

DİJİTAL GÜVENLİĞİN İÇİN NELER YAPABİLİRSİN?



Şifrelerin sağlam mı?

Şifrelerini belirli aralıklarla değiştirmeli ve "12345" gibi dünyada en çok kullanılan ve en kolay tahmin edilebilen şifrelerden birini kullanmamalısın. Öte yandan şifreleriniz kişisel veridir, sevdikleriniz bile olsa bir başkası ile paylaşmamanız gerekir.



Şikâyet mekanizmalarını kullanıyor musun?

Siber şiddete maruz bırakıldığında, olayın gerçekleştiği dijital platformun şikâyet mekanizmasını kullanmalısın. Bunu yaparak dijital platformların hem kendin hem de bütün kullanıcılar için daha güvenli bir hale gelmesini sağlayabilirsin.



Güvenlik ayarlarını yaptın mı?

Dijital platformlara üye olurken verdiğin e-posta adresi ya da telefon numarasının platform içinde kimler tarafından görülebileceğini seçebiliyorsun. Bir platforma üye olduğunda güvenlik ayarlarını, herhangi bir paylaşımında bulunmadan önce yapmanda fayda var.



İki faktörlü doğrulamayı açtın mı?

Çoğu dijital platformda iki faktörlü doğrulama özelliği bulunmaktadır. Bu özelliği kullandığında hesabına farklı bir bilgisayardan girmek istediğinde sana bir kod gönderiliyor. Bu da cihaz ya da tarayıcı değiştirdiğinde güvenli bir şekilde hesabına giriş yapmanı sağlıyor.



Konum bilgisi paylaşıyor musun?

Siber şiddete açık olduğunu düşündüğün zamanlarda konum bilgisi paylaşmamanda fayda var.



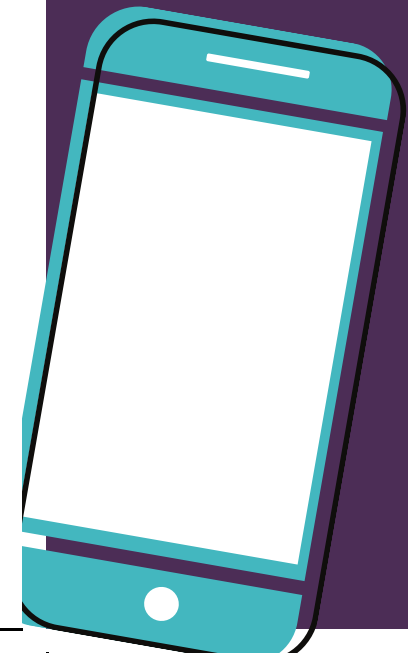
Cihazında bilmediğin bir uygulama var mı?

Telefon ya da bilgisayarını düzenli olarak kontrol edip senin kurmadığın uygulamaları kaldırmalısın. Bu uygulamalar cihazlarına, seni takip için başkaları tarafından kurulmuş olabilir.



SİBER ZORBALIK NEDİR?

unicef 



Siber zorbalık, dijital teknolojiler kullanılarak gerçekleştirilen zorbalıktır. Siber zorbalık biçimleri arasında, cep telefonları ve akıllı telefonlar, internet, mesajlaşma, oyun ve sosyal medya platformları ve e-posta gibi bilişim ve iletişim teknolojileri kullanılarak kadınlara ve çocuklara cinsiyetlerinden ötürü uygulanan siber şiddet de bulunuyor.

- ✘ Olayların dijital ortamlarda yaşanması şiddetin derecesini azaltmıyor!
- ✘ Toplumsal cinsiyete dayalı şiddetin her türlü gibi siber şiddet de bir insan hakları ihlalidir ve eşitsizliklerin bir sonucudur!
- ✘ Dünya genelinde pandemi dönemi ile birlikte eşitsizlikler derinleşmekte, toplumsal cinsiyete dayalı şiddetin bir biçimi olan siber şiddet de artmaktadır.

