

A5.3.1 Κίνδυνοι από τη Χρήση του Διαδικτύου και η Αντιμετώπισή Τους

Τι θα μάθουμε σήμερα:

- ◆ Να αναγνωρίζουμε και να περιγράφουμε τις πιο γνωστές κατηγορίες κινδύνων που μπορεί να προκύψουν από τη χρήση του διαδικτύου, κακόβουλα προγράμματα, ανεπιθύμητα μηνύματα (Spam), υποκλοπή Προσωπικών Δεδομένων (Phising), πρόσβαση σε ακατάλληλο περιεχόμενο, παραπληροφόρηση, παραβίαση πνευματικών δικαιωμάτων και εθισμός στο διαδίκτυο
- ◆ Να αντιμετωπίζουμε τις πιο γνωστές κατηγορίες κινδύνων που μπορεί να προκύψουν από τη χρήση του διαδικτύου, κακόβουλα προγράμματα, ανεπιθύμητα μηνύματα (Spam), υποκλοπή Προσωπικών Δεδομένων (Phising), πρόσβαση σε ακατάλληλο περιεχόμενο, παραπληροφόρηση, παραβίαση πνευματικών δικαιωμάτων και εθισμός στο διαδίκτυο.

1. Κίνδυνοι που προκύπτουν από τη χρήση του Διαδικτύου

Αδιαμφισβήτητα, το διαδίκτυο και οι υπηρεσίες που συμπεριλαμβάνει, προσφέρουν στους χρήστες αρκετά πλεονεκτήματα. Ταυτόχρονα όμως, αρκετοί είναι και οι κίνδυνοι που ελλοχεύουν από τη χρήση του διαδικτύου. Θα πρέπει να είμαστε επαρκώς ενημερωμένοι για να μπορούμε να αναγνωρίζουμε και να αντιμετωπίζουμε αυτούς τους κινδύνους.

Οι συνήθεις κίνδυνοι που μπορεί να προκύψουν με τη χρήση του διαδικτύου είναι:

- Κακόβουλα προγράμματα
- Ανεπιθύμητα Μηνύματα (Spam)
- Υποκλοπή Προσωπικών Δεδομένων (Phising)
- Πρόσβαση σε ακατάλληλο περιεχόμενο
- Παραπληροφόρηση
- Παραβίαση Πνευματικών δικαιωμάτων
- Εθισμός στο Διαδίκτυο
- Εκφοβισμός (CyberBullying)
- Παραποίηση Γλώσσας
- Φυσικές Παθήσεις

2. Κακόβουλα Προγράμματα:

Συχνά ακούμε για υπολογιστές και δίκτυα που μολύνθηκαν από ιούς, δούρειους ίππους ή σκουλήκια (viruses, Trojan horses, worms). Αυτά είναι διάφοροι τύποι κακόβουλων προγραμμάτων που δρουν καταστροφικά με διαφορετικό τρόπο και συνήθως:

- «Μολύνουν» άλλα προγράμματα του υπολογιστή μας.
- Διαγράφουν ή αλλάζουν αρχεία στον υπολογιστή μας χωρίς να το καταλάβουμε.
- Μεταφέρουν στον υπολογιστή μας άλλα επιβλαβή προγράμματα.
- Γεμίζουν τον υπολογιστή μας με άχρηστα προγράμματα, τα οποία επιβραδύνουν ή ακόμα σταματούν εντελώς τη λειτουργία του.

Για να προστατευθούμε από τις συνέπειες των κακόβουλων προγραμμάτων, προληπτικά, θα πρέπει να ακολουθούμε τις εξής οδηγίες:

- Επιλογή ενός καλού προγράμματος καταπολέμησης ιών (antivirus program) το οποίο δεν θα επιτρέπει σε μολυσμένα αρχεία να εισβάλουν στον υπολογιστή μας. Υπάρχουν πολλά τέτοια προγράμματα (Kaspersky, Panda, Nod32, Norton, Avg, Avira, κ.ά.), ορισμένα πρέπει να τα αγοράσεις ενώ κάποια άλλα προσφέρονται δωρεάν.
- Συνεχής ανανέωση (update) του προγράμματος καταπολέμησης ιών για προστασία από νέους ιούς οι οποίοι εμφανίζονται καθημερινά.
- Τήρηση αντιγράφων ασφαλείας (back up) όλων των αρχείων σας.
- Επιλογή της πλήρους εμφάνισης των τύπων αρχείων στον Η/Υ σας. Ίσως κάποιος να σας στείλει μια «φωτογραφία» ως photo.jpg.vbs. Αν δεν έχετε την παραπάνω επιλογή ενεργοποιημένη, θα εκτελέσετε το αρχείο το οποίο θα περιέχει οτιδήποτε άλλο παρά φωτογραφία.
- Όσο πιο αυστηρές ρυθμίσεις ασφαλείας ενεργοποιείτε στον υπολογιστή σας, τόσο πιο αυστηρή πρόσβαση σε σελίδες του διαδικτύου θα έχετε. Η συνήθης ρύθμιση ασφαλείας στους φυλλομετρητές είναι η «μεσαία».

