

Bezpieczeństwo w sieci

Dla dzieci i młodzieży Internet staje się nieodłączną częścią życia będąc dla nich zarówno źródłem informacyjnym, rozrywki, narzędziem komunikowania się z innymi. Niestety zdarza się także i tak, że może być on źródłem niebezpieczeństwa. Do najczęściej omawianych zagrożeń wynikających z nieodpowiedniego korzystania z Internetu zalicza się:

- **Dostęp do treści szkodliwych, niepożądanych, nielegalnych publikowanych w Internecie** np. przemoc, pornografia, sekty, popularyzacja faszyzmu, nawoływanie do samookaleczeń, promowanie korzystania z narkotyków.
- **Cyberprzemoc**, czyli nękanie, straszenie, szantażowanie z użyciem sieci, publikowanie lub rozsyłanie ośmieszających, kompromitujących informacji, zdjęć, filmów z użyciem sieci oraz podszywanie się w sieci pod kogoś wbrew jego woli.
- **Naruszenia prywatności** dotyczące nieodpowiedniego lub niezgodnego z prawem wykorzystania danych osobowych lub wizerunku dziecka i pracownika szkoły.
- **Zagrożenia dla zdrowia dzieci w związku z nadmiernym korzystaniem z Internetu**, czyli infoholizm (siecioholizm) – nadmierne, obejmujące niekiedy niemal całą dobę korzystanie z zasobów Internetu i gier komputerowych (najczęściej sieciowych) i portali społecznościowych przez dzieci i młodzież.
- **Nawiązywanie niebezpiecznych kontaktów w Internecie**. Zagrożenie obejmuje kontakty osób dorosłych z małoletnimi w celu zainicjowania znajomości prowadzących do wyłudzenia poufnych informacji, nawiązania kontaktów o podłożu seksualnych, skłonienia dziecka do zachowań niebezpiecznych dla jego zdrowia i życia lub wyłudzenia własności (np. danych, pieniędzy, cennych przedmiotów rodzinnych).
- **Seksting**, czyli prowokacyjne zachowania i aktywność seksualna, przesyłanie drogą elektroniczną lub publikowanie w portalach (społecznościowych) prywatnych treści, głównie zdjęć, o kontekście seksualnym, erotycznym i intymnym.

- **Bezkrytyczna wiara w treści zamieszczone w Internecie.** Nieumiejętność odróżnienia treści prawdziwych od nieprawdziwych, bezkrytyczne uznawanie za prawdę też publikowanych w forach internetowych, kierowanie się informacjami zawartymi w reklamach.
- **Łamanie prawa autorskiego.** Ryzyko poniesienia odpowiedzialności cywilnej lub karnej z tytułu naruszenia prawa autorskiego albo negatywnych skutków pochopnego spełnienia nieuzasadnionych roszczeń (tzw. copyright trolling).
- **Zagrożenia bezpieczeństwa technicznego sieci, komputerów i zasobów online.**

Dzieci i młodzi ludzie często zapominają o zasadach bezpieczeństwa w Internecie i bez ograniczeń udzielają wielu informacji o sobie, swoich najbliższych, znajomych oraz zamieszczają zdjęcia relacjonujące wiele momentów z ich życia. Każda z tych informacji, czy zdjęć może stać się narzędziem cyberprzemocy, a sam autor jej ofiarą. Portale społecznościowe, tak jak wszelkiego rodzaju komunikatory (np. Messenger, WhatsApp) bardzo często stają się pozaszkolnym forum konfliktów rówieśniczych, obgadywania, izolowania niektórych członków klasy. Ponadto dostępność tych aplikacji powoduje, że jakość relacji rówieśniczych jest znacznie uboższa niż w wirtualnym świecie.

Uzależnienie od gier komputerowych i internetowych jest również niepokojącym zjawiskiem. Dostępność tych form rozrywki jest tak duża, że czasem wydaje się być niemożliwa do skontrolowania.

W ostatnim czasie głośno mówiono o nowych, bardzo niebezpiecznych formach gier internetowych w ramach których młodzi ludzie wykonują zadania zachęcające ich do podejmowania zachowań przejawiających się m.in. w różnorodnych formach samookaleczeń.

Pamiętajmy nie chodzi o to, by dzieci i młodzież straszyć internetowymi zagrożeniami. Naszym celem powinny być wsparcie i rozmowa na temat bezpieczeństwa w sieci w taki sposób by zwiększać świadomość naszych dzieci, a jednocześnie wyposażyć ich w umiejętności i narzędzia do radzenia sobie z napotykanymi zagrożeniami.

Jakie zachowania waszych dzieci powinny was zaniepokoić?

