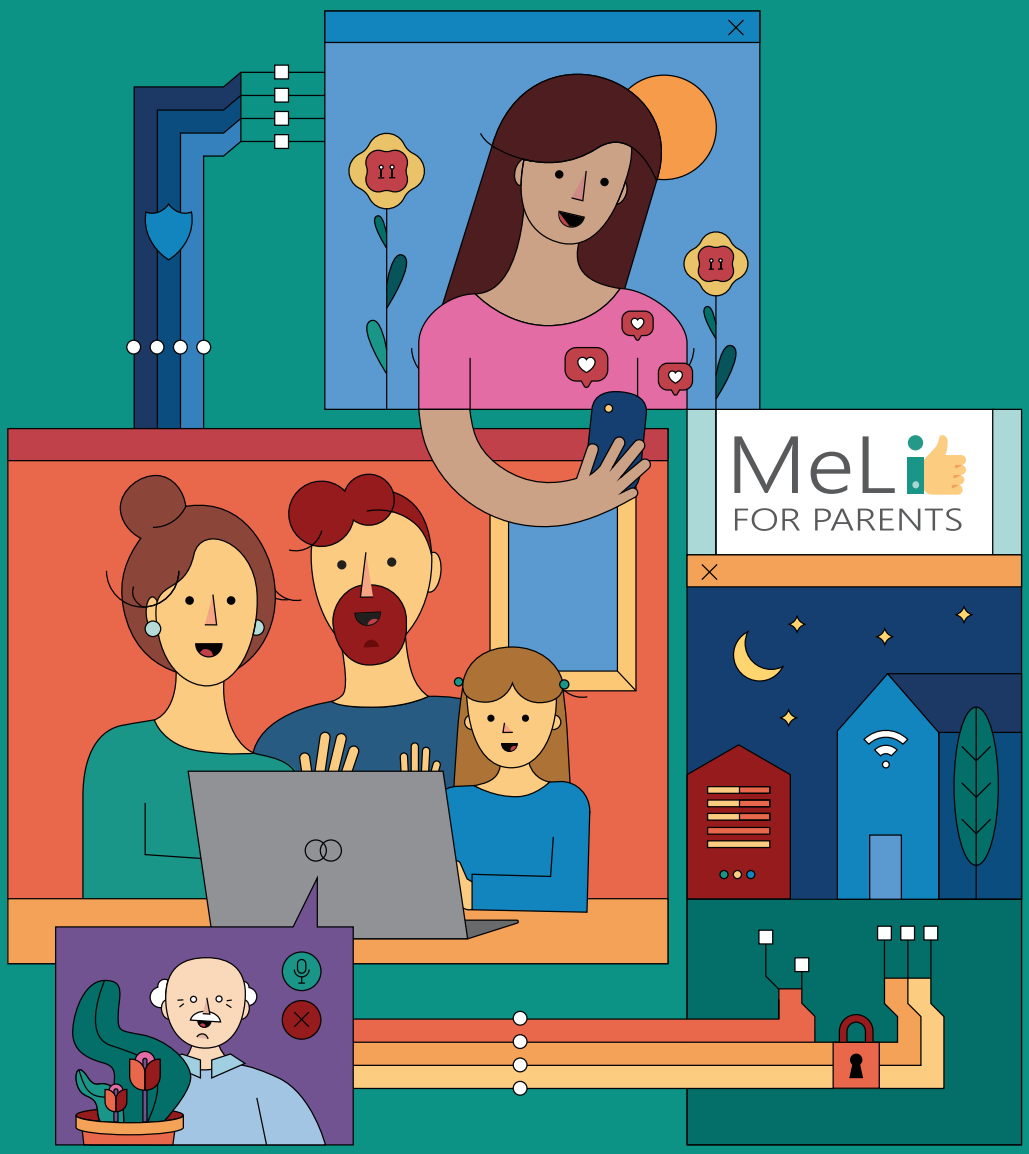


Κριτικός Γραμματισμός στα ΜΜΕ Οδηγός για Γονείς

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

Η παραγωγή αυτού του εγγράφου κατέστη δυνατή χάρη στην υποστήριξη του Έργο ERASMUS+: Κριτικός Γραμματισμός στα μέσα επικοινωνίας για γονείς (2019-1-PL01-KA204-065331).

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή αυτής της έκδοσης δεν συνιστά έγκριση του περιεχομένου που αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση πληροφορίων που περιέχονται σε αυτό.

Συντονίζεται από:

EPA - European Parents' Association

c/o LLLP - Lifelong Learning Platform

Rue de l'industrie 10

1000 Brussels/Belgium

Ηλεκτρονική Διεύθυνση: office@europarents.eu

www.europarents.eu

BY NC ND

Σχεδιασμός & Εικονογράφηση: Soledad Aguirre Luzi www.agluzi.com

Κριτικός Γραμματισμός στα ΜΜΕ Οδηγός για Γονείς

Πίνακας περιεχομένων

Πίνακας περιεχομένου Σελίδες

Πρόλογος 8
Εισαγωγή 9
Κοινοπραξία 10

1. Κριτικός Γραμματισμός στα μέσα ενημέρωσης: 16
1.1 Οικονομικές, κοινωνικές και πολιτιστικές πτυχές των μέσων ενημέρωσης 18
1.2 Επικοινωνία και χτίσιμο εμπιστοσύνης: 23
1.2.1 Είδη γονικής μέριμνας και η επιρροή τους στην εκπαίδευση των 24
1.2.2 Η μεταξύ σχέση των γονεϊκών τρόπων και της επικοινωνίας 28
1.2.3 Δημιουργία εμπιστοσύνης 30
1.2.4 Συζήτηση για ευαίσθητα θέματα 31
1.3 Κανόνες σχετικά με την χρήση ηλεκτρονικών συσκευών 36
1.4 Πρότυπα ανθρώπων και στερεότυπα 43

2. Κίνδυνοι και ευκαιρίες στο Διαδίκτυο: 48
2.1 Κίνδυνοι: 50
2.1.1 Διαδικτυακός εκφοβισμός 51
2.1.2 Ρητορική μίσους στο διαδίκτυο 57
2.1.3 Sexting, Σεξουαλικός Εκβιασμός και Αποπλάνηση Ανηλίκων μέσω Διαδικτύου 62
2.1.4 Παραπληροφόρηση: Διάκριση ψευδών ειδήσεων σε παραδοσιακά και ψηφιακά μέσα 66
2.1.5 Εθισμός στο Διαδίκτυο στα παιδιά 72
2.2 Ευκαιρίες: 78
2.2.1 Δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου 79
2.2.2 Διαδικτυακή μάθηση 84
2.2.3 Μέσα επικοινωνίας και ταξίδια 87

3. Προληπτικά μέτρα: 92
3.1 Ασφάλεια στον κυβερνοχώρο 94
3.2 Διαδικτυακό απόρρητο 104
3.3 Διαδικτυακό απόρρητο 110

4. Πώς να χρησιμοποιήσετε τη Διαδικτυακή Εφαρμογή 116
5. Εγγραφείτε στην κοινότητα 126
6. Γλωσσάρι 130

Πρόλογος, Εισαγωγή & Κοινοπραξία

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Οδηγός κριτικού γραμματισμού στα μέσα επικοινωνίας για γονείς.
Αυτός ο Οδηγός δημιουργήθηκε στο πλαίσιο του έργου Erasmus+ Media Literacy for Parents, ένα από τα πρώτα έργα που στοχεύουν ειδικά στους γονείς και τη δική τους χρήση των μέσων ενημέρωσης, καθώς και τους τρόπους και τις δυνατότητες να εκπαιδεύσουν τα παιδιά τους ώστε να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση, να γίνουν υπεύθυνοι και ενημερωμένοι χρήστες των μέσων ενημέρωσης.

Το έργο ακολουθεί μελέτες που δείχνουν ότι η κύρια ομάδα-στόχος προγραμμάτων ενημέρωσης και/ή ψηφιακού γραμματισμού είναι κυρίως παιδιά και νέοι, παρόλα αυτά η επιρροή του οικογενειακού τους περιβάλλοντος καθώς και των συνομηλίκων τους υπερτερεί σε μεγάλο βαθμό του αντίκτυπου αυτού του προγράμματος που εφαρμόζεται γενικά στο σχολείο. Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό να εκπαιδεύσουμε και να ενδυναμώσουμε τους γονείς ώστε να είναι σε θέση να εκπληρώσουν τον ρόλο τους ως βασικοί εκπαιδευτές των παιδιών τους και σε αυτόν τον τομέα, μια πτυχή που υποστήριξε η Ευρωπαϊκή Ένωση Γονέων (EPA) από την ίδρυσή της το 1985, όταν τα ψηφιακά ζητήματα δεν ήταν ακόμη τόσο σημαντικά στην ημερήσια διάταξη.

