amazon future engineer

CTRL + ALT + சுரக்ஷா நகரின் சாகசங்களைப் பாதுகாக்கவும்

இணையம் வழியாகப் பாதுகாப்பாகச் செல்வதற்கான ஒரு வழிகாட்டி

உள்ளடக்கங்கள்

ஆன்லைனில் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும்போது டிஜிட்டல் உலகத்தைப் பாதுகாப்பாகக் கண்டறிய இந்தக் கையேடு உதவும். 7 நண்பர்களின் கதைகள் மூலம், மோசடிகள், தனியுரிமை, தவறான தகவல் பொறுப்பான இணைய பயன்பாடு ஆகியவற்றைப் பற்றி நீங்கள் அறிந்து கொள்வீர்கள்.

வரிசை எண்	அத்தியாயம் 1	விளக்கம்	பக்கம் எண்
	கதாபாத்திரங்களும் களமும்	சுரக்ஷா நகர் நண்பர் குழுவைச் சந்தியுங்கள்!	1-3
அத்தியாயம் 1	கதாபாத்திரங்களும் களமும்	மாணவர்கள் தங்கள் டிஜிட்டல் தடம், ஆன்லைன் நடத்தைகள் மற்றும் அனுபவங்களைப் பற்றியும் சிறந்த டிஜிட்டல் உலகத்திற்கான அவர்களின் தொலைநோக்குப்பார்வையைப் பற்றியும் சிந்திக்கிறார்கள்.	4-15
அத்தியாயம் 2	மோசடிகள், ஹேக்குகள் & சைபர் தாக்குதல்கள்: அதிகமாகத் தெரிந்து வைத்திருங்கள்!	ஹேக்கிங், ஃபிஷிங், அடையாளத் திருட்டு, ஆன்லைன் ஷாப்பிங் மோசடிகள் போன்ற அச்சுறுத்தல்களைச் சுட்டிக்காட்டுவதோடு கடவுச்சொற்கள், இரட்டைக் காரணி அங்கீகாரம் போன்ற முக்கிய பாதுகாப்புக் கருவிகளை உள்ளடக்கியுள்ளது.	16-36
அத்தியாயம் 3	தனியுரிமை: உங்கள் டிஜிட்டல் கேடயம்!	தனியுரிமை அமைப்புகள், ஆன்லைன் தொடர்புகள், சைபர்ஸ்டாக்கிங் மற்றும் டாக்ஸிங் போன்ற டிஜிட்டல் அபாயங்கள், மேலும் ஆன்லைன் கேமிங்கில் எல்லைகளை நிர்ணயித்து பாதுகாப்பாக இருப்பது.	37-55
அத்தியாயம் 4	புத்திசாலித்தனமாகக் கிளிக் செய்யவும்: ஒரு நிபுணரைப் போல தவறான தகவலைத் தவிர்த்தல்	தவறான தகவல், சார்புகள், கிளிக்பைட் ஆகியவற்றை எவ்வாறு கண்டறிவது என்பதைக் கற்றுக்கொள்ளுதல். ஏஐ-யால் உருவாக்கப்பட்ட ஊடகங்கள், வழிமுறைகள், ஆன்லைன் உள்ளடக்கத்தின் தாக்கத்துக்கு உள்ளாதல் ஆகியவற்றை உள்ளடக்கியது.	56-83
அத்தியாயம் 5	இன்று நேற்றுஅல்ல, மோசடி செய்பவர்கள் என்றும் இருக்கிறார்கள்! ஆன்லைன் அச்சுறுத்தல்களைக் கண்டறிந்து முற்றுப்புள்ளி வைத்தல்	அச்சுறுத்தல்களைக் கண்டறிந்து புகாரளித்தல், சட்டங்களைப் புரிந்துகொள்தல், தந்திரமான சூழ்நிலைகளில் ஆதரவைத் தேடுவது குறித்து மாணவர்களுக்கு வழிகாட்டுதல்	84-100
அத்தியாயம் 6	கிளிக் செய்யவும், ஸ்க்ரோல் செய்யவும், சுவாசிக்கவும்: டிஜிட்டல் உலகில் நல்வாழ்வு	கவனத்துடன் கூடிய ஆரோக்கியமான இணைய பயன்பாட்டைக் கண்டறிதல். ஆன்லைனால் உண்டாகும் துயர சூழ்நிலைகளுக்கான உணர்வு சார்ந்த, சமூக முதலுதவி நடவடிக்கைகள் இதில் அடங்கும்	101-108
அத்தியாயம் 7	மாற்றத்திற்கான போக்கு: இணையத்தைப் பயன்படுத்துதல்	பரிந்துபேசுதல், நேர்மறையான டிஜிட்டல் ஈடுபாடு ஆகியவற்றை ஊக்குவிக்க மாணவர்களை வலிமை அளிக்கிறது. பாதுகாப்பான ஆன்லைன் சமூகத்தை உருவாக்குவதற்கான நடவடிக்கைகளை வழங்குகிறது	109-120

சுரக்ஷா நகர் என்ற மகிழ்ச்சி நிறைந்த நகரத்தில் ஏழு சிறந்த நண்பர்கள் வாழ்ந்து வந்தனர். மீரா, ரகிம், ஜஸ்ப்ரீத், சூசன், சுபம், சித்தார்த் நூர் ஆகியோரே அவர்கள்

மீரா -
சாகச விரர்

ரகிம் -
பாதுகாவலர்

சூசன் -
தனியுரிமை வீரர்

சுபம் -
செய்தி வழிகாட்டி

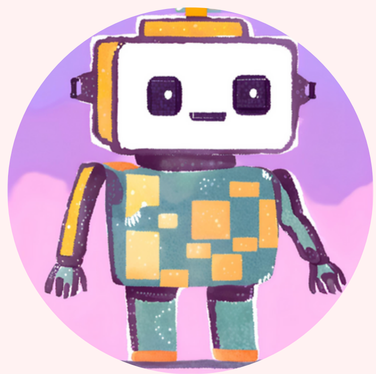
சித்தார்த் -
உதவி செய்பவர்

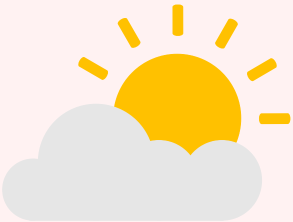
ஜஸ்ப்ரீத் -
புலனாய்வாளர்

நூர் - மாற்றத்தை
உருவாக்குபவர்

அமித் பையா

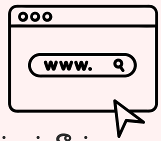
கிளிட்ச்





சுரக்ஷா நகரில் அந்த மதிய நேரத்தில் நல்ல வெயில். மீராவின் வீட்டு சொகுசான லிவ்விங் அறையில் சத்தமும் சிரிப்புமாக இருந்தது. மீரா, ரகீம், ஜஸ்ப்ரீத், சூசன், சுபம், சித்தார்த், நூர் ஆகிய ஏழு நண்பர்கள் சோஃபாக்களிலும் தரையிலுமாக இருந்தார்கள். அவர்களைச் சுற்றிலும் சிற்றுண்டிகள் சிதறிக் கிடந்தன. அவர்கள் ஒரு பழைய லேப்டாப்பை ஆன்செய்தார்கள்.

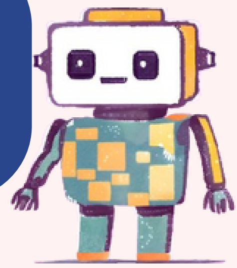
"இதை நாம் முயற்சி செய்வோம்!" மீரா உற்சாகத்துடன் கூறினாள். அவளுடைய விரல்கள் வெவ்வேறு ஸைட்களையும் விளையாட்டுகளையும் கிளிக் செய்தன. "பொறு, அவசரப்படாதே! நாம் விசித்திரமான ஒன்றைக் கிளிக் செய்யலாம்," என்று கூறிய ரகீம் புருவத்தைச் சுருக்கியபடி முன்புறமாக சாய்ந்தான். "ரகீம் அதிகமாக கவலைப்படாதே. அதுவே பரவாயில்லை," என்று சுபம் கிண்டல் செய்தாள். அவளுடைய ஃபோனில் அறிவிப்புகள் ஒலித்தன. அவள் தன் நண்பர்களுக்கு ஒரு வேடிக்கையான மீமைக் காட்டினாள்.



அந்த ஸைட் பாதுகாப்பானதுதானா என்று சரிபார்த்தீர்களா?" என்று ஜஸ்ப்ரீத் கேட்டாள். அவர்களுடைய துப்பறியும் உள்ளுணர்வு விழித்துக்கொண்டது. திரையை உற்றுப் பார்த்தார்கள். "தனிப்பட்ட எதையும் பகிர வேண்டாம் என்பதையும் ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்," முன்னரே புக்மார்க் செய்திருந்த ஒரு புதிய தனியுரிமை வழிகாட்டியை ஸ்க்ரோல் செய்து கொண்டே அமைதியான ஆனால் உறுதியான தொனியில் சூசன் கூறினாள். சித்தார்த் சிரித்தான். "சரி, அனைவரும் கவனியுங்கள். அமைதியாய் இருங்கள்! நாம் இப்போது சோதனை செய்துகொண்டுதான் இருக்கிறோம். பயப்படத் தேவையில்லை," என்று அவன் கூறினான். அவனது மென்மையான குரல் அனைவரையும் அமைதி அடையச் செய்தது. இதற்கிடையில் நூர் தனது நோட்புக்கில் கருத்துகளை எழுதிக் கொண்டிருந்தான். "இணையத்தைப் பயன்படுத்துவதற்கான சிறந்த, பாதுகாப்பான வழிகளைப் பற்றிய ஒரு திட்டத்தைத் தொடங்கினால் என்ன? அதைப் பள்ளியுடன் கூட பகிர்ந்து கொள்ளலாம்!" என்று அவன் ஆலோசனை சொன்னான். அவனுடைய கண்கள் உற்சாகத்தால் பிரகாசித்தன.

அவர்கள் விளையாட்டுகளையும் வீடியோக்களையும் விசித்திரமான பாப்-அப்களையும் கண்டு ரசித்தனர். விவாதங்கள், சிரிப்புகள், அவ்வப்போது, "ஐயையோ நான் அதைக் கிளிக் செய்ய விரும்பவில்லை!" போன்ற சத்தங்களால் அறை நிரம்பியது. இது இணையத்தைப் பற்றியது மட்டுமல்ல. அதை ஒன்றாக இணைந்து இயக்குவது, ஒருவரிடம் இருந்து ஒருவர் கற்றுக்கொள்வது, ஆன்லைன் சாகசங்கள் பாதுகாப்பாகவும் வேடிக்கையாகவும் இருப்பதை உறுதிசெய்வது ஆகியவற்றைப் பற்றியது.

இந்த நண்பர்கள் அமித்
பையாவுடனும் கிளிட்சுடனும்
டிஜிட்டல் உலகில் ஓர் அற்புதமான
பயணத்தைத் தொடங்க உள்ளனர்.



பாதுகாப்பாகக் கடந்து செல்வது, மறைந்திருக்கும் அபாயங்களை அறிவது, இணையம் வழங்கும் நம்பமுடியாத சாத்தியக்கூறுகளைக் கண்டறிவது எப்படி என்பதைக் கற்றுக்கொள்வார்கள். புதிதாகக் கண்டறிவதற்கு ஒவ்வொரு கிளிக்கும் எதையாவது ஒன்றைக் கொண்டு வரும்.

ஆனால் பயணம் எப்போதும் சீரானதாக இருக்காது. பாதைகள் ஆச்சரியங்களாலும், ஒரு சில தடைகளாலும் நிறைந்திருக்கும். ஆனாலும், அமித் பையாவின் வழிகாட்டுதலாலும், கிளிட்சின் புத்திசாலித்தனமான தந்திரங்களாலும், குழந்தைகள் ஒவ்வொரு சவாலையும் நம்பிக்கையுடன் சமாளிப்பார்கள். எதிர்வரும் சாகசத்துக்கு அவர்கள் ஆயத்தமாக இருப்பார்களா?

திடீர்த் திருப்பங்களும்
ஆன்லைன் உலகில்
பயணிப்பது பற்றிய
முக்கியமான பாடங்களும்
நிறைந்த அவர்களது பெரும்
சாகசங்களில் அவர்களுடன்
இணையுங்கள்.

அத்தியாயம் 1: வணக்கம் டிஜிட்டல் உலகம்!

மீரா தனது தாயின் தொலைபேசியை வைத்துக்கொண்டு ஜன்னல் அருகே அமர்ந்திருக்கிறாள். அதில் பல டேப்கள் திறந்த நிலையில் ஒளி வீசுகின்றன. அவள் சமீபத்தில்தான் இணையத்தின் பரந்த உலகத்தை ஆராயத் தொடங்கி இருக்கிறாள் . வேடிக்கையான வீடியோக்களைப் பார்ப்பது, புதிய பாடல்களைத் தேடிப்பிடிப்பது, அவளுடைய முடிவற்ற கேள்விகளுக்கான பதில்களைத் தேடுவது ஆகியவை அதில் அடங்கும். அவள் அதை விரும்பினாலும் இன்று அவள் குழப்பத்தில் இருக்கிறாள்.

"இணையத்துக்கு எப்படி எல்லாவற்றையும் பற்றி தெரிகிறது? எல்லாம் எப்படி அதில் இணைக்கப்பட்டுள்ளது?" என்று மீரா சிந்தித்தாள்.

நல்ல வேளையாக அமித் பையா அங்குதான் இருந்தார். "பையா!" அவள் அழைத்தாள். உடனே அமித் பையா தனது வழக்கமான அமைதிப் புன்னகையுடன் உள்ளே நுழைந்தார்.

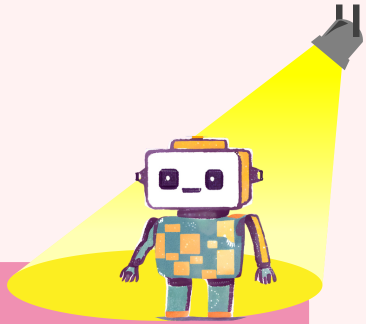
இணையத்துக்கு எப்படி எல்லாவற்றையும் பற்றி இவ்வளவு தெரிந்திருக்கிறது? எல்லாம் எப்படி அதில் இணைக்கப்பட்டுள்ளது?

ஓ, இணையமா! அது ஓர் அற்புதமான கருவி. ஆனால் அது எப்படிச் செயல்படுகிறது என்பது பற்றிப் பலரும் சிந்தித்துப் பார்ப்பதில்லை. நாம் அதைப் பற்றி ஆராய்வோம்! இந்த விஷயங்களை விளக்குவதில் நிபுணத்துவம் பெற்ற ஒருவரை நான் அழைத்து வருவேன்.

அவர் தனது தொலைபேசியைச் சட்டென்று தட்டியவுடன் ஒரு சிறிய ரோபோ அறைக்குள் நுழைந்தது. அதில் பிரகாசமான ஒளிரும் விளக்குகளும் உற்சாகம் அளிக்கும் பீப் ஒலியும் இருந்தன.

வணக்கம், மீரா! என் பெயர் கிளிட்ச். நான் உங்கள் இணைய நண்பன்! இணையம் என்ற பரந்த உலகை ஆராய உங்களுக்கு நான் உதவுவேன்.

இணையம் என்றால் என்ன?

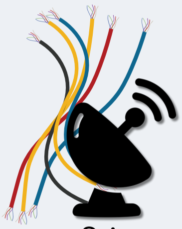


நாம் அடிப்படையில் இருந்து தொடங்கலாம். இணையம் என்பது உலகம் முழுவதும் உள்ள பில்லியன் கணக்கான கணினிகள், தொலைபேசிகள், சாதனங்களை ஒன்றிணைக்கும் ஒரு பெரிய ஒன்றோடொன்று பின்னப்பட்ட வலை போன்றது. சாதனங்கள் தகவலைப் பரிமாறிக்கொள்ள இந்த இணைப்புகள் உதவுகின்றன. இதனால் நீங்கள் இதில் உலாவவும், வீடியோக்களைப் பார்க்கவும், விளையாட்டுகளை ஆடவும், ஆன்லைனில் ஷாப்பிங் செய்யவும் முடியும்.

இணையம் நமது ரயில்வே அமைப்பைப் போன்றது. ஆனால் மக்களையும் பொருட்களையும் எடுத்துச் செல்வதற்குப் பதிலாக அது உடனடியாக உலகம் முழுவதும் தகவலைக் கொண்டு செல்கிறது.

ஒவ்வொரு ரயில் நிலையத்திற்கும் அது அதற்கென தனிப்பட்ட பெயர் இருப்பது போல ஒவ்வொரு வலைத்தளத்திற்கும் அதன் சொந்த முகவரி உள்ளது! ஒரே வித்தியாசம் என்னவென்றால் ரயில்கள் மக்களையும் பொருட்களையும் ஓர் இடத்தில் இலிருந்து இன்னொரு இடத்திற்குக் கொண்டு செல்ல பல மணிநேரம் மற்றும் நாட்கள் ஆகும். ஆனால் இணையம் தகவலைக் கொண்டு செல்ல சிலநொடிகள் மட்டுமே ஆகும்.

முதுகெலும்பு



உலக அளவில் சாதனங்களை இணைக்க மிகப்பெரிய நிலத்தடி கேபிள்கள், செயற்கைக்கோள்கள் மற்றும் வயர்லெஸ் நெட்வொர்க்குகளை இணையம் நம்பியுள்ளது.

சர்வர்கள்

இது ஒரு சர்வர். இது நீங்கள் ஆன்லைனில் பார்க்கும் தகவலைச் சேமிக்கிறது. சர்வர்கள் மில்லியன் கணக்கான இணையதளங்கள், வீடியோக்கள் மற்றும் செயலிகளைக் கொண்ட மாபெரும் நூலகங்களைப் போன்றவை.

உங்கள் உலாவி

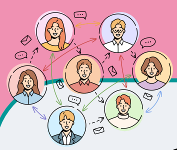
உங்கள் உலாவியில் ஒரு கேள்வியைத் தட்டச்சு செய்யும்போது உங்கள் சாதனம் ஒரு சர்வருக்கு ஒரு கோரிக்கையை அனுப்புகிறது. சர்வர் பதிலைக் கண்டுபிடித்து அதை நொடி நேரத்தில் உங்களுக்கு அனுப்புகிறது!

இணையம் நமக்கு எவ்வாறு உதவுகிறது?

நாம் வாழும் முறையிலும் கற்றுக்கொள்ளும் முறையிலும் இணையம் புரட்சியை ஏற்படுத்தியுள்ளது. அது நம் அன்றாட வாழ்வில் எவ்வாறு உதவுகிறது என்பதைக் காட்டுகிறேன்.

கற்றல் மற்றும் கல்வி

இணையம் என்பது உங்கள் ஆசிரியர் மட்டுமல்லாமல் நூலகம்! ஒரே கிளிக்கில் கற்றல் தளங்களை அணுகவும், எந்த மொழியிலும் வீடியோக்களைப் பார்க்கவும், நீங்கள் விரும்பும் தலைப்புகளை ஆராய மெய்நிகர் வகுப்பறைகளில் சேரவும் முடியும்.



தகவல்தொடர்பு

உடனடியாக இணையலாம்! மின்னஞ்சல்கள், சமூக ஊடகங்கள், செய்தி அனுப்பும் செயலிகள் அல்லது வீடியோ அழைப்புகள் மூலம் தகவல்தொடர்பை வேகமாகவும் எளிதாகவும், தடையின்றியும் பெற உதவுகிறது.

பொழுதுபோக்கு

இணையம் உங்கள் விருப்பத்திற்கு ஏற்றது 'அனைத்தையும் வீட்டில் இருந்தவாறே பார்க்கலாம். திரைப்படங்களையும் நேரலையில் கிரிக்கெட் போட்டிகளையும் பார்க்கவும், விளையாட்டுகளை ஆடவும் அல்லது நடனம் போன்ற புதிய திறன்களைக் கற்றுக்கொள்ளவும் முடியும்.

படைப்பாற்றல் மற்றும் பகிர்வு

உங்கள் படைப்பாற்றலை உலகத்துடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்! பல திறமையான இளம் கலைஞர்கள் தினமும் செய்வது போல கதைகளை எழுதுங்கள், இசையை உருவாக்குங்கள் அல்லது கலைப்படைப்புகளை ஆன்லைனில் காட்சிப்படுத்துங்கள்.

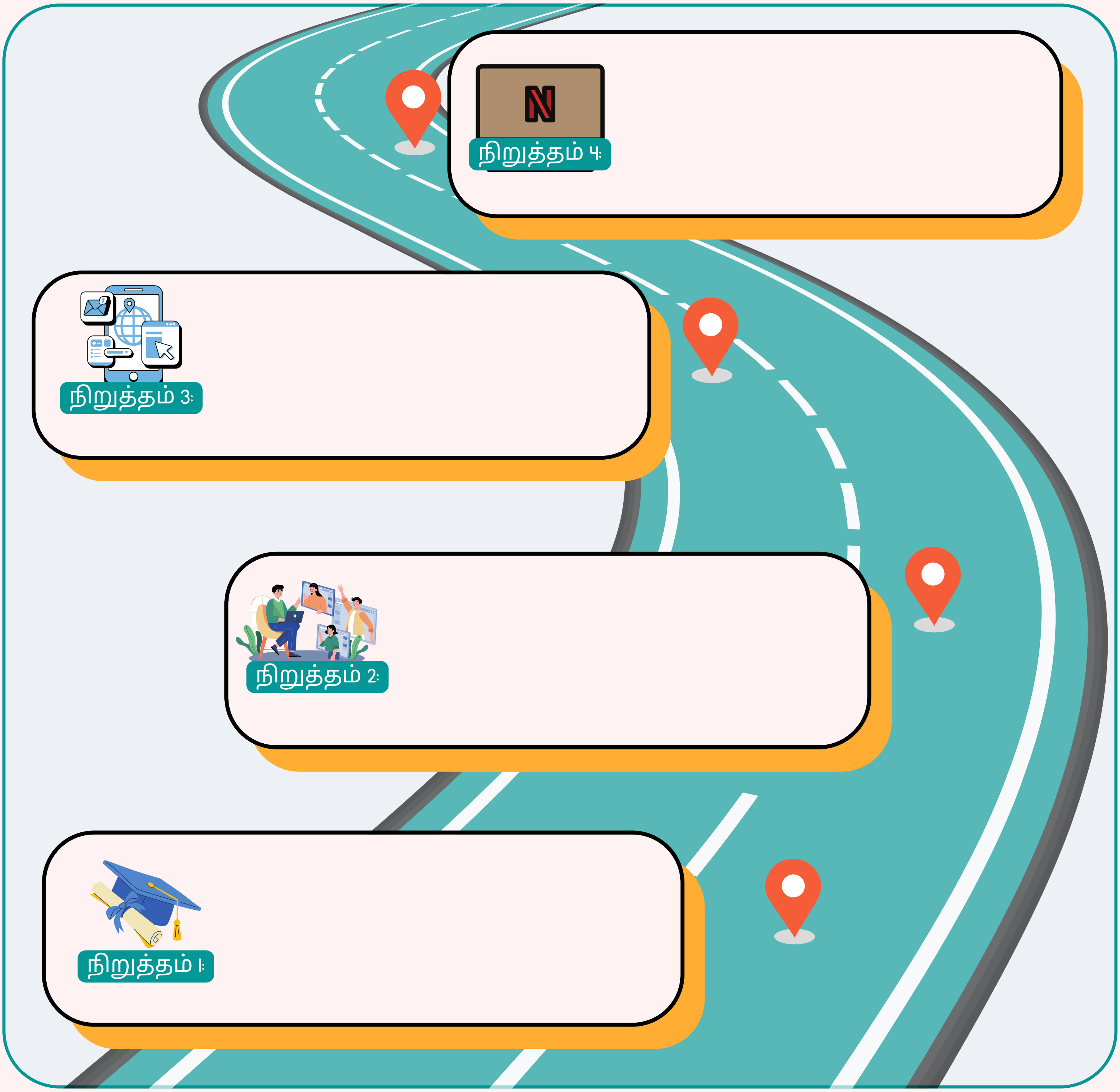
பையா, நான் ஆன்லைன் வகுப்புகளுக்கு இணையத்தைப் பயன்படுத்தத் தொடங்கினேன். இப்போது படித்த பின் பொழுதுபோக்குவதற்காக வேடிக்கையான வீடியோக்களைப் பார்ப்பதையும் ஆன்லைனில் கேம்களை விளையாடுவதையும் விரும்புகிறேன்! ஆனால் ஆன்லைனில் நடனம் அல்லது இசையைக் கற்றுக்கொள்ள முடியும் என்பது எனக்குத் தெரியவில்லை!

நல்லது! நீங்கள் தனியாக இல்லை: உங்களைப் போன்ற இளம் இந்தியர்களில் 88% பேர் ஆன்லைனில் வீடியோக்களைப் பார்க்கிறார்கள். இன்னும் பலர் இணையத்தை கேமிங், தகவல் தேடுதல் மற்றும் நண்பர்களை அழைப்பதற்காகப் பயன்படுத்துகிறார்கள்! பல இளைஞர்கள் ஆன்லைனில் புதிய விஷயங்களைக் கண்டுபிடித்து வருகின்றனர் . அது சிறப்பாக இருக்கிறது அல்லவா?!

செயல்பாடு

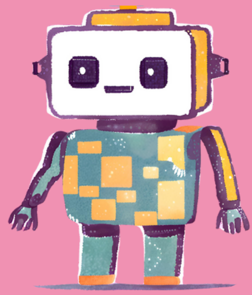
இணையத்தைப் பற்றிய புதிய புரிதலுடன் மீரா அதன் முடிவற்ற சாத்தியக்கூறுகளை கண்டறிய ஆயத்தமாக இருப்பதாக உணர்ந்தாள். நீங்கள் எப்போதாவது இணையத்தைப் பயன்படுத்தி இருந்தால், உங்கள் ஆன்லைன் சாகசங்களைப் பகிர்ந்து கொண்டு புதிய விஷயங்களைக் கண்டறிய அவளுக்கு உதவுங்கள். கீழிருந்து தொடங்குங்கள், மேலும்:

- நிறுத்தம் 1 இல், நீங்கள் ஆன்லைனில் கற்றுக்கொண்ட புதிய ஒன்றைப் பற்றி சிந்தியுங்கள்.
- நிறுத்தம் 2 இல், நீங்கள் உருவாக்கிய அல்லது பகிர்ந்து கொண்ட படைப்பாற்றல் மிக்க ஒன்றைப் பகிரவும். நிறுத்தம் 3 தொடர்பில் இருப்பதற்கானது-நீங்கள் ஆன்லைனில் யாருடன் தொடர்பில் இருக்கிறீர்கள்?
- இறுதியாக, நிறுத்தம் 4 என்பது வேடிக்கையைப் பற்றியது-உங்களுக்குப் பிடித்த ஆன்லைன் செயல்பாடு என்ன?



இணையம் என்பது நிகழ்காலத்தைப் பற்றியது மட்டுமல்ல. அது தொடர்ந்து பரிணாம வளர்ச்சி பெற்று வருகிறது. நீங்கள் அதன் எதிர்காலத்தின் ஒரு பகுதியாக இருக்கிறீர்கள்.

இந்தியாவில் ஏற்கெனவே நாங்கள் பெரிய மாற்றங்களைக் கண்டுவருகிறோம். நீங்கள் அல்லது உங்கள் பெற்றோர் பணம் செலுத்துவதற்கு UPI அல்லது ஒருங்கிணைந்த பணம்செலுத்தும் இடைமுகத்தைப் பயன்படுத்தலாம்! UPI டிஜிட்டல் முறையில் பணத்தை அனுப்பவும் பெறவும் உதவுகிறது. நாங்கள் பரிமாற்றம் செய்யும் விதத்தில் புரட்சியை ஏற்படுத்துகிறது. பல புதிய சேவைகள் ஆன்லைனிலும் கிடைக்கின்றன . எடுத்துக்காட்டாக, மருத்துவர்கள் வீடியோ அழைப்புகள் மூலம் நோயாளிகளுக்கு சிகிச்சை அளிக்கிறார்கள், மாணவர்கள் வீட்டில் இருந்தவாறே வகுப்புகளில் கலந்துகொள்கிறார்கள்.



செயற்கை நுண்ணறிவு அல்லது ஏஐ இணையத்தை புத்திசாலித்தனமாக மாற்றுகிறது. ஏஐ மூலம் இயந்திரங்கள் மனிதர்களைப் போல சிந்திக்கின்றன; கற்றுக்கொள்கின்றன. ஏஐ கருவிகள் மக்களின் கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்கும். ஒரு தனிநபருக்கு ஏற்றவாறு கல்வியைத் தனிப்பயனாக்கும். விளையாட்டுகளை மிகவும் சவாலானதாக மாற்றும். ஏஐ-யைப் பயிற்றுவிக்கப் பயன்படுத்தலாம். தரவுகளின் அடிப்படையில் மனிதர்களுக்கு சிக்கல்களை அடையாளம் காண உதவும்.

இப்போது மெய்நிகர் ரியாலிட்டி அல்லது விஆர் உள்ளது. இது ஒரு சூழலை உருவாக்கி, ஹெட்செட்களைப் பயன்படுத்தி மனிதர்கள் அந்த சூழலுடன் தொடர்பு கொள்ள அனுமதிக்கும் ஒரு தொழில்நுட்பமாகும். மழைக்காடுகளின் வழியாக நடப்பது, தாஜ்மஹாலைப் பார்வையிடுவது அல்லது இடத்தை ஆராய்வது போன்றவற்றை கற்பனை செய்து பாருங்கள். இவை அனைத்தும் நீங்கள் உங்கள் அறையில் அமர்ந்திருக்கும்போது நிகழும்!

நன்றி, பையா மற்றும் கிளிட்ச்! இணையம் இவ்வளவு அற்புதமானது - மற்றும் மிகவும் சக்தி வாய்ந்தது என்று எனக்குத் தெரியாது. இந்த சாத்தியக்கூறுகள் அனைத்தையும் கண்டறிய நான் இன்னும் காத்திருக்க முடியாது!

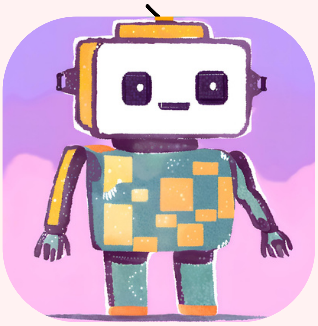
நானும் உங்களுக்காக ஆவலாக காத்திருக்கிறேன்! ஆனால் இணையம் பரிணாம வளர்ச்சி பெறும்போது நீங்கள் அனைத்து வகையான நேர்மறை மற்றும் எதிர்மறை அனுபவங்களையும் எதிர்கொள்ளலாம் -, நீங்கள் ஆய்த்தமாக இருக்க வேண்டும் என்று நான் விரும்புகிறேன்.

செயல்பாடு

மீரா தன் அறையில் அமைதியாக உட்கார்ந்து தான் சொன்னதைப் பற்றி சிந்தித்தாள். இணையத்தை அவள் விரும்பினாலும் அமித் பையா சொன்னது சரிதான்: ஆயத்தமாக இருப்பது முக்கியம். இணையம் ஒரு நல்ல இடம் என்று உணராத நேரங்களைப் பற்றி அவள் சிந்திக்கத் தொடங்கினாள். ஒரு பட்டியலை உருவாக்கினாள். மீராவைப் போன்ற அனுபவங்கள் உங்களுக்கும் உண்டா?

- எனக்கு இணையம் பிடிக்கவில்லை… மக்கள் மற்றவர்களை பயமுறுத்துவதற்காகத் தவறான தகவலைப் பகிர்ந்து கொள்கிறார்கள். மற்றவர்கள் என்னை ஏதாவது செய்ய கட்டாயப்படுத்த முயற்சி செய்கிறார்கள். யாரோ ஒருவர் ஆன்லைனில் பொய் சொல்கிறார் அல்லது முரட்டுத்தனமாகப் பேசுகிறார். அதிக அளவிலான அறிவிப்புகள் என்னைத் திக்குமுக்காட வைக்கின்றன! எனக்குத் தேவையற்ற செய்திகள் வருகின்றன அல்லது எனக்குப் பிடிக்காத வீடியோக்களைப் பார்க்கிறேன். யாரோ ஒருவர் பணம் சம்பாதிக்க என்னை ஏமாற்ற முயற்சி செய்வதால் நான் பாதுகாப்பற்ற நிலையை உணர்கிறேன்!

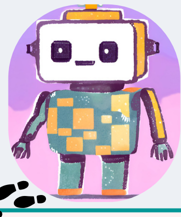
உங்கள் சொந்தப் பட்டியலை இங்கே உருவாக்குங்கள்:



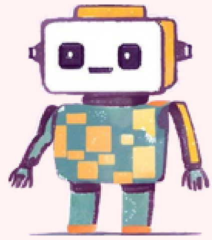
சவாலான ஆன்லைன் அனுபவங்களைப் பற்றி சிந்திப்பது கடினமாக இருக்கலாம். ஆனால் உதவியாகவும் இருக்கலாம். நீங்கள் இப்படி உணர்ந்தபோது என்ன நடந்தது என்பதைப் பற்றி சிந்திக்க முடியுமா? நீங்கள் தனியாக இல்லை என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள். துன்பம், கோபம் அல்லது சோகம் போன்ற எதிர்மறை உணர்ச்சிகள் ஆன்லைனிலும் ஆஃப்லைனிலும் இயல்பானவை. பாதுகாப்பற்ற சூழ்நிலைகளை அடையாளம் காணவும், ஆன்லைனில் உங்களை எவ்வாறு பாதுகாத்துக் கொள்வது என்பதைக் கற்றுக்கொள்ளவும் ஒன்றாக செயல்படுவோம்.

பாதுகாப்பான இணைய பயன்பாட்டிற்கான முதல் படி இணையத்தை நன்கு புரிந்துகொள்வதும், புதிய முன்னேற்றங்கள் குறித்து தகவல் அறிந்த நிலையில் இருப்பதும் ஆகும். ஆன்லைனில் நீங்கள் மனதில் கொள்ள வேண்டிய சில முக்கியமான விஷயங்கள் இதோ.

முதலில் - உங்கள் டிஜிட்டல் தடம். உங்கள் டிஜிட்டல் தடம் நீங்கள் ஆன்லைனில் செல்லும் போதெல்லாம் விட்டுச் செல்லும் சுவடைப் போன்றது. நீங்கள் பகிரும் இடுகையாக இருந்தாலும் சரி, பதிவேற்றும் படமாக இருந்தாலும் சரி, அல்லது நீங்கள் நடத்தும் தேடலாக இருந்தாலும் சரி, இவை அனைத்தும் உங்கள் டிஜிட்டல் அடையாளத்தில் சேர்கின்றன.



கொஞ்சம் பொறுங்கள்! அப்படியானால் எனது தேடல் வரலாறு கூட எனது டிஜிட்டல் தடத்தின் ஒரு பகுதியாக இருக்கிறதா? நான் ஆளடையாளம் அறிய முடியாத பயன்முறையைப் பயன்படுத்தினால் என்ன நடக்கும்? நிச்சயமாக எனது டிஜிட்டல் தடத்தை யாராலும் கண்காணிக்க முடியாது!



ஒவ்வொரு கிளிக், லைக் மற்றும் ஷேர் உங்கள் ஆன்லைன் இருப்புக்கு பங்களிக்கிறது. உங்கள் சுற்றுப்புறத்தில் நடந்து செல்லும்போது நீங்கள் மாறுவேடத்தில் இருப்பதாகக் கற்பனை செய்து பாருங்கள். உங்கள் நண்பர்கள் உங்களை அடையாளம் காண முடியாவிட்டாலும், பாதுகாப்புக் காவலர்கள், கடைக்காரர்கள் அல்லது கேமராக்களால் நீங்கள் எங்கு செல்கிறீர்கள், என்ன செய்கிறீர்கள் என்பதை பார்க்க முடியும். உங்கள் உலாவியில் ஆளடையாளம் தெரியாத பயன்முறை அந்த மாறுவேடத்தைப் போலவே இருக்கிகிறது. இது உங்கள் கணினி அல்லது தொலைபேசியைப் பகிர்ந்து கொள்ளும் நபர்களிடம் இருந்து நீங்கள் பார்வையிடும் வலைத்தளங்கள் போன்ற சில விஷயங்களை மறைக்கிறது. ஆனால் அது உங்களை அனைவருக்கும் கண்ணுக்குத் தெரியாமல் மறைக்காது. உங்கள் தடங்களை இன்னும் யாரால் கண்காணிக்க முடியும் என்பதை அறிய விரும்புகிறீர்களா?

சேவை வழங்குபவர்

உங்கள் வைஃபை அல்லது இணைய வழங்குநரால் (உங்களுக்கு இணைய இணைப்பை வழங்கும் நிறுவனம்) நீங்கள் எந்த வலைத்தளங்களைப் பார்வையிடுகிறீர்கள் என்பதைக் கண்காணிக்க முடியும். உங்கள் மாறுவேடத்தைப் பார்க்க முடியாவிட்டாலும் தங்கள் கடையில் நீங்கள் நுழைந்ததை கடைக்காரர் அறிந்திருப்பது போல கற்பனை செய்து பாருங்கள்.

வலைத்தளங்கள்

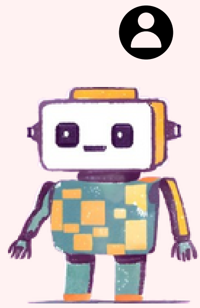
பல வலைத்தளங்கள் உங்களைப் பற்றிய விஷயங்களை நினைவில் வைத்துக்கொள்ள குக்கீகள் அல்லது டிராக்கர்கள் எனப்படும் கருவிகளைப் பயன்படுத்துகின்றன. உலாவியை மூடிய பின் ஆளடையாளம் தெரியாத பயன்முறை அவற்றை நீக்குகிறது. நீங்கள் உள்நுழைந்தால் அல்லது உங்கள் சாதனத்தை அவர்கள் அடையாளம் கண்டால் வலைத்தளம் நீங்கள் பார்வையிட்டதை அறியும்.

பள்ளி வைஃபை

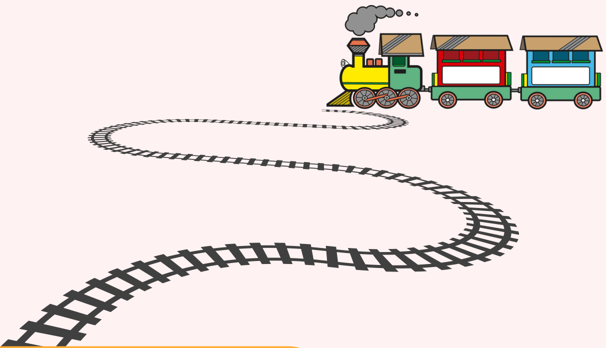
பல முறை பள்ளி வைஃபையில் ஆளடையாளம் தெரியாத பயன்முறையில் கூட இணைய பயன்பாட்டைக் கண்காணிக்க அவர்களிடம் கருவிகள் உள்ளன.

ஓ, நான் செய்யும் அனைத்தும் எங்காவது பதிவு செய்யப்படுவதை நான் உணரவில்லை. எல்லா வலைத்தளங்களும் அவற்றைப் பயன்படுத்த அனுமதிப்பதற்கு முன் எனது பெயர் அல்லது தொலைபேசி எண் அல்லது இருப்பிடம் அல்லது மின்னஞ்சல் ஐடியைக் கேட்பதையும் நான் கவனித்தேன்! நான் வேறு எதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்?

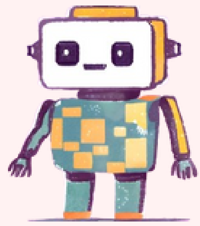
உங்களுக்கு முன்னல் இரண்டு படிகள் இருக்கின்றன! இணையத்தைப் பற்றிய ஒரு சுவையான - மற்றும் கொஞ்சம் இரகசியமான ஒன்றைப் புரிந்துகொள்வோம். நீங்கள் தேடிய ஒன்றுக்கு விளம்பரங்கள் எவ்வாறு தோன்றுகின்றன, அல்லது உங்கள் சமூக ஊடக ஃபீட்கள் எப்போதும் நீங்கள் விரும்பும் வீடியோக்களை எவ்வாறு காண்பிக்கின்றன என்பதை நீங்கள் எப்போதாவது கவனித்திருக்கிறீர்களா? அதற்குக் காரணம் அல்காரிதம்கள் மற்றும் குக்கீகள்!



என் உறவினர் ஒரு முறை ஷாம்புகளைத் தேடினார். அடுத்த முறை அவர் ஆன்லைனில் சென்றபோது அவர் ஷாம்பு பற்றிய இணைப்புகளைக் கண்டார். இது ஒரு தற்செயலான நிகழ்வு என்று நாங்கள் நினைத்தோம்! அல்காரிதம்கள் எப்படி வேலை செய்கின்றன?



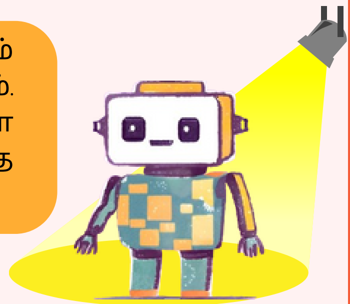
இது கொஞ்சம் ஒரு ரெயில்வே அமைப்பைப் போன்றது. நீங்கள் பார்வையிடும் ஒவ்வொரு வலைத்தளமும் ஒரு நிலையம் என்று கற்பனை செய்து பாருங்கள், மேலும் ஒரு இடுகையை விரும்புவது, எதையாவது தேடுவது அல்லது உங்கள் வண்டியில் ஒரு பொருளைச் சேர்ப்பது போன்ற ஒவ்வொரு செயலும் அந்த நிலையத்தை விட்டு வெளியேறுவதாகும். அல்காரிதம்கள் ரயிலை இயக்குபவர்களைப் போன்றவை. அவை உங்கள் ரயில்கள் எங்கு செல்கின்றன என்பதைக் கண்காணித்து உங்களது முந்திய பயணங்களின் அடிப்படையில் உங்கள் அடுத்த நிறுத்தத்தை கணிக்க முயற்சி செய்கின்றன. வீடியோ கேம்கள் பற்றிய பல நிலையங்களை நீங்கள் பார்வையிட்டால் நீங்கள் அவற்றில்ஆர்வமாக இருப்பீர்கள் என்று கருதி அல்காரிதம் உங்களுக்கு விளம்பரங்களை அனுப்பலாம் அல்லது கேமிங் பற்றிய உள்ளடக்கத்தைப் பரிந்துரைக்கலாம்.



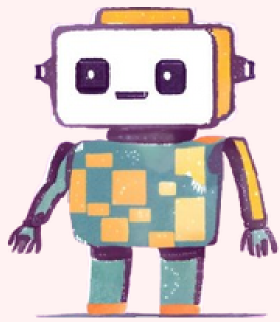
மறுபுறம் குக்கீகள் உங்கள் சாதனத்தில் இருக்கும் நிலைய டிக்கெட்டுகள் போன்றவை. எனவே நீங்கள் முன்னர் பார்வையிட்டதை வலைத்தளம் அறியும். நீங்கள் அவற்றை நீக்கிவிட்டு டிக்கெட்டை தூக்கி எறியலாம். ஒவ்வொரு பயணமும் ஒரு தடயத்தை விட்டுச்செல்கிறது என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்!

நான் ஒரு புனைப்பெயரைப் பயன்படுத்தினால் என்ன ஆகும்?

அது ஒரு நல்ல கேள்வி! அடையாளம் இல்லாமல் இருப்பதைப் பற்றி பேசுவோம். இணையத்தில் மக்கள் எல்லா நேரங்களிலும் தங்கள் அடையாளத்தை வெளிக்காட்ட மாட்டார்கள்.

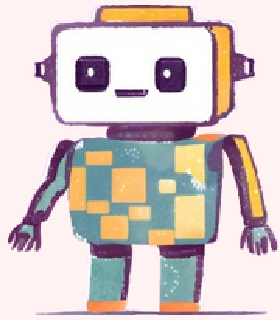


சில வேளைகளில் மக்கள் வேடிக்கை கருதியும், பாதுகாப்பாக உணரவும் அல்லது தங்கள் ஆளுமையை ஆராயவும் தங்கள் சொந்தப் பயனர் பெயர்கள் அல்லது படங்கள் அல்லாதவற்றைப் பயன்படுத்துகிறார்கள். அது பரவாயில்லை. ஆனால் அநாமதேயம் என்பதற்கு எல்லை உள்ளது: ஒருவரின் ஆன்லைன் செயல்பாடு ஏதோ ஒரு வகையில் கண்டறியப்படலாம். ஏனெனில்... நீங்கள் யூகித்தது போல்... அது உங்கள் டிஜிட்டல் தடம்! மேலும் மக்கள் தங்கள் அடையாளத்தை மறைக்கலாம் அல்லது மற்றவர்களுக்கு தீங்கு விளைவிக்கத் தங்களைப் பற்றி பொய் சொல்லலாம் என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள். எல்லோரும் அவர்கள் சொல்லிக் கொள்வது போல் அவர்களாக இருக்கமாட்டார்கள்.



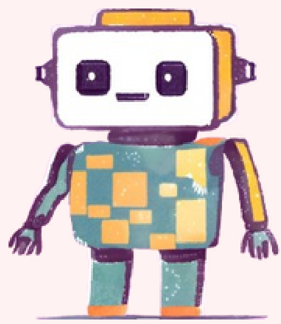
நான் வழக்கமாக எனக்குத் தெரிந்த, நம்பகமான நண்பர்களுடன் ஆன்லைனில் பேசுவேன்! அதுவும் என் அம்மாவின் கணக்கைப் பயன்படுத்தி.

ஓ! அப்படியானால் வெவ்வேறு ஆன்லைன் வெளிகளைப் பற்றி நீங்கள் சில விஷயங்களை அறிந்திருக்க வேண்டும். எடுத்துக்காட்டாக உங்கள் குழுவின் அரட்டை ஒரு தனிப்பட்ட வெளி. நீங்கள் ஒரு தடத்தை விட்டுச் செல்கிறீர்கள். ஆனால் அது குழுவிற்கு வெளியே உள்ளவர்களுக்குத் தெரியாது. உங்கள் பதிவுகள் அனைவருக்கும் தெரியும்படி ஆன்லைனில் வேறு இடங்கள் உள்ளன. ஒரு பொதுக் கணக்கில் இருந்து ஒரு ட்வீட் போல! உங்கள் செய்திகள், இடுகைகள் மற்றும் விருப்பங்களை யார் பார்க்கலாம் என்பது குறித்து எப்போதும் எச்சரிக்கையாக இருங்கள். பின்னர், இதையும் எப்படி மாற்றுவது என்பதைக் கற்றுக்கொள்வோம்!

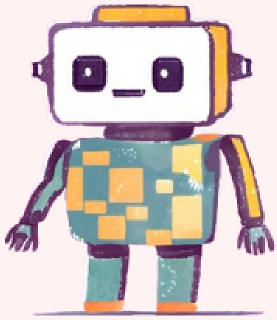


நன்றி கிளிட்ச்! இன்று நான் நிறைய கற்றுக்கொண்டேன். ஆனால் அது என்னை கொஞ்சம் கவலைப்பட வைக்கிறது.

நமது ஆன்லைன் மற்றும் ஆஃப்லைன் வாழ்க்கையில் நாம் நேர்மறையான மற்றும் பாதுகாப்பற்ற அனுபவங்களை எதிர்கொள்ள நேரிடலாம். இணையத்தைப் பற்றி அறிந்துகொள்வதன் மூலமும், நண்பர்கள் அல்லது நம்பகமான பெரியவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்வதன் மூலமும், நீங்கள் புத்திசாலித்தனமான தேர்வுகளைச் செய்து அதன் நன்மைகளை அனுபவிக்கலாம். இது ஒரு தொடக்கம் மட்டுமே! மேலும் அறிந்துகொள்ளும்போது நீங்கள் மிகவும் சக்திவாய்ந்தவராக உணருவீர்கள்.

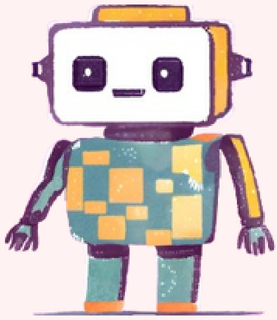


அதுவரை இணையம் பற்றிய மூன்று விருப்பங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ள முடியுமா? அவற்றை நிறைவேற்ற முடியுமா என்று பார்ப்போம்!



சரி, சரி! ஆன்லைனில் தொழில்நுட்பம் பற்றி மேலும் அறிய விரும்புகிறேன். இணையம் அனைவருக்கும் பாதுகாப்பான இடமாக இருக்க வேண்டும் என்று நான் விரும்புகிறேன்... மேலும் நான் புதிய செயலிகளைத் தொடர்ந்து முயற்சி செய்ய வேண்டும் என்று விரும்புகிறேன்!

சரி, இணையத்திற்கான
உங்கள் விருப்பங்கள் என்ன?
சொல்லுங்கள்!

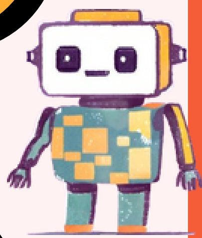


செயல்பாடு

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

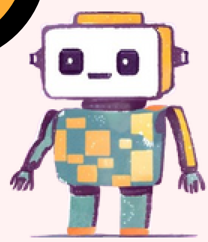
இன்று நான் பல வலைத்தளங்களைப் பார்க்கிறேன். முதல் வலைத்தளம் எப்போது உருவாக்கப்பட்டது என்று எனக்கு ஆச்சரியமாக இருக்கிறது?

முதல் வலைத்தளம் 1989 இல் உருவாக்கப்பட்டது. அது "info.cern.ch" என்று அழைக்கப்பட்டது. 1989 இல் இணையத்தைப் பயன்படுத்த முயற்சி செய்வதை கற்பனை செய்து பாருங்கள் - இது இன்று நாம் பார்வையிடும் தொடர்பு கொள்ளும் வலைத்தளங்களில் இருந்து மிகவும் வித்தியாசமாகத் தெரிந்தது. முதல் வலைத்தளத்தை உருவாக்கிய விஞ்ஞானியின் பெயரை உங்களால் கூற முடியுமா?!



இன்று எத்தனை வலைத்தளங்கள் செயல்படுகின்றன என்று உங்களுக்குத் தெரியுமா?

