सोशल मीडिया प्लेटफार्म का सतर्कता से उपयोग और इसके दुष्प्रभाव को रोकने में विद्यालय प्रमुख की भूमिका

लेखक :सुनील कुमार शर्मा

राजस्थान स्कूल लीडरशिप अकादमी

सीमेट, जयपुर, राजस्थान

शीर्षक :– सोशल मिडिया प्लेटफॉर्म का सर्तकता से उपयोग और इसके दुष्प्रभाव को रोकने में विद्यालय प्रमुख की भूमिका ।

मॉड्यूल का क्षेत्र :– सोशल मिडिया प्लेटफॉर्म

मॉडयूल के उद्देश्य :–

1– विद्यालय में सोशल मिडिया प्लेटफार्म के दुष्प्रभाव को समझना ।

2– विद्यालय में सोशल मीडिया प्लेटफार्म के दुष्प्रभाव का आंकलन करने की आवश्यकता को समझना

3– सोशल मिडिया प्लेटफार्म की संवेदनशीलता को ध्यान में रखते हुऐ इसके दूरूपयोग को रोकने के लिए विद्यालय गतिविधियो में इसे शामिल करने की आवश्यकता को समझना।

4– विद्यार्थियो के साथ सोशल मीडिया प्लेटफार्म के उपयोग पर उचित संवाद की आवश्यकता को ध्यान मे रखते हुऐ विद्यालय गतिविधियो मे आवश्यक सुधार करने की जरूरत को समझना ।

<u>प्रस्तावना :–</u>

इन्टरनेट मीडिया के विकास की कड़ी मे सोशल मीडिया की अभूतपूर्व व्यापकता और इसके विभिन्न प्लेट फार्मो जैसे फेस बुक, युट्यूब, व्हाट्सअप, ट्विटर आदि की विद्यार्थियो में गहरी पैठ देखी जा रही है दिनो दिन अब वा्ट्सअप संस्कृति रोजमर्रा के विद्यार्थी जीवन का हिस्सा बन गई है। इस सोशल मीडिया की लोकप्रियता का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि छात्र भौतिक संवाद या आमने–सामने संवाद से ज्यादा सोशल मीडिया की वर्चुअल इन्टर ऐक्टिविटी पर ज्यादा समय बिताने लगे है और दैनन्दिन जीवन में उसे प्रयोग में भी लाते है सोशल मीडिया के सकारात्मक पक्ष के साथ साथ इसका नकारात्म्क पक्ष भी है सोशल मीडिया ने शिक्षा और अध्ययन को व्यापक

व विद्यार्थियो के लिए सुगम बना दिया है अब विद्यार्थी यूट्यूब के जरिये ज्ञान प्राप्त कर रहे है। साथ ही कई चीजो की जानकारी ले सकते है। अब हर कार्य घर बैठ कर किया जा रहा है। चाहे वो बिजली का बिल जमा कराना हो या मोबाईल का रिचार्ज करना हो।

वही इसका नकारात्मक प्रभाव भी बहुत है इसके जरिए लोग भ्रामक और गलत जानकारी फैलाते है। जिससे विद्यार्थियो पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। व्हाट्अप, फेसबुक और इंस्टाग्राम छात्रो को सबसे ज्यादा भटकाता है वह पूरा समय चैटिंग में लगे रहते है यह पढ़ाई बाधित करने का सबसे बड़ा साधन है, जिससे उनकी आँखे भी कमजोर होती है समय बर्बाद होने के कारण उनके कैरियर पर भी बहुत प्रभाव पड़ता है। जबसे इंटरनेट आया है विद्यार्थी तो मानो आउटडोर गेम भूल ही गये है। जिससे उनके शारीरिक विकास के साथ–साथ मानसिकता पर भी बहुत प्रभाव पड़ता है। इंटरनेट के अधिक उपयोग से समय के साथ पैसो की भी हानि होती है रिचार्ज का खर्चा बढ़ता है। सोशल मीडिया विद्यार्थियो को गैर जिम्मेदार बनाता है। विद्यार्थी अपने पढ़ाई और स्कूल जाने के बजाए चैटिंग, गेमिंग, इंस्टाग्राम में व्यस्त रहते है।

फेसबुक और इस्टग्राम के माध्यम से फेक आई डी बनाकर विद्यार्थियो से गलत चैटिंग कर उन्हे गुमराह करते है और गलत काम करवाते है। विद्यार्थियो की ई–मेल आईडी हैक करके जरूरी दस्तावेज भी चुरा लेते है विद्यार्थियो से सोशल मीडिया प्लेट फार्म का सर्तकता से उपयोग करने की प्रवृति का विकास जरूरी है साथ ही विद्यालयो में इसके लिए उचित वातावरण व संवाद की आवश्यकता है विद्यार्थी परिवार के अतिरिक्त यदि सबसे अधिक समय कही देता है तो वह विद्यालय है यहॉ वह इसका दुरूपयोग भी अधिक कर सकता है।

एक नेतृत्वकर्ता के रूप में विद्यालय प्रमुख को इस बात का ध्यान रखना चाहिये कि कही विद्यालय मे विद्यार्थीयो द्वारा सोशल मीडिया प्लेटफार्म का

दुरूपयोग तो नही किया जा रहा। यदि ऐसी कोई गतिविधि या घटना विद्यालय परिसर में, कक्षा शिक्षण के दौरान, खेल गतिविधियो के दौरान या फिर छात्र शिक्षक सह संबंधो में परिलक्षित होता है तो वहॉ विद्यालय प्रमुख के लिए हस्तक्षेप कर इस स्थिति में सम्भालना आवश्यक हो जाता है।

