

સ્માર્ટ
સાવચેત
સશક્ત
દયાળુ
બહાદુર

પારિવારિક માર્ગદર્શિકા



ઇન્ટરનેટના નિષ્ણાત વપરાશકર્તા બનો.

પ્રિય માતાપિતા અથવા વાલી,

પહેલાં અમે શિક્ષકો માટે Be Internet Awesome નો અભ્યાસક્રમ બનાવ્યો હતો. ડિજિટલ સુરક્ષા અને નાગરિકતા વિશે શીખવવું એ આજના વર્ગખંડનો મહત્ત્વપૂર્ણ ઘટક છે, પરંતુ ઘર હંમેશાં કોઈપણ બાળકના શિક્ષણનો પાયો રહેશે અને સારી ઓનલાઇન આદતો તેનાથી અલગ નથી.

ટેકનોલોજીમાં ઝડપથી પરિવર્તન આવે છે અને અન્ય લોકોથી આગળ રહેવું એ જાતે એક પડકાર બની શકે છે. તમારા રોજિંદા જીવનમાં સારી ડિજિટલ આદતો કેળવવા અને તેનો અભ્યાસ કરવાનું વધુ સરળ બનાવવા માટે, અમે પરિવારો માટે આ માર્ગદર્શિકા બનાવી છે. અનેક સારી બાબતોને શામેલ કરતી આ માર્ગદર્શિકા તમને અને તમારા બાળકોને સાથે મળીને ઇન્ટરનેટના ઉપયોગમાં નિપુણતા વિશેના પાંચ ક્ષેત્રો વિશે ચર્ચા કરવામાં, જાણવામાં અને વિચારવામાં સહાય કરશે:

સ્માર્ટ, કાળજીપૂર્વક શેર કરો

સાવચેત, નકલીની જાળમાં ફસાશો નહીં

સશક્ત, તમારી ખાનગી માહિતીને સુરક્ષિત રાખો

દયાળુ, દયાળુ બનવું એ સારી વાત છે

બહાદુર, જ્યારે શંકા હોય, ત્યારે તેના વિશે વાત કરો

આ દરેક ક્ષેત્ર, દેશ અને દુનિયાની વધુને વધુ સ્કૂલમાં ઉપયોગમાં લેવાતા Be Internet Awesome પ્રોગ્રામનો મુખ્ય ઘટક છે. જો તમારા બાળકો સ્કૂલમાં Be Internet Awesome વિશે શીખતા હોય, તો આ માર્ગદર્શિકા તમને તેમની સાથે રહેવામાં અને તેઓ વર્ગખંડમાં જે શીખી રહ્યાં છે તેની વધુ સમજણ આપવામાં સહાય કરશે.

ઉદાહરણ તરીકે, InterInad જે Be Internet Awesome ની ક્રિયાપ્રતિક્રિયાત્મક ઓનલાઇન ગેમ છે, તેને ઘરે પણ રમી શકાય છે. વાસ્તવમાં, એ ગેમ કેવી રીતે રમવી તે તમને બતાવવાની અથવા તમારી સાથે રમવાની પણ તમારા બાળકોને મજા આવી શકે છે!

તમારા પરિવારને ઓનલાઇન સુરક્ષા અને નાગરિકતા વિશે જાણવામાં સહાય કરવા માટે, અમે આ માર્ગદર્શિકાને એકલા ઉપયોગમાં લઈ શકાતા સંસાધન તરીકે બનાવી છે. Interland-ની ગેમ ઉપરાંત પાંચ પાઠમાંથી પ્રત્યેક પાઠ માટે, તમને પારિવારિક ચર્ચાઓ અને પ્રવૃત્તિઓમાં ઉપયોગ કરવા માટે શબ્દભંડોળ અને વાતચીતના મુદ્દા તથા એવી પ્રવૃત્તિઓ જોવા મળશે જે તમને ઇન્ટરનેટના સુરક્ષિત અને સફળ ઉપયોગ માટે મજબૂત પાયો નાખવામાં સહાય કરશે.

પરિવારો માટેના Be Internet Awesome પ્રોગ્રામ પર ભેગા મળીને જાણકારી મેળવવાની મજા માણો!

આપની,

Be Internet Awesome

ટીમ અને ઇન્ટરનેટના નિયમિત વપરાશકર્તાઓ ❤️



Google





ઇન્ટરનેટના સ્માર્ટ વપરાશકર્તા બનો

04

કાળજીપૂર્વક શેર કરો



ઇન્ટરનેટના સાવચેત વપરાશકર્તા બનો

10

નકલીની જાળમાં ફસાશો નહીં



ઇન્ટરનેટના સશક્ત વપરાશકર્તા બનો

14

**તમારી ખાનગી માહિતીને
સુરક્ષિત રાખો**



ઇન્ટરનેટના દયાળુ વપરાશકર્તા બનો

18

દયાળુ બનવું એ સારી વાત છે



ઇન્ટરનેટના બહાદુર વપરાશકર્તા બનો

23

**જ્યારે શંકા હોય, ત્યારે તેના
વિશે વાત કરો**



Google

29

Family Link

કાળજીપૂર્વક શેર કરો

માહિતી ઓનલાઇન બહુ ઝડપથી ફેલાય છે અને થોડો
લાંબો વિચાર ન કર્યો હોય તો આપણે એવી
પરિસ્થિતિઓમાં મૂકાય શકીએ છીએ જેના પરિણામો
લાંબા સમય સુધી અસર કરી શકે છે.

આનો ઉપાય? આપણે જેમને ઓળખીએ છીએ અને
ખરેખર ઓળખતા નથી, તેવા લોકો સાથે કેવી રીતે
અને શું શેર કરવું તે જાણવું



લક્ષ્યો

- ✔ એ સમજવું કે કયા પ્રકારોની માહિતી શેર કરવી યોગ્ય છે અને કઈ માહિતીને ખાનગી – અથવા ફક્ત તમારા પરિવારમાં રાખવી જોઈએ.
- ✔ જ્યારે તમારા બાળકો એ વિચારતા હોય કે શું શેર કરવું અને કોની સાથે શેર કરવું, ત્યારે તેઓ શું કરી શકે તે વિશે પરિવાર તરીકે વાત કરવી.
- ✔ વિવિધ દૃષ્ટિકોણોથી પ્રાઇવસીને જોવાની રીત જાણવી.

તમે શરૂ કરો તે પહેલાં

આપણા પોતાના વિશે અને આપણા પરિવારો વિશે આપણે ઓનલાઇન શું શેર કરીએ છીએ અને શું નથી કરતા, તેના પર આપણી ઓનલાઇન પ્રાઇવસી મોટે ભાગે આધાર રાખે છે - ખાસ કરીને સોશિયલ મીડિયા પર. શું શેર કરવું યોગ્ય છે અને શું નથી તેની જાણકારી હોવી એ એવી મહત્ત્વપૂર્ણ કુશળતા છે, જે બાળકો પાસે હોવી જોઈએ. આ એવી કુશળતા છે જે આપણે બધા અભ્યાસ કરીને કેળવીએ છીએ અને ઘર એ શરૂઆત કરવા માટેનું શ્રેષ્ઠ સ્થાન છે.

એ કુશળતા કેળવવાની પ્રક્રિયાનો એક ભાગ એ છે કે તમામ પરિવારો પાસે હોય છે તેવા બે પ્રકારના શેરિંગ વિશે વિચારવું: આંતરિક (જે તમે માત્ર પરિવારના સભ્યો સાથે શેર કરો છો) અને બાહ્ય (જે તમે પરિવારની બહારના લોકો સાથે શેર કરો છો).

પરિવાર સાથે શેરિંગ:

ઘણા પરિવારો તેમના બાળકો સાથે ડિવાઇસ શેર કરે છે - માહિતી શોધવા માટે, દૂર રહેતા દાદા-દાદી કે નાના-નાની સાથે વાત કરવા માટે, ખરીદી કરવા માટે, ગેમ રમવા માટે અથવા માતાપિતા વ્યસ્ત હોય ત્યારે વીડિયો જોવા માટે. પરંતુ જ્યારે તમે ડિવાઇસ શેર કરો, ત્યારે શું શેર કરવામાં આવે છે તે સમજવું મહત્ત્વપૂર્ણ છે.

જો તે તમારું ડિવાઇસ હોય, તો તમે તમારા બાળકને તેમાંના સેટિંગ, સંપર્કો, પાસવર્ડ અને કેડિટ કાર્ડની માહિતીનો ઉપયોગ કરવાની પણ મંજૂરી આપી રહ્યાં છો અને તેમાંથી કેટલીક માહિતી તેમના જોવા, ઉપયોગ કરવા અથવા શેર કરવા માટે યોગ્ય ન પણ હોઈ શકે. એપ ડાઉનલોડ કરવા માટે અને માતાપિતાને એટલી ખાતરી ન હોય તેવી બાબતો માટે સાઇન અપ કરવા માટે, બાળકો માતાપિતાના ડિવાઇસનો ઉપયોગ કરે એવું બની શકે છે. ઉપરાંત, તમે એકબીજા સાથે પાસવર્ડ શેર કરવાની આદત પરિવારના સભ્યોને લગાડવા માગો છો કે કેમ તે વિશે એવિચારવું સારી વાત છે (કારણ કે અન્ય લોકો સાથે પાસવર્ડ શેર ન કરવા એ સારી વાત છે). બધી બાબતોને ધ્યાનમાં લીધા બાદ, અમે ઇચ્છીએ છીએ કે તમે આ માર્ગદર્શિકાનો ઉપયોગ માહિતગાર બનવામાં સહાય મેળવવા માટે કરી શકો

પરિવારની બહાર શેરિંગ:

આપણા ઓનલાઇન જીવનમાં આપણા રોજિંદા જીવનનું પ્રતિબિંબ જોવા મળે છે: એવી વ્યક્તિગત અને પારિવારિક માહિતી હોય છે, જેને પરિવારની બહારના લોકોએ જાણવાની ખરેખર કોઈ જરૂર નથી. આ માત્ર પાસવર્ડ અને સરનામા વિશેની વાત નથી, તેમાં આવી માહિતી શામેલ છે – જેમકે તમે ક્યારે અને ક્યાં વેકેશન પર જઈ રહ્યાં છો અથવા પરિવારમાં હવે પછી કોને બાળક આવવાનું છે.

તમે કદાચ વધુ ઉદાહરણો વિચારી શકો છો, પરંતુ માત્ર તમે શરૂઆત કરી શકો તે માટે, આ પાઠ માટેનો શબ્દસંડોળ જુઓ અને પછી અમારા પ્રાઇવસી સંબંધિત ચાર પરિદૃશ્યોમાં ઝંપલાવો. તમારા પરિવાર સાથે અભ્યાસ કરો જેથી શું શેર કરવું સારું છે (અને નથી), તે વિશે દરેક વ્યક્તિ યોગદાન આપી શકે.

શબ્દસંડોળ

ઓનલાઇન પ્રાઇવસી

એક વ્યાપક શબ્દસમૂહ કે જેનો સામાન્ય રીતે અર્થ થાય છે તમે પોતાના વિશેની કઈ માહિતી ઓનલાઇન શેર કરો અને કોણ તેને જોઈ શકે તથા શેર કરી શકે તેનું નિયંત્રણ કરવાની ક્ષમતા.

ડિજિટલ ફૂટપ્રિન્ટ

(અથવા ડિજિટલ હાજરી)

તમારા વિશે ઓનલાઇન જોવા મળતી બધી માહિતી એ તમારી ડિજિટલ ફૂટપ્રિન્ટ છે. આનો અર્થ ફોટા, ઓડિયો, વીડિયો અને ટેક્સ્ટથી માંડીને તમે મિત્રોની પ્રોફાઇલ પર પોસ્ટ કરેલી “પસંદ” અને કોમેન્ટમાંથી કશું પણ થઈ શકે છે. જ્યારે તમે ચાલો ત્યારે જે રીતે જમીન પર તમારા પગલાંની છાપ પડે છે, તે જ રીતે તમે જે કંઈ ઓનલાઇન પોસ્ટ કરો તેની નિશાની પણ રહી જાય છે.

પ્રતિષ્ઠા

બીજા લોકોને તમારા વિશે હોય તે વિચારો, મંતવ્યો, છાપ અથવા માન્યતાઓ; જેના વિશે તમને પૂરી ખાતરી ન હોઈ શકે, પણ સામાન્ય રીતે તમે તેમાં સારા કે સકારાત્મક લાગવા ઇચ્છતા હો.

વ્યક્તિગત માહિતી

માહિતી જેનાથી કોઈ ચોક્કસ વ્યક્તિને ઓળખી શકાતી હોય. ઉદાહરણ તરીકે, તમારું નામ, શેરીનું સરનામું, ફોન નંબર, આધાર કાર્ડ નંબર, ઇમેઇલ એડ્રેસ વગેરેને વ્યક્તિગત (અથવા સંવેદનશીલ) માહિતી કહેવાય છે. આ પ્રકારની માહિતી ઓનલાઇન શેર કરતા પહેલાં ખરેખર કાળજીપૂર્વક વિચારો.