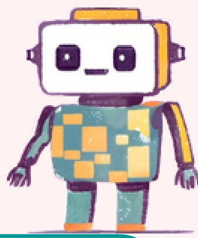
இணையம் என்பது கண்டறிய முடியாத அளவுக்கு புத்தகங்களைக் கொண்ட ஒரு பிரம்மாண்டமான நூலகம் போன்றது. 1.1 பில்லியனுக்கும் அதிகமான வலைத்தளங்கள் உள்ளன! அந்த எண்ணிக்கை ஒவ்வொரு நாளும் அதிகரித்து வருகிறது! ஆனால் கவலைப்பட வேண்டாம் - அந்த வலைத்தளங்களில் பெரும்பாலானவை மதிப்புமிக்க அறிவு மற்றும் உள்ளீட்டைக் கொண்ட டிஜிட்டல் அருங்காட்சியகங்கள் போன்றவை.



இணையத்தில் இவ்வளவு தரவு சேமிக்கப்பட்டால், அது டன் கணக்கில் எடையுள்ளதாக இருக்க வேண்டும், இல்லையா?

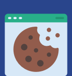
2

<u>இது நம்பமுடியாததாகத் தெரிகிறது. ஆனால் முழு இணையமும் உண்மையில் சுமார் 60 கிராம் எடையுள்ளதாக இருக்கும். அது சுமாராக ஒரு ஸ்ட்ராபெரியின் எடை! ஏன் என்று யூகிக்க முடிகிறதா? நம்மால் பார்க்க முடியாவிட்டாலும் தகவலுக்கு நிறை உள்ளது.</u> 3



மீள்பார்வை: வணக்கம் டிஜிட்டல் உலகம்!

இணையம் என்பது உலகளவில் சாதனங்களை இணைக்கும் ஒரு மாபெரும் வலை போன்றது. தொடர்பு கொள்ளவும், கற்றுக்கொள்ளவும், ஆராயவும் இது நமக்கு உதவுகிறது.

 குக்கீகள் மற்றும் கேச் மூலம் உங்கள் செயல்பாட்டை ஆன்லைன் தளங்கள் கண்காணிக்கின்றன. இது தனிப்பட்ட பழக்கவழக்கங்கள் மற்றும் தகவலை வெளிப்படுத்தும்.

ஆன்லைனில் ஒவ்வொரு செயலும் ஒரு டிஜிட்டல் தடயத்தை விட்டுச்செல்கிறது. நீங்கள் பகிர்வதை எப்போதும் கவனத்தில் கொள்ளுங்கள்.

தனிப்பட்ட தரவுகள் குறித்து எப்போதும் எச்சரிக்கையாக இருங்கள். நீங்கள் பகிரும் தகவலை அணுகலாம் மற்றும் சேமிக்கலாம்.

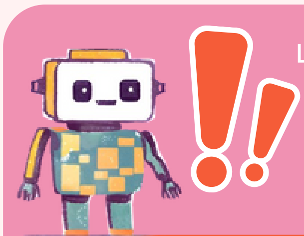
அத்தியாயம் 2: மோசடிகள், ஹேக்குகள் & சைபர் தாக்குதல்கள்: அதிகமாகத் தெரிந்து வைத்திருங்கள்!

மீராவின் பிறந்தநாள்! அவளுடைய வீடு சிரிப்பால் கலகலக்கிறது. சுவையான உணவின் நறுமணம் கமகமக்கிறது. அவளுடைய தாய் ரகிமையும் அவனது குடும்பத்தினரையும் இரவு உணவிற்கு அழைத்துள்ளார். ரகிமின் குடும்பத்தினர் வந்ததும் பெரியவர்கள் லிவ்விங் அறையில் அமர்ந்து உரையாடுகிறார்கள். இதற்கிடையில் மீரா உற்சாகமாக ரகிமை தனது அறைக்கு இழுத்துச்சென்று தனது புத்தம் புதிய தொலைபேசியைக் காட்டினாள்.

இதோ பார், ரகிம்! என் பெற்றோர் இறுதியாக எனக்கு சொந்தமாக ஃபோன் வாங்கிக் கொடுத்தார்கள்! நான் இப்போது பயன்படுத்த விரும்பும் அனைத்து விளையாட்டுகளையும் ஆப்களையும் பதிவிறக்கம் செய்யலாம்!

அருமையாக இருக்கிறது மீரா! பதிவிறக்கம் செய்யத் தொடங்குவதற்கு முன் நீ முதலில் ஒரு மின்னஞ்சல் ஐடி மற்றும் கடவுச்சொல்லை உருவாக்க வேண்டும். அதைச் செய்வோம்!

மீரா விரைவாக iammeera@gmAIl.com ஐ தனது மின்னஞ்சல் ஐடியாக டைப் செய்து பெருமை கலந்த புன்னகையோடு தனது கடவுச்சொல்லை IAMMEERA என அமைக்கிறாள். திடீரென்று கிளிட்ச் அவளை எச்சரிப்பதற்காக தோன்றுகிறது!



மின்னஞ்சல் ஐடி : iammeera@gmail.com

கடவுச்சொல் : IAMMEERA

பலவீனமான கடவுச்சொல் கண்டறியப்பட்டது! பாதுகாப்புக்கு ஆபத்து!

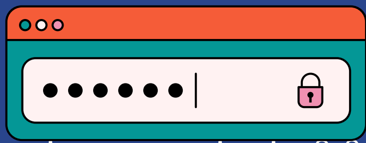
இந்தக் கடவுச்சொல் ஏன் ஒரு பிரச்சினையாக இருக்கிறது? நினைவில் வைத்துக்கொள்வது எளிது. என் அம்மாவின் ஃபோனில் எப்போதும் நீண்ட, சிக்கலான கடவுச்சொற்கள் இருந்தன. அவற்றை ஞாபகம் வைத்துக் கொள்வது கடினம். மேலும் நான் ஒவ்வொரு முறையும் உதவி கேட்க வேண்டியிருந்தது.

ஞாபகத்தில் வைத்துக் கொள்ள சுலபம்தான். ஆனால் வேறு யாராவது அதை எளிதாக யூகிக்க முடியும். எளிய கடவுச்சொற்கள் ஆபத்தானவை இல்லையா? இதைப் பற்றி சிந்தித்துப் பாருங்கள்: யாராவது உங்களை அறிந்திருந்தால், உங்கள் கணக்கில் நுழைய விரும்பினால், அவர்கள் முதலில் உங்கள் பெயரையோ அல்லது பிடித்த சொற்றொடரையோ உள்ளிட முயற்சி செய்வார்கள்! கடவுச்சொல் கொஞ்சம் சிக்கலானதாகவும் தனித்துவமாகவும் இருந்தால் அது ஒரு கடினமான புதிரைத் தீர்ப்பது போல இருக்கும் - மனிதர்களோ அல்லது இயந்திரங்களோ அதை எளிதாகக் கண்டுபிடிக்க முடியாது. மீண்டும் முயற்சி செய்யலாம்.

அது உதவியாக இருக்கிறது! இதை முயற்சி செய்வோம்: M3eRa!sBIrthd@y
இது சரியாக அமைந்துவிட்டது! நான் இப்போதைக்கு என் எல்லா கணக்குகளுக்கும் இதைப் பயன்படுத்துவேன்
இல்லை! எல்லா கணக்குகளுக்கும் ஒரே பாஸ்வேர்டைப் பயன்படுத்தினால் அது உங்கள் வீடு, கார் மற்றும் லாக்கருக்கு ஒரே சாவியைப் பயன்படுத்துவதைப் போன்றது என்று அமித் பையா கூறினார். யாராவது அதைக் கண்டுபிடித்தால், அவர்களால் எல்லாவற்றையும் திறக்க முடியும். ஒரு செயலி ஹேக் செய்யப்பட்டால் உங்கள் கடவுச்சொல் தவறான கைகளில் போய்விடும். மேலும் உங்கள் மற்ற எல்லா கணக்குகளும் ஆபத்தில் இருக்கும்.
ஓ! நான் அதைப் பற்றி யோசிக்கவே இல்லை. நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?
ஒவ்வொன்றிற்கும் ஒரு தனித்துவமான ஒன்றைப் பயன்படுத்துவது நல்லது
நினைவில் வைத்துக்கொள்ள நிறைய இருக்கிறது. நான் அவற்றை என் டைரியில் எழுதி வைக்கலாம் என்று நினைக்கிறேன்.
நானும் அப்படித்தான் நினைத்தேன். ஆனால் அப்புறம் ஒரு பாஸ்வேர்ட் மேனேஜரைப் பயன்படுத்த ஆரம்பித்தேன். அது ஒரு கேம்-சேஞ்சர்! இப்போ எனக்கு ஒரு ஸ்ட்ராங் மாஸ்டர் பாஸ்வேர்டு மட்டும்தான் ஞாபகம் இருக்கு. என் மற்ற எல்லா பாஸ்வேர்டுகளையும் நான் பார்க்க முடியும். யாராவது என் பாஸ்வேர்டை ஹேக் பண்ணினாலும், நான் 2-ஃபேக்டர் ஆத்தன்டிகேஷனை செயல்படுத்தி இருக்கிறேன். அதனால் அவர்களால் என்னைப் பிடிக்க முடியாது! உங்கள் டிஜிட்டல் கதவில் இரண்டாவது லாக் இருப்பது மாதிரிதான்! ஹாஹா!
ஓ! ஸ்ட்ராங் பாஸ்வேர்டு போதும்னு நம்பினேன். ஆனா நாம கூடுதல் பாதுகாப்பாக இருக்கணும்னு நினைக்கிறேன்!
பல பாதுகாப்பு அடுக்குகள் எப்பவும் உதவியாக இருக்கும். அப்ளிகேஷன் லாக்குகளையும் சரிபார்க்க மறக்கக்கூடாது! இப்போ, நாம் போகலாம்- கேக் வெட்ட நேரமாச்சுது, எனக்கு ரொம்பப் பசிக்குது!

மீராவின் அனுபவத்தில் இருந்து கற்றுக்கொண்டு ஆரம்பத்தில் இருந்தே உங்க கணக்குகள் பாதுகாப்பாக இருப்பதை உறுதி செய்வோம். புதிய செயலிக்குப் பதிவு செய்யும்போதோ அல்லது கணக்கை உருவாக்கும்போதோ பலமான கடவுச்சொல்லை உருவாக்க இந்த முக்கிய வழிகாட்டுதல்களைப் பின்பற்றவும்

வலிமையான கடவுச்சொல் சரிபார்ப்புப் பட்டியல்



- எழுத்துக்களின் கலவையைப் பயன்படுத்தவும்: பெரிய எழுத்து (ABC) மற்றும் சிறிய எழுத்துகள் (abc), எண்கள் மற்றும் சிறப்பு சின்னங்களை (எ.கா., @, #, $, !) இணைக்கவும். இதனால் ஹேக்கர்கள் உங்கள் கடவுச்சொல்லை எளிதாக யூகிக்க முடியாது.
- நீண்டதாக அமைக்கவும்: உகந்த பாதுகாப்பிற்காக கடவுச்சொற்கள் குறைந்தது 12-16 எழுத்துகள் நீளமாக இருக்க வேண்டும். மேம்பட்ட கருவிகளாலும் நீளமான கடவுச்சொற்களை கண்டுபிடிக்க அதிக நேரம் ஆகும்.
- பொதுவான சொற்கள் மற்றும் சொற்றொடர்களைத் தவிர்க்கவும்: "கடவுச்சொல்லில் " "123456" போன்ற எளிதில் யூகிக்கக்கூடிய எண்கள் அல்லது வார்த்தைகள் அல்லது உங்கள் பெயர், செல்லப்பிராணியின் பெயர் அல்லது பிடித்த சொற்றொடர் போன்ற பலருக்குத் தெரிந்திருக்கக்கூடிய எந்தவொரு தனிப்பட்ட தகவலையும் பயன்படுத்தக்கூடாது.
- வெளிப்படையாகத் தெரியும் தனிப்பட்ட தகவலைத் தவிர்க்கவும்: பிறந்தநாள், ஆண்டுவிழாக்கள் அல்லது தொலைபேசி எண்கள் போன்ற தகவல் பெரும்பாலும் சமூக ஊடகங்கள் மூலம் பொது வெளியில் அணுகக்கூடியவை. கடவுச்சொற்களை அமைக்க இவை மோசமான தேர்வுகள்.
- ஒரு பாஸ்பிரேஸை தேர்வுசெய்யுங்கள்: நீங்கள் ஒரு மறக்கமுடியாத வாக்கியம் அல்லது சொற்றொடரைப் பயன்படுத்தி சிக்கலான தன்மைக்காக அதை மாற்றலாம். எடுத்துக்காட்டாக, "நான் கோடையில் ஐஸ்கிரீமை விரும்புகிறேன்!" என்பது "ILOv3!c3Cr34m@2024" ஆக மாறக்கூடும்.

இது ஏன் முக்கியம்?

இன்றைய உலகில் நம்மில் பலர் பல கணக்குகளை நிர்வகிக்கிறோம். சமூக ஊடகங்கள் முதல் மின்னஞ்சல் முதல் வங்கி வரை. அனுமதி இல்லாமல் யாராவது உங்கள் கணக்குகளில் நுழைவதைத் தடுப்பதற்கான முதல் பாதுகாப்பு ஒரு வலிமையானன கடவுச்சொல் ஆகும். பலவீனமான அல்லது மீண்டும் பயன்படுத்தப்படும் கடவுச்சொல் தரவு திருடப்படுதல், நிதி இழப்பு அல்லது அடையாளத் திருட்டுக்கு கூட வழிவகுக்கும். இந்த அச்சுறுத்தல்களைப் பற்றி இந்த அத்தியாயத்தில் பின்னர் விரிவாகப் பார்க்கலாம். ஹேக்கர்கள் பெருகிவரும்போதே அதிநவீனமாகி வருவதால் இந்த வழிகாட்டுதல்களைப் பின்பற்றுவது உங்கள் கணக்குகளின் பாதுகாப்பைப் பெரிய அளவில் மேம்படுத்தும்.

2 காரணி அங்கீகாரம்

உங்கள் கணக்கிற்கான கூடுதல் பாதுகாப்பு அடுக்கே இரு-காரணி அங்கீகாரம் ஆகும். பல பிரபலமான தளங்கள் இதைப் பயன்படுத்துமாறு பரிந்துரைக்கின்றன. உங்கள் கணக்கில் இந்த அம்சம் செயலில் இருக்கும் போது உள்நுழைவதற்காக உங்கள் கடவுச்சொல்லை வழங்கிய பின் கூடுதல் சரிபார்ப்பு தேவைப்படுகிறது; பொதுவாக இது உங்கள் தனிப்பட்ட மொபைல் எண்ணுக்கு அனுப்பப்படும் குறியீடாகும். இது ஒரு முறை கடவுச்சொல்லாக (OTP) செயல்படுகிறது. இது ஒரு கடவுச்சொல், மின்னஞ்சல் அல்லது கைரேகை ஸ்கேனாகக் கூட இருக்கலாம். அதாவது இது சில நிமிடங்களுக்கு மட்டுமே செல்லுபடியாவதோடு இதை ஒரு முறை மட்டுமே பயன்படுத்த முடியும். அடுத்த முறை நீங்கள் உள்நுழையும்போது புதிய கடவுச்சொல் தேவைப்படும்.

இது எப்படி இருக்கிறது:

எப்படி அமைப்பது:

1. நேவிகேஷன் பேனலுக்குச் செல்லவும். அங்கு பின்வரும் ஐகான்களை நீங்கள் காணலாம்:

2. செட்டிங் ஆப்ஷனுக்குச் செல்லவும். இது பொதுவாக பின்வருமாறு இருக்கும்:

3. இப்போது 'பாதுகாப்பு' அல்லது 'தனியுரிமை' போன்றவற்றைத் தேடுங்கள்.

அக்கவுண்ட் செட்டிங்குகள்

தனிப்பட்டது | **பாதுகாப்பு** | அறிவிப்புகள்

கணக்குப் பாதுகாப்பு

உங்கள் கணக்கைப் பாதுகாப்பாக வைத்திருக்க உதவும் அமைப்புகள்

கடவுச்சொல்லை மாற்றவும்
உங்கள் கணக்கைப் பாதுகாக்க ஒரு தனித்துவமான கடவுச்சொல்லைத் தேர்வுசெய்யவும்

2 காரணி அங்கீகாரம்
உங்கள் அடையாளத்தைச் சரிபார்க்க இதை செயல்படுத்தவும்

4. இரு காரணி அங்கீகாரத்தைச் செயல்படுத்தவும். சரிபார்ப்பு முறைகளுக்கான சில விருப்பத் தேர்வுகளை நீங்கள் காண்பீர்கள். எஸ்எம்எஸ், ஒரு செயலி அல்லது கைரேகைகளைத் தேர்ந்தெடுக்கலாம்.

இரு காரணி அங்கீகாரத்தை அமைக்கவும்

1. முறையைத் தேர்வுசெய்யவும்
2. சரிபார்க்கவும்
3. காப்புப்பிரதியைச் சேர்க்கவும்

ஓர் அங்கீகார முறையைத் தேர்வுசெய்யவும்

உங்கள் பயனர்பெயர் மற்றும் கடவுச்சொல்லுடன் கூடுதலாக உங்கள் கணக்கில் உள்நுழைய ஒரு குறியீட்டை (செயலி அல்லது எஸ்எம்எஸ் வழியாக வழங்கப்பட்டது) உள்ளிட வேண்டும்.

- **அங்கீகாரச் செயலி**
  செயலியில் இருந்து குறியீடுகளைப் பெறுங்கள்
- **எஸ்எம்எஸ்**
  SMS வழியாக ஒரு தனித்துவமான குறியீட்டைப் பெறுங்கள்
- **மின்னஞ்சல் ஐடி**
  மின்னஞ்சல் வழியாக ஒரு தனித்துவமான குறியீட்டைப் பெறுங்கள்

கடவுச்சொல் மேனேஜர்கள்

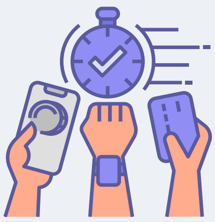
கடவுச்சொல் மேனேஜர்கள் என்ன செய்கின்றன?

1. கடவுச்சொற்களைப் பாதுகாப்பாகச் சேமித்து வைக்கவும்: கடவுச்சொல் மேனேஜர்கள் டிஜிட்டல் லாக்கராகச் செயல்பட்டு உங்கள் கடவுச்சொற்களைப் பாதுகாப்பாக வைத்திருக்கின்றன.

2. வலிமையான கடவுச்சொற்களை உருவாக்குங்கள்: அவை ஒவ்வொரு கணக்கிற்கும் தற்போக்கான, சிக்கலான கடவுச்சொற்களை உருவாக்கலாம். பலவீனமான அல்லது கணிக்கக்கூடிய கடவுச்சொற்களை மீண்டும் பயன்படுத்தாமல் இருப்பதை உறுதிசெய்யலாம்.

3. ஆட்டோ-ஃபில் சான்றாவணங்கள்: பல கடவுச்சொல் மேனேஜர்கள் உங்கள் உள்நுழைவு விவரங்களை தானாகவே நிரப்பி உங்கள் நேரத்தை மிச்சப்படுத்துகின்றன.

கடவுச்சொல் மேனேஜரை ஏன் பயன்படுத்த வேண்டும்?



கடவுச்சொல் மேனேஜர் மூலம் நீங்கள் பல, சிக்கலான கடவுச்சொற்களை நினைவில் வைத்திருக்க வேண்டிய அவசியமில்லை - உங்கள் கடவுச்சொல் மேனேஜரை ஒரே ஒரு வலுவான முதன்மை கடவுச்சொல் மட்டுமே திறக்கும். உங்கள் அனைத்துக் கடவுச்சொற்களையும் சிரமப்பட்டு மனப்பாடம் செய்ய வேண்டியதில்லை. உங்கள் கடவுச்சொற்களை மீட்டமைப்பதில் இனி சிரமம் இல்லை!

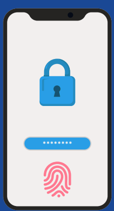
உங்கள் மாஸ்டர் கடவுச்சொல் மூலம் உங்களால் திறக்கக்கூடிய ஒரு இரகசியக் குறியீட்டைப் போல ஒரு பாஸ்வேர்டு மேனேஜர் உங்கள் தரவு பூட்டப்பட்டிருப்பதை உறுதிசெய்கிறது. அது இல்லாமல் உங்கள் கடவுச்சொற்களைப் பெறுவதற்கான வாய்ப்பு ஹேக்கர்களுக்குக் கிடைக்காது!

சில கடவுச்சொல் மேனேஜர்களால் போலி வலைத்தளங்கள் மற்றும் பிற ஆபத்துகளை ஆன்லைனில் கண்டுபிடிக்க முடியும். மோசடி பக்கங்களில் உங்கள் சான்றுகளை தற்செயலாக உள்ளிடுவதை அவை தடுக்கின்றன. இது தெளிவாக இருக்கிறது அல்லவா?

அப்ளிகேஷன் லாக்குகள்

ரகிம் ஒரு தனித்துவமான பிரச்சினையுடன் நேற்று என்னிடம் வந்தான். குடியிருப்பில் உள்ள தனது நண்பர்களுக்கு ஸ்மார்ட்போன்களை பயன்படுத்துவது பற்றி கற்றுக்கொடுப்பதில் அவனுக்கு மிகவும் விருப்பம். இருந்தாலும் அவனது ஃபோனில் தனிப்பட்ட குறிப்புகள், நண்பர்கள் மற்றும் குடும்பத்தினருடனான புகைப்படங்கள் மற்றும் தனிப்பட்ட செய்திகள் போன்ற முக்கியமான தகவல் உள்ளன. கல்வி நோக்கங்களுக்காக அவன் தனது ஃபோனைப் பகிர விரும்பினாலும் அவனது தனியுரிமை மற்றும் பாதுகாப்பு பாதிக்கப்படாமல் இருக்க வேண்டும். நான் அவனிடம் செயலி பூட்டுகளைப் பயன்படுத்து என்று சொன்னேன்!

குறிப்பிட்ட செயலிகளுக்குக் கடவுச்சொல், குறியெண் அல்லது பயோமெட்ரிக் அணுகல் தேவைப்படும்போது செயலிப் பூட்டுகள் தொலைபேசி பாதுகாப்பை மேம்படுத்துகின்றன. ஒருவர் தனது ஃபோனை கீழ்க்காணுமாறு பாதுகாப்பாகப் பகிரலாம்:



செயலிப் பூட்டைப் பதிவிறக்கவும்

பாதுகாப்பான குறியெண்ணை அமைக்கவும்

பூட்ட வேண்டிய பயன்பாடுகளைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்

பயோமெட்ரிக் சரிபார்ப்பை இயக்கவும்

பயோமெட்ரிக் சரிபார்ப்பின் சாதகங்கள்

- தனியுரிமைப் பாதுகாப்பு: ரகிமின் முக்கியமான தகவல் வேறு யாராவது அவனது தொலைபேசியைப் பயன்படுத்தினாலும் பாதுகாப்பாக இருக்கும்.
- குறிப்பிட்ட செயலிகளுக்குக் கடவுச்சொல் குறியெண் அல்லது பயோமெட்ரிக் அணுகல் தேவை என்பதால் செயலிப் பூட்டுகள் ஃபோன் பாதுகாப்பை மேம்படுத்துகின்றன. ஒருவர் தனது ஃபோனை எவ்வாறு பாதுகாப்பாகப் பகிரலாம்:
- எளிமையான பயன்பாடு: அமைக்கப்பட்ட பின் பயன்பாட்டு பூட்டுகள் பயன்படுத்த எளிதானவை மற்றும் உள்ளுணர்வு அளிப்பவை.

எப்போதும் நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்: தீங்கு விளைவிக்கும் மென்பொருளைத் தவிர்க்க அங்கீகாரம் பெற்ற கடைகளில் இருந்து சரிபார்க்கப்பட்ட செயலிகளை மட்டுமே பதிவிறக்கவும். மேலும் உங்கள் செயலிகளுக்கு பூட்டுகளில் வலிமையான குறியெண்களைப் பயன்படுத்தவும். அதிகபட்ச பாதுகாப்பிற்காக உங்கள் ஃபோனில் உள்ள பொருட்களை இரு முறை அல்லது மூன்று முறை பூட்டவும்.

செயல்பாடு

உங்கள் நினைவாற்றலை பரிசோதிக்கவும்

(I) கடவுச்சொல் மேனேஜரின் முக்கிய நோக்கம் என்ன?

a) உங்கள் அனைத்து கடவுச்சொற்களையும் பாதுகாப்பாக சேமித்து ஒழுங்கமைக்க..
b) 5 நிமிடங்கள் செயலற்ற நிலையில் இருந்த பின் உங்களை தானாகவே வெளியேற்ற.
c) புதிய கணக்குகளுக்கான பயனர் பெயர்களை உருவாக்க.
d) நீங்கள் இனி பயன்படுத்தாத கணக்குகளை நீக்க.

II) இந்த கடவுச்சொற்களில் எவை வலிமையானவைகளாகத் தோன்றினாலும் மிகக் குறைந்த பாதுகாப்பு கொண்டவை?

a) "Password@123!"
b) "xT#4jG!@oLmN$z"
c) "MySecureP@ss2024!"
d) "E!3xy&7#M@n2023"

(III) இவற்றில் எது வலிமையான கடவுச்சொல்லின் பரிந்துரைக்கப்பட்ட அம்சம் அல்ல?

a) குறைந்தது 8-12 எழுத்துரு நீளம்.
b) உங்கள் முழுப் பெயர் அல்லது பிறந்த ஆண்டு அடங்கும்.
c) பெரிய எழுத்து, சிறிய எழுத்துகள், எண்கள் மற்றும் சின்னங்கள் கொண்டவை.
d) "123456" போன்ற கணிக்கக்கூடிய வரிசைகளைத் தவிர்க்கிறது.

(IV) நீங்கள் ஏன் இரு-காரணி அங்கீகாரத்தை (2FA) இயக்க வேண்டும்?

a) உள்நுழைவை வேகமாகச் செய்வதற்கு.
b) உங்கள் கணக்கில் கூடுதல் பாதுகாப்பு அடுக்கைச் சேர்ப்பதற்கு
c) ஒவ்வொரு மாதமும் உங்கள் கடவுச்சொல்லை தானாகவே புதுப்பிப்பதற்கு.
d) உங்கள் கணக்கை யாரும் அணுக அனுமதிப்பதற்கு.

ஆன்சர் கீ:

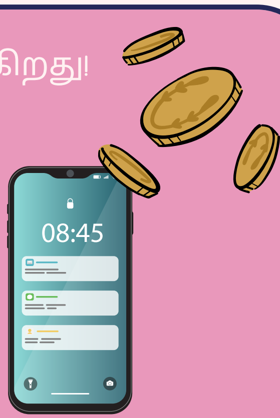
(I) a) உங்கள் அனைத்து கடவுச்சொற்களையும் பாதுகாப்பாகச் சேமித்து ஒழுங்கமைக்க.
(II) a) "Password@123!" (காரணம்: இது "கடவுச்சொல்" என்ற பொதுவான வார்த்தையையும், கணிக்கக்கூடிய வடிவங்களையும் பயன்படுத்துவதால் இது ஹேக்கிங்கிற்கு ஆளாகக்கூடிய நிலையை உருவாக்குகிறது.)
(III) b) உங்கள் முழுப் பெயர் அல்லது பிறந்த ஆண்டை கொண்டுள்ளது. (காரணம்: தனிப்பட்ட தகவல் கடவுச்சொற்களை யூகிப்பதை எளிதாக்குகிறது.)
(IV) b) உங்கள் கணக்கிற்கு கூடுதல் பாதுகாப்பு அடுக்கைச் சேர்க்க.

பாதுகாப்பு அச்சுறுத்தல்களைப் புரிந்துகொள்ளுதல்

அந்த மத்தியான வேளையில் நன்றாக வெயில் அடித்தது. ரகிம் பக்கத்தில் இருந்த பூங்காவில் அமர்ந்திருக்கிறான். அவன் சில போர்டு விளையாட்டுகளை ஆடிமுடித்துவிட்டான். ஒரு புதிய சவாலை எதிர்கொள்ள விரும்புகிறான்! அவன் தன் நண்பன் ஜஸ்ப்ரீத்தும் அமித் பையாவும் அருகில் அமர்ந்திருப்பதைப் பார்த்து அவர்களுடன் சேர்ந்து கொள்கிறான்.

திடீரென்று திரையில் பின்வரும் செய்தி தோன்றுகிறது!

வாழ்த்துக்கள்! நீங்கள் 1,000 இலவச கேம் நாணயங்களை வென்றுள்ளீர்கள்! இங்கே கிளிக் செய்து உங்கள் ஃபோன் எண் மற்றும் ஓடிபி-யுடன் இந்த செய்திக்கு பதிலளித்து உங்கள் பரிசைப் பெறுங்கள்."



இவ்வளவு நாணயங்களைப் பெறுவதில் ரகிம் உற்சாகம் அடைகிறான். ஆனால் செய்தியைக் கிளிக் செய்வதா வேண்டாமா என்பது அவனுக்குத் தெரியவில்லை. ஜஸ்ப்ரீத்தும் செய்தியைப் பற்றி சந்தேகப்படுகிறான். பின் இருவரும் சேர்ந்து அதைத் திறக்க வேண்டாம் என்று முடிவு செய்கிறார்கள்.

இந்த செய்தி அதிகாரப்பூர்வ மூலத்திலிருந்து வரவில்லை, இது எங்கள் தனிப்பட்ட விவரங்களைக் கேட்கிறது - இது ஒரு மோசடியாக இருக்கலாம் என்று நான் நினைக்கிறேன்! இதுபோன்ற செய்திகள் மூலம் எங்கள் தரவு, பணம் அல்லது சாதனங்களைத் திருட மோசடி செய்பவர்கள் தொடர்ந்து புதிய வழிகளைக் கண்டுபிடிக்க முயற்சி செய்கிறார்கள். ஆன்லைன் அச்சுறுத்தல்கள் குறித்த நமது புரிதலை நாம் ஏன் திருத்திக் கொள்ளக்கூடாது, அதனால் நாம் பாதுகாப்பாக இருக்க முடியும்?

ஆமாம்! வலிமையான கடவுச்சொற்கள் மற்றும் பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகள் இருந்தாலும் கூட நான் இன்னும் பாதிக்கப்படக் கூடும் என்று என்னால் நம்ப முடியவில்லை! என்னைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளவும் மற்றவர்களுக்கும் உதவவும் நான் முழு விழிப்புணர்வுடன் இருக்க விரும்புகிறேன்.

ஹேக்கிங் செய்வதில் இருந்து ஆரம்பிக்கலாம்! கடவுச்சொற்கள் அல்லது வங்கித் தகவல் போன்ற உங்கள் தரவைப் பார்க்க ஹேக்கர்கள் முயற்சி செய்கிறார்கள். உங்கள் கவனத்தில் படாமலேயே அவற்றைக் கைப்பற்ற வழிகளைக் கண்டுபிடிக்கிறார்கள்.

ஆமாம், என் உறவினர் கடந்த ஆண்டு ஹேக் செய்யப்பட்டார்! அன்றில் இருந்து என் குடும்பத்தில் உள்ள அனைவரும் பல கடவுச்சொற்கள் மற்றும் பூட்டுகளைப் பயன்படுத்துகிறார்கள்.

ஹேக்கிங்

ஹேக்கிங் என்பது ஒருவரின் ஃபோன், கணினி அல்லது ஆன்லைன் கணக்கில் அனுமதியின்றி ஊடுருவுதல் ஆகும்! ஹேக்கர்கள் மேம்பட்ட குறியீடுகளைப் பயன்படுத்தி தகவலைத் திருடலாம் அல்லது தீங்கு விளைவிக்கலாம். ஹேக்கர்கள் தனிப்பட்ட தகவலைத் திருடலாம், சேதப்படுத்தலாம் அல்லது சாதனத்தைக் கைப்பற்றலாம். சில ஹேக்கர்கள் சட்டவிரோத காரணங்களுக்காக இதைச் செய்கிறார்கள். மற்றவர்கள் ("நெறிமுறை ஹேக்கர்கள்" என்று அழைக்கப்படுபவர்கள்) பாதுகாப்பு பலவீனங்களைக் கண்டறிந்து அவற்றை சரிசெய்ய வேலை செய்கிறார்கள். ஹேக்கர்கள் பெரும்பாலும் சாதனங்களை ஹேக் செய்ய மேல்வேரை (கணினி அல்லது கணினி நெட்வொர்க்கை இரகசியமாகப் பாதிக்கும் கணினி மென்பொருள் அல்லது வைரஸ்) பயன்படுத்துகிறார்கள்!

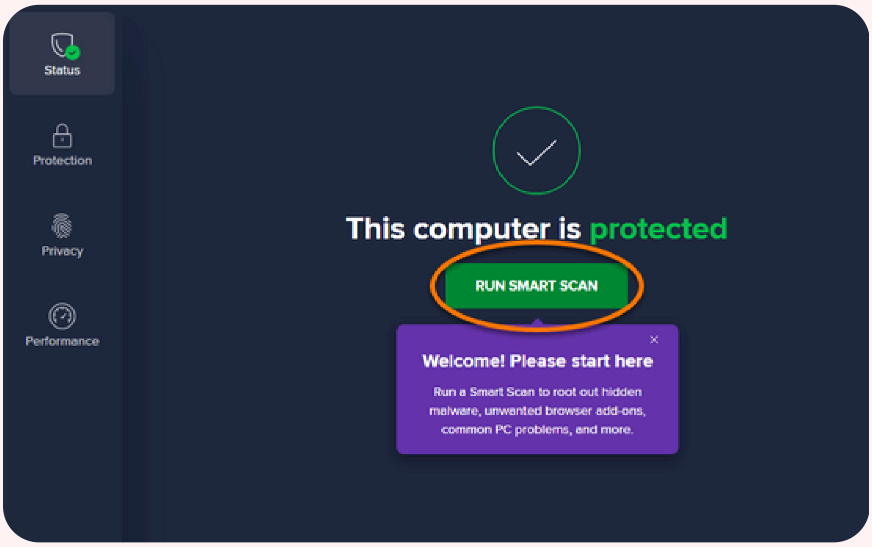
உங்கள் நண்பரின் டைரியில் ஒரு சிறப்பு பூட்டு இருப்பதாக கற்பனை செய்து பாருங்கள், ஆனால் அவர்கள் அதைத் திறக்கும்போது உன்னிப்பாகக் கவனிப்பதன் மூலம் நீங்கள் கலவையைக் கண்டுபிடிக்கிறீர்கள். நீங்கள் அந்த கலவையைப் பயன்படுத்தி உள்ளே நுழைந்து அவர்களின் தனிப்பட்ட எண்ணங்களைப் படிக்கிறீர்கள். அது ஹேக்கிங் செய்வது போன்றது, ஆனால் ஒரு டைரிக்கு பதிலாக, அது கணினிகள், தொலைபேசிகள் அல்லது கணக்குகளில் நடக்கிறது!

உதவிக்குறிப்பு: ஒரு ஆன்டிவைரஸ் மென்பொருளைப் பயன்படுத்தி சாதனத்தைப் புதுப்பிக்கவும்

வைரஸ் தடுப்பு மென்பொருள் என்பது உங்கள் கணினியில் இருக்கும் வைரஸ்கள் மற்றும் பிற வகையான தீங்கு விளைவிக்கும் மென்பொருட்களைக் கண்டறிந்து அகற்றுவதற்காக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. ஒரு வைரஸ் தடுப்பு மென்பொருளை நிறுவவும். உங்கள் சாதனத்தின் ஃபயர்வால் இயக்கப்பட்டிருப்பதை உறுதிசெய்து கொள்ளவும். ஹேக்கர்கள் நுழையப் பயன்படுத்தக்கூடிய பக்குகள் அல்லது பாதுகாப்பு ஓட்டைகளை சரிசெய்ய உங்கள் சாதனத்தைத் தொடர்ந்து புதுப்பிக்கவும்.

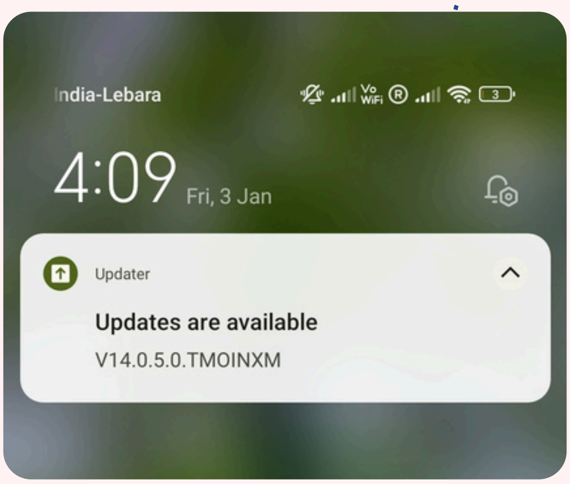
1

நம்பகமான வைரஸ் தடுப்பு மென்பொருளின் நிறுவல் மற்றும் இயக்கம் எப்படி இருக்கும் என்பதை இந்தப் படம் காட்டுகிறது. நீங்கள் தேர்வுசெய்யக்கூடிய பல மென்பொருள்கள் உள்ளன. மேலும் ஒரு பெரியவரிடம் கேட்டுஅல்லது ஒரு எளிய இணையத் தேடலைச் செய்து முடிவெடுங்கள்!



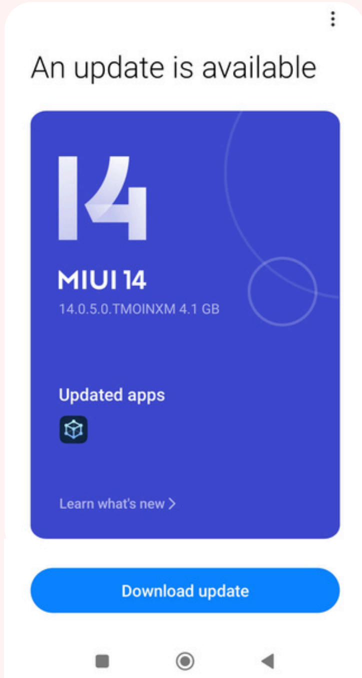
2

உங்கள் ஃபோனில் புதுப்பிப்பு கிடைக்கும்போது பின்வருவது போன்ற அறிவிப்பை உங்களுக்கு வழங்கும்:



3

அறிவிப்பைக் கிளிக் செய்த பின் நீங்கள் புதுப்பிப்பைப் பதிவிறக்க முடியும். ஹேக்கர்களிடம் இருந்து பாதுகாப்பைப்பெற உங்கள் ஃபோனை அடிக்கடி புதுப்பிக்க வேண்டும்!



செயல்பாடு

உங்கள் சாதனங்களை கடைசியாக எப்போது புதுப்பித்தீர்கள்? இதைப் பற்றி சிறிது நேரம் நினைவுபடுத்திப் பாருங்கள். இல்லையென்றால் இப்போதே புதுப்பிக்கவும்!

உங்கள் சொந்த தனிப்பட்ட தகவலை வழங்க உங்களை ஏமாற்றும் ஒரு மேம்பட்ட வகை ஹேக்கிங்கும் உள்ளது என்பது உங்களுக்குத் தெரியுமா? இது ஃபிஷிங் என்று அழைக்கப்படுகிறது!

ஃபிஷிங்? அதாவது, குளத்தில் மீன் பிடிப்பதா?

சரி, அப்படித்தான்! யாரோ ஒருவர் உங்கள் தகவலை ரகசியமாகக் கைப்பற்ற சில சமயங்களில் வேறொரு நபர் போலவோ அல்லது உங்கள் வங்கி, பள்ளி அல்லது பிடித்த வீடியோ கேமாக பாசாங்கு செய்வதன் மூலமோ என்பது போல இருக்கலாம்! முன்னர் நமக்குக் கிடைத்த செய்தி ஃபிஷிங்கிற்கு ஒரு சரியான எடுத்துக்காட்டு

ஃபிஷிங்

ஃபிஷிங் என்பது மோசடி செய்பவர்கள் அதிகாரப்பூர்வமாகத் தோன்றும் போலி செய்திகளை அனுப்பும் ஒரு மோசடியான தந்திரமாகும்! இந்தச் செய்திகள் பொதுவாக "நீங்கள் இப்போது சரிபார்க்காவிட்டால் உங்கள் கணக்கு நீக்கப்படும்!" போன்ற அவசர உணர்வை தூண்டுகின்றன. இதனால் நாம் பயந்து இணைப்பைக் கிளிக் செய்கிறோம் அல்லது கடவுச்சொற்கள் அல்லது கிரெடிட் கார்டு எண்கள் போன்ற முக்கியமான தகவலை உள்ளிடுகிறோம். பின்னர் இந்தத் தகவல் மோசடி செய்பவருக்கு நேரடியாகச் செல்கிறது. ஃபிஷிங் பற்றிய உதாரணத்தைப் பார்ப்போம்.

செய்தி அவசரப்படுத்துவதையும், கீழே உள்ள போலி இணைப்பு மற்றும் முக்கியமான தனிப்பட்ட விவரங்களை செய்தி கேட்கிறது என்பதையும் கவனியுங்கள் - இவை அனைத்தும் எச்சரிக்கைகள்! வங்கித் தகவலைக் கேட்கும் செய்திகள் அல்லது அழைப்புகள் குறித்து நீங்கள் எப்போதும் எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டும்.

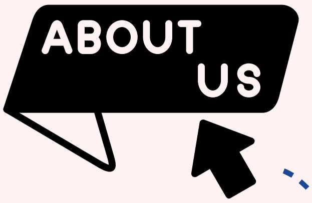
உதவிக்குறிப்பு: இணைப்பைச் சரிபார்க்கவும்!!

நீங்கள் எதிர்பாராத ஆதாரத்தில் இருந்து இணைப்பைப் பெற்றால், அது தவறாகத் தெரிந்தால், அல்லது கவர்ச்சிகரமான செய்தியுடன் வந்தால், கவனமாக இருங்கள்... சில நேரங்களில், அறியப்படாத இணைப்புகள் உங்கள் தகவலைத் திருடலாம் அல்லது உங்கள் சாதனத்தில் தீங்கு விளைவிக்கும் வைரஸ்களைப் பதிவிறக்கலாம்.

தீங்கு விளைவிக்கும் இணைப்புகள் குறித்து கவனமாக இருக்கவும். நீங்கள் பார்வையிடுவது பாதுகாப்பான, நம்பகமான வலைத்தளம் என்பதை உறுதிப்படுத்தவும். உதவும் சில வழிகாட்டுதல்கள் இதோ.

- உலாவியில் நீங்கள் தட்டச்சு செய்யும் வலைத்தளத்தின் இணைப்பைச் சரிபார்க்கவும். அது "https" என்பதைக் கொண்டு தொடங்குவதை உறுதிசெய்து கொள்ளுங்கள். "S" என்பது பாதுகாப்பைக் குறிக்கிறது மற்றும் தளம் தரவைப் பாதுகாக்க குறியாக்கத்தைப் பயன்படுத்துகிறது என்பதைக் குறிக்கிறது.

- இணைப்பின் பெயர் ".com" ".org" ".gov" ".in" அல்லது ".edu.in" ஆகியவற்றைக் கொண்டு முடிவடைவதை உறுதிசெய்து கொள்ளுங்கள் - இவை நிலையான பெயர்கள்



- ஒட்டுமொத்த வலைத்தளத்தையும் , குறிப்பாக அறிமுகப் பகுதியையும் , யார் அதை உருவாக்கினார்கள், அது எவ்வாறு வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது என்பதையும் புரிந்துகொள்ள சரிபார்க்கவும்.

- இது நம்பகமான தளத்தின் ஏமாற்றப்பட்ட அல்லது போலியான பதிப்பு அல்ல என்பதை உறுதிப்படுத்த URL ஐ இருமுறை சரிபார்க்கவும். எடுத்துக்காட்டாக, "amaz0n.com" என்பது "amazon.com" ஐப் பின்பற்ற முயற்சி செய்யும் ஒரு போலித் தளம்.

- தளம் சட்டபூர்வமானது மற்றும் பிற பயனர்களால் நம்பப்படுகிறது என்பதை உறுதிப்படுத்த ஆன்லைனில் தேடுங்கள்.

AdBlockers என்ற பெயர் குறிப்பிடுவது போல நீங்கள் தற்செயலாக ஒன்றைக் கிளிக் செய்தால், இணையத்தில் பாப்-அப்கள், விளம்பரங்கள் மற்றும் பிற நம்பமுடியாத கூறுகளைத் தடுக்கும். வலதுபுறத்தில் நீங்கள் காணக்கூடியது போல, சில நம்பகத்தன்மையற்ற வலைத்தளங்கள் உங்கள் ஆட்-பிளாக்கரை முடக்கச் சொல்லக்கூடும். அது பாதுகாப்பற்றதாக இருக்கலாம்!

செயல்பாடு

நீங்கள் ஆட்பிளாக்கரைப் பயன்படுத்துகிறீர்களா?
உங்கள் உலாவியில் நம்பகமான ஆட்பிளாக்கரை ஒரு எக்ஸ்டென்ஷனாக நிறுவ முயற்சி செய்யவும்!

ஃபிஷிங் மிகவும் அச்சுறுத்துகிறது! ஹேக்கர்களும் "ஃபிஷர்களும்" இந்தத் தகவலை எல்லாம் வைத்து என்ன செய்கிறார்கள்?

அவர்கள் சேகரித்த உங்களுடைய எல்லா தகவலையும் பயன்படுத்தி ஆன்லைனில் உங்களைப் போல ஆள்மாறாட்டம் செய்யலாம். அவர்கள் கணக்குகளை உருவாக்கலாம், உங்கள் வங்கிகளில் இருந்து பணம் எடுக்கலாம், உங்கள் பெயரில் கடன்களையும் வாங்கலாம்! இது அடையாளத் திருட்டு என்று அழைக்கப்படுகிறது.

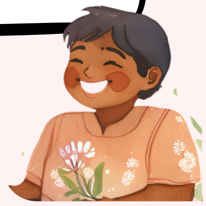
அடையாளத் திருட்டு

உங்கள் பெயர், முகவரி அல்லது ஆதார் அட்டை எண் போன்ற உங்கள் தனிப்பட்ட தகவலைப் பயன்படுத்தி யாராவது உங்களைப் போல நடிக்கும்போது அடையாளத் திருட்டு நிகழ்கிறது! அவர்கள் கணக்குகளைத் திறக்க, பொருட்களை வாங்க அல்லது சட்டவிரோதமான ஒன்றைச் செய்ய இது போல் செய்யலாம். அது உங்கள் தவறு என்பதைப் போல் தோன்றச் செய்யலாம். இது பெரிய சிக்கல்களை ஏற்படுத்தக்கூடும். அதாவது நீங்கள் செய்யாத விஷயங்களுக்கு பழிவாங்கப்படுதல் அல்லது உங்கள் சொந்தக் கணக்குகளுக்கான அணுகலை இழப்பத்தல் போன்றவை. இதோ சில எடுத்துக்காட்டுகள்!

உங்களது தொலைந்துபோன பள்ளி அடையாள அட்டை யாரோ ஒருவரிடம் கிடைக்கிறது. அவர் உங்கள் ரோல் எண்ணைப் பயன்படுத்தி உங்களைப் போல நடித்து உங்கள் தேர்வுத் தாளை சேகரிக்கிறார் என்று வைத்துக்கொள்வோம். ஆசிரியர் அவற்றை நம்புகிறார். ஏனென்றால் அது உண்மையில் நீங்கள்தான் என்று அவர் நினைக்கிறார். இப்போது அவர்களால் உங்கள் தேர்வு மதிப்பெண்ணைப் பார்க்க முடியும்!

யாரோ ஒருவர் ஒரு மளிகைக் கடையில் தொலைந்துபோன வாலட்டைக் கண்டுபிடிப்பதாக வைத்துக்கொள்வோம். அதைத் திருப்பித் தருவதற்குப் பதிலாக அவர்கள் அடையாள அட்டைகளில் இருந்து அந்த நபரின் பெயர், வயது மற்றும் முகவரியைப் பயன்படுத்தி கிரெடிட் கார்டுக்கு விண்ணப்பிக்கிறார்கள். அவர்கள் விலையுயர்ந்த பொருட்களை வாங்கத் தொடங்குகிறார்கள். பில் வரும்போது உரிமையாளர் அந்தப் பணத்தைச் செலவிடவில்லை என்றாலும் அது பணப்பையின் உரிமையாளருக்கு அனுப்பப்படும்!

எனவே, யாரோ ஒருவர் எனது அடையாளம், தகவல் மற்றும் தரவைத் திருட இந்த முறைகளைப் பயன்படுத்துகிறார் என்று வைத்துக்கொள்வோம்... அதை வைத்து வேறு என்ன செய்ய முடியும்?

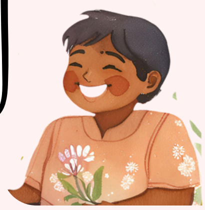


மேலும் அவர்கள் உங்கள் தரவை விற்கலாம், தவறாகப் பயன்படுத்தலாம் மற்றும் ஒரு குழுவை குறிவைக்க கூட அதைப் பயன்படுத்தலாம்! இது தரவுத் திருட்டு என்று அழைக்கப்படுகிறது

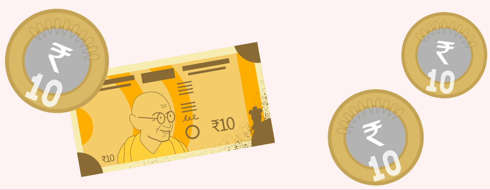
தரவுத் திருட்டு

அனுமதியின்றி கடவுச்சொற்கள், வங்கி விவரங்கள் அல்லது மருத்துவ பதிவுகள் போன்ற டிஜிட்டல் தகவலைத் திருடுவது தரவுத் திருட்டு ஆகும். இந்தத் தரவை விற்கலாம் அல்லது மேலும் குற்றங்களைச் செய்யப் பயன்படுத்தலாம்! வணிகங்கள் பெரும்பாலும் அதிக அளவு வாடிக்கையாளர் தகவலைச் சேமித்து வைப்பதால் அவை குறிவைக்கப்படுகின்றன. ஆனால் தனிநபர்களும் இதனால் பாதிக்கப்படலாம்.

நான் இப்போது புதிரின் அனைத்து பகுதிகளையும் ஒன்றாக இணைக்கத் தொடங்குகிறேன் என்று நினைக்கிறேன்! ஆனால் இதையெல்லாம் யாராவது ஏன் திருடுவார்கள் என்று எனக்கு இன்னும் புரியவில்லை?



அமித் பையாவிடம் மேலும் கூறும்படி கேட்போம்!



