

# সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহার নির্দেশিকা



কোস্ট ট্রাস্ট প্রধান কার্যালয়, বাড়ি ১৩, সড়ক ২, শ্যামলী, ঢাকা-১২০৭

# কেন এই নির্দেশিকা?

তথ্য ও যোগাযোগ প্রযুক্তির প্রসারের সাথে সাথে সারা বিশ্বে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম-সমূহের ব্যবহারের জনপ্রিয়তা বাড়ছে। আমাদের দেশেও ব্যক্তি ও প্রাতিষ্ঠানিক পর্যায়ে এর ব্যবহার বাড়ছে। বাংলাদেশে ইন্টারনেট ব্যবহারকারীদের মধ্যে ৮০% সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহার করেন বলে জানা যায়। একই সময়ে দেখা গেছে কোস্ট ট্রাস্ট এর বেশির ভাগ কর্মী এই সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহার করছেন এবং বিভিন্ন সময়ে নানা কর্মকাণ্ডের তথ্য-ছবি তা বিভিন্ন সামাজিক মাধ্যমে পোস্ট বা প্রকাশ করছেন। সেই পরিপ্রেক্ষিতে সংস্থার কর্মীদের মধ্যে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের সুষ্ঠু ব্যবহার নিশ্চিত করার জন্য একটি নির্দেশিকা প্রণয়ন করা জরুরি হয়ে পড়েছে।

এই নির্দেশিকার সুনির্দিষ্ট উদ্দেশ্যসমূহগুলো হলো:

- সংস্থার মধ্যে কার্যকর ব্যবহার নিশ্চিত করা;
- সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহারে কর্মীদের করণীয় এবং বর্জনীয় নির্ধারণ করা;
- সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহারের ক্ষেত্রে প্রয়োজনীয় নিরাপত্তা ও গোপনীয়তা নিশ্চিত করা।

সংক্ষিপ্ত এই নির্দেশিকাটিতে সহজ ভাষায় সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমগুলোর বিভিন্ন বিষয় তুলে ধরা হয়েছে। আশা করা যায় যে এই নির্দেশিকাটি পড়লে কোস্ট ট্রাস্ট সকল পর্যায়ের কর্মীবৃন্দ নিচের বিষয়গুলো সম্বন্ধে জানতে ও বুঝতে পারবেন:

- সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের পরিচিতি
- সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহারের সুফল ও কুফল
- সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহারের ঝুঁকি
- কোস্ট ট্রাস্টের একজন কর্মীর জন্য সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহারের নির্দেশাবলী

## সতর্ক থাকুন! কারণ

- আপনি যখন সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহার করছেন, আপনাকে তখন সবাই দেখছে
- নিজেকে লুকানোর চেষ্টা করলেও, আপনাকে খুঁজে বের করা সম্ভব
- আপনি কোন কিছু মুছে দিলেও, তা আবার বের করা সম্ভব
- শত নিরাপত্তা ব্য বস্তু নিলেও, তা ভেঙে ফেলা যায়
- আপনার কোন কিছুই গোপন থাকছে না, সবই পড়ছে অন্য কেউ! কেউ না কেউ!

# সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম কী?

কিছু কিছু ওয়েবসাইট বা মোবাইল এপ্লিকেশন আছে যেগুলো ব্যবহার করে আমরা একজন আরেকজনের সঙ্গে তথ্য বিনিময় করে থাকি। উল্লেখিত প্রায় সবগুলো মাধ্যম ওয়েবসাইট ব্যবহার করতে ইন্টারনেট সংযোগ প্রয়োজন হয়। সাধারণত এই ওয়েবসাইট বা এপ্লিকেশনগুলোকে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম বলা হয়ে থাকে।

বিশ্বের ৪২% ইন্টারনেট ব্যবহারকারীদের মধ্যে ২৯% সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের সাথে যুক্ত এবং ২৩% সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের ক্ষেত্রে মোবাইল ডিভাইস ব্যবহার করে। অনলাইনে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের অনেকগুলো প্ল্যাটফর্ম আছে। তারমধ্যে জনপ্রিয় যোগাযোগ মাধ্যমসমূহ হলো:

- ফেইসবুক
- টুইটার
- ইউটিউব
- স্কাইপ
- গুগল
- ভাইবার
- লিংকডইন
- ইনস্টাগ্রাম
- হোয়াটসআপ



**সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং ওয়েবসাইট:** ফেইসবুক, মাই স্পেস, লিংকডইন ইত্যাদি ওয়েবসাইটকে সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং ওয়েবসাইটও বলা হয়। এগুলোর মধ্যে নিজের বা প্রতিষ্ঠানের সঙ্গে ছবি, তথ্য ইত্যাদি বিনিময় করে সব সময় যোগাযোগ রাখা যায়।

**ব্লগিং:** নিজের মতামত বা অনুভূতি ইত্যাদি বিভিন্ন ওয়েবসাইটের মাধ্যমে, বা নিজের ওয়েবসাইট খুলে প্রচার করা যায়।

**টুইটার:** ছোটছোট বার্তা বা বক্তব্য প্রকাশ করা হয়।

**ভাইবার, হোয়াটসআপ, স্কাইপে:** টেলিফোনের মতো কথা, কথা বলা ও ছবিদেখা (ভিডিও কল), বিভিন্ন ফাইল আদান-প্রদান করা যায়।

# আমরা কী ব্যবহার করবো? কেন করবো? কিভাবে করবো ?

বর্তমানে এতসব সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের মধ্যে ফেইসবুক সবচেয়ে বেশি জনপ্রিয় এবং এর ব্যবহারও বেশি। প্রত্যেকটি প্ল্যাটফর্মের ভিন্ন ভিন্ন বৈশিষ্ট্য, সুবিধা-অসুবিধা রয়েছে। যেকারণে কেউ কেউ একাধিক মাধ্যম ব্যবহার করে থাকেন। এগুলো ব্য ব্যবহার করা একান্তই ব্য ক্রিগত বিষয়, তবেকোস্ট ট্রাস্টের মতো একটি দায়িত্বশীল সংগঠনের একজন কর্মী হিসেবে অবশ্যই এসব মাধ্যম ব্য বহারের ক্ষেত্রে আমাদেরকে সতর্ক থাকতে হবে। সংস্থার লক্ষ্য-উদ্দেশ্য, মূল্যবোধ, কর্মকৌশল, কর্মপরিধি, অভীষ্ট জনগোষ্ঠী ও অংশী-জন, পদ্ধতি, সংস্কৃতি বিবেচনা করেই কোস্ট ট্রাস্টের একজন কর্মীর এসব মাধ্যম ব্য বহার করতে হবে।

## সংস্থায় সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহার:

সংস্থায় স্বচ্ছতা, জবাবদিহিতা ও নাগরিক সম্পৃক্ত নিশ্চিত করার লক্ষ্যে এবং তথ্য ও যোগাযোগ প্রযুক্তি ব্যবহারের নতুন নতুন সুযোগ সৃষ্টি এবং কর্মীদের মধ্যে দক্ষতা তৈরির পাশাপাশি উপযুক্ত ব্যবহার নিশ্চিত করার লক্ষ্যে নিম্নলিখিতভাবে এই মাধ্যমসমূহ ব্যবহার করা যেতে পারে:

- সংস্থার কাজের তথ্যসমূহ ছবিসহ তুলে ধরা
- যোগাযোগ এবং মতবিনিময়
- সামাজিক ইস্যুসমূহ / সমস্যাসমূহ তুলে ধরা এবং সমাধান খোঁজা
- জনসচেতনতামূলক তথ্য প্রচার
- অফিসের সময়সূচিতে (সকাল ৯টা থেকে বিকেল ৫টা পর্যন্ত) ফেইসবুকসহ অন্যান্য মাধ্যম ব্যবহার না করা।

