



ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Μαχαιράς Πάτροκλος
σχ. έτος: 2020 - 2021



Πίνακας περιεχομένων

1. Τι είναι διαδίκτυο
2. Τι σημαίνει ασφάλεια στο διαδίκτυο
3. Από τι πρέπει να προστατευθούμε στο διαδίκτυο
4. Ποιους κινδύνους μπορεί να αντιμετωπίσω κατά τη χρήση του διαδικτύου.
5. Πως μπορώ αντιμετωπίσω τους κινδύνους στο διαδίκτυο – κανόνες ασφαλούς πλοήγησης
6. Που μπορώ να απευθυνθώ για βοήθεια

1) Τι είναι διαδίκτυο

Η λέξη Διαδίκτυο προέρχεται από τις λέξεις Διασύνδεση Δικτύων και αναφέρεται σε ένα σύνολο υπολογιστών και δικτύων που συνδέονται μεταξύ τους σε ένα παγκόσμιο δίκτυο έτσι ώστε να μπορούν να επικοινωνούν και να μοιράζονται πληροφορίες. Στα Αγγλικά η λέξη Internet προέρχεται από τις λέξεις International Network που σημαίνει Διεθνές Δίκτυο Υπολογιστών.

Το διαδίκτυο παρομοιάζεται με «υπερλεωφόρο πληροφοριών». Καθημερινά διακινούνται πλήθος δεδομένων με οποιαδήποτε μορφή – κείμενα , εικόνες , ήχοι, μουσική, βίντεο – φέρνοντας στην οθόνη του υπολογιστή μας ένα τεράστιο αριθμό ψηφιακών πηγών πληροφόρησης. Σε αυτή όμως την παγκόσμια Κοινωνία της Πληροφορίας είναι πολύ δύσκολο έως ακατόρθωτο να υπάρχει ένα είδος ελέγχου της ποιότητας, της εγκυρότητας και της καταλληλότητας των πληροφοριών που φτάνουν στον υπολογιστή μας. Είναι λοιπόν υποχρέωσή μας πλέον να ενημερωθούμε για τους κινδύνους του διαδικτύου και τους φορείς που μπορούν να μας βοηθήσουν να προστατέψουμε τους εαυτούς μας και να «σερφάρουμε» με ασφάλεια στο διαδίκτυο.



2. Τι σημαίνει ασφάλεια στο διαδίκτυο;

Η ασφάλεια στο Διαδίκτυο ή η διαδικτυακή ασφάλεια είναι η γνώση των κινδύνων προσωπικής ασφάλειας και ασφάλειας του χρήστη σε ιδιωτικές πληροφορίες και περιουσίες που σχετίζονται με τη χρήση του Διαδικτύου και την αυτοπροστασία από το ηλεκτρονικό έγκλημα.



3. Από τι πρέπει να προστατευθούμε στο διαδίκτυο;

Κάθε φορά που δημοσιεύεις πληροφορίες στο διαδίκτυο για να τις δουν όλοι να γνωρίζετε ότι ένα μέρος της προσωπικής σας ζωής εξαφανίζεται. Θα πρέπει να προσέχετε πολύ όταν δημιουργείτε προφίλ σε ιστότοπους κοινωνικής δικτύωσης (π.χ. Facebook)ή όταν συνομιλείτε με άλλους. Δυστυχώς όλοι όσοι βρίσκονται στο Διαδίκτυο δεν έχουν τις ίδιες καλές προθέσεις με εσάς. Κάποια κακόβουλα άτομα μπορούν να καταχραστούν τις πληροφορίες σας και να εισβάλλουν στο σύστημα του υπολογιστή σας χωρίς τη δική σας θέληση. Αν ακολουθήσετε προσεκτικά τις προτάσεις μας, θα πάψετε να κινδυνεύετε από τα κακόβουλα αυτά άτομα.

1. Προστασία από Κακόβουλο Λογισμικό
2. Προστασία από Dialer
3. Προστασία από Spam
4. Προστασία από Κλοπή Ταυτότητας
5. Προσωπική Προστασία

4. Ποιους κινδύνους μπορεί να αντιμετωπίσω κατά τη χρήση του διαδικτύου;

Η ανεξέλεγκτη πλοήγηση σε ένα χαοτικό, χωρίς όρια, ψηφιακό κόσμο σίγουρα θα οδηγήσει το παιδί σε πολλά ερεθίσματα τα οποία ίσως δε θα θέλαμε ή απλά δεν θα έπρεπε να βλέπει και να διαβάζει. Όπως θα λέγαμε για προγράμματα στην τηλεόραση ότι θα πρέπει πάντοτε να υπάρχει επίβλεψη από τους γονείς, το ίδιο θα πρέπει να απαιτούμε και για τις «επισκέψεις» των παιδιών μας σε διάφορες ιστοσελίδες στο διαδίκτυο.

