

ਸਾਈਬਰਬੁਲਿੰਗ (ਇੰਟਰਨੈਟ 'ਤੇ ਡਰਾਉਣਾ-ਧਮਕਾਉਣਾ) ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ



ਸਾਈਬਰਬੁਲਿੰਗ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ ਕਾਫੀ ਤਕਲੀਫਦੇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਫੌਜਦਾਰੀ ਜੁਰਮਾਂ ਵਜੋਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਔਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸੁਝਾਅ

ਪੋਸਟ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੋਚੋ - ਇੰਟਰਨੈਟ 'ਤੇ ਪੋਸਟ ਕਰਨ ਜਾਂ ਟਿੱਪਣੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੋਚੋ ਕਿ ਕੀ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਅਸਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਦੇ ਵੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਪੋਸਟ ਨਾ ਕਰੋ ਜੋ ਦੁਰਵਿਹਾਰਕ ਹੋਣ ਜਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਲਈ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹੋਣ।

ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਨਿੱਜੀ ਰੱਖੋ - ਕੋਈ ਵੀ ਅਜਿਹੀ ਗੱਲ ਨਾ ਕਰੋ ਜਾਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਨਾ ਕਰੋ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਈ ਸ਼ਰਮਿੰਦਗੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹੋਣ। ਇਸ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਸਚੇਤ ਰਹੋ ਕਿ ਦੇਸਤ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਪੋਸਟ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪੋਸਟਾਂ ਦਾ ਕੀ ਉੱਤਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿੱਜੀ ਵੇਰਵਿਆਂ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ।

ਪ੍ਰਾਇਵੇਸੀ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਉਠਾਓ - ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਫਾਇਲਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਰੱਖੋ, ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਚੁਣੇ ਹੋਏ ਦੇਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਹੀ ਉੱਥੇ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਦਿਓ।

ਸਾਈਬਰਬੁਲਿੰਗ ਬਾਰੇ ਇੰਟਰਨੈਟ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ - ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੱਗਰੀ, ਜੋ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹੈ, ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਫੌਜਦਾਰੀ ਅਪਰਾਧ ਹੋਵੇ। ਪਰ, ਸਾਈਬਰਬੁਲਿੰਗ ਅਕਸਰ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈਟ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ ਤੈਅ ਕੀਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਾਈਬਰਬੁਲਿੰਗ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਸਾਈਟ ਨੂੰ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸੇਵਾ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਰਤੋਂਕਾਰਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰ ਸਕੇ।



ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੇ ਸਹਾਇਤਾ ਭਾਗ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵਰਤੋਂਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬਲੋਕ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਕਿਵੇਂ ਬਦਲਣੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੌਣ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਸਾਈਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮੱਗਰੀ ਬਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਣਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

- Facebook - facebook.com
- Twitter - twitter.com
- Instagram - instagram.com
- LinkedIn - linkedin.com
- Google+ google.com
- YouTube - youtube.com
- Pinterest - pinterest.com
- Tumblr - tumblr.com
- Snapchat - snapchat.com

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਜੁਰਮ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖੋ, ਮਿਸਾਲ ਲਈ ਸਕਰੀਨਸ਼ਾਟ ਲੈ ਕੇ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜਾਂ ਕੋਈ ਨੇੜਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਸਾਈਬਰਬੁਲਿੰਗ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਚੌਕਸੀ ਲਈ ਕੁਝ ਸੰਕੇਤ ਇਹ ਹਨ:

- ਨੀਂਵਾਂ ਸਵੈਮਾਣ।
- ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਅਲੱਗ-ਥਲੱਗ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਕਾਫੀ ਸਮਾਂ ਇਕੱਲਿਆਂ ਬਤੀਤ ਕਰਨਾ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੋਬਾਇਲਾਂ, ਲੈਪਟਾਪਾਂ ਆਦਿ ਦੇ ਨੇੜੇ ਆਉਣ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਹਿਚਕਿਚਾਹਟ।
- ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕੰਮ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਬਹਾਨੇ ਲੱਭਣੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਹੋਰ ਸੰਕੇਤਾਂ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈ bullying.co.uk 'ਤੇ ਜਾਓ

ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਲਈ ਸਲਾਹ

ਇੰਟਰਨੈਟ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕੀਮਤੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਵੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਔਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਦੇ ਬਿਹਤਰੀਨ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ।

ਜੋਖਮਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਵੀਂ ਟੈਕਨਾਲੋਜੀ, ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਨੈਟਵਰਕਾਂ ਬਾਰੇ ਖੁਦ ਤਾਜ਼ਾ-ਜਾਣਕਾਰੀ ਰੱਖ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਇੰਟਰਨੈਟ ਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਆਨੰਦ ਮਾਣਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਅਗਲੇਰੀ ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੀਆਂ ਭਾਈਵਾਲ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਦੇ ਲਿੰਕ ਉੱਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੀਕ ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇਗੀ। ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ੇ 'ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਚੈਰਿਟੀਆਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ 'ਤੇ ਮਾਣ ਹੈ।



