ٹریننگ ٹول کٹ CyberParent

منتظمین کے لئے CyberParent سے زیادہ سے زیادہ فوائد حاصل کرنے سے متعلق ٹول کٹ۔

Australian Multicultural Foundation

2017

عنوانات

تعارف 3
CyberParent کیا ہے؟ 3
CyberParent کا مقصد 3
اس ٹول کٹ کے مقاصد 3
CyberParent ٹیبز (Tabs) کا مقصد 5
CyberParent تک کیسے رسائی حاصل کی جائے 6
CyberParent کیسے ڈاؤن لوڈ کی جائے 7
Safari – iPhone 7
Google Chrome – Android 9
CyberParent کو چلانا 11
تیر کے نشانوں کی مدد سے چلانا 12
ٹیبز (Tabs) کی مدد سے چلانا 18
ٹریننگ سیشن کا منصوبہ 22
ٹریننگ سیشن کا خاکہ اور نظم و انصرام 22
کون سے وسائل درکار ہیں؟ 25
ضمیمے 26
ضمیمہ 1 26
ضمیمہ 2 27

تعارف

CyberParent کیا ہے؟

Australian Multicultural Foundation (AMF) نے ایک ویب ایپ *CyberParent* کے نام سے تیار کی ہے جو آسٹریلیا کے گھرانوں میں انٹرنیٹ کے محفوظ اور صحت مندانہ استعمال کی حوصلہ افزائی کرتی ہے۔ اس کے ہمراہ ***CyberParent* ٹول کٹ** *CyberParent* کے موضوعات اور مقاصد کا خلاصہ فراہم کرتی ہے اور نئے استعمال کنندگان کو ہدایات دیتی ہے کہ *CyberParent* تک مؤثرترین طور پر کیسے رسائی حاصل کی جائے، اسے کیسے ڈاؤن لوڈ اور استعمال کیا جائے۔ یہ ٹریننگ کروانے والوں اور منتظمین کو منصوبہ جات، ٹولز (tools) اور ٹریننگ سیشنز چلانے کے بارے میں کچھ مشورے دیتی ہے۔

CyberParent انٹرایکٹو لرننگ اور ٹولز کے استعمال سے والدین کو اس بارے میں مزید جاننے میں مدد دیتی ہے کہ ان کے بچے آن لائن کیا کرتے ہیں، خاص طور پر سوشل میڈیا کے حوالے سے۔ اگرچہ یہ بنیادی طور پر والدین کے لئے بنائی گئی ہے تاہم اسے ایک سارا گھرانہ استعمال کرسکتا ہے۔

CyberParent کا مقصد

احاطہ:

- انٹرنیٹ کی اصطلاحات اور تعریفیں
- سوشل میڈیا کے بارے میں معلومات اور مشہورومعروف ایپس (apps) کی تفصیلات
- کم عمر افراد کو آن لائن لاحق مختلف طرح کے خطرات جیسے سائبر غنڈہ گردی، آن لائن گیمنگ اور گرومنگ (تربیت)\ریکروٹمنٹ (بھرتی)
- انٹرنیٹ کے صحت مندانہ اور محفوظ استعمال پر عملی مشورے
- آپ مدد کے لئے کہاں جاسکتے ہیں

اس ٹول کٹ کے مقاصد

- *CyberParent* کے مضامین اور مقاصد کا خلاصہ فراہم کرنے کے لئے۔
- ٹریننگ دینے والوں اور منتظمین کو *CyberParent* کے ٹریننگ سیشن چلانے کے لئے ایک منصوبہ، ٹولز اور کچھ مشورے فراہم کرنے کے لئے۔
- منتظمین کو اس سلسلے میں مدد دینے کے لئے کہ وہ نئے استعمال کنندگان کو اس بارے میں ہدایات دے سکیں کہ *CyberParent* تک مؤثرترین طور پر کیسے رسائی حاصل کی جائے، اسے کیسے ڈاؤن لوڈ اور استعمال کیا جائے۔
- نئے استعمال کنندگان کو اس بارے میں ہدایات دینے کے لئے کہ *CyberParent* تک مؤثرترین طور پر کیسے رسائی حاصل کی جائے، اسے کیسے ڈاؤن لوڈ اور استعمال کیا جائے۔

CyberParent مندرجہ ذیل سمیت 17 زبانوں میں بھی دستیاب ہے:

- انگریزی
- عربی
- چینی
- درّی
- ڈنکا
- فارسی
- جرمن

- یونانی
- ہندی
- انڈونیشین
- اطالوی
- پشتو
- اسپینش
- صومالی
- ترکش
- اردو
- ویتنامیز

CyberParent تک رسائی ان تمام ڈیوائسز کے ذریعے حاصل کی جاسکتی ہے جن پر انٹرنیٹ کا کنکشن دستیاب ہو، تاہم، اسے ٹیبلٹس (tablets) اور اسمارٹ فونز کی مدد سے بہترین طور پر استعمال کیا جاسکتا ہے۔

CyberParent کا سارا پروگرام اندازا 25MB کا انٹرنیٹ ڈیٹا استعمال کرے گا۔ اگر موبائل ڈیٹا استعمال کرنے کے بارے میں آپ کو کوئی تشویش ہے تو براہ مہربانی پروگرام تک رسائی حاصل کرنے سے پہلے ایک وائی فائی سے منسلک ہوجائیں۔

براہ مہربانی نوٹ فرمالیں کہ یہ ٹول آپ کو ٹریک نہیں کرتا یا آپ کی شناخت یا مقام سے متعلق کوئی معلومات اکٹھی نہیں کرتا۔

براہ مہربانی کسی طرح کے مزید سوالات یا تشویشات کے لئے AMF سے admin@amf.net.au پر بلا جھجک رابطہ کریں۔

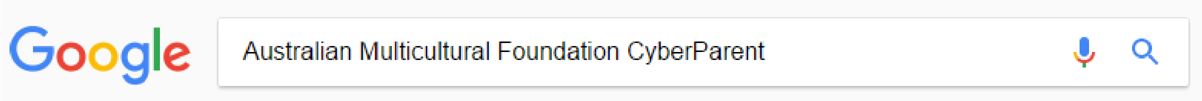
CyberParent ٹیبز (Tabs) کا مقصد

سیکشن	مقصد
تعارف	CyberParent میں خوش آمدید! اگر آپ یہ ایپ پہلی دفعہ استعمال کررہے ہیں تو براہ مہربانی شروع میں ایک چھوٹی سی تعارفی ویڈیو دیکھیں۔ تعارف میں ایک کوئز شامل ہے جو آپ کو اپنے گھر پر انٹرنیٹ کی عادات کے بارے میں سوچنے میں مدد دے گا۔ یاد رکھیں، یہ کوئز کسی قسم کا ٹیسٹ نہیں ہے اور آپ کے جواب ریکارڈ نہیں کئے جائیں گے۔
سیکھنے	سیکھنے سے مراد ہے کہ والدین اور گھرانوں کو انٹرنیٹ کی بنیادی تعلیم دی جائے اور انہیں کم عمر بچوں کو انٹرنیٹ پر لاحق خطرات کے بارے میں بتایا جائے۔ اگر آپ سیکھنے کے سیکشن کے عنوانات کے بارے میں کسی طرح کی مزید معلومات چاہتے ہیں تو براہ مہربانی مدد کے سیکشن میں موجود اضافی وسائل سے رجوع کریں۔
مشق	مشق والدین کو گھر میں اپنی انٹرنیٹ کی عادات پر روشنی ڈالنے کا موقع دیتی ہے اور انہیں اپنے اور اپنے گھرانے کے لئے زیادہ محفوظ اور صحت مندانہ رویّے متعارف کروانے میں مدد دیتی ہے۔ چونکہ ہر گھرانہ مختلف ہوتا ہے، ہوسکتا ہے کہ آپ یہ تجاویز لے کر انہیں اپنے گھرانے کے مطابق ڈھالنا چاہیں۔ یاد رکھیں، چیزیں کرنے کا کوئی صحیح یا غلط طریقہ نہیں ہے!
مدد	مدد انٹرنیٹ استعمال کرنے والوں کو ایسے وسائل، نیٹ ورکس اور اداروں تک رسائی دلاتی ہے جو انہیں ویب ایپ میں پیش آنے والے مختلف مسائل کے حوالے سے مزید مدد یا معلومات فراہم کرسکتے ہیں۔ اگر آپ اپنے بچوں کی مدد اور گھر میں انٹرنیٹ کا نظم و ضبط قائم کرنے کے سلسلے میں کچھ مشورے چاہتے ہیں تو کلک کرکے مناسب ذریعے تک رسائی حاصل کریں۔ مثال کے طور پر Office of the eSafety Commissioner کے پاس گھرانوں کے لئے کئی طرح کی انٹرنیٹ کی حفاظتی تدابیر ہیں۔