Πέρα όμως από τις ιστοσελίδες υπάρχουν και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια τα οποία το περιεχόμενό τους ή το θέμα τους είναι άκρως ακατάλληλο και αντιπαιδαγωγικό, γεγονός που οδηγεί τα παιδιά να εκθέτονται σε πληροφορίες ή και σε εικόνες που δεν αρμόζουν για την ηλικία τους.

Οι επιπτώσεις της κατάχρησης του διαδικτύου και των βίαιων ηλεκτρονικών παιχνιδιών είναι πολύ σοβαρές, όταν αυτές αφορούν παιδιά και έφηβους, οι οποίοι βρίσκονται ακόμη σε ευαίσθητο αναπτυξιακό στάδιο και δεν έχουν ακόμη ολοκληρώσει τη διαμόρφωση χαρακτήρα και προσωπικότητας.

5. Πώς μπορώ να αντιμετωπίσω τους κινδύνους στο διαδίκτυο – κανόνες ασφαλούς πλοήγησης;

1. Προστασία από Κακόβουλο Λογισμικό

Ενημέρωσε το λειτουργικό σύστημα!

Χρησιμοποίησε λογισμικό Antivirus!

Χρησιμοποίησε λογισμικό Antispyware!

Χρησιμοποίησε τείχος προστασίας!

Κάνε αντίγραφα ασφαλείας!

2. Προστασία από Dialer

Φραγή διεθνών κλήσεων και κλήσεων αριθμών υψηλής χρέωσης προκειμένου να μην πέσεις θύμα κάποιου dialer!

3. Προστασία από Spam

Μη δημοσιεύεις ποτέ το προσωπικό σου e-mail.

Χρησιμοποίησε δύο e-mail (ένα προσωπικό και ένα δημόσιο).

Όταν φτιάχνεις το e-mail σου επέλεξε συνδυασμό γραμμάτων του ονόματος και επιθέτου σου, καθώς επίσης και αριθμούς.

Ποτέ μην απαντάς σε spam και ποτέ μην επισκέπτεσαι συνδέσμους (από ύποπτες πηγές).

Εγκατέστησε πάντα στον ηλεκτρονικό υπολογιστή σου λογισμικό προστασίας από ανεπιθύμητη αλληλογραφία (anti-spam).

4. Προστασία από Κλοπή Ταυτότητας

Οι κωδικοί πρόσβασης σου να μη μαντεύονται εύκολα και να μην είναι πολύ απλοί.

Ανά τακτά διαστήματα να ελέγχεις την εικονική σου παρουσία.

5. Προσωπική Προστασία

Μη χρησιμοποιείς το Διαδίκτυο άσκοπα και υπερβολικά.

Μην ακολουθείς links των οποίων δε γνωρίζεις το περιεχόμενο.

6 Διάγραφε e-mail που λαμβάνεις από αποστολείς που δε γνωρίζεις, χωρίς να τα ανοίγεις.

7 Αν δεις οτιδήποτε που σε φοβίζει ή σε αγχώνει κλείσε τον Η/Υ και ανέφερε το συμβάν στους γονείς ή τους δασκάλους σου.



6. Πού μπορώ να απευθυνθώ για βοήθεια;

Αν αισθάνεστε ότι εσείς ή κάποιος δικός σας είναι σε κίνδυνο, είναι καλό να απευθυνθείτε στο πλησιέστερο σε σας, κέντρο πρόληψης. Επιπλέον είναι σημαντικό να γνωρίζετε, ότι στη θεραπεία των εξαρτήσεων γενικότερα και της εξάρτησης από το διαδίκτυο ειδικότερα, η επιτυχία της θεραπείας είναι υψηλότερη σε οργανωμένα πλαίσια, που περιλαμβάνουν και ομαδικές δραστηριότητες. Τα άτομα που κάνουν κατάχρηση, συχνά δεν συνειδητοποιούν το πρόβλημα ή το αρνούνται. Για το λόγο αυτό και επειδή κάθε προσωπικότητα ανταποκρίνεται καλύτερα σε διαφορετική προσέγγιση, είναι καλό να συμβουλευετείτε ειδικό, για να σχεδιάσετε την καταλληλότερη παρέμβαση.

Αν δεν μπορούμε μόνοι μας να αντιμετωπίσουμε όσα μας δυσκολεύουν μπορούμε να ζητήσουμε την βοήθεια ενός κατάλληλα καταρτισμένου ειδικού Ψυχικής υγείας. Το να ζητάμε βοήθεια δε σημαίνει ότι παραδεχόμαστε ότι είμαστε αδύναμοι και ανίκανοι να κάνουμε καλά τον εαυτό μας. Αντίθετα σημαίνει ότι πιστεύουμε στον εαυτό μας και επιθυμούμε πραγματικά να γίνουμε καλά.

Ακόμη και αν έχουμε προσπαθήσει να ζητήσουμε βοήθεια και δεν έχουμε δει γρήγορα αποτελέσματα χρειάζεται να έχουμε υπομονή. Όσο διάστημα έχουμε αφήσει να πονάμε θέλει τον κατάλληλο χρόνο να επουλωθεί.

