

අන්තර්ජාලය

දැන ගනිමු



අන්තර්ජාලය ඉතා ප්‍රයෝජනවත්, අසුරු ස්ථානයක්

**අපිට අන්තර්ජාලයෙන්
විවිධ ප්‍රයෝජන ලබා ගන්න
පුළුවන්.**

- අපිට අන්තර්ජාලයෙන් තොරතුරු සොයාගන්න පුළුවන්.
- අන්තර්ජාලය ඔස්සේ අපේ යහළුවන් සමඟ සම්බන්ධකම් පවත්වන්න පුළුවන්.
- අපි නොදන්නා ස්ථාන සහ සංස්කෘතීන් ගැන ඉගෙන ගන්න පුළුවන්.

**අන්තර්ජාලය අහිංසා ආකාරයට
භාවිතා කළොත් අප කරදරයට
පත්විය හැකියි.**

- අපේ නොද හමට කළලක් වී අපගේ ආනාගතයට හානියක් සිදු වෙන්න පුළුවන්.
- අපිව හිතීමය ගැටලුවලට ලක්වීමට පුළුවන්.
- අපේ පාසල් බලධාරීන් හෝ දෙමව්පියන් ඉදිරියේ කරදරයට පත්වෙන්න පුළුවන්.



මතක තබා ගන්න

අන්තර්ජාලය භාවිතා කිරීමේදී
ඔබ බුද්ධිමත් විය යුතුය!

සිතා බලන්න ! ආරක්ෂාකාරී වෙන්න !



අයිය මරුණ?
මොකක් හරි ප්‍රශ්නයක් ද?



10B පංති කාමරය

අනේ හුමන්, මට
ලොකු ප්‍රශ්නයක්,
මොනම
කරන්නද, කියලා හිතා
ගන්න බෑ.

ඔයා
මගේ යාච්චාවෙන්,
බියවෙන්න එපා! මට
කියන්නකෝ...
මම උදව් කරන්නම්.



මට
සයන්ස් විද්‍යාත් ක්‍රමයක්
යනකොට අනේන් කියලා හිරිමි ලබාදෙන්න
හම්බට වුණා, අපි දෙන්නා හැමදාම කතා
කරන්න පටන් ගත්තා.
නොදැකීම අනේන් මට ගොඩාක්
ලා වුණා.

ඉතිං???



වයාට මාම ක්ලාස් එකෙන් පස්සේ නතිශම හම්බවෙන්න ඕනේ කියලා කවිමා.
 ඔයා දන්නවනේ, මගේ නාත්තා හරි සැරයි කියලා.
 ඒ නිසා මම බෑ කවිමා.
 ඊට පස්සේ කවිමා ගොටේ එකක් එවන්න කියලා.
 එයත් මට ගොටේ එකක් එව්වා. වයා හරි හැක්සමි !
 මමත් මගේ ගොටේ එකක් යැව්මා.....



අනේ වරුණි ! එහෙම ගොටේ යවන එක එකරම්ම හොඳ නෑ නේ !
 අහි පරෙස්සම් වෙන්න ඕන.
 හා ඉහං, කියන්නකෝ මොකද, ට්‍රිනේ කියලා?

මම හරිම ලස්සනයි කියලා වයා කියනවා. ඉතිං මම තවත් ගොටේ යැව්මා. සාරිය අඳුලා මිදුලේ ඉඳුන් ගත්තු ලස්සන ගොටේ එකකුත් යැව්මා. වයා ඒක දැකලා හරිම ආසා ට්‍රිණා.



ඒත් දැන් සුමානසක මිනර ඉඳුන් මගෙන් අඳුම්බක් දෙකක් ගලව්මා ගොටේ එකක් ඉල්ලනවා. අනේත් කියනව එකකොට මම වයාට තවත් ළා වෙයිලු.





වරැණ මේ අහන්න... වයා ඔයා ගැන
භිතත කෙනෙක් නම්, ඔයා අකමැති, ඔයා
අපහසුතාවයට පත්වෙන දෙයක් කරන්න
වල කරන්නේ නෑ.



ඉස්සරහට ඔය සම්බන්දේ,
කැඩුනොත් ඒ ගොටේස් මලට
මොකද, මේන්නේ? ඔයා ගෝටේ
යැව්වාට පස්සේ ඒවා ආයේ
ගන්න බැවේ.