SİBER ZORBALIK İÇİN BAZI ÖRNEKLER:

Sosyal medyada bir kişi hakkında yalanlar yaymak ya da utandırıcı fotoğraflar yayınlamak.

Mesajlaşma platformlarından incitici mesajlar ya da tehditler yollamak.

Başka birinin kimliğiyle başkalarına kötü mesajlar göndermek.

SİBER ŞİDDETE KİM MARUZ BIRAKILIYOR?

Herkes!
Ancak toplumsal cinsiyete dayalı şiddete benzer olarak kadınlar ve kız çocukları, siber zorbalığa daha fazla maruz kalabiliyor.

Kadınlar; eğitimleri, yaşları, meslekleri, pozisyonları, cinsiyet kimliği veya cinsel yönelimleri, ırk ve etnik kökenleri, ilişki durumları nedeniyle çeşitli siber şiddet içeren davranışlara, çoklu ayrımcılık biçimlerine maruz bırakılma riskiyle karşı karşıya.

Dijital ortamlarda daha göz önünde olan kadınlar, siber şiddete daha fazla maruz bırakılıyor: Siyasetçi, gazeteci, sanatçı, yazar, akademisyen ve/veya aktivist olan kadınlar dönem dönem siber şiddet faillerinin açık hedefi haline gelebiliyor.

SİBER ZORBALIK UYGULAYANLAR KİMLER?

Siber şiddeti uygulayan kişi, eski ya da şu anki sevgili/eş/partner, komşu, iş/okul arkadaşı, bir yakını ya da bir yabancı olabilir.

SİBER ZORBALIK NEREDE VE NASIL GERÇEKLEŞİR?

Siber şiddet eylemleri, sosyal medya ve mesajlaşma platformları, uygulamalar, oyunların sohbet odaları, forumlar ve e-posta gibi bilgi ve iletişim teknolojilerinin (BİT) kullanılmasıyla gerçekleşir. Şiddeti gösterenler genellikle kontrolü sürdürme konusunda çok karardır ve teknoloji, bunu yapmak için kullandıkları birçok araçtan sadece biridir.

NELER YAPARAK KENDİNİ GÜVENDE TUTABİLİRSİN?

Çevrim içi hedef olmak; utanmana, güvensiz hissetmene, kendini suçlamana ve işlerin tamamen kontrolden çıktığını hissetmene neden olabilir. Bazen hiçbir şey de yapmak istemeyebilirsin. Ama kendini suçlamadan alabileceğin önlemler var. Bunlardan bazıları:

- ✓ **Kendine güven!**
Kendine güvenmekle ve yaşadıklarının şiddet olduğunu tanımlamakla başlayabilirsin. Unutma, suçlu olan sen değilsin! Kendini suçlamaman gerektiğini ve şiddetin hiçbir gerekçesi olamayacağını sürekli kendine ve çevrende benzer durumlara maruz kalanlara hatırlat.
- ✓ **Güvendiğin biriyle paylaşabilirsin!**
Yapmanız gereken ilk iş anne-babanız, ailenizden yakın bir kişi ya da güvendiğiniz başka bir yetişkin kişiden bu konuda yardım istemenizdir. Okulunuzda ise bir danışmana ya da öğretmene başvurabilirsiniz.
- ✓ **Seni iyi hissettiren bir şey yap!**
Her gün kendine zaman ayırabilir, çevrim içi dünya ile belirli bir süre için arana mesafe koyabilirsin. Kendi kendine ya da arkadaşlarınla sevdiğin bir şeyler yapabilirsin.
- ✓ **Kanıt topla!**
Siber şiddet, çok ciddi boyutlara ulaştığında yaşadığın siber şiddeti/olayları belgeleyebilirsin. Şikâyet için yasal yollara başvurduğun zaman bu belgelere ihtiyacın olacak. Bu süreci mutlaka yetişkin birinden yardım alarak yürütmelisin.