

Διαδικτυακή

# Νοημοσύνη

Συμβουλές για να φέρεσαι έξυπνα στο διαδίκτυο



## Συμβουλή 1

**Να είσαι μια θετική παρουσία στο διαδίκτυο, όπως και στην πραγματική ζωή.**

Να θυμάσαι πως, εφόσον αναρτηθεί στο διαδίκτυο κάτι δικό σου ή σχετικά με σένα, όπως π.χ. μια φωτογραφία, ένα σχόλιο ή ένα μήνυμα, μπορεί να παραμείνει στο διαδίκτυο για πάντα.

## Συμβουλή 2

**Σκέψου πριν ποστάρεις.**

Είναι σημαντικό να ξέρεις πότε να μην αναρτήσεις τίποτε απολύτως – να μην αντιδράσεις στην ανάρτηση ή τη φωτογραφία ή το σχόλιο κάποιου άλλου ή να μην κοινοποιήσεις κάτι που δεν είναι αληθινό.

## Συμβουλή 3

**Προστάτεψε τα μυστικά σου.**

Μην κοινοποιείς σε αγνώστους τη διεύθυνση του σπιτιού σου ή του ηλεκτρονικού σου ταχυδρομείου, τον αριθμό τηλεφώνου σου, τους κωδικούς πρόσβασης σου, τα ονόματα χρήστη σου ή τα σχολικά σου έγγραφα.

## Συμβουλή 4

**Μην υποθέτεις ότι οι άλλοι σε βλέπουν στο διαδίκτυο όπως πιστεύεις ότι σε βλέπουν.**

Διαφορετικοί άνθρωποι μπορεί να δουν την ίδια πληροφορία αλλά να εξάγουν διαφορετικά συμπεράσματα από αυτή.

## Συμβουλή 5

**Είναι πάντα σημαντικό να σεβόμαστε τις επιλογές απορρήτου των άλλων, ακόμη και αν είναι διαφορετικές από τις δικές μας επιλογές.**

Διαφορετικές καταστάσεις απαιτούν διαφορετική αντιμετώπιση, εντός και εκτός διαδικτύου.

# Διαδικτυακή Δύναμη

Συμβουλές για να είσαι θωρακισμένος/η  
στο διαδίκτυο



## Συμβουλή 1

### **Δημιούργησε ισχυρούς κωδικούς πρόσβασης.**

Να χρησιμοποιείς τουλάχιστον 8 χαρακτήρες και να συνδυάζεις γράμματα (κεφαλαία και πεζά), αριθμούς και σύμβολα.

## Συμβουλή 2

### **Άλλος κωδικός κάθε φορά.**

Χρησιμοποίησε διαφορετικό κωδικό πρόσβασης για καθέναν από τους σημαντικούς λογαριασμούς σου.

## Συμβουλή 3

### **Σκέψου δημιουργικά.**

Μη χρησιμοποιείς κωδικούς πρόσβασης που μπορεί εύκολα να μαντέψει κάποιος άλλος, όπως π.χ. το υποκοριστικό σου, το όνομα του σχολείου σου, την αγαπημένη σου ομάδα, διαδοχικούς αριθμούς (όπως 123456) κλπ. Και οπωσδήποτε μη χρησιμοποιείς για κωδικό τη λέξη "password"!

## Συμβουλή 4

### **Απόφυγε τις προσωπικές αναφορές.**

Μη χρησιμοποιείς προσωπικά στοιχεία (όνομα, διεύθυνση σπιτιού ή ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, αριθμό τηλεφώνου, αριθμό ταυτότητας, πατρικό μητέρας, ημερομηνίες γέννησης κλπ.) ή συνηθισμένες λέξεις στον κωδικό πρόσβασης σου.

## Συμβουλή 5

### **Μη διστάζεις να αλλάζεις κωδικούς πρόσβασης.**

Άλλαξε αμέσως τον κωδικό πρόσβασης σου αν ξέρεις ή υποψιάζεσαι ότι μπορεί να τον ξέρει κάποιος άλλος, εκτός από κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι.