વધુ પડતું શેરિંગ

ઓનલાઇન ખૂબ વધારે શેર કરવું - સામાન્ય રીતે તેનો અર્થ થાય છે કે ખૂબ વધારે વ્યક્તિગત માહિતી અથવા અમુક પરિસ્થિતિમાં કે ઓનલાઇન વાતચીત દરમિયાન પોતાના વિશે બહુ વધારે પડતી બાબતો શેર કરવી.

સેટિંગ

કોઈપણ ડિજિટલ પ્રોડક્ટ, એપ, વેબસાઇટ વગેરેમાં આ એ વિસ્તાર છે જ્યાં તમે તમારા પ્રાઇવસી સેટિંગ સહિત - તમે શું શેર કરો અને તમારું એકાઉન્ટ કેવી રીતે હેન્ડલ થાય તે નિર્ધારિત અથવા તેની ગોઠવણ કરી શકો છો.

પારિવારિક પ્રવૃત્તિ

પરિદૃશ્ય ૧

પ્રાઇવસી સંબંધિત પરિદૃશ્યો: તમે શું કરશો?

તમે દાદા-દાદી કે નાના-નાનીને મળવા જવા માટે જે ટ્રિપનું આયોજન કર્યું છે, તેના માટે તમારા બાળકો ખરેખર ઉત્સાહિત છે અને તમે પણ છો. તેમાંથી એક બાળક તમારી સોશિયલ મીડિયા પ્રોફાઇલ પર ટ્રિપ વિશે પોસ્ટ કરવા માટે તમારા સ્માર્ટફોનનો ઉપયોગ કર્યો - તમે ક્યારે અને ક્યાં જવાના છો, ફોટા પોસ્ટ કરીને દાદા-દાદી કે નાના-નાની સહિત દરેક વ્યક્તિને - પોસ્ટમાં "ટૅગ કરી". શું તમે...

- તેમને પોસ્ટ ડિલીટ કરવા માટે કહેશો કારણ કે સોશિયલ મીડિયામાં વેકેશનની તારીખો અને સ્થાનો પોસ્ટ કરવા એ સમજદારી વિનાનું કાર્ય છે કારણ કે મૂળ રીતે તો તેઓ "દુનિયાને કહી રહ્યાં છે" કે તે સમયે ઘરે કોઈ નહીં હોય?
- તેમને પૂછશો કે શું તેમને તેમના દાદા-દાદી કે નાના-નાની પાસેથી પરવાનગી મળી છે કે તે ફોટા પોસ્ટ કરવામાં અને સોશિયલ મીડિયા પર તેમને ટૅગ કરવામાં આવે તો ચાલશે? ઓનલાઇન જે કોઈપણ વ્યક્તિનો ફોટોગ્રાફ તેઓ પોસ્ટ કરે અને જેના વિશે વાત કરે, પોસ્ટ કરતા પહેલાં હંમેશાં તે વ્યક્તિની પરવાનગી લેવાનું તેમને યાદ અપાવશો? તેમને કહેશો કે જો તેમને ખાતરી ન હોય કે કંઈક ઓનલાઇન શેર કરવું યોગ્ય છે કે નહીં, તો તેઓ હંમેશાં તમારી પાસે આવીને તમને પૂછી શકે છે?

માતાપિતા માટે માર્ગદર્શન: પરિવાર તરીકે વાત કરવા માટે આ બધી બાબતો સારી છે. તમે કદાચ તમારા બાળકોને પહેલેથી જ કહી રહ્યાં છો કે ઘરે કોઈ નથી એ વાતની જાણ દુનિયાને કરવી એ સારો વિચાર નથી, પરંતુ બાળકો માટે એ સમજવું પણ મહત્વપૂર્ણ છે કે પોતાના વિશે શું સાર્વજનિક રીતે શેર કરવામાં આવે છે, તે માટે દરેક વ્યક્તિને માફક આવતું લેવલ અલગ અલગ હોય છે.

પરિદૃશ્ય ૨

તમારા બહેને હમણાં જ પરિવાર સમક્ષ ઘોષણા કરી છે કે તેઓ ગર્ભવતી છે અને તમારા બાળકો રોમાંચિત છે કે તેમનો નાનો પિતરાઈ ભાઈ કે બહેન હશે. તમારું સૌથી મોટું બાળક તમને કહે છે કે તેણે તેના કુઈ અને કુઆનો ફોટો એ સમાચાર સાથે પોસ્ટ કર્યો છે કે તેમને બાળક થવાનું છે, પરંતુ તમારી બહેનનો ટેક્સ્ટ સંદેશ મળ્યા પછી જ તમને આ વાત સાંભળવા મળે છે: "અરે, મમ્મી અને પપ્પાને કેવી રીતે ખબર પડી કે હું ગર્ભવતી છું? મેં તો તેમને હજી સુધી કહ્યું પણ નથી!". શું તમે...

- તમારા બાળકો સાથે વાત કરશો કે બાળકનો જન્મ થવો એ કેવી રીતે અદ્ભૂત બાબત છે, પણ સાથે તે ખૂબ જ વ્યક્તિગત માહિતી પણ છે... તમે જાણો છો કે તેઓ ઉત્સાહિત છે, પરંતુ ગર્ભવતી વ્યક્તિએ એ નક્કી કરવાનું છે કે તેઓ ક્યારે, કેવી રીતે અને કોની સાથે આ સમાચાર શેર કરશે?
- તમારા દીકરાને (અને તમારા બધા બાળકોને) કહેશો કે તમે જાણો છો કે નુકસાન પહોંચાડવાનો તેનો કોઈ ઈરાદો ન હતો, પરંતુ તેણે તરત જ પોસ્ટ કાઢી નાખવાની અને કુઈની પરવાનગી વગર તેમના વિશે કંઈક પોસ્ટ કરવા બદલ માફી માગવા માટે કોલ કરવાની જરૂર છે?

- સોશિયલ મીડિયા પર શેર કરવા યોગ્ય માહિતીના પ્રકારો વિશે પરિવાર તરીકે વાત કરો અને શું ઉચિત છે તેની ચર્ચા કરશો: તમારા પરિવારના નજીકના સભ્યોમાં, અન્ય સંબંધીઓ સાથે, મિત્રો સાથે, દરેક વ્યકિત સાથે.

માતાપિતા માટે માર્ગદર્શન: યોગ્ય પરિસ્થિતિઓ આવે ત્યારે બસ આ ચર્ચાઓ કરવી લાભદાયક છે; તમારે તે તમામને એક જ સમયે આવરી લેવા માટે ઉતાવળ કરવાની જરૂર નથી. આ વાતો વધારે પડતી ન હોવી જોઈએ. મોટાભાગના પરિવારો તેમના બાળકોને પ્રાઇવસીનો આદર કરતા શીખવે છે તેના કરતાં આ પાઠ બહુ અલગ નથી - આ માર્ગદર્શિકાનું એક લક્ષ્ય એ બતાવવાનું છે કે એ પાઠ ટેકનોલોજીના ઉપયોગ પર પણ કેવી રીતે લાગુ થાય છે.

પરિદ્રશ્ય 3

તમે રાતના ભોજનની યોજના બનાવી રહ્યાં છો અને પમાં ધોરણમાં ભણતી તમારી દીકરી તમને કહે છે કે તેણે પોતાનું તમામ ગૃહકાર્ય પૂરું કરી લીધું છે અને તે “આ ગેમ રમવા માટે રાહ જોઈ શકતી નથી” જેના વિશે તેના બધા મિત્રોનું કહેવું છે કે તેણે બસ એને રમવાની જરૂર છે. તે તમને તમારા ટેબ્લેટ પર એપ ડાઉનલોડ કરવાની અને રાતના ભોજનના સમય સુધી રમવા દેવાની મંજૂરી આપવા માટે વિનંતી કરે છે. ધ્યાનમાં રાખવા જેવી કેટલીક બાબતો:

- તમે તેના દ્વારા તમારા ટેબ્લેટના ઉપયોગ માટે પાયાના નક્કર નિયમો નિર્ધારિત કર્યાં છે, જેમાં પાસવર્ડ ન બદલવા, સંપર્કોને કોલ ન કરવો અથવા તમારી પરવાનગી વિના એપ ડાઉનલોડ ન કરવી શામેલ છે. તે તમારા ટેબ્લેટ પર શું કરવા માંગે છે તે વિશે તેણે તમારી સાથે ક્યારેય બેઈમાની કરી નથી, તેથી તમે તેને કહો છો કે તે ગેમ ડાઉનલોડ કરીને રમી શકે છે.
- તમને ખાતરી નથી કે તેના મિત્રો જે બધી ગેમ રમે છે એ તેના માટે યોગ્ય છે, તેથી તમે તેને કહો છો કે તે ગેમ ડાઉનલોડ કરી શકે છે, પરંતુ તેણે રાતનું ભોજન પૂરું થવા સુધી રાહ જોવી પડશે, જેથી તમે તે ગેમ જોઈ અને ખાતરી કરી શકો કે તે તેના માટે રમવા યોગ્ય છે.
- તમને લાગે છે કે તેના માટે તે ગેમ ડાઉનલોડ કરવી યોગ્ય છે, પરંતુ તમારા પરિવારે સ્માર્ટ શેરિંગ આદતો કેળવવાનું નક્કી કર્યું છે, તેથી તમે પાસવર્ડ શેર કરતા નથી - એકબીજા સાથે પણ. તેથી તમે તેને તમારું ટેબ્લેટ લાવવા કહો છો, જેથી તમે એને તેના માટે અનલોક કરી શકો.
- તે તમારો પાસવર્ડ જાણે છે પરંતુ તમે તે ગેમ વિશે વધુ જાણવા માંગો છો, તેથી તમે તેને રાતનું ભોજન પૂરું થવા સુધી રાહ જોવા કહો છો. તમે તેના પર વિશ્વાસ કરો છો કે ત્યાં સુધી તે બીજું કંઈક કરશે.

માતાપિતા માટે માર્ગદર્શન: આમાંથી શ્રેષ્ઠ વિકલ્પ કયો છે તે સંપૂર્ણપણે તમારા પરિવાર પર અને ઓનલાઇન અનુભવોને સલામત અને ડિવાઇસને સુરક્ષિત રાખવા માટે, તમે નિર્ધારિત કરેલા “ઘર માટેના નિયમો” પર આધાર રાખે છે. જો તમે હજી સુધી પાસવર્ડ, ડિવાઇસ શેરિંગ, એપ ડાઉનલોડિંગ અને ગેમપ્લે વિશે પોલિસીઓ સેટ ન કરી હોય, તો કદાચ આમાંથી કોઈ એક વિકલ્પને અજમાવવાથી તમારા પોતાના “ઘર માટેના નિયમો”ના પાયા નાખવામાં સહાય મળશે.

પરિદ્રશ્ય 4

તમારી દીકરી તમારી પાસે આવે છે અને તમને કહે છે કે સ્કૂલમાં એક છોકરી છે જેણે તેની ખાસ સહેલી વિશે સોશિયલ મીડિયામાં એવું કંઈક પોસ્ટ કર્યું હતું જે સાચું હતું, પરંતુ તે ખાનગી વાત હતી અને તે પોસ્ટ તેને ખરેખર શરમજનક લાગી. તમારી દીકરીએ કહ્યું કે તેને તેની સહેલી માટે ખરેખર દુઃખ થયું. શું તમે:

- આગલી વખતે જ્યારે આખો પરિવાર ભેગો હોય, ત્યારે આ પરિસ્થિતિ વિશે વાત કરશો અને પૂછશો કે પરિવારના દરેક સભ્ય અનુસાર ઓનલાઇન અને ઓફલાઇન બન્ને માટે “પ્રાઇવસી”નો અર્થ શું છે? પોતાની પ્રાઇવસી જેટલો જ આદર અન્ય લોકોની પ્રાઇવસીનો કરવો શા માટે મહત્ત્વપૂર્ણ છે?
- શું તમારી દીકરીની સહેલી એવું ઇચ્છે છે કે તમારી દીકરી તે છોકરીને પોસ્ટ કાઢી નાખવા કહે અને તેમ કરવા માટેનું કારણ પણ તે છોકરીને જણાવે, તે વાત તમારી દીકરી જાણવા માગે છે કે નહીં એ તમારી દીકરીને પૂછશો (અને હા, તમારી દીકરીને એ પણ ચોક્કસ પૂછશો કે તેને આમ કરવાનું ફાવશે)?

ઉપરના બંને વિકલ્પો અજમાવશો?

માતાપિતા માટે માર્ગદર્શન: જીવનના ઘણા મહત્ત્વના પાઠ છે, જે સોશિયલ મીડિયા પર શીખી શકાય છે. વાસ્તવિક જીવનની જેમ જ, પરિવાર તરીકે નકારાત્મક પરિસ્થિતિઓની ચર્ચા કરવાથી અને આગળના પગલાં માટે સાથે મળીને કામ કરવાથી, તેને બાળકો માટે અર્થપૂર્ણ પાઠ શીખવાની તકમાં ફેરવી શકાય છે. Mindful Mountain



Mindful Mountain

ઓકે. તમારી પાસે માહિતી તથા શેરિંગ માટે જરૂરી ઝડપ છે. પરંતુ તમે અહીંથી દૂર જઈને સમગ્ર ઇન્ટરનેટ પર શરૂઆત કરો, તે પહેલાં ચાલો આપણે તેમાંથી થોડા સારા જ્ઞાનની કસોટી કરીએ, ચાલશે ને? Interland ના પહાડી શહેરનું કેન્દ્ર સ્થાન જ્યાં દરેક વ્યક્તિ હળેભળે છે અને એકબીજાના સંપર્કમાં આવે છે, તે તમારી નવી કુશળતા બતાવવા માટેનું શ્રેષ્ઠ સ્થાન છે.

