साइबर जगत में सुरक्षा

सुझाव एवं सावधानियाँ !

विद्यार्थियों के लिए

विद्यया ऽमृतमश्नुते

एन सी ई आर टी
NCERT

विकास समिति

अध्यक्ष:

प्रोफेसर अमरेन्द्र प्रसाद बेहेरा, संयुक्त निदेशक, केंद्रीय शैक्षिक प्रौद्योगिकी संस्थान, एनसीईआरटी, नई दिल्ली

सदस्य समन्वयक:

डॉ. एंजेल रत्नाबाई, सहायक प्रोफेसर, केन्द्रीय शैक्षिक प्रौद्योगिकी संस्थान, एनसीईआरटी, नई दिल्ली

सदस्य:

डॉ. इंदु कुमार, प्रोफेसर एवं अध्यक्ष, आईसीटी विभाग, केन्द्रीय शैक्षिक प्रौद्योगिकी संस्थान, एनसीईआरटी, नई दिल्ली

डॉ. रेनाउल करीम बड़बुईया, सहायक प्रोफेसर, केन्द्रीय शैक्षिक प्रौद्योगिकी संस्थान, एनसीई. आरटी, नई दिल्ली

डॉ. आर. सी. शर्मा, प्रोफेसर, डा. बी. आर. अम्बेडकर विश्वविद्यालय, दिल्ली

डॉ. सर्वेश मौर्य, क्षेत्रीय शिक्षा संस्थान (एनसीआरटी), मैसूर, कर्नाटक

डॉ. जितेन्द्र पांडे, सहायक प्रोफेसर (कंप्यूटर विभाग), उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, उत्तराखंड

डॉ. प्रवीण कुमार, सहायक प्रोफेसर (अंग्रेजी व संचार कौशल) महर्षि मारकंडेश्वर विश्वविद्यालय, अम्बाला, हरियाणा

श्री हरि कृष्ण आर्य, निदेशक ज्ञानोदय इंटरनेशनल स्कूल, हनुमानगढ़ टाउन, राजस्थान

सुश्री कुनिका, जूनियर प्रोजेक्ट फेलो, केन्द्रीय शैक्षिक प्रौद्योगिकी संस्थान, एनसीईआरटी, नई दिल्ली

सुश्री शीतल मिश्रा, प्रोजेक्ट इंजीनियर, आईईएसए, सी-डैक, हैदराबाद

इंटरनेट, इस सदी में संवाद का सबसे व्यापक संसाधन होने के साथ-साथ हमारे दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बन गया है। यह एक ऐसा माध्यम है जो हमें अधिगम (सीखने) एवं संवाद के विस्तृत अवसर प्रदान करता है। यह ज्ञान का एक अमूल्य भंडार है जो सृजनात्मकता तथा कल्पनाशीलता को प्रोत्साहित करता है।

जब हम इंटरनेट का प्रयोग विभिन्न उद्देश्यों के लिए करते हैं तो इंटरनेट प्रयोग की संहिता का पालन आवश्यक हो जाता है। हमें इंटरनेट का प्रयोग ईमानदारी एवं दूसरों के अधिकारों के प्रति सम्मान और निष्ठा रखते हुए करना चाहिए। स्वयं के साथ-साथ दूसरों की बौद्धिक संपदा के उपयोग के प्रति सचेत एवं सजग रहना भी आवश्यक है।

सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी का सुरक्षित एवं जिम्मेदारीपूर्ण उपयोग ही साइबर सुरक्षा का मूल मंत्र है। साइबर सुरक्षा का उद्देश्य ना केवल सूचना को सुरक्षित रखना है, बल्कि उस सूचना का उत्तरदायित्व के साथ उपयोग करना भी है। किसी भी ऑनलाइन मंच पर दूसरों के प्रति सम्मान एवं सद्भाव की भावना का पालन ही नेटीकेट' (Netiquette) कहलाता है।

दुनियाभर में बढ़ते साइबर अपराध और धोखाधड़ी से बचने के लिए हमारा सजग, सचेत और सतर्क रहना अति-आवश्यक है। इस संदर्भ में आपको यह पुस्तिका साइबर सुरक्षा मार्गदर्शन एवं इंटरनेट परिपक्वता प्रदान करेगी।

यहाँ आपको ऑनलाइन सुरक्षित रहने के लिए कुछ सुझाव दिये गए हैं।

क्या करें!

