



ELBIR
Elektronikus Lakossági Bűnmegelőzési Információs Rendszer



Biztonságos internet KIHÍVÁS?!



A mai felgyorsult világban, mennyire tudunk egymásra időt szakítani, lelassulni és beszélgetni fontos dolgokról?! Szülőként nem csak az offline életben, de online térben is példát kell mutatnunk a gyerekeinknek. Ennek egyik nélkülözhetetlen alappillére a kommunikáció, amihez most a Biztonságos Internet Napja (2025. február 05.) alkalmából szeretnénk adni egy kis játékos segítséget.

Egy kihívásra hívjuk Önöket, szülőket, és azokat a felnőtteket, akik fiatalokkal foglalkoznak. Február hónapban, 28 napon keresztül minden napra van egy kérdés, ami kapcsán üljünk le a gyerekekkel, és ha csak pár percben is, de beszéljük át velük. Hallgassuk meg őket, figyeljük meg a gondolataikat, véleményüket a kérdések kapcsán. Töltsünk velük időt az online térben is, és hagyjuk, hogy beengedjenek minket abba a világba, amiben ők otthonosabban mozognak. Sokat tanulhatunk mi is tőlük. A kérdések érintenek olyan fontos témákat is, melyeket ismerve elkerülhető, hogy veszélybe kerüljenek az Internet világában.

Szeretnénk a kérdések feldolgozásához egy kis segítséget adni:

Közösségi oldalak biztonsági beállításai: Akár új profilt hozunk létre, vagy a meglévőt nézzük, fontos áttekinteni az adott közösségi oldal biztonsági beállításait, azon belül is a személyes adatainkra vonatkozó részt. Ki láthatja adatainkat, megosztásainkat, bejegyzéseinket, nézzük meg, hogy idegenek semmiképp ne férhessenek hozzá. Ellenőrizzük rendszeresen a beállításokat. Folyamatosan frissítsük az operációs rendszert, a különféle szoftvereket, legyen asztali gép, laptop, vagy okostelefon. Megbízható és naprakész biztonsági szoftvereket használjunk.

PEST VÁRMEGYEI RENDŐR-FŐKAPITÁNYSÁG
BŰNMEGELŐZÉSI OSZTÁLY



Digitális lábnyom: Fogalma azokra a jelekre, nyomokra vonatkozik, amelyek a felhasználó online jelenléte után maradnak, és amelyekből következtetni lehet a tevékenységére. A speciálisan az online környezetben keletkező nyomokat internet lábnyomnak, kiber- vagy digitális árnyéknak is nevezik. (Forrás: Wikipédia) Fontos tisztában lennünk azzal, hogy aki bármilyen adatot oszt meg magáról, aki feltölt, keresőket használ vagy jelen van az online térben, az nyomokat hagy maga után és ezekhez akár mások is hozzáférhetnek.

Jelszavak biztonsága: Egy biztonságos jelszó legalább 8-15 karakter hosszú, kis- és nagybetűk, számok és más karakterek kombinációját tartalmazza. Ha lehetséges, ne használjunk azonos jelszavakat különböző fiókokhoz. Jelszavainkat frissítsük rendszeresen. A neten nagyon sok lehetőséget, módszert találhatunk arra, hogyan tehetjük még erősebbé jelszavainkat. Érdeemes ezeket, akár együtt megnézni.

Tiktok: Egy kínai videomegosztó közösségi hálózati szolgáltatás. Rövid tánc-, szinkron-, komédia- és tehetségvideók készítésére szolgál.

Digitális detox: Imádjuk a digitalizációt, az okos kütyüket, szinte nem is tudnánk már elképzelni az életünket nélkülük, de fontos, hogy észre vegyünk, mikor veszik át életünk felett az uralmat. Ilyenkor érdemes egy kicsit megállni és tudatosan beiktatni olyan időszakokat, amikor kiszakadunk az online térből. Kíváncsiságból ki lehet tölteni okostelefon-használattal kapcsolatos kérdőíveket is.

FOMO: Fear of missing out - a lemaradástól és/vagy kimaradástól való félelem. Átható félelem attól, hogy mások tartalmas élményeket szereznek nélkülünk. A FOMO jelenségről az alábbi linkeken lehet olvasni bővebben:

<https://mindsetpszichologia.hu/fomo-tenyleg-mindenrol-lemaradunk>

<https://fearofmissingout.hu/fomo-es-ami-mogotte-van/mi-a-fomo/fomo-fear-of-missing-out/>

Álhírek/Fake news: Általánosságban elmondható, hogy az álhírek olyan hamis információkat tartalmazó hírek, amelyeket úgy tesznek közzé és hirdetnek, mintha azok valódiak lennének. Ennek egyik veszélye, hogy meg tudják változtatni akár az ember nézeteit, véleményét, felfogását, ezáltal befolyásolhatja viselkedését is. De akár jogi következményei is lehetnek az álhírek terjesztésének. Mindig ellenőrizzük egy hír valóságtartalmát.