# Διαδικτυακή Εγρήγορση

Συμβουλές για να είσαι σε επαγρύπνηση  
στο διαδίκτυο



## ⚠ Συμβουλή 1

**Διασταύρωσε τις πληροφορίες για να επαληθεύσεις την αξιοπιστία τους.**

Πριν κάνεις κλικ σε κάποιον σύνδεσμο ή εισαγάγεις τον κωδικό πρόσβασης σου σε μια ιστοσελίδα που επισκέπτεσαι για πρώτη φορά, έλεγξε ότι η διεύθυνση URL της ιστοσελίδας αντιστοιχεί στο όνομα και τα στοιχεία του προϊόντος ή της εταιρείας που αναζητάς.

## ⚠ Συμβουλή 2

**Να χρησιμοποιείς μόνο ασφαλείς ιστοσελίδες.**

Σιγουρέψου ότι η διεύθυνση URL της ιστοσελίδας που επισκέπτεσαι αρχίζει με "https://" κι έχει το εικονίδιο ενός λουκέτου στα αριστερά της.

Παράδειγμα:

## ⚠ Συμβουλή 3

**Μην τσιμπάς το δόλωμα.**

Αν ένα μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ή μια ιστοσελίδα προσφέρει κάτι που μοιάζει να παραείναι καλό για να είναι αληθινό, όπως π.χ. μια ευκαιρία να κερδίσεις πολλά χρήματα, σχεδόν πάντα η προσφορά δεν είναι αληθινή. Μην πιστέψεις το ψεύτικο μήνυμα.

## ⚠ Συμβουλή 4

**Μπορεί να συμβεί στον οποιονδήποτε.**

Αν γίνεις θύμα διαδικτυακής απάτης, ενημέρωσε κάποιον γονέα σου, τον δάσκαλό σου ή κάποιον άλλον έμπιστο ενήλικα και άλλαξε αμέσως τους κωδικούς πρόσβασης στους λογαριασμούς σου.

## ⚠ Συμβουλή 5

**Προσοχή! Να θυμάσαι πως μια ιστοσελίδα ή μια διαφήμιση δεν μπορούν να γνωρίζουν αν έχει κάποιο πρόβλημα η συσκευή σου!**

Υπάρχουν απάτες που προσπαθούν να σε ξεγελάσουν και να κατεβάσεις κάποιο κακόβουλο ή ανεπιθύμητο λογισμικό, λέγοντάς σου ότι δήθεν έχει κάποιο πρόβλημα η συσκευή σου.

# Διαδικτυακή Ευγένεια

Συμβουλές για να φέρεις ευγενικά στο διαδίκτυο



## Συμβουλή 1

### **Ακολούθησε τον χρυσό κανόνα!**

Να φέρεις στους άλλους όπως θέλεις να σου φέρονται, τόσο στο διαδίκτυο όσο και στην πραγματική ζωή.

**Παράδειγμα:** Κατάγγειλε την παρενόχληση. Πες το σε κάποιον που μπορεί να βοηθήσει, όπως σε έναν γονέα, δάσκαλο ή σχολικό σύμβουλο.

## Συμβουλή 2

### **Γίνε υπερασπιστής!**

Ένας υπερασπιστής αντιτάσσεται στις κακές συμπεριφορές και υπερασπίζεται την ευγένεια και τη θετικότητα.

**Παράδειγμα:** Κατάγγειλε την παρενόχληση. Πες το σε κάποιον που μπορεί να βοηθήσει, όπως σε έναν γονέα, δάσκαλο ή σχολικό σύμβουλο.

