



Könnyen érthető segédanyag

Internetes biztonság tudatosság témában



Tippek a Facebook biztonságos használatához

A segédanyag létrejöttét az Értelmi Sérülteket Szolgáló Társadalmi Szervezetek és Alapítványok Országos Szövetsége (ÉTA) támogatta.

2022





Miről szól a segédanyag?

Ez a rövid füzet az Internetről szól.
Az Interneten található a Facebook.

A Facebook jó szórakozás,
de sok veszélyt is rejt magában.

A biztonságtudatosság azt jelenti,
ezeket a veszélyeket megismerjük,
és ezekre odafigyelve, biztonságosan
használjuk a Facebook-ot.

A füzetben szó lesz arról,
hogy milyen veszélyekre kell odafigyelni,
és hogy mit lehet tenni ellenük.

A Facebook legfontosabb
biztonsági beállításait is megtaláljuk
képes formában.

Az Internet

- Az Internetet a **számítógépen, okostelefonon és tableten keresztül** lehet elérni.
- Az Internet lényege, hogy a világ különböző pontjain található **számítógépeket összekötjük.**

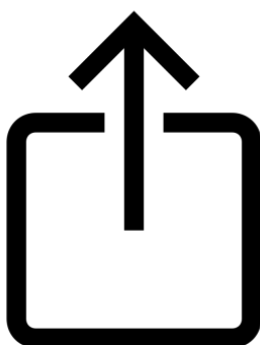


- Az összekötésnek köszönhetően **megoszthatjuk** számítógép tulajdonos ismerőseinkkel a képeinket, videóinkat, vagy az írásainkat.
- Számítógép tulajdonos **ismerőseink is megoszthatják velünk** a képeiket, videóikat, vagy az íásaikat.



Mit jelent a megosztás?

- A megosztás során a **számítógépünk az Internet segítségével elküldi a másik számítógépre az írásainkat, zenénket, vagy videónkat.**
- **Nekünk kell eldönteni,** hogy mit osztunk meg másokkal.
- Ha meggondolatlanul cselekszünk, akkor **akár bajba is kerülhetünk.**
- A megosztás **jele** általában ez az okostelefonon és interneten is:



A digitális lábnyom

- Internetezés során a számítógépek **mindent megjegyeznek, amit csináltunk.**
- Írásainkat, képeinket, videóinkat **nem lehet letörölni az Internetről.**
- Ezt nevezzük **digitális lábnyomnak.**
- Digitális lábnyomunkat az interneten **mindenki láthatja.**





Facebook

- A Facebook az **interneten található weboldal.**
- A Facebook egy olyan weboldal, ahol **beszélgethetünk az ismerőseinkkel.**
- A Facebook egy olyan weboldal, ahol **megmutathatjuk ismerőseinknek a képeinket,**
- A Facebook egy olyan weboldal, ahol **megoszthatjuk másokkal a gondolatainkat.**
- A Facebook egy olyan weboldal, ahol **ismerőseink képeit is megnézhetjük.**





A Facebook biztonságos használata

- A Facebook-ot szabadidőnkben használjuk pihenés és kapcsolattartás céljából.
- Ahhoz, hogy jó élmény legyen a Facebook használata, **meg kell tanulnunk a weboldal biztonsági beállításait.**
- Biztonsági beállításokkal **elkerülhetjük az ismerőseink vagy idegenek bántó szavait.**
- Biztonsági beállításokkal **elkerülhetjük, hogy idegenek kapcsolatba tudjanak lépni velünk.**
- Biztonsági beállítások az **Adatvédelmi beállítások.**





Mire figyeljünk oda a Facebook használatakor?

- Ha egy ismeretlen, **idegen személy kapcsolatba akar lépni** velünk
- Ha egy ismeretlen, **idegen személy hozzászól a képünkhöz** vagy bejegyzésünkhöz
- Ha egy ismeretlen, **idegen személy ismerkedni akar velünk** párkapcsolat céljából
- Ha egy ismeretlen, idegen személy vagy egy ismerősünk **ártó, bántó dolgot ír**
- Ha egy ismeretlen, idegen személy vagy egy ismerősünk **pucér képet küld magáról, vagy kér tőlünk**
- Ha valaki a nevünkben **ártó dolgokat ír az ismerőseinknek** (feltört Facebook fiók).



Mit tehetünk ezekben a helyzetekben?