நீங்கள் இருவரும் மிகவும் அறிவுக் கூர்மை கொண்டவர்கள்! ஹேக்கிங், ஃபிஷிங், தரவு மற்றும் அடையாள திருட்டு போன்ற அனைத்து நடவடிக்கைகளையும் மிகவும் தீவிரமாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஏனெனில் அவை பெரும்பாலும் நிதி மோசடி செய்யப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. அப்போது உங்கள் பணத்தையோ அல்லது நிதித் தகவலையோ யாராவது திருடுவார்கள். ஆன்லைனில் அல்லது நேரில் மோசடி நடக்கலாம். மேலும் அதைச் சரிசெய்வது பெரும்பாலும் கடினம். அதனால்தான் நாம் மிகவும் கவனமாக இருக்க வேண்டும். உங்களைச் சிறந்த முறையில் பாதுகாத்துக்கொள்ள உதவும் ஒரு நிதி மோசடிக்கான எடுத்துக்காட்டைப் பார்க்கலாம். இது கடந்த வாரம் இது என் சகோதாரிக்கு நடந்தது!

வணக்கம், மேடம். நான் மாவட்ட மின்சார வாரியத்தைச் சேர்ந்த சுரேஷ். இது மிகவும் அவசரமான அழைப்பு. எங்கள் பதிவுகளின்படி, உங்கள் கடைசி மின் கட்டணம் செலுத்தப்படவில்லை. மேலும் உங்கள் இணைப்பு அடுத்த 2 மணி நேரத்தில் துண்டிக்கப்படக்கூடிய ஆபத்தில் உள்ளது.

என்ன? கடந்த வாரம் நான் பில்லை செலுத்திவிட்டேனே! ஏதோ தவறு நடந்திருக்க வேண்டும்.

மேடம், உங்கள் பிரச்சினையை நான் புரிந்துகொள்கிறேன். ஆனால் எங்களுக்குப் பணம் செலுத்தியதற்கான உறுதிப்படுத்தல் கிடைக்கவில்லை. இணைப்பைத் துண்டிக்காமல் இருக்க, நிலுவையில் உள்ள தொகையான ₹2,500 ஐ விரைவாகச் செலுத்த வேண்டும். கவலைப்பட வேண்டாம். இப்போதே ஃபோன் மூலம் அதைச் செலுத்த நான் உங்களுக்கு வழிகாட்ட முடியும்.

நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

உங்கள் ஃபோனில் உங்கள் வங்கிச் செயலியைத் திறங்கள். பணம் செலுத்துவதற்குப் பாதுகாப்பான இணைப்பை நான் உங்களுக்கு வழங்குகிறேன். எந்த இடையூறும் ஏற்படாமல் இருக்க 5 நிமிடங்களுக்குள் இதை நீங்கள் நிறைவு செய்யுங்கள்!

அமித்தின் சகோதரி இணைப்பைக் கிளிக் செய்கிறார். அது ஒரு போலி பணம்செலுத்தும் பக்கத்திற்கு வழிநடத்துகிறது... இறுதியில் அவர் தெரியாத ஒருவருக்கு தனது பில்லைச் செலுத்துகிறார்!

இந்த உரையாடலில் நீங்கள் இருவரும் சில சந்தேகத்திற்கிடமான அறிகுறிகளைக் கவனித்தீர்களா? நீங்கள் கவனிக்க வேண்டிய சில எச்சரிக்கைகள் இதோ:

அவசரம் மற்றும் பயம்:
பாதிக்கப்பட்டவரை சிந்திக்கவிடாமல் செயல்படுவாதற்கு அழுத்தம் கொடுக்க அழைப்பாளர் அச்சத்தை உண்டாக்குகிறார்

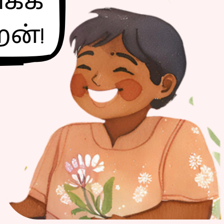
சரிபார்க்கப்படாத அடையாளம்:
அழைப்பாளர் தான் ஓர் அதிகாரியைப் பிரதிநிதித்துவப்படுத்துவதாகக் கூறுகிறார். ஆனால் ஆதாரத்தை வழங்குவதில்லை.

வழக்கத்திற்கு மாறான பணம்செலுத்தும் முறை:
சட்டப்பூர்வமான நிறுவனங்கள் தனிப்பட்ட கணக்குகள் அல்லது பாதுகாப்பற்ற இணைப்புகள் மூலம் உடனடியாகப் பணம் செலுத்தும்படி கேட்பதில்லை.

போலி இணைப்பு:
அழைப்பாளர் அதிகாரப்பூர்வமான பணம்செலுத்தும் பக்கத்தைப் போல பாசாங்கு செய்து ஒரு தீங்கிழைக்கும் இணைப்பை அனுப்பினார்.

எனது சகோதரி பின்னர் கட்டண வலைத்தளத்தில் தவறான தளவமைப்பு மற்றும் URL இருப்பதைக் கவனித்தார். மோசடி செய்பவரைக் குறுக்கு சோதனை செய்து தன்னைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள என் சகோதரி வேறு என்ன செய்திருக்கலாம் என்று நீங்கள் இருவரும் நினைக்கிறீர்கள்?

ம்ம்ம்... அழைப்பாளரிடம் அவரது ஐடியைக் கேட்டு, பின்னர் மின்சார நிறுவனத்தை அழைத்து உறுதிப்படுத்தியிருக்கலாமே? அவரது எண்ணையும் தடுக்க வேண்டும் என்று நினைக்கிறேன்!



ம்ம்ம்ம்... பணம் எதுவும் எடுக்கப்படவில்லை என்பதை உறுதிப்படுத்த அவர் தனது வங்கியிலும் சரிபார்க்க வேண்டும்!

அருமை!! நீங்கள் ஆன்லைனில் ஷாப்பிங் செய்யும்போது இந்த உதவிக்குறிப்புகள் மற்றும் பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகள் அனைத்தும் உங்களுக்கு பயனுள்ளதாக இருக்கும்!

உங்கள் ஆன்லைன் ஷாப்பிங் பாதுகாப்பு சரிபார்ப்புப் பட்டியல்

- [ ] மதிப்புரைகளைப் பார்த்து, மற்ற வாடிக்கையாளர்கள் தயாரிப்பைப் பற்றி என்ன சொல்கிறார்கள் என்பதைப் பாருங்கள். போலி மதிப்புரைகள் அல்லது சந்தேகத்திற்கிடமான உள்ளடக்கம் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள்.
- [ ] தளம் பாதுகாப்பாக இருப்பதை உறுதிசெய்து கொள்ளுங்கள், முகவரிப் பட்டியில் 'https://' மற்றும் பூட்டு ஐகான் உள்ளது.
- [ ] தளம் பாதுகாப்பாக இருப்பதை உறுதிசெய்து கொள்ளுங்கள், முகவரிப் பட்டியில் 'https://' மற்றும் பூட்டு ஐகான் உள்ளது.
- [ ] கடவுச்சொற்கள் அல்லது வங்கி விவரங்கள் போன்ற தகவலை தளம் உங்களிடம் கேட்டதா? உண்மையான ஷாப்பிங் தளங்கள் இதை ஒருபோதும் அழைப்பு, மின்னஞ்சல் அல்லது செய்தி மூலம் கேட்பதில்லை!
- [ ] கடவுச்சொற்கள் அல்லது வங்கி விவரங்கள் போன்ற தகவலை தளம் உங்களிடம் கேட்டதா? உண்மையான ஷாப்பிங் தளங்கள் இதை ஒருபோதும் அழைப்பு, மின்னஞ்சல் அல்லது செய்தி மூலம் கேட்பதில்லை!
- [ ] ஆர்டர் பற்றிய செய்திகள் உண்மையானவை என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள் - அவை பொதுவாக நீங்கள் செய்யாத ஆர்டர்கள், லாட்டரிகள், முக்கியமான தகவல் அல்லது எழுத்துப்பிழைகள் போன்றவற்றை உள்ளடக்கியிருக்கக்கூடாது.
- [ ] ஒரு தயாரிப்பு உங்கள் எதிர்பார்ப்புகளை பூர்த்தி செய்யவில்லை என்றால் செயல்முறையைப் புரிந்துகொள்ள விதிமுறைகள் மற்றும் நிபந்தனைகள் மற்றும் பணத்தைத் திரும்பப்பெறும் கொள்கையைப் படிக்கவும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

அமேசானில், ஃபிஷிங் தாக்குதல்கள், சந்தேகத்திற்கிடமான அழைப்புகள்/மின்னஞ்சல் / உரைகள் அல்லது பாதுகாப்பற்ற/சந்தேகத்திற்குரிய தயாரிப்புகள் குறித்து நீங்கள் புகார் அளிக்கலாம். அமேசானின் உதவியின் கீழ்...

- "சந்தேகத்திற்குரிய ஒன்றைப் புகாரளி" என்பதற்குச் சென்று விருப்பத் தேர்வுகளில் ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுக்கவும். தொடர்புடைய விவரங்களுடன் அறிக்கையைச் சமர்ப்பிக்கவும். சந்தேகத்திற்குரிய மின்னஞ்சல் முகவரி/உரையை reportascam@amazon.in இல் அனுப்பவும்.

- "பெறப்பட்ட கோரப்படாத பேக்கேஜ்கள்" என்பதன் கீழ் உள்ள மர்மமான தொகுப்புகளைப் பற்றிப் புகாரளிக்க பெட்டியைக் கவனமாகத் தேர்வுசெய்து விவரங்களைச் சமர்ப்பிக்கவும்.

- "இந்தத் தயாரிப்பு அல்லது விற்பனையாளர் பற்றிய ஒரு பிரச்சினையைப் புகாரளிக்கவும்" என்பதைக் கிளிக் செய்து வழிமுறைகளைப் பின்பற்றி தயாரிப்புப் பக்கத்தில் இருந்து நேரடியாக விற்பனையாளர்கள் அல்லது தயாரிப்புகளைப் பற்றிப் புகாரளிக்கவும்.

- அமேசானால் அடையாளம் காணப்பட்ட சில பொதுவான மோசடிகள் இதோ.

செயல்பாடு

New Tab

இந்தக் கருவிகளை ஆன்லைனில் தேட முடியுமா?

மூன்று நம்பகமான வைரஸ் தடுப்பு மென்பொருட்கள்:

1.
2.
3.

மூன்று நம்பகமான மற்றும் இலவச விளம்பரத்தைத் தடுக்கும் கருவிகள்:

1.
2.
3.

மீண்டும் பதிவு செய்யுங்கள்: உங்களைப் பாதுகாக்க நினைவில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டியவை!

ஏதாவது சந்தேகத்திற்குரியதாக உணர்ந்தால் நீங்கள் ஒரு பெற்றோர், ஆசிரியர் அல்லது மற்றொரு நம்பகமான பெரியவரிடம் பேச வேண்டும் என்பதை நினைவில் வைத்துகொள்ளுங்கள்!3

வலிமையான கடவுச்சொற்கள்

யூகிப்பதற்குக் கடினமாக இருக்கும் கடவுச்சொற்களை உருவாக்குங்கள். அவற்றில் எழுத்துக்கள், எண்கள் மற்றும் சிறப்பு எழுத்துக்கள் கலந்திருக்க வேண்டும்! உங்கள் பெயர், செல்லப்பிராணியின் பெயர் அல்லது "12345" போன்ற எளிமையான்வைகளைப் பயன்படுத்துவதைத் தவிர்க்கவும். நீங்கள் பகிரப்பட்ட சாதனங்களைப் பயன்படுத்தினால் ஒவ்வொரு அமர்வுக்குப் பின்னரும் அவற்றில் இருந்து வெளியேறுவதை எப்போதும் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

இரட்டைப் பாதுகாப்பு

உங்கள் கணக்குகளில் கூடுதல் பூட்டை அமைக்க 2 காரணி அங்கீகாரத்தைப் பயன்படுத்தவும்! யாராவது உங்கள் கடவுச்சொல்லை யூகித்தாலும் உள்நுழைய அவர்களுக்கு இரண்டாவது குறியீடு தேவைப்படும் என்பதை இது உறுதி செய்கிறது. எந்தவொரு கணக்கிலும் தனியுரிமை மற்றும் பாதுகாப்பு என்பதன் கீழ் அதைக் கண்டுபிடிக்க அமைப்புகளுக்குச் செல்லவும்.

யோசித்த பின் கிளிக் செய்யுங்கள்!

மின்னஞ்சல்கள் அல்லது செய்திகளில் உள்ள இணைப்புகள் பாதுகாப்பானவை என்று உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால் அவற்றைக் கிளிக் செய்ய வேண்டாம்.ஏதாவது சந்தேகம் இருந்தால் நிறுவனம் அல்லது நபரிடம் நேரடியாக விசாரித்து அதன் பின் அதைச் சரிபார்க்கவும். மின்னஞ்சல்களில் எழுத்துப்பிழைகள், அந்நியர்களிடம் இருந்து வரும் செய்திகள் அல்லது அவசரப் பணக் கோரிக்கைகள் ஆகியவற்றையும் கவனியுங்கள்

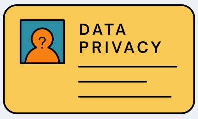
மீள் பார்வை: உங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள நினைவில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டியவை!

ஆட்பிளாக்கர்கள்

ஆட்பிளாக்கர்கள் என்பவை பாப்-அப்கள், பேனர்கள் மற்றும் வீடியோ விளம்பரங்கள் உள்ளிட்ட வலைத்தளங்களில் விளம்பரங்களை அகற்ற அல்லது தடுக்க வடிவமைக்கப்பட்ட மென்பொருள் கருவிகள் அல்லது உலாவி எக்ஸ்டென்ஷன்கள் ஆகும். விளம்பரங்கள் ஏற்றப்படுவதைத் தடுப்பதன் மூலம், அவை உலாவல் வேகத்தை மேம்படுத்துகின்றன, தரவு பயன்பாட்டைக் குறைக்கின்றன மற்றும் மேல்வேர்களைக் கொண்ட தீங்கிழைக்கும் விளம்பரங்களில் இருந்து பாதுகாக்க உதவுகின்றன.

பொது வைஃபையைத் தவிர்க்கவும், புளூடூத்தை முடக்கவும்

பொது வைஃபையைப் பயன்படுத்துதல் அல்லது புளூடூத்தைப் பிறர் பயன்படுத்தும் அபாய நிலையில் வைத்திருப்பது. தனிப்பட்ட, பாதுகாப்பான நெட்வொர்க்கைப் பயன்படுத்துவதும், பயன்பாட்டில் இல்லாதபோது புளூடூத்தை முடக்குவதும் பாதுகாப்பானது!



ஆன்லைனில் நீங்கள் பகிரும் விஷயங்களில் கவனமாக இருங்கள்

உங்கள் முழுப்பெயர், முகவரி, தொலைபேசி எண் அல்லது பள்ளிப் பெயர் போன்ற தனிப்பட்ட தகவலை சமூக ஊடகங்களில் பகிர்வதைத் தவிர்க்கவும்! உங்கள் சுயவிவரம், இடுகைகள் மற்றும் செய்திகளை யார் பார்க்கலாம் என்பதைக் கட்டுப்படுத்த சமூக ஊடகங்கள் மற்றும் விளையாட்டுகளில் தனியுரிமை அமைப்புகளைப் பயன்படுத்தவும். விரைவில், அதை எப்படி செய்வது என்று ஆராய்வோம்!

ஆன்டிவைரஸ் மென்பொருளைப் பயன்படுத்தி சாதனங்களைப் புதுப்பிக்கவும்

ஒரு வைரஸ் தடுப்பு மென்பொருளை நிறுவி உங்கள் சாதனத்தின் ஃபயர்வால் இயக்கப்பட்டுள்ளதா என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். இந்தக் கருவிகள் உங்கள் தகவலைத் திருட ஹேக்கர்கள் பயன்படுத்தும் தீங்கு விளைவிக்கும் மேல்வேர் மற்றும் வைரஸ்களைக் கண்டறிந்து தடுக்க உதவுகின்றன. ஹேக்கர்கள் நுழையக்கூடிய பக்குகள் அல்லது பாதுகாப்பு ஓட்டைகளை சரிசெய்ய உங்கள் சாதனத்தையும் நீங்கள் தொடர்ந்து புதுப்பிக்க வேண்டும்.

உங்கள் தரவைக் காப்புப் பிரதி எடுக்கவும்

வெளிப்புற ஹார்டு டிரைவ் அல்லது கிளவுட் சேவையில் முக்கியமான கோப்புகள் அல்லது புகைப்படங்களின் நகல்களைத் தொடர்ந்து சேமிக்கவும். உங்கள் சாதனம் எப்போதாவது ஹேக் செய்யப்பட்டாலோ அல்லது வைரஸால் பாதிக்கப்பட்டாலோ அனைத்தையும் இழந்துபோகாமல் இது பாதுகாக்கும்.

அத்தியாயம் 3: தனியுரிமை - உங்கள் டிஜிட்டல் கேடயம்!

ஒரு வெயிலடிக்கும் நாளில் மீரா, ரகிம், சூசன் ஆகிய மூவரும் பூங்காவில் அமர்ந்து சிரித்து மகிழ்ந்து வேடிக்கையாக செல்ஃபி எடுத்துக்கொள்கிறார்கள். மீரா அவர்களின் புகைப்படம் ஒன்று மிகவும் அழகாக இருப்பதைப் பார்க்கிறாள். அவள் அதைப் பதிவேற்றி இடத்தைக் குறிப்பிட்டு அவர்களை டேக் செய்கிறாள்!

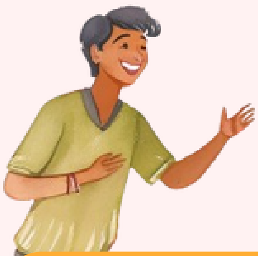
சரி, மீரா, நீ என்னை டேக் செய்து இடத்தைச் சேர்த்தாயா? எனக்கு அதில் உடன்பாடு இல்லை.

ஏன் இல்லை? இது வெறும் வேடிக்கையான புகைப்படம். இடத்தை டேக் செய்வதில் என்ன தவறு?

இது எனக்கு சங்கடத்தை ஏற்படுத்துகிறது. நிகழ்நேரத்தில் நாம் இருக்கும் இடத்தைப் பகிர்வது ஆபத்தானது. நீ முதலில் கேட்க வேண்டும்!

ரகிம் எல்லோரும் இதுபோன்ற புகைப்படங்களை இடுகிறார்கள். நீ நிதானமாக இருக்க வேண்டும். எதுவும் நடக்கப்போவதில்லை.

அது முக்கியமல்ல! நான் அதை உங்களுக்கு எப்படி விளக்குவது....



ரகிம் இதில் இருக்கும் பிரச்சினையை மீரா புரிந்துகொள்ள உதவக்கூடிய ஒருவரிடம் நாம் ஏன் செல்லக்கூடாது? அமித் பையாவைப் பார்ப்போம்!

ஓ எல்லோரும் வாங்க! நீங்கள் என்னிடம் வந்ததில் மகிழ்ச்சி. நீங்கள் அனைவரும் இப்போது செயலில் உள்ள இணைய பயனர்களாகி வருகிறீர்கள். ஆன்லைன் தனியுரிமை, ஒப்புதல் மற்றும் எல்லைகள் பற்றி அறிய இது ஒரு சிறந்த நேரம்! எனவே தொடங்குவோம்!

தனியுரிமை, ஒப்புதல் மற்றும் எல்லைகளைப் புரிந்துகொள்வது

உங்களைப் பற்றிய எந்தத் தகவலை யார் தெரிந்துகொள்வது என்பது குறித்த கட்டுப்பாட்டை வைத்திருப்பதே தனியுரிமை ஆகும். வெவ்வேறு நபர்கள் வெவ்வேறு நிலையிலான தனியுரிமையை விரும்புகிறார்கள் - எடுத்துக்காட்டாக, சிலர் தங்கள் பிறந்தநாளைப் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புவதில்லை, மற்றவர்கள் விரும்புகிறார்கள்! இருந்தாலும் நம் இருப்பிடம் அல்லது தனிப்பட்ட கதைகளை அந்நியர்களுடன் ஆஃப்லைனில் பகிர்ந்து கொள்ளாமல் கவனமாக இருப்பது போல ஆன்லைனில் உங்கள் தனியுரிமையைப் பராமரிப்பதும் அதிகரிப்பதும் உங்களைப் பாதுகாப்பாக வைத்திருக்க உதவும்.

இந்தியாவில் நடைபெற்ற ஒரு முக்கிய வழக்கில் 2017 ஆம் ஆண்டு வழங்கப்பட்ட புட்டசாமி தீர்ப்பு என்ற ஒருபிரபலமான தீர்ப்பு அனைத்துக் குடிமக்களுக்கும் தனியுரிமையை ஓர் அடிப்படை உரிமை என்று அதிகாரப்பூர்வமாக அங்கீகரித்தது. இந்தத் தீர்ப்பு ஒரு திருப்புமுனையாக அமைந்தது. ஒவ்வொரு தனிநபருக்கும் அவர்களின் தனிப்பட்ட இடம், தகவல் மற்றும் தேர்வுகளைக் கட்டுப்படுத்த உரிமை உண்டு என்பதை இது வலியுறுத்தியது.

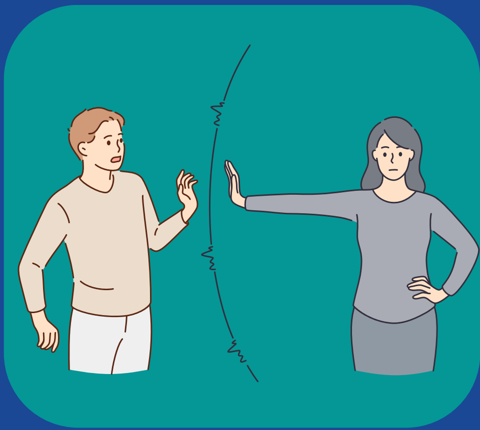
இதை இப்படி யோசித்துப் பாருங்கள்: உங்கள் ஆன்லைன் செயல்பாடு பற்றிய அனைத்தையும் உங்கள் பெற்றோர் அல்லது நண்பர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டாம் என்று நீங்கள் தேர்வு செய்யலாம். அது முற்றிலும் உங்கள் முடிவு.
நீங்கள் எதைப் பகிர்கிறீர்கள், யாருடன் பகிர்ந்து கொள்கிறீர்கள் என்பதன் மீதான இந்தக் கட்டுப்பாட்டு உணர்வுதான் தனியுரிமை என்பது. இந்த அத்தியாயத்தில், நமது தனியுரிமையைப் பாதுகாக்க நமது டிஜிட்டல் எல்லைகளை எவ்வாறு சிறப்பாகப் புரிந்துகொள்வது மற்றும் வெளிப்படுத்துவது என்பதை ஆராய்வோம்.

டிஜிட்டல் ஒப்புதல் என்றால் என்ன?

டிஜிட்டல் ஒப்புதல் என்பது உங்கள் தனிப்பட்ட தகவல், புகைப்படங்கள் அல்லது செய்திகளை ஆன்லைனில் பயன்படுத்த, பகிர அல்லது தொடர்பு கொள்ள யாராவது கேட்கும்போது 'ஆம்' அல்லது 'இல்லை' என்று கூறுவதாகும். இது உங்களுக்கு எது வசதியாக இருக்கிறது என்பது குறித்து அறிவுபூர்வமான மற்றும் தகவலறிந்த தேர்வை மேற்கொள்வதை உள்ளடக்கியது. மேலும் இது புகைப்படங்கள், செய்திகள் அல்லது உங்கள் இருப்பிடம் போன்றவற்றைப் பகிர்வதற்கும் பொருந்தும். டிஜிட்டல் ஒப்புதல் எந்த நேரத்திலும் புதுப்பிக்கப்படலாம் - நீங்கள் ஆம் என்று கூறிய பின்னரும் நீங்கள் எதையாவது வசதியாக உணரவில்லை என்றால் மறுக்கலாம்! ஒப்புதல் இயல்பாக வழங்கப்பட வேண்டும் என்பதையும், கட்டாயப்படுத்தவோ அல்லது அனுமானத்தின் பேரிலோ வழங்க வேண்டாம் என்பதையும் புரிந்துகொள்வது முக்கியமானதாகும்.

எல்லைகள்: ஒப்புதல் தெரிவிக்கும் ஒரு முறை

எல்லைகள் என்பது கண்ணுக்குத் தெரியாத கோடுகள். அவை உங்களைப் பாதுகாப்பாகவும் வசதியாகவும் உணர வைக்கின்றன. டிஜிட்டல் வெளிகளில் எதைப் பகிர வேண்டும், யாரை நம்ப வேண்டும், மற்றவர்களிடம் இருந்து எதை எதிர்பார்க்க வேண்டும் என்பதைத் தீர்மானிக்க அவை உங்களுக்கு உதவுகின்றன. உங்கள் எல்லைகளை நீங்கள் தீர்மானித்தவுடன் உங்களுக்கு எது சரியானது என்று தோன்றுகிறதோ அதன் அடிப்படையில் ஒப்புதல் அளிக்கவோ மறுக்கவோ அவற்றைப் பயன்படுத்தலாம். எடுத்துக்காட்டாக, யாராவது உங்கள் புகைப்படத்தை இடுகை இடுவதற்கு முன் அல்லது உங்கள் இருப்பிடத்தை நெருங்கிய நண்பர்களுடன் மட்டுமே பகிர்வதற்கு முன் கேட்க வேண்டும் என்று விரும்பினால் இந்த எல்லைகள் உங்கள் தேர்வுகளை வழிநடத்துகின்றன. மேலும் மற்றவர்கள் உங்கள் சௌகரியத்தை மதிக்க உதவுகின்றன.



தனியுரிமையும் பாதுகாப்பும்

தனியுரிமை என்பது உங்கள் தனிப்பட்ட தகவலைக் கட்டுப்படுத்துவது பற்றியது அதே வேளையில் பாதுகாப்பு என்பது உங்கள் தரவையும் சாதனங்களையும் வெளிப்புற அச்சுறுத்தல்களில் இருந்து பாதுகாப்பது பற்றியது. அவை ஒன்றோடொன்று இணைக்கப்பட்டுள்ளன. வலிமையான பாதுகாப்பு பெரும்பாலும் தனியுரிமையை ஆதரிக்கிறது. தனியுரிமையில் கவனத்துடன் இருப்பது சிறந்த பாதுகாப்பை மேம்படுத்த உதவுகிறது.

செயல்பாடு

பின்வரும் செயல்கள் தனியுரிமை, பாதுகாப்பு அல்லது இரண்டிற்குமான நடவடிக்கைகளா என்பதை அடையாளம் காணவும்:

- ஒவ்வொரு கணக்கிற்கும் வலிமையான, தனித்துவமான கடவுச்சொற்களை உருவாக்குதல்.
- நீங்கள் அடிக்கடி பயன்படுத்தாத செயலிகளுக்கான இருப்பிட சேவைகளை முடக்குதல்.
- பயன்படுத்திய பின் பகிரப்பட்ட சாதனங்களில் உங்கள் கணக்குகளில் இருந்து வெளியேறுதல்
- உங்கள் சமூக ஊடகக் கணக்கைத் தனிப்பட்டதாக வைத்திருத்தல்.
- உங்கள் சமூக ஊடகப் பயனர்பெயரைப் பகிர்வதைத் தவிர்த்தல்.

செயல்பாடு

தனிப்பட்ட தனியுரிமை மற்றும் எல்லை குறித்த முன்னுரிமைகளைப் பற்றி சிந்தித்தல்

பிங்கோ கார்டில் உள்ள ஒவ்வொரு அறிக்கையையும் பார்த்து ஆன்லைனில் நீங்கள் சௌகரியமாக இருப்பதை விவரிப்பவற்றைக் குறிக்கவும்.
நீங்கள் ஒரு வரிசை, நெடுவரிசை அல்லது மூலைவிட்டத்தை நிரப்பினால், "பிங்கோ!" என்று கத்துங்கள்.

எனது பிறந்தநாளை ஆன்லைனில் பகிர்ந்து கொள்ள எனக்கு வசதியாக இருக்கிறது.	நான் சமூக ஊடகங்களில் ஒரு தனிப்பட்ட கணக்கைப் பயன்படுத்துகிறேன்.	பதிவுகளில் எனது நிகழ்நேர இருப்பிடத்தைப் பகிர்வதை நான் தவிர்க்கிறேன்.	எனது மின்னஞ்சல் முகவரியை ஆன்லைனில் பகிர்வதை நான் விரும்புவதில்லை
யாராவது கேட்காமல் என்னை டேக் செய்தால் எனக்கு சங்கடமாக இருக்கிறது.	நெருங்கிய நண்பர்களுடன் மட்டும் புகைப்படங்களைப் பகிர்வதில் எனக்கு எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை.	எனது ஃபோன் எண்ணை ஆன்லைனில் பகிர நான் விரும்பவில்லை.	ஒரு நண்பர் கேட்காமலேயே எனது கதையைப் பகிரும்போது எனக்கு சங்கடமாக இருக்கிறது.
பகிர்வதற்கு முன் எனது இடுகைகளை யாரால் பார்க்க முடியும் என்பதை நான் எப்போதும் மதிப்பாய்வு செய்கிறேன்.	எனது பள்ளி அல்லது வீட்டு முகவரி போன்ற தனிப்பட்ட விவரங்களை இடுகையிடுவதை நான் தவிர்க்கிறேன்.	என்னைப் பற்றிய ஓர் இடுகையை நீக்குவதற்கு யாரிடமாவது சொல்வது எனக்கு சங்கடமாக இருக்கிறது.	சமூக ஊடகங்களில் தனிப்பட்ட எதையும் பகிர்வதற்கு முன் நான் எப்போதும் இருமுறை யோசிப்பேன்.
என்னைப் பற்றிய நேர்மறையான அல்லது நடுநிலையான புதுப்பிப்புகளை மட்டுமே பகிர விரும்புகிறேன்.	ஆன்லைன் விவாதங்களில் எனது கருத்துக்களைப் பகிர்வதில் எனக்கு சங்கடமாக இருக்கிறது.	யாராவது என்னுடன் ஒரு குழு புகைப்படத்தைப் பகிர்ந்து கொண்டால் அதில் எனக்கு எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை.	அந்நியர்களிடம் இருந்து வரும் நட்பு கோரிக்கைகளை நான் ஏற்றுக்கொள்வதில் லை

உங்களை இடைநிறுத்தவோ அல்லது ஆழமாக சிந்திக்கவோ வைக்கும் ஏதாவது கூற்றுகளை நீங்கள் கவனித்தீர்களா?
நீங்கள் சௌகரியமாக இருக்கும் ஏதாவது வடிவங்களைக் கவனித்தீர்களா?
இந்தச் செயல்பாட்டின் அடிப்படையில் உங்களுக்காக ஏதாவது புதிய எல்லைகளை அமைத்துக் கொள்ள விரும்புகிறீர்களா?

ரகிம் என்ன சொல்ல முயற்சிக்கிறார் என்பது இப்போது உங்களுக்குப் புரிகிறதா, மீரா?

எனக்குப் புரிகிறது! முதல் முறையாக அதைப் புரிந்து கொள்ளாததற்கு நான் மிகவும் வருத்தப்படுகிறேன். மன்னித்துக்கொள் ரகிம்! புகைப்படத்தில் உன்னை டேக் செய்வதற்கு முன் நான் அனுமதி கேட்டிருக்க வேண்டும்.

பரவாயில்லை! அமித் பையாவுடன் நாம் பேசியதில் மகிழ்ச்சி அடைகிறேன். எப்படியிருந்தாலும் அதை உனக்கு நான் சரியாக விளக்கவில்லை என்று நினைக்கிறேன்.

என் நண்பர்கள் மற்றும் குடும்பத்தினருக்கு விளக்க சரியான வார்த்தைகளை என்னால் ஒருபோதும் கண்டுபிடிக்க முடிவதில்லை. அமித் பையா மக்களுடன் சண்டையிடாமல் அல்லது அவர்களை வருத்தப்படுத்தாமல் ஆன்லைன் எல்லைகளுக்குள் அவர்களை எவ்வாறு தொடர்புகொள்வது என்பதைக் கற்றுக்கொள்ள எங்களுக்கு உதவுவீர்களா?

நண்பர்களே! அடுத்த முறை இதுபோன்ற ஓர் உரையாடலை நீங்கள் நடாத்த வேண்டியிருக்கும் போது இந்த விஷயங்களை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்

- உங்கள் தொனி முக்கியமானது: நீங்கள் கோபமாகவோ அல்லது வருத்தமாகவோ இல்லை என்பதைக் காட்டும் வகையில் பேசுங்கள். கத்துவதற்கு அல்லது எரிச்சலடைவதற்குப் பதிலாக, "இதைப் பற்றி நான் எப்படி உணர்கிறேன் என்பதைப் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புகிறேன்" என்று சொல்லலாம்.
- உணர்ச்சிகரமான வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்தவும்: எல்லை ஏன் முக்கியமானது என்பதை விளக்க நீங்கள் எப்படி உணர்கிறீர்கள் என்பதைப் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள். எடுத்துக்காட்டாக, "அதைச் செய்யாதே" என்று சொல்வதற்குப் பதிலாக, "எனது பாதுகாப்பைப் பற்றி நான் கவலைப்படுகிறேன்" என்று சொல்லுங்கள்.
- கேட்பதோடு மட்டுமல்லாமல் கேள்விகளை வரவேற்கவும்: நீங்கள் உங்கள் எல்லைகளைப் பகிர்ந்து கொண்ட பின் மற்றவர் கேள்விகள் கேட்கட்டும் அல்லது அவர்கள் தங்கள் எண்ணங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளட்டும். விதிகளை வழங்குவது மட்டுமல்லாமல், உரையாடலை நடத்துவது முக்கியம். நாம் அனைவரும் இப்படித்தான் கற்றுக்கொள்கிறோம்!

மீரா & ரகிம், அதை நாம் மாதிரியாக வைத்துக் கொள்ளலாம் இல்லையா?

நிச்சயமாக!
மீரா, எனது இருப்பிடத்தை ஆன்லைனில் பகிர்வது எனக்குப் பதட்டத்தை ஏற்படுத்துகிறது. மேலும் உனக்குப் புலனாகும் இடுகைகளில் நான் டேக் செய்யப்படுவதை விரும்பவில்லை.

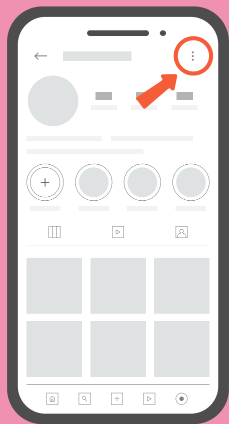
ஓ... நான் அப்படி நினைக்கவில்லை. அது சரிதான் என்று எண்ணினேன். மன்னித்துக்கொள் ரகிம். உன்னை சங்கடப்படுத்த வேண்டும் என்று நான் நினைக்கவில்லை. இப்போதே இடுகையில் இருந்து டேக்கையும் இடத்தையும் நீக்கிவிடுகிறேன்.

வாவ் அது சுலபமாக இருந்தது! நன்றி பையா!

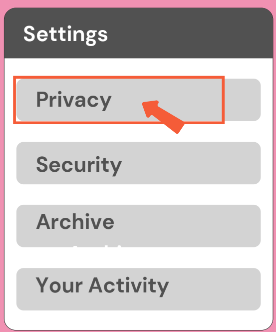
தனியுரிமை அமைப்புகளை மேம்படுத்துதல்

இப்போது நாம் தனிப்பட்ட எல்லைகளை அமைத்துள்ளதால் பல்வேறு தளங்களில் உங்கள் தனியுரிமையை எவ்வாறு பாதுகாப்பது என்பதைப் பார்ப்போம். சமூக ஊடகங்கள், மின்னஞ்சல் கணக்குகள் மற்றும் செயலிகள் உங்கள் தனிப்பட்ட தகவலை எவ்வாறு கையாளுகின்றன என்பதைப் புரிந்துகொள்வது இதில் அடங்கும். எந்தத் தரவு சேகரிக்கப்படுகிறது மற்றும் அது எவ்வாறு பயன்படுத்தப்படுகிறது என்பதை அறிவது உங்கள் ஆன்லைன் இருப்பைக் கட்டுப்படுத்துவதற்கு முக்கியமானதாகும்.

Pஇங்கே இடைநிறுத்தி உங்கள் சமூக ஊடகக் கணக்கு பொது வெளியில் உள்ளதா அல்லது தனிப்பட்டதா என்பதைச் சரிபார்க்கவும். எப்படிச் சரிபார்ப்பது என்று உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால் இந்தப் படிகளைப் பின்பற்றவும்

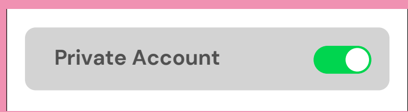


1. உங்கள் சமூக ஊடக செயலியை உருவாக்கி உங்கள் சுயவிவர எடிட்டிங்ஸுக்குச் செல்லவும்.

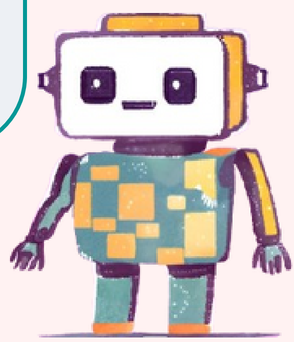


1. உங்கள் சமூக ஊடக செயலியை உருவாக்கி உங்கள் சுயவிவர எடிட்டிங்ஸுக்குச் செல்லவும்.

3. உங்கள் கணக்கு பொது வெளியில் இருந்தால் உங்கள் உள்ளடக்கத்தை யார் பார்க்கலாம் என்பதைக் கட்டுப்படுத்த அதை தனிப்பட்டதாக மாற்றலாம்.



முதல் அத்தியாயத்தில், நீங்கள் ஆன்லைனில் செல்லும் போதெல்லாம் விட்டுச் செல்லும் டிஜிட்டல் தடத்தைப் பற்றிப் பேசியது நினைவிருக்கிறதா? செயலிகள், இணையதளங்கள் மற்றும் சமூக ஊடக தளங்கள் பெரும்பாலும் இந்தத் தரவைச் சேகரித்து உங்கள் அனுபவத்தைத் தனிப்பயனாக்குகின்றன - குறிப்பிட்ட விளம்பரங்களைக் காட்டுகின்றன, வீடியோக்களைப் பரிந்துரைக்கின்றன அல்லது உங்கள் முன்னுரிமைகளைக் கணிக்கின்றன. இது வசதியாக உணரக்கூடியதாக இருந்தாலும், நீங்கள் எவ்வளவு பகிர்கிறீர்கள் மற்றும் அதை எவ்வாறு கட்டுப்படுத்துவது என்பதைப் புரிந்துகொள்வது முக்கியம்.



கேச் மற்றும் குக்கீகள்: என்பவை என்ன?

நீங்கள் ஒரு வலைத்தளத்தைப் பார்வையிடும்போது, அது சில நேரங்களில் உங்கள் செயல்பாட்டை "நினைவில் வைத்துக்கொள்கிறது". அதற்குக் கேச் மற்றும் குக்கீகள் காரணமாகும்:

- கேச்: உங்கள் பிரவுசர் முதுகில் சுமந்து செல்லும் ஒரு பையாக இதைக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். இதில் வலைத்தளத்தில் உள்ள சில (படங்கள், உரைகள்) சேமித்து வைக்கப்படுகின்றன. அதனால் அடுத்த முறை நீங்கள் வருகை புரியும்போது விரைவாக லோடு செய்யப்படுகின்றன.

- குக்கீகள்: இவை வலைத்தளத்தால் சேமிக்கப்படும் தகவலின் சிறிய துண்டுகள். நீங்கள் கிளிக் செய்தவை, உங்கள் கூடையில் சேர்க்கப்பட்டவை அல்லது ஒரு பக்கத்தில் எவ்வளவு நேரம் செலவிட்டீர்கள் என்பது போன்றவை.

வலைத்தளங்கள் உங்கள் செயல்பாட்டைக் கண்காணிக்க குக்கீகள் உதவுகின்றன. அதே வேளையில் நீங்கள் ஆன்லைனில் எங்கு இருந்தீர்கள் என்பதைப் பார்க்க உங்கள் சாதனத்தை அணுகும் ஒருவர் கேச்சைப் பயன்படுத்தலாம். நீங்கள் உலாவும்போது யாரோ ஒருவர் உங்கள் தோள்பட்டைக்கு மேல் எட்டிப்பார்ப்பது போல் இதை உணரலாம்.

தனியுரிமைக் கொள்கைகள் மற்றும் கருவிகள்

நீங்கள் ஒரு புதிய விளையாட்டு அல்லது செயலிக்குப் பதிவுசெய்யும்போது ஒரு தனியுரிமைக் கொள்கையை ஒப்புக்கொள்ளுமாறு அடிக்கடி உங்களிடம் கேட்கப்படும். இந்த ஆவணம் உங்கள் தரவு எவ்வாறு சேகரிக்கப்படுகிறது, சேமிக்கப்படுகிறது, பகிரப்படுகிறது அல்லது பயன்படுத்தப்படுகிறது என்பதை விளக்குகிறது. ஆனால் அவை மிக நீளமாகவோ அல்லது சிக்கலானதாகவோ இருப்பதால் பெரும்பாலான மக்கள் இவற்றைப் படிப்பதைத் தவிர்க்கிறார்கள்.

Sசில செயலிகள் மற்றும் வலைத்தளங்கள் உங்கள் தரவைப் பொறுப்புடன் பயன்படுத்தலாம். ஆனால் பிற மூன்றாம் தரப்பினருக்குப் பகிரலாம் அல்லது விற்கலாம். தனியுரிமைக் கொள்கைகளைப் புரிந்துகொள்வது நீங்கள் ஒப்புக்கொள்வது குறித்து தகவலறிந்த முடிவுகளை எடுக்க உதவுகிறது. தனியுரிமைக் கொள்கைகளை எளிமையான, புரிந்துகொள்ள எளிதான மொழியாகப் பிரித்துக் காட்டும் கருவிகளை ஆன்லைனில் நீங்கள் தேடலாம். மேலும், சில கருவிகள் வலைத்தளங்கள் மற்றும் செயலிகள் உங்கள் தரவை எவ்வளவு சிறப்பாகப் பாதுகாக்கின்றன என்பதன் அடிப்படையில் மதிப்பீடு செய்ய உதவும்.

செயலி அனுமதிகள்

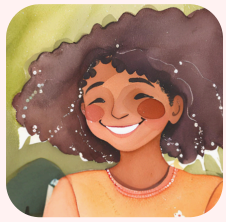
- புதிய செயலியைப் பதிவிறக்கும் போது, கேமரா, இருப்பிடம் அல்லது தொடர்புகள் போன்ற அம்சங்களுக்கான அனுமதிகளைக் கோரலாம். செயல்பாட்டிற்கு சில அனுமதிகள் அவசியமானவை என்றாலும், பிற தேவையற்றவையாகஇருக்கலாம்,. தரவு தவறாகப் பயன்படுத்தப்படுவதற்கு இது வழிவகுக்கும். எடுத்துக்காட்டாகப் புகைப்பட எடிட்டிங் செயலிக்கு இருப்பிட அணுகல் தேவையில்லை. பாதுகாப்பாக இருக்க செயலிக்கு உண்மையிலேயே அனுமதி தேவையா என்பதைக் கருத்தில் கொள்ளுங்கள். சாதன அமைப்புகளில் தேவையற்ற அனுமதிகளை மதிப்பாய்வு செய்து முடக்கவும். நிறுவலின் போது அதிகப்படியான அனுமதிகளைக் கோரும் செயலிகளைப் பொறுத்தவரையில் எச்சரிக்கையாக இருங்கள்.

செயலிகள் மற்றும் வலைத்தளங்கள் நமது தனியுரிமையை எவ்வாறு பாதிக்கக் கூடும் என்பதை இப்போது நாம் பார்த்தோம். இப்போது பிற இணைய பயனர்கள் அதில் எவ்வாறு தாக்கம் செலுத்தலாம் என்பதையும், இந்தச் சூழ்நிலைகளை எவ்வாறு அடையாளம் கண்டு நிவர்த்தி செய்வது என்பதற்கான உதவிக்குறிப்புகளையும் பார்ப்போம்.

ஆன்லைன் தனியுரிமை மீறல்கள்

மீரா, ரகிம், சூசன் ஆகியோர் அமித் பையாவையும் கிளிட்சையும் சந்தித்து பூங்காவில் முந்தைய நாளின் அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்வதில் மகிழ்ச்சியடைகிறார்கள். மீரா கொஞ்சம் கூச்ச சுபாவம் உடையவளாக இருந்தாலும் தான் கற்றுக்கொண்ட சிறந்த பாடத்தைப் பற்றி அமித் பையாவிடம் சொல்ல ஆர்வமாக இருக்கிறாள் : மற்றவர்கள் இருக்கும் படத்தை ஆன்லைனில் பகிர்வதற்கு முன் எப்போதும் அனுமதி பெறுதல்.

நல்லது மீரா, அது உண்மையில் மிக முக்கியமாக கற்க வேண்டிய ஒன்று. ஆனால் இதுபோன்ற 'சம்மதமின்றி படங்களைப் பகிர்தல்' என்பது மிகச்சாதாரணமான ஒன்று என்பது உனக்குத் தெரியுமா?

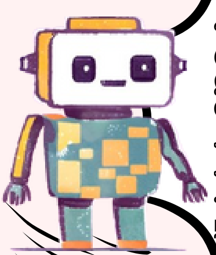


உண்மையாகவா? இது முக்கியம் என்பது குறித்து நாம் அனைவரும் அதிகமாகப் பேச வேண்டும் வேண்டும் என்று நினைக்கிறேன். மேலும் இதுகுறித்து உங்களால் சொல்ல முடியுமா?

படங்களைப் பகிர்வது என்பது ஒருவரின் புகைப்படம் அல்லது வீடியோவை அவர்களின் சம்மதம் இல்லாமல் பகிர்வதைக் குறிக்கிறது. இது குழு அரட்டைகளில், சமூக ஊடகங்களில் அல்லது தனிப்பட்ட செய்திகள் மூலமாகவும் நிகழலாம். இது தனியுரிமையை மீறுவதோடு கடுமையான விளைவுகளை ஏற்படுத்தக்கூடும்.

சம்மதம் இல்லாத பகிர்வு எப்படி தீங்கு விளைவிக்கும்?

- இது தனியுரிமையை மீறுகிறது: ஒருவரின் படத்தை அவர்களின் அனுமதியின்றிப் பகிர்வது புகைப்படங்கள் உட்பட அவர்களின் தனிப்பட்ட தகவலை யார் பார்க்கலாம் என்பதைத் தீர்மானிக்கும் அவர்களின் உரிமையை மீறுகிறது.
- இது கொடுமைப்படுத்துதல் அல்லது துன்புறுத்தலுக்கு வழிவகுக்கும்: மோசமான கருத்துகள் அல்லது பொருத்தமற்ற பகிர்வு உணர்ச்சி ரீதியான பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்.
- இது ஒருவருக்கு மனக்கலக்கம், பாதுகாப்பின்மையை ஏற்படுத்தும் அல்லது சங்கடப்படுத்தக்கூடும்: ஒருவரின் படம் சம்மதம் இல்லாமல் பகிரப்படும்போது ஒருவர் வருத்தப்படலாம் அல்லது பாதுகாப்பற்றதாக உணரலாம்.



ஒருவரின் சௌகரியம் குறித்து சந்தேகம் இருக்கும்போது கேளுங்கள்! அனுமானிப்பதை விட அவர்களின் எல்லைகளைச் சரிபார்ப்பது எப்போதும் நல்லது.

உங்களுடைய மற்றும் பிறரது தனியுரிமையை ஆன்லைனில் பாதுகாக்க விரும்புகிறீர்களா? நீங்கள் சரியான பாதையில் செல்கிறீர்களா என்று பார்க்க இந்த "சரியா தவறா" வினாடி வினாவை எடுங்கள்!

-ஒருவரின் புகைப்படத்தை அவர் உங்கள் நண்பரா என்று கேட்காமல் பகிர்வதால் ஒன்றுமில்லை. (சரி/தவறு)

-ஒருவர் ஒரு நண்பரின் புகைப்படத்தை அவர்களின் அனுமதியின்றி குழு அரட்டையில் பகிர்ந்து அதை கேலி செய்தால், அதைப் புறக்கணித்துவிட்டு தொடர்ந்து அரட்டை அடிப்பதால் ஒன்றுமில்லை. (சரி/தவறு)

-அது ஒரு குழு புகைப்படமாக இருந்தால் சம்மதம் கேட்காமல் மக்களை டேக் செய்வதால் ஒன்றுமில்லை. (சரி/தவறு)

மக்களின் தனியுரிமை மற்றும் பாதுகாப்பு ஆன்லைனில் எவ்வாறு மீறப்படலாம் என்பதை கண்டறிவோம். இவை அச்சுறுத்துவதாகத் தோன்றலாம். ஆனால் கவலைப்பட வேண்டாம். நீங்கள் அவற்றை முழுமையாகப் புரிந்து கொண்டால் அது பாதுகாப்பாக இருப்பதற்கான முதல் படியாகும்.

மிரட்டுதல்

நீங்கள் முன்னர் மிரட்டுதல் பற்றி கேள்விப்பட்டிருக்கலாம் - இது பெரும்பாலும் ஒருவரைத் தள்ளிவிடுவது அல்லது நேருக்கு நேர் கேலி செய்வது போன்ற உடல் ரீதியான ஒன்றாக கருதப்படுகிறது. ஆனால் மிரட்டல் ஆன்லைனிலும் நடக்கிறது என்பது உங்களுக்குத் தெரியுமா? இது பரந்த அளவில் பார்வையாளர்களைச் சென்றடையக்கூடும். அதிகமாக இல்லாவிட்டாலும் கூட எந்த நேரத்திலும் எங்கும் நிகழக்கூடும் என்பதால் நேரடி மிரட்டலைப் போல அதே அளவுக்குத் தீங்கு விளைவிக்கும்.

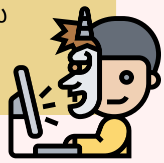
'சைபர்புல்லிங்' என்றும் அழைக்கப்படும் ஆன்லைன் மிரட்டல் பல வடிவங்களை எடுக்கும். இது வெறும் மோசமான வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்துவது பற்றியது மட்டுமல்ல; ஒருவரின் தனிப்பட்ட தகவலை வெளிப்படுத்துதல் (டாக்ஸிங்), புண்படுத்தும் கருத்துகளைப் பதிவிடுதல் (ட்ரோலிங்) மற்றும் ஒருவரை ஆன்லைன் குழுக்களில் இருந்து விலக்குதல் (விலக்கல்) போன்ற செயல்களும் இதில் உள்ளடங்கியிருக்கலாம்.

ஒருவரின் தனிப்பட்ட தகவலை இணையத்தில் வெளியிடுதல்

டாக்ஸிங் என்பது உங்கள் முகவரி அல்லது தொலைபேசி எண் போன்ற உங்களுடைய தனிப்பட்ட தகவலை உங்கள் அனுமதியின்றி, ஆன்லைனில் வெளியிடுவது.

