3
ಅಧ್ಯಾಯ 1	ನಮಸ್ಕಾರ ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತಿಗೆ!	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ಹೆಜ್ಜೆಗುರುತು, ಆನ್‌ಲೈನ್ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತಿನ ಬಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ತಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ.	4-15
ಅಧ್ಯಾಯ 2	ವಂಚನೆಗಳು, ಹ್ಯಾಕ್ ಗಳು ಮತ್ತು ಸೈಬರ್ ದಾಳಿಗಳು: ಇವುಗಳಿಂದ ಒಂದು ಹೆಜ್ಜೆ ಮುಂದಿರಿ!	ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್, ಮೋಸ, ಕಳ್ಳತನ ಮತ್ತು ಆನ್ ಲೈನ್ ಶಾಪಿಂಗ್ ವಂಚನೆಗಳಂತಹ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪಾಸ್ ವರ್ಡ್ ಗಳು ಹಾಗೂ 2 ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಅಥೆಂಟಿಕೇಷನ್ ಪ್ರಮುಖ ಸುರಕ್ಷತಾ ಮತ್ತು ಸಂರಕ್ಷಣಾ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.	16-36
ಅಧ್ಯಾಯ 3	ಪ್ರೈವೆಸಿ: ನಿಮ್ಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ತಿಲಾಂಜನ!	ಪ್ರೈವೆಸಿಟಿಂಗ್ ಗಳು, ಆನ್ ಲೈನ್ ಸಂವಹನಗಳು ಮತ್ತು ಸೈಬರ್ ಕಿರುಕುಳ ಹಾಗೂ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸುವುದು ಈ ರೀತಿಯ ಡಿಜಿಟಲ್ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸುತ್ತದೆ. ಆನ್ ಲೈನ್ ಗೇಮಿಂಗ್ ನಲ್ಲಿ ಬಾಂಧವಿಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಹರಿಸುತ್ತದೆ.	37-55
ಅಧ್ಯಾಯ 4	ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ: ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಯ ಸುಳಿಗೆ ಸಿಲುಕದಂತೆ ವ್ಯಕ್ತಿಪರಾಗಿರಿ	ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ, ಪಕ್ಷಪಾತಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ಲಿಕ್ ಬೈಟ್ ಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಹೇಗೆಂದು ಕಲಿಯುವುದು. AI-ರಚಿತ ಮಾಧ್ಯಮ, ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು ಆನ್ ಲೈನ್ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಇದು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.	56-83
ಅಧ್ಯಾಯ 5	ಇಲ್ಲ, ಇಂದಲ್ಲ, ವಂಚಕರೇ! ಆನ್ ಲೈನ್ ಬೆದರಿಕೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದು	ಬೆದರಿಕೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ವರದಿ ಮಾಡುವುದು, ಕಾನೂನುಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಕರ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯುವುದು ಹೇಗೆಂದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತದೆ.	84-100
ಅಧ್ಯಾಯ 6	ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ, ಸ್ಕ್ರಾಲ್ ಮಾಡಿ, ಉಸಿರಾಡಿ: ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮ	ಜಾಗರೂಕ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸುವುದು. ಆನ್ ಲೈನ್ ಸಂಕಷ್ಟದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಇದು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.	101-108
ಅಧ್ಯಾಯ 7	ಬದಲಾವಣೆಗಾಗಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರಾಗ್: ಒಳಿತಿಗಾಗಿ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಕೆ	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಸೌಹಾರ್ದತೆ, ಗೆಲೆಯರ ಪರವಾದ ವಕಾಲತ್ತು ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಡಿಜಿಟಲ್ ಒಳಗೊಳ್ಳುವಿಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಲು ಇದು ಅಧಿಕಾರ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಸುರಕ್ಷಿತ ಆನ್ ಲೈನ್ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.	109-120

ಸುರಕ್ಷಾ ನಗರದ ಸಂತೋಷಮಯ ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ಏಳು ಆತ್ಮೀಯ ಸ್ನೇಹಿತರು
ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರು - ಮೀರಾ, ರಹೀಮ್, ಜಸ್ವೀತ್, ಸೂಸನ್, ಶುಭಂ, ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ ಮತ್ತು ನೂರ್.

ಮೀರಾ - ಸಾಹಸಿ



ರಹೀಮ್ - ರಕ್ಷಕ



ಸೂಸನ್ - ಪ್ರೈವಸಿ ಯ ಚಾಂಪಿಯನ್



ಶುಭಂ - ಸುದ್ದಿಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕಿ



ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ - ಸಹಾಯಕರ



ಜಸ್ವೀತ್ - ಪತ್ತೇದಾರ



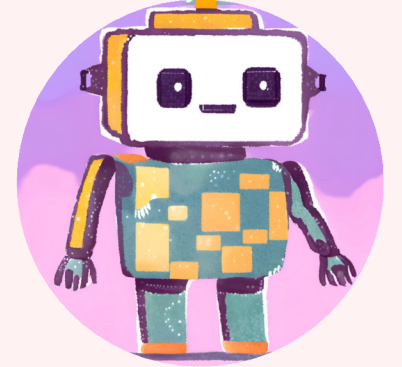
ಬದಲಾವಣೆ ತರುವವ



ಅಮಿತ್‌ಅಣ್ಣ



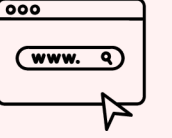
ಗ್ಲಿಚ್





ಸುರಕ್ಷಾ ನಗರದಲ್ಲಿ ಬಿಸಿಲಿನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನವಾಗಿತ್ತು, ಮತ್ತು ಮೀರಾಳ ಮನೆಯ ಆರಾಮದಾಯಕವಾದ ಲಿವಿಂಗ್ ರೂಮ್ ಶಬ್ದ ಮತ್ತು ನಗುವಿನಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು. ಏಳು ಸ್ನೇಹಿತರು-ಮೀರಾ, ರಹೀಂ, ಜಸ್‌ಪೀತ್, ಸೂಸನ್, ಶುಭಂ, ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ್ ಮತ್ತು ನೂರ್-ಸೋಫಾಗಳು ಮತ್ತು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಗುಂಪುಗೂಡಿದ್ದರು, ತಿಂಡಿಗಳು ಅವರ ಸುತ್ತಲೂ ಚೆಲ್ಲಾಪಿಲ್ಲಿಯಾಗಿದ್ದವು, ಅವರು ಹಳೆಯ ಲ್ಯಾಪ್‌ಟಾಪ್ ಅನ್ನು ಆನ್ ಮಾಡಿದರು.

"ಇದನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸೋಣ!" ಎಂದು ಮೀರಾ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಹೇಳಿದಳು, ಅವಳ ಬೆರಳುಗಳು ಈಗಾಗಲೇ ವಿವಿಧ ಸೈಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಆಟಗಳ ಮೂಲಕ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದವು. "ನಿಲ್ಲ, ಅವಸರ ಮಾಡಬೇಡ! ನೀನು ಏನಾದರೂ ವಿಚಿತ್ರವಾದದ್ದನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಬಹುದು," ಎಂದು ರಹೀಂ ಹುಬ್ಬು ಗಂಟಿಕ್ಕಿ ಮುಂದೆ ಬಾಗಿ ಎಚ್ಚರಿಸಿದನು. "ರಹೀಂ, ಹೆಚ್ಚು ಚಿಂತಿಸಬೇಡ-ಅದು ಸರಿಯಿದೆ," ಎಂದು ಶುಭಂ ತಮಾಷೆ ಮಾಡಿದಳು, ಅವಳ ಫೋನ್ ಅಧಿಸೂಚನೆಗಳಿಂದ ಗುಂಯುಡುತ್ತಿತ್ತು, ಅವಳು ಗುಂಪಿಗೆ ಒಂದು ತಮಾಷೆಯ ಮೀಮ್ ತೋರಿಸಿದಳು.



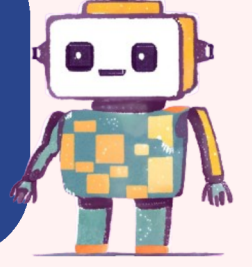
"ನೀವು ಆ ಸೈಟ್ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ್ದೀರಾ?" ಎಂದು ಜಸ್ಪೀತ್ ಕೇಳಿದರು, ಅವರ ಪತ್ತೇದಾರಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಜಾಗೃತವಾಯಿತು, ಅವರು ಪರದೆಯ ಕಡೆಗೆ ನೋಡಿದರು. "ಮತ್ತೆ, ಯಾವುದೇ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳದಿರಲು ನೆನಪಿಡಿ," ಎಂದು ಸೂಸನ್ ಶಾಂತ ಆದರೆ ದೃಢವಾದ ಧ್ವನಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿದರು, ಅವರು ಮೊದಲು ಬುಕ್‌ಮಾರ್ಕ್ ಮಾಡಿದ ಹೊಸ ಗೌಪ್ಯತೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯನ್ನು ಸ್ಮೋಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ್ ನಕ್ಕನು. "ಸರಿ, ಎಲ್ಲರೂ, ಉಸಿರಾಡೋಣ! ನಾವು ಕೇವಲ ಅನ್ವೇಷಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ-ಹೆದರುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ," ಎಂದು ಅವನು ಹೇಳಿದನು, ಅವನ ಸಲೀಸಾದ ಧ್ವನಿಯು ಎಲ್ಲರೂ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು. ನೂರ್, ಈ ಮಧ್ಯೆ, ತನ್ನ ನೋಟ್‌ಬುಕ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಬರೆಯುತ್ತಿದ್ದಳು. "ನಾವು ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಬಳಸಲು ತಂಪಾದ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಮಾರ್ಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರೆ ಏನು? ನಾವು ಅದನ್ನು ಶಾಲೆಯೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು!" ಎಂದು ಅವಳು ಸೂಚಿಸಿದಳು, ಅವಳ ಕಣ್ಣುಗಳು ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿದ್ದವು.

ಅವರು ಆಟಗಳು, ವೀಡಿಯೋಗಳು ಮತ್ತು ವಿಚಿತ್ರ ಪಾಪ್-ಅಪ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ನ್ಯಾವಿಗೇಟ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಕೋಣೆಯು ಚರ್ಚೆಗಳು, ನಗು ಮತ್ತು ಸಾಂದರ್ಭಿಕವಾಗಿ, "ಓಹ್, ನಾನು ಅದನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಲು ಇಷ್ಟಪಡಲಿಲ್ಲ!" ಎಂಬ ಕೂಗುಗಳಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು. ಅದು ಕೇವಲ ಅಂತರ್ಜಾಲದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ-ಅದು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಮಾಡುವುದು, ಪರಸ್ಪರ ಕಲಿಯುವುದು ಮತ್ತು ಅವರ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸಾಹಸಗಳು ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಮೋಜಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಬಗ್ಗೆ ಆಗಿತ್ತು.



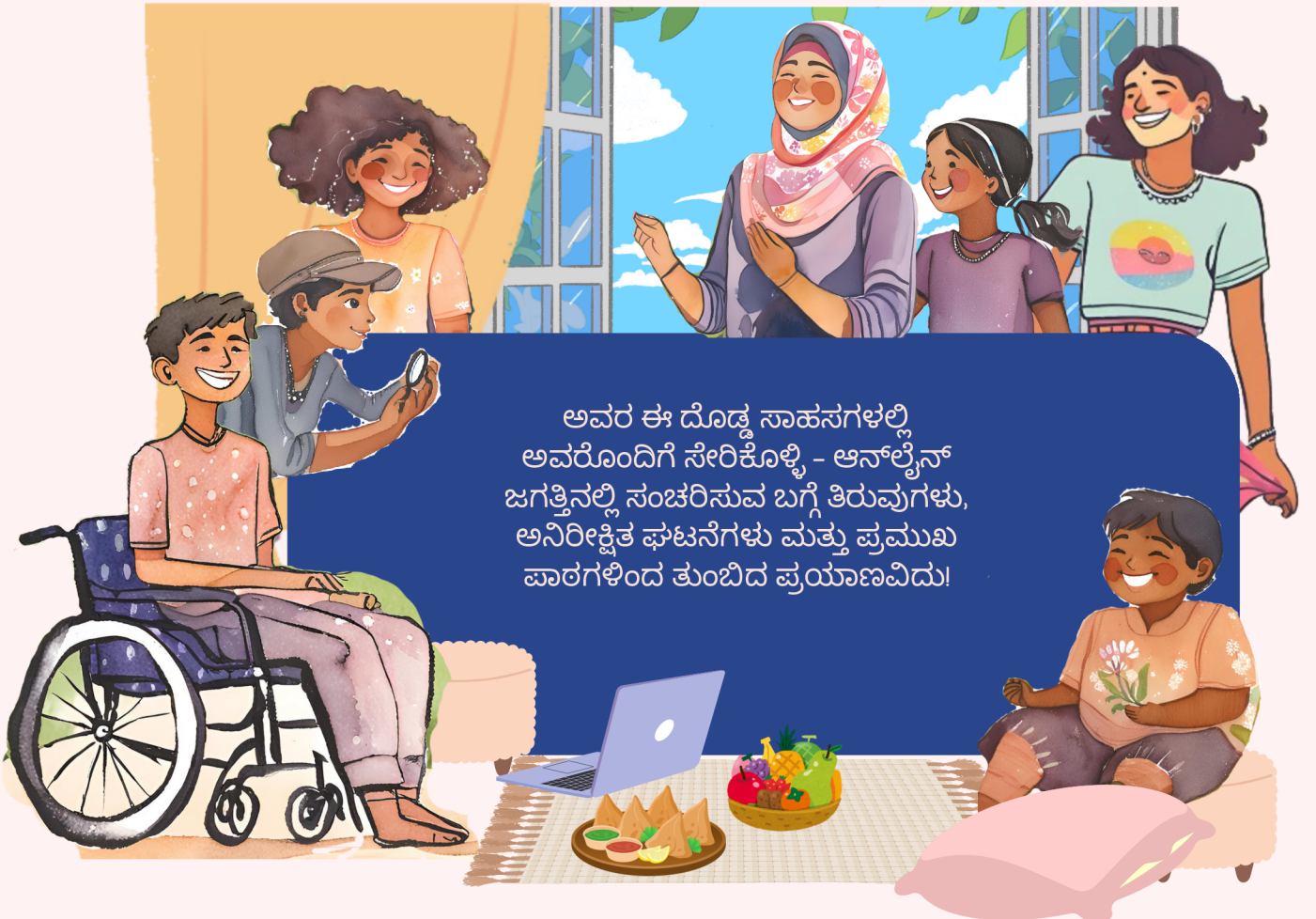


ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣ ಮತ್ತು ಗ್ಲಿಜ್ ನ ಜೊತೆ,
ಸ್ನೇಹಿತರು ಡಿಜಿಟಲ್ ಪ್ರಪಂಚದ ಮೂಲಕ
ಒಂದು ರೋಮಾಂಚನಕಾರಿ
ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲಿದ್ದಾರೆ.



ಅವರು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸಬೇಕೆಂದು, ಅದರಲ್ಲಿರುವ
ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸಬೇಕೆಂದು ಮತ್ತು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ನೀಡುವ ಅದ್ಭುತ
ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿ ಕ್ಲಿಕ್ ಕೂಡ ಹೊಸ
ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಆದರೆ ಈ ಪ್ರಯಾಣ ಯಾವಾಗಲೂ ಸುಗಮವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ದಾರಿಗಳು ಅಚ್ಚರಿಗಳಿಂದ
ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಅಡೆತಡೆಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತವೆ. ಆದರೂ, ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣ ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ
ಮತ್ತು ಗ್ಲಿಜ್‌ನ ಚುರುಕಾದ ತಂತ್ರಗಳೊಂದಿಗೆ, ಮಕ್ಕಳು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸವಾಲನ್ನು
ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಎದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮುಂದಿರುವ ಸಾಹಸಕ್ಕೆ ಅವರು ಸಿದ್ಧರಾಗಿರುತ್ತಾರೆಯೇ?



ಅವರ ಈ ದೊಡ್ಡ ಸಾಹಸಗಳಲ್ಲಿ
ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಿ - ಆನ್‌ಲೈನ್
ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸಂಚರಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ತಿರುವುಗಳು,
ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಘಟನೆಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಮುಖ
ಪಾಠಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ ಪ್ರಯಾಣವಿದು!

ಅಧ್ಯಾಯ 1: ನಮಸ್ಕಾರ ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತು!



ಮೀರಾ ಕಿಟಕಿಯ ಬಳಿ ತನ್ನ ತಾಯಿಯ ಫೋನ್ ಹಿಡಿದು ಕುಳಿತಿದ್ದಾಳೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಡಜನ್ ಟ್ಯಾಬ್‌ಗಳು ತೆರೆದುಕೊಂಡಿದ್ದು, ಅದು ಹೊಳೆಯುತ್ತಿದೆ. ಅವಳು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನ ವಿಶಾಲ ಜಗತ್ತನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಶುರು ಮಾಡಿದ್ದಾಳೆ - ತಮಾಷೆಯ ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ನೋಡುವುದು, ಹೊಸ ಹಾಡುಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವುದು ಮತ್ತು ತನ್ನ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು. ಅವಳಿಗೆ ಇದು ತುಂಬಾ ಇಷ್ಟ, ಆದರೆ ಇಂದು, ಅವಳು ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿದ್ದಾಳೆ.

"ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ಗೆ ಎಲ್ಲದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಇಷ್ಟೊಂದು ಮಾಹಿತಿ ಹೇಗೆ ಗೊತ್ತು? ಮತ್ತು ಎಲ್ಲವೂ ಹೇಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡಿದೆ?" ಎಂದು ಮೀರಾ ಯೋಚಿಸಿದಳು.

ಅದೃಷ್ಟವಶಾತ್, ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣ ಅಲ್ಲೇ ಇದ್ದರು. "ಅಣ್ಣಾ!" ಎಂದು ಮೀರಾ ಕರೆದಳು, ಮತ್ತು ಕ್ಷಣಮಾತ್ರದಲ್ಲಿ ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣ ತಮ್ಮ ಎಂದಿನ ಶಾಂತ ನಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ನಡೆದು ಬಂದರು.

ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ಗೆ ಎಲ್ಲದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಇಷ್ಟೊಂದು ಮಾಹಿತಿ ಹೇಗೆ ಗೊತ್ತು? ಹಾಗೆಯೇ, ಎಲ್ಲವೂ ಹೇಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡಿದೆ?

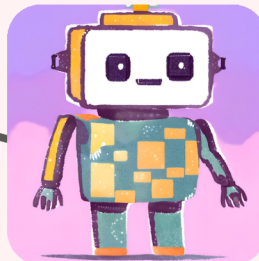


ಅಹಾ, ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್! ಇದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಸಾಧನ, ಆದರೆ ಇದು ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅನೇಕ ಜನರು ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಬನ್ನಿ, ನಾವಿಬ್ಬರೂ ಸೇರಿ ಇದನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸೋಣ ಮತ್ತು ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವಲ್ಲಿ ಪರಿಣತರಾಗಿರುವ ಒಬ್ಬರನ್ನು ನಾನು ಕರೆತರುತ್ತೇನೆ.

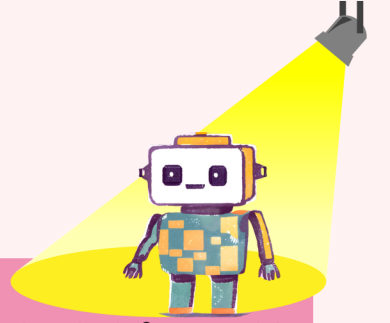


ಅವನ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆ ತಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಟ್ಯಾಪ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ರೋಬೋಟ್ ರೂಮ್‌ಗೆ ಚಕ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಉರುಳಿಕೊಂಡು ಬಂತು. ಅದು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗಿ ಮಿನುಗುವ ದೀಪಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದ ಬೀಪ್ ಶಬ್ದವನ್ನು ಹೊಂದಿತ್ತು.

"ಹಾಯ್, ಮೀರಾ! ನಾನು ಗಿಜ್, ನಿನ್ನ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಗೆಳೆಯ! ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನ ವಿಶಾಲ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ನಾನು ನಿನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಬಂದಿದ್ದೇನೆ."



ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಎಂದರೇನು?



ಮೂಲಭೂತ ವಿಷಯಗಳಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸೋಣ, ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಎಂದರೆ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಇರುವ ಕೋಟ್ಯಂತರ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ಗಳು, ಫೋನ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಇತರೆ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಜಾಲ. ಈ ಸಂಪರ್ಕಗಳು ಸಾಧನಗಳಿಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ವಿನಿಮಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತವೆ, ಇದರಿಂದ ನೀವು ಬ್ರೌಸ್ ಮಾಡಲು, ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಲು, ಆಟಗಳನ್ನು ಆಡಲು ಮತ್ತು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಶಾಪಿಂಗ್ ಮಾಡಲು ಸಹ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.



ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ನಮ್ಮ ರೈಲ್ವೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿದ್ದಂತೆ, ಆದರೆ ಇದು ಜನರನ್ನು ಮತ್ತು ಸರಕುಗಳನ್ನು ಸಾಗಿಸುವ ಬದಲು, ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ತಕ್ಷಣವೇ ತಲುಪಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ವಿಳಾಸವಿದೆ, ರೈಲ್ವೆ ನಿಲ್ದಾಣಗಳಿಗೆ ಅವುಗಳದೇ ಆದ ವಿಶಿಷ್ಟ ಹೆಸರಿರುವ ಹಾಗೆ! ಒಂದೇ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೆಂದರೆ, ರೈಲುಗಳು ಜನರನ್ನು ಮತ್ತು ಸರಕುಗಳನ್ನು ಒಂದು ಸ್ಥಳದಿಂದ ಇನ್ನೊಂದಕ್ಕೆ ಸಾಗಿಸಲು ಗಂಟೆಗಳು ಮತ್ತು ದಿನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಾಗಿಸಲು ಕೆಲವೇ ಸೆಕೆಂಡುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಬೆನ್ನೆಲುಬು



ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಜಾಗತಿಕವಾಗಿ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ದೊಡ್ಡ ಭೂಗತ ಕೇಬಲ್‌ಗಳು, ಉಪಗ್ರಹಗಳು ಮತ್ತು ವೈರಲೆಸ್ ನೆಟ್‌ವರ್ಕ್‌ಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ.

ಸರ್ವರ್‌ಗಳು



ಇದು ಸರ್ವರ್ ಆಗಿದೆ, ಇದು ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನೋಡುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತದೆ. ಸರ್ವರ್‌ಗಳು ಲಕ್ಷಾಂತರ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು, ವೀಡಿಯೋಗಳು ಮತ್ತು ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ದೊಡ್ಡ ಗ್ರಂಥಾಲಯಗಳಂತಿವೆ.

ನಿಮ್ಮ ಬ್ರೌಸರ್

Search



ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಬ್ರೌಸರ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಟೈಪ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನವು ಸರ್ವರ್‌ಗೆ ವಿನಂತಿಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತದೆ. ಸರ್ವರ್ ಉತ್ತರವನ್ನು ಹುಡುಕಿ ಅದನ್ನು ಕೆಲವೇ ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿಸುತ್ತದೆ!

ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ನಮಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ?

ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ನಮ್ಮ ಬದುಕು ಮತ್ತು ಕಲಿಯುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಕ್ರಾಂತಿಗೊಳಿಸಿದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ನಿಮಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತೇನೆ.



ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣ

ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ನಿಮ್ಮ ಗುರು ಮತ್ತು ಗ್ರಂಥಾಲಯ ಎರಡೂ ಆಗಿದೆ! ಕಲಿಕಾ ವೇದಿಕೆಗಳನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ, ಯಾವುದೇ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿ, ಮತ್ತು ನೀವು ಇಷ್ಟಪಡುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ವರ್ಚುವಲ್ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಿ - ಎಲ್ಲವೂ ಒಂದೇ ಕ್ಲಿಕ್‌ನಲ್ಲಿ.



ಸಂವಹನ

ತಕ್ಷಣವೇ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ! ಇಮೇಲ್‌ಗಳು, ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ, ಮೆಸೇಜಿಂಗ್ ಆಪ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋ ಕರೆಗಳ ಮೂಲಕವಿರಲಿ, ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಸಂವಹನವನ್ನು ವೇಗವಾಗಿ, ಸುಲಭವಾಗಿ ಮತ್ತು ತಡೆರಹಿತವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



ಮನರಂಜನೆ

ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ನಿಮ್ಮ ವಿನೋದಕ್ಕಾಗಿ ಇರುವ ಉತ್ತಮ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ - ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಕುಳಿತು ಚಲನಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿ, ಲೈವ್ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಪಂದ್ಯಗಳನ್ನು ನೋಡಿ, ಆಟಗಳನ್ನು ಆಡಿ, ಅಥವಾ ನೃತ್ಯದಂತಹ ಹೊಸ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಯಿರಿ.



ಸೃಜನಶೀಲತೆ ಮತ್ತು ಹಂಚಿಕೆ

ನಿಮ್ಮ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯನ್ನು ಜಗತ್ತಿನೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ! ಕಥೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ, ಸಂಗೀತವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ, ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಕಲಾಕೃತಿಗಳನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿ, ಅನೇಕ ಪ್ರತಿಭಾವಂತ ಯುವ ಕಲಾವಿದರು ಪ್ರತಿದಿನ ಮಾಡುವಂತೆ.

ಅಣ್ಣ, ನಾನು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕ್ಲಾಸ್‌ಗಳಿಗಾಗಿ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಸಲು ಶುರು ಮಾಡಿದೆ. ಈಗ ಓದಿದ ಮೇಲೆ ರಿಲ್ಯಾಕ್ಸ್ ಆಗೋಕೆ ಫನ್ನಿ ವಿಡಿಯೋಗಳು ನೋಡೋದು, ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಗೇಮ್ಸ್ ಆಡೋದು ತುಂಬ ಇಷ್ಟ ಆಗುತ್ತೆ! ಆದರೆ, ನಾನು ಡ್ಯಾನ್ಸ್ ಅಥವಾ ಮ್ಯೂಸಿಕ್ ಕೂಡ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಲಿಯಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ!



ಅದು ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ! ನೀವು ಒಬ್ಬರೇ ಅಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮಂತಹ 88% ಯುವ ಭಾರತೀಯರು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಅನೇಕರು ಗೇಮಿಂಗ್‌ಗಾಗಿ, ಮಾಹಿತಿ ಹುಡುಕಲು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಲು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ! ಬಹಳಷ್ಟು ಯುವಜನರು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೊಸ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ - ಇದು ಖುಷಿಯಾದ ವಿಷಯ ಅಲ್ಲವೇ?!



ಚಟುವಟಿಕೆ

ಇಂಟರ್ನೆಟ್‌ನ ಹೊಸ ತಿಳುವಳಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ, ಮೀರಾ ಅದರ ಅಂತ್ಯವಿಲ್ಲದ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಸಿದ್ಧಳಾಗಿದ್ದಾಳೆ. ನೀವು ಎಂದಾದರೂ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಸಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸಾಹಸಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಹೊಸ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಅವಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ ಕೆಳಗಿನಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ, ಮತ್ತು:

- ಸ್ಟಾಪ್ 1 ರಲ್ಲಿ ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೊಸದಾಗಿ ಕಲಿತ ವಿಷಯವೊಂದನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಸ್ಟಾಪ್ 2 ರಲ್ಲಿ ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಅಥವಾ ಹಂಚಿಕೊಂಡ ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ವಿಷಯವೊಂದನ್ನು ತಿಳಿಸಿ. ಸ್ಟಾಪ್ 3 ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ಬಗ್ಗೆ - ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಯಾರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತೀರಿ?
- ಸ್ಟಾಪ್ 3 ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರಲು - ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಯಾರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುತ್ತೀರಿ?
- ಕೊನೆಯದಾಗಿ, ಸ್ಟಾಪ್ 4 ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮೋಜಿನ ಬಗ್ಗೆ - ನಿಮ್ಮ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಚಟುವಟಿಕೆ ಯಾವುದು?



ಸ್ಟಾಪ್ 3:



ಸ್ಟಾಪ್ 2:



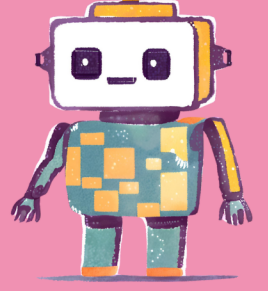
ಸ್ಟಾಪ್ 1:



ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಕೇವಲ ವರ್ತಮಾನಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತವಲ್ಲ, ಅದು ನಿರಂತರವಾಗಿ ವಿಕಸನಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ, ಮತ್ತು ನೀವು ಅದರ ಭವಿಷ್ಯದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದ್ದೀರಿ.



ಭಾರತದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಈಗಾಗಲೇ ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನೀವಾಗಲಿ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರಾಗಲಿ ಪಾವತಿಗಳಿಗಾಗಿ UPI ಬಳಸುತ್ತೀರಿ! UPI, ಹಣವನ್ನು ಡಿಜಿಟಲ್ ಆಗಿ ಕಳುಹಿಸಲು ಮತ್ತು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ನಮಗೆ ಅವಕಾಶ ನೀಡುತ್ತದೆ, ಇದು ನಾವು ವ್ಯವಹಾರ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನವನ್ನೇ ಕ್ರಾಂತಿಗೊಳಿಸಿದೆ. ಅನೇಕ ಹೊಸ ಸೇವೆಗಳು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿವೆ - ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ವೈದ್ಯರು ವಿಡಿಯೋ ಕರೆಗಳ ಮೂಲಕ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮನೆಯಿಂದಲೇ ತರಗತಿಗಳಿಗೆ ಹಾಜರಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.



ಆರ್ಟಿಫಿಷಿಯಲ್ ಇಂಟೆಲಿಜೆನ್ಸ್ ಅಥವಾ AI ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಆಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. AI ಯಂತ್ರಗಳಿಗೆ ಮನುಷ್ಯರಂತೆ ಯೋಚಿಸಲು ಮತ್ತು ಕಲಿಯಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. AI ಪರಿಕರಗಳು ಜನರ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಬಲ್ಲವು, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ನೀಡಬಲ್ಲವು, ಆಟಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸವಾಲಿನದ್ದಾಗಿ ಮಾಡಬಲ್ಲವು, ಮತ್ತು AI ಗೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲು ಬಳಸಿದ ಡೇಟಾದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಮಾನವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಲ್ಲವು.

ಈಗ ವರ್ಚುವಲ್ ರಿಯಾಲಿಟಿ ಅಥವಾ VR ಎಂಬ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದೆ. ಇದು ಒಂದು ಕೃತಕ ಪರಿಸರವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೆಡ್‌ಸೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಮನುಷ್ಯರು ಆ ಪರಿಸರದೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಕೋಣೆಯಲ್ಲೇ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಮಳೆಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದು, ತಾಜ್ ಮಹಲ್ ನೋಡಲು ಭೇಟಿ ನೀಡುವುದು, ಅಥವಾ ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶವನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸುವುದನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ!

ಧನ್ಯವಾದಗಳು, ಅಣ್ಣ ಮತ್ತು ಗ್ಲಿಚ್! ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಇಷ್ಟು ಅದ್ಭುತವಾಗಿದೆ - ಮತ್ತು ಇಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಈ ಎಲ್ಲ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ನಾನು ಕಾತುರದಿಂದಿದ್ದೇನೆ!



ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೂ ಋಷಿಯಾಗಿದೆ! ಆದರೆ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ವಿಕಸನಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ನಿಮಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟ - ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಅನುಭವಗಳು ಎದುರಾಗಬಹುದು, ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ನಾನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ.



ಚಟುವಟಿಕೆ



ಮೀರಾ ತನ್ನ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಸುಮ್ಮನೆ ಕುಳಿತು, ಅವನು ಹೇಳಿದ ಮಾತನ್ನು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ಅವಳಿಗೆ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ತುಂಬಾ ಇಷ್ಟವಾದರೂ, ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣ ಹೇಳಿದ್ದು ಸರಿ: ಸಿದ್ಧರಾಗಿರುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅಷ್ಟೊಂದು ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಳವೆಂದು ಅನಿಸದಿದ್ದ ಎಲ್ಲ ಸಮಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವಳು ಯೋಚಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಳು ಮತ್ತು ಒಂದು ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಳು. ನಿಮಗೆ ಮೀರಾಳಂತೆಯೇ ಯಾವುದೇ ಅನುಭವಗಳು ಆಗಿವೆಯೇ?



ನನಗೆ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಇಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ:

- > ಜನರು ಇತರರನ್ನು ಹೆದರಿಸಲು ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ
- > ಯಾರಾದರೂ ನನ್ನನ್ನು ಏನಾದರೂ ಮಾಡಲು ಒತ್ತಾಯಿಸಿದಾಗ
- > ಯಾರಾದರೂ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಿದಾಗ ಅಥವಾ ಅಸಭ್ಯವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದಾಗ
- > ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಧಿಸೂಚನೆಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಕಾಡುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ!
- > ನನಗೆ ಅನಗತ್ಯ ಸಂದೇಶಗಳು ಬಂದಾಗ ಅಥವಾ ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದ ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿದಾಗ ನನಗೆ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಇಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
- > ಯಾರಾದರೂ ಹಣಕ್ಕಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ವಂಚಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ನನಗೆ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಭಾವನೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ!



ನಿಮ್ಮದೇ ಆದ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಮಾಡಿ:



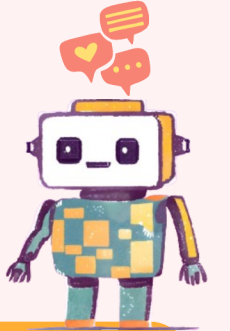
ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿನ ಸವಾಲಿನ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದು ಸಹಾಯಕವೂ ಹೌದು. ನಿಮಗೆ ಹೀಗಾದಾಗ ಏನಾಯಿತು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಬಹುದೇ? ನೆನಪಿಡಿ, ನೀವು ಒಬ್ಬರೇ ಅಲ್ಲ - ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಆಫ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ, ಆತಂಕ, ಕೋಪ ಅಥವಾ ದುಃಖದಂತಹ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಸುರಕ್ಷಿತವಲ್ಲದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಮತ್ತು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡೋಣ.

ಸುರಕ್ಷಿತ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಕೆಗಾಗಿ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ ಎಂದರೆ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಹೊಸ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನವೀಕೃತವಾಗಿರುವುದು. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನೀವು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ವಿಷಯಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ.

ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ - ನಿಮ್ಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ಹೆಜ್ಜೆಗುರುತು. ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಗೆ ಹೋದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗುವ ಹಾದಿಯಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ಹೆಜ್ಜೆಗುರುತು ಇರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಫೋನ್ಸ್ ಆಗಿರಲಿ, ಅಪ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡುವ ಚಿತ್ರವಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ನೀವು ಮಾಡುವ ಹುಡುಕಾಟವಾಗಿರಲಿ, ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಿಮ್ಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ಗುರುತಿಗೆ ಸೇರುತ್ತವೆ.



ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ! ಹಾಗಾದರೆ ನನ್ನ ಹುಡುಕಾಟದ ಇತಿಹಾಸವೂ ನನ್ನ ಡಿಜಿಟಲ್ ಹೆಜ್ಜೆಗುರುತಿನ ಭಾಗವೇ? ನಾನು ಇನ್‌ಕಾಗ್ನಿಟೊ ಮೋಡ್ ಬಳಸಿದರೆ ಹೇಗೆ? ಆಗ ಯಾರೂ ನನ್ನ ಡಿಜಿಟಲ್ ಹೆಜ್ಜೆಗುರುತನ್ನು ಟ್ರ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಅಲ್ಲವೇ!



ಪ್ರತಿ ಕ್ಲಿಕ್, ಲೈಕ್ ಮತ್ತು ಶೇರ್ ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯಲ್ಲಿ ಮರೆಮಾಚಿದ ವೇಷದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಗುರುತಿಸದೇ ಇರಬಹುದು, ಆದರೆ ಭದ್ರತಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿ, ಅಂಗಡಿಯವರು ಅಥವಾ ಕ್ಯಾಮೆರಾಗಳು ನೀವು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಇನ್ನೂ ನೋಡಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಬ್ರೌಸರ್‌ನಲ್ಲಿನ ಇನ್‌ಕಾಗ್ನಿಟೊ ಮೋಡ್ ಆ ವೇಷದಂತೆಯೇ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ನೀವು ಭೇಟಿ ನೀಡುವ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳಂತಹ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಅಥವಾ ಫೋನ್ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಂದ ಇದು ಮರೆಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅದೃಶ್ಯವಾಗಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಹೆಜ್ಜೆಗುರುತುಗಳನ್ನು ಇನ್ನೂ ಯಾರೂ ಟ್ರ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು ಬಯಸುವಿರಾ?



ಸೇವಾ
ಪೂರೈಕೆದಾರರು

ನಿಮ್ಮ ವೈ-ಫೈ ಅಥವಾ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಪೂರೈಕೆದಾರರು (ನಿಮಗೆ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ನೀಡುವ ಕಂಪನಿ) ನೀವು ಯಾವ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಟ್ರ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ವೇಷವನ್ನು ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೂ, ನೀವು ಅವರ ಅಂಗಡಿಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಅಂಗಡಿಯವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುವಂತೆ ಭಾವಿಸಿ.



ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು

ಅನೇಕ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಕುಕೀಸ್ ಅಥವಾ ಟ್ರ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ಎಂಬ ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತವೆ. ನೀವು ಬ್ರೌಸರ್ ಅನ್ನು ಮುಚ್ಚಿದ ನಂತರ ಇನ್‌ಕಾಗ್ನಿಟೊ ಮೋಡ್ ಇವುಗಳನ್ನು ಅಳಿಸಿಹಾಕಿದರೂ, ನೀವು ಲಾಗಿನ್ ಮಾಡಿದರೆ ಅಥವಾ ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಡಿವೈಸ್ ಅನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದರೆ ಆ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗೆ ಇನ್ನೂ ನೀವು ಭೇಟಿ ನೀಡಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.



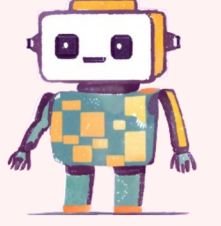
ಶಾಲಾ ವೈ-ಫೈ

ಇನ್‌ಕಾಗ್ನಿಟೊ ಮೋಡ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಸಹ, ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಶಾಲಾ ವೈ-ಫೈನಲ್ಲಿ, ಅವರು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಲು ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ.

ವಾವ್, ನಾನು ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲವೂ ಎಲ್ಲೋ ಒಂದು ಕಡೆ ದಾಖಲಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಾ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ಬಳಸಲು ಬಿಡುವ ಮೊದಲು ನನ್ನ ಹೆಸರು ಅಥವಾ ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಅಥವಾ ಲೊಕೇಶನ್ ಅಥವಾ ಇ-ಮೇಲ್ ಐಡಿಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನೂ ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ! ನಾನು ಇನ್ನೇನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು?



ನಾನು ನಿಮ್ಮಕ್ಕಿಂತ ಎರಡು ಹೆಜ್ಜೆ ಮುಂದಿದ್ದೇನೆ! ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ಆಕರ್ಷಕವಾದ - ಮತ್ತು ಸ್ವಲ್ಪ ಕುತಂತ್ರದ - ವಿಷಯವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ನೀವು ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಹುಡುಕಿದಾಗ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಜಾಹೀರಾತುಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಫೀಡ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಇಷ್ಟಪಡುವ ವೀಡಿಯೋಗಳೇ ಯಾವಾಗಲೂ ತೋರಿಸುವುದನ್ನು ಎಂದಾದರೂ ಗಮನಿಸಿದ್ದೀರಾ? ಇದು ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ಮತ್ತು ಕುಕೀಸ್ ನ ಕಾರಣದಿಂದ!

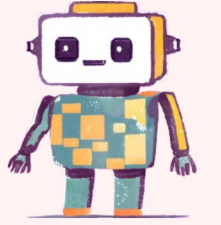


ನನ್ನ ಸಂಬಂಧಿ ಒಮ್ಮೆ ಶಾಂಪೂಗಳಿಗಾಗಿ ಹುಡುಕಿದಳು, ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ಅವಳು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ಗೆ ಹೋದಾಗ, ಅವಳಿಗೆ ಶಾಂಪೂ ಲಿಂಕ್‌ಗಳೇ ಬರುತ್ತಿದ್ದವು. ನಾವು ಅದನ್ನು ಕೇವಲ ಕಾಕತಾಳೀಯ ಎಂದುಕೊಂಡೆವು! ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ?



ಇದು ರೈಲ್ವೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿದ್ದಂತೆ. ನೀವು ಭೇಟಿ ನೀಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಒಂದು ನಿಲ್ದಾಣ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಮತ್ತು ನೀವು ಒಂದು ಪೋಸ್ಟ್‌ಗೆ ಲೈಕ್ ಮಾಡುವುದು, ಏನನ್ನಾದರೂ ಹುಡುಕುವುದು, ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಕಾರ್ಟ್‌ಗೆ ಒಂದು ವಸ್ತುವನ್ನು ಸೇರಿಸುವಂತಹ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ರಿಯೆಯೂ ಆ ನಿಲ್ದಾಣದಿಂದ ಹೊರಡುವ ರೈಲು ಇದ್ದಂತೆ. ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ರೈಲು ಕಂಡಕ್ಟರ್‌ಗಳಂತೆ. ನಿಮ್ಮ ರೈಲುಗಳು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅವು ಗಮನಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಪ್ರಯಾಣಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನಿಮ್ಮ ಮುಂದಿನ ನಿಲುಗಡೆಯನ್ನು ಊಹಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತವೆ. ನೀವು ವೀಡಿಯೋ ಗೇಮ್‌ಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ನಿಲ್ದಾಣಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದರೆ, ಆ ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ನಿಮಗೆ ಗೇಮಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ವಿಷಯವನ್ನು ಸೂಚಿಸಬಹುದು, ಏಕೆಂದರೆ ನಿಮಗೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅದು ಊಹಿಸುತ್ತದೆ.

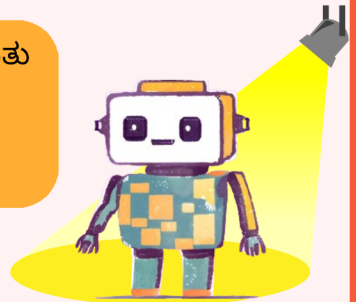
ಕುಕೀಗಳು ಅಂದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನದಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುವ ಸ್ಟೇಷನ್ ಟಿಕೆಟ್‌ಗಳಿದ್ದಂತೆ. ಇದರಿಂದ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗೆ ನೀವು ಅದಕ್ಕೆ ಈ ಹಿಂದೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಅಳಿಸಬಹುದು, ಅಂದರೆ ಆ ಟಿಕೆಟ್ ಅನ್ನು ಎಸೆದಂತೆ. ನೆನಪಿರಲಿ, ಪ್ರತಿ ಪ್ರಯಾಣವೂ ಒಂದು ಗುರುತನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಹೋಗುತ್ತದೆ!



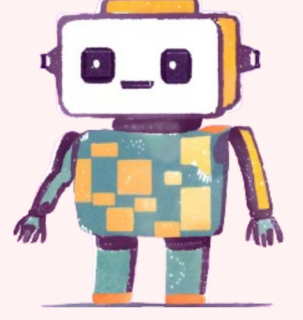
ನಾನು ಅಡ್ಡಹೆಸರು ಬಳಸಿದರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?



ಇದು ಉತ್ತಮ ಪ್ರಶ್ನೆ! ಅನಾಮಧೇಯತೆ ಅಂದರೆ ಗುರುತು ಮರೆಮಾಚುವಿಕೆ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡೋಣ. ಇಂಟರ್ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಜನರು ಯಾವಾಗಲೂ ತಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಗುರುತನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ.



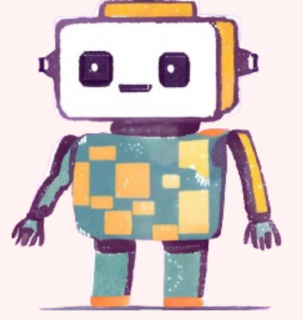
ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ತಮ್ಮದೇ ಅಲ್ಲದ ಬಳಕೆದಾರ ಹೆಸರುಗಳು ಮತ್ತು ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಮೋಜು ಮಾಡಲು, ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು ಅಥವಾ ತಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಸರಿ, ಆದರೆ ಅನಾಮಧೇಯತೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬರ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಇನ್ನೂ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಬಹುದು, ಏಕೆಂದರೆ... ನೀವು ಊಹಿಸಿದ್ದು ಸರಿಯಿದೆ... ನಿಮ್ಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ಹೆಜ್ಜೆಗುರುತು! ಮತ್ತು ನೆನಪಿಡಿ, ಜನರು ಇತರರಿಗೆ ಹಾನಿ ಮಾಡಲು ತಮ್ಮ ಗುರುತನ್ನು ಮರೆಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ತಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಸುಳ್ಳು ಹೇಳಬಹುದು. ಎಲ್ಲರೂ ಅವರು ಹೇಳಿದವರಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.



ನಾನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಮತ್ತು ನಂಬುವ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತೇನೆ! ಅದೂ ನನ್ನ ತಾಯಿಯ ಖಾತೆಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು.



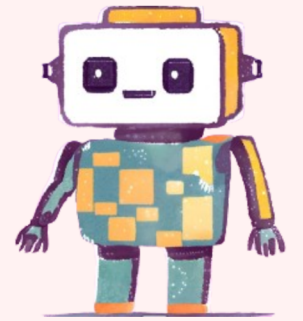
ಆಹ್! ಹಾಗಾದರೆ, ನೀವು ವಿವಿಧ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸ್ಥಳಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಗ್ರೂಪ್ ಚಾಟ್, ಅದು ಒಂದು ಖಾಸಗಿ ಸ್ಥಳ. ಅಲ್ಲಿ ನೀವು ಒಂದು ಹೆಜ್ಜೆಗುರುತನ್ನು ಬಿಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ, ಆದರೆ ಅದು ಗುಂಪಿನ ಹೊರಗಿನವರಿಗೆ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಗೋಚರಿಸುವಂತಹ ಇತರ ಸ್ಥಳಗಳೂ ಇವೆ - ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಅಕೌಂಟ್‌ನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಟ್ವೀಟ್! ನಿಮ್ಮ ಸಂದೇಶಗಳು, ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಲೈಕ್‌ಗಳನ್ನು ಯಾರೂ ನೋಡಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ತಿಳಿದಿರಲಿ. ಮುಂದೆ, ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ಬದಲಾಯಿಸುವುದು ಎಂಬುದನ್ನೂ ನಾವು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ!



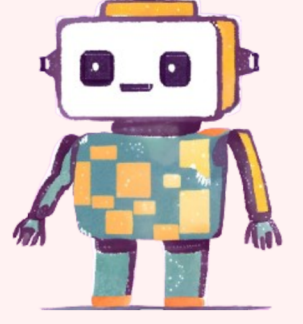
ಧನ್ಯವಾದಗಳು ಗ್ಲಿಚ್! ಇಂದು ನಾನು ಸಾಕಷ್ಟು ಕಲಿತಿದ್ದೇನೆ, ಆದರೆ ಇದು ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಚಿಂತೆ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಿದೆ.



ನಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮತ್ತು ಆಫ್‌ಲೈನ್ ಜೀವನದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಹಾಗೂ ಸುರಕ್ಷಿತವಲ್ಲದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬಹುದು. ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಬಗ್ಗೆ ಕಲಿಯುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರು ಅಥವಾ ನಂಬಿಕಾರ್ಹ ವಯಸ್ಕರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ, ನೀವು ಬುದ್ಧಿವಂತ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದರ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಆನಂದಿಸಬಹುದು. ಇದು ಕೇವಲ ಪ್ರಾರಂಭವಷ್ಟೇ! ನೀವು ಹೆಚ್ಚು ಕಲಿಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ, ನೀವು ಹೆಚ್ಚು ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯಾದ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ.



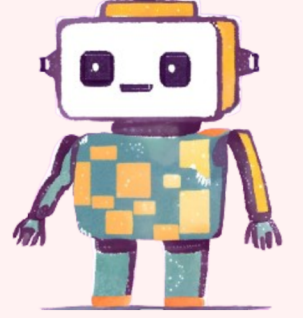
ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ, ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮೂರು ಆಸೆಗಳನ್ನು ಹೇಳುವಿರಾ? ಅವುಗಳನ್ನು ನನಸಾಗಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸೋಣ!



ಹಹಾ ಸರಿ! ಇಂಟರ್ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಲಿಯಲು ನಾನು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ. ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸುರಕ್ಷಿತ ತಾಣವಾಗಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ... ಮತ್ತು ನಾನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ... ನಾನು ಹೊಸ ಆ್ಯಪ್‌ಗಳನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಲೇ ಇರಬಹುದು!



ಸ್ವಸ್ತಿ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಆಸೆಗಳೇನು? ನನಗೆ ಹೇಳಿ



ಚಟುವಟಿಕೆ





ನಿಮಗಿದು ಗೊತ್ತೇ?

ನಾನು ಇಂದು ಬಹಳಷ್ಟು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇನೆ. ಮೊದಲ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಯಾವಾಗ ರಚನೆಯಾಯಿತು ಎಂದು ನನಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ?



ಮೊದಲ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಅನ್ನು 1989 ರಲ್ಲಿ ರಚಿಸಲಾಯಿತು. ಅದರ ಹೆಸರು "info.cern.ch" ಆಗಿತ್ತು. 1989 ರಲ್ಲಿ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ - ಅದು ನಾವು ಇಂದು ನೋಡುವ ಬಣ್ಣಬಣ್ಣದ, ಸಂವಾದಾತ್ಮಕ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳಿಗಿಂತ ಬಹಳ ಭಿನ್ನವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಮೊದಲ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಅನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ವಿಜ್ಞಾನಿಯ ಹೆಸರನ್ನು ಊಹಿಸಬಲ್ಲೀರಾ?!

ಇಂದು ನೀವು ಎಷ್ಟು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿವೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು ಬಯಸುವಿರಾ?



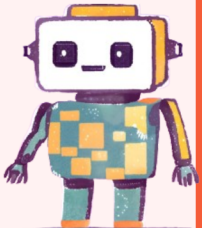
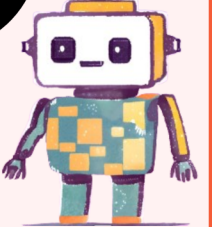
ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಒಂದು ಬೃಹತ್ ಗ್ರಂಥಾಲಯದಂತೆ, ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಅಂತ್ಯವಿಲ್ಲದ ಪುಸ್ತಕಗಳಿವೆ. || ಬಿಲಿಯನ್‌ಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳಿವೆ ಮತ್ತು ಆ ಸಂಖ್ಯೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ! ಆದರೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ - ಆ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವು ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮನರಂಜನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಡಿಜಿಟಲ್ ವಸ್ತುಸಂಗ್ರಹಾಲಯಗಳಂತೆ.



ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದು ಟನ್‌ಗಟ್ಟಲೆ ತೂಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲವೇ?



ಇದು ನಂಬಲಸಾಧ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಇಡೀ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಸುಮಾರು 60 ಗ್ರಾಂ ತೂಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಸರಿಸುಮಾರು ಸ್ವಾಭಿರಿಯ ತೂಕ! ನೀವು ಊಹಿಸಬಲ್ಲೀರಾ, ಏಕೆ? ನಾವು ಅದನ್ನು ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೂ, ಮಾಹಿತಿಯು ದ್ರವ್ಯರಾಶಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ!



ರಿಕ್ಯಾಪ್: ನಮಸ್ಕಾರ ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತು!



- ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ ಒಂದು ಬೃಹತ್ ಜೇಡರಬಲೆಯಂತೆ, ಇದು ಸಂವಹನ ಮಾಡಲು, ಕಲಿಯಲು ಮತ್ತು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ನಮಗೆ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ.
- ಆನ್‌ಲೈನ್ ವೇದಿಕೆಗಳು ನಿಮ್ಮ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಕುಕೀಸ್ ಮತ್ತು ಕ್ಯಾಶ್ ಮೂಲಕ ಗಮನಿಸುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿ ಬಹಿರಂಗವಾಗಬಹುದು.
- ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನೀವು ಮಾಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೆಲಸವೂ ಒಂದು ಡಿಜಿಟಲ್ ಹೆಜ್ಜೆಗುರುತನ್ನು ಬಿಡುತ್ತದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಏನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಎಚ್ಚರವಿರಲಿ.
- ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಡೇಟಾದ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ. ನೀವು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಸಂಗ್ರಹಿಸಬಹುದು.

ಅಧ್ಯಾಯ 2: ಆನ್‌ಲೈನ್ ವಂಚನೆ, ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಸೈಬರ್ ದಾಳಿಗಳು: ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಮುನ್ನಡೆಯಿರಿ!

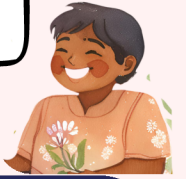


ಮೀರಾಳ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬ! ಆಕೆಯ ಮನೆಯು ನಗು ಮತ್ತು ರುಚಿಕರವಾದ ಅಡುಗೆಯ ವಾಸನೆಯಿಂದ ತುಂಬಿದೆ. ಆಕೆಯ ತಾಯಿ ರಹೀಂ ಮತ್ತು ಅವರ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಊಟಕ್ಕೆ ಆಹ್ವಾನಿಸಿದ್ದಾರೆ. ರಹೀಂ ಕುಟುಂಬ ಬಂದಾಗ, ದೊಡ್ಡವರು ಡ್ರಾಯಿಂಗ್ ರೂಮಿನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು, ಕಥೆಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾ ಮತ್ತು ಹಳೆಯ ನೆನಪುಗಳನ್ನು ಮೆಲುಕು ಹಾಕುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದೇ ವೇಳೆ, ಮೀರಾ ತನ್ನ ಹೊಚ್ಚ ಹೊಸ ಫೋನ್ ಅನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು, ರಹೀಂನನ್ನು ತನ್ನ ಕೋಣೆಗೆ ಉತ್ತಾಹದಿಂದ ಎಳೆದುಕೊಂಡು ಹೋದಳು.

ನೋಡು ರಹೀಂ! ಅಷ್ಟ-ಅಮ್ಮ ಕೊನೆಗೂ ನನಗೆ ಸ್ವಂತ ಫೋನ್ ಕೊಡಿಸಿದ್ದಾರೆ! ಈಗ ನಾನು ಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲಾ ಗೇಮ್ಸ್ ಮತ್ತು ಆ್ಯಪ್‌ಗಳನ್ನು ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು!



ಅದ್ಭುತ, ಮೀರಾ! ನೀನು ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಲು ಶುರು ಮಾಡುವ ಮುನ್ನ, ಮೊದಲು ಒಂದು ಇ-ಮೇಲ್ ಐಡಿ ಮತ್ತು ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ರಚಿಸಬೇಕು. ಬನ್ನಿ, ಅದನ್ನು ಮಾಡೋಣ!



ಮೀರಾ ತಕ್ಷಣವೇ iammeera@gmail.com ಎಂದು ತನ್ನ ಇಮೇಲ್ ಐಡಿ ನಮೂದಿಸಿ, ಹೆಮ್ಮೆಯಿಂದ ನಗುತ್ತಾ ತನ್ನ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಅನ್ನು IAMMEERA ಎಂದು ಸೆಟ್ ಮಾಡಿದಳು. ಅಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಗ್ರಿಚ್ ದಿಢೀರನೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ಅವಳಿಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಲು ಸಿದ್ಧನಾದನು.



ಇಮೇಲ್‌ಐಡಿ: iammeera@gmail.com

ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ : IAMMEERA

ದುರ್ಬಲ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಪತ್ತೆಯಾಗಿದೆ! ಸುರಕ್ಷತೆಗೆ ಧಕ್ಕೆಯಾಗಿದೆ!

ಈ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಯಾಕೆ ಸಮಸ್ಯೆ? ಇದು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭ ಅಲ್ಲಾ? ನನ್ನ ಅಮ್ಮನ ಫೋನ್‌ಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಉದ್ದನೆಯ, ಕಠಿಣವಾದ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳಿರುತ್ತಿದ್ದವು, ಅವು ನೆನಪಿಡಲು ಕಷ್ಟವಾಗಿತ್ತು, ಹಾಗಾಗಿ ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ ನಾನು ಸಹಾಯ ಕೇಳಬೇಕಾಗಿತ್ತು.



ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳೋಕೆ ಸುಲಭ, ಆದ್ರೆ ಬೇರೆಯವರು ಊಹಿಸೋಕೂ ಸುಲಭ ಆಗುತ್ತೆ. ಸುಲಭ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳು ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಲ್ಲಾ? ಸ್ವಲ್ಪ ಯೋಚಿಸಿ ನೋಡು: ಯಾರಾದರೂ ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತಿರುವವರು ನಿನ್ನ ಅಕೌಂಟ್ ನೋಡಬೇಕು ಅಂದುಕೊಂಡರೆ, ಮೊದಲು ನಿನ್ನ ಹೆಸರು ಅಥವಾ ನಿನ್ನಿಷ್ಟದ ಪದವನ್ನೇ ಬಳಸಿ ಲಾಗಿನ್ ಆಗೋಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ! ಒಂದು ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಠಿಣ ಮತ್ತು ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದೊಂದು ಕಷ್ಟದ ಒಗಟು ಬಿಡಿಸಿದಂತೆ. ಅದನ್ನು ಮನುಷ್ಯರಿಗೂ ಅಥವಾ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ಗಳಿಗೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಕಂಡುಹಿಡಿಯೋಕೆ ಆಗೋದಿಲ್ಲ. ಮತ್ತೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸು.



ತುಂಬಾ ಉಪಯುಕ್ತ! ಇದನ್ನು
ಪ್ರಯತ್ನಿಸೋಣ: M3eRalsBlrthd@y

"ಹೌದು! ಇದು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದೆ! ಇನ್ನುಂದೆ
ಇದನ್ನೇ ನಾನು ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಅಕೌಂಟ್‌ಗಳಿಗೂ
ಬಳಸುತ್ತೇನೆ!"



ಅಯ್ಯೋ ಬೇಡ! ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣ ಹೇಳಿದು, ಎಲ್ಲಾ ಅಕೌಂಟ್‌ಗಳಿಗೂ ಒಂದೇ
ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಬಳಸೋದು ಅಂದ್ರೆ ಮನೆ, ಕಾರು, ಲಾಕರ್‌ಗೆಲ್ಲಾ ಒಂದೇ ಕೀ ಬಳಸಿದ
ಹಾಗೆ ಅಂತ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಅದು ಸಿಕ್ಕರೆ, ಅವರು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ
ಅನ್‌ಲಾಕ್ ಮಾಡಬಹುದು. ಒಂದು ಆ್ಯಪ್ ಹ್ಯಾಕ್ ಆದ್ರೆ-ನಿಮ್ಮ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್
ಬೇರೆಯವರ ಕೈ ಸೇರಬಹುದು, ಹಾಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಉಳಿದ ಎಲ್ಲಾ ಅಕೌಂಟ್‌ಗಳು
ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕುತ್ತವೆ.

ಓಹ್ ಇಲ್ಲ! ನಾನು ಆ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲೇ ಇಲ್ಲ.
ನಾನೀಗ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?



ಪ್ರತಿ ಅಕೌಂಟ್‌ಗೂ ಬೇರೆ ಬೇರೆ
ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಬಳಸುವುದು ಉತ್ತಮ.



ಅದು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳೋಕೆ ತುಂಬಾ ಇದೆ ಅನಿಸುತ್ತೆ.
ನಾನಿದನ್ನು ನನ್ನ ಡೈರಿಯಲ್ಲಿ ಬರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.



ನಾನೂ ಹಾಗೆ ಅಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೆ, ಆದರೆ ಆಮೇಲೆ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಮ್ಯಾನೇಜರ್
ಬಳಸಲು ಶುರು ಮಾಡಿದೆ. ಇದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಒಂದು ಗೇಮ್-ಚೇಂಜರ್! ಈಗ ನಾನು
ಒಂದೇ ಒಂದು ಸ್ಟ್ರಾಂಗ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಸಾಕು, ನನ್ನ
ಉಳಿದ ಎಲ್ಲಾ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ನೋಡಬಹುದು ಒಂದು ವೇಳೆ ಯಾರಾದರೂ
ನನ್ನ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಕ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿದರೂ, ನಾನು 2-ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಅಥೆಂಟಿಕೇಷನ್ ಆನ್
ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ, ಹಾಗಾಗಿ ನಾನು ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ! ಇದು ನಿಮ್ಮ
ಡಿಜಿಟಲ್ ಬಾಗಿಲಿಗೆ ಎರಡನೇ ಬೀಗ ಹಾಕಿದ ಹಾಗೆ ಅಲ್ಲಾ ಹಹಾ!



ಓಹ್! ಸ್ಟ್ರಾಂಗ್ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಸಾಕಾಗುತ್ತೆ ಅಂತ ನಾನು
ನಂಬಿದ್ದೆ, ಆದರೆ ನಾವು ಇನ್ನಷ್ಟು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಬೇಕು
ಅಂತ ಕಾಣುತ್ತೆ!

ಹಲವು ಸುರಕ್ಷತಾ ಪದರಗಳಿರುವುದು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್ ಲಾಕ್‌ಗಳನ್ನು ಸಹ ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಮರೆಯಬೇಡಿ! ಈಗ,
ಹೋಗೋಣ ಬನ್ನಿ- ಕೇಕ್ ಕಟ್ ಮಾಡುವ ಸಮಯ ಬಂದಿದೆ ಅಲ್ಲಾ, ನನಗೆ
ತುಂಬಾ ಹಸಿವಾಗಿದೆ!





ಮೀರಾಳ ಅನುಭವದಿಂದ ಕಲಿಯೋಣ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಗಳು ಮೊದಲಿನಿಂದಲೇ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿವೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಹೊಸ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗೆ ಸೈನ್ ಅಪ್ ಮಾಡುವಾಗ ಅಥವಾ ಖಾತೆಯನ್ನು ರಚಿಸುವಾಗ, ಬಲವಾದ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಅನ್ನು ರಚಿಸಲು ಈ ಅಗತ್ಯ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ:

ಸುರಕ್ಷಿತ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ನ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳು



- ವಿವಿಧ ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ: ದೊಡ್ಡ ಅಕ್ಷರಗಳು (ABC), ಸಣ್ಣ ಅಕ್ಷರಗಳು (abc), ಸಂಖ್ಯೆಗಳು, ಮತ್ತು ವಿಶೇಷ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ: @, #, \$, !) ಸೇರಿಸಿ. ಇದರಿಂದ ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಅನ್ನು ಊಹಿಸುವುದು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳು ಕನಿಷ್ಠ 12-16 ಅಕ್ಷರಗಳಷ್ಟು ಉದ್ದವಿರಬೇಕು, ಇದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಭದ್ರತೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಉದ್ದನೆಯ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಭೇದಿಸಲು ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದರೂ ಸಹ, ಅವುಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸುಲಭವಾಗಿ ಊಹಿಸಬಹುದಾದ ಪದಗಳು ಮತ್ತು ಪದಗುಚ್ಛಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. "ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್," "123456" ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರು, ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಯ ಹೆಸರು, ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನ ಪದಗುಚ್ಛದಂತಹ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತಿಳಿದಿರುವ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ.
- ಸುಲಭವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಬಳಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ: ಹುಟ್ಟಿದ ದಿನಾಂಕ, ವಿವಾಹ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವ ಅಥವಾ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳಂತಹ ಮಾಹಿತಿಗಳು ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮಗಳ ಮೂಲಕ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇವುಗಳನ್ನು ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳಾಗಿ ಬಳಸುವುದು ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ.
- ಒಂದು ಗೌಪ್ಯ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ: ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭವಾದ ವಾಕ್ಯ ಅಥವಾ ಪದಗುಚ್ಛವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸಂಕೀರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, "ನನಗೆ ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್ ಇಷ್ಟ!" (I love ice cream in summer!) ಎಂಬುದನ್ನು "N@g3!B3s!g3y@!!Ic3Cr34m#" ಎಂದು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು.

ಇದರಿಂದ ಏನು ಪ್ರಯೋಜನ?

ಇಂದಿನ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದಿಂದ ಇಮೇಲ್ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಂಕಿಂಗ್‌ವರೆಗೆ ಹಲವು ಖಾತೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಗಳಿಗೆ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ನುಗ್ಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಬಲವಾದ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ನಿಮ್ಮ ಮೊದಲ ರಕ್ಷಣಾ ರೇಖೆಯಾಗಿದೆ. ದುರ್ಬಲ ಅಥವಾ ಮರುಬಳಕೆ ಮಾಡಿದ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್, ಡೇಟಾ ಕಳ್ಳತನ, ಆರ್ಥಿಕ ನಷ್ಟ ಅಥವಾ ಗುರುತಿನ ಕಳ್ಳತನಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಈ ಬೆದರಿಕೆಗಳನ್ನು ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಇನ್ನಷ್ಟು ವಿವರವಾಗಿ ಅನ್ವೇಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಅತ್ಯಾಧುನಿಕರಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಈ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಗಳ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.



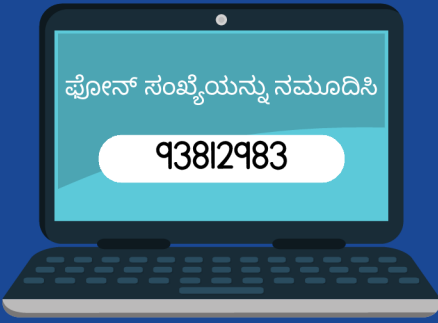
2 ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಅಥೆಂಟಿಕೇಷನ್

ಖಾತೆಗಳ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು, 2 ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಅಥೆಂಟಿಕೇಷನ್ ಒಂದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ. ಹಲವು ಪ್ರಮುಖ ಆನ್‌ಲೈನ್ ವೇದಿಕೆಗಳು ಇದರ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಗೆ ಈ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿದಾಗ, ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ನೀಡಿದ ನಂತರ ಲಾಗ್ ಇನ್ ಆಗಲು ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಪರಿಶೀಲನೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಇದು ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮೊಬೈಲ್ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಲಾದ ಕೋಡ್ ಆಗಿರುತ್ತದೆ, ಇದನ್ನು ಒನ್-ಟೈಮ್ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಪಾಸ್‌ಕೀ, ಇಮೇಲ್ ಅಥವಾ ಬೆರಳಚ್ಚು ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಕೂಡ ಆಗಿರಬಹುದು. ಇದರರ್ಥ ಈ ಕೋಡ್ ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಮಾನ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಮಾತ್ರ ಬಳಸಬಹುದು. ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ನೀವು ಲಾಗ್ ಇನ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಹೊಸ ಕೋಡ್ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.



ಇದು ಹೇಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ?

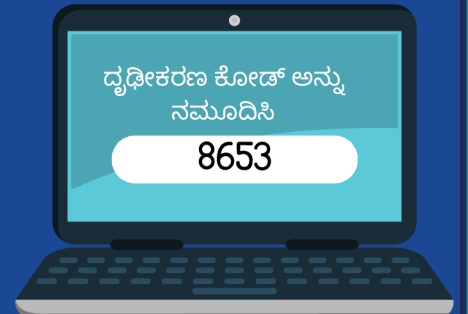
ಬಳಕೆದಾರರು ತಮ್ಮ ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆ ನಮೂದಿಸುತ್ತಾರೆ



ಬಳಕೆದಾರರಿಗೆ ಒನ್ ಟೈಮ್ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಬರುತ್ತದೆ



ಬಳಕೆದಾರರು ಒನ್ ಟೈಮ್ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಅನ್ನು ನಮೂದಿಸುತ್ತಾರೆ



ಹೇಗೆ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವುದು:

1. ನ್ಯಾವಿಗೇಷನ್ ಪ್ಯಾನಲ್‌ಗೆ ಹೋಗಿ. ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಐಕಾನ್‌ಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಬಹುದು:



2. ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್ಸ್ ಆಯ್ಕೆಗೆ ಹೋಗಿ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೀಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ:



3. ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್ಸ್ ಆಯ್ಕೆಗೆ ಹೋಗಿ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೀಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ:

ಅಕೌಂಟ್ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್ಸ್

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸೆಕ್ಯೂರಿಟಿ ಸೂಚನೆಗಳು

ಅಕೌಂಟ್ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್ಸ್

ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಯನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳು

ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಬದಲಾಯಿಸಿ

ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿ

2 ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಅಥೆಂಟಿಕೇಷನ್

ನಿಮ್ಮ ಗುರುತನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವ ಸಾಧನವಾಗಿ ಇದನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿ

4. 2 ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಅಥೆಂಟಿಕೇಷನ್ ದೃಢೀಕರಣ ವಿಧಾನಗಳಿಗಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಕೆಲವು ಆಯ್ಕೆಗಳು ಕಾಣಿಸುತ್ತವೆ. ನೀವು SMS, ಆಪ್ ಅಥವಾ ಬೆರಳಚ್ಚುಗಳನ್ನು ಸಹ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಹುದು.

2-ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಅಥೆಂಟಿಕೇಷನ್ ಅನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿ

1 ವಿಧಾನವನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿ

2 ಪರಿಶೀಲಿಸಿ

3 ಬ್ಯಾಕಪ್ ಅನ್ನು ಸೇರಿಸಿ

ದೃಢೀಕರಣ ವಿಧಾನವನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿ

ನಿಮ್ಮ ಬಳಕೆದಾರ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಜೊತೆಗೆ, ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಗೆ ಸೈನ್ ಇನ್ ಮಾಡಲು (ಆಪ್ ಅಥವಾ SMS ಮೂಲಕ ಬರುವ) ಒಂದು ಕೋಡ್ ಅನ್ನು ನಮೂದಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ

ಅಥೆಂಟಿಕೇಷನ್ ಆಪ್
ಆಪ್ ನಿಂದ ಕೋಡ್‌ಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ

ಎಸ್‌ಎಂಎಸ್
SMS ಮೂಲಕ ಅನನ್ಯ ಕೋಡ್ ಸ್ವೀಕರಿಸಿ
Next

ಇಮೇಲ್‌ಐಡಿ
ಇಮೇಲ್ ಮೂಲಕ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಕೋಡ್ ಅನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ

ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಮ್ಯಾನೇಜರ್‌ಗಳು



ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಮ್ಯಾನೇಜರ್‌ಗಳು ಏನು ಮಾಡುತ್ತವೆ?

1. ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತವೆ: ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಮ್ಯಾನೇಜರ್‌ಗಳು ಡಿಜಿಟಲ್ ಲಾಕರ್‌ನಂತೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಿ, ನಿಮ್ಮ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಿಸುತ್ತವೆ.
2. ಬಲವಾದ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ರಚಿಸುತ್ತವೆ: ಅವು ಪ್ರತಿ ಖಾತೆಗೂ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ, ಕಠಿಣ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಸಹ ರಚಿಸಬಲ್ಲವು. ಇದರಿಂದ ನೀವು ದುರ್ಬಲ ಅಥವಾ ಊಹಿಸಬಹುದಾದ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಬಳಸದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.
3. ಲಾಗಿನ್ ವಿವರಗಳನ್ನು ಸ್ವಯಂ ಭರ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ: ಹಲವು ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಮ್ಯಾನೇಜರ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಲಾಗಿನ್ ವಿವರಗಳನ್ನು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ಭರ್ತಿ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಸಮಯವನ್ನು ಉಳಿಸುತ್ತವೆ



ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಮ್ಯಾನೇಜರ್ ಅನ್ನು ಏಕೆ ಬಳಸಬೇಕು?



ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಮ್ಯಾನೇಜರ್ ಇದ್ದರೆ, ನೀವು ಹಲವು ಸಂಕೀರ್ಣ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕೇವಲ ನಿಮ್ಮ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಮ್ಯಾನೇಜರ್ ಅನ್ನು ಅನ್‌ಲಾಕ್ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಬಲವಾದ ಮಾಸ್ವರ್ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಸಾಕು. ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಪರದಾಡುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ, ಹಾಗೂ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಮರುಹೊಂದಿಸುವ ಹತಾಶೆಯೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ!



ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಮ್ಯಾನೇಜರ್ ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾವನ್ನು ಬಲವಾದ ಎನ್‌ಕ್ರಿಪ್ಷನ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಲಾಕ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು, ನಿಮ್ಮ ಮಾಸ್ವರ್ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಬಳಸಿ ನೀವು ಮಾತ್ರ ಭೇದಿಸಬಹುದಾದ ರಹಸ್ಯ ಕೋಡ್‌ನಂತೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಇಲ್ಲದೆ, ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಯಾವುದೇ ಅವಕಾಶವಿರುವುದಿಲ್ಲ!



ಕೆಲವು ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಮ್ಯಾನೇಜರ್‌ಗಳು ನಕಲಿ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಇತರ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಬಲ್ಲವು. ಮೋಸದ ಪುಟಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಲಾಗಿನ್ ವಿವರಗಳನ್ನು ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ನಮೂದಿಸುವುದರಿಂದ ಅವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತವೆ. ಇದು ಅದ್ಭುತವಲ್ಲವೇ?

ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್ ಲಾಕ್‌ಗಳು



ನಿನ್ನೆ ರಹೀಮ್ ನನ್ನ ಬಳಿ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಸಮಸ್ಯೆಯೊಂದಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದ. ಅವನಿಗೆ ಕಾಲೋನಿಯ ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಸ್ಮಾರ್ಟ್‌ಫೋನ್‌ಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸಬೇಕೆಂದು ಕಲಿಸುವುದು ಬಹಳ ಇಷ್ಟ. ಆದರೆ, ಅವನ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಖಾಸಗಿ ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳು, ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದವರೊಂದಿಗಿನ ಫೋಟೋಗಳು, ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಂದೇಶಗಳಂತಹ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಾಹಿತಿ ಇತ್ತು. ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ ತನ್ನ ಫೋನ್ ಅನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವನು ಬಯಸಿದರೂ, ಅವನ ಪ್ರೈವಸಿ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತೆಗೆ ಧಕ್ಕೆಯಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಿತ್ತು. ಆಗ ನಾನು ಅವನಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ: ಆ್ಯಪ್ ಲಾಕ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸು!

ಆ್ಯಪ್ ಲಾಕ್‌ಗಳು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳಿಗೆ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್, ಪಿನ್ ಅಥವಾ ಬಯೋಮೆಟ್ರಿಕ್ ಪ್ರವೇಶವನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯಗೊಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಫೋನ್ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಒಬ್ಬರು ತಮ್ಮ ಫೋನ್ ಅನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದು ಇಲ್ಲಿದೆ:



ಆ್ಯಪ್ ಲಾಕ್ ಅನ್ನು ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಿ



ಸುರಕ್ಷಿತ ಪಿನ್ ಅನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿ



ಲಾಕ್ ಮಾಡಲು ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿ



ಬಯೋಮೆಟ್ರಿಕ್ ಪರಿಶೀಲನೆಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿ

ಆ್ಯಪ್ ಲಾಕ್‌ಗಳ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು

- ಪ್ರೈವಸಿ ರಕ್ಷಣೆ: ರಹೀಮ್‌ನ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಾಹಿತಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ, ಬೇರೆಯವರು ಅವನ ಫೋನ್ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಸಹ.
- ಹೊಂದಿಸಬಹುದಾದ: ಅವನು ಯಾವ ಆ್ಯಪ್‌ಗಳನ್ನು ಲಾಕ್ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಿಖರವಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಹುದು.
- ಬಳಕೆಯ ಸುಲಭತೆ: ಒಮ್ಮೆ ಹೊಂದಿಸಿದ ನಂತರ, ಆ್ಯಪ್ ಲಾಕ್‌ಗಳು ಬಳಸಲು ಸರಳ ಮತ್ತು ಸುಲಭವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುವಂತಿರುತ್ತವೆ.



ಯಾವಾಗಲೂ ನೆನಪಿಡಿ, ಹಾನಿಕಾರಕ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್‌ಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಅಧಿಕೃತ ಸ್ಟೋರ್‌ಗಳಿಂದ ಮಾತ್ರ ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳನ್ನು ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಿ, ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್ ಲಾಕ್‌ಗಳಿಗೆ ಬಲವಾದ ಪಿನ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ. ಗರಿಷ್ಠ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಡಬಲ್ ಮತ್ತು ಟ್ರಿಪಲ್ ಲಾಕ್ ಮಾಡಿ

ಚಟುವಟಿಕೆ

ನಿಮ್ಮ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ.

(I) ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಮ್ಯಾನೇಜರ್‌ನ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಉದ್ದೇಶವೇನು?

- ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಮತ್ತು ಸಂಘಟಿಸಲು.
- 5 ನಿಮಿಷಗಳ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯತೆಯ ನಂತರ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ಲಾಗ್ ಔಟ್ ಮಾಡಲು.
- ಹೊಸ ಅಕೌಂಟ್ ಗಳಿಗೆ ಬಳಕೆದಾರ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ರಚಿಸಲು.
- ನೀವು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಬಳಸದ ಖಾತೆಗಳನ್ನು ಅಳಿಸಲು.

(II) ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳು ಬಲಿಷ್ಠವಾಗಿ ಕಂಡರೂ, ಕಡಿಮೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿವೆ?

- "Password@123!"
- "xT#4jG!@oLmN\$z"
- "MySecureP@ss2024!"
- "E!3xy&7#M@n2023"

(III) ಒಂದು ಪ್ರಬಲ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ನ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾದ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಅಲ್ಲ ?

- ಕನಿಷ್ಠ 8-12 ಅಕ್ಷರಗಳಷ್ಟು ಉದ್ದವಿರಬೇಕು.
- ನಿಮ್ಮ ಪೂರ್ಣ ಹೆಸರು ಅಥವಾ ಹುಟ್ಟಿದ ವರ್ಷವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.
- ದೊಡ್ಡಕ್ಷರ, ಚಿಕ್ಕಕ್ಷರ ದ ಅಕ್ಷರಗಳು, ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬೇಕು
- "123456" ನಂತಹ ಊಹಿಸಬಹುದಾದ ಅನುಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತದೆ.

(IV) ನೀವು 2-ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಅಥೆಂಟಿಕೇಷನ್ (2FA) ಅನ್ನು ಏಕೆ ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಬೇಕು ?

- ಲಾಗ್ ಇನ್ ಆಗುವುದನ್ನು ವೇಗಗೊಳಿಸಲು.
- ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಗೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಭದ್ರತೆಯ ಲೇಯರ್ ಅನ್ನು ಸೇರಿಸಲು
- ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ನಿಮ್ಮ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಅನ್ನು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ನವೀಕರಿಸಲು.
- ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಅನುಮತಿಸಲು.

ಉತ್ತರಗಳ ಪಟ್ಟಿ:

(I) ಎ) ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಮತ್ತು ಸಂಘಟಿಸಲು.

(II) ಎ) "Password@123!" (ಕಾರಣ: ಇದು "Password" ಎಂಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಪದವನ್ನು ಮತ್ತು ಊಹಿಸಬಹುದಾದ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತದೆ, ಇದು ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್‌ಗೆ ಒಳಗಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

(III) ಬಿ) ನಿಮ್ಮ ಪೂರ್ಣ ಹೆಸರು ಅಥವಾ ಜನ್ಮ ವರ್ಷವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. (ಕಾರಣ: ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯು ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಊಹಿಸಲು ಸುಲಭವಾಗಿಸುತ್ತದೆ.)

(IV) ಬಿ) ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಗೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಭದ್ರತೆಯ ಲೇಯರ್ ಅನ್ನು ಸೇರಿಸಲು.

ಭದ್ರತಾ ಬೆದರಿಕೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.



ಒಂದು ಬಿಸಿಲಿನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ರಹೀಂ ಪಕ್ಕದ ಪಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದಾನೆ. ಅವನು ಈಗ ತಾನೇ ಕೆಲವು ಬೋರ್ಡ್ ಆಟಗಳನ್ನು ಆಡಿ ಮುಗಿಸಿದ್ದಾನೆ ಮತ್ತು ಹೊಸ ಸವಾಲು ಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ! ಅವನು ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರಾದ ಜಸ್ಪೀತ್ ಮತ್ತು ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣ ಅವರನ್ನು ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡನು. ಜಸ್ಪೀತ್ ಮತ್ತು ರಹೀಂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣ ಅವರ ಫೋನ್ ತೆರೆದು ಸವಾಲಿನ ಪದಬಂಧಗಳಿರುವ ಕೆಲವು ಹೊಸ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿದರು.



ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ, ಸ್ಪೀನ್ ಮೇಲೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಸಂದೇಶ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ

ನಿಮಗೆ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು! ನೀವು 1,000 ಉಚಿತ ಗೇಮ್ ಕಾಯಿನ್‌ಗಳನ್ನು ಗೆದ್ದಿದ್ದೀರಿ! ನಿಮ್ಮ ಬಹುಮಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಇಲ್ಲಿ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಹಾಗೂ OTP ಯೊಂದಿಗೆ ಈ ಸಂದೇಶಕ್ಕೆ ಪ್ರತ್ಯುತ್ತರಿಸಿ."



ರಹೀಂಗೆ ಇಷ್ಟು ನಾಣ್ಯಗಳು ಸಿಕ್ಕಿದ್ದಕ್ಕೆ ತುಂಬಾ ಖುಷಿಯಾಯಿತು, ಆದರೆ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಬೇಕೇ ಎಂದು ಅವನಿಗೆ ಖಚಿತವಿರಲಿಲ್ಲ. ಜಸ್ಪೀತ್‌ಗೂ ಆ ಸಂದೇಶದ ಬಗ್ಗೆ ಅನುಮಾನ ಮೂಡಿತು, ಮತ್ತು ಇಬ್ಬರೂ ಅದನ್ನು ಓಪನ್ ಮಾಡದಿರಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂದೇಶವು ಅಧಿಕೃತ ಮೂಲದಿಂದ ಬಂದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಇದು ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದೆ - ಇದು ಒಂದು ವಂಚನೆಯಾಗಿರಬಹುದು ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ! ಈ ರೀತಿಯ ಸಂದೇಶಗಳ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಡೇಟಾ, ಹಣ ಅಥವಾ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಕದಿಯಲು ಸ್ಯಾಮರ್‌ಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹೊಸ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬೆದರಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಏಕೆ ಪರಿಷ್ಕರಿಸಬಾರದು?



ಓಹ್ ಹೌದು! ಪ್ರಬಲವಾದ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಭದ್ರತಾ ಕ್ರಮಗಳ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ನನಗೆ ಇನ್ನೂ ಹಾನಿಯಾಗಬಹುದು ಎಂದು ನನಗೆ ನಂಬಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ! ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ ಇದರಿಂದ ನನಗೂ ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.

ಹಾಗಾದರೆ ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್‌ನಿಂದಲೇ ಶುರು ಮಾಡೋಣ! ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಮಾಹಿತಿ ಸೇರಿದಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾವನ್ನು ನೋಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯದಂತೆ ಅದನ್ನು ಕದಿಯಲು ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.



ಹೌದು, ನನ್ನ ಸೋದರಸಂಬಂಧಿಗೆ ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಹ್ಯಾಕ್ ಆಗಿತ್ತು ಅಂದಿನಿಂದ ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಅನೇಕ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಲಾಕ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್

ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಭದ್ರತಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಭೇದಿಸಲು ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ಸುಧಾರಿತ ಕೋಡ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್ ಎಂದರೆ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಬೇರೊಬ್ಬರ ಫೋನ್, ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಅಥವಾ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಖಾತೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು. ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ಖಾಸಗಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕದಿಯಬಹುದು, ಹಾನಿ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಸಾಧನದ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಸಹ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕೆಲವು ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ಕಾನೂನುಬಾಹಿರ ಕಾರಣಗಳಿಗಾಗಿ ಇದನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ, ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ("ನೈತಿಕ ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು" ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವವರು) ಭದ್ರತಾ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದು ಸರಿಪಡಿಸಲು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಾಲ್‌ವೇರ್ (ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಅಥವಾ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ನೆಟ್‌ವರ್ಕ್‌ಗೆ ರಹಸ್ಯವಾಗಿ ಹಾನಿ ಮಾಡುವ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಅಥವಾ ವೈರಸ್) ಬಳಸಿ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಹ್ಯಾಕ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ!



ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತನ ಡೈರಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಲಾಕ್ ಇದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಿ, ಆದರೆ ಅವರು ಅದನ್ನು ಯಾವಾಗ ತೆರೆಯುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸುವ ಮೂಲಕ ನೀವು ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ನುಸುಳಲು ಮತ್ತು ಅವರ ಖಾಸಗಿ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಓದಲು ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೀರಿ. ಅದು ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್ ಮಾಡಿದಂತೆ, ಆದರೆ ಡೈರಿಯ ಬದಲಿಗೆ, ಅದು ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ಗಳು, ಫೋನ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಖಾತೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ!



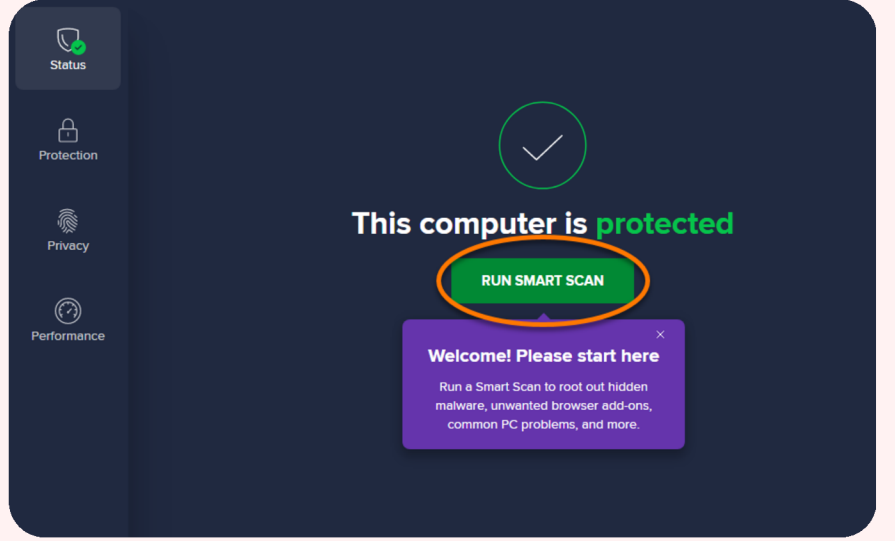
ಆಂಟಿವೈರಸ್ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ಸಾಧನಗಳನ್ನು ನವೀಕರಿಸಿ.



ಆಂಟಿವೈರಸ್ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ನಿಮ್ಮ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ನಿಂದ ವೈರಸ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಹಾನಿಕಾರಕ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್‌ಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲು ಮತ್ತು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆಂಟಿವೈರಸ್ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಅನ್ನು ಇನ್‌ಸ್ಟಾಲ್ ಮಾಡಿ, ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನದ ಫೈರ್‌ವಾಲ್ ಆನ್ ಆಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ನುಸುಳಲು ಬಳಸಬಹುದಾದ ದೋಷಗಳು ಅಥವಾ ಭದ್ರತಾ ಲೋಪಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನವನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಅಪ್‌ಡೇಟ್ ಮಾಡಿ.

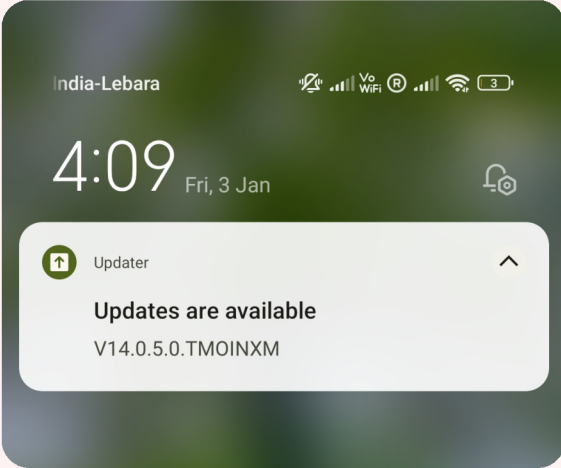
1

ಈ ಚಿತ್ರವು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಆಂಟಿವೈರಸ್ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಅನ್ನು ಇನ್‌ಸ್ಟಾಲ್ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಚಾಲನೆ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ನೀವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲು ಹಲವು ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್‌ಗಳಿವೆ, ಮತ್ತು ದೊಡ್ಡವರನ್ನು ಕೇಳುವುದು ಅಥವಾ ಸರಳವಾಗಿ ವೆಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಹುಡುಕುವುದು ನಿಮಗೆ ನಿರ್ದರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ!



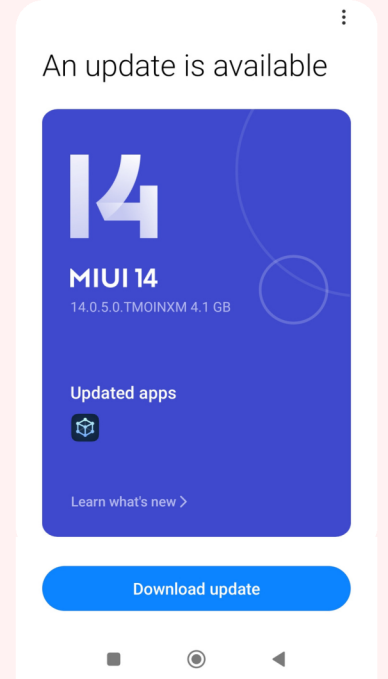
2

ನಿಮ್ಮ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಪ್‌ಡೇಟ್‌ಗಳನ್ನು ಲಭ್ಯವಿದ್ದಾಗ, ಅದು ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ಅಧಿಸೂಚನೆ ನೀಡುತ್ತದೆ:



3

ಅಧಿಸೂಚನೆಯನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ನೀವು ಅಪ್‌ಡೇಟ್ ಅನ್ನು ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮ್ಮ ಫೋನ್ ಅನ್ನು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಅಪ್‌ಡೇಟ್ ಮಾಡಬೇಕು!



ಚಟುವಟಿಕೆ

ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಕೊನೆಯ ಬಾರಿಗೆ ಯಾವಾಗ ಅಪ್‌ಡೇಟ್ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ? ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ಮತ್ತು ನೀವು ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಈಗಲೇ ಅವುಗಳನ್ನು ಅಪ್‌ಡೇಟ್ ಮಾಡಿ!

ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಾ, ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮುಂದುವರಿದ ವಿಧಾನವಿದೆ, ಅಲ್ಲಿ ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮನ್ನು ವಂಚಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ಫಿಶಿಂಗ್ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ!



ಫಿಶಿಂಗ್? ನೀವು ಕೊಳದಲ್ಲಿ ಮೀನು ಹಿಡಿಯುವುದನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೀರಾ?





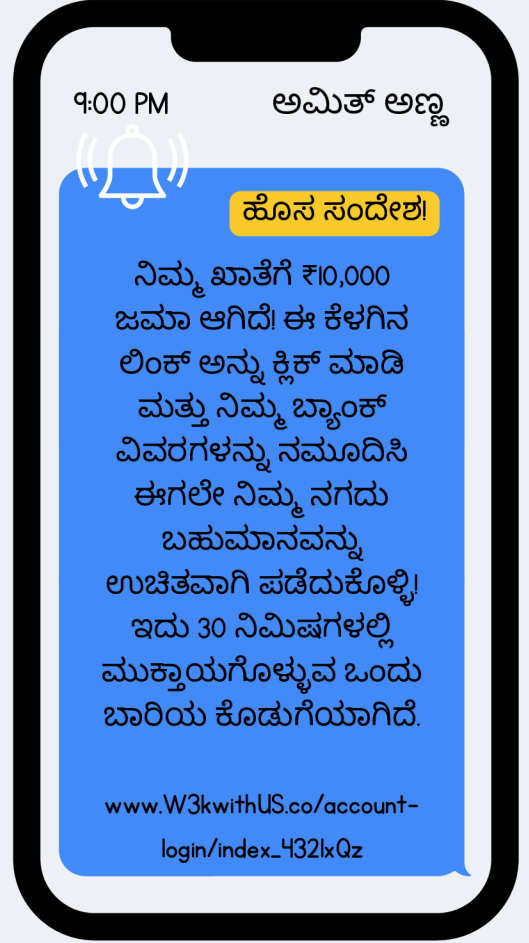
ಖಂಡಿತಾ, ಹಾಗೆ ಕೂಡ ಹೇಳಬಹುದು! ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಕಳ್ಳತನದಿಂದ ಮೀನು ಹಿಡಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಬಹುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬೇರೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಂತೆ, ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಬ್ಯಾಂಕ್, ಶಾಲೆ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ನೆಚ್ಚಿನ ವಿಡಿಯೋ ಗೇಮ್ ಕಂಪನಿಯಂತೆ ನಟಿಸಿ ಅವರು ಇದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ! ನಾವು ಹಿಂದೆ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದ ಸಂದೇಶವು ಫಿಶಿಂಗ್‌ಗೆ ಉತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿದೆ.



ಫಿಶಿಂಗ್

ಫಿಶಿಂಗ್ ಎಂದರೆ ವಂಚಕರು ಅಧಿಕೃತವಾಗಿ ಕಾಣುವ ನಕಲಿ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವ ಒಂದು ಮೋಸದ ತಂತ್ರ! ಈ ಸಂದೇಶಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ "ನೀವು ಈಗಲೇ ಪರಿಶೀಲಿಸದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಯನ್ನು ಅಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ!" ಎಂಬಂತಹ ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ನಾವು ಗಾಬರಿಗೊಂಡು ಲಿಂಕ್ ಅನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಅಥವಾ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಕ್ರೆಡಿಟ್ ಕಾರ್ಡ್ ಸಂಖ್ಯೆಗಳಂತಹ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನಮೂದಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಮಾಹಿತಿ ನೇರವಾಗಿ ವಂಚಕರ ಕೈ ಸೇರುತ್ತದೆ. ಬನ್ನಿ, ಫಿಶಿಂಗ್‌ನ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ನೋಡೋಣ.

ಸಂದೇಶದಲ್ಲಿನ ಆತುರ, ಕೆಳಗಿರುವ ನಕಲಿ ಲಿಂಕ್ ಮತ್ತು ಸಂದೇಶವು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ಕೇಳಿರುವುದು - ಇವೆಲ್ಲವೂ ಅಪಾಯದ ಸೂಚನೆಗಳು! ಬ್ಯಾಂಕಿಂಗ್ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕೇಳುವ ಸಂದೇಶಗಳು ಅಥವಾ ಕರೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು.



ಸಲಹೆ: ಲಿಂಕ್ ಅನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ!!

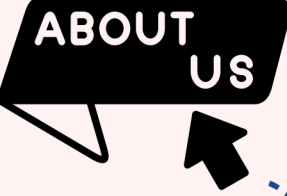


ಅನಿರೀಕ್ಷಿತಮೂಲದಿಂದ ನಿಮಗೆ ಲಿಂಕ್ ಬಂದರೆ, ಅದು ತಪ್ಪಾಗಿ ಕಂಡುಬಂದರೆ, ಅಥವಾ ಆಕರ್ಷಕ ಸಂದೇಶದೊಂದಿಗೆ ಬಂದರೆ, ಅದರಿಂದ ದೂರವಿರಿ... ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಅಪರಿಚಿತ ಲಿಂಕ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕದಿಯಬಹುದು ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನಕ್ಕೆ ಹಾನಿಕಾರಕ ವೈರಸ್‌ಗಳನ್ನು ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಬಹುದು.

ಹಾನಿಕಾರಕ ಲಿಂಕ್‌ಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಲು ಮತ್ತು ನೀವು ಸುರಕ್ಷಿತ, ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಕೆಲವು ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ.



- ಲಿಂಕ್ ಹೆಸರು ".com", ".org", ".gov", ".in" ಅಥವಾ ".edu.in" ನಲ್ಲಿ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ - ಇವು ಪ್ರಮಾಣಿತ ಹೆಸರುಗಳಾಗಿವೆ.



- ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಅನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ - ವಿಶೇಷವಾಗಿ "ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ವಿಭಾಗವನ್ನು" - ಅದನ್ನು ಯಾರು ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.



- URL ಅನ್ನು ಎರಡು ಬಾರಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ, ಅದು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಸೈಟ್‌ನ ನಕಲಿ ಅಥವಾ ಅನುಕರಣೆ ಮಾಡಿದ ಆವೃತ್ತಿಯಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ, "amaz0n.com" ಎಂಬುದು "amazon.com" ಅನ್ನು ಅನುಕರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ನಕಲಿ ಸೈಟ್ ಆಗಿದೆ.



- URL ಅನ್ನು ಎರಡು ಬಾರಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ, ಅದು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಸೈಟ್‌ನ ನಕಲಿ ಅಥವಾ ಅನುಕರಣೆ ಮಾಡಿದ ಆವೃತ್ತಿಯಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ, "amaz0n.com" ಎಂಬುದು "amazon.com" ಅನ್ನು ಅನುಕರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ನಕಲಿ ಸೈಟ್ ಆಗಿದೆ.



ಆಡ್‌ಬ್ಲಾಕರ್‌ಗಳು, ಹೆಸರೇ ಸೂಚಿಸುವಂತೆ, ನೀವು ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿದರೆ ಪಾಪ್-ಅಪ್‌ಗಳು, ಜಾಹೀರಾತುಗಳು ಮತ್ತು ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಇತರ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಲ್ಲದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸುತ್ತವೆ. ನೀವು ಬಲಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋಡುವಂತೆ, ಕೆಲವು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಲ್ಲದ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಜಾಹೀರಾತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆಯನ್ನು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲು ಕೇಳಬಹುದು - ಅದು ಅಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಬಹುದು!

Oops! An adblocker is enabled on your device



Complete one of the following actions so that you don't lose your cashback:

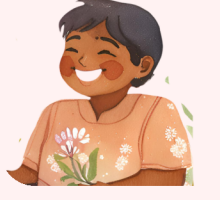
- Add Fabcdweb to [the list of exceptions](#)
If it doesn't work, try to [do it manually](#) or choose one of the solutions below.
- Completely disable the adblocker. [How to do it.](#)

After this, it is necessary to [refresh the page.](#)

ಚಟುವಟಿಕೆ

ನೀವು ಜಾಹೀರಾತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೀರಾ? ನಿಮ್ಮ ಬ್ರೌಸರ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಆಡ್ ಬ್ಲಾಕರ್ ವಿಸ್ತರಣೆಯನ್ನು ಇನ್‌ಸ್ಟಾಲ್ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ!

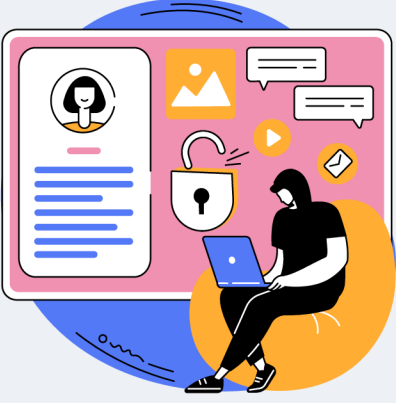
ಫಿಶಿಂಗ್ ನಿಜಕ್ಕೂ ಭಯಾನಕ! ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ಮತ್ತು "ಫಿಷರ್‌ಗಳು" ಈ ಎಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ?



ಅವರು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮಂತೆ ನಟಿಸಬಹುದು. ಅವರು ಖಾತೆಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಬಹುದು, ನಿಮ್ಮ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳಿಂದ ಹಣವನ್ನು ಹಿಂಪಡೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಸಾಲಗಳನ್ನು ಸಹ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು! ಇದನ್ನು ಗುರುತಿನ ಕಳ್ಳತನ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.



ಗುರುತಿನ ಕಳ್ಳತನ



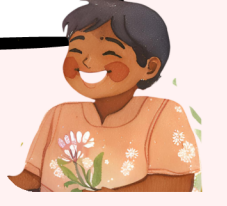
ಗುರುತಿನ ಕಳ್ಳತನವು ಆಗುವುದು ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರು, ವಿಳಾಸ, ಅಥವಾ ಆಧಾರ್ ಸಂಖ್ಯೆಯಂತಹ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನಿಮ್ಮಂತೆ ನಟಿಸಿದಾಗ. ಅವರು ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆ ತೆರೆಯಲು, ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು, ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಕಾನೂನುಬಾಹಿರ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡಲು ಇದನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ, ನೀವು ಮಾಡದ ತಪ್ಪಿಗೆ ಹೊಣೆಗಾರರಾಗಬಹುದು ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಖಾತೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರವೇಶ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳಿವೆ!

ಒಬ್ಬರಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಕಳೆದುಹೋದ ಶಾಲಾ ಗುರುತಿನ ಚೀಟಿ ಸಿಕ್ಕಿತು ಎಂದುಕೊಳ್ಳಿ, ಅವರು ನಿಮ್ಮ ರೋಲ್ ನಂಬರ್ ಬಳಸಿ, ನಿಮ್ಮಂತೆ ನಟಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ಪರೀಕ್ಷಾ ಹಾಳೆಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನೀವೇ ಎಂದು ಶಿಕ್ಷಕರು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಈಗ ಅವರಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಪರೀಕ್ಷಾ ಅಂಕಗಳು ಕಾಣಿಸುತ್ತವೆ!



ಒಬ್ಬರಿಗೆ ದಿನಸಿ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಕಳೆದುಹೋದ ಪರ್ಸನ್ ಸಿಕ್ಕಿತು ಎಂದುಕೊಳ್ಳಿ, ಅದನ್ನು ಹಿಂದಿರುಗಿಸುವ ಬದಲು, ಅವರು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಗುರುತಿನ ಚೀಟಿಗಳಿಂದ ಅವರ ಹೆಸರು, ವಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ವಿಳಾಸವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಕ್ರೆಡಿಟ್ ಕಾರ್ಡ್‌ಗೆ ಅರ್ಜಿ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ದುಬಾರಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ, ಮತ್ತು ಬಿಲ್ ಬಂದಾಗ, ಆ ಹಣವನ್ನು ಖರ್ಚು ಮಾಡದಿದ್ದರೂ ಸಹ ಪರ್ಸನ್ ಮಾಲೀಕರಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ!

ಹಾಗಾದರೆ ಯಾರಾದರೂ ನನ್ನ ಗುರುತು, ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಡೇಟಾವನ್ನು ಕದಿಯಲು ಈ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಹೇಳೋಣ... ಅವರು ಅದನ್ನು ಬೇರೆ ಏನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ?



ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್, ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾವನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡಬಹುದು, ದುರುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಒಂದು ಗುಂಪಿನ ಜನರನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿಸಲು ಸಹ ಬಳಸಬಹುದು! ಇದನ್ನು ಡೇಟಾ ಕಳ್ಳತನ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.



ಡೇಟಾ ಕಳ್ಳತನ

ಡೇಟಾ ಕಳ್ಳತನವು ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳು, ಬ್ಯಾಂಕ್ ವಿವರಗಳು ಅಥವಾ ವೈದ್ಯಕೀಯ ದಾಖಲೆಗಳಂತಹ ಡಿಜಿಟಲ್ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕದಿಯುವುದನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಡೇಟಾವನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪರಾಧಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಬಳಸಬಹುದು! ವ್ಯವಹಾರಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದ ಗ್ರಾಹಕರ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೂ ಸಹ ಇದರ ಬಲಿಪಶುಗಳಾಗಬಹುದು.



ನಾನು ಈಗ ಒಗಟಿನ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸಲು ಶುರು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಅಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ! ಆದರೆ, ಯಾರಾದರೂ ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಯಾಕೆ ಕದಿಯುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಇನ್ನೂ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ.



ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣನನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಹೇಳವಂತೆ ಕೇಳೋಣ!



