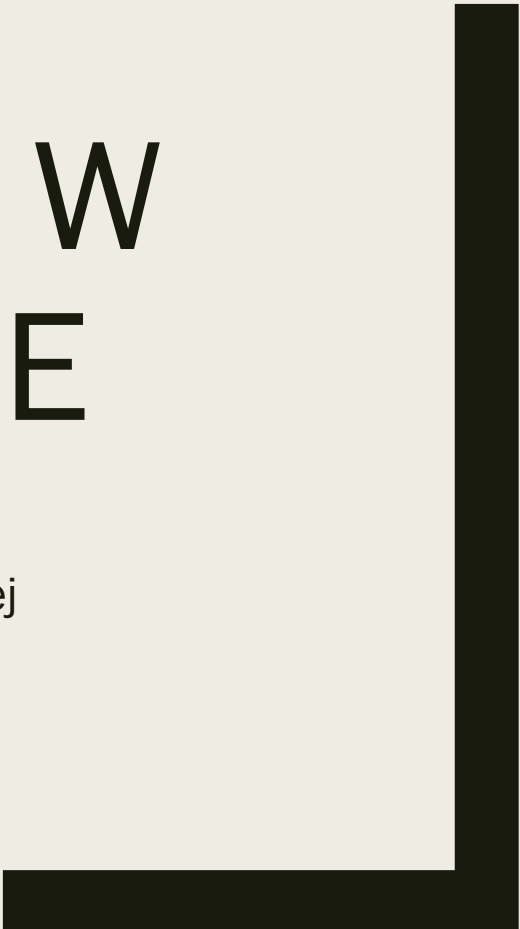




MOJE DANE W INTERNECIE

Szkoła Podstawowa w Świątyniowej
Prezentacja dla rodziców 2021





Internet dla młodych ludzi to jest ich środowisko życia,

- W Internecie komunikują się ze znajomymi, poznają nowe osoby, rozwijają swoje zainteresowania,
- Internet to miejsce rozrywki,
- Internet to też miejsce, od którego można się uzależnić.



CZYM SA UZALEŻNIENIA BAHAWIORALNE?

Nadmierne i niekontrolowane wykonywanie danej czynności:

- odczuwamy przymus - silne pragnienie wykonywania danej czynności, mimo jej negatywnego wpływu na nasze życie
- kiedy nie możemy jej wykonywać, doznajemy różnych dolegliwości, np. rozdrażnienia, złości, niepokoju

czyli...

działają podobnie jak uzależnienie od narkotyków czy alkoholu!



OD JAKICH CZYNNOŚCI MOŻNA SIĘ UZALEŻNIĆ?

- Internet (Siecioholizm)
- Gry komputerowe i online
- Hazard
- Zakupy (Zakupoholizm)
- Telefon (Fonoholizm)
- Praca (Pracoholizm)
- Ćwiczenia fizyczne (Bigoreksja)
- Opalanie (Tanoreksja)





35% nastolatków w Polsce zaniedbuje rodzinę, znajomych,
naukę szkolną albo hobby z powodu spędzania czasu
w internecie

