

„Co złego może spotkać nas w wirtualnej rzeczywistości?”

INTERNET - w obecnych czasach zapewne nie ma osoby, która by z niego chociaż raz nie korzystała. Daje on niezrównane możliwości, jest codziennym narzędziem pracy i komunikacji, otwiera szerokie okno na świat. Wielu z nas zapewnia dostęp do informacji w każdej dziedzinie wiedzy. Umożliwia edukację i rozrywkę. Każdy może znaleźć coś odpowiedniego dla siebie. Właściwie nikt już nie wyobraża sobie życia bez niego - niektórzy twierdzą, że jest „sposobem na życie” lub jest po prostu codziennością. Można śmiało powiedzieć INTERNET jest WSPANIAŁY. Niestety może być także NIEBEZPIECZNY. Podobnie jak alkohol, papierosy czy narkotyki potrafi uzależnić. Wkrada się w życie podstępnie, powoli uzależniając od siebie. Dawne marzenia i postawione cele przestają się liczyć. Osoba uzależniona nie potrafi już żyć w realnym świecie, liczy się tylko wirtualny. Przy komputerze spędza coraz więcej czasu, nie zdając sobie sprawy z jego upływu. Przestaje wykonywać codzienne obowiązki, zaniedbuje szkołę, pracę. Będąc w swoim wymyślanym świecie nie odczuwa nawet głodu.

Uwaga! Jeżeli zaczniesz wybierać zabawę na komputerze zamiast na przykład spotkania z przyjaciółmi wówczas w Twojej głowie winno zapalić się pomarańczowe światło. Informuje ono, że powoli wkraczasz w fazę uzależnienia. Nie ignoruj tego ostrzeżenia bowiem osoba uzależniona tego nie widzi, na wszelkie sugestie otoczenia reaguje agresywnie. Jednak sama nie jest w stanie sobie poradzić. Musi wziąć udział w zajęciach terapeutycznych prowadzonych przez specjalistów z dziedziny uzależnień.

Dlatego aby nie ulec uzależnieniu jakim jest INTERHOLIZM powinieneś przestrzegać kilku zasad

- Po pierwsze nie ma *rzeczy* ważniejszych od komputera i Internetu,
- siadając przy komputerze miej określony cel,
- ustal czas jaki możesz spędzić w Sieci - sztywno go przestrzegaj.
- Traktuj Internet jako narzędzie ułatwiające, a nie zastępujące życie.

Zachowaj kontrolę nad Siecią, bo inaczej ona zapanuje nad Tobą.

W Internecie każdy jest ANONIMOWY, inni o Tobie wiedzą tyle ile sami o sobie powiesz. Często bywa, że kreujesz wizerunek osoby której naprawdę nie ma., często podświadomie udajesz osobę jaką chciałbyś być. Jest to na tyle niebezpieczne, że z czasem zaczyna się to podobać, zaczynasz tęsknić za chwilą kiedy będziesz mógł przenieść się w tę osobę. Przestajesz siebie lubić, nie akceptujesz swojego wyglądu. Prowadzi to do tego, że coraz więcej czasu przesiadujesz w cyberprzestrzeni.

Rada jest taka: bądź sobą, nie udawaj kogoś innego.

Nie oznacza to, że masz podawać swoje dane personalne, adres zamieszkania. Z tym podawaniem danych, które umożliwią odnalezienie Ciebie w świecie realnym należy postępować bardzo rozważnie i

ostrożnie. Pamiętaj, jeżeli TY możesz udawać kogoś innego, to osoba, siedząca po drugiej stronie również może nie być tą za którą się podaje. Jeżeli postanowisz spotkać się z taką osobą, aby nie spotkało Cię nic złego wybierz na spotkanie miejsce publiczne ogólnie dostępne np. kawiarenka, w którym jest dużo ludzi. Jeżeli, coś nie będzie się Tobie podobało zawsze z takiego miejsca będziesz mógł spokojnie wyjść, albo poprosić kogoś o pomoc.

Pamiętaj, abyś o planowanym spotkaniu powiedział swoim Rodzicom, przecież nie robisz nic złego. Muszą wiedzieć gdzie, kiedy i z kim się spotykasz.

Surfując w cyberprzestrzeni możesz spotkać się niestety i z INTERNETOWYMI OSZUSTAMI. Jeżeli otrzymasz pocztą elektroniczną wiadomość na przykład ze „swojego” banku, czy sklepu internetowego, z prośbą dokonanie aktualizacji danych osobowych, zachowaj czujność. Zanim wypełnisz ten dokumentu, mimo że wygląda wiarygodnie, sprawdź czy bank faktycznie prosi Ciebie o uzupełnienie danych. Nie czyniąc tego możesz stać się ofiarami przestępstwa, Twoje konto może zostać „wyczyszczone” z pieniędzy, albo ktoś na Twoje konto zrobi zakupy.

Na koniec jeszcze o czymś ważnym!

Każde miejsce, środowisko posiada zbiór zasad postępowania jakie w nim obowiązują. Również użytkownicy Internetu takie zasady utworzyli tzw. NETYKIETA. Oprócz ogólnych zasad, w poszczególnych miejscach w Sieci - na przykład na forum, w grupie dyskusyjnej czy czacie - obowiązują szczegółowe wskazówki dotyczące pożądanych zachowań. Łatwo je *znaleźć* i warto się z nimi jak najszybciej zapoznać, żeby nie łamać panujących w danym miejscu zasad. Przestrzeganie ich zapewni wszystkim przyjemne korzystanie z Sieci.

Musisz wiedzieć, że ANONIMOWOŚĆ w Internecie jest POZORNA. Dopóki nie zrobisz nic złego ani coś co mogłoby przeszkadzać innym, nikt nie będzie identyfikował Twojej osoby. Jednak w razie potrzeby można z łatwością ustalić, kto dopuścił się danego przewinienia w sieci. Zanim więc zdecydujesz się zrobić coś niemądrego przemyśl i zastanów się, czy warto narażać się na nieprzyjemności.