- Biztonsági beállításokkal **elkerülhetjük, hogy idegenek kapcsolatba tudjanak lépni velünk.**
- Biztonságos **jelszóval elkerülhetjük, hogy feltörjék a Facebook fiókunkat.**
- **„Nem”-et mondással** a chatben megvédhetjük magunkat a rossz szándékú ismerősökkel szemben.
- Az idegen vagy az ismerősünk Facebook üzenetének vagy hozzászólásának a **törlésével és letiltással** megvédhetjük magunkat az ártó szavaktól, a bántalmazástól.
- **Segítséget kérhetünk olyan személytől, akiben bízunk.** Például családtag, gondozó, mentor, gondnok, segítő. Ők segítenek megvédeni magunkat.



Biztonságos jelszó készítése

- Biztonságos jelszóval elkerülhetjük, hogy idegenek feltörjék a Facebook fiókunkat, és kárt okozzanak nekünk.

Biztonságos jelszó készítésének lépései:

1. Válasszunk nehezebb, összetett szót!
Például: ablakuveg
 2. Használjunk nagy betűket is!
Például nagy A, nagy U és nagy G: **AblakUveG**
 3. Használjunk **számokat** a jelszóban!
Például 01: **AblakUveG01**
 4. Haladó szint: használjunk speciális karaktereket!
Például &@#~%: **Abl@kUveG01**
- Ne használjuk a saját nevünket a jelszóban!
 - A jelszavunkat ne mutassuk meg senkinek!



Facebook jelszó módosítása

Mikor változtassuk meg a jelszavunkat?

- Ha arra gyanakszunk, hogy valaki jogosulatlanul lépett be a profilunkba.
- Ha arra gyanakszunk, hogy valaki megtudta jelszavunkat.

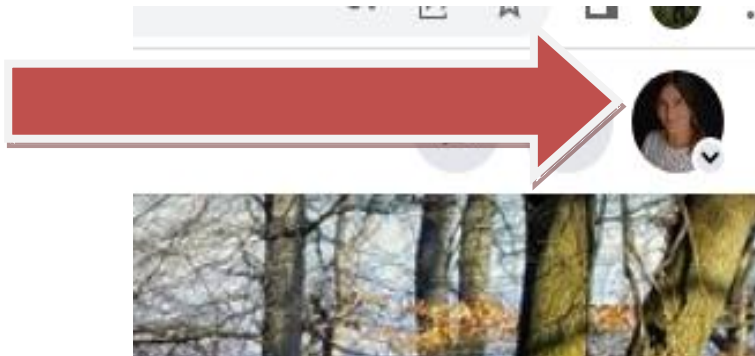
Ha megváltoztatjuk a jelszavunkat:

- Más nem tud belépni a profilunkba.
- A régi jelszavunkat már nem tudjuk használni.

- **Írjuk fel vagy jegyezzük meg az új jelszavunkat!**
- **A jelszavunkat ne mutassuk meg senkinek!**

Hogyan módosítjuk a Facebook jelszót?

1. Kattintsunk a saját **profilképünkre** vagy a **☰** menüpontra a Facebook jobb felső sarkában.



2. Válasszuk ki a **Beállítások és adatvédelem** lehetőséget.
3. Kattintsunk a **Beállítások** opcióra.

4. Kattintsunk a **kék lakatra** vagy az (Adatvédelmi) **Beállítások ellenőrzése** opcióra.

Adatvédelmi beállítások ellenőrzése

A legfontosabb adatvédelmi és biztonsági beállításaid ellenőrzése egy végigkísért folyamatban.