Η κοινοπραξία αποτελείται από έξι εταίρους από έξι διαφορετικές χώρες (Βέλγιο, Βουλγαρία, Κύπρο, Ελλάδα, Ιταλία και Πολωνία) και διάφορα υπόβαθρα (εθνικοί ΜΚΟ, ευρωπαϊκά δίκτυα και εταιρείες).

Όλοι έχουν φέρει τις μοναδικές τους εμπειρίες στους τομείς της εκπαίδευσης ενηλίκων, της εκπροσώπησης γονέων, της ψηφιοποίησης, της δημιουργίας μέσων και της ασφάλειας στον κυβερνοχώρο για να δημιουργήσουν ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα, μια διαδικτυακή εφαρμογή και αυτόν τον οδηγό για την υποστήριξη των γονέων.

Ο στόχος είναι να τους βοηθήσουμε στην προσπάθειά τους να κρατήσουν τα παιδιά τους ασφαλή στο Διαδίκτυο αφενός, και αφετέρου να τους καταστήσουν δυνατή την πλήρη συμμετοχή τους στη σύγχρονη κοινωνία, συμπεριλαμβανομένων των ευκαιριών μάθησης, των δημοκρατικών διαδικασιών και των ψυχαγωγικών και πολιτιστικών δραστηριοτήτων. Καθώς η ψηφιοποίηση μπορεί επίσης να διευκολύνει την αυτοέκφραση, να προωθήσει ενεργές μορφές ιδιότητας του πολίτη και να ενισχύσει τη δημιουργική επικοινωνία.

Ευχόμαστε σε όλους τους χρήστες καλή ανάγνωση και χαιρόμαστε που λαμβάνουμε τα σχόλια και τις προτάσεις σας για τη βελτίωση οποιουδήποτε από τα παράγοντες που έχουν δημιουργηθεί.

Piraeus- Athens, March 2022

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο κριτικός γραμματισμός στα μέσα επικοινωνίας, ή η έλλειψή του, φαίνεται να είναι ένα μάλλον νέο φαινόμενο όταν εξετάζουμε όλες τις δημοσιεύσεις και μελέτες που έχουν προκύψει τις τελευταίες δύο δεκαετίες. Ωστόσο, ήταν ένα θέμα που συζητήθηκε πολύ από τότε που ανακαλύφθηκε η έντυπη εκτύπωση και ακόμη περισσότερο με την ίδρυση τακτικών εφημερίδων του 19ου αιώνα, καθώς και αργότερα με τη ραδιοφωνική και τηλεοπτική μετάδοση. Έτσι, μερικά από τα ερωτήματα που αντιμετωπίζουν οι γονείς σήμερα είναι στην πραγματικότητα μάλλον παλιά ζητήματα, όπως για παράδειγμα η διάκριση μεταξύ σωστών και λανθασμένων πληροφοριών –σήμερα πιο γνωστή με τον τίτλο «ψευδείς ειδήσεις»– αλλά και οποιουδήποτε είδους (cyber) εκφοβισμός ή παρενόχληση καθώς και η «ρητορική μίσους» υπάρχει εδώ και καιρό.

Το ίδιο ισχύει για τις προσπάθειες των γονέων να προστατεύσουν τα παιδιά τους από οποιαδήποτε από αυτές τις αταξίες ή αντίστοιχα οι κρατικές ή εκκλησιαστικές αρχές να κρατούν τους πολίτες ή τους οπαδούς τους μακριά από ανεπιθύμητο ή ακόμη και επικίνδυνο περιεχόμενο στα μάτια των κυβερνητικών οργάνων τους. Το τελευταίο κομμάτι τείνουμε να το αποκαλούμε λογοκρισία και υπάρχουν τεράστιες συζητήσεις για το αν και πώς αυτό ισχύει και για τον γονικό έλεγχο στις διαδικτυακές δραστηριότητες των παιδιών τους.

Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η κύρια εστίαση σε αυτόν τον οδηγό θα είναι η επικοινωνία μεταξύ γονέων και παιδιών και η συν-δημιουργία κανόνων και κανονισμών που από την εμπειρία έχουν επίσης περισσότερες πιθανότητες να γίνουν σεβαστοί εάν τα παιδιά αισθάνονται ότι ανήκουν σε αυτές τις συμφωνίες.

Ο οδηγός χωρίζεται σε πέντε διαφορετικές ενότητες που μπορούν να διαβαστούν και να χρησιμοποιηθούν χωριστά. Σε κάθε ενότητα θα βρείτε μερικές βασικές πληροφορίες και συνδέσμους για περαιτέρω πόρους. Περιέχουν επίσης μερικές πολύ πρακτικές συμβουλές και δοκιμασμένες συστάσεις καθώς και πιλοτικές δραστηριότητες. Τελευταίο αλλά εξίσου σημαντικό, θα βρείτε μια εισαγωγή στην διαδικτυακή εφαρμογή που έχει αναπτυχθεί και η οποία μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως συμπλήρωμα σε αυτόν τον οδηγό και στο εκπαιδευτικό σεμινάριο, καθώς και έναν εξαιρετικό τρόπο για να μάθετε περισσότερα σχετικά με την παιδεία στα μέσα, συμμετέχοντας σε κουίζ , παρακολουθώντας προτεινόμενα βίντεο, διαβάζοντας άρθρα και ακολουθώντας συμβουλές και συστάσεις.

Σας ενθαρρύνουμε να χρησιμοποιήσετε το διαδικτυακό εκπαιδευτικό υλικό και να ενισχύσετε τις ψηφιακές σας ικανότητες για να βοηθήσετε στην ανάπτυξη αυτών των παιδιών σας και να προωθήσετε τον κριτικό γραμματισμό στα μέσα επικοινωνίας μεταξύ των συνομηλίκων, των φίλων και των συγγενών σας.

ΚΟΙΝΟΠΡΑΞΙΑ
MELI FOR PARENTS

Υπόβαθρο

Αν και η εκπαίδευση στον κριτικό γραμματισμό στα μέσα επικοινωνίας έχει αναπτυχθεί τα τελευταία χρόνια, συνήθως απευθύνεται μόνο σε νέους και δεν καλύπτει τις ανάγκες των γονέων που είναι υπεύθυνοι για την υποστήριξη του κριτικού γραμματισμού των παιδιών τους στα μέσα επικοινωνίας. Ιδιαίτερα οι γονείς μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά τους να αναπτύξουν μια καλή χρήση και μια υγιή συμπεριφορά όσον αφορά τη χρήση του Διαδικτύου και να αναγνωρίσουν τους υπάρχοντες κινδύνους που μπορεί να αντιμετωπίσουν στο Διαδίκτυο. Ωστόσο, στην ΕΕ-27 έχει αναπτυχθεί μόνο ένας μικρός αριθμός πρωτοβουλιών που απευθύνονται σε γονείς, επομένως οι γονείς εξακολουθούν να έχουν περιορισμένες γνώσεις στη χρήση των μέσων ενημέρωσης και να αισθάνονται ανασφαλείς ή ανίκανοι να υποστηρίξουν τα παιδιά τους.

Σκοπός

Το MeLi Parents στοχεύει να επιλύσει το χάσμα πολιτικής σχετικά με τις περιορισμένες πρωτοβουλίες κριτικού γραμματισμού που στοχεύουν στους γονείς, δημιουργώντας ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα και υποστηρίζοντας εργαλεία για την εκπαίδευση του κριτικού γραμματισμού στα μέσα που απευθύνονται ειδικά σε αυτούς, με στόχο την ενίσχυση των δεξιοτήτων και των γνώσεών τους σχετικά με τη χρήση των μέσων. Ειδικότερα, το εκπαιδευτικό πρόγραμμα θα τους βοηθήσει να αποκτήσουν κάποιες τεχνικές γνώσεις σχετικά με το πώς να χρησιμοποιούν τα ψηφιακά μέσα και να ασχολούνται με τη διαδικτυακή δραστηριότητα των παιδιών τους.