पृष्ठभूमि :–

हर विद्यार्थी को शिक्षा का अधिकार है लेकिन आज के प्रतिस्पर्धा और भौतिकता के युग में शिक्षा का उद्देश्य एक अच्छी नौकरी प्राप्त करना है। इसके लिए वह सोशल मीडिया का बेहतर इस्तेमाल करता है। शिक्षण सामग्री एवं अपनी पहुँच से दूर स्थित शिक्षक की सहायता ले सकता। सोशल मिडिया प्लेटफार्म को मिले संवैधानिक अधिकारो के साथ–साथ उनके कुछ कर्तव्य भी है विचारों की स्वतंत्रता का बेजा लाभ उठाकर इंटरनेट के माध्यम से ऐसी विषय वस्तु विद्यार्थियो के पास पहुचती है कि वे अपने मूल उद्देश्य से हटकर सोशल मीडिया का दुरूपयोग करने लगते है। सोशल मीडिया पर उपलब्ध जानकारी से गुमराह होकर साइबर ठगी का शिकार बन जाते है या साइबर अपराध कर बैठते है सरकार ने इन साइबर अपराधो को रोकने के लिए प्रयास किये है www.cybercrime.gov.in सरकारी पोर्टल है जिस पर शिकायत दर्ज की जा सकती है। हैल्प लाइन नंबर 1930 के माध्यम से सहायता प्राप्त की जा सकती है। डिजिटल दुनिया में इंटरनेट पर विद्यार्थियो को सुरक्षित रखने के लिए हेतु ऐसे बहुत से ऐप कार्यरत है जैसे नेट नैनी, बार्क का फिल्टर, नॉर्टन फैमिली, आवर पैक्ट, सेप्स–पैरेंटल कन्ट्रोल, टीनसेफ इनकी सहायता से अभिभावक और शिक्षक विद्यार्थियों के इंटरनेट इस्तेमाल को सुरक्षित बना सकते है।

किसी की निजी जानकारी फोटोग्राफ बिना उनकी सहमति से प्रकाशित करना, शेयर करना, अपराध की श्रेणी में आता है। सरकार के द्वारा साइबर सुरक्षा और सोशल मिडिया प्लेटफार्म के दुरूपयोग को रोकने का प्रयास किया

जाता है। भारतीय कानून जो राजस्थान में भी लागू होने है IT Act 2000 (संशोधित 2008) की धारा 66C, 66D, 67, 67B डेटा चोरी, गलत सूचना प्रेषित करना, बाल योन सामग्री प्रसारित करना आदि के सन्दर्भ में दण्ड का प्रावधान करती है। 506 सोशल मीडिया के माध्यम से नुकसान की धमकिया, 354–D साइबर सोशल मीडिया के माध्यम से पीछा करना एवं IPC की धारा 499–500 मानहानि से संबंधित है।

दिल्ली हाईकोर्ट ने अपमान जनक सामग्री को री ट्वीट करना भी मानहानि माना है। हाईकोर्ट ने एक विड़ियो ''बीजेपी आईटी सेल पार्ट–2'' रिटवीट करने के लिए दिल्ली के मुख्यमंत्री के खिलाफ दायर आपराधिक मानहानि मामला रद्द करने से इंकार कर दिया। जस्टिस स्वर्णकांता शर्मा ने कहा कि अपमानजनक सामग्री को री ट्वीट करना भी मानहानि के समान है।

राजस्थान सरकार डिजिटल साक्षरता और सोशल मीडिया के जिम्मेदार उपयोग को बढ़ावा देती है जिससे सोशल मीडिया के दुरूपयोग को रोका जा सके शैक्षणिक संस्थान और माता–पिता का दायित्व है कि वे सोशल मीडिया के नैतिक और कानूनी पहलुओं के बारे में युवा उपयोगकर्ता को प्रोत्साहित करे।

आपके विचार मेंः–

1. सोशल मीडिया के नैतिक पहलुओं को समझाने में शिक्षा की क्या भूमिका हो सकती है। कोई एक विचार लिखिए।
2. विद्यालय में सोशल मीड़िया के दुरूपयोग को रोकने में बतौर विद्यालय प्रमुख आप क्या कर सकते है कोई दो जिम्मेदारी लिखिए।

सोशल मीडिया का दूरूपयोग

सोशल मीडिया का विद्यार्थियो में दुरूपयोग की प्रवृति निरन्तर बढ़ रही है। समाचार पत्रों से प्रकाशित खबरे इस समस्या की भयावता को दर्शाती है हम प्रतिदिन समाचार पत्रो में इससे संबंधित खबरो को पढ़ते है हम यहॉ एक गतिविधि सम्पादित कर रहे है आपको राजस्थान राज्य से प्रकाशित एक प्रमुख समाचार–पत्र की कुछ महिनो की सोशल मिडिया से संबंधित प्रकाशित खबरों को दिखाया गया है आपको इन्हे पढ़कर प्रत्येक खबर को एक सबसे उपयुक्त वाक्य देना है यह वाक्य निम्न तालिका मे से कोई एक होना चाहिये।

लापरवाही, अपराध का कारण, दुरूपयोग, नवीनतम चुनौती, एडिक्शन, साइबर क्राइम से सुरक्षा, सैक्सटॉर्शन, ऑनलाईन सुरक्षा।