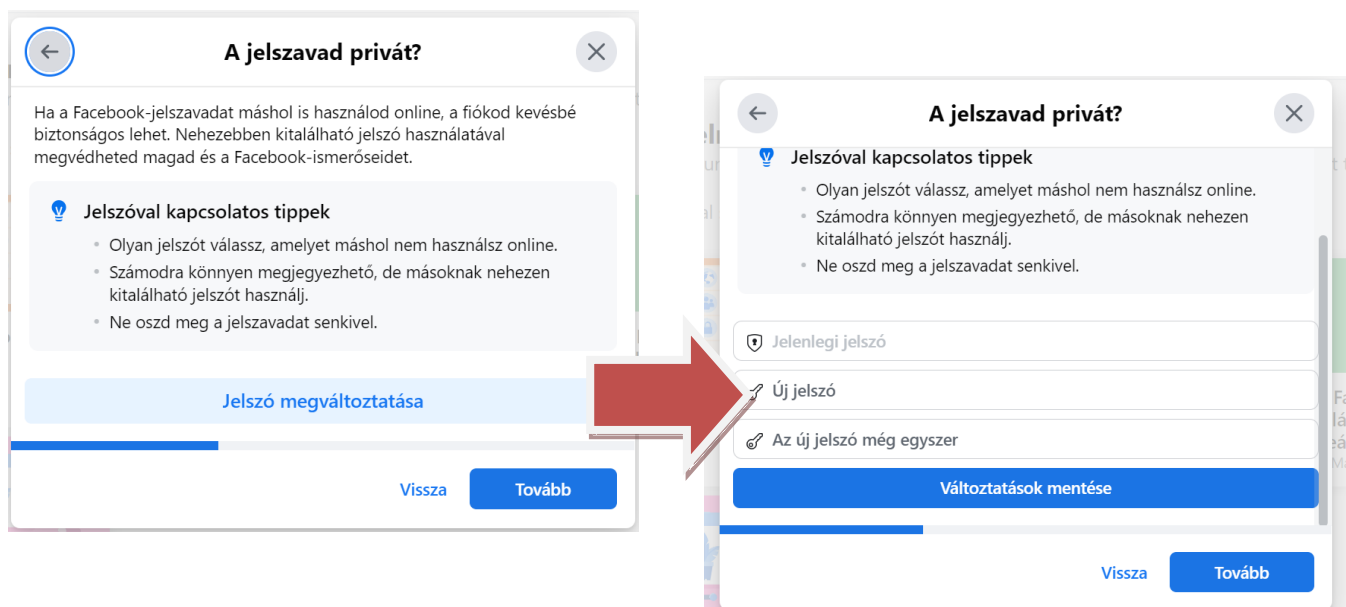


5. Keressük meg a **kék** színű „**Hogyan tudod biztonságban tartani a fiókot?**” menüt.





6. Kattintsunk a **kék** színű **Folytatás** gombra.
7. A **Jelszavad privát?** ablakban kattintsunk a **Jelszó megváltoztatása** gombra.
8. Írjuk be az új jelszót **2-szer**.
9. A **Tovább** gombra kattintva zárjuk be ezt az ablakot.

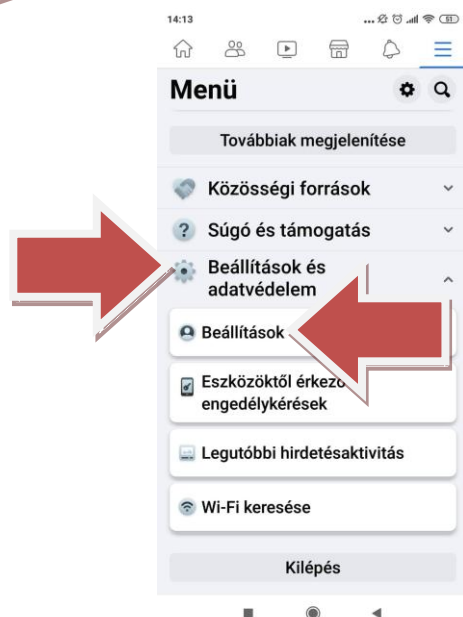


Adatvédelmi beállítások

1. Kattintsunk a **Kezdőlap**on a **profilképünkre** vagy a **☰** menüpontra a Facebook jobb felső sarkában.



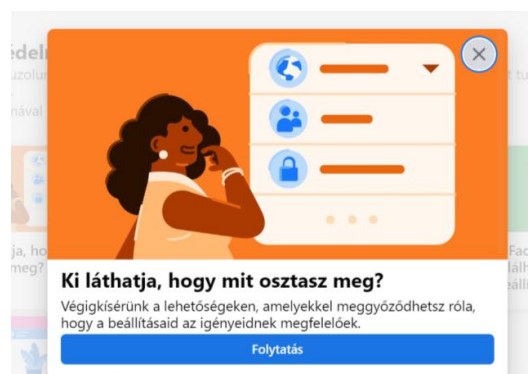
2. Válasszuk ki a **Beállítások és adatvédelem** lehetőséget.
3. Kattintsunk a **Beállítások** szóra.