ನೀವಿಬ್ಬರೂ ತುಂಬಾ ಚುರುಕಾಗಿದ್ದೀರಿ! ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್, ಫಿಶಿಂಗ್, ಹಾಗೂ ಡೇಟಾ ಮತ್ತು ಗುರುತಿನ ಕಳ್ಳತನದಂತಹ ಎಲ್ಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು, ಏಕೆಂದರೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಫೈನಾನ್ಷಿಯಲ್ ಫ್ರಾಡ್ ಮಾಡಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಫೈನಾನ್ಷಿಯಲ್ ಫ್ರಾಡ್ ಎಂದರೆ ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಹಣ ಅಥವಾ ಹಣಕಾಸಿನ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕದಿಯುವುದು. ವಂಚನೆಯು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ನೇರವಾಗಿ ನಡೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಇದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಷ್ಟ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವು ಅತ್ಯಂತ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು. ನೀವೇ ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯವಾಗುವಂತೆ ಹಣಕಾಸಿನ ವಂಚನೆಗೆ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆ ಇಲ್ಲಿದೆ - ಇದು ಕಳೆದ ವಾರ ನನ್ನ ಸಹೋದರಿಗೆ ಸಂಭವಿಸಿದೆ!



ನಮಸ್ಕಾರ, ಮೇಡಂ. ನಾನು ಡಿಸ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಸಿಟಿ ಬೋರ್ಡ್‌ನಿಂದ ಸುರೇಶ್. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಕೆಲಸ. ನಮ್ಮ ದಾಖಲೆಗಳ ಪ್ರಕಾರ, ನಿಮ್ಮ ಕೊನೆಯ ವಿದ್ಯುತ್ ಬಿಲ್ ಪಾವತಿ ಆಗಿಲ್ಲ, ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ 2 ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ವಿದ್ಯುತ್ ಸಂಪರ್ಕ ಕಡಿತಗೊಳ್ಳುವ ಸಂಭವವಿದೆ.



ಏನು? ನಾನು ಕಳೆದ ವಾರವೇ ನನ್ನ ಬಿಲ್ ಕಟ್ಟಿದ್ದೇನಲ್ಲ!

ನಿಮ್ಮ ಚಿಂತೆ ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ ಮೇಡಂ, ಆದರೆ ನಮಗೆ ಹಣ ಪಾವತಿಯ ಯಾವುದೇ ದೃಢೀಕರಣ ಬಂದಿಲ್ಲ. ಸಂಪರ್ಕ ಕಡಿತಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು, ಬಾಕಿ ಇರುವ ₹2,500 ಮೊತ್ತವನ್ನು ನೀವು ಈಗಲೇ ಪಾವತಿಸಬೇಕು. ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ, ನಾನು ಈಗಲೇ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತೇನೆ.



ಈಗ ನಾನು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ನಿಮ್ಮ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಬ್ಯಾಂಕಿಂಗ್ ಆಪ್ ತೆರೆಯಿರಿ, ನಾನು ನಿಮಗೆ ಪಾವತಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಸುರಕ್ಷಿತ ಲಿಂಕ್ ನೀಡುತ್ತೇನೆ. ಯಾವುದೇ ಅಡಚಣೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಇದನ್ನು 5 ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ!



ನಿಮ್ಮ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಬ್ಯಾಂಕಿಂಗ್ ಆಪ್ ತೆರೆಯಿರಿ, ನಾನು ನಿಮಗೆ ಪಾವತಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಸುರಕ್ಷಿತ ಲಿಂಕ್ ನೀಡುತ್ತೇನೆ. ಯಾವುದೇ ಅಡಚಣೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಇದನ್ನು 5 ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ!



ಈ ಸಂಭಾಷಣೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಕೆಲವು ಸಂದೇಹಾಸ್ಪದ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೀರಾ? ನೀವು ಗಮನಿಸಬಹುದಾದ ಕೆಲವು ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಂಶಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ:

ತುರ್ತು ಮತ್ತು ಭಯ
ಕರೆ ಮಾಡಿದವರು ಸಂತ್ರಸ್ತರು ಯೋಚಿಸದೆ ವರ್ತಿಸುವಂತೆ ಒತ್ತಡ ಹೇರಿ ಭಯವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಪರಿಶೀಲಿಸದ ಗುರುತು
ಕರೆ ಮಾಡಿದವರು ತಾನು ಅಧಿಕಾರವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವುದಾಗಿ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಯಾವುದೇ ಪುರಾವೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಸಂದೇಹಾಸ್ಪದ ಪಾವತಿ ವಿಧಾನ:
ನೈಜ ಕಂಪನಿಗಳು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಖಾತೆಗಳ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಲಿಂಕ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ತಕ್ಷಣದ ಪಾವತಿಗಳನ್ನು ಅಪರೂಪವಾಗಿ ಕೇಳುತ್ತವೆ.

ನಕಲಿ ಲಿಂಕ್
ಕರೆ ಮಾಡಿದವರು ಅಧಿಕೃತ ಪಾವತಿ ಪುಟದಂತೆ ಮರೆಮಾಚಿದ ದುರುದ್ದೇಶಪೂರಿತ ಲಿಂಕ್ ಅನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದರು.



ನನ್ನ ಸಹೋದರಿ ಪಾವತಿ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ತಪ್ಪಾದ ವಿನ್ಯಾಸ ಮತ್ತು URL ಅನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದನ್ನು ನಂತರ ಗಮನಿಸಿದರು. ನನ್ನ ಸಹೋದರಿ ವಂಚಕನನ್ನು ಕ್ರಾಸ್ - ಚೆಕ್ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇನ್ನೇನು ಮಾಡಬಹುದೆಂದು ನೀವಿಬ್ಬರೂ ಭಾವಿಸುತ್ತೀರಿ?

... ಅವಳು ಕರೆ ಮಾಡಿದವರ ಐಡಿ ಕೇಳಿ, ನಂತರ ವಿದ್ಯುತ್ ಕಂಪನಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಿತ್ತು ಅಲ್ಲಾ? ಆ ನಂಬರ್ ಅನ್ನು ಬ್ಲಾಕ್ ಮಾಡಬೇಕು ಅಂತಾನೂ ಅನ್ನಿಸುತ್ತೆ!



... ಅವಳು ಕರೆ ಮಾಡಿದವರ ಐಡಿ ಕೇಳಿ, ನಂತರ ವಿದ್ಯುತ್ ಕಂಪನಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಿತ್ತು ಅಲ್ಲಾ? ಆ ನಂಬರ್ ಅನ್ನು ಬ್ಲಾಕ್ ಮಾಡಬೇಕು ಅಂತಾನೂ ಅನ್ನಿಸುತ್ತೆ!



ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸ! ಈ ಎಲ್ಲಾ ಸಲಹೆಗಳು ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತಾ ಕ್ರಮಗಳು ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಶಾಪಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗಲೂ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ!



ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಶಾಪಿಂಗ್ ಸುರಕ್ಷತಾ ಪರಿಶೀಲನಾಪಟ್ಟಿ



ವಿಮರ್ಶೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಗ್ರಾಹಕರು ಉತ್ಪನ್ನದ ಬಗ್ಗೆ ಏನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ನೋಡಿ. ನಕಲಿ ವಿಮರ್ಶೆಗಳು ಅಥವಾ ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಿ.



ವೆಬ್ ಸೈಟ್ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅಂದರೆ ಅಡ್ರೆಸ್ ಬಾರ್‌ನಲ್ಲಿ 'https://' ಇರಬೇಕು ಮತ್ತು ಒಂದು ಲಾಕ್ ಐಕಾನ್ ಇರಬೇಕು.



ಉತ್ಪನ್ನದ ಅಳತೆ, ಬಣ್ಣ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ವಿಶೇಷ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ಎರಡು ಬಾರಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ, ಅದು ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಹೌದೇ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಕೇವಲ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ನಂಬಬೇಡಿ!



ಸೈಟ್ ಗಳು ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಬ್ಯಾಂಕ್ ವಿವರಗಳಂತಹ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದೆಯೇ? ನಿಜವಾದ ಶಾಪಿಂಗ್ ಸೈಟ್‌ಗಳು ಕರೆ, ಇ-ಮೇಲ್ ಅಥವಾ ಮೆಸೇಜ್ ಮೂಲಕ ಇದನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಕೇಳುವುದಿಲ್ಲ.



ಪಾವತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು OTP, ಕಾರ್ಡ್ ವಿವರಗಳು ಹಾಗೂ CVV ಕೋಡ್‌ಗಳನ್ನು ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.



ಪಾವತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು OTP, ಕಾರ್ಡ್ ವಿವರಗಳು ಹಾಗೂ CVV ಕೋಡ್‌ಗಳನ್ನು ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.



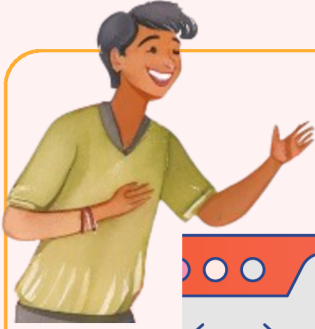
ಪಾವತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು OTP, ಕಾರ್ಡ್ ವಿವರಗಳು ಹಾಗೂ CVV ಕೋಡ್‌ಗಳನ್ನು ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.

ನಿಮಗಿದು ಗೊತ್ತೇ?

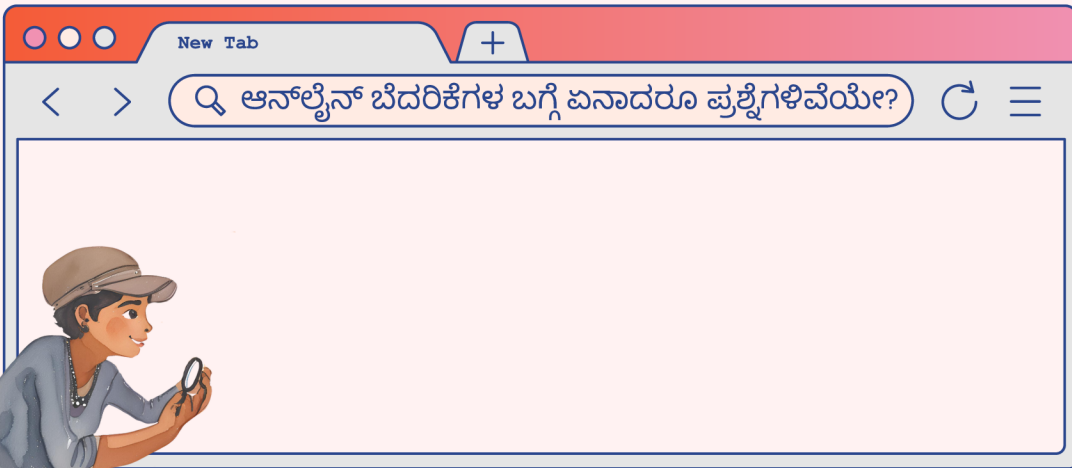
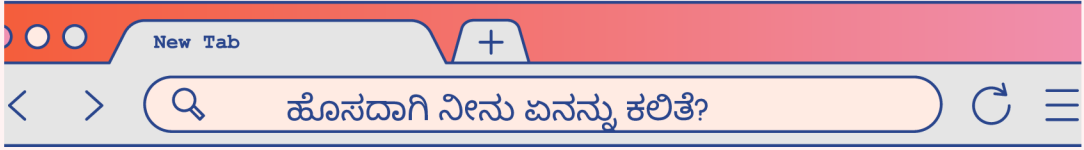
ಅಮೆಜಾನ್‌ನಲ್ಲಿ, ವಂಚನೆಯ ದಾಳಿಗಳು, ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದ ಕರೆಗಳು/ಇ-ಮೇಲ್‌ಗಳು/ಮೆಸೇಜ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಅಸುರಕ್ಷಿತ/ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದ ಉತ್ಪನ್ನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ದೂರು ನೀಡಬಹುದು. ಅಮೆಜಾನ್‌ನ ಸಹಾಯ ವಿಭಾಗದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ...

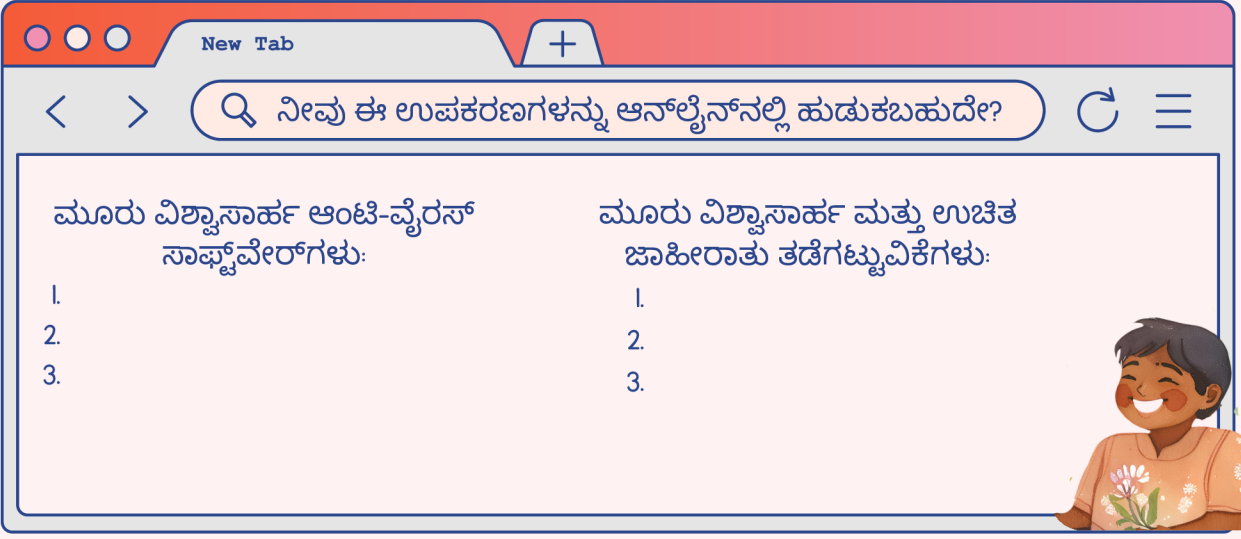
- ★ ಸಂಶಯಾಸ್ಪದ ವಿಷಯವನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿ" ವಿಭಾಗಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ, ಅಲ್ಲಿರುವ ಆಯ್ಕೆಗಳಿಂದ ಸೂಕ್ತವಾದುದನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳಿ. ನಂತರ, ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿವರಗಳೊಂದಿಗೆ ವರದಿಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿ. ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದ ಇ-ಮೇಲ್/ಟೆಕ್ಸ್ಟ್ ಅನ್ನು reportascam@amazon.in ಗೆ ಫಾರ್ವರ್ಡ್ ಮಾಡಿ.
- ★ ಅನಗತ್ಯವಾಗಿಬಂದಿರುವ ಪ್ಯಾಕೇಜ್‌ಗಳು ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ, ಬಾಕ್ಸ್ ಅನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಗುರುತಿಸಿ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿರುವ ವಿವರಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುವ ಮೂಲಕ ರಹಸ್ಯ ಪ್ಯಾಕೇಜ್‌ಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿ.
- ★ ಉತ್ಪನ್ನ ಪುಟದಿಂದಲೇ ಮಾರಾಟಗಾರರು ಅಥವಾ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು, "ಈ ಉತ್ಪನ್ನ ಅಥವಾ ಮಾರಾಟಗಾರರೊಂದಿಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿ" ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ.
- ★ ಅಮೆಜಾನ್ ಗುರುತಿಸಿರುವ ಕೆಲವು ಸಾಮಾನ್ಯ ವಂಚನೆಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ:

ಚಟುವಟಿಕೆ



ನಿಮಗಾಗಿ ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಕೆಲವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿವೆ.





ರೀಕ್ಯಾಪ್: ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದ ವಿಷಯಗಳು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು!

ನೆನಪಿಡಿ, ಏನಾದರೂ ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದವೆಂದು ಅನಿಸಿದರೆ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಅಥವಾ ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ವಯಸ್ಕರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ!



ಶಕ್ತಿಯುತ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳು

ಊಹಿಸಲು ಕಷ್ಟಕರವಾದ, ಅಕ್ಷರಗಳು, ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ವಿಶೇಷ ಅಕ್ಷರಗಳ ಮಿಶ್ರಣವಿರುವ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿ! ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರು, ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಯ ಹೆಸರು ಅಥವಾ "12345" ನಂತಹ ಸರಳ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ನೀವು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಪ್ರತಿ ಸೆಷನ್ ನಂತರ ಅವುಗಳಿಂದ ಲಾಗ್ ಔಟ್ ಆಗುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.



ಡಬಲ್ ರಕ್ಷಣೆ

ನಿಮ್ಮ ಅಕೌಂಟ್‌ಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಲಾಕ್ ಹಾಕಲು 2 ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್ ಅಥೆಂಟಿಕೇಷನ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಿ! ಇದು, ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಅನ್ನು ಊಹಿಸಿದರೂ ಸಹ, ಒಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಅವರಿಗೆ ಎರಡನೇ ಕೋಡ್ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಯಾವುದೇ ಅಕೌಂಟ್‌ನ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ, ಪ್ರೈವೆಸಿ ಮತ್ತು ಸೆಕ್ಯೂರಿಟಿ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಗಿ.



ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ಯೋಚಿಸಿ!

ಇಮೇಲ್ ಅಥವಾ ಮೆಸೇಜ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬರುವ ಲಿಂಕ್‌ಗಳು ಸುರಕ್ಷಿತವೆಂದು ನಿಮಗೆ ಖಚಿತವಾಗುವವರೆಗೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಏನಾದರೂ ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದವೆಂದು ಅನಿಸಿದರೆ, ಆ ಕಂಪನಿ ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅಲ್ಲದೆ, ಇಮೇಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿನ ಅಕ್ಷರ ತಪ್ಪುಗಳು, ಅಪರಿಚಿತರಿಂದ ಬರುವ ಮೆಸೇಜ್‌ಗಳು, ಅಥವಾ ಹಣಕಾಸು ತಕ್ಷಣದ ಬೇಡಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಿ.

ರೀಕ್ಯಾಪ್: ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದ ವಿಷಯಗಳು!

ಜಾಹೀರಾತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆಗಳು



ಜಾಹೀರಾತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಎಂದರೆ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬರುವ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು, ಅಂದರೆ ಪಾಪ್-ಅಪ್‌ಗಳು, ಬ್ಯಾನರ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ವಿಡಿಯೋ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಅಥವಾ ನಿರ್ಬಂಧಿಸಲು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾದ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಪರಿಕರಗಳು ಅಥವಾ ಬ್ರೌಸರ್ ವಿಸ್ತರಣೆಗಳು. ಇವು ಜಾಹೀರಾತುಗಳು ಲೋಡ್ ಆಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯುವುದರಿಂದ, ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬ್ರೌಸಿಂಗ್ ವೇಗ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ, ಡೇಟಾ ಬಳಕೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮಾಲ್‌ವೇರ್ ಹೊಂದಿರುವ ದುರುದ್ದೇಶಪೂರಿತ ಜಾಹೀರಾತುಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ವೈ-ಫೈ ಬಳಸಬೇಡಿ ಮತ್ತು ಬ್ಲೂಟೂತ್ ಆಫ್ ಮಾಡಿ.



ಸಾರ್ವಜನಿಕ ವೈ-ಫೈ ಬಳಸುವುದು ಅಥವಾ ಬ್ಲೂಟೂತ್ ಆನ್ ಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾ ಇತರರಿಗೆ ಸಿಗುವ ಅಪಾಯವಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ, ಖಾಸಗಿ ನೆಟ್‌ವರ್ಕ್ ಬಳಸುವುದು ಮತ್ತು ಬ್ಲೂಟೂತ್ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಆಫ್ ಮಾಡುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತ!

ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನೀವು ಏನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರೋ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರವಿರಲಿ.



ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಪೂರ್ಣ ಹೆಸರು, ವಿಳಾಸ, ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಅಥವಾ ಶಾಲೆಯ ಹೆಸರುಗಳಂತಹ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ! ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೊಫೈಲ್, ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಮೆಸೇಜ್ ಗಳನ್ನು ಯಾರು ನೋಡಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಮತ್ತು ಗೇಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿನ ಪ್ರೈವಸಿ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ. ಶೀಘ್ರದಲ್ಲೇ, ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ!

ಆಂಟಿವೈರಸ್ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಅಪ್ಡೇಟ್ ಮಾಡಿ.



ಆಂಟಿವೈರಸ್ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಅನ್ನು ಇನ್‌ಸ್ಟಾಲ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನದ ಸುರಕ್ಷಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಆನ್ ಆಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕದಿಯಲು ಬಳಸುವ ಹಾನಿಕಾರಕ ಮಾಲ್‌ವೇರ್ ಮತ್ತು ವೈರಸ್‌ಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲು ಮತ್ತು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಲು ಈ ಉಪಕರಣಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಹ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ಒಳನುಗ್ಗಲು ಬಳಸಬಹುದಾದ ದೋಷಗಳು ಅಥವಾ ಸೆಕ್ಯೂರಿಟಿ ಲೋಪಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನವನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಅಪ್ಡೇಟ್ ಮಾಡಿ.

ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾವನ್ನು ಬ್ಯಾಕಪ್ ಮಾಡಿ



ನಮ್ಮ ಪ್ರಮುಖ ಫೈಲ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಫೋಟೋಗಳ ನಕಲನ್ನು ಎಕ್ಸಟರ್ನಲ್ ಹಾರ್ಡ್ ಡ್ರೈವ್ ಅಥವಾ ಕ್ಲೌಡ್ ಸರ್ವಿಸ್ ಸೌಲಭ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಉಳಿಸಿ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನ ಹ್ಯಾಕ್ ಆಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ವೈರಸ್ ತಗುಲಿದ್ದರೆ, ನಿಮಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ನಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಅಧ್ಯಾಯ 3: ಪ್ರೈವಸಿ - ನಿಮ್ಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ಶೀಲ್ಡ್!



ಮೀರಾ, ರಹೀಮ್ ಮತ್ತು ಸೂಸನ್ ಉದ್ಯಾನವನದಲ್ಲಿ ಬಿಸಿಲಿನ ಮಜಾ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ, ಸೆಲ್ಫಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ನಗುತ್ತಾ ತಮಾಷೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮೀರಾ ಅವರಿಗೆ ಬಹಳ ಮುದ್ದಾದ ಒಂದು ಫೋಟೋ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ಅದನ್ನು ಅವಳು ಅಪ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಿ, ಅವರಿಗೆ ಟ್ಯಾಗ್ ಮಾಡಿ, ಸ್ಥಳವನ್ನೂ ನಮೂದಿಸಿದ್ದಾಳೆ!



ನಿಲ್ಲಿ, ಮೀರಾ, ನೀನು ನನಗೆ ಟ್ಯಾಗ್ ಮಾಡಿ ಲೊಕೇಶನ್ ಸೇರಿಸಿದ್ದೀಯಾ? ಅದು ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗಲಿಲ್ಲ.

ಇದೇನಿದು ಹೀಗೆ? ಇದು ಕೇವಲ ಒಂದು ಮಜವಾದ ಫೋಟೋ ಅಷ್ಟೇ. ಲೊಕೇಶನ್ ಟ್ಯಾಗ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಏನು ತೊಂದರೆ?



ಅದು ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮುಜುಗರ ತರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಇರುವುದು ಎಲ್ಲಿ ಎಂದು ನೈಜ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಪಾಯಕಾರಿ. ನೀನು ಮೊದಲೇ ಕೇಳಬೇಕಿತ್ತು!

ಎಲ್ಲರೂ ಇಂತಹ ಫೋಟೋಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ರಹೀಮ್. ನೀನು ಆರಾಮವಾಗಿರು, ಏನೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.



ವಿಷಯ ಅದಲ್ಲ! ನಿನಗೆ ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ವಿವರಿಸುವುದು ಅಂತ ಗೊತ್ತಾಗ್ತಿಲ್ಲ... ಊಫ್!



ರಹೀಮ್, ಮೀರಾಳಿಗೆ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವವರ ಬಳಿ ಹೋಗೋಣವೇ? ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣನನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗೋಣ!



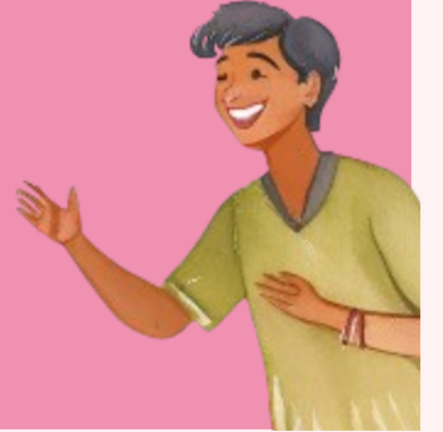
ಓಹ್, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನಮಸ್ಕಾರ! ನೀವು ನನ್ನ ಬಳಿ ಬಂದಿದ್ದಕ್ಕೆ ನನಗೆ ಖುಷಿಯಾಗಿದೆ. ನೀವೆಲ್ಲರೂ ಈಗ ಸಕ್ರಿಯ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಬಳಕೆದಾರರಾಗುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಆನ್‌ಲೈನ್ ಪ್ರೈವಸಿ, ಸಮ್ಮತಿ ಮತ್ತು ಬೌಂಡರಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಇದು ಉತ್ತಮ ಸಮಯ! ಹಾಗಾದರೆ, ಶುರುಮಾಡೋಣ!

ಪ್ರೈವಸಿ, ಸಮ್ಮತಿ ಮತ್ತು ಬೌಂಡರಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ

ಪ್ರೈವಸಿ ಎಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವ ಮಾಹಿತಿ ಯಾರಿಗೆ ತಿಳಿಯಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಮೇಲೆ ನಿಮಗೆ ನಿಯಂತ್ರಣವಿರುವುದು. ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಜನರು ಪ್ರೈವಸಿಯ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಆರಾಮದಾಯಕವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ - ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಕೆಲವರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಜನ್ಮದಿನಾಂಕವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಷ್ಟವಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ! ಹೇಗಾದರೂ, ನಾವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಪರಿಚಿತರೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮ ಸ್ಥಳ ಅಥವಾ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಕಥೆಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳದಿರಲು ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರುವಂತೆಯೇ, ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

2017ರಲ್ಲಿ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ 'ಪುಟ್ಟಸ್ವಾಮಿ ತೀರ್ಪು' ಎಂದೇ ಜನಪ್ರಿಯವಾದ ಒಂದು ಮಹತ್ವದ ಪ್ರಕರಣವು, ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ನಾಗರಿಕರಿಗೆ ಮೂಲಭೂತ ಹಕ್ಕಾಗಿ ಅಧಿಕೃತವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿತು. ಈ ತೀರ್ಪು ಒಂದು ಮಹತ್ತರ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿತು, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೂ ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ಥಳ, ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಹಕ್ಕಿದೆ ಎಂದು ಒತ್ತಿಹೇಳಿತು.

ಇದನ್ನು ಹೀಗೆ ಯೋಚಿಸಿ: ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನಿಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರೊಂದಿಗೆ ಅಥವಾ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳದಿರಲು ನೀವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಹುದು, ಅದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರವಿರುತ್ತದೆ. ನೀವು ಏನನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ಯಾರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದರ ಮೇಲಿನ ಈ ನಿಯಂತ್ರಣದ ಭಾವವೇ ಪ್ರೈವಸಿ. ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ನಮ್ಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ಗಡಿರೇಖೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಚರ್ಚಿಸಲಿದ್ದೇವೆ.

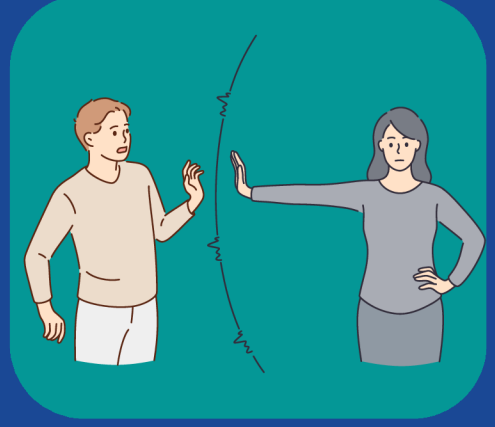


ಡಿಜಿಟಲ್ ಸಮ್ಮತಿ ಎಂದರೇನು?

ಡಿಜಿಟಲ್ ಸಮ್ಮತಿ ಎಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿ, ಫೋಟೋಗಳು ಅಥವಾ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಬಳಸಲು, ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಲು ಯಾರಾದರೂ ಕೇಳಿದಾಗ 'ಹೌದು' ಅಥವಾ 'ಇಲ್ಲ' ಎಂದು ಹೇಳುವುದು. ನೀವು ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಸಮ್ಮತಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಮತ್ತು ಆಲೋಚಿಸಿ ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಇದು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಇದು ಫೋಟೋಗಳು, ಸಂದೇಶಗಳು ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳದಂತಹ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಡಿಜಿಟಲ್ ಸಮ್ಮತಿಯನ್ನು ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನವೀಕರಿಸಬಹುದು - ಒಮ್ಮೆ ನೀವು ಒಪ್ಪಿಗೆ ನೀಡಿದ ನಂತರ ಆ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಸಮ್ಮತಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಅದನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಬಹುದು! ಸಮ್ಮತಿಯನ್ನು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ನೀಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಬಲವಂತಪಡಿಸಲು ಅಥವಾ ಊಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ಬೌಂಡರಿಗಳು : ಸಮ್ಮತಿಯೊಂದು ಮಾದರಿ

ಬೌಂಡರಿಗಳು ಎಂದರೆ ನಿಮಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಆರಾಮದಾಯಕ ಅನಿಸುವಂತಹ ಅದೃಶ್ಯ ಗೆರೆಗಳು. ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ, ಏನನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಯಾರನ್ನು ನಂಬಬೇಕು ಮತ್ತು ಇತರರಿಂದ ಏನನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಅವು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಒಮ್ಮೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಗಡಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಸರಿಯಾದುದನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಸಮ್ಮತಿ ನೀಡಲು ಅಥವಾ ನಿರಾಕರಿಸಲು ಅವುಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಿಮ್ಮ ಫೋಟೋವನ್ನು ಯಾರಾದರೂ ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳಬೇಕೆಂದು ನೀವು ಬಯಸಿದರೆ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಆಪ್ತ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸಿದರೆ, ಈ ಬೌಂಡರಿಗಳು ನಿಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಇತರರು ನಿಮ್ಮ ಆರಾಮವನ್ನು ಗೌರವಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.



ಪ್ರೈವಸಿ vs ಸೆಕ್ಯೂರಿಟಿ

ಪ್ರೈವಸಿ ಎಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯ ಮೇಲೆ ನಿಮಗೆ ಇರುವ ನಿಯಂತ್ರಣ; ಆದರೆ ಸೆಕ್ಯೂರಿಟಿ ಎಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾ ಮತ್ತು ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬಾಹ್ಯ ಬೆದರಿಕೆಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುವುದು. ಇವೆರಡೂ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿವೆ-ಬಲವಾದ ಸುರಕ್ಷತೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಪ್ರೈವಸಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸುವುದರಿಂದ ಉತ್ತಮ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ

ಕೆಳಗಿನ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಪ್ರೈವಸಿ, ಸೆಕ್ಯೂರಿಟಿ ಅಥವಾ ಎರಡಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕ್ರಮಗಳೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ:

- ಪ್ರತಿ ಅಕೌಂಟ್ ಗೆ ಬಲವಾದ, ವಿಶಿಷ್ಟ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ರಚಿಸುವುದು.
- ನೀವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸದ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳಿಗೆ ಸ್ಥಳ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಆಫ್ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.
- ಬಳಕೆಯ ನಂತರ ಹಂಚಿಕೊಂಡ ಸಾಧನಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಗಳಿಂದ ಲಾಗ್ ಔಟ್ ಆಗಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಖಾತೆಯನ್ನು ಪ್ರೈವೇಟ್ ಆಗಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಬಳಕೆದಾರ ಹೆಸರನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.

ಚಟುವಟಿಕೆ

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪ್ರೈವಸಿ ಮತ್ತು ಬೌಂಡರಿ ಆದ್ಯತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸಿ

ಬಿಂಗೊ ಕಾರ್ಡ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ಮತ್ತು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಆರಾಮದಾಯಕ ಎನಿಸುವಂತಹವುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ.

ನೀವು ಒಂದು ಸಾಲು, ಕಾಲಮ್ ಅಥವಾ ಓರೆಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದರೆ, "ಬಿಂಗೋ!" ಎಂದು ಕೂಗಿ.

ನನ್ನಜನ್ಮದಿನವನ್ನುಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಆರಾಮದಾಯಕ ಎನಿಸುತ್ತದೆ.	ನಾನು ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾನಲ್ಲಿ ಪ್ರೈವೇಟ್ ಅಕೌಂಟ್ ಬಳಸುತ್ತೇನೆ.	ನಾನು ನನ್ನ ನೈಜ-ಸಮಯದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.	ನಾನು ನನ್ನ ನೈಜ-ಸಮಯದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.
ಯಾರಾದರೂಕೇಳದೆ ನನ್ನನ್ನು ಟ್ಯಾಗ್ ಮಾಡಿದಾಗ ನನಗೆ ಮುಜುಗರವಾಗುತ್ತದೆ.	ಫೋಟೋಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಆಪ್ತ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಮಾತ್ರ.	ನನ್ನ ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ.	ಯಾವುದಾದರೂ ಸ್ನೇಹಿತರು ನನ್ನ ಕಥೆಯನ್ನು ನನಗೆ ಕೇಳದೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಾಗ ಮುಜುಗರವಾಗುತ್ತದೆ.
ನಾನು ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ಅವುಗಳನ್ನು ಯಾರು ನೋಡಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತೇನೆ.	ನಾನು ನನ್ನ ಶಾಲೆ ಅಥವಾ ಮನೆಯ ವಿಳಾಸದಂತಹ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.	ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಇರುವ ಪೋಸ್ಟ್ ಅನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕೇಳಲು ನನಗೆ ಆರಾಮದಾಯಕ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.	ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಷಯವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಎರಡು ಬಾರಿ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇನೆ.
ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಷಯವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಎರಡು ಬಾರಿ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇನೆ.	ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಚರ್ಚೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಸರಿ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.	ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಚರ್ಚೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಸರಿ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.	ಅಪರಿಚಿತರಿಂದ ಬರುವ ಫ್ರೆಂಡ್ ರಿಕ್ವೆಸ್ಟ್ ಗಳನ್ನು ನಾನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ನೀವು ಯಾವುದೇ ಹೇಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಿರಾ, ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಆಳವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿದೆ?

ನಿಮಗೆ ಆರಾಮದಾಯಕ ಎನಿಸುವ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಿದಿರಾ?

ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ, ನಿಮಗಾಗಿ ಯಾವುದೇ ಹೊಸ ಬೌಂಡರಿಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸಲು ನೀವು ಬಯಸುತ್ತೀರಾ?

ಈಗ ರಹೀಮ್ ಏನು ಹೇಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆಂದು ನಿನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತೇ, ಮೀರಾ?

ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು! ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದಕ್ಕೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಬೇಸರವಾಗಿದೆ. ಕ್ಷಮಿಸು, ರಹೀಮ್! ಪೋಟೋದಲ್ಲಿ ನಿನ್ನನ್ನು ಟ್ಯಾಗ್ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ನಾನು ಅನುಮತಿ ಕೇಳಬೇಕಿತ್ತು.

ಪರವಾಗಿಲ್ಲ! ನಾವು ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣನೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ್ದು ಒಳ್ಳೆಯದಾಯಿತು. ನಾನು ನಿನಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವಿವರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ ಅನ್ನುತ್ತೆ.

ನಾನೂ ಸಹ ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ ಇದನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಸರಿಯಾದ ಪದಗಳನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಹುಡುಕಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಲ್ಲ. ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣಾ ನಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬೌಂಡರಿಗಳನ್ನು ಜನರೊಂದಿಗೆ ಜಗಳವಾಡದೆ ಅಥವಾ ಅವರಿಗೆ ಬೇಸರ ತರಿಸದೆ ಹೇಗೆ ಸಂವಹನ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ನಮಗೆ ಕಲಿಸುತ್ತೀರಾ?

ನನ್ನನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡೆ, ಸ್ನೇಹಿತರೇ! ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ನೀವು ಇಂತಹ ಸಂಭಾಷಣೆಯನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕಾದಾಗ, ಈ ಅಂಶಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಿ.

- ನಿಮ್ಮ ಧ್ವನಿ ಮುಖ್ಯ: ನೀವು ಕೋಪಗೊಂಡಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಅಸಮಾಧಾನಗೊಂಡಿಲ್ಲ ಎಂದು ತೋರಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿ. ನೀವು ಕೂಗಾಡುವ ಬದಲು ಅಥವಾ ಕಿರಿಕಿರಿಗೊಂಡಂತೆ ಧ್ವನಿಸುವ ಬದಲು "ನನಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ ಅಷ್ಟೇ" ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.
- ನಿಮ್ಮ ಧ್ವನಿ ಮುಖ್ಯ: ನೀವು ಕೋಪಗೊಂಡಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಅಸಮಾಧಾನಗೊಂಡಿಲ್ಲ ಎಂದು ತೋರಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಿ. ನೀವು ಕೂಗಾಡುವ ಬದಲು ಅಥವಾ ಕಿರಿಕಿರಿಗೊಂಡಂತೆ ಧ್ವನಿಸುವ ಬದಲು "ನನಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ ಅಷ್ಟೇ" ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.
- ಆಲಿಸಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಿ: ನಿಮ್ಮ ಬೌಂಡರಿಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡ ನಂತರ, ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಲು ಅಥವಾ ಅವರ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡಿ. ಕೇವಲ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದರ ಬದಲು ಸಂಭಾಷಣೆ ನಡೆಸುವುದು ಮುಖ್ಯ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಹೀಗೆಯೇ ಕಲಿಯುವುದು! ಮೀರಾ ಮತ್ತು ರಹೀಮ್, ನಾವು ಅದನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಮಾಡಿ ನೋಡೋಣ, ಸರಿ ತಾನೆ?

ಖಂಡಿತ!

ಮೀರಾ, ನನ್ನ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನನಗೆ ಆತಂಕವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವವರಿಗೆ ಕಾಣಿಸುವ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಟ್ಯಾಗ್ ಮಾಡುವುದು ನನಗೆ ಆರಾಮದಾಯಕವಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ನಿನ್ನ ಎಲ್ಲ ಸ್ನೇಹಿತರು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ದಯವಿಟ್ಟು ಟ್ಯಾಗ್ ಮತ್ತು ಲೋಕೇಶನ್ ಅನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತೀಯಾ?

ಓಹ್... ನಾನು ಹಾಗೆ ಯೋಚಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದು ಸರಿ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸಿದ್ದೆ. ಕ್ಷಮಿಸು, ರಹೀಮ್. ನಿನಗೆ ಮುಜುಗರ ಉಂಟುಮಾಡುವ ಉದ್ದೇಶ ನನಗಿರಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಈಗಲೇ ಪೋಸ್ಟ್‌ನಿಂದ ಟ್ಯಾಗ್ ಮತ್ತು ಲೋಕೇಶನ್ ಅನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತೇನೆ.

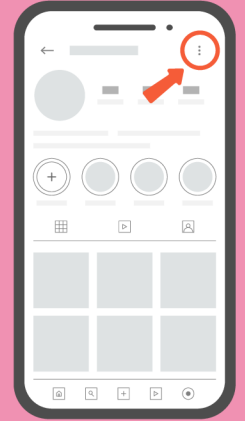
ವಾವ್, ಅದು ಸುಲಭವಾಗಿತ್ತು! ಧನ್ಯವಾದಗಳು, ಅಣ್ಣ!

ವಾವ್, ಅದು ಸುಲಭವಾಗಿತ್ತು! ಧನ್ಯವಾದಗಳು, ಅಣ್ಣ!

ಈಗ ನಾವು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬೌಂಡರಿಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸಿದ್ದೇವೆ, ವಿವಿಧ ವೇದಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡೋಣ. ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ, ಇಮೇಲ್ ಖಾತೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಇದರಲ್ಲಿ ಸೇರಿದೆ. ಯಾವ ಡೇಟಾವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧಿಸಲು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿದೆ.

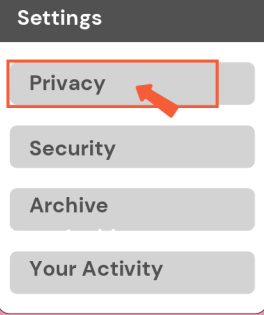


ಇಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಖಾತೆಯು ಸಾರ್ವಜನಿಕವಾಗಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಪ್ರೈವೇಟ್ ಆಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಹೇಗೆ ಪರಿಶೀಲಿಸಬೇಕೆಂದು ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಈ ಕೆಳಗಿನ ಹಂತಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ:

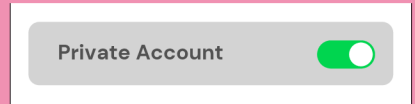


1. ನಿಮ್ಮ ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಆಪ್ ತೆರೆಯಿರಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೊಫೈಲ್ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗೆ ಹೋಗಿ.

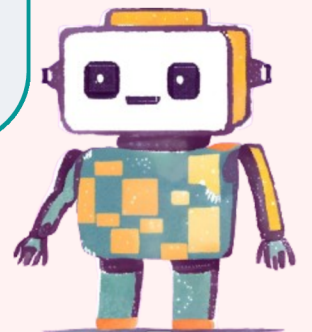
2. ಪ್ರೈವಸಿ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಖಾತೆ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳು ಎಂಬ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ನೋಡಿ.



3. ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಯು ಸಾರ್ವಜನಿಕವಾಗಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ವಿಷಯವನ್ನು ಯಾರು ನೋಡಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಲು ಅದನ್ನು ಪ್ರೈವೇಟ್ ಆಗಿ ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು.



ಮೊದಲ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಡಿಜಿಟಲ್ ಹೆಜ್ಜೆಗುರುತಿನ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ್ದೆವು ನೆನಪಿದೆಯೇ? ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ಗೆ ಹೋದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನೀವು ಬಿಟ್ಟುಹೋಗುವ ಕುರುಹು ಅದು. ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳು, ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ವೇದಿಕೆಗಳು ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವವನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕರಿಸಲು ಈ ಡೇಟಾವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತವೆ - ನಿಮಗೆ ಉದ್ದೇಶಿತ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು, ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡುವುದು, ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಊಹಿಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ. ಇದು ಅನುಕೂಲಕರವೆಂದು ಅನಿಸಿದರೂ, ನೀವು ಎಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯ.



ಕ್ಯಾಶ್ ಮತ್ತು ಕುಕೀಸ್: ಅವು ಯಾವುವು?

ನೀವು ಒಂದು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದಾಗ, ಅದು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿಮ್ಮ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು "ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ". ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಕ್ಯಾಶ್ ಮತ್ತು ಕುಕೀಸ್:

- ಕ್ಯಾಶ್: ನಿಮ್ಮ ಬ್ರೌಸರ್ ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ಒಂದು ಬ್ಯಾಗ್‌ಪ್ಯಾಕ್‌ನಂತೆ ಇದನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಇದು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳ ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳನ್ನು (ಚಿತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ಕ್ರಿಪ್ಟ್‌ಗಳಂತಹವು) ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ಇದರಿಂದ ನೀವು ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದಾಗ ಅವು ವೇಗವಾಗಿ ಲೋಡ್ ಆಗುತ್ತವೆ.
- ಕುಕೀಸ್: ಇವು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಿಂದ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಡುವ ಅತಿ ಚಿಕ್ಕ ಮಾಹಿತಿ ತುಣುಕುಗಳು. ನೀವು ಯಾವುದರ ಮೇಲೆ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ, ನಿಮ್ಮ ಕಾರ್ಟ್‌ಗೆ ಏನು ಸೇರಿಸಿದ್ದೀರಿ ಅಥವಾ ಒಂದು ಪುಟದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಕಳೆದಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬುದರಂತಹ ಮಾಹಿತಿ ಇದರಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ.

ಕುಕೀಗಳು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಟ್ರ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಲು ಸಹ ಅನುಮತಿ ನೀಡುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ಕ್ಯಾಶ್ ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುವ ಯಾರಾದರೂ ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿ ಹೋಗಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ನೋಡಲು ಬಳಸಬಹುದು. ಇದು ನೀವು ಬ್ರೌಸ್ ಮಾಡುವಾಗ ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಭುಜದ ಮೇಲೆ ಇಣುಕಿ ನೋಡಿದಂತೆ ಅನಿಸಬಹುದು.

ಪ್ರೈವಸಿಪಾಲಿಸಿಗಳು ಮತ್ತು ಟೂಲ್ಸ್ ಗಳು

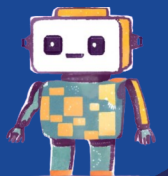
ಹೊಸ ಗೇಮ್ ಅಥವಾ ಆಪ್‌ಗೆ ಸೈನ್ ಅಪ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಪ್ರೈವಸಿ ನೀತಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಗೆ ನೀಡಲು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ದಾಖಲೆಯು ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾವನ್ನು ಹೇಗೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡಲಾಗುತ್ತದೆ, ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ಇವುಗಳನ್ನು ಓದುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುತ್ತಾರೆ ಏಕೆಂದರೆ ಅವು ತುಂಬಾ ಉದ್ದ ಅಥವಾ ಸಂಕೀರ್ಣವಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಕೆಲವು ಆಪ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾವನ್ನು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಇತರರು ಅದನ್ನು ಥರ್ಡ್ ಪಾರ್ಟಿಯೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಅಥವಾ ಮಾರಾಟ ಮಾಡಬಹುದು. ಪ್ರೈವಸಿ ನೀತಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನೀವು ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪಿಗೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಪೂರ್ಣ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರೈವಸಿ ನೀತಿಗಳನ್ನು ಸರಳ, ಸುಲಭವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಭಾಷೆಗೆ ಪರಿವರ್ತಿಸುವ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ನೀವು ಹುಡುಕಬಹುದು. ಅಲ್ಲದೆ, ಕೆಲವು ಪರಿಕರಗಳು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಆಪ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾವನ್ನು ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತವೆ ಎಂಬುದರ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಆಪ್ ಪರ್ಮಿಷನ್ ಗಳು

- ಹೊಸ ಆಪ್ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಅದು ಕ್ಯಾಮೆರಾ, ಲೋಕೇಶನ್ ಅಥವಾ ಸಂಪರ್ಕಗಳಂತಹ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳಿಗೆ ಪರ್ಮಿಷನ್ ಗಳನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು. ಕೆಲವು ಅನುಮತಿಗಳು ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೂ, ಇತರವು ಅನಗತ್ಯವಾಗಿರಬಹುದು, ಇದು ಡೇಟಾ ದುರುಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಫೋಟೋ ಎಡಿಟಿಂಗ್ ಆಪ್‌ಗೆ ಲೋಕೇಶನ್ ಪ್ರವೇಶ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ, ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು, ಆಪ್‌ಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಆ ಅನುಮತಿ ಬೇಕೇ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿ, ಸಾಧನದ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಅನಗತ್ಯ ಅನುಮತಿಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿ, ಮತ್ತು ಇನ್‌ಸ್ಟಾಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ಅತಿಯಾದ ಅನುಮತಿಗಳನ್ನು ಕೇಳುವ ಆಪ್‌ಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಿ.

ನಾವು ಈಗಷ್ಟೇ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ನಮ್ಮ ಪ್ರೈವಸಿಯ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೇವೆ. ಈಗ, ಇತರ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಬಳಕೆದಾರರು ಅದರ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಕಡೆಗೆ ನಮ್ಮ ಗಮನ ಹರಿಸೋಣ, ಜೊತೆಗೆ ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಸಲಹೆಗಳನ್ನೂ ಸಹ ತಿಳಿಯೋಣ.



ಆನ್‌ಲೈನ್ ಪ್ರೈವಸಿ ಉಲ್ಲಂಘನೆಗಳು

ಮೀರಾ, ರಹೀಮ್ ಮತ್ತು ಸುಸಾನ್ ಹಿಂದಿನ ದಿನ ಪಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣ ಮತ್ತು ಗ್ಲಿಜ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಉತ್ಸುಕರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಮೀರಾ ಸ್ವಲ್ಪ ನಾಚಿಕೆಪಡುತ್ತಳಾದರೂ, ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಬೇರೆಯವರು ಇರುವ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ಯಾವಾಗಲೂ ಅನುಮತಿ ಪಡೆಯಬೇಕು ಎಂಬ ಅಮೂಲ್ಯ ಪಾಠವನ್ನು ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣನಿಗೆ ಹೇಳಲು ಅವಳು ಕಾತುರಳಾಗಿದ್ದಾಳೆ.



ತುಂಬಾ ಒಳ್ಳೆಯದು ಮೀರಾ, ಅದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಕಲಿಕೆ. ಆದರೆ, "ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು" ತುಂಬಾ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತೇ?

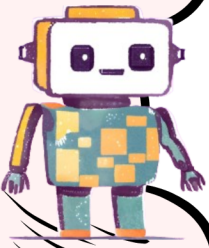
ನಿಜವೇ? ಇದು ಏಕೆ ಮುಖ್ಯ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಾತುಕತೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಹೇಳಬಲ್ಲೀರಾ?



ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂದರೆ, ಯಾರಾದರೂ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಫೋಟೋ ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋವನ್ನು ಅವರ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇದು ಗ್ರೂಪ್ ಚಾಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ, ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ನಲ್ಲಿ, ಅಥವಾ ಖಾಸಗಿ ಸಂದೇಶಗಳ ಮೂಲಕವೂ ನಡೆಯಬಹುದು. ಇದು ಪ್ರೈವಸಿಯ ಉಲ್ಲಂಘನೆಯಾಗಿದ್ದು, ಗಂಭೀರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು.

ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಏಕೆ ಹಾನಿಕಾರಕ?

- ಇದು ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸುತ್ತದೆ: ಯಾರೊಬ್ಬರ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಅವರ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಅವರ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿ, ಫೋಟೋಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ, ಯಾರು ನೋಡಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವ ಅವರ ಹಕ್ಕನ್ನು ಉಲ್ಲಂಘಿಸುತ್ತದೆ.
- ಇದು ದ್ವೇಷ ಅಥವಾ ಕಿರುಕುಳಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು: ಕೆಟ್ಟ ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಸೂಕ್ತವಲ್ಲದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮಾನಸಿಕ ನೋವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು.
- ಇದು ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಒತ್ತಡ, ಅಭದ್ರತೆ, ಅಥವಾ ಮುಜುಗರ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು: ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಅವರ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಾಗ ಅವರಿಗೆ ಬೇಸರ ಅಥವಾ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಭಾವನೆ ಮೂಡಬಹುದು.



ಯಾರಿಗಾದರೂ ಸೌಕರ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸಂದೇಹ ಬಂದಾಗ, ಕೇಳಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಊಹಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಅವರ ಕಂಫರ್ಟ್ ರಿಯೂನ್ ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ.

ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರ ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುವಿರಾ? ಹಾಗಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಸರಿಯಾದ ದಾರಿಯಲ್ಲಿದ್ದೀರಾ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಈ ಚಿಕ್ಕ "ಸರಿ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು" ರಸಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ!

- ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರ ಫೋಟೋವನ್ನು ಅವರ ಅನುಮತಿ ಕೇಳದೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. (ಸರಿ/ತಪ್ಪು)
- ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಯಾರಾದರೂ ಅವರ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಒಂದು ಗ್ರೂಪ್ ಚಾಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ತಮಾಷೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ ಚಾಟ್ ಮುಂದುವರಿಸುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. (ಸರಿ/ತಪ್ಪು)
- ಅದು ಒಂದು ಗ್ರೂಪ್ ಫೋಟೋ ಆಗಿದ್ದರೆ, ಅದರಲ್ಲಿರುವವರನ್ನು ಕೇಳದೆ ಟ್ಯಾಗ್ ಮಾಡುವುದು ಸರಿಯಾಗಿದೆ. (ಸರಿ/ತಪ್ಪು)



ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಜನರ ಪೈವಸಿ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತೆಗೆ ಹೇಗೆಲ್ಲಾ ಧಕ್ಕೆಯಾಗಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ. ಇವು ಭಯ ಹುಟ್ಟಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ. ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು ಇದು ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಿರುಕುಳ

ಕಿರುಕುಳದ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ಕೇಳಿರಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಇದು ಯಾರನ್ನಾದರೂ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ಮುಖಾಮುಖಿಯಾಗಿ ಮಾಡುವ ತಮಾಷೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲೂ ಕಿರುಕುಳ ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಾ? ಇದು ದೈಹಿಕ ಕಿರುಕುಳದಷ್ಟೇ ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಹಾನಿಕಾರಕವಾಗಬಹುದು. ಏಕೆಂದರೆ, ಇದು ಹೆಚ್ಚು ಜನರನ್ನು ತಲುಪಬಹುದು ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಎಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು.



ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಕಿರುಕುಳವನ್ನು 'ಸೈಬರ್‌ಬುಲ್ಲಿಂಗ್' ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಅನೇಕ ವಿಭಿನ್ನ ರೂಪಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದು ಕೇವಲ ಕೆಟ್ಟ ಮಾತುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ; ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಖಾಸಗಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸುವುದು ಅಂದರೆ ಡಾಕ್ಸಿಂಗ್, ನೋವುಂಟು ಮಾಡುವ ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುವುದು ಅಂದರೆ ಟ್ರೋಲಿಂಗ್, ಮತ್ತು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಗ್ರೂಪ್‌ಗಳಿಂದ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಹೊರಗಿಡುವುದು ಅಂದರೆ ಬಹಿಷ್ಕಾರ ಮುಂತಾದ ಕೃತ್ಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

ಡಾಕ್ಸಿಂಗ್

ಡಾಕ್ಸಿಂಗ್ ಎಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ವಿಳಾಸ ಅಥವಾ ಫೋನ್ ನಂಬರ್‌ನಂತಹ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಯಾರಾದರೂ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸುವುದು.

ಟ್ರೋಲಿಂಗ್

ಟ್ರೋಲಿಂಗ್ ಎಂದರೆ ಯಾರಾದರೂ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಡಲು ಅಥವಾ ಅಸಮಾಧಾನಗೊಳಿಸಲು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನೋವುಂಟುಮಾಡುವ ಅಥವಾ ಕಿರಿಕಿರಿ ಉಂಟುಮಾಡುವ ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುವುದು.

ಬಹಿಷ್ಕಾರ

ಹೊರಗಿಡುವಿಕೆ ಎಂದರೆ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಕೆಟ್ಟ ಭಾವನೆ ಮೂಡಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ, ಆನ್‌ಲೈನ್ ಗ್ರೂಪ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಚಾಟ್‌ಗಳಿಂದ ಹೊರಗಿಡುವುದು.



ಅವರ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ನಿಂತು ನೋಡಿ: ಟ್ರೋಲಿಂಗ್ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು

ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸಂಭಾಷಣೆಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿರುವಾಗ, ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನೋಯಿಸುವ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಗುರಿಯಾಗಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಿ. ಇದು ಕೇವಲ "ತಮಾಷೆ" ಅಲ್ಲ; ಇದು ಟ್ರೋಲಿಂಗ್ ಆಗಿದೆ - ಪ್ರಚೋದಿಸಲು ಅಥವಾ ಅವಮಾನಿಸಲು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕ ಮತ್ತು ನಿರಂತರವಾದ ಕಾರ್ಯಗಳಾಗಿದೆ. ಈಗ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ನೋಡೋಣ:

ಪ್ರೀತಿಯ ಡೈರಿ

ಇಂದು, ನಾನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೈನ್ಸ್ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್ ಚರ್ಚೆ ಜರುಗಿತು. ಆರ್ಯನ್, "ಸಮೀರ್‌ಗೆ ಏನನ್ನೂ ಮುಖ್ಯವಾದುದನ್ನು ಕೊಡಬೇಡಿ. ಅವನು ಕಳೆದ ಬಾರಿಯಂತೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತಾನೆ" ಎಂದು ಟೈಪ್ ಮಾಡಿದ. ಎಲ್ಲರೂ ಅದನ್ನು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟರು, ಮತ್ತು ನನಗೆ ಅವಮಾನವಾಯಿತು. ನಂತರ ಕುನಾಲ್, "ಕೆಲವು ಹಳೆಯ ಕುಟುಂಬ ಚಿತ್ರಗಳು" ಎಂದು ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡಿದ. ಅವನು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಕಂಡುಹಿಡಿದನು ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ - ಅದು ಅತಿಕ್ರಮಣದಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು.

ರಿಯಾ, "ಸಮೀರ್‌ನನ್ನು ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್‌ನಿಂದ ಹೊರಗಿಡೋಣ. ಅವನು ನಿಷ್ಪಯೋಜಕ" ಅಂದಳು. ಮತ್ತು ಅವರು, "ನಾವು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಗ್ರೂಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಮಾತನಾಡುತ್ತೇವೆ, ಸಮೀರ್ ಇಲ್ಲಿರುವಾಗ ಅಲ್ಲ" ಎಂದು ಗ್ರೂಪಿಗೆ ಸೇರಿಸಿದರು. ನನಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೊರಗಿಡಲ್ಪಟ್ಟಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು.

ಆರ್ಯನ್ ಮತ್ತೆ ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡಿದ, "ಸಮೀರ್ ತನ್ನ ಭಾಗವನ್ನೂ ಮುಗಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನು ಜಾಗ ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ." ಅವನು ನನ್ನಿಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆಂದು ಅನಿಸಿತು.

ನಾನು ಈಗಷ್ಟೇ ಲಾಗ್ ಆಫ್ ಮಾಡಿದೆ. ಅವರು ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಹೀಗೆ ಏಕೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ? ಸಮೀರ್

ಚಟುವಟಿಕೆ

ಕಿರುಕುಳದ ವಿವಿಧ ಪ್ರಕಾರಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲೀರಾ? ಈ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಇದರೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಿಸಿ:

- ಬಹಿಷ್ಕಾರ: _____
 - ಡಾಕ್ಟಿಂಗ್: _____
 - ಟ್ರೋಲಿಂಗ್: _____
- ನೀವು ಸಹ ಈ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಗುಂಪಿನ ಭಾಗವಾಗಿದ್ದರೆ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ? _____



ಈಗ ನಿಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಗೌಪ್ಯತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ, ಆನ್‌ಲೈನ್ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿನ ಕೆಲವು ಅಪಾಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡೋಣ - ಆನ್‌ಲೈನ್ ದೌರ್ಜನ್ಯ ಮತ್ತು ಕಿರುಕುಳದ ವಿವಿಧ ರೂಪಗಳು. ಈ ವರ್ತನೆಗಳು ಕೇವಲ "ಕೆಟ್ಟ ನಡತೆ" ಅಲ್ಲ; ಅವು ಕಾನೂನುಬಾಹಿರ ಮತ್ತು ತೀವ್ರವಾಗಿ ನೋವುಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿ! ಈ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ನೀವೇ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು.



ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಿರುಕುಳ

ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಿರುಕುಳ ಎಂದರೆ ಯಾರಾದರೂ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಹಿಂಬಾಲಿಸುವುದು - ನಿಮ್ಮ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು, ಅತಿಯಾಗಿ ಕಾಮೆಂಟ್ ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ನಿಮಗೆ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಭಾವನೆ ಮೂಡಿಸುವ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವುದು



ಲೈಂಗಿಕ ಕಿರುಕುಳ

ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಕಿರುಕುಳ ಎಂದರೆ ಅಸಭ್ಯ ಸಂದೇಶಗಳು, ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವುದು, ಅಥವಾ ಮಾತುಗಳ ಮೂಲಕ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಅಹಿತಕರ ಭಾವನೆ ಉಂಟುಮಾಡುವುದು.



ಲೈಂಗಿಕ ಸುಲಿಗೆ

ಲೈಂಗಿಕ ಸುಲಿಗೆ ಎಂದರೆ ಯಾರಾದರೂ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಮೋಸದಿಂದ ಅಥವಾ ಬಲವಂತದಿಂದ ಖಾಸಗಿ ಚಿತ್ರಗಳು ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿ, ನಂತರ ಹಣಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಷ್ಟು ಬೇಡಿಕೆಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸಲು ಬೆದರಿಕೆ ಹಾಕಿ, ಅವುಗಳನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸುವುದಾಗಿ ಬೆದರಿಕೆ ಹಾಕುವುದು.



ಸೇಡಿನ ಪೋರ್ನ್

ಸೇಡಿನ ಪೋರ್ನ್‌ಎಂದರೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಖಾಸಗಿ ಚಿತ್ರಗಳು ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಅವರನ್ನು ಮುಜುಗರಕ್ಕೀಡುಮಾಡಲು ಅಥವಾ ನೋವುಂಟುಮಾಡಲು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು.



ಕ್ಯಾಟ್‌ಫಿಶಿಂಗ್

ಕ್ಯಾಟ್‌ಫಿಶಿಂಗ್ ಎಂದರೆ ಯಾರಾದರೂ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಬೇರೊಬ್ಬರಂತೆ ನಟಿಸಿ, ಇತರರನ್ನು ಮೋಸಗೊಳಿಸಲು ಅಥವಾ ನೋಯಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು. ಅವರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಂಬುವಂತೆ ಮಾಡಲು ನಕಲಿ ಫೋಟೋಗಳು, ಹೆಸರುಗಳು ಅಥವಾ ವಿವರಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.



ವೇಷ ಧರಿಸುವುದು

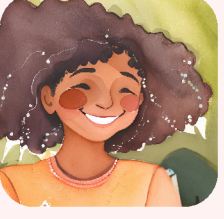
ವೇಷ ಧರಿಸುವುದು ಎಂದರೆ ಯಾರಾದರೂ ತಾವಲ್ಲದವರಂತೆ ನಟಿಸಿ ನಿಮಗೆ ನೋವುಂಟುಮಾಡಲು ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ಬಳಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು. ಇದು ಕ್ಯಾಟ್‌ಫಿಶಿಂಗ್‌ಗಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಕಲಿ ಗುರುತಿನ ಹಿಂದೆ ಅಡಗಿ ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕೆಟ್ಟವರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು ದೌರ್ಜನ್ಯ ಎಸಗಲು ಅಥವಾ ಕಿರುಕುಳ ನೀಡುವಂತೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.



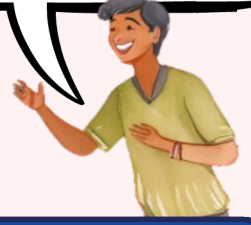
ನಕಲಿ ವಿಡಿಯೋ

ನಕಲಿ ವಿಡಿಯೋ ಎಂದರೆ ಯಾರಾದರೂ AI ಆರ್ಟಿಫಿಷಿಯಲ್ ಇಂಟೆಲಿಜೆನ್ಸ್ ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನೈಜವಾಗಿ ಕಾಣುವ, ಆದರೆ ವಾಸ್ತವವಲ್ಲದ ನಕಲಿ ಫೋಟೋಗಳು ಅಥವಾ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು. ಇವುಗಳು ಯಾರಾದರೂ ಹೇಳದಿರುವ ಅಥವಾ ಮಾಡದಿರುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದಂತೆ ಅಥವಾ ಮಾಡಿದಂತೆ ಕಾಣುವಂತೆ ಮಾಡಬಲ್ಲವು.

ಓಹ್! ಇವೆಲ್ಲ ಕೇಳಲು ತುಂಬಾ ಭಯಾನಕವಾಗಿವೆ ಅಣ್ಣಾ! ಇವು ನನ್ನ ಸಹಪಾಠಿ ಸಾರಾಳನ್ನು ನೆನಪಿಸುತ್ತವೆ. ಅವಳಿಗೊಬ್ಬ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸ್ಟೇಹಿತನಿದ್ದಾನೆ, ಅವನು ಅವಳಿಗೆ ಉಡುಗೊರೆಗಳು ಮತ್ತು ಹೂವುಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿದ್ದನು. ಅವಳು ಈ ಸ್ಟೇಹಿತನನ್ನು ತುಂಬಾ ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾಳೆ ಮತ್ತು ಅವನನ್ನು ಆಫ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲೂ ಭೇಟಿಯಾಗಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾಳೆ. ಆದರೆ ಅವನು ಈಗ ಅವಳನ್ನು ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ಭೇಟಿಯಾಗಲು ಮತ್ತು ಹತ್ತಿರ ಬರಲು ಕೇಳಿಕೊಂಡು ಅಹಿತಕರವಾಗಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಅವನಿಗೆ 29 ವರ್ಷ, ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರು ಹೀಗೆಯೇ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಅವನು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ! ಸಾರಾಳಿಗೆ ಏನು ಹೇಳಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ :(



ಅಯ್ಯೋ, ನೀನು ಇದನ್ನು ನನಗೆ ಹೇಳಿದ್ದು ಕೇಳಿ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು, ಸೂಸನ್. ನೀನು ಈಗ ವಿವರಿಸಿದ್ದು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಮತ್ತೊಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಬೆದರಿಕೆ - ದುರುಪಯೋಗ. ಆದರೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಡ, ಇದನ್ನು ನಾವು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ, ಇದರಿಂದ ನಿನ್ನ ಸ್ಟೇಹಿತನಿಗೆ ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಬಹುದು.



ಆನ್‌ಲೈನ್ ದುರುಪಯೋಗ



ಆನ್‌ಲೈನ್ ದುರುಪಯೋಗ ಎಂದರೆ ಒಬ್ಬ ವಯಸ್ಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಅಪ್ರಾಪ್ತ ವಯಸ್ಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮೋಸಗೊಳಿಸುವ ಅಥವಾ ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಅವರು ಸ್ಟೇಹಪರ ಮತ್ತು ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಅವರ ನಿಜವಾದ ಗುರಿ ಅಪ್ರಾಪ್ತ ವಯಸ್ಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ಲೈಂಗಿಕವಾಗಿ ಶೋಷಿಸುವುದು

ಆನ್‌ಲೈನ್ ದುರುಪಯೋಗದ ಹಂತಗಳು

ಗುರುತಿಸುವಿಕೆ

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವ ಮೊದಲು, ದುರುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿಸಿಕೊಂಡು ಅವರ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ಅವರ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು - ಅವರಿಗೆ ಏನು ಬೇಕು, ಯಾವುದರಿಂದ ಅವರು ಅತ್ಯಪ್ತರಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಅವರ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು ಯಾವುವು ಮತ್ತು ಅವರ ಭಾವನೆಗಳು ಹೇಗೆವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ.

ನಂಬಿಕೆ ಗಳಿಸುವುದು

ಮಕ್ಕಳ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಈಡೇರದ ಅವರ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಅವರು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ದುಷ್ಕರ್ಮಿಗಳು ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದು, ಹೊಗಳುವುದು, ಹಣ ಕೊಡುವುದು ಮತ್ತು ಇತರ ಮೂಲಭೂತ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವಂತಹ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ

ಅವರು ಮಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ಒಂಟಿಯಾಗಿರುವಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ತಮ್ಮಷ್ಟು ಯಾರೂ ಮಗುವನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪದೇ ಪದೇ ಹೇಳಬಹುದು. ಮಗುವಿನ ಕುತೂಹಲವನ್ನು ದುರುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಂಡು ಆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಲೈಂಗಿಕವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ.

ನಿಯಂತ್ರಣ

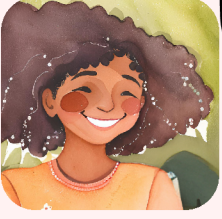
ಇದು ಲೈಂಗಿಕ ದೌರ್ಜನ್ಯದ ರೂಪವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅವರು ಮಗು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕು, ಏನು ಮಾಡಬೇಕು, ಯಾರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ತಾವು ಮಾತ್ರ ಇರುವ ಏಕೈಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ಮಗು ನಂಬುವಂತೆ ದುರುಪಯೋಗ ಮಾಡಬಹುದು.

ದುರುಪಯೋಗದಲಕ್ಷಣಗಳು

ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನ: ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಯುವಕನಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಭಾವನೆ ಮೂಡಿಸಲು ಅಭಿನಂದನೆಗಳು, ಉಡುಗೊರೆಗಳು ಅಥವಾ ವಿಶೇಷ ಉಪಚಾರಗಳನ್ನು ನೀಡಬಹುದು

ಅಸಮರ್ಪಕ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳು: ಅವರು ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಲ್ಲದ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂಬಂಧಗಳು ಅಥವಾ ಲೈಂಗಿಕತೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಪರಿಚಯಿಸಬಹುದು.

ಪರೀಕ್ಷಾ ಮಿತಿಗಳು: ಯುವಕ ಹೇಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕ್ರಮೇಣ ದೈಹಿಕ ಅಥವಾ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಬಹುದು, ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ ಅವರ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.



ಸಾರಾಗೆ ಇದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂದರೆ ಅದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಕಳವಳಕಾರಿ ವಿಷಯ. ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸಾರಾ ತಕ್ಷಣವೇ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಕೆಲಸಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ:

ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಣವೇ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ವಯಸ್ಕರ ಬೆಂಬಲದೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು ನೀವು ಆಕೆಯನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬೇಕು. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಕೆಲವು ಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೂ ನಾನು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ.

3



ಈ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಕಂಡುಬಂದಾಗ ಯಾವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ದಾಖಲಿಸಿ: ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಂವಾದದ ವಿವರವಾದ ದಾಖಲೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ, ಇದು ಸಂದೇಶಗಳು ಅಥವಾ ಇಮೇಲ್‌ಗಳ ಸ್ಕ್ರೀನ್‌ಶಾಟ್‌ಗಳು, ಸಂಭಾಷಣೆಗಳ ವಿವರಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಇತರ ಸಂಬಂಧಿತ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು.

ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಸಂವಹಿಸಿ: ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ನೀವು ನಂಬುವ ಯಾರೊಂದಿಗಾದರೂ ಮಾತನಾಡಿ. ಇದು ಪೋಷಕರು, ಶಿಕ್ಷಕರು, ಶಾಲಾ ಸಲಹೆಗಾರರು ಅಥವಾ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ವಯಸ್ಕರಾಗಿರಬಹುದು.

ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ವಯಸ್ಕರನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ: ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಂಬಿಕಸ್ಥ ವಯಸ್ಕರಾದ ಪೋಷಕರು, ಶಿಕ್ಷಕರು, ಅಥವಾ ಶಾಲಾ ಸಲಹೆಗಾರರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಆ ಯುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ. ಅವರು ನಂಬುವವರ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ದೊಡ್ಡ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು.

ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕ್ರಮೇಣ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ: ಸಂವಾದಗಳ ಅವರ್ತನವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ. ಆಹ್ವಾನಗಳನ್ನು ವಿನಯದಿಂದ ನಿರಾಕರಿಸಿ ಮತ್ತು ಸಂದೇಶಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ಇದು ನಿಮಗೆ ಅಂತರದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಆನ್‌ಲೈನ್ ಗೇಮಿಂಗ್: ಮೋಜು ಮತ್ತು ಅಪಾಯಗಳ ಲೋಕ



ರಹೀಮ್ ತನ್ನ ಶನಿವಾರದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನವನ್ನು ತನ್ನ ಅಣ್ಣನ ಲ್ಯಾಪ್‌ಟಾಪ್‌ನಲ್ಲಿ, ತೀವ್ರ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಗೇಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮುಳುಗಿ ಆನಂದಿಸುತ್ತಿದ್ದನು. ಅವನು ಕಠಿಣ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಸೋಲಿಸಿ ತನ್ನ ಮುಂದಿನ ಸವಾಲಿಗೆ ಸಿದ್ಧನಾಗಿದ್ದಾಗ, ಒಂದು ನೋಟಿಫಿಕೇಶನ್ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿತು.

ಅಣ್ಣಾ, ನಾನು ಗೇಮ್ ಆಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ವಿಚಿತ್ರವಾದುದು ಸಂಭವಿಸಿತು. 'XxShadowSlayerxX' ಎಂಬ ಆಟಗಾರ ನನ್ನನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸುತ್ತಲೇ ಇದ್ದ 'ನೀವು ಎಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು' ಎಂದು ಮೆಸೇಜ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಭಯವಾಯಿತು, ನಾನು ಗೇಮ್ ಮುಚ್ಚಿದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡೆ.



ರಹೀಮ್, ಅದು ಸೈಬರ್ ಕಿರುಕುಳ. ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೆದರಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಮಾಡಿದ್ದು ನೀವು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ್ದು ಒಳ್ಳೆಯದಾಯಿತು. ಈಗಲೇ ಅವನನ್ನು ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಬ್ಲಾಕ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ವರದಿ ಮಾಡಿ.



ಆದರೆ ಅವನು ಇನ್ನೂ ಏನಾದರೂ ಮಾಡಿದರೆ? ನನಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸುರಕ್ಷಿತವಲ್ಲ ಎನಿಸುತ್ತಿದೆ.



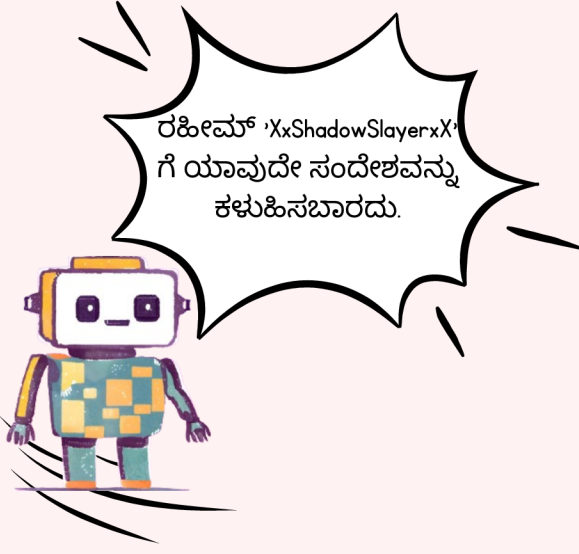
ನಿಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತ ಅನಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಯನ್ನು ಪೈವೇಟ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅಪರಿಚಿತರೊಂದಿಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಇಂತಹ ಯಾವುದೇ ಘಟನೆ ಮತ್ತೆ ಸಂಭವಿಸಿದರೆ, ತಕ್ಷಣ ನನ್ನ ಬಳಿ ಅಥವಾ ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ವಯಸ್ಕರ ಬಳಿ ಬಾ.



ಧನ್ಯವಾದಗಳು, ಅಣ್ಣ ನಾನು ಅವನನ್ನು ಬ್ಲಾಕ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೂ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.



ಆಟದಿಂದ ಋಷಿಯಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಇದು ಅಪಾಯಗಳನ್ನೂ ಹೊಂದಿದೆ. ಡಿಫ಼ೇಸ್ ಅವತಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರವಿರಲಿ; ಇಲ್ಲಿ ಆಟಗಾರರು ತಾವು ಬೇರೆಯವರಂತೆ ನಟಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ಯಾರಾದರೂ ಆಟದಲ್ಲಿ ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ನಿಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ಗಳಿಸಿ ನಂತರ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ ಅದು ಆನ್‌ಲೈನ್ ದೌರ್ಜನ್ಯ ಆಗಿರಬಹುದು. ಹಾಗೆಯೇ, ಆಟಗಾರರು ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡು ನಿಮಗೆ ಮುಜುಗರ ಉಂಟುಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಬೆದರಿಕೆ ಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಕಿರುಕುಳದ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಿ. ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ಪೈವೇಟ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿ.



Chat

XxShadowSlayerxX

ನೀವು ಆ ನಡೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದೆ. ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಇಷ್ಟು ನಿಧಾನವಾಗಿರುತ್ತೀರಾ?

XxShadowSlayerxX

ನಾನು ಮುನ್ನಡೆಸುವವರೆಗೂ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದೀರಾ? ನಾನು ನೋಡದೆ ಏನೂ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

XxShadowSlayerxX

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿ ನಡೆಯೂ ನನಗೆ ಗೊತ್ತು, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿವರವೂ ನನಗೆ ಗೊತ್ತು.

ರಹೀಮ್

ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ವಾರ್ಮ್ ಅಪ್ ಆಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ

Rahim

ಇಷ್ಟೊಂದು ಮೆನೇಜ್‌ಗಳು ಯಾಕೆ? ನಿಮ್ಮ ಆಟದ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಕೊಡಿ.

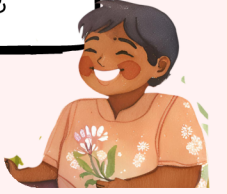
Rahim

...

Send



ನಿಮ್ಮ ಸಹಾಯದಿಂದ, ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಎಂದಿಗೂ ಭಯಪಡದಿರಲು ಮತ್ತು ಅಸಹಾಯಕನಾಗಿರದಿರಲು ಕಲಿತಿದ್ದೇನೆ. ಆದರೆ ಅಣ್ಣ ಈ ರೀತಿಯ ಬೆದರಿಕೆಗಳು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಗೇಮಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆಯೇ?



ಖಂಡಿತ ಇಲ್ಲ, ರಹೀಮ್. ಈ ಬೆದರಿಕೆಗಳು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು - ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾಗಳಲ್ಲಿ, ಆನ್‌ಲೈನ್ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ, ಕುಟುಂಬದ ಗ್ರೂಪ್ ಚಾಟ್ ಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ. ಪರಿಚಿತರು ಮತ್ತು ಅಪರಿಚಿತರು ಇಬ್ಬರೂ ನಿಮ್ಮ ಬೆಂಚ್‌ಮಾರ್ಕ್‌ಗಳನ್ನು ಉಲ್ಲಂಘಿಸಬಹುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರುವುದು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ಪ್ರತಿದಿನದ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬಲೆಗಳು: ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ

ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಜನರು ಕಡಿಮೆ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಬಳದ ಭರವಸೆ ನೀಡುವ ಉದ್ಯೋಗ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಅವಕಾಶಗಳಿಂದ ಆಕರ್ಷಿತರಾಗಿ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಹೆಸರು, ಇಮೇಲ್ ಮತ್ತು ಅರ್ಹತೆಗಳಂತಹ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ, ಆ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಕೆಲಸವನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು "ಸಣ್ಣ ರೇವಣಿ" ಕೇಳುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲವೂ ನಿಜವೆಂದು ತೋರುತ್ತದೆ - ಆದರೆ ತುಂಬಾ ತಡವಾಗುವವರೆಗೆ ಇದು ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ವಂಚಕರು ನಾಪತ್ತೆಯಾಗುತ್ತಾರೆ, ಜನರನ್ನು ನಿರಾಶೆಗೊಳಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ದುರುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸಂದೇಹವನ್ನು ಮೂಡಿಸುತ್ತಾರೆ.

ನಕಲಿ ಉದ್ಯೋಗಾವಕಾಶಗಳು, ವಂಚನೆಯ ಹಗರಣಗಳು ಮತ್ತು ದುರುಪಯೋಗದಂತಹ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬಲೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ಅವು ಯಾವಾಗಲೂ ಅಪರಿಚಿತರನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಜನರು ಕೂಡ ನಿಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ದುರುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಯಾವಾಗಲೂ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರುವುದು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ನಂಬುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಿ - ನೀವು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದ್ದೀರಾ, ಅಥವಾ ಏನಾದರೂ ಸರಿಯಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿದೆಯೇ? ನಿಮ್ಮ ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಕಿವಿಗೊಡುವುದು ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಸಂಚರಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಪೈವಸಿ ಉಲ್ಲಂಘನೆಯಿಂದ ಬಲಿಪಶುವಿನ ಮೇಲೆ ಬೀರುವ ಪರಿಣಾಮಗಳು

ಸಾರಾಳಿಗೆ ಆದ ಆನ್‌ಲೈನ್ ದುರುಪಯೋಗದ ಅನುಭವದ ನಂತರ, ಸುಸಾನ್ ಮತ್ತು ಅವಳ ಕೆಲವು ಸಹಪಾಠಿಗಳು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬೆದರಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿದ್ದರು. ಆನ್‌ಲೈನ್ ಪೈವಸಿ ಉಲ್ಲಂಘನೆಗಳು ಮತ್ತು ಇತರೆ ಆಕ್ರಮಣಗಳು ಅಸಾಮಾನ್ಯವಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಅವರು ಅರಿತುಕೊಂಡರು. ಅವರ ಚರ್ಚೆಯ ನಂತರ, ಆನ್‌ಲೈನ್ ಆಕ್ರಮಣಗಳು ಮತ್ತು ಪೈವಸಿಯ ಯಾವುದೇ ಉಲ್ಲಂಘನೆಗೆ ಜನರು ಹೇಗೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿ ಭಾವಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಸುಸಾನ್ ಕೆಲವು ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳನ್ನು ಬರೆದುಕೊಂಡಳು.

ಪೈವಸಿ ಉಲ್ಲಂಘನೆಯು ಕೇವಲ ಉಲ್ಲಂಘನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ - ಇದು ಜನರು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಇರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಗೆ ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಅವರು ಆ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಬಳಸಲು ತೀವ್ರ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಇದು ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಜನರಿಗೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಟ್ಟುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ

ಕೆಲವರು ಅದನ್ನು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ- ತಮ್ಮ ತಪ್ಪಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಆತಂಕ ಅಥವಾ ಮುಜುಗರವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಅವರನ್ನು ದುರ್ಬಲರನ್ನಾಗಿ, ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿದವರನ್ನಾಗಿ ಮತ್ತು ನೋವುಳ್ಳವರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ಇದರಿಂದಾಗಿ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ದೈಹಿಕವಾಗಿ

ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಇದು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಒತ್ತಡ, ನಿದ್ರೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಹಸಿವಿನಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳು - ಕೆಲವರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೂ ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಆಶ್ಚರ್ಯವೇನಿಲ್ಲ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನೆಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಪಡುವುದು ಸಹ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. (ನಿಜ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಇದು ಸಹಜ!) ಮತ್ತು ಹೌದು, ಈ ಭಾವನೆಗಳು ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ವಾರಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಯವಾಗಬಹುದು, ಆದರೆ ಕೆಲವು ಜನರಿಗೆ ಇದು ಬಹಳ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು?

ಅವರ ಕಥೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ ನನಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಆಲೋಚಿಸಲು ಪ್ರೇರಣೆ ಸಿಕ್ಕಿತು. ತಾವು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಅವರಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಿಕ್ಕಿತು, ಮತ್ತು ಅದು ಅವರಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಭರವಸೆ ನೀಡಿತು - ಎಲ್ಲವೂ ಅವರ ತಪ್ಪಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಪೈವಸಿ ಉಲ್ಲಂಘನೆಗಳು ತಮ್ಮನ್ನೇ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿದ್ದು ದುಃಖಕರ, ಆದರೆ ಅದರಿಂದ ಅವರು ಕಡಿಮೆ ಸಮರ್ಥರು, ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹರು ಅಥವಾ ಬುದ್ಧಿವಂತರು ಎಂದರ್ಥವಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಆ ರೀತಿ ಆಗಲು ಅರ್ಹರಿರಲಿಲ್ಲ, ಮತ್ತು ಯಾರಿಗೂ ಆ ರೀತಿ ಆಗಬಾರದು ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಸುತ್ತದೆ.



ಪೈವಸಿ ಉಲ್ಲಂಘನೆಯಾದಲ್ಲಿ, ಅದು ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪಲ್ಲ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ನೆನಪಿಸಿ, ಮತ್ತು ಆತಂಕ, ಮುಜುಗರ ಅಥವಾ ದುರ್ಬಲತೆಯ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ನೀವು ನಂಬುವವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ.

ಸ್ವಯಂ-ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ, ಗುಣಮುಖರಾಗಲು ಸಮಯವನ್ನು ನೀಡುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಭರವಸೆ ನೀಡುವ ಸಹಕಾರ ನೀಡುವ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ಮೂಲಕ ಚೇತರಿಕೆಯತ್ತ ಗಮನಹರಿಸಿ.



ನೀವು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಬಲವಾದ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಅಥವಾ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ವಹಿಸುವುದು) ಕಲಿಯುವ ಮೂಲಕ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಕ್ರಮೇಣ ಮರಳಿ ಗಳಿಸಬಹುದು.

ನಿಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು: ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು?

ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿನ ಕೆಲವು ರೀತಿಯ ಬೆದರಿಕೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಈಗಷ್ಟೇ ನೋಡಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೈವಸಿ ಮತ್ತು ಡೇಟಾದ ಮೇಲಿನ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಲು ನೀವು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳಿವೆ! ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಏನನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತವಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಬೆದರಿಕೆಗಳಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೇಗೆ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂದು ಈಗ ನೋಡೋಣ. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳಲಾಗುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮೂರು ವರ್ಗಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು.

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿ

ಅಪರಿಚಿತರಿಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಅಥವಾ ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಮಾಹಿತಿ - ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರಿನಂತೆ! ಹಾನಿಕರವಲ್ಲದ ವಿವರಗಳು ಎಂದು ತೋರುವಂತಹವುಗಳನ್ನು ಸಹ ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ಗುರುತಿನ ದೊಡ್ಡ ಚಿತ್ರವನ್ನು ರೂಪಿಸಬಹುದು.

ಖಾಸಗಿ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಕೆಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಹೀಗಿವೆ:

- ಮೂಲ ವಿವರಗಳು: ನಿಮ್ಮ ಪೂರ್ಣ ಹೆಸರು, ಜನ್ಮ ದಿನಾಂಕ, ಅಥವಾ ವಯಸ್ಸು
- ಸಂಪರ್ಕದ ಮಾಹಿತಿ: ನಿಮ್ಮ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ, ವಿಳಾಸ, ಇಮೇಲ್ ಐಡಿ.
- ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಚಟುವಟಿಕೆ: ಸ್ಥಳ ಟ್ಯಾಗ್‌ಗಳಿರುವ ಫೋಟೋಗಳು, ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಚೆಕ್-ಇನ್‌ಗಳು, ಅಥವಾ ಗುರುತಿಸಬಹುದಾದ ವಿವರಗಳಿರುವ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳು.



ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಗುರುತಿನ ಕಳ್ಳತನ, ಪೀಡಿಸುವುದು, ಅಥವಾ ವಂಚನೆಗಳ ಅಪಾಯ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ವೇದಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸುವ ಮೊದಲು ಯಾವಾಗಲೂ ಎರಡು ಬಾರಿ ಯೋಚಿಸಿ.

ವೈಯಕ್ತಿಕವಲ್ಲದ ಮಾಹಿತಿ

ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗದ ಮಾಹಿತಿ - ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೆಚ್ಚಿನ ಬಣ್ಣ! ಇದು ಸುರಕ್ಷಿತವೆಂದು ಕಾಣಿಸಿದರೂ, ವೈಯಕ್ತಿಕವಲ್ಲದ ಡೇಟಾವನ್ನು ಸಹ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇತರ ಮಾಹಿತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಯೋಜಿಸಿದಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.

ವೈಯಕ್ತಿಕವಲ್ಲದ ಮಾಹಿತಿಯ ಕೆಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಹೀಗಿವೆ:

- ಆದ್ಯತೆಗಳು: ನಿಮ್ಮ ನೆಚ್ಚಿನ ಬಣ್ಣ, ಟಿವಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು, ಅಥವಾ ಹವ್ಯಾಸಗಳು.
- ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು: ಹೊಸ ಚಲನಚಿತ್ರ ಅಥವಾ ಪುಸ್ತಕದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆಗಳು.
- ಒಟ್ಟು ಡೇಟಾ: ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು ಅಥವಾ ಸಮೀಕ್ಷಾ ಫಲಿತಾಂಶಗಳು ಇವು ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ.



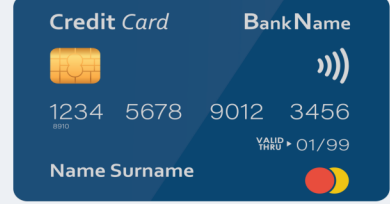
ವೈಯಕ್ತಿಕವಲ್ಲದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ, ಎಚ್ಚರವಿರಲಿ: ನಿಮ್ಮ ಆದ್ಯತೆಗಳು ಅಥವಾ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಮಾರ್ಕೆಟಿಂಗ್ ಮಾಡುವವರಿಗೆ, ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ದುರುದ್ದೇಶಪೂರಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ನೀಡಬಹುದು.

ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿ

ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿ - ಅಂದರೆ, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯು ದುರುಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಒಳಗಾಗುತ್ತದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ನಿಮ್ಮ ಸಹಿಯಂತಹ ಇತರ ಪ್ರಮುಖ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ! ಈ ಮಾಹಿತಿಯ ದುರುಪಯೋಗವು ಆರ್ಥಿಕ ವಂಚನೆ ಅಥವಾ ನಕಲಿ ಗುರುತಿನಂತಹ ಗಂಭೀರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು.

ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯ ಕೆಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಹೀಗಿವೆ:

- ಗುರುತು-ದೃಢೀಕರಣ ಡೇಟಾ: ನಿಮ್ಮ ಸಹಿ, ಸರ್ಕಾರ ನೀಡಿದ ಗುರುತಿನ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಆಧಾರ್, ಪಾಸ್‌ಪೋರ್ಟ್, ಸಾಮಾಜಿಕ ಭದ್ರತಾ ಸಂಖ್ಯೆ).
- ಹಣಕಾಸಿನ ವಿವರಗಳು: ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು, ಕ್ರೆಡಿಟ್/ಡೆಬಿಟ್ ಕಾರ್ಡ್ ಮಾಹಿತಿ, ಅಥವಾ UPI ಪಿನ್‌ಗಳು.
- ದೃಢೀಕರಣ ವಿವರಗಳು: ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳು, ಪಿನ್‌ಗಳು, ಭದ್ರತಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಗಳು, ಅಥವಾ ಬೆರಳಚ್ಚು ಅಥವಾ ಮುಖ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆಯಂತಹ ಬಯೋಮೆಟ್ರಿಕ್ ಡೇಟಾ.
- ಆರೋಗ್ಯ ಮಾಹಿತಿ: ವೈದ್ಯಕೀಯ ದಾಖಲೆಗಳು, ರೋಗನಿರ್ಣಯಗಳು, ಅಥವಾ ಔಷಧಿ ಚೀಟಿಗಳು.



ಏಕೆ ಮುಖ್ಯ: ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯು ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ. ಅಂತಹ ಡೇಟಾವನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಡುವುದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಘಟಕಗಳೊಂದಿಗೆ, ಸುರಕ್ಷಿತ ವೇದಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

ಚಟುವಟಿಕೆ

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಮೀರಾ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ. ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರತಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಓದಿ ಮತ್ತು:

- ಮಾಹಿತಿಯ ವಿಧಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ

ವೈಯಕ್ತಿಕ

ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಲ್ಲದ

ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ

- ಮೀರಾ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿ

ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ

ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ






ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ (ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ವೇದಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ)

ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು

- ಮೀರಾ ಆನ್‌ಲೈನ್ ನಲ್ಲಿ ಒಗಟು ಬಿಡಿಸುವ ಸ್ಪರ್ಧೆಗೆ ಸೇರಲು ತನ್ನ ಪೂರ್ಣ ಹೆಸರನ್ನು ಅಪ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಲು ಕೇಳಲಾಗುತ್ತಿದೆ.
 - ವಿಧ: _____
 - ಕ್ರಮ: _____

- ಒಂದು ಅಡುಗೆ ಆ್ಯಪ್ ಮೀರಾಳ ಇಮೇಲ್ ವಿಳಾಸವನ್ನು ಕೇಳುತ್ತದೆ, ಅವಳಿಗೆ ಪಾಕವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲು.
 - ವಿಧ: _____
 - ಕ್ರಮ: _____
- ಒಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸದ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್, ಗೀವ್‌ಅವೇ ಸ್ಪರ್ಧೆಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಮೀರಾಳ ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತದೆ.
 - ವಿಧ: _____
 - ಕ್ರಮ: _____
- ಒಂದು ಗೇಮಿಂಗ್ ಆ್ಯಪ್ ಮೀರಾಳ ವಯಸ್ಸನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವಳ ಜನ್ಮ ದಿನಾಂಕವನ್ನು ಕೇಳುತ್ತದೆ.
 - ವಿಧ: _____
 - Action: _____
- ಮೀರಾ ತನ್ನ ನೆಚ್ಚಿನ ಪುಸ್ತಕದ ಹೆಸರನ್ನು ಚರ್ಚಾ ವೇದಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ.
 - ವಿಧ: _____
 - ಕ್ರಮ: _____
- ಒಂದು ಶಾಪಿಂಗ್ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್, ಉತ್ಪನ್ನ ವಿತರಣೆಗಾಗಿ ಮೀರಾಳ ವಿಳಾಸವನ್ನು ಕೇಳುತ್ತದೆ.
 - ವಿಧ: _____
 - ಕ್ರಮ: _____
- ಮೀರಾ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬ್ಯಾಂಕಿಂಗ್ ಸೇವೆಗಾಗಿ ತನ್ನ ಗುರುತನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ತನ್ನ ಸಹಿಯನ್ನು ಅಪ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಲು ಕೇಳಲಾಗಿದೆ.
 - ವಿಧ: _____
 - ಕ್ರಮ: _____

ರೀಕ್ಯಾಪ್: ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುವುದು ಹೇಗೆ

-  ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ಯೋಚಿಸಿ: ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅಗತ್ಯವೇ ಎಂದು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
-  ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ಯೋಚಿಸಿ: ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅಗತ್ಯವೇ ಎಂದು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
-  ಸಾರ್ವಜನಿಕ ವೈ-ಫೈ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರ: ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಅಥವಾ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ನೆಟ್‌ವರ್ಕ್‌ಗಳಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡಾಗ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
-  ಸಂರಕ್ಷಿತ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ: ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವಿವರಗಳನ್ನು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಬ್ಯಾಂಕ್ ಮಾಹಿತಿ) ಎನ್‌ಕ್ರಿಪ್ಟ್ ಮಾಡಿದ ವೇದಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.
-  ಖಾತೆಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಿ: ಯಾವುದೇ ದುರುಪಯೋಗವನ್ನು ಮೊದಲೇ ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲು ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಖಾತೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಗಾ ಇರಿಸಿ.

ಅಧ್ಯಾಯ 4: ಬುದಿವಂತಿಕೆಯಿಂದ ಕಿಕ್ ಮಾಡಿ: ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ವೃತ್ತಿಪರವಾಗಿ ತಪ್ಪಿಸಿ.



BREAKING NEWS
ಬೋರ್ಡ್ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ರದ್ದುಗೊಂಡಿವೆ!
ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಸುದ್ದಿ
ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ!

ಶುಭಂ ತಮ್ಮ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸ್ಕ್ರಾಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಸುದ್ದಿಯಂತೆ ಕಂಡಿತು. ತಕ್ಷಣವೇ, ಅವಳು ಅದನ್ನು ತನ್ನ ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಂಡರು.

ಹೇ ಶುಭಂ, ಇದು ಸುಳ್ಳು ಸುದ್ದಿ ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ!

ಇದನ್ನು ನಿನ್ನೆಯೇ ಸುಳ್ಳು ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ, ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ!


ಖಂಡಿತಾ ಇಲ್ಲ ಶುಭಂ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಣ ನೀಡುವ ಲೇಖನವನ್ನು ಈಗಷ್ಟೇ ನೋಡಿದೆ!

ಶುಭಂ ತನ್ನ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗೆ ಹಲವು ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳು ಬಂದಿರುವುದನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾನೆ.

ಏನು? ಇಲ್ಲ! ಇದು ಸುಳ್ಳಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ನಿಜವೆಂದು ತೋರುತ್ತಿತ್ತು! ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ್, ಇದನ್ನು ನೋಡು - ನಾನು ಈ ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ನನ್ನ ಪ್ರೊಫೈಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ, ಮತ್ತು ಈಗ ಜನರು ಇದು ನಕಲಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ! ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ, ಜನರು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನನ್ನನ್ನು ಗೇಲಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ!

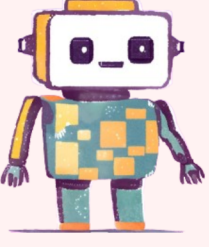


ಚಿಂತಿಸಬೇಡ ಶುಭಂ, ಇದು ನಿನಗೆ ಮಾತ್ರ ಆಗಿಲ್ಲ! ನನ್ನ ಕೆಲವು ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೂ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಇದೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಾಗಿದೆ. ನೀನು ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಯ ಬಲೆಗೆ ಬಿದ್ದಂತಿದೆ. ನನಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕೆಂದು ನಾವಿಬ್ಬರೂ ಸೇರಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದೇ?

ಮಿಷನ್ NIO ಗೆ ಸುಸ್ವಾಗತ: ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನ್ಯಾವಿಗೇಟ್ ಮಾಡಿ. ಇದು ನ್ಯೂಸ್ ನ್ಯಾವಿಗೇಟರ್ ಆಗುವ ಸಮಯ!

ಚಟುವಟಿಕೆ



ನೀವು ಎಂದಾದರೂ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಏನನ್ನಾದರೂ ಸತ್ಯವೆಂದುಕೊಂಡು ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದೀರಾ, ಆಮೇಲೆ ಅದು ಸುಳ್ಳು ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆಯೇ? ಅದು ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ತಿಳಿಯಿತು? ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ನೀವು ಏನು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ?

ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಯೋಚಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಕೆಳಕಂಡ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಬರೆಯಿರಿ.



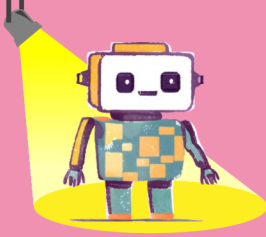
ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣಾ, ಯಾವುದು ನಿಜವೋ ಅಥವಾ ನಕಲಿಯೋ ಎಂದು ನಮಗೆ ಹೇಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ? ಅಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಮಾಹಿತಿ ಇದೆಯಲ್ಲ!



ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ! ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು, ನಾವು ಮೊದಲು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಮಾಹಿತಿ ವಿಧಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.



ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮಾಹಿತಿಯ ವಿಧಗಳು



ಇದನ್ನು ನಾನು ನಿನಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತೇನೆ! ಶುಭಂ, ನಿಮ್ಮ ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ನ್ಯೂಸ್ ಫೀಡ್ ಅನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ನೋಡೋಣ. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿನ ಮಾಹಿತಿಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ ವರ್ಗಗಳಿಗೆ ಸೇರಿದೆ ಎಂದು ನೀವು ತಕ್ಷಣ ಗಮನಿಸುವಿರಿ:



ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಮಾಹಿತಿ

ಕೆಲವು ಮಾಹಿತಿ ಅಥವಾ ಸುದ್ದಿಗಳು ಸುಪ್ರಸಿದ್ಧ ಸುದ್ದಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಸಂಶೋಧನಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಅಥವಾ ಸರ್ಕಾರದ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳಿಂದ ಬರುತ್ತವೆ. ಅವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸತ್ಯಾಂಶಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಾಗಿರುತ್ತವೆ!

ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಷಯಗಳು

ಇಂತಹ ವಿಷಯಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತವೆ - ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಬ್ಲಾಗ್‌ಗಳು, ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವೀಡಿಯೋ ಜರ್ನಲ್‌ಗಳು ಒಬ್ಬರ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನ, ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಬಹುದು, ಅವು ಸತ್ಯಗಳ ಮೇಲೆ ಆಧಾರಿತವಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲದಿರಬಹುದು.

ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ, ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ನಕಲಿ ಸುದ್ದಿ

ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿಯ ರೂಪಗಳಾಗಿವೆ. ಅವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂವೇದನಾಶೀಲ ಮುಖ್ಯಾಂಶಗಳು, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಭಾಷೆ, ಅಸ್ಪಷ್ಟ ಮೂಲಗಳು ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ!

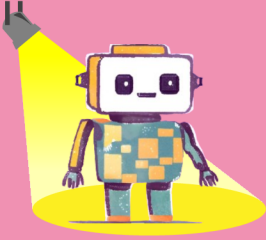
ಹಾಸ್ಯ ಮತ್ತು ಮನರಂಜನೆ

ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಹಾಸ್ಯ ಮತ್ತು ಮೀಮ್‌ಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದೆ, ಇವುಗಳನ್ನು ಸುದ್ದಿಯೆಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ಭಾವಿಸಬಹುದು - ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅವು ನಿಜವಾದ ಘಟನೆಗಳು ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಮೆಂಟ್ ಮಾಡಿದಾಗ!

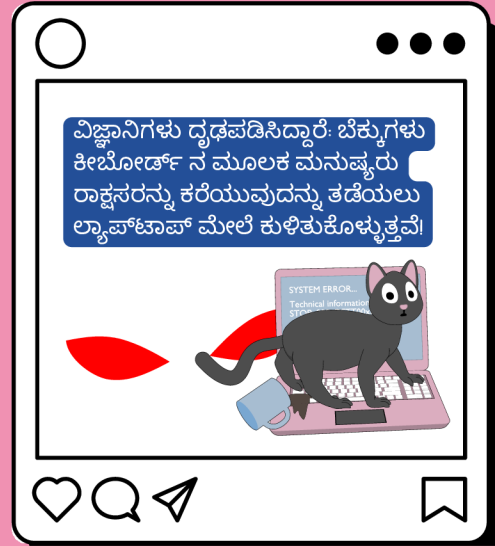
ಓಹ್... ಹಾಗಾದರೆ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲವೂ ನಿಜವಾಗಿರಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಗಂಭೀರವಾಗಿರಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ! ಈಗ ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.



ಸರಿಯಾಗಿದೆ! ನೀವು ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ, ವಿಧಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಲು ಕಲಿತಾಗ, ನೀವು ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಚುರುಕಾಗಿ ನ್ಯಾವಿಗೇಟ್ ಮಾಡಬಹುದು!



ಸರಿಯಾಗಿದೆ! ನೀವು ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ, ವಿಧಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಲು ಕಲಿತಾಗ, ನೀವು ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಚುರುಕಾಗಿ ನ್ಯಾವಿಗೇಟ್ ಮಾಡಬಹುದು!



ಹೇ ಶುಭಂ! ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಆಲ್ಫ್ರೆಮರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸಿದ್ದಾರೆಂದು ಈಗಷ್ಟೇ ಓದಿದೆ! ನಿಮ್ಮ ಅಜ್ಜಿಗಾಗಿ ನೀನು ಸಂಶೋಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸಿದೆ.

ಇಲಿಗಳಲ್ಲಿ ಆಲ್ಫ್ರೆಮರ್ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಇನ್ಟೆಲ್ ಮಾಡಿದ ಕ್ಸಿನಾನ್ ಮೈಕ್ರೋಗ್ಲಿಯಾವನ್ನು ಮಾಡ್ಯುಲೇಟ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ:

<https://www.science.org/doi/10.1126/scitranslmed.adk3690>



>> ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಫಾರ್ವರ್ಡ್ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ವಿಮಾನದ ಅಟೆಂಡೆಂಟ್ ಸುಂದರ್ ಪಿಚೈಗೆ ಫಸ್ಟ್ ಕ್ಲಾಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಅವಮಾನ ಮಾಡಿದರು - ಸತ್ಯ ನಿಮಗೆ ಆಘಾತ ನೀಡುತ್ತದೆ! ಇನ್ನಷ್ಟು ಓದಿ...

