

Digitale Teilhabe: Sicherheit im Internet

In der letzten ECHT haben wir über die Digitale Nutzung berichtet. Also was machen Menschen mit Assistenzbedarf im Internet, welche Apps sind beliebt und welche Geräte nutzen sie dafür. Wir haben gezeigt: Alle nutzen das Internet, genauso wie andere Menschen auch. Mit vielen verschiedenen Apps.

Vor allem werden soziale Medien wie WhatsApp, Signal, Instagramm oder Facebook genutzt. Dort unterhalten wir uns mit Bekannten, vielleicht lernen wir auch neue Menschen kennen. Manche zeigen auch Fotos und Videos von sich. Wir sehen Filme bei YouTube oder stöbern bei Temu und Amazon. Alles geht einfach, schnell und ohne Probleme.

Unsere Fragen in dieser ECHT:

- Ist das alles sicher?
- Wo sind Grenzen?
- Was sollten wir machen und was nicht?



Das sind wichtige Fragen, die wir hier nicht umfassend beantworten können. Deshalb haben wir eine Auswahl getroffen. Wir zeigen zuerst die Gefahren bei der Nutzung von Sozialen Medien. Das ist für viele wichtig, denn Soziale Medien nutzen wir am häufigsten.

Zu dem Thema gibt es auf der zweiten Seite eine wahre Geschichte, die wir in unserem Arbeitsbereich erlebt haben.

Alle ECHT
auch online:



Schon gewusst? Biometrische Daten und Sicherheit.

Biometrisch sind zum Beispiel Fingerabdruck oder Gesichtserkennung.

Du kannst mit deinem Finger oder deinem Gesicht einfach dein Handy entsperren. Oder du kannst in vielen Apps die Sicherheit erhöhen. Zum Beispiel in Apps zum Bezahlen.

Das ist sicherer und einfacher als Passwörter.

Aber leider geht das noch nicht überall.



Eine wahre Geschichte über die Gefahren von Social Media. Die folgende Geschichte zeigt, welche Gefahren in sozialen Netzwerken entstehen können. Die Namen wurden geändert. Die Geschichte hat sich aber so tatsächlich ereignet.



!!! Achtung!!!

Wenn dich belastende Geschichten verunsichern.

Oder wenn sie schlimme Erinnerungen bei dir auslösen. Dann lies diese Geschichte nicht!

Ute Bauer aus Witten war damals 21 Jahre alt. Sie wünschte sich einen Freund und entdeckte Facebook für sich. Dort konnte sie schnell neue Menschen kennenlernen. Ute meldete sich mit ihrem richtigen Namen bei Facebook an. Das war im Nachhinein keine gute Idee.

Schon bald lernte sie einen Mann kennen. Er war freundlich und gab an, ungefähr so alt zu sein wie sie. Die beiden schrieben regelmäßig miteinander. Der Mann wollte wissen, wie Ute aussieht. Deshalb schickte sie ihm einige Fotos.

Dafür machte der Mann ihr viele Komplimente. Doch nach einiger Zeit wollte er auch Nacktfotos von ihr haben. Ute fühlte sich dabei unwohl und wollte das eigentlich nicht. Der Mann setzte sie jedoch immer stärker unter Druck. Er schrieb ihr zum Beispiel, wie schön sie sei und dass sie bestimmt ohne Kleidung noch schöner aussehe.

Schließlich ließ sich Ute überreden und schickte ihm Nacktfotos. Der Mann reagierte begeistert und machte ihr weitere Komplimente.

Nach einiger Zeit schlug er ein persönliches Treffen vor. Er bot an, Ute mit seinem Auto von ihrer Schule abzuholen. Ute freute sich darüber und verriet ihm, welche Schule sie besucht. Als sie sich trafen, bemerkte Ute sofort, dass der Mann deutlich älter war als behauptet. Das machte sie misstrauisch. Trotzdem stieg sie in sein Auto.

Zunächst fuhren sie durch die Stadt. Dann hielt der Mann auf einem Parkplatz an. Plötzlich versuchte er, Ute die Kleidung vom Körper zu reißen. Ute bekam große Angst und begann laut zu schreien. Es gelang ihr, aus dem Auto zu fliehen. Zum Glück verfolgte der Mann sie nicht.

Zu Hause war Ute völlig aufgelöst. Sie schämte sich und traute sich zunächst nicht, jemandem von dem Erlebnis zu erzählen. Erst einige Zeit später sprach sie mit anderen darüber. Das tat ihr gut und half ihr, das Erlebte zu verarbeiten.

Du bist nicht allein. Wenn dich die Inhalte beschäftigen oder belasten, sprich mit Freunden, Familie oder einer anderen Vertrauensperson. Wenn du das Gefühl hast, zusätzliche Unterstützung zu brauchen, nutze unsere Diakonische Kultur oder die Telefon-Seelsorge.