1. दूसरों की निजता का सम्मान करें।
2. जो सामग्री अपमानजनक या अवैध है, उसे रिपोर्ट करें।
3. सॉफ्टवेअर, गेम, फ़िल्म या संगीत सहित इंटरनेट से किसी भी सामग्री को डाउनलोड करते समय कॉपीराइट नियमों एवं प्रतिबंधों का पालन करें।
4. अजनबी व्यक्तियों के साथ इंटरनेट पर संवाद करते समय अपनी व्यक्तिगत/गोपनीय जानकारी को साझा करने में सावधानी बरतें। यदि संभव हो तो अपने यूज़रनेम के रूप में अपने उपनाम/वैकल्पिक नाम का उपयोग करें।
5. ऑनलाइन प्रताड़ना (बुलिंग) का शिकार होने पर तुरंत अपने शिक्षक, अभिभावक या अन्य विश्वासपात्र को सूचित करें।
6. इंटरनेट पर अपने विभिन्न एकाउंट के लिए एक सुरक्षित और अनूठे (यूनीक) पासवर्ड का उपयोग करें। जिसमें संख्या, अपरकेस, लोअरकेस, और स्पेशल कैरेक्टर का संयोजन हो।
7. ब्राउज़र, ऑपरेटिंग सिस्टम और एंटीवायरस को अप-टू-डेट रखें।

क्या करें!

8. किसी भी सॉफ्टवेयर को केवल विश्वसनीय स्रोतों से ही डाउनलोड/इन्स्टाल करें। हमेशा फाइलों को खोलने से पहले स्कैन करें।
9. जब आप अपने कंप्युटर/टैबलेट/फोन का उपयोग कर चुके हों तो उनकी स्क्रीन को लॉक कर दें या स्वतः लॉक होने के लिए सेट करें।
10. जब भी आप अपनी व्यक्तिगत/वित्तीय जानकारी ऑनलाइन साझा करें तो यह सुनिश्चित कर लें कि वह वेब एड्रेस https:// से शुरू होता हो।
11. सोशल मीडिया एकाउंट्स में अपने प्रोफाइल की प्राइवेसी सेटिंग्स इस प्रकार करें कि आपका प्रोफाइल और पोस्ट्स केवल आपके दोस्तों और परिचितों को ही दिखाई दे।
12. सोशल मीडिया पर केवल परिचित व्यक्तियों के साथ ही जुड़ें।
13. अपनी डिजिटल प्रतिष्ठा (ऑनलाइन रेपुटेशन) के प्रति सचेत रहें- कुछ भी अनुचित, शर्मनाक, गैरकानूनी पोस्ट करने से पहले गंभीरता से सोचें।
14. एकाउंट हैक होने पर तुरंत सेवा-प्रदाता को सूचना दें। सेवा-प्रदाता द्वारा भेजे गए सुरक्षा संदेशों पर ध्यान दें।

क्या न करें!

1. अपनी व्यक्तिगत जानकारी, वास्तविक नाम, जन्म-तिथि, फोन नंबर इत्यादि अनावश्यक रूप से साझा न करें।
2. अपनी तस्वीरें को अपरिचित व्यक्तियों को न भेजें और न ही सोशल मीडिया में साझा करें।
3. अपरिचित व्यक्तियों से प्राप्त ई-मेल को सावधानी से देखें और संदिग्ध अटैचमेंट को न खोलें।
4. व्यक्तिगत जानकारी मांगने वाले किसी भी संदिग्ध ई-मेल, इंस्टेंट मैसेज या वेब पेज का जवाब न दें।
5. जब कोई व्यक्ति आपके निकट बैठा हो तो पासवर्ड सावधानी से डालें। 'शोल्डर सर्फिंग' से बचें।
6. अपना पासवर्ड किसी के साथ साझा न करें।
7. ब्राउज़र पर अपना यूज़रनेम, पासवर्ड सेव न करें।
8. अन्य लोगों की जानकारी चोरी न करें।
9. किसी की निजी फाइलें, उनकी अनुमति के बिना उपयोग न करें।
10. कॉपीराइट धारक की अनुमति के बिना किसी सॉफ्टवेयर/विषयवस्तु का इस्तेमाल न करें।

क्या न करें!

11. साइबर बुलिंग - दूसरों को चिढ़ाना, डराना-धमकाना, अपमानित करना, आक्रामक भाषा या घृणित टिप्पणी आदि - न करें।
12. किसी और के पासवर्ड का उपयोग न करें, भले ही वह आपके साथ साझा किया गया हो।
13. अन्य किसी की ई-मेल पढ़ने या उनके ऑनलाइन प्रोफाइल में गड़बड़ करने के लिए किसी और यूज़र के रूप में लॉग-इन न करें।
14. किसी के कंप्युटर को संक्रमित करने का प्रयास न करें।
15. उन लोगों से अकेले न मिले, जिन्हें आपने केवल ऑनलाइन माध्यम से जाना है।
16. किसी अज्ञात स्रोत से प्राप्त कोई अटैचमेंट न खोलें या डाउनलोड न करें, क्योंकि उनमें वायरस हो सकते हैं।

अधिक जानकारी के लिए

www.ncert.nic.in
www.ciet.nic.in
www.ictcurriculum.gov.in
www.infosecawareness.in
www.cyberswachhtakendra.gov.in

केंद्रीय शैक्षिक प्रौद्योगिकी संस्थान
राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्
श्री अरविंद मार्ग, नई दिल्ली -110016