වහෙල ගොටේ වත්ක
මොනවා කරන්න බැරිද?...
අපරාදේ...
වහෙනම් වෙස් ටුනමෙන්රි වක
පැරදුනෙත් ඒවා ගැන භිතලා
නමයි



හ්ම්,
ඔයා හරි පුවත්ත.
ඔයා වත්ක කතා කරලා මම
මගේ භිත හදා ගන්නා,
මම අනේන්ට කියනවා මම වහෙල
ගොටේ වකක් වචන්න බැ
කියලා, මම ඒකට කැමති
නෑ කියලා.



හරිනේ...
වහෙනම් අති දුක්
සංභිත පන්නියට යමු.

අසත්‍ය තණ්ඩුඩ යැවීම

මෙයින් අදහස් වන්නේ ළමුන් හා යෞවනයින් කාමුකත්වය පිළිබිඹු කෙරෙන පණිවුඩ සහ තමන්ගේ චරිත ජායාරූප අන්තර්ජාලය හරහා පළ කිරීම මගින් හෝ ජංගම උපාංග තාක්ෂණය යොදාගනිමින් තම මිතුරන් සමගින් බෙදාහදා ගැනීමයි.

පාලනයවන්න

- ප්‍රසිද්ධියේ පුද්ගලයන්ගේ ඔබව අපහසුතාවයට පත්වන ආකාරයේ ජායාරූප ගැනීමෙන් වළකින්න.
- අන් අයගේ පුද්ගලික ජායාරූප බෙදා ගැනීමෙන් (ෂෙයාර් කිරීමෙන්) වළකින්න.
- ශරීරය නිරාවරණය වන ආකාරයේ ජායාරූප බෙදාගන්නා (ෂෙයාර් කරන) ලෙස අන්අයට බල කිරීමෙන් වළකින්න.
- අවශ්‍ය නම් දෙමව්පියන්ගේ හෝ වගකිව යුතු වැඩිහිටියෙකුගේ අදහස් විමසන්න.
- අන් අයගේ අසත්‍ය ජායාරූප බෙදා හදා ගැනීම නීතියෙන් දඬුවම් ලැබිය හැකි වරදකි.

අසත්‍ය පණිවුඩවලට ප්‍රතිචාර දැක්වීම



- එම පුද්ගලයින් සමග සම්බන්ධතාවය අවහිර (ඩිලොක්) කිරීම හෝ මිතුරුකම නවතා දැමීම (අන්ග්‍රෝන්ඩ් කිරීම) සිදු කරන්න.
- ඔවුන්ගේ හැසිරීම පිළිබඳ පැමිණිලි (රිපෝට්) කරන්න.
- ඔවුන්ගෙන් එල්ලවන බලපෑමට යටත් නොවන්න.
- අවශ්‍ය නම් දෙමව්පියන්ගේ හෝ වගකිව යුතු වැඩිහිටියෙකුගේ අදහස් විමසන්න.

යමක් පළකිරීමට පෙර සිතා බලන්න

- මෙය මගේ අනාගතයට අහිතකර ලෙස බලපායිද?
- මෙයින් මා ගැන කියවෙන්නේ කුමක්ද?
- මගේ වැඩිහිටියන් මේ ගැන කුමක් සිතයිද?
- මෙමගින් මා කරදරයට පත්වනු ඇත්ද?
- මෙමගින් කිසිවෙකුගේ සිත් රළුමක් සිදු විය හැකිද?



තිළිණ් ලයේ පොත
ගෙතිව්වනේ. අදත් ලට
ගණං හදන්න වෙන්නේ
කොළයක නලා. හවසට
වයාගේ ගෙදර ගිහිනවත්
ඉල්ලන්න ඕනා.



ආ නුවන්ගි ද, ගොඩ
කාලයකින් දැක්කේ,
කොහොලද?

ලල
හොඳින් නැත්දේ,
තිළිණ් ගෙදරද? මේ දවස්
ටිකේ ඉස්කෝලෙන් ආවේ
නැ. අසනීපෙත්ද?



බවි
බවි, වයා
කාලරේ... සනීප ලිඳු,
ඒත් දොස්තර කෙනෙක්
හම්බලෙන්න යන්නත්
බැඳු. ගෙට වන්න ද.



තිළිණ්...තිළිණ්...
ලල නුවන්ගි.



කිලිණි... ඇයි මේ ?? ඔයාට සනීප නැද්දෝ මොකක් හරි ප්‍රශ්නයක් ද?



ඔයා හොඳ වේලාවට ආවේ නුවන්හි.
මට පොඩි ප්‍රශ්නයක්.
මොනවා කරන්නද, කියලා හිතාගන්න බැ.
අතේ ඔයාගේ පොතක් මං ප්‍රභනේ. ජොර් මට අවනත උනා.



පොත යනකොට ගවු කිලිණි.
ඔයා මගේ යාච්චාවෙන්. ඉතින් කියන්නකො මොකද, වේලා තියෙන්නේ කියලා?