NSPCC
nspcc.org.uk



Cyberbullying UK
bullying.co.uk



Mumsnet
mumsnet.com



Kooth
kooth.com



Internet Matters
internetmatters.org



Kidscape
kidscape.org

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਔਨਲਾਈਨ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ

- ਕੰਪਿਊਟਰਾਂ ਅਤੇ ਗੇਮ ਕੰਸੋਲਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਕਮਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਵੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜਿਹੜੀਆਂ ਗੇਮਾਂ ਖੇਡਦਾ ਹੈ ਉਹ ਉਮਰ ਮੁਤਾਬਕ ਢੁਕਵੀਆਂ ਹੋਣ।
- ਅਚੁਕਵੀਂ ਸਮੱਗਰੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਰੋਕਣ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਾਲੇ ਸੌਫਟਵੇਅਰ ਸਥਾਪਤ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਇੰਟਰਨੈਟ ਜ਼ਰੀਏ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਕੰਟਰੋਲਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਬਣਾਓ।
- ਸੋਸ਼ਲ ਨੈਟਵਰਕ ਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ 'ਫ੍ਰੈਂਡ' ਬਣੇ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ 'ਫਾਲੋ' ਕਰੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖ ਸਕੋ ਕਿ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਦੇਖੋ ਕਿ ਉਹ ਉਮਰ ਸੰਬੰਧੀ ਪ੍ਰਤਿਬੰਧਾਂ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਜਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਨੈਟਵਰਕ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮਰ ਦਾ ਹੋਵੇ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਉਹ ਕੋਈ ਵੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਤਸਵੀਰ ਪੋਸਟ ਨਾ ਕਰੇ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਉਹ ਨਹੀਂ ਚਾਹੇਗਾ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਦੇਖੇ।
- ਨੇੜਲੇ ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਛੁੱਟ ਵੈੱਬਕੈਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰੋ। ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਨਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਵੈੱਬਕੈਮ ਨੂੰ ਢੱਕ ਕੇ ਰੱਖਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇੰਟਰਨੈਟ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੁਕਵੇਂ ਵਿਹਾਰ ਪ੍ਰਤੀ ਸਚੇਤ ਰਹੋ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਔਨਲਾਈਨ ਜੋ ਕੁਝ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।



gov.uk 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਲਈ ਹੋਰ ਸਲਾਹ ਉਪਲਬਧ ਹੈ

ਸਕੂਲਾਂ ਲਈ ਸਲਾਹ

ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਸਲਾਹ:

ਹੈਂਡਟੀਚਰਾਂ, ਸਟਾਫ ਅਤੇ ਗਵਰਨਿੰਗ ਬਾਡੀਆਂ ਲਈ

ਡਰਾਉਣ-ਧਮਕਾਉਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਸਲਾਹ gov.uk 'ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਹੈਂਡਟੀਚਰਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਸਟਾਫ ਲਈ ਸਾਈਬਰਬੁਲਿੰਗ ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹ:
gov.uk

ਪੁਲਿਸ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਜੇ ਸਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਨੇਹਾ ਜਾਂ ਪੋਸਟ ਸੰਭਾਵੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅਪਰਾਧਿਕ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਢੁਕਵੀਂ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਾਂਗੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਚਿਤਾਵਨੀ ਤਹਿਤ ਉਸ ਤੋਂ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਕੇਸਾਂ ਨੂੰ, ਜਿੱਥੇ ਨਿਰੰਤਰ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿੱਥੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜਾਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਅਸੀਂ ਸਾਈਬਰ ਬੁਲਿੰਗ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ 'ਤੇ ਬਿਹਤਰੀਨ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸਾਰੇ ਹਾਲਾਤਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਾਂਗੇ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਾਂਗੇ ਕਿ ਪੀੜਤ ਕਿੰਨਾ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਨੈਟਵਰਕਿੰਗ ਸਾਈਟਾਂ ਜ਼ਰੀਏ ਮੁਜਰਿਮ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜੇ ਅਕਸਰ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਚਲਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਅਲੱਗ ਕਾਨੂੰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਮੁਜਰਿਮ ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਪੀੜਤ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਸਭ ਤੋਂ ਢੁਕਵਾਂ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਸਿੱਟਾ ਕੱਢਣ ਬਾਰੇ ਕੰਮ ਕਰਾਂਗੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਿਕਲਪ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਕੇਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਆਪਣੇ ਵਿਵੇਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੀੜਤ ਤੋਂ ਮੁਆਫ਼ੀ ਮੰਗਣ ਲਈ ਮੁਜਰਿਮ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।