



Warto wiedzieć...

Cyfrowy ślad – co warto o nim wiedzieć i jak go kontrolować?

Cyfrowy ślad to wszystko, co zostawiasz po sobie w internecie – czasem świadomie, a czasem zupełnie przypadkiem. Nie tylko zdjęcia lub filmiki wrzucone na portale społecznościowe, ale każdy Twój ruch w sieci zostawia po sobie ślad. W internecie budujesz swój wizerunek – tak samo, jak w realnym życiu, dlatego warto świadomie zarządzać swoją obecnością online.

Cyfrowe ślady

- ✓ **Media społecznościowe** – wszystko, co publikujesz lub z czym wchodzisz w interakcję, wpływa na Twój wizerunek (m.in. posty, komentarze, polubienia).
- ✓ **Lokalizacja GPS** – jeśli masz ją włączoną, aplikacje mogą wiedzieć, gdzie jesteś, o której godzinie wychodzisz z domu, a nawet jak często bywasz w szkole.
- ✓ **Preferencje i aktywność** – platformy zapamiętują, co lubisz oglądać, jakie gry i filmy wybierasz, jak długo z nich korzystasz i na tej podstawie podpowiadają Ci treści i reklamy.
- ✓ **Historia wyszukiwania** – każda fraza wpisana w wyszukiwarkę jest rejestrowana i może wpływać na personalizację reklam oraz rekomendacje.

Kilka wskazówek, jak minimalizować swój cyfrowy ślad

1. **Kontroluj ustawienia prywatności swoich kont.** Ustaw swoje profile w mediach społecznościowych jako prywatne – wtedy tylko wybrane osoby zobaczą Twoje publikacje.
2. **Nie podawaj więcej danych osobowych niż to konieczne.** W sieci nie musisz dzielić się wszystkim. Podawaj tylko te informacje, które są niezbędne. Nie publikuj numeru telefonu, ani adresu zamieszkania.
3. **Zastanów się dwa razy zanim coś opublikujesz w sieci.** To, co dziś wydaje się zabawne, w przyszłości może być powodem do wstydu. Zanim coś udostępnisz w Internecie zadaj sobie pytanie: czy chciałbym, żeby to zobaczyli: nauczyciele, rodzice albo przyszły pracodawca?
4. **Zwróć uwagę, czy osoba znajdująca się na zdjęciu wyraziła zgodę na jego publikację.** Nie publikuj treści, które mogłyby kogoś obrazić lub zranić.



PAMIĘTAJ!

Termin „cyfrowy ślad” odnosi się do opisanego całokształtu działań w sieci, w tym publikacji zdjęć i danych osobowych. Mogą je wykorzystać cyberprzestępcy np. do kradzieży tożsamości. Informacje dostępne w internecie mogą mieć negatywny wpływ na Twoją reputację.