Εισαγωγή και περιγραφή του διαδικτυακού εκφοβισμού για εκπαιδευτικούς

Αρ. Έργου: 2020-1-CY01-KA226-SCH-082686

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Περιεχόμενα

Γενικός στόχος έργου 3
Στόχος της εργαλειοθήκης 4
Ηλεκτρονικός εκφοβισμός και ρητορική μίσους στα σχολεία πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Σύντομη επισκόπηση άλλων διαδικτυακών κινδύνων 6
Λίστα ελέγχου: Υποστήριξη παιδιών ηλικίας 6-10 ετών στο διαδίκτυο 8
Λίστα ελέγχου: Υποστήριξη παιδιών ηλικίας 11-13 ετών στο διαδίκτυο 9
Τι είναι ο χρόνος οθόνης; 11
Γεγονότα και στατιστικά στοιχεία για το χρόνο στην οθόνη 11
Τι επιπτώσεις έχει ο χρόνος της οθόνης στα παιδιά; 11
ΚΑΤΑΠΟΛΈΜΗΣΗ ΤΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΎ ΣΤΟΝ ΚΥΒΕΡΝΟΧΏΡΟ ΜΕ ΤΗ ΒΟΉΘΕΙΑ ΨΗΦΙΑΚΏΝ ΕΡΓΑΛΕΊΩΝ (ΕΠΙΣΚΌΠΗΣΗ ΤΩΝ ΠΡΑΚΤΙΚΏΝ ΣΕ ΕΥΡΩΠΑΪΚΌ ΕΠΊΠΕΔΟ) 13
Τι είναι ο διαδικτυακός εκφοβισμός; 13
Οι επιπτώσεις του διαδικτυακού εκφοβισμού 13
Ο διαδικτυακός εκφοβισμός επηρεάζει τη ψυχική υγεία 14
Πως μπορούμε να σταματήσουμε τον διαδικτυακό εκφοβισμό χωρίς να καταργήσουμε τη πρόσβαση στο Διαδίκτυο; 14
Πως μπορείτε να αποτρέψετε τη χρήση προσωπικών πληροφοριών εναντίον κάποιου στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης με σκοπό τη χειραγώγηση ή τον εξευτελισμό του; 16
Υπάρχει ποινή για τον διαδικτυακό εκφοβισμό; 17
Οι εταιρείες τεχνολογίας δεν φαίνεται να ενδιαφέρονται για τον εκφοβισμό και την παρενόχληση στο διαδίκτυο. Καλούνται να λογοδοτήσουν; 18
Υπάρχουν διαδικτυακά εργαλεία κατά του εκφοβισμού για παιδιά και εφήβους; 18
Ο ρόλος των εκπαιδευτικών και των γονέων στο σύγχρονο σχολείο 20
Γονείς και Δάσκαλοι στο σύγχρονο σχολείο 20
Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΩΝ ΜΕΣΩΝ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ, ΤΗΣ ΨΗΦΙΑΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ 23
Εφαρμογές και ιστότοποι μέσων κοινωνικής δικτύωσης 23
Πρόληψη του διαδικτυακού εκφοβισμού 24
Γιατί να διδάξουμε στους μαθητές την ψηφιακή ιθαγένεια 24
Βασικές έννοιες της ψηφιακής ιθαγένειας 25
Πως να διδάξετε τη ψηφιακή ιθαγένεια 25
Βιβλιογραφικές Αναφορές 28

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Γενικός στόχος έργου

Υπάρχουν μόνο λίγες έρευνες για τον διαδικτυακό εκφοβισμό, ιδίως μεταξύ παιδιών ηλικίας 6-14 ετών. Ωστόσο, είναι γνωστό ότι ο εκφοβισμός στον κυβερνοχώρο αυξάνεται ραγδαία τα τελευταία χρόνια και οι γονείς δεν είναι τόσο εξοικειωμένοι με αυτό το είδος εκφοβισμού. Η οργάνωση Save the Children στην Ισπανία το 2016 αναφέρει ότι το 6,9% των Ισπανών μαθητών μεταξύ 9 και 16 ετών δηλώνουν ότι έχουν υποστεί διαδικτυακό εκφοβισμό κάποια στιγμή. Το ποσοστό αυτό αυξάνεται στο 12% το 2017, σύμφωνα με έρευνες της UNICEF. Με βάση την έρευνα που διεξήχθη στα τέλη του 2019 με 228 ερωτηθέντες στη Λιθουανία, περίπου το 67% των ερωτηθέντων δεν γνωρίζει με ποιον να επικοινωνήσει όταν παρατηρείται διαδικτυακός εκφοβισμός, ρητορική μίσους, το 1/3 παρατηρεί ομάδες μίσους και επιθετική ομιλία. Το 56% των γονέων των οποίων το παιδί έχει λάβει δυσάρεστα ή οδυνηρά μηνύματα στο διαδίκτυο δηλώνουν ότι το παιδί τους δεν έχει. Το έργο "Ψηφιακά εργαλεία για ψηφιακές προκλήσεις" (DIGIPRO) επικεντρώνεται στις προκλήσεις του ψηφιακού κόσμου - κυβερνοεκφοβισμός και ρητορική μίσους- και προτείνει μια διαφορετική προσέγγιση εργασίας - χρησιμοποιώντας ψηφιακά εργαλεία για να ακούσει τη γνώμη των παιδιών, των εφήβων και να προωθήσει τη συνεκπαίδευση, τη συνεργασία μεταξύ σχολείων, γονέων και εξωτερικών φορέων συμβάλλοντας με αυτόν τον τρόπο στην επίλυση αυτών των επιβλαβών φαινομένων.

Το έργο έχει θέσει τους ακόλουθους στόχους:

- Να βρεθούν τρόποι συνεργασίας προκειμένου να δημιουργηθεί ένας χώρος διαλόγου μεταξύ εκπαιδευτικών, γονέων και παιδιών που μπορεί να διευκολύνει την επίλυση επιβλαβών ή επικίνδυνων καταστάσεων στο διαδίκτυο, ενεργοποιώντας τους θετικούς πόρους των κοινοτήτων και των εξωτερικών εμπλεκόμενων φορέων,
- Να ακούσει την άποψη των παιδιών, δίνοντάς τους τη δυνατότητα να γίνουν πολίτες της ΕΕ δημιουργώντας ένα χώρο για συζήτηση και προβληματισμό σχετικά με τα θέματα του έργου,
- Να πειραματιστεί με συμμετοχικά εργαλεία και μεθοδολογίες που προωθούν μια νέα σχέση με τα μέσα ενημέρωσης και τις τεχνολογίες,
- Παραγωγή ψηφιακών εργαλείων, διαδικτυακής μεθοδολογίας που μπορούν να συνοδεύσουν τους ευρωπαϊκούς ενδιαφερόμενους φορείς στη συμβολή στη μείωση των φαινομένων διαδικτυακού εκφοβισμού και ρητορικής μίσους,
- Ανάπτυξη των ικανοτήτων των εκπαιδευτικών, υποστήριξη των εκπαιδευτικών ώστε να γίνουν διευκολυντές καινοτόμων ψηφιακών εκπαιδευτικών διαδρομών,
- Προώθηση της ενσωμάτωσης όλων των μαθητών, που αντιπροσωπεύουν ποικίλες ανάγκες και αντιμετωπίζουν μια ποικιλία μειονεκτούντων μαθητών.

Το έργο συμβάλλει στην προώθηση μιας νέας προσέγγισης:

- ακούγοντας τη φωνή των παιδιών, αφήνοντάς τα να γίνουν οι ήρωες και οι ειδικοί στα θέματα του έργου, συμβάλλοντας στη δημιουργία του ντοκιμαντέρ και του κινούμενου σχεδίου,
- προώθηση της ανάγκης για συνεκπαίδευση - η εργασία για την πρόληψη, την ενημέρωση, τη σωστή αντίδραση θα πρέπει να γίνεται όχι μόνο στα σχολεία, αλλά και στις οικογένειες- εκπαιδευτικοί (150), εκπαιδευτές (25), οικογένειες (300), παιδιά (500) από 4 ευρωπαϊκές χώρες

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

μέσω των δραστηριοτήτων του έργου, εργαστήρια θα συμμετάσχουν στη συν-ανάπτυξη, συν-δημιουργία και δοκιμή των αποτελεσμάτων. Τα αποτελέσματα του έργου σε 4 γλώσσες θα κοινοποιηθούν στους εκπαιδευτικούς, τους γονείς, τη διοίκηση των σχολείων, τους φορείς χάραξης πολιτικής/αποφάσεων μέσω του πολυγλωσσικού δικτυακού τόπου του έργου, του School Education Gateway, του eTwinning και των πλατφορμών αποτελεσμάτων του Erasmus+.

Τα αναμενόμενα αποτελέσματα του έργου είναι τα εξής:

1. Ντοκιμαντέρ (IO1) με συνεντεύξεις παιδιών που εξηγούν σε εκπαιδευτικούς και γονείς την άποψή τους για τον διαδικτυακό εκφοβισμό και τη ρητορική μίσους,

2. Κινούμενα σχέδια (IO2) που δημιουργήθηκαν σε συνεργασία παιδιών, γονέων, εκπαιδευτικών και εταίρων του προγράμματος,

3. Εφαρμογή (IO3) με δραστηριότητες και παιχνίδια που μπορούν να πραγματοποιηθούν στην οικογένεια και στο σχολείο.

4. Διαδικτυακή μεθοδολογία για τους εκπαιδευτικούς (IO4) που επιθυμούν να δημιουργήσουν μια συν-παιδαγωγική σχέση με τις οικογένειες των παιδιών της τάξης: θα περιέχει υλικό που θα μπορεί να μεταφορτωθεί για να διευκολύνει τις ουσιαστικές εκπαιδευτικές εμπειρίες με τη χρήση των ψηφιακών εργαλείων που δημιουργήθηκαν στο πλαίσιο του έργου (IO1, IO2 και IO3). Με τις εκροές συμβάλλουμε στην προώθηση της χρήσης ψηφιακών εργαλείων και καινοτόμων και ανοικτών παιδαγωγικών μεθόδων στην εκπαίδευση, εκπαιδεύοντας ταυτόχρονα τη δημιουργία ελεύθερων και ανοικτού κώδικα εκπαιδευτικών πόρων. Οι δραστηριότητες καθ' όλη τη διάρκεια των 2 ετών οργανώνονται με τρόπο ώστε να επιτευχθούν οι στόχοι του έργου και να δημιουργηθούν τα αναμενόμενα αποτελέσματα. Θα πραγματοποιηθούν 2 διακρατικές συναντήσεις πρόσωπο με πρόσωπο και 4 ΜΕ στις χώρες των εταίρων, ώστε τα αποτελέσματα να διαδοθούν σε ευρωπαϊκή κλίμακα και στο ευρύτερο κοινό.

Εταίροι έργου:

G.G. EUROSUCCESS CONSULTING LIMITED;

VSI EDUKACINIAI PROJEKTAI;

Trito Dimotiko;

Sxoleio Zografou,Associacio Programes Educatius Open Europe;

Parent's Association of Primary Schools in Paphos.

Στόχος της εργαλειοθήκης

Η διαδικτυακή μεθοδολογία παρέχει το υλικό για τους εκπαιδευτικούς που επιθυμούν να δημιουργήσουν μια συν-παιδαγωγική σχέση με τις οικογένειες των παιδιών της τάξης τους: περιέχει μεθοδολογικές σημειώσεις, ιδέες εργασίας αλλά και συγκεκριμένες και βιώσιμες δραστηριότητες, καθώς και υλικό που μπορεί να μεταφορτωθεί για να διευκολύνει τις ουσιαστικές εκπαιδευτικές εμπειρίες και να χρησιμοποιηθεί στην τάξη και στη διαδικτυακή διδασκαλία. Παρέχεται ως διαδικτυακή πλατφόρμα μάθησης. Το προτεινόμενο εργαλείο μας επιτρέπει την κοινή χρήση της μεθοδολογίας, των

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

κατευθυντήριων γραμμών για τη συμμετοχή των οικογενειών, περιλαμβάνει όλα τα εργαλεία που δημιουργήθηκαν στο έργο (IO1, IO2 και IO3 μαζί με πρόσθετο υλικό όπως περιγράφεται στις περιγραφές των εκροών) για να εξηγήσει όλα τα εργαλεία/εκροές του έργου, τον τρόπο χρήσης τους και τον τρόπο προσαρμογής τους στο δικό σας πλαίσιο.

Η μεθοδολογία, κατ' αρχάς, περιλαμβάνει ένα μέρος προβληματισμού σχετικά με τις γενικές πτυχές του έργου:

- Ηλεκτρονικός εκφοβισμός και ρητορική μίσους στα σχολεία πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Σύντομη επισκόπηση άλλων διαδικτυακών κινδύνων.

