

BENGALI

তুই বরিক্তকির।

তোর চোখগুলো তো সুন্দর।

কিন্তু তুমি মিটা।

তুই কখনই প্রোমে যাবে না, মসি কলমেডেয়া।

তুই তো বশেষা।

মরে যা দুশ্চরিত্রা নারী।

আমি তোকে নিয়ে হতাশ।

আমাকে যতে দাও! [চত্কার করে] আমাকে যতে দাও! [আরো চত্কার করে] আমাকে যতে দাও! [আরো চত্কার করছে ও কাঁদছে]।

আমি যসেব সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করি তা হল ...

স্ন্যাপচ্যাট

স্ন্যাপচ্যাট।

টুইটার।

টুইটার।

টুইটার।

ইনস্টাগ্রাম।

ইনস্টাগ্রাম।

ইনস্টাগ্রাম।

আমি কয়েকবার এডিটি করব..

আমি কিছু পোস্ট করার আগে মা-বাবাকে জিজ্ঞাসা করি তারপর সেইমতো ক্যাপচার করিলাইক পতে আরকি।

অনেকে মানুষের কাছে সোশ্যাল মিডিয়া পাওয়ারফুল টুল হতে পারে। উমম, আমিও বিশ্বাস করছি যে এটা নাগেটেভি হতে পারে।
এমনকি ছিরি সঙ্গী আমরা প্রতিদিন কাটাই, তবে আমার মনে হয় না সকলই বুঝতে পারে কি পরিমাণ সাইবারবুলিং করা হয়।
এবং আমার মনে হয় না বেশী মানুষ এর প্রভাব সম্পর্কে বোঝেন এবং এটিকে গুরুত্ব দিয়ে দেখে। কেউ কেউ তো আবার সাইবারবুলিংকে আসল গুন্ডামির চোখে দেখেন না।
সোশ্যাল মিডিয়ায় শাসন শোনার অনুভূতি হৃদয় বিদারক ও খুব অস্বস্তিকর।
আমার ভয় হয় লোকেরা আমার সম্পর্কে খারাপ কিছু বলবে। আমি সত্যিই শুধু ভীত।
টায়রা তুমি ডিনির শেষে করোনা।
আমি আমার প্রোফাইল চেক করতে যাচ্ছি।
সতর্ক থাকো।
চিন্তা করো না মা। আমি যা পোস্ট করি তা সতর্কভাবে করি। আমার বন্ধুরা কি করছে তাই দেখছি কারণ আমি জনপ্রিয়। মানে? এটা কি? উমম, আমার যখন পছন্দ নিয়ে তুমি কি করবে হে? অদ্ভুত। তাই? কি হিসেবে বলবে? পাগল একটা আমি তোমাকে বলক করে দিচ্ছি। আমার সাথে আর কথা বলবে না হে ঈশ্বর! হে ঈশ্বর, না! হে ঈশ্বর, হে... ঈশ্বরকি? না, না, না, না, না, না, না! এইরকম কিছু নয়। না! মুছে দাও! এটা নিয়ে তুমি কি করছ? আহহহ... না!
আমি লোককে সাইবারবুলিংয়ের কারণে ভেঙে পড়তে দেখেছি। তারা তাদের জীবন থেকে উদাস হয়ে যায়, বাঁচার ইচ্ছা চলে যায় অথবা ড্রাগ নতি শুরুর করে বা মদ্যপানে আসক্ত হয়ে পড়ে। সাইবারবুলিংকে শারীরিক নগ্ন হরে চোখে দেখুন। কোনো কাগজ ছাড়া দলি আর সটোক গোট করা যায় না। এটিকে একসাথে রাখতে পারেন, টপে দিয়ে জুড়ে দিতে পারেন কিন্তু এটা কি একই থাকবে? না।
[টায়রা কাঁদছে]
তাই টনিজোরদের জীবনে কিশোর বয়সের হাস্যরস এখন ইন্টারনেটে হাস্যরস অনুকরণ করছে। মেমে ও ইন্টারনেটে লড়াই হল ভিন্ জনিসি নিয়ে হাস্যরসের একটা নিপুণতা। এই সব ক্রমেরে বজিতোও যমেন থাকে তমেনা হয়ে প্রতাপিনের শিকারও হয়। বাশৌরভাগ ক্রমেরেই বজিতোক অভিনিন্দন জানানো হয় ও ইন্টারনেটে আধিপত্যধারী বড় হোতা বলে ধরে হয়। কারণ বজিতোরা তাদের বুদ্ধিমত্তার জন্য সকলের প্রশংসা পায় অথবা তাদের দেখে অনেকেই সইরকম হতে চায়। কাউকে নিয়ে মজা করাকে সাধারণত রোস্টিং বলা হয়। খুব কম সময়তই লোকেরা রোস্টিয়ারে বিরুদ্ধে কথা বলে এমনকি রোস্টিয়ার তার সীমা ছাড়লেও। এর কারণ কেউ রোস্টি হতে চায় না বা নিজেকে হলে করতে চায় না। যখন মেমে মতো কোনো উদাহরণ বা জোক বার বার ইন্টারনেটে দেখা যায় তখন যে রোস্টি হচ্ছে তার পক্ষে এটা থেকে বড়িয়ে আসা কঠিন হয়ে পড়ে এবং রোস্টিয়ার হয়ে ক্রমে প্রশংসা কুড়োয়।