પરંતુ તમે શું શેર કરો છો અને કોની સાથે, તેના વિશે તમારો ઈરાદો મક્કમ હોવો જોઈએ. માહિતી પ્રકાશની ગતિએ ફેલાય છે... અને તમને ખબર છે કે ઇન્ટરનેટના નિયમિત વપરાશકર્તાઓમાં કોઈ વધુ પડતું શેર કરવાવાળી વ્યક્તિ પણ શામેલ છે.

તમારા ડેસ્કટોપ અથવા મોબાઇલ ડિવાઇસ પર વેબ બ્રાઉઝર ખોલો અને g.co/MindfulMountainની મુલાકાત લો

નકલીની જાળમાં ફસાશો નહીં

બાજકો ઓનલાઇન જે જુએ છે તે હંમેશાં સાચું, વાસ્તવિક અથવા વિશ્વસનીય હોતું નથી, એ બાબતથી તેમને વાકેફ થવામાં સહાય કરવી એ મહત્ત્વપૂર્ણ છે. શું અસલી છે અને શું નકલી, તે જાણવું ઓનલાઇન સુરક્ષા અને નાગરિકતા માટે મહત્ત્વપૂર્ણ છે.



લક્ષ્યો

- ✔ એ સમજવું કે કંઈક ઓનલાઇન છે, બસ તેથી તેનો અર્થ એ નથી કે તે સાચું છે.
- ✔ એ જાણવું કે ઓનલાઇન શોધ કેવી રીતે કાર્ય કરે છે અને વેબ પર માહિતી અને અન્ય કન્ટેન્ટ શોધતી વખતે વિવેચનાત્મક વિચારશૈલીનો ઉપયોગ કરવો શા માટે મહત્ત્વપૂર્ણ છે.
- ✔ શોધ પરિણામો, વેબસાઇટ અને માહિતીના અન્ય સોર્સના મૂલ્ય વિશે વિચારવું અને ખોટી માહિતી, “બનાવટી સમાચાર” અને જૂઠાણા અંગે સાવચેત રહેવું.

તમે શરૂ કરો તે પહેલાં

ઓનલાઇન શોધ એ રોજિંદા જીવનનો મહત્ત્વપૂર્ણ ભાગ છે. અને તે કુદરતી રીતે પારિવારિક જીવનનો પણ ભાગ બની જાય છે - બાળકો સ્કૂલ જવાનું શરૂ કરે તેના ઘણાં સમય પહેલાંથી જ. શોધ પરિણામો વિશે અને શોધ એન્જિન કેવી રીતે કામ કરે છે તેના તમામ પાસાં વિશે વિચારતા શીખવું એ પરિવારો સાથે મળીને શીખી શકે તેવી સૌથી મૂળભૂત અને ઉપયોગી કુશળતા પૈકીની એક છે.

“શોધ” શું છે?



વેબ પર શોધવાથી લોકોને માહિતીની ગોઠવણી કરતા શોધ એન્જિનનો ઉપયોગ કરીને માહિતી ઓનલાઇન શોધવાની મંજૂરી મળે છે, જે તેને શોધવાનું વધુ સરળ અને ઝડપી બનાવે છે. મોટાભાગના આધુનિક ડિવાઇસમાં શોધ કરવાની ક્ષમતા હોય છે, પરંતુ સાચું, ખોટું અથવા વિશ્વસનીય શું છે તે આપણને જણાવવાની ક્ષમતા તેમાં હોતી નથી - તે નક્કી કરવા માટે મનુષ્યની બુદ્ધિમતા હજી પણ શ્રેષ્ઠ ટેકનોલોજી છે. તેમ છતાં, ઇન્ટરનેટ પર “વાસ્તવિકતાની તપાસ” કરવા માટેની કુશળતા કેળવવા માટે થોડી તાલીમની જરૂર પડે છે. શબ્દબંદોળ વિભાગ પછીની પ્રવૃત્તિ જુઓ - તે તમારા પરિવારને નિયમિત ઓનલાઇન શોધકર્તાઓ બનવામાં સહાય કરશે!

શબ્દભંડોળ

શોધ એન્જિન

પ્રોગ્રામ જે વપરાશકર્તાની ફવેરી સાથે મેળ ખાતી માહિતીને ડેટાબેઝમાં શોધ છે અને ઓળખે છે.

વેબ કોલર

તેને “બોટ” પણ કહેવાય છે - શોધ એન્જિનના સોફ્ટવેરની અંદર ચાલતો પ્રોગ્રામ જે શોધ બોક્સમાં તમારી ફવેરીનો જવાબ આપવા માટે, તેણે મુલાકાત લીધેલી તમામ સાઇટ અને ડેટાબેઝ પરના કન્ટેન્ટની ગોઠવણી કરવા અથવા તેને “અનુક્રમિત” કરવા માટે, ઇન્ટરનેટ પર સતત “ઢોલ કરે છે”.

વર્ચ્યુઅલ આસિસ્ટન્ટ

બસ વેબ કોલરની જેમ જ, વર્ચ્યુઅલ આસિસ્ટન્ટ શોધના ડેટાબેઝ, વપરાશકર્તાની માહિતી અને અન્ય વેબસાઇટમાંથી માહિતી મેળવે છે જેથી પ્રશ્નોના ઓટોમેટિક રીતે જવાબો આપીને, આદેશો (જેમકે તમારા નવા મિત્રના ઘરે જવા માટે દિશાનિર્દેશો આપવા) અનુસરીને અથવા સામાન્ય કાર્યો (જેમકે ગીત વગાડવું) કરીને જીવનને થોડું સરળ બનાવવા માટે સહાય કરી શકે.

શોધ પરિણામો

કોઈ વ્યક્તિ જે શોધે છે તેના જવાબમાં શોધ એન્જિનના પેજ પર પ્રસ્તુત કરવામાં આવતી વેબસાઇટ અને અન્ય સંસાધનોની સૂચિ.

સલામત શોધ

એવી સુવિધા જેને માતાપિતા શોધમાંથી અનુચિત લાગતા કન્ટેન્ટને ફિલ્ટર કરવા માટે ચાલુ કરી શકે છે; તેને કોઈપણ સમયે ચાલુ અથવા બંધ કરી શકાય છે.

ખોટી માહિતી

ખોટી, બનાવટી, ગેરમાર્ગે દોરતી અથવા અચોક્કસ માહિતી.

ભ્રામક માહિતી

ખોટી માહિતી (ઉપર જુઓ) કે જેનો હેતુ ઈરાદાપૂર્વક લોકોને ગેરમાર્ગે દોરવા અથવા છેતરવાનો છે, જેમાં રાજકીય વિરોધી અથવા અન્ય સરકાર દ્વારા કરવામાં આવતા પ્રચારનો સમાવેશ થાય છે.

ચકાસણી કરી શકાય તેવું

એવું કંઈક કે જે સાચું અથવા ખરું છે તેવું બતાવી અથવા સાબિત કરી શકાતું હોય.

છેતરામણું

અસત્ય; ક્રિયા અથવા સંદેશ કે જેની રચના કોઈ વ્યક્તિને મૂર્ખ બનાવવા, ચુકિતપૂર્વક છેતરવા કે ગેરમાર્ગે દોરવા માટે કરવામાં આવી હોય.

જૂઠાણું

વ્યક્તિ અથવા લોકો દ્વારા અન્ય વ્યક્તિ અથવા પરિસ્થિતિને અયોગ્ય રીતે, અપ્રમાણિક રીતે અથવા ધમકી આપીને નિયંત્રિત અથવા પ્રભાવિત કરવામાં આવતી. જૂઠાણાનો અર્થ એવી માહિતી, ડેટા અથવા છબીઓ પણ થઈ શકે છે કે જેમાં ફેરફાર કરવામાં આવ્યો હોય અથવા જેને સંદર્ભથી વિપરીત પ્રસ્તુત કરવામાં આવી હોય જેથી તમે જે સાચું ન હોય તેને સાચું માની લો.

પારિવારિક

પ્રવૃત્તિ

વેબ પર સ્માર્ટ શોધકર્તાઓ બનવું

- પરિવાર તરીકે, ટેબ્લેટ અથવા કમ્પ્યુટર (મોબાઇલ ફોન પણ ચાલશે - બસ દરેક વ્યક્તિ માટે એકસાથે સ્ક્રીન જોવી વધુ મુશ્કેલ બની શકે છે) સામે એકસાથે બેસી અને તમારા મનપસંદ શોધ એન્જિનના હોમ પેજ પર જાઓ.
- સલામત શોધ સુવિધા ચાલુ છે કે નહીં તે ચેક કરો. (તે સામાન્ય રીતે તમારા શોધ એન્જિનના “સેટિંગ” અથવા “પસંદગીઓ” માં જોવા મળે છે.)
- તમારા બાળકને જેમાં રુચિ હોય તે વિષય પસંદ કરો (નિષ્ણાત એથલીટ, તેમનું મનપસંદ કાર્ય, અભિનેતા અથવા મ્યુઝિક ક્ષેત્રના કલાકાર, તેમને ખૂબ જ ગમતી ફિલ્મ અથવા લેખક વગેરે) અને તેને શોધ બોક્સમાં ટાઇપ કરો.

ટોચ પર દેખાતા પરિણામોમાંથી અને અમુક પેજ પછી જોવા મળતા પરિણામો એ બન્નેમાંથી, વિવિધ પરિણામો પર ક્લિક કરો. ટોચના પરિણામો અને તેની સરખામણીમાં અમુક પેજ પછી જોવા મળવા મળતા પરિણામો વિશે તેઓ કેવું અનુભવે છે તે પૂછો. શું તેઓ બન્નેમાંથી એક કરતાં બીજા પર વધુ વિશ્વાસ કરે છે? શા માટે અથવા શા માટે નહીં?

- શું એવું કોઈ પરિણામ છે જેના પર તમે અથવા તમારા બાળકો ક્લિક કરતા નથી? શા માટે? (શું તે “પ્રાયોજિત” પરિણામો અથવા જાહેરાતો છે? તમે તેના પર શા માટે ક્લિક કરશો/કરશો નહીં? શું એવા સોર્સ છે જેને તમે ટાળો છો? શા માટે?)
- માહિતીના સોર્સ અને ક્વોલિટી, સાઇટ પરના “વિશે” પેજ વગેરે અંગે વાત કરો.
- તમે એકબીજાને પૂછી શકો એવા કેટલાક પ્રશ્નોના ઉદાહરણો અહીં આપ્યા છે: જો તમે કોઈ લોકપ્રિય કલાકાર અથવા એથલીટ વિશે શોધ્યું હોય, તો શું એ કન્ટેન્ટ (અને કદાચ પ્રાયોજક અથવા યાહકની સાઇટ) સકારાત્મક છે? જો માહિતી નકારાત્મક અથવા આલોચનાભરી હોય, તો શું તમે આલોચનાના સોર્સ વિશે વધુ જાણી શકો છો? (“અમારા વિશે” પેજ, સાઇટના માલિકના બેકગ્રાઉન્ડ અથવા ઓળખપત્રો વિશેની માહિતી?) સકારાત્મક હોય કે નકારાત્મક, શું તમે કહી શકો છો કે આ સોર્સ ખરેખર જાણે છે કે તેઓ શું વાત કરી રહ્યાં છે અથવા માત્ર કોઈ અભિપ્રાય શેર કરી રહ્યાં છે? જો તે સમાચારની સાઇટ હોય, તો શું તે જાણીતી સાઇટ છે જેનો તમે વિશ્વાસ કરી શકો છો એવું તમને લાગતું હોય? જો તેમ ન હોય તો, તે સંતુલિત રીતે માહિતી રજૂ કરવાનો પ્રયાસ કરે છે તેવું લોકોને લાગે છે કે નહીં તે જાણવા માટે, તમારે કદાચ વધુ માહિતી શોધવાનું વિચારવું જોઈએ.
- પરિવાર તરીકે, તમે ચોક્કસપણે તમારા પોતાના પ્રશ્નો વિચારી શકો છો - પ્રશ્નો સારા હોય છે! ઓનલાઇન શોધમાં આપણે જે શોધીએ છીએ તેના તમામ પાસાં વિશે વિચારવું એ ડિજિટલ સાક્ષરતાનો પાયો છે અને ઓનલાઇન સુરક્ષિત રહેવાનું પહેલું મુખ્ય પગલું છે.



