

Handbok i cybersäkerhet för vardagen

Gör din vardag mer cybersäker



**CYBER
CITIZEN**



Aalto-yliopisto
Aalto-universitetet
Aalto University



MINISTRY OF TRANSPORT
AND COMMUNICATIONS

Cybersäkerhet är en del av vardagen och berör oss alla

Vardaglig cybersäkerhet handlar om att veta hur man använder enheter och tjänster på ett säkert sätt. Det är en viktig färdighet för alla, eftersom våra liv blir allt mer uppkopplade. Vi studerar, arbetar och handlar via appar och på nätet. Vi kan hitta rätt i en främmande stad med hjälp av GPS, söka dejter genom att svepa och skicka meddelanden till vänner runt om i världen.



Cybersäkerhet är värt att tänka på

Genom att agera klokt förbättrar du både din egen och andras säkerhet på nätet. Den här handboken förklarar hur du kan göra det. Som tur är behöver det inte vara svårare än att låsa dörren eller använda bilbälte.

Internet är som en stad

Precis som i en verklig stad finns det mycket olika att se på nätet: banker, butiker, bibliotek och sociala medier. Internet är också fullt av olika slags byggnader. Du kan tänka dig en enhet som en byggnad i internets stad: vissa är små, som en personlig telefon eller dator, medan andra är stora, som företagsservrar och nätverksenheter.



Byggnaderna är förbundna med varandra genom vägar

På internet kallas dessa vägar för nätverk, och de kopplar samman enheter med varandra. I praktiken är ett nätverk en väg som gör det möjligt för information att färdas från en enhet till en annan. Nätverk kan vara små, som ett hemnätverk eller ett nätverk på arbetsplatsen, eller enorma, som internet.

"Varje enhet har också en egen adress, som gör att den kan hittas i staden. Den kallas IP-adress."



Vilken roll har cybersäkerhet i den här staden?

Cybersäkerhet behövs på nätet av samma anledning som vi behöver trygghet och säkerhet i den fysiska världen. Genom hela mänsklighetens historia har det funnits skurkar, ficktjuvar och bluffmakare på stadens gator. Nu har de också flyttat ut på nätet, och vi möter dem där regelbundet.

Vi förvarar allt mer av våra pengar, vår information och andra saker som är viktiga för oss på nätet. Dessa saker intresserar också cyberbrottslingar, som vill komma åt våra konton, enheter och data. Eftersom bedrägerier är ett sätt för cyberbrottslingar att tjäna pengar behöver alla lära sig hur man agerar säkert på nätet.



Tycker du att cybersäkerhetstermer är svåra att förstå?
Du hittar tydliga förklaringar i SecPorts ordlista:
www.secport.org/sv/material/ordlista/



Cybersäkerhet innebär att människor och organisationer skyddar sig mot cyberbrott och skadlig verksamhet.

Skurkar, bråkstakar och tjuvar

Personer som gör fel på nätet, alltså cyberbrottslingar, har olika mål: vissa vill stjäla pengar från bankkonton, andra vill komma över vår information och några vill ta sig in i vår arbetsgivares system via oss.

Nu ska vi titta närmare på vilka slags brottslingar som finns på nätet och vilka metoder de använder. Vi frågar dem direkt – cyberbrottsbossarna från mobilspelet Cyber City Tycoon.

Att stjäla information

"Mitt jobb är att samla in information om människor, som jag antingen använder för egen vinning eller delar med andra chefer. Lösenord, PIN-koder och egentligen vilken data som helst är värdefull för mig. Jag lägger ut beten, för jag vet att någon alltid nappar. Ibland spelar jag på girighet, ibland låtsas jag vara någon annan."

- Phishermäns Freud



Kärleksbedrägerier

"Alla som har träffat mig måste erkänna att jag är en mästare på att manipulera människors känslor med hjälp av romantik. Jag vet hur man skapar en djup kontakt, fast jag i själva verket bara utnyttjar andra för min egen vinning. Jag framställer mig som den perfekta partnern, ger stora löften och verkar förstå på djupet. Jag gör det så skickligt att jag ibland till och med övertygar mig själv."