- Καταπολέμηση του διαδικτυακού εκφοβισμού με τη βοήθεια ψηφιακών εργαλείων (επισκόπηση των πρακτικών σε ευρωπαϊκό επίπεδο).

- Η συνεκπαίδευση ως απαραίτητο εργαλείο για την αποτελεσματική αντιπαράθεση- ο ρόλος των γονέων και των εκπαιδευτικών.

- Η σημασία των μέσων ενημέρωσης, της ψηφιακής εκπαίδευσης στην καταπολέμηση αυτών των φαινομένων.

Στο δεύτερο μέρος της πλατφόρμας, **τα IO1, IO2 και IO3 παρέχονται με ελκυστικό τρόπο μαζί με υλικό (εργαστήρια, σημειωματάριο, μεθοδολογία μέσων κ.λπ**. - βλ. περιγραφές των αποτελεσμάτων) για να διευκολυνθεί η χρήση τους στο εκπαιδευτικό πλαίσιο.

Το τρίτο μέρος του διαδικτυακού εργαλείου παρέχει **κατευθυντήριες γραμμές σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να παρουσιάσουν το θέμα του διαδικτυακού εκφοβισμού, της ρητορικής μίσους στους γονείς, προκειμένου να επιδιώξουν τη συνεκπαίδευση, τη συνεργασία για τη συμβολή στη μείωση του διαδικτυακού εκφοβισμού και της ρητορικής μίσους.**

Αυτές οι κατευθυντήριες γραμμές για τους εκπαιδευτικούς παρέχονται σε 2 μορφές:

1) μια έτοιμη προς χρήση παρουσίαση PowerPoint και

2) ένα σενάριο για τους εκπαιδευτικούς με όλες τις απαραίτητες πληροφορίες με τις οποίες θα πρέπει να εξοικειωθεί εκ των προτέρων).

Οι κατευθυντήριες γραμμές για τους εκπαιδευτικούς είναι προσαρμοσμένες για διαφορετικές ηλικιακές ομάδες (6-10, 11-13 και 14+) παιδιών. Η διαδικτυακή πλατφόρμα είναι προσβάσιμη στις γλώσσες της εταιρικής σχέσης και δοκιμάστηκε με τουλάχιστον 20 εκπαιδευτικούς σε κάθε συμμετέχουσα χώρα.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Ηλεκτρονικός εκφοβισμός και ρητορική μίσους στα σχολεία πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Σύντομη επισκόπηση άλλων διαδικτυακών κινδύνων

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός είναι ο εκφοβισμός που λαμβάνει χώρα στο διαδίκτυο ή σε άλλο εικονικό χώρο, όταν οι άνθρωποι κοροϊδεύουν ο ένας τον άλλον μέσω ηλεκτρονικών μηνυμάτων, μηνυμάτων, δωματίων συνομιλίας, κοινωνικών δικτύων ή ακόμη και κινητών τηλεφώνων.

Αναφερόμαστε στον διαδικτυακό εκφοβισμό ως συμπεριφορές όπως:

Προσβολές στον κυβερνοχώρο, , όπου ένα παιδί προσβάλλεται δημόσια, παρουσία ή μπροστά σε άλλους, γεγονός που μπορεί να προκαλέσει στο παιδί που εκφοβίζεται φόβο και ντροπή.

Για παράδειγμα, γράφονται διάφορες βρισιές σε ένα προφίλ κοινωνικού δικτύου, το παιδί παίρνει δημόσια παρατσούκλια.

Συκοφαντική δυσφήμιση στο Διαδίκτυο όταν διαδίδονται φήμες για ένα παιδί ή σε μια ομάδα.

Για παράδειγμα, τα κορίτσια αποκαλούν δύο συμμαθητές τους "ζευγάρι", στέλνουν μηνύματα και μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου σε άλλους συμμαθητές τους σχετικά με αυτό, διαδίδοντας ψευδείς πληροφορίες.

Να υποδύεται κάποιον άλλον και να υπονομεύει τη φήμη ενός άλλου παιδιού.

Στον κυβερνοχώρο, είναι εύκολο να παραμείνεις ανώνυμος και να κρύψεις την ταυτότητά σου, ενώ είναι επίσης δυνατό να προσποιηθείς ότι είσαι κάτι που δεν είσαι στην πραγματικότητα.

Για παράδειγμα, για να κάνει ένα αστείο, μια μαθήτρια της έβδομης τάξης προσποιείται ότι είναι συμμαθήτριά της και στέλνει μηνύματα στο όνομά της σε άλλα κορίτσια της τάξης, δίνοντάς τους διάφορες άσχημες λέξεις ως παρατσούκλια.

Κατασκοπεία προσωπικών πληροφοριών με δόλιο τρόπο και δημοσιοποίησή τους σε άλλους.

Αυτό μπορεί να είναι προσωπικές φωτογραφίες, βίντεο, στοιχεία σύνδεσης και άλλες σημαντικές πληροφορίες για το παιδί που δεν θέλει να μοιραστεί με άλλους.

Απόρριψη και μη συμπερίληψη σε μια ομάδα φίλων σε chat rooms, κοινωνικά δίκτυα κ.λπ. Παρακολούθηση, απειλή ότι θα βλάψει το παιδί με οποιονδήποτε τρόπο, όπως χτύπημα, ή ισχυρισμός ότι το παιδί βρίσκεται υπό μυστική παρακολούθηση.

Βιντεοσκόπηση και ανάρτηση και διάδοση διαφόρων καταστάσεων που αφορούν το παιδί στο διαδίκτυο.

Ένα παιδί μπορεί να βιντεοσκοπηθεί σε καταστάσεις που το κάνουν να αισθάνεται άβολα, π.χ. να μην απαντά σωστά στην τάξη ή να εκτελεί κακώς μια εργασία στο μάθημα της γυμναστικής, ενώ μπορεί επίσης να βιντεοσκοπηθούν και να δημοσιευθούν βίαιες πράξεις εναντίον του παιδιού. (https://www.bepatyciu.lt/vaikams/apie-patycias/apie-elektronines-patycias/)

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Το διαδίκτυο είναι ένα μέρος για τα παιδιά που τους δίνει τη δυνατότητα να κάνουν φίλους, να κοινωνικοποιηθούν, να μάθουν και να αναπτυχθούν, αλλά το διαδίκτυο δεν προσφέρει μόνο ευκαιρίες για τα παιδιά, αλλά και τον κίνδυνο να χτυπηθούν: Τον κίνδυνο να συναντήσουν ανθρώπους με κακές προθέσεις. Τον κίνδυνο να εξαπατηθούν, να βιώσουν σωματική βία, σεξουαλική παρενόχληση ή εκβιασμό. Τον κίνδυνο να γίνουν αντικείμενο διαδικτυακού εκφοβισμού. Να εκφοβιστούν και να κακοποιηθούν, να συκοφαντηθούν από συνομηλίκους ή γνωστούς. Ιστοσελίδες με ακατάλληλο περιεχόμενο. Πορνογραφία, φρικαλεότητες, υποκίνηση φόβου και μίσους. Κίνδυνοι προστασίας της ιδιωτικής ζωής και αποκάλυψη προσωπικών πληροφοριών. Κλοπή ταυτότητας, κλοπή περιουσίας και προσωπικών δεδομένων και πληροφοριών. Κίνδυνος καταστροφής των υπολογιστών και των πληροφοριών που είναι αποθηκευμένες σε αυτούς. Ιοί υπολογιστών, spam, phishing, spyware κ.λπ. Τί πρέπει να προσέξουν οι γονείς, ώστε το παιδί τους να γίνει υπεύθυνος καταναλωτής και να μην εμπλακεί σε απειλητικές καταστάσεις στο Διαδίκτυο (https://www.esaugumas.lt/articles/vaikai-ir-internetas). Μάθετε στο παιδί σας να ελέγχει τις πληροφορίες που βρίσκει στο διαδίκτυο, ειδικά όταν πρόκειται για θέματα υγείας, διατροφικές συμβουλές, λήψη φαρμάκων ή τοξικών ουσιών. Βοηθήστε το να καταλάβει ότι δεν είναι όλα όσα γράφονται στο διαδίκτυο αληθινά. Ταυτόχρονα, μπορείτε να ελέγχετε τις πληροφορίες που είναι σημαντικές για το παιδί για να δείτε αν δημοσιεύονται στην ιστοσελίδα ενός ιδιώτη ή ενός οργανισμού, αν η ιστοσελίδα έχει επίσημο λογότυπο, αν πρόκειται για βοήθεια ή πώληση προϊόντων κ.λπ. Μάθετε στο παιδί σας πώς να διακρίνει τη διαφήμιση από τις πληροφορίες υποστήριξης. Εάν το παιδί σας λαμβάνει πολλά ανεπιθύμητα μηνύματα στα εισερχόμενά του, διδάξτε του πώς να τα φιλτράρει, ενθαρρύνετέ το να μην απαντά σε αυτά και να μην εμπιστεύεται το περιεχόμενό τους. Εξηγήστε στο παιδί ότι υπάρχουν άνθρωποι που εξαπατούν και παριστάνουν τους άλλους στο διαδίκτυο. Ως εκ τούτου, δεν είναι ασφαλές να συναντήσετε ένα άτομο που δεν έχετε δει ποτέ στο δρόμο, ακόμη και αν συμπεριφέρεται πολύ φιλικά.

Κανονίστε να συνοδεύσετε το παιδί σας στην πρώτη συνάντηση ή στο πρώτο ραντεβού όταν κάνει φίλους στο διαδίκτυο, ώστε να μπορέσετε να γνωρίσετε τον νέο φίλο και να ανταλλάξετε μερικές φιλικές φράσεις μαζί του. Είναι σημαντικό το παιδί να μη σας βλέπει ως "επιστάτη", αλλά ως έναν στοργικό, φιλικό ενήλικα που μπορεί να εμπιστευτεί. Ενδιαφερθείτε για το παιδί σας και τις εμπειρίες του στο διαδίκτυο. Είναι σημαντικό να γνωρίζει ότι ποτέ δεν είναι αργά για να του πει τι του έχει συμβεί στο Διαδίκτυο και τι το ανησυχεί. Μην απαγορεύετε στο παιδί σας να χρησιμοποιεί το διαδίκτυο. Το διαδίκτυο είναι ένα από τα σημαντικότερα επιτεύγματα της ανθρωπότητας. Είναι ένα εργαλείο που βοηθάειν μάθει, να μορφωθεί και να βελτιωθεί. Είναι κατανοητό ότι τα παιδιά ξοδεύουν πολύ χρόνο παίζοντας παιχνίδια στο διαδίκτυο στην αρχή, αλλά αργότερα θα αποκτήσουν τις δεξιότητες να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για μάθηση, μελέτη και εργασία. Αντ' αυτού, συζητήστε τους κινδύνους του διαδικτύου και τους κανόνες που θα σας βοηθήσουν να παραμείνετε ασφαλείς. Ξεκαθαρίστε ότι αυτά που μαθαίνει και ανακαλύπτει το παιδί στο διαδίκτυο είναι ενδιαφέροντα και σημαντικά για εσάς. Ενθαρρύνετέ το να μοιράζεται μαζί σας τους αγαπημένους του ιστότοπους. Συμφωνήστε σχετικά με τον χρόνο που το παιδί σας περνάει στο διαδίκτυο. Πείτε ότι είναι σημαντικό για εσάς να έχει το παιδί μια ποικίλη ζωή, δηλαδή να έχει χρόνο για άλλες δραστηριότητες και απολαύσεις που του αρέσουν και για τις δουλειές που πρέπει να κάνει.