ட்ரோலிங்

ட்ரோலிங் என்பது மற்றவர்களைத் துன்புறுத்துவதற்காக யாராவது புண்படுத்தும் அல்லது எரிச்சலூட்டும் கருத்துகளை இடுகை இடுதல்



விலக்கிவைத்தல்

விலக்கிவைத்தல் என்பது ஆன்லைன் குழுக்கள் அல்லது அரட்டைகளில் இருந்து யாராவது ஒருவரை மோசமாக உணர வைப்பதற்காக வேண்டுமென்றே விலக்குவது.

இன்னொருவரின் நிலையில் இருந்து சிந்தித்துப்பார்த்தல்: ட்ரோலிங்கைப் புரிந்துகொள்வது

ஆன்லைனில் உரையாடலின் நடுவில் யாராவது திடீரென்று உங்களைப் புண்படுத்தும் வார்த்தைகளைக் கொண்டு குறிவைக்கத் தொடங்கும்போது எப்படி இருக்கும் என்று கற்பனை செய்து பாருங்கள். இது வெறும் "கிண்டல்" அல்ல; இது ட்ரோலிங் - வேண்டுமென்றே செய்யப்படும் தொடர் நடவடிக்கை. உங்களைத் தூண்டும் அல்லது அவமானப்படுத்தும் நோக்கத்தோடு செய்யப்படுவது. ஓர் எடுத்துக்காட்டைப் பார்ப்போம்:

அன்புள்ள டைரி

இன்று அறிவியல் திட்ட விவாதம் நான் எதிர்பார்க்காத ஒன்றாக மாறியது.

"சமீருக்கு முக்கியமான எதையும் கொடுக்காதே. அவன் போன தடவை மாதிரியே இதையும் குழப்பி விடுவான்" என்று ஆரியன் டைப் செய்தான். எல்லாருக்கும் அது பிடித்தது. எனக்கு அவமானமாக இருந்தது. பின் குணால், "சில பழைய குடும்பப் படங்கள்" என்று சிலவற்றைப் பதிவிட்டான். அவனுக்கு அது எப்படிக் கிடைத்தது என்று எனக்குத் தெரியவில்லை – அதை ஒரு தாக்குதல் போல உணர்ந்தேன்.

ரியா, "சமீரை இந்தப் ப்ராஜெக்ட்டில் இருந்து வெளியேற்றி விடுவோம். அவன் பயனற்றவன்." மேலும் அவர்கள், "இதைப் பற்றி இங்கே சமீருடன் பேசாமல் தனிப்பட்ட குழுவில் பேசுவோம்" என்று கூறினார்கள். நான் அறவே ஒதுக்கப்பட்டதாக உணர்ந்தேன்.

"சமீர் தன் பங்கை முடிக்கவே மாட்டான். அவன் ஸ்பேஸை வீணாக்குகிறான்" என்று ஆரியன் மீண்டும் பதிவிட்டான். அவர் என்னிடம் இருந்து ஒரு பதிலைப் பெற முயற்சி செய்வது போல் உணர்ந்தேன்.

நான் இப்போதுதான் வெளியேறினேன். அவர்கள் ஏன் என்னை இப்படி நடத்துகிறார்கள்? சமீர்

செயல்பாடு

பல்வேறு வகையான மிரட்டல்களை உங்களால் கண்டுபிடிக்க முடியுமா? அந்தச் சந்தர்ப்பங்களை இவற்றுடன் பொருத்தவும்:

-விலக்கிவைத்தல்: ____

-டாக்ஸிங்: _

____

-ட்ரோலிங்: ____

நீங்களும் இந்த ஆன்லைன் குழுவில் ஒருவராக இருந்திருந்தால் என்ன செய்திருப்பீர்கள்? __________________

____

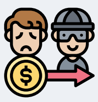
ஆன்லைன் தனியுரிமை பற்றி நீங்கள் அனைவரும் இப்போது அறிந்திருக்கிறீர்கள், ஆன்லைன் உலகில் உள்ள சில அச்சுறுத்தல்களைப் பற்றிப் பேசலாம் - பல்வேறு வகையான சைபர்புல்லியிங் மற்றும் துன்புறுத்தல். இந்த நடத்தைகள் வெறும் "மோசமான நடத்தைகள்" மட்டுமல்ல; அவை சட்டவிரோதமானவை மற்றும் மிகவும் புண்படுத்துபவை. ஆனால் கவலைப்பட வேண்டாம்! இந்த ஆபத்துகளைப் புரிந்துகொள்வதன் மூலம் உங்கள் ஆன்லைன் பாதுகாப்பை நீங்கள் கட்டுக்குள் வைக்கலாம்.

சைபர்ஸ்டாக்கிங்

யாராவது உங்களை ஆன்லைனில் வெறித்தனமாக கண்காணித்தல், உங்கள் இடுகைகளைச் பார்த்தல், அதிகமாக கருத்து தெரிவித்தல் அல்லது உங்களைப் பாதுகாப்பற்றதாக உணர வைக்கும் செய்திகளை அனுப்புதல் உட்பட அனைத்தும் சைபர்ஸ்டாக்கிங் எனப்படும்.

பாலியல் துன்புறுத்தல்

பாலியல் துன்புறுத்தலில் தகாத செய்திகள், படங்களை அனுப்புவது அல்லது வார்த்தைகள் மூலம் ஒருவரை சங்கடப்படுத்துவது ஆகியவை அடங்கும்.

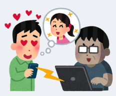


செக்ஸ்டார்ஷன்

செக்ஸ்டார்ஷன் என்பது ஒருவர் ஒருவரை ஏமாற்றி அல்லது கட்டாயப்படுத்தி தனிப்பட்ட படங்கள் அல்லது வீடியோக்களைப் பகிரச் செய்வது பின்னர் அவர்கள் பணம் செலுத்தாவிட்டால் அல்லது வேறு ஏதாவது செய்யாவிட்டால் அவற்றைப் பொதுவில் பகிர்வதாக அச்சுறுத்துவது.

பழிவாங்கும் ஆபாசம்

பழிவாங்கும் ஆபாசம் என்பது ஒருவர் மற்றொரு நபரின் தனிப்பட்ட படங்கள் அல்லது வீடியோக்களைப் பகிர்ந்து அவர்களை சங்கடப்படுத்தவோ அல்லது காயப்படுத்தவோ செய்தல்



கேட்ஃபிஷிங்

கேட்ஃபிஷிங் என்பது யாரோ ஒருவர் ஆன்லைனில் வேறொருவராக நடித்து மற்றவர்களை ஏமாற்றும் அல்லது துன்புறுத்தும் செயலாகும். அவர்கள் போலி புகைப்படங்கள், பெயர்கள் அல்லது விவரங்களைப் பயன்படுத்தி உங்களை நம்ப வைக்கலாம்.

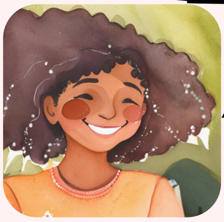
மாஸ்க்வேரேடிங்

மாஸ்க்வேரேடிங் என்பது உங்களைத் துன்புறுத்தும் அல்லது ஏமாற்றும் நோக்கம் இல்லை என்பதுபோல் ஒருவர் இன்னொருவராக நடித்தல். இது கேட்ஃபிஷிங்கில் இருந்து சற்று வித்தியாசமானது. ஏனெனில் இது பெரும்பாலும் போலி அடையாளத்தின் பின்னால் ஒளிந்துகொண்டு ஒருவரை மிரட்டுதல் அல்லது துன்புறுத்துதல்.

டீப்ஃபேக்

டீப்ஃபேக் என்பது AI (செயற்கை நுண்ணறிவு) பயன்படுத்தி போலிப் புகைப்படங்கள் அல்லது வீடியோக்களை உருவாக்கி அவற்றை உண்மையானவை போல் தோன்றச் செய்வதைக் குறிக்கிறது. ஒருவர் சொல்லாததைச் சொன்னது போலவும் செய்யாததைச் செய்தது போலவும் இது தோன்றச் செய்யும்.

ஓ! இவை மிகவும் அச்சுறுத்துவதாக இருக்கிறது, பையா! இவை எனக்கு என் வகுப்புத் தோழி சாராவை நினைவூட்டுகின்றன. அவளுக்கு ஓர் ஆன்லைன் நண்பர் இருக்கிறார். அவர் அவளுக்கு பரிசுகளையும் பூக்களையும் அனுப்புவார். அவளுக்கு இந்த நண்பரை மிகவும் பிடிக்கும். மேலும் அவரை ஆஃப்லைனிலும் சந்திக்கத் தொடங்கி இருக்கிறாள். ஆனால் இப்போது அவர் அவளைத் தனியாக சந்தித்து இன்னும் நெருக்கமாகப் பழகுமாறு கேட்டு அவளை சங்கடப்படுத்தத் தொடங்கியுள்ளார். அவருக்கு 29 வயது. வயதானவர்கள் இப்படித்தான் நடந்துகொள்வார்கள் என்று அவர் கூறுகிறார்! சாராவிடம் என்ன சொல்வது என்று எனக்குத் தெரியவில்லை.



ஓ சூசன்! நீ இதைச் சொன்னதால் நான் மிகவும் மகிழ்ச்சியடைகிறேன். நீ இப்போது கூறியது இன்னொரு பொதுவான ஆன்லைன் அச்சுறுத்தல் - வசப்படுத்தல். ஆனால் கவலைப்பட வேண்டாம், உன் தோழிக்கு சிறந்த முறையில் ஆதரவளிக்க நாம் ஒன்றாக அதைப் புரிந்துகொள்வோம்.

ஆன்லைன் மூலம் ஒருவரை வசப்படுத்தல்

ஆன்லைன் மூலம் வசப்படுத்துதல் என்பது ஒரு வயது வந்தவர் ஒரு வயது வந்தவரை ஏமாற்றுவதன் மூலமோ அல்லது வஞ்சகமாகவோ ஆன்லைனில் உறவை உருவாக்குவதாகும். அவர்கள் முதலில் நட்புறவுடனும் புரிந்துகொள்ளுதலுடனும் தொடங்கலாம். ஆனால் அவர்களின் உண்மையான குறிக்கோள் சிறுவயது நபரைப் பயன்படுத்திக் கொண்டு அவர்களை பாலியல் ரீதியாகச் சுரண்டுவதாகும்.

ஆன்லைன் வசியப்படுத்தலின் நிலைகள்

அடையாளம் காணுதல்

குழந்தையைத் தொடர்பு கொள்வதற்கு முன் வசியப்படுத்துபவர் ஒரு குழந்தையைக் குறிவைத்து அவர்களது வாழ்க்கையைப் பற்றி அறிய முயற்சி செய்யலாம். அவர்களுடைய பலவீனங்களை அடையாளம் காணலாம் - அவர்களுக்கு எது பிடிக்கும், எதில் அவர்கள் அதிருப்தி அடைகிறார்கள், அவர்களுக்கு எது தேவை மற்றும் அவர்கள் எப்படி உணர்கிறார்கள்.

நம்பிக்கையை உருவாக்குதல்

குழந்தைகளின் வழக்கமான வாழ்க்கையில் பூர்த்தி செய்யப்படாத தேவைகளை நிறைவு செய்ய அவர்கள் முயற்சி செய்கிறார்கள். பரிசு வழங்குதல், புகழ்தல், பணம் பரிசளித்தல் மற்றும் பிற அடிப்படைத் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்தல் போன்ற உத்திகளைக் குற்றவாளிகள் பயன்படுத்துகிறார்கள்.

தனிமைப்படுத்துதல்

அவர்கள் தனியாக இருப்பதற்கான சூழ்நிலைகளை உருவாக்கி, குழந்தையை யாரும் கவனித்துக்கொள்வதில்லை என்பதை வலுப்படுத்தக்கூடும். குழந்தையின் ஆர்வத்தைப் பயன்படுத்தி, மணமகன் அவர்களின் உறவை பாலியல் ரீதியாகப் பயன்படுத்துகிறார்.

கட்டுப்பாடு

இது பாலியல் துஷ்பிரயோகம். அவர்கள் எங்கு செல்கிறார்கள், என்ன செய்கிறார்கள், யாரைச் சந்திக்கிறார்கள் என்பதைக் கட்டுப்படுத்துதல் போன்ற வடிவங்களை எடுக்கும். குழந்தையை அவர்களின் உணர்ச்சி மற்றும் பொருள் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்யக்கூடிய ஒரே நபர் என்று வயப்படுத்துபவரால் நம்ப வைக்க முடியும்.

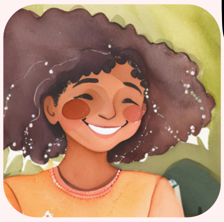
வசப்படுத்தும் அறிகுறிகள்

அதிகப்படியாக கவனம்செலுத்துதல்: அந்த நபர் இளம் நபரின் உணர்வுகளைக் கவர பாராட்டுக்கள், பரிசுகளை அள்ளி வழங்குவார் அல்லது சிறந்த முறையில் நடத்துவார்.

தகாத உரையாடல்கள்: அவர்கள் வயதுக்குப் பொருந்தாத உரையாடல்களில் ஈடுபடலாம். பெரும்பாலும் உறவுகள் அல்லது பாலியல் தொடர்பாக பேசலாம்.

சோதனை எல்லைகள்: அந்த நபர் படிப்படியாக உடல் அல்லது உணர்ச்சி எல்லைகளை சோதித்து அந்த இளம் நபர் எவ்வாறு எதிர்வினை ஆற்றுகிறார் என்பதைக் கவனிக்கலாம். பெரும்பாலும் காலப்போக்கில் அவர்களின் இந்த நடத்தை அதிகரிக்கிறது.

இது சாராவுக்கு என்ன நடக்கிறது என்பதப் போலவே தெரிகிறது! அவள் இப்போது என்ன செய்ய வேண்டும்?



சரி, நம்பகமான பெரியவரின் ஆதரவுடன் உடனடியாக சம்பந்தப்பட்ட அதிகாரிகளிடம் நிலைமையைப் புகாரளிக்க நீங்கள் அவளை ஊக்குவிக்க வேண்டும். இதுபோன்ற சூழ்நிலைகளில் நீங்கள் எடுக்கக்கூடிய சில நடவடிக்கைகள் பற்றியும் நான் உங்களுக்குச் சொல்கிறேன்.

இந்த அறிகுறிகளைக் கவனித்தவுடன் என்ன நடவடிக்கைகள் எடுக்க வேண்டும்.

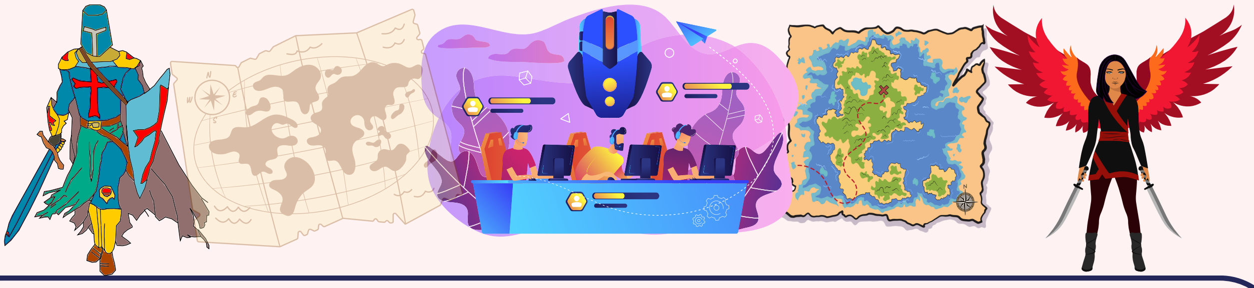
எல்லாவற்றையும் ஆவணப்படுத்துங்கள்: அனைத்து தொடர்புகளின் விரிவான பதிவை வைத்திருங்கள். இதில் செய்திகள் அல்லது மின்னஞ்சல்களின் ஸ்கிரீன் ஷாட்கள், உரையாடல்களின் விவரங்கள் மற்றும் பிற தொடர்புடைய தகவல்கள் அடங்கும்.

வெளிப்படையாகப் பேசுங்கள்: என்ன நடக்கிறது என்பது குறித்து நீங்கள் நம்பும் ஒருவரிடம் பேசுங்கள். அவர் ஒரு பெற்றோர், ஆசிரியர், பள்ளி ஆலோசகர் அல்லது வேறு ஒரு நம்பகமான பெரியவராக இருக்கலாம்.

நம்பகமான பெரியவர்களை ஈடுபடுத்துங்கள்: பெற்றோர், ஆசிரியர் அல்லது பள்ளி ஆலோசகர் போன்ற நம்பகமான பெரியவர்களிடம் என்ன நடக்கிறது என்பதை இளம் நபர் பகிர்ந்து கொள்ள அவரை ஊக்குவிக்கவும். அவர்கள் நம்பும் ஒருவரின் ஆதரவு குறிப்பிடத்தக்க மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும்.

தொடர்பைப் படிப்படியாகக் குறைத்தல்: தொடர்புகொள்ளும் சந்தர்ப்பங்களைக் குறைக்கவும். இது தொடக்கம். அழைப்புகளை நிராகரித்து, செய்திகளுக்கு பதிலளிக்க அதிக நேரம் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். உங்களுக்கு நேரம் முக்கியம் என்பதை இது மறைமுகமாகத் தெரிவிக்கிறது.

ஆன்லைன் கேமிங்: வேடிக்கை மற்றும் ஆபத்து நிறைந்த உலகம்

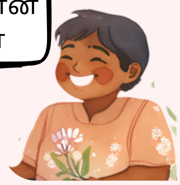


ரகிம் சனிக்கிழமை மதியம் தனது சகோதரனின் மடிக்கணியில் ஆன்லைன் விளையாட்டில் முழுமையாக மூழ்கி மகிழ்ந்தான். அவன் ஒரு கடினமான நிலையைத் தாண்டி அடுத்த சவாலுக்குத் தயாராக இருந்தபோது ஓர் அறிவிப்பு வந்தது.

பையா! நான் கேமிங் ஆடிக் கொண்டிருந்தபோது ஒரு மர்மமான சம்பவம் நடந்தது. 'XxShadowSlayerxX' என்ற இந்த வீரர், என்னைப் பின்தொடர்ந்து 'நீ எங்கே வசிக்கிறாய் என்று எனக்குத் தெரியும்' என்பது போன்ற செய்திகளை அனுப்பினார். நான் மிகவும் பயந்து விளையாடுவதை நிறுவிட்டேன். இதனால் என் முன்னேற்றத்தை எல்லாம் இழந்து விட்டேன்

ரகிம், இது சைபர்ஸ்டாக்கிங். இது உன்னை பயமுறுத்துவதற்காகவே. நிறுத்தியது சரியானதே. இப்போது, உடனடியாக தளத்தில் அவரைத் தடுத்துவிட்டுப் புகாரளிக்கவும்.

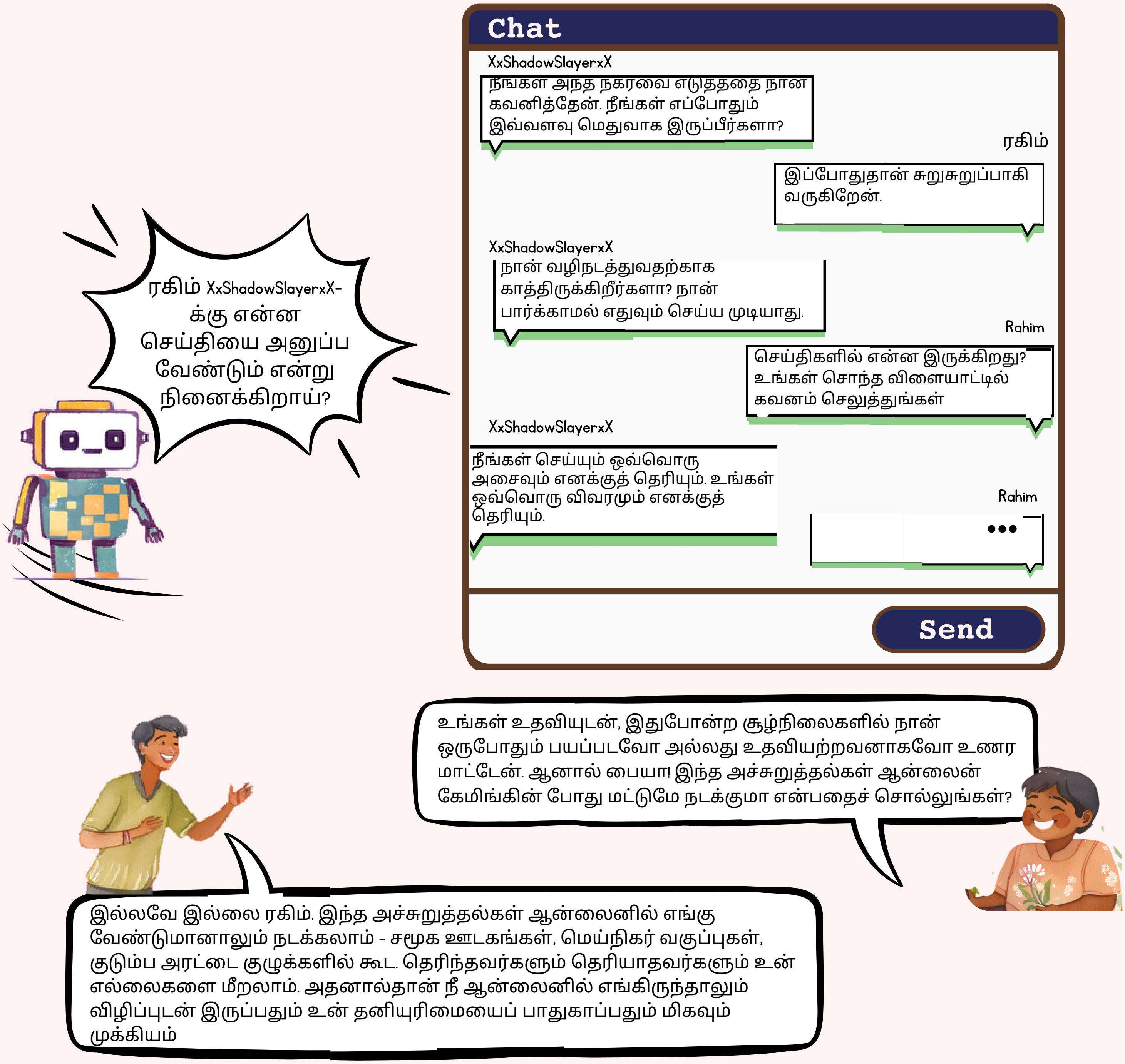
ஆனால் அவர் இன்னும் அதிகமாக இதுபோல் செய்தால் என்ன செய்வது? நான் மிகவும் பாதுகாப்பற்றதாக உணர்கிறேன்



பாதுகாப்பாக உணர முடிவதாக இருந்தால் உன் கணக்கைத் தனிப்பட்டதாக மாற்றலாம். மேலும் அந்நியர்களுடன் தனிப்பட்ட தகவலைப் பகிர்வதைத் தவிர்ப்பது நல்லது. ஏதாவது நடந்தால், உடனடியாக என்னிடம் அல்லது மற்றொரு நம்பகமான பெரியவரிடம் வா.

நன்றி பையா. நான் அவனைத் தடுத்துவிட்டு என் நண்பர்களுக்கும் இதைப் பற்றித் தெரியப்படுத்துவேன்.

கேமிங் வேடிக்கையானது. ஆனால் அதில்ஆபத்துகள் உள்ளன. உங்களுடைய தனிப்பட்ட தகவலைப் பெற முயற்சி செய்யாத ஒருவரைப் போல வீரர்கள் அவதாரம் எடுக்கலாம்.விளையாட்டில் பரிசுகள் மூலம் யாராவது உங்கள் நம்பிக்கையைப் பெற்று பின்னர் தனிப்பட்ட விவரங்களைக் கேட்கும்போது ஆன்லைன் வசியம் நிகழலாம். மேலும் வீரர்கள் உங்கள் தனிப்பட்ட தகவலைப் பகிர்ந்துகொண்டு உங்களை சங்கடப்படுத்தவோ அல்லது அச்சுறுத்தவோ கூடும் என்பதால் டாக்ஸிங் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள். எப்போதும் உங்கள் தனிப்பட்ட விவரங்களைத் தனிப்பட்டதாக வைத்திருங்கள் மற்றும் சந்தேகத்திற்கிடமான நடத்தையைக் குறித்துப் புகாரளிக்கவும்.



அன்றாட ஆன்லைன் பொறிகள்: டிஜிட்டல் உலகில் பாதுகாப்பாக இருத்தல்

குறைந்த வேலைக்கு அதிக ஊதியம் வழங்குவதாக உறுதியளிக்கும் வேலைவாய்ப்பு விளம்பரங்களை மக்கள் பெரும்பாலும் பார்க்கிறார்கள். இந்த வாய்ப்பால் ஈர்க்கப்பட்டு அவர்கள் உடனே விண்ணப்பிக்கிறார்கள். அவர்களுடைய பெயர், மின்னஞ்சல் மற்றும் தகுதிகள் போன்ற தனிப்பட்ட விவரங்களைப் பகிர்ந்து கொள்கிறார்கள். சிறிது நேரத்திலேயே, வலைத்தளம் வேலையை உறுதிப்படுத்த "சிறிய வைப்புத்தொகையை" கோருகிறது. இவை அனைத்தும் உதலில் சட்டப்பூர்வமானதாகத் தெரிகிறது . மோசடி செய்பவர் பின் மறைந்துவிடுகிறார். எல்லாம் தாமதமாகிவிட்டது. தகவல்கள் எவ்வாறு தவறாகப் பயன்படுத்தப்படுமோ என்று நீங்கள் கவலையில் ஆழ்கிறீர்கள்.

போலி வேலை வாய்ப்புகள், ஃபிஷிங் மோசடிகள் மற்றும் வசப்படுத்தல் போன்ற ஆன்லைன் பொறிகள் பொதுவானவை. மேலும் அற்றில் எப்போதுமே அந்நியர்கள் மட்டுமே இருப்பதில்லை. சில நேரங்களில் உங்களுக்குத் தெரிந்தவர்கள் கூட உங்கள் நம்பிக்கையைத் தவறாகப் பயன்படுத்தலாம். அதனால்தான் விழிப்புடன் இருப்பதும் உங்கள் உள்ளுணர்வை நம்புவதும் முக்கியம். ஆன்லைனில் நீங்கள் எப்படி உணர்கிறீர்கள் என்பதில் கவனம் செலுத்துங்கள். நீங்கள் பாதுகாப்பாக உணர்கிறீர்களா, அல்லது ஏதாவது தவறாகத் தோன்றுகிறதா? உங்கள் உள்ளுணர்வைக் கேட்பது டிஜிட்டல் உலகில் மிகவும் பாதுகாப்பாக முன்னேற உதவும்.

பாதிக்கப்பட்டவர் மீது தனியுரிமை மீறலின் தாக்கம்

சாராவின் ஆன்லைன் மூலம் வசப்படுத்தல் அனுபவத்திற்குப் பின் சூசனும் அவளது சில வகுப்பு தோழிகளும் ஆன்லைன் அச்சுறுத்தல்களைப் பற்றி விவாதித்தனர். ஆன்லைன் தனியுரிமை மீறல்கள் மற்றும் பிற தாக்குதல்கள் ஏற்படுவது அசாதாரணமானது அல்ல என்பதை அவர்கள் உணர்ந்தனர். அவர்களது கலந்துரையாடலுக்குப் பின்,ஆன்லைன் தாக்குதல்கள் மற்றும் தனியுரிமை மீறல்களின் போது வெவ்வேறு நபர்கள் எப்படி உணரலாம் மற்றும் எதிர்வினையாற்றலாம் என்பது குறித்து சூசன் சில குறிப்புகளை எழுதினாள்.

இது மீறலைப் பற்றியது மட்டுமல்ல . ஆன்லைனில் இருப்பது பற்றி மக்கள் எப்படி உணருகிறார்கள் என்பதையும் தனியுரிமை மீறல்கள் உண்மையில் குழப்பமடையச் செய்யலாம். அதாவது, அவர்கள் அந்த வெளிகளில் நம்பிக்கையை இழக்கத் தொடங்குகிறார்கள். மேலும் அவற்றை மீண்டும் பயன்படுத்துவதில் மிகவும் எச்சரிக்கையாக இருக்கிறார்கள். ஆனால் அதில்அதை விட அதிகம் உள்ளது. தாக்கம் வெவ்வேறு நபர்களை வெவ்வேறு விதமாக பாதிக்கிறது.

சமூகம் மற்றும் உணர்வு சார்ந்தவை

அவர்களுடைய தவறு இல்லையென்றாலும் கூட - சிலர் அதை உணர்வு ரீதியாக உணர்கிறார்கள் . பதட்டமாகவோ அல்லது சங்கடமாகவோ உணர்கிறார்கள். இது அவர்களை பாதிக்கப்படக்கூடியவர்களாகவும், அம்பலப்படுத்தப்பட்டவர்களாகவும், காயபப்ட்டவர்களாகவும் மாற்றுகிறது. சில சமயங்களில் அவர்கள் அதன் காரணமாக தங்களைத் தனிமைப்படுத்திக் கொள்கிறார்கள்.

உடல் ரீதியாக

பிறருக்கு இது உடல் ரீதியாக வெளிப்படுகிறது. மன அழுத்தம், தூக்கப் பிரச்சினைகள், பசி எடுப்பதில் மாற்றங்கள் அதுமட்டுமல்லாமல் சிலருக்கு உடல்நலப் பிரச்சினைகள் கூட ஏற்படுகின்றன

ஒன்றில் கவனம் செலுத்துவது கடினமாகிவிடுவது ஆச்சரியமில்லை. பள்ளி அல்லது வழக்கமான வேலைகளில் கூட போராடும் நிலை உண்டாகிறது. (உண்மையாகச் சொன்னால், அது கண்காணிக்கிறது!)

ஆமாம், இந்த உணர்வுகள் சில நாட்கள் அல்லது வாரங்களுக்குப் பின் மறைந்து போகலாம்.ஆனால் சிலருக்கு அது நீண்ட காலம் நீடிக்கும்.

நாம் என்ன செய்யலாம்

அவர்களுடைய கதைகளைக் கேட்டபோது அவை என்னை உண்மையிலேயே சிந்திக்க வைத்தது. அனுபவம் பெற்றவர்கள் பெற்ற புரிதல் மூலம் தங்களுக்கு என்ன நடந்தது என்பதை அவர்கள் புரிந்துகொண்டனர். அது அவர்களுக்குச் சில உறுதியைக் கொடுத்தது . அது அவர்களைப் பொறுத்தது அல்ல. தனியுரிமை மீறல்கள் அவர்களைத் தங்களைத் தாங்களே கேள்வி கேட்க வைத்தது என்பது வருத்தமளித்தது. ஆனால் அவர்கள் திறனிலும், நம்பகத்தன்மையிலும் அல்லது புத்திசாலித்தனத்திலும் குறைந்தவர்கள் என்று அர்த்தமல்ல. அது அவர்களுக்கு நடந்திருக்கக்கூடாது. வேறு எவருக்கும் நடக்கக்கூடாது என்பதற்கு இது ஒரு நினைவூட்டல்.

தனியுரிமை மீறல் இருந்தால் அது உங்களது தவறு இல்லை என்பதை உங்களுக்கு நீங்களே அல்லது உங்கள் நண்பருக்கு நினைவூட்டுங்கள். மேலும் பதட்டம், சங்கடம் அல்லது பாதிப்பு போன்ற உணர்வுகளைச் சமாளிக்க உங்களுக்கு நம்பிக்கையான ஒருவரிடம் பேசுங்கள்.

தன்னைத்தானே கவனித்துக் கொள்வதைப் பயிற்சி செய்வதன் மூலமும், குணமடைய உங்களுக்கு நீங்களே நேரம் அளிப்பதன் மூலமும், உங்களுக்கு உறுதியளிக்கக்கூடிய ஆதரவான நபர்களுடன் தொடர்பில் இருப்பதன் மூலமும் மீண்டு வருவதில் கவனம் செலுத்துங்கள்.

பாதுகாப்பான பழக்கங்களைக் கற்றுக்கொள்வதன் மூலம் (வலிமையான கடவுச்சொற்களைப் பயன்படுத்துவது அல்லது தனிப்பட்ட தகவலைப் பகிர்வதில் எச்சரிக்கையாக இருப்பது போன்றவை) நீங்கள் சிறிது காலம் ஓய்வு எடுத்துக்கொண்டு ஆன்லைன் வெளிகளில் படிப்படியாக நம்பிக்கையை மீண்டும் உருவாக்கலாம்.

உங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்வது: ஆன்லைனில் எதைப் பகிர வேண்டும்

நாம் ஆன்லைனில் பல வகையான அச்சுறுத்தல்களைப் பார்த்தோம். ஆனால் உங்கள் தனியுரிமையையும் தரவு மீதான கட்டுப்பாட்டையும் பலப்படுத்த நீங்கள் செய்யக்கூடியவை இருக்கின்றன! ஆன்லைனில் எதைப் பகிர்வது பாதுகாப்பானது மற்றும் எதைப் பகிர்வது பாதுகாப்பானது அல்ல என்பதைப் புரிந்துகொள்வதன் மூலம் அச்சுறுத்தல்களில் இருந்து உங்களை எவ்வாறு பாதுகாத்துக் கொள்வது என்பதைக் கண்டறிய இப்போது சிறிது நேரம் ஒதுக்குவோம். ஆன்லைனில் நம்மிடம் கேட்கப்படும் தகவல் பொதுவாக மூன்று வகைகளில் ஒன்றாக இருக்கலாம்.

தனிப்பட்ட தகவல்

அந்நியர்களுக்கு நேரடியாகவோ அல்லது மறைமுகமாகவோ ஒரு நபரை அடையாளம் காண உதவும் தகவல். இதில் உங்கள் பெயர் போன்றவை அடங்கும்! பாதிக்காது என்று தோன்றும் விவரங்களைக் கூட ஒன்றாக இணைத்து உங்கள் அடையாளத்தைப் பற்றிய பெரிய பிம்பத்தை உருவாக்கலாம்.

தனிப்பட்ட தகவலுக்கு சில எடுத்துக்காட்டுகள்:

- அடிப்படை விவரங்கள்: உங்கள் முழுப் பெயர், பிறந்த தேதி அல்லது வயது.
- தொடர்புத் தகவல்: உங்கள் தொலைபேசி எண், வீட்டு முகவரி, மின்னஞ்சல் ஐடி.
- சமூக ஊடகச் செயல்பாடு: இருப்பிடக் குறிச்சொற்களைக் கொண்ட புகைப்படங்கள், குறிப்பிட்ட இடங்களில் செக்-இன்கள் அல்லது அடையாளம் காணக்கூடிய விவரங்களுடன் இடுகைகள்.

தனிப்பட்ட தகவலை ஆன்லைனில் பகிர்வது அடையாளத் திருட்டு, பின்தொடர்தல் அல்லது ஃபிஷிங் தாக்குதல்களின் அபாயத்தை அதிகரிக்கிறது. குறிப்பாகப் பொதுத் தளங்களில்.தனிப்பட்ட தகவலை வெளியிடுவதற்கு முன் எப்போதும் இருமுறை சிந்தியுங்கள்.

தனிப்பட்டது அல்லாத தகவல்

ஒரு நபரைக் குறிப்பாக அடையாளம் காண பயன்படுத்த முடியாத தகவல். பிடித்த நிறம் போன்றவை இதில் அடங்கும்! பாதுகாப்பானதாகத் தோன்றினாலும் கூட தனிப்பட்ட தரவு அல்லாத தரவு கூட சில நேரங்களில் பிற தகவலுடன் இணைந்து ஒருவரை அடையாளம் காண உதவும்.

தனிப்பட்டது அல்லாத தகவலுக்கு சில எடுத்துக்காட்டுகள் பின்வருமாறு:

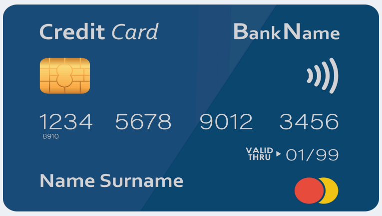
- முன்னுரிமைகள்: உங்களுக்குப் பிடித்த நிறம், தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகள் அல்லது பொழுதுபோக்குகள்.
- பொதுவான கருத்துக்கள்: புதிய திரைப்படம் அல்லது புத்தகம் குறித்த உங்கள் எண்ணங்கள்.
- தொகுக்கப்பட்ட தரவு: தனிப்பட்ட விவரங்களை வெளிப்படுத்தாத போக்குகள் அல்லது கணக்கெடுப்பு முடிவுகள்.

தனிப்பட்டது அல்லாத தகவலைப் பகிர்வது பொதுவாக பாதுகாப்பானதாக இருந்தாலும் கவனமாக இருங்கள்: சந்தைப்படுத்துபவர்கள், அல்கோரிதம்கள் அல்லது தீங்கிழைக்கும் நபர்களுக்கு உங்கள் நடத்தை பற்றிய நுண்ணறிவுகளை வழங்கக்கூடும்

இரகசியமான தனிப்பட்ட தகவல்

இரகசியமான தனிப்பட்ட தகவல் தவறாகப் பயன்படுத்தப்படுதல் கூடுதல் பாதிப்பை விளைவிக்கும். ஏனெனில் அது உங்கள் கையொப்பம் போன்ற பிற முக்கியமானவற்றை லாக் செய்கிறது! இந்தத் தகவலை தவறாகப் பயன்படுத்துவது நிதி மோசடி அல்லது ஆள்மாறாட்டம் போன்ற கடுமையான விளைவுகளை ஏற்படுத்தும்.

இரகசியமான தனிப்பட்ட தகவலுக்கான சில எடுத்துக்காட்டுகள்:



- <u>அடையாளச் சரிபார்ப்புத் தரவு: உங்கள் கையொப்பம், அரசால் வழங்கப்பட்ட ஐடி எண்கள் (எ.கா., ஆதார், பாஸ்போர்ட், சமூகப் பாதுகாப்பு எண்).</u>
- <u>நிதி விவரங்கள்: வங்கிக் கணக்கு எண்கள், கிரெடிட்/டெபிட் கார்டு தகவல் அல்லது UPI பின்கள்.</u>
- <u>அங்கீகார விவரங்கள்: கடவுச்சொற்கள், பின்கள், செக்யூரிட்டி ஆன்சர்கள் அல்லது கைரேகைகள் அல்லது முக அங்கீகாரம் போன்ற பயோமெட்ரிக் தரவு.</u>
- <u>சுகாதாரத் தகவல்: மருத்துவப் பதிவுகள், நோயறிதல்கள் அல்லது மருந்துச் சீட்டுகள்.</u>

இது ஏன் முக்கியமானது: சைபர் குற்றவாளிகளுக்கு இரகசியமான தனிப்பட்ட தகவல் ஒரு முக்கிய இலக்காகும். அத்தகைய தரவைப் பாதுகாப்பாக வைத்திருப்பது மிகவும் முக்கியம் ஆகும். மேலும் பாதுகாப்பான தளங்களில் நம்பகமான நிறுவனங்களுடன் மட்டுமே அதைப் பகிர வேண்டும்

செயல்பாடு

ஆன்லைனில் எந்தத் தகவலைப் பகிர்வது பாதுகாப்பானது என்பதை மீரா தீர்மானிப்பதற்காக அவளுக்கு உதவுங்கள். கீழே உள்ள ஒவ்வொரு சூழ்நிலையையும் படித்துப் பாருங்கள்:

- தகவலின் வகையை அடையாளம் காணவும்

  தனிப்பட்டது ஆள் குறிக்காதது தனிப்பட்ட வகையில் இரகசியமானது

- மீரா செய்ய வேண்டியதை முடிவு செய்யுங்கள்

  தடையில்லாமல் பகிரவும் பகிர்வதைத் தவிர்க்கவும் எச்சரிக்கையுடன் பகிரவும் (நம்பகமான தளங்களில் அதுவும் தேவைப்பட்டால் மட்டுமே)

சூழல்கள்:

- ஆன்லைன் புதிர் தீர்க்கும் போட்டியில் சேர மீரா தனது முழுப் பெயரையும் பதிவேற்றுமாறு கோரப்படுகிறார்.

  - வகை: ____________________
  - செயல்: ____________________

- ஒரு சமையல் செயலி மீராவின் சமையல் குறிப்புகளை அனுப்ப மின்னஞ்சல் முகவரியைக் கோருகிறது.
    - வகை: ____________________
    - செயல்: ____________________
- சரிபார்க்கப்படாத ஒரு வலைத்தளம் மீராவிடம் ஒரு பரிசுப் பொருளை உள்ளிட அவரது தொலைபேசி எண்ணைக் கேட்கிறது.
    - வகை: ____________________
    - செயல்: ____________________
- மீராவின் வயதைச் சரிபார்க்க ஒரு கேமிங் செயலி மீராவின் பிறந்த தேதியைக் கேட்கிறது.
    - வகை: ____________________
    - செயல்: ____________________
- மீரா தனக்குப் பிடித்த புத்தகத் தலைப்பை ஒரு விவாத மன்றத்தில் பகிர்ந்து கொள்கிறாள்.
    - வகை: ____________________
    - செயல்: ____________________
- ஒரு ஷாப்பிங் வலைத்தளம் மீராவிடம் தயாரிப்பு விநியோகத்திற்காக அவளது முகவரியை வழங்குமாறு கேட்கிறது.
    - வகை: ____________________
    - செயல்: ____________________
- ஆன்லைன் வங்கி சேவைக்காக அவளது அடையாளத்தைச் சரிபார்க்க மீராவின் கையொப்பத்தைப் பதிவேற்றுமாறு கேட்கப்படுகிறாள்.
    - வகை: ____________________
    - செயல்: ____________________

மறுபரிசீலனை: ஆன்லைனில் தகவலைப் பகிரும்போது பாதுகாப்பாக இருப்பது எப்படி

- ☐ பகிர்வதற்கு முன் சிந்தியுங்கள்: ஆன்லைனில் பகிர்வதற்கு அந்தத் தகவல் உண்மையிலேயே தேவையானதா என்று எப்போதும் கேள்வி எழுப்புங்கள்.
- ☐ விசிபிலிட்டையைக் கட்டுப்படுத்துங்கள்: உங்கள் இடுகைகளை யார் பார்க்கலாம் என்பதைக் கட்டுப்படுத்த சமூக ஊடகங்களில் தனியுரிமை அமைப்புகளைப் பயன்படுத்தவும்.
- ☐ பொது வைஃபையில் எச்சரிக்கையாக இருங்கள்: பொது அல்லது பாதுகாப்பற்ற நெட்வொர்க்குகளுடன் இணைக்கப்படும்போது முக்கியமான தகவல்களைப் பகிர்வதைத் தவிர்க்கவும்.
- ☐ பாதுகாப்பான சேனல்களைப் பயன்படுத்தவும்: மறைகுறியாக்கப்பட்ட தளங்களில் மட்டுமே முக்கியமான விவரங்களை (எ.கா., வங்கித் தகவல்) பகிரவும்
- ☐ கணக்குகளைத் தொடர்ந்து கண்காணிக்கவும்: எந்தவொரு தவறான பயன்பாட்டையும் முன்கூட்டியே கண்டறிய அசாதாரண செயல்பாடுகளைக் கண்டறிய உங்கள் ஆன்லைன் கணக்குகளைக் கண்காணிக்கவும்.

அத்தியாயம் 4: கிளிக் செய்யும்போது புத்திசாலித்தனமாக சிந்திக்கவும்: ஒரு நிபுணரைப் போல தவறான தகவலைத் தவிர்ப்பது

சுபம் தனது ஃபோனில் ஸ்க்ரோல் செய்து கொண்டிருந்தபோது இது முக்கியமான செய்தியாகத் தோன்றியதைக் கண்டாள். அவசரமாக அதைப் பரப்புவதற்காக அவள் அதைத் தனது சமூக ஊடகங்களில் பகிர்ந்து கொண்டாள்.

ஹாய் சுபம், இது போலிச் செய்தி என்று நான் நினைக்கிறேன்!

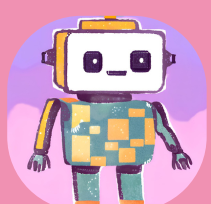
இது நேற்று மறுக்கப்பட்டுவிட்டது, கவனமாக இரு!

உண்மை இல்லை சுபம். இதை தெளிவுபடுத்தும் ஒரு கட்டுரையைப் பார்த்தேன்!

விரைவில் சுபம் தனது பகிரப்பட்ட பதிவில் பல கருத்துகளைப் பார்க்கிறாரள்.

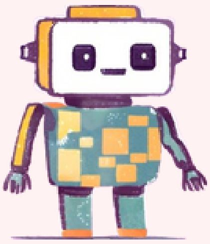
என்ன? இல்லை! இது போலியாக இருக்க முடியாது. அது உண்மையானதாகவே தோன்றியது! சித்தார்த், இதைப் பார். நான் இந்தச் செய்தியை எனது சுயவிவரத்தில் பகிர்ந்து கொண்டேன். இப்போது மக்கள் இதை போலிச்செய்தி என்று கூறுகிறார்கள்! என்ன செய்வது என்று எனக்குத் தெரியவில்லை. இதற்காக எல்லோரும் என்னை கேலி செய்வார்களே!

கவலைப்படாதே! நீ மட்டுமல்ல சுபம்! வேறு சில என்னுடைய நண்பர்களும் சமீபத்தில் இதே போல் செய்தனர். நீ தவறான தகவல் என்ற வலையில் விழுந்துவிட்டதாகத் தெரிகிறது. எனக்கு எல்லாம் தெரியாது என்றாலும் ஆன்லைனில் தகவலை எவ்வாறு கையாள்வது என்பதை நாம் ஒன்றாகக் கண்டறியலாமா?



மிஷன் NIO வரவேற்கிறது: நேவிகேட் இன்ஃபர்மேஷன் ஆன்லைன். ஒரு செய்தி நேவிகேட்டராக மாற வேண்டிய நேரம் இது!

செயல்பாடு



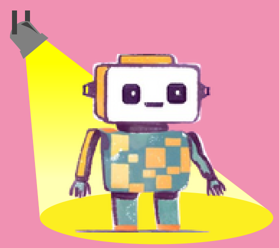
நீங்கள் எப்போதாவது ஆன்லைனில் உண்மை என்று நினைத்து ஏதாவது ஒன்றைப் பகிர்ந்து அதன்பின் அது உண்மை இல்லை என்று அறிந்திருக்கிறீர்களா?

நீங்கள் எப்படி அதைக் கண்டுபிடித்தீர்கள்? அடுத்த முறை நீங்கள் வித்தியாசமாக என்ன செய்வீர்கள்? ஒரு கணம் யோசித்து, கீழே உள்ள இடத்தில் உங்கள் எண்ணங்களை எழுதுங்கள்.

அமித் பையா ஏதாவது ஒன்று உண்மையானதா அல்லது போலியானதா என்பதை நாம் எப்படி அறிந்து கொள்வது?

நல்ல கேள்வி! இதைப் புரிந்துகொள்வதற்கு முதலில் ஆன்லைனில் இருக்கும் தகவலின் வகைகள் மற்றும் அவற்றின் நோக்கங்களை நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

ஆன்லைன் தகவலின் வகைகள்



அதை உங்களுக்காக நான் பிரித்துக் காட்டுகிறேன்! சுபம்! உன் சமூக ஊடக செய்திகளின் ஃபீடை ஒன்றாகப் பார்ப்போம். ஆன்லைனில் உள்ள தகவல் பொதுவாகப் பின்வரும் வகைகளைச் சேர்ந்தவை என்பதை விரைவில் நீ பார்ப்பாய்:

சரிபார்க்கப்பட்ட மற்றும் நம்பகமான தகவல்

சில தகவல் அல்லது செய்திகள் நன்கு அறியப்பட்ட செய்தி நிறுவனங்கள், ஆராய்ச்சி நிறுவனங்கள் அல்லது அரசாங்க வலைத்தளங்கள் மூலம் வருகின்றன. பொதுவாக அவை உண்மையானவை சரிபார்க்கப்பட்டவை மற்றும் நம்பகமானவை!

கருத்து மற்றும் தனிப்பட்ட உள்ளடக்கம்

இத்தகைய உள்ளடக்கம் ஒரு தனிநபரின் பார்வையை பிரதிபலிக்கிறது - எடுத்துக்காட்டாக, வலைப்பதிவுகள், பதிவுகள் அல்லது தனிப்பட்ட வீடியோ இதழ்கள் ஒருவரின் அன்றாட வாழ்க்கை, உணர்ச்சிகள் மற்றும் கருத்துக்களை உண்மைகளை அடிப்படையாகக் கொண்டதாகவோ அல்லது இல்லாமலோ இருக்கலாம்.

தவறான தகவல், தவறான தகவல் மற்றும் போலிச் செய்திகள்

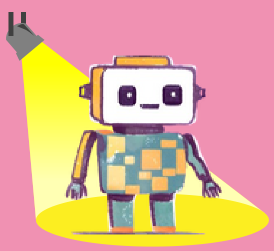
பொய்த் தகவல், தவறான தகவல் மற்றும் போலிச் செய்திகள் ஆகியவை தவறான தகவல் வடிவங்கள். அற்றில் பெரும்பாலும் பரபரப்பான தலைப்புச் செய்திகள், உணர்ச்சிபூர்வமான மொழி, தெளிவற்ற ஆதாரங்கள் மற்றும் அவசர உணர்வு அடங்கி இருக்கும்!

நகைச்சுவை மற்றும் பொழுதுபோக்கு

இணையம் நகைச்சுவைகள் மற்றும் மீம்ஸால் நிறைந்துள்ளது. குறிப்பாக அவை உண்மை நிகழ்வுகள் அல்லது பிரச்சினைகள் குறித்து கருத்து தெரிவிக்கும்போது அவை செய்திகளாகத் தவறாகப் புரிந்து கொள்ளப்படலாம் !

ஓ... எனவே இணையத்தில் உள்ள அனைத்தும் உண்மையாகவோ அல்லது முக்கியமானதாகவோ இருக்காது! இப்போது எனக்குப் புரிவது போல் இருக்கிறது.

சரி! நீ பயிற்சி செய்யும்போது, வகைகளை வேறுபடுத்தி, இணையத்தை புத்திசாலித்தனமாகக் கையாளலாம்!

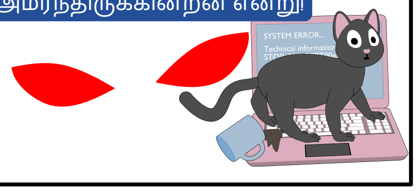


சுபத்தின் செய்தி ஊட்டம் மற்றும் இந்த வாரம் அவள் பெற்ற செய்திகளில் இருந்து இன்னும் சில இடுகைகளைப் பார்ப்போம். ஒவ்வொன்றும் எந்த வகையான தகவல் என்பதை உன்னால் அடையாளம் காண முடிகிறதா?

