

Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM



ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

রিসার্চের বিষয়ঃ

সোশ্যাল মিডিয়ার উপকারিতা ও অপকারিতা

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মুফতি: মুজিবুর রহমান

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

জমা দিয়েছেনঃ

মাসুমা ইয়াসমিন

রোলঃ 228021768

২০ মে, ২০২৫ ইং

Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM



ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

রিসার্চের বিষয়ঃ

সোশ্যাল মিডিয়ার উপকারিতা ও অপকারিতা

এই রিপোর্ট টি ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসার ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক
স্টাডিজের একটি আনুসঙ্গিক রিপোর্ট।

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মুফতি: মুজিবুর রহমান

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

জমা দিয়েছেনঃ

মাসুমা ইয়াসমিন

রোলঃ 228021768

Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

প্রত্যয়ন পত্র

এই মর্মে প্রত্যয়ন করা যাচ্ছে যে, “ সোশ্যাল মিডিয়ার উপকারিতা ও অপকারিতা ” বিষয়ক গবেষণাপত্র টি আমার তত্ত্বাবধানে ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ ডিপার্টমেন্ট থেকে মাসুমা ইয়াসমিন , আইডিঃ 228021768 বিচক্ষণতার সাথে সম্পন্ন করেছেন।

(স্বাক্ষর)

তত্ত্বাবধানেঃ

মুফতি: মুজিবুর রহমান

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

(স্বাক্ষর)

এক্সটারনালঃ

মাও: আরমান হোসাইন

কুরআন ট্রান্সলেশন ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

ঘোষণাপত্র

আমি নিম্নস্বাক্ষরকারী এ মর্মে ঘোষণা করছি যে, “ সোশ্যাল মিডিয়ার উপকারিতা ও অপকারিতা ” শিরোনামে এই গবেষণাপত্র ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসার (Islamic Online Madrasah - IOM) ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ বিভাগের মুফতি: মুজিবুর রহমান উস্তাদের প্রত্যক্ষ তত্ত্বাবধানে ও নির্দেশনায় সম্পন্ন করেছি। অন্য কোন বিশ্ববিদ্যালয় বা প্রতিষ্ঠানে কোন প্রকার ডিগ্রি/ডিপ্লোমা অর্জনের জন্য বা প্রকাশের জন্য গবেষণাপত্র সম্পূর্ণ কিংবা এর অংশবিশেষ উপস্থাপন করা হয়নি।

আমি আরও ঘোষণা করছি যে, এই গবেষণা কর্মটি আমার নিজস্ব মৌলিক রচনা। আমার জানা মতে ইতিপূর্বে আর কোন ব্যক্তি এই শিরোনামে কোন গবেষণাপত্র রচনা করেননি।

(স্বাক্ষর)

মাসুমা ইয়াসমিন

তারিখঃ

২০ মে, ২০২৫ ইং

আইডিঃ 228021768

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ।

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা।

সূচিপত্র

সারসংক্ষেপ.....	8
ভূমিকা.....	9
সোশ্যাল মিডিয়ার সংজ্ঞা.....	12
সোশ্যাল মিডিয়ার কিছু গুরুত্বপূর্ণ বৈশিষ্ট্য:.....	13
সোশ্যাল মিডিয়ার ইতিহাস	13
সোশ্যাল মিডিয়ার বিভিন্ন ধরণ.....	17
সোশ্যাল মিডিয়ার উপকারিতা.....	17
যোগাযোগ সহজতর করা	18
শিক্ষা.....	18
তথ্য ও আপডেট	27
পেশাগত নেটওয়ার্কিং	27
গ্রুপ তৈরি	27
আইন প্রয়োগকারী সংস্থা	27
ব্যবসায় সাফল্য.....	28
মার্কেটিং	29
নিয়োগে সোশ্যাল মিডিয়ার ব্যবহার	31
সম্প্রচারের জন্য মুক্তিযোগ্য প্ল্যাটফর্ম.....	32
বিজ্ঞান.....	32
সংবাদ প্রচার.....	33
সোশ্যাল মিডিয়া এবং নাগরিক সংস্কৃতি	34
সোশ্যাল মিডিয়া এবং নেতৃত্ব	34
সামাজিক বন্ধন বজায় রাখা	34
সোশ্যাল মিডিয়া এবং মানসিক স্বাস্থ্য.....	35

সোশ্যাল মিডিয়া এবং পরিবেশ	35
সোশ্যাল মিডিয়া এবং নৈতিক দায়িত্ব.....	35
সোশ্যাল মিডিয়া এবং নিজের উন্নতি.....	35
সোশ্যাল মিডিয়া এবং পরিবেশে সামাজিক পরিবর্তন	35
সোশ্যাল মিডিয়ার অপকারিতা	36
ভুল তথ্যের প্রচার	37
দৃষ্টি হেফাজত না হওয়া.....	38
অসৎ সঙ্গ	38
অপরাধ প্রবণতা.....	39
অশ্লীলতা.....	39
গোপনীয়তা ও তথ্য সুরক্ষা	40
সময়ের অপচয়	40
স্বাস্থ্য	41
প্রতারণা ও সম্পর্ক.....	44
আসক্তি.....	44
ক্রমবর্ধমান বেকারত্ব.....	46
ব্যক্তিগত তথ্যের ঝুঁকি	46
সাইবার গুন্ডামী	47
অপসংস্কৃতি ও মিথ্যাচার.....	47
হ্যাকিং.....	47
খ্যাতি	47
ফিল্টারের ব্যবহার	48
বুদ্ধিমত্তার ক্ষতিগ্রস্ততা.....	48
সোশ্যাল মিডিয়া মৃত্যুর কারণ হতে পারে.....	48

গ্ল্যামার ড্রাগ এবং মদ.....	49
নিজের ক্ষতি এবং আত্মহত্যার চিন্তাভাবনা	49
ফেক সোশ্যাল মিডিয়া প্রোফাইলের সাথে যুক্ত হুমকি.....	49
গণতন্ত্রের জন্য হুমকি	50
সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারে দায়িত্বশীলতা.....	51
সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম নিরাপদে ব্যবহারের উপায়.....	52
উপসংহার	55

সারসংক্ষেপ

সোশ্যাল মিডিয়া এমন একটি অনলাইন প্ল্যাটফর্ম, যেখানে মানুষ বিভিন্ন ধরনের তথ্য, ছবি, ভিডিও, মন্তব্য, পোস্ট ইত্যাদি শেয়ার করতে পারে এবং একে অপরের সঙ্গে যোগাযোগ স্থাপন করতে পারে। ফেসবুক, টুইটার, ইনস্টাগ্রাম, লিঙ্কডইন এবং টিকটক এর কিছু সাধারণ উদাহরণ। এটি একটি বৃহৎ ডিজিটাল কমিউনিটি তৈরি করেছে, যেখানে মানুষ বিভিন্ন ভাষা, সংস্কৃতি এবং মতাদর্শের মধ্যে যোগাযোগ স্থাপন করতে পারে।

গত কয়েক বছরে সোশ্যাল মিডিয়া অবিশ্বাস্যভাবে এগিয়ে চলেছে। ২০০৬ সাল থেকে বর্তমান পর্যন্ত উন্নতির হার বেশ চড়া। বিশেষ করে ফেসবুক ও ইউটিউব খুব দ্রুতগতিতে এগিয়ে চলেছে। গুগল সূত্র মতে, ভুয়া ও আসল মিলিয়ে বাংলাদেশে ফেসবুক ইউজার ১৬,৬৩,৬৮,১৪৯ জন- যা এশিয়ার ৪ শতাংশের বেশি। দিন দিন মানুষ সোশ্যাল মিডিয়া থেকে উপকার পাচ্ছে। একটি সমাজ ব্যবস্থার জন্য সোশ্যাল মিডিয়া অনেক সুবিধা নিয়ে এসেছে। উন্নত দেশ থেকে শুরু করে স্বল্পোন্নত দেশ, সবাই সোশ্যাল মিডিয়ার ক্ষমতা কাজে লাগাচ্ছে। অপরদিকে সমাজে সোশ্যাল মিডিয়ার কিছু নেতিবাচক দিকও আছে।

সোশ্যাল মিডিয়া যোগাযোগের ক্ষেত্রে উন্মুক্ত করেছে। এটি বিভিন্ন ভিন্ন মতামত এবং সংস্কৃতির মধ্যে সেতুবন্ধন তৈরি করে। শিক্ষার ক্ষেত্রে এটি মূল্যবান উৎস হিসেবে কাজ করে। ব্যবসা এবং উদ্যোক্তাদের জন্য এটি একটি শক্তিশালী মার্কেটিং টুল।

সোশ্যাল মিডিয়ার নেতিবাচক প্রভাবের মধ্যে সবচেয়ে বড় সমস্যা হলো এর ব্যবহারকারীদের মধ্যে উদ্বেগ, অবসাদ, এবং একাকীত্ব অনুভূতি বাড়ানো। সামাজিক মাধ্যমে অপরিচিতদের জীবনের সাথে নিজের জীবন তুলনা করে

অনেকেই হতাশায় ভোগেন। এছাড়া, সাইবার বুলিং এবং অনলাইনে অপমানজনক আচরণও এক ধরনের সামাজিক সমস্যা তৈরি করে।

সোশ্যাল মিডিয়ার সঠিক ব্যবহার নিশ্চিত করতে হলে সচেতনতা জরুরি। সময় ব্যবস্থাপনা খুবই গুরুত্বপূর্ণ। নির্দিষ্ট সময় নির্ধারণ করে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করা উচিত। পাশাপাশি শিক্ষামূলক কনটেন্ট দেখা এবং অনলাইন নিরাপত্তা সম্পর্কে জ্ঞান অর্জন করা দরকার।

সোশ্যাল মিডিয়া বর্তমান প্রজন্মের জন্য আশীর্বাদ এবং অভিশাপ দুটোই হতে পারে। এটি নির্ভর করে আমাদের ব্যবহারের ওপর। যদি আমরা এটি সচেতনভাবে ব্যবহার করি, তবে এটি আমাদের জীবনে ইতিবাচক পরিবর্তন আনতে সক্ষম।

ভূমিকা

সামাজিক মিডিয়া বা সোশ্যাল মিডিয়া হল এক ধরনের কম্পিউটার-ভিত্তিক প্রযুক্তি। যে প্রযুক্তির মাধ্যমে বিভিন্ন ভার্সুয়াল নেটওয়ার্ক ও সম্প্রদায়ের মধ্যে ডিজিটালভাবে ধারণা, চিন্তাভাবনা ও তথ্য ভাগ করে নেওয়া যায়

যেহেতু, এই সামাজিক মাধ্যমগুলো হল ইন্টারনেট-ভিত্তিক; তাই এইগুলো ব্যবহারকারীদের তাদের ব্যক্তিগত নথি, তথ্য, ভিডিও ও ফটোর মতো সামগ্রীকে দ্রুত ইলেকট্রনিক যোগাযোগের সুবিধা দিয়ে থাকে। এক্ষেত্রে, ব্যবহারকারীরা কোনো কম্পিউটার, স্মার্টফোন বা ট্যাবলেটের সাহায্যে ওয়েব-ভিত্তিক সফ্টওয়্যার বা অ্যাপ্লিকেশন ব্যবহার করে, নানান সোশ্যাল মিডিয়ার সাথে যুক্ত হতে পারে।

বিশ্বের সবথেকে বেশি সোশ্যাল মিডিয়ার জনপ্রিয়তা আমেরিকা ও ইউরোপে থাকলেও, এশিয়ার দেশগুলোর মধ্যে ইন্দোনেশিয়া সর্বাপেক্ষা বেশি সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারের তালিকায় শীর্ষে উপস্থিত রয়েছে।

এখনকার সময়ে, অনলাইন চ্যাট থেকে শুরু করে, যেকোনো ব্যবসার সাফল্যের গল্পের পিছনেই রয়েছে সোশ্যাল মিডিয়ার এক বিশাল অবদান। অনলাইন ব্র্যান্ডিং

হোক কিংবা সচেতনতা তৈরি করে অনলাইন ক্রেতা খোঁজা – যেকোনো কাজের সাথেই সামাজিক মিডিয়া গুলো আমাদের জীবনের সাথে ওতপ্রোতভাবে জড়িয়ে পড়ছে।

যোগাযোগ, তথ্য আদান-প্রদানের ক্ষেত্রে সোশ্যাল মিডিয়ার কোন জুরি নেই। সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে যেকোনো বিজনেসকে খুব সহজেই প্রমোট করা যায়। সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে ঘরে বসে অনলাইন ইনকাম করা যায়। গ্রুপ বানিয়ে একসাথে সবার সাথে তথ্য আদান প্রদান করা যায়। দৃশ্যমান হওয়া। নিজেকে শিক্ষিত করে তোলা। যখন খুশি সংযুক্ত হওয়া সম্ভব।

সোশ্যাল মিডিয়াতে ভিত্তিহীন-ভূয়া খবর তৈরি হয়। নিজের পরিচয় গোপন রেখে তথ্য আদান-প্রদান করা যায় বলে বেশিরভাগ ক্ষেত্রে প্রতারণার স্বীকার হয়। প্রতিনিয়ত এটি ব্যবহারকারীদের মানসিক চাপ বাড়িয়ে¹ চলেছে। যারা সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করেন তাদের মেজাজ বেশি খিটখিটে হয়। মানুষের মধ্যে অস্থিরতা বেড়ে গেছে। কর্মক্ষেত্রের জন্য সমস্যা তৈরি করে। সোশ্যাল মিডিয়ার দ্বারা সবচেয়ে বেশী ক্ষতিগ্রস্ত হচ্ছে টিনেজারসরা অর্থাৎ যাদের বয়স ১৩-১৯ এর মধ্যে। পড়াশোনার প্রতি তীব্র অনীহা, মনঃসংযোগের ঘাটতি, সমবয়সী বন্ধু-বান্ধবদের সাথে সামাজিক মেলামেশা এসব কিছুই ভীষণভাবে বাধাপ্রাপ্ত হচ্ছে। সোশ্যাল মিডিয়ার কারণে তরুণরা অলস হচ্ছে, কর্মক্ষমতা হ্রাস পাচ্ছে। সর্বোপরি সময়ের অপচয় হচ্ছে। বাস্তবের সাথে ভার্চুয়াল জীবনের আকাশ-পাতাল ফারাক। হারিয়ে ফেলার ভয় (FOMO)। একাকিত্ব। হতাশা ও উদ্বেগ। আমাদের উচিত সোশ্যাল মিডিয়ার সুষ্ঠু ব্যবহার করা।

সোশ্যাল মিডিয়া বা সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে এখন সবাই সরব। অপ্রাপ্তবয়স্ক থেকে শুরু করে বয়স্ক ব্যক্তিরও সোশ্যাল মিডিয়ায় যুক্ত। কেউ সময় কাটাতে আবার কেউ প্রয়োজনের খাতিরে সোশ্যাল মিডিয়ার বিভিন্ন প্ল্যাটফর্মে যেমন- ফেসবুক, টুইটার, টিকটক, কিংবা ইনস্টাগ্রামে বিচরণ করেন।

¹সূরা নিসা ১৪৮

নিজেদের জীবনযাপন, কাজকর্মসহ ট্রাভেল আপডেট ফ্রেন্ডস ও ফলোয়ারদেরকে জানাতে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে নিয়মিত পোস্ট করেন কমবেশি সবাই। এটিই এখন সবার অভ্যাস ও শখে পরিণত হয়েছে।

২০২৩ সালের এক রিপোর্ট অনুযায়ী, গত বছর বিশ্বব্যাপী আনুমানিক ৪.৯ বিলিয়ন সোশ্যাল মিডিয়ায় সরব ছিলেন। সেই হিসাব অনুযায়ী, গড়ে একজন মানুষ প্রতিদিন ১৪৫ মিনিট সোশ্যাল মিডিয়ায় ব্যয় করেছেন।

যদিও সোশ্যাল মিডিয়ার অনেক উপকারিতা আছে। বিশ্বের বিভিন্ন প্রান্তে থাকা বন্ধু ও পরিজনদের সঙ্গে যুক্ত হতে ও যোগাযোগ রাখতে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের গুরুত্ব অনেক।

তবে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহারের কিছু অপকারিতাও আছে, যা সরাসরি মানসিক স্বাস্থ্যের ক্ষতির সঙ্গে যুক্ত। বিভিন্ন সমীক্ষা ও গবেষণায় দেখা গেছে, অতিরিক্ত সোশ্যাল মিডিয়ায় আসক্তি মানসিক সমস্যার কারণ হতে পারে।

বিশেষ করে উদ্বেগ, বিষণ্ণতা, একাকিত্ব ও সামগ্রিক সুস্থতার উপর নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে। যা তরুণদের মধ্যে ব্যাপক হারে বাড়ছে। গবেষণা আরও বলছে, সোশ্যাল মিডিয়াতে যারা অধিক সময় ব্যয় করেন তাদের মধ্যে দুঃখ, অসন্তোষ, হতাশা বা একাকিত্ব বাড়ে।

সোশ্যাল মিডিয়ার সংজ্ঞা

সোশ্যাল মিডিয়া একটি ইংরেজি শব্দ, যার অর্থ সামাজিক যোগাযোগমাধ্যম। বইয়ের ভাষায়—যেসব ওয়েবসাইট ও অ্যাপ্লিকেশনের মাধ্যমে মানুষ একে অন্যের সঙ্গে যোগাযোগ করে ও ইন্টারনেট সংযোগের মাধ্যমে বিভিন্ন ধরনের কনটেন্ট শেয়ার করে, তাকে সোশ্যাল মিডিয়া বলা হয়। বর্তমান সময়ে মানুষের যোগাযোগের অন্যতম মাধ্যম হয়ে উঠেছে এই সোশ্যাল মিডিয়া সামাজিক মিডিয়া শব্দটি একটি কম্পিউটার-ভিত্তিক প্রযুক্তিকে বোঝায় যা ভার্চুয়াল নেটওয়ার্ক এবং কমিউনিটি এর মাধ্যমে আমাদের চিন্তাভাবনা, ধারণা এবং তথ্য ভাগ করে নেওয়ার সুবিধা দেয়। সোশ্যাল মিডিয়া ইন্টারনেট-ভিত্তিক এবং ব্যবহারকারীদের ব্যক্তিগত তথ্য, ফাইল, ভিডিও এবং ফটোর মতো জিনিসগুলোতে দ্রুত ইলেকট্রনিক যোগাযোগ স্থাপন করে। ব্যবহারকারীরা একটি কম্পিউটার, ট্যাবলেট, বা স্মার্টফোনের মাধ্যমে ওয়েব-ভিত্তিক সফ্টওয়্যার বা অ্যাপ্লিকেশনের মাধ্যমে সামাজিক মিডিয়ার সাথে জড়িত হন। সোশ্যাল মিডিয়া আমেরিকা এবং ইউরোপে সর্বব্যাপী, ইন্দোনেশিয়ার মতো এশিয়ান দেশগুলি সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারের তালিকায় শীর্ষে।