Προσέγγιση

Το έργο είχε ως αποτέλεσμα τα ακόλουθα απτά αποτελέσματα:

- Επιμορφωτικό πρόγραμμα: Media Literacy για γονείς
- Διαδικτυακή εφαρμογή ML4P
- Οδηγός Κριτικού Γραμματισμού στα Μέσα για Γονείς

Καινοτομία

Η καινοτομία του MeLi Parents έγκειται στη δημιουργία νέου εκπαιδευτικού υλικού και εργαλείων για την παιδεία στα μέσα επικοινωνίας που έχουν σκοπό την ενδυνάμωση των γονέων. Οι ενότητες βασίζονται σε έρευνα που πραγματοποιήθηκε στις χώρες των εταίρων, αντιμετωπίζοντας με αυτόν τον τρόπο πραγματικά προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι

γονείς. Το εκπαιδευτικό υλικό παραδίδεται μέσω μιας διαδικτυακής εφαρμογής με τη μορφή δραστηριοτήτων και διαδραστικών πόρων. Η εφαρμογή στέλνει ειδοποιήσεις στους γονείς μέσω email/SMS, παρέχοντάς τους πόρους και δραστηριότητες που τους επιτρέπουν να εξασκηθούν μόνοι τους ή με τα παιδιά τους στον κριτικό γραμματισμό στα μέσα επικοινωνίας, ενώ ταυτόχρονα τους επιτρέπουν να αξιολογήσουν το εκπαιδευτικό περιεχόμενο.

www.meli4parents.eu

ΕΤΑΙΡΟΙ
MAPA PASJI

Fundacja Mapa Pasji

Το Ίδρυμα Map of Passions ιδρύθηκε το 2016 στην Πολωνία. Η αποστολή μας είναι να ανακαλύψουμε τοπικούς θησαυρούς. Δραστηριοποιούμαστε σε τέσσερις κύριους τομείς δραστηριοτήτων: 1) QUESTS– Οι εξερευνητικές αποστολές είναι μονοπάτια χωρίς σήμανση που μπορούν να επιλεγούν για να ανακαλύψουν την τοπική ιστορία, τον πολιτισμό, τη φύση και να λύσουν αινίγματα που κρύβονται σε ενδείξεις με ομοιοκαταληξία. Διαχειριζόμαστε περισσότερες από 600 αποστολές (www.questy.org.pl). 2) Η πολιτιστική κληρονομιά των τόπων που προστατεύουμε, τεκμηριώνουμε και προωθούμε σε περιφερειακό και εθνικό επίπεδο. 3) «Χώρος για ηλικιωμένους» - ενεργοποίηση, ένταξη και εκπαίδευση των ηλικιωμένων. 4) Εκπαιδευτικά προγράμματα που υλοποιούνται διεθνώς στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+.

www.mapapasji.pl

ΑΚΑΔΗΜΙΑ E-BUSINESS

E - BUSINESS ACADEMY

Η Ακαδημία E-business είναι ένας ιδιωτικός εκπαιδευτικός και συμβουλευτικός οργανισμός που ειδικεύεται στην εκπαίδευση ενηλίκων στον τομέα της επιχειρηματικότητας, του ηλεκτρονικού επιχειρείν και του ηλεκτρονικού μάρκετινγκ, καθώς και σε δραστηριότητες συμβουλευτικής καθοδήγησης ζωής και επιχειρήσεων, e-business και e-marketing. Μαζί με

τις κλασικές και καθιερωμένες αρχές και μεθοδολογίες, εφαρμόζουμε επίσης στη δουλειά μας εντελώς νέες επιστημονικές ψυχολογικές μεθόδους και εργαλεία όπως Neurographica, συμβολικές μεταφορικές κάρτες κ.λπ. Κύριος στόχος μας είναι να ενδυναμώσουμε έναν νέο δημιουργικό τρόπο σκέψης και να βοηθήσουμε τους ιδιοκτήτες μικρών επιχειρήσεων , αυτοαπασχολούμενους και άτομα με συγκεκριμένες δεξιότητες και χόμπι να μπουν στο διαδίκτυο, να παρουσιάζονται και να χρησιμοποιούν όλα τα πλεονεκτήματα των ψηφιακών τεχνολογιών με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

www.e-businessacademy.eu

EMPHASYS

Το Emphasys Centre, ιδρύθηκε το 1998 και λειτουργεί ως Εκπαιδευτικό Κέντρο ΤΠΕ και Ερευνητικό Κέντρο εγκεκριμένο από το Υπουργείο Παιδείας, Πολιτισμού, Αθλητισμού και Νεολαίας της Κύπρου. Στελεχώνεται με μια ισχυρή ομάδα επαγγελματιών που περιλαμβάνει ειδικούς σε ΤΠΕ, Ψυχολογία, Κοινωνιολογία, Εκπαίδευση, Νομική, Οικονομικά, Επιχειρήσεις, Ανθρώπινα Δικαιώματα, Γλώσσες, Επικοινωνία, Αρχιτεκτονική και Γραφιστική. Το Emphasys προσφέρει τις υπηρεσίες της σε ένα ποικίλο χαρτοφυλάκιο δημόσιων και ιδιωτικών οργανισμών, καθώς και σε επαγγελματίες και ιδιώτες από κάθε ηλικία και υπόβαθρο.

Είναι οργανωμένη σε 4 αλληλένδετα τμήματα. Το Τμήμα Εκπαίδευσης που προσφέρει επικυρωμένα και διαπιστευμένα μαθήματα πληροφορικής, όπως το GCE A' Level Computer Science για φοιτητές που εισέρχονται σε ΑΕΙ ή την Ευρωπαϊκή Άδεια Οδήγησης Υπολογιστή (ECDL) για επαγγελματίες, ενώ παρέχει Υπηρεσίες Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας.

Το Τμήμα Εκπαίδευσης ΤΠΕ περιλαμβάνει δύο πλήρως εξοπλισμένες μονάδες: τη Μονάδα STEAM και τη Μονάδα Εκπαίδευσης Ε.Ε. Η Μονάδα ΕΕ επικεντρώνεται στην παροχή μιας ευρείας επιλογής μαθημάτων μαθησιακής κινητικότητας Erasmus+ KA1 για επαγγελματίες και πολίτες της ΕΕ. Η μονάδα STEAM είναι πλήρως εξοπλισμένη με εργαλεία υψηλής τεχνολογίας για να προσφέρει μαθήματα σχετικά με έργα σε νέους ανθρώπους που συνδυάζουν ρομποτική, 3D σχεδιασμό και εκτύπωση χρησιμοποιώντας τον εκτυπωτή Craftbot+ 3D και κωδικοποίηση μέσω σχεδίασης βιντεοπαιχνιδιών χρησιμοποιώντας ακουστικά εικονικής πραγματικότητας τελευταίας τεχνολογίας, όπως το Oculus Rift S με εκπαιδευτές «Lego Education Trainer». Τα περισσότερα από τα μαθήματα ακολουθούν την προσέγγιση 4C της Lego Education "Connect – Construct – Contemplate – Continue" όπου

οι εκπαιδευόμενοι αντιμετωπίζουν μια πρόκληση που είναι ανοιχτού τύπου που τους τοποθετεί στη θέση της εξεύρεσης λύσεων.

Το Τμήμα Ερευνών συνεργάζεται με διάφορους οργανισμούς για έργα της ΕΕ στο πλαίσιο μιας σειράς κονδυλίων (π.χ. Erasmus, AMIF, AAL) στον τομέα της εκπαίδευσης και της κατάρτισης, ενώ παρέχει επίσης διοικητική υποστήριξη για έργα της ΕΕ σε σχολεία και ΜΚΟ. Με τα χρόνια έχει δημιουργήσει ένα ισχυρό τοπικό και διεθνές δίκτυο, που χρησιμοποιείται για την προώθηση έργων και πρωτοβουλιών της ΕΕ.

Το Τμήμα Ανάπτυξης Λογισμικού εμπλέκεται στο σχεδιασμό, την ανάπτυξη, τις πιλοτικές δοκιμές και την αξιολόγηση διαφόρων εργαλείων ηλεκτρονικής μάθησης, πλατφορμών, ιστοσελίδων, εφαρμογών και πυλών αξιολόγησης κ.λπ. με βάση τις ανάγκες των διαφόρων έργων που υλοποιεί ο οργανισμός.