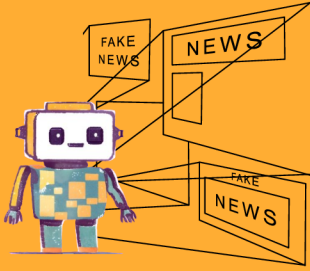
ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು



ಅಣ್ಣಾ, ಇನ್ನೂ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆ ಇದೆ! ತಮಾಷೆಯ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಸುಲಭ, ಆದರೆ ಗಂಭೀರ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳಿದ್ದರೆ ಅವು ನಿಜವೋ ಸುಳ್ಳೋ ಎಂದು ಹೇಗೆ ಹೇಳುವುದು?



ಅದು ಉತ್ತಮ ಪ್ರಶ್ನೆ ಗ್ಲಿಜ್ ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುವಲ್ಲಿ ಪರಿಣತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ, ಮತ್ತು ಅದರ ಪ್ರಕಾರಗಳು ಹಾಗೂ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ನಿಮಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತಾನೆ.



ಜಾಗತಿಕ ಜಾಲವನ್ನು ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ... ಮಾಹಿತಿ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಮಾರ್ಗಗಳ ಮೂಲಕ ಚಲಿಸುತ್ತದೆ- ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯ, ಸುದ್ದಿ ತಾಣಗಳು, ಖಾಸಗಿ ಸಂದೇಶಗಳು- ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ನಿಲುಗಡೆಯೂ ಅದನ್ನು ತಿರುಚಬಹುದು. ಎಲ್ಲಾ ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿ ಒಂದೇ ರೀತಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಮೂರು ಮುಖ್ಯ ವಿಧಗಳಿವೆ...

1. ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ

ಅರಿವಿಲ್ಲದೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡ ಸುಳ್ಳು ಅಥವಾ ತಪ್ಪುದಾರಿಗಳೆಯುವ ಮಾಹಿತಿ - ಅಂದರೆ, ಕಳುಹಿಸುವವರಿಗೆ ಆ ಮಾಹಿತಿ ತಪ್ಪಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ.



ಆ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಮಾಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ದಾರಿತಪ್ಪಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರಬಹುದು, ಶುಭಂ!

ನಾನು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮುಂದೂಡಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಆ ಸುಳ್ಳು ಪ್ರಕಟಣೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಂಡೆ ಹಾಗೆಯೇ!



2. ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿ

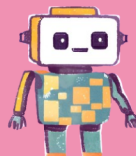
ಜನರನ್ನು ದಾರಿತಪ್ಪಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ನೀಡಿದ ಮಾಹಿತಿ - ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ರಾಜಕೀಯ, ಆರ್ಥಿಕ ಅಥವಾ ಸಾಮಾಜಿಕ ಲಾಭಗಳಿಗಾಗಿ ಇದನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಅದು ಸುದ್ದಿ ಜಾಲತಾಣದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಂತೆ ಕಾಣಿಸಿತ್ತು, ಅದಕ್ಕೆ ನಾನು ಅದನ್ನು ನಂಬಿದೆ...



3. ನಕಲಿ ಸುದ್ದಿ

ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸುದ್ದಿ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹಂಚಿದಾಗ - ಅದು ನಿಜವಾದ ಸುದ್ದಿಯಂತೆ ಕಾಣುವಂತೆ ಮತ್ತು ಅನಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

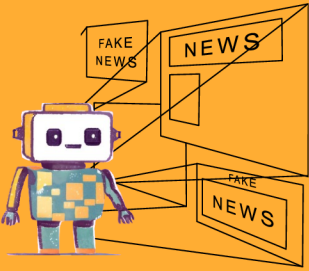


ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸುದ್ದಿ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹಂಚಿದಾಗ - ಅದು ನಿಜವಾದ ಸುದ್ದಿಯಂತೆ ಕಾಣುವಂತೆ ಮತ್ತು ಅನಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಚಟುವಟಿಕೆ



ನಾನು ಈ ಹಿಂದೆ ಕಂಡುಕೊಂಡ ನಕಲಿ ಸುದ್ದಿ, ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಯ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ. ಅದು ಸುಳ್ಳು ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ತಿಳಿಯಿತು? ನಿಮಗೆ ಈಗಾಗಲೇ ತಿಳಿದಿರುವುದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಹಾಯಕವಾಗಬಹುದು!



ಮಾಹಿತಿ/ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ವಿವಿಧ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನೀವು ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು. ನೆನಪಿಡಲು ಸುಲಭವಾದ ಒಂದು ವಿಧಾನವೆಂದರೆ SUCS ವಿಧಾನ, ಇದು ಮೂಲ, ಸರ್ವವ್ಯಾಪಕತೆ, ಸಂದರ್ಭ ಮತ್ತು ಎರಡನೇ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನೀವು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ನಂಬುತ್ತೀರಾ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಏನನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಇದು ನಿಮಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ! ನಾವು ಪ್ರತಿ ಹಂತವನ್ನು ಹತ್ತಿರದಿಂದ ನೋಡೋಣ ಮತ್ತು ಈ ಎರಡು ಸುದ್ದಿ ತುಣುಕುಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸೋಣ.

ಮನೆ ಇತ್ತೀಚಿನ ಸುದ್ದಿ ಇತ್ತೀಚಿನ ಸುದ್ದಿ ಅರ್ಧಿಕತೆ ಅರ್ಧಿಕತೆ ಚುನಾವಣೆಗಳು ಚುನಾವಣೆಗಳು

<https://economictimesindiatimes.com/news/budget-2025>

ದಿ ಎಕನಾಮಿಕ್ ಟೈಮ್ಸ್

ಆರೋಗ್ಯ ಸಚಿವಾಲಯದ ನಿಧಿ ಹಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿನ ಇತ್ತೀಚಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು

ಡಾ. ಸೋಹಿನಿ ಕುಮಾರ್ ಅವರಿಂದ | ಕೊನೆಯದಾಗಿ ನವೀಕರಿಸಿದ್ದು: 2022ರ ಫೆಬ್ರವರಿ 22



ಹೊಸದಿಲ್ಲಿ ಅಡಳಿತಾಡೊಡ ಪಕ್ಷವು ಮುಂಬರುವ ರಾಜ್ಯ ಚುನಾವಣೆಗಳಿಗೆ ಸಿದ್ಧವಾಗುತ್ತಿರುವಾಗ, ಆರೋಗ್ಯ ಸಚಿವಾಲಯವು ತನ್ನ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮಿಷನ್‌ಗೆ ಗಣನೀಯ ನಿಧಿ ಕಡಿತವನ್ನು ಕಂಡಿದೆ ಇದು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರೈಕೆ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ 50% ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಿರುಗಿಸಬಹುದು ವಿರೋಧ ಪಕ್ಷವು.

ಲೇಖಕರ ಬಗ್ಗೆ:
ಡಾ. ಸೋಹಿನಿ ಕುಮಾರ್ ಅವರು ಸ್ಕೂಲ್ ಆಫ್ ಎಕನಾಮಿಕ್ಸ್ ಅಂಡ್ ಬ್ಯುಸಿನೆಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಒಂದು ದಶಕದಿಂದ ಭಾರತೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಹಾಗೂ ರಾಜಕೀಯವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.

ಖಂಡಿತ, ಹಾಗೆಯೇ ಮಾಡೋಣ!



ಏನಂತೀರಾ? ಇವು ನಿಜವೆಂದು ಕಾಣುತ್ತವೆಯೇ?



<http://economicsmadeeeazy23.biz/india-to-pay-foreign->

ಎಕನಾಮಿಕ್ಸ್ ಮೇಡ್ ಈಸಿ

ಖಾಸಗಿ ನಾಗರಿಕ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಗಳಿಗೆ ಕೈ ಹಾಕುವ ಮೂಲಕ ಭಾರತ ವಿದೇಶಿ ಸಾಲಗಳನ್ನು ಪಾವತಿಸಲಿದೆ!!

ಭಾರತವು ವಿದೇಶಿ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಿಂದ ಭೀಕರ ಸಾಲದ ಸುಲಿಗೆ ಸಿಲುಕುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಖಜಾನೆ ವೇಗವಾಗಿ ಬರಿದಾಗುತ್ತಿದೆ. ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ನಿಧಿಯ ಕೊರತೆಯಿದ್ದು ಈ ವೆಚ್ಚಗಳನ್ನು ಮರುಪಡೆಯಲು ನಾಗರಿಕರ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಗಳಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಹಣ ಪಡೆಯುವುದು ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ. ಖಾಸಗಿ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳು ಈಗಾಗಲೇ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಿಂದ ಹೊರಗುಳಿಯುವುದಾಗಿ ಘೋಷಿಸಿವೆ, ಆದರೆ ರಾಜ್ಯ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳಲ್ಲಿನ ಯಾವುದೇ ಖಾತೆಗಳು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ದುರುಪಯೋಗದಿಂದ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಲ್ಲ. (ಇನ್ನಷ್ಟು ಓದಿ)



ಚಿತ್ರ: ಭಾರತದ ವಿದೇಶಾಂಗ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಯು ಹೊಸ ಖಾಸಗಿ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಮಾಲೀಕರೊಂದಿಗೆ ಹಸ್ತಲಾಘವ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ

ರಮ್ಮಿ ಆಡಿ ಈಗಲೇ ₹ 10,000 ಗೆಲ್ಲಿ!!



ಮೂಲ



ಮೊದಲ ಹಂತ ಮಾಹಿತಿ ಅಥವಾ ಸುದ್ದಿಯ ಮೂಲವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು. ಅದು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವೇ? ನೀವು ಮೂಲವನ್ನು ನಂಬಬಹುದೇ?

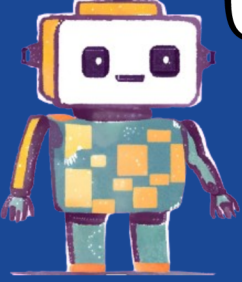
ಅಂದರೆ ನಾನು ಅದನ್ನು ಯಾರು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಬೇಕೇ? ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಸ್ನೇಹಿತರಿಂದ ನನಗೆ ಸುದ್ದಿ ಫಾರ್ಮ್‌ ಆಗಿ ಬರುತ್ತದೆ...



ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ, ಇದು ಮೂಲ ಆಕರದ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಇದೆ - ಸುದ್ದಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಸಂಶೋಧನಾ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಅಥವಾ ಹೇಳಿಕೆಗಳು. ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನೂ ಪರಿಶೀಲಿಸಬೇಕು, ಆದರೆ ಹೇಗೆ?



ಈ ಪರಿಶೀಲನಾ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಬಳಸಿ. ನೀವು ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವುಗಳಿಗೆ ಟಿಕ್ ಮಾಡಿದರೆ, ಮಾಹಿತಿ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಾಗಿರಬಹುದು. ನಿಮಗೆ ಅನುಮಾನಗಳಿದ್ದರೆ, ಆ ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ಫಾರ್ಮ್‌ ಮಾಡಬೇಡಿ!



Always look closely.



ಪರಿಶೀಲನಾ ಪಟ್ಟಿ

- ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಸುಸ್ಥಾಪಿತ ಸುದ್ದಿ ಸಂಸ್ಥೆಯೇ, ಪೀರ್-ರಿವ್ಯೂಡ್ ಜರ್ನಲ್ ಆಗಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಸಂಸ್ಥೆಯೇ?
- ಸರಿಯಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ ನಿಖರವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸುವುದಕ್ಕೆ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾಗಿದೆಯೇ?
- URL ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆಯೇ (ಅಂದರೆ 'https' ನೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆಯೇ) ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಬ್ರೌಸರ್‌ನಿಂದ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿಲ್ಲವೇ?
- ಈ ವೆಬ್‌ಪೇಜ್ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಪಾಪ್-ಅಪ್ ಜಾಹೀರಾತುಗಳು, ಭಾಷಾ ತಪ್ಪುಗಳು ಮತ್ತು ವಿನ್ಯಾಸದ ಅಸಂಗತತೆಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರುವುದಕ್ಕಿಂತ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆಯೇ?
- ಲೇಖಕರು ಅರ್ಹರೇ ಮತ್ತು/ಅಥವಾ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹರೇ? ಅವರು ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಈ ಹಿಂದೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆಯೇ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆಯೇ?

ಪರಿಶೀಲನೆ ಮಾಡೋಣ

ನಮ್ಮ ಲೇಖನಗಳಿಗೆ ಹಿಂತಿರುಗೋಣ. ಅವುಗಳ ಮೂಲಗಳು ವಿಶ್ವಾಸನೀಯವೇ?



ಈ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ [https](https://economictimes.indiatimes.com/news/budget-2025) ನೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಸುರಕ್ಷಿತ URL ಅನ್ನು ಬಳಸುತ್ತದೆ.

ದಿ ಎಕನಾಮಿಕ್ ಟೈಮ್ಸ್ ಸುಸ್ಥಾಪಿತ ಸುದ್ದಿ ತಾಣವಾಗಿದ್ದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ ಮತ್ತು ನಿಖರ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಲು ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾಗಿದೆ.

ಲೇಖಕರು ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಲು ಅರ್ಹರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ, ಈ ವೆಬ್‌ಪೇಜ್ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ, ಜಾಹೀರಾತುಗಳು, ಪಾಪ್‌ಅಪ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಭಾಷಾ ತಪ್ಪುಗಳಿಲ್ಲ.

ಈ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ URL ಸುರಕ್ಷಿತವಲ್ಲ! ಇದು [http](http://) ("s" ಇಲ್ಲದೆ) ಯೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಕಾಗುಣಿತ ದೋಷಗಳು ಹಾಗೂ ಅಸಂಗತಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಹಾಗೂ ಇದು [.biz](http://) ನೊಂದಿಗೆ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಈ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅನಧಿಕೃತವಾಗಿದೆ, ಹಾಗಾಗಿ ಅದು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವೇ ಅಥವಾ ನಿಖರವೇ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ!

ಯಾವುದೇ ಲೇಖಕರಿಲ್ಲ!

ಈ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ದೊಡ್ಡ ಪಾಪ್‌ಅಪ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ, ಜೊತೆಗೆ ಫಾರ್ಮ್ಯಾಟಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಭಾಷಾ ತಪ್ಪುಗಳು ಹಾಗೂ ಅಸಂಗತಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಸಲಹೆ: ಸಣ್ಣ ಪತ್ರಿಕೆಗಳು, ಪ್ರಚಾರ ಪತ್ರಗಳು, ಮೆಸೇಜ್ ಬೋರ್ಡ್‌ಗಳು, ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳು, ಬ್ಲಾಗ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ಕೇಳಿರದ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಲ್ಲದ ಮೂಲಗಳಾಗಿವೆ!

ಚಟುವಟಿಕೆ

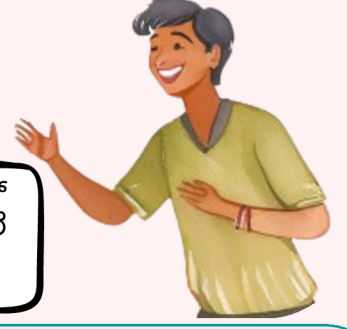


ನೀವು ಭೇಟಿ ನೀಡಿದ 3 ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಸೈಟ್‌ಗಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಮತ್ತು 3 ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಲ್ಲದ ಸೈಟ್‌ಗಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

ನೀವು ಭೇಟಿ ನೀಡಿದ 3 ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಸೈಟ್‌ಗಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಮತ್ತು 3 ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಲ್ಲದ ಸೈಟ್‌ಗಳ ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.



ನೀವು ಒಬ್ಬ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಕೆದಾರ ಆಗುವ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿದ್ದೀರಿ - ಆದರೆ ಮೂಲಗಳು ಮಾತ್ರವೇ ಅಂತಿಮವಲ್ಲ!



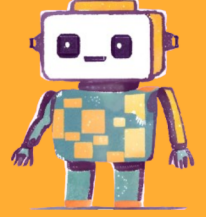
ಸರ್ವವ್ಯಾಪಕತೆ

ಸರ್ವವ್ಯಾಪಕತೆ ಎಂದರೆ ಒಂದು ವಿಷಯ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ ಅಥವಾ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂದರ್ಥ. ಮಾಹಿತಿಯು ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಅದನ್ನು ವಿವಿಧ ಮೂಲಗಳಿಂದ ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದೇ? ಅನೇಕ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಮೂಲಗಳು ಇದನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿವೆಯೇ?

ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ, ಇದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇದು ಏಕೆ ಮುಖ್ಯ? ಸುಳ್ಳು ಸುದ್ದಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವೇಗವಾಗಿ ಹರಡುವುದಿಲ್ಲವೇ?



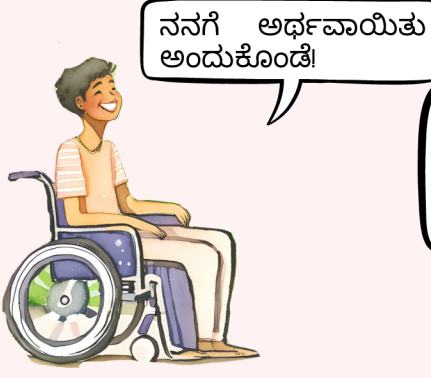
ಇದು ನಿಜ: ಅನೇಕ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ಒಂದು ಹೇಳಿಕೆ ನೀಡಿದರೆ, ಅದು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತವಾಗಿ ನಿಜವೆಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ - ವಿಶೇಷವಾಗಿ, ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ - ಸುದ್ದಿಗಳನ್ನು ಜನರನ್ನು ಭೀತಿಗೊಳಿಸುವಂತೆ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪಠ್ಯದಲ್ಲಿ ಓದುವುದನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ:



ಅಪಾಯ: 56 ನೆಟ್‌ವರ್ಕ್‌ಗಳು ವಿಶ್ವಾದ್ಯಂತ ಕೋವಿಡ್-19 ವೈರಸ್ ಹರಡಲು ಕಾರಣವಾಗಿವೆ!

ಉಪ್ಪಿನಲ್ಲಿ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಸೈನೈಡ್ ಪತ್ತೆ: ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ ಅಂಗಡಿಗಳು ಮನೆಗಳಿಗೆ ವಿಷ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುತ್ತಿವೆ!

ಆಲೋಚಿಸಿ: ಇಡೀ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಏನಾದರೂ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಹೆಚ್ಚು ಸುದ್ದಿ ಜಾಲತಾಣಗಳು ಅದನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದವು. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮತ್ತು ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ತಕ್ಷಣವೇ ಇದನ್ನು ತನಿಖೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದವು, ದೂರುಗಳನ್ನು ದಾಖಲಿಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು ಮತ್ತು ಅಧಿಕೃತ ಹೇಳಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು.. ಮತ್ತು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಹಾಗೂ ಈ ಸುದ್ದಿ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೆಲವೇ ಕೆಲವು ಅಪ್ರಸಿದ್ಧ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಅದು ಸುಳ್ಳಾಗಿರಬಹುದು ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸುವುದು ಸಮಂಜಸವಾಗಿದೆ.

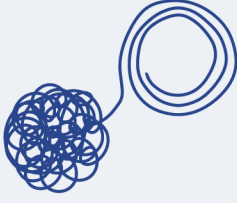


ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು ಅಂದುಕೊಂಡೆ!

ಆದರೆ ನೀವು ಹೇಳಿದ್ದು ಸರಿ! ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಮೂಲಗಳು ಕೂಡ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು, ಹಾಗಾಗಿ ನಾವೇ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು...



ಸಂದರ್ಭ



ಮಾಹಿತಿಯ ಸಂದರ್ಭವು ಅದನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.

ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಸಂದರ್ಭದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದ ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ನೀವು ಎಂದಾದರೂ ನೋಡಿದ್ದೀರಾ? ನೀವು ಅದನ್ನು ಒಂದು ವಿಷಯ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೀರಿ, ಆದರೆ ಅದು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಬೇರೆ ಏನಾದರೂ ಆಗಿದೆಯೇ?



ನನಗೆ ಉತ್ತರ ಕೊರಿಯಾದ ನಾಯಕ ಕಿಮ್ ಜಾಂಗ್ ಉನ್ ಅವರ ಚಿತ್ರದೊಂದಿಗೆ, ಅವರನ್ನು ಚೀನಾದ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಎಂದು ಕರೆಯುವ ಒಂದು ಸಂದೇಶ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಅದು ಸಿ ಜಿನ್ ಪಿಂಗ್!



ಕಳೆದ ತಿಂಗಳು, ಸುರಕ್ಷಾ ನಗರದಲ್ಲಿ ಭೂಕಂಪದ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡುವ ಸಂದೇಶದಿಂದಾಗಿ ಎಲ್ಲರೂ ಭಯಭೀತರಾಗಿದ್ದರು... ಆದರೆ ಆ ವಿಡಿಯೋ ಏಳು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದಿನದು, ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಅದು ನೇಪಾಳದಿಂದ ಬಂದಿತ್ತು!



ಅದ್ಭುತ ಉದಾಹರಣೆಗಳು. ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್, ಇದು ತುಂಬಾ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ನೀವು ತುಂಬಾ ಚುರುಕಾಗಿದ್ದೀರಿ! ನಿನ್ನೆ, ದೀಪಿಕಾ ಪಡುಕೋಣೆ ಸ್ಪರ್ಧೆಯೊಂದನ್ನು ಘೋಷಿಸುತ್ತಿರುವಂತೆ ಕಾಣುವ ಒಂದು ವಿಡಿಯೋ ನನಗೆ ಸಿಕ್ಕಿತು, ಆದರೆ ಅದು AI ಬಳಸಿ ಅವರನ್ನು ಹೋಲುವಂತೆ ಎಡಿಟ್ ಮಾಡಲಾಗಿತ್ತು!



ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ್, ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣ, ಪರಿಶೀಲಿಸಬೇಕಾದ ವಿಷಯಗಳ ಪರಿಶೀಲನಾ ಪಟ್ಟಿ ಒಂದನ್ನು ಮಾಡೋಣ!





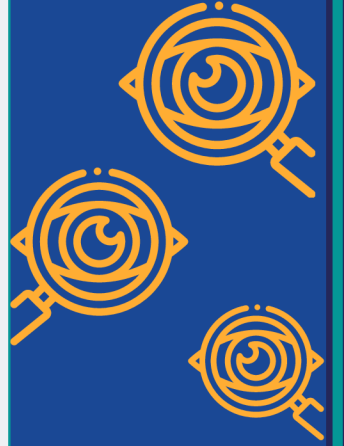
ಒಳ್ಳೆಯ ಯೋಚನೆ!

ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶವನ್ನು ಮರೆಯದಿರೋಣ: ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡದೆ, ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸದೆ ಅಥವಾ ತಪ್ಪಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸದೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಕಥೆಯನ್ನು ಹೇಳಲಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ನಾವು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು!



ಪರಿಶೀಲನಾ ಪಟ್ಟಿ

- ಹೆಸರುಗಳು, ಸ್ಥಳಗಳು ಮತ್ತು ದಿನಾಂಕಗಳನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಮತ್ತು ನಿಖರವಾಗಿ ನಮೂದಿಸಲಾಗಿದೆಯೇ, ಅಥವಾ ಒಂದನ್ನು ಇನ್ನೊಂದರಂತೆ ಬಿಂಬಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲಾಗಿದೆಯೇ?
- ಮಾಹಿತಿಯು ನವೀಕೃತವಾಗಿದೆಯೇ?
- ಪ್ರಮುಖ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡದೆ, ಪೂರ್ಣ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಪುರಾವೆಗಳೊಂದಿಗೆ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆಯೇ?
- ಮಾಹಿತಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲಾದ ಜನರು, ಸ್ಥಳಗಳು ಅಥವಾ ಘಟನೆಗಳ ಚಿತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ವೀಡಿಯೋಗಳು ಒಂದೇ ಆಗಿವೆಯೇ?
- ಚಿತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಕ್ರಾಪ್ ಮಾಡದೆ, ಎಡಿಟ್ ಮಾಡದೆ ಅಥವಾ ತಪ್ಪುದಾರಿಗೆಳೆಯಲು ಬದಲಾಯಿಸದೆ ನಿಖರವಾಗಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲಾಗಿದೆಯೇ?
- ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತಹ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ಇದು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆಯೇ?



ಸಲಹೆ: ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಬೇರೆ ಮೂಲಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ನೀವು ಇರುವ ಜಲತಾಣದಿಂದ ನಿರ್ಗಮಿಸಿ - ಆಧ್ಯತೆಯಾಗಿ, ಮೂಲ ಮೂಲಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ! ವಿಶಾಲವಾದ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಓದಿ!



ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ನೋಡುವಾಗ, ನೀವು ನೋಡುತ್ತಿರುವ ಲೇಖನ, ಪೋಸ್ಟ್ ಅಥವಾ ಸಂದೇಶವು ಅಧ್ಯಯನಗಳು, ವರದಿಗಳು, ರೆಕಾರ್ಡಿಂಗ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ದಾಖಲೆಗಳಿಗೆ ಲಿಂಕ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಪುರಾವೆ ಅಥವಾ ಆಧಾರವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಮಾಹಿತಿಯು ಹೇಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅದು ನಿಮಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತದೆಯೇ? ಆಧಾರವು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಮತ್ತು ನಂಬಲರ್ಹವಾಗಿದೆಯೇ?

ಪರಿಶೀಲನೆ ಮಾಡೋಣ

ನಮ್ಮ ಲೇಖನಗಳಿಗೆ ಹಿಂತಿರುಗೋಣ. ಮಾಹಿತಿಯು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಿದ ರೀತಿ ಅದರ ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ನಿಜವಾಗಿದೆಯೇ?



ಈ ಲೇಖನಗಳು ಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ದಿನಾಂಕವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನಮೂದಿಸಿದ್ದು, ನವೀಕರಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ.

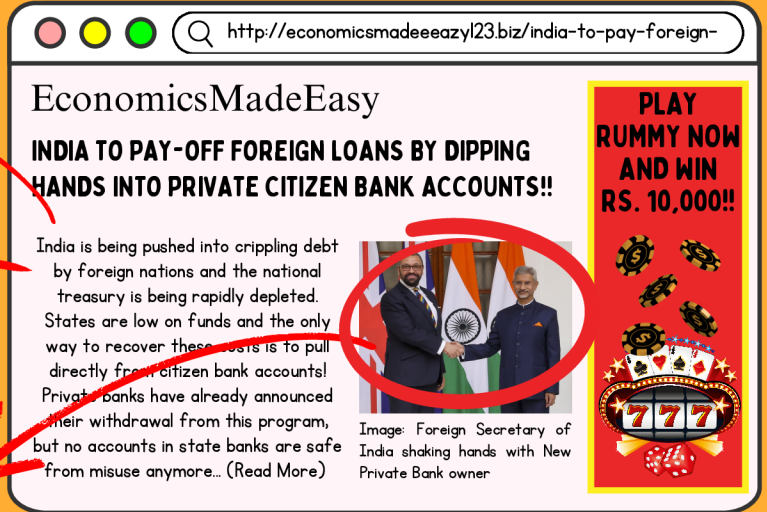
ಈ ಲೇಖನವು ಪುರಾವೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಒದಗಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಸೈಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿನ ಇದೇ ರೀತಿಯ ಮಾಹಿತಿಯಿಂದಲೂ ಬೆಂಬಲಿತವಾಗಿದೆ.

ಈ ಚಿತ್ರವು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿಯಾನವನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುವ ಪಠ್ಯಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಈ ಚಿತ್ರವು ಯಾವುದೇ ಸಂಪಾದನೆ ಅಥವಾ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಲ್ಲದ ಅಧಿಕೃತ ಚಿತ್ರವಾಗಿದೆ.

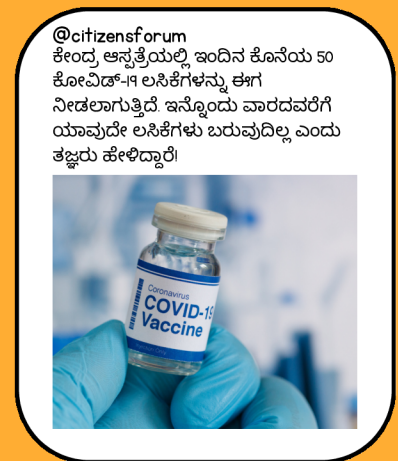
ಇಲ್ಲಿ ದಿನಾಂಕ, ಸ್ಥಳ ಅಥವಾ ಲೇಖಕರ ಮಾಹಿತಿ ಇಲ್ಲ!

ಈ ಸಾಲವು ಯಾವ ದೇಶಗಳು ಅಥವಾ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಂದರ್ಭ ಇಲ್ಲ. ಇದು ಇಷ್ಟು ದೊಡ್ಡ ಸುದ್ದಿಯಾಗಿದ್ದರೂ, ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಸುದ್ದಿ ಸೈಟ್‌ಗಳು ಈ ಕಥೆಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿಲ್ಲ.

ಈ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸರಿಯಾದ ಶೀರ್ಷಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಬಳಸಲಾಗಿಲ್ಲ. ಇದು ಬ್ರಿಟಿಷ್ ವಿದೇಶಾಂಗ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಭಾರತದ ವಿದೇಶಾಂಗ ಸಚಿವರನ್ನು ಯುವ ವ್ಯಕ್ತಿಪರ ಯೋಜನೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಭೇಟಿಯಾದ ಚಿತ್ರವಾಗಿದೆ.



ಇನ್ನಷ್ಟು ಸುದ್ದಿಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ: ಇವು ಯಾಕೆ ತಪ್ಪು ದಾರಿಗಳೆಯುವಂತಿವೆ ಎಂದು ನೀವು ಗುರುತಿಸಬಹುದೇ?





ಎರಡನೇ ಅಭಿಪ್ರಾಯ

ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಂಬಲು ನಿಮಗೆ ಇನ್ನೂ ಖಚಿತವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಎರಡನೇ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಡೆಯುವುದು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ - ಅದು ತಜ್ಞರಿಂದ ಅಥವಾ ಸತ್ಯ-ಪರಿಶೀಲನಾ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಂತಹ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮೂಲಗಳಿಂದ ಆಗಿರಬಹುದು.

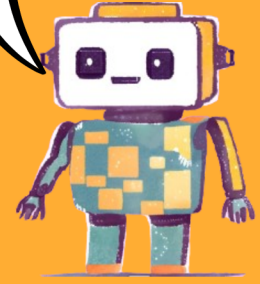


ಸತ್ಯ ಪರಿಶೀಲನೆ
ವೆಬ್‌ಸೈಟ್? ಅಂದರೆ ಏನು?!

ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಹರಡುತ್ತಿರುವ ಸುಳ್ಳು ಸುದ್ದಿ ಮತ್ತು ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಸತ್ಯಪರಿಶೀಲನಾ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಗಳು ಮೀಸಲಾಗಿವೆ.

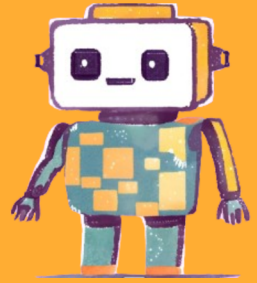


ಆದರೆ ಅವರು ಒಂದು
ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸುಳ್ಳು ಎಂದು ಹೇಗೆ
ಕಂಡುಹಿಡಿಯುತ್ತಾರೆ?



ಉತ್ತಮ ಪ್ರಶ್ನೆ! ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ತಂತ್ರವಿದೆ, ಅದನ್ನು ಅವರು ತಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಇದು ಮಾಹಿತಿಯ ಮೂಲವನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲು ಸುಧಾರಿತ ವೆಬ್ ಸರ್ಚ್ ಅನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ...

ಅವರು ಮೂಲ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ, ಜೊತೆಗೆ ಸ್ಥಳೀಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಸುದ್ದಿಯಲ್ಲಿರುವವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತಾರೆ... ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಎರಡನೇ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಡೆಯಲು ನೀವು ತಜ್ಞರನ್ನು ಸಹ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು!



ಪರಿಶೀಲನೆ ಮಾಡೋಣ!

ನಮ್ಮ ಲೇಖನಗಳನ್ನು ಹಿಂತಿರುಗಿ ನೋಡೋಣ. ಅವುಗಳಿಗೆ ಎರಡನೇ ಅಭಿಪ್ರಾಯದ ಕೆಲವು ಮೂಲಗಳು ಯಾವುವು? ನೀನು ಯಾರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತಿಯಾ?



https://economictimes.indiatimes.com/news/budget-2025

Home Latest News Market Economy Politics Elections News Blogs

ದಿ ಎಕನಾಮಿಕ್ ಟೈಮ್ಸ್

ಆರೋಗ್ಯ ಸಚಿವಾಲಯದ ನಿಧಿ ಹಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿನ ಇತ್ತೀಚಿನ ಬದಲಾವಣೆಗಳು

ಡಾ. ಸೋಹಿನಿ ಕುಮಾರ್ ಅವರಿಂದ | ಕೊನೆಯದಾಗಿ ನವೀಕರಿಸಿದ್ದು: 2022ರ ಫೆಬ್ರವರಿ 22



ಹೊಸದಿಲ್ಲಿ: ಆಡಳಿತಾರೂಢ ಪಕ್ಷವು ಮುಂಬರುವ ರಾಜ್ಯ ಚುನಾವಣೆಗಳಿಗೆ ಸಿದ್ಧವಾಗುತ್ತಿರುವಾಗ, ಆರೋಗ್ಯ ಸಚಿವಾಲಯವು ತನ್ನ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮಿಷನ್ ಗಣನೀಯ ನಿಧಿ ಕಡಿತವನ್ನು ಕಂಡಿದೆ ಇದು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರೈಕೆ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ 50% ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಿರುಗಿಸಬಹುದು. ವಿರೋಧ ಪಕ್ಷವು...

ಲೇಖಕರ ಬಗ್ಗೆ: ಡಾ. ಸೋಹಿನಿ ಕುಮಾರ್ ಅವರು ಸ್ಕೂಲ್ ಆಫ್ ಎಕನಾಮಿಕ್ಸ್ ಅಂಡ್ ಬ್ಯುಸಿನೆಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಒಂದು ದಶಕದಿಂದ ಭಾರತೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಹಾಗೂ ರಾಜಕೀಯವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.

ಆರೋಗ್ಯ ಸಚಿವಾಲಯದ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್

ಟೈಮ್ಸ್‌ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ

ಶಾಲಾಶಿಕ್ಷಕರು

http://economicsmadeeasy123.biz/india-to-pay-foreign-

ಎಕನಾಮಿಕ್ಸ್ ಮೆಡ್ ಈಸಿ

ಖಾಸಗಿ ನಾಗರಿಕ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಗಳಿಗೆ ಕೈ ಹಾಕುವ ಮೂಲಕ ಭಾರತ ವಿದೇಶಿ ಸಾಲಗಳನ್ನು ಪಾವತಿಸಲಿದೆ!!

ಭಾರತವು ವಿದೇಶಿ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಿಂದ ಭೀಕರ ಸಾಲದ ಸುಳಿಗೆ ಸಿಲುಕುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಖಜಾನೆ ವೇಗವಾಗಿ ಬರಿದಾಗುತ್ತಿದೆ. ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ನಿಧಿಯ ಕೊರತೆಯಿದ್ದು, ಈ ವೆಚ್ಚಗಳನ್ನು ಮರುಪಡೆಯಲು ನಾಗರಿಕರ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಗಳಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಹಣ ಪಡೆಯುವುದು ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ! ಖಾಸಗಿ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳು ಈಗಾಗಲೇ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಿಂದ ಹೊರಗುಳಿಯುವುದಾಗಿ ಘೋಷಿಸಿವೆ, ಆದರೆ ರಾಜ್ಯ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳಲ್ಲಿನ ಯಾವುದೇ ಖಾತೆಗಳು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ದುರುಪಯೋಗದಿಂದ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಲ್ಲ. (ಇನ್ನಷ್ಟು ಓದಿ)



ಚಿತ್ರ: ಭಾರತದ ವಿದೇಶಾಂಗ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಯ ಹೊಸ ಖಾಸಗಿ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಮಾಲೀಕರೊಂದಿಗೆ ಹಸ್ತಲಾಘವ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ

ರಮ್ಮಿ ಆಡಿ ಈಗಲೇ ₹ 10,000 ಗೆಲ್ಲಿ!!



ಖಂಡಿತ, ಇಲ್ಲಿ 3 ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಸತ್ಯ-ಪರಿಶೀಲನಾ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು, ಅವುಗಳ URL ಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಶೀಲನಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ವಿವರಗಳಿವೆ:

ನೆನಪಿಡಿ, ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ ದೊಡ್ಡ ಬೆಲೆ ತೆರಬೇಕಾಗಬಹುದು: ಇದು ಜನರ ದೈಹಿಕ ಸುರಕ್ಷತೆ, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ, ಜನರು ಅಥವಾ ಸಮುದಾಯಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಬಂಧಗಳು ಮತ್ತು ಘನತೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು.

SUCS ವಿಧಾನ ತುಂಬಾ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.. ಆದರೆ ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ ನಂಬಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಹರಡಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಮೂರ್ಖತನ ಮತ್ತು ಅಪರಾಧಭಾವ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ತಪ್ಪಿನಿಂದ ಹೊರಬರಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ..



ಈಗಿಂತ ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುವಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಯಾವಾಗಲೂ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅದು ಅಷ್ಟು ಪ್ರಚಲಿತವಾಗಿದೆ! ಮುಖ್ಯ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವ ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಇರುವುದು, ಮತ್ತು ಸತ್ಯ ತಿಳಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು!



ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣಾ, ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಆತಂಕವಾಗುತ್ತಿದೆ! ನನಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಸಂದೇಶಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹೇಗೆ ಪರಿಶೀಲಿಸಲಿ ಮತ್ತು ಸತ್ಯಾಂಶ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಲಿ? ಅದಕ್ಕೆ ಇಡೀ ದಿನ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ!



ಹ್ಲೋ... ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಏನನಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ನನಗೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿಜಕ್ಕೂ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಕೂಡಿದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ..



ನಾನು ಮಾಹಿತಿಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಗ್ರಾಹಕನಾಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ, ಅದು ಕಳೆದುಹೋಗಿರುವ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡದೆ!

ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಮೂಲಗಳಿಂದ ಸುದ್ದಿ ಓದಲು ನಿಗದಿತ ಸಮಯಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸುವುದು.

ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ, ಪರಿಶೀಲನೆಯು ಹೆಚ್ಚು ಸಹಜವಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು.

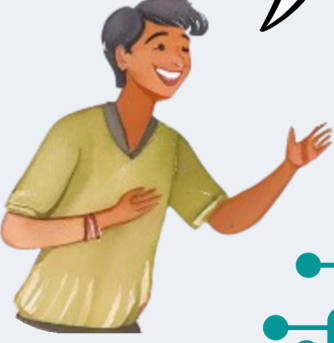
ಸತ್ಯಾಂಶ-ಪರಿಶೀಲಿಸುವ ಗೆಳೆಯರನ್ನು ಹೊಂದುರುವುದು, ಇದರಿಂದ ನೀವು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು!

ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ಆದರೆ ಅದರ ನಿಖರತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಖಚಿತವಾಗುವವರೆಗೆ ಅದನ್ನು ಫಾರ್ವರ್ಡ್ ಮಾಡಬೇಡಿ!



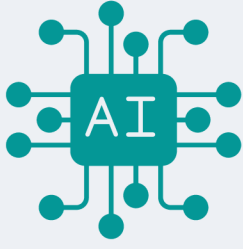
ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿ ಹೇಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ?

ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ಹರಡಲು ಇರುವ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹ ಮುಖ್ಯ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಅಂದುಕೊಂಡಿದ್ದಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡದು!



ಕ್ಲಿಕ್‌ಬೈಟ್ ಮತ್ತು ಸಂವೇದನಾಶೀಲತೆ

ನಮ್ಮನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡುವಂತೆ ಪ್ರಚೋದಿಸಲು ವಿಷಯವನ್ನು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಬಹುದು - ಅದನ್ನು ಹಾಸ್ಯಮಯವಾಗಿ, ಉತ್ಪ್ರೇಕ್ಷಿತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬರೆಯಬಹುದು, ನಿಮ್ಮನ್ನು ಭಯಭೀತಗೊಳಿಸಬಹುದು, ಉತ್ಸುಕಗೊಳಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಕುತೂಹಲ ಮೂಡಿಸಬಹುದು.



ನಕಲಿ ಮತ್ತು ಬದಲಾಯಿಸಿದ ವಿಷಯಗಳು

ಫೋಟೋಗಳು ಮತ್ತು ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ನಿಜವೆಂದು ಕಾಣುವಂತೆ ಮತ್ತು ಜನರನ್ನು ವಂಚಿಸುವಂತೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಪಾದಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ - ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವು ವಂಚನೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ ಅಥವಾ ಜನರು ಹೇಗೆ ಕಾಣಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಅವಾಸ್ತವಿಕ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತವೆ.



ದೃಢೀಕರಣ ಪಕ್ಷಪಾತ

ನಮ್ಮ ಈಗಿರುವ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿಗೆ ಸರಿಹೊಂದುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು, ನಮ್ಮ ಪ್ರಸ್ತುತ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳೊಂದಿಗೆ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯ ಹೊಂದಿರುವ ಮಾಹಿತಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸುಲಭವಾಗಿ ನಾವು ನಂಬುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ಅದರಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲಾದ ಅಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ನಾವು ಸಮ್ಮತಿಸಿದರೆ, ನಾವು ಸುಳ್ಳು ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ಫಾರ್ವರ್ಡ್ ಮಾಡಬಹುದು!



ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಧ್ರುವೀಕರಣ

ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ವಾದಗಳು ಬಹಳ ತೀವ್ರವಾಗಿರಬಹುದು, ಏಕೆಂದರೆ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯ ಹೊಂದಿರುವ ಪಕ್ಷಗಳ ನಡುವೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ವಿಭಜನೆ ಇದೆ. ಇಂತಹ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಜನರು ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲು ಅಥವಾ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು.



ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹತೆಯ ಪಕ್ಷಪಾತ

ನಮಗೆ ವಿಶ್ವಾಸವಿರುವ ಜನರು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನಾವು ಸುಲಭವಾಗಿ ನಂಬುತ್ತೇವೆ - ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಾವು ನಂಬದ ಜನರು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾಹಿತಿಗಿಂತ, ಶಿಕ್ಷಕರು, ಸಂಬಂಧಿಕರು ಅಥವಾ ಸ್ನೇಹಿತರು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಬೇಗ ನಂಬುತ್ತೇವೆ. ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ತೊಂದರೆಗೆ ಸಿಲುಕಿಸಬಹುದು, ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವ ಬದಲು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತೇವೆ!



ಸಾಮಾಜಿಕ ಪುರಾವೆ, ಬಾಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ನಕಲಿ ಪ್ರೊಫೈಲ್‌ಗಳು

ಸಾಮಾಜಿಕ ಪುರಾವೆ ಎಂದರೆ, ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿರುವ, ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಜನರು ಕೂಡ ನಂಬುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನಾವು ನಂಬುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಹೊಂದಿರುತ್ತೇವೆ. ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ಬಾಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ನಕಲಿ ಪ್ರೊಫೈಲ್‌ಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳು ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ - ಇದರಿಂದ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ನಂಬುತ್ತೇವೆ!

ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾಗಿ ಮತ್ತು ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಇರುವುದು

ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ-ಮುಕ್ತ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಅನ್ನು ರಚಿಸಲು ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸುತ್ತೀರಿ?





ಅಮಿತ್ ಭೈಯ್ಯಾ, ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಯ ಜಗತ್ತು ಇಷ್ಟೊಂದು ಜಟಿಲವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ!



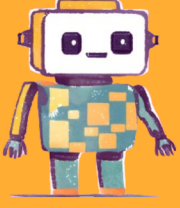
ಹೌದು! ಮಾಹಿತಿ ಪರಿಶೀಲಿಸುವಾಗ ನಾನೂ ಕೂಡ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಓದಿ ಹೊಸ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತೇನೆ..

ಅದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಅದ್ಭುತ! ಈಗ ನಮಗೆ ದಾರಿ ತಪ್ಪಿದ ಭಾವನೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ, ನಾವೇನು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ, ನಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತೆ..



ನೆನಪಿಡಿ, ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ ಎಂದರೆ ತಪ್ಪಾದ ವಿಷಯಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಅದು ಸತ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳ ನಡುವೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ನಿರ್ಧರಿಸುವುದು ಕೂಡ ಆಗಿದೆ.. ಗ್ಲಿಚ್ ಅದನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ!





ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಮಾಹಿತಿಯು ಸತ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳ ಮಿಶ್ರಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಮಾಹಿತಿ ತುಣುಕಿನಲ್ಲಿ ಈ ಎರಡು ಭಾಗಗಳ ನಡುವೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ನಿಮ್ಮ ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಯ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕವಾಗಬಹುದು!

ಸತ್ಯಗಳು

ಹೊರಗಡೆ ಮಳೆ ಬರುತ್ತಿದೆ!



ದೃಢೀಕರಿಸಬಹುದು.



ಅವಲೋಕನ ಅಥವಾ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ



ನಿರಾಕರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ

ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು

ಮಳೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ದುಃಖಮಯವಾಗಿಸುತ್ತದೆ!



ನಂಬಿಕೆ/ದೃಷ್ಟಿಕೋನ, ಪರಿಶೀಲಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಚರ್ಚಿಸಬಹುದು.



ಪಕ್ಷಪಾತಗಳು ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯ/ಕೆಟ್ಟದರ ಬಗ್ಗೆ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು.



ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಒಂದು ಸತ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಗೆ ಭಾವಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

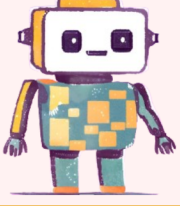


ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಜಗತ್ತನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ಅದರಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಒಂದು ವಿಧಾನ. ಅವು ಸತ್ಯಗಳಿಂದ ಬೆಂಬಲಿತವಾಗಿರಬಹುದು. ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಬಹುದು, ವಾದಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ, ಅವು ಸತ್ಯಗಳ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅವು ತಮ್ಮ ಮಾನ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಹಾಗಾದರೆ, ಮೂಲಗಳು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ಸತ್ಯಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿವೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ಸತ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಹೇಗೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡಿವೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ನಾವು ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು, ಅಲ್ಲವೇ?



ಅದು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸಾರಾಂಶಗೊಳಿಸಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ! ಧನ್ಯವಾದಗಳು, ಅಣ್ಣ!



ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಮಾಹಿತಿಯ ತುಣುಕುಗಳಲ್ಲಿ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ವೃತ್ತಾಕಾರವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿಗೆ ಅಡಿಗರೆ ಹಾಕಬಹುದೇ? ಹಾಗೆ ಮಾಡುವಾಗ, ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿವೆಯೇ ಮತ್ತು ನೀವು ಅದಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪುತ್ತೀರಾ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ. ನೀವು ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಓದಬಹುದು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತೀರಾ ಎಂದು ನೋಡಬಹುದು



ಸ್ಟ್ರಾಬೆರಿಗಳು ವಿಟಮಿನ್ ಸಿ ಹೊಂದಿರುವ ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ಅವು ಎಲ್ಲಾ ಹಣ್ಣುಗಳಿಗಿಂತ ಅತ್ಯಂತ ರುಚಿಕರವಾದವು.

ಕುತುಬ್ ಮಿನಾರ್ ನವದೆಹಲಿಯಲ್ಲಿದೆ ಆದರೆ ಅದು ನಗರದ ಇತರ ಸ್ಮಾರಕಗಳಷ್ಟು ಸುಂದರವಾಗಿಲ್ಲ.



ವಿದ್ಯುತ್ ಚಾಲಿತ ಕಾರುಗಳು ಅನಿಲ ಚಾಲಿತ ವಾಹನಗಳಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಹೊರಸೂಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತವೆ, ಇದು ಪರಿಸರದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸ್ಪಷ್ಟ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿದೆ.

ಬಾಹ್ಯಾಕಾಶ ಪರಿಶೋಧನೆಗೆ ಹಣ ಖರ್ಚು ಮಾಡುವುದು ವ್ಯರ್ಥವಾಗಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದು ನಂಬಲಾಗದ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ!



ಫಾಸ್ಟ್ ಫುಡ್ ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದ ಸಕ್ಕರೆ ಮತ್ತು ಕೊಬ್ಬನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ, ಇದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಇದು ವಿಶ್ವಾದ್ಯಂತ ಬೊಜ್ಜಿಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ.

ಪ್ರತಿದಿನ ಓದುವುದು ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಶಬ್ದಕೋಶವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಆದರೂ ಆಡಿಯೋಬುಕ್‌ಗಳು ಸಹ ಅಷ್ಟೇ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಎಂದು ಕೆಲವರು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ, ನಿಜವಾದ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಅನುಭವಕ್ಕಿಂತ ಬೇರೆ ಯಾವುದೂ ಸಾಟಿಯಿಲ್ಲ.



ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದ ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ಬಳಕೆದಾರರನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತವೆ, ಇದು ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಅವುಗಳನ್ನು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ಎಂದರೇನು?



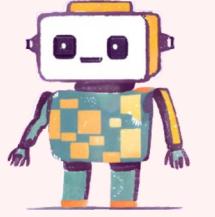
ಭಾರೀ ಮಳೆಯ ನಂತರದ ಒಂದು ಬಿಸಿ ಮತ್ತು ತೇವಾಂಶದ ದಿನವಾಗಿತ್ತು, ಮತ್ತು ಶುಭಂ ಮರದ ಕೆಳಗೆ ಕುಳಿತು ತನ್ನ ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್ ಅನ್ನು ಆನಂದಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ಸುಳ್ಳು ಸುದ್ದಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ವಿಶ್ವಾಸ ಹೊಂದಿದ ಶುಭಂ, ಸುದ್ದಿಗಳನ್ನು ಓದಲು ತನ್ನ ಫೋನ್ ತೆಗೆದಳು. ಅವಳು ಸ್ಮಾರ್ಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಅವಳಿಗೆ ಏನೋ ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿ ಕಂಡಿತು.



ಹ್ಯಾ ಇದು ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿದೆ. ನಿನ್ನೆ ದೊಡ್ಡ ಗುಡುಗು ಸಹಿತ ಮಳೆಯಾಗಿತ್ತು ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು, ಆದರೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಏನೂ ಕಾಣುತ್ತಿಲ್ಲ, ನನ್ನ ನ್ಯೂಸ್‌ಫೀಡ್ ತುಂಬೆಲ್ಲಾ ಕೆಫೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಶಿಫಾರಸುಗಳೇ ತುಂಬಿವೆ.



ಏಕೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನೀವು ಏನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಅಲ್ಲಾರಿದಮ್‌ಗಳು ನಿಮಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತವೆ. ನೀವು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಕೆಫೆಗಳಿಗಾಗಿ ಹುಡುಕಿದ್ದರೆ, ಅಲ್ಲಾರಿದಮ್ ನಿಮಗೆ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ!



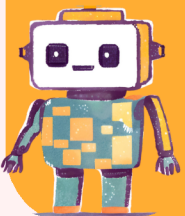
"ಹಲೋ ಡಿಜಿಟಲ್ ವರ್ಲ್ಡ್" ನಲ್ಲಿ ನಾವು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ರೈಲ್ವೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಹೋಲಿಸಿದ್ದು ನೆನಪಿದೆಯಾ? ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ರೈಲು ನಿಲ್ದಾಣದ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕರಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ! ನೀವು ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ನೀವು ಪ್ರತಿ ನಿಲ್ದಾಣಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ, ಅಲ್ಲಿನ ಸ್ಟೇಷನ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ನೀವು ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಗಮನಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಒರಿಸ್ಸಾ ಅಥವಾ ಬಂಗಾಳದಂತಹ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ಒಂದೇ ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಸ್ಟೇಷನ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗೆ ನೀವು ಪೂರ್ವ ಭಾರತದ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮವನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ, ನೀವು ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ, ಅವರು ಅದೇ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ರೈಲುಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಅದೇ ರೀತಿ, ನೀವು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಸುವಾಗ, ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ನೀವು ಏನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತವೆ - ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀವು ಯಾವ ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತೀರಿ, ಯಾವ ಪುಟಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತೀರಿ ಅಥವಾ ನೀವು ಏನನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತೀರಿ. ನೀವು ಅಡುಗೆ ಕುರಿತ ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳಿಗೆ ನೀವು ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪಾಕವಿಧಾನಗಳು ಹಾಗೂ ಆಹಾರ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡುತ್ತದೆ.