বিশ্বজুড়ে 3.8 বিলিয়নেরও বেশি সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারকারী রয়েছে। সোশ্যাল মিডিয়া হল একটি চির-পরিবর্তনশীল এবং ক্রমবর্ধমান ক্ষেত্র, যেখানে প্রতি বছর নতুন অ্যাপ যেমন TikTok এবং Clubhouse আপাতদৃষ্টিতে বেরিয়ে আসছে, Facebook, YouTube, Twitter, এবং Instagram এর মত প্রতিষ্ঠিত সামাজিক নেটওয়ার্কগুলির র‍্যাঙ্কে যোগদান করছে। 2023 সালের মধ্যে, মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারকারীর সংখ্যা প্রায় 257 মিলিয়ন বৃদ্ধির পূর্বাভাস দেওয়া হয়েছে।

সোশ্যাল মিডিয়ার কিছু গুরুত্বপূর্ণ বৈশিষ্ট্য:

1. ****যোগাযোগের সহজ মাধ্যম****: মানুষ যেকোনো সময়, যেকোনো স্থান থেকে বন্ধু, পরিবার, বা সহকর্মীদের সঙ্গে সহজেই যোগাযোগ করতে পারে।
2. ****তথ্য ও সংবাদ প্রাপ্তি****: সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে বিশ্বব্যাপী ঘটনাবলির উপর দ্রুত তথ্য ও সংবাদ পাওয়া যায়।
3. ****কন্টেন্ট শেয়ারিং****: ব্যবহারকারীরা ফটো, ভিডিও, এবং অন্যান্য কন্টেন্ট শেয়ার করতে পারে, যা বড় আকারে ছড়িয়ে যেতে পারে।
4. ****বিজনেস ও মার্কেটিং****: অনেক ব্যবসায়ী প্রতিষ্ঠান সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে তাদের পণ্য বা সেবা প্রচার করে এবং গ্রাহকদের সঙ্গে সরাসরি যোগাযোগ স্থাপন করে।
5. ****সম্প্রদায় গঠন****: সোশ্যাল মিডিয়া বিভিন্ন সম্প্রদায় ও গ্রুপ তৈরি করে যেখানে একই মতাদর্শ বা আগ্রহের মানুষ একত্রিত হতে পারে।

সোশ্যাল মিডিয়ার ইতিহাস

আমরা সবাই জানি, বর্তমান যুগ তথ্য প্রযুক্তির যুগ। তথ্য প্রযুক্তির এই যুগে সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্মগুলো বেশ জনপ্রিয়। বর্তমানে সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্মগুলোর একটা বিপ্লব চলছে। সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম গুলোর যাত্রা অনেক আগে থেকে শুরু হলেও মূলত ২০১০ সালে পৃথিবীজুড়ে ভালোভাবে আত্মপ্রকাশ করে। যেকোন প্রযুক্তি রাতারাতি আবিষ্কৃত হয় নি। আসলে শত শত বছরের বিভিন্ন কনসেপ্ট থেকেই সেগুলো আবিষ্কার হয়েছে। তেমনি করে সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম গুলোর আবিষ্কারের ক্ষেত্রে রয়েছে দীর্ঘ ইতিহাস। ইন্টারনেট আবিষ্কারের পর সোশ্যাল মিডিয়ার মূল ধারণা মানুষের মধ্যে আসে। প্রাচীনযুগে মানুষ চিঠিপত্র আদান প্রদানের মাধ্যমে ভাবের আদান-প্রদান করতো। তবে এক্ষেত্রে তথ্য আদান-প্রদান করতে দীর্ঘ সময় লেগে যেত। মূলত চিঠিপত্র আদান প্রদানের এই

ধ্যানধারণা থেকেই আজকের এই আধুনিক সোশ্যাল মিডিয়ার আবির্ভাব। বর্তমান সোশ্যাল মিডিয়ার আবির্ভাবের শুরুটা হয়েছিল ই-মেইল আদান প্রদানের মাধ্যমে। Ray Tomlinson নামের একজন অ্যামেরিকান কম্পিউটার প্রোগ্রামার ১৯৭১ সালে প্রথম পরীক্ষামূলক ই-মেইল প্রেরণ করেন। অনেকেই ধারণা করেন যে, প্রথম পরীক্ষামূলক ই-মেইল প্রেরণের মাধ্যমেই আজকের এই বর্তমান সোশ্যাল মিডিয়ার আবির্ভাব হয়েছে। Ray Tomlinson এর পর Eric Thomas নামে আরেকজন কম্পিউটার প্রোগ্রামার ই-মেইল আদান-প্রদানের জন্য একটি সফটওয়্যার ডেভেলপ করেন। যার নাম দেন Listserv। এই সফটওয়্যারটির বিশেষত্ব ছিল এরকম যার মাধ্যমে একটি ই-মেইল পাঠালেই নির্দিষ্ট কিছু ব্যবহারকারীর কাছে অটোম্যাটিক ভাবে সেই ই-মেইল ম্যাসেজ চলে যেত।

ই-মেইল আদান-প্রদানের পর, চ্যাটিং আবির্ভাব!

ই-মেইল আবিষ্কারের পরেই মূলত চ্যাটিং এর উদ্ভাবন হয়। Jarkko Oikarinen নামের একজন কম্পিউটার প্রোগ্রামার ১৯৮৮ সালে প্রথম Internet Relay Chat নামে একটি চ্যাটিং সফটওয়্যার উদ্ভাবন করেন। ইন্টারনেট রিলে চ্যাট সফটওয়্যারের বিশেষত্ব হল যার মাধ্যমে এর ব্যবহারকারীরা একটি নেটওয়ার্কের মাধ্যমে রিয়েল টাইম মেসেজ করতে পারে। ইন্টারনেট রিলে চ্যাটের মাধ্যমেই মূলত আজকের এই আধুনিক চ্যাটিং বৈশিষ্ট্যের যাত্রা শুরু হয়েছিল।

সোশ্যাল মিডিয়া সাইটের যাত্রা শুরু

১৯৮৮ সালের প্রায় ৭ বছর পর ১৯৯৬ সালে প্রথম সোশ্যাল মিডিয়া সাইটের যাত্রা শুরু হয়। প্রথম সোশ্যাল মিডিয়া সাইটের নাম হচ্ছে Sixdegrees.com। এই ওয়েবসাইটের মাধ্যমেই মূলত সোশ্যাল মিডিয়া সাইটের যাত্রা শুরু হয়। Andrew Weinreich নামের একজন অ্যামেরিকান জনৈক ব্যক্তি এই ওয়েবসাইটটি তৈরি করেছিলেন। Sixdegrees.com ওয়েবসাইটটিতে ২টি বৈশিষ্ট্য ছিলঃ ১। প্রোফাইল তৈরি ২। ফ্রেন্ড লিস্ট। Sixdegrees এর পর আসে Friendster নামের আর একটি সোশ্যাল মিডিয়া ওয়েবসাইট ২০০২

সালে। এই ওয়েবসাইটটি ঐ সময়ে দ্রুত জনপ্রিয়তা পায়। ব্যবহারকারীদের কাছে দ্রুত জনপ্রিয়তার হওয়ার কারণে গুগল Friendster কে ক্রয় করার প্রস্তাব দিয়েছিল। তারা তখন গুগলের ঐ প্রস্তাবটি গ্রহণ করেনি। পরবর্তীতে ২০১৫ সালে সাইটটিকে বিক্রি করে দেন যা এখন পুরোপুরি বন্ধ।

পেশাদার ব্যক্তিবর্গের জন্য সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম

২০০৩ সালে লিংকডিন প্রতিষ্ঠিত হয়। পেশাদার ব্যক্তিবর্গের জন্য সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম হিসেবে জনপ্রিয়তার ধারাবাহিকতায় লিংকডিন প্রথম ভার্চুয়াল জগতে আসে। অনলাইন নির্ভর সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্মকে পেশাদারি এবং ব্যবসায়িক কার্যক্রমে রূপ দিতেই মূলত Linkdin এর যাত্রা শুরু হয়। বিশ্বজুড়ে ২০০ টিরও বেশি দেশ ও অঞ্চলগুলিতে ৭৫৬ মিলিয়ন সদস্য বিশিষ্ট বিশ্বের বৃহত্তম পেশাদার নেটওয়ার্ক এখন লিংকডিন।

সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম হিসেবে ফেসবুকের যাত্রা শুরুর গল্প

লিংকডিনের প্রায় এক বছর পর জনপ্রিয়তার ধারাবাহিকতায় Facebook ২০০৪ সালের ফেব্রুয়ারী মাসে সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম হিসেবে ভার্চুয়াল জগতে আসে। ফেসবুক বর্তমানে সবথেকে বেশি জনপ্রিয় সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম। যদি ৮-১০ বছরের একটি বাচ্চাকেও জিজ্ঞেস করা হয় যে ফেসবুকের প্রতিষ্ঠাতা কে? এক কথায় উত্তর দিবে যে মার্ক জাকারবার্গ। কিন্তু মার্ক জাকারবার্গ একাই ফেসবুকের প্রতিষ্ঠাতা নয় বরং তিনি তার চার বন্ধু মিলে ফেসবুক বানিয়েছিলেন। ফেসবুকের ব্যবহার প্রথম শুরু হয়েছিল হার্ভার্ড বিশ্ববিদ্যালয়ে। পরবর্তীতে আশেপাশের বিভিন্ন কলেজ বা ইউনিভার্সিটিগুলোতে ফেসবুকের ব্যবহার উন্মুক্ত করে দেওয়া হয়। ২০০৪ সালের ফেব্রুয়ারী মাসে সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম হিসেবে ফেসবুক চালু হলেও পৃথিবীব্যাপী ২০০৬ সালে সর্বসাধারণের ব্যবহারের জন্য উন্মুক্ত করে দেওয়া হয়। প্রায় ২.৮ বিলিয়ন মাসিক সক্রিয় ব্যবহারকারীদের সাথে, ফেসবুক বিশ্বের সর্বাধিক জনপ্রিয় সামাজিক নেটওয়ার্ক।

সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম হিসেবে ইউটিউবের আগমন

ইউটিউব হচ্ছে জনপ্রিয় একটি অনলাইন ভিডিও শেয়ারিং প্লাটফর্ম। এই ওয়েবসাইটে মানুষ তার পছন্দ অনুযায়ী যেকোনো বিষয়ের উপর ভিডিও দেখতে পারে এবং নিজে ভিডিও তৈরি করে তাতে আপলোড করতে পারে। বর্তমানে ইউটিউবের হেড অফিস আমেরিকার সান ব্রুনো, ক্যালিফোর্নিয়ায় অবস্থিত। চড হারলি, স্টিভ চেন, এবং জাওয়েদ করিম যৌথ ভাবে ইউটিউব প্রতিষ্ঠা করেন ২০০৫ সালে ফেব্রুয়ারী মাসে। তারা ছিলেন মূলত পেনপালের কর্মী। প্রায় ১ বছর পর যখন ইউটিউব খুব জনপ্রিয় হতে শুরু করে তখন গুগল এই ওয়েবসাইটটিকে কিনে নেয় ১.৬৫ বিলিয়ন মার্কিন ডলারে। ইউটিউব ওয়েবসাইটের মাধ্যমে লক্ষ লক্ষ মানুষের কর্মসংস্থানের সুযোগ সৃষ্টি হয়েছে। মূলত যারা ভিডিও কন্টেন্ট ক্রিয়েটর তাদের জন্য ইউটিউব পেমেন্ট সিস্টেম রেখেছে। তাদের কাজ মূলত যেকোনো টপিকের উপর ভিডিও তৈরি করে ইউটিউবে আপলোড করা। ইউটিউব তাদের বিজ্ঞাপন রেভিনিউ থেকে ভিডিও কন্টেন্ট ক্রিয়েটরদের পেমেন্ট করে থাকে। ইউটিউব দ্রুত জনপ্রিয় হওয়ার এটি একটি অন্যতম কারন। ব্যবহারকারীদের দিক থেকেও জনপ্রিয় ওয়েবসাইট গুলোর মধ্যে ইউটিউব অন্যতম।

সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম হিসেবে টুইটারের আগমন

টুইটার জনপ্রিয় সোশ্যাল মিডিয়া ওয়েবসাইট গুলোর মধ্যে একটি। টুইটারের যাত্রা শুরু হয়েছিল ২০০৬ সালের মার্চ মাসের ২১ তারিখ। টুইটারের প্রতিষ্ঠাতা Jack Dorsey, Evan Williams, Biz Stone, Noah Glass। টুইটারের হেড অফিস San Francisco, California, United States। টুইটারের মাসে বর্তমান সক্রিয় ব্যবহারকারীর সংখ্যা ৩৩০ মিলিয়ন। অন্যান্য সোশ্যাল মিডিয়া সাইটগুলোর থেকে ভিন্নধর্মী ফিচার এনে নজরে আসে টুইটার। শুধু ১৪০ অক্ষরের মাঝে বার্তা পোস্ট করার ফিচারের জন্য জনপ্রিয়তা পায় এটি। সেলিব্রেটিদের মাঝে সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম হিসেবে টুইটারের গ্রহণযোগ্যতা বেশি।

জনপ্রিয় চ্যাটিং অ্যাপ হোয়াটসঅ্যাপের আগমন

টুইটারের ২ বছর পরে ইনস্ট্যান্ট মেসেজিং করার জন্য জনপ্রিয় অ্যাপ হোয়াটসঅ্যাপের আগমন হয় ২০০৯ সালের ফেব্রুয়ারী মাসের ২৪ তারিখ। হোয়াটসঅ্যাপের সদরদপ্তর মাউন্টইন ভিউ, ক্যালিফোর্নিয়া, যুক্তরাষ্ট্রে অবস্থিত। হোয়াটসঅ্যাপের প্রধান নির্বাহী কর্মকর্তা জ্যান কউম। Whatsapp জনপ্রিয় হওয়ার মূল কারণ হল এটি ইউজার ফ্রেন্ডলি এবং বিজ্ঞাপন মুক্ত। হোয়াটসঅ্যাপ ফেসবুক মালিকানাধীন একটি প্রতিষ্ঠান এবং বর্তমানে বিশ্বব্যাপী এর ব্যবহারকারীর সংখ্যা ২ বিলিয়নের প্রায়।

সোশ্যাল মিডিয়ার বিভিন্ন ধরণ

ছয় ধরনের সোশ্যাল মিডিয়া, যদিও এটিকে বিভিন্নভাবে বিভক্ত করা যায়, এর মধ্যে রয়েছে সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং, বুকমার্কিং, সোশ্যাল নিউজ, মিডিয়া শেয়ারিং, মাইক্রোব্লগিং এবং অনলাইন ফোরাম সাইট।

সোশ্যাল মিডিয়ার উপকারিতা

সোশ্যাল মিডিয়া বর্তমান যুগের একটি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ এবং প্রভাবশালী সাধারণত মানুষের জীবনে। এটি বিভিন্ন প্ল্যাটফর্মে সম্প্রচার এবং পরিচার প্রদান করে, সামাজিক নেটওয়ার্কিং সাইট হিসাবে কাজ করে, ব্যক্তিগত সংযোগ বা ব্যবসায়িক সম্পর্ক পরিচালনা করে এবং নাগরিক সংস্কৃতির সাথে সংস্কার প্রদান করে।

সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্মগুলি মানুষকে বিশ্বব্যাপী তথ্য অ্যাক্সেস করতে এবং দূর থেকে বন্ধুবান্ধব এবং পরিবারের সাথে সংযোগ স্থাপন করতে দেয়। এটি

ব্যবহারকারীদের তাদের আগ্রহ বা বর্তমান চাহিদা, যেমন আশেপাশের ফোরাম বা চাকরি খোঁজার মতো নির্দিষ্ট সম্প্রদায়গুলি খুঁজে পেতে সহায়তা করে।

একটা সময় ছিল যখন মানুষ ঘুম থেকে উঠে সকালের চা-নাশতা শেষ করেই পেপার পড়ত। তারপর কাজের প্রয়োজনে কিংবা সম্পর্কের খাতিরে চেনা মানুষের সঙ্গে যোগাযোগ করত। এখন মানুষ চা-নাশতার টেবিলেই চা পান করে আর ফোনে হাত বুলায়। খবর নেয় সকল সামাজিক যোগাযোগের মাধ্যমগুলোতে। শুধু যে সকাল বেলায় সোশ্যাল মিডিয়াতে চোখ বুলানো হয় তা কিন্তু নয়, দুপুর, বিকেল, রাতে কিংবা একটু অবসর সময় পেলেই সোশ্যাল মিডিয়ায় ঢুঁ মারা হয়।

নিম্নে সোশ্যাল মিডিয়ার উপকারিতা সম্পর্কে বিস্তারিত আলোচনা করা হলঃ

যোগাযোগ সহজতর করা

আমরা যদি আজ থেকে হাজার বছর পূর্বের দিকে লক্ষ্য করি তাহলে দেখতে পাবো সেই সময়ে যোগাযোগের মাধ্যম অনেকটা দুষ্কর ছিল। কিন্তু বর্তমান সময়ে সোশ্যাল মিডিয়ার বিপ্লবের ফলে যোগাযোগ ব্যবস্থা অনেকটা সহজ হয়ে গেছে।