Το Emphasys είναι μέλος του Ευρωπαϊκού Δικτύου Ψηφιακής Μάθησης (DLEARN) μαζί με άλλους 25 οργανισμούς από την Ευρώπη με στόχο την προώθηση της ψηφιακής ατζέντας της Ευρώπης και μέρος της συμβουλευτικής ομάδας για την Ψηφιακή Ατζέντα της Κύπρου.

www.emphasyscentre.com

ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΔΙΚΤΥΟ ΨΗΦΙΑΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ - DLEARN

Το Ευρωπαϊκό Δίκτυο Ψηφιακής Μάθησης – DLEARN – στοχεύει να αγκαλιάσει τις προκλήσεις που έφερε η ψηφιακή επανάσταση όσον αφορά την αναντιστοιχία ψηφιακών δεξιοτήτων, προς μια ψηφιακή κοινωνία χωρίς αποκλεισμούς. Το 47% των Ευρωπαίων δεν είναι κατάλληλα ψηφιακά ειδικευμένοι – ωστόσο στο εγγύς μέλλον το 90% των θέσεων εργασίας θα απαιτήσει κάποιο επίπεδο ψηφιακών δεξιοτήτων και πολλές ευκαιρίες όσον αφορά τις θέσεις εργασίας που πρόκειται να διαμορφώσουν την αγορά εργασίας. Οι στόχοι μας χαρακτηρίζονται από 4 λέξεις-κλειδιά: SHARE, CONNECT, MULTIPLTY, ENHANCE. Το DLEARN είναι ένας συλλέκτης πρακτικών και ιδεών, που συγκεντρώνει διάφορους οργανισμούς στην Ευρώπη για να προβληματιστούν, να σκεφτούν και να ενεργοποιήσουν νέες πρωτοβουλίες, προς την αξιοποίηση και την ενίσχυση της ψηφιακής μάθησης.

www.dlearn.eu

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ ΓΟΝΕΩΝ - EPA

Η EPA ιδρύθηκε ως ΜΚΟ το 1985 στο Μιλάνο για να προωθήσει τη συνεργασία μεταξύ σχολείων, συλλόγων γονέων και άλλων εκπαιδευτικών κοινοτήτων σε όλη την Ευρώπη. Με την πάροδο των ετών η EPA έχει γίνει μια ένωση ομπρέλα για εθνικές και περιφερειακές ενώσεις γονέων και ομοσπονδίες ενώσεων γονέων στην Ευρώπη, οι οποίες μαζί αντιπροσωπεύουν περισσότερους από 150 εκατομμύρια γονείς.

Κύριοι στόχοι είναι:

- Να προωθεί και να υποστηρίζει την ενεργό συμμετοχή των γονέων ως πρωτοβάθμιων παιδαγωγών σε όλα τα στάδια της εκπαίδευσης των παιδιών τους,
- Να υποστηρίξει τις ενώσεις γονέων και μεμονωμένους γονείς για τη συμμετοχή των ενδιαφερομένων σε διάφορες ευρωπαϊκές χώρες, προσφέροντας ευκαιρίες για εκπαίδευση, συνεργασία και ανταλλαγή πληροφοριών,
- Να υποστηρίξει την υψηλότερη δυνατή ποιότητα εκπαίδευσης για όλα τα παιδιά στην Ευρώπη, ιδίως με την ενεργό συμμετοχή στην ανάπτυξη και αξιολόγηση πολιτικών σε επίπεδο ΕΕ,
- Να προωθεί την ανταλλαγή μεταξύ των μελών μας.

www.europarents.eu

HEARTHANDS SOLUTIONS - HESO

HeartHands Solutions (HESO) είναι μια δυναμική εταιρεία παροχής συμβουλών που προσφέρει ένα ευρύ φάσμα υπηρεσιών γεφυρώνοντας το χάσμα μεταξύ του εμπορικού και του δημόσιου οικοσυστήματος χρηματοδότησης/ΕΕ. Η παροχή υπηρεσιών της HESO εκτείνεται από την ανάπτυξη επιχειρήσεων και την απόκτηση δημόσιας χρηματοδότησης έως την προσαρμοσμένη εφαρμογή, την εκπαίδευση και τη μεταφορά τεχνολογίας. Όλες οι υπηρεσίες προσφέρονται με έμφαση στην υψηλή ποιότητα των αποτελεσμάτων που είναι αυτό που διαχωρίζει την HESO από

τις περισσότερες εταιρείες συμβούλων που αποστασιοποιούνται από τεχνικές υλοποιήσεις αφήνοντας τους πελάτες τους εκτεθειμένους.

www.hearthands.solutions

ΙΔΕΚ

Το ΙΔΕΚ είναι μια εταιρεία συμβούλων εκπαίδευσης με έδρα τον Πειραιά, Ελλάδα. Οι δραστηριότητές της περιλαμβάνουν εκπαίδευση, συμβουλευτική διαχείριση, διασφάλιση ποιότητας, αξιολόγηση, έρευνα, καινοτομία και ανάπτυξη λύσεων ΤΠΕ τόσο για τον ιδιωτικό όσο και για τον δημόσιο τομέα. Συνεργάζεται με περισσότερα από 800 ινστιτούτα σε όλη την Ευρώπη και με περίπου 300 ειδικούς σε συγκεκριμένους τομείς. Το ΙΔΕΚ έχει εκτενή εμπειρία σε ευρωπαϊκά έργα, είτε ως συντονιστής είτε ως εταίρος από διαφορετικά ευρωπαϊκά προγράμματα και Πρωτοβουλίες. Επιπλέον, το ΙΔΕΚ διαθέτει διαπιστευμένο κέντρο δια βίου μάθησης και είναι πιστοποιημένο σύμφωνα με το πρότυπο ποιότητας ISO 9001. Μέσω του διπλού της ρόλου, τόσο ως παρόχου εκπαίδευσης όσο και ως εταιρεία συμβούλων διαχείρισης, το ΙΔΕΚ μπόρεσε να ενσωματώσει βέλτιστες πρακτικές από τον επιχειρηματικό τομέα στον εκπαιδευτικό, προσαρμόζοντάς τις στο πνεύμα της ανοιχτής, βιώσιμης και προσβάσιμης εκπαίδευσης για όλους.

www.idec.gr

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

Κριτικός Γραμματισμός στα Μέσα Ενημέρωσης

Κεφάλαιο 1.1

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ, ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΕΣ ΠΤΥΧΕΣ ΤΩΝ ΜΕΣΩΝ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

Τα μέσα ενημέρωσης επηρεάζουν σχεδόν κάθε μέρος της καθημερινότητάς μας. Καθορίζουν σε μεγάλο βαθμό τις πεποιθήσεις, τις πράξεις, τις αποφάσεις μας και μερικές φορές επηρεάζουν τις αξίες και τις σχέσεις μας. Ξεκινώντας από την τηλεόραση, τα μηνύματα της οποίας σφραγίζονται αυτόματα στο μυαλό μας και των παιδιών μας, περνώντας από όλες τις πληροφορίες στο Διαδίκτυο και φτάνοντας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και στις ομαδικές συνομιλίες. Οι πληροφορίες που λαμβάνουμε επηρεάζουν τον τρόπο σκέψης και τη συμπεριφορά μας. Γι' αυτό είναι πολύ σημαντικό για τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς να γνωρίζουν πώς να αναγνωρίζουν και να επιλέγουν το κατάλληλο περιεχόμενο μέσων, πηγές πληροφόρησης και πλατφόρμες για τους ίδιους και τα παιδιά τους. Είναι επίσης σημαντικό να κατανοήσουμε πώς τα μέσα ενημέρωσης επηρεάζουν τα συναισθήματα, τις αποφάσεις και τις ενέργειές μας.

Ένα άλλο βασικό θέμα για εμάς ως γονείς είναι πώς μπορούμε να καθοδηγήσουμε τα παιδιά μας να αξιολογήσουν και να αξιοποιήσουν το καλύτερο και το μέγιστο από την επιρροή των μέσων ενημέρωσης, για να τα διδάξουμε και να τα εμπνεύσουμε με το δικό μας παράδειγμα ως πρότυπο. Ένα από τα πρώτα βήματα που προτείνουμε είναι να αφιερώσετε χρόνο για να εξερευνήσετε και να αξιολογήσετε τα ακόλουθα θέματα για εσάς και τα παιδιά σας:

- Πόση ώρα είναι ενεργοποιημένη η τηλεόρασή σας;
  (παθητικός χρόνος μπροστά στην τηλεόραση για όλη την οικογένεια)
- Ποιες είναι οι πηγές πληροφοριών σας σχετικά με την πολιτική, την γονική μέριμνα, τη φύλαξη σπιτιού, και τον αθλητισμό κ.λπ.;
- Πώς αξιολογείτε τις πληροφορίες που βρίσκετε;
- Πόσο σίγουροι είστε ότι οι πληροφορίες που λαμβάνετε βασίζονται σε πραγματικά γεγονότα;
- Γνωρίζετε τη διαφορά μεταξύ γεγονότος και γνώμης;

Ακολουθούν ορισμένες σημαντικές ερωτήσεις που μπορείτε να κάνετε στον εαυτό σας, οι οποίες μπορούν να σας βοηθήσουν να αξιολογήσετε τις πηγές μέσων σας και την επιρροή τους σε εσάς και τα παιδιά σας:

Πώς ανταποκρίνονται διαφορετικά άτομα (εσείς, τα παιδιά σας, οι συνάδελφοί σας, οι συγγενείς, οι φίλοι) στο περιεχόμενο των μέσων ενημέρωσης;

Υπάρχουν διάφοροι παράγοντες που καθορίζουν τις αντιδράσεις διαφορετικών ανθρώπων στις ίδιες πληροφορίες. Οι πιο συνηθισμένες είναι: φύλο, ηλικία, εθνικότητα, πολιτισμική και κοινωνική συνθήκη, τρέχουσα κατάσταση. Είναι σημαντικό για εμάς ως

γονείς να το κατανοήσουμε αυτό και να το εξηγήσουμε στα παιδιά μας με ένα τρόπο κατάλληλο για την ηλικία τους.