Για να αντιμετωπίσουμε πιθανή μόλυνση από κακόβουλα προγράμματα, μπορούμε να δοκιμάσουμε τα εξής:

- Αν ο υπολογιστής μας έχει μολυνθεί από ιό και έχουμε εγκατεστημένο πρόγραμμα καταπολέμησης ιών, το βάζουμε να κάνει πλήρη έλεγχο όλου του σκληρού μας δίσκου (full system scan). Αν βρει τον ιό, θα προβεί αυτόματα στις κατάλληλες ενέργειες, είτε διαγράφοντάς τον, είτε απομονώνοντάς τον από το υπόλοιπο σύστημα.
- Σε περίπτωση που το πρόγραμμα καταπολέμησης ιών μας αδυνατεί να αποκαταστήσει τη ζημιά, δοκιμάζουμε με κάποιο άλλο πρόγραμμα καταπολέμησης ιών, ίσως αυτό να έχει καλύτερα αποτελέσματα.
- Προσπαθούμε να βρούμε από το Διαδίκτυο το πρόγραμμα απομάκρυνσης του ιού (virus removal tool) επισκεπτόμενοι τις κατάλληλες διευθύνσεις (εδώ πρέπει να γνωρίζουμε την ακριβή ονομασία του ιού, προκειμένου να βρούμε το κατάλληλο για αυτόν πρόγραμμα) και, αφού το κατεβάσουμε σε μια «καθαρή» δισκέτα, το τρέχουμε στον υπολογιστή μας πάνω από μία φορά.
- Γνωστές εταιρείες προσφέρουν τη δυνατότητα ελέγχου και απομάκρυνσης των ιών του υπολογιστή μας on-line.

3. Ανεπιθύμητα μηνύματα (Spam)

Τα ανεπιθύμητα μηνύματα είναι μηνύματα τα οποία αποστέλλονται μαζικά, συνήθως αφορούν τυχερά παιχνίδια και διαφημίσεις προϊόντων ή υπηρεσιών, και συνήθως απευθύνονται σε ένα μεγάλο σύνολο παραληπτών, χωρίς αυτοί να το επιθυμούν και χωρίς να έχουν συνειδητά προκαλέσει την αλληλογραφία με τον εν λόγω αποστολέα.

Για να αντιμετωπίσουμε το συγκεκριμένο πρόβλημα μπορούμε να ακολουθούμε τις εξής συμβουλές:

- Δεν δίνουμε ποτέ την ηλεκτρονική μας διεύθυνση σε οργανισμούς που δεν εμπιστευόμαστε.
- Δεν απαντούμε ποτέ σε τέτοια μηνύματα.
- Ρυθμίζουμε την υπηρεσία φιλτραρίσματος του ηλεκτρονικού μας ταχυδρομείου έτσι ώστε να απορρίπτει αυτόματα τέτοια μηνύματα.

3.1 Υποκλοπή Προσωπικών Δεδομένων (Phishing)

Η υποκλοπή προσωπικών δεδομένων σχετίζεται με την παραπλάνηση ενός χρήστη μέσω ηλεκτρονικού μηνύματος έτσι ώστε να δώσει προσωπικές πληροφορίες όπως είναι ο αριθμός ταυτότητας, ο αριθμός τραπεζικού λογαριασμού και διάφοροι κωδικοί πρόσβασης. Το ηλεκτρονικό μήνυμα συνήθως παραπέμπει τον χρήστη σε μια «πλαστή» ιστοσελίδα όπου ζητείται η καταχώρηση διάφορων προσωπικών στοιχείων.

Για να αντιμετωπίσουμε το συγκεκριμένο πρόβλημα μπορούμε να ακολουθούμε τις εξής συμβουλές:

- Ελέγχουμε πάντοτε τον αποστολέα οποιουδήποτε μηνύματος που μας ζητά να δώσουμε προσωπικές πληροφορίες.
- Δεν δίνουμε ποτέ προσωπικές πληροφορίες μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου.