என் பொழுதுபோக்கைக் கூடுதல் வருமானம் ஈட்டுவதாக எப்படி மாற்றினேன்:

எனது படைப்புத் தொழிலுக்குப் பின் இருக்கும் உண்மையான பயணம்

விஞ்ஞானிகள் உறுதிப்படுத்துகிறார்கள்: மனிதர்கள் விசைப்பலகை வழியாக பேய்களை வரவழைப்பதைத் தடுக்கவே பூனைகள் மடிக்கணினிகளில் அமர்ந்திருக்கின்றன என்று!



Hஹே சுபம்! அல்சைமர் சிகிச்சையில் விஞ்ஞானிகள் முன்னேற்றம் அடைந்துள்ளனர் என்று நான் இப்போதுதான் படித்தேன்! நீ உன் பாட்டிக்காக ஆராய்ச்சி செய்து வருவதால் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்பினேன்

Iஎலிகளில் காணப்படும் அல்சைமர் நோய்க்கு சிகிச்சையளிக்க உள்ளிழுக்கப்படும் செனான் மைக்ரோக்லியாவை மாற்றியமைக்கிறது:

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

>> பல முறை அனுப்பப்பட்டது

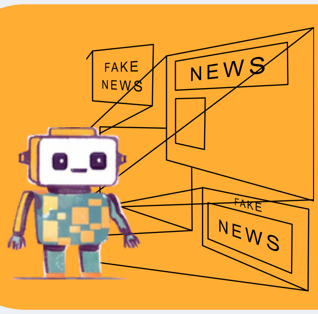
விமான உதவியாளர் முதல் வகுப்பில் சுந்தர் பிச்சையை அவமதிக்கிறார் - உண்மை உங்களை அதிர்ச்சிக்குள்ளாக்கும்!

மேலும் படிக்கவும்...

தவறான தகவலை அடையாளம் காணுதல்

பையா! இன்னும் ஒரு சிக்கல் உள்ளது! வேடிக்கையான இடுகைகளில் தவறான தகவலை அடையாளம் காண்பது எளிது. ஆனால் முக்கியமான இடுகைகளில் அவை உண்மையா இல்லையா என்று நான் எப்படிச் சொல்வது?

அது ஒரு நல்ல கேள்வி. தவறான தகவலைக் கண்டறிவதில் கிளிட்ச் ஒரு நிபுணர். மேலும் அதால் வகைகள் மற்றும் அறிகுறிகளை உங்களுக்குக் காட்ட முடியும்



உலகளாவிய வலையை ஸ்கேன் செய்தல்... ஆன்லைனில் தகவல் எண்ணற்ற சேனல்கள் வழியாக நகர்கிறது.- சமூக ஊடகங்கள், செய்தித் தளங்கள், தனிப்பட்ட செய்திகள்என்பவை போன்று. ஒவ்வொரு நிறுத்தமும் அதை சிதைக்கக்கூடும். அனைத்து தவறான தகவலும் ஒரே மாதிரியாகத் தெரியவில்லை, ஆனால் மூன்று முக்கிய வகைகள் உள்ளன...

1. தவறான தகவல்

தெரியாமல் போலியான அல்லது தவறான தகவல்களைப் பகிர்தல். அதாவது அனுப்புநருக்கு அந்தத் தகவல் தவறு என்று தெரியாமல் இருக்கலாம்.

தேர்வு ஒத்திவைப்பு பற்றிய போலி அறிவிப்பை நான் தவறுதலாகப் பகிர்ந்ததைப் போலவே!

செய்தியை வெளியிட்டவர் மாணவர்களைத் தவறாக வழிநடத்த முயற்சி செய்திருக்கலாம், சுபம்!

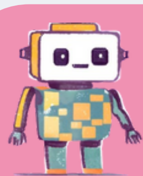
2. பொய்த் தகவல்

மக்களைத் தவறாக வழிநடத்தும் நோக்கம் கொண்ட தகவல் - பொதுவாக, அரசியல், நிதி அல்லது சமூக ஆதாயத்துக்காக.

அது ஒரு செய்தி தளத்தில் இருப்பது போல் இருந்தது. அதனால்தான் நான் அதை நம்பினேன்...

3. போலிச் செய்திகள்

தவறான தகவல்கள் ஒரு செய்திக் குறிப்பின் வடிவத்தில் பகிரப்படும்போது அது முறையானதாகத் தோன்றும்



...சில நேரங்களில் ஒரே தகவல் மூன்று வகைகளிலும் பரவக்கூடும்!

செயல்பாடு

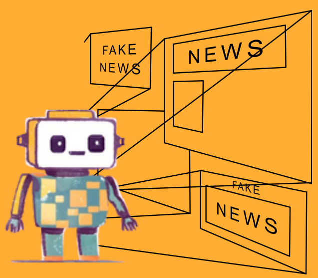
நீங்கள் முன்னர் சந்தித்தப் போலிச் செய்திகள், தவறான தகவல் அல்லது பொய்த் தகவலின் உதாரணத்தை எழுதுங்கள். அது பொய் என்பதை நீங்கள் எப்படி உணர்ந்தீர்கள்? உங்களுக்கு ஏற்கனவே தெரிந்தவை மிகவும் உதவியாக இருக்கும்!

____

____

____

____



பல்வேறு முறைகளைப் பயன்படுத்தி நீங்கள் தகவல்/செய்திகளைச் சரிபார்க்கலாம். எளிமையான, நினைவில் வைத்துக்கொள்ள எளிதான ஒன்று SUCS முறை. இது ஆதாரம், பொது உணமை, சூழல் மற்றும் மறு கருத்தைக் குறிக்கிறது. ஆன்லைனில் நம்பகமான தகவல்களை மட்டுமே நீங்கள் நம்புகிறீர்கள் என்பதை உறுதிப்படுத்த எதைக் கவனிக்க வேண்டும் என்பதை இது உங்களுக்குக் காட்டும்! ஒவ்வொரு படியையும் கூர்ந்து கவனித்து, இந்த இரண்டு செய்திக் குறிப்புகளையும் சரிபார்க்க முயற்சி செய்வோம்:

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

முகப்பு | சமீபத்திய செய்திகள் | சந்தை | பொருளாதாரம் | அரசியல் | தேர்தல்கள் | செய்தி வலைப்பதிவுகள்

தி எகனாமிக் டைம்ஸ்

சுகாதார அமைச்சக நிதியுதவிக்கான சமீபத்திய புதுப்பிப்புகள்

டாக்டர் சோஹினி குமார் I கடைசியாக புதுப்பிக்கப்பட்டது 22 பிப்ரவரி 2022

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन
Ministry of Health & Family Welfare

புது தில்லி: வரவிருக்கும் மாநிலத் தேர்தல்களுக்கு ஆளும் கட்சி தயாராகி வரும் நிலையில் சுகாதார அமைச்சகம் அதன் தேசிய சுகாதாரத் திட்டத்திற்கு குறிப்பிடத்தக்க அளவில் நிதியைக் குறைத்துள்ளது. இது 50% மாநில மருத்துவமனைகளில் நிதி பற்றாக்குறையை உருவாக்கக்கூடும். எதிர்க்கட்சிகள்....

ஆசிரியரைப் பற்றி:

டாக்டர் சோஹினி குமார் பொருளாதாரம் மற்றும் வணிகத் துறை பேராசிரியராக உள்ளார். மேலும் இருபதாண்டுகளுக்கும் மேலாக இந்திய சுகாதார அமைப்புகள் மற்றும் அரசியலைப் பற்றி படித்துள்ளார்.

நன்றாக இருக்கிறது, அதைச் செய்வோம்!

நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்கள்? இவை உண்மையாகத் தெரிகின்றனவா?

http://economicsmadeeeazy123.biz/india-to-pay-foreign-

பொருளாதாரம் எளிதாக்கப்பட்டது

பொது மக்கள் வங்கிக் கணக்குகளில் கை வைத்து அந்நியக் கடன்களை செலுத்த இந்தியா முடிவு!!

வெளிநாடுகளால் இந்தியா கடனில் தள்ளப்படுகிறது. மேலும் தேசிய கருவூல நிதி விரைவாகக் குறைந்து வருகிறது. மாநிலங்களில் நிதி குறைவாக உள்ளது. இதில் இருந்து மீள்வதற்கான ஒரே வழி பொது மக்கள் வங்கிக் கணக்குகளில் இருந்து நேரடியாக பணம் எடுப்பதுதான்! தனியார் வங்கிகள் ஏற்கனவே இந்தத் திட்டத்தில் இருந்து விலகுவதாக அறிவித்துள்ளன. ஆனால் அரசு வங்கிகளில் உள்ள எந்தக் கணக்குகளும் இனி தவறாகப் பயன்படுத்தப்படுவதில் இருந்து தப்பிக்க முடியாது... (மேலும் படிக்கவும்)

படம்: இந்திய வெளியுறவுச் செயலாளர் புதிய தனியார் வங்கி உரிமையாளருடன் கைகுலுக்குகிறார்

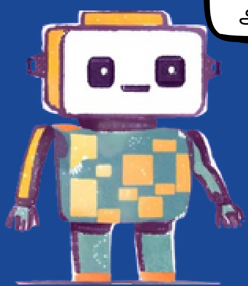
ஆதாரம்

தகவல் அல்லது செய்தியின் ஆதாரத்தைச் சரிபார்ப்பதே முதல் படியாகும். அது நம்பகமானதா? ஆதாரத்தை நம்ப முடியுமா?

அதாவது அதை யார் இடுகையிட்டார்கள் என்பதை நான் சரிபார்க்க வேண்டும்? நம்பகமான நண்பர்கள் அனுப்பும் செய்திகளைத்தான் நான் பொதுவாக பெறுகிறேன்...

இது மூல ஆதாரத்தைப் பற்றியது என்று நான் நினைக்கிறேன். அதாவது செய்தி நிறுவனங்கள், ஆராய்ச்சிகள் அல்லது அறிக்கைகள். அவற்றையும் நாம் சரிபார்க்க வேண்டும், ஆனால் எப்படி?

இந்தச் சரிபார்ப்புப் பட்டியலைப் பயன்படுத்தவும். அவற்றில் பெரும்பாலானவற்றை நீங்கள் டிக் செய்தால் தகவல் நம்பகமானதாக இருக்கலாம். உங்களுக்குச் சந்தேகம் இருந்தால் செய்திகளை அனுப்ப வேண்டாம்!



எப்போதும் கூர்ந்து பாருங்கள்.

சரிபார்ப்புப் பட்டியல்

- ☐ அந்த வலைத்தளம் நன்கு நிறுவப்பட்ட செய்தி நிறுவனமா, சரியி/னையரால் (பீர்) மதிப்பாய்வு செய்யப்பட்ட பத்திரிகையா அல்லது ஒரு புகழ்பெற்ற நிறுவனமா?
- ☐ சரியாகச் சரிபார்க்கப்பட்ட துல்லியமான தகவல்களை வெளியிடுகிறது என்று இந்த வலைத்தளம் உறுதிசெய்யப்பட்டுள்ளதா?
- ☐ URL பாதுகாப்பானதா (அதாவது 'https' உடன் தொடங்குகிறது) மற்றும் உங்கள் உலாவியால் பாதுகாப்பற்றதாகக் குறிப்பிடப்படாத அளவுக்கு பாதுகாப்பானதா?
- ☐ வலைப்பக்கம் தெளிவாகவும் நன்கு வடிவமைக்கப்பட்டதாகவும், ஆபத்தான பாப்-அப் விளம்பரங்கள், இலக்கணப் பிழைகள் மற்றும் வடிவமைப்பு முரண்பாடுகளால் நிறைந்ததாகவும் காணப்படுகிறதா?
- ☐ ஆசிரியர் தகுதியானவரா மற்றும்/அல்லது நம்பகமானவரா? அவர்கள் இதற்கு முன்பு இந்தத் தலைப்பைப் படித்து கடந்த காலத்தில் நேர்மையாக நடந்து கொண்டார்களா?

சரிபார்ப்போம்!

நமது கட்டுரைகளுக்குத் திரும்புவோம். அவற்றின் ஆதாரங்கள் நம்பகமானவையா?

இந்த வலைத்தளம் https உடன் தொடங்கும் பாதுகாப்பான URL ஐப் பயன்படுத்துகிறது

தி எகனாமிக் டைம்ஸ் என்பது நன்கு நிறுவப்பட்ட செய்தி தளமாகும், சரிபார்க்கப்பட்ட மற்றும் துல்லியமான தகவல்களை வெளியிடுவதற்கு பெயர் பெற்றது

இந்த தலைப்பைப் பற்றி எழுத ஆசிரியர் தகுதியுடையவர்

ஒட்டுமொத்தமாக விளம்பரங்கள், பாப்-அப்கள் அல்லது இலக்கணப் பிழைகள் இல்லாமல் வலைப்பக்கம் தெளிவாகவும் நன்கு வடிவமைக்கப்பட்டதாகவும் உள்ளது.

வலைத்தள URL பாதுகாப்பற்றது! இது http ("s" இல்லாமல்) உடன் தொடங்குகிறது, மேலும் எழுத்துப்பிழைகள் மற்றும் முரண்பாடுகளைக் கொண்டுள்ளது. இது .biz உடன் முடிவடைகிறது

வலைத்தளம் நம்பகத்தன்மையற்றது மற்றும் அதிகாரப்பூர்வமற்றது. மேலும் அது நம்பகமானதா அல்லது துல்லியமானதா என்பது நமக்குத் தெரியவில்லை!

ஆசிரியர் இல்லை!

வலைத்தளத்தில் பெரிய பாப்-அப்கள் மற்றும் விளம்பரங்கள் உள்ளன. மேலும் வடிவமைப்பு மற்றும் இலக்கண பிழைகள் மற்றும் முரண்பாடுகள் உள்ளன

குறிப்பு: டேப்லாய்டுகள், ஃபிளையர்கள், செய்தி பலகைகள், சமூக ஊடக இடுகைகள், வலைப்பதிவுகள் மற்றும் வலைத்தளங்கள் நம்பத்தகாத ஆதாரங்கள் என்று பலர் கேள்விப்பட்டதே இல்லை!

செயல்பாடு

நம்பகமான தளங்களின் 3 எடுத்துக்காட்டுகளையும், நீங்கள் சந்தித்த நம்பகத்தன்மையற்ற தளங்களின் 3 எடுத்துக்காட்டுகளையும் எழுதுங்கள்.

____

____

____

____

இது ஒரு சிறந்த குறிப்பு, ஏனென்றால் இப்போது நான் எனது செய்திகளை எங்கிருந்து பெறுகிறேன் என்பதில் கவனம் செலுத்துவேன்!

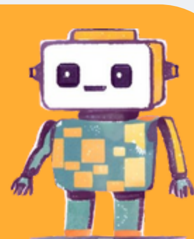
நீங்கள் ஒரு பொறுப்பான இணைய பயனராக மாறுவதற்கான பாதையில் இருக்கிறீர்கள். ஆனால் ஆதாரங்கள் முடிவு அல்ல!

பொதுவானது

Ubiquity என்பது ஏதோ ஒன்று பொதுவாக இருக்கும் அல்லது எல்லா இடங்களிலும் தோன்றும் என்பதைக் குறிக்கிறது. தகவல் தனித்துவமானதா அல்லது வெவ்வேறு ஆதாரங்களில் அதைச் சரிபார்க்க முடியுமா? பல நம்பகமான ஆதாரங்கள் அதைப் புகாரளித்து சரிபார்த்துள்ளனவா?

எனக்கு இது புரியவில்லை, பொறுக்கவும். இது ஏன் முக்கியம்? சில நேரங்களில் போலிச் செய்திகள் வேகமாகப் பரவுவதில்லையா?

இது உண்மைதான்: பல வலைத்தளங்கள் ஒரு கூற்றை உருவாக்கியதால் அது உண்மை என்று அர்த்தமல்ல. ஆனால் சில சந்தர்ப்பங்களில் - குறிப்பாக தவறான தகவல் மற்றும் செய்தி மக்களை அச்சமடையக் கூடிய வகையில் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த தலைப்புச் செய்திகளை ஆன்லைனில் அல்லது ஓர் உரையில் படிப்பதை கற்பனை செய்து பாருங்கள்:



ஆபத்து: உலகம் முழுவதும் கோவிட்-19 வைரஸைப் பரப்புவதற்கு 5G நெட்வொர்க்குகளே காரணம்!

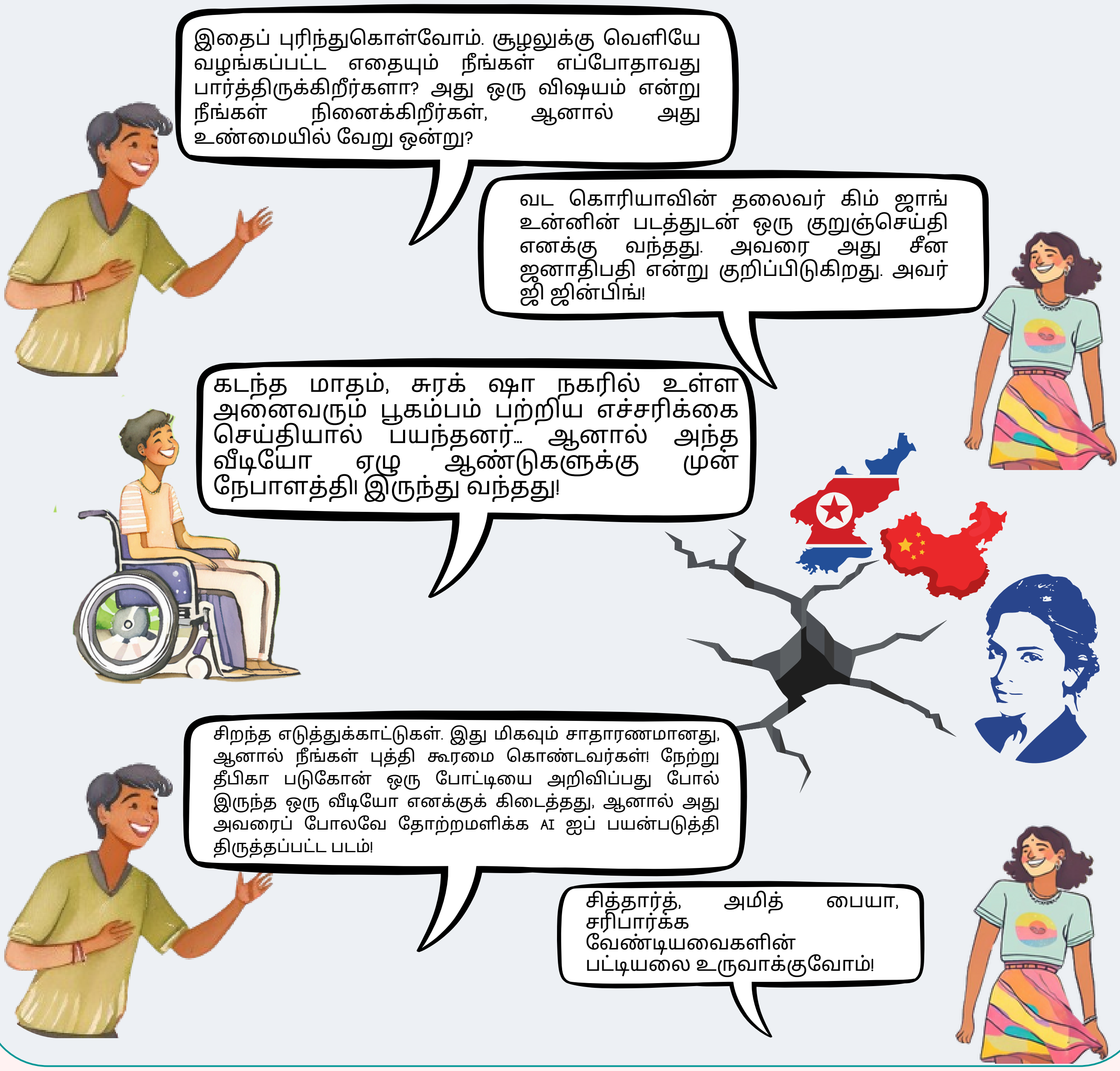
யோசித்துப் பாருங்கள்: நாடு முழுவதும் இவ்வளவு ஆபத்தான ஒன்று நடந்தால் அதிகமான செய்தி தளங்கள் அதை வெளியீட்டிருக்கும். தேசிய மற்றும் சர்வதேச அமைப்புகள் உடனடியாக இதை விசாரித்துப் புகார்கள் பதிவு செய்யப்படும். அதிகாரப்பூர்வ அறிக்கைகள் வெளியிடப்படும்...

உப்பில் காணப்படும் கொடிய சயனைடு: இந்தியா முழுவதும் உள்ள கடைகள் வீடுகளுக்கு விஷத்தை விற்கின்றன

மேலும் இதில் எதுவும் கிடைக்கவில்லை என்றால், இந்த செய்தி ஆன்லைனில் ஒரு சில அங்கீகரிக்கப்படாத இடங்களில் மட்டுமே இருந்தால், அது உண்மையற்றதாக இருக்கலாம் என்று முடிவு செய்வது நியாயமானது.

சூழல்

தகவலின் சூழல் அது வழங்கப்படும் சூழலுடன் பொருந்துகிறதா என்பதை தனித்தானியாகச் சரிபார்க்கவும்.



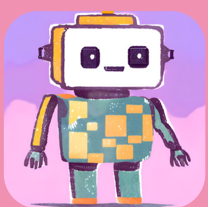
நல்ல ஆலோசனை!

முக்கியமான இன்னொன்றை மறந்துவிடக் கூடாது: முழு கதையும் தகவல்களைத் தவிர்க்காமல், தொனியை மாற்றாமல் அல்லது தவறாக சித்தரிக்காமல் சொல்லப்படுவதை உறுதி செய்ய வேண்டும்!

சரிபார்ப்புப் பட்டியல்

- [ ] ஒன்றை இன்னொன்றாக சித்தரிக்க முயற்சிசெய்யாமல் பெயர்கள், இடங்கள் மற்றும் தேதிகள் குறிப்பிடப்பட்டு துல்லியமாக இருக்கிறதா?
- [ ] புதுப்பித்த நிலையில் தகவல் இருக்கிறதா?
- [ ] முக்கியமான தகவல்களைத் தவிர்க்காமல் முழு சூழலும் விளக்கப்பட்டுள்ளதா? ஆதாரத்துடன் இருக்கிறதா?
- [ ] அதே நபர்கள், இடங்கள் அல்லது நிகழ்வுகளின் படங்கள் மற்றும் வீடியோக்கள் தகவலில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளதா?
- [ ] படங்கள் மற்றும் வீடியோக்கள் வெட்டப்படாமல், திருத்தப்படாமல் அல்லது தவறாக வழிநடத்தும் வகையில் மாற்றப்படாமல் துல்லியமாக வழங்கப்படுகின்றனவா?
- [ ] சூழ்நிலையை நாம் நன்கு புரிந்துகொள்ள உதவும் கண்ணோட்டங்கள் இதில் இல்லாமல் இருக்கின்றனவா?

TIP: EXIT THE SITE YOU ARE ON TO CHECK THE CONTEXT FROM OTHER SOURCES - PREFERABLY, GO TO THE ORIGINAL SOURCE! READ ABOUT THE BROADER TOPIC!



While looking at context, make sure to check if the article, post or message you are looking at provides evidence or proof using links to studies, reports, recordings or documents. Does it show you how the information is known? Is the evidence credible and reliable?

சரிபார்ப்போம்!

நமது கட்டுரைகளுக்குத் திரும்புவோம். தகவல் மற்றும் அது வழங்கப்படும் விதம் அதன் சூழலுக்கு உண்மையாக உள்ளதா?

கட்டுரைகள் கட்டுரையின் இடம் மற்றும் தேதியை தெளிவாகக் குறிப்பிடுகின்றன. புதுப்பித்த தகவலை வழங்குகின்றன.

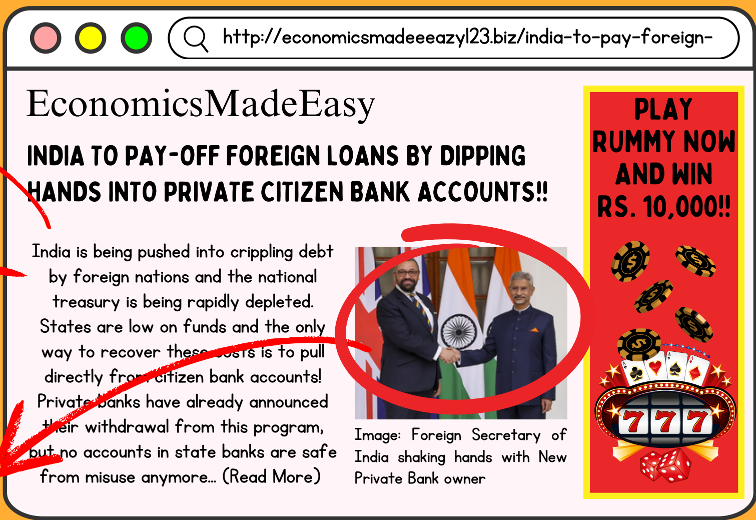
கட்டுரை ஆதாரத்துடன் சிக்கலுக்கான சூழலை வழங்கியுள்ளது. மேலும் பிற தளங்களில் இதே போன்ற தகவல் ஆதாரமாக உள்ளது

படம் தேசிய சுகாதார மிஷனை குறிப்பிடும் உரையுடன் பொருந்துகிறது மற்றும் படம் திருத்தம் அல்லது மாற்றமின்றி அதிகாரப்பூர்வமானதாக உள்ளது.

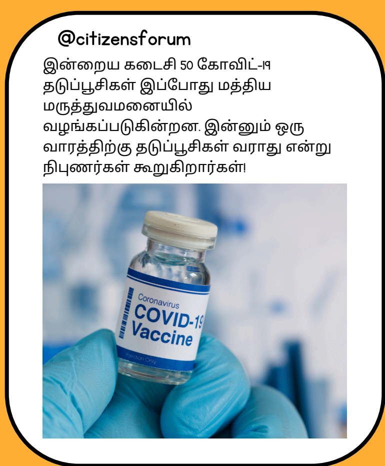
தேதி, இடம் அல்லது ஆசிரியர் இல்லை!

இந்தக் கடன் எந்த நாடுகள் அல்லது வங்கிகளுடன் தொடர்புடையது என்பது பற்றிய குறிப்பு இல்லை! இவ்வளவு பெரிய செய்தியாக இருந்தாலும் வேறு எந்தச் செய்தித் தளங்களும் இந்தச் செய்தியை வெளியிடவில்லை!

இந்தப் படம் சரியான சூழலில் அல்லது சரியான தலைப்புடன் பயன்படுத்தப்படவில்லை! இளம் நிபுணர்களுக்கான திட்டத்தைத் தொடங்க பிரிட்டிஷ் வெளியுறவுச் செயலாளர் இந்திய வெளியுறவு அமைச்சரைச் சந்திக்கும் படம் இது!

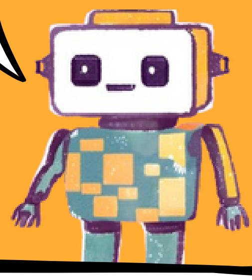


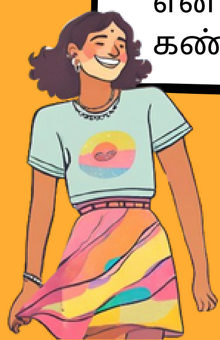
இதோ மேலும் செய்திகள்: இவை ஏன் தவறாக வழிநடத்துகின்றன என்பதை உங்களால் அடையாளம் காண முடியுமா?

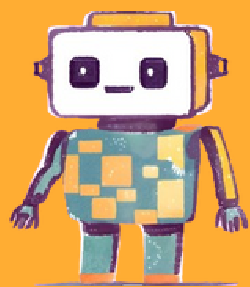


மறு கருத்து

உங்களால் தகவலை நம்ப முடியுமா என்று இன்னும் முழுமையாகத் தெரியவில்லை என்றால் ஒரு நிபுணரிடம் இருந்தோ அல்லது உண்மைச் சரிபார்ப்பு வலைத்தளம் போன்ற ஆன்லைன் ஆதாரத்தில் இருந்தோ மறு கருத்தைப் பெறுவது எப்போதும் உதவும்.







சரிபார்ப்போம்!

நமது கட்டுரைகளுக்குத் திரும்புவோம். அவர்களுக்கு மறு கருத்துக்கான சில ஆதாரங்கள் என்னவாக இருக்கும்? யாரைத் தொடர்பு கொள்ளலாம்?

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

Home | Latest News | Market | Economy | Politics | Elections | News Blogs

தி எகனாமிக் டைம்ஸ்

சுகாதாரஅமைச்சக நிதியுதவிக்கான சமீபத்திய புதுப்பிப்புகள்

டாக்டர் சோஹினி குமார் | கடைசியாக புதுப்பிக்கப்பட்டது 22 பிப்ரவரி 2022

புது தில்லி: வரவிருக்கும் மாநிலத் தேர்தல்களுக்கு ஆளும் கட்சி தயாராகி வரும் நிலையில் சுகாதார அமைச்சகம் அதன் தேசிய சுகாதாரத் திட்டத்திற்கான குறிப்பிடத்தக்க அளவில் நிதியைக் குறைத்துள்ளது. இது 50% மாநில மருத்துவ மனைகளில் நிதி பற்றாக்குறையை உண்டாக்கும். எதிர்க்கட்சிகள்....

ஆசிரியரைப் பற்றி: டாக்டர் சோஹினி குமார் பொருளாதாரம் மற்றும் வணிகத் துறையில் பேராசிரியராக உள்ளார். மேலும் இருபது ஆண்டுகளுக்கு மேலாக இந்திய சுகாதார அமைப்புகள் மற்றும் அரசியலை ஆய்வுசெய்துள்ளார்.

சுகாதார அமைச்சக வலைத்தளம்

____

____

____

டைம்ஸ் ஆஃப் இந்தியா

பள்ளி ஆசிரியர்

____

____

http://economicsmadeeeazy123.biz/india-to-pay-foreign-

பொருளாதாரம் எளிதாக்கப் பட்டுவிட்டது

வெளிநாட்டுக் கடன்களை செலுத்த இந்தியார் குடிமக்கள் வங்கிக் கணக்குகளில் கைவைக்கிறது!!

வெளிநாடுகளால் இந்தியா கடனில் தள்ளப்படுகிறது. மேலும் தேசிய கருவூல நிதி விரைவாகக் குறைந்து வருகிறது. மாநிலங்களில் நிதி குறைவாக உள்ளது. இதில் இருந்து மீள்வதற்கான ஒரே வழி பொது மக்கள் வங்கிக் கணக்குகளில் இருந்து நேரடியாக பணம் எடுப்பதுதான்! தனியார் வங்கிகள் ஏற்கனவே இந்தத் திட்டத்தில் இருந்து விலகுவதாக அறிவித்துள்ளன. ஆனால் அரசு வங்கிகளில் உள்ள எந்தக் கணக்குகளும் இனி தவறாகப் பயன்படுத்தப்படுவதில் இருந்து தப்பிக்க முடியாது... (மேலும் படிக்கவும்)

படம்: இந்திய வெளியுறவுச் செயலாளர் புதிய தனியார் வங்கி உரிமையாளருடன் கைகுலுக்குகிறார்

இப்போதே ரம்மி விளையாடி ரூ. 10,000 வெல்லுங்கள்!!

3 நம்பகமான உண்மைச் சரிபார்ப்பு வலைத்தளங்களைத் தேடுங்கள். அவற்றின் பெயர்கள், URLகள் மற்றும் சரிபார்ப்பு செயல்முறையைப் பகிரவும்:

____

____

____

____

தவறான தகவல்கள் பெரும் விளைவை ஏற்படுத்தும் என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்: இது மக்களின் உடல் பாதுகாப்பு, மன ஆரோக்கியம், மக்கள் அல்லது சமூகங்களுக்கு இடையிலான உறவுகள் மற்றும் கண்ணியத்தைப் பாதிக்கும்.

SUCS முறை மிகவும் உதவியாக இருக்கிறது… ஆனால் தவறான தகவல்களை நம்புவதற்கும் பரப்புவதற்கும் நான் மிகவும் முட்டாள்தனமாகவும் குற்ற உணர்ச்சியுடனும் உணர்கிறேன். எனது தவறை என்னால் மறக்க முடியவில்லை…

தவறான தகவல்களை அடையாளம் காண்பதில் யாரும் எப்போதும் வெற்றி பெறுவதில்லை. அதனால்தான் அது மிகவும் பரவலாக உள்ளது! தகவல்களைச் சரிபார்க்கும் திறனை மேம்படுத்துவதும், உண்மையைக் கண்டறியும்போது நம் மனதை மாற்றுவதும்தான் முக்கிய விஷயம்!

அமித் பையா! எனக்கு மிகவும் பதட்டமாக இருக்கிறது! எனக்கு நிறைய செய்திகள் வருகின்றன. எல்லாவற்றையும் நான் எப்படித் தொடர்ந்து கண்காணித்து உண்மையைச் சரிபார்ப்பது? அதற்கு நாள் முழுவதும் ஆகுமே!

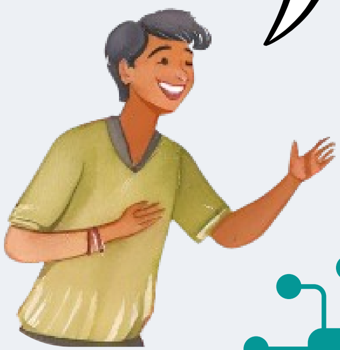
ம்ம்ம்… இணையத்தில் நாம் எப்படி உணர்கிறோம் என்பதை அறிந்திருப்பது நல்லது. நான் ஆன்லைனிலும் மிகவும் சோர்வாக இருக்கிறேன், பெரும்பாலான நாட்களில்…

தொலைந்து போனதாக உணராமல் பொறுப்பான தகவல்களைப் பெறும் நுகர்வோராக இருக்க நான் முயற்சி செய்யும் சில வழிகள் இங்கே!

- நம்பகமான மூலங்களில் இருந்து செய்திகளைப் படிக்க நிலையான நேரங்களை நிர்ணயித்தல்
- காலப்போக்கில், சரிபார்ப்பு மிகவும் இயல்பாக மாறும் என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்!
- நீங்கள் ஒன்றாகப் பயிற்சி செய்து ஒருவரையொருவர் திருத்திக் கொள்ள ஒரு உண்மையைச் சரிபார்க்கும் நண்பரைப் பெறுதல்!
- தகவலைச் செயலாக்கவும் உங்கள் முடிவை எடுக்கவும் நேரம் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள், ஆனால் அதன் துல்லியத்தை நீங்கள் உறுதி செய்யும் வரை ஃபார்வேர்டு செய்யாதீர்கள்!

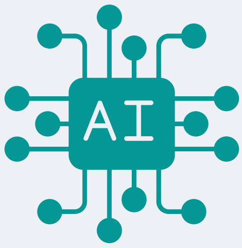
தவறான தகவல்களும், பொய்யான தகவல்களும் எவ்வாறு பரவுகின்றன?

தவறான தகவல்கள் எளிதில் பரவுவதற்குப் பின்னால் உள்ள காரணங்களைப் புரிந்துகொள்வதும் முக்கியம். பிரச்சனை நம் அனைவரையும் விட பெரியது!



கிளிக்பெய்ட் மற்றும் உணர்ச்சிவசப்படுதல்

உள்ளடக்கம் நம்மைக் கிளிக் செய்யத் தூண்டும் வகையில் வடிவமைக்கப்பட்டிருக்கலாம். அது உங்களை பயமுறுத்த, உற்சாகப்படுத்த அல்லது ஆர்வத்தைத் தூண்டும் விதமாக ஒரு வியப்பூட்டும் மிகைப்படுத்தப்பட்ட முறையில் எழுதப்பட்டிருக்கலாம்



போலிகள் மற்றும் வெட்டி ஒட்டப்பட்ட உள்ளடக்கம்

புகைப்படங்கள் மற்றும் வீடியோக்கள் உண்மையாகத் தோன்றவும் மக்களை ஏமாற்றவும் பெரிதும் திருத்தப்படுகின்றன. சில நேரங்களில், அவை மோசடிக்கு வழிவகுக்கும் அல்லது மக்கள் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்பது குறித்து நம்பத்தகாத எதிர்பார்ப்புகளை உருவாக்கும்.

பழையவற்றைப் புதிய சான்றுகள் கொண்டு உறுதிப்படுத்தல்

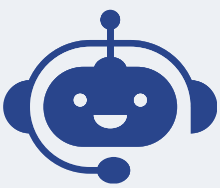
நமது தற்போதைய கருத்துக்களுடன் மோதும் தகவல்களை விட நமது தற்போதைய கருத்துக்களுடன் பொருந்தக்கூடிய தகவல்களையே நாம் எளிதாக நம்புகிறோம். எனவே, அதில் முன்வைக்கப்பட்டுள்ள கருத்துடன் நாம் உடன்பட்டால் நாமும் போலிச் செய்திகளைப் பகிரக் கூடும்!

அதிகரித்து வரும் போலரைசேஷன்

இணையத்தில் நடைபெறும் வாதங்கள் மிகவும் சூடாக இருக்கலாம். ஏனெனில் கருத்து வேறுபாடு கொண்ட தரப்பினரிடையே பிளவு அதிகரித்து வருகிறது. இதுபோன்ற சூழலில் தவறான தகவல்களை உருவாக்க அல்லது பகிர மக்கள் ஊக்குவிக்கப்படலாம்.

நம்பகத்தன்மை சார்பு

நாம் நம்பாதவர்களால் பகிரப்படும் தகவல்களை விட நம்மால் நம்பப்படுபவர்களால் பகிரப்படும் தகவல்களை நாம் எளிதாக நம்புகிறோம். உதாரணமாக, நாம் ஒப்புக்கொள்ளும் ஆசிரியர், உறவினர் அல்லது நண்பர் போன்றவர்களால் பகிரப்படும் தகவல்கள். செய்திகளை விட நாம் அந்த நபரைச் சரிபார்ப்பதால் அது நம்மைச் சிக்கலில் ஆழ்த்தலாம்!



சமூகச் சரிபார்ப்பு, போட்கள் மற்றும் போலி சுயவிவரங்கள்

சமூகச் சரிபார்ப்பு என்பது நம்மைச் சுற்றியுள்ள மற்றவர்களும் நம்பும் பிரபலமான தகவல்களை நாம் நம்ப முனைகிறோம் என்பதாகும். இடுகைகளை பிரபலமாகக் காட்ட போட்கள் மற்றும் போலி சுயவிவரங்கள் அதிகளவில் பயன்படுத்தப்படுகின்றன - இதனால் நாம் அவற்றை நம்புகிறோம்!

ஆன்லைனில் பொறுப்பாகவும் திறனாய்வு உணர்வுடனும் இருப்பது

தவறான தகவல் இல்லாத இணையத்தை உருவாக்க நாம் என்ன செய்ய முடியும் என்று நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள்?

____

____

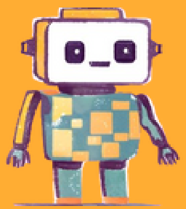
____

அமித் பையா, தவறான தகவல்களின் உலகம் இவ்வளவு சிக்கலானது என்று எனக்குத் தெரியாது!

ஆமாம்! இணையத்தில் நிறைய படித்து, தகவல்களைச் சரிபார்க்கும் போது புதியவற்றைக் கற்றுக்கொள்கிறேன்...

அது மிகவும் சிறப்பாக உள்ளது! இப்போது நாம் முற்றிலும் மூழ்கிப் போவதைக் குறைத்து நாம் என்ன நினைக்கிறோம், நம்மைக் கட்டும் தளைகள் என்ன என்பதைக் கண்டுபிடிப்பது போல் உணர்கிறேன்...

திறனாய்வுச் சிந்தனை என்பது தவறுகளில் இருந்து விலகி இருப்பது மட்டுமல்ல என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இது உண்மைகளையும் கருத்துகளையும் வேறுபடுத்திப் பார்ப்பதும், நம் முடிவை கவனமாக உருவாக்குவதும் ஆகும்... கிளிட்ச் இதை விளக்கும்!



நீங்கள் ஆன்லைனில் சேகரிக்கும் தகவல் பெரும்பாலும் உண்மைகள் மற்றும் கருத்துகளின் கலவையாகும். எந்த ஒரு தகவலிலும் இரண்டு பகுதிகளை வேறுபடுத்திப் பார்ப்பது உங்கள் திறனாய்வு சிந்தனைப் பயணத்தில் உதவியாக இருக்கும்!

உண்மைகள்

வெளியே மழை பெய்கிறது!

- சரிபார்க்கப்படலாம்
- ஆழ்ந்து கவனித்தல் அல்லது ஆராய்ச்சியின் அடிப்படையில்
- மறுக்க முடியாது

கருத்துகள்

மழை எல்லாவற்றையும் சோகமாக்குகிறது!

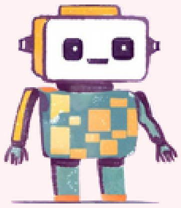
- ஒரு நம்பிக்கை/கருத்தைச் சரிபார்க்க முடியாது, விவாதிக்கலாம்
- நல்லது/கெட்டது பற்றிய சார்புகள் மற்றும் கருத்துக்களை எதிர்க்கலாம்
- ஒரு உண்மையைப் பற்றி ஒருவர் எப்படி உணருகிறார் என்பதைப் பகிர்ந்து கொள்கிறது

கருத்துக்கள் என்பது உலகத்தையும் அதில் நீங்கள் எப்படி உணருகிறீர்கள் என்பதையும் விளக்குவதற்கான ஒரு வழியாகும். அவை உண்மைகளால் ஆதரிக்கப்படலாம். கருத்துக்களைப் பற்றி கலந்துரையாடலாம், விவாதிக்கலாம் மற்றும் ஆராயலாம். இருந்தாலும் அவை உண்மைகளுக்கு எதிராக இருந்தால் தங்கள் செல்லுபடியாகும் தன்மையை இழக்கின்றன

எனவே, ஆதாரங்கள் நம்பகமானவை என்பதையும் உண்மைகள் சரியானவை என்பதையும் உறுதி செய்வதோடு உண்மைகளும் கருத்துகளும் எவ்வாறு இணைக்கப்பட்டுள்ளன என்பதையும் நாம் கவனிக்க வே[illegible]ம், இல்லையா?

நன்றாகவும் சுருக்கமாகவும் கூறினீர்கள் என்று நினைக்கிறேன்! நன்றி, பையா!

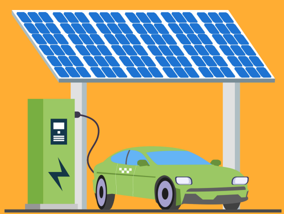
Activity



பின்வரும் தகவல்களில் உண்மைகளை வட்டமிட்டு கருத்துகளை அடிக்கோடிட்டுக் காட்ட முடியுமா? அவ்வாறு செய்யும்போது, கருத்துக்கள் உண்மைகளை அடிப்படையாகக் கொண்டவையா, அவற்றுடன் நீங்கள் உடன்படுகிறீர்களா என்பதைப் பற்றி சிந்தியுங்கள். பொருள் பற்றி மேலும் படித்து உங்கள் மனதை மாற்றிக் கொள்ளலாம்!

ஸ்ட்ராபெர்ரிகள் வைட்டமின் சி கொண்ட ஒரு பழமாகும். மேலும் அவை எல்லாவற்றையும் விட மிகவும் சுவையான பழமாகும்.

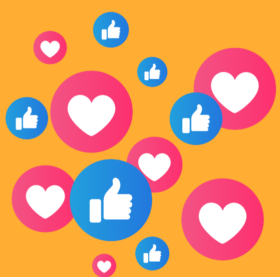
குதுப் மினார் புது தில்லியில் அமைந்துள்ளது, ஆனால் அது நகரத்தின் மற்ற நினைவுச்சின்னங்களைப் போல அழகாக இல்லை.



மின்சார கார்கள் எரிவாயு மூலம் இயங்கும் வாகனங்களை விட குறைவான உமிழ்வை உருவாக்குகின்றன, இது சுற்றுச்சூழலைப் பற்றி அக்கறை கொண்ட அனைவருக்கும் வெளிப்படையான தேர்வாக அமைகிறது.

விண்வெளி ஆய்வுக்காக பணம் செலவழிப்பது வீணாக இருக்கலாம், ஆனால் அது நம்பமுடியாத தொழில்நுட்ப முன்னேற்றங்களுக்கு வழிவகுத்துள்ளது!

துரித உணவில் அதிக அளவு சர்க்கரை மற்றும் கொழுப்பு உள்ளது, அதனால்தான் இது உலகளவில் உடல் பருமனுக்கு ஒரு முக்கிய காரணமாகும்.



தினமும் படிக்கும் பழக்கம் மனதை ஒருமுகப் படுத்துவதற்கும் அதிக அளவில் சொற்களின் அர்த்தத்தை தெரிந்துவைத்துக் கொள்வதற்கும் உதவும். இருந்தாலும் சிலர் ஆடியோ நூல்கள் அதேபோல் பயனுள்ளதாக இருக்கும் என்று நம்புகிறார்கள். தனிப்பட்ட முறையில், உங்கள் கைகளில் ஓர் அசல் புத்தகத்தை வைத்திருப்பது போன்ற உணர்வை எதுவும் வெல்ல முடியாது

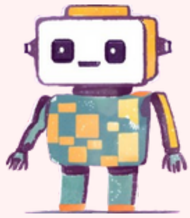
சமூக ஊடக வழிமுறைகள் பயனர்களை ஈடுபாட்டுடன் வைத்திருக்கும் உள்ளடக்கத்திற்கு முன்னுரிமை அளிக்கின்றன. இது அவர்கள் நம் நடத்தையை கையாள வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது என்பதைக் காட்டுகிறது

நெறிமுறைகள் என்றால் என்ன?

அதிக மழை பெய்து ஓய்ந்த பின் வெப்பமாக இருந்தது. காற்றில் ஈர்ப்பதம் இருந்தது. சுபம் ஒரு மரத்தடியில் அமர்ந்து ஐஸ்கிரீமை அனுபவித்து சாப்பிட்டுக் கொண்டிருந்தாள். போலிச் செய்திகளை அடையாளம் காண்பதில் அதிக நம்பிக்கையுடன் செய்திகளைப் படிக்க சுபம் தனது ஃபோனை எடுத்தாள். அவள் ஸ்க்ரோல் செய்தபோது, விசித்திரமான ஒன்றைக் கவனித்தாள்.

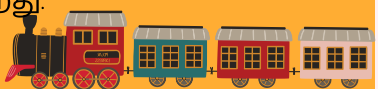
ம்ம், இது விசித்திரமாக இருக்கிறது. நேற்று ஒரு பெரிய இடியுடன் கூடிய மழை பெய்தது என்று எனக்குத் தெரியும், ஆனால் ஆன்லைனில் அதைப் பற்றி எதுவும் எனக்குத் தெரியவில்லை. எனது செய்தி ஃபீட்வ் கஃபேக்கள் பற்றிய பரிந்துரைகளால் நிரம்பி இருக்கிறது

ஏனென்றால், உங்கள் செயல்பாட்டின் அடிப்படையில் நீங்கள் என்ன விரும்புகிறீர்கள் என்று அல்காரிதம்கள் உங்களுக்குக் காட்டுகின்றன. நீங்கள் சமீபத்தில் உங்களைச் சுற்றியுள்ள கஃபேக்களைத் தேடியிருந்தால், அல்காரிதம் அதைவிட அதிகமாக உங்களுக்குக் காண்பிக்கும்!

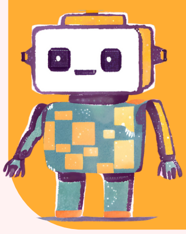


R"ஹலோ டிஜிட்டல் வேர்ல்ட்" இல் இணையத்தை ஒரு ரயில்வே அமைப்புடன் ஒப்பிட்டுப் பார்த்தது நினைவில் இருக்கிறதா? அல்கோரிதம்ஸ் என்ற நெறிமுறைகள் ரயில்வேயில் இருக்கும் நிலைய மேலாளர்களைப் போலவே செயல்படுகின்றன! நீங்கள் ஒரு ரயிலில் பயணம் செய்வதாக கற்பனை செய்து பாருங்கள். ஒவ்வொரு முறையும் ரயில் ஒரு ரயில் நிலையத்தை அடையும்போதும் நீங்கள் எங்கு செல்கிறீர்கள் என்பதை ஸ்டேஷன் மாஸ்டர் கவனிப்பார். நீங்கள் அதே ரயிலில் ஒரிசா அல்லது வங்காளம் போன்ற இடங்களுக்கு ச் சென்றால், கிழக்கு இந்திய சுற்றுலாவை நீங்கள் கண்டறிய விரும்புவதாக ஸ்டேஷன் மாஸ்டர் நினைக்கத் தொடங்குவார். அடுத்த முறை பயணம் செய்வது உங்களுக்கு மிகவும் பிடிக்கும் என்று அவர்கள் நினைப்பதால் அதே இடங்களுக்கு மேலும் ரயில்களைப் பரிந்துரைப்பார்கள்.

அதுபோலவே நீங்கள் இணையத்தைப் பயன்படுத்தும்போது அல்காரிதம்கள் நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் என்பதைக் கண்காணிக்கின்றன - நீங்கள் பார்க்கும் வீடியோக்கள், நீங்கள் பார்வையிடும் பக்கங்கள் அல்லது நீங்கள் தேடும் விஷயங்கள் போன்றவை. சமையல் பற்றிய வீடியோக்களை நீங்கள் தொடர்ந்து தேடினால் அல்காரிதம் நீங்கள் சமையலை விரும்புவதாகக் கருதி சமையல் குறிப்புகள் மற்றும் உணவுக் குறிப்புகளை பரிந்துரைக்கிறது.



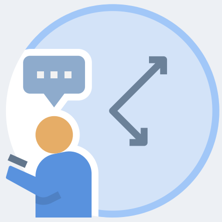
அல்காரிதம்கள் உங்கள் ஆன்லைன் செயல்பாடுகளைக் கண்காணிக்கின்றன. அதாவது நீங்கள் விரும்புவது, கருதுவது அல்லது பகிர்வது போன்றவை. இந்தத் தொடர்புகள் உங்கள் ஆர்வங்களைக் குறிக்கின்றன மற்றும் தளங்கள் உங்கள் ஊட்டத்தைத் தேர்ந்தெடுக்க உதவுகின்றன. கேமிங் பற்றிய இடுகைகளை நீங்கள் விரும்பினால் அல்காரிதம் அதிக கேமிங் உள்ளடக்கம், விளம்பரங்கள் மற்றும் பக்கங்களைக் காட்டும்.