Εφιστήστε την προσοχή του παιδιού αν δείτε ότι δείχνει ανήσυχο ή ότι δεν προλαβαίνει να φάει επειδή κάθεται για πολλή ώρα μπροστά στον υπολογιστή. Διαφορετικές ενδιαφέρουσες δραστηριότητες μπορεί να είναι πολύ ελκυστικές, οπότε το παιδί μπορεί να μην είναι πάντα σε θέση να καθορίζει μόνο του την ατζέντα. Αν έχετε τη δυνατότητα, τοποθετήστε τον υπολογιστή σε ένα μέρος που είναι ορατό σε όλα τα μέλη της οικογένειας στο σπίτι. Αν μπορείτε να κοιτάξετε από το παράθυρο για να δείτε αντο παιδί σας είναι ασφαλές στην αυλή, θα πρέπει να διατηρήσετε αυτή τη δυνατότητα και για τον υπολογιστή. Αυτός

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

ο κανόνας δεν είναι κατάλληλος για εφήβους. Εάν ένας έφηβος έχει δικό του υπολογιστή, θα πρέπει να σέβεστε την ιδιωτική του ζωή. Δεν θα πρέπει να διαβάζετε τα προσωπικά μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, τα ημερολόγια ή τα σημειωματάρια του παιδιού ή του εφήβου όταν τα γράφει στον υπολογιστή. Αν το παιδί σας φαίνεται καταθλιπτικό, λυπημένο, κουρασμένο ή νυσταγμένο και το ρωτήσετε για τα προβλήματά του, ρωτήστε όχι μόνο για τους φίλους και το σχολείο, αλλά και για τον υπολογιστή και το Διαδίκτυο. Για πολλά παιδιά, έχουν γίνει ένα πολύ σημαντικό μέρος της ζωής όπου προκύπτουν δυσκολίες

Συμβουλές για τους γονείς:

- Συζητήστε με το παιδί ποιες πληροφορίες θεωρούνται προσωπικές: Διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, διεύθυνση κατοικίας, αριθμοί κινητού και σταθερού τηλεφώνου, όνομα σχολείου και τάξης, κύκλοι και χρόνος παρακολούθησης, φωτογραφίες και βίντεο που δείχνουν τα ίδια τα παιδιά, την οικογένειά τους ή τους φίλους τους. Με αυτές τις πληροφορίες, ένας ξένος μπορεί να αποκτήσει μια αρκετά πλήρη εικόνα του περιβάλλοντος και της ζωής του παιδιού, κάτι που μπορεί να είναι επικίνδυνο. Μιλήστε με το παιδί για το ποια άλλα πράγματα είναι προσωπικά στην οικογένειά σας.

- Υπενθυμίστε στο παιδί σας να σκέφτεται προσεκτικά τις πληροφορίες και τις φωτογραφίες που δημοσιεύει στα προσωπικά του προφίλ κοινωνικής δικτύωσης. Βοηθήστε το να καταλάβει ότι από τη στιγμή που οι φωτογραφίες αναρτώνται στο διαδίκτυο, δεν μπορούν μόνο να προβληθούν, αλλά και - να επεξεργαστούν και να διανεμηθούν. Βοηθήστε το παιδί να προσαρμόσει τις ρυθμίσεις απορρήτου στα κοινωνικά δίκτυα, ώστε τα δεδομένα αυτά να είναι προσβάσιμα μόνο σε όσους δεν αποτελούν απειλή.

- Βοηθήστε τα παιδιά να κατανοήσουν ότι το διαδίκτυο δεν είναι "μια άλλη πραγματικότητα" ή "εικονική πραγματικότητα". Είναι ένας δημόσιος χώρος όπου πρέπει να επανεξετάζει κανείς τη συμπεριφορά του και να μην εμπλέκεται σε επικίνδυνες ή βίαιες δραστηριότητες. Ο εκφοβισμός, η παρενόχληση, η κακοποίηση, η προδοσία μυστικών, το κουτσομπολιό και ο εκφοβισμός - δεν πρέπει να γίνονται ανεκτά στο δρόμο, στο σχολείο ή στο διαδίκτυο. Ενθαρρύνετε το παιδί σας να σας μιλήσει και να ζητήσει βοήθεια αν νιώθει ενοχλημένο από τη συμπεριφορά άλλων ανθρώπων στο διαδίκτυο.

- Συμφωνήστε ότι το παιδί δεν θα απαντά σε απειλητικές ή τρομακτικές επιστολές, αλλά θα τις μοιράζεται μαζί σας χωρίς να τις διαγράφει. Στη συνέχεια, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτές τις επιστολές για να ζητήσετε από κοινού βοήθεια. Επίσης, δεν θα πρέπει να απαντά σε επιστολές από αγνώστους και δεν θα πρέπει να ανοίγει συνημμένα αρχεία, καθώς αυτά μπορεί να περιέχουν ιούς, ακατάλληλες φωτογραφίες ή βίντεο. Μην μένετε αδιάφοροι όταν το παιδί σας λέει ότι ο φίλος του κακοποιείται στο διαδίκτυο. (https://kulautuvosmokykla.lt/dokumentai/pagalba/informacija_tevams/Pavojai%20internete.pdf)

Λίστα ελέγχου: Υποστήριξη παιδιών ηλικίας 6-10 ετών στο διαδίκτυο

Συμφωνία όρων/ ορίων

Να είστε ξεκάθαροι σχετικά με το τι μπορεί και τι δεν μπορεί να κάνει το παιδί σας στο διαδίκτυο - πού μπορεί να χρησιμοποιεί το διαδίκτυο, πόσο χρόνο μπορεί να περνάει στο διαδίκτυο, ποιους ιστότοπους μπορεί να επισκέπτεται και ποιες πληροφορίες μπορεί να μοιράζεται. Συμφωνήστε με το παιδί σας πότε επιτρέπεται να χρησιμοποιεί κινητό τηλέφωνο ή tablet.

Ανακαλύψτε μαζί

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Ο καλύτερος τρόπος για να μάθετε τι κάνει το παιδί σας στο διαδίκτυο είναι να του ζητήσετε να σας πει τι κάνει και ποιους ιστότοπους του αρέσει να επισκέπτεται. Όταν είναι έτοιμο, ζητήστε του να σας το δείξει. Μιλήστε τους για το πώς να είστε καλός φίλος στο διαδίκτυο.

Πάρτε εσείς τον έλεγχο

Εγκαταστήστε γονικό έλεγχο στην οικιακή ευρυζωνική σας σύνδεση και σε όλες τις συσκευές με δυνατότητα σύνδεσης στο διαδίκτυο. Δημιουργήστε έναν λογαριασμό χρήστη για το παιδί σας στην κύρια συσκευή που χρησιμοποιεί και βεβαιωθείτε ότι οι άλλοι λογαριασμοί στο σπίτι προστατεύονται με κωδικό πρόσβασης, ώστε τα μικρότερα παιδιά να μην μπορούν να έχουν πρόσβαση σε αυτούς κατά λάθος.

Χρήση λειτουργίας πτήσης

Βάλτε τις συσκευές σας σε λειτουργία αεροπλάνου όταν τις χρησιμοποιεί το παιδί σας, ώστε να μην μπορεί να κάνει μη εξουσιοδοτημένες αγορές ή να επικοινωνεί με άλλους στο διαδίκτυο χωρίς τη γνώση σας.

Μείνετε εμπλεκόμενοι

Ενθαρρύνετε το παιδί σας να χρησιμοποιεί τις τεχνολογικές συσκευές του σε έναν κοινό χώρο, όπως το σαλόνι ή η κουζίνα, ώστε να μπορείτε να παρακολουθείτε πώς χρησιμοποιεί το διαδίκτυο και να το απολαμβάνετε μαζί του.

Μιλήστε με τα αδέρφια τους

Είναι επίσης καλή ιδέα να συζητάτε με τα μεγαλύτερα παιδιά για το τι κάνουν στο διαδίκτυο και τι δείχνουν στα μικρότερα παιδιά. Ενθαρρύνετέ τα να είναι υπεύθυνα και να βοηθούν τα μικρότερα αδέλφια τους να παραμένουν ασφαλή.

Λίστα ελέγχου: Υποστήριξη παιδιών ηλικίας 11-13 ετών στο διαδίκτυο

Να έχετε ελεύθερες και ανοιχτές συζητήσεις

Ενθαρρύνετε το παιδί σας να σας μιλάει για το πώς χρησιμοποιεί το διαδίκτυο και να σας δείχνει τι κάνει. Συζητήστε με το παιδί σας τι πράγματα μπορεί να συναντήσει. Μια καλή στιγμή για να μιλήσετε είναι όταν αποκτήσει μια νέα συσκευή ή όταν αναφέρει μια νέα ιστοσελίδα.

Διαχείριση των συσκευών τους

Ενθαρρύνετε τα παιδιά να χρησιμοποιούν τις τεχνολογικές τους συσκευές σε έναν κοινό χώρο, όπως το σαλόνι ή η κουζίνα, και δημιουργήστε έναν λογαριασμό χρήστη για το παιδί σας. Αν πιστεύετε ότι το παιδί σας δεν είναι αρκετά μεγάλο για κινητό τηλέφωνο ή tablet, να είστε αυστηροί και να εξηγήσετε τους λόγους.

Πάρτε τον έλεγχο μόνοι σας

Ενεργοποιήστε τον γονικό έλεγχο στην οικιακή ευρυζωνική σας σύνδεση, σε όλες τις συσκευές, συμπεριλαμβανομένων των κινητών τηλεφώνων και των κονσολών παιχνιδιών. Οι ρυθμίσεις ασφαλούς περιήγησης μπορούν επίσης να ενεργοποιηθούν στο Google (και σε άλλες μηχανές αναζήτησης), στο YouTube και σε ιστότοπους ψυχαγωγίας, όπως το iTunes και το iPlayer

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Μείνετε ασφαλείς εν κινήσει.

Εάν το παιδί σας έχει πρόσβαση στο διαδίκτυο μέσω δημόσιου δικτύου Wi-Fi, τα χαρακτηριστικά ασφαλείας ενδέχεται να μην είναι ενεργοποιημένα εκεί. Ορισμένοι πάροχοι συμμετέχουν σε προγράμματα WiFi φιλικά προς την οικογένεια με φίλτρα που μπλοκάρουν ακατάλληλο περιεχόμενο. Αναζητήστε εικονίδια φιλικού WiFi, όπως το Mumsnet Family Friendly WiFi και το RDI Friendly WiFi, όταν βρίσκεστε έξω.

Κάνετε συμφωνία

Συμφωνήστε με το παιδί σας σχετικά με τα όρια χρήσης του διαδικτύου και καθορίστε πότε, πού και για πόσο χρόνο μπορεί να χρησιμοποιεί φορητές συσκευές πριν συνηθίσει να κάνει τα δικά του πράγματα.

Ξεκινήστε νωρίς τις συζητήσεις για την κοινωνική δικτύωση

Συζητήστε με τα παιδιά σας για τα οφέλη και τους κινδύνους της κοινωνικής δικτύωσης πριν εγγραφούν σε οποιονδήποτε ιστότοπο. Εξηγήστε τους ότι οτιδήποτε ανεβάζουν, στέλνουν με email ή γράφουν μπορεί να παραμείνει στο διαδίκτυο για πάντα.

Κρατήστε προσωπικές πληροφορίες για τον εαυτό σας

Εάν το παιδί σας έχει προφίλ σε κάποιο κοινωνικό δίκτυο, διδάξτε του πώς να μπλοκάρει ή να αγνοεί άτομα και πώς να θέτει αυστηρές ρυθμίσεις απορρήτου. Ζητήστε να γίνετε εσείς ή κάποιος που εμπιστεύεστε και οι δύο "φίλος" ή "ακόλουθος" του για να ελέγχετε αν οι συζητήσεις και οι αναρτήσεις είναι κατάλληλες.

Ελέγξτε τις ηλικιακές διαβαθμίσεις

Οι ηλικιακές διαβαθμίσεις των παιχνιδιών, των εφαρμογών, των ταινιών και των κοινωνικών δικτύων είναι ένας καλός οδηγός για το αν είναι κατάλληλα για το παιδί σας. Για ορισμένα κοινωνικά δίκτυα, όπως το Facebook και το Instagram, το όριο ηλικίας είναι τα 13 έτη.

(https://www.internetmatters.org/advice/11-13/)

(https://www.internetmatters.org/advice/6-10/)

Αν το παιδί σας πέσει πάνω σε κάτι ακατάλληλο στο διαδίκτυο, υπάρχουν μερικά πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να το αντιμετωπίσετε:

Μάθετε αν έπεσε πάνω στο περιεχόμενο τυχαία ή αν ήταν απλά περίεργος και το έψαχνε. Αν ήταν ατύχημα, καθησυχάστε τον ότι δεν είναι μεγάλη υπόθεση και δείξτε κατανόηση.

Αν επρόκειτο για αβλεψία, καθησυχάστε τους ότι δεν είναι κάτι σημαντικό και δείξτε κατανόηση.

Μείνετε ήρεμοι και μιλήστε για το τι είδαν και πώς τους έκανε να νιώσουν για να μάθετε ποια συναισθηματική υποστήριξη μπορεί να χρειάζονται.

Αν δεν μπορούν να σας μιλήσουν, υπάρχουν οργανώσεις όπως η Childline όπου μπορούν να μιλήσουν σε εκπαιδευμένους συμβούλους για τα συναισθήματά τους.

