

TOP 10 padomi bērniem, kas palīdzēs būt drošākam internetā

Līdz ar informācijas tehnoloģiju attīstību aug ne tikai ieguvumi un jaunas iespējas internetā, bet pieaug arī dažādi ar datu un emocionālo drošību saistīti riski. Bērnu izglītošanas kampaņas “Esi reindžers!” ietvaros veiktais pētījums atklāja, ka 14.7% respondentu, piedzīvojot nepatīkamu situāciju internetā, to nevienam nestāsta, jo nezina kā šādos gadījumos rīkoties. Tāpēc “Triatel” sadarbībā ar tehnoloģiju ekspertu Kristapu Skuteli un psiholoģi, psihoterapeiti Eviju Rozenlauku ir izveidojuši ieteikumus bērniem, kuri var palīdzēt internetā justies drošāk.

1. Uzstādi tikai pašas nepieciešamākās programmas un mobilās lietotnes

Atceries - jo mazāk aplikāciju būs instalētas mobilajā ierīcē, jo ātrāk ierīce darbosies. Turklāt mazāki riski, ka kāda no tām var sabojāt vai nozagt datus. Tas pats attiecas arī uz datoriem un to programmatūru. Jāatceras, ka katra aplikācija viedtālrunī vai programma datorā ir regulāri jāatjaunina, jo vīrusi nereti *ienāk* tieši caur savlaicīgi neatjaunotas programmatūras *caurumiem*.

2. Pievērs uzmanību mobilajām lietotnēm un to ieguves veidiem

Mobilajās ierīcēs svarīgi aplikāciju uzstādi veikt tikai no to oficiālajiem veikaliem (Google Play – Android un App Store – iOS). *Medīt* aplikācijas šaubīgās interneta vietnēs vai *torentos* nozīmē uzprasīties uz nevajadzīgu risku. Uzstādot aplikāciju, svarīgi izpētīt atsauksmes, kā arī to, kādu informāciju par sevi uzticēsiet aplikācijai.

3. Izmanto drošas paroles

It kā pašsaprotama lieta, tomēr cilvēki joprojām mēdz izmantot nedrošas un viegli uzminamas paroles, turklāt itin bieži viena parole tiek izmantota vairākiem servisiem. Tas ir ļoti riskanti. Tāpēc labāk laicīgi izdomāt shēmu, pēc kuras jaunu parolu izdomāšana (un arī atcerēšanās) ir vienkārša. Viens no variantiem – parole kā skaitāmpantiņš, sakāmvārds vai dzejolītis. Pēc interneta bankas tīmekļa vietnes, profila sociālajos tīklos vai aplikācijas lietošanas neaizmirsti *iziet* no tām. Savas paroles (tāpat kā naudas karšu numurus, savu vārdu, uzvārdu, tālruni, mājas adresi, vecāku darbavietas, iemīļotas atpūtas vietas un brīvdienu plānus) nevienam neizpauž.

“Ne tikai datoram, bet – pat vairāk - mobilajām ierīcēm noteikti iesaku izmantot paroli, jo, pazaudējot viedierīces, mēs pakļaujam riskam savus personiskos, sensitīvos datus. Zinot, ka vairums savās mobilajās ierīcēs uzglabā arvien vairāk privātas informācijas (piemēram, privātas sarakstes, fotogrāfijas u.tml.), paroles esamība ierīcei ir būtisks solis, lai pazaudēšanas vai zādzības gadījumā samazinātu datu iespējamo ļaunprātīgo izmantošanu,” stāsta tehnoloģiju eksperts Kristaps Skutelis.

4. Bezmaksas WiFi izvēlies uzmanīgi

Bezmaksas WiFi iespējas ir vilinošas. Taču esi uzmanīgs! Pieslēgties nezināmam WiFi ir ļoti riskanti: ļaundari var izveidot bezvadu piekļuves punktus, lai ievāktu

paroles u.c. privātu informāciju, turklāt bezmaksas interneta punkta nosaukumu radot ļoti līdzīgu kādam līdzās esošas zināmas vietas nosaukumam, censties iemidzināt WiFi lietotāja modrību. Labāk izvēlēties mobilo internetu vai pārbaudītus un drošus WiFi piekļuves punktus.

5.Sargi savus personīgos datus

Ne tīmekļa vietnēs, ne aplikācijās bez vajadzības nenorādi savus personīgos datus un nepievieno privātas fotogrāfijas. Veido svarīgāko datu rezerves kopijas, lai tie nepazustu līdz ar ierīces nozaudēšanu, piemēram, fotogrāfijas var glabāt kādā drošā mākoņservisā kā *Dropbox*, *Microsoft OneDrive* u.tml. Internetā neatbildi uz jautājumiem par savu augumu, svaru, ģimeni un informē vecākus par šādu ziņkārīgo. Runājot ar svešinieku *Skype*, nelieto kameru – tevi var filmēt un iemontēt cita satura video. Nekad nepiekrīti tikties ar internetā iepazītu svešinieku. Ja svešinieks liek manīt, ka ir ieinteresēts seksuālā kontaktā, uzreiz pārtrauc komunikāciju un informē vecākus. Ja tevi kaut kas biedē datora darbībā, mulsina vai rada trauksmi un kaunu interneta vidē, nekavējoties izslēdz datoru un pārsprīd notikušo ar vecākiem.

