

Bezpieczeństwo w internecie

WSKAZÓWKI DLA DZIECI I NASTOLATKÓW



Poznaj swoje prawa – pamiętaj, że w internecie masz prawo do bezpieczeństwa i szacunku.



Bądź w internecie miły/miła dla innych – media społecznościowe i gry powinny być dla każdego pozytywnym doświadczeniem. Traktuj innych z szacunkiem, tak jak chcesz, aby traktowano Ciebie.



Zastanów się, zanim umieścisz coś w internecie – zdjęcia, wideo, komentarze mogą zostać w sieci na zawsze. Dziel się tylko tym, co nie sprawi, że w przyszłości będziesz się wstydzić.



Chroń swoje dane osobowe – nie udostępniaj prywatnych danych, takich jak Twoje pełne imię i nazwisko, adres, szkoła, numer telefonu, hasła czy miejsce, w którym aktualnie przebywasz.



Pamiętaj, że AI to narzędzie, nie żywy człowiek – AI może popełniać błędy, tworzyć nieprawdziwe informacje oraz fałszywe zdjęcia, nagrania wideo, głosy i wiadomości.



Zanim zaufasz lub coś udostępnisz: sprawdź – nie wszystko w internecie jest prawdziwe. Zawsze krytycznie przyjmuj informacje, zwłaszcza historie, filmy lub wiadomości, które są zaskakujące, a przed udostępnieniem sprawdź wiarygodne źródła.



Rozpoznawaj zagrożenia – wstrzymaj się i przemyśl dziwną prośbę „znajomego znajomych”, propozycję, która brzmi zbyt dobrze, by była prawdziwa, lub wiadomość, której autor próbuje wymusić na Tobie decyzję.



Nie przyjmuj zdjęć i zaproszeń do rozmowy od obcych – jeżeli masz wątpliwości co do wieku lub tożsamości danej osoby, poproś dorosłego o sprawdzenie, z kim masz do czynienia (lub powiedz tej osobie, że Twoja mama /Twój tata są z Tobą, i sprawdź reakcję).



Korzystaj z ustawień prywatności i bezpieczeństwa – Twoje konta powinny być prywatne, korzystaj z mocnych haseł i w miarę możliwości włączaj dodatkowe zabezpieczenia.



Nie udostępniaj prywatnych zdjęć – nigdy nie udostępniaj intymnych zdjęć ani nagrań, nawet jeżeli ktoś wywiera na Ciebie nacisk (szczególnie jeżeli nie masz jeszcze 18 lat). Jeżeli je udostępnisz, stracisz nad nimi kontrolę.



Blokuj, zgłaszaj i zapisuj dowody – jeżeli ktoś w internecie nęka Cię, oszukuje, grozi Ci lub sprawia, że czujesz się niekomfortowo, zgłoś i zablokuj tę osobę, zachowaj zrzuty ekranu lub wiadomości.



Jeżeli masz wrażenie, że coś jest nie tak, powiedz o tym dorosłej osobie, której ufasz – nie powinno być Ci głupio, prośba o pomoc nie sprawi, że będziesz mieć kłopoty.



Pomóż w tworzeniu bezpiecznego internetu – naucz się, jak funkcjonują aplikacje, gry, strony internetowe, algorytmy i AI; pomóż także innym zachować bezpieczeństwo.



Wykorzystaj swój głos – zaangażuj się i weź udział w kształtowaniu przyszłości cyfrowego świata.

