

# SAUGAUS ELGESIO INTERNETE TAISYKLĖS

Rodos, visi puikiai žinome, kaip elgtis įvairiose gyvenimiškose situacijose: išeidami iš namų rakiname duris, pametę raktus keičiame spyną, apie gaisrą pranešame ugniagesiams, susižeidę kreipiamės į gydytojus, norėdami privatumo užtraukiame užuolaidas. Internete galioja labai panašios taisyklės, tačiau jas žino ne visi, o dar sudėtingiau visa tai paaiškinti savo vaikams.

Tyrimai rodo, kad daugiau nei 80 procentų tėvų nežino ką jų vaikai veikia internete. Skirkite laiko su vaikais smagiam žaidimui ir naudingam pokalbiui.

## 1. VIRTUALŪS DRAUGAI

Kaip kieme ar gatvėje, taip ir internete nereikėtų bendrauti su nepažįstamais žmonėmis ar priimti juos į savo draugus, su jais bendrauti ir pasakoti asmeninius dalykus. Negalima atskleisti savo tikrojo vardo, pavardės, telefono numerio, adreso ir panašių dalykų, nes juk nežinai, kas tas tavo draugas, ar jis tavo bendraamžis ir ar neturi blogų kėslių.

**Užduotis:** prisijunkite prie savo „Facebook“ paskyros ir ištrink iš draugų visus nepažįstamus žmones.

## 2. SAUGUMAS

Išeidami iš namų užrakiname duris, palikdami dviratį – jį prirakiname grandine. Rūpintis reikia ir savo įrenginių bei interneto paskyrų saugumu. Visų pirma – rakinti juos. Saugumą užtikrina stiprūs slaptažodžiai, kurių negalima niekam sakyti ir reikia bent kas pusmetį pasikeisti.

**Užduotis:** pasitikrinkite ar visus įrenginius rakinatė. Taip pat susigalvokite naują 8 ar daugiau skirtingų raidžių, skaičių ir simbolių slaptažodį savo el. paštui, „Facebook“ ar kitai paskyrai, kurią atnaujinate seniausiai.

## 3. NUORODOS

Internetu pilna įdomių dalykų, bet yra ir pavojų, todėl prieš spaudžiant nuorodą ar siunčiantis failą reiktų pagalvoti, ar tai saugu. Jei įdomybių dažniausiai ieškai per „Google“, įsijunk „Saugios paieškos filtrą“, kurį rasi svetainės paieškos nustatymuose. Jis padės išvengti vaikams netinkamo turinio.

## 4. PATYČIOS

Mandagiu reikia būti ne tik bendraujant su kitais šeimos nariais, artimaisiais ar draugais, bet ir internete. O geriausia būtų elgtis taip, kaip norėtum, kad su tavimi

elgtųsi. Todėl neskaudink, nežemink ir neįžeidinėk kitų žmonių, neviešink jų nuotraukų ar duomenų negavęs sutikimo.

**Užduotis:** sužinokite daugiau apie patyčias ir netinkamas nuotraukas internete, pasižiūrėdami filmuką su Agne: [www.auguinternete.lt/lt/jie-kalba-vaikams](http://www.auguinternete.lt/lt/jie-kalba-vaikams)

## 5. BENDRAVIMAS INTERNETE

Ugniagesiai ne visada pirmieji atskuba į gaisrą, o greitoji pagalba – pas ligonį. Taip ir internete: blogus dalykus dažniausiai pirmi pamato paprasti žmonės. Taigi jei pamatei, kaip kažkas tyčiojasi, žemina tave ar kitus, apie netinkamą jų elgesį pranešk svetainės valdytojams. Pavyzdžiui, palikti atsiliepimą „Facebook“ galima paspaudus tris taškus įrašo lango dešinėje viršuje. Arba pagalbos kreipkis į policiją 112.

## 6. SOCIALINIAI TINKLAI

Su tėvais kalbamės apie gyvenimą, su draugais – apie laisvalaikį ir žaidimus, o mokykloje visą dėmesį skiriame mokslams. Kodėl internete turėtų būti kitaip?

