

Zasady bezpieczeństwa w Internecie

1. Zanim dołączysz

Kontakty z ludźmi na portalach społecznościowych, podobnie jak kontakty z ludźmi w świecie rzeczywistym, rządzą się pewnymi zasadami. Zastanów się w jaki sposób działa portal zanim utworzysz na nim swój profil. Przede wszystkim zainteresuj się jaki poziom prywatności gwarantuje Ci dany portal. Informacji tego typu szukaj w regulaminie, który powinien jasno określać zasady twojego uczestnictwa w serwisie.

2. Prywatność

Kontroluj dostęp do Twoich danych i innych informacji, które umieszczasz w swoim profilu. Bezpieczny portal społecznościowy powinien pozwolić Ci nadać sobie taki status prywatności, który zagwarantuje, że informacje o Tobie będą dostępne tylko dla znajomych, których świadomie dodałeś/aś do swojej listy. Pamiętaj też, że Twoje hasło to Twój sekret.

3. Informacje o mnie

Zamieszczając informacje o sobie pamiętaj, że potencjalnie każdy może je zobaczyć. Dbaj o to, żeby nie ujawniać swoich danych osobowych. Stwórz bezpieczny Nick, który nie zdradzi Twojej prawdziwej tożsamości. Sieć daje nam możliwość bycia kimś innymi niż w codziennym życiu.

Znaj jednak swoje granice tej zabawy - myśl jak się prezentujesz.

4. Zdjęcia

Zastanów się dobrze zanim zamieścisz w Sieci swoje zdjęcia, które mogą być użyte, przez innych użytkowników Sieci, w sposób jakiego byś sobie nie życzył/a lub skopiowane do miejsca, w którym byś ich nie zamieścił/a. Jeżeli już na pewno chcesz zamieścić swoje zdjęcia w Internecie ustaw taki status prywatności, który zagwarantuje Ci bezpieczeństwo.

5. Kontakty z innymi

Bądź czujny/a w kontaktach z osobami znanymi wyłącznie Sieci. Flirt z nieznanym/ą może być dobrą zabawą, ale może też mieć niebezpieczne konsekwencje. W Sieci ludzie często udają kogoś kim nie są ukrywając w ten sposób swoje prawdziwe intencje. Bądź bardzo ostrożny/a, jeżeli nowy internetowy „przyjaciel” chce się z Tobą spotkać w realu. Jeżeli zdecydujesz się na spotkanie, spotkaj się w miejscu publicznym (centrum handlowym czy w ruchliwej kawiarni) a na spotkanie pójdz z kimś, komu ufasz. Powiedz o planowanym spotkaniu odpowiedzialnej osobie dorosłej.

6. Odpowiedzialność za informacje

Jeżeli piszesz coś w Internecie będąc pod wpływem silnych emocji, przeczytaj to dwa razy. Daj sobie czas żeby się uspokoić i sprawdź czy to, co planujesz wysłać jest tego warte.

Pamiętaj także, że czasem szkoła, rodzice lub pracodawcy mają możliwość monitorowania Twojej korespondencji i Twoich działań w Sieci. Dlatego, w Sieci, nie pisz nigdy czegoś, czego nie napisałbyś/abyś na kartce pocztowej, którą nie tylko bezpośredni adresat może przeczytać.

Pamiętaj też, że ludzie przesyłają dalej, upubliczniając wiadomości. Sam/a także zawsze patrz, co przesyłasz dalej. Nie ujawniaj danych innych osób – nie przesyłaj dalej cudzych maili i nie podawaj w Sieci danych innej osoby bez jej zgody.

7. Szanuj innych

Bądź miły/a dla innych w Sieci. Zastanów się czy adresat życzyłby sobie zobaczyć taki wpis i czy Ty powiedziałbyś/abyś lub pokazał/a to samo podczas spotkania twarzą w twarz? Poczucie humoru, poglądy i zasady innych ludzi bywają różne także w Sieci. Respektuj innych w Internecie, a jeżeli kogoś urazisz znajdź metodę, żeby sprawę wyjaśnić i go przeprosić. Jeżeli ktoś Ciebie obraża myśląc, że zrobiłeś/aś coś niemilego celowo – zamiast dać się ponieść emocjom, spróbuj wyjaśnić, że to nie było celowe, że to wynik nieporozumienia.

8. Działaj mądrze

Ktoś Cię prowokuje? Nie daj mu satysfakcji. Zazwyczaj jest to metoda na zwrócenie na siebie uwagi, jeżeli takiego kogoś zignorujesz prawdopodobnie da Ci spokój.

9. Pomoc

Masz prawo do godności w Internecie. Jeżeli jesteś atakowany/a, ktoś Cię straszy lub grozi Ci działaj w swojej obronie. Zgłoś fakt cyberprzemocy odpowiednim instytucjom (szkoła, policja, helpline.org.pl – 0-800-100-100) i osobom, które mogą Ci udzielić pomocy: rodzice, psycholog szkolny, nauczyciel. Razem szybko i skutecznie rozwiążecie problem.

10. Pamiętaj o realu

Internet jest fajny, ale nie zapominaj o realnym świecie. Kontroluj to, ile czasu spędzasz w Sieci. Dbaj o kontakty z ludźmi w świecie rzeczywistym. Nawet mając pięciuset znajomych na portalu społecznościowym możesz czuć się samotnym/ą. Nic nie zastąpi prawdziwych znajomości.

Jak postępować, kiedy dziecko padnie ofiarą cyberprzemocy?

- Udzielić wsparcia psychologicznego,
- Zadbać np. o zablokowanie ośmieszających publikacji lub krzywdzących materiałów (w tym celu należy skontaktować się z administratorem serwisu, w którym zostały opublikowane). Wcześniej jednak należy zabezpieczyć dowody – mogą to być, w zależności od sytuacji: zrzuty ekranu, SMS-y z pogrózkami, zapis rozmów z komunikatorów internetowych lub czatowych, obraźliwe maile. Mogą one pomóc w zidentyfikowaniu sprawcy.
- Jeśli doszło do przestępstwa, należy o sprawie poinformować policję. Podobnie należy postąpić, jeśli sprawca pozostaje nieznany, policja może uzyskać dostęp do billingów telefonicznych lub logów z serwera administratora serwisu pozwalające na zidentyfikowanie go.

- Wsparcie psychologiczne w przypadkach cyberprzemocy i porad dotyczących rozwiązywania problemów z nią związanych można znaleźć również u konsultantów bezpłatnych telefonów zaufania dla dzieci i młodzieży **116111** (www.116111.pl) oraz **800100100** (www.800100100.pl) dla rodziców i nauczycieli.

- Należy pamiętać, że cyberprzemoc to nie tylko ofiary, ale również sprawcy, którymi bardzo często są właśnie młodzi internauci. Niezwykle ważna jest więc świadomość możliwych konsekwencji - również prawnych - takich działań oraz podkreślanie wagi poszanowania nie tylko własnej, ale i cudzej prywatności.