4. Πρόσβαση σε Ακατάλληλο Περιεχόμενο

Στο ακατάλληλο περιεχόμενο συμπεριλαμβάνονται οποιεσδήποτε πληροφορίες οι οποίες προάγουν το ρατσισμό, τη ξενοφοβία, την πορνογραφία, τη βία, τα τυχερά παιχνίδια και άλλες επιβλαβείς συμπεριφορές.

Για να αντιμετωπίσουμε αυτό τον κίνδυνο μπορούμε να κάνουμε τα εξής:

- Καταγγέλλουμε ιστοσελίδες με ακατάλληλο περιεχόμενο στην ιστοσελίδα www.cyberethics.info ή στο τηλέφωνο 22674747 (Γραμμή Καταγγελιών HotLine) ή/και στην αστυνομία.
- Εγκαθιστούμε λογισμικό φιλτραρίσματος πληροφοριών σε υπολογιστές που χρησιμοποιούνται από παιδιά (π.χ. "Safe Internet" της Αρχής Τηλεπικοινωνιών Κύπρου).
- Εάν κάτι μας κάνει να νιώθουμε άβολα ή αμήχανα, κλείνουμε τον φυλλομετρητή μας και το αναφέρουμε αμέσως σε κάποιον ενήλικα.
- Συμβουλευόμαστε τις ενδείξεις του συστήματος ηλικιακών διαβαθμίσεων με την ονομασία Πανευρωπαϊκό Σύστημα Πληροφόρησης για τα Ηλεκτρονικά Παιχνίδια (Pan-European Game Information – PEGI). Οι επισημάνσεις PEGI εμφανίζονται στο εμπρός και στο πίσω μέρος της συσκευασίας προσδιορίζοντας ένα από τα ακόλουθα ηλικιακά επίπεδα: 3, 7, 12, 16 και 18. Οι περιγραφικές ενδείξεις στο πίσω μέρος της συσκευασίας αναφέρουν τους κύριους λόγους για τους οποίους ένα παιχνίδι έλαβε μια ορισμένη ηλικιακή διαβάθμιση. Υπάρχουν οχτώ τέτοιες περιγραφικές ενδείξεις: βία, χυδαία γλώσσα, φόβος, ναρκωτικά, σεξ, διακρίσεις, τζόγος και online παιχνίδι με άλλα άτομα.



Πολλοί δικτυακοί τόποι και online υπηρεσίες περιέχουν μικρά παιχνίδια. Προκειμένου να καλυφθεί αυτός ο ταχέως αναπτυσσόμενος τομέας, δημιουργήθηκε η επισήμανση PEGI OK. Όταν ένα μικρό online παιχνίδι σε έναν δικτυακό τόπο φέρει την επισήμανση "PEGI OK", αυτό σημαίνει ότι μπορεί να



παιχτεί από παίκτες όλων των ηλικιακών ομάδων, καθώς δεν περιλαμβάνει δυνητικά ακατάλληλο περιεχόμενο.

5. Παραπληροφόρηση

Παραπληροφόρηση στο Διαδίκτυο είναι δυνατό να συμβεί με την παρουσίαση διαφόρων ψευδών ή αναληθών ή τροποποιημένων πληροφοριών σε ιστοσελίδες, με πιθανό σκοπό την παραπλάνησή μας. Παραπληροφόρηση συμβαίνει και όταν οι πληροφορίες είναι ελλιπείς, με αποτέλεσμα να οδηγήσουν σε λανθασμένα συμπεράσματα.

Για να αντιμετωπίσουμε τον κίνδυνο της παραπληροφόρησης μπορούμε να ακολουθούμε τα εξής:

- Αξιολογούμε τις πληροφορίες που βρίσκουμε στο Διαδίκτυο και ελέγχουμε τον συγγραφέα, την προέλευση της σελίδας, τη βιβλιογραφία της πληροφορίας.
- Χρησιμοποιούμε πολλαπλές πηγές πληροφοριών και διασταυρώνουμε τις πληροφορίες που βρίσκουμε στο Διαδίκτυο.
- Επισκεπτόμαστε βιβλιοθήκες, όχι μόνο το Διαδίκτυο, και χρησιμοποιούμε ποικιλία πηγών, όπως εφημερίδες, περιοδικά και βιβλία.
- Μαθαίνουμε πώς λειτουργεί το Διαδίκτυο, όπως το ότι ο καθένας μπορεί να δημιουργήσει μια διαδικτυακή τοποθεσία, χωρίς να τον ελέγχει κανείς και με μεγάλη ευκολία μπορεί κάποιος να αναρτήσει λανθασμένες πληροφορίες και ατεκμηρίωτες απόψεις.
Γι' αυτό τον λόγο απαιτείται να χρησιμοποιούμε πηγές που γενικά θεωρούνται έγκυρες.

