

SAUGUS INTERNETAS

Vis daugiau vaikų ir paauglių kasdien naudojami internetu. Jauni žmonės sparčiai perpranta jame atsirandančias naujoves ir skuba jomis pasinaudoti. Informacija, nauji draugai, galimybė bendrauti su žmonėmis iš viso pasaulio, siųsti ir gauti elektroninius laiškus, žaisti žaidimus, žiūrėti filmus, kurti: ir visa tai – tik dalis to, ką dar galima nuveikti “prisijungus”. Tačiau internetas turi dvi puses. Viena vertus – tai įrankis, padedantis mokytis, bendrauti ir tobulėti. Kita vertus – tai erdvė, kurioje Tave gali užgauti, prie Tavęs priekabauti, tyčiotis, pavogti pinigus, apšmeižti ar kitaip skaudžiai pasinaudoti. Naudojantis internetu yra būtinas tam tikras apdairumas. Žinodamas kelias paprastas taisykles Tu gali tapti saugesnis, Tavo budrumas ir globa gali padėti internete saugiau jaustis jaunesniems draugams, broliams ar seserims, kurie galbūt dar yra per jauni, kad suprastų ir laikytųsi šių taisyklių. Linkime įdomaus, vertingo skaitymo.

Asmeninė informacija

Susigalvojęs Tau patinkantį slapyvardį ir elektroninio pašto adresą, bendraudamas naudokis jais. Slapyvardžiai suteikia bendravimui spalvingumo ir sumažina riziką. Slapyvardis neturėtų būti įžeidus ir provokuojantis, kad nepritrauktų Tavimi pasinaudoti galinčių žmonių dėmesio. Jis, kaip ir elektroninio pašto adresas, neturėtų atskleisti tavo pavardės ir amžiaus. Internete niekuomet nereikėtų rašyti asmeninės informacijos, kurios pagalba kažkas pasistengęs galėtų surasti Tave. Svarbu suprasti, kad internetas yra tokia pat reali erdvė, kaip namo siena gatvėje. Pilnas vardas ir pavardė, miestas ar rajonas, kuriame gyveni, telefono numeris, adresas, mokyklos pavadinimas ir klasė – bet kurie iš šių duomenų kelia pavojų, jei yra prieinami žmogui, norinčiam Tau pakenkti. Jei šių duomenų nėra viename konkrečiame tinklapyje, galbūt pilną jų komplektą galima rasti panašius keliose svetainėse? Jei prisimeni, kur ir kada esi palikęs bet kurias iš minėtų detalių apie save, ragintume jas ištrinti.

Tu taip pat gali pasirūpinti savo draugų ir tėvų saugumu. Niekuomet neatskleisk jų asmeninės informacijos nepažįstamiems žmonėms, net jei jie tvirtina, kad yra tau dar nematyti jų bičiuliai. Prieš sakydamas telefoną ar adresą, būtinai pasiteirauk, atsiklausk paties žmogaus. Nesakyk nepažįstamiems savo tėvų profesiją ir darbovietę, kiek laiko jie dirba ir kada būna namuose. Būtų puiku, jei sutartum su savo bendraamžiais, kad jie taip pat elgtųsi su Tavo asmenine informacija. Niekam jos nedalintų be Tavo sutikimo ir žinios. Taip išvengsi netikėtų skambučių ir laiškų. Gerai pagalvok, prieš įkeldamas asmenines nuotraukas ir vaizdo įrašus į internetą. Jais dalintis yra labai smagu, bet apsvarstyk, kokiems žmonėms jie bus prieinami. Laisvas priėjimas visiems yra pavojingas, nes tuomet bet kas gali išsisaugoti, pakeisti ir platinti Tavo nuotraukas ar įrašus, kuriuose esi matomas Tu, Tavo šeima ar draugai.

Su kuo aš bendrauju?