ઇન્ટરનેટના સાવચેત વપરાશકર્તા બનો

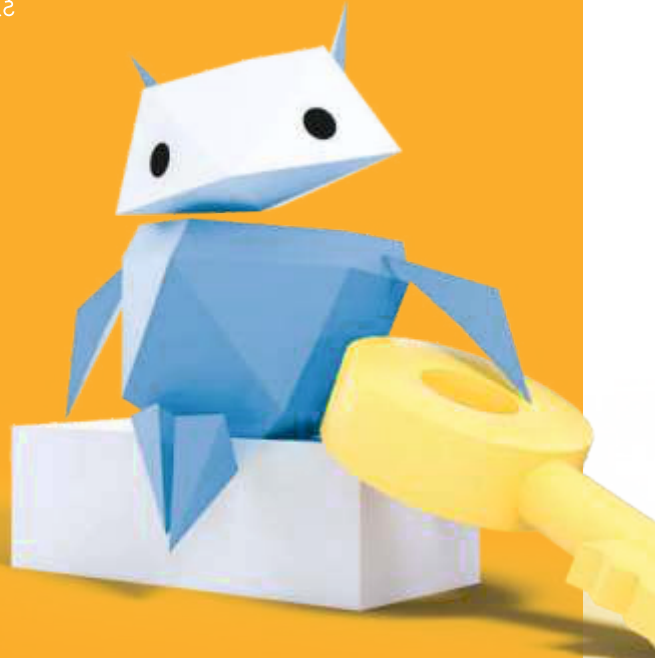
Reality River

હવે જ્યારે તમે ઓનલાઇન સાવચેત કેવી રીતે રહેવું તે શીખી લીધું છે, તો તમારી કુશળતાનું પરીક્ષણ કરો. Interlandમાંથી પસાર થતી નદી સાથે વાસ્તવિક અને કાલ્પનિક વસ્તુઓ વહે છે. પરંતુ વસ્તુઓ જેવી લાગે છે, તેવી હંમેશાં હોતી નથી. ઝડપી પ્રવાહ પાર કરવા માટે, તમારી નિર્ણયશક્તિનો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ કરો.

તમારા ડેસ્કટોપ અથવા મોબાઇલ ડિવાઇસ પર વેબ બ્રાઉઝર ખોલો અને g.co/RealityRiverની મુલાકાત લો

તમારી ખાનગી માહિતીને સુરક્ષિત રાખો

તમારી માહિતી, એકાઉન્ટ અને ડિવાઇસની સુરક્ષા તમારી પ્રાઇવસી જેટલી જ મહત્વપૂર્ણ છે. સશક્ત પાસવર્ડ અને તેને શેર ન કરવાની પ્રતિબદ્ધતા તમારા પરિવારના ડિવાઇસ, ઓળખ, પ્રતિષ્ઠા અને સંબંધોને સુરક્ષિત રાખવા માટે મહત્વપૂર્ણ છે.



લક્ષ્યો

- ✔ ડિજિટલ સુરક્ષા કેમ મહત્ત્વપૂર્ણ છે અને સુરક્ષા કેવી રીતે કરવી તે સમજવું.
- ✔ સશક્ત પાસવર્ડ બનાવવાની રીત જાણવી.

તમે શરૂ કરો તે પહેલાં

શું તમને ખબર હતી કે 2017 માં, લોકો દ્વારા સૌથી વધુ ઉપયોગમાં લેવાયેલા બે પાસવર્ડ “123456” અને “password” હતા? પાસવર્ડ આપણી વ્યક્તિગત સલામતી, ડિવાઇસ, ઓળખ, પ્રતિષ્ઠા અને સંબંધોનું રક્ષણ કરે છે અને નબળા પાસવર્ડ ગુનેગારો માટે આપણી માહિતી મેળવવાનું સરળ બનાવે છે. આપણે આપણા બાળકોને શીખવી શકીએ તેવી સૌથી મૂળભૂત બાબતોમાંથી એક છે સશક્ત પાસવર્ડ બનાવવાની રીત.

આપણા પાસવર્ડને સશક્ત બનાવવા અને રાખવા માટેની શ્રેષ્ઠ ટિપ આ છે:

- તેને યાદ રાખી શકાય તેવા બનાવો, પરંતુ જન્મદિવસો અથવા પાણેલાં પ્રાણીઓના નામ જેવી વ્યક્તિગત માહિતીનો ઉપયોગ કરવાનું ટાળો.
- અપરકેસ અને લોઅરકેસ અક્ષરો, પ્રતીકો અને અંકોના સંયોજનનો ઉપયોગ કરો.
- આવી રીતે @ક્ષરોને પ્રતીકો @ને અંકોથી બંધો (આના બે ફાયદા છે: પ્રોગ્રામ દ્વારા પાસવર્ડ ક્રેક કરવાનું વધુ મુશ્કેલ બનાવવાની સાથેસાથે તે પાસવર્ડને યાદ રાખવા માટે સરળ બનાવે છે)
- આઠ કે તેથી વધુ અક્ષરો - પાસવર્ડ જેટલો લાંબો, એટલો વધુ સારો. તેને સ્વિચ કરો - વિવિધ સાઇટ અને ડિવાઇસના સમૂહ માટે એક જ પાસવર્ડનો ઉપયોગ કરશો નહીં, પરંતુ તમે વિવિધ એકાઉન્ટ માટે એક જ પાસવર્ડના ભિન્ન રૂપો બનાવી શકો છો.
- તમારા ડિવાઇસ પર હંમેશાં સ્ક્રીનલોકનો ઉપયોગ કરો.
- પાસવર્ડ મેનેજરનો ઉપયોગ કરવાનું વિચારી જુઓ: એવી એપ અથવા સાધન કે જે તમે એક કે બે પાસવર્ડ ભૂલી જાઓ તેવા કિસ્સા માટે, તમારા પાસવર્ડનો ટ્રેક રાખે છે (મોટાભાગના વર્તમાન બ્રાઉઝરમાં સુરક્ષા સુવિધા હોય છે જે તમારા માટે આ કામ કરશે).

શબ્દસંડોળ

સુરક્ષા

લોકોના ડિવાઇસ અને સોફ્ટવેર તથા તેના પરની માહિતીનું રક્ષણ કરવું.

પાસવર્ડ અથવા પાસવોર્ડ

કંઈક એક્સેસ કરવા માટે, ઉપયોગમાં લેવાતું અક્ષરો, અંકો અને પ્રતીકોનું ગુપ્ત સંયોજન. તે વિવિધ સ્વરૂપો લઈ શકે છે; ઉદાહરણ તરીકે તમારી પાસે, તમારા ફોન અથવા ટેબ્લેટને લોક કરવા માટે તમે જેનો ઉપયોગ કરો છે તે ચાર અંકનો કોડ હોઈ શકે છે અથવા તમારા ઇમેઇલ, સોશિયલ મીડિયા કે બેંક એકાઉન્ટ માટે વધુ જટિલ પાસવર્ડ હોઈ શકે છે. સામાન્ય રીતે, તમારે તમારા પાસવર્ડ શક્ય એટલા જટિલ અને સાથે યાદ પણ રાખી શકાય તેવા બનાવવા જોઈએ.

બે-પગલાંમાં ચકાસણી

(બે-પરિબળવાળી ચકાસણી અને બે-પગલાંવાળું પ્રમાણીકરણ પણ કહેવાય છે) સુરક્ષા પ્રક્રિયા કે જેના માટે માત્ર પાસવર્ડ અને વપરાશકર્તાનું નામ જ નહીં પણ એવું કંઈક જે શારીરિક રીતે તમારી - અને માત્ર તમારી - પાસે જ છે તે જરૂરી હોય, જેથી સંભવિત ધૂસણખોરો માટે વ્યક્તિના ડેટા અથવા ઓળખનો એક્સેસ મેળવવાનું (અથવા તેની ચોરી કરવાનું) વધુ મુશ્કેલ બનાવી શકાય. ઉદાહરણ તરીકે એવું એકાઉન્ટ જેના માટે તમારે તમારો પાસવર્ડ દાખલ કર્યા પછી, તે એકાઉન્ટ દ્વારા તમારા ફોન કે ઇમેઇલ એક્સેસ પર મોકલવામાં આવેલો, મર્યાદિત સમય માટે માન્ય કોડ દાખલ કરવો જરૂરી છે.

એન્ક્રિપ્શન

એવી પ્રક્રિયા જે ડેટાને સ્કેમ્બલ કરીને અને તેને ડિકોડ કરવાનું મુશ્કેલ બનાવીને, માહિતીની (જેમકે તમે ઓનલાઇન મોકલો છો તે સંદેશાની) સુરક્ષા કરવામાં સહાય કરે છે.

જટિલતા

સુરક્ષિત પાસવર્ડ બનાવતી વખતેનું લક્ષ્ય. પાસવર્ડને જટિલ ગણવામાં આવે છે, જ્યારે તેમાં અંક, વિશેષ અક્ષરો (જેમકે “\$” અથવા “&”) તથા લોઅર- અને અપરકેસ અક્ષરો એ બંનેનું સંયોજન હોય. લંબાઈ (અક્ષરોની સંખ્યા) પણ જટિલતા વધારે છે.

ઈંકર

બીજા લોકોના અથવા સંસ્થાઓના ડિવાઇસ અને ડેટાને અનધિકૃત એક્સેસ મેળવવા માટે કમ્પ્યુટરનો ઉપયોગ કરનારી વ્યક્તિ.

પારિવારિક

પ્રવૃત્તિ

સાથે મળીને સશક્ત પાસવર્ડ બનાવો

તમે નીચેની પ્રવૃત્તિ શરૂ કરો તે પહેલાં એક નોંધ:

આ આખા પરિવારે મળીને કરવાનો અભ્યાસ છે, પરંતુ અમે સુઝાવ આપીએ છીએ કે તમે જે પાસવર્ડ ન હોય તેને પાસવર્ડ ધારી લો. શા માટે? કારણ કે પાસવર્ડ શેર કરવાના નથી એ વાતની આદત પાડવી એ સારો વિચાર છે. વાત ખતમ. પાકા મિત્રો, સગા પિતરાઈ ભાઈ-બહેનો અથવા નજીકના પારિવારિક સભ્યો સાથે પણ નહીં. તે ખાનગી છે.

તે કેટલાક લોકો (જેમકે માતાપિતા) માટે પરવાનગીઓનું સંરક્ષણ કરે છે અને અન્ય લોકો (જેમકે બાળકો) માટે કરતા નથી. અન્ય લોકો તમારો મજાક ઉડાવે, તમે હોવાનો

ઢોંગ કરે, તમને શરમજનક સ્થિતિમાં મૂકવા તમારા ડિવાઇસનો ઉપયોગ કરે અથવા તમારી નકલી પ્રોફાઇલ બનાવે જેવી પરિસ્થિતિઓથી પણ તે તમારું રક્ષણ કરે છે.

1. તમે યાદ રાખી શકો તેવા મનોરંજક શબ્દસમૂહ અથવા ઇવન્ટ વિશે વિચારો. તે તમારા પરિવારની મનપસંદ ફિલ્મ, બાળકોનું પુસ્તક, ક્યારે અને કઈ હાઇ સ્કૂલમાંથી તમારું કોઈ બાળક સ્નાતક થઈ શકે વગેરે હોઈ શકે છે. ઉદાહરણ: શનાયા રોચ 2023માં દિલ્હી પબ્લિક સ્કૂલમાંથી સ્નાતક થશે.
2. શબ્દસમૂહ અથવા શીર્ષકમાંથી કેટલાક અથવા બધા શબ્દોના પ્રથમ અક્ષરનો ઉપયોગ કરો. ઉદાહરણ: SRoywgfDPublicS23
3. કેટલાક અક્ષરોની બદલે અંકનો અને કેટલાકની બદલે પ્રતીકોનો ઉપયોગ કરો ઉદાહરણ: 3RoywgfDPubl1c\$23
4. કેટલાક અક્ષરોને અપરકેસના અને કેટલાકને લોઅરકેસના બનાવો ઉદાહરણ: 3ROYwgfDPubl1c\$23

લો, આ રહ્યો! તમે સાથે મળીને ખૂબ સશક્ત પાસવર્ડ બનાવ્યો છે.

આગળ: દરેક વ્યક્તિ તેમના પાસવર્ડ અતિશય સશક્ત બનાવવાનું, તેને નિયમિત રીતે રિવ્યૂ કરવાનું અને કોઈ વ્યક્તિ સાથે તેને શેર ન કરવાનું વચન આપો. જો તમે ડિવાઇસ શેર કરતા હો, તો કયા ડિવાઇસનું કોણ “માલિક” છે એ (અને તેનો પાસવર્ડ) નક્કી કરો. જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ “તેમનું” ન હોય એવા ડિવાઇસનો ઉપયોગ કરવા માગે, ત્યારે તેમણે માલિકને ડિવાઇસ અનલોક કરવા માટે કહેવાની જરૂર છે.



Tower of Treasure

હવે જ્યારે તમે તમારી માહિતીનું સંરક્ષણ કરવાનું શીખી લીધું છે, તો ચાલો જોઈએ કે ઓનલાઇન સશક્ત બનવા માટેની જરૂરી કુશળતા તમારામાં છે કે નહીં. જોખમની ચેતવણી! Tower of Treasure અનલોક કરવામાં આવી છે, જેના કારણે ઇન્ટરનેટના નિયમિત વપરાશકર્તાની કિંમતી ચીજો (જેમકે સંપર્ક માહિતી અને ખાનગી સંદેશા) બહુ જોખમમાં છે!