আজ থেকে ১০০ বছর আগের কথায় ধরা যাক, সে সময় বিভিন্ন তথ্য আদান প্রদান করার জন্য চিঠি লেখা হতো এবং এটি ছিল যোগাযোগের প্রধান মাধ্যম। কিন্তু বর্তমান সময়ে আপনি সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করে সকল বন্ধু ও পরিবারের সাথে এক হতে পারেন।

বিশেষ করে যখন থেকে আমাদের সকলের হাতে হাতে স্মার্টফোন চলে এসেছে তখন সোশ্যাল মিডিয়া পুরো মার্কেট দখল করে ফেলেছে। অর্থাৎ আপনি যদি একটা ফোন কেনেন তাহলে সোশ্যাল মিডিয়ার অ্যাপগুলো স্টোর করতে আপনি বাধ্য।

শিক্ষা

শিক্ষার উন্নতির জন্য সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের ব্যবহার। সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম হলো "ইন্টারনেট-ভিত্তিক অ্যাপ্লিকেশনের একটি গ্রুপ... যা

ব্যবহারিক উতপাদিত সামগ্রী তৈরি এবং বিনিময়ের সুযোগ করে দেয় "। এটি পঠন/লেখার ওয়েব নামেও পরিচিত। সময়ের সাথে সাথে এবং প্রযুক্তির বিবর্তনের সাথে সাথে, সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম মানুষের জীবনের একটি অবিচ্ছেদ্য অংশ হয়ে উঠেছে, যার মধ্যে রয়েছে ছাত্র, পণ্ডিত এবং শিক্ষক। তবে, সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম বিতর্কিত কারণ, সংযোগের নতুন মাধ্যম প্রদানের পাশাপাশি, সমালোচকরা দাবি করেন যে তারা আত্মসম্মান নষ্ট করে, মনোযোগের সময়কাল হ্রাস করে এবং মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যা বৃদ্ধি করে।

২০১৬ সালের একটি গবেষণাপত্রে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের প্রভাবের উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করা জরিপ উপস্থাপন করা হয়েছে। এতে বলা হয়েছে যে ৫৪.৬% শিক্ষার্থী বিশ্বাস করে যে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম তাদের পড়াশোনার উপর ইতিবাচক প্রভাব ফেলে (৩৮% একমত, ১৬.৬% দৃঢ়ভাবে একমত)। প্রায় ৪০% দ্বিমত পোষণ করেছেন এবং ৪.৭% শিক্ষার্থী তীব্রভাবে দ্বিমত পোষণ করেছেন। ৫৩% মহিলা শিক্ষার্থী জানিয়েছেন যে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম তাদের পড়াশোনার উপর নেতিবাচক প্রভাব ফেলেছে। পুরুষ শিক্ষার্থীদের মধ্যে, ৪০% একমত হয়েছেন যে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম পড়াশোনার উপর নেতিবাচক প্রভাব ফেলেছে, যেখানে ৫৯% দ্বিমত পোষণ করেছেন।

২০২৩ সালের একটি প্রবন্ধে সোশ্যাল মিডিয়ার প্রতিক্রিয়ায় মস্তিষ্কের পুরস্কার ব্যবস্থার গভীরে অনুসন্ধান করা হয়েছে। এই গবেষণায় আমাদের মস্তিষ্কের সামাজিক পুরস্কার ব্যবস্থার সাথে সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমের তুলনা করা হয়েছে। ১০-১২ বছর বয়স থেকে, বেশিরভাগ মানুষ যখন মোবাইল ফোন গ্রহণ করে, তখন মস্তিষ্কে সামাজিক পুরস্কারগুলি আরও তৃপ্তিদায়ক বোধ করতে শুরু করে। প্রাপ্তবয়স্ক হওয়ার সাথে সাথে, সামাজিক পুরস্কারের প্রভাবগুলি সহকর্মীদের কাছ থেকে প্রতিক্রিয়ার উপর নির্ভরশীল বোধ করার সম্ভাবনা কম থাকে। আরও পরিপক্ব প্রিফ্রন্টাল কর্টেক্সের সমতুল্য, এটি এই সামাজিক পুরস্কারগুলির প্রতি তাদের মানসিক প্রতিক্রিয়ার আরও ভাল ব্যবস্থাপনা সক্ষম করে, যার অর্থ আরও সুষম এবং নিয়ন্ত্রিত প্রতিক্রিয়া

১০০টি দেশের প্রায় ২০,০০০ শিক্ষক এবং শিক্ষার্থীর (১২-১৯ বছর বয়সী) উপর কেমব্রিজ ইন্টারন্যাশনালএর একটি জরিপে দেখা গেছে যে ৪৮% শিক্ষার্থী ক্লাসে ডেস্কটপ কম্পিউটার ব্যবহার করে, ৪২% ফোন ব্যবহার করে, ৩৩% ইন্টারেক্টিভ হোয়াইটবোর্ড ব্যবহার করে এবং ২০% ট্যাবলেট ব্যবহার করে। ট্যাবলেটের চেয়ে ডেস্কটপ কম্পিউটার বেশি ব্যবহৃত হয়। শিক্ষকরা "স্কুলে ফোন নেই" নিয়মটি ত্যাগ করছিলেন।

কমন সেন্স এডুকেশনের মাধ্যমে ২০২৪ সালের একটি গবেষণা জরিপে দেখা গেছে যে ৮-১২ বছর বয়সী ৫৪% এবং ১৩-১৮ বছর বয়সী ৬৯% সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম হোমওয়ার্ক থেকে ব্যাপকভাবে বিক্ষিপ্ত।

মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র

সহস্রাব্দের পর দীর্ঘমেয়াদী প্রযুক্তিগত অগ্রগতি ত্বরান্বিত হয়। ২০১৮ সালের হিসাব অনুযায়ী, ৯৫% মার্কিন কিশোর শিক্ষার্থীর স্মার্টফোন ব্যবহারের সুযোগ ছিল এবং ৪৫% বলেছেন যে তারা প্রায় সবসময় অনলাইনে থাকতেন।

সোশ্যাল মিডিয়ার প্রাথমিক যুগে, প্রযুক্তির অ্যাক্সেস একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয় ছিল কারণ অনেক শিক্ষার্থীর কাছে সামঞ্জস্যপূর্ণ ডিভাইস ছিল না এবং স্কুলের বাজেট প্রায়শই শিক্ষার্থীদের ব্যবহারের জন্য ডিভাইস কেনার জন্য পর্যাপ্ত ছিল না।

তীব্র প্রতিক্রিয়া সত্ত্বেও, মিসৌরি ২০১১ সালে একটি আইন পাস করে যা শিক্ষকদের সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের সাথে ব্যক্তিগতভাবে যোগাযোগ করতে নিষেধ করে। সমর্থকরা উদ্বিগ্ন ছিলেন যে অপ্রাপ্তবয়স্ক শিক্ষার্থী এবং শিক্ষকদের মধ্যে অনলাইন যোগাযোগ অনুপযুক্ত সম্পর্কের দিকে নিয়ে যেতে পারে।

কিছু স্কুল "আপনার নিজস্ব ডিভাইস আনুন" (BYOD) নীতি গ্রহণ করেছে, যার ফলে শিক্ষার্থীরা ক্লাসে ফোন বা ট্যাবলেটের মতো ইন্টারনেট-অ্যাক্সেসিং ডিভাইস আনতে পারে। মহামারী চলাকালীন, ফেডারেল সরকার তহবিল প্রদান করে যা আরও স্কুলকে ডিভাইস কেনার অনুমতি দেয়। সময়ের সাথে সাথে, আরও বেশি সংখ্যক শিক্ষার্থী সোশ্যাল মিডিয়া অ্যাক্সেস সহ ফোন অর্জন করে। ব্যক্তিগত

ডিভাইসগুলি শিক্ষার্থীদের সন্তুষ্টি বৃদ্ধি করেছে, কিন্তু শিক্ষকদের তাদের শ্রেণীকক্ষে ডিভাইস ব্যবহার নিয়ন্ত্রণ করার ক্ষমতা হ্রাস করেছে।

২০১৮ সালের পিউ রিসার্চের এক গবেষণায় দেখা গেছে যে ৯৫% কিশোর-কিশোরীর কাছে ফোন ছিল এবং তারা ধারাবাহিকভাবে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করত।

কানাডা

অন্টারিওর পিল ডিস্ট্রিক্ট স্কুল বোর্ড (PDSB) শ্রেণীকক্ষে সোশ্যাল মিডিয়ার ব্যবহারকে অনুমোদন দিয়েছে। ২০১৩ সালে, PDSB BYOD চালু করে এবং অনেক সোশ্যাল মিডিয়া সাইট আনলুক করে। পরবর্তীতে এটি একটি নীতি দ্বারা প্রতিস্থাপিত হয় যা বিশেষভাবে সোশ্যাল মিডিয়ার সাথে সম্পর্কিত।

শ্রেণীকক্ষ

শ্রেণীকক্ষে, সোশ্যাল মিডিয়া শিক্ষার্থীদের কাছ থেকে তথ্য পদ্ধতিগতভাবে বিতরণ এবং সংগ্রহ করার একটি উপায় প্রদান করে। শিক্ষকরা তাৎক্ষণিক বা পরে ব্যবহারের জন্য শিক্ষার্থীদের কাছে নথি এবং অডিও/ভিডিও মিডিয়া সরবরাহ করতে পারেন।

উচ্চশিক্ষার উপর একটি গবেষণায় দেখা গেছে যে ডিভাইস এবং সোশ্যাল মিডিয়া:

- মিথস্ক্রিয়ার সুযোগ তৈরি করেছে
- সহযোগিতার সুযোগ প্রদান করেছে
- তথ্য অ্যাক্সেস ত্বরান্বিত করুন
- শেখার আরও উপায় অফার করেছে
- অবস্থানগত শিক্ষা।

হতাশার মধ্যে ছিল প্রযুক্তি-বিরোধী প্রশিক্ষক, ডিভাইস চ্যালেঞ্জ এবং বিভ্রান্তির জন্য ডিভাইস।

শ্রেণীকক্ষে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে। ইয়েল বিশ্ববিদ্যালয়ে একটি প্রকাশনা জানিয়েছে যে, যেসব শিক্ষার্থীরা শিক্ষাগত কারণে ল্যাপটপ ব্যবহার করত না, তাদের কর্মক্ষমতা কম ছিল। শিক্ষার্থীরা তাদের বেশিরভাগ সময় সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম, কেনাকাটা এবং অন্যান্য ব্যক্তিগত কার্যকলাপে ব্যয় করত।

সোশ্যাল মিডিয়া অনেক শিক্ষককে তাদের শিক্ষার্থীদের আরও কার্যকরভাবে পরামর্শ দিতে সাহায্য করেছে।

ক্লাসের বাইরে

সোশ্যাল মিডিয়া ভিডিও কল, গল্প, ফিড এবং গেম খেলার জন্য একটি ক্ষেত্র প্রদান করে যা শেখার প্রক্রিয়াকে উন্নত করতে পারে।

শিক্ষকরা তাদের শিক্ষার্থীদের সাথে যোগাযোগের জন্য সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহার করতে পারেন।

সোশ্যাল মিডিয়া শিক্ষার্থীদের এমন সম্পদ প্রদান করতে পারে যা তারা প্রবন্ধ, প্রকল্প এবং উপস্থাপনায় ব্যবহার করতে পারে। শিক্ষার্থীরা সহজেই শিক্ষক এবং সহকর্মীদের করা মন্তব্যগুলি অ্যাক্সেস করতে পারে এবং শিক্ষকদের প্রতিক্রিয়া জানাতে পারে।

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম শিক্ষার্থীদের মুখোমুখি সাক্ষাতের প্রয়োজন ছাড়াই তথ্য ভাগ করে নেওয়ার মাধ্যমে সহযোগিতা করার সুযোগ দিতে পারে।

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম শিক্ষার্থীদের বিশেষজ্ঞদের সাথে আরও সহজে সংযোগ স্থাপন করতে, কোর্স উপকরণের বাইরেও যেতে সাহায্য করতে পারে।

২০১০ সালের এক গবেষণায় প্রশিক্ষকরা জানিয়েছেন যে অনলাইন প্রযুক্তি (সোশ্যাল মিডিয়া) শিক্ষার্থীদের ঐতিহ্যবাহী উপায়ের চেয়ে শ্রেণীকক্ষের বাইরে আলোচনায় স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করতে সাহায্য করতে পারে।

উপযুক্ত কাজের নিয়ম ছাড়া শ্রেণীকক্ষের বাইরে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করার সময় শিক্ষকরা কিছু ঝুঁকির সম্মুখীন হতে পারেন।

গবেষণায় দেখা গেছে যে কলেজ ছাত্রদের সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্মের সাথে সম্পৃক্ততা কীভাবে তাদের যোগাযোগের পছন্দ এবং অভ্যাসকে প্রভাবিত করে, বিশেষ করে একাডেমিক উদ্দেশ্যে স্কুলের ইমেল ব্যবহারের ক্ষেত্রে।

পেশাদার উন্নয়ন

সোশ্যাল মিডিয়া পেশাগত উন্নয়নে সাহায্য করতে পারে, শিক্ষকদের ছাত্র করে তোলে, জ্ঞান স্থানান্তর, দক্ষতা অর্জন এবং সহযোগিতা বৃদ্ধি করে।

অ-শিক্ষাগত ব্যবহার

স্কুলগুলি জনসাধারণের জন্য ঘোষণা করার জন্য সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করতে পারে। শিক্ষক এবং প্রশাসকরা অভিভাবক এবং শিক্ষার্থীদের কাছে অন্যান্য গুরুত্বপূর্ণ তথ্য পৌঁছে দিতে পারেন এবং তাদের কাছ থেকে প্রতিক্রিয়া পেতে পারেন। পরিবারগুলি স্কুলের ইভেন্ট এবং নীতিগুলির সাথে আপডেট থাকতে পারে।

বাস্তববিদ্যা শিক্ষা

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে (ফেসবুক, ইন্সটাগ্রাম, ইউটিউব ইত্যাদি) পরিবেশগত শিক্ষা (প্রকৃতি শিক্ষা/বন শিক্ষা)।

বেশ কয়েক বছর ধরে, আমরা সোশ্যাল মিডিয়ায় প্রকৃতির প্রতি আগ্রহী ব্যক্তিদের কার্যকলাপ পর্যবেক্ষণ করে আসছি। আমরা বিভিন্ন সংস্থার কার্যকলাপকে আলাদা করতে পারি, যেমন বেসরকারি সংস্থা এবং ইন্টারনেট ব্যবহারকারীরা যারা প্রায়শই শিক্ষা বা পেশার কারণে বনবিদ্যা এবং সম্পর্কিত বিজ্ঞানের সাথে সম্পর্কিত নন। আগ্রহী ব্যবহারকারীরা ফেসবুকে প্রকৃতি-সম্পর্কিত গ্রুপ তৈরি করে একত্রিত হয়েছেন।

পরিবেশগত, প্রকৃতি এবং বন শিক্ষা ইত্যাদি ক্ষেত্রে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহারের সম্ভাবনা

1. বন পর্যটন এবং বিনোদনে (প্রকৃতি নীতিশাস্ত্র) ভালো অভ্যাস প্রচারের জন্য ভারুয়াল প্রকৃতি গোষ্ঠীগুলি দুর্দান্ত হতে পারে, প্রশাসকদের দ্বারা প্রবিধানে সাধারণ নিয়মগুলি প্রবেশ করানোর মাধ্যমে, যেমন "আমাদের অজানা গাছপালা তুলবেন না", যা বিরল প্রজাতিগুলিকে অর্থহীনভাবে তোলা থেকে রক্ষা করার জন্য।
2. সোশ্যাল মিডিয়া কার্যকলাপ মানুষকে প্রকৃতি সম্পর্কে জানতে অনুপ্রাণিত করে, জ্ঞান অর্জনের সুযোগ করে দেয়, জনপ্রিয় মিথ দূর করে, বিজ্ঞানী এবং অনুশীলনকারীদের সাথে যোগাযোগ সক্ষম করে, মূল্যবান সাহিত্য, ওয়েবসাইট প্রচার করে এবং একই সাথে জনপ্রিয় সংবাদ পরিষেবাগুলিতে বিকৃতি এবং বাস্তব ত্রুটি প্রকাশ করে।
3. যোগাযোগ কেবল ভারুয়াল নয়, আর্থিক বাধা এবং দূরত্ব সত্ত্বেও, ইন্টারনেট ব্যবহারকারীরা প্রকৃতি সম্মেলন আয়োজন করে। এই ধরনের সভাগুলি কেবল বন্ধুত্ব তৈরি করার নয়, একসাথে প্রকৃতি সম্পর্কে জানার এবং মজা করারও সুযোগ।
4. ফেসবুকের মাধ্যমে বিজ্ঞানী এবং প্রকৃতি প্রেমীদের মধ্যে যোগাযোগের সম্ভাবনা প্রজাতির তালিকা তৈরিতে সহযোগিতার একটি উৎস হয়ে উঠেছে, যেমন NATRIX Herpetological Society-এর অনলাইন প্রচারণা, যা কেবল ইন্টারনেট ব্যবহারকারীদের দ্বারা মসৃণ সাপের পর্যবেক্ষণের প্রতিবেদন সংগ্রহ করে না, বরং জীববিজ্ঞান এবং এই প্রজাতির হুমকির প্রতিও দৃষ্টি আকর্ষণ করে।

সোশ্যাল মিডিয়া এমন একটি জায়গায় পরিণত হয়েছে যেখানে বন সম্পর্কে শিক্ষা দ্রুত বিভিন্ন বয়সের এবং সামাজিক মর্যাদার মানুষের কাছে পৌঁছায়। যে প্রকৃতি গোষ্ঠীগুলি তৈরি করা হয়েছে, যেখানে প্রকৃতিপ্রেমী, জীববিজ্ঞানী, বনবিদ এবং বিজ্ঞানীরা অংশগ্রহণ করেন, তারা নাগরিক বিজ্ঞানের মাধ্যমে জ্ঞান এবং তথ্য সংগ্রহের অবস্থার উপর প্রকৃত প্রভাব ফেলতে পারে।

