# Meta-র পরিষেবা ও টুল কীভাবে বয়স উপযোগী কনটেন্টকে সাহায্য করে

Meta-তে, আমরা নিজেদের প্রযুক্তি ব্যবহার করে সরাসরি প্রাইভেসি এবং নিরাপত্তা ব্যবস্থা তৈরি করি। আমাদের কর্মপদ্ধতির ভিত্তি হলো গবেষণা, সরাসরি মা-বাবা, কিশোর-কিশোরী ও বিশেষজ্ঞদের দেওয়া ফিডব্যাক, জাতিসংঘের শিশু অধিকার নীতি এবং আন্তর্জাতিকভাবে প্রচলিত নিয়ম।

মা-বাবা ও অভিভাবকরা যাতে কিশোর-কিশোরী সন্তানদের অনলাইন অ্যাক্টিভিটির উপর সহজেই নজর রাখতে পারেন সেই জন্য আমরা আইন প্রণয়নকারী ও এই ইন্ডাস্ট্রির বিশেষজ্ঞদের সঙ্গে সক্রিয়ভাবে কাজ করে চলেছি। আমরা ফেডারেল আইন মেনে কাজ করি যা সমস্ত অ্যাপের জন্য অভিভাবকীয় অনুমতি, পেরেন্টাল কন্ট্রোল, বয়স ভেরিফিকেশন এবং বয়স উপযোগী কনটেন্টের মতো বিভিন্ন ক্ষেত্রে পালনীয় স্ট্যান্ডার্ড তৈরি করে। এর ফলে অভিভাবকদের ক্ষমতায়ন ও ইউজারদের প্রাইভেসি সুরক্ষিত হয়। আমাদের কিশোর-কিশোরী সংক্রান্ত নীতির মূল উপাদান সম্পর্কে আরও পড়ুন।

কিশোর-কিশোরীরা এবং অল্পবয়সী ছেলেমেয়েরা যাতে পছন্দের লোকেদের সঙ্গে সময় কাটানোর এবং নিজেদের আগ্রহ ও পরিচয় আবিষ্কার করার সময় নিরাপদ, বয়স উপযোগী কনটেন্ট উপভোগ করতে পারেন, তা নিশ্চিত করতে আমাদের তৈরি কিছু সাহায্যের উপায় ও টুল এখানে পাবেন।

## মা-বাবার তত্ত্বাবধান

### ফ্যামিলি সেন্টার

Meta প্রযুক্তি জুড়ে তত্ত্বাবধানের টুল যাতে শুধু এক জায়গা থেকেই অ্যাক্সেস করা যায়, তার জন্য আমরা একটি কেন্দ্রীয় জায়গা চালু করেছি। এছাড়াও এখানে মা-বাবা ও অভিভাবকদের জন্য কিশোর-কিশোরী এবং নিরাপত্তা, প্রাইভেসি ও সুস্বাস্থ্য বিষয়ক নেতৃস্থানীয় বিশেষজ্ঞদের থেকে প্রাপ্ত শিক্ষামূলক রিসোর্স রয়েছে। কোনো মা-বাবা ও তাদের কিশোর বয়সী সন্তান যৌথ সম্মতিক্রমে তত্ত্বাবধান সেট আপ করতে সম্মত হলে, মা-বাবারা Facebook, Messenger, Instagram ও VR-এ তাদের কিশোর বয়সী সন্তানের অভিজ্ঞতা তত্ত্বাবধান করার জন্য সাহায্য করতে পারেন।

### তত্ত্বাবধান টুল

এইসব টুলের সাহায্যে মা-বাবা ও অভিভাবকরা Meta প্রযুক্তিতে তাদের কিশোর বয়সী সন্তান কতক্ষণ সময় কাটাচ্ছেন তা নজর রাখতে ও তা পরিচালনা করতে, সন্তান কাদের ফলো করেন ও কারা তাদের ফলোয়ার সেই লিস্ট দেখতে, কিশোর বয়সী সন্তানের নিরাপত্তার ও প্রাইভেসির ডিফল্ট সেটিংস পরিবর্তনের অনুরোধ অনুমোদন বা অস্বীকার করতে, তাদের কিশোর বয়সী সন্তান তার জানানো অভিযোগ যদি মা-বাবার সঙ্গে শেয়ার করেন তাহলে তার ইনসাইট পেতে এবং আরও নানা কাজ করতে পারেন। Meta Quest ডিভাইসে, মা-বাবা ও অভিভাবকরা VR-এ কাটানো সময় দেখতে, কেনাকাটা ও ডাউনলোড সম্পর্কিত নোটিফিকেশন পেতে এবং এর পাশাপাশি অ্যাপ ও সোশ্যাল ফিচার ব্লক করতে পারেন। এছাড়া, মা-বাবা Meta Horizon Worlds অভিভাবকীয় তত্ত্বাবধান (বর্তমানে মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র ও কানাডায় উপলভ্য) সেট আপ করতে এবং অন্যান্য নানা কন্ট্রোলের মধ্যে কিশোর-কিশোরী সন্তানের বিভিন্ন সেটিংস দেখতে ও নিয়ন্ত্রণ করতেও পারবেন।