હેંકરથી આગળ નીકળી જાઓ અને તમારી ખાનગી વાતોને કાયમ માટે સુરક્ષિત રાખવા સશક્ત પાસવર્ડથી એક ડિલ્લો બનાવો.

તમારા ડેસ્કટોપ અથવા મોબાઇલ ડિવાઇસ પર વેબ બ્રાઉઝર ખોલો અને g.co/TowerOfTreasureની મુલાકાત લો

દયાળુ બનવું એ સારી વાત છે

ઇન્ટરનેટ સંદેશાવ્યવહારનું નોંધપાત્ર સાધન છે અને ઇન્ટરનેટનો ઉપયોગ પ્રેરણાદાયક અને પ્રગતિશીલ માહિતી ફેલાવવા અથવા આઘાતજનક અને દ્વેષપૂર્ણ કોમેન્ટ તથા અભિપ્રાયો વ્યક્ત કરવા માટે થઈ શકે (અને થાય) છે, તે જાણવા માટે તમને... બસ ઇન્ટરનેટથી વિશેષ કશાની જરૂર નહીં પડે. કમનસીબે, ઇન્ટરનેટ જાતે દયા અથવા ફૂરતા વચ્ચે કોઈ તફાવત કરતું નથી. ત્યાં તમારી જરૂર પડે છે. પરિવારો તેમના બાળકોના સશક્ત પ્રભાવક હોય છે અને તેઓ “અન્ય લોકો સાથે એવું વર્તન કરો, જેની અપેક્ષા તમે એમની પાસેથી રાખો છો”ના નિયમનું ઉદાહરણ આપીને, તેમના મિત્રોને સપોર્ટ કરીને તથા નાટક અને સાયબર ધમકીઓને જાકારો આપીને, તેમને “સૌથી યોગ્ય માર્ગ અપનાવવા” માટે સહાય કરી શકે છે.



લક્ષ્યો

- ✔ તમારા પરિવારમાં સકારાત્મક વર્તનનો શું અર્થ છે તે નિર્ધારિત કરવું
- ✔ સકારાત્મકતા કેવી દેખાય છે તથા તેને ઓનલાઇન અને ડિવાઇસ વડે કેવી રીતે તેને વ્યક્ત કરવી તે સમજવું.
- ✔ એવી પરિસ્થિતિઓ ઓળખવી જ્યાં ઓનલાઇન ટેક્સ્ટ અથવા પોસ્ટ કરવા કરતાં રૂબરૂ વાતચીત કરવા માટે રાહ જોવી વધુ સારી છે - અને માતાપિતા અથવા મોટા ભાઈ-બહેનને સહાય માટે ક્યારે કહેવું.

તમે શરૂ કરો તે પહેલાં

જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ ગડબડ કરે (અને ઓનલાઇન આમ કરવું આશ્ચર્યજનક રીતે સરળ છે - અજાણતા પણ), અન્ય કોઈ વ્યક્તિ કરતાં પરિવારના સભ્યો એકબીજાને સમજે, માફ કરે અને એકબીજાની ભૂલોમાંથી શીખે તેવી શક્યતા વધુ હોય છે. તેથી ઓનલાઇન આદર, દયા અને સકારાત્મકતાને અમલમાં મૂકવા માટે તમારા પરિવારથી વધુ સારી જગ્યા બીજી કોઈ નથી. જ્યારે કોઈ ઉદ્ભટ થતું હોય, ત્યારે પરિવારો (ક્યારેક માત્ર સાંભળીને) સહાય કરી શકે છે. તેઓ એકબીજાને "શિકાર બનતી વ્યક્તિનો સાથ આપતા લોકો" બનવા માટે પણ પ્રોત્સાહિત કરી શકે છે: એવો લોકો જે ફૂર અથવા ખરાબ વર્તનના લક્ષ્યો હોય તેવા લોકોને સપોર્ટ અને તેમની હિમાયત કરે છે.

જો તમારી પહેલેથી કોઈ ચર્ચા ન કરી હોય, તો કઈ પ્રકારની ક્રિયાઓ અને વર્તન મહત્વપૂર્ણ છે તેના વિશે ચર્ચા કરો - તમારું પરિવાર લોકો સાથે કેવી રીતે વર્તે છે તે વિશે વાત કરો. આ ડિજિટલી કેવું દેખાય છે, તે વિશે વિચારો: ટેક્સ્ટ, પોસ્ટ, કૉમેન્ટ, ફોટા અને વીડિયો.

તેમાં સહાય કરવા માટે, અમારી પાસે શબ્દભંડોળમાં કેટલાક શબ્દો છે જે તમને સકારાત્મક/નકારાત્મક વર્તનને સમજવામાં સહાય કરશે અને આપણે બધા ટાઇપ કરીએ છીએ અને ખૂબ જ ઝડપથી મોકલીએ છીએ તેવા ટેક્સ્ટ અને ડિજિટલ સંદેશાની અસર દર્શાવવામાં સહાય કરવા માટે, અમે એક પ્રવૃત્તિ બનાવી છે.

શબ્દભંડોળ

ધમકાવવું

ઈરાદાપૂર્વક કરવામાં આવતો હીન વ્યવહાર કે જેનું સામાન્ય રીતે પુનરાવર્તન કરવામાં આવે છે. જે વ્યક્તિને અવારનવાર નિશાન બનાવવામાં આવે છે તેમની માટે પોતાનો સ્વબયાવ કરવાનું ખૂબ જ મુશ્કેલ બની જાય છે.

સાયબર ધમકીઓ

ઓનલાઇન કે ડિજિટલ ડિવાઇસનો ઉપયોગ કરીને આપવામાં આવતી ધમકીઓ. સાયબર ધમકીઓમાં નકારાત્મક, હાનિકારક, ખોટું અથવા હીન કન્ટેન્ટ મોકલવા, પોસ્ટ અથવા શેર કરવાનો તેમજ અન્ય કોઈ વ્યક્તિ વિશે શરમજનક અથવા અપમાનજનક હોય તેવી વ્યક્તિગત અથવા ખાનગી માહિતી શેર કરવાનો સમાવેશ થાય છે.

ઉત્પીડન

ધમકાવવા કરતાં વધુ સામાન્ય શબ્દ કે જેના - ત્રાસ આપવો, પજવવું, ડરાવવું, પરેશાન કરવું જેવા ઘણા રૂપો હોઈ શકે છે - અને જે ઓનલાઇન પણ કરવામાં આવી શકે છે.

વિવાદ

એવી દલીલ અથવા અસંમતિ કે જેનું પુનરાવર્તન થતું હોય એવું જરૂરી નથી.

"નાટક"

વર્તનના વ્યાપક સમૂહનો ઉલ્લેખ કરવા માટે, બોલચાલમાં વ્યસ્કો કરતાં વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા વધુ ઉપયોગમાં લેવાતો શબ્દ; સાથીદારો દ્વારા ધ્યાન ખેંચવા અને ગપસપ ફેલાવવાથી, બે કે તેથી વધુ વિદ્યાર્થીઓ વચ્ચે ચાલી રહેલા સામાન્ય વિવાદથી માંડીને ગંભીર વિવાદ કે જે શારીરિક રીતે હાનિકારક અથવા ભાવનાત્મક રીતે પીડાદાયક હોય. તે ધમકાવવાથી અલગ એ રીતે છે કે સામાન્ય રીતે આ પ્રકારના

વિવાદમાં શામેલ બન્ને પક્ષોની શક્તિમાં અસંતુલન હોતું નથી - સામાન્ય રીતે શામેલ પક્ષો અલગ અલગ સમયે પીડિત અને આક્રમણકારી એ બંનેની ભૂમિકા ભજવે છે. આનો અર્થ એ નથી કે વર્તન હાનિરહિત છે અથવા હાનિ પહોંચાડશે નહીં. વિદ્યાર્થીઓ વચ્ચેનું "નાટક" "કોઈ ગંભીર અસર વિના સમાપ્ત થઈ શકે છે" અથવા સમય જતા આપમેળે પરિસ્થિતિ હલ થઈ શકે છે અથવા તેના માટે બાહ્ય હસ્તક્ષેપની જરૂર પડી શકે છે.

આક્રમણકારી

ઉત્પીડન કરતી અથવા ધમકી આપતી વ્યક્તિ; જો કે ક્યારેક તેને "બદમાશ" પણ કહેવાય છે

લક્ષ્ય

ધમકાવવામાં આવતી, જેનું ઉત્પીડન કરવામાં આવે છે તે અથવા ભોગ બનતી વ્યક્તિ

મૂક પ્રેક્ષક

ઉત્પીડન અથવા ધમકાવવાના સાક્ષી, જે પરિસ્થિતિ સમજે છે પણ મરજીથી અથવા બદલો લેવાના ડરને કારણે વચ્ચે પડતા નથી.

શિકાર બનતી વ્યક્તિનો સાથ આપતી વ્યક્તિ

ઉત્પીડન અથવા ધમકી આપવાના સાક્ષી જે લક્ષ્યને ખાનગી અથવા સાર્વજનિક રીતે સપોર્ટ કરે છે, જેમાં કેટલીકવાર તેમણે જોયેલી ઘટનાને રોકવાનો અને/અથવા તેની જાણ કરવાનો પ્રયાસ કરવાનો સમાવેશ થાય છે.

બ્લોક કરવું

અન્ય વ્યક્તિને સૂચિત કર્યા વિના તેમની સાથેની તમામ ઓનલાઇન ક્રિયાપ્રતિક્રિયાને સમાપ્ત કરવી, તેમને તમારી પ્રોફાઇલ ઍક્સેસ કરવાથી, તમને સંદેશ મોકલવાથી, તમારી પોસ્ટ જોવાથી અટકાવવા વગેરે. આ અસરકારક રીતે બદમાશ તરફથી (તે ચોક્કસ ચેનલ દ્વારા) કરવામાં આવતી ઓનલાઇન સંપર્ક બંધ કરે છે, પરંતુ તેનાથી કદાચ ઉત્પીડન સમાપ્ત થશે નહીં; બદમાશો બાબતો વિશે પોસ્ટ કરી શકે છે, પછી ભલે ધમકાવવામાં આવતી વ્યક્તિ તેને અવગણતી હોય.

મ્યૂટ કરવું

મ્યૂટ કરવું એ કોઈ વ્યક્તિ સાથેનો સંદેશવ્યવહાર ત્રાસદાયક લાગવા માંડે ત્યારે તે વ્યક્તિને સૂચિત કર્યા વિના કે તેમના ફીડમાંથી મ્યૂટ થયા વિના તમારા સોશિયલ મીડિયા ફીડમાં અન્ય વ્યક્તિની પોસ્ટ, કોમેન્ટ વગેરે દેખાતી રોકવા માટેની બ્લોક કરવા કરતાં ઓછી "આડરી" રીત છે (જો કોઈ વ્યક્તિ તમને ધમકાવવાનું ચાલુ રાખે, તો કદાચ તેમને સંપૂર્ણ રીતે બ્લોક કરી દેવા જ બહેતર છે).

ટ્રોલિંગ

ઓનલાઇન ઈરાદાપૂર્વક એવી રીતે પોસ્ટ અથવા કોમેન્ટ કરવી કે જે ફૂર, અપમાનજનક અથવા ઉઠ્ઠેરણીજનક હોય.

ફરૂપયોગની જાણ કરો

સેવાની 'સેવાની શરતો' અથવા સમુદાયના માનક્રમનું સામાન્ય રીતે ઉલ્લંઘન કરતા હોય તેવા ઉત્પીડન, ધમકી, ધાકધમકી અને અન્ય નુકસાનકારક કન્ટેન્ટ વિશે જાણ કરવા માટે સોશિયલ મીડિયા સેવાના ઓનલાઇન સાધનો અથવા સિસ્ટમનો ઉપયોગ કરવો.