Online játékok: Tájékozódjunk az internetes játékok használatára vonatkozó szabályokról. Fontos, hogy a gyermek minden esetben a korosztályának megfelelő játékkal játsszon. Erre vonatkozóan az un. PEGI besorolás tájékoztató, amely jelzi, hogy a játék, vagy film milyen korosztálynak készült.

Kép megosztás: Képet feltölteni magunkról a netre veszélyekkel is járhat, így mindig körültekintőnek kell lenni. Itt is érvényes az örök szabály, miszerint amit az Internetre feltöltünk az ott is marad. Nincs garancia arra, hogy rajtunk kívül más nem fér hozzá a képhez. Azzal is tisztában kell lenni, hogy a másokról készült képeket, videókat csak is kizárólag az ő beleegyezésükkel lehet megosztani.



Cyberbullying: Internetes bántalmazás. Ez egy hatalmas téma, hiszen nagyon sokféle módja van az online térben történő bántalmazásnak. Az alábbi honlapokon röviden, érthetően írnak a téma kapcsán:

<https://unicef.hu/cyberbullying>
<https://megoldaskozpont.com/cyberbullying-magyarorszagon/>

MÉM: Hétköznapi szóhasználat során a *mém* alatt olyan internetes tartalmat értenek, ami gyorsan, divatszerűen terjed általában közösségi oldalakon, vagy fórumokban illetve más felületen. Ha például lefotózzátok a macskát, valamilyen szokatlan pózban, írtok a képre valamilyen vicces szöveget, és az másoknak annyira tetszik, hogy sokan tovább osztják, akkor az egy internetes mémmé vált.

Sexting: Olyan tevékenység, amelynek során két ember szexuális tartalmú üzeneteket és képüzeneteket küldözget egymásnak, főleg okostelefonon. (Forrás: Wikipédia) Nagyon sok veszélyt rejt magában, ha erotikus tartalmú képet/videót osztunk meg magunkról, vagy küldünk el üzenetben valakinek. Könnyen visszaélhetnek ezzel, közzé tehetik a világhálón a beleegyezésünk nélkül, zsarolhatnak vele, ami súlyos lelki, de akár jogi következményekkel is járhat. Fontos tudni, hogy a jelenlegi magyar szabályozások szerint, az, aki tizennyolcadik életévét be nem töltött személyről pornográf felvételt megszerez vagy tart, készít, kínál vagy átad esetleg hozzáférhetővé tesz, kereskedik vagy nagy nyilvánosság számára hozzáférhetővé tesz az bűncselekményt követ el.

Troll: Az internetes szlengben olyan személy megnevezése, aki provokatív, ingerlő módon, tárgyhoz nem tartozó üzenetekkel bombáz egy online közösséget (például internetes fórum, chat, blog, levelezőlista), vagy személyes hitbéli meggyőződését ellentmondást nem tűrő, pökhendi erőszakossággal sulykolja, azzal a konkrét szándékkal, hogy más felhasználókból heves reakciókat provokáljon ki, vagy más módon zavarja, lehetetlenítse el a témába vágó eszmecsérét. (Forrás: Wikipédia)

Adathalászat: Azt az eljárást nevezzük, amikor egy internetes csaló oldal egy jól ismert cég hivatalos oldalának láttatja magát és megpróbál bizonyos személyes adatokat, például azonosítót, jelszót, bankkártyaszámot stb. illetéktelenül megszerezni.

Etikus hacker: Azokat a kiemelt tudással rendelkező informatikai szakembereket nevezzük így, akik tudásukat arra használják fel, hogy megbízás alapján biztonsági hibákat tárjanak fel és javítsanak ki, ezáltal elkerülve és megelőzve a „black-hat” hackerek betörési kísérleteit.

Oldalak, ahova a gyerekek, fiatalok baj esetén fordulhatnak:

<https://kek-vonal.hu/>
<https://saferinternet.hu/>
<https://yelon.hu/>
<https://www.mediatudor.hu/>
<https://nmhh.hu/internethotline/>

**Pest Vármegyei Rendőr-főkapitányság
Bűnmegelőzési Osztály**

PEST VÁRMEGYEI RENDŐR-FŐKAPITÁNYSÁG
BŰNMEGELŐZÉSI OSZTÁLY