මං දැන් ටික කලකින් facebook එකේ ලියලා නෑ නුවන්හි. ඇත්තමයි කියන්නේ.
නුවන්හි, ඔයාට මතකද මාස කීපයකට ඉස්සෙල්ලා ක්‍රිෂානිඩ් මමයි ඉස්කෝලේ දී, රණ්ඩු වුණා. ඊට පස්සේ එයා මට කතා නොකර, මාම කොන් කරන්න පටන් ගත්තා.

මම
 හිතුවා මහ හරිලා යාලි කියලා.
 ඒත් වහෙල වුනේ නෑ. සනි කීපයකට
 ඉස්සෙල්ලා ක්‍රිෂානි මට facebook වෙරි වකෙන්
 පණිවිඩ වචන පටන් ගත්තා.



ආහ්...! වයා මොකවද කිව්වේ?

ඉස්සෙල්ලා
 ඉස්සෙල්ලා වයා මට කරක
 මෝද්දා ගෙනාවා.
 ආසින ආස වයා මට වචන facebook
 පණිවිඩ වනන වනනම කරක වුණා.
 මගේ වරිනෙ හොඳ නෑ කියලා. මං
 ගැන, මගේ අතීතය ගැන, වයා
 ඔක්කොම දන්නවා කියලත්
 කවුලා.

හ්ම්...! මොකක්ද
 ඒක තේරුම ?
 ඕන තවනතනන
 කියලා ඔයා කිව්වේ
 නැද්ද?



වයා මොකවා කියනවාද කියලා මටත් තේරෙන්නේ නෑ.
 ක්‍රිෂානි දුන් හැටුල මගේ facebook පණිවිඩ වචනවා.
 ඒ පණිවිඩ කියවන්නත් අපහිසරියයි. මට මගේම
 facebook පිටුමට යන්න බයයි. මට හිදාගන්නත් බෑ,
 කන්නත් බෑ. පාඩම් කරන්නත් බෑ... මම කොටු මෙලා
 වගේ!

අනේ ඔව් තුමනි. ගිය සතියේ ක්‍රිෂානි මගේ
 facebook පිටුවේ ලිව්වා.
 "ඔයා මහ බොරු කාරියක්. මහා කැන කෙල්ලෙක්.
 මං ඔයා ගැන ඔක්කොම දන්නවා. මං ඔයා ගැන
 ඔක්කොම කියනවා" කියලා. මට දුන් කාටමත්
 වුණ දෙන්න බෑ තුමනි.....



අනේ ළමයෝ,
 ක්‍රිෂානිගේ වැඩවලින්
 ඔයා හරියට කලබල
 මෙලා වගේ...



අනෙක් යාම්මේර් මං ගැන
මොනවා හිතනවාද දන්නේ නැ... ඒ
හැමෝම මාව කොංකරලා කියලා මට
හිතෙනවා... මට ඉස්කෝල්ලේ යන්න
හිතෙන්නෙත් නැ...
අැයි ක්‍රිමානි මට මෙහෙම
කරන්නෙ?



ක්‍රිමානි කරන දේ වැරදි
කිලිණි.

ඒත් කලබල මෙලා ප්‍රශ්න විසඳන්න
බැනේ . අති මේකට බුද්ධිමත්ව මුණදෙලු
මයා මෙනෙදි දොරොසමත් මෙන්හ
ටිනෙ.



මව් ඒක හරි.
ඒත් මම මොකක්ද
කරන්නෙ?



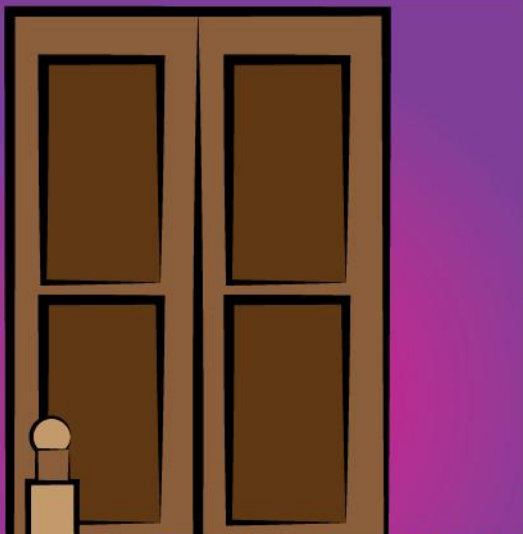
නත්නාදෙන නෙතෙක්
ඉන්ට්‍රෙනෙට් වීකේ අතිට හිංසා
කරනවනම් ඉස් ඉස්සෙල්ලාම
අති විශ්වාස කරන
වැඩිහිටියෙකට ඒ ගැන
කියන්න ටිනේ.