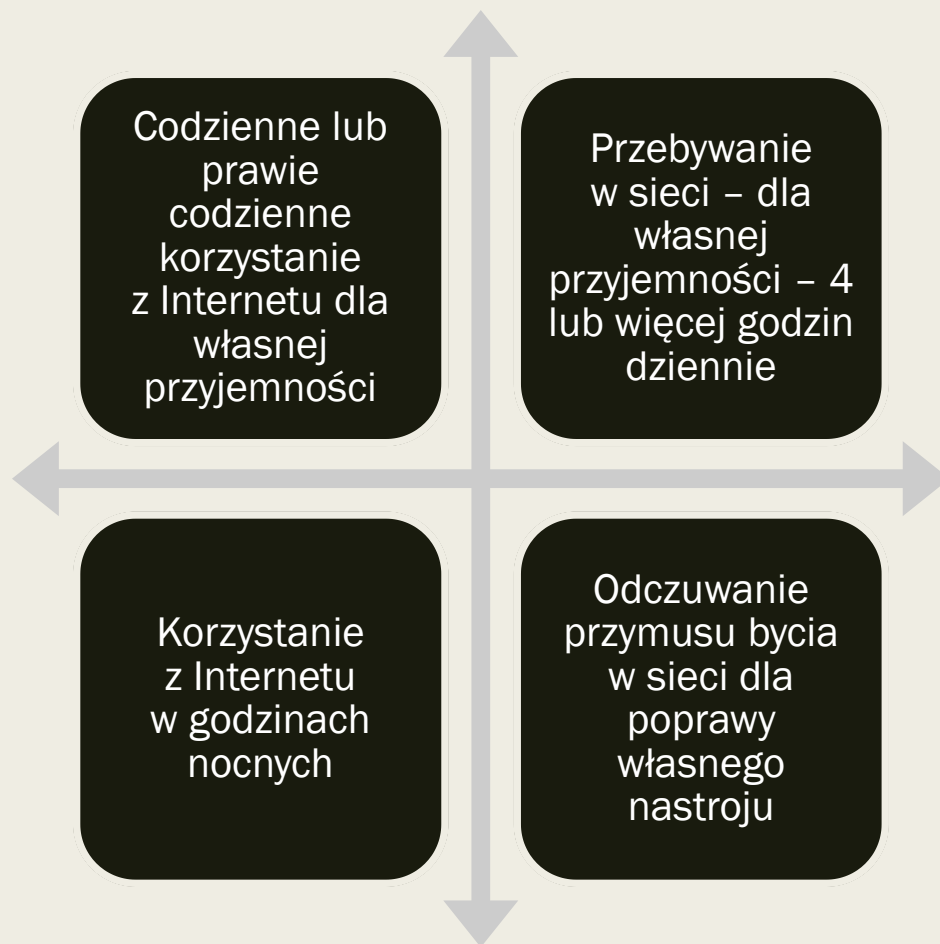
25,5% osób deklaruje, że rodzice w ogóle nie rozmawiali z
nią o bezpieczeństwie online



26% nastolatków w Polsce jest uzależnionych lub zagrożonych uzależnieniem od internetu

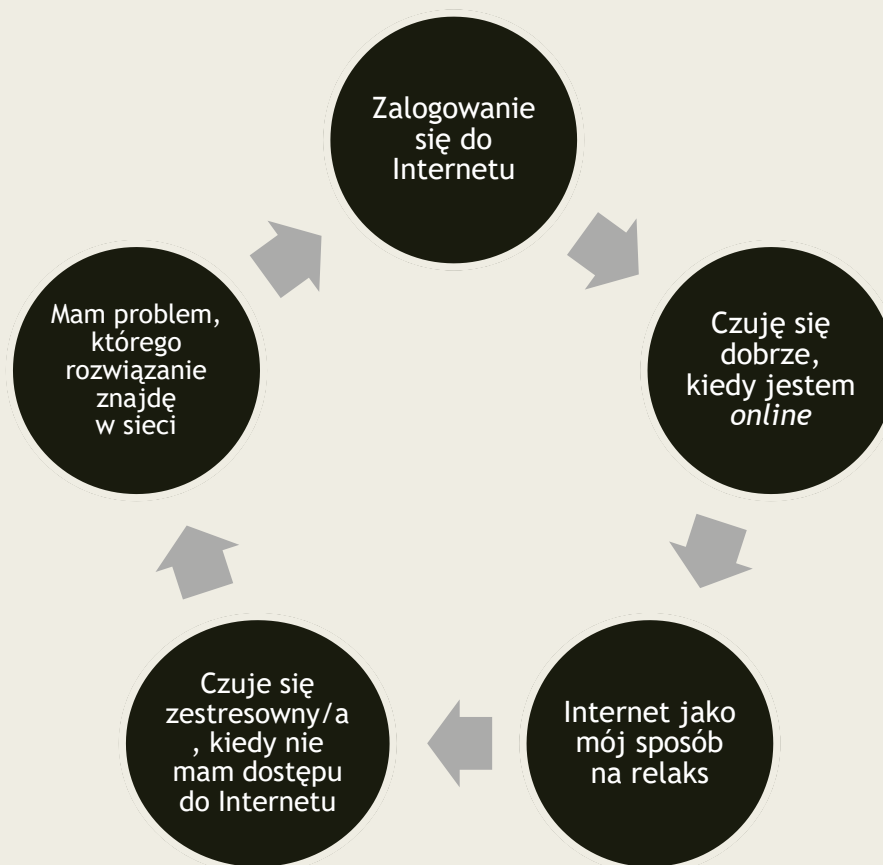
54,4% nastolatków w miała kontakt z niebezpiecznymi treściami w internecie.