Antra - svarbu prisiminti, kad susipažinęs su nauju žmogumi internete negali būti tikras dėl jo tapatybės. Socialinių portalų profiliuose galima įkelti bet kokią informaciją ir nuotraukas. Profilis - ne asmens dokumentas, todėl informacija jame gali būti netikra. Gerokai už Tave vyresnis žmogus gali apsimesti Tavo bendraamžiu ir Tave apgauti, elgdamasis labai draugiškai. Jei Tau kyla įtarimas dėl to - nedvejodamas pasitark su tėvais ar kitu suaugusiuoju namuose ar mokykloje, kuriuo pasitiki. Tu taip pat neprivalai atsakyti į kiekvieną laišką, kurį Tau atsiunčia nepažįstamas žmogus ir įtraukti jo į savo draugų sąrašą socialiniame tinkle. Kai nepažįstamas žmogus netikėtai, be priežasties nori pasikalbėti su mumis gatvėje ar paskambina telefonu, mes paprastai nepuolame bendrauti su juo. Priešingai - elgiamės atsargiai. Taip turėtume daryti ir internete. Būk budrus - bendravimas su nepažįstamais žmonėmis gali būti ir būna pavojingas. Geriausia neatsakinėti į netikėtus,

nepažįstamus elektroninius laiškus ir trumpąsias žinutes, ypač jei nėra aišku, kas juos rašo. Prisisistatymai, kuriuos nepažįstamieji naudoja laiškuose, dažnai būna melagingi: jie gali stengtis apsimesti kitais asmenimis, nuslėpti savo tikrąjį amžių, vardą ir bendravimo tikslą.

Atkreipk dėmesį ir pasitark su suaugusiu, jei pastebi, kad internete nepažįstamas žmogus stengiasi nuteikti Tave prieš draugus, šeimą, mokytojus ar religiją.

Pirmasis susitikimas ar pasimatymas

Įsivaizduok, kad Tau artimas žmogus išeina su kažkuo susitikti ir dingsta kaip į vandenį. Tikriausiai nenorėtum atsidurti tokioje padėtyje. Kaip ir kur jo ieškotum, nežinodamas šių dalykų? Nuo ko pradėtum? Pasakyti artimiesiems kur, su kuo, kuriam laikui išeini ir kaip su Tavimi tuo metu bus galima susisiekti yra taisyklė, skirta ne tik vaikams, bet ir suaugusiems. Visada papasakok tėvams apie naują, nematytą žmogų, su kuriuo eini susitikti. Jie turėtų palydėti tave į susitikimą ir, prieš eidami savo reikalais, persimesti su nauju draugu keletu draugiškų sakinių. Pirmosiomis dienomis bendrauti su naujais žmonėmis reikėtų viešose vietose (miesto centre, prekybos centruose, kavinėse, kino teatruose) ir nevažiuoti ten, kur aplinkiniai negalėtų tau padėti (už miesto į gamtą, naujo draugo namus, miegamuosius rajonus ir kt.). Niekada nematytų žmonių jokių būdu negalima kviestis į svečius, kad ir kaip draugiškai jie elgtųsi internete. Atsimink, jūs vis dar esate nepažįstami, nors bendravote internete ilgai.

Pranešk apie smurtą internete

Nedvejodamas pranešk suaugusiems, kuomet aptinki, kad internete skelbiama Tave ar kitą vaiką žeminanti medžiaga: filmukai, nuotraukos, grasinantys ar įžeidžiantys komentarai ar laiškai. Kuo greičiau tai padarysi, tuo sėkmingiau bus galima pašalinti šią informaciją ir stabdyti jos plitimą.

Neatskleisk niekam savo asmeninių prisijungimo prie elektroninio pašto bei socialinių tinklų slaptažodžių. Saugiausia vieta asmeniniams slaptažodžiams – galvoje, geriausia išmokti juos mintinai, neužsirašinėti ir nesakyti netgi geriausiems savo draugams. Tai kiekvieno žmogaus asmeninė paslaptis. Iš karto kreipkis pagalbos, jei kažkas Tau nežinant ėmė naudotis Tau priklausančiu slaptažodžiu ar pakeitė jį.

Interneto parduotuvės

Nesaugu registruotis ir pirkti interneto parduotuvėje, kol nesi tikras, kad pastaroji parduotuvė iš tikrųjų yra saugi, o ne tik apsimeta tokia. Kokybiška ir legali interneto parduotuvė gali būti išties patogus dalykas, tačiau daugelis žmonių naudojami šia idėja siekdami apgavystę išvilioti pinigų. Juk neduotumei savo banko kortelės ar pinigų nepažįstamajam gatvėje, kuris siūlosi paštu atsiųsti tau rūpimą prekę, jei sumokėsi jam tuoj pat? Prieš perkant reikėtų kuo daugiau sužinoti apie rūpimą parduotuvę: ar ja jau naudojosi draugai, ar viskas pavyko sklandžiai ar jie patenkinti pristatymo ir prekių kokybe, kokios informacijos ir atsiliepimų pavyksta rasti naudojantis paieškos sistema? Nedvejodamas pasitark apie parduotuvę su tėvais ar išmanančiu suaugusiu, kuriuo pasitiki. Neleisk niekam apgaule išvilioti iš Tavęs Tavo pinigų.