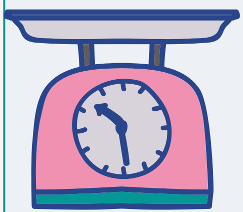


நீங்கள் பயன்படுத்தும் உள்ளடக்க வகை - அது வீடியோக்கள், கட்டுரைகள் அல்லது படங்கள் என எதுவாக இருந்தாலும் - பரிந்துரைகளையும் பாதிக்கிறது. நீங்கள் அடிக்கடி பயன்படுத்தும் வடிவங்களை அல்காரிதம்கள் முன்னுரிமைப்படுத்துகின்றன.

அல்காரிதம்கள் எவ்வாறு செயல்படுகின்றன?

சிலதலைப்புகளில் நீங்கள் செலவிடும் நேரம் நீங்கள் எதை அதிகம் விரும்புகிறீர்கள் என்பதை அல்கோரிதம்களுக்குத் தெரிவிக்கிறது. குறிப்பிட்ட உள்ளடக்கத்தில் நீங்கள் எவ்வளவு நேரம் ஈடுபடுகிறீர்களோ அந்த அளவுக்கு ஒத்த இடுகைகளை நீங்கள் பார்ப்பீர்கள்.





அல்கோரீதம்களின் மற்றொரு முக்கிய கூறு உள்ளடக்கத்தை எடையிடுதல் ஆகும். இது பல்வேறு வகையான இடுகைகள் மற்றும் செயல்பாடுகளுக்கு மதிப்பெண்ணை வழங்குகிறது. தளங்களில் நேரடியாக பதிவேற்றப்படும் வீடியோக்கள் வெளிப்புற தளங்களுக்கான இணைப்புகளை விட அதிக முன்னுரிமை அளிக்கப்படுகின்றன. உயர்தர மூலங்களில் இருந்து இணைப்புகளும் அதிக சாதகமாக எடையிடப்படுகின்றன.

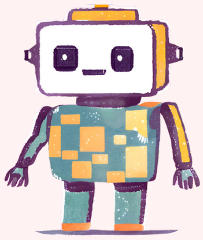
நாட்கள் செல்லச்செல்ல இடுகைகள் முக்கியத்துவத்தை இழக்கின்றன. புதிய இடுகைகள் மற்றும் ஒரு பக்கத்துடனான சமீபத்திய தொடர்புகள் உங்கள் ஊட்டத்தில் அதன் உள்ளடக்கம் தோன்றும் வாய்ப்புகளை அதிகரிக்கின்றன. நீங்கள் சிறிது காலமாக ஒரு பக்கத்துடன் ஈடுபடவில்லை என்றால், அதன் இடுகைகள் புதியதாக இருந்தாலும் கூட குறைவாகவே காட்டப்படலாம்.

அல்கோரிதம்கள் உண்மையிலேயே முக்கியமானவற்றிற்கு முன்னுரிமை அளிப்பதில்லை என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்! அவை பெரும்பாலும் பிரபலமான உள்ளடக்கம், பளிச்சிடும் தலைப்புச் செய்திகள் அல்லது வைரல் வீடியோக்கள் போன்றவற்றை விளம்பரப்படுத்துகின்றன. அவை எப்போதும் துல்லியமாகவோ அல்லது நம்பகமானதாகவோ இருக்க வேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை. இதன் பொருள் என்னவென்றால் மிகவும் கவரும்படியாக இருக்கும் உள்ளடக்கம் மிகவும் நம்பகமானதாக இருக்காது.

அல்காரிதம்கள் உங்கள் ஆன்லைன் அனுபவத்தைத் தனிப்பயனாக்கினாலும் அவை உங்களை ஒரு ஃபில்டர் பபுளுக்குள் சிக்க வைக்கக்கூடும் . அதாவது உங்களது தற்போதைய ஆர்வங்களுடன் ஒத்துப்போகும் உள்ளடக்கத்தை மட்டுமே நீங்கள் காண்பீர்கள். இது புதிய சிந்தனைகள் மற்றும் கண்ணோட்டங்களைப் பார்க்கவிடாமல் உங்களைக் கட்டுப்படுத்துகிறது. குமிழில் இருந்து வெளியேற வேண்டுமானால் வெவ்வேறு தலைப்புகளைக் கண்டறிந்து மாறுபட்ட உள்ளடக்கத்தில் ஈடுபடுங்கள். உற்சாகம் தருபவைகளை நீங்கள் கண்டுபிடிக்கக் கூடும் அல்லவா!

அல்காரிதம்கள் எவ்வாறு செயல்படுகின்றன?

அல்காரிதம்கள் நீங்கள் பார்க்கும் உள்ளடக்கத்தை வடிவமைப்பது மட்டுமல்லாமல், நீங்கள் உலாவும்போது எந்த விளம்பரங்கள் தோன்றும் என்பதையும் அவை தீர்மானிக்கின்றன. விளம்பரதாரர்கள் உங்களுக்காகப் பிரத்யேகமாக வடிவமைக்கப்பட்ட விளம்பரங்களை வழங்க தேடல் வரலாறு, கிளிக்குகள் மற்றும் உங்கள் இருப்பிடம் போன்ற உங்கள் ஆன்லைன் நடத்தையைப் பயன்படுத்துகிறார்கள். அதை படிப்படியாகப் பிரித்துப் பார்ப்போம்:



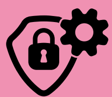
விளம்பர இலக்கு

விளம்பரதாரர்கள் உங்கள் தரவைச் சேகரித்தவுடன், நீங்கள் என்ன விரும்புவீர்கள் என்பதைப் புரிந்துகொள்ள அதைப் பகுப்பாய்வு செய்கிறார்கள். குறிப்பிட்ட குழுக்களுக்கு பொருத்தமான விளம்பரங்களைக் காட்ட, விளம்பரதாரர்கள் வயது, இருப்பிடம் மற்றும் விருப்பத்தேர்வுகள் போன்ற மக்கள்தொகைத் தரவைப் பயன்படுத்துகிறார்கள்.

விளம்பரத் தனிப்பயனாக்கம்

அவர்கள் சேகரித்த தரவைப் பயன்படுத்தி, நிறுவனங்கள் உங்கள் ஆர்வங்கள் மற்றும் பழக்கவழக்கங்களின் சுயவிவரத்தை உருவாக்குகின்றன. நீங்கள் எந்த வகையான விளம்பரங்களைக் கிளிக் செய்வீர்கள் என்பதை அவர்கள் கணித்து மிகவும் பொருத்தமானதாக அவர்கள் நினைக்கும் விளம்பரங்களை உங்களுக்குக் காட்டுகிறார்கள். அதனால்தான், ஆன்லைனில் புதிய ஃபோன்களைப் பார்த்த பின், ஃபோன் கேஸ்கள், சார்ஜர்கள் அல்லது இயர்போன்களுக்கான விளம்பரங்களை நீங்கள் திடீரென்று பார்க்கக்கூடும்.

விளம்பரதாரர்கள் சேகரிக்கும் தரவு அளவைக் குறைத்து உங்கள் ஆன்லைன் அனுபவத்தின் மீது கட்டுப்பாட்டைப் பதிவுசெய்ய நீங்கள் நடவடிக்கை எடுக்கலாம். எதைப் பகிர வேண்டும், எதைத் தனிப்பட்டதாக வைத்திருக்க வேண்டும் என்பதை நீங்கள் எப்படி முடிவு செய்யலாம் என்பதைத் தொடர்ந்து காணலாம்!



தனியுரிமை அமைப்புகளை மதிப்பாய்வு செய்யவும்

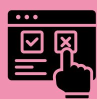
இருப்பிட கண்காணிப்பு அல்லது தனிப்பயனாக்கப்பட்ட விளம்பரங்களை முடக்க அமைப்புகளை சரிசெய்யவும்.

குக்கீகள் மற்றும் தற்காலிக சேமிப்பை அழிக்கவும்

விளம்பரதாரர்கள் பயன்படுத்தும் தரவை மீட்டமைக்க குக்கீகளை தவறாமல் நீக்கவும்.

விளம்பரத் தடுப்பான்களைப் பயன்படுத்தவும்

விளம்பரங்களைத் தடுத்து, டிராக்கர்கள் உங்கள் தரவைச் சேகரிப்பதைத் தடுக்கவும்.

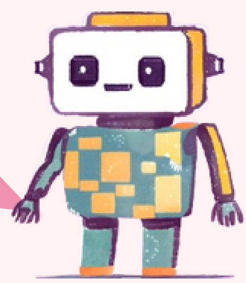


தனிப்பயனாக்கப்பட்ட விளம்பரங்களில் இருந்து விலகவும்

உங்கள் செயல்பாட்டின் அடிப்படையில் விளம்பரங்களைத் தவிர்க்கவும். நீங்கள் இன்னும் விளம்பரங்களைக் காண்பீர்கள். ஆனால் அவை உங்கள் உலாவல் வரலாற்றில் பதிவேற்றப்படாது

அல்காரிதம்கள் அருமையாக இருக்கின்றன. ஆனால் கொஞ்சம் பயமாக இருக்கிறது! எனது வீடியோ பரிந்துரைகள் மாறிக்கொண்டே இருப்பதில் ஆச்சரியமில்லை. அவை விளம்பரங்களையும் தீர்மானிக்கின்றனவா? நான் ஒரு முறை காலணிகளைத் தேடினேன், இப்போது நான் பார்ப்பது அவற்றை மட்டும்தான்!

சரியா! அது இலக்கு விளம்பரம், அல்காரிதம்கள் உங்கள் தரவைப் பயன்படுத்தும் மற்றொரு வழி!



செயற்கை நுண்ணறிவு என்றால் என்ன?

நண்பர்களே! இந்த ஏஐ சாட்பாட் பற்றி நீங்கள் கேள்விப்பட்டிருக்கிறீர்களா? அது எல்லாவற்றையும் அறிந்திருப்பதாகத் தெரிகிறது!

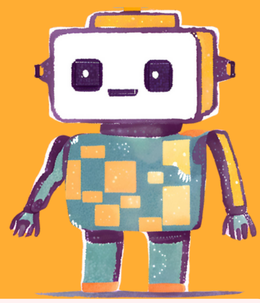
ஓ, ஆமாம்! தொழில்நுட்பம் மற்றும் நம் வாழ்க்கையைப் பற்றி ஆன்லைனில் படித்தபோது நாம் அதைப் பற்றி ஒன்றாகக் கற்றுக்கொண்டோம். ஏஐ அல்லது செயற்கை நுண்ணறிவு மனித நுண்ணறிவைப் பிரதிபலிக்கும் கணினி அமைப்புகளைக் குறிக்கிறது. உதாரணமாக, சாட்பாட்கள் கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்கலாம், தேடுபொறிகள் வலைத்தளங்களை பரிந்துரைக்கலாம், மற்றும் பட அங்கீகார கருவிகள் புகைப்படங்களில் உள்ள பொருட்களை அடையாளம் காட்டலாம்.

இது சுவையாக இருக்கிறது! இது எப்படி வேலை செய்கிறது என்பதைப் புரிந்துகொண்டீர்களா?

ஆம்! வடிவங்களை அடையாளம் காணவும் கணிப்புகளைச் செய்யவும் ஏஐ பெரிய அளவிலான தகவல்களைச் செயலாக்குகிறது. உதாரணமாக, நான் ஒரு ஏஐ சாட்போட்டிடம் ஒரு கேள்வியைக் கேட்டால் அது எனது கேள்வியைப் புரிந்துகொண்டு அதை பகுப்பாய்வு செய்து, மிகவும் பொருத்தமான தகவலுக்காக அதன் தரவுத்தளத்தைத் தேடி ஒரு பதிலை ஒரு சூப்பர்-ஸ்மார்ட் உதவியாளரைப் போல நொடிகளில் வழங்கும்!

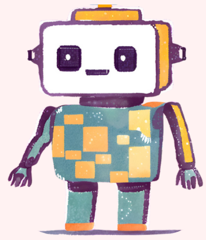
ஆனால் நினைவில் கொள்ளுங்கள், AI உண்மையில் மனிதர்களைப் போல சிந்திக்காது. அது அதன் பயிற்சித் தரவைப் பின்பற்றுகிறது. இது நம்பமுடியாத அளவிற்கு உதவியாக இருக்கும், ஆனால் அதன் பலம் மற்றும் பலவீனங்களைப் புரிந்துகொள்வது முக்கியம். க்ளிட்ச் அதற்கு உங்களுக்கு உதவும்!

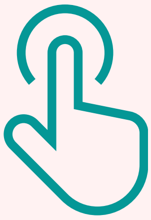
உங்கள் செய்தி ஊட்டத்தில் நீங்கள் அடிக்கடி பார்க்கும் மூன்று வகையான உள்ளடக்கங்களை எழுதுங்கள். இந்த தலைப்புகள் உண்மையில் உங்களுக்கு ஆர்வம் அளிக்கின்றனவா, அல்லது அல்காரிதம்கள் உங்களுக்காக ஒரு குமிழியை உருவாக்கியுள்ளன என்று நினைக்கிறீர்களா? உங்கள் எண்ணங்களை ஒரு நண்பர் அல்லது வகுப்புத் தோழருடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.



AI எவ்வாறு செயல்படுகிறது?

செயற்கை நுண்ணறிவு என்பது பணிகளை விரைவாக முடிக்கவும், சிக்கல்களைத் தீர்க்கவும், கற்றலை மிகவும் சுவையானதாக்கவும் உதவும் ஒரு உதவியாளரைப் போன்றது. இது ஒரு மனிதனைப் போல சிந்திக்கவோ உணர்வதோ இல்லை என்றாலும் AI உங்கள் அன்றாட வாழ்க்கையின் பல பகுதிகளில் இன்னும் மிகவும் உதவியாக இருக்கும். AI உங்களுக்கு உதவக்கூடிய சில வழிகளைப் பார்ப்போம்:





தரவுக்கான விரைவான அணுகல்

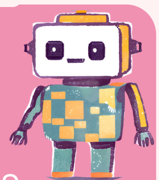
AI சில நொடிகளில் பெரிய அளவிலான தகவல்களை பகுப்பாய்வு செய்ய முடியும். இது AI ஐ ஆராய்ச்சி மற்றும் கற்றலுக்கு மிகவும் பயனுள்ளதாக மாற்றுகிறது.

கருத்துப்பரிமாற்ற ஆலோசனைகள்

நீங்கள் ஆலோசனைகளைப் பெற முயற்சி செய்யும்போது எப்போதாவது சிக்கிக்கொண்டதாக உணர்ந்தீர்களா? திட்டங்களுக்கான ஆக்கப்பூர்வமான விருப்பங்களை பரிந்துரைப்பதன் மூலம் AI யால் உதவ முடியும். இது ஒரு படிப்புத் தோழனைப் போன்றது!

மொழிபெயர்ப்பு

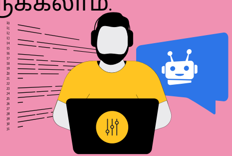
AI தரவுகளில் இருந்து கற்றுக்கொள்கிறது. மேலும் அது பெற்ற தரவு தெளிவற்றதாகவோ அல்லது முழுமையற்றதாகவோ இருந்தால் AI ஒருதலைப்பட்சமான முடிவுகளைத் தரக்கூடும். இதன் பொருள் அது தவறுகளைச் செய்யலாம் அல்லது சில கருத்துக்களுக்கு சாதகமாக இருக்கலாம்.



AI நம்பமுடியாத அளவிற்கு உதவியாக இருந்தாலும், அது சரியானது அல்ல. அதைப் பயன்படுத்தும் போது எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டிய சில சவால்கள் உள்ளன:

AI இல் சார்பு

AI தரவுகளிலிருந்து கற்றுக்கொள்கிறது, மேலும் அது பயிற்றுவிக்கப்பட்ட தரவு நியாயமற்றதாகவோ அல்லது முழுமையற்றதாகவோ இருந்தால், AI ஒருதலைப்பட்சமான முடிவுகளைத் தரக்கூடும். இதன் பொருள் அது தவறுகளைச் செய்யலாம் அல்லது சில கருத்துகளுக்கு ஆதரவாக இருக்கலாம்.

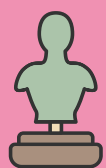


EXAMPLE

ஒரு AI கருவி பெரும்பாலும் மேற்கத்திய ஊடகங்களில் தரவைப் பெற்றால் இந்தியா உட்பட உலகின் பிற பகுதிகளில் இருந்து வரும் கலாச்சார குறிப்புகளைப் புரிந்துகொள்வதில் அது சிரமப்படலாம்.

தவறான தகவல்

AI பெரும்பாலும் உண்மையானதாகத் தோன்றும் ஆனால் உண்மையல்லாத தகவல்களை உருவாக்கலாம். சில நேரங்களில் அது உண்மையின் அடிப்படையில் அல்லாமல் வடிவங்களின் அடிப்படையில் பதில்களைக் கணிக்கும்.



EXAMPLE

ஒரு வரலாற்று நபரைப் பற்றி நீங்கள் ஒரு AI கருவியைக் கேட்கிறீர்கள். அது ஒருபோதும் நடக்காத ஒரு போலி மேற்கோள் அல்லது நிகழ்வை நம்பிக்கையுடன் உங்களுக்கு வழங்குகிறது.

தனியுரிமை பற்றிய அக்கறைகள்

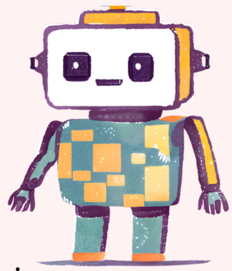
பல AI கருவிகள் கற்றுக்கொள்ளவும் மேம்படுத்தவும் தரவைச் சேகரித்து பகுப்பாய்வு செய்கின்றன. இது AI ஐ சிறந்ததாக்க உதவும் அதே வேளையில் தனிப்பட்ட தகவல்களில் தனியுரிமை குறித்த பிரச்சினைகளைஇது எழுப்புகிறது.

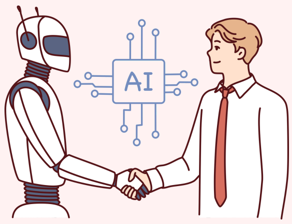
EXAMPLE

ஒரு செயலி உங்கள் இருப்பிடத்தைக் கேட்டால் அதற்கு அந்தத் தகவல் ஏன் தேவை, அதைப் பகிர விரும்புகிறீர்களா என்பதைப் பற்றி சிந்திக்க வேண்டியது முக்கியம்.

AI ஐப் பயன்படுத்துவதற்கான கிளிச்சின் இன் வழிகாட்டல்

மிகையாக உணர்கிறாயா? எனக்குப் புரிகிறது! இதில்நிறைய இருக்கிறது. குழப்பமாக இருக்கலாம். AI ஐப் பொறுப்புடன் பயன்படுத்த உதவும் சில எளிய குறிப்புகள் இதோ



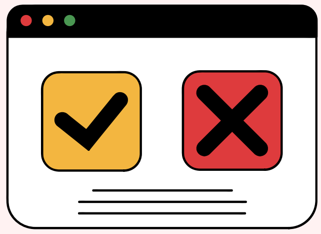


AI யுடன் இணைந்து செயல்படு. அதைச் சார்ந்து இருக்கக்கூடாது

AI ஒரு சிறந்த உதவியாளராக இருக்கலாம். ஆனால் அது உங்கள் சொந்த கருத்துகள், படைப்பாற்றல் மற்றும் திறனாய்வு சிந்தனைக்கு மாற்றாக இருக்காது. இது ஒரு கருவியாக இருக்கலாம் அல்லது பரிந்துரைகளைப் பெறலாம். ஆனால் அதனால் உங்கள் சொந்த சிந்தனை மற்றும் படைப்பாற்றலைப் பதிலீடு செய்ய முடியாது.

எப்போதும் உண்மையைச் சரிபார்த்தல்

AI முழுமையானது அல்ல. பெரும்பாலும் தவறான தகவல்களைத் தரும். புத்தகங்கள், நம்பகமான வலைத்தளங்கள் போன்ற நம்பகமான ஆதாரங்களைச் சரிபார்ப்பதன் மூலம் அல்லது ஒரு ஆசிரியரிடம் கேட்பதன் மூலம் அது உங்களுக்குச் சொல்வதை எப்போதும் சரிபார்க்கவும்.

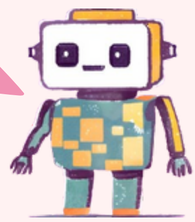


அதன் வரம்புகளைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்

AI மிகவும் புத்திசாலி. ஆனால் மனிதர்களைப் போல சிந்திக்காது. மனிதர்களைப் போல் உணர்ச்சிகளையோ அல்லது கலாச்சார சூழல்களையோ அதால் புரிந்து கொள்ள முடியாது. அதை ஒரு நிபுணராக அல்ல ஒரு கருவியாகக் கருதுங்கள்!

எனவே நான் AI ஐ ஒரு தொடக்கப் புள்ளியாகப் பயன்படுத்த வேண்டுமா, இறுதி பதிலாக அல்லவா?

சரியாகச் சொன்னாய்! உன் வேலையை எளிதாக்கும் ஓர் உதவியாளராக அதை நினைத்துப் பார். ஆனால் அதால் உன் திறனாய்வுச் சிந்தனையை பதிலீடு செய்ய முடியாது.



செயல்பாடு

உங்களுக்கு இணைய அணுகல் இருந்தால்

பகுதி பகுதியாகப் பிரிக்கவும். இப்போது, உங்களில் ஒருவர் AI கருவியைப் பயன்படுத்த வேண்டும், மற்றவர் பாரம்பரிய ஆராய்ச்சி முறைகளைப் பயன்படுத்தலாம். உங்களுக்குப் பிடித்த எந்த தலைப்பையும் ஆராயுங்கள். பின்னர், துல்லியம், முழுமை மற்றும் நம்பகத்தன்மைக்கு முடிவுகளை ஒப்பிடுங்கள்!

உங்களுக்கு இணைய அணுகல் இல்லையென்றால்

AI-உருவாக்கிய பதிலை மீண்டும் எழுதுங்கள். உருவாக்கப்பட்ட பதிலை மேலும் செழுமையாகவும் துல்லியமாகவும் மாற்ற கூடுதல் சூழல், எடுத்துக்காட்டுகள் மற்றும் உங்கள் சொந்த கருத்துகளைச் சேர்க்கவும்

அத்தியாய மீள்பார்வை!

ஆன்லைன் தகவல்களை பெரும்பாலும் பின்வருமாறு வகைப்படுத்தலாம்: சரிபார்க்கப்பட்ட மற்றும் நம்பகமான தகவல், கருத்து மற்றும் தனிப்பட்ட உள்ளடக்கம், தவறான தகவல், தவறான தகவல் மற்றும் போலி செய்திகள், அல்லது நகைச்சுவை மற்றும் உள்ளீடு!

தவறான தகவல் என்பது பொதுவாக தற்செயலாகப் பகிரப்படும் தவறான அல்லது பொய்த் தகவல். அதே நேரத்தில் தவறான தகவல் மக்களைத் தவறாக வழிநடத்தும் நோக்கம் கொண்டது.

நீங்கள் ஒரு எளிய முறையைப் பயன்படுத்தி தகவலைச் சரிபார்க்கலாம் - SUCS (ஆதாரம், பரவல், சூழல், மறு கருத்து)

ஆதாரம்: வலைத்தளம் நம்பகமானதா மற்றும் நன்கு அறியப்பட்டதா? URL பாதுகாப்பானதா? பக்க வடிவமைப்பு சிறந்ததா, அல்லது பாப்அப்களால் நிறைந்ததா?

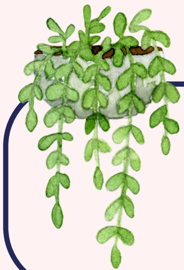
- பரவல்: தகவல் பொதுவானதா மற்றும் பிற ஆதாரங்களில் இருந்து சரிபார்க்கக்கூடியதா?
- : பெயர்கள், தேதிகள் மற்றும் இடங்கள் துல்லியமானதா? முழு சூழலுடன் புதுப்பித்த நிலையில் உள்ளதா? படங்கள் தகவலுடன் பொருந்துகின்றனவா?
- தகவல்களைப் பகிரும்போது உண்மைகள் மற்றும் கருத்துகளுக்கு இடையில் கவனமாக இருங்கள்!

நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்: அல்காரிதம்கள் கவனத்தை ஈர்ப்பதை முன்னுரிமைப்படுத்தி ஊக்குவிக்கின்றன. அவசியமாக எது துல்லியமானது அல்லது முக்கியமானது என்பதை அல்ல!

தனியுரிமை அமைப்புகளை மதிப்பாய்வு செய்யவும், குக்கீகள் மற்றும் தற்காலிக சேமிப்பை அழிக்கவும், ஆட் பிளாக்கர்களை பயன்படுத்தவும் மற்றும் விளம்பர நிறுவனங்களுடன் பகிரப்படும் தகவல்களைக் குறைக்க தனிப்பயனாக்கப்பட்ட விளம்பரங்களை முடக்கவும்!

AI மிகவும் உதவியாக இருக்கும். ஆனால் போலியான தகவல்களை ஊக்குவிக்கும். குறியிடப்பட்ட சார்புகளைக் கொண்டிருக்கும். மேலும் தனியுரிமை குறித்த பிரச்சினைகளையும் கொண்டுள்ளது! AI-ஐ வழங்குவது உண்மையா என்று சரிபார்க்கவும், அதன் வரம்புகளைப் புரிந்துகொண்டு, உங்கள் வேலையை முடிப்பதற்கு அல்ல ஆதரிக்கஅதைப் பயன்படுத்துவதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்!

அத்தியாயம் 5: மோசடி செய்பவர்கள் இன்று மட்டும் இருப்பவர்கள் அல்ல! ஆன்லைன் அச்சுறுத்தல்களைக் கண்டறிந்து நிறுத்துதல்



அன்று பிரகாசமாக வெயில்அடித்தது. ஜஸ்ப்ரீத்தும் நூரும் ஜஸ்ப்ரீத்தின் வீட்டில் அமர்ந்து ஒன்றாகச் சில புதிய விதைகளை நடுகிறார்கள்!

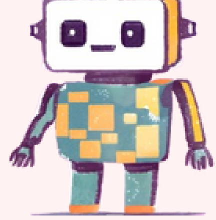
நேற்று நான் சுபத்துடன் சிறிது நேரத்தைச் செலவிட்டேன். அவள் சித்தார்த் மற்றும் அமித் பையாவிடம் இருந்து கற்றுக்கொண்ட அல்காரிதம்கள், AI மற்றும் பல அருமையான விஷயங்களைப் பற்றி என்னிடம் சொல்லிக்கொண்டிருந்தாள்! அது சுவையாக இருந்தது. ஆனால் நமக்குத் தெரியாதவை எவ்வளவு இருக்கின்றன என்பதைப் பற்றி சிந்திக்க வைத்தது...

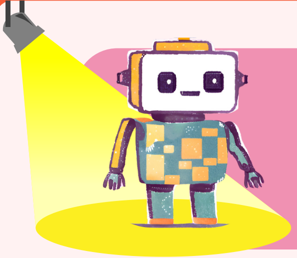
அது உண்மைதான்! இணையம் கவர்ச்சிகரமானது, ஆனால் அது பாதுகாப்பானதா அல்லது நம்பகமானதா என்று நமக்குத் தெரியாதபோது அதைக் கையாள்வது அச்சுறுத்தலாகவும் இருக்கலாம்.

இணையத்தில் பயமுறுத்தும் மற்றும் தேவையற்ற தொடர்புகளை எவ்வாறு கையாள்வது என்பதைக் கற்றுக்கொள்வதற்கு நாம் ஒரு இடத்திற்குச் சென்றால் அது நம் அனைவருக்கும் மிகவும் உதவியாக இருக்கும் என்று நான் நினைக்கிறேன். நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்கள்?

அது ஒரு சிறந்த ஆலோசனை. இதுபோன்ற ஏதாவது ஒன்றைச் செய்ய கிளிட்ச் நமக்கு உதவும் என்று நான் நினைக்கிறேன்!

அது ஒரு சிறந்த ஆலோசனை. இதுபோன்ற ஏதாவது ஒன்றைச் செய்ய கிளிட்ச் நமக்கு உதவும் என்று நான் நினைக்கிறேன்!





கிளிட்சின் கேலக்~~ஸி வழி~~காட்டி!
இணையப் பாதுகாப்பு!

தனிப்பட்ட தொடர்பு சேனல்களில் உங்களுக்கு அனுப்பப்படும் அச்சுறுத்தல்களை நீங்கள் எவ்வாறு அடையாளம் காண்கிறீர்கள்? கவனிக்க வேண்டிய சிவப்புக் கொடிகளின் பட்டியல் இதோ!

- அவர்கள் தனிப்பட்ட தகவல் அல்லது முக்கியமான தகவல்களைக் கேட்டார்களா (எ.கா: வயது, முகவரி, தொலைபேசி எண், பள்ளி, வங்கிக் கணக்கு)
- குறிப்பாக ஒரு சாதாரண, நட்பு உரையாடலில் அவர்கள் தனிப்பட்ட புகைப்படங்கள்/ வீடியோக்களைக் கேட்டார்களா?
- உங்கள் உரையாடல்கள் அல்லது செயல்களை மற்றவர்களுக்குத் தெரியாமல் இரகசியமாக வைத்திருக்கச் சொன்னார்களா?
- அவர்கள் மிக விரைவாக உங்கள் நெருங்கிய நண்பர்களாக மாற முயற்சிசெய்தார்களா, பாராட்டுகள் அல்லது பரிசுகளை வழங்கினார்களா?
- அவர்கள் உங்களைப் பாதுகாப்பற்றதாக உணரும் அல்லது குற்ற உணர்ச்சியையோ ஏற்படுத்தும் துஷ்பிரயோக/புண்படுத்தும் செய்திகளை அனுப்பினார்களா?
- அவர்கள் பெரிய வாக்குறுதிகளையோ அல்லது சலுகைகளையோ (எ.கா: லாட்டரி, வேலை வாய்ப்பு) அளித்தார்களா?

அச்சுறுத்தல்கள் மற்றும் பாதுகாப்பற்ற சூழ்நிலைகளைத் தடுக்க சில பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகள்!

- எழுத்துக்கள், எண்கள் மற்றும் சிறப்பு எழுத்துக்களின் கலவையுடன் வலிமையான கடவுச்சொற்களை உருவாக்கவும்.
- 2-காரணி அங்கீகாரத்தை இயக்கவும்
- உங்கள் சுயவிவரத்தின் விசிபிலிட்டி உங்கள் முன்னுரிமைக்கு ஏற்ப அமைக்கப்பட்டுள்ளதா என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள் - பொது அல்லது தனிப்பட்டது!
- உங்கள் முழுப்பெயர், முகவரி, தொலைபேசி எண் அல்லது பள்ளிப் பெயர் போன்ற தனிப்பட்ட தகவல்களைப் பொது தளங்களில் பகிர்வதைத் தவிர்க்கவும்.
- குறியாக்கப்பட்ட தளங்களில் முக்கியமான விவரங்களை (எ.கா., வங்கித் தகவல்) மட்டும் பகிரவும்
- ஆன்டிவைரஸ் மென்பொருளை நிறுவி, உங்கள் சாதனத்தின் ஃபயர்வால் இயக்கப்பட்டிருப்பதை உறுதிசெய்யவும்
- எப்போதும் URLகளை கவனமாகச் சரிபார்க்கவும். மோசடி செய்பவர்கள் உங்களை ஏமாற்ற 'amazon.com' க்கு பதிலாக 'amaz0n.com' போன்ற இணைப்புகளைப் பயன்படுத்தலாம்.
- மின்னஞ்சல்அல்லது செய்திகளில் உள்ள அறியப்படாத இணைப்புகளைக் கிளிக் செய்ய வேண்டாம்
- வழக்கத்திற்கு மாறான செயல்பாட்டைச் சரிபார்க்க உங்கள் கணக்குகளைத் தொடர்ந்து கண்காணிக்கவும்
- எந்த ஒரு செயலியையும் அதிகத் தகவலுக்கு அணுக அனுமதிப்பதைத் தவிர்க்கவும். தேவையற்ற அனுமதிகளை முடக்கி, அதிகப்படியான அனுமதிகளைக் கோரும் செயலிகளிடம் எச்சரிக்கையாக இருங்கள்
- பாப்-அப்கள், பேனர்கள் மற்றும் வீடியோ விளம்பரங்களைத் தடுக்கவும், மேல்வேரைப் பாதுகாக்கவும் விளம்பரத் தடுப்பான்களைப் பயன்படுத்தவும்
- பொது வைஃபையைப் பயன்படுத்துவதைத் தவிர்க்கவும். பயன்பாட்டில் இல்லாதபோது உங்கள் புளூடூத்தை ஆஃப் செய்து வைக்கவும்
- வெளிப்புற ஹார்டு டிரைவில் முக்கியமான கோப்புகள் அல்லது புகைப்படங்களின் நகல்களைச் சேமிக்கவும்!

நேர்வு ஆய்வு: நீலத் திமிங்கல சவால்

நீலத் திமிங்கலச் சவால் என்று அழைக்கப்படும் ஒரு ஆன்லைன் ட்ரெண்ட் 2016 ஆம் ஆண்டில் சமூக ஊடகங்கள் மற்றும் தனியார் செய்தி தளங்களில் பரவியது. இது ஒரு வழக்கமான விளையாட்டு அல்ல. இது டீன் ஏஜர்களைக் குறிவைத்த 50 நாட்களுக்கு மேல் தீங்கு விளைவிக்கும் பணிகளைச் செய்யவைக்க அவர்களை ஏமாற்றும் ஒரு வகையான ஆன்லைன் மோசடி ஆகும். ஆன்லைன் அச்சுறுத்தல்கள், துன்புறுத்தல் மற்றும் மோசடிகள் எவ்வாறு நிஜ உலகத் தீங்குக்கு வழிவகுக்கும் என்பதற்கான ஒரு உதாரணமாக இது இப்போது அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ளது.

இந்தச் சவால் முதலில்அந்நியர்களிடம் இருந்து வரும் அழைப்புகளாகப் பரவியது. செய்தியைப் பெறுபவர்கள் ஒரு உயர்மட்ட விளையாட்டுக்காக "தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டதாக" கூறப்படும். இது ஆர்வத்தையும் உற்சாகத்தையும் உருவாக்கும். தொடர்வதற்காக அவர்கள் தினசரி பணிகளை ஒதுக்கி வைத்துவிட்டு ஒரு பெயர் தெரியாத "கியூரேட்டர்" அல்லது "கேம் மாஸ்டர்" இன் வழிமுறைகளைப் பின்பற்ற வேண்டியிருந்தது. ஆரம்பத்தில், பெரும்பாலான பணிகள் பாதிப்பில்லாததாகத் தோன்றின : ஒரு திமிங்கலத்தை வரைதல், ஒரு பயங்கரமான திரைப்படத்தைப் பார்த்தல் அல்லது நேரங்கெட்ட நேரத்தில் எழுந்திருத்தல் போன்று. ஆனால் காலப்போக்கில் பங்கேற்பாளர்கள் ஆபத்தான சவால்களை மேற்கொள்ளவோ அல்லது குடும்பத்தினரிடம் இருந்தும் நண்பர்களிடம் இருந்தும் தங்களைத் தனிமைப்படுத்திக் கொள்ளவோ கேட்டுக்கொள்ளப்பட்டனர்! பங்கேற்பாளர்களுக்கு அழுத்தம் கொடுக்கவும் கட்டுப்படுத்தவும் பயன்படுத்தப்பட்ட சில வழிமுறைகள்:

- தனியுரிமையை ஆக்கிரமித்தல் மற்றும் மிரட்டல் - இந்த விளையாட்டில் பங்கேற்பவர்களை அவர்களின் முழுப் பெயர், முகவரி அல்லது தனிப்பட்ட புகைப்படங்கள் போன்ற தனிப்பட்ட தகவல்களைப் பகிரும்படி கேட்டு ஏமாற்றியது. பின்னர் இந்தத் தகவலைப் பயன்படுத்தி அவர்களை அச்சுறுத்தியது. "நீங்கள் எங்கு வசிக்கிறீர்கள் என்பது எங்களுக்குத் தெரியும்" அல்லது "நீங்கள் வெளியேறினால் உங்கள் குடும்பத்திற்கு நாங்கள் தீங்கு விளைவிப்போம்" போன்ற செய்திகள் பங்கேற்பாளர்களைப் பயமுறுத்தி சவாலில் தொடர்ந்து இருக்கவைப்பதற்கு பயன்படுத்தப்பட்டன. போலி வாக்குறுதிகளும் வழங்கப்பட்டன.

- ஆன்லைன் துன்புறுத்தல் & மிரட்டுதல் - ஒரு பங்கேற்பாளர் வெளியேற விருப்பம் தெரிவித்தபோது பலவீனமானவர்கள் அல்லது ஏமாற்றுபவர்கள் என்று கூறி பல ஆக்ரோஷமான செய்திகளை அவர்கள் பெற்றனர். வீரர்கள் போலி ஆன்லைன் சமூகங்களிலும் சேர்க்கப்பட்டனர். அங்கு பங்கேற்பாளர்கள் தங்கள் துணிச்சலை ஈர்க்க அல்லது நிரூபிக்க அழுத்தம் கொடுக்கப்பட்டனர்.

- ஹேக்கிங் & கண்காணிப்பு - சில வீரர்கள் தங்கள் சாதனங்கள் ஹேக் செய்யப்பட்டதாக நம்பினர். அவர்களின் திரைகள் தாங்கள் கண்காணிக்கப்படுவதாக எச்சரிக்கைகளை ஒளிரச் செய்து வீரர்கள் சிக்கியதாக உணர வைத்தன.

நீலத் திமிங்கல சவால் இப்போது பரவலாக இல்லை, ஆனால் புதிய ஆன்லைன் அச்சுறுத்தல்கள் தொடர்ந்து வெளிவருகின்றன. தகவலறிந்திருப்பது, மோசடித் தந்திரங்களைப் பற்றி அறிந்து வைத்திருப்பது மற்றும் உதவியை நாடுவது போன்றவை டிஜிட்டல் உலகில் உங்களையும் மற்றவர்களையும் பாதுகாப்பாக வைத்திருக்க முடியும்.

செயல்பாடு

நீலத் திமிங்கலச் சவால் போன்ற அச்சுறுத்தல் அல்லது மோசடிக்கு ஆளாகாமல் தடுக்க ஒருவர் செய்யக்கூடிய 3 உறுதியான விஷயங்களைப் பட்டியலிடுங்கள்:

1. ஆன்லைனில் அந்நியர்களுடன் தனிப்பட்ட தகவல்களை ஒருபோதும் பகிர வேண்டாம். எந்த உண்மையான விளையாட்டு அல்லது சவாலுக்கும் தனிப்பட்ட விவரங்கள் தேவையில்லை.
2. இரகசியம், அச்சுறுத்தல்கள் அல்லது அழுத்தம் போன்ற எச்சரிக்கைகள் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள். ஆன்லைனில் யாராவது எதையாவது உங்களை இரகசியமாக வைத்திருக்கச் சொன்னால் விலகி இருங்கள் அல்லது தவறாக தெரிவதை பிளாக் செய்யுங்கள், தடுத்துப் புகாரளிக்கவும்.
3. ஆன்லைனில் ஏதாவது உங்களுக்கு சங்கடத்தை ஏற்படுத்தினால் நீங்கள் நம்பும் ஒருவரிடம் பேசுங்கள். எந்தச் சவால், போக்கு அல்லது விளையாட்டும் உங்கள் பாதுகாப்பிற்கு ஈடானது அல்ல! நீங்கள் ஒருபோதும் உண்மையிலேயே தனியாக இல்லை, உதவி எப்போதும் கிடைக்கும்!

ஆன்லைன் தளங்களில் தீங்கு விளைவிக்கும் உள்ளடக்கத்தைப் புகாரளித்தல்

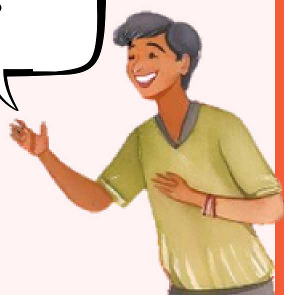
அச்சுறுத்தல்களுக்கு எதிராக தங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்வதற்கான விரைவான வழிகாட்டியை விரும்பும் எவருக்கும் இது ஒரு சிறந்த குறிப்பு! நல்ல வேலை ஜஸ்பரீத் மற்றும் நூர்!

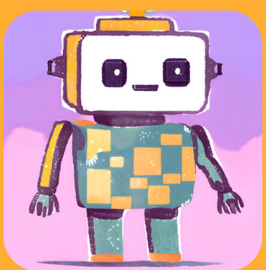
நன்றி அமித் பையா!

எனக்கு இன்னும் ஒரு கேள்வி உள்ளது. இந்த அனைத்து நடவடிக்கைகளையும் நாங்கள் கவனமாகப் பின்பற்றுகிறோம் என்று வைத்துக்கொள்வோம், ஆனால் பாதுகாப்பற்றதாகத் தோன்றும் செய்திகள் அல்லது உள்ளடக்கத்தை நாங்கள் இன்னும் பெறுகிறோம். அந்தச் சூழ்நிலையில் நாம் என்ன செய்ய முடியும்?

ஓ, நேற்று இதைப் பற்றிய ஒரு வீடியோவைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தேன்! பெரும்பாலான செயலிகள் மற்றும் தளங்களில் நாம் பயன்படுத்தக்கூடிய புகாரளிக்கும் மற்றும் தடுக்கும் அம்சங்கள் இருப்பதைக் கண்டுபிடித்தேன்.

அது சரி, ஜஸ்ப்ரீத்! பெரும்பாலான ஆன்லைன் தளங்கள் மற்றும் செய்தியிடல் செயலிகள் துன்புறுத்தல், அச்சுறுத்தல்கள், ஆள்மாறாட்டம் மற்றும் தவறான தகவல் போன்ற தீங்கு விளைவிக்கும் உள்ளடக்கத்தைப் புகாரளிக்க உள்ளமைக்கப்பட்ட கருவிகளைக் கொண்டுள்ளன. புகாரளிப்பது முக்கியம், ஏனெனில் இது உங்களையும் உங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களையும் பாதுகாப்பாக வைத்திருக்க உதவுகிறது!





அத்தகைய உள்ளடக்கம் அல்லது செய்திகளைப் புகாரளிப்பது தளங்கள் குற்றவாளிகள் மீது நடவடிக்கை எடுக்க உதவுகிறது. உங்களையும் மற்றவர்களையும் ஆன்லைன் துஷ்பிரயோகத்தில் இருந்து பாதுகாக்கிறது மற்றும் தீங்கு விளைவிக்கும் உள்ளடக்கம் பரவுவதைத் தடுக்கிறது. புகாரளிப்பது எப்போதும் உடனடி நடவடிக்கைக்கு வழிவகுக்காது. ஆனால் பல பயனர்களிடம் இருந்து மீண்டும் மீண்டும் வரும் அறிக்கைகள் ஒரு தளம் சிக்கலைத் தீர்க்கும் வாய்ப்புகளை அதிகரிக்கும்.

ஆன்லைன் தளங்களில் தீங்கு விளைவிக்கும் உள்ளடக்கத்தைப் புகாரளிப்பது மற்றும் தடுப்பது எப்படி

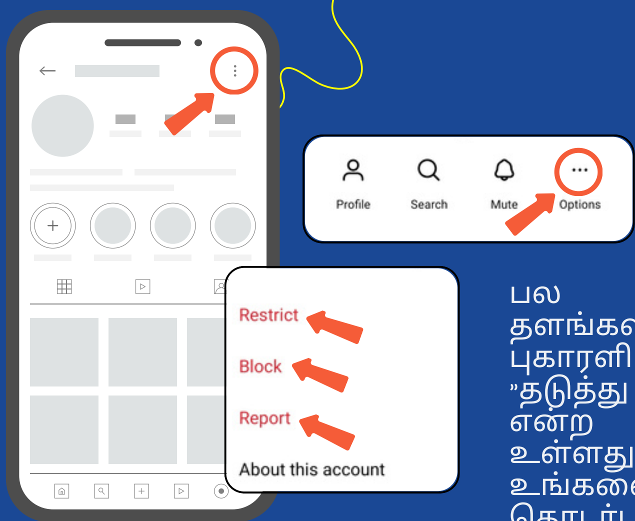
பெரும்பாலான தளங்களில், தீங்கு விளைவிக்கும் உள்ளடக்கம் அல்லது அரட்டைகளைப் புகாரளிப்பது மிகவும் எளிதானது. நீங்கள் பின்பற்றக்கூடிய சில எளிய வழிமுறைகள் இதோ (நீங்கள் பயன்படுத்தும் தளத்தைப் பொறுத்து இவை மாறுபடலாம் என்பதை நினைவில் வைத்துகொள்ளுங்கள். எனவே உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால் நம்பகமான பெரியவர் அல்லது நண்பரிடம் கேளுங்கள்):

1

மேலும் நடவடிக்கை தேவைப்பட்டால், புகாரளிப்பதற்கு முன் அரட்டை அல்லது உள்ளடக்கத்தின் ஸ்கிரீன்ஷாட்டை எடுக்கவும். உங்கள் தொலைபேசியில் ஸ்கிரீன்ஷாட்டை எடுக்க பவர்/ஹோம் பட்டன் மற்றும் வால்யூம் பட்டனின் கலவையை அழுத்தவும் (இது மாதிரியைப் பொறுத்து மாறும்)

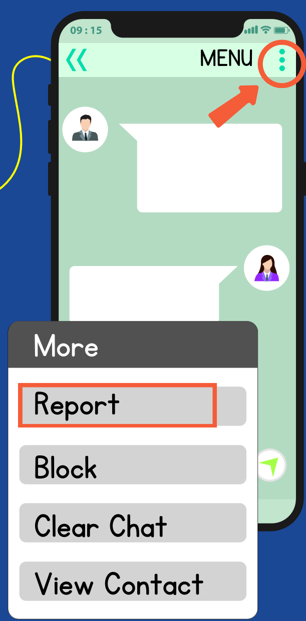
2

மெனு விருப்பத்தைக் கிளிக் செய்யவும். மெனுவில் இருந்து "புகாரளி", "மேலும்" அல்லது "ஆதரவைக் கண்டறியவும்" என்பதைத் தேர்ந்தெடுக்கவும். மிகவும் பொருத்தமான வகையைத் தேர்ந்தெடுக்கவும் (எ.கா., துன்புறுத்தல், தவறான தகவல், ஆள்மாறாட்டம், வெறுப்பு பேச்சு போன்றவை).



நீங்கள் ஒரு போலி கணக்கு அல்லது சுயவிவரத்தைப் (உங்களைப் போலவோ அல்லது உங்களுக்குத் தெரிந்த வேறொருவரைப் போலவோ ஆள்மாறாட்டம் செய்பவர்) புகாரளிக்க விரும்பினால், நீங்கள் இதேபோல் மெனு அல்லது கூடுதல் தகவல் பொத்தானைக் கண்டுபிடித்து, "சுயவிவரத்தைப் புகாரளி" என்பதைக் கிளிக் செய்யலாம்.

பல செய்தித் தளங்களில் புகாரளிப்பதை விட, "தடுத்து அறிக்கையிடு" என்ற விருப்பமும் உள்ளது. இது அந்த நபர் உங்களை உடனடியாகத் தொடர்புகொள்வதைத் தடுக்கும்!



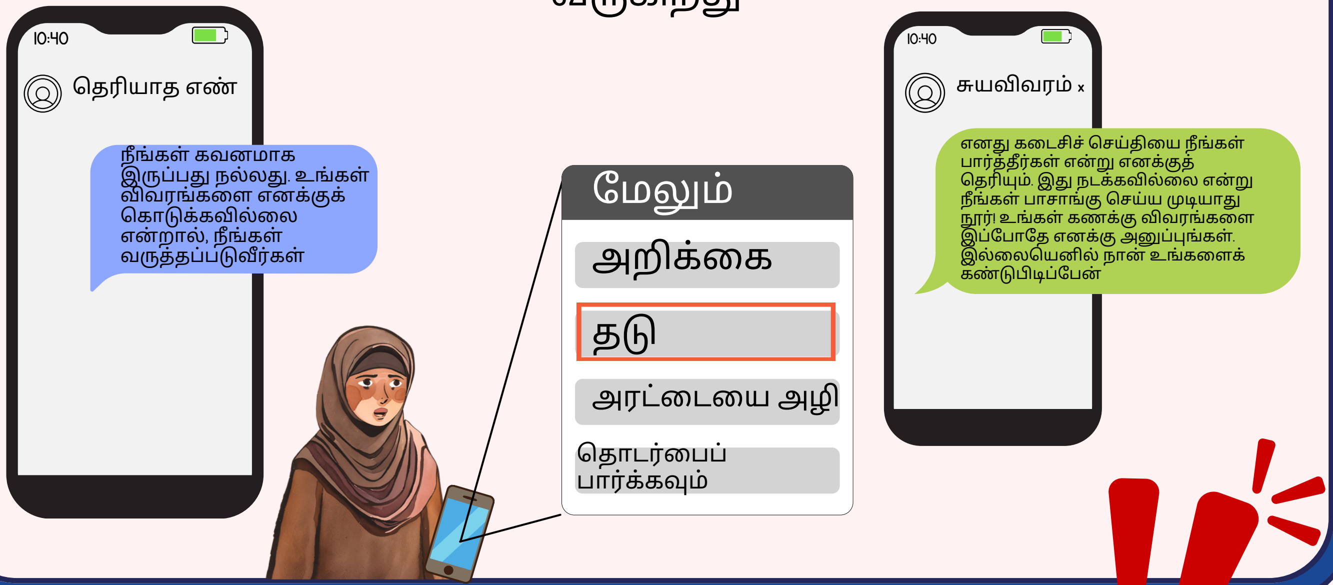
ஒரு குறிப்பிட்ட அரட்டை அல்லது செய்தியைக் குறித்துப் புகாரளிக்க விரும்பினால் செய்தியை அழுத்திப் பிடிக்க வேண்டும் அல்லது உரையாடல் அமைப்புகளைச் சரிபார்த்து அறிக்கை அளிக்கும் விருப்பத்தெர்வைக் கண்டறிய வேண்டும் (அது "மேலும்" அமைப்புகளின் கீழ் இருக்கலாம்).

3

அறிக்கையைச் சமர்ப்பித்து ஏதாவது கூடுதல் வழிமுறைகட இருந்தால் அவற்றைப் பின்பற்றவும். உள்ளடக்கம் அல்லது அரட்டையைப் புகாரளித்த பின் தளம் அதை நீக்க கணக்கைக் கட்டுப்படுத்த அல்லது எச்சரிக்கைகளை வழங்க முடிவு செய்யலாம். சில தளங்கள் உங்கள் அறிக்கை குறித்த புதுப்பிப்புகளை உங்களுக்கு வழங்கும்; பிற வழங்காமலும் இருக்கலாம்.