Ryzyko uzależnienia od Internetu pojawia się wówczas, gdy spełnione są wszystkie 4 następujące warunki...





JAK TO WSZYSTKO DZIAŁA?



To **mechanizm błędnego koła**, coś w co możesz wpaść nawet nie zdając sobie z tego sprawy, spędzając cały czas w Internecie.



CO DAJE INTERNET?



- Poczucie tworzenia grupy z innymi (fora, grupy dyskusyjne, gry)
- Szansę na poznanie osób z całego świata
- Szybki dostęp do informacji
- Możliwość *bycia na bieżąco*
- Poczucie pewności w kontaktach z innymi
- Możliwość zaplanowania ciekawego wyjazdu ze znajomymi



CO ZABIERA INTERNET?



- Bliskość innych ludzi
- Czas, jaki można spędzić ze znajomymi
- Możliwość zdobywania nowych doświadczeń
- Uczestnictwo w wartych zapamiętania wydarzeniach
- Możliwość poznania nowych przyjaciół w świecie realnym
- Możliwość poświęcenia czasu na rozwój zainteresowań
- Poczucie bezpieczeństwa

Czym jest bezpieczeństwo cyfrowe?

Bezpieczeństwo cyfrowe polega na odpowiednim korzystaniu z zasobu Internetu – z zachowaniem wszelkich środków ostrożności i przy wykorzystaniu wiedzy na temat zagrożeń wynikających z szybkiego rozwoju technologicznego.



Czym jest bezpieczeństwo cyfrowe? (c.d.)

Na temat bezpieczeństwa cyfrowego składają się zagadnienia takie jak:

- cyberprzemoc,
- nawiązywanie kontaktów za pomocą Internetu,
- ochrona danych osobowych i prawa autorskie,
- wizerunek przedstawiany w mediach społecznościowych,
- ochrona przed szkodliwym oprogramowaniem,
- odpowiednie zabezpieczenie sprzętów i kont internetowych,
- rzetelność informacji zaczerpniętych z Internetu.

Cyberprzemoc (c.d.)

Na cyberprzemoc, czyli tzw. agresję elektroniczną, składają się zachowania takie jak:

- zamieszczanie kompromitujących nagrań w sieci,
- publikacja informacji i zdjęć dotyczących osób, które nie wyrażają na to bezpośrednio zgody,
- włamania na konta na różnych portalach (np. Facebook), na e-mail,
- tworzenie stron/blogów, mających na celu ośmieszenie danej osoby,
- udostępnianie informacji przekazanych przez daną osobę poufnie (np. dalsze rozsyłanie kopii otrzymanych maili),
- hejt- obrażanie i poniżanie w Internecie



Dzieci, przeglądając różnego typu strony, mogą spotkać się z ogromnym natężeniem agresji.

Najczęściej cyberprzemoc przyjmuje takie formy, jak agresję werbalną (wypowiedzi forumowiczów pod artykułami, np. z dziedziny polityki), zamieszczanie kompromitujących materiałów, tworzenie obraźliwych stron lub profili. Do tego dzieci mogą zostać w sieci dotknięte prześladowaniami ze strony rówieśników.

#DzieciUcząRodziców

Cyberprzemoc (c.d.)

Publikacja zdjęć i nagrań zawierających wizerunek osoby, która nie wyraziła na to zgody, jest niezgodna z przepisami dotyczącymi ochrony o danych osobowych, w tym RODO. W dzisiejszych czasach młodzi ludzie często dla zabawy robią sobie nawzajem zdjęcia lub nagrywają filmiki, więc należy uświadamiać dzieciom, że publikowanie takich materiałów bez zgody osoby, która na nich widnieje, jest niezgodna z prawem.