खबर संख्या–1

अब स्मार्ट फोन रिश्तो को कर रहा कमजोर

विद्यार्थियों में बढ़ रहा सोशल मीडिया पर रील बनाने का ट्रेंड, पढ़ाई प्रभावित

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

अलवर. बदलते आधुनिक युग ने आमजन को कुछ सुविधाएं प्रदान की है तो कुछ नुकसान भी दिए है। अब स्कूल और कॉलेज में पढ़ाई करने वाले विद्यार्थियों में सोशल मीडिया पर रील बनाने का ट्रेंड चल रहा है। इससे विद्यार्थियों की पढ़ाई प्रभावित हो रही है। विद्यार्थी अपने सोशल मीडिया पर रील बनाने के लिए अलवर जिला सहित आसपास के क्षेत्रों के ऐतिहासिक इमारत, पहाड़, तालाब, नदी, मंदिर और दर्शनिक स्थलों पर पहुंचकर फोटो, वीडियो को शूट करते हैं। विद्यार्थियों अपने साथ-साथ अपने मित्रों को भी सोशल मीडिया से जोड़कर तरह-तरह के पोस्ट डालते रहते हैं। इससे विद्यार्थियों में व्यस्तता बढ़ रही है।

स्मार्ट फोन विद्यार्थियों के लिए बना रहा घातक, रिश्ते भी हो रहे कमजोर: शहर सहित ग्रामीण क्षेत्रों मे पढ़ाई करने वाले विद्यार्थियों के अभिभावक एक बात से चिंतत होने लगे हैं। अपने विद्यार्थियों को स्मार्ट फोन से दूर करने को कोशिश में जुटे हुए हैं। इस विद्यार्थी ऑनलाइन पढ़ाई के लिए स्मार्ट फोन को लेते है। उसमें ऑनलाइन गेम व अनावश्यक वीडियों की रील को देखते रहते है।

दूरियां पैंदा कर रहा है फोन: सामान्य अस्पताल मनोरोग विशेषज्ञ शिशुपाल सिंह ने बताया कि विद्यार्थियों में बढ़ता स्मार्ट फोन का क्रेज दूरियां पैदा कर रहा है। विद्यार्थी अपने परिवार के साथ समय व्यतीत करने की जगह फोन का इस्तेमाल करते है। विद्यार्थियों पर अभिभावकों की नजर होनी चाहिए कि उनके जीवन शैली में किस प्रकार का बदलाव आ रहा है और अनावश्यक फोन के उपयोग को धीरे-धीरे बंद करने की कोशिश करनी चाहिए।

ये रोग हो सकते है उत्पन्न

सोशल मीडिया का आवश्यकता से अधिक उपयोग करना कई रोगों को बढ़ावा दे सकता है। अधिक उपयोग से पढ़ाई में मन कम लगना, शैक्षिक कामों से दूरी, तनाव होना, दैनिक क्रिया में बदलाव, चिंता बढ़ाना, आंख संबंधित रोग और शारीरिक और मानसिक रोगों को पनपने का मौका मिलता है।

आप द्वारा चयनित वाक्य ....

<u>खबर संख्या–2</u>

ईवीएम तक पहुंचे मोबाइल...

मतदान करने के वीडियो खूब हो रहे हैं वायरल

किसी का हाथ दिख रहा तो किसी के पैर भी आ रहे नजर

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

अलवर @ पत्रिका. जिले में चुनाव शांतिपूर्ण हुआ लेकिन इस बार गोपनीयता जरूर भंग हुई। तमाम लोग मोबाइल ईवीएम तक ले गए। वोट डालते हुए वीडियो बनाए। यही वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहे हैं। हैरत तो ये है कि इस बार वेब कास्टिंग की भी व्यवस्था 50 फीसदी बूथों पर थी लेकिन ये कैमरे में कैद नहीं हो सके। हालांकि जिला प्रशासन का कहना है कि ऐसे लोगों की पहचान होगी तो कार्रवाई करेंगे।

मतदान के लिए लोग बूथों के बाहर लगे थे। सुरक्षा कर्मियों ने लोगों को सूचित किया कि मोबाइल फोन अंदर न ले जाएं। यदि किसी के पास गलती से आया भी है तो वह उसे बंद कर लें लेकिन इसका असर वोटरों पर नहीं हुआ। वह ईवीएम तक पहुंचे। वहीं मोबाइल जेब से निकाला और फिर अपने वोट करने की प्रक्रिया का वीडियो बनाया। कई वीडियो में ये भी दिखाया गया है कि वह पहली उंगली वोट देने के लिए एक दल के प्रत्याशी के निशान की तरफ ले जाते हैं लेकिन वोट फिर दूसरे दल के प्रत्याशी के निशान पर देते हैं। वीडियो में दिखाने की कोशिश की जा रही है कि वह गलती नहीं कर सकते। जहां वोट देना है उंगली वहीं दबेगी। फोटो भी लोगों ने ईवीएम पर वोटिंग के खिंचवाए हैं। जानकारों का कहना है कि इस बार 1300 से अधिक बूथों पर वेब कास्टिंग हुई। कैमरे लगाए गए लेकिन ये मोबाइल आदि नहीं दिखे।

जिला प्रशासन ऐसे लोगों की पहचान होने पर करेगा कार्रवाई

मोबाइल के जरिए वोट डालने की प्रक्रिया का वीडियो नहीं बनाना चाहिए। ऐसे लोगों की यदि पहचान होगी तो कार्रवाई करेंगे।
– उत्तम सिंह शेखावत, उप जिला निर्वाचन अधिकारी

आप द्वारा चयनित वाक्य .....