4. Kattintsunk a **kék lakatra** vagyis az (Adatvédelmi) **Beállítások ellenőrzése** sorra.



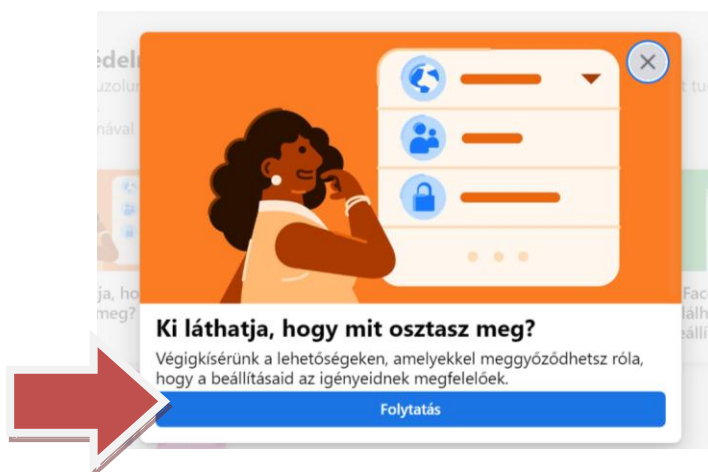
5. Keressük meg a **narancssárga** színű „**Ki láthatja, hogy mit osztasz meg?**” menüt.





Személyes adataink láthatósága:

1. Kattintsunk a **kék** színű **Folytatás** gombra.



2. A **Profil információi** ablakban állítsuk be/át a láthatóságot az egyes adatok melletti **szürke gombra** kattintva.





Bejegyzések láthatósága:

3. Kattintsunk a **kék** színű **Tovább** gombra.
4. A **Bejegyzések és történetek** ablakban állítsuk be/át a láthatóságot az egyes adatok melletti **szürke gombbal**.

Bejegyzések és történetek

Te döntöd el, kit szeretnél, hogy láthassa a bejegyzéseidet és történeteidet.

Alapértelmezett láthatóság

A láthatóság alapértelmezett beállítása a tartalmaidnál jelenleg „Csak én”. Ez lesz a jövőbeli bejegyzéseid célközönsége, de ezt az adott bejegyzésnél bármikor megváltoztathatod.

Történetek

Megszabhatod, hogy ki tudja megnézni a történeteidet. A történetek 24 órán át láthatók a Facebookon és a Messengerben.

Viszsa **Tovább**

- Nyilvános**
Bárki a Facebookon vagy azon kívül
- Az ismerősök ismerősei**
Ismerőseid és az ő ismerőseik
- Ismerősök**
Az ismerőseid a Facebookon
- Csak én**
- Egyéni**
Ismerősök vagy ismerőslisták használata vagy kizárása



Ismerős törlése

Milyen ismerőst érdemes kitörölni?

- Akivel megszakadt a barátságunk.
- Akit valójában nem ismerünk, idegen.
- Akivel nem szeretnénk tartani a kapcsolatot.

Ha törölünk egy ismerőst a Facebook fiókunkból, ő többé:

- nem láthatja a közzétett fotóinkat, hozzászólásainkat
- nem fogjuk látni az ő fotóit és hozzászólásait

De a kitörölt ismerősünk:

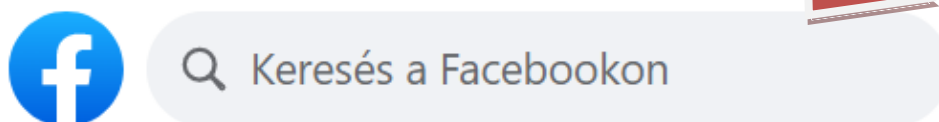
- továbbra is írhat nekünk üzenetet
- mi is írhatunk neki üzenetet
- újra ismerősnek jelölhet