சைபர் குற்றங்களைப் புகாரளித்தல்

நூர் தனது தொலைபேசியில் ஒரு அச்சுறுத்தும் செய்தியைப் பெறுகிறாள். அவள் பயந்து தளத்தில் செய்தியைப் புகாரளித்துத் தடுக்கிறாள்! ஆனால் 5 நிமிடங்களுக்குள், அதே சுயவிவரத்தில் இருந்து வேறு தளத்தின் மூலம் அவளுக்கு வேறொரு செய்தி வருகிறது

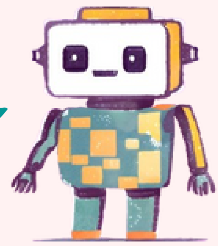


நான் அந்த கணக்கை பற்றி தளத்தில் புகாரளித்தேன். ஆனால் அவர்கள் இன்னும் செய்திகளை அனுப்பிக் கொண்டிருக்கிறார்கள்! எனக்குப் பாதுகாப்பாக இல்லை... நான் வேறு என்ன செய்ய முடியும்?

இது தீவிரமானக இருந்தால் சைபர் கிரைம் செல்லில் புகார் செய்ய வேண்டும் என்று நினைக்கிறேன். அவர்கள் ஆன்லைன் அச்சுறுத்தல்கள், துன்புறுத்தல் மற்றும் டிஜிட்டல் மோசடிகளைக் கையாளுகிறார்கள் என்று கேள்விப்பட்டிருக்கிறேன். சரிதானே அமித் பையா?

சரிதான்! கிளிட்ச். சில முக்கியமான உதவி எண்கள் மூலம் எங்களுக்கு வழிகாட்ட முடியுமா?

நிச்சயமாக அமித் பையா! நீங்கள் cybercrime.gov.in இல் சைபர் குற்றங்களைப் புகாரளிக்கலாம் அல்லது உடனடி உதவிக்கு 1930 ஐ அழைக்கலாம். மேலும் பாலின அடிப்படையிலான அச்சுறுத்தல் இருந்தால் நீங்கள் தேசிய மகளிர் ஆணையத்தின் (NCW) உதவி எண்ணை 7827-170-170 என்ற எண்ணிலும் தொடர்பு கொள்ளலாம். அவர்கள் ஆன்லைன் துன்புறுத்தல், மிரட்டல் மற்றும் துஷ்பிரயோகம் தொடர்பான வழக்குகளுக்கு உதவி வழங்குகிறார்கள்.



சைபர் குற்றத்தைப் புகாரளிக்க அரசாங்க உதவி எண்கள்

நீங்கள் அல்லது உங்களுக்குத் தெரிந்த ஒருவர் ஆன்லைன் துஷ்பிரயோகம், அச்சுறுத்தல்கள், மிரட்டல் அல்லது துன்புறுத்தலை எதிர்கொண்டால் அதைப் புகாரளிப்பதன் மூலம் நடவடிக்கை எடுக்கவும்.

சைபர் குற்றப் பிரிவு (தேசிய சைபர் குற்றப் புகாரளிக்கும் போர்டல்)

- வலைத்தளம்: cybercrime.gov.in
- உதவி எண்: 1930
- சைபர் ஸ்டாக்கிங், ஆன்லைன் அச்சுறுத்தல்கள், அடையாளத் திருட்டு, ஹேக்கிங் மற்றும் பலவற்றைப் பற்றி புகாரளிக்கலாம்.

தேசிய மகளிர் ஆணையம் (NCW)

- வலைத்தளம்: ncw.nic.in
- உதவி எண்: 7827-170-170
- பெண்களை குறிவைக்கும் குற்றங்கள், ஆன்லைன் துன்புறுத்தல் மற்றும் துஷ்பிரயோகம் உள்ளிட்டவற்றில் கவனம் செலுத்துகிறது.

உள்ளூர் காவல் நிலையம்

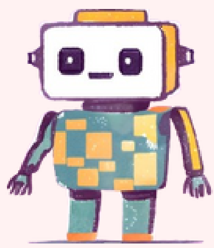
- தொலைபேசி எண்: 100
- சைபர் கிரைம் வழக்குகளை உங்கள் அருகிலுள்ள காவல் நிலையத்திலும் புகாரளிக்கலாம்.
- நீங்கள் முதல் தகவல் அறிக்கையையும் (FIR) பதிவு செய்யலாம்.

சைல்டு லைன் இந்தியா (குழந்தைகளின் சைபர் பாதுகாப்புக்காக)

- வலைத்தளம்: childlineindia.org
- உதவி எண்: 1098
- குழந்தைகளுக்கு எதிரான ஆன்லைன் அச்சுறுத்தல்கள், சைபர் மிரட்டல் மற்றும் பிற டிஜிட்டல் குற்றங்களைக் கையாளுகிறது.

இது எனக்கு மிகவும் பயனுள்ள பட்டியல், நன்றி கிளிட்ச்! நான் இந்த எண்களில் ஒன்றை அழைக்கிறேன் அல்லது அவர்களின் வலைத்தளத்திற்குச் செல்கிறேன். நான் எவ்வாறு புகாரை தாக்கல் செய்வது? எனக்கு என்ன தகவல் தேவை?

மனதில் கொள்ள வேண்டிய இரண்டு விஷயங்கள் உள்ளன. பார்ப்போம்!



படி 1: ஆதாரங்களைச் சேகரிக்கவும்

- அச்சுறுத்தல்கள்/செய்திகளின் ஸ்கிரீன் ஷாட்களை எடுக்கவும் அல்லது URL ஐ சேமிக்கவும்
- அவற்றின் நேரம் மற்றும் செய்திகளை உங்களுக்கு அனுப்பிய எண் அல்லது ஐடியைக் குறித்து வைக்கவும்

படி 2: ஒரு புகாரை தாக்கல் செய்யவும்

- cybercrime.gov.in க்குச் சென்று ஒரு புகாரைச் சமர்ப்பிக்கவும். நீங்கள் விரும்பினால் பெயரைக் குறிப்பிடத் தேவை இல்லை
- புகாரைச் சமர்ப்பிக்கவோ அல்லது உதவி எண்ணை அழைக்கவோ முடியாவிட்டால் FIR பதிவு செய்ய உங்களுக்கு அருகில் உள்ள காவல் நிலையத்திற்குச் செல்லவும்

படி 3: மேல் நடவடிக்கை

உங்கள் புகார் நிலையைக் கண்காணித்து வரவும். தேவைப்பட்டால் அரசு சாரா நிறுவனங்கள், சட்ட வல்லுநர்கள் அல்லது ஆதரவு அமைப்புகளின் உதவியை நாடுங்கள்.

செயல்பாடு: நீங்கள் எதை நினைவில்

1. இந்தியாவில் சைபர் குற்றத்தைப் புகாரளிக்கும்போது, எந்த வகையான சான்றுகள் அதிகாரிகளுக்கு மிகவும் உதவியாக இருக்கும்?

a) குற்றம் தொடர்பான எந்த ஆவணங்களின் காகித நகல்கள்
b) மோசடி உள்ளடக்கத்தின் ஸ்கிரீன்ஷாட்கள், மின்னஞ்சல் பரிமாற்றங்கள் மற்றும் டிஜிட்டல் நகல்கள்
c) தொலைபேசி அழைப்பின் போது நடந்த சம்பவம் குறித்த வாய்மொழி விளக்கம்
d) குற்றத்தை உறுதிப்படுத்தும் பாதிக்கப்பட்டவரின் உறவினர்களிடம் இருந்து கையொப்பமிடப்பட்ட பிரமாணப் பத்திரம்

2. சரியா தவறா: இந்தியாவில் சைபர் குற்றத்தைப் புகாரளிக்கக் காவல் நிலையத்திற்கு நேரில் செல்ல வேண்டும்.

a) சரி
b) தவறு

3. இந்தியாவில் சைபர் குற்றங்களைப் பற்றி புகார் அளிக்கும் உதவி எண் எது?

a) 100
b) 112
c) 1930
d) 1098

செயல்பாடு, தொடர்ச்சி

4. உங்கள் நண்பர் ஓர்அடையாளம் தெரியாத நபரால் சைபர்-ஸ்டாக் செய்யப்படுகிறார். அவருக்கு செய்தி அனுப்பப் படுகிறது. அவரது ஆன்லைன் செயல்பாடு கண்காணிக்கபடுவதாகக் கூறுகிறார். அவர் முதலில் என்ன செய்ய வேண்டும்?

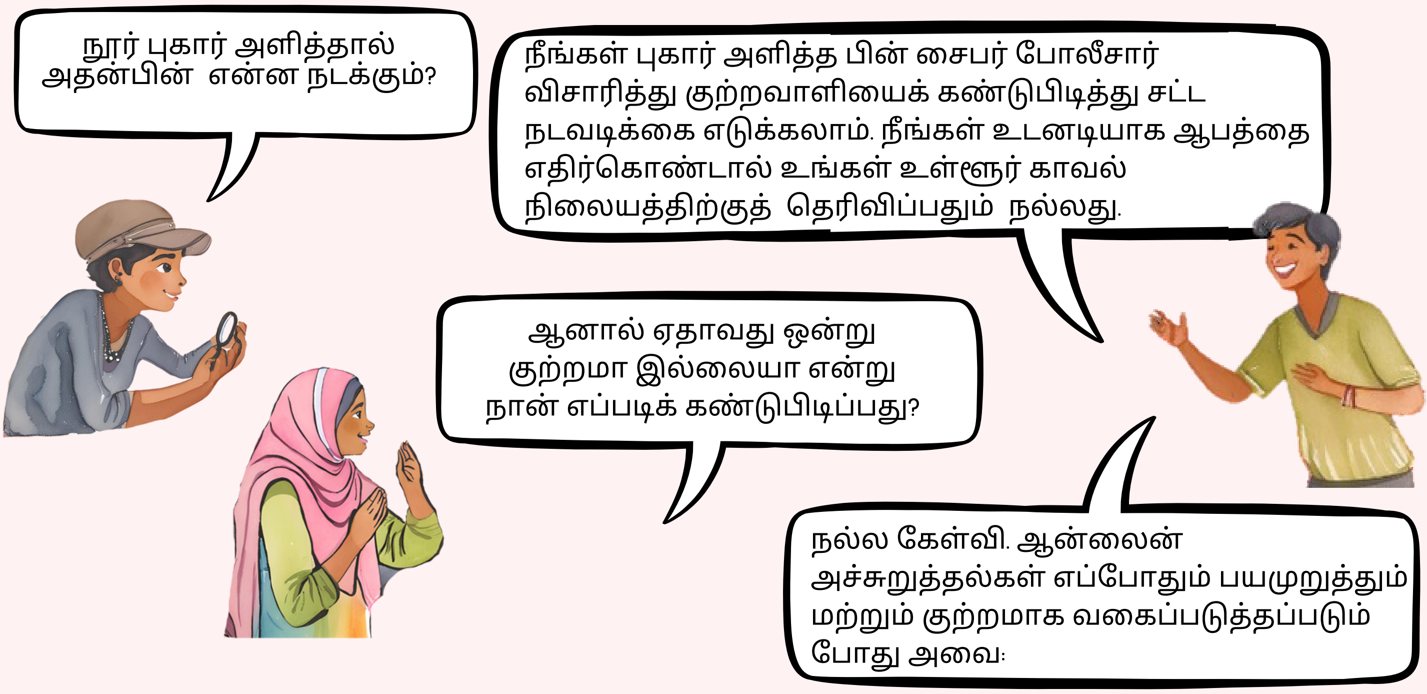
a) செயலியில் பின்தொடர்பவரைத் தடுத்துப் புகாரளிக்கவும்
b) பின்தொடர்பவருக்குப் பதிலளித்து அவர்களை நிறுத்துமாறு கோரவும்
c) சமூக ஊடகக் கணக்குகளை உடனடியாக செயலிழக்கச் செய்து இருப்பிடத்தை முடக்கவும்
d) பின்தொடர்பவர் ஆர்வத்தை இழக்கும் வகையில் சூழ்நிலையைப் புறக்கணிக்கவும்

5. பின்வரும் செயல்களில் எது உங்கள் சைபர் பாதுகாப்பிற்கு மிகப்பெரிய ஆபத்தை ஏற்படுத்துகிறது?

a) பல முக்கியமான கணக்குகளில் ஒரே வலிமையான கடவுச்சொல்லைப் பயன்படுத்துதல்
b) பொது Wi-Fi உடன் இணைத்தல் மற்றும் முக்கியமான கணக்குகளில் உள்நுழைதல்
c) முக்கியமான கணக்குகளில் இரு-காரணி அங்கீகாரத்தை (2FA) இயக்குதல்
d) புளூடூத் மற்றும் இருப்பிட சேவைகளைத் தேவையானபோது மட்டுமே இயக்கநிலையில் வைத்தல்

6. ஒரு பெரியவரிடம் இருந்து எப்போது உதவியை நாட வேண்டும்?

a) ஒரு ஆன்லைன் செய்தி காரணமாக நீங்கள் சங்கடமாகவோ அல்லது பாதுகாப்பற்றதாகவோ உணர்கிறீர்கள்
b) உங்கள் உரையாடல்களையும் செயல்களையும் மற்றவர்களிடம் இருந்து இரகசியமாக வைத்திருக்கும்படி உங்களிடம் கேட்கப்பட்டுள்ளது
c) ஆன்லைனில் ஒரு புதிய நண்பரிடம் இருந்து ஒரு பெரிய பணப் பரிசுக்கான சலுகை அறிவிப்பைப் பெறுகிறீர்கள்
d) மேலே உள்ள அனைத்தும்



- வன்முறை அல்லது தீங்கு விளைவிக்கக் கூடிய அச்சுறுத்தல்கள்
- பாலியல் துன்புறுத்தல் அல்லது பின்தொடர்தல்
- ஒப்புதல் இல்லாமல் தனிப்பட்ட படங்களைப் பகிர்தல்
- ஆள்மாறாட்டம், மோசடி அல்லது அடையாளத் திருட்டு

நமது பாதுகாப்பிற்கான சட்டங்கள்

இணையம் என்பது நாம் இணைவதற்கும், கற்றுக்கொள்வதற்கும், பகிர்ந்து கொள்வதற்கும் ஒரு ஆற்றல் வாய்ந்த இடம். ஆனால் நிஜ உலகத்தைப் போலவே நம்மைத் தீங்கில் இருந்து பாதுகாக்க சட்டங்கள் உள்ளன. யாராவது உங்களிடம் இருந்து திருடினால், உங்களை அச்சுறுத்தினால் அல்லது உங்கள் தனியுரிமையை ஆக்கிரமித்தால் குற்றம் ஆன்லைனில் நடந்தாலும் கூட அவர்கள் இந்திய சட்டத்தின் கீழ் தண்டிக்கப்படலாம்.

தகவல் தொழில்நுட்ப (IT) சட்டம், 2000

ஐடி சட்டம் என்பது இந்தியாவின் முக்கிய சைபர் சட்டமாகும். இது ஹேக்கிங், அடையாள திருட்டு, ஆன்லைன் துன்புறுத்தல் மற்றும் தனியுரிமை மீறல்களிடம் இருந்து மக்களைப் பாதுகாக்கிறது.

தரவுத் திருட்டு (பிரிவு 43)

யாராவது உங்கள் சாதனத்தை அனுமதியின்றி ஹேக் செய்தால் அல்லது உங்கள் தரவைத் திருடினால், அவர்களுக்கு ₹1 கோடி வரை அபராதம் விதிக்கப்படலாம்.

அடையாளத் திருட்டு (பிரிவு 66C)

வேறொருவரின் பெயர் அல்லது புகைப்படங்களைப் பயன்படுத்தி போலி சமூக ஊடக சுயவிவரத்தை உருவாக்குவது சட்டவிரோதமானது. 3 ஆண்டுகள் வரை சிறைத்தண்டனை + ₹1 லட்சம் அபராதம்.

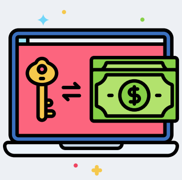
தனியுரிமை மீறல் (பிரிவு 66E)

அனுமதியின்றி தனிப்பட்ட படங்கள் அல்லது வீடியோக்களைப் பகிர்வது ஒரு குற்றமாகும். 3 ஆண்டுகள் வரை சிறைத்தண்டனை + ₹2 லட்சம் அபராதம்.

ஹேக்கிங் (பிரிவு 66)

ஒருவரின் கணினி அல்லது சமூக ஊடகங்களை சட்டவிரோதமாக அணுகுவது, சேதப்படுத்துவது அல்லது பூட்டுவது) 3 ஆண்டுகள் வரை சிறைத்தண்டனை + ₹5 லட்சம் அபராதம்.

இந்திய தண்டனைச் சட்டம் (IPC), 1860



சைபர் மிரட்டல் மூலம் பணம் பறித்தல் (பிரிவு 384)

நீங்கள் பணம் செலுத்தாவிட்டால் உங்கள் தனிப்பட்ட அரட்டைகள் அல்லது புகைப்படங்களை வெளியிடுவதாக யாராவது மிரட்டினால் அவர்கள் சைபர் மிரட்டல் மூலம் பணம் பறித்தல் சட்டங்களின் கீழ் தண்டிக்கப்படலாம்.

ஆன்லைன் ஸ்டாக்கிங் & துன்புறுத்தல் (பிரிவு 354D)

தடுக்கப்பட்ட பிறகும், ஆன்லைனில் ஒருவருக்கு மீண்டும் மீண்டும் செய்தி அனுப்புவது, அவரைக் கண்காணிப்பது அல்லது துன்புறுத்துவது சட்டவிரோதமானது.

அநாமதேய அச்சுறுத்தல்கள் (பிரிவு 507)

போலி சமூக ஊடக கணக்குகள், அநாமதேய மின்னஞ்சல்கள் அல்லது செய்தியிடல் பயன்பாடுகள் மூலம் யாராவது தங்கள் அடையாளத்தை மறைத்து மிரட்டல்களை அனுப்பினால் அவர்கள் இந்தச் சட்டத்தின் கீழ் தண்டிக்கப்படலாம்

நமது பாதுகாப்புக்கான சட்டங்கள்

நுகர்வோர் பாதுகாப்புச் சட்டம், 2019

இந்தச் சட்டம் ஆன்லைன் மோசடி, மோசடிகள் மற்றும் மறைமுக வணிக நடைமுறைகளில் இருந்து நுகர்வோரைப் பாதுகாக்கிறது. ஒரு ஆன்லைன் ஷாப்பிங் வலைத்தளம் குறைபாடுள்ள தயாரிப்பைத் திருப்பித் தர மறுத்தால் இந்தச் சட்டத்தின் கீழ் நீங்கள் ஒரு புகாரைப் பதிவு செய்யலாம்

செயல்பாடு: சட்டங்களை பொருத்துங்கள்!

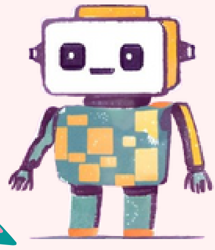
கீழே ஐந்து வெவ்வேறு ஆன்லைன் குற்றங்கள் மற்றும் அவற்றைப் பாதுகாக்க வடிவமைக்கப்பட்ட ஐந்து சட்டங்கள் உள்ளன. ஒவ்வொரு குற்றத்தையும் சரியான சட்டத்துடன் பொருத்துங்கள்!

ஒரு தனிப்பட்ட புகைப்படம் அனுமதியின்றி கசிந்தது	ஹேக்கிங்
யாரோ ஒருவர் உங்கள் கணினியில் ஊடுருவி கோப்புகளை நீக்குகிறார்	நுகர்வோர் பாதுகாப்புச் சட்டம்
ஒரு நிறுவனம் ஒரு குறைபாடுள்ள தயாரிப்புக்கு பணத்தைத் திரும்பத்தர மறுக்கிறது	அடையாளத் திருட்டு
தெரியாத ஒருவர் போலிக் கணக்குகளில் இருந்து தொடர்ந்து அச்சுறுத்தல்களை அனுப்புகிறார்	தனியுரிமை மீறல்
யாரோ ஒருவர் உங்களைப் போல நடித்து ஒரு போலி சுயவிவரத்தை உருவாக்குகிறார்	பெயர் தெரியாத அச்சுறுத்தல்கள்

உதவியைக் கண்டறிதல் மற்றும் மற்றவர்களை ஆன்லைனில் ஆதரித்தல்

இணையம் என்பது இணைக்கவும், கற்றுக்கொள்ளவும், மகிழவும் ஒரு சிறந்த இடமாக இருக்கலாம்.ஆனால் நிகழ்வுகள் தவறாக இருந்தால் என்ன நடக்கும்? நீங்கள் எப்போதாவது பாதுகாப்பற்றதாக உணர்ந்தாலோ, செய்வதறியாது திகைத்தாலோ அல்லது பேச யாராவது தேவைப்பட்டாலோ பயபப்ட வேண்டாம். ஒரு தொலைபேசி அழைப்பின் தூரத்தில்தான் உதவி உள்ளது.

நீங்கள் ஆன்லைன் துன்புறுத்தல், கொடுமைப்படுத்துதலுக்கு உள்ளானாலும் துயரம் அல்லது மனப் போராட்டங்களைச் சந்தித்தாலும், உங்களுக்கு ஆதரவளிக்க நம்பகமான உதவி எண்கள், ஆலோசகர்கள் மற்றும் நிறுவனங்கள் தயாராக உள்ளன. எங்கு உதவி பெறுவது, மற்றவர்களுக்கு எவ்வாறு உதவுவது என்பதை அறிவது ஆன்லைனில் பாதுகாப்பாக இருப்பதற்கான ஒரு முக்கிய பகுதியாகும்.



<u>சைல்டுலைன் இந்தியா அறக்கட்டளை</u>
நோக்கம்: கொடுமைப்படுத்துதல், துன்புறுத்தல், உணர்வுபூர்வமான ஆதரவு
1098 (இலவசம்)

<u>NCPCR (குழந்தை உரிமைகள் பாதுகாப்புக்கான தேசிய ஆணையம்)</u>
நோக்கம்: குழந்தை உரிமை மீறல்கள், கொடுமைப்படுத்துதல், துன்புறுத்தல் 1800-121-2830 (கட்டணமில்லா)

<u>பெண்கள் உதவி எண் WHL (நிர்பயா நிதி, பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் மேம்பாட்டு அமைச்சகம்</u>
நோக்கம்: ஆன்லைன் துன்புறுத்தல், பாதுகாப்பு பிரச்சினைகள் 181 (இலவசம்)

<u>NNCW (தேசிய பெண்கள் ஆணையம்)</u>
நோக்கம்: ஆன்லைன் பாலியல் துன்புறுத்தல், பெண்கள் உரிமைகள்

<u>AASRA உதவி எண்</u>
நோக்கம்: தற்கொலை தடுப்பு, உணர்வு சார்ந்த துயரத்துக்கு ஆதரவு 91-9820466726

<u>iiCALL</u>
நோக்கம்: அந்தரங்க உணர்வு சார்ந்த ஆலோசனை, மனநலம் சார்ந்த ஆலோசனை, சுகாதார ஆதரவு
022-25521111 (திங்கள் முதல் சனிக்கிழமை வரை, காலை 8 மணி - இரவு 10 மணி)

<u>மனாஸ் அறக்கட்டளை</u>
நோக்கம்: மனநல ஆதரவு, துன்பம் மற்றும் கொடுமைப்படுத்தல் தொடர்பான ஆலோசனை +91 97117 00069

<u>பச்பன் பச்சாவ் அந்தோலன்</u>
நோக்கம்: காணாமல் போன குழந்தைகள், குழந்தைத் தொழிலாளர், கடத்தல், துஷ்பிரயோகம் 1800-102-7222 (இலவசம், 24/7)

உணர்வு தொடர்பான முதலுதவி: துயரத்தில் உங்களை அமைதிப்படுத்துதல்

இந்த உதவி எண்கள் மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும்! ஆனால் நூர், நான் அந்த நேரத்தில் அச்சம் அடைந்தால் என்ன செய்வது? என்னை அமைதிப்படுத்த உன்னிடம் ஏதாவது குறிப்புகள் உண்டா? நான் விஷயங்களை சரிசெய்ய முயற்சி செய்யும்போது சிக்கிக் கொள்கிறேன். நான் எப்படி உணர்கிறேன் என்பதையே மறந்துவிடுகிறேன் என்று நினைக்கிறேன்.

நீங்கள் என்ன சொல்கிறீர்கள் என்பது எனக்குப் புரிகிறது! கொடுமைப்படுத்துதல் அல்லது ஒரு வாக்குவாதம் போன்ற ஆன்லைனில் மன அழுத்தம் தரும் ஏதாவது நடக்கும்போது, யோசிக்காமல் எதிர்வினையாற்றுவது எளிது. ஆனால் முதலில் உங்கள் உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்த ஒரு நொடி எடுத்துக்கொள்வது உண்மையில் உதவும். வித்தியாசத்தை ஏற்படுத்தக்கூடிய சில எளிய தந்திரங்களை நான் உங்களுக்குக் காட்டுகிறேன்!

உங்களை அமைதிப்படுத்தக்கூடிய துரிதமான வழிகள்: நீங்கள் அதிகமாக உணர்ச்சிவசப் படும்போது இந்த உத்திகளை முயற்சி செய்யவும்!

5-4-3-2-1 அடிப்படை பயிற்சி

உங்களைச் சுற்றிப் பாருங்கள். அடையாளம் காணவும்:

- **5** நீங்கள் பார்க்கக்கூடியவை
- **4** நீங்கள் தொடக்கூடியவை
- **3** நீங்கள் கேட்கக்கூடியவை
- **2** நீங்கள் நுகரக்கூடியவை
- **1** நீங்கள் நுகரக்கூடியவை

உங்கள் எண்ணங்களைக் குறித்துக்கொள்ளுங்கள்

என்ன நடந்தது என்றும், நீங்கள் எப்படி உணர்ந்தீர்கள் என்றும், அடுத்து என்ன நடவடிக்கை எடுக்கலாம் என்றும் எழுதுங்கள்

உங்கள் எண்ணங்களை காகிதத்தில் எழுதுவது உணர்ச்சிகளைச் கட்டுப்படுத்தவும், தெளிவு பெறவும், எதிர்வினையாற்றுவதற்கு முன் தகவலறிந்த முடிவுகளை எடுக்கவும் உதவுகிறது.

காட்சிப்படுத்தல் & ஆழ்ந்து சுவாசித்தல்

முதலில் கண்களை மூடிக்கொண்டு நீங்கள் முழுமையாக நிம்மதியாக உணரும் அமைதியான, பாதுகாப்பான இடத்தைக் கற்பனை செய்து பாருங்கள். அது ஒரு அமைதியான பூங்காவாகவோ, வசதியான அறையாகவோ அல்லது அமைதியான மலைகளாகவோ இருக்கலாம். உங்கள் பாதுகாப்பான இடம் உங்களைப் பாதுகாப்பாகவும், நிதானமாகவும், நீங்கள் உங்கள் கட்டுப்பாட்டில் இருப்பதாக உணர வைக்கும் எந்த இடமாக இருக்கலாம்.

இப்போது, மெதுவாக, ஆழமாக மூச்சை இழுத்து, அந்த இடத்தின் காட்சிகள், ஒலிகள் மற்றும் உணர்வுகளில் கவனம் செலுத்துங்கள். இந்த தருணத்தை முழுமையாக அனுபவியுங்கள்.

செயல்பாடு: உங்கள் தனிப்பட்ட அமைதியான திட்டத்தை வடிவமைக்கவும்

அடுத்த முறை நீங்கள் திக்குமுக்காடுவதாக உணரும்போது முயற்சி செய்ய விரும்பும் ஒரு அமைதியான செயல்பாடு எது?

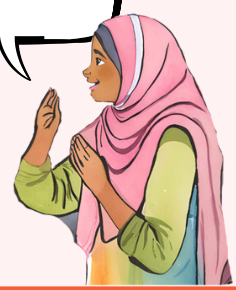
நீங்கள் நிம்மதியாக உணர உதவும் உங்கள் பாதுகாப்பான இடம் (உண்மையானது அல்லது கற்பனையானது) எங்கே?

கடினமான தருணங்களில் நீங்களே திரும்பத் திரும்பச் சொல்லக்கூடிய ஒரு உறுதிமொழியை எழுதுங்கள். ("நான் வலிமையானவன். இந்த தருணம் கடந்து போகும்.")

ஓ! இது மிகவும் உதவியாக இருக்கிறது .நன்றி நூர்! நான் நிச்சயமாக ஒன்றை எனக்காகத் தேர்வு செய்வேன்.

இதேபோன்ற சூழ்நிலையில் இருக்கும் ஒரு நண்பருக்கு எப்படி உதவுவது என்பதற்கான ஏதாவது ஆலோசனைகள் உங்களிடம் உள்ளதா? அவர்களைப் புகாரளிக்க அல்லது உடனடியாக நடவடிக்கை எடுக்கச் சொல்வது சில நேரங்களில் பொருத்தமற்றதாக இருக்கலாம். மேலும் அவர்களுக்கு எவ்வாறு நல்ல முறையில் உதவுவது என்பதை நான் கற்றுக்கொள்ள விரும்புகிறேன்!

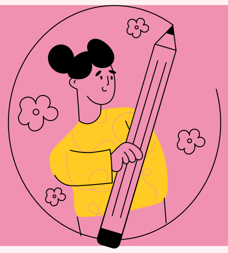
நீங்கள் சொல்வது சரிதான். ஆன்லைன் கொடுமைப்படுத்துதல், துன்புறுத்தல் அல்லது எதிர்மறை நிகழ்வுகள் காரணமாக ஒரு நண்பர் உணர்ச்சி ரீதியாகவும் மன ரீதியாகவும் போராடலாம். ஆனால் அவர்கள் பொதுவாக உதவி கேட்காமல் இருக்கலாம்! அவர்கள் ஏற்கெனவே குற்றத்தைப் புகாரளித்திருக்கலாம். இருந்தாலும் இன்னும் அமைதியற்றவர்களாக உணரலாம். நம் நண்பர்களை எவ்வாறு ஆதரிப்பது என்பது மிகவும் முக்கியமானது மற்றும் மிகப்பெரிய மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும் என்று நான் நினைக்கிறேன்.



சமூக முதலுதவி: துன்பத்தில் இருக்கும் ஒரு நண்பருக்கு ஒரு நல்ல ஆதரவு அமைப்பாக இருப்பது எப்படி

கவனமாகக் கேட்பது: ஒரு நண்பர் தங்கள் போராட்டங்களைப் பற்றி மனம் திறக்கும்போது, உடனடியாகத் தீர்வுகளை வழங்க வேண்டும் என்ற எண்ணத்தைத் தவிர்க்கவும். அதற்கு பதிலாகக் குறுக்கிடாமல் அவர்களைப் பேச் விடுங்கள். அவர்கள் தங்கள் உணர்ச்சிகளை சுதந்திரமாக வெளிப்படுத்தட்டும். அவர்களுடைய உணர்வுகளை அங்கீகரியுங்கள். சில நேரங்களில் தங்கள் முடிவைத் திணிக்காமல் நாம் சொல்வதைக் கேட்கிறார்கள் என்பதை அறிவது ஆலோசனையை விட ஆறுதலாக இருக்கும்.

தொடர் நடவடிக்கை - "ஹாய், எப்படி இருக்கிறீர்கள்? நீங்க என்ன செய்கிறீர்கள்?" போன்ற ஒரு சிறிய செய்தி பெரிய வித்தியாசத்தை ஏற்படுத்தும். அவர்கள் நலமாக இருப்பதாகச் சொன்னாலும் தொடர்ந்து விசாரிப்பது நீங்கள் உண்மையிலேயே அக்கறை காட்டுகிறீர்கள் என்பதைக் காட்டும். அவர்கள் ஆன்லைன் மூலம் மன அழுத்தம், கொடுமைப்படுத்துதல் அல்லது துன்புறுத்தலை அடைந்திருந்தால் சாதாரண உரையாடும்போது அவர்கள் அழுத்தம் இல்லாமல் ஆதரவாக உணர உதவும்.



எல்லைகளை அமைக்க உதவுங்கள் - அவர்கள் ஆன்லைன் துன்புறுத்தல் அல்லது எதிர்மறையான நிகழ்வுகளை எதிர்கொண்டால், ஆன்லைனில் அவர்களது வெளியின் மீது அவர்களுக்குக் கட்டுப்பாடு உள்ளது என்பதை நினைவூட்டுங்கள். தீங்கு விளைவிக்கும் பயனர்களைத் தடுக்கவும் புகாரளிக்கவும், அவர்களின் தனியுரிமை அமைப்புகளை சரிசெய்யவும் அவர்களை ஊக்குவிக்கவும். எப்படி என்று அவர்களுக்குத் தெரியாவிட்டால் செயல்முறையின் மூலம் அவர்களை வழிநடத்த முன்வருங்கள்!

இணையப் பாதுகாப்பு, தனியுரிமை அமைப்புகள் மற்றும் ஆன்லைனில் தங்கள் நேரத்தை நிர்வகித்தல் ஆகியவற்றை அவர்கள் நன்கு புரிந்துகொள்ள உதவும் வகையில் இந்த வழிகாட்டி புத்தகத்தை நீங்கள் பரிந்துரைக்கலாம். சரியான தகவல்களை வைத்திருப்பது உங்களையும் உங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களையும் பாதுகாப்பான மற்றும் ஆரோக்கியமான டிஜிட்டல் அனுபவத்தை உருவாக்க உதவும்

செயல்பாடு: உங்கள் தனிப்பட்ட பாதுகாப்பு சரிபார்ப்புப் பட்டியல்

ஆன்லைனில் மன அழுத்தம் அல்லது பாதுகாப்பற்ற சூழ்நிலைகளை கையாளுவதற்கு தயாராக இருப்பது பெரிய வித்தியாசத்தை ஏற்படுத்தும். சரியான கருவிகள் மற்றும் ஆதரவு அமைப்பு உங்களிடம் இருப்பதை உறுதிசெய்ய கீழே உள்ள சரிபார்ப்புப் பட்டியலை நிரப்பவும்.

- [ ] பட்டியலில் இருந்து குறைந்தபட்சம் ஒரு உதவி எண்ணைத் தேர்ந்தெடுத்து அதை உங்கள் தொலைபேசியில் சேமித்து வையுங்கள் அல்லது எளிதாக அணுகக்கூடிய இடத்தில் எழுதிவைக்கவும். ஒரு நெருக்கடியான நிலையில் விரைவாக எங்கு உதவி பெறுவது என்பதை அறிவது மிகவும் உதவியாக இருக்கும்.
- [ ] ஆதரவுக்காக நீங்கள் தொடர்பு கொள்ளக்கூடிய இரண்டு நபர்களைப் பற்றி சிந்தியுங்கள். ஒரு குடும்ப உறுப்பினர், ஒரு ஆசிரியர், ஒரு நெருங்கிய நண்பர் ஆகியோராக இருக்கலாம். ஒரு நெருக்கடியின் போது தொடர்புகொள்ள வசதியாக அவர்களுடைய பெயர்களை குறித்து வையுங்கள்!
- [ ] ஆழ்ந்து சுவாசித்தல், நாட்குறிப்பு எழுதுதல் அல்லது அடிப்படை பயிற்சிகள் போன்ற ஒரு அமைதிப்படுத்தும் உத்தியைத் தேர்ந்தெடுக்கவும். நீங்கள் அதிகமான அழுத்தத்தை உணரும்போது அவற்றைப் பயிற்சி செய்யுங்கள்!
- [ ] துன்பத்தில் இருக்கும் நண்பருக்கு உதவ ஒரு சமூக முதல்உதவி உத்தியைப் பயிற்சி செய்யுங்கள்.

அத்தியாய மீள்பார்வை!

- [ ] தனிப்பட்ட தகவல்களைக் கேட்கும், பரிசுகள் அல்லது வாக்குறுதிகளை வழங்கும், படங்களைக் கோரும் அல்லது உங்கள் உரையாடலை இரகசியமாக வைத்திருக்கச் சொல்லும் செய்திகளில் மிகவும் கவனமாக இருங்கள்!
- [ ] ஆன்லைனில் புகாரளிப்பதும் தடுப்பதும் போதுமானதாகத் தெரியவில்லை என்றால் நீங்கள் குற்றத்தை சைபர் கிரைம் பிரிவுக்கு (ph. 1930 அல்லது cybercrime.gov.in, அல்லது உங்கள் உள்ளூர் காவல் நிலையம் 100) புகாரளிக்கலாம்.
- [ ] ஆன்லைன் அச்சுறுத்தல்களில் பின்வருவன அடங்கும்: வன்முறை அல்லது தீங்கு விளைவிக்கும் அச்சுறுத்தல்கள், பாலியல் துன்புறுத்தல் அல்லது பின்தொடர்தல், அனுமதியின்றி தனிப்பட்ட படங்களைப் பகிர்தல், ஆள்மாறாட்டம், மோசடி அல்லது அடையாளத் திருட்டு
- [ ] ஐடி சட்டம் 2000, இந்திய தண்டனைச் சட்டம் 1860 மற்றும் நுகர்வோர் பாதுகாப்புச் சட்டம் 2019 ஆகியவற்றின் கீழ் டிஜிட்டல் குடிமக்களாக நமது உரிமைகளை உத்தரவாதம் செய்யும் பல சட்டங்கள் உள்ளன!
- [ ] மிக முக்கியமாக நீங்கள் தனியாக இல்லை என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்! உங்களுக்கு ஆதரவளிக்கப் பல அன்புக்குரியவர்களும் நண்பர்களும் உள்ளனர். எனவே உதவிக்கு அழைக்கவும்.

அத்தியாயம் 6: கிளிக் செய்யவும், ஸ்க்ரோல் செய்யவும், சுவாசிக்கவும்: டிஜிட்டல் உலகில் மன நல்வாழ்வு

இணையம் என்பது ஒரு நம்பமுடியாத இடம். கற்றுக்கொள்ளவும் இணைக்கவும் நம்மை வெளிப்படுத்தவும் வாய்ப்புகள் நிறைந்துள்ளன. ஆனால் வாழ்க்கையின் வேறு எந்த இடத்தையும் போலவே இதிலும் அதன் தனித்துவமான சவால்கள் இருக்கலாம். அந்தச் சவால்களை அங்கீகரிப்பது, ஆரோக்கியமான ஆன்லைன் பழக்கங்களை உருவாக்குவது மற்றும் பாதுகாப்பாகவும் கட்டுப்பாட்டுக்குள்ளும் வைத்து நமது டிஜிட்டல் உலகத்தை பயன்படுத்துவது முக்கியம்.

மீரா இரவில் தாமதமாகத் தனது ஃபோனைப் பார்க்கிறாள். நண்பர்களிடம் இருந்து வந்த உற்சாகமான புதுப்பிப்புகள் மற்றும் வேடிக்கையான வீடியோக்களைப் பார்க்கிறாள். ஆனால் அவளுக்கு சங்கடத்தை ஏற்படுத்தும் எதிர்மறைச் செய்திகள் மற்றும் கருத்துகளையும் அவள் பார்க்கிறாள். மறுநாள் காலையில் அவள் சோர்வாக எழுந்திருக்கிறாள்.

நான் இப்போதுதான் ஸ்க்ரோல் செய்து கொண்டிருந்தாலும் நான் ஏன் மிகவும் சோர்வாக உணர்கிறேன்? இது இதில் இருக்கும் உள்ளடக்கத்தாலா அல்லது இருப்பவை எல்லாம் எல்லாம் மிகையாக இருக்கிறதா?

ஆமாம், அது விசித்திரமாக இருக்கிறது. சில விஷயங்கள் என்னை சிரிக்க வைக்கின்றன, ஆனால் பின்னர் ஏதோ வருத்தமளிப்பதைப் பார்க்கிறேன், திடீரென்று நான் சோர்வடைகிறேன்.

நீங்கள் சிறிது நேரம் ஸ்க்ரோல் செய்து கொண்டிருப்பது போல் தெரிகிறது. சில நேரங்களில், ஆன்லைனில் இருப்பதை ஒரு ரோலர் கோஸ்டர் போல உணரலாம். நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும் ஒரு கணம் இருக்கும். அடுத்த கணம் உங்களை அழுத்தும் விஷயங்களால் நீங்கள் பாதிக்கப்படுவீர்கள். இடைநிறுத்தி அது உங்களை எப்படி உணர வைக்கிறது என்பதைப் பார்ப்பது நல்லது.

நீங்கள் கடைசியாக ஆன்லைனில் இருந்த நேரத்தைப் பற்றி யோசித்துப் பாருங்கள். சமூக ஊடகங்களில் மட்டுமல்லாமல் நீங்கள் பயன்படுத்தும் எந்தச் செயலி அல்லது வலைத்தளத்திலும். அது செய்தி, ஷாப்பிங் அல்லது வங்கி செயலிகளாக இருந்தாலும் சரி இணையத்துடன் நாம் எவ்வாறு தொடர்பு கொள்கிறோம் என்பது நம் உணர்வைப் பாதிக்கும்.

- செய்திகளைப் பார்த்தபோது உங்களுக்குப் புரிந்தது போலவும், அதே சமயம் பதட்டமாகவும் இருந்ததா?
- ஷாப்பிங் ஒரு சிறிய சிலிர்ப்பை அளித்தாலும் பின்னர் குற்ற உணர்ச்சியை ஏற்படுத்தியதா?
- ஒரு நாளின் எந்த நேரத்தில் நீங்கள் செயலி அல்லது வலைத்தளத்தைப் பயன்படுத்தினீர்கள்?

இந்தக் கூறுகளைப் பகுப்பாய்வு செய்வது உங்கள் இணையப் பயன்பாட்டை இயக்கும் உணர்ச்சிகள் மற்றும் இணையம் உங்கள் மனநிலையை எவ்வாறு பாதிக்கிறது என்பதைப் பற்றிய நுண்ணறிவைப் பெற உதவும்.

செயல்பாடு

இணைய நல்வாழ்வு மதிப்பெண் அட்டை

அறிவுறுத்தல்கள்:

- பின்வரும் 10 கேள்விகளுக்கு நேர்மையாகப் பதிலளிக்கவும்.
- நீங்கள் அடிக்கடி இதைச் செய்தால் ஒவ்வொரு கூறுக்கும் 1 புள்ளியை நீங்களே வழங்குங்கள்.

உங்கள் சமூக ஊடக நடத்தைகள்

1. காலையில் எழுந்தவுடன் முதலில் எனது ஃபோனை (சமூக ஊடகங்கள், செய்திகள், ஷாப்பிங் செயலிகள்) பார்க்கிறேன்.
2. வேறு வேலைகள் இருந்தாலும் கூட ஸ்க்ரோலிங் செய்யாமல் என்னால் இருக்க முடியாது.
3. செய்திகளைப் படித்த பின் அல்லது ஆன்லைனில் புதுப்பிப்புகளைப் பார்த்த பின் எனக்கு மன அழுத்தம் அல்லது பதட்டம் ஏற்படுகிறது.
4. நான் என் வாழ்க்கையை ஆன்லைனில் எதைப் பார்க்கிறேனோ அதனோடு ஒப்பிடுகிறேன் - அது மக்கள், போக்குகள் அல்லது வாழ்க்கை முறைகளாக இருந்தாலும் சரி.
5. எனக்கு எதுவும் தேவையில்லை என்றாலும், நான் ம்கிழ்ச்சியாக உணர்வதற்காகவே ஆன்லைனில் ஷாப்பிங் செய்கிறேன்.
6. நான் சோகமாக, சலிப்பாக அல்லது என்ன செய்வது என்று தெரியாமல் இருபப்துபோல் உணரும்போது இணையத்தைப் பயன்படுத்துகிறேன்.
7. நான் தொடர்ந்து உலாவ அல்லது ஸ்க்ரோலிங் செய்வதற்காகத் தூக்கத்தைத் தியாகம் செய்து நெடுநேரம் விழித்திருக்கிறேன்.
8. செய்திகள், கருத்துகள் அல்லது அறிவிப்புகளுக்கு உடனடியாக பதிலளிக்க வேண்டிய கட்டாயத்தில் உள்ளேன்.
9. ஆன்லைனில் இருப்பதால் நிஜ வாழ்க்கை நடவடிக்கைகளை (பொழுதுபோக்குகள், பள்ளி வேலைகள், குடும்ப நேரம்) தவிர்த்து வருகிறேன்.
10. எனது பதிவுகளுக்கு போதுமான விருப்பங்கள், கருத்துகள் அல்லது ஈடுபாடு கிடைக்காதபோது நான் வருத்தப்படுகிறேன்.

மதிப்பெண் பகுப்பாய்வு

- 0-3 புள்ளிகள் - அருமை! சமூக ஊடகங்களுடன் உங்களுக்கு ஆரோக்கியமான உறவு உள்ளது
- 4-6 புள்ளிகள் - சமநிலை! நீங்கள் நன்றாக இருக்கிறீர்கள். ஆனால் சில பழக்கவழக்கங்களை நீங்கள் கவனத்தில் கொள்ளலாம்
- 7-10 புள்ளிகள் - உங்கள் சமூக ஊடக பயன்பாடு உங்கள் நல்வாழ்வைப் பாதிக்கலாம்.
- மீட்டமைக்க வேண்டிய நேரம்!

சிந்தனையும் செயல்பாடும்

- உங்கள் மதிப்பெண் உங்களை ஆச்சரியப்படுத்தியதா?
- உங்கள் டிஜிட்டல் நல்வாழ்வை மேம்படுத்த நீங்கள் செய்யக்கூடிய ஒரு சிறிய மாற்றம் என்ன?

Tநீங்கள் எந்தக் கூற்றுகளைச் சரிபார்த்தீர்கள் ஏன் என்று சிந்தியுங்கள். அவை ஒரு குறிப்பிட்ட தளம், பயன்பாடு அல்லது மனநிலையுடன் தொடர்புடையவையா? சில நேரங்களில் சில தூண்டுதல்களாகக் கூட இருக்கலாம். நள்ளிரவு சலிப்பு அல்லது மன அழுத்தம் போன்றவை யும் கூட இணையத்தை அதிகமாகப் பயன்படுத்த வழிவகுக்கும். இந்த அத்தியாயத்தின் பிற்பகுதியில், ஆரோக்கியமான தேர்வுகளைச் செய்வதற்கான வழிகளை ஆராய்வோம்

சித்தார்த் இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு முன் டிஜிட்டல் சாம்பியன்ஸ் திட்டத்தை முடித்தான். ஆன்லைன் பாதுகாப்பு குறித்து தனது நண்பர்களுக்கு ஒரு வழிகாட்டியாக மாறினான். மோசடிகளைக் கண்டறிவதில் இருந்து தனியுரிமைக் கட்டுப்பாடுகளை அமைப்பது வரை டிஜிட்டல் உலகத்தை எவ்வாறு பொறுப்புடன் வழிநடத்துவது என்பது அவனுக்குத் தெரியும். ஆனால் சமீபத்தில், அவனது பெற்றோர் வருத்தத்தோடு இருந்தானர். டிஜிட்டல் குற்றங்கள் பற்றிய செய்திகள் எல்லா இடங்களிலும் காணப்பட்டன. இதனால் அவர்களின் கவலை அதிகரித்து வந்தது. ஒரு மாலை நேரத்தில் இரவு உணவின் போது சித்தார்த் இறுதியாக கேட்டான்.

அம்மா! அப்பா! நான் ஆன்லைனில் எவ்வளவு நேரம் செலவிடுகிறேன் என்று நீங்கள் எப்போதாவது கவலைப்படுகிறீர்களா?

நாங்கள் உன்னை நம்புகிறோம். இத்தனை ஆண்டுகளாக நீ இணையத்தை எச்சரிக்கையுடன் பயன்படுத்தி வருகிறாய் என்பதும் எங்களுக்குத் தெரியும். ஆனால் சமீப காலமாக செய்திகளில் கவலையளிக்கும் போக்குகளை நாங்கள் காண்கிறோம். உன்னை எச்சரிக்க நாங்கள் விரும்பவில்லை. ஆனால் நீ பாதுகாப்பாகவும் விழிப்புடனும் இருப்பதை உறுதிசெய்ய விரும்புகிறோம். நாங்கள் ஒரு இக்கட்டான இடத்தில் இருப்பதைப் போல இருக்கிறது. மீராவின் பெற்றோரிடமும் இதைப் பற்றி நாங்கள் ஒரு நாள் பேசிக்கொண்டிருந்தோம்.

நான் இணையத்தைப் பயன்படுத்தவே கூடாதா? அல்லது நான் உங்கள் அருகில் இருக்கும்போது மட்டும் அதைப் பயன்படுத்தலாமா?

நிச்சயமாக இல்லை. அணுகலை அகற்றுவது தீர்வல்ல. உன் சுதந்திரத்தை மதிக்கும் அதே வேளையில் உனைப் பாதுகாப்பாக வைத்திருக்கும் சில எளிய, நடைமுறைக்கு உதவும் அடிப்படை விதிகளைப் பின்பற்ற நாம் ஒன்றாக முயற்சி செய்வோம். சில வரம்புகளை நாம் அமைத்து அதன் பின் நீ எப்படி உணருகிறாய் என்பதைப் பார்க்கலாம்.

இணையத்தைக் குறைவாகப் பயன்படுத்துமாறு நாம் ஏன் எப்போதும் அறிவுறுத்தப்படுகிறோம்?

நம்மில் பலருக்கு இருக்கும் ஒரு கேள்வி என்னவென்றால் பெரியவர்கள் ஏன் "அந்த ஃபோனை கீழே வை" என்று சொல்லிக்கொண்டே இருக்கிறார்கள்? இது திரை நேரத்தைப் பற்றியது மட்டுமல்ல; திரைக்குப் பின்னால் என்ன நடக்கிறது என்பது பற்றியது. சமூக ஊடகங்களை ஒரு கடலாக கற்பனை செய்து பாருங்கள் . அதில் பரந்த, உற்சாகமான மற்றும் ஆராய்வதற்கான வாய்ப்புகள் ஏராளமாக இருக்கின்றன. சில பகுதிகளில் தெளிவான நீர் இருக்கிறது. அங்கு நீங்கள் கற்றுக்கொள்ளலாம், பிறரோடு இணையலாம், வளராலாம். ஆனால் ஒரு சிலர் சிலவேளைகளில் ஸ்க்ரோலிங்கின் மறைக்கப்பட்ட அடி நீரோட்டங்களில் சிக்கித் தொலைந்து போகலாம். இணையம் உங்களை ஈடுபாட்டுடன் வைத்திருக்க உருவாக்கப்பட்டது . அதன் உள்ளடக்கமும் அனைத்து அறிவிப்புகளும் உங்களுக்காகவே மாற்றியமைக்கப்பட்டு தனிப்பயனாக்கப்பட்டுள்ளன. ஆனால் நாம் ஆன்லைனில் எவ்வளவு நேரம் செலவிடுகிறோம், எதில் ஈடுபடுகிறோம் என்பதில் கவனமாக இருக்கவேண்டும். முற்றிலும் துண்டிக்கப்படுவது நோக்கம் அல்ல. கட்டுப்பாட்டில் இருப்பதுதான் முக்கியம் - நம் வாழ்க்கையில் இருந்து நம்மைத் திசைதிருப்புவதற்குப் பதிலாக நம் வாழ்க்கைக்கு மதிப்பு சேர்க்கும் வழிகளில் இணையத்தைப் பயன்படுத்தலாம்.

