

# Vidokezo vya muhimu vya kukusaidia kuwa salama wakati wa matumizi ya mtandao



Matumizi ya mitandao ya kijamii kama Whatsapp, Facebook, Instagram, Twitter, TikTok, Imo, Telegraph au Snapchat ni njia nzuri na za kufurahisha za kuwasiliana na ndugu, jamaa na marafiki. Lakini kumbuka unahitaji kwa salama utumiapo mitandao hiyo.

## Usitume taarifa/habari nyingi sana mtandaoni

Ni muhimu kutotunza taarifa zako kwenye mtandao, hasahasa vitu/taarifa binafsi kama picha kwa kuwa huwezi kudhibiti namna zinavyotumiwa.



Kamwe usitoe taarifa kwa watu usiowafahamu za mahali unapoishi, au jina la shule unayosoma au mahali unapofanya kazi. Mfano, mtu uliyekutana nae barabarani au kituo cha basi hutoweza kumwambia mahali unapoishi.



## Fikiria kwanza kabla ya kutuma taarifa yoyote mtandaoni

Kabla ya kufanya utani au kutuma picha ya vichekesho ya rafiki yako kwenye mitandao ya kijamii, jilize:

Je, ungefurahia taarifa hizi kama zingekuwa zinakuhusu wewe?

Je, marafiki zako watafikiria nini juu ya taarifa ulizoituma mtandaoni?

Kinaweza kuwa kinafurahisha, lakini je ni kitu cha heshima?

Jambo la kuzingatia – mambo ambayo usingeweza kuyasema katika maisha ya kila siku, basi usiyaseme wala kuyatuma mtandaoni.

“Sexting”- “ujumbe wenye maudhui ya kingono” maana yake; ni njia ya kutuma na kupokea ujumbe unaohusisha maneno au taarifa za kingono, mapenzi, picha au video za utupu. Njia hii huweza kuwa kwa kutumia simu au kompyuta (intaneti). Utumaji wa ujumbe wa kingono inaweza kuwa ni jambo hatari, na kwa baadhi ya nchi ni kosa kisheria, hata kama zimetumwa binafsi kati ya rafiki wa kike au wa kiume. Je unafahamu picha 8 kati ya 10 ambazo watu wamezituma mtandaoni zimeweza kuonekana katika tovuti zingine? Hili linaweza kuchukiza na kuharibu heshima yako mtandaoni na nyumbani. Hivyo basi, kuwa makini kwa taarifa unazozituma na kuwashirikisha marafiki zako.



→ Kwa taarifa zaidi, tembelea tovuti hii [www.childnet.com/sexting](http://www.childnet.com/sexting)

**Kumbuka: yale yakishawekwa au kutumwa**

## Linda/tunza heshima na jina lako

Andika na tafuta jina lako katika mtandao wa Google – utashangaa ni taarifa kiasi gani zilizopo zinazokuhusu. Hii yote inasaidia kutambua “heshima yako inavyoonekana mtandaoni”



Siku ukituma maombi ya kazi, watakatayoyapokea wanaweza kutafuta taarifa zako kwenye mtandao wa Google – hivyo basi hakikisha taarifa watakazoziona hazitawazuia wao kukuajiri.



**Kumbuka:** Ndugu, jamaa na marafiki wanaweza kutafuta taarifa zako kwenye mtandao wa Google – je utafurahishwa na kile watakachoona?



Kama ikitokea ukaona taarifa usizozipenda mtandaoni, unaweza kuomba ziondolewe na wahusika wa tovuti hiyo, au unaweza kutoa taarifa kama zimetumwa katika mitandao ya kijamii.



## Iwe siri yako

Angalia mipangilio na namna utunzaji wa taarifa zako za siri katika akaunti zako za mitandao ya kijamii kama Instagram, Snapchat au Facebook na hakikisha unawafahamu wale wote ambao wanaweza kuona taarifa zako unazotuma kwenye mitandao hiyo.



**Kumbuka:** Namna mipangilio ilivyo ya utunzaji wa taarifa za siri katika akaunti za mitandao ya kijamii ya marafiki zako inaweza pia kuathiri namna taarifa zako zinaweza kuonekana hadharani.



**Kumbuka:** Mitandao mingi ya kijamii inakupa uwezo wa kuchagua nani anaweza kuona na kutoa maoni kwa kile ulichotuma. Hakikisha huna shaka wala wasiwasi juu ya wale wanaoweza kuona taarifa ulizotuma mtandaoni. Hakikisha sio wengi sana, wawe ni marafiki, ndugu na jamaa ambao wanaweza kuona picha ulizotuma. Fikiria ni mitandao gani mizuri ya kijamii ambayo unaweza kutuma taarifa na picha zako, ambayo unaweza kuchagua watu wa kuona na kutumia taarifa zako.



Maneno ya siri (pasiwedi) za kuingia kwenye akaunti zako za mitandao ya kijamii ziwe ni SIRI na yasiwe rahisi kwa mtu kubuni. Hakikisha watu hawawezi kutumia akaunti zako na kuonenaka kama ni wewe.



Kama unahitaji msaada wa namna ya mpangilio wa utunzaji wa taarifa za siri, tembelea tovuti hii; [www.saferinternet.org.uk/advice-centre/young-people](http://www.saferinternet.org.uk/advice-centre/young-people)

## Kufunga au kufuta akaunti

Hii inamaanisha kuna hatari ndogo ya watu kuweza kudukua/kuingilia akaunti zako bila wewe kujua.



Hii inamaanisha, taarifa zilizotumwa hazitaonekana mbashara tena mtandaoni na hazipatikani kwa kutafuta.



## Usiamini kila kitu unchokitapa mtandaoni

Si kila mtu au taarifa zilizoko mtandaoni ni za kuaminika.

Ikitokea mtu yoyote anahitaji taarifa zako mtandaoni, hoji taarifa gani na ni kwanini wanahitaji taarifa zako.

Usikubali kukutana na mtu yoyote ambaye umekuwa ukiwasiliana nae mtandaoni – hii ni hatari sana kwani kuna uwezekano wamedanganya taarifa za utambulisho wao.

Kumbuka: Sio kila mtu anatoa taarifa za ukweli za utambulisho wao mtandaoni.

Uliza yale yote yasemwayo na kutumwa mitandaoni – kama ni uvumi au taarifa za uongo? na je ni muhimu kuwashirikisha au kuwatumia watu wengine?

## Usiamini kila kitu unachokipata mtandaoni

Mitandao ya kijamii ina mipangilio ya kukupa uwezo wa kuchagua na kuzuia watu ambao hutaki kuwasiliana nao.



Hii ina maanisha, taarifa zilizotumwa hazitaonekana tena mtandaoni.



Ukikuta chochote mitandaoni kinachokupa mashaka au kukuudhi, kunyanyasa kifikra, kihisia tafadhali toa taarifa sehemu husika. Pia, shirikisha mtu mzima unayemuamini, inaweza kuwa mzazi au mwalimu, kisha acha kutumia mtandao au tovuti hiyo.



Yili kupata taarifa za msaada zilizopo nchini kwako, tafadhali tembelea tovuti hii: [www.childhelplineinternational.org](http://www.childhelplineinternational.org) Unaweza kupata taarifa zaidi juu ya unyanyasaji wa kimtandao kwenye tovuti hii: [www.unicef.org/online-safety](http://www.unicef.org/online-safety)