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম শিক্ষার্থীদের শ্রেণীকক্ষের বাইরের প্রতিষ্ঠানের সাথে কাজ করে তাদের ক্ষেত্রে অংশগ্রহণের সুযোগ করে দিতে পারে। শ্রেণীকক্ষের

বাইরের সহপাঠীদের সাথে সহজে যোগাযোগের সুযোগ প্রদানের মাধ্যমে, শিক্ষার্থীরা তাদের দৃষ্টিভঙ্গি প্রসারিত করতে পারে এবং সহায়তা সংস্থান খুঁজে পেতে পারে।

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম সহযোগিতা এবং উদ্ভাবনের মাধ্যমে শ্রেণীকক্ষের বাইরে শেখার ক্ষেত্রে সহায়তা করেছে। "শিক্ষা-সম্পর্কিত সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের ব্যবহার অন্বেষণ" নামে একটি নির্দিষ্ট গবেষণাকে "শ্রোতা সংযোগকারী" বলা হয়। শ্রোতা সংযোগকারীরা হোয়াটসঅ্যাপ এবং ফেসবুকের মাধ্যমে পড়াশোনার সময় শিক্ষার্থীদের একত্রিত করে। এই গবেষণায় বলা হয়েছে যে "[গবেষণায় অংশগ্রহণকারী শিক্ষার্থীদের ৬০ শতাংশ] একমত যে প্রযুক্তি শিক্ষার উন্নতি ঘটায়।" যদিও সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম একটি উপকারী শিক্ষা প্ল্যাটফর্ম প্রচার করতে পারে, তবুও এর নেতিবাচক দিকগুলি রয়েছে। শিক্ষার্থীরা তাদের ব্যক্তিগত বোধগম্যতা বৃদ্ধির পরিবর্তে "ইন্টারনেট থেকে উপাদান তুলে নেওয়ার" ক্ষেত্রে দক্ষ হয়ে উঠতে পারে। আরেকটি নেতিবাচক দিক হল শিক্ষার্থীদের মনোযোগের ব্যবধান হ্রাস। এই গবেষণার শিক্ষার্থীদের দ্বারা উত্থাপিত একটি উদ্বেগ দেখিয়েছে যে কতজন বানান-পরীক্ষাকে একটি হাতিয়ার হিসেবে ব্যবহার করে এবং যখন বানান-পরীক্ষা একটি বিকল্প নয় তখন পয়েন্টগুলি সরিয়ে নেওয়ার প্রবণতা দেখা যাবে।

xএর মতো অ্যাপগুলি শিক্ষকদের ক্লাসরুম অ্যাকাউন্ট তৈরি করার সুযোগ করে দেয় যেখানে শিক্ষার্থীরা নিয়ন্ত্রিত প্রেক্ষাপটে সোশ্যাল মিডিয়া সম্পর্কে জানতে পারে। শিক্ষকরা ক্লাস অ্যাকাউন্টে অ্যাসাইনমেন্ট পোস্ট করতে পারেন এবং শিক্ষার্থীরা পোস্টগুলিতে মন্তব্য, পুনঃপোস্ট এবং লাইক অনুশীলন করতে পারে। কিছু গবেষক রিপোর্ট করেছেন যে ব্লগিংয়ের মতো সোশ্যাল মিডিয়া অ্যাপ্লিকেশনগুলি বাচ্চাদের সৃজনশীল হতে সাহায্য করতে পারে। কিছু গবেষণায় বিশেষ করে লাজুক শিক্ষার্থী এবং তরুণদের জন্য সোশ্যাল মিডিয়া যে সুবিধা প্রদান করে তা উল্লেখ করা হয়েছে যারা এইভাবে মতামত বিনিময় এবং প্রকাশ করতে সক্ষম হয়।

কলেজ প্রতিষ্ঠানগুলি শিক্ষার্থীদের সাথে যোগাযোগ এবং ছাত্র জীবনের সামগ্রিক মান উন্নত করার জন্য তাদের শিক্ষা ব্যবস্থায় সোশ্যাল মিডিয়াকে অভিযোজিত করেছে। এটি কলেজগুলিকে যোগাযোগের একটি সহজ এবং দ্রুত পদ্ধতি প্রদান করে এবং শিক্ষার্থীদের কাছ থেকে প্রতিক্রিয়া জানানো এবং গ্রহণ করার জন্য আরেকটি মাধ্যম প্রদান করে। প্রায় সমস্ত কলেজ ছাত্রই কোনও না কোনও ধরনের সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করে। গবেষণায় দেখা গেছে যে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারকারী 99% কলেজ ছাত্র ফেসবুক ব্যবহার করে এবং 35% X ব্যবহার করে। অন্যান্য জনপ্রিয় পরিষেবাগুলির মধ্যে রয়েছে Instagram, Redid এবং Tumblr। অনেক আমেরিকান শ্রেণীকক্ষ সোশ্যাল মিডিয়া পৃষ্ঠা তৈরি করেছে যেখানে শিক্ষকরা অ্যাসাইনমেন্ট পোস্ট করেন এবং শিক্ষার্থীদের সাথে যোগাযোগ করেন। স্কুলগুলি কীভাবে শিক্ষার্থী এবং অনুষদ অনলাইনে যোগাযোগ করে তার জন্য নিয়ম তৈরি করেছে। 2013 সালের একটি গবেষণায় দেখা গেছে যে শিক্ষার্থী এবং তরুণ প্রাপ্তবয়স্করা আগের চেয়ে বেশি নতুন সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্ম ব্যবহার করেছে। তারা অন্যান্য শিক্ষার্থীদের সাথে সংযোগ স্থাপন এবং তাদের স্কুলের সাথে তাল মিলিয়ে চলার জন্য এই প্ল্যাটফর্মগুলি ব্যবহার করেছে। ২০২১ সালের মধ্যে অনেক স্কুল সোশ্যাল মিডিয়া আউটলেট ব্যবহারে অভিযোজিত হয়ে যাবে। ইউটিউব এবং জুমের মতো আউটলেটগুলি ক্লাস এবং লেকচার রেকর্ড করতে পারে এবং সেগুলি পোস্ট করতে পারে যাতে শিক্ষার্থীরা ক্লাসের বাইরে সেগুলি দেখতে পারে এবং অন্যান্য কার্যকলাপে আরও বেশি সময় ব্যয় করতে পারে। নতুন পরিষেবাগুলির মধ্যে রয়েছে জুম, ইনস্টাগ্রাম, গুগল ক্লাসরুম, ক্যানভা এবং ক্যানভাস।

শিক্ষণ ব্যবস্থাপনা ব্যবস্থা

ব্ল্যাকবোর্ড, মুডল এবং স্ল্যাক শেখার উন্নতি এবং অ্যাসাইনমেন্ট পর্যবেক্ষণের জন্য প্ল্যাটফর্ম তৈরি করেছে। উদাহরণস্বরূপ, এলএনএসগুলি ফোরাম এবং চ্যাট রুমের মতো যোগাযোগের সরঞ্জাম সরবরাহ করে। ফোরামগুলি এমন একটি স্থান তৈরি করে যেখানে শিক্ষার্থীরা ধারণা ভাগ করে নিতে, প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করতে এবং

সহযোগিতা করতে পারে। যদিও এই সিস্টেমগুলি সামাজিক কার্যকলাপগুলিকে সমর্থন করে, তারা প্রচলিত সোশ্যাল মিডিয়া থেকে কিছুটা আলাদা কারণ তাদের প্রাথমিক লক্ষ্য সামাজিক মিথস্ক্রিয়ার পরিবর্তে শেখা এবং শিক্ষণকে সমর্থন করা

তথ্য ও আপডেট

সোশ্যাল মিডিয়ার মূল সুবিধা হচ্ছে, আপনি সব সময় আপডেট থাকতে পারবেন। অনেক সময় প্রিন্ট মিডিয়া এবং টিভি চ্যানেল পক্ষপাতমূলক আচরণ করে থাকে। তাই আসল তথ্য পেতে সোশ্যাল মিডিয়া অনেক বড় ভূমিকা রাখে।

পেশাগত নেটওয়ার্কিং

ব্যবসায়ের দিক থেকে, সোশ্যাল মিডিয়া একটি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ সরঞ্জাম। এটি কোম্পানিগুলির মার্কেটিং এবং প্রচার ক্ষমতা বাড়ায় এবং তাদের প্রোডাক্ট বা পরিষেবার বিষয়ে গ্রাহকদের সাথে পরিচয় তৈরি করে। সাথে সাথে কোম্পানির প্রতিদিনের সাথে সংযোগ এবং সাহায্য প্রদানে এটি একটি প্রভাবশালী সরঞ্জাম।

গ্রুপ তৈরি

পৃথিবীতে যেহেতু নানান ধর্ম, নানান বিশ্বাস আছে, তাই সোশ্যাল মিডিয়া আমাদের নিজস্ব ধর্ম এবং মতাদর্শে যোগ দিতে এবং শিখতে সাহায্য করে থাকে। ঠিক তেমনি ভিন্ন ভিন্ন দেশের ভিন্ন ভিন্ন মতের গ্রুপে যোগ দেয়া যায় এবং সেই সম্পর্কিত আলোচনায় অংশ নেয়া যায়।

আইন প্রয়োগকারী সংস্থা

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যাপকভাবে দেওয়ানি ও ফৌজদারী মামলা ব্যবহৃত হয়েছে। নিখোঁজ ব্যক্তিদের সন্ধানও এটি ব্যবহার করা হয়েছে। পুলিশ বিভাগগুলি প্রায়শই জনসাধারণের সাথে যোগাযোগ করতে, পুলিশের কার্যকলাপ প্রচার করতে এবং আইন প্রয়োগকারী সংস্থার ভাবমূর্তি উজ্জ্বল করতে অফিসিয়াল

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম অ্যাকাউন্ট ব্যবহার করে; বিপরীতে, নাগরিকদের দ্বারা নথিভুক্ত পুলিশি বরবরতা এবং অন্যান্য অসদাচরণের ভিডিও ফুটেজ কখনও কখনও সোশ্যাল মিডিয়ায় পোস্ট করা হয়েছে।

মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে, মার্কিন অভিবাসন ও শুল্ক প্রয়োগকারী সংস্থা সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে ব্যক্তিদের শনাক্ত করে এবং তাদের ট্র্যাক করে এবং সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম-ভিত্তিক স্টিং অপারেশনের মাধ্যমে কিছু ব্যক্তিকে গ্রেপ্তার করে। মার্কিন কাস্টমস সীমান্ত সুরক্ষা (যা CBP নামেও পরিচিত) এবং মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের হসিকিউরিটি বিভাগ ভিসা প্রক্রিয়া চলাকালীন সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের তথ্যকে প্রভাবক হিসেবে ব্যবহার করে এবং দেশে প্রবেশের পর ব্যক্তিদের পর্যবেক্ষণ করে। সীমান্তে ইলেকট্রনিক্স এবং সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের আচরণ অনুসন্ধান করে, নাগরিক এবং অ-নাগরিক উভয়কেই প্রথমে ওয়ারেন্ট না নিয়েই তল্লাশি করে এমন তথ্যও নথিভুক্ত করা হয়েছে।

ব্যবসায় সাফল্য

অনেক ব্যবসা প্রতিষ্ঠান মার্কেটিং, ব্র্যান্ডিং, বিজ্ঞাপন, যোগাযোগ বিক্রয় প্রচার, অনানুষ্ঠানিক কর্মচারি শিক্ষা/সাংগঠনিক উন্নয়ন প্রতিযোগিতামূলক বিশ্লেষণ, নিয়োগ, সম্পর্ক ব্যবস্থাপনা/ আনুগত্য প্রোগ্রাম , এবং ই-কমার্সের জন্য সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করে । কোম্পানিগুলি তাদের মার্কেটিং, বিক্রয় এবং অন্যান্য প্রোগ্রামগুলিতে সহায়তা করার জন্য কথোপকথন পর্যবেক্ষণ, ট্র্যাক এবং বিশ্লেষণ করার জন্য সোশ্যাল মিডিয়া পর্যবেক্ষণ সরঞ্জাম ব্যবহার করে। সরঞ্জামগুলির মধ্যে রয়েছে বিনামূল্যে, মৌলিক অ্যাপ্লিকেশন থেকে শুরু করে সাবস্ক্রিপশন-ভিত্তিক সরঞ্জাম। সোশ্যাল মিডিয়া শিল্পের প্রবণতা সম্পর্কে তথ্য প্রদান করে। অর্থ শিল্পের মধ্যে, কোম্পানিগুলি বাজারের অনুভূতি বিশ্লেষণের জন্য একটি হাতিয়ার হিসাবে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করে। এর মধ্যে রয়েছে আর্থিক পণ্য বিপণন, বাজারের প্রবণতা এবং অভ্যন্তরীণ ট্রেডিং সনাক্তকরণের একটি হাতিয়ার। এই সুযোগগুলি কাজে লাগানোর জন্য, ব্যবসার প্রতিটি প্ল্যাটফর্মে ব্যবহারের জন্য নির্দেশিকা প্রয়োজন।

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের ব্যবসায়িক ব্যবহার জটিল হয়ে ওঠে কারণ ব্যবসা প্রতিষ্ঠানটি তাদের সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের উপস্থিতি সম্পূর্ণরূপে নিয়ন্ত্রণ করে না। পরিবর্তে, তারা "কথোপকথনে" অংশগ্রহণ করে তাদের যুক্তি উপস্থাপন করে। ব্যবসা প্রতিষ্ঠান গ্রাহক-সাংগঠনিক স্তরে এবং আন্তঃসাংগঠনিক স্তরে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহার করে।

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম সাফল্য তুলে ধরে এবং এমন সম্পদের অ্যাক্সেস সহজ করে যা অন্যথায় সহজলভ্য/পরিচিত নাও হতে পারে, উদ্যোক্তা এবং উদ্ভাবনকে উৎসাহিত করতে পারে।

মার্কেটিং

সোশ্যাল মিডিয়া মার্কেটিং কোনও পণ্য বা পরিষেবা প্রচার করতে এবং গ্রাহকদের সাথে সংযোগ স্থাপনে সহায়তা করতে পারে। সোশ্যাল মিডিয়া মার্কেটিংকে পেইড মিডিয়া, আর্নড মিডিয়া এবং মালিকানাধীন মিডিয়াতে ভাগ করা যেতে পারে। পেইড সোশ্যাল মিডিয়া ফার্মগুলি ব্যবহার করে একটি সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্মে বিজ্ঞাপন চালানো হয়। আর্নড সোশ্যাল মিডিয়া তখনই দেখা যায় যখন সংস্থাগুলি এমন কিছু করে যা স্টেকহোল্ডারদের প্রভাবিত করে এবং তারা স্বতঃস্ফূর্তভাবে এটি সম্পর্কে সামগ্রী পোস্ট করে। মালিকানাধীন সোশ্যাল মিডিয়া হল প্ল্যাটফর্ম যা তার ব্যবহারকারীদের কাছে সামগ্রী তৈরি/প্রচার করে নিজেকে বাজারজাত করে। প্রাথমিক ব্যবহারগুলি হল ব্র্যান্ড সচেতনতা তৈরি করা, কথোপকথনের মাধ্যমে গ্রাহকদের সাথে যুক্ত করা (যেমন, গ্রাহকরা ফার্ম সম্পর্কে প্রতিক্রিয়া জানান) এবং গ্রাহক পরিষেবায় অ্যাক্সেস প্রদান করা। সোশ্যাল মিডিয়ার পিয়ার-টু-পিয়ার যোগাযোগ সংস্থা থেকে গ্রাহকদের কাছে ক্ষমতা স্থানান্তর করে, যেহেতু ভোক্তাদের বিষয়বস্তু ব্যাপকভাবে দৃশ্যমান এবং কোম্পানি দ্বারা নিয়ন্ত্রিত হয় না। সোশ্যাল মিডিয়া ব্যক্তিত্ব, যাদের প্রায়শই প্রভাবশালী " বলা হয়, তারা হলেন ইন্টারনেট সেলিব্রিটি যারা অনলাইনে পণ্য এবং কোম্পানির প্রচারের জন্য বিপণনকারীরা স্পনসর। গবেষণায় রিপোর্ট করে যে এই অনুমোদনগণগুলি এমন ব্যবহারকারীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করে যারা কোন পণ্য/পরিষেবা কিনবেন তা স্থির

করেননি,বিশেষ করে তরুণ গ্রাহকরা। তাদের অনুসারীদের কাছে কোনও পণ্য বা পরিষেবা বাজারজাত বা প্রচারের জন্য প্রভাবশালীদের ব্যবহার করার অনুশীলনকে সাধারণত প্রভাবশালী বিপনন বলা হয়।

২০১৩ সালে, যুক্তরাজ্যের বিজ্ঞাপন মান কর্তৃপক্ষ (ASA) সেলিব্রিটিদের পরামর্শ দেওয়া শুরু করে যে তারা কোনও পণ্য বা পরিষেবার সুপারিশ করার জন্য অর্থ প্রদান করেছে কিনা তা স্পষ্ট করে জানাতে বিজ্ঞাপন হ্যাশট্যাগ ব্যবহার করে অনুমোদনের সময়। মার্কিন ফেডারেল ট্রেড কমিশন অনুরূপ নির্দেশিকা জারি করেছে।

সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্মগুলি বিজ্ঞাপনের মাধ্যমে নির্দিষ্ট দর্শকদের লক্ষ্যবস্তু করার সুযোগ করে দেয়। সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারকারীরা বিজ্ঞাপন শেয়ার করতে এবং মন্তব্য করতে পারেন, যা নিষ্ক্রিয় গ্রাহকদের সক্রিয় প্রচারক এমনকি প্রযোজকদের মধ্যেও পরিণত করে। সঠিক ব্যবহারকারীদের কাছে কীভাবে পৌঁছানো যায় তা বোঝার জন্য টার্গেটিং করার জন্য বিজ্ঞাপনদাতাদের অতিরিক্ত প্রচেষ্টা প্রয়োজন। কোম্পানিগুলি প্রতিযোগীদের মজা করার জন্য হাস্যরস (যেমন শিটপোস্টিং ব্যবহার করতে পারে। বিজ্ঞাপন এমনকি ফ্যানআটকে অনুপ্রাণিত করতে পারে যা নতুন দর্শকদের সাথে যুক্ত করতে পারে। হ্যাশট্যাগ (যেমন #ejuce এবং #eliquid) আগ্রহী ব্যবহারকারীদের লক্ষ্য করার একটি উপায়। ব্যবহারকারীর কন্টেন্ট সমকক্ষের প্রভাব সৃষ্টি করতে পারে, এমনকি প্রভাবশালীদের সম্পৃক্ততা ছাড়াই ভোক্তাদের আগ্রহ বৃদ্ধি করে। এই যোগাযোগের উপর কেন্দ্রীভূত ২০১২ সালের একটি গবেষণায় বলা হয়েছে যে সমকক্ষদের মধ্যে যোগাযোগ ক্রয়ের উদ্দেশ্যকে প্রভাবিত করতে পারে: সঙ্গতি উৎসাহিত করার মাধ্যমে প্রত্যক্ষ প্রভাব এবং পণ্যের সম্পৃক্ততা বৃদ্ধির মাধ্যমে পরোক্ষ প্রভাব। এই গবেষণায় দাবি করা হয়েছে যে পণ্য সম্পর্কে সমকক্ষদের যোগাযোগ পণ্যের সম্পৃক্ততা বৃদ্ধি করে।

সোশ্যাল মিডিয়ার বিভিন্ন ব্যবহার রয়েছে। রাজনীতিবিদরা তাদের বার্তা ছড়িয়ে দিতে এবং ভোটারদের প্রভাবিত করতে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করেন।

ডোনোকোস এবং অন্যান্যরা জানিয়েছেন যে ২০১৬ সালের মার্কিন নির্বাচনের সময় প্রার্থীদের টুইটার ব্যবহার অভূতপূর্ব ছিল। রাজনৈতিক তথ্যের জন্য জনসাধারণ সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের সাইটগুলির উপর নির্ভরতা বৃদ্ধি করেছে। ইউরোপীয় ইউনিয়নের সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম রাজনৈতিক বার্তাগুলিকে আরও বাড়িয়ে তুলেছে। বিদেশী উৎসের সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম প্রচারণা অন্য দেশে রাজনৈতিক মতামতকে প্রভাবিত করার চেষ্টা করে।

রাষ্ট্র স্পন্সরিত ইন্টারনেট হল ইন্টারনেট কারসাজি এবং রাষ্ট্র দ্বারা স্পন্সরিত প্রচারণা। রাষ্ট্রগুলি ইন্টারনেট ব্যবহার করেছে, বিশেষ করে সোশ্যাল মিডিয়া নির্বাচনকে প্রভাবিত করার জন্য, প্রতিষ্ঠানগুলিতে অবিশ্বাসের বীজ বপন করার জন্য, গুজব ছড়ানোর জন্য, ভুল তথ্য ছড়িয়ে দেওয়ার জন্য, সাধারণত যোগাযোগ তৈরি এবং ছড়িয়ে দেওয়ার জন্য বট ব্যবহার করে। জনসংখ্যা নিয়ন্ত্রণের জন্য অভ্যন্তরীণভাবে এবং বাহ্যিকভাবে অন্যান্য সমাজকে প্রভাবিত করার জন্য প্রচারণা ব্যবহার করা হয়।

নিয়োগে সোশ্যাল মিডিয়ার ব্যবহার

নিয়োগ মূল্যায়নের অংশ হিসেবে নিয়োগকর্তাদের দ্বারা চাকরির আবেদনকারীদের(পাবলিক) সোশ্যাল মিডিয়া প্রোফাইল পরীক্ষা করাকে বোঝায়। উদাহরণস্বরূপ, Fortune 500 কোম্পানিগুলির বেশিরভাগই সম্ভাব্য কর্মীদের পরীক্ষা করার জন্য এবং প্রতিভা অর্জনের জন্য একটি হাতিয়ার হিসেবে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করে। এই অনুশীলন নীতিগত প্রশ্ন উত্থাপন করে। নিয়োগকর্তা এবং নিয়োগকারীরা মনে করেন যে তাদের কেবলমাত্র সেই তথ্যে অ্যাক্সেস রয়েছে যা আবেদনকারীরা জনসাধারণের কাছে প্রকাশ করতে চান। অনেক পশ্চিমা-ইউরোপীয় দেশ কর্মক্ষেত্রে নিয়োগকর্তাদের সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার সীমাবদ্ধ করে। আরকানসাস, ক্যালিফোর্নিয়া, কলোরাডো, ইলিনয়, মেরিল্যান্ড, মিশিগান, নেভাডা, নিউ জার্সি, নিউ মেক্সিকো, উটাহ, ওয়াশিংটন এবং উইসকনসিন সহ রাজ্যগুলি আবেদনকারী এবং কর্মচারীদের সোশ্যাল মিডিয়া অ্যাকাউন্টের জন্য ব্যবহারকারীর নাম এবং পাসওয়ার্ড জমা দেওয়া থেকে রক্ষা করে। সোশ্যাল

মিডিয়া ব্যবহার সোশ্যাল মিডিয়াতে সক্রিয় কিছু আবেদনকারীর জন্য উল্লেখযোগ্য সমস্যা তৈরি করেছে। ছয়টি দেশের ১৭,০০০ তরুণের উপর ২০১৩ সালে করা একটি জরিপে দেখা গেছে যে ১৬ থেকে ৩৪ বছর বয়সী দশজনের মধ্যে একজন দাবি করেছেন যে সোশ্যাল মিডিয়া কার্যকলাপের কারণে চাকরির জন্য প্রত্যাখ্যাত হয়েছেন।

সোশ্যাল মিডিয়া পরিষেবাগুলি জীবনবৃত্তান্তে প্রতারণার উপর প্রভাব ফেলে বলে জানা গেছে। যদিও এই পরিষেবাগুলি প্রতারণার ফ্রিকোয়েন্সিকে প্রভাবিত করে না, তবে এটি আগ্রহ সৃষ্টি করে।

সম্প্রচারের জন্য মুক্তিযোগ্য প্ল্যাটফর্ম

সোশ্যাল মিডিয়া প্রচার এবং প্রচারের ক্ষমতা অত্যন্ত বড়। প্রচারের জন্য একাধিক প্ল্যাটফর্ম ব্যবহার করে ব্র্যান্ড একটি ব্যাপক দর্শনাগার পেতে পারে।

সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্ম হিসাবে ফেসবুক, ইনস্টাগ্রাম, টুইটার, ইউটিউব, লিঙ্কডইন ইত্যাদি অনেক প্রচলিত। এই প্ল্যাটফর্মগুলি ব্যবহারকারীদের বিভিন্ন উপায়ে প্রচার করার সুযোগ সরবরাহ করে।

বিজ্ঞান

বৈজ্ঞানিক এবং গবেষণা, রিসার্চগেট, লিঙ্কডাইন, ফেসবুক, এক্স এবং একাডেমিয়া এডুর মতো প্ল্যাটফর্মগুলিতে ভাগ করে নেওয়ার জন্য সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করেন। সবচেয়ে সাধারণ প্ল্যাটফর্ম হল এক্স এবং ব্লগ। সোশ্যাল মিডিয়া। ব্যবহারের ফলে বিজ্ঞানী, সাংবাদিক এবং সাধারণ জনগণের মধ্যে মিথস্ক্রিয়া উন্নত হয়েছে বলে জানা গেছে। ১ সেপ্টেম্বর, ২০১০ থেকে ৩১ আগস্ট, ২০১১ সালের মধ্যে বিজ্ঞান সম্পর্কিত এক্স সম্পর্কে ৪৯৫,০০০ এরও বেশি মতামত ভাগ করা হয়েছে। বিজ্ঞান সম্পর্কিত ব্লগগুলি বিজ্ঞান শেখা, অনুসরণ করা এবং আলোচনা করার জন্য জনসাধারণের আগ্রহের প্রতি সাড়া দেয় এবং উৎসাহিত করে। পোস্টগুলি দ্রুত লেখা যেতে পারে এবং পাঠককে লেখকদের সাথে রিয়েল টাইমে যোগাযোগ করার সুযোগ দেয়। জলবায়ু পরিবর্তনের

প্রেক্ষাপটে একটি গবেষণায় জানা গেছে যে জলবায়ু বিজ্ঞানী এবং বৈজ্ঞানিক প্রতিষ্ঠানগুলি অনলাইন বিতরক ন্যূনতম ভূমিকা পালন করেছে, বেসরকারি সংস্থাগুলির চেয়ে বেশি ।

সংবাদ প্রচার

সংবাদমাধ্যম হিসেবে সোশ্যাল মিডিয়া বলতে সংবাদ সংগ্রহের জন্য সংবাদপত্র বা লাইভ টিভির মতো ঐতিহ্যবাহি মিডিয়া প্ল্যাটফর্মের পরিবর্তে ইনস্টাগ্রাম, টিকটক এবং ফেসবুকের মতো অনলাইন সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্মের ব্যবহারকে বোঝায়। ১৯৫০ থেকে ১৯৮০ সালের মধ্যে টেলিভিশন এমন একটি জাতিকে মিডিয়া কন্টেন্টের দর্শকে পরিণত করতে শুরু করেছিল যারা একসময় মিডিয়া কন্টেন্ট শুনতেন, যখন সোশ্যাল মিডিয়ার জনপ্রিয়তাও মিডিয়া কন্টেন্ট নির্মাতাদের একটি জাতি তৈরি করতে শুরু করেছিল। কন্টেন্ট নির্মাতারা বর্তমানে সবচেয়ে ধনী ব্যক্তিদের মধ্যে একজন। পিউ রিসার্চ সেন্টারের মতে, প্রায় অর্ধেক আমেরিকান সোশ্যাল মিডিয়াকে সংবাদ উৎস হিসেবে ব্যবহার করে। সংবাদ গ্রহণে সোশ্যাল মিডিয়ার ভূমিকা বাড়ার সাথে সাথে জ্ঞানের উপর এর প্রভাব, ইকো চেম্বার গঠন এবং ভুল তথ্য মোকাবেলায় ফ্যাক্ট-চেকিং প্রচেষ্টার কার্যকারিতা নিয়ে প্রশ্ন উঠেছে।

সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্মগুলি ব্যবহারকারী উৎপাদিত সামগ্রী এবং নিজস্ব ভার্সুয়াল নেটওয়ার্কের মধ্যে সামগ্রী ভাগ করে নেওয়ার অনুমতি দেয়। সোশ্যাল মিডিয়াকে সংবাদ উৎস হিসাবে ব্যবহার করার ফলে ব্যবহারকারীরা বিভিন্ন উপায়ে সংবাদদের সাথে জড়িত হতে পারেন, যার মধ্যে রয়েছে:

- খবর গ্রহণ এবং আবিষ্কার করা
- সংবাদ শেয়ার করা বা পুনঃপোস্ট করা
- নিজের ছবি, ভিডিও, অথবা সংবাদদের প্রতিবেদন পোস্ট করা (অর্থাৎ, নাগরিক বা অংশগ্রহণমূলক সাংবাদিকতায় অংশগ্রহণ করা)
- সংবাদ পোস্টে মন্তব্য করা

সংবাদ উৎস হিসেবে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করা সকল বয়সের মানুষের কাছে সাম্প্রতিক এবং গুরুত্বপূর্ণ তথ্য পাওয়ার একটি জনপ্রিয় উপায় হয়ে উঠেছে। প্রযুক্তির অন্যান্য অনেক নতুন রূপের মতো এরও সুবিধা এবং অসুবিধা থাকবে। সংবাদ এবং সাংবাদিকতার জগতে সোশ্যাল মিডিয়ার ইতিবাচক প্রভাব পড়ার কিছু উপায় আছে, তবে এটা স্বীকার করা গুরুত্বপূর্ণ যে সোশ্যাল মিডিয়া সংবাদ উৎস উপর নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে এমন কিছু উপায়ও রয়েছে। এই সহজলভ্যতার সাথে, মানুষ এখন মিথ্যা খবর, পক্ষপাতদুষ্ট খবর এবং এমনকি বিরক্তিকর বিষয়বস্তু ব্যবহার করার আরও বেশি উপায় পেয়েছে।

২০১৯ সালে, পিউ রিচার্জ সেন্টার একটি জরিপ তৈরি করে যেখানে বলা হয়েছে যে আমেরিকানরা সোশ্যাল মিডিয়া সাইটগুলি কীভাবে সংবাদ এবং নির্দিষ্ট বিষয়বস্তু ভাগ করে নেয় সে সম্পর্কে সতর্ক। নির্ভুলতার এই সতর্কতা এই সচেতনতা হিসাবে বৃদ্ধি পায় যে সোশ্যাল মিডিয়া সাইটগুলি খারাপ ব্যক্তিদের দ্বারা শোষিত হতে পারে যারা মিথ্যা আখ্যান এবং জাল খবর তৈরি করে

সোশ্যাল মিডিয়া এবং নাগরিক সংস্কৃতি

এটি একটি গুরুত্বপূর্ণ যন্ত্র যা নাগরিক সংস্কৃতি সম্পর্কে সুস্পষ্টতা এবং জ্ঞান বৃদ্ধি করে। এটি সমাজের পরিবর্তনে একটি মান বৃদ্ধি করে এবং নাগরিকদের সাধারণ দৃষ্টিতে জাগরুক করে। এটি সামাজিক সংস্কৃতির পরিবর্তনে মূল ভূমিকা রাখতে সাহায্য করে, যেমন এটি সামাজিক অনুষ্ঠানের সম্পর্কে তথ্য এবং সচেতনতা প্রদান করে।

সোশ্যাল মিডিয়া এবং নেতৃত্ব

এই প্ল্যাটফর্মগুলি নেতৃত্ব সংস্থান এবং নেতার প্রচার প্রসারের জন্য একটি অত্যন্ত কার্যকরী সরঞ্জাম। এটি সামাজিক মূল্য, বিচার এবং উদ্যমের সাথে নেতৃত্ব নির্ধারণ করে এবং নেতাদের প্রেরণা বা আদর্শ সামগ্রী চর্চা করে।

সোশ্যাল মিডিয়া এবং মনোরম সময়গুলি

এটা আমাদের মনোরম সময়গুলি সাজানোর একটি অত্যন্ত জনপ্রিয় উপায়। এটি ভিডিও, ছবি, অথবা স্টোরিতে স্ট্যাটাস শেয়ার করে আমাদের আত্মীয় ও বন্ধুবান্ধবদের সাথে যোগাযোগ বা মনোরম সময় বিনিয়োগ করতে সাহায্য করে।

সামাজিক বন্ধন বজায় রাখা

সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে সারাবিশ্বের বিভিন্ন মানুষের সাথে সামাজিক বন্ধন বজায় রাখা যায় নিজ পরিবার ও বন্ধু ছাড়াও দূরের অনেক মানুষের সাথে বন্ধুত্ব স্থাপন

করা যায়। এর ফলে বিশ্বের অনেক অজানা তথ্য এবং তাদের জীবনযাপন সম্পর্কে জানা যায়।

সোশ্যাল মিডিয়া এবং মানসিক স্বাস্থ্য

এটি ব্যবহারের প্রাথমিক সংকেত আমাদের মানসিক স্বাস্থ্যের উপর প্রভাব ফেলতে পারে। মানুষের যোগাযোগের সম্পর্কের মাধ্যমে আমরা আপনার মাঝে আত্মবিশ্বাস বা নিজের সম্পর্কের সাথে তাদের সুস্থ রাখার উপায় অনুসন্ধান করতে পারি।

সোশ্যাল মিডিয়া এবং পরিবেশ

এটি আমাদের পরিবেশের ক্ষেত্রে একটি গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখতে পারে পরিবেশের সচেতনতা বা পরিবেশের সংরক্ষণে প্রচার করা। সামাজিক মাধ্যমের মাধ্যমে আমরা পরিবেশের সমস্যাগুলির উপর কেন্দ্রীয় হতে পারি এবং সমাধানের দিকে মানুষকে প্রেরিত করতে পারি

সোশ্যাল মিডিয়া এবং নৈতিক দায়িত্ব

এটা ব্যবহার করা সমাজের নৈতিক দায়িত্ব বৃদ্ধি করতে পারে। এটি নৈতিক বিচারের শিক্ষা এবং সামাজিক নৈতিকতা প্রবৃদ্ধি করতে সাহায্য করে

সোশ্যাল মিডিয়া এবং নিজের উন্নতি

এটা একটি গুরুত্বপূর্ণ সরঞ্জাম যা নিজের উন্নতির জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে। এটি আমাদেরকে সেলফ ডেভেলপমেন্ট এবং আমাদের আইডেন্টিটি নির্ধারণে সাহায্য করতে পারে।

সোশ্যাল মিডিয়া এবং পরিবেশে সামাজিক পরিবর্তন

সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে সামাজিক পরিবর্তন সৃষ্টি করা যেতে পারে। এটি বিভিন্ন উদাহরণে সামাজিক পরিবর্তনের প্রেরণা তৈরি করে এবং আগামীতে আরও

উন্নতিশীল সামাজিক পরিবর্তন হারানোর জন্য মানুষকে প্রেরিত করতে সাহায্য করে।

সোশ্যাল মিডিয়ার অপকারিতা

সোশ্যাল মিডিয়া এমন একটা ওপেন প্লাটফর্ম। সেখানে আপনি যেমন তেমন যে কোন কিছুই। আপনার ইচ্ছেমতো আপনি ব্যবহার করতে পারেন। কারণ এই প্লাটফর্ম গুলোতে স্বাধীনতা আছে।

আর এই স্বাধীনতার সুযোগ নিয়েই, অনেকেই এই সোশ্যাল মিডিয়াগুলোকে অপব্যবহার করছে।

আমরা ঘুম থেকে উঠেই আমাদের মোবাইলটা ওপেন করেই, ফেসবুকে ঢুকে যাই তারপর ঘন্টার পর ঘন্টা সেখানে কাটিয়ে দেই। কারো প্রেমিকা চলে গেছে আমরা সেই স্ট্যাটাস নিয়ে হাসাহাসি করি মজা করি।

