



DZIEŃ

Bezpiecznego Internetu

-Jak chronić się przed cyberprzemocą?

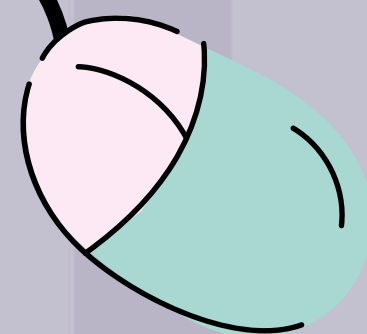
Cyberprzemoc - rodzaj przemocy przez internet, głównie za pośrednictwem urządzeń elektrycznych. Polega na przesładowaniu, nękanii wyśmiewaniu lub zastraszaniu kogoś. Z roku na rok liczba ataków cyberprzemocy wzrasta.

Cyberprzemoc występuje zazwyczaj pod postaciami:

- podszywania się pod ofiarę np. w social mediach
- włamywania się na konta różnych użytkowników
- tworzenie i publikowanie filmów lub zdjęć, które są kompromitujące dla nas
- rozsyłanie innym materiałów, które mają za zadanie zkompromitować nas w oczach innych
- tworzenie ośmieszających nas stron internetowych
- wyzywania nas na forum internetowym
- pisanie nieprzyjemnych i nieprzyzwoitych wiadomości do ofiary



JAKIE SĄ JEJ SKUTKI?



Cyberprzemoc bardzo źle wpływa na naszą psychikę i powoduje i może być przyczyną lęków, problemów psychicznych, depresji czy w skrajnych przypadkach prowadzi do samobójstwa.

To w takim razie jak chronić siebie i swoich najbliższych przed cyberprzemocą?

1. Używaj trudnych i haseł
2. Jeśli zauważyłeś/aś w internecie jakiś obraźliwy komentarz lub post, zgłoś to do administracji strony, mediów itp.
3. Nie odbieraj i nie odpisuj na podejrzane i nieznane Ci połączenia telefoniczne i SMS-y oraz zablokuj numery, z których są one wysyłane
4. Nie udostępniaj w internecie swoich danych osobowych oraz informacji o swoich najbliższych
5. Nie klikaj w nieznane ci linki