ඒත්
 ඔයා ක්‍රිෂානිම ඉස්කෝලේදීත්
 හවුලේකව්වානේ...
 අපි වයා එක්ක කතා කරලු.
 මේක නමත්තත්ත කියලා කියලු.



ඒත් වයා
 මේක දිනටම කරගෙන ගියොත් නම්,
 වැඩිහිටියෙකුට කියන්නම වෙනවා.
 මම ඉන්නේ ඔයත් එක්ක. අපේ යාම්මොත් අපිත්
 එක්ක ඉන්නවනේ.



ඔයා මං ගැන
 විශ්වාස කරනවා කියන එකම
 මම ලොකු හැසියක්. නුවන්ගි!
 ඔයා හරි... මම ක්‍රිෂානිම කතාකරලා
 බලන්නම්. ඔයා නම් හරි හොඳ,
 යාම්මොත් නුවන්ගි.



අන්තර්ජාලය හරහා නිර්හැර කිරීම

අන් අයට සිතාමතාම නිර්හැරයක් සිදු කෙරෙන ආකාරයෙන් දිගින් දිගටම කටයුතු කරන වර්ගයාවන් පවත්වාගැනීම අන්තර්ජාලය හරහා නිර්හැර කිරීම යනුවෙන් හැඳින්වේ.

අන්තර්ජාලය හරහා සිදුකෙරෙන නිර්හැරකිරීම්වලින් ආරක්ෂා වන්න.

- කිසිවෙකුගේ සිත් රිදෙන හෝ කිසිවෙකු අපහසුතාවයට පත්වන ආකාරයේ කිසිවක් අන්තර්ජාලය යොදාගනිමින් බෙදාහදා නොගන්න (ෂෙයාර් නොකරන්න).
- ඔබගේ මුරවචනය (පාස්වර්ඩ්) පෞද්ගලික ඒකක් ලෙස තබා ගන්න.
- පෞද්ගලිකත්ව සැකසුම් (ප්‍රිවිසි සෙට්චන්ස්) බුද්ධිමත් ලෙස යොදාගන්න.
- මිතුරන් ලැයිස්තුවට නොදන්නා පුද්ගලයින් එකතුකර නොගන්න.
- අන් අය පිළිබඳ තොරතුරු බෙදා නොහරින්න.
- ඔබ අන්තර්ජාලය භාවිතා කරමින් කුමක් කරන්නේද යන්න දෙමව්පියන්ට දැනගැනීමට සලස්වන්න.
- මතක තබා ගන්න. ඔබට ලැබිය යුතු ගරුත්වයම අන් අයටද ලැබෙන අයුරින් අන් අයට සළකන්න.

ඔබ අන්තර්ජාලය ඔස්සේ නිර්හැරයට ලක්වුවහොත් කළ යුත්තේ කුමක්ද?

- ප්‍රතිචාර දැක්වීම හෝ එකට එක කිරීම නොකරන්න.
- අදාළ තාක්ෂණය භාවිතා කිරීමෙන් මදකට අත් වන්න.
- ඒ පිළිබඳ පැමිණිලි (රිපෝට්) කරන්න.
- නිර්හැර කරන පුද්ගලයා සමග සම්බන්ධතාවය අවහිර කර එය මකා දමන්න (ඩිලීට් කරන්න).
- අලුත් ඊමේල් ගිණුමක් ආරම්භ කිරීම හෝ නව දුරකථන අංකයක් ලබාගැනීම සිදු කරන්න.
- අන්තර්ජාල සේවා සපයන සමාගම වෙත පැමිණිලි කරන්න.
- එවන ලද ඊමේල් පණිවුඩ, සිදුකරන ලද සංවාද හෝ කෙටි පණිවුඩ ආදී සියලු තොරතුරු ගබඩා කර(සේව්) තබා ගන්න.
- සිදු කරන ලද විද්‍යුත් සංඛ්‍යාලේඛයන් වෙනස් නොකරන්න.
- ඔබගේ ගැටළුව පිළිබඳ විශ්වාසවන්ත වැඩිහිටියෙකුට පවසන්න.



මොකද, චූණේ?
 එයා කවුද? ඔයා එයාම
 දන්නවාද? එයා ඔයාම කාර්
 එකට බලෙන් දාගන්න
 හැදුවාද?