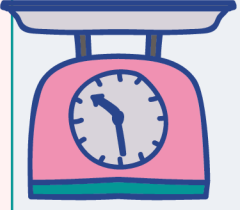
ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಾದ ನೀವು ಇಷ್ಟಪಡುವ, ಕಾಮೆಂಟ್ ಮಾಡುವ ಅಥವಾ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಸಂವಹನಗಳು ನಿಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಫೀಡ್ ಅನ್ನು ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ರೂಪಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನೀವು ಗೇಮಿಂಗ್ ಕುರಿತ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟರೆ, ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಗೇಮಿಂಗ್ ವಿಷಯ, ಜಾಹೀರಾತುಗಳು ಮತ್ತು ಪುಟಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಾದ ನೀವು ಇಷ್ಟಪಡುವ, ಕಾಮೆಂಟ್ ಮಾಡುವ ಅಥವಾ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಸಂವಹನಗಳು ನಿಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಫೀಡ್ ಅನ್ನು ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ರೂಪಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನೀವು ಗೇಮಿಂಗ್ ಕುರಿತ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟರೆ, ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಗೇಮಿಂಗ್ ವಿಷಯ, ಜಾಹೀರಾತುಗಳು ಮತ್ತು ಪುಟಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.



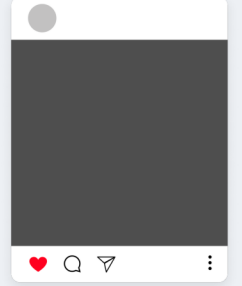
ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ?

ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ನೀವು ಕಳೆಯುವ ಸಮಯವು, ನಿಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಆಸಕ್ತಿಕರವಾದುದ್ದು ಯಾವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳಿಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ನೀವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಿಷಯದೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯುವಾಗ, ಅದೇ ರೀತಿಯ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳನ್ನು ನೀವು ನೋಡುತ್ತೀರಿ.



ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಕಂಟೆಂಟ್ ವೇಯ್‌ಯಿಂಗ್ ಇದು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಸ್ಕೋರ್ ಅನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ಅಪ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಲಾದ ವೀಡಿಯೋಗಳಿಗೆ ಬಾಹ್ಯ ಸೈಟ್‌ಗಳ ಲಿಂಕ್‌ಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆದ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಮೂಲಗಳಿಂದ ಬಂದ ಲಿಂಕ್‌ಗಳಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳು ಹಳೆಯದಾದಂತೆ ಅವುಗಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಒಂದು ಪುಟದೊಂದಿಗಿನ ಇತ್ತೀಚಿನ ಸಂವಹನಗಳು, ಅದರ ವಿಷಯವು ನಿಮ್ಮ ಫೀಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನೀವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪುಟದೊಂದಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದಿಂದ ಸಂವಹನ ನಡೆಸದೇ ಇದ್ದರೆ, ಅದರ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳು ಹೊಸದಾಗಿದ್ದರೂ ಸಹ, ಅವು ನಿಮ್ಮ ಫೀಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

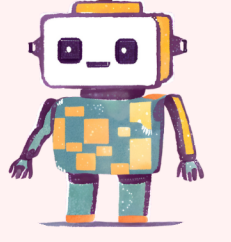


ನೆನಪಿಡಿ! ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಮುಖ್ಯವಾದುದಕ್ಕಿಂತ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಅವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆಕರ್ಷಕ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು ಅಥವಾ ವೈರಲ್ ವೀಡಿಯೋಗಳಂತಹ ಜನಪ್ರಿಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುತ್ತವೆ, ಅವು ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಖರ ಅಥವಾ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಸಹ. ಇದರರ್ಥ ಹೆಚ್ಚು ಆಕರ್ಷಕವಾದ ವಿಷಯವು ಹೆಚ್ಚು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಾದುದಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಅನುಭವವನ್ನು ವೈಯಕ್ತೀಕರಿಸಿದರೂ, ಅವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಫಿಲ್ಟರ್ ಬಬಲ್ ನಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿಸಬಹುದು. ಇದು ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಆಸಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾದ ವಿಷಯವನ್ನು ಮಾತ್ರ ನೋಡುವ ಜಾಗವಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಬಬಲ್‌ನಿಂದ ಹೊರಬರಲು, ವಿಭಿನ್ನ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಿ ಮತ್ತು ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ವಿಷಯದೊಂದಿಗೆ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ-ಯಾವ ರೋಮಾಂಚಕಾರಿ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳನ್ನು ನೀವು ಕಾಣಬಹುದು ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಎಂದಿಗೂ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ!

ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ?

ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ನೀವು ನೋಡುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ನೀವು ಬ್ರೌಸ್ ಮಾಡುವಾಗ ಯಾವ ಜಾಹೀರಾತುಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನೂ ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತವೆ. ಜಾಹೀರಾತುದಾರರು ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ನಡವಳಿಕೆ, ಅಂದರೆ ಹುಡುಕಾಟದ ಇತಿಹಾಸ, ಕ್ಲಿಕ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳದಂತಹ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನಿಮಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಿದ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ತಲುಪಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ಹಂತ ಹಂತವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ:



ಜಾಹೀರಾತು ಗುರುತುಪಡಿಸುವಿಕೆ



ಒಮ್ಮೆ ಜಾಹೀರಾತುದಾರರು ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಏನು ಇಷ್ಟವಾಗಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅದನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಜಾಹೀರಾತುದಾರರು ವಯಸ್ಸು, ಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ಆಸಕ್ತಿಗಳಂತಹ ಜನಸಂಖ್ಯಾಶಾಸ್ತ್ರದ ಡೇಟಾವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುಂಪುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ವೈಯಕ್ತಿಕರಿಸಿದ ಜಾಹೀರಾತುಗಳು



ಅವರು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಡೇಟಾವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು, ಕಂಪನಿಗಳು ನಿಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಪ್ರೊಫೈಲ್ ಅನ್ನು ರಚಿಸುತ್ತವೆ. ನೀವು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಅವರು ಊಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತವೆಂದು ಅವರು ಭಾವಿಸುವ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ, ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಫೋನ್‌ಗಳನ್ನು ನೋಡಿದ ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಫೋನ್ ಕೇಸ್‌ಗಳು, ಚಾರ್ಜರ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಇಯರ್‌ಫೋನ್‌ಗಳ ಜಾಹೀರಾತುಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಅವರು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಡೇಟಾವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು, ಕಂಪನಿಗಳು ನಿಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಪ್ರೊಫೈಲ್ ಅನ್ನು ರಚಿಸುತ್ತವೆ. ನೀವು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ಅವರು ಊಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತವೆಂದು ಅವರು ಭಾವಿಸುವ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ, ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಫೋನ್‌ಗಳನ್ನು ನೋಡಿದ ನಂತರ, ನಿಮಗೆ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಫೋನ್ ಕೇಸ್‌ಗಳು, ಚಾರ್ಜರ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಇಯರ್‌ಫೋನ್‌ಗಳ ಜಾಹೀರಾತುಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.



ಪ್ರೈವಸಿ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ

ಲೋಕೇಶನ್‌ಸ್ಟ್ರಾಕಿಂಗ್ ಅಥವಾ ವೈಯಕ್ತಿಕರಿಸಿದ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲು ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿ.



ಕುಕೀಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ಲಾಶ್ ಅನ್ನು ಕ್ಲಿಯರ್ ಮಾಡಿ

ಲೋಕೇಶನ್ ಟ್ರ್ಯಾಕಿಂಗ್ ಅಥವಾ ವೈಯಕ್ತಿಕರಿಸಿದ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಲು ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿ.



ಜಾಹೀರಾತು ಬ್ಲಾಕರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ

ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿ ಮತ್ತು ಟ್ರ್ಯಾಕರ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದನ್ನು ತಡೆಯಿರಿ.



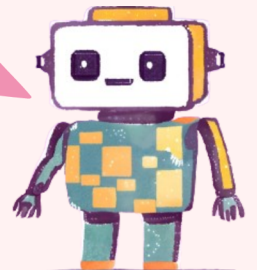
ವೈಯಕ್ತಿಕರಿಸಿದ ಜಾಹೀರಾತುಗಳು

ನಿಮ್ಮ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಬರುವ ಜಾಹೀರಾತುಗಳಿಂದ ಹೊರಗುಳಿಯಿರಿ. ಆಗಲೂ ನೀವು ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೀರಿ, ಆದರೆ ಅವು ನಿಮ್ಮ ಬ್ರೌಸಿಂಗ್ ಇತಿಹಾಸಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

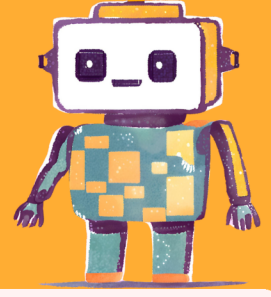
ವಾವ್, ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿವೆ ಆದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಯ ಹುಟ್ಟಿಸುತ್ತವೆ! ನನ್ನ ವೀಡಿಯೋ ಸಲಹೆಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಆಶ್ಚರ್ಯವೇನಿಲ್ಲ. ಅವು ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನೂ ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತವೆಯೇ? ನಾನು ಒಮ್ಮೆ ಶೂಲಿಗಾಗಿ ಹುಡುಕಿದ್ದೆ. ಈಗ ನನಗೆ ಅದಷ್ಟೇ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದೆ!



ಸರಿ! ಅದು ಉದ್ದೇಶಿತ ಜಾಹೀರಾತು, ಅಲ್ಲಾರಿದಮ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾವನ್ನು ಬಳಸುವ ಇನ್ನೊಂದು ಮಾರ್ಗ!



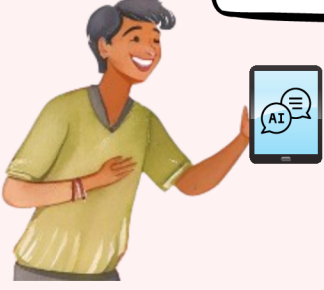
ನಿಮ್ಮ ನ್ಯೂಸ್‌ಫೀಡ್‌ನಲ್ಲಿ ನೀವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನೋಡುವ ಮೂರು ರೀತಿಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ. ಈ ವಿಷಯಗಳು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನಿಮಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯುಳ್ಳವೇ, ಅಥವಾ ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ನಿಮಗೆ ಒಂದು ಬಬಲ್ ಅನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿವೆ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸುತ್ತೀರಾ? ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತ ಅಥವಾ ಸಹಪಾಠಿಯೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ!



ಆರ್ಟಿಫಿಷಿಯಲ್ ಇಂಟೆಲಿಜೆನ್ಸ್ ಎಂದರೇನು?



ಹೇ, ಸ್ನೇಹಿತರೇ! ಈ AI ಚಾಟ್‌ಬಾಟ್ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಿದ್ದೀರಾ? ಇದಕ್ಕೆ ಎಲ್ಲವೂ ತಿಳಿದಿರುವಂತಿದೆ!



ಓಹ್, ಹೌದು! ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಓದುವಾಗ ನಾವು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕಲಿತೆವು. AI, ಅಥವಾ ಆರ್ಟಿಫಿಷಿಯಲ್ ಇಂಟೆಲಿಜೆನ್ಸ್ ಎಂದರೆ ಮಾನವನ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಕರಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿರುವ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಸಿಸ್ಟಮ್‌ಗಳು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಚಾಟ್‌ಬಾಟ್‌ಗಳು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಬಹುದು, ಸರ್ಚ್ ಇಂಜಿನ್‌ಗಳು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಬಹುದು, ಮತ್ತು ಚಿತ್ರ ಗುರುತಿಸುವಿಕೆಯ ಪರಿಕರಗಳು ಪೋಟೋಗಳಲ್ಲಿನ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಹುದು.

ಅದು ಅದ್ಭುತವಾಗಿದೆ! ಅದು ಹೇಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಿನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತೇ?



ಹೌದು! AI ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಸ್ಕರಿಸಿ ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಊಹೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಾನು AI ಚಾಟ್‌ಬಾಟ್‌ಗೆ ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಿದರೆ, ಅದು ನನ್ನ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಅದನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ, ತನ್ನ ಡೇಟಾಬೇಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ತವಾದ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಹುಡುಕಿ, ಮತ್ತು ಕೆಲವೇ ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತರವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ-ಒಂದು ಸೂಪರ್-ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಸಹಾಯಕನಂತೆ!

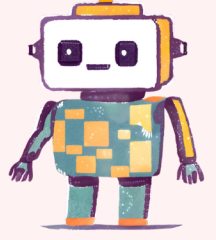


ಆದರೆ ನೆನಪಿಡಿ, AI ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಮನುಷ್ಯರಂತೆ ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಅದು ತನ್ನ ತರಬೇತಿ ಡೇಟಾವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನಂಬಲಾಗದಷ್ಟು ಸಹಾಯಕವಾಗಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಗ್ಲಿಚ್ ನಿಮಗೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ!



AI ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ?

ಆರ್ಟಿಫಿಷಿಯಲ್ ಇಂಟೆಲಿಜೆನ್ಸ್ ಎಂದರೆ, ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ವೇಗವಾಗಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು, ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಆನಂದದಾಯಕವಾಗಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಸಹಾಯಕನನ್ನು ಹೊಂದಿದಂತೆ. ಇದು ಮಾನವನಂತೆ ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಅನುಭವಿಸುವುದಿಲ್ಲವಾದರೂ, ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ಹಲವು ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ AI ಬಹಳ ಸಹಾಯಕವಾಗಬಲ್ಲದು. AI ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ನೋಡೋಣ:



ವೇಗವಾಗಿ ಡೇಟಾ ಪಡೆಯುವಿಕೆ

AI ಕೇವಲ ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಬಲ್ಲದು. ಇದು ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆಗೆ AI ಅನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿಸುತ್ತದೆ.



ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು

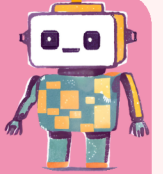
ಯೋಜನೆಗಳಿಗೆ ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವಾಗ ನೀವು ಎಂದಾದರೂ ಸಿಲುಕಿಕೊಂಡಿದ್ದೀರಾ? AI (ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ) ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಒಬ್ಬ ಅಧ್ಯಯನದ ಪಾಲುದಾರನನ್ನು ಹೊಂದಿದಂತೆ.



ಭಾಷಾಅನುವಾದ

AI ಪರಿಕರಗಳು ಭಾಷೆಯ ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಬಲ್ಲವು. ಇದರಿಂದ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತದ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಲು ಅಥವಾ ಇತರ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ.

AI ನಂಬಲಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸಹಾಯಕವಾಗಿದ್ದರೂ, ಅದು ಪರಿಪೂರ್ಣವಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ಗಮನದಲ್ಲಿಡಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ಸವಾಲುಗಳಿವೆ.



AI ನಲ್ಲಿ ಪಕ್ಷಪಾತ

AI ಡೇಟಾದಿಂದ ಕಲಿಯುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡಿದ ಡೇಟಾವು ಪಕ್ಷಪಾತದಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಅಪೂರ್ಣವಾಗಿದ್ದರೆ, AI ಪಕ್ಷಪಾತದ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಇದರರ್ಥ ಅದು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿಗೆ ಒಲವು ತೋರಬಹುದು.



EXAMPLE

ಒಂದು AI ಉಪಕರಣಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಿಂದ ತರಬೇತಿ ನೀಡಿದ್ದರೆ, ಅದು ಭಾರತ ಸೇರಿದಂತೆ ಪ್ರಪಂಚದ ಇತರ ಭಾಗಗಳ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಉಲ್ಲೇಖಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಷ್ಟಪಡಬಹುದು.

ತಪ್ಪುಮಾಹಿತಿ

AI ಅನೇಕ ಬಾರಿ ನಿಜವೆಂದು ತೋರುವ ಆದರೆ ಸತ್ಯವಲ್ಲದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇದು ನಿಜವಾದ ಸಂಗತಿಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ನೀಡದೆ, ಮಾದರಿಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.



EXAMPLE

ನೀವು ಒಂದು AI ಟೂಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಐತಿಹಾಸಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಿದಾಗ, ಅದು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಎಂದಿಗೂ ನಡೆಯದ ಸುಳ್ಳು ಉಲ್ಲೇಖ ಅಥವಾ ಘಟನೆಯನ್ನು ನಿಮಗೆ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರೈವಸಿಯ ಕಾಳಜಿಗಳು

ಅನೇಕ AI ಪರಿಕರಗಳು ಕಲಿಯಲು ಮತ್ತು ಸುಧಾರಿಸಲು ಡೇಟಾವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುತ್ತವೆ. ಇದು AI ಅನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರೂ, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯ ಪ್ರೈವಸಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತದೆ.

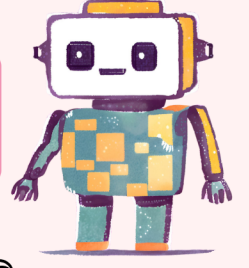


EXAMPLE

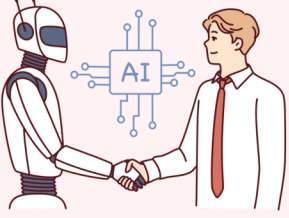
ಒಂದು ಆ್ಯಪ್ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ, ಅದು ಆ ಮಾಹಿತಿ ಏಕೆ ಬೇಕು ಮತ್ತು ನೀವು ಅದನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತೀರಾ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ಗ್ಲಿಚ್‌ನ AI ಬಳಕೆಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ

ನೀವು ಗೊಂದಲಕ್ಕೊಳಗಾಗಿದ್ದೀರಾ? ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ! ಇದು ಬಹಳಷ್ಟು ಮತ್ತು ಗೊಂದಲಮಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. AI ಅನ್ನು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾಗಿ ಬಳಸಲು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಕೆಲವು ಸರಳ ಸಲಹೆಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ.



AI ಜೊತೆ ಪಾಲುದಾರರಾಗಿ, ಅದರ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತರಾಗಬೇಡಿ.



AI ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಸಹಾಯಕವಾಗಿದ್ದರೂ, ಅದು ನಿಮ್ಮದೇ ಆದ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಸೃಜನಶೀಲತೆ ಮತ್ತು ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಗೆ ಬದಲಿಯಲ್ಲ. ಇದು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಮೂಡಿಸಲು ಅಥವಾ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಒಂದು ಸಾಧನವಾಗಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದು ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ಸೃಜನಶೀಲತೆಯನ್ನು ಬದಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಯಾವಾಗಲೂ ಸತ್ಯಾಂಶವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.

AI ಪರಿಪೂರ್ಣವಲ್ಲ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಅದು ನೀಡಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಪುಸ್ತಕಗಳು, ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಶಿಕ್ಷಕರನ್ನು ಕೇಳುವ ಮೂಲಕ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ.



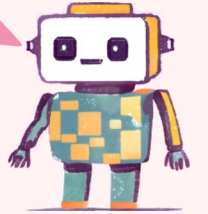
ಅದರ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ

AI ತುಂಬಾ ಬುದ್ಧಿವಂತವಾಗಿದ್ದರೂ, ಅದು ಮನುಷ್ಯರಂತೆ ನಿಖರವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಮನುಷ್ಯರಂತೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಕೇವಲ ಒಂದು ಉಪಕರಣ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿ, ತಜ್ಞ ಎಂದು ಅಲ್ಲ!

ಹಾಗಾದರೆ ನಾನು AI ಅನ್ನು ಆರಂಭಿಕ ಹಂತವಾಗಿ ಬಳಸಬೇಕೇ, ಅಂತಿಮ ಉತ್ತರವಲ್ಲವೇ?



ಖಂಡಿತ! ಇದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಸುಲಭಗೊಳಿಸುವ ಸಹಾಯಕ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ, ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಇದು ಬದಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ.



ಚಟುವಟಿಕೆ

ನಿಮಗೆ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ನ ಸೌಲಭ್ಯವಿದ್ದರೆ

ಜೋಡಿಗಳಾಗಿ ವಿಭಜಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈಗ, ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು AI ಉಪಕರಣವನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಸಂಶೋಧನಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ನಿಮಗೆ ಇಷ್ಟವಾದ ಯಾವುದೇ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಶೋಧನೆ ಮಾಡಿ. ನಂತರ, ನಿಖರತೆ, ಸಂಪೂರ್ಣತೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹತೆಗಾಗಿ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿ!

ನಿಮಗೆ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ನ ಸೌಲಭ್ಯವಿದ್ದರೆ

AI-ರಚಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಪುನಃ ಬರೆಯಿರಿ. ಉತ್ತರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಮತ್ತು ನಿಖರವಾಗಿಸಲು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭ, ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ

ಅಧ್ಯಾಯದ ರೀಕ್ಯಾಪ್!



ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೀಗೆ ವರ್ಗೀಕರಿಸಬಹುದು: ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಮಾಹಿತಿ, ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಷಯ, ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ, ದುರುದ್ದೇಶಪೂರಿತ ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಸುಳ್ಳು ಸುದ್ದಿ ಅಥವಾ ಹಾಸ್ಯ ಮತ್ತು ಮನರಂಜನೆ!



ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಲ್ಲದೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ತಪ್ಪುದಾರಿಗಳೆಂದು ಅಥವಾ ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿ. ಆದರೆ, ದುರುದ್ದೇಶಪೂರಿತ ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ ಜನರನ್ನು ತಪ್ಪುದಾರಿಗಳೆಂದು ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.



ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸರಳ ವಿಧಾನವಾದ SUCS (ಮೂಲ, ಸರ್ವವ್ಯಾಪಕತೆ, ಸಂದರ್ಭ, ಎರಡನೇ ಅಭಿಪ್ರಾಯ) ಬಳಸಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು.

- ಮೂಲ: ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಾಗಿದೆಯೇ ಮತ್ತು ಪರಿಚಿತವಾಗಿದೆಯೇ? URL ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆಯೇ? ಪುಟದ ವಿನ್ಯಾಸ ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆಯೇ, ಅಥವಾ ಪಾಪ್‌ಅಪ್‌ಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದೆಯೇ?
- ಸರ್ವವ್ಯಾಪಕತೆ: ಮಾಹಿತಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆಯೇ ಮತ್ತು ಇತರ ಮೂಲಗಳಿಂದ ಅದನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದೇ?
- ಸಂದರ್ಭ: ಹೆಸರುಗಳು, ದಿನಾಂಕಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ಥಳಗಳು ನಿಖರವಾಗಿವೆಯೇ? ಇದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಂದರ್ಭದೊಂದಿಗೆ ನವೀಕೃತವಾಗಿದೆಯೇ? ಚಿತ್ರಗಳು ಮಾಹಿತಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುತ್ತವೆಯೇ?
- ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಸತ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳ ನಡುವೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ!



ನೆನಪಿಡಿ: ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ನಿಖರ ಅಥವಾ ಮುಖ್ಯವಾದುದನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಗಮನ ಸೆಳೆಯುವಂತಹದಕ್ಕೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುತ್ತವೆ!



ಜಾಹೀರಾತು ಏಜೆನ್ಸಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು, ಪೈವಸಿ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ, ಕುಕೀಸ್ ಮತ್ತು ಸಂಗ್ರಹವನ್ನು ತೆರವುಗೊಳಿಸಿ, ಜಾಹೀರಾತು ಬ್ಲಾಕರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕರಿಸಿದ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿ!



AI ಅತ್ಯಂತ ಸಹಾಯಕವಾಗಿದ್ದರೂ, ಅದು ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪ್ರಚುರಪಡಿಸಬಹುದು, ಆಂತರಿಕ ಪಕ್ಷಪಾತಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು ಮತ್ತು ಪೈವಸಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು! AI ನೀಡಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸದಾ ಸತ್ಯಾಂಶ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ, ಅದರ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಬಳಸದೆ, ಬಿಂಬಲಿಸಲು ಬಳಸಿ!

ಅಧ್ಯಾಯ 5: ಇಂದಲೂ, ಸಾ, ಮರ್ಗಳೇ! ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬೆದರಿಕೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದು



ಅದು ಬಿಸಿಲು ತುಂಬಿದ ದಿನ, ಮತ್ತು ಜಸ್ಪೀತ್ ಹಾಗೂ ನೂರ್ ಜಸ್ಪೀತ್ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಹೊಸ ಬೀಜಗಳನ್ನು ನೆಡುತ್ತಿದ್ದರು!



ನಿನ್ನೆ ನಾನು ಶುಭಂ ಜೊತೆ ಸಮಯ ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೆ, ಮತ್ತು ಅವಳು ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ್ ಮತ್ತು ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣನೊಂದಿಗೆ ಕಂಡುಕೊಂಡ ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು, AI ಮತ್ತು ಇನ್ನಿತರ ಆಸಕ್ತಿದಾಯಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಳು! ಅದು ಕೇಳಲು ಕುತೂಹಲಕಾರಿಯಾಗಿತ್ತು, ಆದರೆ ನಮಗೆ ತಿಳಿಯದ ವಿಷಯಗಳು ಎಷ್ಟು ಇರಬಹುದು ಎಂದು ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಯೋಚಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿತು...

ಅದು ನಿಜ! ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ಅದು ಸುರಕ್ಷಿತವೋ ಅಥವಾ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವೋ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ನ್ಯಾವಿಗೇಟ್ ಮಾಡುವುದು ಸಹ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ.



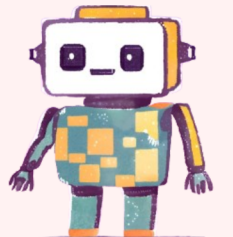
ಇಂಟರ್ನೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ಭಯಾನಕ ಮತ್ತು ಅನಗತ್ಯ ಸಂವಹನಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕೆಂದು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಕಲಿಯಲು ನಮಗೆ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಳವಿದ್ದರೆ ಅದು ನಮಗೆ ಲ್ಲರಿಗೂ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ನೀವೇನು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ?

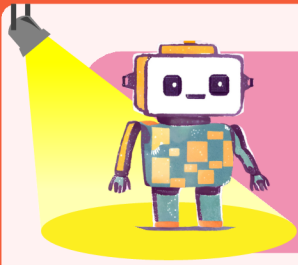


ಅದು ಅದ್ಭುತ ಕಲ್ಪನೆ. ಗ್ಲಿಚ್ ನಮಗೆ ಇದೇ ರೀತಿಯ ಒಂದು ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದೆಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ!



ನಾನು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಮಾಡಬಲ್ಲೆ! ಬನ್ನಿ ಒಂದು ಸಾಹಸಕ್ಕೆ ಹೊರಡೋಣ! ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ಗ್ಲಿಚ್‌ನ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗೆ ಸುಸ್ವಾಗತ!





ಗ್ಲಿಚ್‌ನ ಗ್ಯಾಲಕ್ಸಿ ಮಾರ್ಗವರ್ತಿ!

ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಸುರಕ್ಷತೆ!

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಂವಹನ ಮಾಧ್ಯಮಗಳ ಮೂಲಕ ನಿಮಗೆ ಕಳುಹಿಸಲಾದ ಬೆದರಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸುತ್ತೀರಿ? ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಂಶಗಳ ಪರಿಶೀಲನಾ ಪಟ್ಟಿ ಇಲ್ಲಿದೆ!

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸಂವಹನ ಮಾಧ್ಯಮಗಳ ಮೂಲಕ ನಿಮಗೆ ಕಳುಹಿಸಲಾದ ಬೆದರಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀವು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸುತ್ತೀರಿ? ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಂಶಗಳ ಪರಿಶೀಲನಾ ಪಟ್ಟಿ ಇಲ್ಲಿದೆ!

ಅವರು ಖಾಸಗಿ ಫೋಟೋಗಳು/ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದಾರೆಯೇ, ಅದರಲ್ಲೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅನೌಪಚಾರಿಕ, ಸ್ನೇಹಪರರ ಸಂಭಾಷಣೆಯಲ್ಲಿ?

ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಇತರರಿಂದ ರಹಸ್ಯವಾಗಿಡಲು ಕೇಳಿದ್ದಾರೆಯೇ?

ಅವರು ನಿಮಗೆ ಪ್ರಶಂಸೆಗಳು ಅಥವಾ ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ, ಬಹಳ ಬೇಗನೆ ನಿಮ್ಮ ಆಪ್ತ ಸ್ನೇಹಿತರಾಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ್ದಾರೆಯೇ?

ಅವರು ನಿಮಗೆ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಅಥವಾ ಅಪರಾಧಿ ಎಂದು ಅನಿಸುವಂತಹ ನೋವಿನ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದ್ದಾರೆಯೇ?

ಅವರು ಭಾರಿ ಭರವಸೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ಲಾಟರಿ, ಉದ್ಯೋಗಾವಕಾಶ) ನೀಡಿದ್ದಾರೆಯೇ?



ಬೆದರಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು ಕೆಲವು ಸುರಕ್ಷತಾ ಕ್ರಮಗಳು!

- ಅಕ್ಷರಗಳು, ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ವಿಶೇಷ ಅಕ್ಷರಗಳ ಮಿಶ್ರಣದೊಂದಿಗೆ ಬಲವಾದ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿ.
- 2 ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್‌ಆಥೆಂಟಿಕೇಷನ್ ಅನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿ
- ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೊಫೈಲ್‌ನ ಗೋಚರತೆಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಆದ್ಯತೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಹೊಂದಿದೆಯೇ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ - ಸಾರ್ವಜನಿಕವಾಗಿ ಅಥವಾ ಖಾಸಗಿಯಾಗಿ
- ನಿಮ್ಮ ಪೂರ್ಣ ಹೆಸರು, ವಿಳಾಸ, ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆ ಅಥವಾ ಶಾಲೆಯ ಹೆಸರುಗಳಂತಹ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ವೇದಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವಿವರಗಳನ್ನು (ಉದಾ: ಬ್ಯಾಂಕ್ ಮಾಹಿತಿ) ಎನ್‌ಕ್ರಿಪ್ಟ್ ಮಾಡಿದ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಆಂಟಿವೈರಸ್ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಅನ್ನು ಇನ್ಸ್ಟಾಲ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನದ ಸುರಕ್ಷಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಆನ್ ಆಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- URL ಗಳನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮೋಸಗೊಳಿಸಲು ಸ್ಯಾಮರ್‌ಗಳು 'amazon.com' ಬದಲಿಗೆ 'amaz0n.com' ನಂತಹ ಲಿಂಕ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.
- ಇಮೇಲ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಸಂದೇಶಗಳಲ್ಲಿನ ಅಪರಿಚಿತ ಲಿಂಕ್‌ಗಳ ಮೇಲೆ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಬೇಡಿ.
- ಅನಾಮಾನ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಖಾತೆಗಳನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತಿರಿ.
- ಯಾವುದೇ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್ ಅತಿಯಾದ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಪ್ರವೇಶ ಪಡೆಯಲು ಅನುಮತಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಅನಗತ್ಯ ಅನುಮತಿಗಳನ್ನು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿ ಮತ್ತು ಅತಿಯಾದ ಅನುಮತಿಗಳನ್ನು ಕೇಳುವ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ.
- ಪಾಪ್-ಅಪ್‌ಗಳು, ಬ್ಯಾನರ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ವೀಡಿಯೋ ಜಾಹೀರಾತುಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲು ಮತ್ತು ಮಾಲ್‌ವೇರ್‌ನಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲು ಜಾಹೀರಾತು ಬ್ಲಾಕರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಸಾರ್ವಜನಿಕ ವೈಫೈ ಬಳಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ ಮತ್ತು ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ನಿಮ್ಮ ಬ್ಲೂಟೂತ್ ಆಫ್ ಮಾಡಿ.
- ಪ್ರಮುಖ ಫೈಲ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಫೋಟೋಗಳ ನಕಲುಗಳನ್ನು ಬಾಹ್ಯ ಹಾರ್ಡ್ ಡ್ರೈವ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೇವ್ ಮಾಡಿ!

ಕೇಸ್ ಸ್ಟಡಿ: ದಿ ಬ್ಲೂ ವೇಲ್ ಚಾಲೆಂಜ್



2016ರಲ್ಲಿ, ಬ್ಲೂ ವೇಲ್ ಚಾಲೆಂಜ್ ಎಂಬ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಟೈಂಡ್ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮ ಮತ್ತು ಖಾಸಗಿ ಮೆಸೇಜಿಂಗ್ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಹರಡಿತ್ತು. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಆಟವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ - ಇದು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕುಶಲತೆಯ ಒಂದು ರೂಪವಾಗಿತ್ತು, ಇದು ಹದಿಹರೆಯದವರನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿಸಿಕೊಂಡು, 50 ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹಾನಿಕಾರಕ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಂತೆ ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬೆದರಿಕೆಗಳು, ಕಿರುಕುಳ ಮತ್ತು ವಂಚನೆಗಳು ಹೇಗೆ ನಿಜವಾದ ಹಾನಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಇದೀಗ ಇದನ್ನು ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿ ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಮೊದಲಿಗೆ, ಈ ಚಾಲೆಂಜ್ ಅಪರಿಚಿತರಿಂದ ಆಹ್ವಾನಗಳಾಗಿ ಹರಡಿತು - ಸಂದೇಶ ಸ್ವೀಕರಿಸುವವರಿಗೆ ತಾವು ಒಂದು ಗಣ್ಯ ಆಟಕ್ಕಾಗಿ "ಆಯ್ಕೆ ಆಗಿದ್ದೇವೆ" ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು, ಇದು ಕುತೂಹಲ ಮತ್ತು ಉತ್ಸಾಹವನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸಿತು. ಮುಂದುವರಿಯಲು, ಅವರು ಪ್ರತಿದಿನ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಯೋಜಿಸುವ ಅನಾಮಧೇಯ "ಕ್ಯುರೇಟರ್" ಅಥವಾ "ಗೇಮ್ ಮಾಸ್ಟರ್" ನ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಾರ್ಯಗಳು ಹಾನಿಕರವಲ್ಲದಂತೆ ತೋರುತ್ತಿದ್ದವು-ತಿಮಿಂಗಿಲವನ್ನು ಚಿತ್ರಿಸುವುದು, ಭಯಾನಕ ಚಲನಚಿತ್ರವನ್ನು ನೋಡುವುದು, ಅಥವಾ ವಿಚಿತ್ರ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚರಗೊಳ್ಳುವುದು. ಆದರೆ ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ, ಭಾಗವಹಿಸುವವರಿಗೆ ಅಪಾಯಕಾರಿ ರಿನ್ಯೂಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರಿಂದ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೇಳಲಾಯಿತು! ಭಾಗವಹಿಸುವವರ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡ ಹೇರಲು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಬಳಸಿದ ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳು ಹೀಗಿವೆ:

- ಖಾಸಗಿತನದ ಉಲ್ಲಂಘನೆ ಮತ್ತು ಬ್ಲಾಕ್‌ಮೇಲ್ - ಈ ಆಟವು ಭಾಗವಹಿಸುವವರನ್ನು ಅವರ ಪೂರ್ಣ ಹೆಸರು, ವಿಳಾಸ ಅಥವಾ ಖಾಸಗಿ ಫೋಟೋಗಳಂತಹ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮೋಸಗೊಳಿಸಿತು. ನಂತರ, ಈ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಬೆದರಿಕೆ ಹಾಕಲು ಬಳಸಲಾಯಿತು. "ನೀವು ಎಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತು" ಅಥವಾ "ನೀವು ಬಿಟ್ಟು ಹೋದರೆ, ನಾವು ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ" ಎಂಬಂತಹ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಭಾಗವಹಿಸುವವರನ್ನು ಹೆದರಿಸಿ ಚಾಲೆಂಜ್‌ನಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಬಳಸಲಾಯಿತು. ಸುಳ್ಳು ಭರವಸೆಗಳನ್ನೂ ನೀಡಲಾಯಿತು.
- ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಿರುಕುಳ ಮತ್ತು ಬೆದರಿಕೆ - ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ಆಟದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಇಚ್ಛೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದಾಗ, ಅವರು ದುರ್ಬಲರು ಅಥವಾ ಸೋತವರು ಎಂದು ಕರೆಯುವ ಅನೇಕ ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದರು. ಆಟಗಾರರನ್ನು ನಕಲಿ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸಮುದಾಯಗಳಿಗೂ ಸೇರಿಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು, ಅಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವವರು ತಮ್ಮ ದೈರ್ಯವನ್ನು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಲು ಅಥವಾ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.
- ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಟ್ರ್ಯಾಕಿಂಗ್ - ಕೆಲವು ಆಟಗಾರರು ತಮ್ಮ ಸಾಧನಗಳು ಹ್ಯಾಕ್ ಆಗಿವೆ ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದರು, ಅವರ ಸ್ಕ್ರೀನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ತಾವು ನೋಡಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳು ಮಿನುಗುತ್ತಿದ್ದವು, ಇದು ಆಟಗಾರರಿಗೆ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದಂತೆ ಮೂಡಿಸುತ್ತಿತ್ತು.

ಬ್ಲೂ ವೇಲ್ ಚಾಲೆಂಜ್ ಈಗ ಮೊದಲಿನಷ್ಟು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಹೊಸ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬೆದರಿಕೆಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತಿವೆ. ಮಾಹಿತಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ಕುಶಲತೆಯ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ತಲುಪುವುದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಿಸಬಹುದು.

ಚಟುವಟಿಕೆ

ಬ್ಲೂ ವೇಲ್ ಚಾಲೆಂಜ್ ನಂತಹ ಬೆದರಿಕೆ ಅಥವಾ ಹಗರಣಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಯಾರಾದರೂ ಮಾಡಬಹುದಾದ 3 ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ:

1. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಪರಿಚಿತರೊಂದಿಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಯಾವುದೇ ನಿಜವಾದ ಆಟ ಅಥವಾ ಚಾಲೆಂಜ್‌ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಖಾಸಗಿ ವಿವರಗಳು ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
2. ರಹಸ್ಯ ಕಾಪಾಡುವುದು, ಬೆದರಿಕೆಗಳು ಅಥವಾ ಒತ್ತಡದಂತಹ ಕೆಟ್ಟ ಸೂಚನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಿ. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ರಹಸ್ಯವಾಗಿಡಲು, ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಅಥವಾ ಏನಾದರೂ ತಪ್ಪು ಅನಿಸುವ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಕೇಳಿದರೆ - ಅವರನ್ನು ಬ್ಲಾಕ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ವರದಿ ಮಾಡಿ.
3. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ನಿಮಗೆ ಅಹಿತಕರವೆನಿಸಿದರೆ, ನೀವು ನಂಬುವವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ. ಯಾವುದೇ ಚಾಲೆಂಜ್, ಟೈಂಡ್ ಅಥವಾ ಗೇಮ್ ನಿಮ್ಮ ಸುರಕ್ಷತೆಗಿಂತ ದೊಡ್ಡದಲ್ಲ! ನೀವು ಎಂದಿಗೂ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಒಬ್ಬಂಟಿಯಲ್ಲ ಮತ್ತು ಸಹಾಯ ಯಾವಾಗಲೂ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತದೆ!

ಆನ್‌ಲೈನ್ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಹಾನಿಕಾರಕ ವಿಷಯವನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುವುದು

ಯಾವುದೇ ಬೆದರಿಕೆಗಳಿಂದ ತಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತ್ವರಿತ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯನ್ನು ಬಯಸುವ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಇದು ಉತ್ತಮ ಆಕರವಾಗಿದೆ! ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸ, ಜಸ್ಪೀತ್ ಮತ್ತು ನೂರ್!



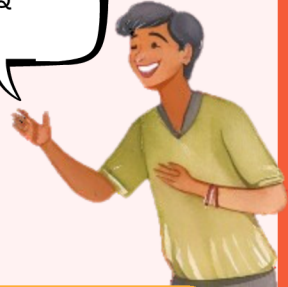
ಧನ್ಯವಾದಗಳು ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣಾ!
ನನಗೆ ಇನ್ನೂ ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಇದೆ. ನಾವು ಈ ಎಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಅನುಸರಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಹೇಳೋಣ, ಆದರೆ ನಮಗೆ ಇನ್ನೂ ಅಸುರಕ್ಷಿತವೆಂದು ತೋರುವ ಸಂದೇಶಗಳು ಅಥವಾ ವಿಷಯಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು?



ಓಹ್, ನಿನ್ನೆ ನಾನು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ವಿಡಿಯೋ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೆ!
ಹೆಚ್ಚಿನ ಆ್ಯಪ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳು ನಾವು ಬಳಸಬಹುದಾದ ವರದಿ ಮಾಡುವ ಮತ್ತು ನಿರ್ಬಂಧಿಸುವ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿಯಿತು.



ಸರಿ ಹೇಳಿದೆ ಜಸ್ಪೀತ್! ಹೆಚ್ಚಿನ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಮೆಸೇಜಿಂಗ್ ಆ್ಯಪ್‌ಗಳು ಕಿರುಕುಳ, ಬೆದರಿಕೆಗಳು, ನಕಲಿ ಗುರುತು ಮತ್ತು ಸುಳ್ಳು ಮಾಹಿತಿಯಂತಹ ಹಾನಿಕಾರಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು ಅಂತರ್ಗತ ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ವರದಿ ಮಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯ, ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನವರನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ!



ಇಂತಹ ವಿಷಯ ಅಥವಾ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುವುದು, ಅಪರಾಧಿಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಆನ್‌ಲೈನ್ ದುರ್ಬಳಕೆಯಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ, ಹಾಗೂ ಹಾನಿಕಾರಕ ವಿಷಯ ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ. ವರದಿ ಮಾಡುವುದು ಯಾವಾಗಲೂ ತಕ್ಷಣದ ಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗದಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅನೇಕ ಬಳಕೆದಾರರಿಂದ ಪುನರಾವರ್ತಿತ ವರದಿಗಳು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ.

ಆನ್‌ಲೈನ್ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಹಾನಿಕಾರಕ ವಿಷಯವನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ನಿರ್ಬಂಧಿಸುವುದು ಹೇಗೆ

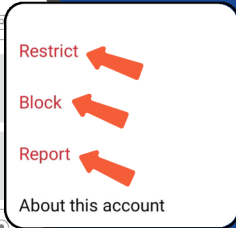
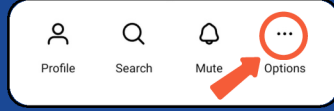
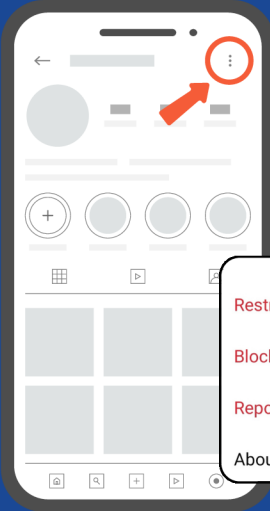
ಬಹುತೇಕ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ, ಹಾನಿಕಾರಕ ವಿಷಯ ಅಥವಾ ಚಾಟ್‌ಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುವುದು ತುಂಬಾ ಸುಲಭ. ನೀವು ಅನುಸರಿಸಬಹುದಾದ ಕೆಲವು ಸರಳ ಹಂತಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ (ನೆನಪಿಡಿ, ನೀವು ಬಳಸುತ್ತಿರುವ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಇವು ಬದಲಾಗಬಹುದು, ಆದ್ದರಿಂದ ನಿಮಗೆ ಖಚಿತವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಂಬಿಕಸ್ಥ ವಯಸ್ಕರನ್ನು ಅಥವಾ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಕೇಳಿ):

1

ವರದಿ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು, ಮುಂದಿನ ಕ್ರಮಕ್ಕಾಗಿ ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಚಾಟ್ ಅಥವಾ ವಿಷಯದ ಸ್ಕ್ರೀನ್‌ಶಾಟ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ನಿಮ್ಮ ಪೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸ್ಕ್ರೀನ್‌ಶಾಟ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಪವರ್ ಬಟನ್ ಮತ್ತು ವಾಲ್ಯೂಮ್ ಬಟನ್ ಅನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಒತ್ತಿರಿ (ಇದು ಪೋನ್ ಮಾದರಿಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ).

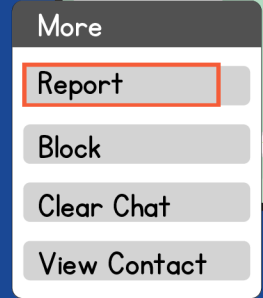
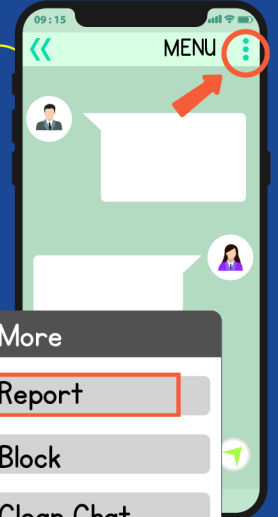
ಮೆನು ಆಯ್ಕೆಯ ಮೇಲೆ ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ. ಮೆನುವಿನಿಂದ "ರಿಪೋರ್ಟ್", "ಮೋರ್" ಅಥವಾ "ಫೈಂಡ್ ಸಪೋರ್ಟ್" ಎಂಬುದನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿ. ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ತವಾದ ವರ್ಗವನ್ನು ಆರಿಸಿ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಕಿರುಕುಳ, ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ, ನಕಲಿ ಗುರುತು, ದ್ವೇಷ ಭಾಷಣ ಇತ್ಯಾದಿ).

2



ಅನೇಕ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳು ವರದಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ "ಬ್ಲಾಕ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ವರದಿ ಮಾಡಿ" ಎಂಬ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಸಹ ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಇದು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ!

ಮೆಸೇಜಿಂಗ್ ಕೇವಲ ವರದಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ "ಬ್ಲಾಕ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ವರದಿ ಮಾಡಿ" ಎಂಬ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಸಹ ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಇದು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ!



ನೀವು ನಕಲಿ ಖಾತೆ ಅಥವಾ ಪ್ರೊಫೈಲ್ ಅನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು ಬಯಸಿದರೆ (ನಿಮ್ಮಂತೆ ಅಥವಾ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಬೇರೆಯವರಂತೆ ನಟಿಸುತ್ತಿರುವ ಯಾರಾದರೂ), ನೀವು ಅದೇ ರೀತಿ ಮೆನು ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿ ಬಟನ್ ಅನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು "ಪ್ರೊಫೈಲ್ ವರದಿ ಮಾಡಿ" ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ.

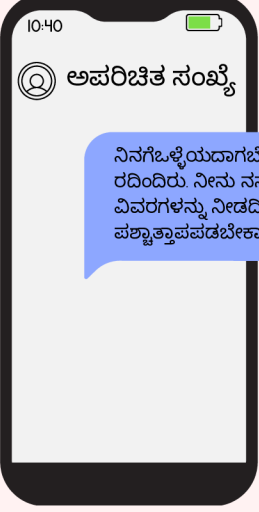
ನೀವು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಚಾಟ್ ಅಥವಾ ಸಂದೇಶವನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು ಬಯಸಿದರೆ, ಆ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ, ಅಥವಾ ವರದಿ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಸಂಭಾಷಣೆಯ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ (ಇದು "ಮೋರ್" ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿರಬಹುದು).

3

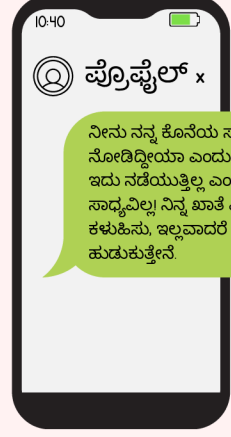
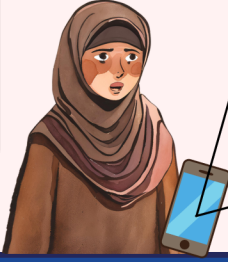
ವರದಿಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ. ನೀವು ವಿಷಯ ಅಥವಾ ಚಾಟ್ ಅನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್ ಅದನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು, ಖಾತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಲು ಅಥವಾ ಎಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು. ಕೆಲವು ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳು ನಿಮ್ಮ ವರದಿಯ ಕುರಿತು ಅಪ್‌ಡೇಟ್‌ಗಳನ್ನು ನೀಡಬಹುದು, ಆದರೆ ಕೆಲವು ನೀಡದೇ ಇರಬಹುದು.

ಸೈಬರ್ ಕ್ರೈಂ ಗಳ ವರದಿ

ನೂರ್‌ಗೆ ತನ್ನ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಬೆದರಿಕೆ ಸಂದೇಶವೊಂದು ಬರುತ್ತದೆ. ಅವಳು ಹೆದರಿ, ಆ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಆ ಸಂದೇಶವನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿ ನಿರ್ಬಂಧಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೆ ಐದು ನಿಮಿಷಗಳೊಳಗೇ, ಅವಳಿಗೆ ಅದೇ ಪ್ರೊಫೈಲ್‌ನಿಂದ ಬೇರೊಂದು ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್ ಮೂಲಕ ಮತ್ತೊಂದು ಸಂದೇಶ ಬರುತ್ತದೆ.



ನಿನಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗಬೇಕಿದ್ದರೆ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರು. ನೀನು ನನಗೆ ನಿನ್ನ ವಿವರಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದರೆ, ನೀನು ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪಪಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.



ನೀನು ನನ್ನ ಕೊನೆಯ ಸಂದೇಶವನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೀಯಾ ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ನೂರ್, ಇದು ನಡೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ನೀನು ನಟಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಿನ್ನ ಖಾತೆ ವಿವರಗಳನ್ನು ಈಗಲೇ ಕಳುಹಿಸು, ಇಲ್ಲವಾದರೆ ನಾನು ನಿನ್ನನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತೇನೆ.



ನಾನು ಖಾತೆಯನ್ನು ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ನಲ್ಲಿ ವರದಿ ಮಾಡಿದೆ, ಆದರೆ ಅವರು ಇನ್ನೂ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ! ನನಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ಭಾವನೆ ಇಲ್ಲ... ನಾನು ಇನ್ನೇನು ಮಾಡಬಹುದು?

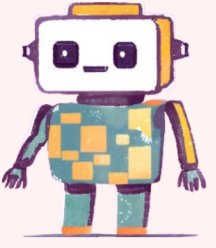


ಅದು ಗಂಭೀರವಾಗಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಸೈಬರ್ ಕ್ರೈಮ್ ಸೆಲ್‌ಗೆ ವರದಿ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವರು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬೆದರಿಕೆಗಳು, ಕಿರುಕುಳ ಮತ್ತು ಡಿಜಿಟಲ್ ವಂಚನೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಾನು ಕೇಳಿದ್ದೇನೆ. ಸರಿ ತಾನೇ, ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣಾ?

ಸರಿ ಹೇಳಿದೆ! ಗ್ಲಿಚ್, ಕೆಲವು ಪ್ರಮುಖ ಸಹಾಯವಾಣಿಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ವಿವರಿಸಬಲ್ಲೆಯಾ?



ಖಂಡಿತ ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣ! ನೀವು ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧಗಳನ್ನು cybercrime.gov.in ನಲ್ಲಿ ವರದಿ ಮಾಡಬಹುದು ಅಥವಾ ತಕ್ಷಣದ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ 1930 ಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಬೆದರಿಕೆ ಲಿಂಗಾಧಾರಿತವಾಗಿದ್ದರೆ, ನೀವು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ಆಯೋಗದ (NCW) ಸಹಾಯವಾಣಿ 7827-170-170 ಅನ್ನು ಸಹ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ಅವರು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಿರುಕುಳ, ಬ್ಲಾಕ್‌ಮೇಲ್ ಮತ್ತು ದೌರ್ಜನ್ಯದ ಪ್ರಕರಣಗಳಿಗೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡುತ್ತಾರೆ.



ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು ಸರ್ಕಾರಿ ಸಹಾಯವಾಣಿಗಳು

ನೀನು ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಪರಿಚಯದ ಯಾರಾದರೂ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ದೌರ್ಜನ್ಯ, ಬೆದರಿಕೆ, ಬ್ಲಾಕ್‌ಮೇಲ್ ಅಥವಾ ಕಿರುಕುಳವನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.



ಸೈಬರ್ ಕ್ರೈಮ್ ಸೆಲ್ (ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧ ವರದಿ ಪೋರ್ಟಲ್)

- ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: cybercrime.gov.in
- ಸಹಾಯವಾಣಿ: 1930
- ಆನ್‌ಲೈನ್, ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬೆದರಿಕೆಗಳು, ಗುರುತಿನ ಕಳ್ಳತನ, ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಇನ್ನಿತರ ಅಪರಾಧಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ಆಯೋಗ (NCW)

- ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: ncw.nic.in
- ಸಹಾಯವಾಣಿ: 7827-170-170
- ಇದು ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿಸುವ ಅಪರಾಧಗಳು, ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಿರುಕುಳ ಮತ್ತು ನಿಂದನೆ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ಗಮನಹರಿಸುತ್ತದೆ.



ಸ್ಥಳೀಯ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆ

- ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ: 100
- ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧ ಪ್ರಕರಣಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಹತ್ತಿರದ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯಲ್ಲೂ ವರದಿ ಮಾಡಬಹುದು.
- ನೀವು ಪ್ರಥಮ ಮಾಹಿತಿ ವರದಿ (FIR) ಸಹ ಸಲ್ಲಿಸಬಹುದು.



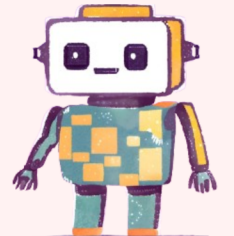
ಚೈಲ್ಡ್‌ಲೈನ್ ಇಂಡಿಯಾ (ಮಕ್ಕಳ ಸೈಬರ್ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ)

- ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: childlineindia.org
- ಸಹಾಯವಾಣಿ: 1098
- ಇದು ಮಕ್ಕಳ ವಿರುದ್ಧದ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬೆದರಿಕೆಗಳು, ಕಿರುಕುಳ ಮತ್ತು ಇತರೆ ಡಿಜಿಟಲ್ ಅಪರಾಧಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

ಇದು ನಿಜಕ್ಕೂ ನನಗೆ ಬಹಳ ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಪಟ್ಟಿ, ಧನ್ಯವಾದಗಳು ಗ್ಲಿಚ್! ನಾನು ಈ ಸಂಖ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದಕ್ಕೆ ಕರೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅಥವಾ ಅವರ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗೆ ಹೋಗಿ, ದೂರು ಸಲ್ಲಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಮತ್ತು ದೂರು ಸಲ್ಲಿಸಲು ಯಾವ ಮಾಹಿತಿ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ?



ಇದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ. ಬನ್ನಿ, ನೋಡೋಣ!



ಹಂತ 1: ಪುರಾವೆಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ

1

- ಬೆದರಿಕೆಗಳು/ಸಂದೇಶಗಳ ಸ್ಕ್ರೀನ್‌ಶಾಟ್‌ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ ಅಥವಾ URL ಅನ್ನು ಸೇವ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಅವುಗಳ ಟೈಮ್ ಸ್ಟಾಂಪ್ಸ್ ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದ ಸಂಖ್ಯೆ ಅಥವಾ ID ಯನ್ನು ಬರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.

http://



2

ಹಂತ 2: ದೂರು ಸಲ್ಲಿಸಿ

- cybercrime.gov.in ಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಮತ್ತು ವರದಿಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿ. ನೀವು ಬಯಸಿದರೆ ಇದು ಅನಾಮಧೇಯವಾಗಿರಬಹುದು.
- ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧ ವರದಿಯನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಲ್ಲಿಸಲು ಅಥವಾ ಸಹಾಯವಾಣಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಲು ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಎಫ್‌ಐಆರ್ ದಾಖಲಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ಹತ್ತಿರದ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ.



ಹಂತ 3: ಮುಂದಿನ ಕ್ರಮ

3

ನಿಮ್ಮ ದೂರಿನ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಯನ್ನು ಟ್ರ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿ, ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ, ಎನ್‌ಜಿಒಗಳು, ಕಾನೂನು ತಜ್ಞರು, ಅಥವಾ ಬೆಂಬಲ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಂದ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಿರಿ.

ಚಟುವಟಿಕೆ: ನಿಮಗೆ ಏನು ನೆನಪಿದೆ ನೋಡೋಣ

1. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧವನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುವಾಗ, ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಪುರಾವೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾಯಕವಾಗಿವೆ?

- ಎ) ಅಪರಾಧಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಯಾವುದೇ ದಾಖಲೆಗಳ ಭೌತಿಕ ಪ್ರತಿಗಳು
- ಬಿ) ಸ್ಕ್ರೀನ್‌ಶಾಟ್‌ಗಳು, ಇಮೇಲ್ ವಿನಿಮಯಗಳು ಮತ್ತು ಮೋಸದ ವಿಷಯದ ಡಿಜಿಟಲ್ ಪ್ರತಿಗಳು
- ಸಿ) ದೂರವಾಣಿ ಕರೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಘಟನೆಯ ಮೌಖಿಕ ವಿವರಣೆ
- ಡಿ) ಅಪರಾಧವನ್ನು ದೃಢೀಕರಿಸುವ ಸಂತ್ರಸ್ತರ ಸಂಬಂಧಿಕರಿಂದ ಸಹಿ ಮಾಡಿದ ಅಫಿಡವಿಟ್

2. ಸರಿ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು: ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧವನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು, ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಗೆ ಖುದ್ದಾಗಿ ಭೇಟಿ ನೀಡುವುದು ಅವಶ್ಯಕ.

- ಎ) ಸರಿ
- ಬಿ) ತಪ್ಪು

3. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ ಯಾವುದು?

- ಎ) 100
- ಬಿ) 112
- ಸಿ) 1930
- ಡಿ) 1098

ಚಟುವಟಿಕೆ, ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ

4. ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಅಪರಿಚಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸಂದೇಶ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಾ ಮತ್ತು ಅವರ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಟ್ರ್ಯಾಕ್ ಮಾಡುತ್ತಾ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಿರುಕುಳ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಮೊದಲು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

- ಆ್ಯಪ್ ನಲ್ಲಿ ಕಿರುಕುಳ ನೀಡುವವನನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿ ಮತ್ತು ವರದಿ ಮಾಡಿ
- ಕಿರುಕುಳ ನೀಡುವವನಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯುತ್ತರ ನೀಡಿ ಮತ್ತು ನಿಲ್ಲಿಸುವಂತೆ ಒತ್ತಾಯಿಸಿ
- ತಕ್ಷಣವೇ ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಖಾತೆಗಳನ್ನು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿ ಮತ್ತು ಲೋಕೇಷನ್ ಆಫ್ ಮಾಡಿ
- ಕಿರುಕುಳ ನೀಡುವವನು ಆಸಕ್ತಿ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿ

5. ನಿಮ್ಮ ಸೈಬರ್ ಸುರಕ್ಷತೆಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಯಾವ ಕ್ರಿಯೆಯು ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಅಪಾಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ?

- ಬಹು ಮುಖ್ಯ ಖಾತೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಬಲವಾದ ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ಬಳಸುವುದು
- ಸಾರ್ವಜನಿಕವೈ-ಫೈಗೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಖಾತೆಗಳಿಗೆ ಲಾಗಿನ್ ಆಗುವುದು
- ಪ್ರಮುಖ ಖಾತೆಗಳಲ್ಲಿ 2 ಫಾಕ್ಟರ್ ಅಥೆಂಟಿಕೇಷನ್ (2FA) ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸುವುದು
- ಬ್ಲೂಟೂತ್ ಮತ್ತು ಲೋಕೇಷನ್ ಗಳನ್ನು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಬಳಸುವಾಗ ಮಾತ್ರ ಆನ್ ಮಾಡುವುದು

6. ವಯಸ್ಕರಿಂದ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯುವುದು ಯಾವಾಗ ಸರಿ?

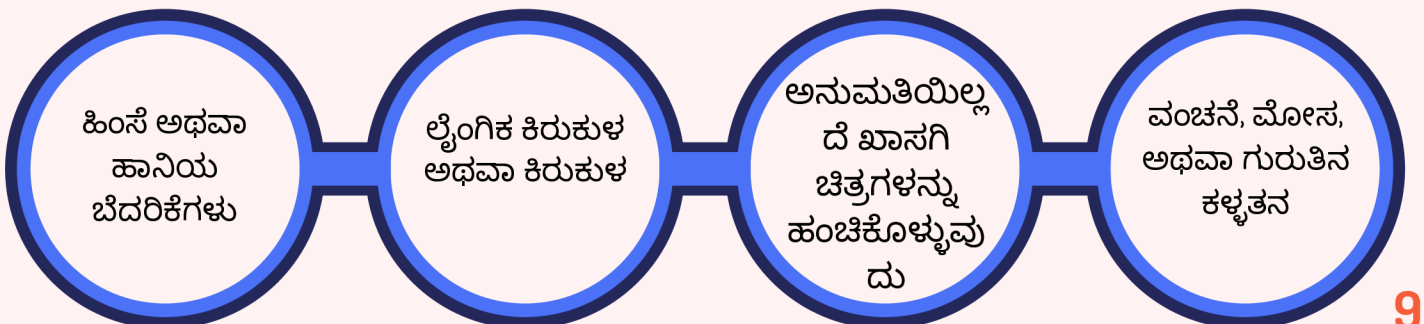
- ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸಂದೇಶದಿಂದ ನಿಮಗೆ ಅಹಿತಕರ ಅಥವಾ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಅನಿಸಿದಾಗ
- ನಿಮ್ಮ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಇತರರಿಂದ ರಹಸ್ಯವಾಗಿಡುವಂತೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ
- ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಸ್ನೇಹಿತರಿಂದ ದೊಡ್ಡ ನಗದು ಬಹುಮಾನದ ಪ್ರಸ್ತಾಪವನ್ನು ನೀವು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಾಗ
- ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲವೂ

ಒಂದುವೇಳೆ ನೂರ್ ದೂರು ದಾಖಲಿಸಿದರೆ, ಮುಂದೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ?

ನೀವು ದೂರು ದಾಖಲಿಸಿದ ನಂತರ, ಸೈಬರ್ ಪೊಲೀಸ್ ತನಿಖೆ ನಡೆಸಬಹುದು, ಅಪರಾಧಿಯನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಬಹುದು ಮತ್ತು ಕಾನೂನು ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿಮಗೆ ತಕ್ಷಣದ ಅಪಾಯವಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳೀಯ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಗೂ ತಿಳಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ.

ಆದರೆ, ಒಂದು ಘಟನೆ ಅಪರಾಧ ಎಂದು ಯಾವಾಗ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸುವುದು?

ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬೆದರಿಕೆಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಭಯಾನಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವು ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದ್ದರೆ ಅಪರಾಧವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತವೆ:



ನಮ್ಮ ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಕಾನೂನುಗಳು

ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಒಂದು ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ತಾಣವಾಗಿದ್ದು, ನಾವು ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸುತ್ತೇವೆ, ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ನಿಜ ಜೀವನದಂತೆಯೇ, ಹಾನಿಯಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಕಾನೂನುಗಳಿವೆ. ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮಿಂದ ಕದ್ದರೆ, ನಿಮಗೆ ಬೆದರಿಕೆ ಹಾಕಿದರೆ, ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ಉಲ್ಲಂಘಿಸಿದರೆ, ಭಾರತೀಯ ಕಾನೂನಿನ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಶಿಕ್ಷೆಯಾಗಬಹುದು. ಅಪರಾಧ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆದಿದ್ದರೂ ಸಹ!

ಮಾಹಿತಿ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ (IT) ಕಾಯಿದೆ, 2000

IT ಕಾಯಿದೆಯು ಭಾರತದ ಪ್ರಮುಖ ಸೈಬರ್ ಕಾನೂನಾಗಿದ್ದು, ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್, ಗುರುತಿನ ಕಳ್ಳತನ, ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಿರುಕುಳ ಮತ್ತು ಗೌಪ್ಯತೆ ಉಲ್ಲಂಘನೆಗಳಿಂದ ಜನರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

ಡೇಟಾ ಕಳ್ಳತನ (ಸೆಕ್ಷನ್ 43)



ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನವನ್ನು ಹ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿದರೆ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಡೇಟಾವನ್ನು ಕದ್ದರೆ, ಅವರಿಗೆ ₹1 ಕೋಟಿ ವರೆಗೆ ದಂಡ ವಿಧಿಸಬಹುದು

ಗುರುತಿನ ಕಳ್ಳತನ (ಸೆಕ್ಷನ್ 66 ಸಿ)



ಬೇರೆಯವರ ಹೆಸರು ಅಥವಾ ಫೋಟೋಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ನಕಲಿ ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಪ್ರೊಫೈಲ್ ರಚಿಸುವುದು ಕಾನೂನುಬಾಹಿರವಾಗಿದ್ದು, 3 ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಜೈಲು ಶಿಕ್ಷೆಯ ಜೊತೆಗೆ + ₹1 ಲಕ್ಷ ದಂಡ ವಿಧಿಸಬಹುದು.

ಪ್ರೈವಸಿ ಉಲ್ಲಂಘನೆ (ಸೆಕ್ಷನ್ 66ಇ)



ಖಾಸಗಿ ಚಿತ್ರಗಳು ಅಥವಾ ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಪರಾಧವಾಗಿದೆ, ಇದಕ್ಕೆ 3 ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಜೈಲು ಶಿಕ್ಷೆಯ ಜೊತೆಗೆ + ₹2 ಲಕ್ಷ ದಂಡ ವಿಧಿಸಬಹುದು.

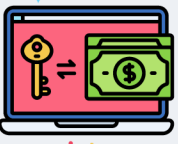
ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್ (ಸೆಕ್ಷನ್ 66)



ಯಾರದ್ದಾದರೂ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಅಥವಾ ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾವನ್ನು ಅಕ್ರಮವಾಗಿ ಪ್ರವೇಶಿಸುವುದು, ಹಾನಿ ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ಲಾಕ್ ಮಾಡುವುದು 3 ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಜೈಲು ಶಿಕ್ಷೆಯ ಜೊತೆಗೆ + ₹5 ಲಕ್ಷ ದಂಡದೊಂದಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಾರ್ಹವಾಗಿದೆ.

ಭಾರತೀಯ ದಂಡ ಸಂಹಿತೆ (IPC), 1860

ಸೈಬರ್ ಸುಲಿಗೆ (ಸೆಕ್ಷನ್ 384)



ಯಾರಾದರೂನಿಮಗೆ ಹಣ ನೀಡದಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಖಾಸಗಿ ಚಾಟ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಫೋಟೋಗಳನ್ನು ಸೋರಿಕೆ ಮಾಡುವುದಾಗಿ ಬೆದರಿಸಿದರೆ, ಸೈಬರ್ ಸುಲಿಗೆ ಕಾನೂನುಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಶಿಕ್ಷೆಯಾಗಬಹುದು.

ಆನ್‌ಲೈನ್ ದೌರ್ಜನ್ಯ ಮತ್ತು ಕಿರುಕುಳ (ಸೆಕ್ಷನ್ 358ಡಿ)



ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿದ ನಂತರವೂ ಪದೇ ಪದೇ ಸಂದೇಶ ಕಳುಹಿಸುವುದು, ಟ್ರಾಕ್ ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ಕಿರುಕುಳ ನೀಡುವುದು ಕಾನೂನುಬಾಹಿರವಾಗಿದೆ

ಅನಾಮಧೇಯ ಬೆದರಿಕೆಗಳು (ಸೆಕ್ಷನ್ 507)



ಯಾರಾದರೂ ತಮ್ಮ ಗುರುತನ್ನು ಮರೆಮಾಚಿ, ನಕಲಿ ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಖಾತೆಗಳು, ಅನಾಮಧೇಯ ಇಮೇಲ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಮೆಸೇಜಿಂಗ್ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಬೆದರಿಕೆಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದರೆ, ಅವರಿಗೆ ಈ ಕಾನೂನಿನ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷೆ ವಿಧಿಸಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಕಾನೂನುಗಳು

ಗ್ರಾಹಕರ ರಕ್ಷಣಾ ಕಾಯ್ದೆ, 2019

ಈ ಕಾನೂನು ಗ್ರಾಹಕರನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್ ವಂಚನೆ, ಮೋಸ ಮತ್ತು ಅನ್ಯಾಯದ ವ್ಯಾಪಾರ ಪದ್ಧತಿಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಆನ್‌ಲೈನ್ ಶಾಪಿಂಗ್ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ದೋಷಪೂರಿತ ಉತ್ಪನ್ನಕ್ಕೆ ಹಣವನ್ನು ಮರುಪಾವತಿಸಲು ನಿರಾಕರಿಸಿದರೆ, ನೀವು ಈ ಕಾಯಿದೆಯ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ದೂರು ಸಲ್ಲಿಸಬಹುದು.

ಚಟುವಟಿಕೆ: ಕಾನೂನುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿ!

ಕೆಳಗೆ ಐದು ವಿಭಿನ್ನ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಅಪರಾಧಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ವಿರುದ್ಧ ರಕ್ಷಿಸಲು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲಾದ ಐದು ಕಾನೂನುಗಳಿವೆ. ಪ್ರತಿ ಅಪರಾಧವನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಕಾನೂನಿಗೆ ಹೊಂದಿಸಿ!

ಖಾಸಗಿ ಫೋಟೋವನ್ನು ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಸೋರಿಕೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ	ಹ್ಯಾಕಿಂಗ್
ಯಾರೋ ನಿಮ್ಮ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಅನ್ನು ಹ್ಯಾಕ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಫೈಲ್‌ಗಳನ್ನು ಅಳಿಸುತ್ತಾರೆ	ಗ್ರಾಹಕ ಸಂರಕ್ಷಣಾ ಕಾಯ್ದೆ
ದೋಷಪೂರಿತ ಉತ್ಪನ್ನಕ್ಕೆ ಕಂಪನಿಯು ನಿಮಗೆ ಹಣವನ್ನು ಮರುಪಾವತಿಸಲು ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತದೆ	ಗುರುತಿನ ಕಳ್ಳತನ
ಅಪರಿಚಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ನಕಲಿ ಖಾತೆಗಳಿಂದ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬೆದರಿಕೆಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.	ಪ್ರೈವಸಿ ಉಲ್ಲಂಘನೆ
ಯಾರಾದರೂ ನಿಮ್ಮಂತೆ ನಟಿಸಿ ನಕಲಿ ಪ್ರೊಫೈಲ್ ಅನ್ನು ರಚಿಸುತ್ತಾರೆ	ಅನಾಮಧೇಯ ಬೆದರಿಕೆಗಳು

ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಇಷ್ಟೊಂದು ಕಾನೂನುಗಳಿವೆ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ! ಆದರೆ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಯಾವ ಕಾನೂನು ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಏನು ಮಾಡಲಿ?



ಸರಿಯಾಗಿ ಹೇಳಿದಿರಿ. ಹಾಗಾದರೆ, ಯಾರಾದರೂ ನನ್ನನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಬೆನ್ನಟ್ಟುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಾನು ಸೆಕ್ಷನ್ 354D ಅನ್ನು ಕಂಠಪಾಠ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ - ನಾನು ಅದನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಬೇಕು, ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲವೇ?

ಅದು ಪರವಾಗಿಲ್ಲ! ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯವೆಂದರೆ, ಏನಾದರೂ ಸರಿಯಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಅನಿಸಿದಾಗ, ಅದನ್ನು ನಂಬಿಕಸ್ಥ ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ಅಥವಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ವರದಿ ಮಾಡುವುದು. ನಿಮಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಾನೂನಿನ ಬಗ್ಗೆಯೂ ತಿಳಿದಿರಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ಹಕ್ಕುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವಿರುವುದು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ!

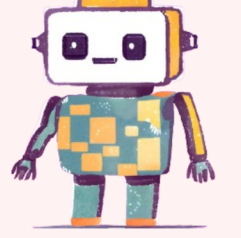


ಸರಿಯಾಗಿ ಹೇಳಿದಿರಿ! ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಎಂದಾದರೂ ಅನುಮಾನ ಬಂದರೆ, ನೀವು ಯಾವಾಗ ಬೇಕಾದರೂ ಈ ಕಾನೂನುಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಬಹುದು ಅಥವಾ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಕೇಳಬಹುದು. ಸಹಾಯ ಯಾವಾಗಲೂ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತದೆ!

ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುವುದು

ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಲು, ಕಲಿಯಲು ಮತ್ತು ಮೋಜು ಮಾಡಲು ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಳವಾಗಬಹುದು - ಆದರೆ ವಿಷಯಗಳು ತಪ್ಪಾದಾಗ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ನಿಮಗೆ ಎಂದಾದರೂ ಅಸುರಕ್ಷಿತ, ಒತ್ತಡ ಎನಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ಕೇವಲ ಯಾರೊಂದಿಗಾದರೂ ಮಾತನಾಡಬೇಕಿದ್ದರೆ, ಸಹಾಯವು ಕೇವಲ ಒಂದು ಕರೆಯ ಅಂತರದಲ್ಲಿದೆ.

ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಿರುಕುಳ, ಬೆದರಿಕೆ, ಸಂಕಟ, ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ, ನಿಮಗೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಲು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಸಹಾಯವಾಣಿಗಳು, ಸಲಹೆಗಾರರು ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಸಿದ್ಧವಾಗಿವೆ. ಸಹಾಯ ಎಲ್ಲಿ ಪಡೆಯಬೇಕು ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ಹೇಗೆ ಬೆಂಬಲಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುವುದು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು ಒಂದು ಅಗತ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿದೆ.



ಚೈಲ್ಡ್‌ಲೈನ್ ಇಂಡಿಯಾ ಫೌಂಡೇಶನ್

ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು: ಬೆದರಿಸುವಿಕೆ, ಕಿರುಕುಳ, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬೆಂಬಲ 1098 (ಟೋಲ್-ಫ್ರೀ)



NCPCR (ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಕ್ಕಳ ಹಕ್ಕುಗಳ ರಕ್ಷಣಾ ಆಯೋಗ)

ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು: ಮಕ್ಕಳ ಹಕ್ಕುಗಳ ಉಲ್ಲಂಘನೆ, ಬೆದರಿಸುವಿಕೆ, ಕಿರುಕುಳ 1800-121-2830 (ಟೋಲ್-ಫ್ರೀ)



ಮಹಿಳಾ ಸಹಾಯವಾಣಿ WHL (ನಿರ್ಭಯಾ ನಿಧಿ, ಮಹಿಳಾ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಚಿವಾಲಯ)

ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು: ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಿರುಕುಳ, ಸುರಕ್ಷತಾ ಕಾಳಜಿಗಳು 181 (ಟೋಲ್-ಫ್ರೀ)



NCW (ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ಆಯೋಗ)

ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು: ಆನ್‌ಲೈನ್ ಲೈಂಗಿಕ ಕಿರುಕುಳ, ಮಹಿಳಾ ಹಕ್ಕುಗಳು

011-26942369 / 26944754



AASRA ಸಹಾಯವಾಣಿ

ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು: ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಯಾತನೆ ಬೆಂಬಲ

91-9820466726



ಐಕಾಲ್

ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು: ಗೌಪ್ಯ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಮಾಲೋಚನೆ, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಬೆಂಬಲ

022-25521111 (ಸೋಮವಾರದಿಂದ ಶನಿವಾರದವರೆಗೆ, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8 ರಿಂದ ರಾತ್ರಿ 10 ರವರೆಗೆ)



ಐಕಾಲ್

ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು: ಗೌಪ್ಯ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಮಾಲೋಚನೆ, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಬೆಂಬಲ

022-25521111 (ಸೋಮವಾರದಿಂದ ಶನಿವಾರದವರೆಗೆ, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8 ರಿಂದ ರಾತ್ರಿ 10 ರವರೆಗೆ)



ಬಚಪನ್ ಬಚಾವೋ ಆಂದೋಲನ್

ಗಮನ ಹರಿಸುವುದು: ಕಾಣೆಯಾದ ಮಕ್ಕಳು, ಬಾಲಕಾರ್ಮಿಕ ಪದ್ಧತಿ, ಮಾನವ ಕಳ್ಳಸಾಗಣೆ, ದೌರ್ಜನ್ಯ

1800-102-7222 (ಶುಲ್ಕ-ರಹಿತ, 24/7)

ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಸಂಕಟದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು



ಈ ಸಹಾಯವಾಣಿಗಳು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ! ಆದರೆ ನೂರ್, ಒಂದು ವೇಳೆ ನನಗೆ ತಕ್ಷಣವೇ ಆತಂಕವಾಗಲು ಶುರುವಾದರೆ ಏನು ಮಾಡುವುದು? ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿಲ್ಲಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಸಲಹೆಗಳಿವೆಯೇ? ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಭರದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳು ಮುಖ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಮರೆತುಬಿಡುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

ನಿಮ್ಮ ಮಾತಿನ ಅರ್ಥ ನನಗೆ ತಿಳಿಯಿತು! ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಬೆದರಿಸುವಿಕೆ ಅಥವಾ ವಾಗ್ವಾದದಂತಹ ಒತ್ತಡದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಎದುರಾದಾಗ, ಯೋಚಿಸದೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವುದು ಸುಲಭ. ಆದರೆ, ಒಂದು ಕ್ಷಣ ನಿಂತು, ನಿಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರಬಲ್ಲ ಕೆಲವು ಸರಳ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ನಾನು ನಿನಗೆ ತೋರಿಸುತ್ತೇನೆ!



ತ್ವರಿತವಾಗಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನಗಳು: ಆತಂಕಗೊಂಡಾಗ ಈ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ!

5-4-3-2-1 ಮನಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ತಂತ್ರ

ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯುವುದು

ಕಲ್ಪನೆ ಮತ್ತು ಆಳವಾದ ಉಸಿರಾಟ

ಸುತ್ತಲೂ ನೋಡಿ. ಗುರುತಿಸಿ:

- 5 ನೀವು ನೋಡಬಹುದಾದ ವಸ್ತುಗಳು
- 4 ನೀವು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಬಹುದಾದ ವಸ್ತುಗಳು
- 3 ನೀವು ಕೇಳಬಹುದಾದ ಶಬ್ದಗಳು
- 2 ನೀವು ವಾಸನೆ ಗ್ರಹಿಸಬಹುದಾದ ವಸ್ತುಗಳು
- 1 ನೀವು ರುಚಿ ನೋಡಬಹುದಾದ ವಿಷಯಗಳು

ಏನು ನಡೆಯಿತು, ಅದು ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ಅನಿಸಿತು, ಮತ್ತು ನೀವು ಮುಂದೆ ಯಾವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಕಾಗದದ ಮೇಲೆ ಬರೆಯುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಸಂಸ್ಕರಿಸಲು, ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವ ಮೊದಲು ಮಾಹಿತಿ ಆಧಾರಿತ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮೊದಲಿಗೆ, ನಿಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಮತ್ತು ಒಂದು ಶಾಂತ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಜಾಗವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ - ನೀವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಆರಾಮವಾಗಿರುವ ಸ್ಥಳ. ಅದು ಒಂದು ಶಾಂತವಾದ ಪಾರ್ಕ್ ಆಗಿರಬಹುದು, ಆರಾಮದಾಯಕ ಕೋಣೆಯಾಗಿರಬಹುದು, ಅಥವಾ ಪ್ರಶಾಂತವಾದ ಪರ್ವತಗಳಾಗಿರಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಸುರಕ್ಷಿತ ಜಾಗ ಎಂದರೆ ನಿಮಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತ, ನಿರಾಳ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುವ ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಳ.

ಈಗ, ನಿಧಾನವಾಗಿ, ಆಳವಾದ ಉಸಿರನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ಆ ಜಾಗದ ದೃಶ್ಯಗಳು, ಶಬ್ದಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳ ಮೇಲೆ ಗಮನಹರಿಸಿ. ಈ ಕ್ಷಣವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಲು ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಿ.





ಚಟುವಟಿಕೆ: ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಶಾಂತ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿ

ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ನೀವು ಅತಿಯಾದ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ನೀವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲು ಬಯಸುವ ಒಂದು ಶಾಂತಗೊಳಿಸುವ ಚಟುವಟಿಕೆ ಯಾವುದು?

ನಿಮ್ಮ ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳ (ನಿಜವಾದ ಅಥವಾ ಕಲ್ಪನೆಯ) ಯಾವುದು, ಅದು ನಿಮಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆಯೇ?

ಕಷ್ಟದ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಪುನರಾವರ್ತಿಸಬಹುದಾದ ಒಂದು ಪ್ರೇರಣಾ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ. ("ನಾನು ಬಲಶಾಲಿ. ಈ ಕ್ಷಣವಿದು ಹಾದುಹೋಗುತ್ತದೆ.")

ವಾವ್! ಇದು ತುಂಬಾ ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ - ಧನ್ಯವಾದಗಳು ನೂರ್! ನಾನು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನನಗಾಗಿ ಒಂದನ್ನು ಭರ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ಇದೇ ರೀತಿಯ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಸಲಹೆಗಳಿವೆಯೇ? ತಕ್ಷಣವೇ ವರದಿ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳುವುದು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಲ್ಲದಂತೆ ಕಾಣಿಸಬಹುದು, ಹಾಗಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಲು ಹೇಗೆ ಎಂದು ನಾನು ಕಲಿಯಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ!



ಅದು ಸರಿ, ನಿಮ್ಮ ಮಾತು ನಿಜ. ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬೆದರಿಕೆ, ಕಿರುಕುಳ ಅಥವಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯಿಂದಾಗಿ ಸ್ನೇಹಿತರು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ತೊಂದರೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಹಾಯ ಕೇಳದಿರಬಹುದು! ಈಗಾಗಲೇ ಅವರು ದೂರು ನೀಡಿದ್ದರೂ ಸಹ ಇನ್ನೂ ಅಸಮಾಧಾನಗೊಂಡಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇದೆ. ನಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಹೇಗೆ ಬೆಂಬಲಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಮುಖ್ಯ ಮತ್ತು ಇದು ದೊಡ್ಡ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಬಲ್ಲದು ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ.



ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವ ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಬೆಂಬಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗುವುದು ಹೇಗೆ



ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಆಲಿಸುವುದು - ಸ್ನೇಹಿತರು ತಮ್ಮ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಂಡಾಗ, ತಕ್ಷಣವೇ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ನೀಡುವ ಆತುರವನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಿ. ಬದಲಾಗಿ, ಅವರಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಅಡೆತಡೆಯಿಲ್ಲದೆ ಮಾತನಾಡಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡಿ. ತಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಬಿಡಿ ಮತ್ತು ಅವರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಯಾವುದೇ ತೀರ್ಪಿಲ್ಲದೆ ಯಾರಾದರೂ ಆಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದು, ಸಲಹೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಾಧಾನಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ವಿಚಾರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಹಿಂಬಾಲಿಸುವುದು - "ಹೇ, ಹೇಗಿದ್ದೀಯಾ? ಏನು ಮಾಡ್ತಾ ಇದೀಯಾ?" ಎನ್ನುವಂತಹ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಸಂದೇಶವು ದೊಡ್ಡ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಅವರು "ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದೇನೆ" ಎಂದು ಹೇಳಿದರೂ ಸಹ, ನಂತರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ವಿಚಾರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಹಿಂಬಾಲಿಸುವುದು ನಿಮಗೆ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಜವಾದ ಕಾಳಜಿ ಇದೆ ಎಂದು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಅವರು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಒತ್ತಡ, ಬೆದರಿಕೆ ಅಥವಾ ಕಿರುಕುಳದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಇಂತಹ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾತುಕತೆಗಳು ಅವರಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಒತ್ತಡವಿಲ್ಲದೆ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ನೀಡಿದಂತೆ ಭಾಸವಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.



ಬೌಂಡರಿಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ - ಅವರು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಿರುಕುಳ ಅಥವಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ತಮ್ಮದೇ ಜಾಗದ ಮೇಲೆ ಅವರಿಗೆ ನಿಯಂತ್ರಣವಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಸಿ. ಹಾನಿಕಾರಕ ಬಳಕೆದಾರರನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಲು ಮತ್ತು ವರದಿ ಮಾಡಲು ಹಾಗೂ ತಮ್ಮ ಪ್ರೈವಸಿ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಸರಿಹೊಂದಿಸಲು ಅವರನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ. ಅವರಿಗೆ ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಖಚಿತವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಮೂಲಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲು ಮುಂದಾಗಿ.

ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಸುರಕ್ಷತೆ, ಪ್ರೈವಸಿ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಮಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕುರಿತು ಇನ್ನಷ್ಟು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು, ನೀವು ಅವರಿಗೆ ಈ ಕೈಪಿಡಿಯನ್ನು ಸಹ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಬಹುದು. ಸರಿಯಾದ ಮಾಹಿತಿ ಇರುವುದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನವರನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಡಿಜಿಟಲ್ ಅನುಭವವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಸಶಕ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.



ಚಟುವಟಿಕೆ: ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸುರಕ್ಷತಾ ಪರಿಶೀಲನಾಪಟ್ಟಿ

ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡದ ಅಥವಾ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿರುವುದು ದೊಡ್ಡ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸರಿಯಾದ ಸಾಧನಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವಿರಾ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೆಳಗಿನ ಪರಿಶೀಲನಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿ.

- ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಸಹಾಯವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಪಟ್ಟಿಯಿಂದ ಆರಿಸಿ, ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಫೋನ್‌ನಲ್ಲಿ ಉಳಿಸಿ ಅಥವಾ ಸುಲಭವಾಗಿ ತಲುಪಬಹುದಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಬರೆದಿಡಿ. ಬಿಕ್ಕಟ್ಟಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಸಹಾಯವನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿದಿರುವುದು ಬಹಳ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಬಿಕ್ಕಟ್ಟಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ನೀವು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದಾದ ಇಬ್ಬರು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ - ಅವರು ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರಾಗಿರಬಹುದು, ಶಿಕ್ಷಕರಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಆತ್ಮೀಯ ಸ್ನೇಹಿತರಾಗಿರಬಹುದು. ಅವರನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಅವರ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಬರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ!
- ಒಂದು ಶಾಂತಗೊಳಿಸುವ ತಂತ್ರವನ್ನು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಆಳವಾದ ಉಸಿರಾಟ, ಡೈರಿ ಬರೆಯುವುದು, ಅಥವಾ ಮನಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ತಂತ್ರ) ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳಿ, ನಿಮಗೆ ಅತಿಯಾದ ಒತ್ತಡ ಎನಿಸಿದಾಗ ಅದನ್ನು ಬಳಸುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ!
- ಕಷ್ಟದಲ್ಲಿರುವ ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಒಂದು ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.

ಅಧ್ಯಾಯದ ರೀಕ್ಯಾಪ್!



ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿ ಕೇಳುವ, ಉಡುಗೊರೆ ಅಥವಾ ಭರವಸೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವ, ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಕೇಳುವ, ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸಂಭಾಷಣೆಯನ್ನು ರಹಸ್ಯವಾಗಿಡಲು ಹೇಳುವ ಸಂದೇಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ!



ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾಹಿತಿ ಕೇಳುವ, ಉಡುಗೊರೆ ಅಥವಾ ಭರವಸೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವ, ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಕೇಳುವ, ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸಂಭಾಷಣೆಯನ್ನು ರಹಸ್ಯವಾಗಿಡಲು ಹೇಳುವ ಸಂದೇಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಿ!



ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ವರದಿ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ನಿರ್ಬಂಧಿಸುವುದು ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಅನಿಸಿದರೆ, ನೀವು ಸೈಬರ್ ಕ್ರೈಂ ಸೆಲ್‌ಗೆ (ದೂರವಾಣಿ: 1930 ಅಥವಾ cybercrime.gov.in ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಮೂಲಕ, ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳೀಯ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಗೆ 100) ಅಪರಾಧವನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಬಹುದು.



ಆನ್‌ಲೈನ್ ಬೆದರಿಕೆಗಳು ಇವುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬಹುದು: ಹಿಂಸೆ ಅಥವಾ ಹಾನಿಯ ಬೆದರಿಕೆಗಳು, ಲೈಂಗಿಕ ಕಿರುಕುಳ ಅಥವಾ ಹಿಂಬಾಲಿಸುವುದು, ಒಪ್ಪಿಗೆಯಿಲ್ಲದೆ ಖಾಸಗಿ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ನಕಲಿ ಗುರುತು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು, ವಂಚನೆ, ಅಥವಾ ಗುರುತು ಕಳ್ಳತನ



IT ಕಾಯಿದೆ 2000, ಭಾರತೀಯ ದಂಡ ಸಂಹಿತೆ 1860, ಮತ್ತು ಗ್ರಾಹಕ ಸಂರಕ್ಷಣಾ ಕಾಯಿದೆ 2019 ರ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಕಾನೂನುಗಳಿವೆ, ಇವು ಡಿಜಿಟಲ್ ನಾಗರಿಕರಾಗಿ ನಮ್ಮ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಖಾತರಿಪಡಿಸುತ್ತವೆ!



ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ನೀವು ಒಬ್ಬಂಟಿಯಲ್ಲ ಎಂದು ನೆನಪಿಡಿ! ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಲು ಅನೇಕ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರಿದ್ದಾರೆ, ಹಾಗಾಗಿ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಅಧ್ಯಾಯ 6: ಕ್ಲಿಕ್, ಸ್ಟ್ರಾಲ್, ಉಸಿರಾಟ: ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮ

ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಜಾಗ - ಕಲಿಯಲು, ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಅನೇಕ ಅವಕಾಶಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದೆ. ಆದರೆ, ಜೀವನದ ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಳದಂತೆ, ಇದು ತನ್ನದೇ ಆದ ಕೆಲವು ವಿಶಿಷ್ಟ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಒಡ್ಡಬಹುದು. ಈ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು, ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಹಾಗೂ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿರುವಾಗ ನಮ್ಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯ.



ಮೀರಾ ತಡರಾತ್ರಿ ತನ್ನ ಫೋನ್ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಳು. ಸ್ನೇಹಿತರ ರೋಮಾಂಚಕಾರಿ ಅಪ್‌ಡೇಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ತಮಾಷೆಯ ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಅವಳು ನೋಡಿದಳು. ಆದರೆ ಅವಳು ಕೆಲವು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಸುದ್ದಿ ಮತ್ತು ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳನ್ನು ಸಹ ನೋಡಿದಳು, ಅದು ಅವಳಿಗೆ ಅಸಮಾಧಾನವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿತು. ಮರುದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಅವಳು ಆಯಾಸಗೊಂಡಿದ್ದಳು.

ಕೇವಲ ಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ನನಗೆ ಯಾಕೆ ಇಷ್ಟು ಆಯಾಸವಾಗುತ್ತಿದೆ? ಇದು ವಿಷಯವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಆಗಿದೆಯೇ ಅಥವಾ ಎಲ್ಲವೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಆಗಿದೆಯೇ?



ನೀವು ಬಹಳ ಸಮಯದಿಂದ ಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಏರಿಳಿತ ಎಂಬಂತೆ ಅನಿಸಬಹುದು - ಒಂದು ಕ್ಷಣ ನೀವು ಮನರಂಜನೆ ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ, ಇನ್ನೊಂದು ಕ್ಷಣ ನಿಮಗೆ ಭಾರವೆನಿಸುವ ವಿಷಯಗಳು ಎದುರಾಗುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ವಿರಾಮ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅದು ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ಅನಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸರಿಯಾಗಿದೆ.

ಹೌದು, ಇದು ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿದೆ. ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳು ನನಗೆ ನಗು ತರಿಸುತ್ತವೆ, ಆದರೆ ನಂತರ ನಾನು ಅಸಮಾಧಾನಗೊಳಿಸುವ ಏನನ್ನಾದರೂ ನೋಡುತ್ತೇನೆ, ಮತ್ತು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ನನಗೆ ಸರಿ ಎನಿಸುವುದಿಲ್ಲ.



ಕೊನೆಯ ಬಾರಿಗೆ ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಕೇವಲ ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಯಾವುದೇ ಆ್ಯಪ್ ಅಥವಾ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಬಳಸಿದಾಗಲೂ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಅದು ಸುದ್ದಿ, ಶಾಪಿಂಗ್ ಅಥವಾ ಬ್ಯಾಂಕಿಂಗ್ ಆ್ಯಪ್‌ಗಳಾಗಿರಬಹುದು, ಇಂಟರ್ನೆಟ್‌ನೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಸಂವಹನ ನಡೆಸುವ ವಿಧಾನವು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು.

- ಸುದ್ದಿಗಳನ್ನು ಬ್ರೌಸ್ ಮಾಡುವುದು ನಿಮಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದರೂ ಆತಂಕವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿದೆಯೇ?
- ಶಾಪಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದು ಒಂದು ಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಡ್ರಿಲ್ ನೀಡಿದರೂ, ನಂತರ ಅಪರಾಧ ಭಾವನೆಗೆ (guilt) ಕಾರಣವಾಯಿತೇ?
- ನೀವು ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆ ಆ್ಯಪ್ ಅಥವಾ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಬಳಸಿದಿರಿ?

ಈ ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದರಿಂದ, ನಿಮ್ಮ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಕೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಭಾವನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಥಿತಿಯ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಒಳನೋಟವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.



ಚಟುವಟಿಕೆ

ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ವೆಲ್ - ಬೀಯಿಂಗ್ ಸ್ಪೋರ್ಟ್‌ಕಾರ್ಡ್

ಸೂಚನೆಗಳು:

- ಕೆಳಗಿನ 10 ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಿ.
- ನೀವು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಪ್ರತಿ ಹೇಳಿಕೆಗೆ ನಿಮಗೆ 1 ಅಂಕ ನೀಡಿ.

ನಿಮ್ಮ ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದಲ್ಲಿನ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು

1. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದ ತಕ್ಷಣ ನಾನು ನನ್ನ ಫೋನ್ (ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ, ಸುದ್ದಿ, ಶಾಪಿಂಗ್ ಆಪ್ ಗಳನ್ನು) ನೋಡುತ್ತೇನೆ.
2. ನನಗೆ ಬೇರೆ ಕೆಲಸಗಳಿದ್ದರೂ, ಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.
3. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸುದ್ದಿಗಳನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ ಅಥವಾ ಅಪ್‌ಡೇಟ್‌ಗಳನ್ನು ನೋಡಿದ ನಂತರ ನನಗೆ ಒತ್ತಡ ಅಥವಾ ಆತಂಕ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.
4. ನಾನು ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನೋಡುವ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸುತ್ತೇನೆ - ಅದು ಜನರಿರಲಿ, ಟ್ರೆಂಡ್‌ಗಳಿರಲಿ ಅಥವಾ ಜೀವನಶೈಲಿಯಾಗಿರಲಿ.
5. ನನಗೆ ಏನೂ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಸುಮ್ಮನೆ ಉತ್ತಮ ಅನಿಸಲು ನಾನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಶಾಪಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.
6. ನಾನು ದುಃಖಿತನಾದಾಗ, ಬೇಸರಗೊಂಡಾಗ ಅಥವಾ ಆತಂಕಗೊಂಡಾಗ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೇನೆ.
7. ಕೇವಲ ಬ್ರೌಸ್ ಮಾಡಲು ಅಥವಾ ಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಮಾಡಲು ನಾನು ತಡರಾತ್ರಿಯವರೆಗೆ ಎಚ್ಚರವಾಗಿದ್ದು, ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ.
8. ಸಂದೇಶಗಳಿಗೆ, ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಅಧಿಸೂಚನೆಗಳಿಗೆ ತಕ್ಷಣ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಲು ನನಗೆ ಒತ್ತಡವೆನಿಸುತ್ತದೆ.
9. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದ ನಾನು ನೈಜ-ಜೀವನದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು (ಹವ್ಯಾಸಗಳು, ಶಾಲಾ ಕೆಲಸ, ಕುಟುಂಬದ ಸಮಯ) ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.
10. ನನ್ನ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಲೈಕ್‌ಗಳು, ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಒಡನಾಟ ಸಿಗದಿದ್ದಾಗ ನನಗೆ ಬೇಸರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಂಕಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ

- 0-3 ಅಂಕಗಳು - ಉತ್ತಮ! ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ದೊಂದಿಗೆ ನಿಮಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಸಂಬಂಧವಿದೆ.
- 4-6 ಅಂಕಗಳು - ಸಮತೋಲಿತ! ನೀವು ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದೀರಿ, ಆದರೆ ಕೆಲವು ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕಾಗಬಹುದು.
- 7-10 ಅಂಕಗಳು - ನಿಮ್ಮ ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಬಳಕೆಯು ನಿಮ್ಮ ಯೋಗಕ್ಷೇಮದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಮರುಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡುವ ಸಮಯ!

ಪ್ರತಿಬಿಂಬ ಮತ್ತು ಕ್ರಮ

- ನಿಮ್ಮ ಅಂಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಏನಾದರೂ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತೇ?
- ನಿಮ್ಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ನೀವು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಬದಲಾವಣೆ ಯಾವುದು?

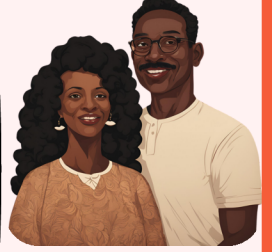
ಯಾವ ಹೇಳಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀವು ಟಿಕ್ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ ಮತ್ತು ಏಕೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿ. ಅವು ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್, ಆಪ್, ಅಥವಾ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದವೇ? ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಕೆಲವು ಪ್ರಚೋದಕಗಳು - ಉದಾಹರಣೆಗೆ ತಡರಾತ್ರಿಯ ಬೇಸರ ಅಥವಾ ಒತ್ತಡ - ನಮ್ಮನ್ನು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಬಳಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಈ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಮುಂದೆ, ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಇರುವ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ನಾವು ಅನ್ವೇಷಿಸಲಿದ್ದೇವೆ.

ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ್ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಡಿಜಿಟಲ್ ಚಾಂಪಿಯನ್ಸ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ್ದನು. ಅಂದಿನಿಂದ ಅವನು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕನಾಗಿದ್ದನು. ವಂಚನೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದರಿಂದ ಹಿಡಿದು ಪೈಪೆಸಿ ನಿಯಂತ್ರಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿಸುವವರೆಗೆ, ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತನ್ನು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾಗಿ ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಅವನಿಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು. ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಅವನ ಹೆತ್ತವರು ಅಸಮಾಧಾನಗೊಂಡಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರು - ಡಿಜಿಟಲ್ ಅವರಾಧಗಳ ಸುದ್ದಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಹಬ್ಬಿತ್ತು ಮತ್ತು ಅವರ ಚಿಂತೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿತ್ತು. ಒಂದು ಸಂಜೆ, ಊಟ ಮಾಡುವಾಗ, ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ್ ಕೊನೆಗೂ ಕೇಳಿದನು,

ಅಮ್ಮಾ, ಅಪ್ಪಾ, ನಾನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಕಳೆಯುತ್ತೇನೆ ಅಂತಾ ನೀವು ಚಿಂತಿಸುತ್ತೀರಾ?



ನಮಗೆ ನಿನ್ನ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ, ಮತ್ತು ಇಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನೀನು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದೀಯಾ ಎಂದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತು. ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಸುದ್ದಿಯಲ್ಲಿ ಆತಂಕಕಾರಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ನಾವು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ನಿನ್ನನ್ನು ಹೆದರಿಸಲು ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನೀನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಜಾಗರೂಕನಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ - ಜನಸಂದಣಿ ಇರುವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಇರುತ್ತೇವೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ. ನಾವು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಮೀರಾಳ ಹೆತ್ತವರೊಂದಿಗೂ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದೆವು.



ಹಾಗಾದರೆ ನಾನು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಬಳಸಲೇಬಾರದಾ? ಅಥವಾ ನೀವು ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಇರುವಾಗ ಮಾತ್ರ ಬಳಸಬೇಕಾ?

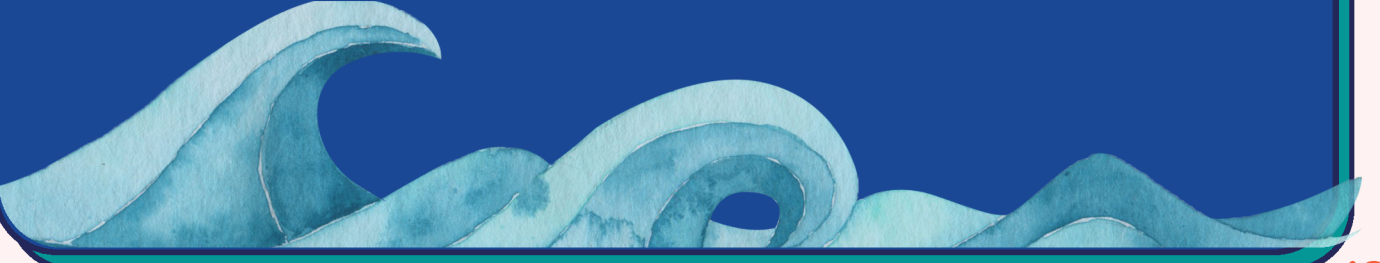


ಖಂಡಿತ ಇಲ್ಲ - ಪ್ರವೇಶವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು ಪರಿಹಾರವಲ್ಲ. ನಿನ್ನ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಗೌರವಿಸುತ್ತೇ, ನೀನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಕೆಲವು ಸರಳ, ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಾಗಿ ರೂಪಿಸೋಣ. ನಾವು ಕೆಲವು ಮಿತಿಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸೋಣ ಮತ್ತು ನಿನಗೆ ಹೇಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೋಡೋಣ.



ಈ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಬಳಸಲು ನಮಗೆ ಯಾಕೆ ಪದೇ ಪದೇ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ?

ಆ ಫೋನ್ ಕೆಳಗಿಡಿ! - ದೊಡ್ಡವರು ಹೀಗೆ ಹೇಳುವುದು ನಾವು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕೇಳುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಕೇವಲ ಸ್ಟ್ರೀನ್ ಟೈಮ್ ಬಗ್ಗೆ ಅಲ್ಲ; ಸ್ಟ್ರೀನ್ ಹಿಂದೆ ಏನಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾವನ್ನು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಾಗರ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ - ವಿಶಾಲವಾದ, ರೋಮಾಂಚನಕಾರಿ ಮತ್ತು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಕೆಲವು ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ನೀರಿದ್ದು, ಅಲ್ಲಿ ನೀವು ಕಲಿಯಬಹುದು, ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಆದರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮಹಿಮೆಯಂತಹ ಗುಪ್ತ ಪ್ರವಾಹಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಕಳೆದುಹೋಗಬಹುದು. ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗಿದೆ - ವಿಷಯಗಳು ಮತ್ತು ಅಧಿಸೂಚನೆಗಳು ನಿಮಗಂದೇ ಮಾರ್ಪಡಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ವೈಯಕ್ತಿಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ, ನಾವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಕಳೆಯುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದರಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸಲು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕ ಕಡಿತಗೊಳಿಸುವುದು ಇದರ ಗುರಿಯಲ್ಲ. ಬದಲಿಗೆ, ನಮ್ಮ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿರುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ವಿಚಲಿತಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ಸೇರಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಬಳಸುವುದು.



