Ir pieejamas daudz un dažādas programmas, kas ļauj tiešsaistē sarunāties ar draugiem, paziņām un pavisam nepazīstamiem cilvēkiem. Ir pieejamas gan tiešsaistes sarunu platformas (čata istabas, funkcijas sociālajos portālos un e-pasta servisos), gan īpašas tiešās saziņas (instant messaging) programmas - Skype, MSN, Yahoo u.c.

Interneta vidē ir ļoti viegli izlikties par kādu citu cilvēku, tāpēc labāk, ja Tavā kontaktu sarakstā ir tikai tie cilvēki, ar kuriem esi pazīstams arī reālajā dzīvē.

Esi uzmanīgs, ja kāds Tevi uzaicina pievienoties savam draugu sarakstam, – ja Tu nezini, kas ir šie cilvēki, labāk tos bloķēt. Bloķēšana nodrošinās to, ka viņi neredzēs, kad Tu ielogojies savā profilā, kā arī nevarēs ar Tevi kontaktēties. Līdzīgi bloķē un dzēs tos cilvēkus, ar kuriem vairs nevēlies sazināties, – nebaidies, viņi nezinās, ka Tu esi viņus bloķējis, viņi redzēs tikai to, ka Tu neesi tiešsaistē, un nevarēs ar Tevi sazināties.

Savā profilā neiekļauj pārāk daudz personiskas informācijas, kā arī padomā, kādu fotogrāfiju pievienot – iespējams, labāk ir izvēlēties kādu no jau esošajiem attēliem, kurus piedāvā programma. Atceries, ka Tavu profilā ievietoto informāciju varēs apskatīt jebkurš, – un vai tiešām konkrētā informācija ir domāta ikvienam?

Arvien populārāka kļūst Web kameru lietošana sarunājoties, taču atceries, ka šādus videoierakstus ir viegli saglabāt, kopēt un pārsūtīt tālāk. Tāpat ir iespējams, ka ieraksts, ko Tu redzi, ir viltots un cilvēks, kuru Tu redzi savā ekrānā, reālajā dzīvē ir pavisam citādāks. Tāpēc Web kameras labāk lietot, tikai sarunājoties ar zināmiem, pazīstamiem cilvēkiem.

Pieaugušie, kam ir ļauni nodomi, cenšas runāt un iepazīties ar bērniem, izmantojot tieši šīs programmas, tāpēc, ja Tev šķiet, ka cilvēks, kas ar Tevi sarunājas, nav tas, par ko uzdodas, ka šis cilvēks vēlas Tev nodarīt pāri, tad labāk par to kādam izstāstīt un nekavējoties ziņot par pārkāpumu tīmekļa vietnē [www.drossinternets.lv](http://www.drossinternets.lv/).

Tērzētavas ir lielisks veids, kā saglabāt kontaktus ar draugiem, ar kuriem reti sanāk tikties vai sazināties, kā arī, lai iepazītos ar jauniem draugiem. Taču arī šeit vajadzētu būt uzmanīgam.

Pat tad, ja sarunājaties ar internetā iepazītu draugu jau ilgāku laiku un jums šķiet, ka viņu pazīstat ļoti labi, atcerieties, ka tas, ka esat redzējuši šī cilvēka fotogrāfiju vai video, nebūt nenozīmē, ka tas patiešām ir viņš – ar tehnoloģiju palīdzību tas ir viegli viltojams!

Neizpaudiet pārāk daudz personiskas informācijas saviem čata draugiem. Jūs nevarat būt pilnīgi pārliecināti par to, kā jūsu izpaustā informācija tiks izmantota tālāk, – ja neesat gatavi to izkliegt uz ielas vai pastāstīt visiem skolā, tad arī čatojot labāk to neatklājiet.

Jāatceras, ka internetu izmanto dažādi cilvēki – ne tikai tādi, kam ir labi nodomi. Zinot, cik bieži internetu lieto bērni, daži pieaugušie to var izmantot savu slikto nodomu realizēšanai. Tāpēc kā savus draugus un sarunu biedrus tērzētavā (čatā) izvēlieties tikai tos cilvēkus, kurus pazīstat arī reālajā dzīvē. Cilvēks, kurš ir jūsu drauga vai draudzenes draugs, ne vienmēr būs arī jūsu draugs. Tāpēc, pirms uzsākat sarunu (saraksti) ar šo cilvēku, rūpīgi apdomājiet, cik daudz jūs viņam varat stāstīt par sevi.

Ja jums rodas aizdomas, ka cilvēkam pret jums nav gluži tādi nodomi, kā viņš saka, vai, ja saruna jums sāk likties ļoti nepatīkama – aizvainojoša, nepiedienīga u. tml. – iemācieties konkrēto sarunu saglabāt un ziņojiet par pārkāpumu internetā [www.drossinternets.lv](http://www.drossinternets.lv).

Neaizmirsti, ka tu nevari droši zināt, vai cilvēks, ar kuru veido saraksti internetā, tiešām ir tas, par kuru uzdodas;

Padomā, pirms izlem satikties ar kādu interneta sarunu biedru, kuru līdz neesi saticis. Ja tomēr nolem satikties, tad dari to publiskā vietā dienas laikā. Blakus jābūt arī kādam pieaugušajam vai vismaz draugam. Informē viņus par savām attiecībām ar internetā iepazītajiem cilvēkiem. Tu nekad nevari būt drošs, vai interneta sarunu biedrs par sevi saka patiesību un vai viņam nav kādi Tavai dzīvībai vai veselībai bīstami mērķi. Sarunu biedrs var teikt, ka viņam ir 12 gadi, bet patiesībā viņam var būt 20 vai 40 gadi. Ieklausies savā intuīcijā un apdomā, cik atklāts tev šķitis sarunu biedrs;

Ja interneta sarunu biedrs kļūst agresīvs un rupjš, apvaino tevi, draud, izsaka seksuāla rakstura piedāvājumus, liek tev justies nedroši, uzstājīgi aicina piedalīties kādā pasākumā vai vienkārši satikties, tad pārtrauc sarunu, informē portāla vadību, uzticamus pieaugušos vai policiju;

Čatojiet, sūtiet vēstules portālā vai e-pasta ziņojumus tikai no sava vai no uzticama drauga vai pieaugušā datora. Ja citi čato pie tā paša datora, kur tu, tad par tevi kāds var uzzināt vairāk nekā tu vēlētos.

Draudzība un sarunas internetā var nebūt patiesas un personiskas pat, ja kāds apgalvo pretējo!