खबर संख्या–3

सोशल मीडिया पर अत्यधिक सक्रियता ला रही है खालीपन

वर्तमान समय में ऑनलाइन शिक्षा के बढ़ते प्रचलन के कारण युवा साइबर एडिक्शन की गिरफ्त में आता जा रहा है। अभिभावकों के लिए यह एक नई चुनौती बन गई।

सवाल: सोशल मीडिया की आदत लत है या बीमारी?

जवाब: सोशल मीडिया एडिक्शन, ऑनलाइन गेमिंग, पॉर्न एडिक्शन, गैंबलिंग, ऑनलाइन डेटिंग इत्यादि न्यूरो सायकेट्री के अनुसार बिहेवियरल एडिक्शन की श्रेणी में आते हैं।

सवाल: मेडिकल साइंस के अनुसार इस लत का विज्ञान कैसे काम करता है?

जवाब: मेडिकल साइंस शोध के अनुसार यह आनंद को नियंत्रित करने वाले डोपामिन रिवॉर्ड पाथवे से संचालित होते हैं। डोपामिन, मस्तिष्क में आनंद का एक न्यूरोट्रांसमीटर रसायन है। मस्तिष्क के हिप्पोकेम्पस, एमिगडेला, न्यूक्लियस एक्मबेन्स एवं प्रिफ्रंटल कोर्टेक्स इस रिवॉर्ड पाथवे के हिस्से हैं। खुशी देने वाले कार्य, अकादमिक एवं खेलकूद उपलब्धियां, अच्छा खानपान एवं अच्छे रिश्ते डोपामिन में प्राकृतिक तरीके से वृद्धि करते हैं। बिहेवियरल एडिक्शन जैसे गेमिंग, पॉर्न एडिक्शन, गैंबलिंग, ऑनलाइन डेटिंग से निकलने वाले डोपामिन की मात्रा कई गुना ज्यादा होती है और यह इंस्टेंट ग्रेटिफिकेशन के सिद्धांत पर काम करता है। एडिक्शन के केस में मस्तिष्क का प्रिफ्रंटल कोर्टेक्स एरिया निर्णय लेने की क्षमता एवं प्लानिंग को प्रभावित करता है। इस तरह बिहेवियरल एडिक्शन इसी रिवॉर्ड पाथवे के बदलाव की समस्या है।

सवाल: कैसे पहचान सकते हैं लत की गंभीरता?

जवाब: नशीले पदार्थों के सेवन की तरह जब इस तरह के मामलों में व्यक्ति को स्मार्टफोन के इस्तेमाल से रोका जाता है तो विड्रॉल इफेक्ट जैसे काम में अरुचि, मूड स्विंग्स, चिड़चिड़ापन, बेचैनी एवं उदासीनता के तौर पर सामने आती है।

डॉ. पी एल भालोठिया
मनोचिकित्सक एवं नशा मुक्ति विशेषज्ञ

खबर संख्या–5

आप द्वारा चयनित वाक्य .....

आप द्वारा चयनित वाक्य :-

खबर संख्या–4

पोलमपोल भायो

अबकी बड़ा चुणाव में, मुद्दाँ की बरसात।
होबा लागी मुरधरा, यूसीसीं की बात!!

वर्ल्ड सेफर इंटरनेट डे पर विशेष

इंटरनेट का उपयोग करते समय रहें सावधान, हो सकती है परेशानी

साइबर क्राइम से पंबंधित मामले हर ाल 50 प्रतिशत की दर से बढ़ रहे

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

उदयपुर . आज इंटरनेट सभी की जरूरत बन चुका है, लेकिन इसका दुरुपयोग कर साइबर अपराधी आए दिन निजी तस्वीरों और जानकारी से छेड़छाड़ कर लोगों खासतौर पर लड़कियों को परेशानी में डाल देते हैं। वहीं, कई तरह के लुभावने ऑफर देकर लोगों की जेब खाली कर देते हैं। लेकिन इन तक पहुंचने का रास्ता भी इंटरनेट से ही निकालता है। डिजिटल दुनिया के बहुत फायदे हैं तो कई खतरे भी हैं, इससे खुद को बचाने के लिए हमें अपने इंटरनेट को सुरक्षित रखना होगा। वर्ल्ड सेफर इंटरनेट डे यानी इंटरनेट सुरक्षा दिवस पर ऑनलाइन दुनिया में सुरक्षित रहने के कुछ उपाय बता रहे हैं साइबर एक्सपर्ट-

महिलाएं हेल्पलाइन नंबर पर कॉल करें

एक्सपर्ट श्याम चंदेल ने बताया कि हर साल साइबर क्राइम के मामले 50 प्रतिशत की दर से बढ़ रहे हैं। जनवरी में ही 70 केस साइबर क्राइम के उनके पास आए हैं। इसमें अधिकतर महिलाओं से जुड़े हैं। कई बार वे ये मामले दर्ज कराने में हिचकिचाती हैं। लेकिन वे कहीं जाएं बिना भी मामला दर्ज करा सकती हैं। वे www. cybercrime. gov. in पोर्टल के माध्यम से ऐसे मामलों की शिकायत दर्ज करा सकती हैं या फिर 1930 हेल्पलाइन नंबर की सहायता ले सकती हैं। इंटरनेट का सही इस्तेमाल कर महिलाएं अपने आप को सुरक्षित रख सकती हैं।

