



## ΑΣΦΑΛΕΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Μοιάζει πιο επίκαιρη από κάθε άλλη περίοδο η αναφορά μου στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και στην ασφαλή χρήση τους. Η 9<sup>η</sup> Φεβρουαρίου έχει ανακηρυχθεί ως Παγκόσμια Ημέρα Ασφαλούς Πλοήγησης στο Διαδίκτυο και ο μήνας Φεβρουάριος αποτελεί μήνα ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης για ένα ασφαλές διαδίκτυο.

Αναμφίβολα, πολλά είναι τα θετικά αποτελέσματα που επιφέρει η χρήση του διαδικτύου. Χρησιμοποιώντας τις μηχανές αναζήτησης ο χρήστης μπορεί να ενημερωθεί, να μάθει και να αποκτήσει ποικίλου είδους γνώσεις. Το internet αποτελεί πλέον μία σχεδόν ανέξοδη, εύκολη στη χρήση και στην πρόσβαση πηγή που εξυπηρετεί οικονομικές συναλλαγές (e-banking, e-shopping), αλλά και ενισχύει την επικοινωνία μεταξύ των χρηστών με τη δημιουργία πλέον πολλών εφαρμογών και προγραμμάτων ( facebook, instagram, twitter, snapchat, tik tok, skype κ.α). Η σωστή, λελογισμένη, με μέτρο και σύνεση χρήση του βοηθά το άτομο που το χρησιμοποιεί να ενημερώνεται, να αποκτά γνώσεις, να παρακολουθεί διεθνείς και εγχώριες εξελίξεις από πολλές πηγές, να κοινωνικοποιείται κ.τ.λ.

Όσο χρήσιμη και βοηθητική παρουσιάζεται η χρήση του διαδικτύου, άλλο τόσο επιζήμια και καταστροφική μπορεί να αποβεί για το άτομο που χρησιμοποιεί αυτά τα μέσα. Το διαδίκτυο είναι ένας κόσμος ανοιχτός προς όλους και αυτό το βασικό χαρακτηριστικό του είναι που κρύβει και τους μεγαλύτερους κινδύνους. Διαδικτυακή αποπλάνηση, εθισμός, διαδικτυακός εκφοβισμός, υποκλοπή προσωπικών δεδομένων, παραπληροφόρηση είναι μόνο μερικές από τις προκλήσεις που ελλοχεύει και τα άτομα που το χρησιμοποιούν καλούνται να αντιμετωπίσουν προκειμένου να εξασφαλίσουν μια ασφαλή και ποιοτική ψηφιακή ζωή. Η αλόγιστη, χωρίς μέτρο και με άγνοια κινδύνων χρήση του εγκυμονεί πολλούς κινδύνους για τα άτομα που το χρησιμοποιούν.

Να γίνει σαφές ωστόσο πως δεν πρέπει να τρομοκρατούμαστε όταν χρησιμοποιούμε το διαδίκτυο, αλλά να έχουμε μία «Παιδεία» στα Μέσα που μας δίνει τη δυνατότητα να είμαστε κριτικοί στοχαστές σε έναν κόσμο όπου η τεχνολογία και τα μέσα ενημέρωσης είναι παντού στην καθημερινότητα και παίζουν καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση της στάσης ζωής και των επιλογών μας. Κάποιοι απλοί

κανόνες συμπεριφοράς που οφείλουμε να μην ξεχνάμε όταν κάνουμε χρήση αυτών των μέσων, είναι οι ακόλουθοι:

- ❖ Συμπεριφερόμαστε στους άλλους με τον ίδιο τρόπο που θέλουμε να μας συμπεριφέρονται
- ❖ Σεβόμαστε πάντα τις προσωπικές πληροφορίες των άλλων
- ❖ Ελέγχουμε πάντα αν, όσα μοιραζόμαστε στο διαδίκτυο είναι σωστά και έγκυρα. Αναπτύσσουμε κριτική σκέψη και εμπιστευόμαστε το ένστικτο και τη λογική μας
- ❖ Σεβόμαστε τη γνώμη των άλλων ακόμα και αν δε συμφωνούμε με αυτήν.
- ❖ Επικοινωνούμε μόνο με άτομα που γνωρίζουμε
- ❖ Επισκεπτόμαστε και ενημερωνόμαστε μόνο από έγκυρους ιστοτόπους και πηγές
- ❖ Σκεφτόμαστε πριν δημοσιεύσουμε οτιδήποτε. Να θυμόμαστε πάντα πως ότι ανεβαίνει στο διαδίκτυο μένει εκεί για πάντα και μπορεί να αναδημοσιευτεί από οποιονδήποτε.

ΕΞΑΡΧΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