CyberParent تک کیسے رسائی حاصل کی جائے

اس سیکشن کا مقصد آپ کو اس چیز کی وضاحت کرنا ہے کہ AMF کی ویب سائٹ کے ذریعے *CyberParent* کا لنک کیسے تلاش کیا جائے۔ اس کا سب سے آسان طریقہ یہ ہے کہ Google پر اس کی سادہ تلاش کی جائے۔
تاہم، *CyberParent* کا لنک AMF کی ویب سائٹ کے ہوم پیج پر بھی دستیاب ہے۔
اس کے متبادل طور پر آپ براہ راست براؤزر میں http://amf.net.au/cyberparent ٹائپ کرسکتے ہیں۔

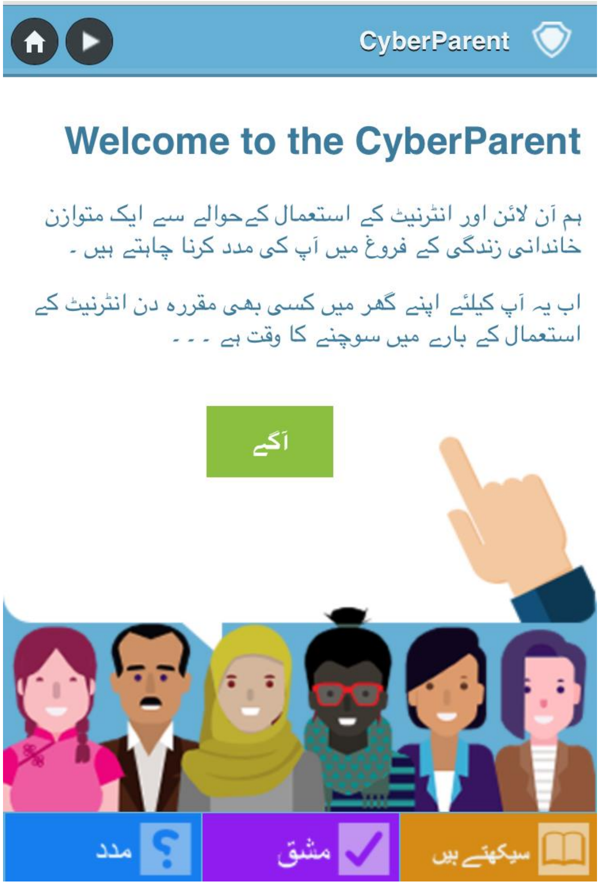
1. www.google.com.au پر جائیں اور سرچ بار میں 'Australian Multicultural Foundation CyberParent' ٹائپ کریں:



2. نیچے لنک پر کلک کریں

CyberParent - Australian Multicultural Foundation
www.amf.net.au/CyberParent ▾
The **Australian Multicultural Foundation** has developed a web app called ***CyberParent*** which aims to discuss internet use in Australian homes and safety issues regarding...

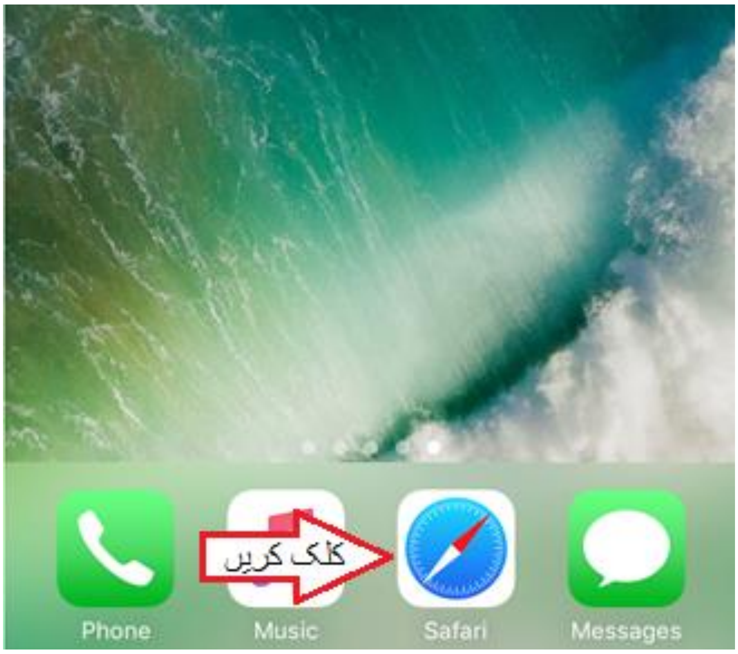
3. اب آپ *CyberParent* پر پہنچ چکے ہیں:



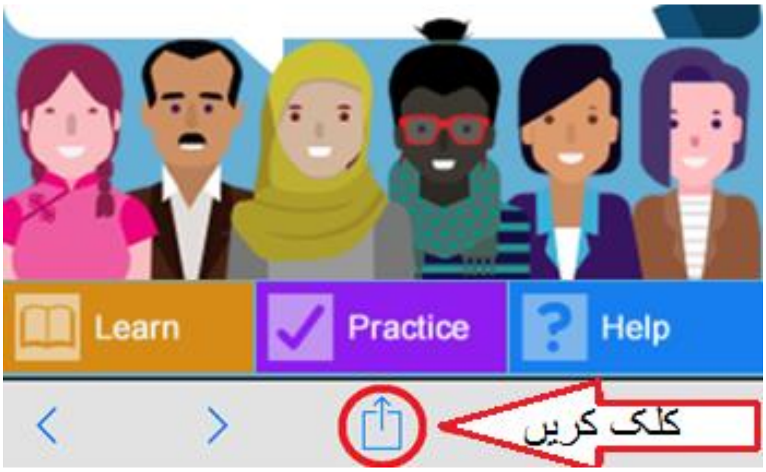
CyberParent کیسے ڈاؤن لوڈ کی جائے

Safari – iPhone:

1. براہ مہربانی نوٹ فرمالیں کہ iPhone پر لنک صرف Safari کی مدد سے ہی ڈاؤن لوڈ کیا جاسکتا ہے۔ دیگر براؤزرز، جیسے Chrome، آپ کو ایسا کرنے کی اجازت نہیں دیں گے۔ Safari کے ذریعے *CyberParent* تک رسائی حاصل کرنے کے: http://amf.net.au/cyberparent