श्याम चंदेल

मजबूत पासवर्ड और टू फैक्टर ऑथेंटिकेशन

एक मजबूत पासवर्ड रखना जरूरी है और अलग-अलग प्लेटफॉर्म पर आपके पासवर्ड एक जैसे नहीं होने चाहिए। ट्विटर, फेसबुक और गूगल जैसी कंपनियां अकाउंट को अतिरिक्त रूप से सुरक्षित रखने के लिए टू फैक्टर आथेंटिकेशन (दो कारक प्रमाणीकरण) की सुविधा देती हैं। तो आपके लिए बेहतर है कि आप टू फैक्टर ऑथेंटिकेशन का इस्तेमाल करें।

स्पैम, घोटालों और फिशिंग (फंसने) से सावधान रहें

आप इस बात का ध्यान रखें कि आप कहां हैं। जो भी लिंक आपके पास हो उसकी जांच करें, वेबसाइट पर पॉप-अप्स से सावधान रहें। यदि आप कुछ ऑनलाइन यह देखते हैं कि आपने कुछ जीता है और ऐसा लगता है कि यह सत्य है, लेकिन काश ऐसा होता। फिशिंग स्कैमर बड़ी संख्या में लोगों को जालसाजी वाले मैसेज भेजते हैं ताकि उनकी निजी जानकारी जैसे पासवर्ड आदि हासिल कर सकें।

पता करें साइट सिक्योर है या नहीं

जब भी आप किसी वेबसाइट पर जाते हैं, तो आपको उसके यूआरएल पर जरूर ध्यान देना होगा। आपको बता दें कि सुरक्षित साइट्स के यूआरल की शुरुआत एचटीटीपीएस से होती है। अगर आपको यूआरल में सिर्फ एचटीटीपी दिखता है, तो आपको इन वेबसाइट से बचना चाहिए। वहां एस (एस) का मतलब है कि वेबसाइट पूरी तरह से सिक्योर है।

आप द्वारा चयनित वाक्य :-

अभी हमने अखबारों की पांच कटिंग को पढ़ा। इन्हें पढ़कर आपने प्रत्येक को एक उपयुक्त वाक्य दिया होगा। आपका दिया हुआ वाक्य सही है आईये इन वाक्यों पर सोशल मीडिया के संदर्भ में विचार करें।

क्र.सं.	एक वाक्य	खबर संख्या	विचारणीय बिन्दु
1	लापरवाही	1	यह खबर हमारी लापरवाही को दर्शा रही है विद्यार्थियों को स्मार्टफोन उनके अध्ययन में सहायता के लिए दिया जाता है लेकिन फोन देने के बाद उन पर नजर नहीं रखते स्वतंत्र छोड़ देते है जो गलत है। माताएं छोटे बच्चों को चुप कराने के लिए स्मार्टफोन का सहारा लेती है।
2	दुरूपयोग	2	यह खबर देखकर विचार आता है कि लोकतंत्र के वोट की गोपनीयता बनाए रखने के लिए नियम का पालन नहीं किया जा रहा है। स्मार्टफोन का दुरूपयोग करके गोपनीयता भंग करना यह दर्शाता है कि हम विद्यार्थियों को मोबाइल शिष्टाचार नहीं सिखा पा रहे है। इसलिए बड़े होकर वह ऐसी गलती करते है।
3	एडिशन	3	यह खबर एक मनोचिकित्सक के विचार है जो मोबाइल लत को एक बीमारी मानते है। वास्तव में हम दैनिक जीवन में भी विद्यार्थियों को टोकते रहते है कि तुम्हे तो मोबाइल की लत लग गई है।
4	साईबर क्राइम सुरक्षा	4	खबर वर्ल्ड सेफर इंटरनेट डे पर छपी है विशेष रूप से छात्राओं को सरकारी नंबर एवं पोर्टल की जानकारी क्यों जरूरी है इस बारे में बताती है।
5	ऑनलाईन सुरक्षा	5	शायद हममें से कुछ ही विद्यालय प्रमुखों को ऑनलाईन सुरक्षा के सभी ऐप के बारे में जानकारी हो क्या हमने इन सभी ऐप और ऐसी जानकारी हमारे विद्यार्थियों को कभी दी है।

हमने अखबार की अलग–अलग तारीखों में प्रकाशित सोशल मीडिया से संबंधित खबरों को पढ़ा इन्हें पढ़कर हमारे मन में जो विचार आया उसी आधार पर हमने इन्हें एक वाक्य दिया है। ये सभी खबरे हमें विद्यार्थियों को सोशल मीड़िया प्लेटफार्म के प्रति जागरूक करने की आवश्यक को बताती है।

चिंतन के प्रश्न

1. उपरोक्त खबरों से समानता जो आपने अपने विद्यालय के विद्यार्थियों में महसूस की।
2. क्या विद्यालय प्रमुख विद्यार्थियों से लगातार संवाद स्थापित कर सोशल मीडिया के उचित इस्तेमाल को बढ़ावा दे सकते है।
3. क्या आप जानते है कि विद्यालय प्रमुख सोशल मीड़िया के दुरूपयोग रोक सकता है। यदि हां तो कोई दो तरीके लिखिए।

इस गतिविधि से हम यह समझ पाये होंगे की सोशल मीडिया प्लेटफार्म का सर्तकता से उपयोग विद्यार्थियों के लिए क्यों आवश्यक है। माता–पिता और विद्यालय परिवार की सामूहिक जिम्मेदारी है कि विद्यार्थियों को इंटरनेट के सही इस्तेमाल के लिए प्रोत्साहन दिया जाये ओर उनकी हर गतिविधियों पर नजर रखकर उचित मार्गदर्शन दिया जाये। विद्यालय प्रमुख के रूप में समस्त स्टाफ का सहयोग लेकर विद्यालय वातावरण को ऐसा बनाया जा सकता है जिसमें सोशल मीडिया प्लेटफार्म का उचित इस्तेमाल किया जाये ओर उसका दुरूपयोग नहीं हो।

