

คู่มือ 1: รักษาเทคโนโลยีของคุณให้ปลอดภัยและ มั่นคง

เครื่องมือดิจิทัลทุกชิ้นมีอุปกรณ์รักษาความมั่นคงปลอดภัย อุปกรณ์เหล่านี้จะช่วยปกป้องข้อมูลส่วนตัวของคุณให้ปลอดภัย และแน่ใจว่าไม่มีใครสามารถใช้เครื่องมือของคุณได้โดยไม่ได้รับอนุญาตจากคุณ

คู่มือนี้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ป้องกันความปลอดภัยกับโทรศัพท์ แท็บเล็ต หรือ คอมพิวเตอร์ของคุณ

โปรดพึงระลึกว่า! คุณเท่านั้นที่รู้สถานการณ์ของคุณดีที่สุด พยายามใช้วิธีการหรือขั้นตอนที่คุณรู้สึกว่าจะทำให้คุณปลอดภัย

รหัสผ่านพาสเวิร์ด และ รหัสผ่านพาสโค้ด
ตั้งรหัสผ่านทั้งพาสเวิร์ดและพาสโค้ดที่ยากแก่การเดา ควรใช้วลีหรือประโยคที่คุณรู้คนเดียว ยกตัวอย่างเช่น ‘C@tsareb3tterthand0gs!’ เลือกใช้ตัวอักษรคละกันระหว่าง 6 ถึง 8 ตัว (รวมทั้งอักษรตัวใหญ่) หมายเลขและ สัญลักษณ์ต่างๆ อย่าใช้นามสกุล วันเดือนปีเกิด ชื่อเล่น งานอดิเรก หรือ สิ่งโปรดปรานที่ผู้ที่ใกล้ชิดกับคุณสามารถเดาได้โดยง่าย

อย่าใช้รหัสผ่านพาสเวิร์ดเดียวกับเครื่องมือเทคโนโลยีและบัญชีต่างๆ ของคุณ เพราะถ้าใครสามารถทราบรหัสผ่านพาสเวิร์ดของคุณ เขาก็จะสามารถเข้าถึงทุกอย่างได้

อย่าใช้รหัสผ่านทั้งพาสเวิร์ดและพาสโค้ดร่วมกับใคร และคุณต้องเปลี่ยนรหัสผ่านเหล่านี้บ่อยๆ

ไวรัส มัลแวร์ และ ขอบกพร่องอื่นๆ

ไวรัส มัลแวร์ และ สปายแวร์ เป็นโปรแกรมที่เขียนตัวเองเข้ามาอยู่ในเครื่องมือของคุณโดยอัตโนมัติเพื่อขโมยข้อมูล หรือสะกดรอยตามว่าคุณอยู่ที่ไหน



คุณสามารถติดตั้งแอนตี้-ไวรัสซอฟต์แวร์เพื่อสแกนหาไวรัส มัลแวร์ และสปายแวร์ และเอาสิ่งเหล่านี้ออกไปจากเครื่องมือของคุณได้

พยายามหลีกเลี่ยงไวรัสด้วยการรักษาแอปและโปรแกรมทั้งหมดของคุณให้ทันต่อเหตุการณ์อยู่เสมอ อัปเดตที่ติดตั้งคือการคลิกปุ่ม “อัปเดต” ในทันทีที่คุณได้รับการแจ้ง

อย่าคลิกลิงค์หรือเอกสารที่แนบมากับอีเมลที่น่าสงสัย แม้ว่ามันดูเหมือนกับว่าเพื่อนของคุณ หรือบริษัทที่คุณรู้จัก เช่น ธนาคาร เป็นต้น ส่งมา การคลิกที่ลิงค์ต่างๆ เป็นวิธีการที่ทำให้คอมพิวเตอร์ติดเชื้อไวรัสและมัลแวร์

บลูทูธและไวไฟ

ปิดบลูทูธและไวไฟถ้าคุณไม่ใช้มัน อุปกรณ์ติดต่อเหล่านี้สามารถปล่อยให้คนอื่นเข้าถึงเครื่องมือของคุณได้โดยคุณไม่รู้ตัว

บริการพื้นที่

ปิดจีพีเอสและบริการพื้นที่ถ้าคุณไม่ใช้บริการเหล่านี้ แม้ว่าเป็นการสะดวกที่จะใช้บริการพื้นที่เมื่อคุณกำลังใช้แอปเช่น Google Maps ทั้งนี้เพราะบริการท้องถิ่นสามารถบอกให้ผู้ที่ทำทารุณกรรมคุณทราบว่าคุณกำลังอยู่ที่ไหน