6. Παραβίαση Πνευματικών Δικαιωμάτων

Γενικά, η παραβίαση πνευματικών δικαιωμάτων έχει σχέση με την αντιγραφή της εργασίας άλλου ατόμου χωρίς την άδειά του. Απαγορεύεται γενικά η δημοσίευση υλικού του οποίου κάποιος τρίτος έχει τα πνευματικά δικαιώματα, ακόμη και όταν τα διανέμει δωρεάν. Η παραβίαση των πνευματικών δικαιωμάτων ενός ατόμου ή εταιρείας αποτελεί ποινικό αδίκημα και οι ένοχοι διώκονται ποινικά.

Τα δικαιώματα ενός έργου τα έχει αποκλειστικά ο δημιουργός (ακολουθούν μερικά παραδείγματα)

- Ο συγγραφέας ενός βιβλίου, άρθρου, κ.λπ.
- Ο συνθέτης ενός τραγουδιού.
- Ο σκηνοθέτης ενός έργου.
- Ο προγραμματιστής ενός προγράμματος.

Σήμερα με τη χρήση του διαδικτύου η παραβίαση των πνευματικών δικαιωμάτων πήρε μεγάλες διαστάσεις. Μερικά παραδείγματα παραβίασης πνευματικών δικαιωμάτων μέσω διαδικτύου είναι τα ακόλουθα:

- Χρήση παράνομων προγραμμάτων (αντιγραμμένα προγράμματα – όχι γνήσια)
- Παράνομη αντιγραφή αρχείων μουσικής και βίντεο.
- Παράνομη αντιγραφή και χρήση ηλεκτρονικών βιβλίων.

Το πρόβλημα των πνευματικών δικαιωμάτων είναι πολύ δύσκολο να αντιμετωπιστεί λόγω και της πολυπλοκότητας του διαδικτύου. Όλοι μας θα πρέπει να σεβόμαστε τον δημιουργό ενός έργου και να ενεργούμε ηθικά και έντιμα. Θα πρέπει πάντα να αναλογιζόμαστε τον κόπο και

τον μόχθο του δημιουργού πριν προβαίνουμε σε οποιαδήποτε πράξη παραβίασης πνευματικών δικαιωμάτων.

7. Εθισμός στο Διαδίκτυο

Ο Εθισμός στο Διαδίκτυο (internet addiction) μπορεί να προκύψει με την πολύωρη ενασχόληση ατόμων σε διαδικτυακές δραστηριότητες όπως είναι τα παιχνίδια, δωμάτια συζητήσεων, ηλεκτρονικός τζόγος και άλλα. Τα άτομα που είναι εθισμένα στο διαδίκτυο είναι πιθανό να παρουσιάσουν κάποια από τα εξής ψυχοσωματικά συμπτώματα:



7.1 Ψυχολογικά συμπτώματα:

- Νιώθουμε μια αίσθηση ευφορίας όση ώρα βρισκόμαστε στον υπολογιστή.
- Είμαστε ανίκανοι να σταματήσουμε τη δραστηριότητά μας στον υπολογιστή.
- Αποζητούμε όλο και περισσότερο χρόνο στον υπολογιστή.
- Παραμελούμε την οικογένεια, τους φίλους και τα μαθήματά μας.
- Νιώθουμε κενοί, θλιμμένοι και οξύθυμοι όταν δεν βρισκόμαστε στον υπολογιστή.
- Λέμε ψέματα στην οικογένεια και τους φίλους μας για τις δραστηριότητές μας.
- Οι μεγαλύτεροι αντιμετωπίζουν προβλήματα με την οικογένεια και τη δουλειά τους.

7.2 Σωματικά συμπτώματα:


- Διατροφικές διαταραχές.
- Διαταραχές του ύπνου και αλλαγή των συνηθειών ύπνου.
- Μυοσκελετικές παθήσεις (π.χ. σκολίωση).
- Μειωμένη αθλητική δραστηριότητα.
- Ξηρά μάτια - μυωπία.
- Ημικρανίες.
- Παραμέληση προσωπικής υγιεινής.