सोशल मीडिया के सतर्कता से उपयोग में विद्यालय प्रमुख की जिम्मेदारी

संस्था के प्रमुख होने के नाते हमारी कुछ विशेष जिम्मेदारी बनती है क्योंकि सोशल मीडिया का उपयोग एक व्यक्तिगत कार्य है विधार्थी इसे उपयोग में लेता है उसके द्वारा समूह में मित्रों के साथ के साथ कुछ बातें साझा की जाती है लेकिन वह सभी बातें साझा करें यह जरूरी नहीं है। सोशल मीडिया के दुरुपयोग को रोकने और इसके सजकता व सर्तकता से उपयोग बढ़ाने के लिए विधालय प्रमुख को लगातार विद्यार्थियों से सामूहिक और व्यक्तिगत संवाद करना होगा कुछ गतिविधियां विद्यालय में संपन्न कराई जा सकती है साथ ही

विद्यालय प्रमुख को विद्यालय गतिविधियों में विद्यार्थियों के व्यवहार पर नजर रखनी चाहिए।

कुछ गतिविधियॉ जो विद्यालय प्रमुख कर सकते हैं जैसे- डिजिटल जागरूकता मेले का आयोजन, पीटीएम में अभिभावकों के साथ एवं जन समुदाय के साथ सोशल मीडिया की जागरूकता पर चर्चा की जानी चाहिए, पंचायत अथवा मुख्य स्थान पर नुक्कड़ नाटक रोल प्ले रैली द्वारा सोशल मीडिया उपयोग के प्रति जागरूक किया जा सकता है, साइबर सेफ्टी कार्यक्रमों का आयोजन किया जाए जिसमें वीडियो क्लिप के द्वारा साइबर सुरक्षा उपायों और इससे संबंधित कानूनी प्रावधानों को बताया जाए, विद्यालय में शनिवार को आयोजित नो बैग-डे दिवस का उपयोग इस कार्य के लिए किया जा सकता है। इसमें प्रतियोगिता, पोस्टर बनवाना जैसी गतिविधियों के द्वारा इंटरनेट के सुरक्षित उपयोग को बढ़ावा दिया जा सकता है विद्यार्थियों को इस बात के लिए प्रोत्साहित किया जा सकता है कि वह पढ़ाई और सोशल मीडिया में संतुलन बना सकते हैं इसके लिए विद्यार्थियों को एक समय सीमा के अनुसार ही सोशल मीडिया का प्रयोग करना चाहिए सही कार्य के लिए इंटरनेट का उपयोग होना चाहिए यदि किसी विद्यार्थी को इसकी लत लगी है तो उसे समय प्रबंधन करने के लिए कहना चाहिए। विशेषज्ञ व्यक्तियों को आमंत्रित करके विद्यार्थियों को जागरूक किया जा सकता है वार्ता सत्र आयोजित किये जा सकते हैं सोशल मीडिया के सही उपयोग की तकनीकी को सीखने के लिए कार्यशालाएं आयोजित की जा सकती है जैसे कि ऑनलाइन गोपनीयता सतर्कता और सोशल मीडिया पोस्ट के लिए समय प्रबंधन प्रतियोगिताएं सोशल मीडिया पर सतर्कता को बढ़ावा देने के लिए प्रतियोगिता का आयोजन। अच्छी सामग्री बनाने या विषय पर विचार विस्तार करने के लिए इन गतिविधियों के माध्यम से विद्यार्थी सोशल मीडिया का सही तरीके से उपयोग करता है और उसके प्रभाव से बचने के लिए तैयार हो सकते हैं विद्यालय प्रमुख विद्यार्थियों के लिए सोशल मीडिया का उपयोग करते समय बरते जाने वाली सावधानियां के बारे में उन्हें प्रशिक्षित करवा सकते हैं।

विद्यार्थियों को सोशल मीडिया शिष्टाचार का ज्ञान कराना बहुत जरूरी है विद्यालय परिसर में मोबाइल के प्रयोग नियंत्रित करने के कुछ उपाय हैं-

1 मोबाइल फोन को परीक्षा के समय छात्रों से संग्रहण के लिए स्थान देना।

2 परीक्षाओं के दौरान मोबाइल फोन को अनुमति पत्रिका में प्रतिबंधित करना।

3 परीक्षाओं के लिए छात्रों को मोबाइल फोन ले जाने की अनुमति न देना।

4 प्रशासनिक अधिकारियों व कर्मचारियों द्वारा परीक्षा केदो में मोबाइल फोन की जांच करना।

5 छात्रों को शिक्षिकाओं द्वारा मोबाइल फोन के उपयोग के नियमों का पालन करने के लिए प्रोत्साहित करना।