ಸಿದ್ಧಾರ್ಥನಂತೆ, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನಮ್ಮ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಕೆಗೆ ಕೆಲವು ಮೂಲಭೂತ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದರೆ, ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆಯಿಂದರೆ ಯಾವುದು ಸುರಕ್ಷಿತ ಎನಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದು ಅನಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು. ನೀವೇ ಸ್ವಯಂ-ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳಿವೆ. ಕೆಳಗೆ ತಿಳಿಸಿದ ಯಾವುದೇ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನೀವು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಒಂದು ಕ್ಷಣ ವಿರಾಮ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಯೋಚಿಸಲು ಇದು ಸೂಕ್ತ ಸಮಯವಾಗಿರಬಹುದು.

ಆತಂಕ ಅಥವಾ ಅಭದ್ರತೆ ಅನಿಸುವುದು

- ದೈಹಿಕ ಲಕ್ಷಣಗಳು: ಎದೆಯಲ್ಲಿ ಭಾರವಾದ ಅನುಭವ, ಚಡಪಡಿಕೆ, ಅಥವಾ ಮನಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿನ ಏರುಪೇರುಗಳು.

ನಿರಂತರ ಹೋಲಿಕೆ

- ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಇತರರ ಉತ್ತಮ ಕ್ಷಣಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ.

ಸಂವಾದಗಳಿಂದ ಸಿಟ್ಟು ಅಥವಾ ದುಃಖವಾಗುವುದು

- ಮಾತುಕತೆಗಳು ಅಥವಾ ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳು ಮೊದಲಿದ್ದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತಡವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು

- ನೀನು ತಡರಾತ್ರಿಯವರೆಗೂ ಸ್ಯಾಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಫೀಡ್ ಅನ್ನು ರಿಫ್ರೆಶ್ ಮಾಡುತ್ತಾ ಎಚ್ಚರವಾಗಿರುತ್ತೀರಿ.

ಸಂಪರ್ಕ ಕಡಿತಗೊಂಡಂತೆ ಅನಿಸುವುದು

- ನೀನು "ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿ" ಇದ್ದರೂ ಸಹ ಹೆಚ್ಚು ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿರುವೆ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

ಲೈಕ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವುದು

- ನಿನ್ನ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನಿನ್ನ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಪದೇ ಪದೇ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ.

ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬಳಲಿಕೆ

- ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದ ನಂತರ ನೀವು ದಣಿದಂತೆ ಅಥವಾ ಬರಿದಾದಂತೆ ಭಾವಿಸುತ್ತೀರಿ.



ನೆನಪಿಡಿ, ನಿಮ್ಮ ಫೋನ್‌ಗೆ ಸಹ ಚಾರ್ಜ್ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ - ಹಾಗೆಯೇ ನಿಮಗೂ! ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ನಿಮಗೆ ಸಂತೋಷಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ನಿರಾಸಕ್ತಿ ಮೂಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ರಿಸೆಟ್ ಆಗಿ ಉತ್ತಮ ಎನಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳೋಣ.



ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಪಯಣವೂ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ - ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡದಿರಬಹುದು. ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಲು ಮತ್ತು ಕಲಿಯಲು ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮ ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ಜೀವನವನ್ನು ನಮ್ಮ ಭೌತಿಕ ಜೀವನದೊಂದಿಗೆ ಸಮತೋಲನಗೊಳಿಸುವುದು ನಮಗೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ನಿಜ ಜೀವನದ ಅನುಭವಗಳು ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಮತ್ತು ಒಟ್ಟಾರೆ ಯೋಗಕ್ಷೇಮಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ ಮತ್ತು ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ಅವುಗಳದೇ ಆದ ವಿಶಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಗಟ್ಟಿಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ.



ನನ್ನ ಅನುಭವಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ, ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದೊಂದಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ:



ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದೊಂದಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದು

1. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ಪ್ರೇರಣಾದಾಯಕ ವಿಷಯವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ. ಉತ್ತೇಜನಕಾರಿ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಡಿಜಿಟಲ್ ಸೌಜನ್ಯವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.
2. ಕೆಲವು ಆ್ಯಪ್‌ಗಳ ಮೇಲೆ ನೀವು ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಕಳೆಯುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ದೈನಂದಿನ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸಿ - ಆ್ಯಪ್ ಟೈಮರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
3. ನಿಮ್ಮ ಗಮನ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದ ಆ್ಯಪ್‌ಗಳ ಅಧಿಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ತಕ್ಷಣ ಆಫ್ ಮಾಡಿ.
4. ನಿಮಗೆ ವಿರಾಮ ಅಥವಾ ಗಮನಹರಿಸಲು ಸಮಯ ಬೇಕಾದಾಗ ಡು ನಾಟ್ ಡಿಸ್ಟರ್ಬ್ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವನ್ನು ಬಳಸಿ.
5. ತಡರಾತ್ರಿಯ ಸ್ವಾಲ್ಪಿಂಗ್‌ಪಿಸಲು ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಿ ಮತ್ತು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಕ್ರೀನ್-ಮುಕ್ತ ವಲಯಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ.

6. ಯಾವುದೇ ವಿಷಯವನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ಒಂದು ದಿನ ಕಾಯುವ "ಒಂದು ರಾತ್ರಿ ನಿಯಮ"ವನ್ನು ಬಳಸಿ.
7. ಇತರರ ನಡೆಗಳು ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾವನ್ನು ಒತ್ತಡಮಯವಾಗಿಸಿದಾಗ, ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವಿಷಯಗಳೊಂದಿಗಿನ ಸಂವಾದವನ್ನು ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಿ.
 - ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಮ್ಯೂಟ್ ಮಾಡಿ, ಅನ್‌ಫಾಲೋ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿ.
 - ಯಾರೊಂದಿಗಾದರೂ ಮಾತನಾಡಿ-ಸ್ನೇಹಿತರು, ಪೋಷಕರು, ಶಿಕ್ಷಕರು.
8. ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾವನ್ನು ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಪಾದನೆಗಾಗಿ ಬಳಸಿ.



ಸಂತೋಷದ ಮೆನು

ನೆನಪಿಡಿ, ನಿಮ್ಮ ಸ್ಕ್ರೀನ್‌ನ ಹೊರಗೆ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಪಂಚವೇ ಇದೆ! ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ನಿಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಭಾರವೆನಿಸಿದಾಗ, ಒಂದು ಹೆಚ್ಚಿ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಇಡಿ- ನಿಮ್ಮ ಜೀವನ ಕೇವಲ ಪಿಕ್ಸೆಲ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ನೋಟಿಫಿಕೇಶನ್‌ಗಳಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧ ಗಾಳಿ ಇದೆ, ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ನಿಜವಾದ ಜನರಿದ್ದಾರೆ, ಮತ್ತು ಸ್ವಲ್ಪ ಆಚೆಗೆ ಅನುಭವಗಳು ಕಾಯುತ್ತಿವೆ. ನಿಮ್ಮ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕ್ಷಣಗಳು ಕೇವಲ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಉನ್ನತೀಕರಿಸಲು ಮತ್ತು ಆಫ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲೂ ಸಂತೋಷವಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿಮಗೆ ನೆನಪಿಸಲು, ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಂತೋಷದ ಮೆನು ಇದೆ - ಸೆರೋಟೋನಿನ್ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಇಲ್ಲಿದೆ!

- | | |
|---|---|
| <input type="radio"/> ನಿಮ್ಮ ನೆಚ್ಚಿನ ಹಾಡಿಗೆ ನೃತ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಿ | <input type="radio"/> ಒಂದು ಯಾದೃಚ್ಛಿಕ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ |
| <input type="radio"/> ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದಾಡಲು ಹೋಗಿ | <input type="radio"/> ಸೂರ್ಯಾಸ್ತವನ್ನು ನೋಡಿ |
| <input type="radio"/> ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಕರೆ ಮಾಡಿ | <input type="radio"/> ನೀವು ಇಷ್ಟಪಡುವ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ |
| <input type="radio"/> ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ | <input type="radio"/> ಗುರಿಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ರಚಿಸಿ |
| <input type="radio"/> ಆಟವನ್ನು ಆಡಿ | <input type="radio"/> ಆರಾಮದಾಯಕ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ |
| <input type="radio"/> ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸಿ, ಸುಮ್ಮನೆ ಗೀಚಿ ಅಥವಾ ಕಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿ. | <input type="radio"/> ಒಂದು ಪುಸ್ತಕ ಅಥವಾ ಕವಿತೆ ಓದಿ |
| <input type="radio"/> ಉತ್ತೇಜನಕಾರಿ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಆಲಿಸಿ | <input type="radio"/> ನಿಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಪತ್ರವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ |
| <input type="radio"/> ಆಳವಾದ ಉಸಿರಾಟ ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನ | <input type="radio"/> ನಿಮ್ಮ ಜಾಗವನ್ನು ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತತೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿ |
| <input type="radio"/> ಏನಾದರೂ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ಬೇಕ್ ಮಾಡಿ | <input type="radio"/> ಒಂದು ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಾಗಿ |

ಮೇಲೆ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಲಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಕೇವಲ ಕೆಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳು. ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶವೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮದೇ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಆಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿತಿ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮಕ್ಕೆ ಯಾವುದು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು. ಹೀಗೆ ಮಾಡಲು, ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮನ್ನೇ ನೀವು ಹೀಗೆ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಿ:

ನನಗೆ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಯಾವುದು ನೀಡುತ್ತದೆ?
ನಾನು ವಿಚಲಿತನಾದಾಗ ನನ್ನನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಲು ಯಾವುದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ?
ಯಾವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ನನಗೆ ಸಂತೋಷವನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ ಅಥವಾ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದ ಭಾವನೆ ಮೂಡಿಸುತ್ತವೆ?



ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀವು ಗುರುತಿಸಿದ ನಂತರ, ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ದಿನಚರಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ, ಈ ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮತ್ತು ಆಫ್‌ಲೈನ್ ಜೀವನದ ನಡುವೆ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ, ನೀವೇ ಅದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಿಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದೆಂದರೆ, ಜೀವನದಲ್ಲೂ - ಆನ್‌ಲೈನ್ ಜೀವನದಲ್ಲೂ ಸಹ - ಏರಿಳಿತಗಳು ಸಹಜ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಕಲಿಕೆ, ಸಂಪರ್ಕ ಮತ್ತು ಪ್ರೇರಣೆಗೆ ಒಂದು ವೇದಿಕೆಯಾಗಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದ ಕೊರತೆ ಅಥವಾ ಹೋಲಿಕೆಯಂತಹ ಭಾವನೆಗಳನ್ನೂ ತರಬಹುದು. ಇತರರ ಹೈಲೈಟ್ ರೀಲ್‌ಗಳನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸ್ಕ್ರಾಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ನೀವು ಹಿಂದುಳಿದಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಅನಿಸುವುದು ಸುಲಭ. ಆದರೆ ನೆನಪಿಡಿ, ನೀವು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನೋಡುವುದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ವಾಸ್ತವದ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ರೂಪಿಸಿದ ಆವೃತ್ತಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಅದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಚಿತ್ರಣವಲ್ಲ.

ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ - ಸುಳ್ಳು ಸುದ್ದಿ ಹೇಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆಯೋ, ಹಾಗೆಯೇ ಅವಾಸ್ತವಿಕ ಡಿಜಿಟಲ್ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಗಳು ಕೂಡ ಹರಡಬಹುದು. ಜನರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ, ಎಲ್ಲವೂ ನಿಜವಾಗಿ ಇರುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪೋಸ್ಟ್‌ನ ಹಿಂದೆ ನಿಮ್ಮಂತೆಯೇ ಹೋರಾಟಗಳು, ಅಭದ್ರತೆಗಳು ಮತ್ತು ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ನಿಜವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಇರುತ್ತಾನೆ.

ನೀವು ನೋಡುವುದು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸತ್ಯವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯ. ನಿಮ್ಮ ವಾಸ್ತವವನ್ನು ಬೇರೆಯವರ ಹೈಲೈಟ್ ರೀಲ್ ಜೊತೆ ಹೋಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಬದಲು, ನಿಮಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ತೃಪ್ತಿ ನೀಡುವ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ಗಮನಹರಿಸಿ.



ನಿಮ್ಮ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳಿಗೆ ಬರುವ ಲೈಕ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಕಾಮೆಂಟ್‌ಗಳಿಗಿಂತ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಫಾಲೋವರ್‌ಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಗಿಂತ ನಿಮ್ಮ ಸಂತೋಷವೇ ಹೆಚ್ಚು ಮುಖ್ಯ!



ಕಾಲಕ್ರಮೇಣ, ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಅನ್ನು ನಾನು ಹೇಗೆ ಬಳಸುತ್ತೇನೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಇರುವುದು ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ಕಲಿತಿದ್ದೇನೆ. ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅಪ್‌ಡೇಟ್ ಆಗಿರಲು ನಾನು ಸದಾ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕು ಎಂದು ಮೊದಲು ಅಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೆ, ಆದರೆ ಅದು ಸುಸ್ಥಿರವಲ್ಲ ಎಂದು ಈಗ ಅರಿತುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಈಗ, ನಾನು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಳೆಯುವ ಸಮಯದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಹರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅದರಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮುಳುಗಿಹೋಗದಂತೆ ಗಡಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದವರೊಂದಿಗೆ ಸಮಯ ಕಳೆಯುವುದು, ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿರುವುದು ಅಥವಾ ನನಗಾಗಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ನನಗೆ ಶಕ್ತಿ ತುಂಬುವ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಸಮಯವನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಇದು ಯಾವಾಗಲೂ ಸುಲಭವಲ್ಲ, ಆದರೆ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇದು ಮೌಲ್ಯಯುತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಾನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.

ರೀಕ್ಯಾಪ್: ಕ್ಲಿಕ್ ಮಾಡಿ, ಸ್ಕ್ರಾಲ್ ಮಾಡಿ, ಉಸಿರಾಡಿ!

ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿರುವಾಗ ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಿ.



ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಖುಷಿ ನೀಡಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದು ನಿಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಮಯ ಕಳೆದ ನಂತರ ನಿಮಗೆ ಆತಂಕ, ದುಃಖ ಅಥವಾ ಬಳಲಿಕೆ ಅನಿಸಿದರೆ, ಅದು ವಿರಾಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ.

ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮತ್ತು ಆಫ್‌ಲೈನ್ ಜೀವನದ ನಡುವೆ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಿ.



ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ನಿದ್ರೆ, ಮನಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು. ಹವ್ಯಾಸಗಳು, ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಸಮಯ ಕಳೆಯುವುದು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಪರದೆಯಿಂದ ಆಚೆಯ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಅನಂದಿಸುವಂತಹ ನೈಜ-ಜೀವನದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಜಾಗ ಮಾಡಿಕೊಡಿ.

ನಿಮ್ಮ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಬೌಂಡರಿಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸಿ.



ಅನಗತ್ಯ ನೋಟಿಫಿಕೇಶನ್‌ಗಳನ್ನು ಆಫ್ ಮಾಡುವುದು, ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಸಮಯದ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ತಡರಾತ್ರಿಯ ಸ್ಮೋಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವಂತಹ ಸಣ್ಣ ಕಾರ್ಯಗಳು ನಿಮ್ಮ ಡಿಜಿಟಲ್ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ನೆನಪಿಡಿ, ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಸಂಪೂರ್ಣ ಚಿತ್ರಣವಲ್ಲ.



ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನೀವು ನೋಡುವುದು ಕೇವಲ ಹೈಲೈಟ್ ರೀಲ್ ಹೊರತು ನಿಜ ಜೀವನವಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಸಂತೋಷ ಹಾಗೂ ತೃಪ್ತಿ ನೀಡುವ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ಗಮನಹರಿಸಿ.

ಏನಾದರೂ ಸರಿಯಿಲ್ಲ ಅನಿಸಿದರೆ ತಕ್ಷಣ ಸಹಾಯ ಕೇಳಿ.



ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ನಿಮಗೆ ಎಂದಾದರೂ ಹೆಚ್ಚು ಭಾರವೆನಿಸಿದರೆ ಅಥವಾ ಸುರಕ್ಷಿತವಲ್ಲ ಎಂದು ಅನಿಸಿದರೆ, ನೀವು ನಂಬುವವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ. ನೀವು ಒಬ್ಬಂಟಿಯಲ್ಲ, ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಬೇಕಾದಾಗ ಎಂದಾದರೂ ಅದು ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.

ಅಧ್ಯಾಯ 7: ಬದಲಾವಣೆಗಾಗಿ ಟ್ರೆಂಡಿಂಗ್: ಒಳಿತಿಗಾಗಿ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಕೆ

ನೂರ್ ಯಾವಾಗಲೂ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಕೇವಲ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಮನರಂಜನೆಯ ಸ್ಥಳವೆಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದಳು, ಆದರೆ ಅವಳ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಈಗ ಬದಲಾಗಲು ಶುರುವಾಗಿತ್ತು. ಈಗ, ತನ್ನ ಪೌರನೀತಿ ಯೋಜನೆಯ ಮೇಲೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ, ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಯುವಜನರ ಪಾತ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ತಾನು ಕಲಿತಿದ್ದನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಹೇಗೆ ಬಳಸಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದನ್ನು ಅವಳು ನಿಲ್ಲಿಸಲಾಗಲಿಲ್ಲ.

ಅಮಿತ್ ಅಣ್ಣ, ನಾವು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸುತ್ತೇವೆ ಅಂತ ನಾನು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಜನರು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿ ದೊಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಅದ್ಭುತವಾಗಿದೆ, ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೇಳದ ಧ್ವನಿಗಳು ಕೇಳಿಬರುವುದು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಖುಷಿ ಕೊಡುತ್ತದೆ.



ಖಂಡಿತ! ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ನಿಜಕ್ಕೂ ಒಂದು ಸಮುದಾಯದ ಜಾಗ. ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ, ಈ ಹಂಚಿಕೆಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಸಂತೋಷಕರವಾಗಿಸಲು ಮತ್ತು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿಸಲು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡಬಹುದು!

ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಒಂದು ಸಮುದಾಯದ ಜಾಗ ಎಂದು ಯೋಚಿಸುವುದು ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಾಯಿತು! ನಿಜ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ನಾವು ಭಾರತದ ನಾಗರಿಕರಾಗಿರುವಷ್ಟೇ ಡಿಜಿಟಲ್ ನಾಗರಿಕರೂ ಅಲ್ಲವೇ?



ಹೌದು! ಸಮಾನ ಹಕ್ಕುಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳೊಂದಿಗೆ!

ಹೌದು! ಸಮಾನ ಹಕ್ಕುಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳೊಂದಿಗೆ!



ಡಿಜಿಟಲ್ ನಾಗರಿಕರಾಗಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು

ನೂರ್ ಒಂದು ಪೀಠಿಕೆಯನ್ನು ರಚಿಸಿದಳು, ಅದರಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಡಿಜಿಟಲ್ ನಾಗರಿಕರು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಪಾಲಿಸಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ಅನಿವಾರ್ಯ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿದ್ದಳು. ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ ಮತ್ತು ಇಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಬೇಕೆಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸುವ ಇನ್ನೂ ಎರಡು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ!

ಡಿಜಿಟಲ್ ಲೋಕದ ನಾಗರಿಕರಾದ ನಾವು, ನಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸಂವಹನಗಳಲ್ಲಿ ನ್ಯಾಯ, ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಮತ್ತು ಸಮಾನತೆಯನ್ನು ಎತ್ತಿಹಿಡಿಯಲು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿದ್ದೇವೆ, ಈ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ಘೋಷಿಸುತ್ತೇವೆ.

- ಇತರರ ಹಕ್ಕುಗಳು ಮತ್ತು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸುವುದು, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಧ್ವನಿಯೂ ಘನತೆ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಯಸಮ್ಮತತೆಯಿಂದ ಕೇಳಿಬರುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಎಲ್ಲಾ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ಗೌರವಿಸುವುದು, ಅವರ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಅತಿಕ್ರಮಣ ಮತ್ತು ದುರುಪಯೋಗದಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುವುದು.
- ನಾವು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು, ಸತ್ಯದ ಅನ್ವೇಷಣೆ ಮತ್ತು ಚರ್ಚೆಯ ಸಮಗ್ರತೆಯನ್ನು ಎತ್ತಿಹಿಡಿಯುವುದು.
- ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ವಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಉತ್ತರದಾಯಿತ್ವ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದು.
- ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಡಿಜಿಟಲ್ ಶಿಷ್ಟಾಚಾರವನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದು, ನಾಗರಿಕತೆ, ಪರಾನುಭೂತಿ ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ಗೌರವದಿಂದ ವ್ಯವಹರಿಸುವುದು.

ನಮ್ಮ ಹಕ್ಕುಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಚಲಾಯಿಸುವ ಮೂಲಕ, ನಾವು ಒಂದು ಅಂತರ್ಗತ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಶ್ರಮಿಸಬೇಕು, ಆಗ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ, ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಮತ್ತು ಉದ್ದೇಶದೊಂದಿಗೆ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

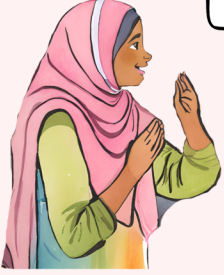
ಬದಲಾವಣೆ ತರುವವರು

ನೂರ್! ನೀನು ಡಿಜಿಟಲ್ ನಾಗರಿಕರಿಗಾಗಿ ರಚಿಸಿದ ಪೀಠಿಕೆ ವೈರಲ್ ಆಗಿದೆ! ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಅದರ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ!



ನಮ್ಮ ಪೌರನೀತಿ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಹಕ್ಕುಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚೆ ನಡೆಯಿತು, ಮತ್ತು ಸಾಕಷ್ಟು ಜನರು ಡಿಜಿಟಲ್ ಪೌರತ್ವದ ವಿಷಯವನ್ನೂ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದರು!

ಧನ್ಯವಾದಗಳು ಸ್ನೇಹಿತರೇ!



ಇದು ಅದ್ಭುತವಾಗಿದೆ! ನಮ್ಮ ಗುಂಪಿನ ಆಚೆಗೂ ನೀನು ಸಂಭಾಷಣೆಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತಿರುವುದು ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಖುಷಿಯಾಯಿತು.



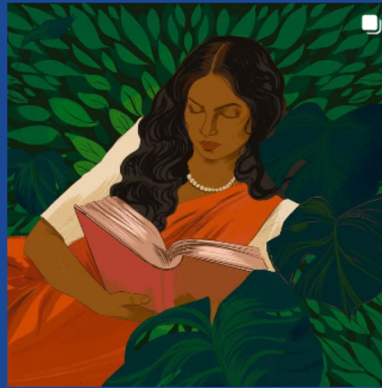
ಮಾಲಿಹಾ ಅಬಿದಿಯವರ ಧರಾನಾ? ಅವರೇ ನನಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ, ಮತ್ತು ನಾನೂ ಕೂಡ ಹಾಗೆಯೇ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ಏನನ್ನಾದರೂ ಹೇಗೆ ಶುರು ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ!



ಹೌದು! ನೀವು ಮಾಡಬಹುದು! ಆದರೆ ಈ ಮಾಲಿಹಾ ಅಬಿದಿ ಯಾರು ಮತ್ತು ಅವರು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ?



ಮಾಲಿಹಾ ಅಬಿದಿ 23 ವರ್ಷದ ಕಲಾವಿದೆ ಮತ್ತು ಬರಹಗಾರ್ತಿ. ಅವರು ಕರಾಚಿಯವರು, ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಸಸೆಕ್ಸ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ನ್ಯೂರೋಸೈನ್ಸ್ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ತಮ್ಮ ಕಲೆ ಹಾಗೂ ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಮೇಲಿನ ಒಲವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮಹಿಳಾ ಸಬಲೀಕರಣಕ್ಕಾಗಿ ವಿವಿಧ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಕೈಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅವರ ಮುಂದಿನ ಪುಸ್ತಕ "ಪಾರಿಸ್ತಾನ್ ಫಾರ್ ವುಮೆನ್".





ಹೌದು! ನಾನು ಕಾಳಜಿವಹಿಸುವ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಉತ್ತಮ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಮೂಡಿಸಲು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಸಹಾಯಕವಾಗಿವೆ!

ಅದು ಅದ್ಭುತ! ಹಾಗಾದರೆ ಜನರು ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಎಷ್ಟೊಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ!



ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಬೆಳೆಯುವುದು

- ಅನೇಕ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಕಲಿಕಾ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಇವು ಶಾಲಾ ವಿಷಯಗಳ ಅಧ್ಯಯನ ಸಾಮಗ್ರಿ, ಬೋರ್ಡ್ ಮತ್ತು ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ತಯಾರಿ, ಬೋಧನೆ, ಹೋಮ್‌ವರ್ಕ್ ಸಹಾಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ವಿವಿಧ ಸಂಯೋಜನೆಗಳಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿವೆ.
- ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು, ನಮಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯಿರುವ ವಿಷಯಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರಣಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಕಲಿಯಬಹುದು - ಸಂಶೋಧನೆಗಳನ್ನು ನೋಡುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಅದರಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಿರುವ ಜನರ ವಿವಿಧ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳನ್ನು ಕೇಳುವ ಮೂಲಕ.



ಕಳೆದ ವಾರವಷ್ಟೇ ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ್ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ದೇಣಿಗೆಯ ಮೂಲಕ ಸ್ನೇಹಿತನ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವೆಚ್ಚಕ್ಕಾಗಿ ಹಣ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ್ದ ನಾವು ಪರಸ್ಪರ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಸಂಘಟಿತರಾಗಬಹುದು!



ಸಮಾನಸ್ಥಂ ದರ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ ವಕಾಲತ್ತು

- ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದ ಸಂಘಟನೆ - ಮೂಲಕ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ತಮ್ಮ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ವೇಗವಾಗಿ ಹರಡಲು, ವೈರಲ್ ಅಭಿಯಾನಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಮತ್ತು ವ್ಯಾಪಕ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರನ್ನು ತಲುಪಲು ಜನಪ್ರಿಯ ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಮತ್ತು ಮೆಸೇಜಿಂಗ್ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಹ್ಯಾಶ್‌ಟ್ಯಾಗ್‌ಗಳು, ಲೈವ್ ವೀಡಿಯೋಗಳು ಮತ್ತು ಡಿಜಿಟಲ್ ಪಿಟಿಷನ್‌ಗಳು ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ, ಇದರಿಂದ ಬೆಂಬಲಿಗರನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಚರ್ಚೆಯನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸಮುದಾಯ ಸಮನ್ವಯ ಮತ್ತು ನೇರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ - ಸಂಘಟಕರು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಪೋರಂಗಳು, ಮೇಲಿಂಗ್ ಲಿಸ್ಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಮೆಸೇಜಿಂಗ್ ಆಪ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಲು, ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಭಾಗವಹಿಸುವವರನ್ನು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಕ್ರೌಡ್‌ಸೋಸಿಂಗ್ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಡಿಜಿಟಲ್ ಸೈನ್-ಅಪ್‌ಗಳು ಸಾಮೂಹಿಕ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ, ಇದರಿಂದ ಜನರು ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಪ್ರತಿಜ್ಞೆ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ನಿಧಿಗಳನ್ನು ನೀಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ!



ಬದಲಾವಣೆ ತರುವವರು

ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಾವು ಎಷ್ಟು ಕಲಿಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು ಎಂಬುದು ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ಇದರರ್ಥ ಅದನ್ನು ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಳವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯೂ ನಮಗಿದೆ, ಅಲ್ಲವೇ?



ಹೌದು, ಸರಿಯಾಗಿ ಹೇಳಿದಿರಿ! ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ನಾವು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಹೇಗೆ ಸಂವಹನ ನಡೆಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸ್ಥಳವಾಗಿ ಹೇಗೆ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದು ಕೂಡ ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಾಗಾದರೆ! ನಾವು ಏನನ್ನಾದರೂ ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುವ ಅಥವಾ ಯಾರಾದರೂ ಬರೆದಿದ್ದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುವ ಮೊದಲು ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ವಿಷಯಗಳ ಚೆಕ್‌ಲಿಸ್ಟ್ ಒಂದನ್ನು ಮಾಡೋಣವೇ?



ಒಳ್ಳೆಯ ಕಲ್ಪನೆ! ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಾ, ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನ ಅತ್ಯಂತ ಆಕರ್ಷಕ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಏನೆಂದರೆ, ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸುದ್ದಿ ಅಥವಾ ಟಿವಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡದ ಜನರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳಲು ಸಿಗುವುದು.



ಹೌದು, ಆದರೆ ಕೆಲವು ಜನರು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಧ್ವೇಷಕ್ಕೆ ಗುರಿಯಾಗುವುದನ್ನೂ ನಾನು ಗಮನಿಸಲು ಶುರುಮಾಡಿದ್ದೇನೆ. ವರದಿ ಮಾಡುವುದಾಗಲಿ, ಧ್ವನಿ ಎತ್ತುವುದಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಬೆಂಬಲ ನೀಡುವುದಾಗಲಿ, ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಏನಾದರೂ ಮಾಡಬೇಕು ಅನಿಸುತ್ತದೆ.



ಸೌಜನ್ಯದ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳು

- ಇದು ದಯೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದೆಯೇ? (ಇದು ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಸಂತೋಷಪಡಿಸುತ್ತದೆಯೇ ಅಥವಾ ಬೇಸರಗೊಳಿಸುತ್ತದೆಯೇ?)
- ಇದು ಅಗತ್ಯವೇ? (ನಾನು ಇದನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಹೇಳಬೇಕೇ?)
- ಇದು ಗೌರವಯುತವಾಗಿದೆಯೇ? (ಯಾರಾದರೂ ನನಗೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದರೆ ನಾನು ಸರಿ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆಯೇ?)
- ಇದು ನಿಖರವಾಗಿದೆಯೇ? (ನಾನು ಈ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ್ದೇನೆಯೇ?)
- ಇದು ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ಗೌರವಿಸುತ್ತದೆಯೇ? (ನಾನು ಯಾರದ್ದರೂ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆಯೇ?)



ಬೆಂಬಲ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು

- ಖಂಡಿಸಿ - ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದ್ದರೆ, ಹಾನಿಕಾರಕ ವಿಷಯವನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಲು ಸತ್ಯಗಳು ಅಥವಾ ಶಾಂತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯೊಂದಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ.
- ವರದಿ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿ - ಧ್ವೇಷದ ಭಾಷಣವನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಮತ್ತಷ್ಟು ಹಾನಿಯನ್ನು ತಡೆಯಲು ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್ ಪರಿಕರಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ದಯೆಯನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ - ಗೌರವಯುತ ಮತ್ತು ಸಮಗ್ರ ಚರ್ಚೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸಂಭಾಷಣೆಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿ.



ಸಂಭಾಷಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ರಮಗಳು

ಹೌದು, ಖಂಡಿತಾ! ನಾವು ನಿಜ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಇರುತ್ತೇವೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲೂ ಇರಬಹುದು. ಆದರೆ, ನಾವು ಏನು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರುವುದರ ಹೊರತಾಗಿ, ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಳವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು ನಾವು ಇನ್ನೇನು ಮಾಡಬಹುದು?



ಹೌದು! ನನ್ನ ಪ್ರಕಾರ, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬಗಳು, ಶಾಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸಮುದಾಯಗಳಂತಹ ವಿಭಿನ್ನ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಕಲಿತದ್ದನ್ನು ಆ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೂ ತರಲು ಮಾರ್ಗಗಳಿರಲೇಬೇಕು, ಅಲ್ಲವೇ?



ಖಂಡಿತಾ ನಮ್ಮ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ, ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ, ಸ್ನೇಹಿತರ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ದೊಡ್ಡ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಜಾಗದಲ್ಲಿ - ಹೀಗೆ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳಿವೆ. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆ ತರುತ್ತವೆ!



ACTION



ಬದಲಾವಣೆ ಮನೆಯಿಂದಲೇ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ!

- ನಿಮ್ಮ ಒಡಹುಟ್ಟಿದವರಿಗೆ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಪ್ರೈವಸಿ ಸೆಟ್ಟಿಂಗ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಡಿಜಿಟಲ್ ಯೋಗಕ್ಷೇಮದ ಬಗ್ಗೆ ಕಲಿಸಿ.
- ಪೋಷಕರು ಸುಳ್ಳು ಸುದ್ದಿ ಅಥವಾ ಆನ್‌ಲೈನ್ ವಂಚನೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.
- ಆರೋಗ್ಯಕರ ಸ್ಕ್ರೀನ್ ಸಮಯದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಶುರು ಮಾಡೋಣ.

ನಿಜವಾದ ಸ್ನೇಹಿತ

- ಹಾನಿಕಾರಕ ಹಾಸ್ಯ, ಸೈಬರ್ ಬೆದರಿಕೆ ಅಥವಾ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಲ್ಲದ ವಿಷಯವನ್ನು ಖಂಡಿಸಿ.
- ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಅಥವಾ ತಳಮಳದಿಂದಿರುವ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಿ.
- ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಹಂಚಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ - ವಾಸ್ತವಾಂಶಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಅವರಿಗೆ ನೆನಪಿಸಿ.



ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ರಾಯಭಾರಿಗಳು



- ಡಿಜಿಟಲ್ ಸೌಹಾರ್ದತಾ ಅಭಿಯಾನವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿ - ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುವಂತೆ.
- ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸುರಕ್ಷತೆ ಮತ್ತು ಡಿಜಿಟಲ್ ಹಕ್ಕುಗಳ ಕುರಿತು ಚರ್ಚಿಸಲು ಜಾಗೃತಿ ಕ್ಲಬ್ ಅನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ.
- ಶಿಕ್ಷಕರೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿ, ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಬಳಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕಾರ್ಯಾಗಾರಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ರಾಯಭಾರಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ.

ಸಮುದಾಯದೊಂದಿಗೆ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳು

- ಸ್ಥಳೀಯ ಗುಂಪುಗಳೊಂದಿಗೆ ಆನ್‌ಲೈನ್ ವಂಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಿ.
- ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಯುವಜನರಿರುವ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಬಲವಾದ ಸೈಬರ್ ಸುರಕ್ಷತಾ ನೀತಿಗಳಿಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಪಾದಿಸಿ.
- ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ, ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಿರುಕುಳ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲ ಜಾಲಗಳ ಕುರಿತು ಪರಿಶೀಲಿಸಿದ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.



ಇವು ಅದ್ಭುತವಾದ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಶುಭಂ. ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ನಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವಂತೆ, ನಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ನಾವೇ ರೂಪಿಸುತ್ತೇವೆ.



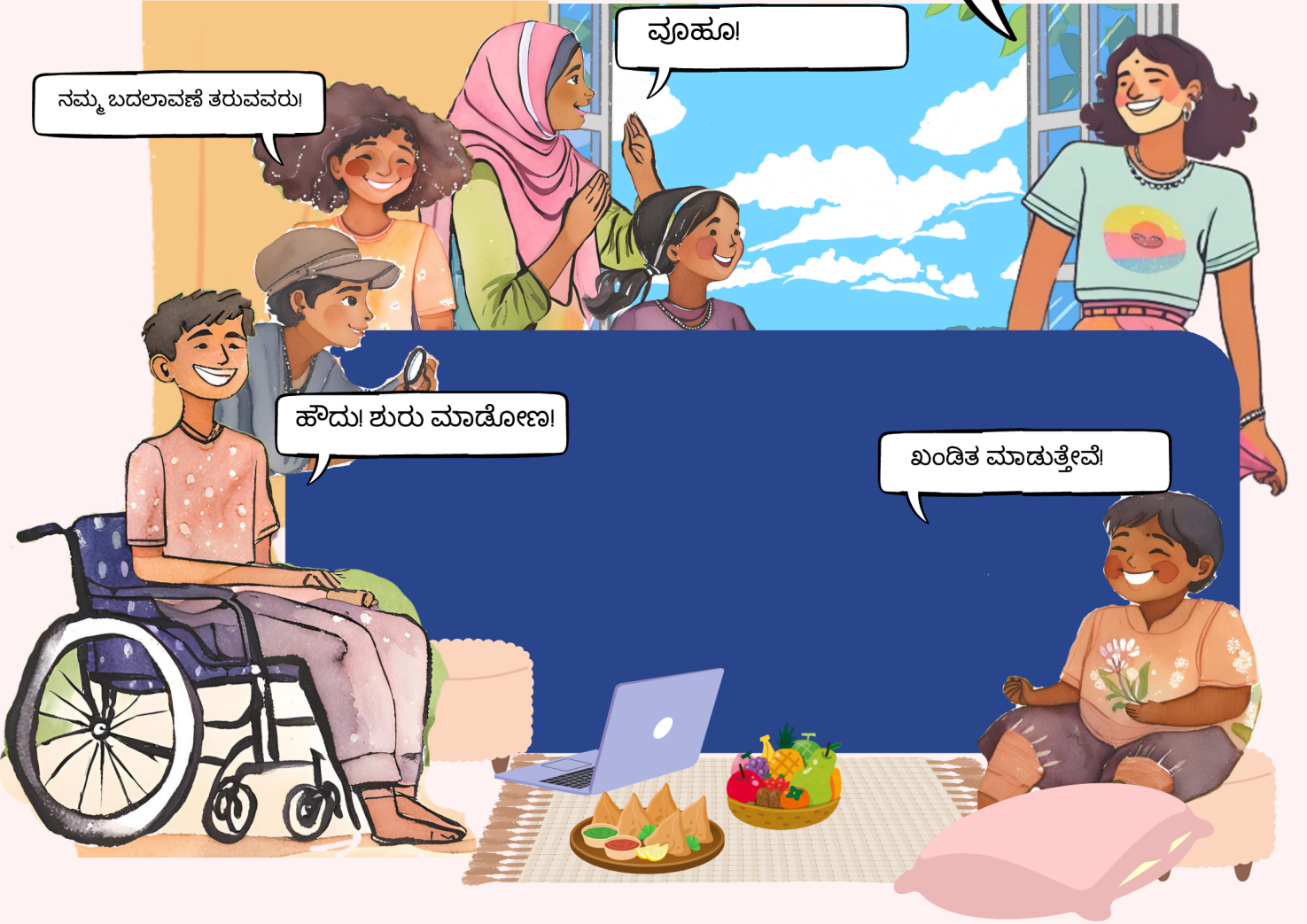
ಸರಿಯಾಗಿ ಹೇಳಿದೆ! ನನಗೆ ಈಗ ಒಂದು ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆ ಬಂದಿದೆ, ಅದನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲು ನನಗೆ ನಿನ್ನ ಸಹಾಯ ಬೇಕು, ನೂರ್!

ಖಂಡಿತ! ನಾವು ನಾಳೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಭೇಟಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ನಾನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ!



ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಸ್ನೇಹಿತರು ಒಟ್ಟಾಗಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಈ ಬಾರಿ ಸುಮ್ಮನೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುವ ಮಧ್ಯಾಹ್ನವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಶುಭಂ ತಂಡಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ಮಹತ್ವದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಳು, ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರೂ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಕೇಳಲು ಕಾತರದಿಂದ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದರು.

ಪ್ರತಿ ಕ್ಲಿಕ್, ಕಾಮೆಂಟ್, ಮತ್ತು ಹಂಚಿಕೆ ನಾವು ಬಳಸುವ ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್ ಅನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ. ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರಲು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಆಂದೋಲನವನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕಲು ನಿಮ್ಮ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತೀರಾ?



ನಮ್ಮ ಬದಲಾವಣೆ ತರುವವರು!

ವೂಹಾ!

ಹೌದು! ಶುರು ಮಾಡೋಣ!

ಖಂಡಿತ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ!

ಶುಭಂ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ವರ್ಕ್‌ಶೀಟ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಪೆನ್‌ಗಳನ್ನು ಹಸ್ತಾಂತರಿಸಿದಳು, ಜೊತೆಗೆ ಅವರ ಆಲೋಚನೆಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲು ಒಂದು ಧೈಯ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ನೀಡಿದಳು. ಈ ಧೈಯ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ನೋಡಲು ಕೆಳಗೆ ಸ್ಕ್ರಾಲ್ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು 30 ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಅವರು ಏನು ಮಾಡಿದರು ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಿ! ಅವರ ಅಂತಿಮ ರೂಪವನ್ನು ನೋಡಲು ಸ್ಕ್ರಾಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರಿ.



ಸುರಕ್ಷಾ ನಗರದ ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳು

ನಿಮ್ಮ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ನಿಮ್ಮ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಬೆದರಿಕೆಗಳಿಂದ ಕಸ ಮತ್ತು ಮಾಲಿನ್ಯವು ನಮ್ಮ ಬೀದಿಗಳು, ನಮ್ಮ ಗಾಳಿ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಇದು ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತರಾಗಲು ಕರೆ ನೀಡಿ - ನಿಮ್ಮ ಮಿತ್ರರನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಿ, ವಿಷಯವನ್ನು ಪ್ರಚಾರಪಡಿಸಿ, ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತನ್ನಿ. ಜಾಗೃತಿ ಅಭಿಯಾನಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಆಂದೋಲನಗಳವರೆಗೆ, ಪ್ರತಿ ಕಾರ್ಯವೂ ಮುಖ್ಯ. ಸುರಕ್ಷಾ ನಗರದ ಸುರಕ್ಷತೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛತೆಯನ್ನು ಮರುಸ್ಥಾಪಿಸುವುದೇ ನಮ್ಮ ಧ್ಯೇಯವಾಗಿದೆ.

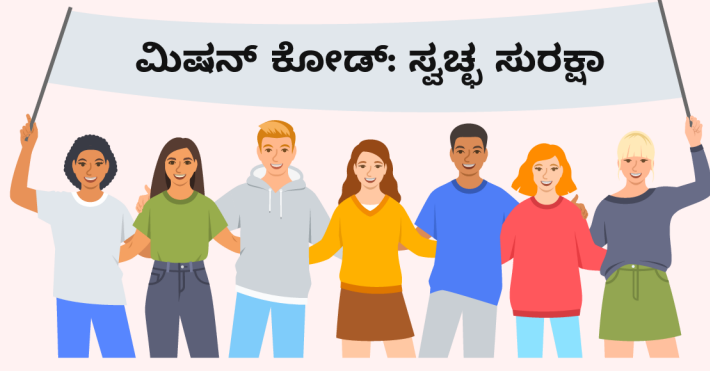
ಈ ಸವಾಲನ್ನು ನೀವು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೀರಾ? ಬದಲಾವಣೆ ತರಲು ನೀವು ಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಕಾರ್ಯ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಈಗಲೇ ರೂಪಿಸಿ!



**TAKE
ACTION**

**WORK
TOGETHER!**

**USE YOUR
voice
FOR CHANGE**



ಗುರಿ: ಸಮುದಾಯದ ಕಾರ್ಯ ಮತ್ತು ಡಿಜಿಟಲ್ ಪ್ರತಿಪಾದನೆಯ ಮೂಲಕ ಸುರಕ್ಷಾ ನಗರದ ಸುರಕ್ಷತೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛತೆಯನ್ನು ಮರುಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು.

1 ತಿಂಗಳು ಜಾಗೃತಿ + 2 ವಾರಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಆಂದೋಲನಗಳು + ನಿರಂತರ ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕ

ಶುಭಂ - ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ವಿನ್ಯಾಸಕಿ

- ಕ್ಯಾನ್ವಾ ಬಳಸಿ ಪೋಸ್ಟರ್‌ಗಳನ್ನು ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲು ಕಲಿಯಿರಿ.
- ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು, ಆಕರ್ಷಕ ದೃಶ್ಯಗಳನ್ನು ಅಭಿಯಾನದ ಹ್ಯಾಶ್‌ಟ್ಯಾಗ್‌ನೊಂದಿಗೆ ರಚಿಸಿ.

ರಹೀಂ - ರೀಲ್ ಮೇಕರ್

- ಮಾಲಿನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿನ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸುವ ಕಿರು ರೀಲ್‌ಗಳನ್ನು ಚಿತ್ರೀಕರಿಸಿ ಮತ್ತು ಎಡಿಟ್ ಮಾಡಿ.
- ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾದಲ್ಲಿ ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಿ.

ಸುಸಾನ್ - ಸಮುದಾಯದ ಸಂಯೋಜಕಿ

- ಸುರಕ್ಷಾ ನಗರದ ಮೆಸೇಜಿಂಗ್ ಗ್ರೂಪ್ ಅನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ.
- ನೆರೆಹೊರೆಯವರನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿ, ಅಪ್‌ಡೇಟ್‌ಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ, ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನೆನಪಿಸಿ.

ಜಸ್ಪೀತ್ - ಹ್ಯಾಶ್‌ಟ್ಯಾಗ್ ಹೀರೋ

- #CleanSuraksha ಹ್ಯಾಶ್‌ಟ್ಯಾಗ್ ಅನ್ನು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಿ.
- ಜನರು ತಮ್ಮ ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಹ್ಯಾಶ್‌ಟ್ಯಾಗ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ, ಸಾಮೂಹಿಕ ಪ್ರಯತ್ನದ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ.

ಮೀರಾ - ಸೋಶಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಕ್ಯಾಪ್ಷನ್

- ಇದಕ್ಕೇದೇ ಮೀಸಲಾಗಿ ಒಂದು ಅಭಿಯಾನ ಪುಟವನ್ನು ರಚಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಿಸಿ (ಉದಾ: @CleanSuraksha).
- ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಪ್ರಗತಿಯ ಅಪ್‌ಡೇಟ್‌ಗಳು, ಯಶಸ್ಸಿನ ಕಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಜನರು ಕೊಡುಗೆ ನೀಡಲು ಇರುವ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾಡಿ.

ನಿದ್ಧಾರ್ಥ್ - ಸಂಶೋಧಕ ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವವ

- ಮಾಲಿನ್ಯ, ತ್ಯಾಜ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮತ್ತು ಪರಿಸರ ಸ್ನೇಹಿ ಅಭ್ಯಾಸಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ.
- ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಮಾಹಿತಿಯುಕ್ತ ಪೋಸ್ಟ್‌ಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ಮತ್ತು ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.

ನೂರ್ - ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಸಂಘಟಕಿ

- ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಅಭಿಯಾನಗಳು ಮತ್ತು ಜಾಗೃತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಯೋಜಿಸಿ ಮತ್ತು ಸಂಯೋಜಿಸಿ.
- ಸ್ವಯಂಸೇವಕರಿಗೆ ಡಿಜಿಟಲ್ ಸೈನ್-ಅಪ್ ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ.

ನಿಮ್ಮದೇ ಆದ ಗುರಿಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಮಹತ್ವವಿರುವ ಕಾರಣವನ್ನು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು
ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿ!

ಧ್ಯೇಯ:

ಗುರಿ:

ಕಾಲಾನುಕ್ರಮ

ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು

ಪಾತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು:

ಅಧ್ಯಾಯದರೀಕ್ಯಾಪ್!



ಡಿಜಿಟಲ್ ನಾಗರಿಕರಾದ ನಮಗೆ ಹಕ್ಕುಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳೆರಡೂ ಇವೆ; ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಇತರರ ಹಕ್ಕುಗಳು, ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ಗೌರವಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಹಕ್ಕಾಗಿದೆ.



ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಸುವ ಪ್ರಬಲ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು! ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ನಾವು ನೋಡಲು ಬಯಸುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗಾಗಿ ನಾವು ಅದನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಧ್ವನಿ ಎತ್ತಬಹುದು!



ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಅನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಮತ್ತು ಬೆಳೆಯಲು, ಸಮುದಾಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಗೆಳೆಯರ ಗ್ರೂಪ್‌ಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು, ಹಾಗೂ ಇತರರಿಗೆ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ತೋರಿಸಲು ಸಹ ಬಳಸಬಹುದು!



ನನ್ನ ಕಾರ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಮಾತುಗಳು ದಯೆಯಿಂದ ಕೂಡಿವೆಯೇ? ಅವು ಗೌರವಯುತವಾಗಿವೆಯೇ? ಎಂದು ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಿ.



ಬದಲಾವಣೆ ಮನೆಯಿಂದಲೇ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ! ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು, ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ರಾಯಭಾರಿಯಾಗಬಹುದು, ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಹಾನಿಕಾರಕ ನಡವಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಧ್ವನಿ ಎತ್ತಬಹುದು.

ಗ್ರಂಥಸೂಚಿ

ಅಧ್ಯಾಯ 1

- ಶೇ. 88ರಷ್ಟು ಮಕ್ಕಳು ಆನ್‌ಲೈನ್ ವೀಡಿಯೋಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ - ಗ್ಲೋಬಲ್ ಕಿಡ್ಸ್ ಆನ್‌ಲೈನ್ ವರದಿ, ಮೈಕಾ (MICA).
- ವಿಶ್ವದ ಮೊದಲ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್:
- ಎಷ್ಟು ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗಳಿವೆ?
- ಇಂಟರ್‌ನೆಟ್‌ನ ತೂಕ.
- ಗೂಗಲ್ ಬಳಸುವ ಜನರ ಸಂಖ್ಯೆ
- ರಚಿಸಲಾದ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಎಮೋಜಿ

ಅಧ್ಯಾಯ 2

- ನಾಗರಿಕರಿಗಾಗಿ ಸೈಬರ್ ಸುರಕ್ಷತೆ ಜಾಗೃತಿಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧ ಪೋರ್ಟಲ್
- ಈ ವಂಚನೆಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾಗಬೇಡಿ! ವಂಚಕರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ವಂಚಿಸಬಹುದಾದ 10 ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಧಾನಗಳು.
- 3. ಡೇಟಾದ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರ: ಕಲಿಯುವವರ ಪ್ರೈವಸಿ ಮತ್ತು ಸುರಕ್ಷತೆಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವುದು.

ಅಧ್ಯಾಯ 3

2

- ಬೆದರಿಸುವಿಕೆಯ ವಿವಿಧ ಪ್ರಕಾರಗಳು
- ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧಗಳು ಎಂದರೇನು?
- ಪ್ರೈವಸಿಯನ್ನು ಗೌರವಿಸುವುದು
- ಕ್ಯಾಶ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಕುಕೀಸ್ ಗಳು:

ಅಧ್ಯಾಯ 4

- ಖಚಿತವಾಗಿರಿ, ಉಪ್ಪು ನಿಮ್ಮನ್ನು ವಿಷಪೂರಿತಗೊಳಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ.
- ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಮತ್ತು ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡುವುದು.
- ಕ್ರಮಬದ್ಧ ವಿಧಾನಗಳು ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ?
- AI ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ? ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಮೂಲಭೂತ ಅಂಶಗಳು.

ಅಧ್ಯಾಯ 5

- ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸೈಬರ್ ಅಪರಾಧ ವರದಿ ಪೋರ್ಟಲ್
- ಆನ್‌ಲೈನ್ ಧ್ವೇಷ ಮತ್ತು ವಾಕ್ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ
- ಭಾರತದ IT ಕಾನೂನುಗಳು
- ಬ್ಲೂ ವೇಲ್ ಚಾಲೆಂಜ್

ಗ್ರಂಥಸೂಚಿ

ಅಧ್ಯಾಯ 6

- ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು
- ನಿಮ್ಮ ಸಮಯ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಸಮತೋಲನಗೊಳಿಸಲು ಒಂದು ಪ್ರತಿಬದ್ಧತಾ ಯೋಜಕ
- ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ?

ಅಧ್ಯಾಯ 7

- ಮಾಲಿಹಾ ಅಬಿದಿ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತ ಸಂದರ್ಶನ
- ಸಮುದಾಯದ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಲು ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಆಧಾರಿತ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು.
- ಡಿಜಿಟಲ್ ಸುರಕ್ಷತೆಗಳು ಮತ್ತು ಪೌರತ್ವದ ಪಠ್ಯಕ್ರಮಗಳು

