

ZAGROŻENIA W SIECI

Korzystanie z Internetu ma swoje nieocenione zalety, ale pamiętaj, że nie jest wolne od zagrożeń.



Cyberprzemoc

Przykrym zjawiskiem, z jakim możesz spotkać się podczas użytkowania komunikatora jest cyberprzemoc, czyli zagrożenie polegające na wyrządzaniu krzywdy przez ludzi złośliwych i ordynarnych. Do takich działań zalicza się m.in. wyzywanie, straszenie, czy poniżanie kogoś w Internecie. Może to odbywać się na przykład poprzez robienie komuś zdjęć bez jego zgody, a następnie publikowanie ich i rozsyłanie w sieci. Umieszczone w sieci zdjęcie, przedstawiające wydarzenie niemiłe dla osoby na nim uwiecznionej, opatrzone złośliwymi komentarzami, rodzi w niej poczucie upokorzenia i bezradności.

Zapamiętaj!

- Nie pozwól się straszyć i ośmieszać. Nie jesteś sam.
- Gdy coś cię zaniepokoi, powiedz o tym rodzicom lub wychowawcy.
- W sytuacji zagrożenia w Internecie możesz skorzystać z pomocy oferowanej pod numerem telefonu: 116 111.

Uzależnienia

Korzystając z Internetu, musisz sobie zdawać sprawę z zagrożeń, jakie mogą pojawić się podczas korzystania z jego usług. Jednym z nich jest uzależnienie od Internetu, które może dotyczyć także i Ciebie.

Zastanów się czy:

- ktoś z Twoich znajomych mówił Ci, że za długo przesiadujesz przy komputerze?
- podejmowałeś próby ograniczania korzystania z Internetu?
- rezygnujesz ze spotkań z przyjaciółmi, aby być dłużej w sieci?
- odczuwasz potrzebę coraz dłuższego przebywania w sieci?
- zdarza Ci się spędzać w Internecie więcej czasu niż planowałeś wcześniej?
- ryzykujesz zerwanie kontaktów z przyjacielem, tylko dlatego, że spędzasz dużo czasu w sieci?

Każda pozytywna odpowiedź udzielona na powyższe pytania powinna być dla Ciebie ostrzeżeniem, które mówi, że musisz ograniczyć korzystanie z Internetu. Poszukaj innych sposobów spędzania wolnego czasu. Spróbuj utworzyć plan dnia, w którym czas korzystania z Internetu, będzie dokładnie określony.

Zapamiętaj!

- Zbyt częste korzystanie z Internetu może spowodować uzależnienie od niego. W rezultacie możesz zaniedbać naukę i zrezygnować ze swoich dotychczasowych przyjaźni.
- Zainstaluj na komputerze program antywirusowy.
- Stosuj trudne do odgadnięcia hasła.
- W związku z zagrożeniami w sieci bądź ostrożny i nie podawaj wszystkich informacji o sobie oraz nie wysyłaj swoich zdjęć.
- Podczas przeglądania stron internetowych możesz spotkać się z próbami nawiązania kontaktu z Tobą przez osobę podającą się za kogoś innego.
- Jeśli jesteś w niebezpieczeństwie, zadzwoń pod numer 116 111 - jest to telefon zaufania dla dzieci i młodzieży.

Wirusy komputerowe

Korzystając z komputera z dostępem do Internetu, jesteś narażony na ściągnięcie tzw. **wirusów**, czyli programów mających, w założeniu ich autora, uszkodzić Twój komputer. Mogą one skasować dane, wyłączyć komputer,

odgrywać niepożądane dźwięki, spowodować wolniejszą pracę komputera, kraść informacje znajdujące się na dysku.

Jednym z groźnych wirusów jest wirus nazwany *koniem trojańskim*, będący programem śledzącym twoje działania i pozwalający na kontrolowanie twojego komputera innym osobom. Drugim, równie popularnym wirusem, jest tzw. *robak*, czyli program tworzący własne kopie. Jego działanie skutkuje, przede wszystkim, zmniejszaniem na dysku miejsca, które możesz wykorzystać na swoje potrzeby.

Uwaga!

Nie otwieraj plików nieznanego typu, czytaj uważnie pojawiające się na ekranie komunikaty, nie reaguj na te, które zalecają otwarcie jakiegoś pliku od nieznanego dostawcy. Zawsze zwracaj uwagę, w co klikasz, bo przypadkiem możesz ściągnąć wirusa z plikiem muzycznym czy filmem. Do zabezpieczania się przed wirusami komputerowymi, stosuj program antywirusowy. Dbaj o to, aby był to program zawsze aktualny.

(źródło: <https://epodreczniki.pl/a/bezpieczenstwo-w-sieci/DLcH59Wno>)