එයා මාම
 බලෙන් කාර්
 එකට දාගන්න
 හැදුවා නුවන්හි. ඔයා
 හොඳ වෙලාවට ආවේ.
 කැපකම් මට මොකවා
 වෙයිද, දන්නේ නෑ.
 මට බයයි
 නුවන්හි.

හරි...
 දැන් ඔයා මාත් එක්කනේ සරි.
 බයවෙන්න එපා. ඒත් මට තේරෙන්නේ නෑ අයිය
 එයා ඔයාම බලෙන් කාර් එකට දාගන්න හැදුවේ?
 මට මුල ඉඳලම කියන්නකෝ.

හා... මම වයාට මුලින්ම හඳුනාගත්තේ Facebook වනෙන්. වයා මගේ ෆෝටෝ එකක් දැකලා මට ෆ්‍රේන්ඩ් රික්වෙසට් එකක් එව්වා. වයාගේ ෆෝටෝ එක හරි ලස්සනයි. ඉතිං මමත් රික්වෙසට් එක පිළිගත්තා. හැමදාම මම ඉස්කෝලේ ඇරිලා වයා එක්ක පැය ගානක් Facebook වනෙන් කතාකරා. මම වයාට ගොඩාක් ළු වුනා කියලා මට හිතූනා.



අනේ සරී! නාඳුනන අයත් එක්ක ඉන්ටර්නෙට් එකේ කතා කරන්න හොඳ නෑනේ. ඉතිං... ඉතිං... කියන්නකෝ

අම්මයි නාත්තයි මට මොනවාට හරි බැකලා මම හිතේ දුකින් ඉන්න මෙලාවට වයා මට ඇහුන්කං දුන්නා. වයාට මාම හොඳා තේරුණා කියලා මට හිතූනා.



වයා හරි හොඳයි කියලා මට හිතූනා. එක සැරයක් මට ඉස්කෝලේ නෝට්ස් එගයක් තැන්මෙලා වයා ඒවා හොඳලා මට ඊමේල් කරා.





වයාලි
කම්පනවත් හම්බිලො කිටුකේ
කැනි වුණාට වයාලි ගොඩාක් කල් ඉඳා
මම දැනගෙන තිටියා වගේ මට දැනුනා
නුවන්හි. වයාට මගේ පීචිනේ ගැනත්, මට
වයාගේ පීචිනේ ගැනත් හොඳටම තේරුම්
හිඟිල්ලා කිටුකා කියලා මට
හිතුනා.



වයා
අම්මා තාත්තා ගැනත්, ඉත්ත
තැන ගැනත්, ඉස්කෝලේ ගැනත්
මගෙන් අහුවො. මම දෙසරයක් හිතන්නේ
නැඟුම ඒ චිස්තර මක්කොම වයාට
දන්නා.



වයා
මං ගැන මක්කොම
දන්නවා නුවන්හි... මට අද
ක්ලාස් කියනවා කියලත් වයා
දැනං හටියා.

අනේ
ළමයෝ... මයාට තොදැනීම වයා
මයාගේ චිස්තර මක්කොම දැනගෙන වගේ.
අපේ පෞද්ගලික චිස්තර, යන වන තැන්, කරන
කියන දේවල් නාඳනන අයට කියන වක
හොඳ නැනේ පචී



අනේ මමී... නුවන්හි.
දැන් යුමාන කීපයකට ඉස්සෙල්ලා
මාම තනියම හම්බිලෙන ධීනේ
කියලා මට කම්මා. මම බැ කියලා
කිවුමා.

ඒක හොඳයි.
ඉන්ටර්නෙට් වකෙන්
හම්බිලෙන නාඳනන අයට
අත්තට හිඟිත් හම්බිලෙන
වක හොඳ නැනේ.



ඔව්...
 මම වයාම අද අත්තට දැකලා
 පුදුම වුනා
 මාම ගෙදර බස්සන්නම් කියලා කාර් එකට
 නගින්න කවිවා. ඒත් මම නගන්නේ නෑ.
 මට මොකද්දේ අවුත්තක් දැනුනා.



මොයාම අදුවෙන් දැක්කේ... මම
 වයාගේ වැඩි විස්තර දන්නේ නෑ. කියලා
 මට හිතනා. මට මහා බයක් දැනුනා.
 මම බැ කවුමම වයාට කේන්ති හියා. මට නර්ජනය
 කරලා බලෙන් මාහනයට දාගන්න හැදුවා
 එතකොටමයි මයා ආවේ.
 මට බයයි නුවන්න. මම දුන් මොකද
 කරන්නේ?