আমি দশম গ্রুপেরে শুরুর দিকে ইন্টারনেটে হয়ে হয়েছে। এই ময়েটে আমার ছবতি আমাকে দেখতে খারাপ, আমি মতোটা বলে কমেন্ট করত, সে আমাকে টেকেস্ট করে বলত যে আমাকে হল দেখেছে সদিন আমাকে বাজে দেখোচ্ছিলি বা আমার চহোরা সম্পর্কে বাজে কছি। সে সবসময় বাজে বাজে কমেন্ট করত।
আমাকে সর্বদা মতোটা বা খুব বড় বলে অসম্মান করা হয়।
এমনকি ইনস্টা গ্রামে মন খারাপ করার মতো কমেন্ট আমি পাই।
নজিরে ছবি পাঠানো সহজ। আপনি হয়তো কাউকে বিশ্বাস করলেন শেষে তিনিই বিশ্বাসঘাতক বরো। এমনি কারণে পঠি পছি হয়ে করাও সাইবারবুলিং। এটা কষ্টকারক।
একবার আমি একটা ছবি পোস্ট করেছিলাম, আমি লাইকও পয়েছিলাম, লোকে কমেন্ট করেছিলি এইরকম: অ, পুরো গা এর মতো লাগছে, গা লাগছে পুরো। আমি গুরুত্ব দিইনি। তারা লাইক, কমেন্ট করেই যাচ্ছিলি।
আমি তাকে ফেসে টাইম কল করেছিলাম, না করাই হয়তো ভালো ছিল, সে আমার একটা স্ক্রীনশট নিয়ে আমার স্কুলেরে একাধিক জনকে পাঠিয়ে দিয়ে।
প্রত্যেকেরে মতামত আমার কাছে গুরুত্বপূর্ণ না হলেও প্রথমদিকে যখন কেউ আমাকে কছি বলত আমার খারাপ লাগত।
আমার নজিরে মধ্যে প্রশ্ন জাগতে শুরু করে আমি আমার সোশ্যাল মিডিয়া অ্যাকাউন্টগুলো রাখব কিনা, কারণ এইসব নেগেটিভিটি যনে সবকছি থামিয়ে দিচ্ছো।
গত বছর আমি স্কুল যতে চাইনি কারণ একজন অনলাইনে অনকে কছি বলছেলি।
এমনকি আমি বাইরেও বড়োতে চাইতাম না। বন্ধুদের সঙ্গে সময় কাটাতো আমার ভালো লাগত কারণ আমার মনে হত আমি মতোটা [বোধগম্য নয়]....
আমি খুব মতো।
চুপ করো, তুমি ভালো।
আমি বিশ্বাসই করতে পারছি না যে তোমার মা বাবা তোমাদেরকে উইকেন্ডে একা ছড়ে গছে। শেষে বার যখন আমার মা বজিনসে ট্রপি গছেলি তখন একজন ববেসিটারকে নিয়ে গ করছেলি।
সে কেবল পাগল।
বড়িয়ে যাও!
উফ, স্কটানা। আমার ভাই খুব জ্বালাতন করে।