Ποιο είναι το κίνητρό σας για να απαντήσετε/αντιδράσετε στο περιεχόμενο των μέσων ενημέρωσης;

Ως γονείς, είναι σημαντικό να κατανοήσουμε τι κάνει εμάς και τα παιδιά μας να αντιδρούμε ή να ανταποκρινόμαστε στο περιεχόμενο των μέσων ενημέρωσης. Τι μας κάνει να απαντάμε σε μια ανάρτηση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ή τι μας τραβάει την προσοχή στις ειδήσεις;

Θα πρέπει να μπορούμε να αναγνωρίζουμε τις προκλήσεις που μας ωθούν να αναλάβουμε δράση ή να σχηματίσουμε άποψη ή πεποίθηση. Οι ψευδείς ειδήσεις και η παραπληροφόρηση, για παράδειγμα, σχεδιάζονται πάντα με συγκεκριμένο τρόπο για να προκαλέσουν την αντίδρασή μας και τις περισσότερες φορές είναι οι διάφορες μορφές του φόβου.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ: Σας συνιστούμε να εστιάσετε σκόπιμα στις απαντήσεις/αντιδράσεις σας στις Ειδήσεις, τις αναρτήσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τις εμπορικές διαφημίσεις που βλέπετε/ακούτε για μια εβδομάδα στα κανάλια που παρακολουθείτε. Καταγράψτε τα αποτελέσματα και τα ευρήματα και σκεφτείτε τα μόνοι σας. Μπορείτε να τα συζητήσετε περαιτέρω με την οικογένεια και τους φίλους σας. Επιπλέον μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτή την άσκηση ως παιχνίδι με τα παιδιά σας (ανάλογα με την ηλικία τους).

Πώς επηρεάζει το περιεχόμενο των μέσων τα συναισθήματά σας;

Είναι σημαντικό να αναπτύξουμε τη συναισθηματική μας νοημοσύνη, να μάθουμε να παρατηρούμε και να αναγνωρίζουμε τα συναισθήματά μας και τις εξωτερικές επιρροές σε αυτά. Είναι επίσης σημαντικό να μιλήσουμε με τα παιδιά μας για τα συναισθήματά τους, να τα διδάξουμε και να τα εκπαιδεύσουμε σε αυτό το θέμα.

Πώς το περιεχόμενο των μέσων διαμορφώνει τις πεποιθήσεις, τη στάση και τη συμπεριφορά σας;

Ως γονείς θα πρέπει να κατανοήσουμε ξεκάθαρα πώς το περιεχόμενο των μέσων διαμορφώνει τις πεποιθήσεις, τη στάση και τη συμπεριφορά μας και των παιδιών μας. Οι πεποιθήσεις μας καθορίζουν το φίλτρο μέσα από το οποίο όλοι βλέπουμε τον κόσμο. Καθορίζουν τις αντιδράσεις, τις πράξεις, τις απόψεις μας.

Στον σημερινό κόσμο, οι πεποιθήσεις μας συχνά διαμορφώνονται από πληροφορίες μέσων που έρχονται σε εμάς από διάφορες πηγές. Αντίστοιχα, καθορίζουν σε μεγάλο

βαθμό τις αντιδράσεις και τις ενέργειές μας. Οι αξίες και οι πεποιθήσεις των παιδιών μας διαμορφώνονται επίσης, όχι μόνο στο οικογενειακό περιβάλλον, αλλά και από τις πληροφορίες που λαμβάνονται από διάφορες πηγές στις οποίες εκτίθενται.

Πώς επηρεάζει τις αποφάσεις σας το περιεχόμενο των μέσων;

Οι πληροφορίες που έρχονται συνεχώς σε εμάς μέσω διαφορετικών πηγών μέσων ενημέρωσης επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό τις αποφάσεις μας. Επομένως, είναι πολύ σημαντικό να αναπτύξουμε την κριτική μας σκέψη και να μεταδώσουμε αυτή τη γνώση και επίγνωση στα παιδιά μας.

ΤΥΠΟΙ ΕΠΙΡΡΟΗΣ ΜΕΣΩΝ

Άμεση και έμμεση επιρροή

Ποια είναι η διαφορά μεταξύ άμεσης και έμμεσης επιρροής; Η άμεση επιρροή των μέσων ενημέρωσης διακρίνεται ευκολότερα. Για παράδειγμα, βλέπουμε μια διαφήμιση για ένα προϊόν και παίρνουμε μια απόφαση αγοράς. Ή βλέπουμε πολιτική διαφήμιση και αυτό διαμορφώνει τη γνώμη μας για έναν πολιτικό υποψήφιο. Ωστόσο, σε άλλες περιπτώσεις, η επιρροή των μέσων ενημέρωσης είναι έμμεση. Για παράδειγμα: οι διαφημίσεις που βλέπουμε είναι από κατασκευαστές/προμηθευτές που μπορούν να αντέξουν οικονομικά την οικονομική διαφήμιση σε ένα δεδομένο μέσο. Δηλ. τα μέσα επιλέγουν τους διαφημιστές και τις ειδήσεις που βλέπουμε και είμαστε έμμεσα εκτεθειμένοι σε αυτήν την επιρροή από τα μέσα.

Θετική και αρνητική επιρροή

Όταν μιλάμε για επιρροή των μέσων ενημέρωσης, τις περισσότερες φορές εστιάζουμε στην αρνητική επιρροή και στην παραπληροφόρηση ή στις ψεύτικες ειδήσεις. Εξερευνούμε και διδάσκουμε στα παιδιά μας πώς να αναγνωρίζουν την αρνητική επιρροή και πώς να προστατεύονται.

Ωστόσο, είναι εξίσου σημαντικό να μάθουμε να αναγνωρίζουμε και να επισημαίνουμε στα παιδιά μας τη θετική επιρροή του περιεχομένου των μέσων ενημέρωσης. Μπορούμε να τους διδάξουμε πώς να εξερευνούν και να χρησιμοποιούν διαδικτυακό εκπαιδευτικό υλικό, εκπαιδευτικά παιχνίδια, διάφορες εφαρμογές ιστού κατάλληλες για την ηλικία τους, να διαβάζουν για αιτίες, περιβαλλοντικά και κοινωνικά ζητήματα κ.λπ.

ΑΠΟ ΤΟΝ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟ ΚΟΣΜΟ ΣΤΟΝ ΨΗΦΙΑΚΟ

Η ξεκάθαρη διάκριση μεταξύ του πραγματικού και του εικονικού κόσμου και η μετάβαση από τον ένα στον άλλο είναι συχνά πρόβλημα όχι μόνο για τα παιδιά αλλά και για τους ενήλικες. Αυτό συμβαίνει πιο συχνά στα διαδικτυακά παιχνίδια, αλλά υπάρχουν πολλές άλλες περιπτώσεις που δεν μπορούμε πάντα να τα ξεχωρίσουμε. Εδώ, μπορούμε επίσης να βρούμε τόσο αρνητικό όσο και θετικό αντίκτυπο. Για παράδειγμα: ακολουθώντας μια διασημότητα στα Μέσα κοινωνικής δικτύωσης και προσπαθώντας να τη μιμηθούμε στην

πραγματική ζωή. Μερικές φορές, σε πιο ακραίες περιπτώσεις, αυτό μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρά ψυχολογικά προβλήματα. Από την άλλη πλευρά, οι πληροφορίες για ένα αθλητικό ή πολιτιστικό γεγονός μπορεί να μας ενθαρρύνουν να το παρακολουθήσουμε και να αναπτύξουμε τις δεξιότητές μας.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ: Βρείτε παραδείγματα τέτοιων τύπων στην καθημερινή ζωή σας και των παιδιών σας και συζητήστε τα.

INFLUENCERS

Γνωρίζετε ποιος σας επηρεάζει και πώς; Γνωρίζετε ποιοι είναι οι επηρεαστές και τα πρότυπα των παιδιών σας;

Ακολουθούν μερικές από τις πιο κοινές πηγές επιρροής:

Εμπορικές διαφημίσεις - Εμπορική διαφήμιση

Είναι ο πιο εύκολα αναγνωρίσιμος τρόπος άμεσης επιρροής των μέσων ενημέρωσης.

Προσωπικότητες/διασημότητες

Τα τελευταία 10 χρόνια, η επιρροή των προσωπικοτήτων/διασημοτήτων που ονομάζονται influencers έχει αυξηθεί, ειδικά σε κοινωνικά δίκτυα όπως το Instagram, το Twitter, το YouTube κλπ.