හරි
 සඵ මයාටම තේරිලා මයා ඵ
 කාර් එකට නගන්නේ නෑනි එක හොඳයි.
 මයා නිර්භීතයි. දුන් ඉතිං වයා ළඟ මයාගේ
 තොරතුර මක්කොම කියෙනවානේ. ඵ හිත්දා
 අති මේ ගැන අති විශ්වාස කරන
 වැඩිහිටියෙකට කියන්න ඕනේ.



ඔව්...
 ඵක හොඳ අදහසක්.
 වයා හොඳ කෙතෙක් තෙමෙයි කියලා
 අද මට තේරුණා.
 වයා මට කරලා කියෙන්නේ බොරු මවා
 පාවක.
 අතේ මයාගේ උපදෙස්මලම
 බොහොම ස්තූතියි නුවන්න.



හරි ළමයෝ... එන්න යං.
 අපේ අම්ම අද හැලප
 හදනවා කවිවා. හැලපයක්
 කාලා අම්මත් එක්කම අති
 මයාගේ ගෙදර යව්. අති
 මයාගෙ අම්මට මේ ගැන
 කියව්.

හා නුවන්න. මගේ ගෙදර අය
 මට ආදරෙයිනේ. වැරද්දක්
 කරා උනත් මට සමාම දෙයිනේ.
 අති යව්.

අයුතු අදහසින් මිතුරුවීම

සමහර වැඩිහිටියන් ළමයින් සහ යෞවනයින් සමග ලිංගික සම්බන්ධතා පවත්වන්න කැමතියි. වැඩිහිටියන් සමග ලිංගික සම්බන්ධතා පැවැත්වීමේ වරදක් නැතැයි යන අදහස ළමයින් තුළ ඇති කිරීම සඳහා ළමයින් සමග සම්බන්ධතමක් ගොඩනගා ගැනීමට උත්සාහකිරීම 'අයුතු අදහසින් මිතුරුවීම' යනුවෙන් හඳුන්වනවා. අපයෝජනය කිරීමට ළමයින්ගේ වරද හිසා සිදුවන්නේ නැත.

අයතු අදහසින් මිතුරුවන පුද්ගලයින් උත්සාහ කරන්න

- ඔබට අධික ලෙස ප්‍රශංසා කිරීමට.
- ඔබගේ සිත් ගන්නා තෘප්ති වීමට.
- අසහන දේ හෝ පිංතූර පිළිබඳව කතා කිරීමට.
- ඔබව ඔබගේ පවුලෙන් අන් කිරීමට.
- ඔබව ඔබගේ මිතුරන්ගෙන් අන් කිරීමට.
- අසහන ජායාරූප හුවමාරු කර ගැනීමට හෝ පළ කරන ලෙස ඉල්ලා සිටීමට.
- මතක තබා ගන්න! එය ඔබගේ වරදක් නොවේ. ඔබගේ ආරක්ෂාව සඳහා උදව් ලබා ගන්න.

- එම පුද්ගලයින් සමග සම්බන්ධතාවය අවහිර (ඩිලොක්) කිරීම හෝ මිතුරුකම නවතා දැමීම (අන්ප්‍රෙන්නි කිරීම) සිදු කරන්න.
- ඔවුන්ගේ නැසීරීම පිළිබඳ පැමිණිලි (රිපෝට්) කරන්න.
- ඔවුන් සමග කිසිදු කථාබන් කිසිදු නොකරන්න.
- කිසිදු අයුරකින් ඔවුන් හමුවීම සිදු නොකරන්න.
- දෛවිකයන්ට හෝ වගකිව යුතු වැඩිහිටියෙකුට ඔවුන් පිළිබඳ පවසන්න.