Ochrona danych osobowych

Informacje umieszczone raz w Internecie nie giną nigdy, dlatego też ważne jest rozsądne korzystanie ze stron wymagających podania swoich danych personalnych takich jak **imię, nazwisko, adres zamieszkania czy PESEL**. **Za każdym razem, gdy właściciel strony prosi nas o podanie takich danych, musi również zamieścić informację o celu ich pozyskania, a także poprosić o wyrażenie zgody na ich przetwarzanie (wymóg RODO).**





Nieświadome dziecko może w sieci udostępniać innym osobom swoje dane osobowe, takie jak adres zamieszkania czy numer telefonu. Zdarza się również, że niektórzy przestępcy idą o krok dalej i próbują wyłudzić hasła czy numer PIN do kart bankowych.



#DzieciUcząRodziców

Ochrona praw autorskich

Ochrona danych osobowych dotyczy również praw autorskich, czyli tzw. własności intelektualnej. Na mocy przepisów ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych dozwolone jest wykorzystanie cudzej twórczości na prawach cytatu, należy jednak pamiętać zawsze o zaznaczeniu cytatu i wskazaniu źródła. Wiele osób zapomina, że dotyczy to również zdjęć zamieszczonych w Internecie – każde z nich ma jakiegoś autora, więc należy go wskazać.

Ochrona własnego wizerunku

W dobie rozwijających się szybko mediów społecznościowych (ang. *social media*) istotne jest również uwrażliwianie dzieci i młodzieży na to, co zamieszczają na swoich własnych kontach, np. na popularnym Facebooku czy Instagramie. Użytkownicy tego typu portali powinni zdawać sobie sprawę z konsekwencji, jakie niesie za sobą np. upublicznianie zdjęć z imprezy lub pokazujących sytuacje prywatne czy zawierających wizerunek osób trzecich **(jest to naruszenie ochrony danych osobowych)**

Ochrona własnego wizerunku (c.d.)

Ponadto należy pamiętać, że dostęp do materiałów umieszczanych przez nas w sieci mogą pewnego dnia uzyskać osoby niepożądane (np. włamując się na konto w portalu), więc dla własnego bezpieczeństwa zawsze warto **zastanowić się, co warto upublicznić, a co lepiej zachować dla siebie.**



Ochrona przed szkodliwym oprogramowaniem

Szkodliwe oprogramowanie może przedostać się na nasze urządzenia za pośrednictwem poczty elektronicznej, linków czy też urządzeń zewnętrznych (np. pendrive'a). Ważne jest uświadomienie dzieciom, że muszą zachować ostrożność, czyli np. unikać podejrzanych stron, **nie klikać w nieznane linki ani nie pobierać plików, których źródła nie znają (np. załączników do maili od obcych nadawców)**. Szczególnie ostrożnym trzeba być w przypadku wiadomości, w których obiecywana jest adresatowi wygrana, np. po kliknięciu w dany link czy wysłaniu SMS-a na wskazany numer.

Zabezpieczenie sprzętów i kont internetowych

Przed włamaniem na nasze prywatne konta chronią nas hasła. Ważne jest, aby były one odpowiednio sformułowane. Nie mogą być zbyt łatwe, powinny raczej stanowić kombinację małych i dużych liter, cyfr oraz znaków specjalnych (np. dwukropek, średnik, nawias), ale z drugiej strony nie mogą być też tak skomplikowane, żeby nie można ich było zapamiętać, gdyż nierozsądnym działaniem jest utrwalanie haseł, np. w zeszycie czy w notatce w telefonie komórkowym, nawet gdy wydaje nam się, że nikt poza nami nie ma do nich dostępu.



- Dziękuję za uwagę

Materiały graficzne zaczerpnięte z : „Dzieci uczą rodziców” - ogólnopolska akcja edukacyjna zapoczątkowana w roku szkolnym 2019/2020 oraz z projektu *Wyloguj się do życia* realizowanego przez Fundację Innowacyjnych Rozwiązań Społecznych i Terapeutycznych FIRST