আমি জানি না, তবে সেইরকম খারাপও নয়।
ধুর!
আমি আরো বেশী পান করতে যাচ্ছি।
তুমি তার বন্ধু কভাবে হলো? সে তো বাচ্চা।
তাই?
হ্যাঁ! এই যে, তুমি কি আরো শান্ত কোনো জায়গায় যতে চাও?
না। এটাকে মনোছ। এখনই মনোছো।
আরে, তুমি না।
সত্যি।
আচ্ছা, ঠিক আছে। আমি মুছে দিচ্ছি।
আমি এই স্টোরির ওপর কতদিন কাজ করছি জানেন? আমি ইতিমধ্যেই এডটি করে ফেলেছি। তোমার এটা খাওয়া উচিত নয়। হ্যাঁ, তারপর, আমাদের হাতে একবোর আর সময় নেই এবং কিছুই- আমাদের হাতে রিজি এখনও পর্যন্ত নেই, তাই ...
হ্যাঁ? আমার খুব হ্যাংওভার হয়েছিল।
কি ব্যাপার জেনে। কবে তুই এটা করছিস?
কোনটা?
ভালো সাজার চেষ্টা করসি না। তুই ভালো করে জানসি আমি কি বলতে চাইছি। তুই আমার ভাইয়ের সঙ্গ সেক্স করছিস।
আমার সেইরকম কিছু মনে নেই। আমার মনে আছে আমরা মদ খাচ্ছিল। আমি দুঃখিত।
মদ খয়ে থাকাকাটা কি তোর অজুহাত? তোর আমার বন্ধুই থাকা উচিত ছিল। অন্য আরো বেশাদরে মতো তুইও নিজেকে সংযত রাখতে পারসি না।
তোর সমস্যাটা কি? আমি বলছি আমার ভুলে হয়েছে। আমার এইরকম কোনো মতলব ছিল না।

<p>যাইহোক, জে।তুই ওকে ছবি তুলতেও দিয়েছিস।আমি দেখেছি সটো।স্কুলেরে সবাই দেখেছে।</p>
<p>তুই কোথায় ছলিসি?</p>
<p>আমি একটু হাঁটতে গছেলাম।</p>
<p>কছু বলবি?</p>
<p>না, তমেন কছু নয়।</p>
<p>আমাকে প্রিন্সিপাল মলিার ফোন করছেলি।</p>
<p>ঠকি আছে।</p>
<p>ঠকি আছে?তোার কি “ঠকি আছে”ছাড়া কছু বলার নই?স্কুলে বাচ্চাদেরকে নিজেরে নগ্ন ছবি পাঠাচ্ছিস এটা ঠকি আছে?তুই এত বোকা কি করে হতে পারসি?</p>
<p>আমার দোষ নয়!</p>
<p>সোমবার সকালে স্কুলে আমাদের মটিং আছে।ঈশ্বরকে ডাক যাত স্কুল থেকে বরে না করে দিয়ে।</p>
<p>[জে। কাঁদছে]</p>
<p>প্রথমে আমার মনে যা আসে তা হল অন্ধকার, শূন্যতার মতো, গর্তেরে মধ্যে গর্তেরে মতো, এমন জায়গা যখনে আপনি যত উঁচুতই উঠুন পালাতে পারবেন না।</p>
<p>সবকছুই হয় কম্পিউটার স্ক্রীনরে পছিনে এবং যখন তা হয় মানুষেরে মধ্যে সাহাস থাকে যাত তারা মনে করে তারা যা খুশী বলতে পারো।</p>