પારિવારિક પ્રવૃત્તિ

નંબર ૧:
તમારા ટોન પર
ધ્યાન આપવું

ટેકસ્ટ અથવા પોસ્ટનો ટોન તેની આત્મા સમાન છે - એ મળે ત્યારે વ્યક્તિને જે અનુભૂતિ થાય છે તે, સારી કે ખરાબ. કારણ કે માતાપિતા અને બાળકો ટેકસ્ટ કરે છે, મેસેન્જર એપનો ઉપયોગ કરે છે અને પૂરો સમય એકબીજાને DM (સીધો સંદેશ) મોકલે છે તથા એકબીજાને એટલી સારી રીતે જાણે છે કે, તેઓ હંમેશાં એ વિચારતા નથી કે ટેકસ્ટનો શું અર્થ નીકળી શકે છે. ટેક્સ્ટિંગ એ આપણે જેમને જાણીએ છીએ તેવા લોકો સાથે વાતચીત કરવાની અથવા કનેક્ટ થવાની બીજી રીત છે. પરંતુ જ્યારે લોકો એકબીજાને એટલી સારી રીતે ઓળખતા ન હોય, ત્યારે કેટલીક વાર ટેકસ્ટ અથવા ઇમોજીનું તેના મૂળ હેતુથી અલગ રીતે અર્થઘટન કરવામાં આવી શકે છે. તેથી દરેક વ્યક્તિને તેના વિશે વિચારતા કરવા માટેની એક સરળ પ્રવૃત્તિ આ રહી:

1. તમારા પરિવારના બે કે તેથી વધુ ફોન લો અને તમારા ટેકસ્ટ સંદેશાઓ (અથવા દરેક વ્યક્તિ જે મેસેજિંગ એપનો ઉપયોગ કરે છે તેને) ખોલો અને પરિવારના બે સભ્યો વચ્ચે વાતચીત શરૂ કરો. તે વાતચીત કોઈ વાસ્તવિક અથવા કાલ્પનિક પરિસ્થિતિ વિશે હોઈ શકે છે - આ વીકએન્ડ પર તમે જે કરવાના છો તેના વિશે, સ્કૂલમાં થયેલી કોઈ ઘટના વિશે, જે વ્યક્તિએ પરિવારના સભ્યની સહાય માગી તેમના વિશે, વગેરે.
2. વાતચીતને વૉઇસના ચોક્કસ ટોનમાં મોટેથી વાંચો - ખુશ, ઉદાસ, ક્રોધિત વગેરે.
3. તેમને વાંચતા સાંભળતી વખતે તમારા ધ્યાનમાં જે આવ્યું તેના વિશે વાત કરો. જ્યારે તમે તે વાતચીતને સાંભળી, ત્યારે તમને કેવું લાગ્યું? તમને શું લાગે છે કે તમારા પરિવારની બહારની કોઈ વ્યક્તિ શું વિચારશે કે અનુભવશે? તે ટેકસ્ટને અલગ શબ્દોમાં કેવી રીતે લખી શકાય? તમને કદાચ અન્ય પ્રશ્નો પણ થશે, તેથી તેના વિશે વિચારી જુઓ. :)
4. આગળ, પરિવારના બે અલગ સભ્યો પાસે પહેલા ટોન કરતાં અલગ ટોનમાં ટેકસ્ટ વડે વાતચીત કરાવી જુઓ: કદાચ ક્રોધિત કે ઉદાસ ટોનમાં. તે મોટેથી વાંચો અને તેને સાંભળતી વખતે દરેક વ્યક્તિને કેવું લાગ્યું તે વિશે વાત કરો.

નંબર ૨: બાળકો
સામાજિક નકારાત્મકતા
વિશે શું કરી શકે છે

સ્કૂલમાં જોવા મળતી સામાજિક પરિસ્થિતિ વિશે માતાપિતા અને બાળક વચ્ચેની વાતચીત માટેના કેટલાક મુદ્દા (અને પ્રશ્નો) અહીં આપ્યા છે. તમારા પરિવાર માટે કયા મુદ્દા કામ કરશે તે જુઓ.

શું બાળકો સ્કૂલમાં એકબીજા સાથે એટલું સારું વર્તન કરે છે? શું તમે ક્યારેય કોઈ વ્યક્તિને અન્ય કોઈ વ્યક્તિ સાથે ઘણી વખત અથવા લાંબા સમય સુધી હીન વર્તન કરતા જોઈ છે?

શું તમે આવા વર્તનમાં શામેલ બાળકોને જાણો છો?

જો તેમણે તમારી સાથે હીન વર્તન કર્યું હોય, તો શું તમે મને જણાવશો? (જો ના, તો કેમ નહીં?)જો કોઈ અન્ય વ્યક્તિ સાથે હીન વર્તન થઈ રહ્યું હવું, તો તે પરિસ્થિતિને કારણે તમને કેવું લાગ્યું?

- તમે તેના વિશે શું કર્યું?
- શું તે વર્તન ઓનલાઇન થઈ રહ્યું છે? મેં સાંભળ્યું છે કે તમે તેમને મ્યૂટ અથવા બ્લોક કરી શકો છો - શું આ વાત સહાયરૂપ થશે? જો ના, તો શું તમે મને જણાવશો કે શા માટે? જો એમ હોય, તો શું તમે મને બતાવી શકશો કે તમે તે કેવી રીતે કરશો?
- (જો તમે કંઈ ન કર્યું હોય, તો) શું તમે ઇચ્છો છો કે તમે કંઈક કર્યું હોત?
- જો તે ફરીથી થાય તો તમે શું કરશો?
- શું તમને એવું લાગે છે કે જો તમને ધમકાવવામાં આવે તો તેમ કરવું તમને સહાય કરશે?
- શું તમને લાગે છે કે તમે દયાળુ બનીને અથવા ફક્ત સાંભળીને કોઈ વ્યક્તિને સહાય કરી શકો છો?
- તમે જાણો છો કે જો કોઈ વ્યક્તિ હીન વર્તનને ઓનલાઇન જુએ અને તેને અન્ય લોકો સાથે શેર કરે, તો તેનાથી પરિસ્થિતિ વણસી શકે છે, બરાબર?
- શું તમારા મિત્ર જેને ઓનલાઇન હાનિ પહોંચાડવામાં આવી રહી છે, તેમની સહાય કરવાનું તમને માફક આવશે?
- તમે એ કેવી રીતે કરશો? વર્તન પ્રત્યે (ક્યારેય પણ વ્યક્તિ પ્રત્યે નહીં, બરાબર?) લોકોનું ધ્યાન દોરશો? જે વ્યક્તિને હાનિ પહોંચાડવામાં આવી રહી છે, તેના વિશે કંઈક દયાભાવવાળું પોસ્ટ કરશો? તમે તેમને સપોર્ટ કરો છો તે જણાવવા માટે તેમને ટેક્સ્ટ અથવા DM મોકલશો? અન્ય વિદ્યાર્થીઓને ટેક્સ્ટ અથવા DM મોકલશો

અને તેમને ઓનલાઇન અથવા ખાનગીમાં તે વ્યક્તિને સપોર્ટ કરવાનું કહેશો?

ક્યારેક, શિકાર બનતી વ્યક્તિનો સાથ આપનારી વ્યક્તિ બનવાનો અર્થ છે કે જે કોઈ વ્યક્તિને ધમકાવવામાં આવતી હોય, બસ તેમના મિત્ર બનવું - તેમની વાત સાંભળવી, તેમને પ્રેમ અને સકારાત્મકતા મોકલવી અથવા બસ તેમના માટે હાજર રહેવું.



Kind Kingdom

દરેક પ્રકારના વાઇબ સહેલાઈથી ફેલાઈ શકે છે, જેની અસર વધુ સારી કે વધુ ખરાબ હોઈ શકે છે. શહેરમાં લોકોના હળવામળવાની અને આનંદ કરવાની જગ્યાએ, આક્રમણકારીઓ બેકાબૂ બનીને બધે જ નકારાત્મકતા ફેલાવી રહ્યાં છે.

આક્રમણકારીઓને આ જગ્યા પર કાબુ મેળવતા રોકવા માટે, તેમને બ્લોક કરો અને તેમની જાણ કરો તથા આ જગ્યા ફરીથી શાંતિપૂર્ણ બને તે માટે, ઇન્ટરનેટના અન્ય નિયમિત વપરાશકર્તાઓ પ્રત્યે દયાળુ બનો!

તમારા ડેસ્કટોપ અથવા મોબાઇલ ડિવાઇસ પર વેબ બ્રાઉઝર ખોલો અને g.co/KindKingdomની મુલાકાત લો

જ્યારે શંકા હોય, ત્યારે તેના વિશે વાત કરો

બાળકો માટે એ સમજવું મહત્વપૂર્ણ છે કે જ્યારે તેમને અસ્વસ્થતાનો અનુભવ કરાવતું અનુચિત કન્ટેન્ટ કે વર્તન તેઓ ઓનલાઇન જુએ છે, ત્યારે તેઓ એકલા નથી - ખાસ કરીને જો તે તેમના માટે અથવા તેમને જેની પરવા હોય તેવી કોઈ વ્યક્તિ માટે પીડાદાયક હોય.

તેમણે તમારી અથવા પરિવારમાંથી તેમના વિશ્વસનીય સભ્યની સહાય લેવામાં ક્યારેય સંકોચ ન કરવો જોઈએ. તેમના માટે એ જાણવું પણ સારું છે કે બહાદુર બનવાની અને પગલું લેવાની વિવિધ રીતો છે, જેમાં બાબતો વિશે ઓનલાઇન વાત કરવી અને જાણ કરવા માટેના ઓનલાઇન સાધનોનો ઉપયોગ કરવો શામેલ છે.



લક્ષ્યો

- જ્યારે વસ્તુઓ નકારાત્મક બને અથવા બાબકો અસ્વસ્થતા અનુભવે ત્યારે તેમને પ્રોત્સાહિત કરવા, અન્ય લોકોને સંપોદ કરવો અને પરિસ્થિતિઓને બહેતર બનાવવા માટે સહાય માગવી એ બહાદુરીના કામ છે તે જાણવામાં તેમને સહાય કરવી
- એ વિચારવું કે પરિસ્થિતિ માટે ઓફલાઇન અને રૂબરૂ વાત કરવાની, દુરુપયોગની ઓનલાઇન જાણ કરવાની કે આ બન્નેની જરૂર છે.
- ઓફલાઇન- અને ઓનલાઇન એ બન્ને માટે, સહાય મેળવવાના વિકલ્પો સમજવા.

તમે શરૂ કરો તે પહેલાં

પરિવાર તરીકે, ઇન્ટરનેટ સહાય માટેના પ્રોટોકોલ અથવા પ્લાનનું સેટઅપ કરવું સહાયરૂપ થઈ શકે છે. તે જટિલ હોવા જરૂરી નથી - જ્યારે ઓનલાઇન પરિસ્થિતિઓ બગડી જાય ત્યારે સહાય માટે કેમ અને કેવી રીતે પૂછવું, તે વિશે દરેક વ્યક્તિને વિચારતી કરવા માટેની બસ એક પ્રવૃત્તિ છે. થોડી સહાયરૂપ ટિપ:

- તમારા પરિવાર સાથે મળીને તમારા મૂલ્યો નક્કી કરો. તેમ કરવાની એક રીત આવી દેખાઈ શકે છે: “અમારા પરિવારમાં, લોકો સાથે ઓનલાઇન અને ઓફલાઇન એ બન્ને જગ્યાએ વર્તન કરતી વખતે અમે _____ જાળવીએ છીએ” (તમારા પરિવારના મૂલ્યો અને વર્તનના ધોરણો માટે યોગ્ય હોય તેવા શબ્દો વડે ખાલી જગ્યા ભરો - “આદર”, “દયાભાવ” અથવા “ગરિમા”)
- વાતચીતના માર્ગો ખુલ્લા રાખો તથા સ્કૂલ અને ઓનલાઇન શું થાય છે, તે વિશે વાત કરવા માટે ઘર સુરક્ષિત સ્થાન છે તે વાત દૃઢતાથી સાબિત કરો.
- વાતચીત, મનોરંજન, કામ, રમવા, હળવામળવા વગેરે માટે - વિવિધ પ્રકારોની ટેકનોલોજીના ઉપયોગના મૂલ્ય અને પ્રાધાન્યતા વિશે પરિવારની પોલિસીઓ અથવા નિયમો વિશે અવારનવાર વાતચીત કરો.
- ડિવાઇસ અને મીડિયાનો સ્વીકાર્ય ઉપયોગ શું છે અને શું નથી તથા ક્યારે છે, તે વિશે પરિવારના વલણ અને પોલિસીઓની ચર્ચા કરો.

શબ્દભંડોળ

પ્રોટોકોલ

પાલન કરવા માટેનો "આધિકારિક" પ્લાન - આ માઈશિકાના હેતુઓ માટે, આ એવા પગલાં છે જે તમારા પરિવારે ત્યારે લેવાના છે, જ્યારે બાળકો ઓનલાઇન એવા કશાકના સંપર્કમાં આવે જેના કારણે તેમને અસ્વસ્થતાનો અનુભવ થાય.

વિશ્વાસ

દૃઢ માન્યતા કે કશુંક કે કોઈ વ્યક્તિ વિશ્વસનીય અથવા સત્યવાદી છે.

બહાદુર

હિંમતવાન - અને જરૂરી નથી કે નિર્ભય હોય, કારણ કે લોકો ખાસ કરીને ત્યારે બહાદુર હોય છે, જ્યારે તેઓ ભયભીત અથવા બેચેન હોવા છતાં પણ સહાય માગે છે અથવા કોઈપણ રીતે સકારાત્મક પગલું લે છે.

દુરુપયોગની જાણ કરવી

આ માર્ગદર્શિકામાં, અમે આ શબ્દનો ઉપયોગ સોશિયલ મીડિયા એપ અને સેવાઓમાં સમસ્યાઓની જાણ કરવાનો સંદર્ભ આપવા માટે કરીએ છીએ, જેમાંથી મોટા ભાગની એપ અને સેવાઓમાં આવું કરવા માટેના સાધનો અથવા સિસ્ટમ છે.