এই সোশ্যাল মিডিয়া গুলোর মাধ্যমে, আমরা যেমন আমাদের জীবনের অগ্রগতি খুব তাড়াতাড়ি সম্ভব করতে পারছি। ঠিক তেমনি আমাদের জীবনের সাথে আষ্টেপৃষ্ঠে জড়িয়ে আছে, নিঃসঙ্গতার অক্টোপাস এর মত।

সোশ্যাল মিডিয়ার অপব্যবহারের মধ্যে সবচাইতে গুরুত্বপূর্ণ একটা ব্যবহার হচ্ছে। মানুষ নিজের প্রকৃত পরিচয় লুকিয়ে রাখে, এবং ফেসবুকের মধ্যে খুব স্মার্ট একটা মানুষের ছবি দিয়ে, ফেক আইডি খুলে। এবং অন্য একটা মানুষের সাথে প্রেমের সম্পর্কে জড়িয়ে পড়ে।

ওই মানুষটাকে নিজের প্রতি এমন ভাবে আকৃষ্ট করে। পরবর্তীতে নিজের স্বার্থের জন্য। সে মানুষটাকে ব্ল্যাকমেল করা শুরু করে। সে মানুষটা কোন দিক বুঝতে না পেরে, তার ব্ল্যাকমেইলের শিকার হয়ে যায়।

আবার এমন কিছু মানুষ আছে। যারা নিজেদের স্বার্থের নেশায়, কিছু বাজে খবর সোশ্যাল মিডিয়ার মধ্যে ছড়িয়ে দেয়। অনেকেই আবার সেই খবর গুলোকে সত্যি মনে করে।

আর এ সকল ঘটনা কে কেন্দ্র করেই, শুরু হচ্ছে সমাজে অস্থিরতা। সমাজ হয়ে উঠছে ভারসাম্যহীন। এসকল ঘটনাকে কেন্দ্র করে শুরু হচ্ছে বিবাহ বিচ্ছেদ।

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম বা সোশ্যাল মিডিয়া, আমাদের নিত্যদিনের সঙ্গী হয়ে পড়েছে। এখন আমরা পরিবারের সাথে কথা বলতে ততটা স্বাচ্ছন্দ বোধ করি না। যতটা স্বাচ্ছন্দ্যবোধ করি সোশ্যাল মিডিয়াতে সময় কাটাতে।

সোশ্যাল মিডিয়ার অপকারিতাগুলো বিস্তারিত আলোচনা করা হলঃ

ভুল তথ্যের প্রচার

সোশ্যাল মিডিয়া ভুয়া খবর ও অপপ্রচার ছড়িয়ে দেওয়ার জন্য একটি শক্তিশালী হাতিয়ার। ভুয়া খবর ও অপপ্রচার সমাজের মধ্যে বিভ্রান্তি ও অস্থিরতা সৃষ্টি করতে পারে। সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারকারীরা প্রায়শই সঠিক তথ্য যাচাই না করেই ভুয়া খবর ও অপপ্রচার ছড়িয়ে দেয়। এছাড়াও, সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারকারীরা প্রায়শই তাদের নিজের বিশ্বাস বা মতাদর্শকে সমর্থন করার জন্য ভুয়া খবর ও অপপ্রচার ছড়িয়ে দেয়।

لَا يُحِبُّ اللَّهُ الْجَهْرَ بِالسُّوءِ مِنَ الْقَوْلِ إِلَّا مَنْ ظَلَمَ ۚ وَكَانَ اللَّهُ سَمِيعًا عَلِيمًا

অর্থঃআল্লাহ কোন মন্দ বিষয় প্রকাশ করা পছন্দ করেন না। তবে কারো প্রতি জুলুম হয়ে থাকলে সে কথা আলাদা।আল্লাহ শ্রবণকারী ও বিজ্ঞ।১

দৃষ্টি হেফাজত না হওয়া

মানুষ যখন বাহিরে বের হয় তখন অবশ্যই তার দৃষ্টির হেফাজত করতে হয়। বর্তমান সময়ে সোশ্যাল মিডিয়ায় নর-নারী তাদের বেপর্দা ছবি পোস্ট করে যেগুলো নারী পুরুষ উভয়রই জন্য পর্দার খেলাপ হয়। অন্য নারীতে সহজেই আকৃষ্ট হয়। সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে নারী ও পুরুষ তাদের সুন্দর ছবিগুলো পোস্ট করে বিভিন্ন ফিল্টার দিয়ে যেগুলো ফেতনার সৃষ্টি করে। আল্লাহ তার বান্দাদেরকে অধিক সতর্ক করেছেন দৃষ্টি হেফাজত করার জন্য।

মহান আল্লাহ রব্বুল আলামীন বলেছেন,

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ۚ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ ۖ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ۚ

মু'মিনদের বল তাদের দৃষ্টি অবনমিত করতে আর তাদের লজ্জাস্থান সংরক্ষণ করতে, এটাই তাদের জন্য বেশি পবিত্র, তারা যা কিছু করে সে সম্পর্কে আল্লাহ খুব ভালভাবেই অবগত।^২

অসৎ সঙ্গ

মানুষ সাধারণত যেসব অন্যায়,পাপাচার, অপরাধ করে থাকে তার অধিকাংশের কারণ হল তার অসৎ সঙ্গি। অসৎ সঙ্গি খারাপ কাজের দিকে নিয়ে যায়। সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে মানুষ কোন বিচার বিবেচনা ছাড়াই বন্ধু নির্বাচন করে। তখন দেখা যায় ছবির মানুষ একরকম আর ভিতরে অপরাধপ্রবণ মন। তখন সহজেই যেকোন অপকর্মে লিপ্ত হয়ে যায়। এজন্য একজন বন্ধু পারে তার পাশের প্রিয় মানুষটিকে খারাপ বা ভাল দিকে নিতে তাই আমাদের উচিত সঠিক বন্ধু নির্বাচন করা।

আবু হুরাইরা রা.হতে বর্ণিত রাসূল (সাঃ) বলেন_

الرَّجُلُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ فَلْيَنْظُرْ أَحَدُكُمْ مَنْ يُخَالِلُ "

^২ সূরা নূর ৩০

মানুষ তার বন্ধুর স্বভাবের উপর প্রতিষ্ঠিত হয়ে থাকে, সুতরাং তোমরা দেখে শুনে বন্ধু নির্বাচন করবে।³

অপরাধ প্রবণতা

সোশ্যাল মিডিয়ায় আসক্তির ফলে তরুণ সমাজের মধ্যে আচার-আচরণ, পোষাক পরিচ্ছেদ, মানসিকতা, শ্রদ্ধাবোধ প্রভৃতি বিষয়ে উদ্বেগজনক পরিবর্তন দেখা যাচ্ছে। যা তাদের মধ্যে অপরাধ প্রবণতা তৈরি করে

সোশ্যাল মিডিয়া অপরাধ প্রবণতা বৃদ্ধির জন্য একটি কারণ হতে পারে। সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারকারীরা সহিংসতা, ঘৃণা, বা অপরাধমূলক কার্যকলাপের প্রচার করে অপরাধ প্রবণতা বৃদ্ধি করতে পারে। এছাড়াও, সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারকারীরা অপরাধের পরিকল্পনা বা অপরাধ সংঘটন করতে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করতে পারে। মানুষের প্রতি যুলম যে করবে তাকে এর শাস্তি পেতে হবে। দুনিয়া ও আখিরাতে যেকোন জায়গা।

আব্দুল্লাহ ইবনে উমর (রাঃ) হতে বর্ণিত রাসূল(সাঃ) বলেছেন,

"الظُّلْمُ ظُلُمَاتٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ".

“যুল্ম কিয়ামতের দিন অনেক অন্ধকার রূপ ধারণ করবে।”⁴

অশ্লীলতা

ইন্টারনেটে অনেক অশ্লীল এবং নগ্ন প্রচারণায় মানুষের নৈতিক চরিত্রের উপর বিরূপ প্রতিক্রিয়ার সৃষ্টি হচ্ছে। বিশেষ করে শিশু ও কিশোরদের বিপথগামী হওয়ার সম্ভাবনা ক্রমেই বাড়ছে। সোশ্যাল মিডিয়া মানুষের নৈতিক অবক্ষয় ঘটিয়ে সমাজের জঘন্য কাজগুলোতে লিপ্ত হচ্ছে।

³ সুনানু আবু দাউদ : ৪৭৩৩, সুনানু তিরমিযি: ২৩৭৮

⁴ সহীহ বুখারী ২৪৪৭

আবদুল্লাহ ইবনু ‘আমর (রাঃ) হতে বর্ণিত। তিনি বলেন, নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম অশ্লীল ভাষী ও অসদাচরণের অধিকারী ছিলেন না। তিনি বলতেন-

إِنَّ مِنْ خِيَارِكُمْ أَحْسَنُكُمْ أَخْلَاقًا

“তোমাদের মধ্যে সেই ব্যক্তিই সর্বোত্তম যে নৈতিকতায় সর্বোত্তম।”⁵

গোপনীয়তা ও তথ্য সুরক্ষা

আজকাল নিরাপত্তাবিষয়ক এজেন্সির কাছে ব্যক্তিগত অ্যাকাউন্টের অ্যাক্সেস থাকে, ফলে গোপনীয়তা রক্ষা করার কাজটিকে অসম্ভব করে তোলে। কখনো ভুলে বা না জেনে আপনার অ্যাকাউন্টে কিছু আলোচনা করে থাকলে তা নিরাপত্তা এজেন্সির অফিসার দেখবেন, যা হয়তো টেরও পাবেন না।

বর্তমানে কাপল ব্লগ এতটাই বেড়ে গেছে যে স্বামী স্ত্রীর মধ্যে গোপনীয়তা প্রকাশ করে ফেলে। এমনকি তারা তাদের স্ত্রীদের ভিডিওর মাধ্যমে সারাবিশ্বকে দেখিয়ে হারাম উপার্জন করছে যা আমাদের ইসলাম ধর্মে নিষিদ্ধ।

আবু বকর (রাঃ) হতে বর্ণিত রাসূল (সাঃ) বলেছেন

لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ جَسَدٌ غُذِيَ بِالْحَرَامِ »

অর্থ:যেই দেহ হারাম দ্বারা প্রতিপালিত, উহা বেহেশতে প্রবেশ করিবে না।⁶

সময়ের অপচয়

সোশ্যাল মিডিয়াতে যত বেশি সময় ব্যয় করা হয় তা সাইবার বুলিং, সামাজিক উদ্বেগ, বিষণ্ণতা এবং বয়সের উপযুক্ত নয় এমন বিষয়বস্তুর এক্সপোজারের দিকে নিয়ে যেতে পারে। সোশ্যাল মিডিয়া এমন নেশার মত হয়ে গেছে যে ঘন্টার পর ঘন্টা চলে যায় কিন্তু মানুষের কোন ক্রক্ষেপ থাকে না। দুনিয়াতে সৃষ্টির উদ্দেশ্য, ইবাদত সবই ভুলে সোশ্যাল মিডিয়ার রঙিন মায়ায় জড়িয়ে পড়ে। সারাদিন রাত

⁵ সহীহ বুখারী ৩৫৫৯

⁶ মিশকাত ২৭৮৭

এই ফেসবুক,ইউটিউব আর এক ধাঁধার জগৎ নিয়ে মানুষ পড়ে আছে। কিন্তু দুনিয়া মুমিনের জন্য কারাগার। এটা মানুষ বেমালুম ভুলে গেছে। মোবাইল স্ক্রলিং করতে করতে সালাত ছুড়ে যায় কিন্তু তাদের কোন আপসোস নেই।

কুতাইবাহ ইবনু সাঈদ (রহঃ) আবু হুরাইরাহ (রাযিঃ) থেকে বর্ণিত। তিনি বলেন, রসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেনঃ

"الدُّنْيَا سِجْنُ
الْمُؤْمِنِ وَجَنَّةُ الْكَافِرِ "

“ দুনিয়া মুমিনের জন্য কয়েদখানা [কারাগার] এবং কাফিরের জন্য জান্নাততুল্য।”⁷

স্বাস্থ্য

■ শারীরিক ও মানসিক স্বাস্থ্যের সমস্যা

তথ্য ও যোগাযোগ প্রযুক্তির ডিভাইসসমূহ বিভিন্ন প্রকার স্বাস্থ্য সমস্যার জন্য দায়ী, যেমন— চোখের উপর চাপ, কজির ক্ষতি, পিঠের সমস্যা, মানসিক চাপজনিত সমস্যা প্রভৃতি। অতিরিক্ত সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার মানসিক স্বাস্থ্যের সমস্যার কারণ হতে পারে। এর মধ্যে রয়েছে উদ্বেগ, হতাশা, একাকিত্ব, এবং আত্মঘাতী চিন্তা। সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারের ফলে মানুষ অন্যদের জীবনের সাথে তুলনা করে নিজেকে অসুস্থ, অসফল, বা অপ্রতুল মনে করতে পারে। এছাড়াও, সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারের ফলে মানুষ নেতিবাচক তথ্য, ছবি, বা বার্তা গ্রহণ করতে পারে, যা তাদের মানসিক স্বাস্থ্যের উপর নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে।

ঘাড় এবং চোখের ক্ষতি

⁷ সহীহ মুসলিম ৭৩০৭

ঘাড় নুইয়ে মুঠোফোনে স্ক্রল করতে করতে আপনার ঘাড় ব্যথা হতে পারে। এ ধরনের জটিলতার পোশাকি নাম ‘টেক্সট নেক সিনড্রোম’। এমনকি আপনি যদি ডেস্কটপ বা ল্যাপটপ কম্পিউটারের সামনে বসে দীর্ঘ সময় কাটিয়ে দেন ভুল দেহভঙ্গিতে, তাতেও কিন্তু আপনার ঘাড় ব্যথা হওয়ার ঝুঁকি থাকে। কাজের বাইরেও ঘণ্টার পর ঘণ্টা কেবল সামাজিক যোগাযোগমাধ্যমে সময় কাটানোর জন্য মুঠোফোন বা কম্পিউটার ব্যবহার করলে ঘাড় ব্যথার আশঙ্কা বাড়ে, চোখের ওপর চাপ পড়ে। চোখ শুষ্ক হয়ে পড়তে পারে, চোখব্যথা বা মাথাব্যথা হতে পারে।

. ঘুম কম, শ্রম কম

অলসভাবে মুঠোফোনে স্ক্রল করতে করতে ঘুমের সঠিক সময়টাও পার করে ফেলেন অনেকে। এভাবে ঘুমের শারীরবৃত্তীয় চক্রে বাঁধা পড়েন। ঘুম থেকে ওঠার পর শরীরটা ঠিক সতেজ অনুভূত হয় না। ফলে সারা দিন একটা বিরক্তি ভাব কাজ করতে পারে নিজের মধ্যে। মেজাজ হয়ে যেতে পারে খিটখিটে।

আবার ডিজিটাল ডিভাইসকেন্দ্রিক সময় যাপনের কারণে এক জায়গায় বসে থাকার প্রবণতা তৈরি হয়। হাঁটাচলা বা খেলাধুলায় যেটুকু পরিশ্রম হওয়ার কথা, সেটুকুও আর হয় না। ফলে মুটিয়ে যাওয়ার প্রবণতাও বাড়ে।

অকারণ দূর্শিতা, অস্থিরতা

সামাজিক যোগাযোগমাধ্যম দূর্শিতারও এক উৎস হয়ে দাঁড়িয়েছে বটে। কারও কারও হয় ‘ফিয়ার অব মিসিং আউট’ (ফোমো)। অর্থাৎ, সামাজিক যোগাযোগমাধ্যমে নিজের অনুপস্থিতিতে যা ঘটছে, তা ‘মিস’ হয়ে যাওয়ার ভয়। সময়ের সঙ্গে ‘আপডেটেড’ থাকতে না পারার ভয়। এই ব্যক্তির এই প্ল্যাটফর্ম থেকে নিজেদের দূরে সরিয়ে রাখতে সমস্যায় পড়েন।

আবার ধরুন, কেউ কোথাও বেড়াতে গেছেন। সেখানকার সৌন্দর্য, খাবারের স্বাদ, এমনকি রোজকার জীবনের বাইরে প্রিয় মানুষের সান্নিধ্য—সবকিছু নিজে উপভোগ করার চেয়েও সামাজিক যোগাযোগমাধ্যমে ভাগ করে নেওয়াটা বেশি ‘জরুরি’ হয়ে দাঁড়াতে পারে কারও কারও কাছে। সব কিছুর ছবি তোলার বাড়াবাড়ি রকমের

বাসনা, ছবিতে নিজেকে কেমন দেখাচ্ছে তা নিয়ে অতিরিক্ত ভাবনা—সবটা মিলিয়েই একধরনের অস্থিরতা কাজ করে তাঁদের মধ্যে।

বিষণ্ণতার নানা রূপ

সামাজিক যোগাযোগমাধ্যমে অন্যের ‘সুখময়’ জীবনছবি দেখে নিজেকে ‘বঞ্চিত’ ভেবে বসতে পারেন কেউ কেউ। কারও ছবি বা ভিডিও দেখে মনে হতে পারে, ‘ও কত সুখী’ বা ‘ও কত সফল’। অথচ বাস্তব জীবন সুখ-দুঃখ মিলিয়েই। চাপা দুঃখ বা গোপন কষ্টের কথাগুলো তো আর কেউ প্রচার করে বেড়ান না। তাই এখান থেকেই শুরু হতে পারে বিষণ্ণ দিনযাপন।

‘ওর ছবিতে কত কত রিঅ্যাকশন, আর আমারটায় মাত্র এই কটা!’—এমন তুলনাও মনে হীনম্মন্যতার সৃষ্টি করতে পারে। আবার অন্যের তির্যক মন্তব্যের কারণেও বিষণ্ণতায় ভুগতে পারেন কেউ কেউ।

লাইক-কমেন্টসে কমতি

বিশেষজ্ঞদের মতে, সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারের ফলে ডোপামিন হরমোনের ক্ষরণ বাড়ে, যা ভালো অনুভূতির সঙ্গে যুক্ত। যখন আমরা কিছু পোস্ট করি, তখন সেখানে বেশি লাইক, কমেন্ট ও শেয়ার দেখলে ডোপামিন হরমোনের ক্ষরণ বাড়ে, যা আমাদেরকে খুশি করে তোলে।