Ελέγξτε τις ρυθμίσεις και τους ελέγχους στις πλατφόρμες που χρησιμοποιούν για να βεβαιωθείτε ότι έχουν ρυθμιστεί στις σωστές τιμές. Αν δεν το έχετε ήδη κάνει, καταρτίστε μια οικογενειακή συμφωνία που τους δίνει σαφή όρια σχετικά με το τι μπορούν να κάνουν στο διαδίκτυο και πότε. Το Childnet

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

διαθέτει ένα εξαιρετικό υπόδειγμα οικογενειακής συμφωνίας που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε για να ξεκινήσετε. (https://www.internetmatters.org/issues/inappropriate-content/deal-with-it/)

Τι είναι ο χρόνος οθόνης;

Ο χρόνος οθόνης είναι ο χρόνος που κάποιος περνάει χρησιμοποιώντας μια συσκευή ή έναν υπολογιστή, παρακολουθώντας τηλεόραση ή παίζοντας παιχνίδια σε μια παιχνιδομηχανή. Ενώ είναι σημαντικό να ελέγχεται αυτός ο χρόνος, είναι σημαντικό να εστιάζουμε στους τύπους των δραστηριοτήτων που κάνουν τα παιδιά στο διαδίκτυο. Μια πρόσφατη έκθεση συνέστησε τη μέθοδο Goldilocks: "Όχι πολύ λίγο, όχι πολύ, αλλά ακριβώς τη σωστή ποσότητα.

Γεγονότα και στατιστικά στοιχεία για το χρόνο στην οθόνη

Ένας στους τρεις χρήστες του διαδικτύου παγκοσμίως είναι κάτω των 18 ετών, σύμφωνα με τη UNICEF Το 41% των γονέων παιδιών ηλικίας 12-15 ετών δυσκολεύονται να ελέγξουν τον χρόνο των παιδιών τους στην οθόνη, σύμφωνα με την τελευταία έκθεση της Ofcom Children and Parents: media use and attitudes report 2017.

Αν κάνουμε ένα βήμα πίσω και εξετάσουμε την έρευνα στο σύνολό της, ο αντίκτυπος του χρόνου της οθόνης στην ευημερία των παιδιών εξακολουθεί να συζητείται. Ωστόσο, όλο και περισσότεροι εμπειρογνώμονες προτείνουν ότι θα πρέπει να εστιάζουμε περισσότερο στο τι κάνουν τα παιδιά στο διαδίκτυο και λιγότερο στο πόσο καιρό βρίσκονται στο διαδίκτυο.

Τι επιπτώσεις έχει ο χρόνος της οθόνης στα παιδιά;

Πλεονεκτήματα χρόνου οθόνης:

Τα διαδικτυακά παιχνίδια και οι δραστηριότητες μπορούν να ενισχύσουν την ομαδική εργασία και τη δημιουργικότητα.

Το διαδίκτυο δίνει στα παιδιά πρόσβαση σε πληθώρα πληροφοριών που τα βοηθά να διευρύνουν τις γνώσεις τους.

Η αλληλεπίδραση με τον υπολογιστή βελτιώνει τόσο την οπτική νοημοσύνη όσο και τον συντονισμό χεριού-ματιού.

Η τεχνολογία αίρει τα φυσικά εμπόδια στην κοινωνική επαφή - αυτό είναι σημαντικό για τα παιδιά που δυσκολεύονται να κάνουν φίλους ή που έχουν ειδικά ενδιαφέροντα ή ανάγκες.

Τα παιδιά σε νοικοκυριά με ηλεκτρονικούς υπολογιστές έχουν καλύτερες σχολικές επιδόσεις από τους συνομηλίκους τους που δεν έχουν πρόσβαση σε ηλεκτρονικούς υπολογιστές.

Τα αποτελέσματα για τα παιδιά είναι καλύτερα όταν επωφελούνται από τη συνδεδεμένη τεχνολογία.

Μάθετε περισσότερα για τον χρόνο στην οθόνη.

Μάθετε περισσότερα για τα οφέλη και τις πιθανές επιπτώσεις του χρόνου στην οθόνη στο παιδί σας και τις απόψεις γονέων, παιδιών και εμπειρογνωμόνων για το θέμα αυτό.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Επιπτώσεις του χρόνου της οθόνης στην ανάπτυξη του εγκεφάλου

Η ψυχαγωγία μέσω οθόνης αυξάνει τη διέγερση του κεντρικού νευρικού συστήματος, η οποία μπορεί να αυξήσει το άγχος.

Οι νέοι της χιλιετίας είναι πιο ξεχασιάρηδες από τους παλαιότερους- έχουν αναθέσει τη μνήμη τους στο Google, το GPS, τις καταχωρήσεις ημερολογίου κ.λπ. Το Πανεπιστήμιο Κολούμπια έχει διαπιστώσει ότι οι άνθρωποι που γνωρίζουν ότι μπορούν εύκολα να βρουν πληροφορίες στο διαδίκτυο είναι λιγότερο πιθανό να τις θυμούνται.

(https://www.internetmatters.org/issues/screen-time/learn-about-it/)

Πρόσφατη μελέτη των Εθνικών Ινστιτούτων Υγείας έδειξε ότι τα παιδιά που περνούν περισσότερες από δύο ώρες την ημέρα σε δραστηριότητες που σχετίζονται με την οθόνη έχουν χειρότερες επιδόσεις στα τεστ γλώσσας και σκέψης. Και τα παιδιά που περνούν περισσότερες από επτά ώρες την ημέρα μπροστά σε μια οθόνη παρουσιάζουν αραίωση του εγκεφαλικού φλοιού που είναι υπεύθυνος για την κριτική σκέψη και τη συλλογιστική.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

ΚΑΤΑΠΟΛΈΜΗΣΗ ΤΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΎ ΣΤΟΝ ΚΥΒΕΡΝΟΧΏΡΟ ΜΕ ΤΗ ΒΟΉΘΕΙΑ ΨΗΦΙΑΚΏΝ ΕΡΓΑΛΕΊΩΝ (ΕΠΙΣΚΌΠΗΣΗ ΤΩΝ ΠΡΑΚΤΙΚΏΝ ΣΕ ΕΥΡΩΠΑΪΚΌ ΕΠΊΠΕΔΟ)

Τι είναι ο διαδικτυακός εκφοβισμός;

Ο **διαδικτυακός εκφοβισμός** είναι εκφοβισμός με τη χρήση ψηφιακών τεχνολογιών. Ο διαδικτυακός εκφοβισμός μπορεί να συμβεί μέσω μηνυμάτων κειμένου και εφαρμογών ή διαδικτυακά σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης, φόρουμ ή παιχνίδια όπου οι άνθρωποι μπορούν να βλέπουν, να συμμετέχουν ή να μοιράζονται περιεχόμενο. Πρόκειται για μια επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά που αποσκοπεί στο να φοβίσει, να αναστατώσει ή να φέρει σε δύσκολη θέση τον στόχο. Μπορεί να συνίσταται στη διάδοση ψεμάτων για ένα άτομο ή στην ανάρτηση ντροπιαστικών φωτογραφιών ή βίντεο του στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, στην αποστολή οδυνηρών, προσβλητικών ή απειλητικών μηνυμάτων, εικόνων ή βίντεο μέσω πλατφορμών ανταλλαγής μηνυμάτων, στην υποδυόμενη ένα άλλο άτομο και στην αποστολή κακών μηνυμάτων σε άλλους στο όνομά τους ή μέσω ψεύτικων λογαριασμών.

Ο εκφοβισμός πρόσωπο με πρόσωπο και ο εκφοβισμός στον κυβερνοχώρο μπορεί συχνά να συμβαίνουν παράλληλα. Ωστόσο, ο διαδικτυακός εκφοβισμός αφήνει ένα ψηφιακό αποτύπωμα - ένα αρχείο που μπορεί να αποδειχθεί χρήσιμο και να παράσχει στοιχεία για να σταματήσει η κακοποίηση.

Οι επιπτώσεις του διαδικτυακού εκφοβισμού

Όταν ο εκφοβισμός συμβαίνει στο διαδίκτυο, μπορεί να αισθάνεστε ότι δέχεστε επίθεση παντού, ακόμη και στο ίδιο σας το σπίτι. Μπορεί να φαίνεται ότι δεν υπάρχει διαφυγή. Οι επιπτώσεις μπορεί να διαρκέσουν πολύ καιρό και να επηρεάσουν ένα άτομο με δύο τρόπους: Συναισθηματικά, νιώθοντας αναστατωμένος, ντροπιασμένος, ακόμη και αγχωμένος ή θυμωμένος, νιώθοντας ντροπή ή χάνοντας το ενδιαφέρον για τα πράγματα που αγαπάτε. Σωματικά – νιώθοντας κόπωση ή συμπτώματα όπως στομαχόπονοι και πονοκέφαλοι.

Το αίσθημα ότι οι άλλοι γελούν ή παρενοχλούν τους άλλους μπορεί να αποτρέψει τους ανθρώπους από το να ασχοληθούν ή να προσπαθήσουν να επιλύσουν το πρόβλημα. Σε ακραίες περιπτώσεις, ο διαδικτυακός εκφοβισμός μπορεί να οδηγήσει τους ανθρώπους ακόμη και στην αυτοκτονία.

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός μπορεί να επηρεάσει τους ανθρώπους με πολλούς τρόπους. Ωστόσο, αυτά μπορούν να ξεπεραστούν και οι επηρεαζόμενοι μπορούν να ανακτήσουν την αυτοπεποίθησή τους και την υγεία τους.

Καλές πρακτικές

No Bully Portugal – Πορτογαλία

Μια μη κερδοσκοπική ένωση αφιερωμένη στην πρόληψη, τον τερματισμό και την επίλυση του (διαδικτυακού) εκφοβισμού στην Πορτογαλία, μέσω της ενσυναίσθησης και της καλοσύνης. Παρέχουν εκπαίδευση για ενήλικες, διοργανώνουν σεμινάρια ευαισθητοποίησης για παιδιά και νέους και υποστηρίζουν τα άτομα που πλήττονται από τον εκφοβισμό. Συνεργάζονται με σχολεία, οικογένειες,

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

συλλόγους γονέων, εταιρείες, κοινότητες και άλλους φορείς που πιστεύουν σε μια κοινωνία χωρίς εκφοβισμό. https://nobully.pt/

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός επηρεάζει τη ψυχική υγεία

Η **απουσία από το σχολείο** (η αδικαιολόγητη απουσία από το σχολείο) είναι μια άλλη συχνή συνέπεια του διαδικτυακού εκφοβισμού και μπορεί να επηρεάσει την ψυχική υγεία των νέων που στρέφονται σε ουσίες όπως το αλκοόλ και τα ναρκωτικά ή σε βίαιη συμπεριφορά για να αντιμετωπίσουν τον ψυχολογικό και σωματικό τους πόνο. Η συζήτηση με έναν έμπιστο φίλο, μέλος της οικογένειας ή σχολικό σύμβουλο μπορεί να είναι ένα πρώτο βήμα για να λάβετε βοήθεια.

Ο αντίκτυπος του διαδικτυακού εκφοβισμού στην ψυχική υγεία μπορεί να ποικίλλει ανάλογα με το μέσο μέσω του οποίου γίνεται. Ο εκφοβισμός μέσω γραπτών μηνυμάτων ή μέσω εικόνων και βίντεο σε πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης έχει αποδειχθεί ότι είναι πολύ επιβλαβής για τους εφήβους.

Καλές πρακτικές

The Polite Type – Φινλανδία

Η Polite Type είναι μια γραμματοσειρά ανοιχτού κώδικα που ξαναγράφει λέξεις που προκαλούν πόνο, αντικαθιστώντας τες με πιο περιεκτικές. Η Polite Type προορίζεται να χρησιμοποιηθεί για εκπαιδευτικούς σκοπούς, σε σχολεία ή από γονείς - ένας τρόπος προσέγγισης αυτού του θέματος και δημιουργίας ενός ασφαλούς χώρου για συζήτηση.https://www.tietoevry.com/en/

Say No to Hate Speech – Έργο Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Η πλατφόρμα περιέχει πληροφορίες σχετικά με τη ρητορική μίσους, συμπεριλαμβανομένου ενός ενημερωτικού δελτίου για τη ρητορική μίσους και πηγές σχετικές με την κατανόηση της ρητορικής μίσους, όπως η διέπουσα εθνική νομοθεσία και οι εκθέσεις/έγγραφα που έχουν συνταχθεί από εθνικούς και υπερεθνικούς οργανισμούς σχετικά με τη ρητορική μίσους. www.notohatespeech.com

Πως μπορούμε να σταματήσουμε τον διαδικτυακό εκφοβισμό χωρίς να καταργήσουμε τη πρόσβαση στο Διαδίκτυο;

Το να είσαι online έχει πολλά πλεονεκτήματα. Ωστόσο, όπως και πολλά άλλα πράγματα στη ζωή, ενέχει επίσης κινδύνους από τους οποίους πρέπει να προφυλαχθούμε.