## Συμβουλή 3



### **Κάνε απλά πράγματα που μετατρέπουν τις αρνητικές αλληλεπιδράσεις σε θετικές.**

**Παράδειγμα:** Αν κάποιος αναρτήσει στο διαδίκτυο κάτι αρνητικό για έναν φίλο σου, ζήτη από πολλούς άλλους φίλους σας να δημιουργήσετε ένα "βουνό από καλοσύνη", αναρτώντας πολλά απανωτά θετικά σχόλια για το άτομο που έχει πέσει θύμα εκφοβισμού (bullying) – χωρίς όμως να αναρτήσετε τίποτα κακό για τον επιτιθέμενο, διότι εσείς δίνετε το καλό παράδειγμα, δεν κάνετε αντίποινα.

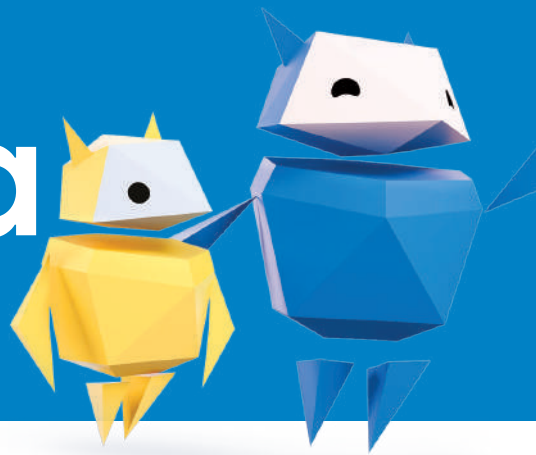
## Συμβουλή 4

### **Να αποφασίζεις με σύνεση όταν επιλέγεις τι να πεις και πώς να το πεις.**

**Παράδειγμα:** Μην πληκτρολογείς στο διαδίκτυο κάτι που δε θα έλεγες στην πραγματική ζωή.

## Συμβουλή 5

### **Διάσπειρε την καλοσύνη και ευγένεια στο διαδίκτυο.**



## Συμβουλή 1

### **Είδες κάτι αρνητικό; Πες το!**

Αν εντοπίσεις κάτι που σε κάνει να νιώσεις άβολα ή ακόμα χειρότερα, ανάφερε το –να έχεις το θάρρος να το πεις σε κάποιον που εμπιστεύεσαι και μπορεί να βοηθήσει, όπως σε έναν δάσκαλο, τον διευθυντή του σχολείου ή έναν γονέα.

## Συμβουλή 2

### **Συζήτησέ το διεξοδικά.**

Το να ζητάς βοήθεια όταν δεν είσαι βέβαιος/η τι πρέπει να κάνεις, είναι μια θαρραλέα πράξη. Είτε για να ζητήσεις βοήθεια για σένα ή κάποιον άλλον που έχει πληγωθεί είτε για να προλάβεις την πρόκληση κάποιου κακού, είναι έξυπνο, υπεύθυνο και θαρραλέο να μιλήσεις σε κάποιον που εμπιστεύεσαι.

## Συμβουλή 3

### **Ανάφερε ή/και μπλόκαρε ανάρμοστο περιεχόμενο.**

Οι καταγγελίες βοηθούν τα εμπλεκόμενα άτομα, την κοινότητά τους, αλλά και τις ίδιες τις διαδικτυακές πλατφόρμες εφόσον χρησιμοποιούμε τα εργαλεία που διαθέτουν για να αποκλείσουμε ή/και να καταγγείλουμε κάτι σε μια ιστοσελίδα ή εφαρμογή.

## Συμβουλή 4

### **Κράτα αποδείξεις.**

Πριν αποκλείσεις ή καταγγείλεις κάποιο ανάρμοστο περιεχόμενο, είναι πάντα καλό να κρατήσεις πρώτα ένα στιγμιότυπο οθόνης, ώστε να έχεις μια καταγραφή της κατάστασης.

## Συμβουλή 5

### **Μη φοβηθείς!**

Αν λάβεις κάποιο τρομαχτικό μήνυμα ή σχόλιο από κάποιον άγνωστο, δείξ' το σε έναν ενήλικα που εμπιστεύεσαι και μπλόκαρε και κατάγγειλε τον αποστολέα.