แอป

ถอดหรือทำลายแอปในโทรศัพท์ของคุณที่คุณไม่ได้ใช้อีกต่อไปหรือจำไม่ได้ว่าติดตั้งไว้หรือเปล่า แอปหลายตัวขอทราบรายละเอียดส่วนตัวเป็นอันมากตอนที่คุณเซ็นสัญญา คุณต้องคิดให้ดีเกี่ยวกับข้อมูลที่แชร์ เพื่อคุ้มครองความเป็นส่วนตัวของคุณเอง โปรดให้ข้อมูลส่วนตัวให้น้อยที่สุดถ้าจำเป็นต้องใช้แอป

อีเมล

สร้างบัญชีอีเมลขึ้นมาใหม่ที่ไม่ใช่ชื่อของคุณหรือคำใดๆ ที่จะระบุตัวคุณ ใช้บัญชีอีเมลอื่นสำหรับเรื่องต่างๆ ที่คุณต้องการสงวนเป็นความลับส่วนตัว รวมทั้งการวางแผนความปลอดภัย

ล็อกอิน/ล็อกเอาท์ ทุกครั้ง

ทุกครั้งที่เสร็จการใช้ คุณควรล็อกเอาท์บัญชีอีเมล คอมพิวเตอร์ และเครื่องมือต่างๆ โดยวิธีนี้ ไม่มีใครสามารถที่จะ เข้าถึงบัญชีหรือข้อมูลส่วนตัวของคุณได้โดยง่าย

คอยเฝ้าดูเครื่องมือต่างๆ ของคุณ

อย่าวางโทรศัพท์และแท็บเล็ตไว้ไกลตัว และควรใช้รหัสพาสเวิร์ดในการล็อกเครื่อง

จงใช้อุปกรณ์ความปลอดภัยในโทรศัพท์ แท็บเล็ต หรือ คอมพิวเตอร์ของคุณ

เปิดอุปกรณ์ความปลอดภัยในเครื่องมือของคุณ ตรวจสอบให้แน่ใจอีกครั้งหลังจากที่ได้อัปเดตระบบการปฏิบัติงานและแอปแต่ละครั้ง

ขอความช่วยเหลือ

โปรดพึงระลึกว่า! การใช้ความรุนแรงทางเทคโนโลยีไม่เป็นการถูกต้อง และไม่ใช้ความผิดของคุณ มีบริการช่วยเหลือหลายแห่งที่คุณสามารถพึ่งได้ หากคุณรู้สึกว่าตัวเองไม่ปลอดภัย โปรดติดต่อตำรวจ และบริการฉุกเฉินโดยกดหมายเลขศูนย์สามตัว (000) ทันที

ถ้าคุณพูดภาษาอังกฤษไม่ได้

โทรหมายเลขศูนย์สามตัว (000) จากโทรศัพท์บ้านแล้วพูดว่า 'Police' (โพลิช), 'Fire' (ไฟ) หรือ 'Ambulance' (แอมบูแลนซ์) ถ้อยสารรอสักครู่แล้วคุณจะได้ติดต่อกับบริการล่าม

ถ้าไม่ใช่เรื่องฉุกเฉิน โปรดโทรศัพท์ถึงตำรวจหรือไปที่สถานีตำรวจท้องถิ่นด้วยตัวเอง

สำหรับความช่วยเหลือเพิ่มเติม โปรดติดต่อ

1800RESPECT ด้วยโทรศัพท์หรือเครื่องมือติดต่อที่ปลอดภัยในทันทีที่สามารถทำได้:

1800 737 732

1800respect.org.au

1800RESPECT ให้บริการฟรีตลอด 24 ชั่วโมงเกี่ยวกับการวางแผนความปลอดภัยที่สงวนเป็นความลับ การให้คำปรึกษาและความช่วยเหลือต่อผู้ที่ได้รับความรุนแรงทุกประเภท รวมทั้งความรุนแรงในครอบครัว และการทำร้ายทางเพศ นอกจากนี้ บริการนี้ยังสามารถจัดให้คู่ครองติดต่อกับองค์กรอื่นๆ ในท้องถิ่นที่คู่ครองพำนักอยู่ ได้ด้วย สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม คำแนะนำ และวิดีโอเป็นภาษาอื่นๆ โปรดไปที่ 1800respect.org.au/languages/.