- Rö Mans



Trollning

"Jag gilla när alla arga."

- Herr Troll





Falsk information

"Sanningen är i bästa fall rörig och nästan alltid tråkig. Fakta finns bara till för att förstöra bra berättelser. Nyheterna vi levererar är precis det människor vill ha. De utmanar inte deras världsbild – de förstärker den. Vi är de ultimata möjliggörarna av bekräftelsebias, även om det innebär att böja på sanningen eller ljuga rakt ut."

- Chandra Charisma & Brock Bluster

Identitetsstöld

"Allt du gör på nätet lämnar spår, och om du håller på med något skumt är det bäst om spåren ser ut att tillhöra någon annan. Det är då stulna identiteter kommer väl till pass. Antingen samlar jag in identiteterna själv eller köper dem av andra."

- Ms Xester



Utpressning

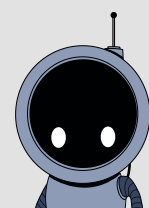
"Din data är ditt liv: din kalender, dina minnen, dina arbetsfiler, frukterna av din kreativitet – allt. Din data är oändligt värdefull för dig, och därför är den värdefull för oss också. För företag och organisationer är data ännu mer värdefull. Därför tar vi data som gisslan med hjälp av ransomware och lovar att lämna tillbaka den mot en lösensumma."

- Dixie & Dusty



"Pssst! Om jag ska vara ärlig är de inte särskilt smarta. Tro mig, jag jobbar för dem ..."

- Minion



Cyberbrott och bedrägerier är en del av vardagen

Cyberbrott ser ofta inte ovanliga ut. Tvärtom försöker de hålla sig dolda. Vi stöter vanligtvis på dem i helt vanliga vardagssituationer: när vi öppnar ett mejl, när vi handlar i en webbutik eller när vi får ett samtal från en okänd person. De liknar sådant vi ändå gör, och därför är det lätt att ta miste och tro att de är äkta.

Många bedrägerier har en sak gemensamt: de vill ha något av dig direkt. Du kan bli ombedd att lämna ut dina uppgifter genast, betala en liten summa utan dröjsmål eller klicka på en länk för att åtgärda ett problem. Ofta finns det en känsla av brådska och starka känslor inblandade: rädsla, medlidande och stora löften.



Varför är du ett lämpligt mål?

Alla har något som intresserar cyberbrottslingar. Dåligt skött cybersäkerhet gör dig mer sårbar för attacker, eftersom många attacker utförs automatiskt mot ett stort antal personer samtidigt. De som inte har uppdaterat sina enheter eller skyddat sina konton är mer utsatta.

Enkla sätt att förbättra din egen cybersäkerhet

Cybersäkerhet kan kännas som mycket jobb, och cyberbrott kan verka för svåra att stoppa. Som tur är är du inte hjälplös. I slutändan handlar det om små vardagliga handlingar och rutiner som hjälper oss att hålla oss säkra. Härnäst får du lära dig fem sätt att förbättra cybersäkerheten i din vardag.



1. Gör dina lösenord långa och olika

Låt oss återvända till jämförelsen med byggnader: vi lär oss att hålla ytterdörren låst så att utomstående inte kan ta sig in i vårt hem. Av samma anledning håller vi även enheter och konton låsta. Ett lösenord kan ses som en nyckel: det håller dörrarna till dina konton och enheter stängda. Det behöver vara långt, så att låsen till dina enheter och konton inte kan dyrkas upp.

Använd ett unikt lösenord för varje tjänst. Då förblir dina andra konton säkra även om ett lösenord hamnar i fel händer. Dessutom kan du ofta lägga till ett extra lås på dina konton genom att aktivera multifaktorautentisering. Det betyder att du behöver två nycklar för att logga in, så att du inte hamnar i fara direkt om du förlorar en av dem.