তবে যখন কেউ তার পোস্টে কাজ্জিত লাইক, কমেন্ট পান না তখন তার নিজের প্রতি আত্মবিশ্বাস কমতে শুরু করে ও কর্টিসল হরমোনের ক্ষরণ বাড়ে, যা দুশ্চিন্তার কারণ। এর থেকেই বাড়ে হতাশা ও উদ্বেগ। স্বাস্থ্য যদি ভাল না থাকে তাহলে কোন কাজে মন বসে না। অলসতা দেখা যায় যার ফলে মানুষ ক্ষতিগ্রস্ত হচ্ছে। সোশ্যাল মিডিয়া মানুষকে অলস করে আর অবসর সময়টা পুরোটাই সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে দিয়ে দেয়। কিন্তু নিয়ামত থেকে বঞ্চিত তারা।

ইবনু আব্বাস হতে বর্ণিত তিনি বলেন, রসূলুল্লাহ্ (সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়া সাল্লাম) বলেছেনঃ

" نِعْمَتَانِ مَغْبُونٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ "

“এমন দু’টি নিয়ামত আছে, যে দু’টোতে অধিকাংশ মানুষ ক্ষতিগ্রস্ত। তা হচ্ছে, সুস্থতা আর অবসর।”

প্রতারণা ও সম্পর্ক

ফেসবুক, টুইটার ইত্যাদির ব্যবহারের ফলে বিবাহ-বিচ্ছেদের মতো ঘটনাও ঘটছে। বিভিন্ন সেলিব্রিটিদের ছবি বা সুন্দর নারী পুরুষের ছবি প্রফাইল করে সহজেই প্রেমের সম্পর্ক গড়ে তুলছে। এই অবৈধ সম্পর্কের জন্য বিবাহ বিচ্ছেদ ঘটিয়ে যখন তারা নিজেরা নতুন সম্পর্ক গড়তে চাই তখনই প্রতারণার শিকার হয়। সে হয়ত তার আইডি ডিলেট করে দেয় ফলে আর কোন যোগাযোগ সম্ভব হয় না। ফলস্বরূপ একাকিত্ব না হয় আত্মহত্যা ছাড়া কোন উপায় থাকে না।

আসক্তি

ইন্টারনেট আসক্তি ব্যাধি (IAD), যা সমস্যাযুক্ত ইন্টারনেট ব্যবহার বা প্যাথলজিক্যাল ইন্টারনেট ব্যবহার নামেও পরিচিত, হল ইন্টারনেটের একটি সমস্যাযুক্ত বাধ্যতামূলক ব্যবহার, বিশেষ করে সোশ্যাল মিডিয়াতে, যা দীর্ঘ সময় ধরে একজন ব্যক্তির কার্যকারিতাকে ব্যাহত করে। তরুণদের ইন্টারনেট আসক্তি ব্যাধি হওয়ার ঝুঁকি বিশেষভাবে বেশি থাকে, যেখানে কেস স্টাডিতে এমন শিক্ষার্থীদের তুলে ধরা হয়েছে যাদের অনলাইনে বেশি সময় ব্যয় করার কারণে একাডেমিক পারফরম্যান্স হ্রাস পায়। কেউ কেউ ঘুমের ক্ষতির কারণে স্বাস্থ্যগত পরিণতি ভোগ করেন কারণ তারা স্কুলিং, চ্যাট এবং গেমিং চালিয়ে যাওয়ার জন্য জেগে থাকে। আমেরিকান সাইকিয়াট্রিক অ্যাসোসিয়েশনের DSM -5 বা বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার ICD -11 দ্বারা অতিরিক্ত ইন্টারনেট ব্যবহারকে ব্যাধি হিসেবে স্বীকৃতি দেওয়া হয়নি। তবে, ICD-11-তে গেমিং ডিসঅর্ডার দেখা যায়। রোগ নির্ণয়ের বিষয়ে বিতর্কের মধ্যে রয়েছে যে ব্যাধিটি একটি পৃথক ক্লিনিকাল সত্তা, নাকি অন্তর্নিহিত মানসিক ব্যাধির প্রকাশ। সংজ্ঞাগুলি মানসম্মত বা একমত নয়, যা প্রমাণ-ভিত্তিক সুপারিশগুলির বিকাশকে জটিল করে তোলে।

এই ব্যাধির পূর্বাভাসকারী কারণগুলিকে আরও ভালভাবে ব্যাখ্যা করার জন্য বহু বছর ধরে অনেকগুলি তাত্ত্বিক মডেল তৈরি এবং ব্যবহার করা হয়েছে। প্যাথলজিকাল ইন্টারনেটের জ্ঞানীয়-আচরণগত মডেলের মতো মডেলগুলি 20 বছরেরও বেশি সময় ধরে IAD ব্যাখ্যা করার জন্য ব্যবহৃত হয়ে আসছে। নতুন মডেল, যেমন ব্যক্তি-প্রভাব-জ্ঞান-সম্পাদন মডেলের মিথস্ক্রিয়া, সম্প্রতি তৈরি করা হয়েছে এবং আরও ক্লিনিকাল গবেষণায় প্রয়োগ করা শুরু হয়েছে।

২০১১ সালে "ফেসবুক আসক্তি ব্যাধি" (FAD) শব্দটির আবির্ভাব ঘটে। FAD হল ফেসবুকের বাধ্যতামূলক ব্যবহার দ্বারা চিহ্নিত। ২০১৭ সালের একটি গবেষণায় অতিরিক্ত ব্যবহার এবং নার্সিসিজমের মধ্যে একটি সম্পর্ক অনুসন্ধান করা হয়েছে, যেখানে বলা হয়েছে FAD ব্যক্তিত্বের বৈশিষ্ট্য। নার্সিসিজম এবং নেতিবাচক মানসিক স্বাস্থ্যের পরিবর্তনশীলের (বিষন্নতা, উদ্বেগ এবং চাপের লক্ষণ)সাথে উল্লেখযোগ্যভাবে ইতিবাচকভাবে সম্পর্কিত ছিল।

২০২০ সালে, *দ্যা সোশ্যাল ডিলেমা* নামক তথ্যচিত্রে মানসিক স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞ এবং সোশ্যাল মিডিয়া কোম্পানিগুলির প্রাক্তন কর্মচারীদের সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের আসক্তিকর ব্যবহারের প্রবণতা নিয়ে উদ্বেগ প্রকাশ করা হয়েছিল। উদাহরণস্বরূপ, যখন কোনও ব্যবহারকারী কিছুদিন ধরে ফেসবুকে যান না, তখন প্ল্যাটফর্মটি তাদের বিজ্ঞপ্তি পরিবর্তন করে, তাদের ফিরিয়ে আনার চেষ্টা করে। এটি সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার এবং শিশু ও কিশোর-কিশোরীদের আত্মহত্যার প্রবণতার মধ্যে সম্পর্ক নিয়েও উদ্বেগ প্রকাশ করে।

উপরন্তু, ২০২০ সালে গবেষণায় দেখা গেছে যে COVID-19 মহামারীর পর থেকে IAD-এর প্রাদুর্ভাব বৃদ্ধি পেয়েছে। COVID-19 এবং IAD-এর মধ্যে সম্ভাব্য সম্পর্ক তুলে ধরে গবেষণায় দেখা গেছে যে কীভাবে জোরপূর্বক বিচ্ছিন্নতা এবং এর সাথে সম্পর্কিত চাপ ইন্টারনেটের উচ্চতর ব্যবহারের মাত্রার দিকে পরিচালিত করতে পারে।

সোশ্যাল মিডিয়ার বিজ্ঞপ্তি বন্ধ করলে সোশ্যাল মিডিয়ার ব্যবহার কমাতে সাহায্য করতে পারে। কিছু ব্যবহারকারীর জন্য, ওয়েব ব্রাউজিংয়ে পরিবর্তনগুলি স্ব-নিয়ন্ত্রক সমস্যার ক্ষতিপূরণে সহায়ক হতে পারে। উদাহরণস্বরূপ, বিশাল উণ্ডিত

অনলাইন কোর্সের উপর 157 জন অনলাইন শিক্ষার্থীর উপর পরিচালিত একটি গবেষণায় এই ধরনের হস্তক্ষেপের প্রভাব পরীক্ষা করা হয়েছে। গবেষণায় বলা হয়েছে যে স্ব-নিয়ন্ত্রণে সহায়তা প্রদান অনলাইনে ব্যয় করা সময় হ্রাসের সাথে সম্পর্কিত ছিল, বিশেষ করে বিনোদনে।

গবেষণায় দেখা গেছে যে সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্মগুলি বাধ্যতামূলক আচরণের একটি চক্রকে ট্রিগার করে, যা আসক্তির ধরণগুলিকে শক্তিশালী করে এবং ব্যক্তিদের জন্য চক্রটি ভাঙা কঠিন করে তোলে।

সোশ্যাল মিডিয়া আসক্তির বিষয়ে বিভিন্ন মামলা দায়ের করা হয়েছে, যেমন মাল্টি-ডিস্ট্রিক্ট লিটিগেশন যা তরুণ ব্যবহারকারীদের উপর সোশ্যাল মিডিয়া আসক্তির কারণে ক্ষতির অভিযোগ করে।

ক্রমবর্ধমান বেকারত্ব

তথ্য প্রযুক্তির ব্যবহার ব্যাপকভাবে বৃদ্ধি পাওয়ার ফলে সর্বত্রই অটোমেশনের ছোঁয়া লেগেছে। ফলে বিশেষ বিশেষ ক্ষেত্রে প্রতিনিয়তই বেকারত্ব বাড়ছে।

ব্যক্তিগত তথ্যের ঝুঁকি

সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারকারীরা তাদের ব্যক্তিগত তথ্য, যেমন নাম, ঠিকানা, ফোন নম্বর, ইমেল ঠিকানা, ইত্যাদি সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্মে শেয়ার করে। এই ব্যক্তিগত তথ্য অপরাধীদের দ্বারা অপব্যবহার করা যেতে পারে। সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারকারীদের তাদের ব্যক্তিগত তথ্য শেয়ার করার সময় সতর্কতা অবলম্বন করা উচিত।

সাইবার গুন্ডামী

চবঙ্গিবহঃবং.ডঃম-এর রিপোর্ট বলে, অতীতে বেশিরভাগ বাচ্চা সাইবার গুন্ডামির শিকার। যেকোনো ভুয়া অ্যাকাউন্ট খুলতে পারে এবং যা খুশি করতে পারে ধরাছোঁয়ার বাইরে থেকে। ইন্টারনেটে গুন্ডামি করা অনেক সহজ হয়ে গেছে। হুমকি, ধমকি, গুজব- যা সমাজকে অশান্ত করে তোলে।

অপসংস্কৃতি ও মিথ্যাচার

তথ্য ও যোগাযোগ প্রযুক্তির বিকাশের ফলে অপসংস্কৃতি, মিথ্যা প্রচারণা ইত্যাদি মানুষের জীবনকে ভিন্ন খাতে প্রবাহিত করছে। বিশেষ করে ভিনদেশী সংস্কৃতির আগ্রাসনের ফলে দেশি সংস্কৃতি হারাতে চলেছে। বিভিন্ন ওয়েবসাইট, ব্লগ সাইট, ফেসবুক, টুইটার ব্যবহার করে কারো ব্যক্তিগত তথ্য, ছবি, সংবাদ এডিট করে, মিথ্যা ছবি বা তথ্য প্রকাশ করে সামাজিকভাবে হেয় প্রতিপন্ন করা যায়। সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে ধর্মীয় বিদ্বেষ ছড়িয়ে জাতিগত দাঙ্গা-ফ্যাসাদ তৈরি হচ্ছে।

হ্যাকিং

ব্যক্তিগত তথ্য এবং গোপনীয়তা খুব সহজেই হ্যাক হতে পারে এবং তা ইন্টারনেটে ছড়িয়ে যেতে পারে মুহূর্তেই, যা অর্থনৈতিক ক্ষতি এবং ব্যক্তিগত জীবন দুর্বিষহ করে তুলতে পারে। ঠিক তেমনি কারো অ্যাকাউন্ট সম্পর্কিত তথ্য বেহাত হয়ে যাওয়ায় আর্থিক ক্ষতির কারণ হতে পারে। এসব হচ্ছে সোশ্যাল মিডিয়ার মারাত্মক অসুবিধা।

খ্যাতি

সোশ্যাল মিডিয়া খুব সহজেই কারো খ্যাতি ধ্বংস করে দিতে পারে মিথ্যা গল্প বানিয়ে তা সোশ্যাল মিডিয়ায় ছড়িয়ে দেয়ার মাধ্যমে। ঠিক তেমনি কোনো বিজনেসও ক্ষতির মুখোমুখি হতে পারে এ ধরনের কর্মকাণ্ড

ফিল্টারের ব্যবহার

সোশ্যাল মিডিয়ায় সুন্দর সুন্দর ছবি বা ভিডিও পোস্ট করার প্রবণতা অনেকের মধ্যেই আছে। আর সেসব ছবি-ভিডিওতে নিজেকে সুন্দর থেকে আরও সুন্দর করে তুলতে অনেকেই ফিল্টারের ব্যবহার করেন। যেমন- স্ল্যাপচ্যাট, ইনস্টাগ্রাম বা টিকটকে সবচেয়ে বেশি ফিল্টার ব্যবহৃত ছবি বা ভিডিও পোস্ট করা হয়।

এক্ষেত্রে সহজেই শারীরিক চেহারা পরিবর্তন করা ও চেহারার খুঁতগুলো লুকানো যায়। ফলে ছবি বা ভিডিওতে নিজেকে সুন্দর দেখালেও, বাস্তবের চেহারা নিয়ে অনেকের মধ্যেই হিনমন্যতার সৃষ্টি হয়, যা অনেকের ক্ষেত্রেই মানসিক বিভ্রান্তির কারণ হতে পারে।

বুদ্ধিমত্তার ক্ষতিগ্রস্ততা

তথ্য প্রযুক্তির ব্যাপক ব্যবহারের ফলে মৌলিক গবেষণা থেকে মানুষ দূরে থাকবে। এ প্রযুক্তি ব্যবহারের ফলে প্রায় সব ধরনের সমস্যার সমাধান সহজে পাওয়ার কারণে চিন্তা ও গবেষণার মাধ্যমে নতুন কিছু আবিষ্কার হতে দূরে থাকবে। ফলে আমাদের সমাজ ও জাতি মেধাবী প্রজন্ম হতে বঞ্চিত হবে।

সোশ্যাল মিডিয়া মৃত্যুর কারণ হতে পারে

সোশ্যাল মিডিয়া শুধু ব্যবহারের কারণ নয় বরং ইন্টারনেটে যেসব পাগলামি কর্মকান্ড শেয়ার করা হয়, তা বাস্তবে করতে গিয়ে মৃত্যুর মুখোমুখি হতে পারেন। সোশ্যাল মিডিয়ার উত্থানের পর থেকে, সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারের মাধ্যমে ব্যক্তিদের আত্মহত্যা বা আত্ম-ক্ষতির দিকে পরিচালিত করার অসংখ্য ঘটনা ঘটেছে, এমনকি সোশ্যাল মিডিয়ায় আত্মহত্যার প্রচেষ্টা সম্প্রচারের ব্যবস্থাও করা হয়েছে, কিছু সফলও হয়েছে। গবেষকরা সোশ্যাল মিডিয়া এবং আত্মহত্যা নিয়ে গবেষণা করেছেন আত্মহত্যার ক্ষেত্রে সোশ্যাল মিডিয়ার কোন ঝুঁকি আছে কিনা তা নির্ধারণ করতে এবং এই ঝুঁকিগুলি যদি থাকে তবে তা হ্রাস করার

পদ্ধতিগুলি সনাক্ত করতে। একটি সম্পর্কের অনুসন্ধান এখনও একটি স্পষ্ট উত্তর খুঁজে পায়নি

গ্ল্যামার ড্রাগ এবং মদ

সোশ্যাল মিডিয়ার সবচেয়ে বড় অসুবিধা হচ্ছে যে, অনেকে ইন্টারনেটে কিছু ধনী এবং নেশাগ্রস্তদের ফলো করে থাকে। ফলে তারা নেতিবাচক চিন্তাধারা এবং কর্মকান্ড উৎসাহ পায়।

নিজের ক্ষতি এবং আত্মহত্যার চিন্তাভাবনা

যদিও সোশ্যাল মিডিয়া সমর্থন-সন্ধানের জন্য দুর্দান্ত হতে পারে, কিছু বিষয়বস্তু নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে, যা নিজের ক্ষতিকে স্বাভাবিক করে তোলে এবং তরুণদের স্পষ্ট ছবি বা ভিডিওর মুখোমুখি করে। নিজের ক্ষতি এবং আত্মহত্যা নিয়ে আলোচনা করা অনলাইন ফোরামেট অ্যাক্সেসের মাধ্যমে, তরুণরা এই ধরনের আচরণে জড়িত হতে উৎসাহিত হতে পারে যার পরিণতি ভয়াবহ।

ফেক সোশ্যাল মিডিয়া প্রোফাইলের সাথে যুক্ত হুমকি

ভুয়া সোশ্যাল মিডিয়া প্রোফাইলগুলি ব্যবহারকারীদের জন্য একাধিক হুমকির কারণ হতে পারে, যার মধ্যে রয়েছে:

- ভুল তথ্য বা প্রোপাগান্ডা ছড়ানো: আসল ব্যক্তি বা সংস্থার ছদ্মবেশ ধারণ করার জন্য এবং একটি বিশাল শ্রোতার কাছে মিথ্যা তথ্য ছড়িয়ে দেওয়ার জন্য নকল প্রোফাইল তৈরি করা হতে পারে।
- ফিশিং এবং স্ক্যামিং: নকল প্রোফাইলগুলি ব্যক্তিগত তথ্য চুরি করতে বা ব্যবহারকারীদের অর্থ পাঠাতে বা সংবেদনশীল তথ্য শেয়ার করে নেওয়ার জন্য প্রতারণা করতে ব্যবহার করা হতে পারে।
- সাইবার বুলিং: অন্য ব্যবহারকারীদের হয়রানি বা ধমক দেওয়ার জন্য ভুয়া প্রোফাইল তৈরি করা হতে পারে।

