



Die 10 Regeln der Webhygiene

1. Verwende mehrere und auch sichere Kennwörter

- Ein sicheres Kennwort besteht mindestens aus 10-16 Zeichen, darunter große und kleine Buchstaben, Zahlen und Sonderzeichen.
- Das Kennwort sollte nicht in Verbindung mit Dir stehen, d.h. verwende keine Namen von Freunden.
- Benutze für unterschiedliche Anwendungen auch unterschiedliche Kennwörter und nicht immer dasselbe.

2. Halte den Virenschutz am Computer aktuell und eingeschaltet

- Bestimmte Viren und Trojaner verteilen Ihre Daten per Upload im Internet.
- Ein Virenschutz ist daher Pflicht für einen Computer, aber halte diesen auch aktuell.
- Melde ungewöhnliches Verhalten des PCs Deinen Eltern.

3. Nutze soziale Netzwerke nur mit einem Pseudonym

- Ein Pseudonym („Fake-Name“) schützt den echten Namen – insbesondere in sozialen Netzwerken wie z.B. Facebook.
- Die Reputation ist dem Pseudonym weitestgehend (Ausnahmen !) geschützt.
- Freunde gewöhnen sich an das Pseudonym.

4. Sei sparsam mit Bildern im Internet

- Profilbilder (Darstellung des kompletten Gesichts) sind zu vermeiden.
- Sepia-/Graustufen-Bilder schützen Dich – im Moment noch – vor „Nacktpixelscannern“ im Internet.
- Empfohlene Bildgröße: max. 320 x 240 Pixel.

5. Vermeide identifizierende und persönliche Angaben im Internet

- Lösche Geburtsdatum, eMailadresse, Postanschrift aus Profil und Chronik.
- Schalten die Ortungsfunktionen via Handy ab, denn sie ermöglichen weltweite Verfolgbarkeit.

6. Prüfe Deine Freundesliste in sozialen Netzwerken regelmäßig

- Prüfe einmal bis zweimal jährlich die Freundesliste und dünne diese aus.
- Stelle Dir hierbei die Frage: „Kann ich diese Person auch im richtigen Leben erreichen?“
- Lösche „Einmalfreundschaften“ und prüfe, ob ein Freund vielleicht doppelt angezeigt wird.
- Schalte die Anzeige der eigenen Freundesliste ab.

7. Halte die Chronik in sozialen Netzwerken so kurz wie möglich

- Die Chronik speichert Deine Daten sehr lange, daher ist diese von Zeit zu Zeit zu leeren.
- Sende keine geheimen Daten über die Chronik und die Nachrichten-Funktion.

8. Kontrolliere regelmäßig die Privatsphäre-Einstellungen der genutzten Dienste

- Von Zeit zu Zeit ändern soziale Netzwerke die Privatsphären-Einstellungen – meist ohne Vorwarnung.
- Die Verwendung von komplizierten Datenverwendungsbedingungen, doppelten Verneinungen oder widersprüchlicher Aussagen machen ein aufmerksames Lesen der Bedingungen notwendig.
- Facebook: Abonniere die Seite „Facebook Site Governance“ – sie enthält Änderungen bei Facebook.

9. Verweigere Apps oder Spielen den Zugriff auf die persönlichen Daten

- Verweigere Apps oder Spielen den Zugriff auf Deine Freundesliste oder das Adressbuch.
- Zudem verraten Spiele, wie Du die Freizeit nutzt. Hierfür interessieren sich womöglich auch Arbeitgeber.

10. Begehe keine Rechtsverletzungen

- Illegale Down- und Uploads können Abmahnungen und/oder Unterlassungserklärungen zur Folge haben.
- Das Bloßstellen von Personen im Internet („Cybermobbing“) kann strafrechtliche Folgen haben.
- Beachte das „Recht am eigenen Bild“, d.h. ungefragt solltest Du keine Bilder von Personen oder Personengruppen ins Internet stellen.

Diese Tipps und weitere Informationen findest Du auch unter www.webhygiene.de.