சரிபார்ப்புப் பட்டியல்: எப்போது சமூக ஊடகங்கள் திக்குமுக்காடச் செய்கிறது

நாம் அனைவரும் சித்தார்த்தைப் போலவே நமது இணைய பயன்பாடு தொடர்பாக சில அடிப்படை வழிகாட்டுதல்களை உருவாக்க வேண்டும். இருந்தாலும் முதல் படி என்னவென்றால் எது பாதுகாப்பானது மற்றும் எது பாதுகாப்பானது இல்லை என்பதை அடையாளம் காண்பதாகும். சுய மதிப்பீடு செய்வதற்கான சில வழிகள் இங்கே கூறப்படுகின்றன. பின்வரும் உணர்வுகளில் ஏதாவது ஒன்றிற்கு நீங்கள் ஆட்பட்டால் அது சிறிது நேரம் நின்று நிதானமாக சிந்திக்க வேண்டிய நேரமாக இருக்கலாம்.

பதட்டம் அல்லது பாதுகாப்பின்மை உணர்வு
- உடல் ரீதியான அறிகுறிகள்: உங்கள் மார்பில் கனம், அமைதியின்மை அல்லது மனநிலையில் ஊசலாட்டம்.

தொடர்ச்சியான ஒப்பீடு
- மற்றவர்களின் சிறப்பம்சங்களை கணக்கில் எடுத்துக்கொண்டு உங்கள் வாழ்க்கையை அளவிடுகிறீர்கள்.

தொடர்புகளில் இருந்து கோபம் அல்லது சோகம்
- உரையாடல்கள் அல்லது கருத்துகள் உங்களை முன்பை விட அதிக மன அழுத்தத்திற்கு உள்ளாக்குகின்றன.

தூக்கம் இன்மை
- நீங்கள் தாமதமாக விழித்திருந்து உங்கள் ஊட்டத்தை ஸ்க்ரோல் செய்கிறீர்கள் அல்லது புதுப்பிக்கிறீர்கள்.

துண்டிக்கப்பட்டதாக உணர்தல்
- நீங்கள் "இணைக்கப்பட்டிருந்தாலும்" அதிகமாகத் தனிமைப்படுத்தப்பட்டதாக உணர்கிறீர்கள்.

அதிகமாக லைக்குகள் மற்றும் கருத்துகளைப் பற்றி சிந்தித்தல்
- உங்கள் மூளையில் எதிர்வினைகளை மீண்டும் மீண்டும் உருவாக்குகிறீர்கள்.

உணர்ச்சி வற்றிப்போதல்
- ஆன்லைனில் நேரம் செலவிட்ட பின் நீங்கள் சோர்வாகவோ அல்லது களைப்பாகவோ உணர்கிறீர்கள்

உங்கள் ஃபோன் ரீசார்ஜ் செய்யப்பட வேண்டியதைப் போல நீங்களும் ரீசார்ஜ் செய்யப்படவேண்டும் என்பதையும் நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்! சமூக ஊடகங்கள் உங்களை அதிகமாக உணர வைக்கின்றன என்றால் அதில் இருந்து மீண்டு நன்றாக உணரவைக்கும் வழிகளைக் கண்டுபிடிப்போம்.

ஒவ்வொருவரின் ஆன்லைன் பயணமும் வித்தியாசமானதாகத் தெரிகிறது . ஒருவருக்கு எது வேலை செய்கிறது என்பது இன்னொருவருக்கு வேலை செய்யாமல் போகலாம். சமூக ஊடகங்கள் இணைவதற்கும் கற்றுக்கொள்வதற்கும் சிறந்தது. ஆனால் நமது டிஜிட்டல் வாழ்க்கையை நமது உடல் ரீதியான வாழ்க்கையுடன் சமநிலைப்படுத்த வேண்டும். வளர்ச்சி, இணைப்பு மற்றும் ஒட்டுமொத்த நல்வாழ்வுக்கு நிஜ வாழ்க்கை அனுபவங்கள் அவசியம். மேலும் அவை அவற்றின் தனித்துவமான வழிகளில் நம்மை நிலைநிறுத்துகின்றன.

எனது அனுபவங்கள் மற்றும் ஆராய்ச்சியின் அடிப்படையில் சமூக ஊடகங்களுடன் ஆரோக்கியமான உறவை உருவாக்க உதவும் சில விஷயங்கள் இதோ

சமூக ஊடகங்களுடன் ஆரோக்கியமான உறவை உருவாக்குதல்

1. நேர்மறை மற்றும் ஊக்கமளிக்கும் உள்ளடக்கத்தைப் பின்தொடருங்கள். மேம்படுத்தும் உரையாடல்களில் ஈடுபடுவதன் மூலம் டிஜிட்டல் இரக்க உணர்வைப் பயிற்சி செய்யுங்கள்.
2. செயலி டைமர்களைப் பயன்படுத்தி குறிப்பிட்ட செயலியில் நீங்கள் எவ்வளவு நேரம் செலவிடுகிறீர்கள் என்பதற்கான தினசரி வரம்புகளை அமைக்கவும்.
3. உங்கள் உடனடி கவனம் தேவையில்லாத செயலிக்கான அறிவிப்புகளை முடக்கவும்.
4. உங்களுக்கு ஓய்வு அல்லது வேறு எதிலாவது கவனம் செலுத்த நேரம் தேவைப்படும்போது 'தொந்தரவு செய்ய வேண்டாம்' அம்சத்தைப் பயன்படுத்தவும்.
5. இரவு நேரத்தில் ஸ்க்ரோலிங் செய்வதைத் தவிர்க்க சமூக ஊடகப் பயன்பாட்டுக்கு வரம்பு விதிக்கவும். வீட்டில் ஃபோனை பயன்படுத்தாமல் இருக்கும் காலத்தை திட்டமிடவும்.
7. எதையும் இடுகையிடுவதற்கு ஒரு நாள் முன் "ஒரு இரவு விதி"யைக் கடைப்பிடிக்கவும்.
8. மற்றவர்களின் செயல்கள் சமூக ஊடகங்களை மன அழுத்தம் தருவதாக மாற்றும்போது எதிர்மறை உள்ளடக்கங்களைப் பார்ப்பதைக் கட்டுப்படுத்தவும்.
    - எதிர்மறை உள்ளடக்கத்துடனான தொடர்பைக் கட்டுப்படுத்துங்கள்.
    - தேவைப்பட்டால் முடக்கவும், பின்தொடர்வதை நிறுத்தவும் அல்லது தடுக்கவும்.
    - நண்பர், பெற்றோர், ஆசிரியர் போன்ற ஒருவரிடம் பேசுங்கள்.
9. கற்றல் மற்றும் ஆதரவிற்காக சமூக ஊடகங்களைப் பயன்படுத்தவும்.

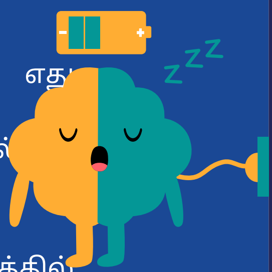
மகிழ்ச்சி மெனு

உங்கள் திரைக்கு வெளியில் ஒரு முழு உலகம் இருக்கிறது என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்! இணைய பயன்பாடு அதிகம் என்றுஉணரும்போது சற்றே ஓய்வு எடுங்கள். உங்கள் வாழ்க்கை வெறும் பிக்சல்கள் மற்றும் அறிவிப்புகள் மட்டுமல்ல. சுவாசிக்க புதிய காற்று, சந்திக்க உண்மையான மக்கள் மற்றும் ஸ்க்ரோலுக்கு அப்பால் உலவும் அனுபவங்கள் உள்ளன. உங்கள் சிறந்த தருணங்கள் ஆன்லைனில் மட்டுமல்ல. இதோ ஒரு மகிழ்ச்சி மெனு : உங்கள் மனநிலையை உயர்த்தவும், மகிழ்ச்சி ஆஃப்லைனிலும் இருப்பதை நினைவூட்டவும். நீங்கள் தேர்வுசெய்யக்கூடிய உற்சாகத்தை அதிகரிக்கும்செயல்பாடுகளின் பட்டியல்!

- உங்களுக்குப் பிடித்த பாடலுக்கு நடனமாடுங்கள்
- இயற்கை காட்சிகளின் ஊடாக ஒரு நடைபயிற்சிக்கு செல்லுங்கள்
- ஒரு நண்பரை அரட்டைக்கு அழைக்கவும்
- உங்கள் எண்ணங்களை எழுதுங்கள்
- ஏதாவது ஒரு விளையாட்டை விளையாடுங்கள்
- ஓவியம் வரையுங்கள், எதையாவது கிறுக்குங்கள், கலைப்படைப்பில் ஈடுபடுங்கள்
- உற்சாகமூட்டும் இசையைக் கேளுங்கள்
- ஆழமாக சுவாசப் பயிற்சி அல்லது தியானம்
- ஏதாவது சமைக்கவும்
- ஏதாவது ஒரு தற்போக்கான இரக்கமுள்ள செயலில் ஈடுபடுங்கள்
- சூரிய மறைவைப் பாருங்கள்
- நீங்கள் விரும்பும் இடத்திற்குச் செல்லுங்கள்
- இலக்கு பட்டியலை உருவாக்குங்கள்
- நிதானமாகக் குளிக்கவும்
- புத்தகம் அல்லது கவிதை வாசிக்கவும்
- உங்கள் எதிர்காலத்தைப் பற்றி உங்களுக்கே கடிதம் எழுதுங்கள்
- நீங்கள் இருக்கும் இடத்தை ஒழுங்கமைக்கவும்
- Volunஏதாவது ஒரு தன்னார்வத் தொண்டு செய்யுங்கள்

TNமேலே பட்டியலிடப்பட்டுள்ள செயல்பாடுகள் ஒரு சில உதாரணங்கள். உங்கள் சொந்தத் தேவைகளைப் பொறுத்து உங்கள் மனநிலை மற்றும் மன நலனுக்கு எது சிறந்தது என்பதை அடையாளம் காண்பது முக்கியம். உங்களை நீங்களே கேட்டுக்கொண்டு தொடங்குங்கள்

எது என்னை நன்றாகவும் உற்சாகமாகவும் உணர வைக்கிறது?
நான் அதிக அழுத்தத்தை உணரும்போது என்னை அமைதிப்படுத்த எது உதவுகிறது?
என்னென்ன செயல்பாடுகள் எனக்கு மகிழ்ச்சியைத் தருகின்றன அல் எனக்கு சாதனை உணர்வை உண்டாக்குகின்றன?

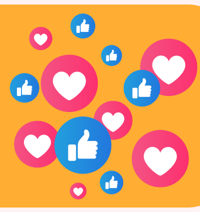


இந்தச் செயல்பாடுகளை நீங்கள் கண்டறிந்ததும், அவற்றை உங்கள் வழக்கத்தில் இணைத்துக்கொள்ளுங்கள். காலப்போக்கில், இந்தப் பழக்கங்கள் உங்கள் ஆன்லைன் மற்றும் ஆஃப்லைன் வாழ்க்கைக்கு இடையில் ஒரு சமநிலையை உருவாக்க உதவும். சமூக ஊடகங்கள் உங்களைக் கட்டுப்படுத்த அனுமதிப்பதற்குப் பதிலாக நீங்கள் கட்டுப்பாட்டில் இருப்பதை உறுதிசெய்யும்.

ஏற்றத் தாழ்வுகள் ஆன்லைன் வாழ்க்கை உட்பட உங்கள் வாழ்க்கையில் இயல்பானவை என்பதை அங்கீகரிப்பதன் மூலம் உங்கள் மனநலனைப் பராமரிக்கலாம். கற்றல், இணைப்பு மற்றும் உத்வேகத்திற்கான இடமாக சமூக ஊடகங்கள் இருக்கலாம். ஆனால் அது உங்களைப் பற்றிய சந்தேகம் அல்லது ஒப்பிட்டு நோக்கும் தருணங்களையும் உண்டாக்கலாம். நீங்கள் தொடர்ந்து ஹைலைட் ரீல்களை ஸ்க்ரோல் செய்யும் போது நீங்கள் பின்தங்கியிருப்பது போல் உணருவது இயல்பானதே. ஆனால், நீங்கள் ஆன்லைனில் பார்ப்பது பெரும்பாலும் முழுப் படம் அல்ல, இயல்பானவை போல் கவனமாக வடிவமைக்கப்பட்ட பதிப்பாகும் என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்.
தவறான தகவல்கள் மற்றும் போலித் தகவல்கள் பற்றி நாம் முன்னர் படித்ததை மீண்டும் சிந்தியுங்கள். தவறான செய்திகள் பரவுவது போல பிறரைக் குறித்த நம்பத்தகாத டிஜிட்டல் செய்திகளும் பரவக்கூடும். மக்கள் பெரும்பாலும் தங்கள் வாழ்க்கையின் சிறந்த பகுதிகளை மட்டுமே பகிர்ந்து கொள்கிறார்கள். இதனால் விஷயங்கள் உண்மையில் இருப்பதை விட சரியானதாகத் தோன்றும். ஆனால் ஒவ்வொரு இடுகைக்குப் பின்னாலும் உங்களைப் போன்ற போராட்டங்கள், பாதுகாப்பின்மை மற்றும் சவால்களைக் கொண்ட ஓர் உண்மையான நபர் இருக்கிறார்.

நீங்கள் பார்ப்பது எப்போதும் முழுமையான கதையாக இருக்காது என்பதை நீங்களே நினைவுபடுத்திக் கொள்வது முக்கியம். உங்கள் யதார்த்தத்தை ஒருவரின் ஹைலைட் ரீலுடன் ஒப்பிடுவதற்குப் பதிலாக உங்களுக்கு உண்மையிலேயே மகிழ்ச்சியையும் நிறைவையும் தருவதில் கவனம் செலுத்துங்கள்.

உங்கள் பதிவுகளுக்கு வரும் லைக்குகள் மற்றும் கருத்துகளை விட அல்லது உங்களுக்கு இருக்கும் பின்தொடர்பவர்களின் எண்ணிக்கையை விட உங்கள் மகிழ்ச்சியே முக்கியம்!



காலப்போக்கில் நான் இணையத்தை எவ்வாறு பயன்படுத்துகிறேன் என்பதில் நோக்கத்துடன் இருப்பது முக்கியம் என்பதை நான் கற்றுக்கொண்டேன். புதுப்பித்த நிலையில் இருக்க எப்போதும் ஆன்லைனில் இருக்க வேண்டும் என்று நான் நினைத்தேன். ஆனால் அது சாத்தியமற்றது என்பதை உணர்ந்தேன். இப்போது, ஆன்லைனில் எனது நேரத்தைப் பற்றி அதிக கவனமாக இருக்க முயற்சிசெய்கிறேன். மேலும் நான் அதில் மூழ்கிவிடாமல் இருக்க எல்லைகளை நிர்ணயிக்கிறேன். நண்பர்கள் மற்றும் குடும்பத்தினருடன் நேரத்தை செலவிடுவது, இயற்கையோடு இயைந்து இருப்பது அல்லது எனக்காக சிறிது நேரம் ஒதுக்குவது போன்ற என்னை மீண்டும் உற்சாகப்படுத்த உதவும் விஷயங்களுக்கு சரியான நேரத்தில் திட்டமிடுவதையும் உறுதிசெய்கிறேன். இது எப்போதும் எளிதானது அல்ல, ஆனால் காலப்போக்கில் அது பயனுள்ளது என்பதைக் கண்டறிந்துள்ளேன்.

மீள்பார்வை: கிளிக் செய்யவும், ஸ்க்ரோல் செய்யவும், சுவாசிக்கவும்!

ஆன்லைனில் நீங்கள் எப்படி உணர்கிறீர்கள் என்பதில் கவனம் செலுத்துங்கள்.

இணையம் வேடிக்கையாக இருக்கலாம். ஆனால் அது உங்கள் உணர்ச்சிகளை எவ்வாறு பாதிக்கிறது என்பதைக் கவனிப்பது முக்கியம். ஆன்லைனில் இருந்த பின் நீங்கள் பதட்டம், சோகம் அல்லது களைப்பாக உணர்ந்தால் அது இடைநிறுத்தி ஓய்வு எடுக்கவேண்டும் என்பதற்கான அறிகுறியாகும்.

ஆன்லைன் மற்றும் ஆஃப்லைன் வாழ்க்கைக்கு இடையில் ஆரோக்கியமான சமநிலையைக் கண்டறியவும்

ஆன்லைனில் அதிக நேரம் செலவிடுவது உங்கள் தூக்கம், மனநிலை மற்றும் ஒருமுகத்தன்மை ஆகியவற்றைப் பாதிக்கும். பொழுதுபோக்குகள், நண்பர்களுடன் நேரத்தைச் செலவிடுதல் மற்றும் உங்கள் திரைக்கு அப்பால் உள்ள உலகத்தை அனுபவிப்பது போன்ற நிஜ வாழ்க்கை நடவடிக்கைகளுக்கு இடத்தை உருவாக்குங்கள்.

உங்கள் நல்வாழ்வைப் பாதுகாக்க தெளிவான எல்லைகளை அமைக்கவும்.

தேவையற்ற அறிவிப்புகளை முடக்குதல், சமூக ஊடகங்களுக்கான நேர வரம்புகளை அமைத்தல் மற்றும் இரவு நேரத்தில் ஸ்க்ரோலிங் செய்வதைத் தவிர்ப்பது போன்ற சிறிய செயல்கள் உங்கள் டிஜிட்டல் நடத்தைகளைக் கட்டுப்படுத்த உதவும்.

சமூக ஊடகங்கள் முழுப் படம் அல்ல என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்.

ஆன்லைனில் நீங்கள் பார்ப்பது ஒரு ஹைலைட் ரீல்தானே தவிர நிஜ வாழ்க்கை அல்ல. மற்றவர்களுடன் உங்களை ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பதைத் தவிர்த்து உங்கள் சொந்த வாழ்க்கையில் உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியையும் திருப்தியையும் எது தருகிறதோ அதில் கவனம் செலுத்துங்கள்.

ஏதாவது தவறாக இருப்பதாக உணர்ந்தால் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்

இணையத்தை எப்போதாவது அதிக அழுத்தம் தருவதாகவோ அல்லது பாதுகாப்பற்றதாகவோ உணர்ந்தால் நீங்கள் நம்பும் ஒருவரிடம் பேசுங்கள். நீங்கள் தனியாக இல்லை உங்களுக்குத் தேவைப்படும்போது எப்போதும் உதவி கிடைக்கும்

அத்தியாயம் 7: மாற்றத்திற்கான போக்கு: நன்மைக்காக இணையத்தைப் பயன்படுத்துதல்

இணையத்தை கற்றல் மற்றும் பொழுதுபோக்குக்கான ஓர் இடம் என்று நூர் எப்போதும் நினைத்திருந்தாள். ஆனால் அவளது பார்வை மாறத் தொடங்கியது. இப்போது, அவள் தனது குடிமையியல் திட்டத்தில் பணிபுரிந்ததால் ஆன்லைனில் இளைஞர்களின் பங்கைப் பற்றியும், அவர் கற்றுக்கொண்டதைக் கொண்டு எவ்வாறு அதிகமாகச் செய்ய முடியும் என்பதைப் பற்றியும் சிந்திப்பதை நிறுத்த முடியவில்லை.

டிஜிட்டல் குடிமக்களாக நமது பொறுப்புகள்

நூர் ஒரு முன்னுரையை உருவாக்கினாள். அதில் அனைத்து டிஜிட்டல் குடிமக்களும் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய சில விவாதத்துக்கு உட்பட்ட கருத்துகள் இருந்தன. உங்கள் நண்பர்களுடன் கலந்துரையாடி, இங்கே சேர்க்கப்பட வேண்டும் என்று நீங்கள் நினைக்கும் இரண்டு பொறுப்புகளைச் சேர்க்கவும்!

We the citizens of the digital realm, having solemnly resolved to uphold justice, liberty and equality in our online interactions, do hereby declare our commitment.

- மற்றவர்களின் உரிமைகள் மற்றும் கருத்துகளை மதிக்க, ஒவ்வொரு குரலும் கண்ணியத்துடனும் நேர்மையுடனும் கேட்கப்படுவதை உறுதி செய்தல்;
- அனைத்து தனிநபர்களின் தனியுரிமையை மதிக்க, அவர்களின் தனிப்பட்ட வெளிகளை ஊடுருவல் மற்றும் தவறாகப் பயன்படுத்துவதில் இருந்து பாதுகாத்தல்;
- நாம் பகிர்ந்து கொள்ளும் தகவல்களைச் சரிபார்க்க உண்மை மற்றும் உரையாடலின் ஒருமைப்பாட்டை நிலைநிறுத்துதல்;
- டிஜிட்டல் வெளிகளில் நமது செயல்களுக்குப் பொறுப்பேற்க பொறுப்புக்கூறல் மற்றும் நம்பிக்கையின் கலாச்சாரத்தை வளர்ப்பது;
- எல்லா நேரங்களிலும் டிஜிட்டல் நெறிமுறைகளைப் பின்பற்றுதல், நாகரிகம், பச்சாதாபம் மற்றும் ஒருவருக்கு ஒருவர் மரியாதையுடன் ஈடுபடுதல்

____

____

நமது உரிமைகள் மற்றும் பொறுப்புகள் இரண்டையும் இணைத்துப் பயன்படுத்துவதன் மூலம் ஒவ்வொரு தனிநபரும் சுதந்திரம், பொறுப்பு மற்றும் நோக்கத்துடன் ஈடுபடக்கூடிய ஓர் உள்ளடக்கிய, பாதுகாப்பான மற்றும் அர்த்தமுள்ள டிஜிட்டல் உலகத்தை உருவாக்க நாம் பாடுபடுவோம்

மாற்றத்தைக் கொண்டுவருபவர்கள்

நூர்! டிஜிட்டல் குடிமக்களுக்காக நீ உருவாக்கிய முன்னுரை வைரலாகிவிட்டது! பள்ளியில் எல்லோரும் அதைப் பற்றிப் பேசிக்கொண்டிருக்கிறார்கள்!

எங்கள் குடிமையியல் வகுப்பில் உரிமைகள் மற்றும் பொறுப்புகள் பற்றி ஒரு விவாதம் நடத்தினோம், மேலும் பலர் டிஜிட்டல் குடியுரிமையையும் பற்றி கேள்விகள் எழுப்பினார்கள்!

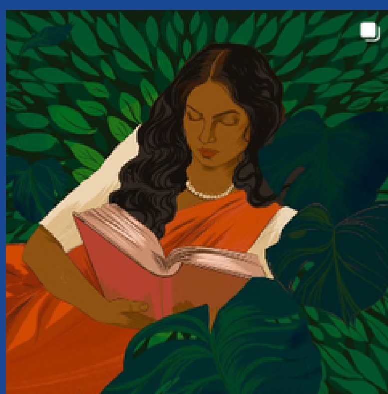
நண்பர்களே நன்றி!

அற்புதம்! எங்கள் குழுவையும் தாண்டி நீங்கள் உரையாடல்களைக் கொண்டுசெல்லும் விதம் எனக்கு மிகவும் பிடிக்கிறது.

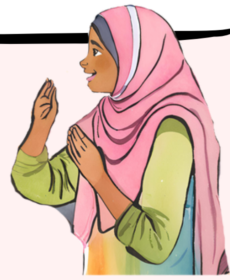
மலிஹா அபிதியைப் போலவா? நான் அவர்களால் ஈர்க்கப்பட்டேன். மேலும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும் ஒன்றை நான் எவ்வாறு தொடங்க முடியும் என்று யோசித்துக்கொண்டிருந்தேன்!

சரி, உங்களால் முடியும் என்று நான் உறுதியாக நம்புகிறேன்! ஆனால் மலிஹா அபிதி யார். அவர்கள் என்ன செய்கிறார்கள்?

மலிஹா அபிது 23 வயதான கலைஞர் மற்றும் எழுத்தாளர். அவர் கராச்சியைச் சேர்ந்தவர். தற்போது சசெக்ஸ் பல்கலைக்கழகத்தில் நரம்பியல் படித்து வருகிறார். அதே நேரத்தில் கலை மற்றும் ஆன்மீகத்தின் மீதான தனது ஆர்வத்தையும் தொடர்கிறார். பல்வேறு திட்டங்கள் மூலம் பெண்களுக்கு அதிகாரமளிப்பதில் ஆர்வமாக இருக்கிறார். அவற்றில் ஒன்று அவரது வரவிருக்கும் "பெண்களுக்கான பாகிஸ்தான்" புத்தகம்.



அது ஆச்சரியமாக இருக்கிறது! எனவே மக்கள் இணையத்தைப் பயன்படுத்தி பல நன்மைகளைச் செய்கிறார்கள்!



ஆம்! நான் அக்கறை கொள்ளும் காரணங்களை நன்கு புரிந்துகொள்ள ஆன்லைன் வளங்கள் உதவியாக உள்ளன!

Learning and Growing

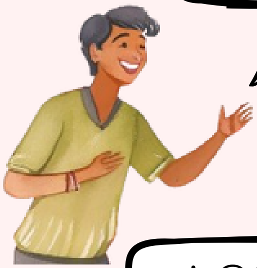
- பல தளங்கள் மாணவர்களுக்குக் கற்பதற்கான ஆதரவை வழங்குகின்றன. இவை பள்ளி பாடங்களுக்கான பாடங்கள், போர்டு மற்றும் போட்டித் தேர்வுகளுக்கான தயாரிப்பு, பயிற்சி, வீட்டுப்பாட உதவி போன்ற பல்வேறு வகைகளில் வருகின்றன.
- ஆய்வுகளைப் பார்ப்பதான் மூலமும் சம்பந்தப்பட்ட மக்களின் பல்வேறு கண்ணோட்டங்களைக் கேட்பதன் மூலமும் ஆன்லைனில் இருந்து ஆதார வளங்களைப் பெற்று நாம் அறிய விரும்பும் பிரச்சினைகளையும் காரணங்களையும் பற்றி கற்றுக்கொள்ளலாம்.

கடந்த வாரம் சித்தார்த் ஒரு நண்பரின் மருத்துவச் செலவுகளுக்காக கிரவுட் ஃபண்டிங்கைப் பயன்படுத்தி நிதி திரட்டினான். நாம் ஒருவருக்கொருவர் ஈடுபட்டு ஏற்பாடு செய்யலாம்!

Peer and Community Advocacy

- சமூக ஊடக அணிதிரட்டல் - ஆர்வலர்கள் பிரபலமான சமூக ஊடகங்கள் மற்றும் செய்தியிடல் தளங்களைப் பயன்படுத்தி செய்திகளை விரைவாகப் பரப்பலாம், வைரல் முகாம்களைத் தொடங்கலாம் மற்றும் பரந்த பார்வையாளர்களை ஈடுபடலாம். ஹேஷ்டேக்குகள், நேரடி வீடியோக்கள் மற்றும் டிஜிட்டல் மனுக்கள் காரணங்களை பெரிதுபடுத்திக் காட்ட உதவுகின்றன. இது ஆதரவாளர்களைத் திரட்டுவதையும் பொது விவாதத்தை இயக்குவதையும் எளிதாக்குகின்றன.
- சமூக ஒருங்கிணைப்பு மற்றும் நேரடி நடவடிக்கை - லாகிஸ்டிக்ஸைத் திட்டமிடவும், வளங்களைப் பகிரவும், பங்கேற்பாளர்களை ஈடுபாட்டுடன் வைத்திருக்கவும் அமைப்பாளர்கள் ஆன்லைன் மன்றங்கள், அஞ்சல் பட்டியல்கள் மற்றும் செய்தியிடல் செயலிகளைப் பயன்படுத்துகின்றனர். கிரவுட் சோர்சிங் தளங்கள் மற்றும் டிஜிட்டல் பதிவுகள் கூட்டு நடவடிக்கையை எளிதாக்குகின்றன. மக்கள் ஆதரவை உறுதியளிக்கவும் நிதி பங்களிக்கவும் உதவுகின்றன!

மாற்றத்தை ஏற்படுத்துபவர்கள்



ஆன்லைனில் நாம் எவ்வளவு கற்றுக்கொள்ளவும் செயல்படவும் முடியும் என்பது ஆச்சரியமாக இருக்கிறது. ஆனால் அதை ஒரு சிறந்த இடமாக மாற்ற வேண்டிய பொறுப்பும் நமக்கு உள்ளது, இல்லையா?

ஆமாம், சரிதான்! இது இணையத்தைப் பயன்படுத்துவது பற்றி மட்டுமல்ல மற்றவர்களுடன் நாம் எவ்வாறு தொடர்பு கொள்கிறோம் என்பது அது ஒரு நேர்மறையான இடமாக இருப்பதை உறுதிசெய்கிறது என்பதும் ஆகும்.

நாம் இடுகையிடுவதற்கு அல்லது ஒருவருக்கு பதிலளிக்கும் முன் சிந்திக்க வேண்டிய விஷயங்களின் பட்டியலை உருவாக்கலாமா?

நல்ல யோசனை! இணையத்தைப் பற்றிய அருமையான விஷயங்களில் ஒன்று, செய்திகளிலோ அல்லது டிவியிலோ நாம் வழக்கமாகப் பார்க்காதவர்களிடம் இருந்து கேட்பது.

ஆமாம், ஆனால் சிலர் ஆன்லைனில் வெறுப்பை அதிகமாகப் பெறுவதையும் நான் கவனிக்கத் தொடங்கியுள்ளேன். நாம் ஏதாவது செய்ய வேண்டும் என்று நினைக்கிறேன் - அது புகாரளிப்பது, பேசுவது அல்லது ஆதரவளிப்பது என எதுவாக இருந்தாலும் சரி.

அன்பான உரையாடல்கள்

- ☐ இது அன்பானதா? (இது யாரையாவது நல்லவரா கெட்டவரா என்று உணர வைக்குமா?)
- ☐ இதுதேவையானதா? (நான் இதைச் சொல்ல வேண்டுமா?)
- ☐ இது மரியாதைக்குரியதா? (யாராவது இதை என்னிடம் சொன்னால் நான் கவலைப்படுவேனா?)
- ☐ இது துல்லியமானதா? (இந்தத் தகவலை நான் உண்மையாகச் சரிபார்த்திருக்கிறேனா?)
- ☐ இது தனியுரிமையை மதிக்கிறதா? (நான் ஒருவரின் தனிப்பட்ட விவரங்களை அனுமதியின்றிப் பகிர்கிறேனா?)

ஆதரவைக் காட்டுதல்

- கவனத்தைக் கவருவோம் - அது பாதுகாப்பானது என்றால் தீங்கு விளைவிக்கும் உள்ளடக்கத்தை சவால் செய்ய உண்மைகள் அல்லது அமைதியான பதிலுடன் பதிலளிக்கவும்.
- புகாரளி& தடு - வெறுப்புப் பேச்சைப் புகாரளிக்கவும் மேலும் தீங்கைத் தடுக்கவும் தளக் கருவிகளைப் பயன்படுத்தவும்.
- அன்பை ஊக்குவிக்கவும் - மரியாதைக்குரிய மற்றும் உள்ளடக்கிய விவாதங்களை ஊக்குவிப்பதன் மூலம் உரையாடலை மாற்றவும்.

உரையாடல்கள் மற்றும் செயல்கள்

அர்த்தமுள்ளதாக இருக்கிறது!! நிஜ வாழ்க்கையில் இருப்பது போலவே நாம் ஆன்லைனில் இருக்க முடியுமா? ஆனால் நாம் சொல்வதில் கவனமாக இருப்பதைத் தவிர, இணையத்தை ஒரு சிறந்த இடமாக மாற்ற நாம் உண்மையில் செய்யக்கூடியது வேறு ஏதாவது இருக்கிறதா

ஆமாம்! அதாவது, நாம் அனைவரும் வெவ்வேறு குழுக்களின் ஒரு பகுதியாக இருக்கிறோம் - நமது குடும்பங்கள், பள்ளிகள், ஆன்லைன் சமூகங்கள் கூட. நாம் கற்றுக்கொண்டவற்றை அந்த இடங்களுக்குள் கொண்டு வருவதற்கான வழிகள் இருக்க வேண்டும், சரியா

சரிதான்! வீட்டில், நமது பள்ளிகளில், நமது நண்பர் குழுக்களில், மற்றும் பெரிய ஆன்லைன் வெளியிலும் கூட வெவ்வேறு நிலைகளில் நாம் செய்யக்கூடிய விஷயங்கள் உள்ளன. இவை அனைத்தும் ஒன்று சேரும்!

ACTION

மாற்றம் வீட்டிலிருந்தே தொடங்குகிறது!

- தனியுரிமை அமைப்புகள் மற்றும் டிஜிட்டல் நல்வாழ்வு பற்றி இளைய உடன்பிறப்புகள் அல்லது குடும்ப உறுப்பினர்களுக்குக் கற்றுக் கொடுங்கள்.
- போலிச் செய்திகள் அல்லது ஆன்லைன் மோசடிகளை அடையாளம் காண பெற்றோருக்கு உதவுங்கள்.
- ஆரோக்கியமான திரை நேர பழக்கங்கள் பற்றிய உரையாடலைத் தொடங்குங்கள்

உண்மையில் ஒரு நண்பர்

- தீங்கு விளைவிக்கும் நகைச்சுவைகள், சைபர்புல்லிங் அல்லது பொருத்தமற்ற உள்ளடக்கம் பற்றி கவனத்தாஇ ஈர்க்கவும்.
- தீங்கு விளைவிக்கும் நகைச்சுவைகள், சைபர்புல்லிங் அல்லது பொருத்தமற்ற உள்ளடக்கம் பற்றி கவனத்தாஇ ஈர்க்கவும்.
- பொறுப்பான பகிர்வை ஊக்குவிக்கவும்-உண்மை சரிபார்ப்புக்கு அவர்களுக்கு நினைவூட்டுங்கள்

பள்ளியில் தூதுவர்கள்

- மாணவர்கள் ஒருவருக்கொருவர் நேர்மறையான செய்திகளை இடுகையிடும் இடத்தில்- டிஜிட்டல் அன்பு முகாம் ஒன்றை ஏற்பாடு செய்யுங்கள் - .
- ஆன்லைன் பாதுகாப்பு மற்றும் டிஜிட்டல் உரிமைகள் குறித்து விவாதிக்க ஒரு விழிப்புணர்வு கிளப்பைத் தொடங்குங்கள்.
- பொறுப்பான இணைய பயன்பாடு குறித்த பட்டறைகளை நடத்தவும் மாணவர் தூதர்களை அடையாளம் காணவும் ஆசிரியர்களுடன் இணைந்து பணியாற்றுங்கள்.

சமுதாயத்துடன் உரையாடுங்கள்

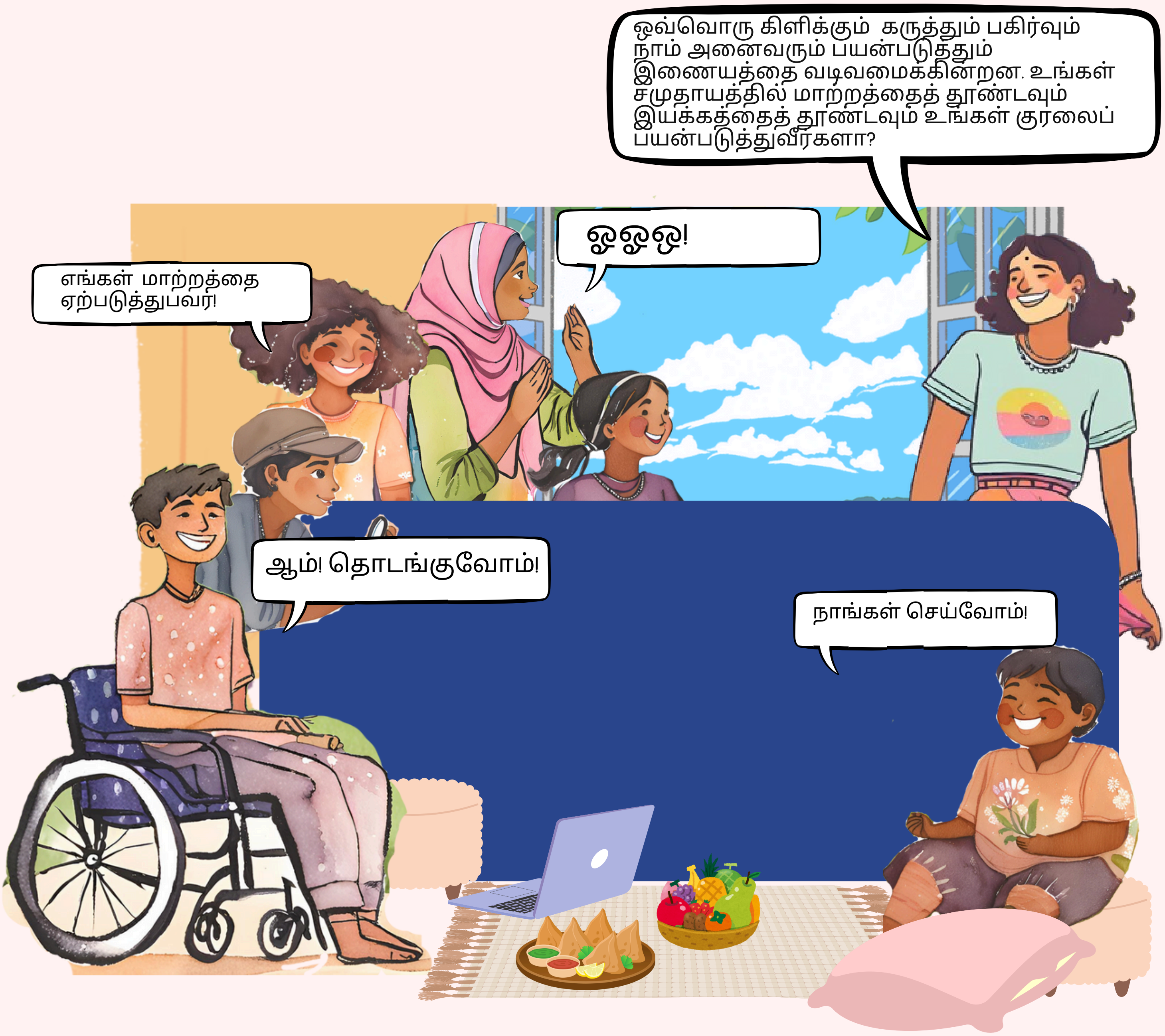
- ஆன்லைன் மோசடிகள் மற்றும் தவறான தகவல்கள் குறித்த விழிப்புணர்வை உள்ளூர் குழுக்களுடன் பரப்புங்கள்.
- பள்ளிகள் மற்றும் இளைஞர்கள் குழுமும் இடங்களில் வலுவான சைபர் பாதுகாப்புக் கொள்கைகளைப் பிரச்சாரம் செய்யவும்.
- மனநலம், ஆன்லைன் துன்புறுத்தல் மற்றும் ஆதரவு நெட்வொர்க்குகள் குறித்த சரிபார்க்கப்பட்ட ஆதாரங்களைப் பகிரவும்.

இவை அற்புதமான யோசனைகள் சுபம். இணையம் நமது ஆன்லைன் அனுபவங்களை வடிவமைப்பது போலவே நமது ஆன்லைன் எதிர்காலங்களும் நம்மால் வடிவமைக்கப்படுகின்றன

நீ சொல்வது சரிதான்! நூர், இப்போது நான் முயற்சி செய்ய விரும்பும் ஒன்றைப் பற்றி எனக்கு உண்மையில் ஒரு யோசனை இருக்கிறது. எனக்கு கொஞ்சம் உதவி தேவைப்படும்!!

நிச்சயமாக! நாளை மதியம் நாம் சந்திப்போம். அனைவருக்கும் நான் தெரியப்படுத்துகிறேன்!

மீண்டும் ஒருமுறை, நண்பர்கள் மீண்டும் ஒன்றாகக் கூடினார்கள். இம்முறை சோம்பேறித்தனமான ஒரு அமைதியான மதிய வேளை அல்ல. சுபம் அணிக்காக ஒரு பணியை வைத்திருந்தாள், மேலும் அனைவரும் அதிகமாகக் கேட்க ஆவலுடன் காத்திருந்தனர்.

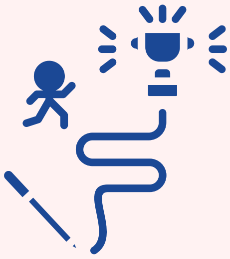


சுபம் அனைவருக்கும் பணித்தாள்கள் மற்றும் பேனாக்களை வழங்கினாள், அதோடு அவர்களின் சிந்தனையை வழிநடத்த ஒரு பணி அறிக்கையையும் வழங்கினாள். 30 நிமிடங்களில் அவர்கள் என்ன கொண்டு வந்தார்கள் என்பதைக் காண கீழே ஸ்க்ரோல் செய்யவும்!

சுரக்ஷா நகரின் முகவர்களே,

உங்கள் சமுதாத்திற்கு நீங்கள் தேவை. குப்பையும் மாசும் அச்சுறுத்தும் வண்ணம் பெருகிவருகிறது. நமது தெருக்கள், நமது காற்று நமது எதிர்காலம் இருளடைகிற. இது நடவடிக்கைக்கான அழைப்பு - உங்கள் கூட்டாளிகளை ஒன்று திரட்டுங்கள். செய்தியைப் பரப்புங்கள் மற்றும் தீர்வுகளை முன்வையுங்கள். விழிப்புணர்வு முகாம்கள் முதல் தூய்மைப்படுத்தும் இயக்கங்கள் வரை ஒவ்வொரு செயலும் முக்கியமானது. நோக்கம் தெளிவாக உள்ளது: சுரக்ஷா நகரின் பாதுகாப்பு மற்றும் தூய்மையை மீட்டெடுங்கள்.

நீங்கள் சவாலை எதிர்கொள்வீர்களா? நீங்கள் ஒரு மாற்றத்தை ஏற்படுத்தத் தயாராக இருந்தால், உங்கள் செயல் திட்டத்தை இப்போதே உருவாக்குங்கள்!



இலக்கு: சமுதாய நடவடிக்கை மற்றும் டிஜிட்டல் ஆதரவு மூலம் சுரக்ஷா நகரின் பாதுகாப்பு மற்றும் தூய்மையை மீட்டெடுங்கள்.

விழிப்புணர்வுக்காக 1 மாதம் + வாராந்திர 2 தூய்மைப்படுத்தும் இயக்கங்கள் + தொடர்ச்சியான சமூக ஊடக ஈடுபாடு.

<u>சுபம் – படைப்பாக்க வடிவமைப்பாளர்</u>

- கேன்வாவைப் பயன்படுத்தி சுவரொட்டிகளை வடிவமைக்க கற்றுக்கொள்ளுதல்.
- ஆன்லைனிலும் சமூகத்திலும் பகிர விளம்பர ஹேஷ்டேக்குடன் கண்கவர் காட்சிகளை உருவாக்குதல்.

<u>ரகிம் – ரீல் மேக்கர்</u>

- மாசு பிரச்சனை மற்றும் சமுதாய முயற்சிகளை எடுத்துக்காட்டும் குறுகிய ரீல்களை படமாக்கி எடிட் செய்தல்.
- விழிப்புணர்வை பரப்ப சமூக ஊடகங்களில் வீடியோக்களை இடுகையிடுதல்.

<u>சூசன் – சமுதாய இணைப்பாளர்</u>

- சுரக்ஷா நகர் செய்தியிடல் குழுவை நிர்வகித்தல்.
- அயலாரை அழைத்தல், புதுப்பிப்புகளைப் பகிர்தல், சுத்தம் செய்யும் நிகழ்வுகள் பற்றி அனைவருக்கும் நினைவூட்டல்.

<u>ஜஸ்ப்ரீத் – தி ஹேஷ்டேக் ஹீரோ</u>

- #CleanSuraksha ஹேஷ்டேக்கைக் கண்காணித்தல்.
- மக்கள் தங்கள் சொந்த தூய்மைப்படுத்தும் நடவடிக்கைகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளும்போது கூட்டு முயற்சியின் உணர்வை உருவாக்க ஹேஷ்டேக்கைப் பயன்படுத்த ஊக்குவித்தல்

<u>மீரா – சமூக ஊடக கேப்டன்</u>

- ஒரு சிறப்பு முகாம் பக்கத்தை உருவாக்கி இயக்குதல் (எ.கா., @CleanSuraksha).
- முன்னேற்றங்கள்களைப் பற்றிய புதுப்பிப்புகள், வெற்றிக் கதைகள் மற்றும் மக்கள் பங்களிப்பதற்கான வழிகளை தவறாமல் இடுகையிடுதல்.

<u>சித்தார்த் – ஆராய்ச்சியாளர் & தகவல் அளிப்பவர்</u>

- மாசு, கழிவு மேலாண்மை மற்றும் சுற்றுச்சூழலுக்கு ஏற்ற நடைமுறைகள் பற்றிய உண்மைகளைச் சேகரித்தல்.
- தினசரி வாழ்க்கையில் கழிவுகளைக் குறைப்பதற்கான தகவல் தரும் இடுகைகளை எழுதுதல் மற்றும் உதவிக்குறிப்புகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளுதல்.

<u>நூர் – நிகழ்வு ஏற்பாட்டாளர்</u>

- சுத்தப்படுத்தும் இயக்கங்கள் மற்றும் விழிப்புணர்வு நிகழ்வுகளைத் திட்டமிட்டு ஒருங்கிணைத்தல்.
- தன்னார்வலர்களுக்கு டிஜிட்டல் பதிவுப் படிவங்கள் மற்றும் அட்டவணைகளை உருவாக்குதல்

உங்கள் சொந்த பணியை வரையறுத்து, நீங்கள் அக்கறை கொள்ளும் ஒரு காரணத்தைச் சமாளிக்க ஒரு செயல் திட்டத்தை வடிவமைக்கவும்!

நோக்கம்:

இலக்கு:

காலக்கெடு

செயல்பாடுகள்

பணிகள் மற்றும் பொறுப்புகள்:

அத்தியாய மீள்பார்வை!

டிஜிட்டல் குடிமக்களாக நமக்கு உரிமைகள் மற்றும் மற்றவர்களின் உரிமைகள் கருத்துகள் மற்றும் தனியுரிமையை மதிப்பது போன்ற பொறுப்புகள் இரண்டும் உள்ளன.

இணையத்தை நன்மைக்காக ஒரு சக்திவாய்ந்த ஆற்றலாகப் பயன்படுத்தலாம்! உலகில் நாம் காண விரும்பும் மாற்றங்களுக்காக வாதிடவும் இதைப் பயன்படுத்தலாம்!

கற்றுக்கொள்ளவும் வளரவும், சமூகம் மற்றும் சக குழுக்களை உருவாக்கவும், மற்றவர்களுக்கு ஆதரவளிக்கவும் இணையம் பயன்படுத்தப்படலாம்!

எப்போதும் உங்களை நீங்களே கேட்டுக்கொள்ளுங்கள், எனது செயல்களும் வார்த்தைகளும் அன்பானவையா? அவை மரியாதைக்குரியவையா?

மாற்றம் வீட்டிலிருந்து தொடங்குகிறது! உங்கள் குடும்பத்தினருடனும் நண்பர்களுடனும் உரையாடல்களைத் தொடங்கலாம். பள்ளியில் ஒரு தூதராக மாறலாம். உங்களைச் சுற்றியுள்ள தீங்கு விளைவிக்கும் நடத்தையை அழைக்கலாம்.

நூல் பட்டியல்

அத்தியாயம் 1

- 88% குழந்தைகள் ஆன்லைன் வீடியோக்களைப் பார்க்கிறார்கள்- உலகளாவிய குழந்தைகள் ஆன்லைன் அறிக்கை MICA
- உலகின் முதல் வலைத்தளம்.
- எத்தனை வலைத்தளங்கள் உள்ளன?
- இணையத்தின் எடை.
- கூகிளைப் பயன்படுத்துபவர்களின் எண்ணிக்கை.
- இதுவரை உருவாக்கப்பட்டவற்றிலேயே முதல் எமோஜி.

அத்தியாயம் 2

- குடிமக்களுக்கான சைபர் பாதுகாப்பு விழிப்புணர்வு. சைபர் குற்ற போர்டல்.
- இந்த மோசடிகளுக்கு இரையாகாதீர்கள்! மோசடி செய்பவர்கள் உங்களை ஏமாற்றக்கூடிய 10 பொதுவான வழிகள்.
- தரவை மனதில் கொள்தல்: கற்பவர்களின் தனியுரிமை மற்றும் பாதுகாப்பைப் பாதுகாத்தல்.

அத்தியாயம் 3

- பல்வேறு வகையான கொடுமைப்படுத்துதல்
- சைபர் குற்றங்கள் என்றால் என்ன?
- தனியுரிமையை மதித்தல்
- கேச் மற்றும் குக்கிகள்:

அத்தியாயம் 4

- உப்பு உங்களை விஷமாக்காது என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். மற்றவை சரியாக இருக்கும்'
- வளங்கள் மற்றும் தவறான தகவல்களை மதிப்பீடு செய்தல்.
- அல்கோரிதம்கள்கள் எவ்வாறு செயல்படுகின்றன?
- AI எவ்வாறு செயல்படுகிறது? தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய அடிப்படைகள்.

அத்தியாயம் 5

- தேசிய சைபர் குற்ற அறிக்கையிடல் போர்டல்
- ஆன்லைன் வெறுப்பு மற்றும் பேச்சு சுதந்திரம்
- இந்தியாவின் ஐடி சட்டங்கள்
- நீலத் திமிங்கல சவால்

நூல் பட்டியல்

அத்தியாயம் 6

- மனநல வளங்கள்
- உங்கள் நேர பயன்பாட்டை சமநிலைப்படுத்த ஒரு உறுதிமொழியைத் திட்டமிடுதல்.
- மனநலப் பிரச்சினைகளுடன் போராடும் நண்பரை எவ்வாறு அடையாளம் கண்டு உதவுவது

அத்தியாயம் 7

- மலிஹா அபிதியுடன் பாதுகாப்பான நேர்காணல்
- சமூக சுகாதாரம் மற்றும் மேம்பாட்டை மேம்படுத்த இணைய அடிப்படையிலான கருவிகளைப் பயன்படுத்துதல்
- டிஜிட்டல் பாதுகாப்பு மற்றும் குடியுரிமைப் பாடத்திட்டம்