केस स्टडी 1

यह केस स्टडी अलवर जिले की है**!** अलवर जिले की शिक्षिका जो महिलाओं के लिए रोल मॉडल का कार्य कर रही है राजकीय विद्यालयों की छात्रों के लिए प्रेरणा स्रोत है उन्होंने बताया कि किस तरह विद्यालय छात्रों का स्मार्टफोन पर फेसबुक फ्रेंड बनाना**]** उनके करियर को बर्बाद करने का कारण बन जाता यदि विद्यालय प्रमुख का छात्राओं के साथ उचित संवाद और विद्यालय स्टाफ के साथ समन्वय नहीं होता। राजकीय विद्यालय की छात्राएं स्मार्टफोन पर फेसबुक चलाती थी इसी सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर इनका संपर्क लड़कों से हुआ और वह उनके साथ कथित फेसबुक फ्रेंड बन गए और यही से शुरू होता है सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म का दुरुपयोग। छात्राएं अधिकांश समय फेसबुक पर बिताने लगी जिससे उनका पढ़ाई पर से ध्यान हटने लगा और धीरे-धीरे इनकी फेसबुक फ्रेंड से निकटता बढ़ती गई और लड़कों ने छात्राओं को काल्पनिक दुनिया में विचरण कराना शुरू कर दिया और स्थिति यहां तक पहुंच गई कि यह छात्राएं अपने फेसबुक फ्रेंड के साथ भाग कर कहीं दूसरे शहर में जाने को तैयार हो गई। लेकिन समय रहते विद्यालय प्रमुख की सूझबूझ और छात्राओ और से संवाद के कारण उन्हें पता लगा और उन्होंने अपने नेतत्व क्षमता के बल पर सभी शिक्षकों का सहयोग लेकर छात्रों के परिवारों से संपर्क किया छात्राओं को सोशल मीडिया के आवासीय दुनिया और इस पर होने वाले फ्रॉड के बारे में बताया और सचेत किया । उनके सामने कुछ उदाहरण प्रस्तुत किया जिसके ये छात्रायें उन तथाकथित फेसबुक के मित्रों से अलग हो गई लेकिन फिर भी उन लडको ने सोशल मीडिया पर लगातार उन छात्रों का पीछा किया चूंकि विधालय प्रमुख अब भी लगातार छात्राओं के संपर्क में थे उन्होंने साइबर क्राईम पुलिस की सहायता ली तब यह बात और सामने आई की यह लड़के फेसबुक पर फेक आईडी से छात्राओं के संपर्क में थे इन्हें देश की सीमा से बाहर से हैंडल किया जा रहा था और यह एक गिरोह के रूप में कार्य कर रहे थे जो विद्यालय छात्राओं को अपनी बातों में

उलझाकर गलत जानकारी देकर उनसे दोस्ती करते हैं और फिर उन्हें अपने पास बुलाकर गलत कामों में इस्तेमाल करते हैं। निश्चित रूप से यहां विद्यालय प्रमुख का रोल सफल नेतृत्वकर्ता का रहा जिन्होंने समस्या की पहचान की उसे पर मनन किया और फिर उसका उचित समाधान किया

केस स्टडी 2

यह केस स्टडी राजकीय विद्यालय की छात्राओं के एक समूह की है जिसमें कक्षा **5, 8, 10** में अध्यनरत छात्राएं सम्मिलित थी ये छात्राएं पिछले चार-पांच दिनों से विद्यालय नहीं आ रही थी कक्षा पांचवी की कक्षा अध्यापक मालती ने छात्रा सुरेखा के विद्यालय नहीं आने पर ध्यान दिया उसने अन्य बालिकाओं से जानकारी प्राप्त की लेकिन कोई संतुष्टि पूर्ण जवाब नहीं मिला लेकिन उससे बातचीत करने से एक बात निकल कर आई कि केवल सुरेखा का ही नहीं उसके साथ टेंपो में विद्यालय आने वाली कक्षा आठवीं व दसवीं की छात्राएं भी विद्यालय नहीं आ रही है। मालती को चिंता हुई और उसने विद्यालय प्रमुख संतोष से इस संदर्भ में बात की विद्यालय प्रमुख संतोष ने कक्षा आठवीं व दसवीं की कक्षा अध्यापकों को अपने कक्ष में बुलाया और तीनों छात्राओं के घर जाकर पता लगाने का निर्देश दिया। दो अध्यापिकाएं उसी दिन शाम को सुरेखा के घर पहुंची उसके परिवार जनों से मिलकर विद्यालय नहीं आने का कारण जाना लेकिन कोई ठोस उत्तर नहीं मिला बल्कि उन्होंने सुरेखा पर आरोप लगा दिया कि यह पढ़ती नहीं है और विद्यालय जाने से जी चुराती है उन्होंने परिवारजनों को समझाया कि आप थोड़ा धैर्य रखें इसे कल विद्यालय भेजें और सुरेखा को भी प्यार से समझाया। अगले दिन जब विद्यालय प्रमुख ने प्रार्थना सभा के बाद तीनों छात्राओं की उपस्थिति के बारे में कक्षा अध्यापक से पूछा तो पता चला कि सुरेखा आज उपस्थित है विद्यालय प्रमुख ने सुरेखा को उसकी कक्षा अध्यापक के साथ अपने कक्ष में बुलाया और उससे प्यार से बात की जब उस विद्यालय से अनुपस्थित रहने का कारण पूछा तो सुरेखा रोने लगी और उसने केवल इतना ही बताया कि उसके साथ की कक्षा **10** वी की छात्रा जबरदस्ती टेंपो ड्राइवर के पास बैठने के लिए कहती है और वह ड्राइवर उसे परेशान करता है। सुरेखा की बात सुनकर विद्यालय प्रमुख संतोष और कक्षा अध्यापक मालती समझ गए कुछ गड़बड़ है दोनों ने सुरेखा को चुप कराया और उसे समझाया कि वह उनके साथ है उसे डरने की आवश्यकता नहीं है और उसे कक्षा में भेज दिया। साथ ही निर्णय लिया कि वह खुद उन दोनों छात्राओं के घर जाएगी। शाम को विधालय