Αν ένα παιδί που βρίσκεται κοντά σας έχει πληγεί από διαδικτυακό εκφοβισμό, μπορείτε να του προτείνετε να διαγράψει ορισμένες εφαρμογές ή να μείνει εκτός σύνδεσης για λίγο καιρό για να συνέλθει. Ωστόσο, η απόσυρση από το διαδίκτυο δεν αποτελεί μακροπρόθεσμη λύση. Δεν έχουν κάνει τίποτα κακό, οπότε γιατί θα πρέπει να τιμωρηθούν; Μπορεί ακόμη και να στείλει λάθος μήνυμα στους εκφοβιστές και να τους ενθαρρύνει στην απαράδεκτη συμπεριφορά τους. Πρέπει να σκεφτόμαστε τι μοιραζόμαστε ή τι λέμε που θα μπορούσε να βλάψει τους άλλους.

Όλοι θέλουμε να σταματήσει ο διαδικτυακός εκφοβισμός και αυτός είναι ένας από τους λόγους για τους οποίους η αναφορά του διαδικτυακού εκφοβισμού είναι τόσο σημαντική. Αλλά για να δημιουργήσουμε το Διαδίκτυο που θέλουμε, πρέπει να κάνουμε περισσότερα από το να καταγγέλλουμε απλώς τον

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

εκφοβισμό. Πρέπει να σκεφτούμε τι μοιραζόμαστε ή λέμε που μπορεί να βλάψει τους άλλους. Πρέπει να είμαστε ευγενικοί μεταξύ μας στο διαδίκτυο και στην πραγματική ζωή.

Καλές πρακτικές

KID_ACTIONS – Έργο Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Στόχος τους είναι η καταπολέμηση του διαδικτυακού εκφοβισμού μεταξύ παιδιών και νέων μέσω της διαδραστικής εκπαίδευσης και της παιχνιδοποίησης σε τυπικά και μη τυπικά μαθησιακά περιβάλλοντα. Υποστηρίζουν τους εκπαιδευτικούς, τους παιδαγωγούς και τους λειτουργούς νεολαίας για την προώθηση της αποτελεσματικότητας και της αποδοτικότητας της εκπαίδευσης σχετικά με τους κινδύνους και τις επιπτώσεις του διαδικτυακού εκφοβισμού, την ευαισθητοποίηση των μαθητών της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης και των κέντρων νεολαίας και την ενθάρρυνση των θυμάτων και των παρευρισκομένων να καταγγέλλουν τα περιστατικά.

https://www.kidactions.eu/

KPMG Academy – Κύπρος

Βάση γνώσεων της KPMG με έρευνες που καταδεικνύουν την κατανόηση των πολύπλοκων επιχειρηματικών προκλήσεων που αντιμετωπίζουν οι εταιρείες σε όλο τον κόσμο. Στην ενότητα "Προετοιμάζοντας τα παιδιά να αντιμετωπίσουν τον διαδικτυακό εκφοβισμό", παρέχουν συμβουλές για να βοηθήσουν τους γονείς και τους νέους να αναγνωρίσουν και να αντιδράσουν στον διαδικτυακό εκφοβισμό.

https://home.kpmg/cy/en/home/insights/2021/09/preparing-kids-to-handle-cyberbullying.html

ΣΗΜΈΙΩΣΗ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΆ:
Αν έχετε πληγεί από τον διαδικτυακό εκφοβισμό, μπορεί να νιώθετε ντροπή, νευρικότητα, άγχος και ανασφάλεια για το τι λένε ή σκέφτονται οι άλλοι για εσάς. Αυτό μπορεί να σας κάνει να αποτραβηχτείτε από τους φίλους και την οικογένεια, να κάνετε αρνητικές σκέψεις και να μιλάτε για τον εαυτό σας, να αισθάνεστε ένοχοι για πράγματα που κάνατε ή δεν κάνατε ή να νιώθετε ότι σας κρίνουν αρνητικά. Η μοναξιά, το αίσθημα της υπερφόρτωσης, οι συχνοί πονοκέφαλοι, η ναυτία ή οι στομαχόπονοι είναι επίσης συνηθισμένα φαινόμενα.
Μπορεί να χάσετε το κίνητρο να κάνετε πράγματα που συνήθως σας ευχαριστούν και να νιώθετε απομονωμένοι από τους ανθρώπους που αγαπάτε και εμπιστεύεστε. Αυτό μπορεί να οδηγήσει στη διαιώνιση αρνητικών συναισθημάτων και σκέψεων που μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά την ψυχική σας υγεία και ευεξία.
Να θυμάστε ότι δεν είστε μόνοι σας σε αυτό. Πάντα να ζητάτε βοήθεια από έναν ενήλικα.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Πως μπορείτε να αποτρέψετε τη χρήση προσωπικών πληροφοριών εναντίον κάποιου στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης με σκοπό τη χειραγώγηση ή τον εξευτελισμό του;

Όλοι πρέπει να είναι πολύ προσεκτικοί με τα πράγματα που βάζουν στο Διαδίκτυο. Θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν εναντίον οποιουδήποτε, και το Διαδίκτυο είναι πολύ δύσκολο να σταματήσει όταν ξεκινήσει. Προσωπικές πληροφορίες ή πληροφορίες τοποθεσίας δεν πρέπει ποτέ να αναρτώνται στο διαδίκτυο.

Ελέγξτε τις ρυθμίσεις απορρήτου των αγαπημένων σας εφαρμογών κοινωνικής δικτύωσης. Ακολουθούν ορισμένα βήματα που μπορείτε να ακολουθήσετε σε πολλές από αυτές:

- Στις ρυθμίσεις απορρήτου του λογαριασμού σας, μπορείτε να ελέγχετε ποιος μπορεί να δει το προφίλ σας, να σας στείλει άμεσα μηνύματα ή να σχολιάσει τις δημοσιεύσεις σας.
- Μπορείτε να αναφέρετε προσβλητικά σχόλια, μηνύματα, φωτογραφίες και βίντεο και να ζητήσετε την αφαίρεσή τους.
- Εκτός από το "unfriending", μπορείτε επίσης να μπλοκάρετε εντελώς άτομα, ώστε να μην μπορούν πλέον να βλέπουν το προφίλ σας ή να επικοινωνούν μαζί σας.
- Μπορείτε επίσης να ορίσετε τα σχόλια συγκεκριμένων ατόμων να εμφανίζονται μόνο σε αυτά, χωρίς να τα μπλοκάρετε εντελώς.
- Μπορείτε να διαγράψετε δημοσιεύσεις στο προφίλ σας ή να τις αποκρύψετε από συγκεκριμένα άτομα.
- Στα περισσότερα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, οι άνθρωποι δεν ειδοποιούνται όταν τους μπλοκάρετε, τους περιορίζετε ή τους αναφέρετε.

Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης έχουν πολλά οφέλη που πρέπει να σταθμίζονται έναντι των κινδύνων που συνδέονται με αυτά. Οι κίνδυνοι που πρέπει να ληφθούν υπόψη περιλαμβάνουν:

- Ο έλεγχος για επιβλαβές περιεχόμενο σε ιστότοπους και εφαρμογές ποικίλλει σε μεγάλο βαθμό.
- Το δημοσιευμένο περιεχόμενο μπορεί να είναι ψευδές, επιβλαβές ή επιζήμιο.
- Οι εφαρμογές και οι πλατφόρμες μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη διανομή επιβλαβούς ή ενήλικου περιεχομένου.
- Οι εφαρμογές και οι πλατφόρμες μπορεί να περιλαμβάνουν χρήστες όλων των ηλικιών και να επιτρέπουν στα παιδιά να αλληλεπιδρούν με ενήλικες.
- Οι εφαρμογές και οι πλατφόρμες ενδέχεται να μην διαθέτουν συντονιστές για συζητήσεις, ομάδες και φόρουμ όπου μπορούν να δημοσιεύονται ή να κοινοποιούνται όλα τα είδη περιεχομένου.
- Οι εφαρμογές και οι πλατφόρμες μπορεί να επιτρέπουν την ανάρτηση ή τον διαμοιρασμό όλων των τύπων περιεχομένου.
- Οι έλεγχοι απορρήτου σχετικά με το ποιος μπορεί να δει ή να έχει πρόσβαση στο αναρτημένο υλικό ποικίλλουν από εφαρμογή σε εφαρμογή και πολλοί χρήστες δεν γνωρίζουν πώς να τους χρησιμοποιούν αποτελεσματικά.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

- Εφαρμογές που επιτρέπουν τη "ζωντανή ροή" βίντεο χρηστών σε πραγματικό χρόνο μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την προβολή εκφοβισμού, βίας, αυτοκτονιών και επιβλαβών πράξεων καθώς συμβαίνουν.
- Ορισμένες εφαρμογές που περιλαμβάνουν πληροφορίες τοποθεσίας μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να μάθουν προσωπικές πληροφορίες, όπως η ηλικία ενός ατόμου, η τρέχουσα τοποθεσία του ή ο τόπος διαμονής του.
- Οι εφαρμογές που υποστηρίζουν τηλεφωνικές κλήσεις δεν εμφανίζονται σε αρχείο καταγραφής κλήσεων, οπότε οι γονείς μπορεί να μην γνωρίζουν με ποιον μιλούν τα παιδιά τους.

Οι γονείς μπορούν να αναζητήσουν στο διαδίκτυο οργανισμούς που παρέχουν λεπτομερείς αξιολογήσεις εφαρμογών, πλατφορμών και παιχνιδιών που χρησιμοποιούνται από τα παιδιά, για να μάθουν περισσότερα γι' αυτά. Μαθαίνοντας για τους κινδύνους, τα σημαντικά χαρακτηριστικά ασφαλείας και άλλες λεπτομέρειες σχετικά με τις εφαρμογές, τις πλατφόρμες και τα παιχνίδια που θέλουν να χρησιμοποιήσουν τα παιδιά τους, οι γονείς μπορούν να λάβουν τεκμηριωμένη απόφαση σχετικά με το πώς ή αν το παιδί τους πρέπει να τα χρησιμοποιεί.

Υπάρχει ποινή για τον διαδικτυακό εκφοβισμό;

Τα περισσότερα σχολεία λαμβάνουν σοβαρά υπόψη τον εκφοβισμό και θα λάβουν μέτρα εναντίον του. Εάν ένα παιδί υπό τη φροντίδα σας ή ένας μαθητής εκφοβίζεται από άλλους μαθητές, αναφέρετε το στο σχολείο.

Τα άτομα που πέφτουν θύματα οποιασδήποτε μορφής βίας, συμπεριλαμβανομένου του εκφοβισμού και του διαδικτυακού εκφοβισμού, έχουν δικαίωμα στη δικαιοσύνη και στην απόδοση ευθυνών στον δράστη.

Οι νόμοι κατά του εκφοβισμού, ιδίως του εκφοβισμού στον κυβερνοχώρο, είναι σχετικά νέοι και δεν υπάρχουν ακόμη παντού. Ως αποτέλεσμα, πολλές χώρες βασίζονται σε άλλους σχετικούς νόμους, όπως αυτοί κατά της παρενόχλησης, για την τιμωρία του διαδικτυακού εκφοβισμού.

Στις χώρες που έχουν ειδικούς νόμους κατά του διαδικτυακού εκφοβισμού, η διαδικτυακή συμπεριφορά που προκαλεί σκόπιμα σοβαρή συναισθηματική οδύνη θεωρείται ποινικό αδίκημα. Σε ορισμένες από αυτές τις χώρες, τα θύματα του διαδικτυακού εκφοβισμού μπορούν να ζητήσουν προστασία, να απαγορεύσουν την επικοινωνία με ένα συγκεκριμένο πρόσωπο και να περιορίσουν προσωρινά ή μόνιμα τη χρήση των ηλεκτρονικών συσκευών που χρησιμοποιούνται από το εν λόγω πρόσωπο για τον διαδικτυακό εκφοβισμό.

Ωστόσο, είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι η τιμωρία δεν είναι πάντα το πιο αποτελεσματικό μέσο για την αλλαγή της συμπεριφοράς των εκφοβιστών. Συχνά, είναι προτιμότερο να επικεντρωθούμε στην αποκατάσταση της ζημίας και στη διόρθωση της σχέσης.

Καλές πρακτικές

Νομοθεσία για τον εκφοβισμό στον κυβερνοχώρο στην Πολωνία και σε επιλεγμένες χώρες της ΕΕ - Πολωνία & Ευρώπη

Μια μελέτη των πολιτικών σε διάφορες ευρωπαϊκές χώρες που μπορεί να βοηθήσει στην καλύτερη κατανόηση των νομικών μέτρων που μπορούμε να λάβουμε κατά του διαδικτυακού εκφοβισμού.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

https://www.researchgate.net/publication/260007961_Cyberbullying_Legislation_In_Poland_And_Selected_EU_Countries

Οι εταιρείες τεχνολογίας δεν φαίνεται να ενδιαφέρονται για τον εκφοβισμό και την παρενόχληση στο διαδίκτυο. Καλούνται να λογοδοτήσουν;

Οι εταιρείες τεχνολογίας δίνουν όλο και μεγαλύτερη προσοχή στο πρόβλημα του διαδικτυακού εκφοβισμού. - οπότε ναι, ανησυχούν.