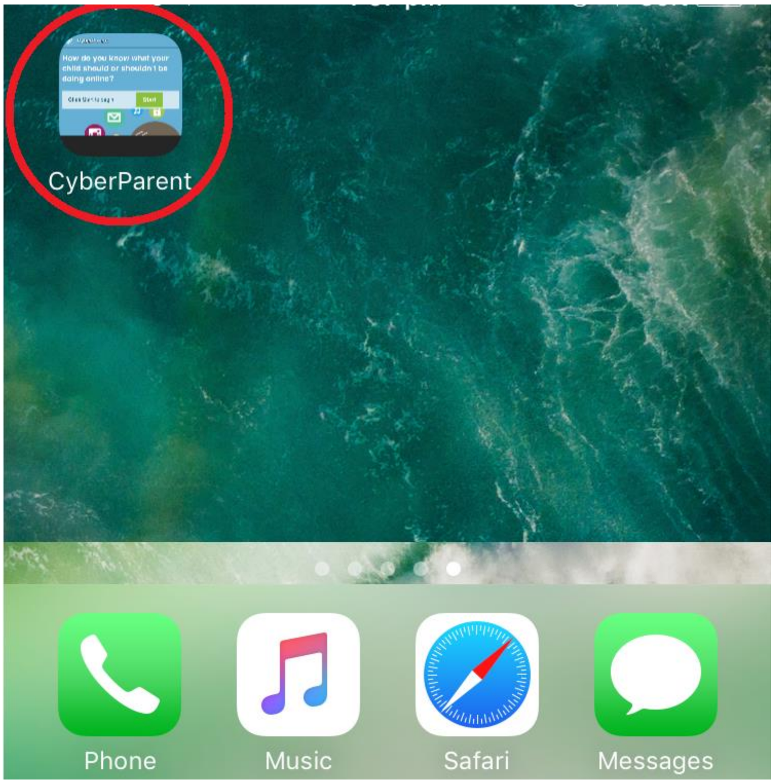


2. *CyberParent* کے ہوم پیج پر آنے کے بعد، Safari براؤزر کے نیچے موجود اس بٹن پر کلک کریں:



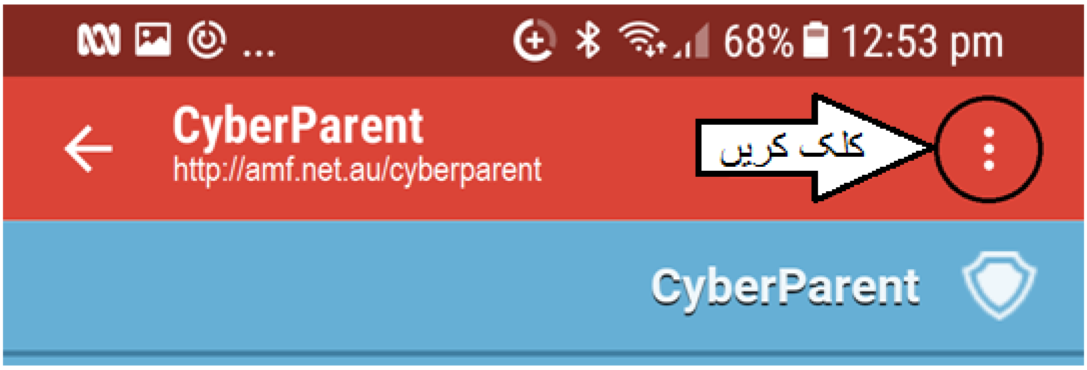
3. جب آپ اس بٹن پر کلک کریں گے تو براؤزر میں ایک چھوٹی اسکرین ظاہر ہوگی۔ **‘Add to Home Screen’** پر کلک کریں:

4. ویب ایپ اب ڈاؤن لوڈ ہوچکی ہے اور آپ کے فون پر استعمال کے لئے تیار ہے:

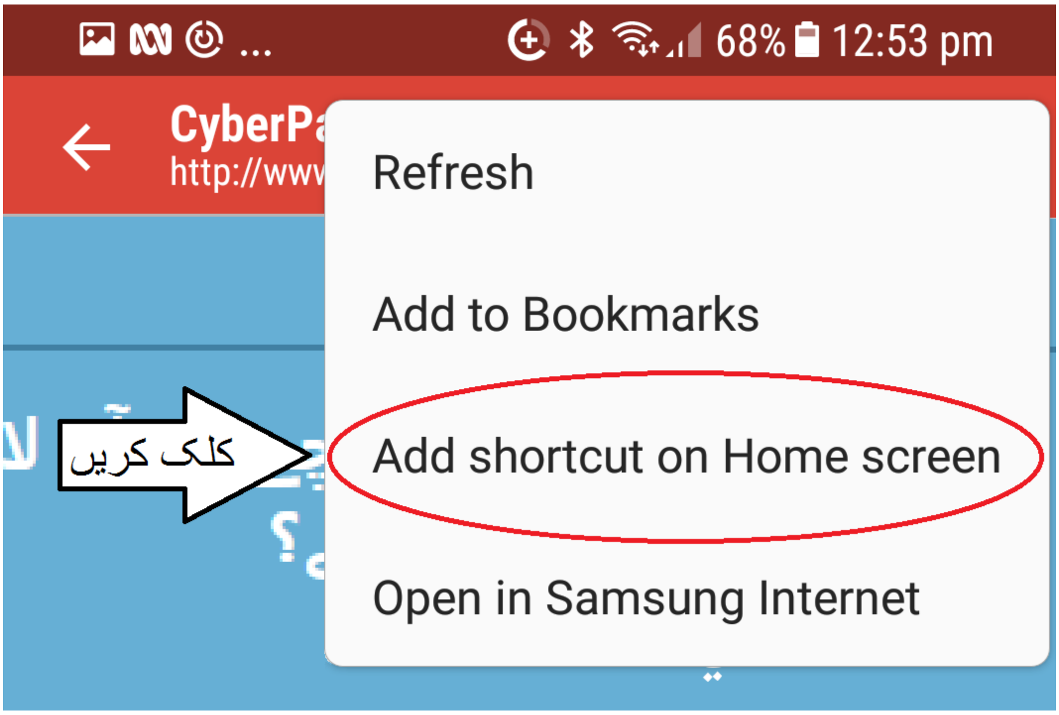


Google Chrome – Android:

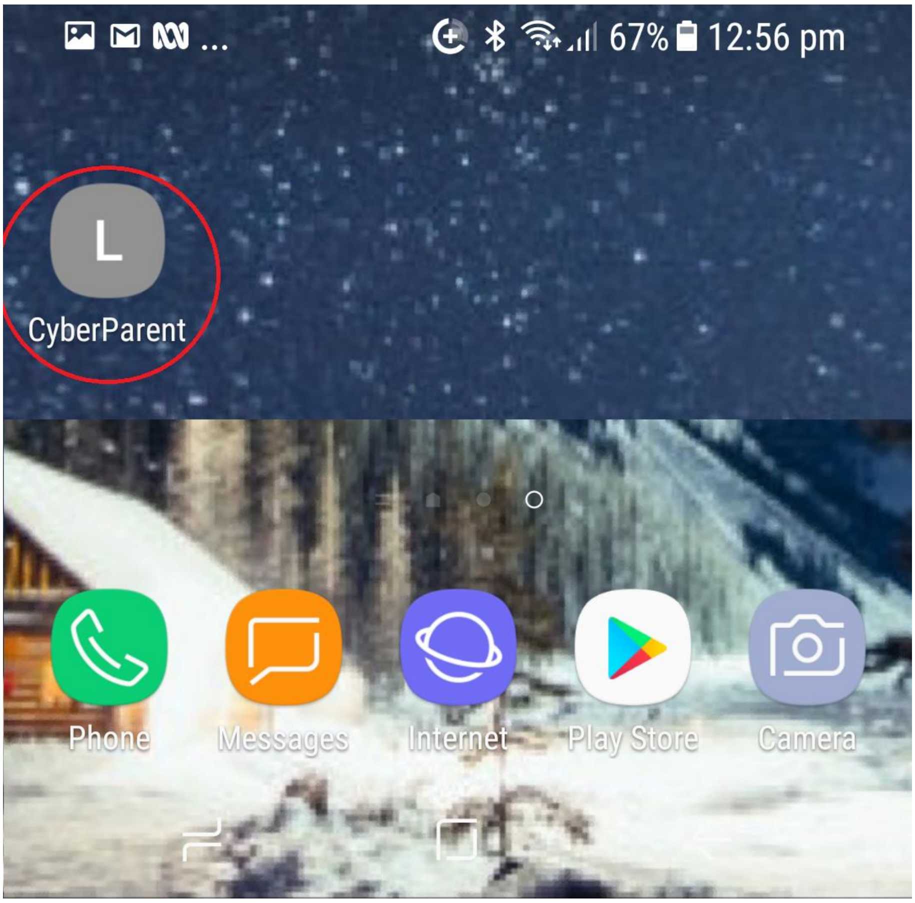
1. *CyberParent* کے ہوم پیج پر آنے کے بعد، Chrome (http://amf.net.au/cyberparent) براؤزر کے اوپری باہنے کونے میں اس بٹن پر کلک کریں:



2. جب آپ اس بٹن کو کلک کریں گے تو ایک چھوٹی سی اسکرین ظاہر ہوگی۔ لسٹ کے آخر میں موجود **'Add shortcut on Home screen'** پر کلک کریں۔



3. ویب ایپ اب ڈاؤن لوڈ ہوچکی ہے اور آپ کے فون پر استعمال کے لئے تیار ہے:



CyberParent کو چلانا

CyberParent کو چلانے کے دو مختلف طریقے ہیں۔ پہلا طریقہ یہ ہے کہ پروگرام کو شروع سے آخر تک ہدایات پر عملدرآمد کرتے ہوئے **تیر کے نشانوں** پر کلک کرکے مکمل کیا جائے۔ اگر آپ *CyberParent* کو پہلی دفعہ استعمال کررہے ہیں تو یہ طریقہ ترجیحی ہے۔

دوسرا طریقہ یہ ہے کہ اسکرین کے نیچے موجود **ٹیبز (tabs)** کو استعمال کرتے ہوئے اپنی مرضی کی جگہ پر براہ راست پہنچا جائے۔ یہ طریقہ اس صورت میں بہتر ہے جب آپ کسی خاص صفحے پر دوبارہ جانا چاہیں یا اگر آپ کسی کو کوئی مخصوص چیز دکھانا چاہیں۔

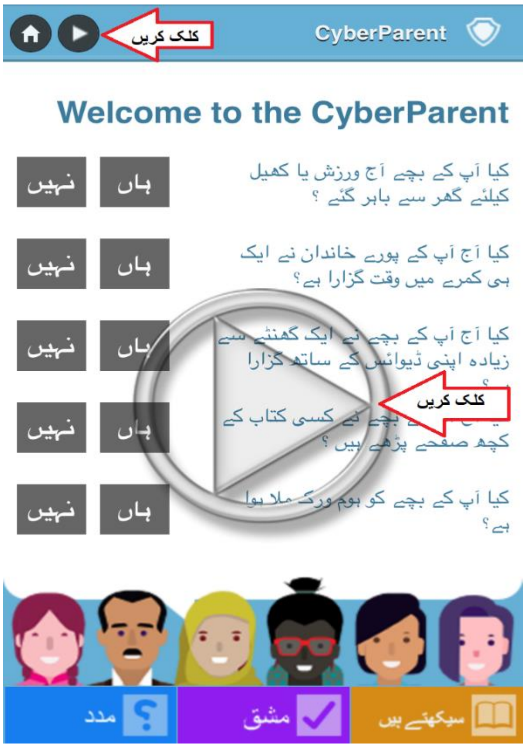
یہ حصہ *CyberParent* کو چلانے کے دونوں طریقوں کی وضاحت کرے گا۔

جب آپ نے *CyberParent* تک رسائی حاصل کرلی (حصہ II دیکھیں)، تو آپ کو ایک مختصر تعارف دیکھنے کی دعوت دی جائے گی۔ شروع کرنے کے لئے سبز رنگ کا 'شروع کرو'بٹن دبائیں۔ اگر آپ نے پہلے سے تعارف دیکھا ہوا ہے اور آپ سیدھا ہوم پیج پر جانا چاہیں تو اسکرین کے نچلے دائیں کونے میں 'چھوڑ دو' کا بٹن دبائیں۔

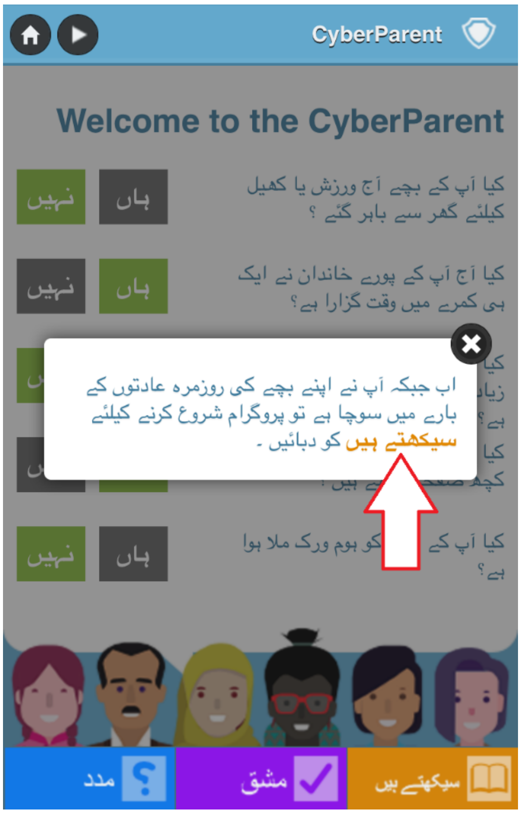
تیر کے نشانوں کی مدد سے چلانا

1. پروگرام کو شروع کرنے کے لئے ہوم پیج پر 'آگے' بٹن دبائیں:

2. آپ سے ایک چھوٹا سا کوئز مکمل کرنے کے لئے کہا جائے گا۔ کوئز کی آواز سننے کے لئے اسکرین کے درمیان میں موجود تیر کے بڑے نشان پر کلک کریں۔ اگر تیر کا بڑا نشان غائب ہوجائے یا آپ آواز دوبارہ سننا چاہیں تو اسکرین کے اوپری باہنے کونے میں موجود چھوٹے تیر پر کلک کریں:

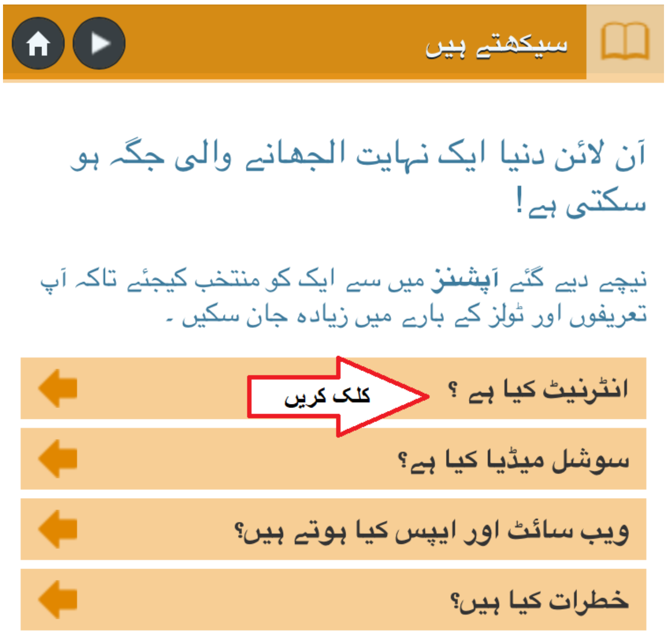


3. ہر ایک سوال کے لئے 'ہاں' یا 'نہیں' پر کلک کریں۔ جب آپ نے کوئز مکمل کرلیا تو پروگرام شروع کرنے کی ایک اعلانیہ اسکرین ظاہر ہوگی۔ شروع کرنے کے لئے پیلے رنگ کے لفظ **سیکھیں** پر کلک کریں:



سیکھیں کے بارے میں آواز سننے کے لئے اسکرین کے درمیان میں موجود تیر کے بڑے نشان پر کلک کریں۔ اگر تیر کا بڑا نشان غائب ہوجائے یا آپ آواز دوبارہ سننا چاہیں تو اسکرین کے اوپری باہنے کونے میں موجود چھوٹے تیر پر کلک کریں:

4. شروع کرنے کے لئے پہلے انتخاب 'انٹرنیٹ کیا ہے؟' پر کلک کریں:



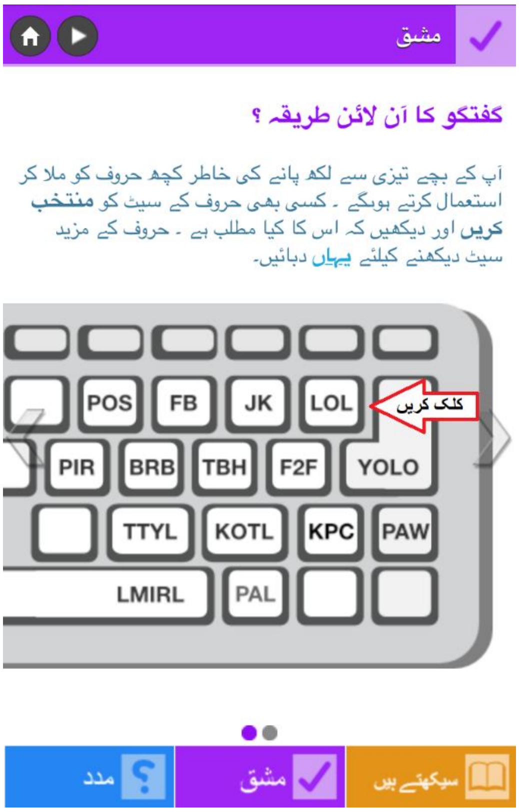
5. نقطہ 4 دہرائیں: کوئز کی آواز سننے کے لئے اسکرین کے درمیان میں موجود تیر کے بڑے نشان پر کلک کریں۔ اگر تیر کا بڑا نشان غائب ہوجائے یا آپ آواز دوبارہ سننا چاہیں تو اسکرین کے اوپری باہنے کونے میں موجود چھوٹے تیر پر کلک کریں:

6. آپ نے جب آواز سن لی یا تحریر پڑھ لی تو اگلے صفحے پر جانے کے لئے اسکرین کے بائیں جانب موجود تیر کے نشان پر کلک کریں:

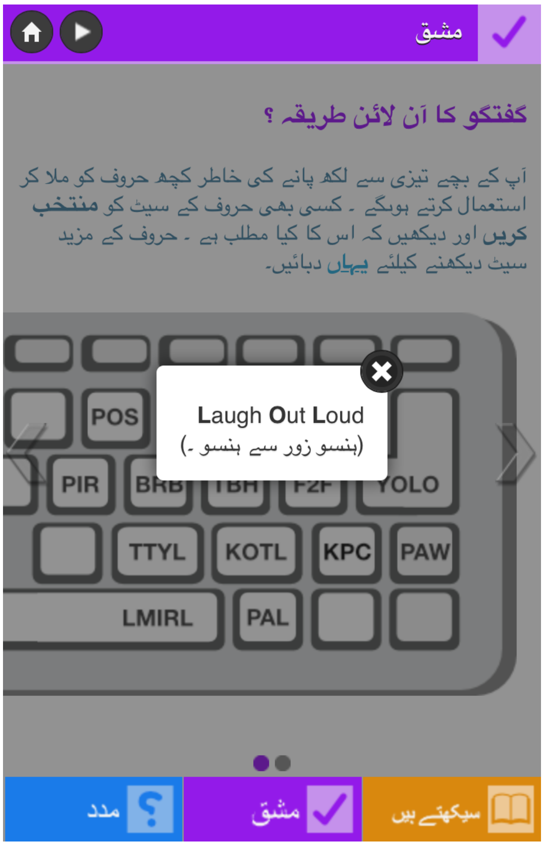
7. نقاط 6 اور 7 کو اس وقت تک دہرائیں جب تک کہ آپ **سیکھیں** کا سیکشن مکمل نہ کرلیں۔

8. جب آپ نے **سیکھیں** کا سیکشن مکمل کرلیا تو **مشق** کا سیکشن خودبخود شروع ہوجائے گا۔ **مشق** کا سیکشن مکمل کرنے کے لئے تیروں کا استعمال کرتے ہوئے نقاط 4 تا 7 دہرائیں:

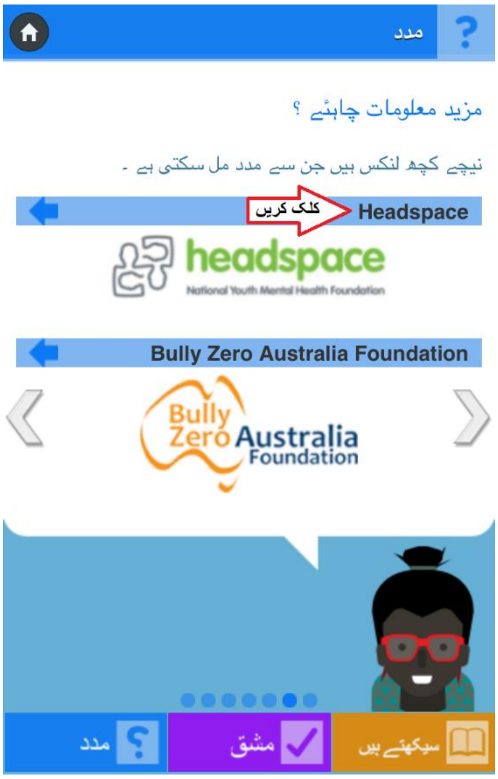
9. جب آپ 'گفتگو کا آن لائن طریقہ؟' کے صفحے پر پہنچ جائیں گے تو آپ کی بورڈ پر حروف کے مختلف سیٹوں کے آئیکونز پر کلک کرکے یہ معلوم کرپائیں گے کہ حروف کے ہر سیٹ کا کیا مطلب ہے۔ مثال کے طور پر، ‘LOL’ پر کلک کرکے دیکھیں کہ اس کا کیا مطلب ہے:



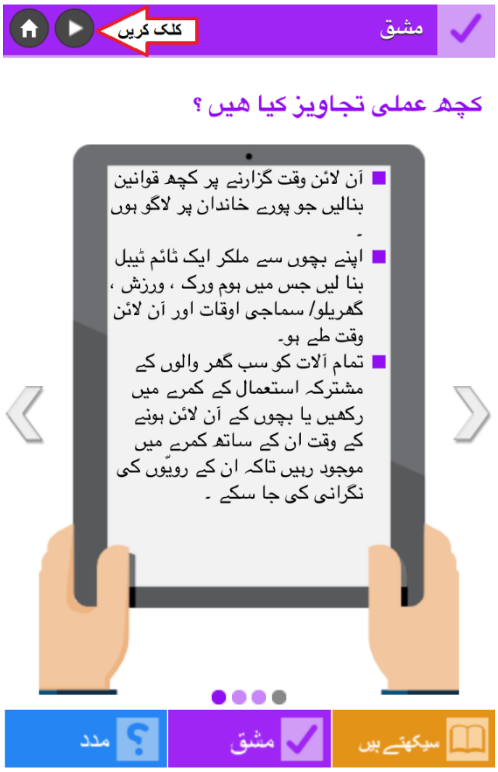
10. جب آپ آئیکون پر کلک کریں گے تو اس کی تعریف ظاہر ہوگی۔ مثال کے طور پر:



11. جب آپ نے **مشق** کا سیکشن مکمل کرلیا تو **مدد** کا سیکشن شروع ہوجائے گا۔ **مدد** کے سیکشن کا مقصد یہ ہے کہ چند ایسی ویب سائٹوں کے لنک فراہم کئے جائیں جن پر ان موضوعات کے بارے میں مزید معلومات دستیاب ہیں جن کے بارے میں *CyberParent* میں بات چیت کی گئی ہے۔ اگر آپ لسٹ میں موجود کسی ویب سائٹ پر جانا چاہیں تو اس کے ٹائٹل پر کلک کریں:



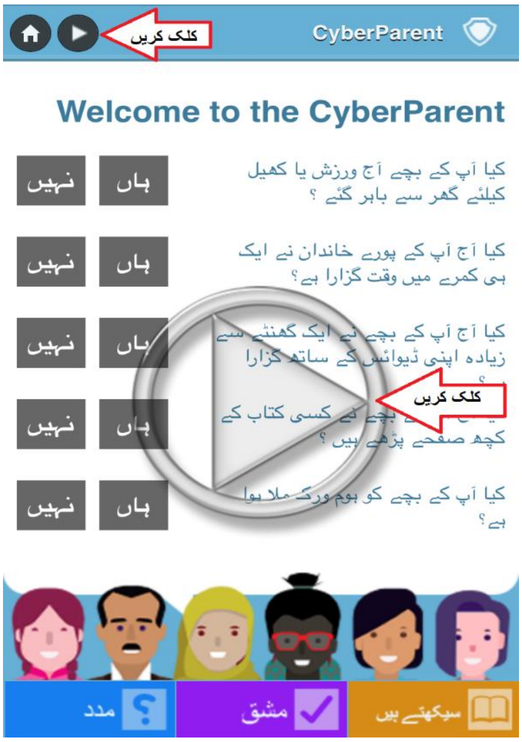
12. اگر کسی بھی وقت آپ *CyberParent* کے شروع کے صفحے پر واپس جانا چاہیں تو اسکرین کے اوپری باہنے کونے میں ہوم کے آئیکون پر کلک کریں:



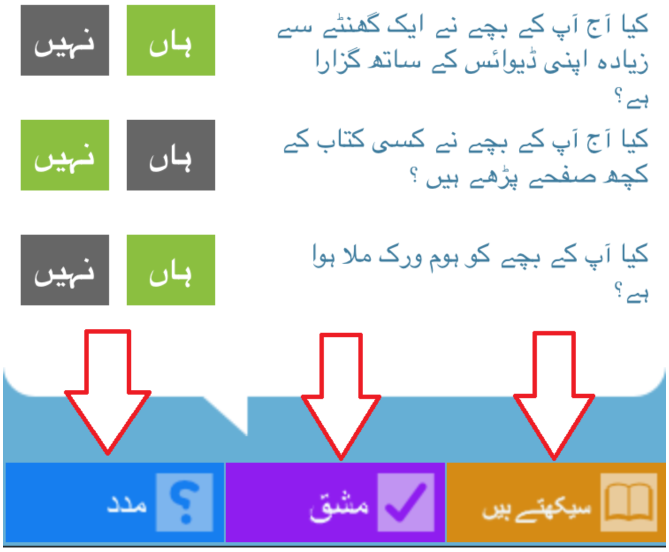
ٹیبز (Tabs) کی مدد سے چلانا

1. ہوم پیج پر 'آگے' پر کلک کرکے پروگرام کا آغاز کریں:

2. اگر آپ کوئز مکمل کرنا چاہیں تو کوئز کی آواز سننے کے لئے اسکرین کے درمیان میں موجود تیر کے بڑے نشان پر کلک کریں۔ اگر آپ کوئز مکمل کرنا چاہیں تو کوئز کی آواز سننے کے لئے اسکرین کے درمیان میں موجود تیر کے بڑے نشان پر کلک کریں۔ اگر تیر کا بڑا نشان غائب ہوجائے یا آپ آواز دوبارہ سننا چاہیں تو اسکرین کے اوپری بائیں کونے میں موجود چھوٹے تیر پر کلک کریں:



3. اگر آپ نے کوئز پہلے سے مکمل کیا ہوا ہے اور آپ براہ راست *CyberParent* کے کسی مخصوص صفحے پر جانا چاہیں تو آپ اسکرین کے نیچے موجود تین ٹیبز کی مدد سے ایسا کرسکتے ہیں:



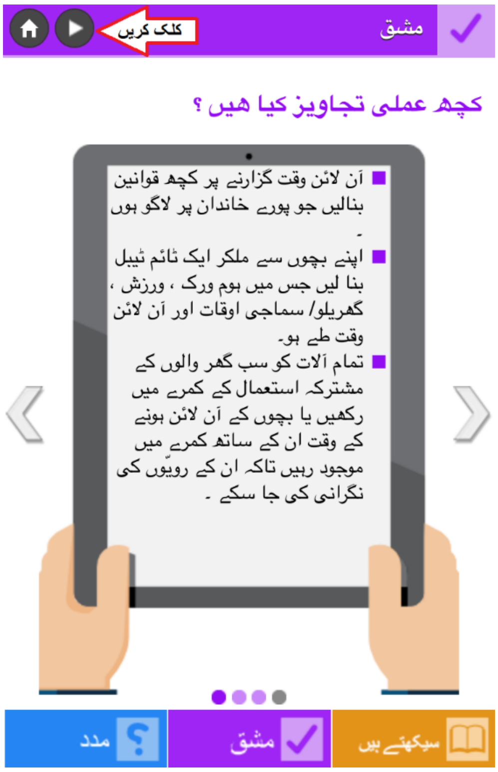
4. مثال کے طور پر، اگر آپ انٹرنیٹ کے **خطرات** پر مبنی صفحے پر براہ راست جانا چاہیں تو اسکرین کے نیچے موجود **سیکھیں** کی ٹیب پر کلک کریں۔ **سیکھیں** کے بارے میں آواز سننے کے لئے اسکرین کے درمیان میں موجود تیر کے بڑے نشان پر کلک کریں. اگر تیر کا بڑا نشان غائب ہوجائے یا آپ آواز دوبارہ سننا چاہیں تو اسکرین کے اوپری باہنے کونے میں موجود چھوٹے تیر پر کلک کریں:

5. اب آپ 'خطرات کیا ہیں؟' پر کلک کرسکتے ہیں۔

اب آپ اس صفحے پر موجود ہیں جسے آپ دیکھنا چاہتے تھے۔ آواز سننے کے لئے نقطہ 4 دہرائیں۔

6. پروگرام کے حصہ 'خطرات کیا ہیں؟' میں آگے اور پیچھے جانے کے لئے اسکرین کی بائیں اور دائیں جانب موجود تیر کے نشانات استعمال کریں۔ متبادل طور پر آپ ٹیز سے کچھ ہی اوپر موجود نقطے استعمال کرسکتے ہیں:

اگر کسی بھی وقت آپ *CyberParent* کے شروع کے صفحے پر واپس جانا چاہیں تو اسکرین کے اوپری داہنے کونے میں ہوم کے آئیکون پر کلک کریں:



ٹریننگ سیشن کا منصوبہ

اس حصے کا مقصد یہ ہے کہ *CyberParent* کے بارے میں سیشن چلانے والے منتظم کو ایک منصوبہ اور کچھ مشورے فراہم کئے جائیں۔ ہدف یہ ہے کہ ٹریننگ سیشن تقریبا 90 منٹ تک چلے گا تاکہ اس دوران بات چیت، سوالات اور ٹریننگ کے بارے میں مختصر رائے لی جاسکے۔ منتظمین ترجیحا ایک وقت میں 10 سے 20 طلباء کے لئے سیشن چلا سکتے ہیں جس میں *CyberParent* پروگرام کو ایک گروپ کے طور پر چلانے کے لئے ایک پروجیکٹر استعمال کیا جاسکتا ہے۔

ٹریننگ سیشن کا خاکہ اور نظم و انصرام

سیشن کے خاکے کا ایک نمونہ درج ذیل ہے:

وقت	سرگرمی	تفصیلات
5 منٹ	تعارف اور رجسٹریشن	❖ وضاحت سے بتائیں کہ آپ کون ہیں اور آپ سیشن میں کس چیز کا احاطہ کریں گے۔ ❖ سیشن میں حصہ لینے والے کا نام، ای میل اور رابطے کا نمبر رجسٹریشن شیٹ پر لکھیں۔ برائے مہربانی نوٹ کریں: یہ سہولت فراہم کنندہ کے اپنے حوالہ کی معلومات ہے (ضمیمہ 2 دیکھیں)۔ ❖ سیشن کے مقاصد کی تفصیلات بتائیں (اس ٹول کٹ کا حصہ **I** دیکھیں) اور ***CyberParent*** کے موضوعات کے بارے میں مختصر طور پر بتائیں۔ ***a.*** *حصہ لینے والوں کو ایسا ماحول فراہم کریں کہ وہ پرسکون محسوس کریں اور انہیں یقین دلائیں کہ وہ پورے سیشن کے دوران کسی بھی وقت کوئی سے بھی سوالات پوچھ سکتے ہیں۔*
30 منٹ	عام بات چیت	❖ مندرجہ ذیل تجاویز کی مدد سے گروپ کے مابین اس بارے میں بات چیت شروع کروائیں کہ ان کے گھر میں انٹرنیٹ کس طرح سے استعمال کیا جاتا ہے اور وہ اس پر نظر رکھنے کے لئے کونسی تدابیر استعمال کرتے ہیں: **a.** کیا آپ زیادہ تر دنوں میں\ہر دن انٹرنیٹ استعمال کرتے ہیں؟ اگر ہاں، تو کس لئے؟ **b.** کیا آپ کے بچے ہر دن انٹرنیٹ استعمال کرتے ہیں؟ **c.** انٹرنیٹ استعمال کرتے ہوئے کیا آپ پراعتماد ہوتے ہیں؟ **d.** کیا آپ کم عمر افراد کو انٹرنیٹ استعمال کرنے کے دوران انہیں درپیش خطرات سے آگاہ ہیں؟ **e.** آپ اپنے گھر میں انٹرنیٹ کے استعمال کا نظم وانتظام کس طرح سے کرتے ہیں؟ **f.** انٹرنیٹ استعمال کرنے کے دوران اپنے بچوں کے بارے میں آپ کی کیا تشویشات ہیں؟
5 منٹ	مظاہرہ: CyberParent تک کیسے رسائی حاصل کی جائے	دیکھیں: اس ٹول کٹ کا حصہ **II** ❖ ان ہدایات کو استعمال کرتے ہوئے شرکاء کو وضاحت سے بتائیں کہ **Google** سرچ کی مدد سے اور **AMF** ویب سائٹ کے ہوم پیج پر جاکر ***CyberParent*** کا لنک کیسے تلاش کیا جاسکتا ہے۔

		a. *ای میل ایڈریسز اور موبائل نمبر لینا یاد رکھیں (اگر شرکاء اپنی تفصیلات دینے پر راضی ہیں) تاکہ آپ ان کو* ***CyberParent*** *اور ٹول کٹ کے لنک بذریعہ ای میل/ٹیکسٹ بھیج سکیں۔* b. *ایسا کرتے ہوئے ایک پروجیکٹر یا کمپیوٹر استعمال کریں تاکہ آپ سارے گروپ کو تفصیلات بتا سکیں۔*
5 منٹ	<u>مظاہرہ: CyberParent کیسے ڈاؤن لوڈ کی جائے</u>	اس ٹول کٹ کا حصہ **III** دیکھیں۔ ❖ ان ہدایات کو استعمال کرتے ہوئے شرکاء کو وضاحت سے بتائیں کہ وہ لنک کو کیسے ڈاؤن لوڈ کرسکتے ہیں تاکہ ***CyberParent*** تک کسی بھی وقت بآسانی رسائی حاصل کی جاسکے۔ ❖ اگر آپ کے پاس وقت ہے تو یہ مشورہ دیا جاتا ہے کہ آپ شرکاء کی ان کے اسمارٹ فونز پر مدد کریں تاکہ جب وہ اس سیشن سے جائیں تو ***CyberParent*** ان کے فون پر پہلے سے ہی ڈاؤن لوڈ ہوچکی ہو۔ a. *اس میں کچھ وقت لگ سکتا ہے کیونکہ مختلف طرح کے فونز میں ایسا کرنے کا طریقہ مختلف ہوسکتا ہے۔*
5 منٹ	**<u>CyberParent کوئز</u>**	❖ ***CyberParent*** ڈاؤن لوڈ ہوجانے کے بعد: شرکاء کو ایک منٹ کا وقت دیں کہ وہ کوئز کے سوالات کے جواب دے سکیں – یہ ان کے لئے ایک موقع ہوگا کہ جس میں وہ گھر میں اپنی آن لائن عادات پر روشنی ڈال سکیں گے۔ a. *ایسا ایک گروپ کے طور پر کیا جاسکتا ہے – اس بات کی وضاحت کریں کہ یہ سوالات کسی طرح کا ٹیسٹ نہیں ہیں بلکہ یہ ایک موقع ہے کہ ہم اس بارے میں سوچیں۔*
30 منٹ	**<u>CyberParent کو سمجھنا</u>**	○ ***CyberParent*** کے تمام مراحل کے بارے میں بات کریں: a. ہوم اسکرین (ابتدائی کوئز) پر ایپ کو چلانے کے دو مختلف طریقے ہیں۔ پہلا، ہدایات اور تیروں کے نشانات کو استمال کرتے ہوئے ایک پروگرام کے طور پر قدم بقدم چلا جائے۔ دوسرا، اسکرین کے نیچے دی گئی ٹیبز کی مدد سے اس اسکرین پر جایا جائے جہاں آپ جانا چاہتے ہیں۔ یہ دوسرا طریقہ اس صورت میں اچھا ہے جب آپ ***CyberParent*** کے شروع سے لیکر آخر تک پہلے ہی جاچکے ہیں اور اب کسی خاص مقام پر جانا چاہتے ہیں۔ ہم اپنے آج کے مقاصد کے لئے اس کے شروع سے لیکر آخر تک جائیں گے۔ b. ہر ٹیب کے مقصد کی وضاحت کریں: ▪ سیکھنے سے مراد ہے کہ والدین اور گھرانوں کو انٹرنیٹ کی بنیادی تعلیم دی جائے اور انہیں کم عمر بچوں کو انٹرنیٹ پر لاحق خطرات کے بارے میں بتایا جائے۔ ▪ مشق والدین کو گھر میں اپنی انٹرنیٹ کی عادات پر روشنی ڈالنے کا موقع دیتی ہے اور انہیں اپنے اور اپنے گھرانے کے لئے زیادہ محفوظ اور صحت مندانہ رویّے متعارف کروانے میں مدد دیتی ہے۔ ▪ مدد انٹرنیٹ استعمال کرنے والوں کو ایسے وسائل، نیٹ ورکس اور اداروں تک رسائی دلاتی ہے جو انہیں ویب ایپ میں پیش آنے والے مختلف مسائل کے حوالے سے مزید مدد یا معلومات فراہم کرسکتے ہیں۔ c. *سیکھنے کے سیکشن کے دوران، یہ یقینی بنائیں کہ آپ کسی وقت رک کر مواد پر بات چیت کریں اور شرکاء سے پوچھیں*