Draugiškas elgesys

Daugybė konfliktų interneto pokalbių kambariuose, forumuose, socialiniuose tinkluose, komentaruose ir kitur įvyksta dėl nemandagaus bei užgaulaus bendravimo. Kai kurie internetiniai barniai baigiasi rimtomis internetinėmis patyčiomis, grasinimais, skaudžiais įžeidinėjimais ar smurtingu “atsiteisimu” gatvėje. Be galo svarbi yra Tavo drąsa užstoti draugą ar bendraamžį, neatsakyti į tyčiojimąsi tuo pačiu, kreiptis pagalbos, kuomet matai, kad su Tavimi ar draugais elgiamasi neteisingai. Niekada

neprisijunk prie užgauliojimo ir tyčiojimosi bei nedvejodamas kreipkis pagalbos, jei kažkas grasina Tau ar draugui, ir Jūs negalite apsiginti. Tu turi teisę tuoj pat nutraukti Tau nemalonus pokalbius, ištrinti trikdančius laiškus ir pašalinti keliančius įtarimą asmenis iš socialinių tinklų nepateikdamas jokių papildomų paaiškinimų. Gera strategija išvengti tolesnio tyčiojimosi - neatsakyti į jį. Jei neištrinsi grasinančio laiško

- galėsi jį parodyti suaugusiems kreipdamasis pagalbos.

-

Tekstų patikimumas

Būk atidus su internete randama informacija, ypač jei ji susijusi su sveikatos ir valgymo patarimais, vaistais, bei svaigalais. Interneto turinys yra laisvai kuriamas daugelio žmonių, kurie turi labai skirtingų interesų. Ne viskas, kas internete rašoma, yra tiesa. Tu gali patikrinti, kas sukūrė Tavo skaitomą svetainę: privatus asmuo ar organizacija. Jei tai organizacija - ar ji turi oficialų simbolį (logotipą), kokia jos reputacija ar ji dirba toje srityje, apie kurią rašo, kiek turi toje srityje patirties, ar jos misija - padėti žmonėms - ar parduoti savo produktus. Galbūt tekstas, kurį skaitai, yra tiesiog įtaigi reklama.

Gyvenk įvairiapusį gyvenimą

Jei ilgai naudojiesi internetu, tikriausiai esi pastebėjęs, kad jis įtraukia ir prikausto dėmesį. Kelios valandos jame gali prabėgti žaibiškai. Tai nėra keista, internetas - vienas įstabiausių žmonijos išradimų, suteikiantis dideles galimybes. Tačiau mes raginame Tave nepamiršti kitų dalykų, kuriuos Tu mėgsti, kurie Tau svarbūs ir įdomūs. Jei seksti ir nustatysi laiką, kurį tau svarbu praleisti internete ir jo laikysies, internetas “neužgoš” kitų Tau svarbių veiklų, malonumų ir pareigų. Tai padės Tau sėkmingai įvykdyti užduotis mokyklai ir šeimoje, normaliai pavalgyti ir išsimiegoti, susitikti su draugais, atrasti naujas knygas, sportuoti: Tu pasiliksi visam tam pakankamai laiko.

Virusai

Yra svarbu naudotis nuo virusų saugančiomis programomis bei laiku jas atnaujinti. Patikrink visus failus, kuriuos gauni internetu, net jei juos atsiunčia Tavo draugai. Niekuomet, net ir patikrinęs, neatidarinėk failų, kuriuos atsiuntė nepažįstami žmonės. Jei netyčia jau atidarei prie nepažįstamo laiško prikabinatą failą – neišsigąsk ir papasakok apie tai suaugusiems. Jei jame yra virusas, bet Jūs laiku sureaguosite, galite spėti jį sustabdyti ir ištrinti. Jei nemoki įrašyti ir suderinti antivirusinės programos, tai atlikti gali pavesti išmanantiems suaugusiems. Prašyk pagalbos ir tada, jei Tavo draugai skundžiasi, kad gauna iš Tavęs laiškus su failais, kurių Tu nesiuntei. Šiuo atveju Tavo kompiuteris jau gali turėti virusą, kuris savarankiškai tuos laiškus siunčia, ir jį reikia pašalinti.