Ina Wilde 0170 5710304

(Raum Ruhrgebiet)

Birgit Krömer 0151 23832192

(Raum Märkischer Kreis)

Telefon-Seelsorge 0800 1110111 oder 0800 1110222

In der Geschichte von Ute können wir viel über Sicherheit im Internet lernen.

Gemeinsam
für echte
Teilhabe

Hier einige wichtige Tips für deine Sicherheit im Internet:

1. Gib nie deinen richtigen Namen an.
2. Wenn du dich im Chat nicht wohl fühlst: Dann beende den Chat sofort.
3. Gib nicht deine Telefonnummer an
4. Schicke keine Bilder von dir.
5. Sage nicht wo du wohnst
6. Triff dich nicht alleine mit fremden Leuten vom Chat.
7. Nimm zum ersten Treffen eine Freundin oder Freund mit.
8. Triff dich am besten tagsüber und in der Öffentlichkeit
9. Wenn doch etwas passiert ist: Sprich unbedingt mit Freunden oder Familie darüber.
10. Du kannst auch zur Polizei gehen.



Wo muss man noch vorsichtig sein?

Anhänge in Mails nur von sicheren Absendern öffnen

Öffne die Anhänge nur, wenn du die Person kennst. Fremde Anhänge können Viren oder andere Gefahren enthalten.

Absender prüfen

Schaue immer genau, wer die Nachricht geschickt hat. Betrüger benutzen manchmal Namen oder E-Mail-Adressen, die echt aussehen.

Starke Passwörter nutzen

Ein gutes Passwort ist lang und enthält Buchstaben, Zahlen und Sonderzeichen. So können andere Menschen dein Passwort nicht so leicht erraten. Nimm nie deinen Namen oder deinen Geburtstag. Auch nicht 12345. Besser zum Beispiel so: **Xpö396bku!?**

Keine Passwörter teilen

Gib dein Passwort niemals an andere Menschen weiter. Dein Passwort ist geheim und schützt deine Daten.

Keine Downloads von unbekannten Seiten

Lade nichts von Webseiten herunter, die du nicht kennst. Auf solchen Seiten können schädliche Programme versteckt sein.

Keine verdächtigen Links anklicken

Klicke nicht auf Links, die komisch aussehen oder von fremden Personen kommen. Sie können dich auf gefährliche Internetseiten führen.

2FA aktivieren (Zwei-Faktor-Anmeldung)

Bei der Zwei-Faktor-Anmeldung brauchst du zusätzlich zum Passwort noch einen Code. Das macht dein Konto viel sicherer.

Die AEWs in Bochum und Herne wählen eine Vertretung

Gemeinsam
für echte
Teilhabe

Am 28. Juli treffen sich Klient*innen der AEWs aus Bochum und Herne zum zweiten Mal. Sie werden am Goerdthof in Bochum eine eigene Vertretung für Klient*innen wählen. Die gibt es bisher noch nicht in ambulanten Bereichen vom Johanneswerk. Wir wünschen der neuen Vertretung einen guten Start!

Vielleicht möchtest du in deinem AeW auch eine Vertretung haben? Dann sprich doch mal mit den Klient*innen aus Bochum / Herne. Hier findest du Informationen vom ersten Treffen:



Was zum Rätseln...

Über welche Themen möchtet ihr mehr Informationen haben? Habt ihr Fragen zu bisherigen Beiträgen oder Anmerkungen? Dann meldet euch gerne per Mail an: echt@johanneswerk.de

**Ev. Johanneswerk
gGmbH
ECHT
Schildescher Str.
101
33611 Bielefeld**

Redaktion:
Marvin Beer
Rebecca Bonk
Patricia Haugwitz
Beatrix Kessler
Maren Langenohl
Stephanie Leisner
Gerald Lobreyer

Bilder: pixabay.com

Warum ist ein langes Passwort meistens sicherer als ein kurzes?

- a) Weil es schneller eingegeben werden kann.
- b) Weil es schwerer zu erraten oder zu knacken ist.
- c) Weil es nur aus Zahlen besteht.

Richtige Antwort: b

Woran kannst du eine mögliche Phishing-E-Mail erkennen?

- a) Sie fordert dich auf, persönliche Daten oder Passwörter einzugeben.
- b) Sie enthält nur einen kurzen Text.
- c) Sie kommt von einer Person, die du kennst.

Richtige Antwort: a

Was solltest du tun, bevor du auf einen Link in einer Nachricht klickst?

- a) Sofort anklicken, damit die Nachricht verschwindet.
- b) Prüfen, ob der Absender vertrauenswürdig ist und der Link zur Nachricht passt.
- c) Den Link an möglichst viele Personen weiterleiten.

Richtige Antwort: b

Welche Information solltest du möglichst nicht öffentlich in sozialen Netzwerken teilen?

- a) Deine genaue Wohnadresse und deine Urlaubszeiten.
- b) Deinen Lieblingsfilm.
- c) Deine Lieblingsfarbe.

Richtige Antwort: a