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহারের ক্ষেত্রে আমাদের ভূমিকা হতে পারে দুই রকম। অফিসিয়াল এবং ব্য ক্রিগত। সংস্থার বিভিন্ন কার্যক্রম, প্রকল্পের তথ্য প্রচারের জন্য এবং সংস্থার বিভিন্ন প্রচারাভিযান পরিচালনার জন্য বিভিন্ন ব্য ক্রিকে সামাজিক মাধ্যম, বিশেষ করে ফেইসবুক ব্য বহারের জন নির্ধারিত করে দেওয়া আছে। এছাড়া অন্য কর্মীরাও বিভিন্ন ভাবে অংশ নিতে পারে। আর ব্যক্তিগতভাবেও আমরা এগুলো ব্যবহার করি। তবে এক্ষেত্রে নিচের বিষয়গুলো অবশ্যই মনে রাখতে হবে:

যা করা  
যাবে না

- সংস্থার আদর্শ-মূল্যবোধ পরিপন্থী কোন কিছু লেখা বা প্রকাশ করা যাবে না।
- কোন সম্প্রদায়ের ধর্মীয় অনুভূতিতে আঘাত লাগে এমন কোন বিষয় বা ছবি প্রকাশ করা যাবে না।
- কোন ধর্মীয় প্রচারণামূলক বিষয় লেখা বা প্রকাশ করা যাবে না।
- কোন রাজনৈতিক আদর্শ, চেতনা বা প্রচারণার ছবি বা বিষয়বলী লেখা বা প্রকাশ করা যাবে না।
- কোন প্রান্তিক জনগোষ্ঠীকে হেয় প্রতিপন্ন করে কিছু লেখা বা প্রকাশ করা যাবে না।
- লিঙ্গ বৈষম্য বা এসংক্রান্ত বিতর্কমূলক কোন পোস্ট লেখা বা প্রকাশ করা যাবে না।
- জনমনে অসন্তোষ বা অপ্ৰীতিকর মনোভাব সৃষ্টি করতে পারে এমন কোন বিষয় লেখা বা প্রকাশ করা যাবে না।
- সংস্থা বা ব্যবস্থাপনার বিরুদ্ধে কোনও অভিযোগ বা ক্ষোভ প্রকাশ করা যাবে না। এই ধরনের অভিযোগ বা ক্ষোভ নিরসনের জন্য সংস্থার আন্তর্জাতিক মানের ব্যবস্থা বা নীতিমালা রয়েছে।
- সংস্থার গোপনীয় কোনও তথ্য সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে প্রকাশ করা যাবে না। তথ্য প্রকাশের জন্য কোস্ট ট্রাস্টের তথ্য প্রকাশ নীতিমালা রয়েছে।

# কিছু ঝুঁকি এবং তার সমাধানের উপায়

## ঝুঁকি- এক ও সমাধান

### সময়ের অপচয়

এসব মাধ্যমগুলো অনেক সময় নষ্ট করে। প্রচুর বন্ধু-বান্ধব ও পরিচিতজনদের সঙ্গে সব সময়যোগাযোগ করা যায় বলে, এতে এক ধরনের আকর্ষণ তৈরি হয়। ফলে এতে গুরুত্বপূর্ণ সময় নষ্ট হয়।

### সমাধান বা ব্যবস্থাপনার কৌশল

॥ আমাদেরকে আমাদের ব্যক্তিগত ও পেশাগত সময়কে ভাগ করে নিতে হবে। পেশাগত কাজে আমাদের লক্ষ্য সময়ের সদ্যবহারের মাধ্যমে সর্বোচ্চ উৎকর্ষ সাধন। পেশাগত কাজের কোনও ক্ষতি করে সামাজিক মাধ্যমে থাকবো না।

॥ ব্যক্তিগত জীবনেও নিজের জন্য এবং পরিবারের জন্য সময় বরাদ্দ রাখতে হবে। নিজের উন্নতি, দক্ষতা অর্জনের জন্য অবসর সময়ে পড়াশুনা করা যেতে পারে, অবসর সময় কাটানো যেতে পারে পরিবারের লোকজনের সঙ্গেও। জীবনের অগ্রাধিকার ব্যক্তিগত-পারিবারিক ও পেশাগত জীবন, সময় অপচয় নয়।