Πολλές από αυτές αντιμετωπίζουν το πρόβλημα με νέα εργαλεία, οδηγίες και τρόπους καταγγελίας του διαδικτυακού εκφοβισμού και καλύτερης προστασίας των χρηστών τους.

Αλλά είναι αλήθεια ότι πρέπει να γίνουν περισσότερα. Πολλοί νέοι βιώνουν καθημερινά τον διαδικτυακό εκφοβισμό. Ορισμένοι εκτίθενται σε ακραίες μορφές διαδικτυακής κακοποίησης. Κάποιοι έχουν αφαιρέσει τη ζωή τους ως αποτέλεσμα.

Οι εταιρείες τεχνολογίας έχουν καθήκον να προστατεύουν τους χρήστες τους, ιδίως τα παιδιά και τους νέους.

Εναπόκειται σε όλους μας να τους καταστήσουμε υπεύθυνους όταν αποτυγχάνουν να ανταποκριθούν σε αυτή την ευθύνη.

Υπάρχουν διαδικτυακά εργαλεία κατά του εκφοβισμού για παιδιά και εφήβους;

Κάθε κοινωνική πλατφόρμα προσφέρει διάφορα εργαλεία που σας επιτρέπουν να περιορίσετε ποιος μπορεί να σχολιάσει ή να δει τις αναρτήσεις σας ή ποιος μπορεί να συνδεθεί αυτόματα ως φίλος και να αναφέρετε περιπτώσεις εκφοβισμού.

Πολλές από αυτές περιλαμβάνουν απλά βήματα για να μπλοκάρετε, να κάνετε σίγαση ή να αναφέρετε τον διαδικτυακό εκφοβισμό. Σας ενθαρρύνουμε να τα εξερευνήσετε.

Οι εταιρείες μέσων κοινωνικής δικτύωσης προσφέρουν επίσης εκπαιδευτικά εργαλεία και οδηγούς για τα παιδιά, τους γονείς και τους δασκάλους για να τα ενημερώσουν σχετικά με τους κινδύνους και τους τρόπους για να παραμείνουν ασφαλείς στο διαδίκτυο.

Η πρώτη γραμμή άμυνας κατά του διαδικτυακού εκφοβισμού μπορεί επίσης να είναι ο εαυτός σας. Σκεφτείτε πού συμβαίνει ο διαδικτυακός εκφοβισμός στην κοινότητά σας και πώς μπορείτε να βοηθήσετε - μιλώντας, αντιμετωπίζοντας τους εκφοβιστές, απευθυνόμενοι σε ενήλικες που εμπιστεύεστε ή ευαισθητοποιώντας για το πρόβλημα. Ακόμα και μια απλή πράξη καλοσύνης μπορεί να έχει μεγάλη σημασία.

Αν ανησυχείτε για την ασφάλειά σας ή σας έχει συμβεί κάτι στο διαδίκτυο, μιλήστε επειγόντως σε έναν ενήλικα που εμπιστεύεστε. Πολλές χώρες διαθέτουν ειδικά κέντρα συμβουλευτικής, στα οποία μπορείτε να καλέσετε δωρεάν και να μιλήσετε σε κάποιον ανώνυμα. Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα United for Global Mental Health για να βρείτε βοήθεια στη χώρα σας.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Καλές πρακτικές

Learn English Teens (British Council) – Ηνωμένο Βασίλειο

Ο ιστότοπος του Βρετανικού Συμβουλίου είναι μια πολύ γνωστή πηγή για καθηγητές ESL. Είναι μια πλατφόρμα για τη διδασκαλία της αγγλικής γλώσσας, η συγκεκριμένη απευθύνεται σε εφήβους, με ένα μεγάλο τμήμα για τον διαδικτυακό εκφοβισμό. Υπάρχουν εργαστήρια, ενότητες συζητήσεων και συμβουλές. https://learnenglishteens.britishcouncil.org/

Respect Zone Against Cyber Violence – Γαλλία

Μη κυβερνητική οργάνωση που προστατεύει την ελευθερία της έκφρασης στο Διαδίκτυο μέσω μη βίαιων μεθόδων επικοινωνίας. Η οργάνωση ανέπτυξε ένα πρόγραμμα πρόληψης της βίας στον κυβερνοχώρο που περιλαμβάνει την προστασία των παιδιών ως την πιο ευάλωτη ομάδα. https://www.respectzone.org/en/

Campaign WITHOUT BULLYING by Child Line – Λιθουανία

Η εκστρατεία δεν στοχεύει μόνο στη δημιουργία ενός ασφαλέστερου περιβάλλοντος στα σχολεία και τους παιδικούς σταθμούς, αλλά και στην εξασφάλιση ασφαλέστερης ζωής για τους ενήλικες, εστιάζοντας στη σημασία αυτού του προβλήματος και στην ανάγκη ευαισθητοποίησης του κοινού.

www.bepatyciu.lt

ΣΗΜΈΙΩΣΗ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΆ:

Τι πρέπει να κάνω αν υποφέρω από διαδικτυακό εκφοβισμό;

Αν νομίζετε ότι σας εκφοβίζουν, το πρώτο βήμα είναι να ζητήσετε βοήθεια από κάποιον που εμπιστεύεστε, όπως οι γονείς σας, ένα στενό μέλος της οικογένειας ή άλλος έμπιστος ενήλικας. Στο σχολείο σας, μπορείτε να απευθυνθείτε σε έναν σύμβουλο καθοδήγησης, στον καθηγητή γυμναστικής ή στον αγαπημένο σας καθηγητή - είτε διαδικτυακά είτε αυτοπροσώπως. Αν δεν αισθάνεστε άνετα να μιλήσετε σε κάποιον γνωστό σας, μπορείτε επίσης να πάτε σε ένα συμβουλευτικό κέντρο της πολιτείας σας για να μιλήσετε σε έναν επαγγελματία σύμβουλο. Αν ο εκφοβισμός συμβαίνει σε μια κοινωνική πλατφόρμα, σκεφτείτε να μπλοκάρετε τον εκφοβιστή και να αναφέρετε επίσημα τη συμπεριφορά του στην ίδια την πλατφόρμα. Οι εταιρείες μέσων κοινωνικής δικτύωσης έχουν καθήκον να διασφαλίζουν την ασφάλεια των χρηστών τους.

Για να σταματήσει ο εκφοβισμός, πρέπει να εντοπιστεί και είναι σημαντικό να τον αναφέρετε. Μπορεί να είναι χρήσιμο να συλλέξετε αποδεικτικά στοιχεία - μηνύματα κειμένου και στιγμιότυπα οθόνης από αναρτήσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης - για να δείξετε τι συνέβη. Για να σταματήσει ο εκφοβισμός, πρέπει να αναγνωριστεί και είναι σημαντικό να τον αναφέρετε. Μπορεί επίσης να βοηθήσει να δείξετε στον εκφοβιστή ότι η συμπεριφορά του είναι απαράδεκτη. Αν κινδυνεύετε άμεσα, πρέπει να επικοινωνήσετε με την αστυνομία ή τις υπηρεσίες έκτακτης ανάγκης της χώρας σας.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Ο ρόλος των εκπαιδευτικών και των γονέων στο σύγχρονο σχολείο

Γονείς και Δάσκαλοι στο σύγχρονο σχολείο

Στη σύγχρονη εποχή της τεχνολογικής ανάπτυξης και των ραγδαίων αλλαγών, τα σχολικά ιδρύματα καλούνται να ανταποκριθούν σε νέες ανάγκες και απαιτήσεις για αυξημένη ποιότητα του εκπαιδευτικού έργου που παρέχουν. Τα σχολεία πρέπει να προσαρμοστούν στις αλλαγές και να μετατραπούν σε οργανισμούς μάθησης που δρουν αποτελεσματικά, για την αναβάθμιση της ποιότητας του εκπαιδευτικού έργου (OECD , 2016).

Σύμφωνα με μια έρευνα (Senge, 1990), η βιωσιμότητα ενός σχολείου σε ένα ασταθές περιβάλλον κρίνεται από την ικανότητά του να λειτουργεί ως ανθρώπινος οργανισμός. Στο βιβλίο του, ο ερευνητής περιγράφει τη σημασία της μάθησης μέσα στους οργανισμούς και την αξία της λειτουργίας τους ως κοινοτήτων όπου όλοι αισθάνονται ηθικά συνδεδεμένοι με ένα κοινό όραμα. Ως εκ τούτου, ένα σχολείο δεν μπορεί να παραμείνει αδρανές σε μια συνεχώς μεταβαλλόμενη κοινωνία. Αντιθέτως, πρέπει να προωθεί τις αλλαγές, να καινοτομεί και να στοχεύει στη βελτίωση της ποιότητας του παρεχόμενου έργου (OECD, 2016).

Επιπλέον, το σχολείο αλληλεπιδρά με την κοινωνία και προσπαθεί να ανταποκριθεί στις νέες κοινωνικές προκλήσεις και τις εκπαιδευτικές ανάγκες (Reimers et al., 2018). Σήμερα, ο μετασχηματισμός σε οργανισμούς μάθησης και η καλλιέργεια μιας αντίστοιχης κουλτούρας θεωρείται πιο επιτακτική από ποτέ (Ευρωπαϊκή Επιτροπή, 2018- OECD, 2018).

Μεταξύ των κύριων παραγόντων που οικοδομούν ένα ιδανικό σχολείο είναι οι γονείς και η ανάπτυξη μιας κουλτούρας συνεργασίας. Οι συνεργασίες σχολείου και οικογένειας και η συμμετοχή της οικογένειας στο σχολείο και τη σχολική εκπαίδευση είναι κατοχυρωμένες στη σύγχρονη εκπαίδευση. Στην πλειονότητα των σχετικών μελετών τονίζεται η αξία της επικοινωνίας, της εμπιστοσύνης και της ύπαρξης κλίματος συνεργασίας.

Δάσκαλος και ο ρόλος του

Στο σύγχρονο σχολείο, ο εκπαιδευτικός αναλαμβάνει διάφορους ρόλους, προκειμένου να διευκολύνει την πορεία της διδασκαλίας και να γίνει πιο αποτελεσματικός. Αυτό το μέτρο αποτελεσματικότητας εξαρτάται από τις σχέσεις που δημιουργούν οι εκπαιδευτικοί με τους μαθητές τους, τις μεθόδους εργασίας που υιοθετούν και τις τεχνικές που εφαρμόζουν.

Πιο συγκεκριμένα, σύμφωνα με τη σχέση καθηγητή-μαθητή, ο καθηγητής θα πρέπει να αναλάβει τους ρόλους του διαμεσολαβητή μεταξύ γνώσης και μαθητών, του δημοκρατικού συγκυβερνήτη, του συμβούλου/κριτικού φίλου και πολλούς άλλους. Επιπλέον, οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να:

- να είναι σε θέση να εκδηλώσουν την αγάπη τους για την εργασία και τα παιδιά τους,
- να σέβονται τους μαθητές και να τους βοηθούν,
- να αποδέχονται τις προσωπικότητες των μαθητών,
- να συμβάλλουν ώστε να επικρατεί πνεύμα επικοινωνίας και συνεργασίας στην τάξη,
- να δημιουργούν σχέσεις εμπιστοσύνης και γενναιοδωρίας,
- να έχουν πάντα χρόνο για τα παιδιά: να τους μιλούν, να τα ακούνε,

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

- να εξασφαλίζουν ίσες ευκαιρίες για τους μαθητές τους.

Ανάλογα με τις μεθόδους εργασίας που υιοθετούν, οι εκπαιδευτικοί πρέπει να αναλαμβάνουν τους ρόλους:

- διαχειριστής της πειθαρχίας, της εργασίας και της μάθησης,
- δημιουργικός εμψυχωτής που οργανώνει τις δραστηριότητες, διανέμει το λόγο, κινεί τη συζήτηση και οδηγεί σε συμπεράσματα,
- δάσκαλος της γνώσης αλλά και της καλής συμπεριφοράς,
- ερευνητής, εμπνευστής, οργανωτής και αξιολογητής.

Επιπλέον, ο σύγχρονος δάσκαλος πρέπει να διδάσκεται από τους μαθητές του, από την εμπειρία τους, να προσαρμόζεται στις νέες συνθήκες, παρά τα προβλήματα και να αναπτύσσει εξίσου τις γνώσεις και τα συναισθήματα των μαθητών.