## কিশোর-কিশোরীদের জন্য সুরক্ষা ব্যবস্থা

### মেসেজিং সংক্রান্ত বিধি-নিষেধ

ডিফল্ট হিসাবে, আমরা 19 বছরের বেশি বয়সী প্রাপ্তবয়স্কদেরকে এমন কিশোর-কিশোরীদের সঙ্গে অবাঞ্ছিত সংযোগ করতে দিই না যাদের ওই কিশোর-কিশোরীরা ফলো করেন না বা যারা Facebook ও Instagram-এ তাদের কন্ট্যাক্ট লিস্টে নেই।

### কনটেন্ট সংক্রান্ত নিয়ন্ত্রণ ও নীতি

আমাদের সংবেদনশীল কনটেন্ট বিষয়ক নিয়ন্ত্রণের মাধ্যমে ইউজাররা ঠিক করতে পারেন যে তারা সার্চ, এক্সপ্লোর, হ্যাশট্যাগ পেজ, রিল, ফিডের সুপারিশ ও প্রস্তাবিত অ্যাকাউন্টে কতটা সংবেদনশীল কনটেন্ট বা অ্যাকাউন্ট দেখতে চান। বয়স অনুযায়ী উপযুক্ত নাও হতে পারে এমন কনটেন্ট সীমিত করতে, এখন কিশোর-কিশোরীদের ডিফল্ট হিসাবে সবচেয়ে বিধি-নিষেধযুক্ত সেটিং অর্থাৎ 'কম' সেটিং প্রদান করা হবে। এছাড়া, আমরা Facebook ও Instagram-এ বিশেষ কিছু সংবেদনশীল কনটেন্ট লুকিয়ে রাখব এবং সেগুলো ফ্রেন্ড বা ফলো করা লোকেরা শেয়ার করলেও দেখাব না।

### আমাদের নীতি ও নির্দেশিকা

কোনো কনটেন্ট আমাদের কমিউনিটি স্ট্যান্ডার্ড এবং কমিউনিটির নির্দেশিকা লঙ্ঘন করলে আমরা তা সরিয়ে দিই। এছাড়া আমরা চেষ্টা করি যাতে আমাদের প্রস্তাবিত নির্দেশিকা লঙ্ঘন করা অ্যাকাউন্ট ও কনটেন্ট যেন কিশোর-কিশোরীরা সহজে খুঁজে পেতে না পারেন।

## বয়স ভেরিফিকেশন ও শনাক্তকরণ

### বয়স ভেরিফিকেশন টুল

আমাদের সহজ ও গোপনীয়তা রক্ষাকারী বয়স ভেরিফিকেশন টুলগুলো Instagram-এ লোকেদের বয়স উপযোগী অভিজ্ঞতা প্রদান করতে আমাদের সাহায্য করে।

### কেউ প্রাপ্তবয়স্ক না কিশোর বয়সী তা শনাক্ত করতে AI-এর ব্যবহার

AI-এর সাহায্যে আমরা লোকেদের বয়স সম্পর্কে আরও স্পষ্ট ধারণা পাই এবং এই প্রযুক্তির মাধ্যমে আমরা কিশোর-কিশোরীদের বয়স উপযোগী কনটেন্ট দেখানোর বিষয়টি নিশ্চিত করি। এর মধ্যে রয়েছে কিশোর-কিশোরীদের জন্য Facebook ডেটিংয়ের অ্যাক্সেস বা অচেনা প্রাপ্তবয়স্ক লোকেদের কাছ থেকে মেসেজ পাওয়া সীমাবদ্ধ করা।

© 2024 Meta

Meta

## প্রাইভেসি

### কিশোর-কিশোরীদের ডিফল্ট প্রাইভেসি সেটিংস

16 বছর বা তার কম বয়সী (বা নির্দিষ্ট কিছু দেশে 18 বছর বয়সী) কিশোর-কিশোরীরা প্রথমবার Facebook ও Instagram-এ যোগ দিলে, ডিফল্ট হিসাবে তাদের অ্যাকাউন্ট প্রাইভেট হিসাবে সেট করা হয় এবং তাতে অন্যান্য আরও ব্যক্তিগত সেটিংস সেট করা হয়।

### কিশোর-কিশোরীদের কনটেন্ট গোপনীয় রাখা

কিশোর-কিশোরীরা প্রথমবার Instagram-এ যোগ দিলে, ডিফল্ট হিসাবে, তাদের ফলো না করা লোকেদের তাদেরকে ট্যাগ বা উল্লেখ করার বা তাদের কনটেন্ট Reels-এর রিমিক্সে বা গাইডে অন্তর্ভুক্ত করার ক্ষমতা বন্ধ করে রাখি।

### কিশোর-কিশোরীদের জন্য প্রাইভেসি ও স্বচ্ছতা সংক্রান্ত রিসোর্স

কিশোর-কিশোরীরা যাতে Facebook, Messenger, Instagram ও Meta Quest-এ প্রাইভেসি সেটিংস, ডিফল্ট নিয়ম ও ফিচার সম্পর্কে আরও তথ্য পেতে পারেন, তার জন্য আমাদের প্রাইভেসি রিসোর্স পেজ রয়েছে।