Ar mane supras?

Šiame straipsnyje mes daug kartų rekomendavome Tau kreiptis pagalbos. Tėvai, vyresni broliai ir seserys, mokytojai dažnai gali padėti su sunkumais internete. Jei tau neramu su kuo ir kokiais žodžiais galėtum pasikalbėti - visada gali pasitarti paskambinęs pagalbos telefonais: į Vaikų liniją (116 111) arba Jaunimo liniją (8-800-28888). Atsakymų į Tau rūpimus klausimus gali rasti interneto svetainėje www.vaikystebesmurto.lt

Jei tave kažkas nuskriaudė, kreiptis pagalbos gali į Paramos vaikams centrą, kur patyrę specialistai padės Tau, registruokis telefonais: 852715980, 861143567.

Apibendrinimas (klijuojamas ant šaldytuvo ar prie kompiuterio)

1. Internetas yra vieša erdvė, kurioje neturėtum skelbti asmeninės informacijos.

Daug žmonių, anksčiau internete naudojęsi tikrais vardais ir pavardėmis,

šiandien nusprendžia pasirinkti anonimiškus slapyvardžius ir pašto adresus bendravimui. Taip gali pasielgti ir Tu.

2. Interneto profilis - ne asmens dokumentas. Vardas, pavardė, amžius ir nuotraukos jame gali būti netikri. Mes iš tiesų nepažįstame internetu bendraujančio žmogaus, nors jis gali atrodyti labai draugiškas.

3. Apie pirmuosius susitikimus ir pasimatymus su niekada nematytais žmonėmis privalo žinoti ir į juos palydėti suaugusieji. Žinodami kur ir su kuo esi, jie turės galimybę Tau padėti, atsitikus nelaimėi. Pirmieji susitikimai būtinai turi vykti viešose vietose (kavinėse, kino teatruose, prekybos centruose ar kt.). Jokiu būdu nevažiuok į naujo draugo namus, savo namus, gamtą ar miesto rajoną, kur būtumėte visiškai vieni.

4. Internetu galima ir būtina stabdyti smurtą. Pranešus suaugusiems ir policijai galima imtis priemonių pašalinti informacijai bei patraukti atsakomybėn smurtautojus.

5. Nepatikimose interneto parduotuvėse žmonės gali prarasti pinigus ar likti nepatenkinti gautomis prekėmis. Prieš perkant naujoje parduotuvėje būtina gerai ją ištyrinėti.

6. Draugiškas ir neprovokuojantis elgesys gali padėti būti sėkmingam internete ir išvengti smurto.

7. Naudojantis internetu būtina pasirūpinti apsauga nuo virusų arba paprašyti, kad tai padarytų išmanantys suaugę ar draugai.

8. Internetu randamą informaciją būtina tikrinti. Ne viskas, kasrašoma, yra tiesa.

9. Svarbu pasirinkti, kiek laiko rengiesi praleisti internete, kad galėtum veikti ir kitus dalykus, kuriuos mėgsti ar privalai atlikti.

10. Jei nesi tikras, ar kreipdamasis pagalbos būsi suprastas, visada gali papasakoti, kas atsitiko: Vaikų linija: 116 111, Jaunimo linija: 8-800-28888. Jei tave nuskriaudė, kreipkis pagalbos į Paramos vaikams centrą. Registruokis telefonais 852715980, 861143567.

Ankestesnė straipsnio versija:

<http://www.vaikulinija.lt/index.php/sunkumai/saugumas-internete/>

Parengta pagal:

<http://www.thinkuknow.co.uk/>

<http://www.kidsmart.org.uk/>

http://www.wisekids.org.uk/online_safety_tips_kids.htm

<http://www.ivillage.com/10-rules-internet-safety-kids-0/6-a-128700>

<http://internetsafetyrules.net/>

<http://www.familyguidebook.com/yellowlight.html>

<http://www.wiredsafety.org/parent.html>

<http://www.aftab.com/childrenonlinesafetylinkpage.htm>

<http://www.draugiskasinternetas.lt/isc/html/etusivu.htm>