අයුතු අදහසින් මිතුරුවීමට උත්සාහ දරන්නන්ට එරෙහිව මෙලෙස ප්‍රතිචාර දක්වන්න

- ඔබ අන්තර්ජාලයේ විශ්වාසය තබා ඇති අය පිළිබඳ සැලකිලිමත් වන්න. ඇතැම් අන්තර්ජාල 'මිතුරන්' සැබවින්ම නාඳුනන පුද්ගලයින් බව මතක තබා ගන්න.
- තොරතුරු හුවමාරු කර ගැනීමට (ෂෙයාර් කිරීමට) පෙර නැවත සිතා බලන්න.
- ඔබගේ පුද්ගලික තොරතුරු රහසිගතව තබා ගන්න.
- කිසිවිටෙක ඔබ සිටින ස්ථානය පිළිබඳ තොරතුරු බොදා නොහරින්න.
- ඔබට කතා බහ(චැට්) කිරීමට අනවශ්‍ය පුද්ගලයින් අවහිර (ඩිලොක්) කරන්න.
- පෞද්ගලික පණිවුඩවලට පිළිතුරු යැවීමට පෙර නැවත සිතා බලන්න.
- අනුවර්ථ නාමයක් භාවිතා කරන්න (අනවශ්‍ය ආකාරයේ අවධානයක් යොමුවන ස්වභාවයේ නමක් භාවිතා නොකරන්න).
- ඔබගේ මිතුරන් අවදානමකට මුහුණ දී සිටිනු ඇතැයි ඔබට සිතෙන්නේ නම් ඔවුන්ට උපකාර කිරීමට අවශ්‍ය පියවර ගන්න.
- කතා බහ (චැට්) කිරීමේදී සිදුවන සංවාදයෙහි පිටපතක් ගබඩා කර(සේව්) තබා ගන්නා ආකාරය ඉගෙන ගන්න.
- ඔබ අන්තර්ජාලයේදී පමණක් හමුවී ඇති අයෙකු කිසිවිටෙක සැබෑවටම හමුවීමට නොයන්න.
- වැටීරුම් සේවා සපයන්නන්ගේ නීතිවලට පටහැනිව කටයුතු කරන පුද්ගලයින් පිළිබඳව පැමිණිලි කරන්න.

ආරක්ෂිත ලෙස කතා බහ(චැට්) කිරීමට උපදෙස්

විශ්වා කියන්න බලන්න
ඔයාගේ උත්තරේ පුතා



මම උත්තරේ
උයන්න බැරි වුණා මිස්.



විශ්වා...
ඇයි පුතා මේ.
පන්තිය ඉවරවෙලා මාමි ටිකක්
හම්බ
වෙන්නකෝ.



බලන්න නුවන්න... අදත්
මම ගෙදරවැඩ කරන්න
අමතක වුණානෙ...

හ්ම්... ඔයා
පාලානපයෙන් හොඳට
වැඩකරන ළමයෙක්නේ.
මොකද, වුණේ මේ...



හැ...
වහෙලි මම ප්‍රශ්නයක් හැ... ඒත්
දැන් මාස කීපයක ඉඳක් මම යාවමේර්
තුන්දෙනෙක් එක්ක ඉන්ටර්නෙට් එකේ
ගේම් එකක් ගහනවා



Multi Player Game
එකක්ද?



ඔව්.

ඒක හොරු කණ්ඩායමක් ගැන
ගේම් එකක්. අති නමයි හොරු.
ගේම් එකේදී, අති, අපේ මග අවුරා සිටින
සිනහු කෙනෙක්ම මරා දමනවා.



අම්මේ...!

ඒක මහා භයානක ගේම්
එකක් මගේ කේ. ඔහොම ගේම්
එකක් ගහලා රැටි නින්දාමත්
යනවද?



බවී

ඒක විකක් පුවර්ණඩි ඉන්ටර්නෙට්
ගේම් විකක් නම් නවයි. ගේම් ඒක
ගහන්න ඉස්කෝලේ අර්ලා ගෙදර
යනකම් මට ඉවසිල්ලක් නැ.



ඉස්කෝලෙන් දෙන ගෙදර වැඩක්
මම කරගෙන කරගෙන යනවා. විකකොට
මට ඉක්මනට ගේම් වික සෙල්ලම්
කරන්න පුළුවන්නේ.



අම්මා

සෙල්ලම් නතර කරන්න කිව්වම
මට හරිසර කේන්ති යනවා.
දායේ පැය තුන හතරක්ම මම ඒ
සෙල්ලම් කරනවා.



සමහර දායවලට රැ වෙලක්
සෙල්ලම් කරනවා. ගේම් වික ගහන්නේ
නැති වෙලාවටත් මගේ ඔබ්මට විවේකයක්
නැ. මම ගේම් විකේ සිහියෙන්මයි
ඉන්නේ.



සමහර දිනට උදේ නැගෙන කොට මගේ ධරී ම පැලෑටින මාගේ රිද්දෙනවා. හරි මහන්සියි. ඉස්කෝලේ වන්න හිතෙන්නෙත් නෑ. ඉස්කෝලේ ආවට මස් කියනදේ ධරී මට යන්නෙත් නෑ.



ඔයා මේ ගෙම්ම වක මත්තේ ගොඩ කාලයක් ගත කරනවා මගේ. ඒක ඔයාගේ ජීවිතයට හොඳ නෑ.



ඔව්... ඒ ඔක්කොම මට තේරීම තියෙන්නෙ නෑ මත්තේ. ඒක මට ගෙම්ම වක ගහන්නේ නැතුව ඉන්නම බෑ.