Ο δάσκαλος είναι μέλος του σχολείου, μέλος μιας οργανωμένης κοινωνικής ομάδας. Συνεπώς, δεν μπορούμε να κατανοήσουμε το ρόλο του εκπαιδευτικού αποκομμένο από το κοινωνικό-πολιτισμικό πλαίσιο στο οποίο λαμβάνει χώρα. Ο ρόλος του καθορίζεται και επηρεάζεται από διάφορες κοινωνικές ομάδες που έχουν άμεση ή έμμεση σχέση με το σχολείο, όπως οι γονείς. Μια σταθερή, ειλικρινής και ουσιαστική συνεργασία σχολείου-οικογένειας, αποτελεί σημαντικό στοιχείο για τη διαμόρφωση ευνοϊκών συνθηκών μάθησης.

Η συνεργασία δασκάλου και γονέα πείθει τα παιδιά ότι και οι δύο τα εκτιμούν και τα νοιάζονται. Ο δάσκαλος πρέπει να παρακινεί τους γονείς ώστε να ενθαρρύνουν και αυτοί τα παιδιά τους να συμμετέχουν αποτελεσματικά τόσο στις σχολικές όσο και στις εξωσχολικές δραστηριότητες. Έτσι όλοι μαζί, δάσκαλοι, μαθητές και γονείς, οργανώνουν με επιτυχία τη σχολική ζωή, έτσι ώστε το σχολείο να αποτελεί κέντρο οργάνωσης διαφόρων δραστηριοτήτων και πόλο έλξης για τα πάντα: ένα κύτταρο δημοκρατίας που θα είναι ανοιχτό σε όλους.

Προκειμένου να επιτευχθεί μια ουσιαστική και σταθερή συνεργασία με τους γονείς, οι πρώτοι πρέπει να συμπεριφέρονται με ειλικρίνεια, ευγένεια και διακριτικότητα, ώστε να εδραιωθεί και να διατηρηθεί η αμοιβαία αποδοχή, η επικοινωνία και η συνεργασία. Σύμφωνα με τον Bronfenbrenner (1979), η συμμετοχή των γονέων στη σχολική ζωή είναι σημαντική για την καλή εκπαίδευση των παιδιών τους, καθώς η οικογένεια παρέχει την κοινωνική, πολιτιστική και συναισθηματική υποστήριξη που χρειάζονται τα παιδιά για να λειτουργήσουν στο σχολείο.

Η ενεργός συμμετοχή των γονέων έχει σημαντικά οφέλη για όλους τους μαθητές, ανεξαρτήτως ηλικίας, γνωστικού προφίλ, κοινωνικοοικονομικού επιπέδου και πολιτισμικού πλαισίου.

Μερικά ωφελήματα για τους μαθητές είναι:

- Θετική συμβολή στη βελτίωση των σχολικών επιδόσεων.
- Μετάδοση του αισθήματος συναισθηματικής ασφάλειας στα παιδιά μέσα από τη συνεργασία των ανθρώπων που είναι σημαντικοί γι' αυτά.
- Βελτίωση των επιπέδων προσαρμογής των παιδιών, μειώνοντας, παράλληλα, τα ποσοστά εγκατάλειψης του σχολείου.
- Specifically for children with special educational needs, studies show that parental involvement leads to several positive outcomes.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Η συμμετοχή των γονέων βελτιώνει τις σχέσεις των γονέων με τα παιδιά τους και συμβάλλει στην καλύτερη αξιολόγηση της συνεργασίας με το σχολείο. Από την άλλη πλευρά, οι εκπαιδευτικοί είναι σε θέση να κατανοήσουν καλύτερα τις ανάγκες των μαθητών τους, υποστηρίζονται στο έργο τους και γίνονται πιο αποτελεσματικοί μέσω της κοινωνικής υποστήριξης που λαμβάνουν από τους γονείς.

Πρέπει να γίνουν πολλές παρεμβάσεις για να δοθούν στους εκπαιδευτικούς ευκαιρίες να εξασκηθούν στα είδη επικοινωνίας με τους γονείς. Αρχικά, η κατανόηση των συνεργασιών ως συστατικό στοιχείο της καλής οργάνωσης του σχολείου και στη συνέχεια η σημασία της δέσμευσης της οικογένειας και της κοινότητας που συνδέεται με στόχους για την επιτυχία των μαθητών στο σχολείο μπορεί να έχει προφανή, θετικό αντίκτυπο στη γονική μέριμνα (Epstein, 2018).

Εκπαιδευτικοί, γονείς και πρόληψη του διαδικτυακού εκφοβισμού

Ο ρόλος των εκπαιδευτικών και των γονέων στην καταπολέμηση του φαινομένου του διαδικτυακού εκφοβισμού παραμένει κρίσιμος. Ίσως το πρώτο βήμα προς μια επιτυχή έκβαση είναι η αποσαφήνιση των ρόλων τους, καθώς και ο σεβασμός και η αμοιβαία προσπάθεια να παραμείνουν εντός των δικών τους ορίων και η βούληση να συνεργαστούν στενά όταν χρειάζεται. Δεδομένου ότι τα παιδιά και οι νέοι γενικότερα συνεχίζουν να εκτίθενται στον κυβερνοχώρο και έχουν ανάγκη από συνεχή ενημέρωση των ψηφιακών τους δεξιοτήτων, οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς θα πρέπει να φροντίζουν να παραμένουν κοντά στις τεχνολογικές εξελίξεις, τις τάσεις και τις αλλαγές που αυτές επιφέρουν στον κόσμο των νέων. Ο ρόλος των γονέων ξεκινά πρώτα από το σπίτι, τη στιγμή που λαμβάνονται σημαντικές αποφάσεις (η άδεια χρήσης και ο χρόνος με μια ψηφιακή συσκευή λαμβάνει χώρα πολύ νωρίς στη ζωή των παιδιών). Οι εκπαιδευτικοί καλούνται συχνά να διορθώσουν τις επιβλαβείς ρουτίνες και να βοηθήσουν τα παιδιά να επιστρέψουν σε ασφαλή μονοπάτια. Η ενδιάμεση συνεργασία τους θα πρέπει να ορίζεται χωρίς αμφιβολία από την πρώτη κιόλας ημέρα της σχολικής ζωής των παιδιών και να παραμένει σταθερή και ισχυρή καθ' όλη τη διάρκεια της πορείας τους (Harcourt et al., 2014- Cassidy et al., 2018).

Για να βάλουν τα σημαντικά πράγματα σε σύντομες γραμμές (APA, 2011), θα πρέπει και οι δύο να καταβάλλουν προσπάθειες να:

- Να είστε γνώστες της τεχνολογίας και παρατηρητικοί σε όλη τη διάρκεια του χρόνου
- Να εμπλέκετε εμπειρογνώμονες και να ζητάτε επαγγελματικές συμβουλές όταν χρειάζεται
- Θέστε θετικές προσδοκίες για τον τρόπο με τον οποίο αντιδρούν τα παιδιά και οι ενήλικες στην τεχνολογία
- Διδάξτε στα παιδιά πώς να χειρίζονται τον εκφοβισμό και ανανεώστε τακτικά αυτή την προσπάθεια
- Θέστε όρια με τη χρήση της τεχνολογίας, να είστε κριτικοί με την αρνητική πτυχή αλλά και υποστηρικτικοί με την κριτική χρήση των ψηφιακών μέσων
- Κάντε το σπίτι και το σχολείο "ελεύθερα από εκφοβισμούς"

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΩΝ ΜΕΣΩΝ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ, ΤΗΣ ΨΗΦΙΑΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Εφαρμογές και ιστότοποι μέσων κοινωνικής δικτύωσης

Τα **ψηφιακά μέσα και οι εφαρμογές** επιτρέπουν στα παιδιά να επικοινωνούν και να εκφράζουν τα συναισθήματά τους ή να συνδέονται με συνομηλίκους κ.λπ. Ωστόσο, μπορούν επίσης να αποτελέσουν μια οδό μέσω της οποίας γίνεται διαδικτυακός εκφοβισμός και υπάρχουν πολλά είδη εφαρμογών και ιστότοπων που διατίθενται δωρεάν και δίνουν στους χρήστες τη δυνατότητα να αναζητούν άτομα ή/και να μοιράζονται πληροφορίες ανώνυμα.

Ορισμένες τρέχουσες δημοφιλείς πλατφόρμες και εφαρμογές κοινωνικής δικτύωσης περιλαμβάνουν:

Discord: Μια εφαρμογή voice-over-IP που επιτρέπει στους χρήστες να συνομιλούν μέσω βίντεο με άλλους, να στέλνουν ιδιωτικά μηνύματα και να συμμετέχουν, να δημιουργούν ή να συμμετέχουν σε δημόσια και ιδιωτικά δωμάτια συνομιλίας. Αυτή η εφαρμογή χρησιμοποιείται συχνά από παίκτες για να συνομιλούν ενώ παίζουν βιντεοπαιχνίδια.

Facebook: Το πιο διαδεδομένο μέσο κοινωνικής δικτύωσης που είναι προσβάσιμο σε πολλές διαφορετικές πλατφόρμες και κάποιος μπορεί να συνδεθεί με διάφορους τρόπους και σε διάφορες συσκευές.

Instagram: Ένας ιστότοπος κοινής χρήσης και δικτύωσης φωτογραφιών και βίντεο που συνδέει τους χρήστες μέσω άλλων ιστότοπων κοινωνικής δικτύωσης, όπως το Facebook.

LiveMe: Ένα εργαλείο για τη μετάδοση βίντεο ζωντανής ροής και την παρακολούθηση βίντεο άλλων χρηστών.

Snapchat: Μια εφαρμογή ανταλλαγής φωτογραφικών μηνυμάτων που επιτρέπει στους χρήστες να μοιράζονται φωτογραφίες, βίντεο, να πραγματοποιούν κλήσεις και να διαγράφουν κείμενα από το τηλέφωνο του παραλήπτη χρησιμοποιώντας χρονοδιακόπτη.

TikTok: Μια εφαρμογή που επιτρέπει στους χρήστες να δημιουργούν και να μοιράζονται τα δικά τους βίντεο στα οποία συγχρονίζουν τα χείλη τους, τραγουδούν, χορεύουν κ.λπ.

Twitter: Μια εφαρμογή όπως το blog που επιτρέπει στους χρήστες να στέλνουν, να διαβάζουν και να απαντούν σε "tweets" ή σύντομα μηνύματα

WhatsApp: Μια ιδιωτική εφαρμογή ανταλλαγής μηνυμάτων που επιτρέπει στους χρήστες να στέλνουν μηνύματα, φωτογραφίες, βίντεο και πληροφορίες τοποθεσίας στις επαφές τους.

Viber: Λίγο πολύ η ίδια εφαρμογή με το WhatsApp.

Κλπ.

https://www.stopbullying.gov/sites/default/files/documents/Cyberbullying%20Guide%20Final%20508.pdf

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Πρόληψη του διαδικτυακού εκφοβισμού

Λόγω της πρόσφατης ανάπτυξης της τεχνολογίας των πληροφοριών και των επικοινωνιών, οι περισσότεροι έφηβοι και νέοι χρησιμοποιούν smartphones και υπολογιστές. Παρόλο που το διαδίκτυο που "βρίσκεται παντού" και η χρήση ψηφιακών συσκευών έχουν αυξήσει την ευκολία της ζωής, τα μειονεκτήματα περιλαμβάνουν τον εθισμό στα smartphones και τα παιχνίδια που οδηγούν σε ορισμένες περιπτώσεις σε διαδικτυακό εκφοβισμό μεταξύ των εφήβων.

Όπως και η παραδοσιακή βία (βία πρόσωπο με πρόσωπο και εκφοβισμός, συμπεριλαμβανομένης της σωματικής, λεκτικής κ.λπ. παρενόχλησης), ο διαδικτυακός εκφοβισμός έχει αρνητικές συνέπειες τόσο για τον εκφοβιστή όσο και για το θύμα με τη μορφή μειωμένης ψυχολογικής, κοινωνικής και σωματικής υγείας.

Η λήψη ορισμένων έξυπνων προφυλάξεων μπορεί να σας βοηθήσει να σταματήσετε τον διαδικτυακό εκφοβισμό πριν αυτός ξεκινήσει.

- Αυτές οι προφυλάξεις θα μπορούσαν να ξεκινήσουν από το σπίτι και τους γονείς, προκειμένου να δημιουργηθεί ένα κλίμα επικοινωνίας με το παιδί καθώς και εμπιστοσύνης.
- Οι ψυχολόγοι αναφέρουν ότι δίνοντας έναν επίσημο ορισμό του διαδικτυακού εκφοβισμού στα παιδιά, ή ακόμη και παραδείγματα που μπορεί να βιώσουν πραγματικά χρησιμοποιώντας τα μέσα ενημέρωσης, θα εμπλέξει το παιδί στην κατάσταση και μπορεί να βοηθήσει τους γονείς να καταλάβουν σε ποια πλευρά βρίσκεται.
- Ως αποτέλεσμα του προηγούμενου σημείου, είναι η προετοιμασία των παιδιών. Ακόμα και αν ένα παιδί δεν έχει βιώσει ποτέ στο παρελθόν εκφοβισμό ή διαδικτυακό εκφοβισμό, αυτό δεν σημαίνει ότι δεν θα βιώσει ποτέ.
- Ενημέρωση για το πώς και πού περνούν τα παιδιά το χρόνο τους στο διαδίκτυο.