Czas spędzany przy komputerze lub konsoli dominuje nad innymi aktywnościami, np. spotkaniami ze znajomymi, nauką, pracą, innymi zainteresowaniami, a nawet jedzeniem czy spaniem. Brak możliwości skorzystania z komputera, Internetu lub zagrania w grę powoduje rozdrażnienie, złe samopoczucie, agresję, chandrę, apatię, a w skrajnych przypadkach nawet obniżenie nastroju depresję.

- Nadpobudliwość, reagowanie lękiem, izolowanie się.
- Zaburzenia i gwałtowne zmiany nastroju.
- Samookaleczenia.
- Problemy z zasypianiem i bezsenność.
- Problemy z koncentracją i trudności w uczeniu się.
- Zaniedbywanie obowiązków.
- Relacje wirtualne stają się ważniejsze od realnych.
- W momencie, gdy osoba uzależniona nie przebywa przy komputerze lub komórce, stale myśli o graniu, wirtualnych rozmowach, które właśnie się toczą poza nią oraz rzeczach, które będzie robić, gdy już usiądzie przed ekranem.
- Uczucie dyskomfortu i zaniepokojenia, gdy młody człowiek ma odłożyć telefon a dzwonek komunikatorów i aplikacji informuje o każdej nowej wiadomości czy wydarzeniu.
- Wydawanie dużych kwot pieniędzy na nowe gry, akcesoria do gier lub wyposażenie postaci w grze, co znacząco pochłania całe oszczędności.
- **Jak możecie zabezpieczyć wasze dzieci przed niebezpieczeństwami wynikającymi z nieodpowiedniego korzystania z Internetu, komputera i innych urządzeń telekomunikacyjnych?**
- Określ zasady dotyczące czasu, jaki twoje dziecko może przeznaczać na gry komputerowe.
- Zadbaj o to, aby dziecko nie grało codziennie, ale też nie rób tradycji z tej formy spędzania czasu. Jeśli ustalisz, że w waszym domu gra się w określone dni, np. w piątki i niedziele, dziecko przez cały tydzień będzie żyło oczekiwaniem na włączenie komputera.

- Zainteresuj się, w co gra twoje dziecko i czy gra jest dla niego odpowiednia. Porozmawiaj z dzieckiem o grach, z których korzysta, sprawdź, czego może się z nich nauczyć. Zanim kupisz swojemu dziecku grę, upewnij się, że jest odpowiednia do jego wieku. Może ci w tym pomóc system oceny gier PEGI.
- Zwróć uwagę, czy w zachowaniu twojego dziecka nie pojawiają się sygnały uzależnienia od komputera, komórki czy też Internetu.
- Upewnij się, że twoje dziecko z powodu grania nie zaniedbuje obowiązków domowych i szkolnych.
- Sprawdź, czy gra jest pozbawiona mikropłatności.
- Pamiętaj, że istnieją mini gry, które nie wymagają instalacji, a zawierają treści nieodpowiednie dla dzieci.
- Zwróć uwagę na to, czy w grze można kontaktować się z innymi graczami.
- Sprawdź, czy znajomości, jakie zawiera twoje dziecko, są bezpieczne. Kontakt z innymi użytkownikami gier czy portali społecznościowych może być potencjalnym źródłem niebezpiecznych sytuacji i podejmowania ryzykownych zachowań.
- Rozmawiaj z dzieckiem na temat bezpieczeństwa oraz jego doświadczeń w sieci, rodzaju informacji, które może o sobie zamieszczać, ilości i treści zamieszczanych zdjęć.
- Sprawdzaj co zamieszcza twoje dziecko w Internecie.
- **Pamiętaj**, że raz udostępnione komuś zdjęcie może zostać użyte przeciwko nam i bardzo łatwo powielone na różnych stronach, co skutecznie uniemożliwia ich całkowite usunięcie. Nawet po kilku latach zdjęcie takie może zostać znalezione, czyniąc nieprzewidywalne szkody jego autorowi/modelowi.
- **Gdzie szukać pomocy, gdy uznasz, że twoje dziecko może mieć problem z korzystaniem z Internetu, komputera itd.?**
- Zgłoś się do wychowawcy, szkolnego psychologa, skonsultuj przypadek swojego dziecka.
- Skorzystaj z pomocy specjalistów z Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Radomiu, ul. Kolejowa 15.
- Twoje dziecko może skorzystać z bezpłatnego numeru Telefonu Zaufania dla dzieci i młodzieży **800 121 212**

Więcej informacji na temat bezpieczeństwa w sieci możesz uzyskać odwiedzając poniższe strony:

www.dyzurnet.pl, www.ore.edu.pl, www.akademia.nask.pl,

www.kursor.edukator.pl, www.saferinternet.pl, www.cyfrowobezpieczeni.pl