6.Ievēro virtuālās uzvedības etiķeti

Komunicējot internetā, izvēlies neitrālu „niku” – tādu, kas nesniedz precīzu informāciju par tevi, tavām mājām, adresi, tavu skolu un vietām, ko apmeklē bieži vai plāno apmeklēt. Sociālajos tīklos un čatojot, centies sazināties tikai ar tiem cilvēkiem, kurus pazīsti personiski. Pirms pievieno kādu svešinieku savam “draugu” lokam, apspriedies ar vecākiem. Sarunājoties internetā, esi laipns un iztiec bez rupjībām. Atceries par interneta saskarsmes etiķeti, piemēram, ja sava viedokļa izteikšanai lietosi visus lielos sākuma burtus, sarunu biedrs var saprast, ka tu uz viņu klieudz. Nekādā gadījumā necenties nevienu iebaidīt, nedraudi, nesūti agresīvus un provocējošus materiālus. Esi draudzīgs!

“Laimīgs cilvēks necenšas otru sāpināt un padarīt nelaimīgu. Tāpēc atcerieties – katrs kurš ikdienas realitātē vai virtuālajā realitātē cenšas otram nodarīt pāri... nav laimīgs. Ja tev interneta komunikācijā pretī ir agresors – tad zini, ka patiesībā šis cilvēks jūtas nelaimīgs, nemīlēts, atstumts, nepiederīgs, neiederīgs, nenovērtēts un pats iet cauri smagai emociju gammai. Brutāla atbilde interneta varmākam šo cilvēku tikai baro ar atkārtotu atziņu, ka viņš nav mīlams, un tas tikai vairo viņa agresivitāti un atriebības alkas. Tāpēc interneta saskarsmē ar šādu cilvēku nav citas “receptes” kā vien neiesaistīšanās komunikācijā, tās pārtraukšana un nereaģēšana,” iesaka psiholoģe, psihoterapeite Evija Rozenlauka.

7.Izvērtē saņemtās vēstules un citus pakalpojumus

Nekad no sava tālruņa numura nesūti īsziņas uz nezināmu tālruņu numuriem internetā. Lai pasargātu savu datoru no *spama* jeb *mēstulēm* un citas nevēlamas informācijas, lieto elektroniskā pasta filtru, un, ja pienācis ziņojums no nezināmas adreses, never to vaļā un nelejupielādē no tā savā datorā failus. Bez vecāku ziņas neiesauc savā datorā ne mūziku, ne filmas, ne spēles – tās var būt inficētas un apdraudēt datoru. Atceries atjaunot antivīrusu programmatūru un atgādini to arī vecākiem.

8.Pārbaudi informāciju

Atceries, ka ne visi cilvēki internetā par sevi stāsta patiesību, tāpat kā ne visi foto atbilst īstenībai. Neslinko un pārbaudi informāciju citos interneta avotos,

nepieciešamības gadījumā lūdzot palīdzību vecākiem. Esi uzmanīgs, ja jauns interneta paziņa cenšas noskaņot tevi pret savu ģimeni un piedāvājas kļūt par tavu labāko draugu, sūta virtuālas dāvanas un tai pat laikā kritizē tavus vecākus un manipulē ar savu laiku. Pat, ja tev ģimenē nav labas attiecības ar vecākiem, zini, ka šādā veidā ļaundari meklē tieši tādus bērnus kā tu un patiesībā slēpj patiesu vēlmi nodarīt pārestību.

9.Arī labākie draugi mēdz kļūt par krāpnieku upuriem

Ja esi saņēmis no saviem draugiem dīvainu informāciju, pārjautā, vai tiešām, viņi ir sūtījuši konkrētos tekstus vai failus. Tas tāpēc, ka ļaundari un krāpnieki bieži vien darbojas aizsegā. Nereti hakeri uzlauž cilvēka e-pastu vai kontu sociālajos tīklos, un pēc tam sava kiberupura vārdā raksta viņa kontaktiem, lūdzot naudu vai cenšoties iegūt citu sensitīvu informāciju.

10.Interneta veikali – pārbaudi tos

Ja vēlies kaut ko iegādāties internetā, lai izvairītos no krāpniecības, vispirms apspriedies ar vecākiem. Ļoti kārdinoši internetā izskatās piedāvājumi internetā par „superierspējām”, bezmaksas dāvanām, lielu peļņu, mantošanas iespējām, pēkšņiem laimestiem. Šāda veida informāciju izplata TIKAI krāpnieki, galvenokārt, ar mērķi inficēt datoru. Tāpēc labāk nemaz never vaļā šādus piedāvājumus, nevienam nesūti informāciju, lai kaut ko iegūtu bez maksas. Atceries, ka personiskie dati, kas ievadīti kādā spēlē var tikt izmantoti, lai inficētu savu datoru vai izsūtītu uz to reklāmas. Ja spēles spēlēšanai nepieciešama epasta adrese – labāk izveido speciālu epasta adresi tikai izklaidēm un reģistrācijai spēļu lapās.