॥ কারও কারও কাছে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে থাকা একটি নেশা হয়ে দাঁড়িয়েছে। এই নেশা ব্যক্তিগত ও পেশাগত জীবন নষ্ট করছে। এটা যেন নিয়ন্ত্রিত থাকে সে ব্যাপারে সজাগ দৃষ্টি রাখতে হবে।

## ঝুঁকি- দুই ও সমাধান

### নিরাপত্তাহীনতা

ফেইসবুক বা অন্যান্য মাধ্যমে আমাদের যে একাউন্ট থাকে তা সহজে হ্যাক হয়ে যেতে পারে। নানা কৌশলে আমাদের একাউন্টের নিয়ন্ত্রণ নিতে পারে অন্যজন। অন্যজন নিয়ন্ত্রণ নিয়ে আমাদের নামে, আমাদের একাউন্ট থেকে বিপদজনক বিভিন্ন প্রচারণা চালাতে পারে, বিব্রতকর কোনও কিছু প্রচার করতে পারে। যার ফলে বিপদে পড়তে পারি আমরা।

### সমাধান বা ব্যবস্থাপনার কৌশল

॥ ফেইসবুক বা অন্য সকল মাধ্যমের নিরাপত্তা সম্পর্কে ভাল ধারণা নিতে হবে।

॥ একাউন্টের পাসওয়ার্ড নিয়মিত বদল করতে হবে, এই পাসওয়ার্ড কাউকে দেওয়া যাবে না।

॥ ফেইসবুকে কারা আমারলেখা বা পোস্ট দেখতে পারবে, কারা কারা আমার এখানে লিখতে পারবে, কারা তাদের পোস্টের সঙ্গে আমার নাম জুড়ে দিতে পারবে তার প্রায় সবই নিয়ন্ত্রণ করা যায়। সেগুলো জেনে সে মোতাবেক ব্যবস্থা নিতে হবে।

॥ অপরিচিত লোকের দেওয়া লিংকে, পরিচিতজনের দেওয়া অপরিচিত লিংকে ক্লিক করা যাবে না।

॥ অপরিচিত কারও সঙ্গে বন্ধুত্ব করা যাবে না।

॥ কম্পিউটার বা মোবাইলে এন্টি ভাইরাস হালনাগাদ রাখতে হবে।

## ঝুঁকি- তিন ও সমাধান

### । অন্যের কাজের ক্ষতি

অফিসের ওয়াইফাই ব্যবহার করে অযথা ফেইসবুক বা ইউটিউবের মতো ওয়েবসাইট ব্রাউজ করলে তাতে ইন্টারনেট ব্যবহারের স্বাভাবিক গতি কমে যায়। ফলে। যারা এই সময় গুরুত্বপূর্ণ কাজ করছিলেন, তাদের সমস্যা হয়।

### । সমাধান বা ব্যবস্থাপনার কৌশল

II সংস্থার অফিসিয়াল কাজ ছাড়া, সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমগুলোতে প্রবেশ করা যাবে না।

## ঝুঁকি- তিন ও সমাধান

### । অগোছালো ব্যক্তিগত জীবন এবং বিশৃঙ্খল পারিবারিক জীবন

সময়ে-অসময়ে ফেইসবুক বা এই ধরনের মাধ্যম ব্যবহার করলে ব্যক্তিগত জীবনে অনেক সমস্যা সৃষ্টি হয়। অনেকে অধিক রাত পর্যন্ত ইন্টারনেটে থাকেন, ফলে দিনের কোনও কাজই ভালভাবে করতে পারেন না। অন্য দিকে নিজের পরিবারের লোকজনও আমাদের অনেকের কাছ থেকে যথাযথ সময় পায় না, ফলে পারিবারিক অশান্তির সৃষ্টি হয়।

### । সমাধান বা ব্যবস্থাপনার কৌশল

II অবশ্যই ব্যক্তিগত, পারিবারিক, সামাজিক ও পেশাগত জীবনের ক্ষতি করে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহার করা যাবে না