Κοινωνικές ομάδες (εντός και εκτός σύνδεσης)

Όλο και περισσότερο, οι ζωές ενηλίκων και παιδιών επικεντρώνονται σε κλειστές διαδικτυακές και εκτός σύνδεσης ομάδες, των οποίων οι απόψεις έχουν μεγάλη επιρροή πάνω τους.

Κοινωνική εμπειρία

Τα παιδιά αντανακλούν στον έξω κόσμο την κοινωνική εμπειρία που έχουν βιώσει στο σπίτι και το κοινωνικό τους περιβάλλον. Αυτό ισχύει και για το επίπεδο παιδείας τους στα μέσα επικοινωνίας.

Πολιτιστικό υπόβαθρο

Το πολιτιστικό υπόβαθρο είναι βασικός παράγοντας επιρροής στη διαμόρφωση αξιών και συμπεριφοράς.

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ ΣΤΟΝ ΟΡΙΣΜΟ ΤΩΝ ΠΗΓΩΝ ΕΠΙΡΡΟΗΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ

Τι μπορείτε να κάνετε ως γονείς:

• Μιλήστε στα παιδιά σας για τα ενδιαφέροντά τους. Ποιοι είναι τα πρότυπά τους;
Ποιους ακολουθούν; Σε ποια μέσα κοινωνικής δικτύωσης;

• Αναζητήστε πληροφορίες και κατευθύνετε τα παιδιά σας σε κατάλληλους παράγοντες επιρροής, ανάλογα με την ηλικία και τα ενδιαφέροντά τους. Ακολουθήστε τα μαζί και συζητήστε.

• Μιλήστε με τα παιδιά σας για τα συναισθήματά τους. Ποιες πληροφορίες προκαλούν θετικά/αρνητικά συναισθήματα; Ποιοι είναι οι λόγοι;

• Συζητήστε με τα παιδιά σας τον κοινωνικό τους κύκλο.
Ποιοι είναι σε αυτό; Πώς τους επηρεάζει ;Τι τους αρέσει και τι όχι; Τι θα ήθελαν να είναι διαφορετικο;

ΕΠΙΡΡΟΗ ΜΕΣΩΝ ΚΑΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ

Πολλές ειδήσεις, παιχνίδια και ρητές ή σιωπηρές διαφημίσεις έχουν σχεδιαστεί για να επηρεάζουν τα συναισθήματά μας. Οι εκφράσεις, οι εικόνες και η μουσική που χρησιμοποιείται μεταφέρουν το μήνυμα που έχουν θέσει οι συγγραφείς ακόμη και χωρίς να εκφράζονται λεκτικά. Είναι σχεδιασμένα με τρόπο που παίζουν με τις ελπίδες ή τους φόβους μας, για να μας διεγείρουν τα συναισθήματά και να μας κάνουν να αγοράσουμε ένα συγκεκριμένο προϊόν, να υποστηρίξουμε έναν συγκεκριμένο σκοπό ή να υπερασπιστούμε ή να αντιταχθούμε σε μια συγκεκριμένη θέση.

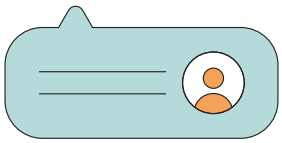
Είναι σημαντικό να αναπτύξουμε τη συναισθηματική μας νοημοσύνη, να μάθουμε να αναγνωρίζουμε τα συναισθήματά μας και τις εξωτερικές επιρροές πάνω τους, καθώς και να μεταφέρουμε αυτή τη γνώση στα παιδιά μας. Μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα βασικά συναισθήματα και τη συναισθηματική νοημοσύνη εδώ:

https://www.paulekman.com/universal-emotions/

Γιατί είναι σημαντικό να καθοδηγείτε τα παιδιά σας στο θέμα του κριτικού γραμματισμού στα μέσα επικοινωνίας;

Ο ψηφιακός κόσμος περιβάλλει εμάς και τα παιδιά μας σε καθημερινή βάση και εκτός από χρήσιμος και απαραίτητος, μπορεί να είναι συντριπτικός, ακόμη και επικίνδυνος. Τα παιδιά πρέπει να είναι σε θέση να κατανοούν και να αξιολογούν τις πληροφορίες που συναντούν, ώστε να μπορούν να τις χρησιμοποιούν με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα. Η παιδεία στα μέσα δεν είναι μόνο να γνωρίζεις πώς να χρησιμοποιείς διαφορετικές συσκευές ή να ενημερώνεις το Instagram. Κριτικός Γραμματισμός στα μέσα επικοινωνίας σημαίνει κατανόηση των πληροφοριών και η κατάλληλη χρήση τους.

Σχετικά με το θέμα «Οικονομικές, κοινωνικές και πολιτιστικές πτυχές των μέσων ενημέρωσης», το πιο σημαντικό πράγμα είναι να διδάξουμε και να καθοδηγήσουμε τα παιδιά μας να κατανοούν και να αξιολογούν πώς ο κοινωνικός κύκλος και το περιεχόμενο των μέσων ενημέρωσης επηρεάζουν τα συναισθήματά τους και πώς αυτά τα συναισθήματα καθορίζουν τη συμπεριφορά, τις αποφάσεις και πεποιθήσεις τους.



Περαιτέρω ανάγνωση και παραπομπές

https://www.bbc.co.uk/bitesize/guides/zg24frd/revision/2

https://www.socialmagnets.net/how-social-media-influences-people/

https://www.paulekman.com/universal-emotions/

http://atlasofemotions.org/?fbclid=IwAR1E9K_NceQ8lV2wwRzz2o2DfefkNAo2uZ9DuEAMuKcsYm9ugJggOuMVTpE#introduction/

Κεφάλαιο 1.2

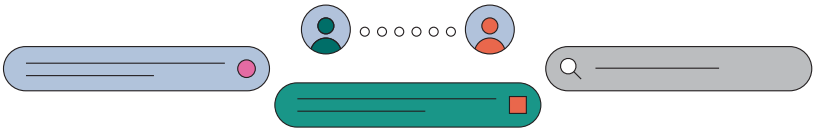
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΙ ΧΤΙΣΙΜΟ ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗΣ

Τι εννοούμε με την λέξη επικοινωνία;

Σήμερα, υπάρχουν πολλοί διαφορετικοί τρόποι να προορίζεται η λέξη «επικοινωνία», και η έκφραση χρησιμοποιείται ιδιαίτερα πολύ με πολύ τεχνικό τρόπο για να περιγράψει την αλληλεπίδραση μεταξύ συστημάτων, μηχανών και ανθρώπων κ.λπ. Σε αυτό το κεφάλαιο, ωστόσο, θα επικεντρωθούμε στην επικοινωνία ως κοινωνική πράξη που χρονολογείται από τη λατινική προέλευση της λέξης communicare «να μοιράζομαι, να διχάζω, μεταδίδω, ενημερώνω, ενωθείτε, συμμετάσχετε», πιο συγκεκριμένα «να κινηθούμε μαζί».

Για να καταφέρετε «να κινηθείτε μαζί» πρέπει να είστε σε θέση να καταλαβαίνετε ο ένας τον άλλον, κάτι που οδηγεί σε διαφορετικούς τρόπους έκφρασης και παράλληλα κάνει κάποιον άλλο να καταλάβει αλλά και γίνει κατανοητός από τους άλλους.

Έτσι, η επικοινωνία στο πλαίσιο μας είναι μια διαδικασία για τη μετάδοση ενός μηνύματος (ή μηνυμάτων) και την κατανόηση του μηνύματος από το άλλο άτομο, επηρεασμένη από διάφορους παράγοντες που θα εξετάσουμε περαιτέρω σε αυτό το κεφάλαιο.



Γιατί είναι σημαντική η επικοινωνία όταν μιλάμε για τη παιδεία στα μέσα επικοινωνίας;

Στο γενικό κεφάλαιο για τον κριτικό γραμματισμό στα μέσα έχουμε περιγράψει γιατί ο κριτικός γραμματισμός στα μέσα είναι απαραίτητος στον 21ο αιώνα και ότι δεν μπορεί να διδαχθεί μόνο στο σχολείο. Στην πραγματικότητα, ο κριτικός γραμματισμός στα μέσα δεν είναι να διδάσκουμε εάν κάτι είναι «σωστό» ή «λάθος», αλλά να ανακαλύψουμε πράγματα μαζί, να αναλύσουμε και να δημιουργήσουμε περιεχόμενο όπως και να μάθουμε ο ένας από τον άλλο. Τα παιδιά είναι συχνά πιο γρήγορα από τους ενήλικες στο scrolling και την εύρεση πραγμάτων, πιο άνετα στη χρήση νέων εφαρμογών και στο παιχνίδι στο διαδίκτυο, έχουν εξαιρετικές ιδέες για λέξεις-κλειδιά για αναζήτηση πληροφοριών κ.λπ., αλλά δεν γνωρίζουν τα προβλήματα που μπορεί να προκύψουν κατά την πλοήγηση στο Διαδίκτυο , παίζοντας παιχνίδια ή συμμετέχοντας σε διαδικτυακές συνομιλίες.