## কিশোর-কিশোরীদের জন্য টুল

### একটু বিরতি নিন

কিশোর-কিশোরীরা Facebook ও Instagram-এ বিরতি সংক্রান্ত রিমাইন্ডার চালু করতে পারেন যেখানে তারা সোশ্যাল মিডিয়া থেকে কিছু সময়ের জন্য দূরে থাকার বিষয়ে বিশেষজ্ঞদের পরামর্শ পাবেন।

### কোয়াইট মোড

কিশোর-কিশোরীদের কাছে এখন Instagram-এ কোয়াইট মোডের সাহায্যে ফোকাস করার ও স্বাস্থ্যকর সীমানা সেট করার আরও উপায় রয়েছে। এই মোডে নোটিফিকেশন মিউট করা যায়, ডার্ক মোডে অ্যাপ ব্যবহার করা যায় এবং কারও পাঠানো মেসেজের আপনা-আপনি জবাব পাঠানো যায়।

### প্রসঙ্গ পরিবর্তন করতে উৎসাহিত করা

কিশোর-কিশোরীরা যদি 'এক্সপ্লোর করুন' বিভাগে অনবরত একই ধরনের কনটেন্ট দেখেন, সেক্ষেত্রে Instagram-এ বিভিন্ন ধরনের কনটেন্টের নোটিফিকেশন পেলে তা তাদের অন্য কোনো বিষয় সম্পর্কে জানতে উৎসাহিত করে।

### সীমাবদ্ধ করুন

কিশোর-কিশোরীরা 'সীমাবদ্ধ করুন' ফিচারের সাহায্যে তাদের অ্যাকাউন্টকে অবাঞ্ছিত ইন্টার‍্যাকশন থেকে সন্তর্পণে বা আরও কৌশলী উপায়ে রক্ষা করতে পারেন। এর ফলে কাউকে সীমাবদ্ধ করা হলে, তিনি কিশোর বয়সী ইউজারের পোস্টে কমেন্ট করলে তা শুধুমাত্র তিনিই দেখতে পান।

### লাইকের সংখ্যা লুকানো

ইউজাররা এখন ফিডের সব পোস্টে লাইকের সংখ্যা লুকানোর বিকল্প বেছে নিতে পারেন, যার ফলে লাইকের সংখ্যার বদলে তাদের শেয়ার করা জিনিসের প্রতিই মূল মনোযোগ থাকে।

## বয়স উপযোগী বিজ্ঞাপন

### কিশোর-কিশোরীদের উদ্দেশ্য করে বিজ্ঞাপন টার্গেট করা সীমাবদ্ধ করা

কিশোর-কিশোরীদের বিজ্ঞাপন দেখানোর ক্ষেত্রে, আমরা শুধুমাত্র তাদের বয়স ও লোকেশনের তথ্যই ব্যবহার করব।

### কিশোর-কিশোরীদের আরও বেশি নিয়ন্ত্রণ দেওয়া

কিশোর-কিশোরীরা বিজ্ঞাপনের প্রসঙ্গ নিয়ন্ত্রণ করে Facebook ও Instagram-এ কী ধরনের বিজ্ঞাপন দেখবেন তা পরিচালনা করতে পারবেন।

### কিশোর-কিশোরীদের জন্য বিজ্ঞাপনের প্রসঙ্গ সীমাবদ্ধ করা

আমরা 18 বছরের (কিছু নির্দিষ্ট দেশে তার চেয়ে বেশি বয়সীদের) কম বয়সী ইউজারদের অ্যালকোহল, আর্থিক প্রোডাক্ট ও ওজন কমানোর প্রোডাক্ট বা পরিষেবার মতো প্রসঙ্গের বিজ্ঞাপন দেখানো নিষিদ্ধ করি।

## শিক্ষা ও রিসোর্স

### ফ্যামিলি সেন্টার

Meta প্রযুক্তি জুড়ে আপনার পরিবারের অভিজ্ঞতায় সহায়তা করার জন্য, আমাদের ফ্যামিলি সেন্টারে বিশ্বস্ত বিশেষজ্ঞ ও সংগঠনের দেওয়া রিসোর্স ও পরামর্শ অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। এছাড়া, মা-বাবারা Instagram অভিভাবকীয় গাইড এবং Meta Quest অভিভাবকদের জন্য রিসোর্স থেকে আরও জানতে পারবেন যে আমাদের টুলগুলো কীভাবে কাজ করে।

### নিরাপত্তা কেন্দ্র

Meta প্রযুক্তি জুড়ে নিরাপত্তার প্রতি আমাদের দৃষ্টিভঙ্গি নিরাপত্তা কেন্দ্রে ব্যাখ্যা করা হয়েছে। এখানে, কিশোর-কিশোরী ও তাদের মা-বাবা সহ বিভিন্ন কমিউনিটির ক্ষমতায়ন ও সুরক্ষার জন্য আমাদের তৈরি বিভিন্ন নীতি, টুল, পার্টনারশিপ ও রিসোর্সের কথা বলা রয়েছে।

© 2024 Meta