प्रमुखसंतोष उन दोनों छात्राओं के घर गई उनके परिवार जनों से मिली और उन्होंने **11**वीं की छात्रा कामना से अकेले में बात की इसके बाद उन्हें सारी घटना का पता चला संतोष ने परिवार जनों को समझाया दोनों छात्राओं को समझाया और भविष्य में उन्हें स्मार्टफोन का उचित प्रयोग करने की सलाह दी और इसके दुरुपयोग के परिणाम के बारे में बताया। विद्यालय प्रमुख ने परिवार जनों को समझा कर टेंपो चालक के विरुद्ध पुलिस में शिकायत दर्ज करवाई। सोमवार को जब विद्यालय लगा तो तीनों छात्राएं विद्यालय में उपस्थित थी अर्ध विश्राम के समय विद्यालय प्रमुख संतोष ने सभी स्टाफ की मीटिंग ली और उन्हें सुरेखा और दो अन्य छात्राओं के बारे में बताया। विधालय प्रमुख संतोष ने बताया कि किस प्रकार टेंपो ड्राइवर ने कक्षा **11** की छात्रा कोमल के फोन नंबर लेकर उसे व्हाट्सएप पर कुछ अश्लील सामग्री भेजी और कोमल को ब्लैकमेल करना शुरू किया। कोमल को अपने जाल में फंसा कर उसने अन्य दो बच्चियों को भी फसाना चाहा इसके लिए उसने कोमल के जरिये उन पर दबाव बनाया वह टेंपो में उन्हें अपने पास बैठाकर लाता और संतोष ने बताया कि किस प्रकार सुरेखा जो कक्षा **5** की छात्रा है उस पर काजल ने दबाव बनाकर टेंपो ड्राइवर से मित्रता करने को कहा जिससे सुरेखा घबरा गई जब उसने शिकायत करने की बात की तो टेंपो ड्राइवर ने तीनों को छात्राओं को धमकाया और डर कर उन्होंने विद्यालय आना बंद कर दिया। विधालय प्रमुख संतोष ने बताया कि माल्ती मैडम ने यह नोटिस किया और सुरेखा के घर जाकर बात की फिर मैंने रविवार के दिन तीनों छात्राओं के घर पर जाकर बात की तब इस पूरी कहानी का पता चला। सभी शिक्षक यह सुनकर स्त्ब्ध थे उनहें विश्वास नहीं हो रहा था कि इस प्रकार की घटना भी हो सकती है। विद्यालय प्रमुख ने सभी को संबोधित करते हुए कहा कि आप सभी मालती की तरह सतर्क एवं सजगह रहे रहे ध्यान रखें यदि कोई छात्रा असामान्य व्यवहार कर रही है तो तुरंत संज्ञान ले और उससे संवाद करें साथ ही स्मार्टफोन का सतर्कता से उपयोग किस प्रकार से किया जाए, सोशल मीडिया शिष्टाचार का पालन किस प्रकार से करें और इसके दुरुपयोग को कैसे रोका जाए इसके बारे में विद्यार्थियों को जागरूक करें। विद्यालय प्रमुख की सतर्कता से आज सुरेखा व अन्य छात्राएं सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म के गलत प्रयोग से फसते हुए बच गई।

समेकन :

सोशल मीडिया संवाद का साधन है मनुष्य हमेशा से संवाद के लिए किसी न किसी साधन को प्रयुक्त करता आया है लेकिन सोशल मीडिया का दुरुपयोग भी संवाद से ही नियंत्रित किया जा सकता है अब तक की चर्चा का सार यही है कि विद्यालय प्रमुख एक नेतृत्व करता के रूप में सभी को साथ लेकर एक टीम के रूप में कार्य करें तो किसी भी समस्या का उचित समाधान खोजा जा सकता है सोशल मीडिया जो आज की आवश्यकता है जितना जरूरी है जितना लाभप्रद है उतना ही उसका दुरुपयोग खतरनाक हो जाता है शिक्षा जगत में इसका उपयोग दिन प्रतिदिन बढ़ रहा है साथ ही दुरुपयोग भी जिसे विद्यालय प्रमुख अपनी नेतृत्व क्षमता के बल पर इसकी सतर्कता से उपयोग को बढ़ावा देकर इसके दुरुपयोग को रोक सकता है जैसा की राजकीय विद्यालय के इन विद्यालय प्रमुखों ने किया |

संदर्भ सूची

1. राष्ट्रीय शिक्षा नीति, 2020
2. किशोर विद्यार्थियों पर सोशल मीड़िया का प्रभाव– डॉ0 नवनीत शर्मा, आर. एस.सी.ई.आर. टी., उदयपुर।
3. सोशल मीड़िया का उच्चतर माध्यमिक शाला के विद्यार्थियों पर प्रभाव का अध्ययन–प्रांजल शर्मा एवं मनीष जैन (शोध संगम)।
4. **A. Jesu Kulandariraj (2017)**
   "Impact of Social Media on Life Style of Youth"
   Vedio Link
   1. https://parikshapecharcha.com/effect-of-social-media-on-life-of-a-student
   2. https://youtu.be/gICkRubcBDk?si=ZmkQ5lhYkTHVx7vc

लेखक–सुनील कुमार शर्मा
वरिष्ठ व्याख्याता
जिला शिक्षण एवं प्रशिक्षण संस्थान (डाईट)
जिला–अलवर (राज0)