પારિવારિક પ્રવૃત્તિ

નંબર ૧: તમારા પરિવારનો 'ઇન્ટરનેટ સહાય માટે પ્રોટોકોલ' બનાવવો

સાથે બેસીને નીચે આપેલા પરિદૃશ્યો મોટેથી વાંચો (જો કોઈ વ્યક્તિના ધ્યાનમાં અન્ય પરિદૃશ્યો આવે, તો તેને પણ સંકોચ વિના શામેલ કરો). દરેક પરિદૃશ્ય પછી, ૩ ખાલી જગ્યાઓ અને ૩ બોક્સ છે, જેને તમે ચેક કરવાનું પસંદ કરી શકો છો. પરિવાર તરીકે, એ પસંદ કરો કે સમસ્યાની ઓનલાઇન જાણ કરવી કે સીધી પરિવારના સભ્ય સાથે વાત કરવી અથવા બન્ને બાબતો કરવી. જો તમને ખાતરી ન હોય, તો સાથે મળીને તેની ચર્ચા કરો - તમારા પરિવારમાં અલગ અલગ મંતવ્યો હોઈ શકે છે અને પરિવાર તરીકે ડિજિટલ દુવિધાઓને હેન્ડલ કેવી રીતે કરવી તેનો અભ્યાસ કરવાની આ બહુ સારી રીત છે. જો તમે પરિવારના સભ્યને જાણ કરવા માટેનું બોક્સ ચેક કર્યું હોય તો - પ્રાધાન્યતાના ક્રમમાં, લોકોના નામ વડે ખાલી જગ્યા ભરો. ઉદાહરણ તરીકે, જો માતાપિતા અથવા વાલી પ્રાધાન્યતાના ક્રમમાં પહેલા સ્થાન પર હોય, તો તેમનું નામ અથવા ઉપનામ લખો. જો તેઓ ઉપલબ્ધ ન હોય, તો તેમનું સ્થાન કોણ લેશે તે બીજા સ્થાન પર લખો. ત્રીજા ખાલી જગ્યા માટે પણ એમ જ કરો.

આમાંથી કોઈપણ માટે "યોગ્ય" પ્રતિસાદ અથવા પ્રતિસાદોનો સમૂહ હોતો નથી - આ પ્રવૃત્તિ તમારા પરિવાર માટે યોગ્ય હોય તેવા પ્લાનને આકાર આપવા અને તેના પ્રત્યે પ્રતિબદ્ધ થવામાં સહાય કરવા માટે છે. જે પગલાં લેવાના છે તેનો સ્પષ્ટ પ્લાન અનૌપચારિક રીતે પણ લેખિતમાં હોવાથી, શંકાને દૂર કરવામાં અને વહેલી તકે સકારાત્મક વાતચીતને પ્રોત્સાહન આપવામાં સહાય મળે છે.

પરિસ્થિતિ 1: તમારા બાળકની સ્કૂલમાંથી કોઈ વ્યક્તિ તેમના એક મિત્ર વિશે ઘણી હીન કોમેન્ટ પોસ્ટ કરે છે. તેને લાગે છે કે તેને ખબર છે કે એ કોણે પોસ્ટ કરી છે, પરંતુ તેને ખાતરી નથી. તમે બધા કયું બોક્સ ચેક કરશો, અને કયું બોક્સ ખાલી રાખવું જોઈએ અને - જો તમે સંમત ન થતા હો - તો આ સમસ્યા વિશે અને શું કરવું તે અંગે ચર્ચા કરો.

સમસ્યાની ઓનલાઇન જાણ કરો _____
સીધી પરિવારના સભ્ય સાથે વાત કરો _____
બંને _____

પરિસ્થિતિ 2: બાળકો: તમારામાંથી કોઈકને ઓનલાઇન ખૂબ જ અનુચિત કેટલાક ફોટા જોવા મળે છે. તમે શું કરશો? માતાપિતા: તેઓ શું કરે તેવું તમે ઇચ્છો છો?

સમસ્યાની ઓનલાઇન જાણ કરો _____
સીધી પરિવારના સભ્ય સાથે વાત કરો _____
બંને _____

પરિસ્થિતિ 3: પિતરાઈ ભાઈ કે બહેન પરિવાર ભેગું થયું હોય ત્યારનો દરેક વ્યક્તિને શામેલ કરતો મોટો ગ્રૂપ ફોટો પોસ્ટ કરે છે અને તમારા પરિવારના એક સભ્યને એ ફોટામાં તેમનો દેખાવ બિલકુલ ગમતો નથી. શું તમે સહાય માગશો કે તેની જાણ કરશો?

સમસ્યાની ઓનલાઇન જાણ કરો _____
સીધી પરિવારના સભ્ય સાથે વાત કરો _____
બંને _____

પરિસ્થિતિ 4: એક બાળક કાર્ટૂન વીડિયો જોઈ રહ્યું છે અને અચાનક જ તેમાં કેટલુંક વિચિત્ર કન્ટેન્ટ આવે છે. તે બાળકો માટે ચોક્કસપણે ઉચિત નથી અને તેઓ અસ્વસ્થતા અનુભવે છે. શું કરવું સૌથી યોગ્ય રહેશે તે નક્કી કર્યા પછી, આના જેવા અપ્રિય “આશ્ચર્યો”ને ઘટાડવા અથવા અટકાવવા માટે ભવિષ્યમાં શું કરી શકાય તેની ચર્ચા કરો.

સમસ્યાની ઓનલાઇન જાણ કરો _____
સીધી પરિવારના સભ્ય સાથે વાત કરો _____
બંને _____

પરિસ્થિતિ 5: તમારામાંથી કોઈ એક વ્યક્તિ મિત્રો સાથે ઓનલાઇન ગેમ રમી રહી છે અને ગેમ રમતી કોઈ પણ વ્યક્તિ ઓળખતી ન હોય તેવી અન્ય વ્યક્તિ તેમની સાથે ચેટ કરવાનું શરૂ કરે છે. તેઓ હીન વર્તન નથી કરતા, પણ કોઈ તેમને ઓળખતું નથી. શું કરવું તે નક્કી કરો. તેમની જાણ કરવી? પરિવારના અન્ય સભ્ય સાથે વાત કરવી?

સમસ્યાની ઓનલાઇન જાણ કરો _____
 સીધી પરિવારના સભ્ય સાથે વાત કરો _____
 બન્ને _____

તેને આગલા લેવલ પર લઈ જાઓ: શું તમારા પરિવારના ખેલાડીએ તે વ્યક્તિને અવગણવી જોઈએ? તેઓ કોણ છે તે જાણવા માટે ગ્રૂપ તરીકે નવા સભ્ય સાથે સારી રીતે વાત કરવી જોઈએ (કેમ/કેમ નહીં)?

પરિસ્થિતિ 6: એક બાળકના ધ્યાનમાં આવે છે કે તેમની સ્કૂલના કોઈ વિદ્યાર્થીએ ઓનલાઇન કોમેન્ટ કરીને કહ્યું કે તેઓ આગલા દિવસે લંચરૂમમાં બીજા વિદ્યાર્થી સાથે લડાઈ કરશે. પરિવાર તરીકે ચર્ચા કરો કે તેમણે શું કરવું જોઈએ.

સમસ્યાની ઓનલાઇન જાણ કરો _____
 સીધી પરિવારના સભ્ય સાથે વાત કરો _____
 બન્ને _____

નંબર ૨: સમસ્યાઓની ઓનલાઇન જાણ કરવી જોઈએ

પરિવાર તરીકે, ફોન, ટેબ્લેટ, લેપટોપ અથવા ડેસ્કટોપ કમ્પ્યુટર લઈને એવી રીતે બેસો કે દરેક વ્યક્તિ સ્ક્રીન જોઈ શકે.

પરિવારના બે કે તેથી વધુ સભ્યોના એકાઉન્ટ વડે તમારી મનપસંદ સોશિયલ મીડિયા એપ અથવા સાઇટ ખોલો અને તે એપમાં સમસ્યાઓની જાણ કેવી રીતે કરવી તે સાથે મળીને શોધો.

કેટલીકવાર બાળકોને તેમના માતાપિતા કરતાં એપનો ઉપયોગ વધુ સારી રીતે કરતા આવડતો હોય છે અને તેમને સોશિયલ મીડિયાના ઉપયોગ માટેની તેમની થોડી સ્માર્ટનેસ બતાવવા અને તમને શીખવવા દેવી એ રસપ્રદ અને મનોરંજક બન્ને હોઈ શકે છે! જો કોઈ વ્યક્તિ એવી અન્ય બાબત વિચારે જેને કરવાની રીત તેઓ જાણવા માગતા હોય, તો દરેક વ્યક્તિ માટે તેઓ સાથે ઉપયોગમાં લે છે તે ટેકનોલોજી વિશે થોડું જાણવાનો આ શ્રેષ્ઠ સમય છે.

હવે, આગળ શું છે?

વાહ. આ તો સાથે મળીને ઇન્ટરનેટના ઉપયોગ માટે કેળવી શકાય તેવી ઘણી નિપુણતા છે!

અમને આશા છે કે આમાંથી કેટલાક વિચારો અને પ્રવૃત્તિઓ અજમાવવામાં તમને મજા આવી હશે. જો તમને વધુ વિચારો કે પ્રવૃત્તિઓ જોઈતી હોય અથવા કેટલાક અલગ વૉઇસ અને મંતવ્યો સાંભળવા હોય, તો અમારા કેટલાક વધારાના સંસાધનો જુઓ.

સૌથી અગત્યનું, તમે બધા ઇન્ટરનેટ પર અને તેની બહાર **સ્માર્ટ**, **સાવચેત**, **સશક્ત**, **દયાળુ** અને **બહાદુર** બનવાની કુશળતા કેળવવાની સાથેસાથે તમારા પરિવાર માટે શું કામ કરે છે તે વિશે શોધખોળ કરવાની મજા માણો.

પરિવારો માટે વધુ સંસાધનો

Google Family Link

bit.ly/googlefamilylink

Google ડિજિટલ લાઇફસ્ટાઇલ

bit.ly/googledigitalwellbeing

FOSI પર સારા ડિજિટલ બાળ-ઉછેર માટેની માહિતી

bit.ly/gooddigitalparenting

સુરક્ષિત રીતે કનેક્ટ થાઓ

connectsafely.org

iKeepSafe

ikeepSAFE.org

National PTA પર પારિવારિક સંસાધનો

bit.ly/familyresourcesPTA

“નિયમિત શોધકર્તાની જેમ શોધવું” (Google for Education દ્વારા)

bit.ly/savvysearchingYouTube

કનેક્ટેડ બાળ-ઉછેર

bit.ly/ConnectedParentingArticle



પરિવારો માટે Family Linkની માર્ગદર્શિકા

તમારા પરિવાર માટે પાયાના ડિજિટલ નિયમો સેટ કરવા માટેની માર્ગદર્શિકા.

આજની દુનિયામાં, ડિજિટલ ડિવાઇસ દરેક જગ્યાએ છે - અને હંમેશાં તેઓ અમુક પ્રકારના ધ્યાનની માંગ કરે છે - જો આપણે તેને તેમ કરવા દઈએ તો. પરિવારો માટે, ઘરે પાયાના ડિજિટલ નિયમો સમજવા અને બનાવવા એ બાળકોને ટેકનોલોજી સાથેના તેમના સંબંધ વિશે શિક્ષિત કરવા માટેનું મહત્ત્વપૂર્ણ પગલું છે. પરંતુ ઘણા બાળકો અથવા કિશોરોને, આ બાબત તેમના માતાપિતાના “પાવર પ્લે” - નિયંત્રિત કરવાની કવાયત સમાન લાગે છે. તેમને આવું ન લાગે તે જરૂરી છે.

આ નિયમોને વાતચીતમાં શામેલ કરીને, તે શા માટે મહત્ત્વપૂર્ણ છે એ તમે તમારા બાળકને સમજવામાં સહાય કરી શકો છો. નીચેના વિષયો Family Link દ્વારા ઉપલબ્ધ સુવિધાઓ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે, પરંતુ ટેકનોલોજીના ઉપયોગ વિશેની ચર્ચાઓ કોઈપણ માતાપિતા માટે સહાયરૂપ થઈ શકે છે. Family Link એવી એપ છે જે માતાપિતાને ત્યારે માહિતગાર રહેવામાં સહાય કરે છે, જ્યારે તેમનું બાળક Android ડિવાઇસનો ઉપયોગ કરવાનું શરૂ કરે. માતાપિતા Android*, iPhone કે Chromebook ડિવાઇસ પર Family Linkનો ઉપયોગ કરી શકે છે.

* બાળકના ડિવાઇસ માટે, વર્ઝન 7.0 (Nougat) અને તેના પછીના વર્ઝન પર ચાલતા Android ડિવાઇસમાં Family Link ચાલે છે. Android વર્ઝન 5.0 અને 6.0 (Lollipop અને Marshmallow) પર ચાલતા ડિવાઇસ પણ Family Link ચલાવી શકે છે. પસંદગીના Chromebook ડિવાઇસ પર પણ Family Link કામ કરે છે.

families.google.com/familylink/device-compatibilityની મુલાકાત લો અને વધુ વિગતો માટે અમારા સહાયતા કેન્દ્રનો સંપર્ક કરો.