Ως εκ τούτου, πολλοί γονείς ανησυχούν για την ασφάλεια των παιδιών τους και θα ήθελαν είτε να αποκλείσουν εντελώς την πρόσβασή τους στο Διαδίκτυο είτε να εγκαταστήσουν βαριά εργαλεία ελέγχου για να αποτρέψουν τα παιδιά τους να έρθουν σε επαφή με οποιοδήποτε

ανεπιθύμητο περιεχόμενο. Ωστόσο, αυτό είναι ένα επικίνδυνο εγχείρημα καθώς τα «απαγορευμένα » είναι γενικά τα πιο ενδιαφέροντα (θυμηθείτε τη δική σας παιδική ηλικία 😊) και τα παιδιά είναι συχνά πολύ έξυπνα στο να βρίσκουν τρόπους να ξεπεράσουν αυτά τα εμπόδια, αν το θέλουν πραγματικά. Μερικές φορές μπορεί επίσης να συναντήσουν κατά λάθος ανεπαρκές περιεχόμενο στο τηλέφωνο ή το φορητό υπολογιστή ενός φίλου ή στη συσκευή ενός μεγαλύτερου αδερφού.

Αυτό καθιστά την καλή επικοινωνία και την εμπιστοσύνη τόσο απαραίτητη, διότι όχι μόνο θα κάνει το παιδί σας να συνειδητοποιήσει τους λόγους πίσω από τις ενέργειές σας, αλλά θα σας βοηθήσει επίσης να κατανοήσετε γιατί το να παίξετε ένα συγκεκριμένο παιχνίδι, να συμμετάσχετε σε μια πρόκληση ή να παρακολουθήσετε ένα συγκεκριμένο βίντεο φαίνεται τόσο κρίσιμο για το παιδί σας. Το να ακούτε προσεκτικά και να αναγνωρίζετε τις επιθυμίες και τις ανησυχίες του παιδιού σας θα σας επιτρέψει να αντιδράσετε με ενσυναίσθηση, αλλά όχι απαραίτητα να ενδώσετε σε όλες τις επιθυμίες του παιδιού σας, όπως θα δούμε στο κεφάλαιο για τους τρόπους ανατροφής. Επιπλέον, θα ενθαρρύνει το παιδί σας να σας ενημερώσει σε περίπτωση που προκύψει πρόβλημα χωρίς φόβο τιμωρίας. Επομένως, η διδασκαλία της παιδείας στα μέσα επικοινωνίας θα πρέπει να θεωρείται ως μια διαδραστική διαδικασία και όχι ως μια μεμονωμένη ομιλία που διεξάγετε σε ένα σημείο και τελειώνει. Θα είναι πιο αποτελεσματικό εάν συμπεριλαμβάνεται σε καθημερινές δραστηριότητες και σε τακτική βάση.

Κεφάλαιο 1.2.1
Η ΣΧΕΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΓΟΝΕΪΚΩΝ ΤΡΟΠΩΝ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Σε γενικές γραμμές, ο τρόπος με τον οποίο ακολουθείτε την ανατροφή των παιδιών σας θα επηρεάσει επίσης τις πρακτικές σας σχετικά με τη χρήση των μέσων ενημέρωσης του παιδιού σας, οπότε ας ρίξουμε μια ματιά στο μοντέλο των τεσσάρων τρόπων ανατροφής, όπως αναπτύχθηκε από την Diana Baumrind (1966, 1967)[1] και επεκτάθηκε από τους Martin και Maccoby (1973)[2].

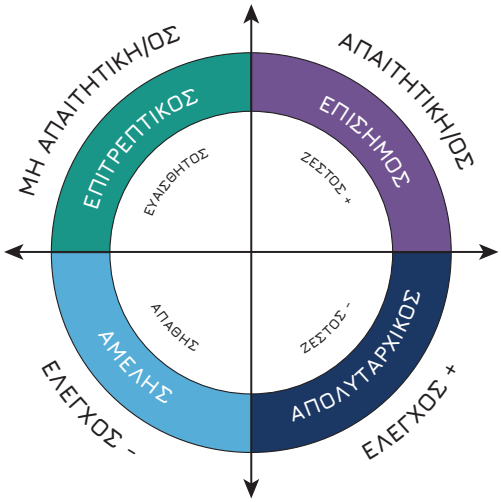
Εξετάζοντας τα συνολικά μοτίβα των χαρακτηριστικών της γονικής αλληλεπίδρασης με το παιδί, λαμβάνοντας υπόψη τις διαστάσεις του γονικού ελέγχου (π.χ. επίβλεψη,

---

[1] Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. Genetic Psychology Monographs, 75(1), 43-88 originally: Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior, Child Development, 37(4), 887-907.

[2] Maccoby, E.E.; Martin, J.A. (1983). "Socialization in the context of the family: Parent-child interaction". In Mussen, P.H.; Hetherington, E.M. (eds.). Manual of child psychology, Vol. 4: Social development. New York: John Wiley and Sons. pp. 1–101.

απαίτηση και καθορισμένοι κανόνες) και τη γονική ζεστασιά (π.χ. ανταπόκριση, υποστήριξη), προκύπτει το ακόλουθο σχήμα ως αποτέλεσμα του συνδυασμού μεταξύ των δύο διαστάσεων:



Αυτές οι τυπικές στρατηγικές γονικής μέριμνας είναι προφανώς θεωρητικές κατασκευές και στην καθημερινή ζωή σίγουρα υπάρχουν αλληλεπικαλύψεις καθώς δεν ενεργεί κάθε γονέας συνεχώς με το ίδιο μοτίβο. Επομένως, το μοντέλο θα πρέπει να χρησιμοποιηθεί για να ενισχύσει τον προβληματισμό σχετικά με τις δικές του πρακτικές: ποιες είναι οι συγκεκριμένες συμπεριφορές που μπορούν να παρατηρηθούν και να κατηγοριοποιηθούν.

Οι παρακάτω περιγραφές αναφέρουν τα γενικά χαρακτηριστικά κάθε τρόπου, αλλά δείχνουν επίσης την επιρροή τους στον τρόπο διαχείρισης της χρήσης πολυμέσων:

Οι επιτρεπτικοί ή επιεικής γονείς προσπαθούν να συμπεριφέρονται με μη τιμωρητικό, αποδεκτό και καταφατικό τρόπο στις παρορμήσεις, τις επιθυμίες και τις ενέργειες του παιδιού. Συμβουλεύονται το παιδί σχετικά με αποφάσεις πολιτικής και δίνουν εξηγήσεις για τους οικογενειακούς κανόνες. Έχουν λίγες απαιτήσεις για οικιακή ευθύνη και εύρυθμη συμπεριφορά. Παρουσιάζονται στο παιδί ως πηγή για να το χρησιμοποιήσει όπως θέλει, όχι ως ιδανικό για να το μιμηθεί, ούτε ως ενεργός παράγοντας υπεύθυνος για τη διαμόρφωση ή την αλλαγή της τρέχουσας ή μελλοντικής του συμπεριφοράς. Επιτρέπουν στο παιδί να ρυθμίζει τις δικές του δραστηριότητες όσο το δυνατόν περισσότερο, να αποφεύγει την άσκηση ελέγχου και δεν το ενθαρρύνουν να υπακούει σε εξωτερικά καθορισμένα πρότυπα. Προσπαθούν να χρησιμοποιήσουν τη λογική και τη χειραγώγηση, αλλά όχι την φανερή δύναμη για να επιτύχουν τους σκοπούς τους (πρβλ. Baumrind, 1966, σ. 889).

Συνήθως, οι επιεικείς γονείς είναι υπερβολικά ανεκτικοί, δεν επιβλέπουν τη συμπεριφορά και τις δραστηριότητές του παιδιού τους στο διαδίκτυο και δεν θέτουν κανόνες ή όρια.

Οι επιεικείς γονείς είναι συναισθηματικοί, επικοινωνιακοί και δεκτικοί στη χρήση του διαδικτύου των παιδιών τους, τείνουν να ικανοποιούν κάθε απαίτηση που το παιδί παρουσιάζει.