Ο εθισμός στο Διαδίκτυο είναι μια σχετικά νέα μορφή εξάρτησης, η οποία ορίζεται ως η «ενασχόληση με το Ίντερνετ για άντληση αισθήματος ικανοποίησης που συνοδεύεται με αύξηση του χρόνου που καταναλώνεται για την άντληση αυτού του αισθήματος». Με στόχο την αποτελεσματική αντιμετώπιση της εξάρτησης αυτής θα πρέπει να έχουμε υπόψη τα ακόλουθα:

- Ευαισθητοποιούμε και ενημερωνόμαστε για το φαινόμενο του εθισμού.
- Χρησιμοποιούμε το Διαδίκτυο με μέτρο.
- Συμπεριλαμβάνουμε στο καθημερινό μας πρόγραμμα εναλλακτικές δραστηριότητες που περιλαμβάνουν ενασχόληση με ομαδικά αθλήματα, χορωδίες, χορό και άλλες ασχολίες.

Όπως φαίνεται με αυτά που έχουν προαναφερθεί, η πρόσβαση στο Διαδίκτυο και η χρήση των υπηρεσιών που προσφέρονται μέσω αυτού δεν είναι ακίνδυνη. Ως χρήστες του διαδικτύου, θα πρέπει να είμαστε ικανοί τόσο να αναγνωρίζουμε όσο και να αντιμετωπίζουμε αυτούς τους κινδύνους. Φυσικά, οι κίνδυνοι του διαδικτύου δεν περιορίζονται σε αυτούς που έχουν προαναφερθεί, αλλά συμπεριλαμβάνουν και άλλους που θα συζητηθούν μεταγενέστερα, όπως είναι ο Εκφοβισμός (CyberBullying), η Παραποίηση της Γλώσσας και οι Φυσικές Παθήσεις.

Βασικές Έννοιες

Κίνδυνοι Διαδικτύου:	Διάφορα προβλήματα που προκαλούνται μέσα από τη χρήση δικτύων και κυρίως του διαδικτύου και στρέφονται εναντίον ατόμων
Κακόβουλα Προγράμματα:	Ιοί, δούρειοι ίπποι ή σκουλήκια (viruses, Trojan horses, worms). Προγράμματα τα οποία προκαλούν προβλήματα στη λειτουργία του Η/Υ
Πρόγραμμα καταπολέμησης ιών - antivirus program:	Πρόγραμμα που απομονώνει ή διαγράφει ιούς τους οποίους εντοπίζει στον υπολογιστή μας
Ανεπιθύμητα Μηνύματα (Spam):	Η μαζική αποστολή μεγάλου αριθμού μηνυμάτων τα οποία συνήθως αφορούν τυχερά παιχνίδια και διαφημίσεις προϊόντων ή υπηρεσιών, απευθύνονται σε ένα σύνολο παραληπτών χωρίς αυτοί να το επιθυμούν και χωρίς να έχουν συνειδητά προκαλέσει την αλληλογραφία με τον εν λόγω αποστολέα.
Υποκλοπή προσωπικών Στοιχείων - (Phishing):	Η εξαπάτηση ενός χρήστη πείθοντάς τον να δώσει προσωπικές πληροφορίες μέσω διαδικτύου
Ακατάλληλο περιεχόμενο στο διαδίκτυο:	Οποιοσδήποτε διαδικτυακές πληροφορίες οι οποίες προάγουν τον ρατσισμό, τη ξеноφοβία, την πορνογραφία, τη βία, τα τυχερά παιχνίδια και άλλες επιβλαβείς συμπεριφορές.
PEGI (Pan-European Game Information)	Σύστημα ηλικιακών διαβαθμίσεων για τα Ηλεκτρονικά Παιχνίδια
PEGI OK	 Το online παιχνίδι σε έναν δικτυακό τόπο μπορεί να παιχτεί από παίκτες όλων των ηλικιακών ομάδων, καθώς δεν περιλαμβάνει δυνητικά ακατάλληλο περιεχόμενο
Παραπληροφόρηση από το διαδίκτυο:	Η παρουσίαση διαφόρων ψευδών, αναληθών ή τροποποιημένων πληροφοριών σε ιστοσελίδες, με σκοπό την παραπλάνησή μας, έτσι ώστε να μας οδηγήσουν σε λανθασμένα συμπεράσματα
Παραβίαση πνευματικών δικαιωμάτων:	Η αντιγραφή και χρησιμοποίηση της εργασίας άλλου ατόμου χωρίς την άδειά του
Εθισμός στο Διαδίκτυο:	Η ενασχόληση με το διαδίκτυο για άντληση αισθήματος ικανοποίησης που συνοδεύεται με αύξηση του χρόνου που καταναλώνεται για την άντληση αυτού του αισθήματος.