સારા કન્ટેન્ટ પર લઈ જવા માટે, તમારા બાળકનું માર્ગદર્શન કરવામાં સહાય કરો

તમારું બાળક તે શૈક્ષણિક એપની સરખામણીમાં તેમણે ડાઉનલોડ કરેલા એપ પર કેટલો સમય પસાર કરે છે, શું તે જાણવું સારી વાત નથી? Family Link માતાપિતા માટે સાધનો ઓફર કરે છે, જેમકે એપના ઉપયોગના દૈનિક, સાપ્તાહિક અને માસિક રિપોર્ટ, જેથી તમારું બાળક તેમના ડિવાઇસ પર કેવી રીતે સમય પસાર કરે છે તેનો તમને સારો એવો ખ્યાલ રહે.

કન્ટેન્ટ પરના પ્રતિબંધો અને એપને મંજૂરીઓ

જ્યારે બાળક Google Play સ્ટોર એક્સેસ કરે છે, ત્યારે તે ગેમ, મૂવી, શો, પુસ્તકો અને વધુ બ્રાઉઝ કરી શકે છે. ઉપરાંત, Family Link માતાપિતાને આમ કરવા માટે સક્ષમ કરે છે:

- જોઈ શકાતા કન્ટેન્ટને રેટિંગના આધારે પ્રતિબંધિત કરવા
- (મફત અથવા સથુલ્ક) કન્ટેન્ટ ડાઉનલોડ કરવા માટે મંજૂરીને આવશ્યક બનાવવા
- જ્યારે એપ ડાઉનલોડ કરવાની વિનંતી કરવામાં આવે, ત્યારે તેમાં જાહેરાતો, એપમાંની ખરીદીઓ અથવા તમને જેનાથી ફરક પડી શકે તેવી પરવાનગીઓ છે કે નહીં તે જાણવા માટે, એપની માહિતીનો રિવ્યૂ કરવા

કન્ટેન્ટના વિવિધ રેટિંગ જે અસ્તિત્વમાં છે (જેમકે “E એટલે દરેક વ્યક્તિ માટે” વિ. “કિશોર”) તેના વિશે તમારા બાળક સાથે વાત કરો, જેથી એ સમજાવી શકાય કે ઉંમરના વિવિધ લેવલ માટે આ પ્રતિબંધો શા માટે અસ્તિત્વમાં છે અને તેમને એ સમજવામાં સહાય કરો કે તમારા વિચારવા અનુસાર કયા પ્રકારનું કન્ટેન્ટ તેમના માટે યોગ્ય છે.

એપ પરની પ્રવૃત્તિના રિપોર્ટ

જો તમને ખબર હોય કે તમારા બાળકોને તેમના ડિવાઇસ વડે શું કરવાનું ખૂબ ગમે છે, તો તેમની સાથે ટેકનોલોજી વિશે વાત કરવી વધુ સરળ બની જાય છે. શું તમારું બાળક વાતોડિયું છે? ગેમ રમનારું છે? વાંચવાનું શોખીન છે? તમારા બાળકને કઈ એપ અને ગેમમાં સૌથી વધુ મજા આવે છે તે વિશે તેની સાથે વાત કરો તથા Family Link ના ‘એપ પરની પ્રવૃત્તિના રિપોર્ટ’માં જુઓ કે તેઓ સૌથી વધુ સમય ક્યાં પસાર કરે છે. તમારું બાળક દૈનિક, સાપ્તાહિક અને માસિક ધોરણે દરેક એપ પર કેટલો સમય પસાર કરે છે તેનું વિશ્લેષણ આ રિપોર્ટ આપે છે.

એપ છુપાવો

તમે એવું પણ નક્કી કરી શકો છો કે તમારા બાળક માટે સ્ક્રીન સમયનું યોગ્ય પ્રમાણ તેઓ શું જુએ છે, રમે છે અથવા શીખે છે તેના પર આધાર રાખે છે. જો પ્રવૃત્તિના રિપોર્ટ એવું બતાવે કે તમારું બાળક કોઈ ચોક્કસ એપનો ખૂબ જ ઉપયોગ કરે છે (જેમકે તેમની મનપસંદ નવી ગેમ), તો તમે તેને હંગામી રીતે તેમના ડિવાઇસમાંથી છુપાવી શકો છો. તમારા બાળક સાથે ચર્ચા કરો કે શું તેમને લાગે છે કે તેઓ જેટલો સમય વાપરે છે તે સારો છે કે નહીં અને તેમને સમજાવો કે તમે તેમને વિરામ લેવાનું શા માટે કહી રહ્યાં છો. તેમના એપ ઇતિહાસમાંથી કંઈપણ (જેમકે ગેમની પ્રગતિ અથવા શ્રેષ્ઠ સ્કોર) ડિલીટ કરવામાં આવશે નહીં - જ્યાં સુધી તમે એપને તમારા બાળક માટે ફરીથી ઉપલબ્ધ કરાવવાનું નક્કી ન કરો, ત્યાં સુધી બસ તેને છુપાવવામાં આવશે.

તમારા બાળકો સાથે એપ વિશે ચર્ચા કરતી વખતે, તેમને કઈ એપ અને ગેમમાં સૌથી વધુ મજા આવે છે તે વિશે તેમની સાથે વાત કરો. તેઓ સ્કૂલ, કાર્યો અથવા બસ બહાર રમવા જેવી બાબતો સાથે આ એપનો યોગ્ય રીતે સંતુલિત ઉપયોગ કરે છે તે વાતની ખાતરી કરવાની સાથે તેમને શેમાં રુચિ છે તે જણાવવાની આ શ્રેષ્ઠ તક છે.

સ્ક્રીન સમય પર નજર રાખો

તમારા બાળકે તેના ડિવાઇસનો ઉપયોગ કરવામાં કેટલો સમય પસાર કરવો જોઈએ તે તમારા પર છે, પણ Family Link તમને મર્યાદાઓ સેટ કરવામાં કેટલીક રીતે સહાય કરી શકે છે.

સ્ક્રીન સમયની મર્યાદાઓ

Family Link તમને તમારા બાળકના Android ડિવાઇસ માટે દૈનિક સ્ક્રીન સમય માટેની પરવાનગીઓ સેટ કરવાની મંજૂરી આપે છે. તમારા બાળક સાથે થોડો સમય પસાર કરવાની અને દરરોજ ડિવાઇસ પર પસાર કરવા માટે વાજબી સમય કેટલો હોઈ શકે તેની ચર્ચા કરવાની તથા તમારામાંથી દરેક વ્યક્તિ માટે કામ કરે તેવી મર્યાદાઓ અંગે સંમત થવાની આ શ્રેષ્ઠ તક છે. માતાપિતા અને બાળકો બન્ને જોઈ શકે છે કે હજી કેટલો સ્ક્રીન સમય ઉપલબ્ધ છે, જેનાથી માતાપિતા માટે તેમના બાળક દ્વારા ટેક્નોલોજીના ઉપયોગને મેનેજ કરવામાં સક્રિય ભૂમિકા ભજવવાનું અથવા તમારા બાળક માટે તેને પોતાની સ્વેચ્છાએ મેનેજ કરવાનું શક્ય બને છે.

સૂવાનો સમય સેટ કરો

જ્યારે સૂવાનો સમય થાય, ત્યારે તમારા બાળકને રાતની સારી ઊંઘ મેળવવામાં સહાય કરવા માટે વિક્ષેપોને શક્ય હોય તેટલા ઓછા કરવા મહત્ત્વપૂર્ણ છે. Family Link માતાપિતાને બાળકના આરામ કરવાના કલાકો દરમિયાન ડિવાઇસ પર “સૂવાનો સમય” સેટ કરવા દે છે. સૌંદરના મેદાનમાં તેમનું શ્રેષ્ઠ પ્રદર્શન કરવા જરૂરી ઊર્જા બચાવી રાખવા માટે અથવા પરીક્ષામાં ખૂબ સારી સફળતા મેળવવા જરૂરી ધ્યાન માટે, સૂવાના સમયે ડિવાઇસથી દૂર રહેવાથી થતા માનસિક અને શારીરિક લાભ બાળકો સમજે તે મહત્ત્વપૂર્ણ છે. તમે તેનો ઉપયોગ તમારા બાળકને એ સમજાવવાની તક તરીકે પણ કરી શકો છો કે જ્યારે તમે પણ સૂવાની તૈયારી કરતા હો, ત્યારે તમે તમારા પોતાના ડિવાઇસથી “દૂર રહેવા”નો પ્રયાસ શા માટે કરો છો.

બાળકનું ડિવાઇસ દૂરથી લોક કરો

જ્યારે ગૃહકાર્ય કરવાનો અથવા પરિવાર સાથે બેસીને રાતનું ભોજન લેવાનો સમય આવે, ત્યારે માતાપિતા તેમના બાળકના ડિવાઇસને Family Link એપ વડે લોક કરી શકે છે. જ્યારે ડિવાઇસનો ઉપયોગ કરવો યોગ્ય છે તથા જ્યારે તે બંધ અને પહોંચની બહાર હોવા જોઈએ તે વિશે ચર્ચા કરવાની અને પરિવાર તરીકે નિર્ણય લેવાની આ શ્રેષ્ઠ તક છે. રીયલ-ટાઇમમાં ડિવાઇસને દૂરથી લોક કરી શકવાની ક્ષમતા, માતાપિતાને તેમની ક્રિયાઓ સમજાવવાની અને પરિવારના નિર્ણયોની વધુ સમજણ આપવાની તક પૂરી પાડે છે, જેના લીધે એક જ સમયે માર્ગદર્શન અને નિરીક્ષણ કરવું શક્ય બને છે.

તેઓ ક્યાં છે તે જુઓ

જો તમારા બાળકો મોટા અથવા કિશોરો હોય, તો તમે એવો અનુભવ કર્યો હોઈ શકે છે કે તમે લિવિંગ રૂમમાં ઊભા છો અને તમે પોતાને જ પૂછો છો, “મારું બાળક ક્યાં છે?” સામાન્ય રીતે, તેઓ ફક્ત તેમના રૂમમાં શાંતિથી બેઠા છે અથવા તમે ભૂલી ગયા છો કે તેઓ તેમના મિત્રો સાથે શેરીમાં હતા. તેમ છતાં, એ જાણવું સારી વાત છે કે જો તેમની સાથે પોતાનું ડિવાઇસ હોય અને તે ચાલુ હોય, તો તમે તમારા બાળકનું સ્થાન જાણવા માટે Family Link નો ઉપયોગ કરી શકો છો.

ડિવાઇસના સ્થાનનો વિકલ્પ ચાલુ કરો

તમારા માટે તમારા બાળકોના ડિવાઇસનું સ્થાન જોવું કેમ સહાયરૂપ છે તે વિશે તેમની સાથે વાત કરો.

જેમ જેમ તમારું બાળક મોટું થતું જાય, તેમ તેમ સેટિંગની ગોઠવણ કરો

જેમ જેમ તમારું બાળક મોટું થતું જાય, તેમ તેમ તમે Family Link માંથી તેમના ઘણા એકાઉન્ટ અને ડિવાઇસ સેટિંગમાં ફેરફાર કરી શકશો. તમારા બાળક સાથે આ ફેરફારો વિશે અને એ ભવિષ્યમાં તેમને પોતાના એકાઉન્ટ અને ડિવાઇસના ઉપયોગને મેનેજ કરવા માટે તૈયારી કરવામાં કેવી રીતે સહાય કરશે તે વિશે વાતચીત કરો.

પારિવારિક વચન આપો

તમારું બાળક શોધખોળ કરતું હોય, ત્યારે Family Link તમને માહિતગાર રહેવામાં સહાય કરી શકે છે, તેની સાથે એ બાળકોને સ્માર્ટ અને આત્મવિશ્વાસથી ભરપૂર ઓનલાઇન શોધખોળકર્તાઓ બનવા માટે જરૂરી માહિતી આપવા માટે પણ સહાયરૂપ છે. Be Internet Awesome એવો પ્રોગ્રામ છે જે બાળકો માટેની ડિજિટલ સુરક્ષા અને નાગરિકતાનું શિક્ષણ આપે છે. Be Internet Awesome ની પ્રતિજ્ઞા પર સાથે સહી કરીને, તમારા બાળક સાથે આ વિષયો પર વાતચીત શરૂ કરવાનું વિચારી જુઓ. તમે તમારા બાળકોને વેબ આધારિત મફત ગેમ Interland રમવા તરફ પણ વાળી શકો છો, જે સશક્ત પાસવર્ડ બનાવવા, ઓનલાઇન દયાળુ બનવા, ફિશિંગ અને સ્કેમને ટાળવા તથા પોતાની ઓનલાઇન પ્રતિષ્ઠા અંગે સાવચેત રહેવાના વિષયોની વધુ સમજણ આપે છે. તેઓ Family Link એપના મેનૂમાં આપેલી “પરિવારો માટેની ટિપ્”માંથી સીધા Interland સાથે લિંક કરી શકે છે.