Ψηφιακή ιθαγένεια

Η ψηφιακή ιθαγένεια αναφέρεται στην υπεύθυνη χρήση της τεχνολογίας από οποιονδήποτε χρησιμοποιεί υπολογιστές, το διαδίκτυο και ψηφιακές συσκευές για να συμμετέχει στην κοινωνία σε οποιοδήποτε επίπεδο.

Το να είσαι καλός ψηφιακός πολίτης σημαίνει επίσης ότι είσαι ασφαλής με τις πληροφορίες σου.

Γιατί να διδάξουμε στους μαθητές την ψηφιακή ιθαγένεια

Τα οφέλη της ψηφιακής ιθαγένειας αποκτούν ολοένα και μεγαλύτερη σημασία. Η τεχνολογία στην εκπαίδευση, καθώς και στην καθημερινή και επαγγελματική ζωή θα συνεχίσει να αποτελεί σημαντική πτυχή για την επιτυχία των ανθρώπων και των μαθητών. Η διδασκαλία της ψηφιακής ιθαγένειας εξοπλίζει τους μαθητές με τις γνώσεις από μικρή ηλικία, τις δεξιότητες και τους πόρους για να πετύχουν ως μαθητές σε όλη τους τη ζωή.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Αυτό θα τους βοηθήσει να μάθουν πώς να εμπλέκονται σε ένα ψηφιακό περιβάλλον με υπευθυνότητα και αυτοπεποίθηση, προκειμένου να αποτρέψουν τη ρητορική μίσους, τον διαδικτυακό εκφοβισμό, την παρενόχληση κ.λπ. Ουσιαστικά, οι δεξιότητες ψηφιακής πολιτειότητας είναι απαραίτητες για να διασφαλιστεί η ασφάλεια και η προστασία των μαθητών. Είναι σημαντικό τόσο για τους εκπαιδευτικούς όσο και για τους γονείς να ενισχύουν έννοιες όπως η ευαισθησία των πληροφοριών, οι διαδικτυακές συνομιλίες κ.λπ.

Η ψηφιακή ιθαγένεια δεν έχει να κάνει μόνο με το να συμβαδίζεις με τις τάσεις της τεχνολογίας. Είναι η πρόκληση για τους μαθητές και τα παιδιά να αξιολογούν τις πληροφορίες και να περιηγούνται υπεύθυνα στον ιστότοπο.

Βασικές έννοιες της ψηφιακής ιθαγένειας

- Ενσυναίσθηση - βοηθά στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι άνθρωποι μιλούν και συμπεριφέρονται στο διαδίκτυο
- Πώς λειτουργεί το διαδίκτυο
- Κατανόηση των δεδομένων των χρηστών
- Εξάσκηση του ψηφιακού γραμματισμού - είναι η πρακτική της ανάγνωσης πληροφοριών στο διαδίκτυο και της κατανόησης του τι σημαίνει και αν είναι ακριβής
- Αναγνώριση του ψηφιακού χάσματος- είναι η διαφορά μεταξύ εκείνων που έχουν πρόσβαση στα σύγχρονα ψηφιακά εργαλεία και εκείνων που δεν έχουν
- Ψηφιακή ευεξία- η πρακτική της αποχής από την ικανοποίηση στο διαδίκτυο και τα ψηφιακά μέσα για αδικαιολόγητα μεγάλα χρονικά διαστήματα
- Ασφάλιση ψηφιακών συσκευών

Πως να διδάξετε τη ψηφιακή ιθαγένεια

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός και η ρητορική μίσους προκαλούν ολοένα και μεγαλύτερη ανησυχία τόσο στους εκπαιδευτικούς όσο και στους γονείς και η διδασκαλία των μαθητών να εμπλέκονται με σεβασμό στο διαδίκτυο είναι σημαντική για την πρόληψή τους.

Ο καθορισμός κατευθυντήριων γραμμών, η ενσωμάτωση μαθημάτων και η επανάληψή τους συχνά βοηθά τους μαθητές να μάθουν πώς να επικοινωνούν με σεβασμό με τους συμμαθητές τους.
Ένα από τα βασικά μαθήματα που καλύπτονται γύρω από την ψηφιακή ιθαγένεια είναι η εξάσκηση της σωστής "διαδικτυακής δεοντολογίας" στο διαδίκτυο.

Η διαδικτυακή συμπεριφορά έχει να κάνει με το πόσο σεβαστή είναι η συμπεριφορά στο διαδίκτυο. Πώς να μιλάτε με σεβασμό χωρίς να συμμετέχετε σε ασέβεια ή εκφοβισμό. Οι πιο σημαντικοί κανόνες για την διαδικτυακή εθιμοτυπία είναι οι εξής:

- Να σέβεστε τους άλλους ανθρώπους - να συμπεριφέρεστε με προσοχή και σεβασμό

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

- Να είστε ευγενικοί με τους άλλους - ευγένεια και αξιοπρέπεια
- Φιλτράρετε αυτό που αναζητάτε
- Ελέγξτε τις πηγές σας
- Διατηρήστε τις πληροφορίες όσο το δυνατόν πιο ενημερωμένες
- Διατηρήστε τα σχόλια στο διαδίκτυο όσο το δυνατόν πιο θετικά
- Εξετάστε τον τόνο σας

- Κατανοήστε τις συνέπειες. Οι μαθητές πρέπει να κατανοήσουν ότι κάθε απόφαση που λαμβάνουν στο διαδίκτυο αφήνει ένα μόνιμο ψηφιακό αποτύπωμα που μπορεί να επηρεάσει τον τρόπο με τον οποίο γίνονται αντιληπτοί.

- Οι μαθητές πρέπει να κατανοήσουν πρώτα το λόγο για τον οποίο δεν πρέπει να μιλούν σε ξένους. Ένα μάθημα που αφορά τη διδασκαλία των μαθητών πώς να δημιουργούν ισχυρούς, ασφαλείς κωδικούς πρόσβασης που θα προστατεύουν τα προσωπικά τους στοιχεία από αγνώστους στο διαδίκτυο είναι απαραίτητο. Δώστε τους βέλτιστες πρακτικές και παραδείγματα και καθοδηγήστε τους πώς να δημιουργήσουν έναν ισχυρό κωδικό πρόσβασης.

- Δίκαιο παιχνίδι! Καλύψτε τα πνευματικά δικαιώματα και τη λογοκλοπή σε ένα μάθημα ψηφιακής ιθαγένειας - εξετάστε τα διαφορετικά επίπεδα άδειας και μέσω μιας παιγνιώδους δραστηριότητας ζητήστε τους να καθορίσουν αν χρειάζεται να αναφερθούν διαφορετικά παραδείγματα. Κάποιες καλές επιλογές ιστότοπων για τη χρήση και κοινή χρήση εικόνων θα μπορούσαν να είναι το Pixabay ή το Canva και τονίστε το γεγονός ότι: **Εάν κάποιος δεν μπορεί να βρει τους κανόνες πνευματικών δικαιωμάτων, μην χρησιμοποιήσει καθόλου τις πληροφορίες ή τις εικόνες!**

- Διδάξτε στους μαθητές να ενεργούν άμεσα και να επιλέγουν με ποιον είναι φίλοι στο διαδίκτυο. Θα πρέπει να κατανοήσουν ότι όταν βλέπουν κάτι, θα πρέπει να λένε κάτι όταν πρόκειται για διαδικτυακό εκφοβισμό. Είναι σημαντικό να συνεργαστείτε στενά με τους μαθητές για την αναγνώριση του διαδικτυακού εκφοβισμού και να παίξετε με ρόλους τα βήματα που πρέπει να ακολουθήσουν όταν τον εντοπίσουν. Ακολουθεί ένα βίντεο σχετικά με την ασφάλεια στο διαδίκτυο και την αποφυγή τυχόν κινδύνων (https://www.youtube.com/watch?v=d5kW4pI_VQw&t=110s)

- Δημιουργία καταλόγων κανόνων ψηφιακής πολιτειότητας (online Dos & DONT's). Ενθαρρύνοντας τους μαθητές να είναι ανοιχτοί και να αναφέρουν οποιαδήποτε συμπεριφορά που τους κάνει να αισθάνονται άβολα θα βοηθήσει τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς να αποτρέψουν άσχημες καταστάσεις.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

- Χρησιμοποιήστε μικτή μάθηση - ένα μείγμα παραδοσιακών εμπειριών μάθησης πρόσωπο με πρόσωπο και διαδικτυακών και κινητών τεχνολογιών. Αυτός ο τρόπος μάθησης μπορεί να βοηθήσει τους εκπαιδευόμενους να χρησιμοποιήσουν την τεχνολογία και να γίνουν δάσκαλοι σε κάποιο επίπεδο.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Βιβλιογραφικές Αναφορές

B. McGuire, (2019), American College of Education, ”Digital Citizenship: what it means, how to teach it, and the resources you need”: https://www.ace.edu/blog/post/2019/01/08/digital-citizenship-what-it-means-how-to-teach-it-and-the-resources-you-need

Borrow County School System, “Cyberbullying & Self- Image”: https://www.barrow.k12.ga.us/departments/communications/digital-citizenship/cyberbullying-self-image

Hartnery, B. (2022), verwellmind, “10 basic netiquette rules”: https://www.verywellmind.com/ten-rules-of-netiquette-22285

Nicole Krueger, 2020, ISTE, “9 Resources for teaching digital citizenship”: https://www.iste.org/explore/digital-citizenship/9-resources-teaching-digital-citizenship

Positive Action,” How to prevent and stop cyberbullying in schools: 6 effective ways”: https://www.positiveaction.net/cyberbullying-prevention

PowerSchool, “Digital Citizenship: Elements, Lessons and Importance”: https://www.powerschool.com/blog/digital-citizenship-elements-lessons-and-importance/

Prodigy, “7 Digital citizenship skills your students need to know”: https://www.prodigygame.com/main-en/blog/digital-citizenship/

Waterford.org (2019), “How to teach your students the 9 Elements of digital citizenship”: https://www.waterford.org/education/digital-citizenship-activities-and-tips/

American Psychological Association. (2011, January 1). How parents, teachers, and kids can take action to prevent bullying. https://www.apa.org/topics/bullying/prevent

Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development: Experiments by nature and design. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Cassidy, W., Faucher, C., & Jackson, M. (2018). What Parents Can Do to

Prevent Cyberbullying: Students’ and Educators’ Perspectives. Social

Sciences, 7(12), 251. https://doi.org/10.3390/socsci7120251

Epstein, J. L. (2018). School, family, and community partnerships in teachers’ professional work, Journal of Education for Teaching, 44:3, 397-406, DOI: 10.1080/02607476.2018.1465669.

European Commission (2018). Council Recommendation on Key Competences for Lifelong

Learning. Official Journal of the European Union: Brussels

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Giles, C., & Hargreaves, H. (2006). The Sustainability of Innovative Schools as Learning Organizations and Professional Learning Communities during Standardized Reform. Educational Administration Quarterly,42, 124-156. http://dx.doi.org/10.1023/A:1010068703786

Harcourt, S., Jasperse, M., & Green, V. (2014). "We were sad and we were

angry": A systematic review of parents' perspectives on bullying. Child

& Youth Care Forum, 43(3), 373-391. https://doi.org/10.1007/s10566-014-9243-4

Kools, M. & Stoll L. (2016). What Makes a School a Learning Organization? OECD

Education Working Papers, No. 137, OECD Publishing, Paris.

OECD (2016), Education at a Glance 2016: OECD Indicators, OECD Publishing, Paris, https://doi.org/10.1787/eag-2016-en.

OECD (2018), Education at a Glance 2018: OECD Indicators, OECD Publishing, Paris, https://doi.org/10.1787/eag-2018-en.

Reimers, F., et al. (2018). Learning to collaborate for the global common good. Charleston, SC: Create Space

Risva, T., Alexandropoulos, G. (2022) "The factors that contribute to the improvement of the quality and efficiency of the modern school establishing it as a learning organization" Journal εκπ@ιδευτικός κύκλος, 89-107, ISSN: 2241-4576.

Senge, P.M. (1990). The fifth discipline: the art and practice of the learning organization. New York :Doubleday/Currency

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Αυτό το έργο χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.