2. Håll dina enheter och program uppdaterade

Byggnader behöver underhåll eftersom de slits: färg flagnar, konstruktioner försvagas och dammråttor tar över. Samma sak händer med enheter, bara mycket snabbare. Plötsligt kan någon kanske ta sig in i din enhet genom en sårbarhet som har uppstått. Som tur är kan detta förhindras genom underhåll – med andra ord genom att uppdatera dina enheter. Uppdateringar ger förbättringar och åtgärdar problem, och därför bör du alltid installera dem så snart en ny uppdatering finns tillgänglig.



3. Lämna inte över dina värdesaker till andra

Vi lär oss att hålla vår plånbok och vårt pass säkra, alltså att skydda våra värdesaker i den fysiska världen. På samma sätt ska du aldrig lämna ut dina nätbankskoder eller andra värdefulla uppgifter på nätet till andra.

Håll dem strikt för dig själv.



4. Tänk på vilka spår du lämnar på nätet

Ditt digitala fotavtryck är internets minne av dig. Det är spåren du lämnar efter dig varje gång du gör något på nätet. Dessa spår skapar en bild av dig: de kan till exempel avslöja vad du gillar och vilka värderingar du står för. Den här informationen kan användas mot dig, eftersom pinsam eller skadlig information kan användas för utpressning, och information som finns på nätet kan användas för att skraddarsy bedrägerier just för dig. Det är inte klokt att dela allt offentligt, och det är värt att ta hand om sin integritet.



5. Stanna upp innan du agerar

Precis som när du korsar en väg bör du också stanna upp på nätet och försäkra dig om att ditt nästa steg är säkert. Därför ska du inte klicka på eller öppna varje länk och fil du stöter på utan att tänka efter. Var uppmärksam och medveten om vad du gör – cyberbrottslingar riktar in sig på oss när vi minst anar det.



Tryck på panikknappen när du är osäker

Panikknappen är en webbsida med instruktioner för cybersäkerhetsproblem.

Du hittar panikknappen här: www.secport.org/sv/cyberpanik

Ditt sinne behöver också skydd

Att vara säker på nätet handlar inte bara om lösenord och krypterade anslutningar. Våra tankar och åsikter kan också luras och vilseledas.

Alla förtjänar inte ditt förtroende

Internet är något fantastiskt som gör vardagen enklare. Det innehåller en enorm mängd information, och nästan vem som helst kan publicera nästan vad som helst. Därför finns där också felaktig information och avsiktliga lögner. Syftet kan vara att påverka hur du tänker om något.

Sådan falsk information används ofta för att vända människor mot varandra. Det kan leda till att förtroendet för andra människor eller för nyheter försvagas, vilket också kan påverka din säkerhet i vardagen. När vi skyddar vårt sinne på nätet skyddar vi också vår vardag och hjälper samhället att förbli fredligt och fungerande.



Så skyddar du ditt sinne

1. Läs mer än bara rubriken innan du bildar dig en åsikt.
2. Kontrollera vem som har publicerat informationen och om källan är pålitlig.
3. Leta också efter information om ämnet från andra källor.
4. Lagg märke till om innehållet bara försöker göra dig arg eller rädd.
5. Dela inte information om du inte är säker på att den är sann.



Du kan lära dig det viktigaste om cybersäkerhet med material från Cyber Citizen Initiative

Det är viktigt att alla vet hur man håller sig säker på nätet, och projektet Cyber Citizen finns här för att hjälpa till. Vem som helst kan lära sig grunderna i cybersäkerhet gratis genom vårt spel och vår portal.



Utforska materialen

CYBER CITY TYCOON



Cyber City Tycoon

Cyber City Tycoon är ett gratis mobilspel där spelaren tar rollen som en cyberbrottsling. På så sätt lär sig spelaren att förstå hur brottslingar arbetar och hur man känner igen cyberhot i sin egen vardag.



SecPort



SecPort

SecPort är en webbplats som hjälper människor att känna igen och förebygga vardagliga cyberbedrägerier. Där finns information om cybersäkerhet i olika format, till exempel kurser, videor och guider.

secport.org/sv

Ta hand om cybersäkerheten i dag – det har du nytta av i morgon

I framtiden kommer du troligen att tacka dig själv för att du fick ordning på din vardagliga cybersäkerhet i tid. Små vardagliga handlingar kan rädda dig från många problem längre fram.