		کہ کیا یہ ان کی زندگیوں سے مطابقت رکھتا ہے۔ مثال کے طور پر آپ کے بچے کس قسم کی ایپ استعمال کرتے ہیں؟ آپ اکثر اوقات کس قسم کی ویب سائٹس پر جاتے ہیں؟ d. خطرات کا سیکشن تفصیل سے پڑھایا جانا چاہئے، جس میں مددگاری بات چیت ہوسکے ہو اور جس میں ہر مسئلے کی تفصیل سے وضاحت کی جائے تاکہ شرکاء ہر قسم کے خطرے سے آگاہ ہوں۔ شرکاء سے یہ پوچھنا مددگار ہوسکتا ہے کہ کیا انہوں نے، ان کے بچوں یا دوستوں نے کبھی کسی طرح کے خطرات کا سامنا کیا ہے اور اگر کیا ہے تو انہوں نے صورتحال پر قابو پانے کے لئے کیا اقدامات اٹھائے تھے۔ e. مشق کے ٹیب پر زیادہ وقت صرف ہوسکتا ہے کہ کیونکہ یہ زیادہ انٹرایکٹو ہے۔ مثال کے طور پر: ▪ 'کتنا وقت کافی ہے' میں درج شدہ رویّوں کی تبدیلیوں پر سیاق و سباق میں اس طرح سے بات چیت کی جائے کہ شرکاء مت سہمیں– والدین کو وضاحت سے بتائیں کہ اگر وہ محسوس کریں کہ ان کے بچے کافی سارا وقت آن لائن گزارتے ہیں اور وہ یہ علامات دیکھیں تو یہ اس بات کا اشارہ ہوسکتا ہے کہ وہ ان کی آن لائن عادات تبدیل کرسکتے ہیں. ▪ کوئز کو اکٹھے مل کر کریں اور اس دوران شرکاء سے جوابات پوچھیں ▪ بچوں کو مدد دینے اور ان کی آن لائن عادات کے حوالے سے انہیں نظرانداز کرنے یا ان سے ناراض ہونے کی بجائے ان سے بات چیت کرنے جیسے اہم پیغامات پر زور دیں۔ ▪ ایک گروپ کے طور پر عملی مشوروں پر بات چیت کریں اور شرکاء کو اس موضوع پر بات کرنے کی دعوت دیں کہ کیا وہ کسی طرح کے کوئی طریقے گھر پر استعمال کرتے ہیں، جیسے کہ، ہوم ورک سے پہلے کسی طرح کی اسکرین کے سامنے نہ بیٹھنا۔ اس بات کی بھی وضاحت کریں کہ یہ مشورے ہیں نہ کہ قاعدے – ہر گھرانے کا اپنا نقطۂ نظر ہوتا ہے. ▪ شرکاء کو حروف کے ہر سیٹ کے بارے میں بتائیں تاکہ وہ انہیں اپنے وقت میں اپنے طور پر خود پڑھ سکیں. f. مدد کے صفحے پر درج شدہ وسائل میں سے ہر ایک کا مقصد بتانے میں وقت صرف کریں– خاص طور پر بحران سے متعلق، تاکہ شرکاء جانتے ہوں کہ مختلف طرح کی مدد اور معلومات کے لئے کہاں جایا جاسکتا ہے۔ g. اگر آپ کے پاس وقت ہو تو ان لنکس پر کلک کرکے ان اداروں کے متعلق تفصیلات بتانے سے شرکاء کو مدد ملے گی۔
5 منٹ	CyberParent زبانیں	❖ شرکاء کو بتائیں کہ ***CyberParent*** 17 زبانوں میں دستیاب ہوگی اور ان سے اس بارے میں بات چیت کریں۔ زبانوں میں یہ شامل ہیں: ○ انگریزی ○ عربی ○ چینی ○ درّی

		○ ڈنکا ○ فارسی ○ جرمن ○ یونانی ○ ہندی ○ انڈونیشین ○ اطالوی ○ پشتو ○ اسپینش ○ صومالی ○ ترکش ○ اردو ○ ویتنامیز
10 منٹ	اختتامی سوالات	❖ ***CyberParent***، اس کے مواد یا سیشن میں جن مضامین پر بات چیت کی گئی ہے ان کے حوالے سے شرکاء سے سوالات لیں۔
5 منٹ	رائے (اختیاری)	براہ کرم نوٹ کریں کہ یہ تشخیص اختیاری ہے. اس کا بنیادی مقصد سہولت کے اپنے سیشن کا تعین کرنے کا اندازہ ہے. اگر سہولت سازوں کو تشخیصی چادروں کو واپس کرنے کی ضرورت نہیں ہے، تو AMFسہولت سازوں سے کوئی رائے حاصل نہیں کرتا ہے دیکھیں: نمونے **(template)** کے لئے ضمیمہ 1 ❖ شرکت کرنے والے ہر شخص کے لئے ایک صفحے پر مشتمل رائے دینے کی شیٹ **(evaluation sheet)** تیار رکھیں۔ اگر آپ مزید بات چیت کرنا چاہیں یا آپ سمجھیں کہ آمنے سامنے رائے زیادہ مناسب ہے تو اہم سوالات میں مندرجہ ذیل شامل ہوسکتے ہیں: ***a.*** کیا آپ نے آج کے سیشن کو مددگار پایا؟ کیوں\کیوں نہیں؟ ***b.*** آج کے سیشن سے متعلق سب سے زیادہ مددگار حصہ کونسا تھا؟ ***c.*** کیا آپ سمجھتے ہیں کہ گھر پر آپ کی اور آپ کے گھرانے کی آن لائن عادات کو بہتر بنانے کے سلسلے میں **CyberParent** ویب ایپ مددگار ہے؟ ***d.*** **CyberParent** ویب ایپ آپ کی اور آپ کے گھرانے کی زیادہ مناسب طور پر مدد کس طرح سے کرسکتی ہے؟ ***e.*** اپنے گھر میں زیادہ صحتدمندانہ\محفوظ آن لائن عادات بنانے کے سلسلے میں کونسی دیگر معلومات\وسائل آپ کی مدد کریں گے؟ ***f.*** انٹرنیٹ پر حفاظت سے متعلق آپ کی سب سے بڑی تشویش کیا ہے؟

کون سے وسائل درکار ہیں؟

- کمپیوٹر (ترجیحی طور پر پروجیکٹر اسکرین اور متعلقہ کیبلز اور اسپیکروں کے ہمراہ
- انٹرنیٹ تک رسائی
- ٹریننگ کا کمرہ شرکاء اور منتظمین کے لئے مناسب طور پر بڑا
- چائے\کافی اور اس کے ساتھ کھانے کی اشیاء
- رائے دینے (evaluation) کی شیٹیں، رجسٹریشن شیٹیں اور پین

ضمیمے

ضمیمہ 1 : CyberParent ٹریننگ کے بارے میں رائے کا سروے

1. براہ مہربانی مندرجہ ذیل کی درجہ بندی کے لئے ایک جواب پر دائرہ لگائیں:

❖ **معلومات مددگار تھیں**

بہت مددگار 5 4 3 2 1 **بالکل مددگار نہیں**

❖ **معلومات دلچسپ اور سمجھنے میں آسان تھیں**

بہت دلچسپ 5 4 3 2 1 بالکل دلچسپ نہیں

❖ **میں آج کے بعد سے انٹرنیٹ اور سوشل میڈیا کو زیادہ بہتر طور پر سمجھتا ہوں**

کافی حد تک 5 4 3 2 1 بالکل نہیں

❖ **میں آج کے بعد سے آن لائن خطرات میں سے کچھ خطرات کو بہتر طور پر سجھتا ہوں**

کافی حد تک 5 4 3 2 1 بالکل نہیں

❖ **میں محسوس کرتا ہوں کہ اس سیشن کے بعد سے میں اپنے بچے کے انٹرنیٹ کے استعمال پر نظر رکھ سکتا ہوں**

کافی حد تک 5 4 3 2 1 بالکل نہیں

2. کیا آج کے بعد سے آپ CyberParent ویب ایپ استعمال کریں گے؟

____

3. ایسی کیا چیز ہوسکتی ہے کہ جس سے CyberParent ویب ایپ کا استعمال آپ کے لئے نسبتا آسان ہو؟

____

4. آپ اس ایپ کو کس زبان میں استعمال کرنا چاہتے ہیں؟

____

ضمیمہ 2 : لیست شرکت کنندگان جلسه آموزشی ***CyberParent***

محل:____ تاریخ: ____

نام	شماره تلفون	آدرس ایمیل