**Az a személy, akit töröltünk,
nem kap erről értesítést.**

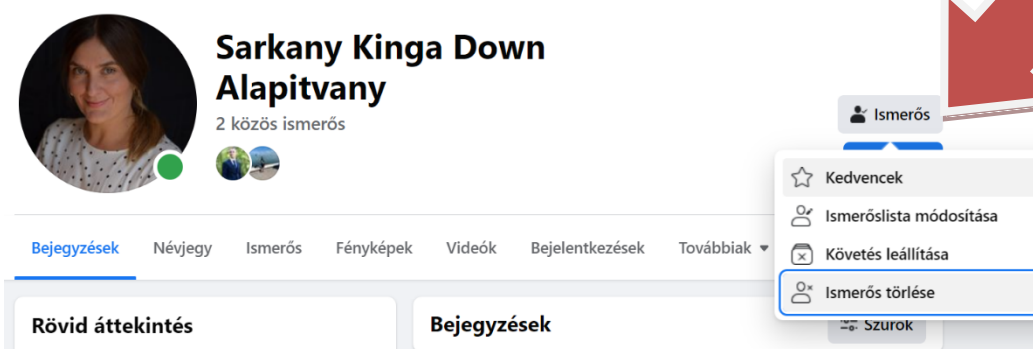


Hogyan töröljük ki ismerőst?

1. Írjuk be az ismerősünk nevét a Kereső sávba!

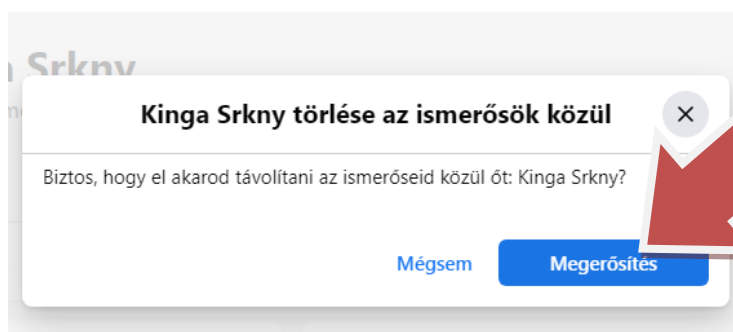


2. Az oldalán keressük meg az „Ismerős” gombot és kattintsunk rá!



3. Válasszuk ki és kattintsunk az „Ismerős törlése” lehetőségre!

4. Kattintsunk a „Megerősítés” gombra!





Letiltás a Facebook-on

Kit érdemes letiltani?

- Aki zavaró/bántó képeket küld nekünk vagy kér tőlünk,
- Aki sértő/bántó dolgokat ír nekünk,
- Aki sértő/bántó dolgokat szól hozzá a fotóinkhoz, bejegyzéseinkhez.

Ha letiltunk valakit, akkor ő többé:

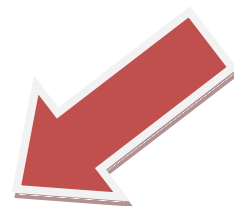
- nem tudja megnézni a bejegyzéseinket
- nem tud megjelölni
- nem tud meghívni eseményekre
- nem tud üzenetet küldeni nekünk
- nem tud ismerősnek jelölni minket
- ha a letiltott személy az ismerősünk, akkor a tiltás miatt nem lesz többé az ismerősünk.

**Az a személy, akit letiltottunk,
nem kap erről értesítést.**



Hogyan tiltunk le valakit?

Nyissuk meg a letiltani kívánt személy profilját:



1. Írjuk a nevét a Facebook felületének felső részén látható keresősávba,




Keresés a Facebookon

vagy a



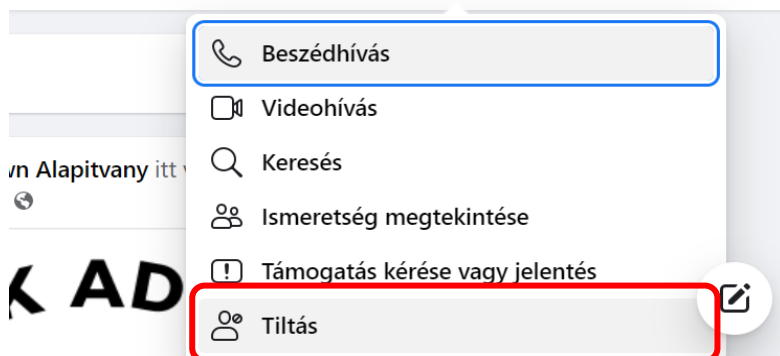
jelre.

2. Kattintsunk a jobb oldalon a  ikonra.

ések Továbbiak ▾



3. Kattintsunk a **Tiltás gombra.**



4. Kattintsunk a **Megerősítés** vagy újra a **Tiltás** gombra.



Hozzászólások törlése

Mikor érdemes kitörölni egy hozzászólást?