- ছদ্মবেশীকরণ: আসল লোকেদের ছদ্মবেশ ধারণ করতে এবং তাদের খ্যাতি নষ্ট করার জন্য নকল প্রোফাইল তৈরি করা হতে পারে।
- রাজনৈতিক কারসাজি: রাজনৈতিক মতামত ও সিদ্ধান্তকে প্রভাবিত করার জন্য ভুয়া প্রোফাইল তৈরি করা হতে পারে।

গণতন্ত্রের জন্য হুমকি

বেশ কিছু ভাষ্যকার এবং বিশেষজ্ঞ যুক্তি দিয়েছেন যে সোশ্যাল মিডিয়া কোম্পানিগুলির এমন প্রণোদনা রয়েছে যা ব্যবহারকারীদের উত্তেজনাপূর্ণ, আবেগপ্রবণ এবং বিতর্কিত উপাদানের সাথে সর্বাধিক সম্পৃক্ত করার জন্য প্রণোদনা দেয় যা গণতন্ত্রের উপর নির্ভরশীল একটি সুস্থ আলোচনাকে নিরুৎসাহিত করে। ভক্স মিডিয়ার জ্যাক বিউচ্যাম্প এটিকে একটি কর্তৃত্ববাদী মাধ্যম বলে অভিহিত করেছেন কারণ এটি কীভাবে ঘৃণা এবং বিভাজনকে উস্কে দেওয়ার জন্য উৎসাহিত করা হয় যা উচ্চাকাঙ্ক্ষী স্বৈরাচারীদের সুবিধা দেয়। সোশ্যাল মিডিয়াকে স্বৈরাচারীদের দ্বারা কারসাজির ঝুঁকিপূর্ণ হিসাবে বর্ণনা করে। সোশ্যাল মিডিয়ার ব্যবসায়িক মডেলের কারণে অবহিত সংলাপ, বাস্তবতার একটি ভাগ করা অনুভূতি, পারস্পরিক সম্মতি এবং অংশগ্রহণ - এই সবকিছুই ক্ষতিগ্রস্ত হতে পারে। রাজনৈতিক মেরুকরণ একটি উপজাত হতে পারে। এর রাজনৈতিক সহিংসতার সম্ভাবনার উপর প্রভাব থাকতে পারে। শিব বৈদ্যনাথন গোপনীয়তা সুরক্ষা এবং বিশ্বাস-বিরোধী আইন প্রয়োগ সহ বিভিন্ন সমাধানের পক্ষে যুক্তি দেন। অযাল্ডু লিওনার্ড পোল.আইএসকে যাল্ডু সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের ঐতিহ্যবাহী আলোচনার বিভাজনের একটি সম্ভাব্য সমাধান হিসেবে বর্ণনা করেছেন, যা গণতন্ত্রকে ক্ষতিগ্রস্ত করেছে, এবং এর অ্যালগরিদম ব্যবহারের পরিবর্তে ঐক্যমত্য খুঁজে বের করার অগ্রাধিকার দেওয়ার কথা উল্লেখ করেছেন।

সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারে দায়িত্বশীলতা

সোশ্যাল মিডিয়া আধুনিক সমাজের একটি অবিচ্ছেদ্য অংশ হয়ে দাঁড়িয়েছে, যা বাংলাদেশের তরুণ প্রজন্মের জন্য বিশেষভাবে সত্য। দেশে ৩০ মিলিয়নেরও বেশি ইন্টারনেট ব্যবহারকারী রয়েছে। এর মধ্যে যারা তরুণ তাদের কাছে ফেসবুক, ইমো, মেসেঞ্জার, ইনস্টাগ্রাম, টিকটক ইত্যাদি প্ল্যাটফর্মগুলো অবিশ্বাস্যভাবে জনপ্রিয়। বিষয়টা নিয়ে খুব বেশি অবাক হওয়ার কিছু নেই।

সবারই জানা আছে, বাংলাদেশের তরুণ প্রজন্মের জীবন প্রভাবিত করার সবচেয়ে বড় উপায়গুলোর মধ্যে সোশ্যাল মিডিয়া একটি। অনেক যুবক-যুবতির জন্য সোশ্যাল মিডিয়া এমন একটি জায়গা, যেখানে তারা তাদের চিন্তাভাবনা, ধারণা এবং সৃষ্টিকে অনেকের সঙ্গে শেয়ার করতে পারে। এছাড়াও এটি এমন একটি প্ল্যাটফর্ম যেখানে তারা তাদের প্রতিভা এবং দক্ষতা প্রদর্শন করতে পারে। যেমন—বর্তমানে ‘অনলাইন বিজনেস’ ধারণাটি তরুণ প্রজন্মের সঙ্গে ওতপ্রোতভাবে জড়িয়ে আছে। তরুণ-তরুণীরা এখন নিজেদের বেকার জীবনের কালো অধ্যায় ঝলমলে করতে সক্ষম হচ্ছে অনলাইন বিজনেস করে। এক্ষেত্রে তারা তাদের নিজস্ব প্রোডাক্টের গুণাগুণ ঘরে বসে জনসাধারণের মধ্যে প্রচার করার জন্য সোশ্যাল মিডিয়াকে ব্যবহার করছে। মোটকথা, তরুণ সমাজের উপার্জনক্ষম হওয়ার পেছনে সোশ্যাল মিডিয়া ঢালস্বরূপ। উপরন্তু সোশ্যাল মিডিয়ার বদৌলতে তরুণেরা নিজেদের অবসর সময় এখন প্রোডাক্টিভ কাজে লাগাতে সক্ষম।

সোশ্যাল মিডিয়ার উপকারিতার পাশাপাশি এটি স্বীকার করা গুরুত্বপূর্ণ যে, সোশ্যাল মিডিয়া বাংলাদেশের তরুণ প্রজন্মের ওপর নেতিবাচক প্রভাবও ফেলছে। উদাহরণস্বরূপ, মানসিক স্বাস্থ্যের ওপর সোশ্যাল মিডিয়ার প্রভাব সম্পর্কে ক্রমবর্ধমান উদ্বেগ বেড়েই চলেছে, বিশেষ করে তরুণদের মধ্যে। একাধিক গবেষণায় দেখা গেছে যে, সোশ্যাল মিডিয়ার অত্যধিক ব্যবহার উদ্বেগ, বিষণ্ণতার পাশাপাশি তরুণ দেহে ও মনে অলসতার বীজ বুনে দিচ্ছে। এছাড়াও সাইবার বুলিংয়ের সমস্যা রয়েছে, যা বিশেষ করে তরুণদের অপরাধ জগতে প্রবেশ

করিয়ে দিচ্ছে। স্পষ্টত, সোশ্যাল মিডিয়ার তরুণদেরকে প্রকৃত সমাজ থেকে বিছিন্ন করে ভার্যুয়াল সমাজের কর্মকাণ্ডের প্রতি আকর্ষণ সৃষ্টি করছে। এর ফলে মাঠে খেলাধুলা না করে, তারা ফেসবুকের লাইক, কমেণ্ট, শেয়ার সেকশনে নিজেদের মনকে সীমাবদ্ধ করে রাখছে। এই উদ্বেগ সত্ত্বেও এটা স্পষ্ট যে, বাংলাদেশের তরুণদের জীবন উন্নত করার জন্য সোশ্যাল মিডিয়া একটি শক্তিশালী হাতিয়ার। আত্মপ্রকাশ, সৃজনশীলতা, আত্ম-উন্নতি সৃষ্টি করাসহ সোশ্যাল মিডিয়া মানুষের সঙ্গে মানুষের ইতিবাচক সংযোগ স্থাপন করা এবং বিশ্বে ইতিবাচক পরিবর্তন আনতে সক্ষম। যদি কি না আমরা ইতিবাচকভাবে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করি।

তরুণদের জন্য দায়িত্বশীলভাবে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করা এবং তাদের মানসিক স্বাস্থ্য ও সুস্থতার ওপর সোশ্যাল মিডিয়ার সম্ভাব্য নেতিবাচক প্রভাবগুলো সম্পর্কে তাদের সচেতন করা দরকার। এর অর্থ হলো—সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারের ওপর তাদের জন্য সীমা নির্ধারণ করা। এছাড়া যদি তারা অনলাইনে হয়রানির শিকার হয় তাৎক্ষণিক আইনি সাহায্য নেওয়ার অভ্যাস গড়ে তোলা। একই সঙ্গে এটা শেখানো উচিত যে, তারা যেন কোনোভাবেই অন্যায়কে প্রশ্রয় না দেয়। সর্বোপরি, সোশ্যাল মিডিয়াতে তারা যে তথ্য শেয়ার করে সে সম্পর্কেও সচেতন হওয়া।

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম নিরাপদে ব্যবহারের উপায়

সোশ্যাল মিডিয়ার সাথে আপনার সম্পর্ক উন্নত করার এবং নেতিবাচক প্রভাব কমাতে সাহায্য করার একটি দুর্দান্ত উপায় হল আপনার প্রতিদিনের স্ক্রিন টাইম কমানো। স্ক্রিন টাইম কমানোর টিপসগুলির মধ্যে রয়েছে:

- আপনার ফোনের সেটিংসের মধ্যে সোশ্যাল মিডিয়া অ্যাপের সময়সীমা নির্ধারণ করুন
- সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারের জন্য নির্দিষ্ট সময় নির্ধারণ করুন

- তোমার বন্ধু এবং অনুসারীদের তালিকাটি ভালো করে দেখো এবং যাদের অ্যাকাউন্ট তোমাকে খারাপ মনে করে তাদের সাথে বন্ধুত্ব ত্যাগ করো

নিয়ম মেনে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারের মাধ্যমে আপনি যেমন উপকৃত হবেন, আবার নেতিবাচক প্রভাবগুলোও কাটাতে পারবেন। এক্ষেত্রে দুর্দান্ত এক উপায় হলো, স্ক্রিন টাইম কমানো। স্ক্রিন টাইম কমানোর উপায়-

>> ফোনে সোশ্যাল মিডিয়া অ্যাপগুলোতে সময়সীমা সেট করুন।>> সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারের জন্য নির্দিষ্ট সময় নির্ধারণ করুন। >> বন্ধু ও অনুসরণকারীদের তালিকা দেখুন ও যাদের অ্যাকাউন্টগুলো আপনাকে নিজের সম্পর্কে খারাপ বোধ করায় তাদেরকে আনফ্রেন্ড বা আনফলো করুন।>> সোশ্যাল মিডিয়ার বাইরে গিয়ে নানা কর্মকাণ্ডের মাধ্যমে পরিপূর্ণতা ও সুখ খুঁজুন।>> মানসিক স্বাস্থ্যের উন্নতিতে ব্যক্তিগত সংযোগ ও কার্যকলাপ বাড়ান। ফলে স্ক্রিন টাইম কমবে।

কখন চিকিৎসকের পরামর্শ নেবেন?

উদ্বেগ, বিষণ্ণতা, হতাশা, দুঃখবোধ সবার জীবনেই কখনো না কখনো আসে আবার চলেও যায়। তবে এ সমস্যাগুলো দৈনন্দিন জীবনে বিরূপ প্রভাব ফেললে অবশ্যই চিকিৎসকের সঙ্গে যোগাযোগ করুন। প্রয়োজনে মনোবিদের পরামর্শ নিন ও সুস্থ জীবনে ফেরার চেষ্টা করুন।

আজ ৩০ জুন সারাবিশ্বে পালন করা হচ্ছে বিশ্ব সোশ্যাল মিডিয়া দিবস। ২০১০ সাল থেকে ম্যাশাবল 'বিশ্ব সোশ্যাল মিডিয়া দিবস' পালন করা শুরু করে। সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের প্রভাব ও বিশ্ব যোগাযোগের ক্ষেত্রে এর ভূমিকার উপর জোর দেওয়ার জন্যই প্রতিবছর 'বিশ্ব সোশ্যাল মিডিয়া' দিবসটি পালিত হয়ে আসছে।

সোশ্যাল মিডিয়ায় ব্যক্তিগত তথ্য শেয়ারের সতর্কতা :

সোশ্যাল মিডিয়া আপনি যার সঙ্গে যুক্ত হচ্ছেন বা যুক্ত করে নিচ্ছেন, তার প্রোফাইলটা ভালোভাবে পর্যবেক্ষণ করুন যে ইউজারটি অরিজিনাল না কি ফেক। ফেক বা অরিজিনাল যাচাই করতে প্রোফাইল পিকচার, সাম্প্রতিক স্ট্যাটাস এবং

অন্যান্য তথ্য যাচাই করুন। এই যেমন- কোথায় বসবাস করছে, জন্ম কত সালে, কোথায় চাকরি বা পড়াশোনা করে ইত্যাদি।

একদম অপরিচিত ব্যক্তিদের এড়িয়ে চলাই উত্তম। যার সঙ্গে কখনো দেখা হয়নি কিংবা অদূর ভবিষ্যতে সম্ভাবনাও নেই, তাদের সঙ্গে ফ্রেন্ডশিপ গড়তে হলেও ভেবেচিন্তে করতে হবে। কাছের মানুষ কিংবা পরিচিত কেউ আপনার ক্ষতি করতে চাইলে একবারের জন্য হলেও ভাববে; কিন্তু দূরের মানুষ কখনই তা বিবেচনায় আনবে না।

সোশ্যাল কমিউনিকেশনে সতর্কতাই সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ। পরিচিত হোক কিংবা অপরিচিত হোক সোশ্যাল মিডিয়ায় সখ্যতা গড়ে ওঠা ব্যক্তির সঙ্গে অতিব্যক্তিগত বিষয়গুলো শেয়ার থেকে বিরত থাকুন। চ্যাটিংয়ে যা লিখছেন, ভয়েসে যা বলছেন, তা সেভ করার আগে একটু ভাবুন- এটি তাকে জানানো ঠিক হবে কিনা।

মানুষের সঙ্গে যে কোনো মুহূর্তে যে কোনো বিষয় নিয়ে মতানৈক্য হয়ে সম্পর্ক নষ্ট হতে পারে। তখনই আপনার সম্পর্কে জানা দুর্বল বিষয়গুলো জনসম্মুখে এনে হেনস্তা করতে পারে। তাই অতিআবেগী হয়ে নিজের দুর্বল বিষয়গুলো দূরসম্পর্কের কারও সঙ্গে শেয়ার করবেন না। আপনার মনের কথা যদি পরিবারের কাউকে বলতেই না-পারেন, তবে ডায়েরিতে লিখে রাখুন। আর না-হয় বিকল্প ভাবুন।

শুধু তথ্য শেয়ার নয় ব্যক্তিগত ছবি, ভিডিও, কোনো কিছুর যুক্তিপারামর্শের জন্য কাগজপত্র, নথি, দলিল-দস্তাবেজ, পাসওয়ার্ড কিংবা স্বাক্ষরও অপরিচিত সোশ্যাল মিডিয়ার বন্ধুর সঙ্গে শেয়ার করবেন না। আপনার অনুপস্থিতিতে কিংবা সরলতার সুযোগ বড় ধরনের ক্ষতি করে বসতে পারে।

সোশ্যাল মিডিয়া আমাদের জীবনাচারণকে যতটা সহজলভ্য ও আরামপ্রদ করে দিয়েছে, তার চেয়ে অনেকে ঝুঁকির মুখোমুখিও করছে। বিপদের মুখোমুখি না-হলে আপনারা সহজে বিষয়টা উপলব্ধি করতে পারবেন না। নচেৎ দিনে যত সংখ্যক সাইবার ক্রাইম হচ্ছে, সাইবার বুলিংয়ে স্বীকার হচ্ছে যা ডিজিটাল নিরাপত্তা আইন দিয়েও অনেকাংশে রোধ করা যাচ্ছে না। জালের মতো ছড়িয়ে-ছিটিয়ে থাকা বিশাল এই নেটওয়ার্ককে মনিটরিং করা চাট্রিখানি কথা নয়, এবং

সময় ও প্রযুক্তিগত দক্ষতারও ব্যাপার। আইনের মাধ্যমে প্রতিকার পাব ভেবে সোশ্যাল মিডিয়া পল্ল্যাটফর্মকে ব্যক্তিগত নিয়ন্ত্রণক্ষেত্র বানিয়ে বিপদের মুখোমুখি হওয়ার চেয়ে জেনেবুঝে সতর্ক ও সচেতন হওয়া প্রত্যেকেরই উচিত। সোশ্যাল মিডিয়ায় ব্যক্তিগত তথ্য ব্যক্তি আক্রোশ থেকে প্রচার-প্রসার করে পরিবেশ নষ্ট না-হোক, সে প্রত্যাশা।

উপসংহার

সোশ্যাল মিডিয়া আমাদের সাথে একটি প্রাচীন এবং গুরুত্বপূর্ণ প্রযুক্তি নিয়ে এসেছে যা আমাদের সমাজ এবং সমাজের প্রগতির পথে অগ্রগতি করতে সাহায্য করতে সক্ষম। সোশ্যাল মিডিয়ার উপকারিতা এবং প্রভাব সম্পর্কে বিস্তারিত জানতে, সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারের ভালো এবং খারাপ দিকগুলি সম্পর্কে সতর্ক থাকা গুরুত্বপূর্ণ। প্রতিটি ব্যবহারকারীর উপকারে হতে তাদের প্রয়োজনীয় সতর্কতা ও সচেতনতা অবলম্বন করা প্রয়োজন। ভার্চুয়াল দুনিয়া থেকে পুরোপুরিভাবে নিজেকে বিচ্ছিন্ন করে ফেলাটা অনেকের জন্য বাস্তবসম্মত সমাধান না-ও হতে পারে। তবে সেখানে নিজের সময়কে নিয়ন্ত্রণ করতে পারাটা জরুরি। মনে রাখবেন, আপনি সামাজিক যোগাযোগমাধ্যম ব্যবহার করবেন। সামাজিক যোগাযোগমাধ্যম যাতে আপনাকে ব্যবহার করতে না পারে। একটা সীমার মধ্যে নিজেই নিজেকে বেঁধে রাখুন, নিজের শারীরিক আর মানসিক সুস্থতার জন্যই।