<p>আগে বাচ্চা বয়সে আমাকে হয়রানি করা হত। যত বড় হলাম তত মনে হতো এটা থেকে বের হওয়ার একটাই উপায় হল নিজেকে হয়রানি করা। এটা করার জন্য আমি হাসরি পাত্তর হই ও বন্ধুহীন হয়ে পড়ি এবং আমার বাবার থেকে অনুমতি নেওয়ার চেষ্টা করি কারণ কম বউসে আমি মারামারি করতাম ও বাবা আমাকে রক্ষা করতে ও অন্য কাউকে আঘাত করতে গর্বতি হত। তাই আমার মনে হয়েছিলি তাকে খুশী করার একমাত্র রাস্তা হল অন্যদরে আঘাত করা এবং সেইরকম বাচ্চা হিসেবে পরচিতি ছিলাম।</p>
<p>আমি ক্লাসে ভাঁড়রে মতো ছিলাম, সবসময় জোকস বলতাম, লোকেরে পছিনে লাগতাম। এই সব করার জন্য লোকেরো হাসত, মজা করত। আমার অনেকে বন্ধু হয়েছিলি। আমি যে জনপ্রিয় ছিলাম তা বলা যায়। সেইসময় আমি বুঝতে পারিনি যে আমি চারপাশে লোকদেরকে আহত করছি। তাদের মনে কষ্ট দিয়ে, তাদের নিয়ে মজা করে ও তাদের নিয়ে জোকস বলি।</p>
<p>আমার একটা দিনেরে কথা বিশেষে ভাবে মনে আছে, আমরা একজনকে নিয়ে মজা করি, সে ভেঙে পড়ে আমাদের সামনে কাঁদতে শুরু করে। এটা আমার সবচেয়ে খারাপ দিন ছিল কারণ আমি আমার কাজের সরাসরি প্রভাব দেখতে পয়েছিলি এবং সারা সময় বোঝাতে বোঝাতে কটে গেলি এবং অবশেষে সে শান্ত হয় এবং আমি তার মধ্যে তার মানবিক দিকটা দেখতে পাই।</p>
<p>তার দ্বিতীয় বর্ষের শরতকালরে সময়ে সাইবারবুলিং শুরু হয়। তারা ডেভেডিকে টেকেনোলজি, ইনস্টাগ্রাম, ফেসবুকেরে মাধ্যমে সাধারণত হয়রানি চালাত।</p>
<p>স্কুলেরে পর বনোমি সাইট, নিয়মিত টেকেস্ট, ভিডিও করে অনেকে তাকে হয়রানি করত। অন্যান্য ছলেদেরে মতো সে তার ফোনেরে সঙ্গে বেশী সময় কাটাত। টেকেস্ট বা মসেজে আসতই থাকত এমনকি অনেকে রাত পর্যন্ত।</p>
<p>সে নিজেকে গুটিয়ে নিতে থাকে, বসিগ্ন হয়ে পড়ে, স্কুলে যতে চায় না, স্কুলে যতে ভয় পায়, বেশী সময় ঘুমায় এবং আমার ওপর রাগ বাড়তে থাকে কারণ আমি সমস্যার সমাধান করতে পারছিলাম না।</p>
<p>মনে হচ্ছিলি তার ভতির যনে শূন্য হয়ে গেছে। আগে সে অনেকে খুশী ছিলি, আনন্দ করত। আর একটু বেশী উদ্বিগ্ন ছিলি। এখন সে আর আগরে মতো নই।</p>
<p>সে সকলেরে থেকে বিচ্ছিন্ন হয়ে গেছে, একা হয়ে গেছে। কারণ সর্টে শত শত লোকেরে সঙ্গে শয়ার</p>