- Ha zavaró/bántó hozzászólást kapunk valakitől.
- Ha mi olyan hozzászólást írtunk, amit mégsem szeretnénk, ha mások olvasnának.
- Ha mi olyan hozzászólást írtunk, ami bántó lehet valakinek.

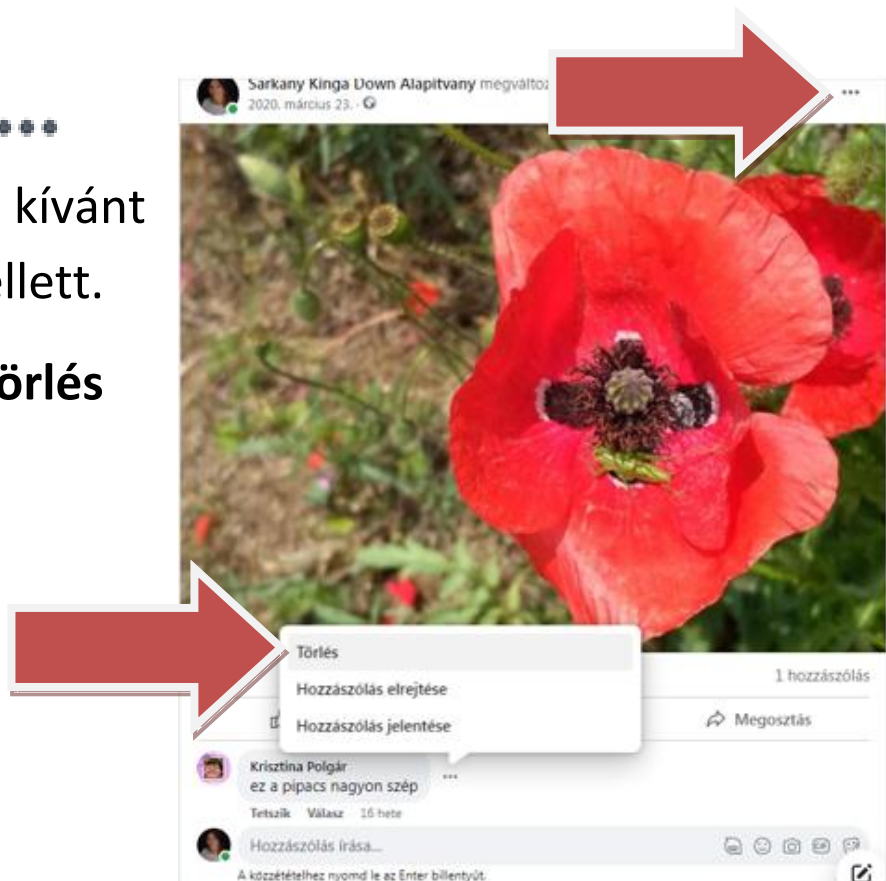
Ha törölünk egy hozzászólást:

- azt sem mi, sem az ismerőseink nem láthatjuk többé,
- nem lehet többé lájkolni vagy hozzáírni valamit.

Hogyan törölünk és módosítunk egy Facebook hozzászólást?

Törlés:

1. Kattintsunk a  ikonra a törölni kívánt hozzászólás mellett.
2. Kattintsunk a **Törlés** gombra.

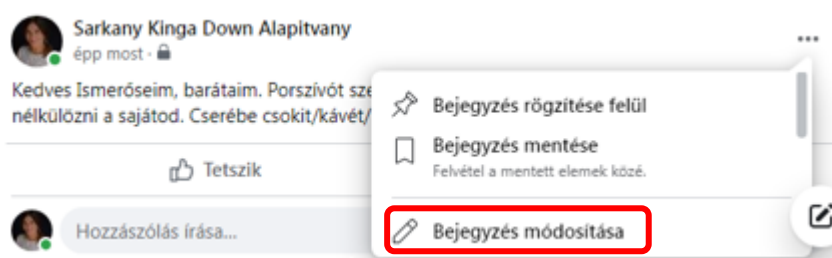




Hozzászólások módosítása:

1. Kattintsunk a  ikonra a módosítani kívánt hozzászólás mellett.

2. Válasszuk a **Bejegyzés módosítása** vagy **Szerkesztés** lehetőséget.



3. Végezzük el a módosításokat, majd a mentéshez kattintsunk rá a **Mentés** gombra.



Jegyzetek