**Užduotis:** sugrupuok savo „Facebook“ draugus – klasės draugai, kaimynai, šeima ir pan. Kai skelbsi naują įrašą, galėsi pasirinkti, kurie draugai jį matys. Taip busi tikras, kad tavo nuotrauką ar žinutę pamatys tik tie žmonės, kurie ir turėtų.

## 7. NETINKAMAS TURINYS

Kartais būna sunku nuspręsti, kaip elgtis vienoje ar kitoje situacijoje. Gerai, jei turi su kuo pasitarti, tačiau ką daryti, jei patarėjų nėra? Interneto klausimais visada gali kreiptis į svetainę [www.auguinternete.lt](http://www.auguinternete.lt). Čia rasi straipsnių, patarimų, instrukcijų, mokymų ir daug kitų naudingų dalykų.

**Užduotis:** tam, kad [auguinternete.lt](http://auguinternete.lt) nuoroda visada būtų greta, išsaugok ją naršyklės žymių skiltyje – pavyzdžiui, „Chrome“ naršyklėje tai atliksi adreso eilutės dešinėje paspaudęs žvaigždutę.

## 8. LAIKO RIBOJIMAS

Jei visada veiksi vieną ir tą patį, galiausiai tai atsibos. Juk net ledų pirma porcija visada skaniausia, o vėliau tik pilvą užkemši. Saiką reikia jausti ir naudojantis kompiuteriu ar telefonu, todėl neužmiršk pailsėti.

**Užduotys:**

1. Jei į kompiuterį ar telefoną žiūrėjai pusvalandį ir ilgiau, pamankštink akis: bent minutę pažiūrėk į tolj, stipriai užsimerk, o atsimerkęs nukreipk žvilgsnį į kairę, dešinę, tuomet aukštyn ir žemyn. Atlik šį pratimą kelis kartus.

## 9. VIDEO TURINYS

Jei nori, kad kažką žinotų tik tavo tėvai ar draugai, pasakai jiems tai į ausį arba parodai niekam kitam nematant. Internetu taip pat galima valdyti, kas išgirs ar pamatys tai, ką nufilmavai. Todėl kai į „YouTube“ įkelsi asmeninį vaizdo įrašą, paskelbk jį kaip „Privatų“ ar „Neįtrauktą į sąrašą“. Tada jį matys tik tie, kam nusiūsi nuorodą.

Filmuodamas visada galvok kas už tavęs – ką parodai ir mato tavo video žiūrėtojai. Nefilmuok namuose esančių daiktų ir neatskleisk kur gyvenate, nes šiuos video gali žiūrėti ne tik tavo draugai, bet ir blogi žmonės – vagys.

## 10. „SNAPCHAT“

Su tikrais draugais leisti laiką kartu ir bendrauti smagiausia, nes vieni kitus gerai pažįstate ir su jais galite pasikalbėti apie viską. Jei turite „Snapchat“ ir norite bendrauti tik su savo draugais, jums pravers funkcija „Mano draugai“ – ją įjungę galėsite siųsti ir gauti žinutes tik iš tų vartotojų, kurie yra skiltyje „Draugai“. O jei kiti vartotojai elgiasi netinkamai, juos visada galima užblokuoti ar ištrinti.

## 11. PRIVATUMAS

Naktimis vieni niekur nevaikštome, nes tai pavojinga. Užtat internetas paros laiko neturi, todėl atsargiam čia reikia būti visada. O jei kiti žmonės elgiasi netinkamai, visada galima juos užblokuoti arba pranešti apie jų elgesį svetainės valdytojams. Pavyzdžiui, „Facebook“ šiuos nustatymus rasi užėjęs į to žmogaus profilį.

## 12. PRIKLAUSOMYBĖ NUO INTERNETO

Jei kompiuteris ir telefonas tapo geriausiais draugais, metas prisiminti, kad yra ir daugybė kitų smagių veiklų: groti, dainuoti, piešti, šokti, sportuoti, lipdyti, meistrauti...

„Telia“ iniciatyvos „Augu internete“ komanda