করা হয়েছিল। তার মনে হয়েছিল সমগ্র পৃথিবী ওর বিরুদ্ধে চলছে। তার মৃত্যুর পর সই বাচ্চারা আমার কাছে বলে যে তারা কতটা দুঃখিত, তারা জানত না তাদেরকে কি করতে হবে।

আমরা কখনই একই থাকব না। খারাপ কিছু হয়ে গেলে তা থেকে ভালো কিছুও আসে। বাচ্চাদের বোঝান যে পর্দার উল্টোদিকে কোন না কোন মানুষ রয়েছে এবং যখন আপনি কিছু বলছেন তখন জানেন না যেদিন দিনটা কেমন বা শিশুর জীবনে কী হতে চলেছে এবং আমরা এই সমস্যা থেকে অন্য শিশুকে সহায়তা করতে পারব কিনা। সচেতনতা বাড়ান। কিছুতো ভাল হবেই।

তারা অনলাইনে সবসময় কী করছে ভাবটা আতঙ্কের।

আমি কীভাবে বুঝব আমার শিশুকে অনলাইনে শাসানো হয়েছে?

সোশ্যাল মিডিয়া কী? সাইবার হুমকি কী?

আপনার শিশু যেখানেই যাবে এটি তাকে অনুসরণ করবে। অনেকটা মুক্তি না পাওয়ার মতো।

মনে হচ্ছে তারা তাদের পুরো জীবন অনলাইনে কাটায় এবং আমার বয়স যখন অল্প ছিল তখনকার থেকে এটি আলাদা।

আমি কী জানি এবং তারা কী জানে তার মধ্যে কোনো সংযোগ নেই।

যখন আমার বয়স কম ছিল আমরা বেপরোয়া
ছিলাম ও বোকা বোকা কাজ করতাম, কিন্তু সেগুলো
ক্যামেরায় ছবি তুলে বা সোশ্যাল মিডিয়ায় নয়।

আমার মেয়ে ফুটবল খেলে এবং আমরা সপ্তাহের যে
কোনো রাতে প্র্যাকটিস করি এবং খেলতে চাই। আমি
এসবে ভালোই যুক্ত ছিলাম এবং সোশ্যাল মিডিয়ার
কথা আসে তখন আমি কিছুতেই বুঝতে পারি না
তারা অনলাইনে কী করে।

বাচ্চারা কীভাবে একে অপরের সঙ্গে ইতরামি করে
জানলে মাথা খারাপ হয়ে যাবে। দুর্ঘটনা বশতঃ হতে
পারে বা উদ্দেশ্যেও থাকতে পারে, উভয়তেই
নিয়ন্ত্রণের বাইরে যেতে পারে। দ্রুত।

এটি সম্পৃক্ততা সম্পর্কিত। আপনার বাচ্চাদের
জিজ্ঞাসা করুন তারা অনলাইনে কী করে।

আমি এটা আর উপেক্ষা করতে পারবে না।

আমি আর শোনা বন্ধ করতে পারব না।

আপনার বাচ্চা অনলাইনে কী করে তা জানতে নিজে
সংযুক্ত হন।

এখন আমাদের রাস্তা আছে।

অনলাইনের আচরণ সম্পর্কে কথোপকথন শুরু করার রাস্তা আমাদের আছে।

অন্যান্য পিতা বা মাতার সঙ্গে এই ফিল্মটি শেয়ার করতে এবং আপনার বাচ্চার সঙ্গে স্মার্ট ও অনলাইনের নিরাপত্তা সম্পর্কে কথা বলতে সোল বিহাইন্ড দ্য স্ক্রীন ডট অর্গ সাইটে যান।