ක්‍රිකට් ගහන්න මට රළුම අභියෝගම. මට ඒකට යන්න හිතෙන්නෙත් නෑ. දැන් නම් ඔයා මට අභියෝගන්නෙත් නෑ. නංගි කනාමට කාමරයට ආමාම, මම ඔයාමත් වලම ගන්නවා.

බල

යනකොට ඔයාගේ ඉන්ටර්නෙට්
ගේම් එක පීචිනේ නියෙන ඔක්කොල
සම්බන්ධතාවලට හානි කරලා
වගේ.



ඒක

හොඳ නෑ චිත්වා.. ඔයා යාම්මො
එක්ක කාලය ගත කරන්න ඕනෙ,
සෙල්ලම් කරන්න ඕනෙ, පාඩම් කරන්න
ඕනෙ, එහෙම තේද?



ඔව්

නුවන්ති දුන්නෙම නැකුම්
මම ඉන්ටර්නෙට් ගේම් එකට
ඇඩ්බැග් වෙලා,
මම මේකට මොනව හරි
කරන්න ඕනෙ.

ඔයා

ගේම් එක ජ්ලේ කරන
කාලය සීමා කර ගන්නොත්?
ඒක හොඳ, පටන් ගැනීමක්
තේද?



ආ

ඔව්... ඒක හොඳ
අදහසක්. හ්ම්... මම කම්පියුටරේ
මගේ කාමරයෙන් එළියට
ගෙනාමොක් ඒකත් මට උපකාර
වෙයි තේ?

එකකොට අම්මලාට මාව පේනවානේ,
මම ගොඩ වෙලාවක් කම්පියුටරේ ඉන්නවා
දුක්කම් ඔක්කොල මට සරදායිනේ. එකකොට
මාව ඉඩෙම පාලනය වේවි.



ආ...

ඒකත් හොඳයි.
අත්ත, අත්ත, රුවන් යාම්මෝ
එක්ක ක්‍රිකට් ගහන්න යනවා.
අපිත් යං.

අන්තර්ජාල ක්‍රීඩාවල නියැලීම

අන්තර්ජාල ක්‍රීඩා ප්‍රධාන වශයෙන්ම අන්තර්ජාලය හෝ වෙනත් පරිඝණක ජාලයක් හරහා සිදු කරනු ලැබේ. මෙවැනි ක්‍රීඩාවල යෙදීමෙන් වරදක් නොමැතිවුවත්, ඔබ දැවසට පැය ගණනාවක් මුළුල්ලේ පවුලේ සාමාජිකයින් හෝ මිතුරන් සමඟ පවා කට්ටි ගනු නොකර වික දිගටම විවැනි ක්‍රීඩාවල නිරතව වුවහොත් එය ඔබට හානිකර වියහැකිය.



- ඔබට වැටීරුම් ක්‍රීඩා සංසදවලදී හමුවන ආගන්තුකයින් සමඟ කිසිදු පෞද්ගලික තොරතුරක් හුවමාරු කර නොගන්න.
- ඔබට පාසලෙන් ලබාදෙන ගෙදර වැඩි අවසන් කර ඔබගේ අනෙකුත් වගකීම් ඔබට හැකි උපරිම ආකාරයෙන් ඉටුකර අවසන් කිරීමෙන් පසුව පමණක් අන්තර්ජාල ක්‍රීඩාවලට යොමු වන බවට වග බලා ගන්න.
- ඔබ අයත්වන වයස් කාණ්ඩයට ගැළපෙන ක්‍රීඩාවල පමණක් නියැලෙන බවට වග බලා ගන්න.
- ඔබ අන්තර්ජාල ක්‍රීඩාවල නියැලෙන පැය ගණන සීමා කරන්න.
- ඔබ ඔබගේ පරිසරය සමඟ එකතු වන්න. දෙමාපියන්, ශුභිනීන් හා මිතුරන් සමඟ කාලය ගත කරන්න .
- පරිගණක සහ පාලක පුවරු විවෘත ස්ථානයක හෝ පවුලේ පොදු ස්ථානයක තබන්න.
- වෙනත් ක්‍රීඩකයෙකු ඔබව අපහසුතාවයට පත්කරයි නම් විශ්වාසවන්ත වැඩිහිටියෙකුට ඒ බව පවසන්න.
- වෙනත් ක්‍රීඩකයෙකු ඔබව අපහසුතාවයට පත් කරන්නේ නම් එයාව අවහිර කරන්න / ඒ පිළිබඳ පැමිණිලි කරන්න.

ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරිය

නො 330, තලවතුගොඩ පාර,
මාදිවෙල,
ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර.

Tele: +94 11 2 778 911 – 4
Email : ncpa@childprotection.gov.lk

www.childprotection.gov.lk