Οι αυταρχικοί γονείς προσπαθούν να διαμορφώσουν, να ελέγξουν και να αξιολογήσουν τη συμπεριφορά και τις στάσεις του παιδιού σύμφωνα με ένα καθορισμένο πρότυπο συμπεριφοράς, συνήθως ένα απόλυτο πρότυπο, θεολογικά υποκινούμενο και διατυπωμένο από μια ανώτερη αρχή. Αυτοί οι γονείς εκτιμούν την υπακοή ως αρετή και προτιμούν τιμωρητικά, δυναμικά μέτρα για τον περιορισμό της αυτοβούλησης σε σημεία όπου οι πράξεις ή οι πεποιθήσεις του παιδιού συγκρούονται με αυτό που πιστεύουν ότι είναι σωστή συμπεριφορά. Θεωρούν σωστό το να κρατήσουν το παιδί στη θέση του, στον περιορισμό της αυτονομίας του και στην ανάθεση οικιακών ευθυνών για να εμφυσήσουν τον σεβασμό για την εργασία. Πιστεύουν στη διατήρηση της τάξης και της παραδοσιακής δομής ως πολύτιμο αυτοσκοπό. Δεν ενθαρρύνουν τη διαπραγμάτευση, πιστεύοντας ότι το παιδί πρέπει να αποδεχτεί τον λόγο τους για το καλό τους (πρβλ. Baumrind, 1966, σ. 890). Οι αυταρχικοί γονείς είναι πιο άκαμπτοι και θεσπίζουν αυστηρούς κανόνες (συμπεριλαμβανομένης της χρήσης εργαλείων ελέγχου) για τη χρήση του διαδικτύου, ανεξάρτητα από τη συμμετοχή του παιδιού. Συνήθως, οι αυταρχικοί γονείς δεν εκτιμούν τον διάλογο και την αυτονομία.

Οι αμελείς ή μη εμπλεκόμενοι γονείς συχνά απουσιάζουν συναισθηματικά ή σωματικά. Έχουν ελάχιστες έως καθόλου προσδοκίες από το παιδί και δεν έχουν τακτικά καμία επικοινωνία. Δεν ανταποκρίνονται στις ανάγκες του παιδιού και έχουν ελάχιστες έως καθόλου προσδοκίες συμπεριφοράς. Εάν υπάρχουν, μπορεί να παρέχουν αυτό που χρειάζεται το παιδί για επιβίωση με ελάχιστη έως καθόλου δέσμευση[3]. Φαίνεται να υπάρχει μια μάλλον μακρινή σχέση μεταξύ γονέων και παιδιών με αυτό το στυλ ανατροφής. Παιδιά με ελάχιστη ή καθόλου επικοινωνία με τους γονείς τους τείνουν να πέφτουν θύματα από άλλα παιδιά και μπορεί τα ίδια να εκδηλώνουν αποκλίνουσα συμπεριφορά[4]. Τα παιδιά μη εμπλεκόμενων γονέων συχνά υποφέρουν από έλλειψη κοινωνικής ικανότητας, κακές ακαδημαϊκές επιδόσεις, ανεπαρκή ψυχοκοινωνική ανάπτυξη και προβληματική συμπεριφορά. Οι αμελείς γονείς δεν ανταποκρίνονται ούτε απαιτούν, όσον αφορά τη χρήση του Διαδικτύου από τα παιδιά τους.

[3] Brown, Lola; Iyengar, Shrinidhi (2008). "Parenting Styles: The Impact on Student Achievement". Marriage & Family Review. 43 (1–2): 14–38.

[4] Finkelhor, D.; Ormrod, R.; Turner, H.; Holt, M. (November 2009). "Pathways to Poly-Victimization" (PDF). Child Maltreatment. 14 (4): 316–29.

Συχνά, οι αμελείς γονείς δείχνουν ελάχιστη συμμετοχή στη χρήση του διαδικτύου του παιδιού και δεν παρακολουθούν τις διαδικτυακές τους δραστηριότητες. Ενώ οι επιεικείς γονείς ασχολούνται με τη χρήση του Διαδικτύου των παιδιών τους, οι αμελείς γονείς συχνά επικεντρώνονται στις δικές τους διαδικτυακές δραστηριότητες.

Οι αυστηροί γονείς προσπαθούν να κατευθύνουν τις δραστηριότητες του παιδιού αλλά με έναν ορθολογικό, προσανατολισμένο στα ζητήματα τρόπο. Αυτοί οι γονείς ενθαρρύνουν τη συζήτηση, θέλουν να μοιράζονται με το παιδί το σκεπτικό πίσω από την πολιτική τους και να ζητούν τις αντιρρήσεις του όταν αρνείται να συμμορφωθεί. Τόσο η αυτόνομη αυτοβούληση όσο και η πειθαρχημένη συμμόρφωση εκτιμώνται [ο γονέας εκτιμά τόσο τις εκφραστικές όσο και τις οργανικές ιδιότητες, τόσο την αυτόνομη αυτοβούληση όσο και την πειθαρχημένη συμμόρφωση] ... Επομένως ασκούν σταθερό έλεγχο σε σημεία απόκλισης γονέα-παιδιού, αλλά δεν περιορίζουν το παιδί με περιορισμούς. Επιβάλλουν τη δική τους οπτική ως ενήλικας, αλλά αναγνωρίζουν τα ατομικά ενδιαφέροντα και τους ιδιαίτερους τρόπους του παιδιού. Ο έγκυρος γονέας επιβεβαιώνει τις σημερινές ιδιότητες του παιδιού, αλλά επίσης θέτει πρότυπα για μελλοντική συμπεριφορά. Χρησιμοποιεί τη λογική, τη δύναμη και τη διαμόρφωση από το καθεστώς και την ενίσχυση για να επιτύχει τους στόχους του και δεν βασίζει τις αποφάσεις του στην ομαδική συναίνεση ή στις ατομικές επιθυμίες του παιδιού, αλλά επίσης δεν θεωρεί τον εαυτό του ως αλάθητο ή θεόπνευστο .

Οι έγκυροι γονείς θέτουν κανόνες για τις διαδικτυακές δραστηριότητες των παιδιών τους και παρακολουθούν τη συμμόρφωσή τους, διορθώνοντας αρνητικές και επιβραβεύοντας θετικές συμπεριφορές. Η επικοινωνία μεταξύ αυστηρών γονέων και των παιδιών τους είναι σαφής και ανοιχτή, βασισμένη στον αμοιβαίο σεβασμό.

Κεφάλαιο 1.2.2

Η ΣΧΕΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΓΟΝΕΪΚΩΝ ΤΡΟΠΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Σε μια κατάσταση επικοινωνίας με το παιδί σας δεν έχουν σημασία μόνο τα λόγια σας – ΤΙ λέτε, αλλά πολύ συχνά ο τρόπος σας – ΠΩΣ το λέτε. Όταν οι δύο πτυχές δεν ταιριάζουν, στέλνετε ένα συγκεχυμένο μήνυμα στο παιδί σας που μπορεί να είναι η αρχή για μια παρεξήγηση ή και σύγκρουση.

Αυτό θα μπορούσε ακόμη και να επιδεινωθεί εάν δεν τηρούνται ένα ή περισσότερα από τα ακόλουθα αξιώματα συζήτησης (προσαρμογή από το Grice 1989):

ΑΞΙΩΜΑΤΑ- ΣΑΦΗΝΕΙΑ

• Καμία ασάφεια στο μήνυμα

• Να είστε σαφείς για να βοηθήσετε στην κατανόηση του νοήματος

ΑΞΙΩΜΑ ΣΧΕΣΗΣ - ΣΧΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

• Αν κάνετε το μήνυμα σχετικό με τον δέκτη, θα αυξηθεί η αποδοχή του

ΑΞΙΩΜΑ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ - ΕΓΚΥΡΟΤΗΤΑ

• Θα πρέπει να διαβιβάζονται μόνο έγκυρες πληροφορίες

• Να είστε ειλικρινείς

ΑΞΙΩΜΑ ΠΟΣΟΤΗΤΑΣ - ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ (ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ)

• Εύρεση της κατάλληλης στιγμής

• Να είστε ενημερωτική

ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΑΞΙΩΜΑΤΑ

α) Να είστε σαφής.

Υπάρχουν διάφορες πρόσθετες αρχές-αξιώματα (maxims), **που βασίζονται σε αυτό το υπεραξίωμα. Ο Grice απαριθμεί τέσσερα συγκεκριμένα στο πρωτότυπο έργο του** [5]: Αποφύγετε την αφάνεια της έκφρασης. **Αποφύγετε εκφράσεις που είναι δυσνόητες, δηλαδή λέξεις που ο ακροατής δεν γνωρίζει**. Αποφύγετε την ασάφεια. **Αποφύγετε τη διφορούμενη** γλώσσα που μπορεί να ερμηνευθεί με πολλούς τρόπους, και επομένως δυσκολεύει τον παραλήπτη σας να καταλάβει τι ακριβώς προσπαθείτε να πείτε. Να είστε σύντομοι. Παρέχετε πληροφορίες με συνοπτικό τρόπο που επιτρέπει στον παραλήπτη σας να εστιάσει στις βασικές λεπτομέρειες. **Παρέχετε** πληροφορίες με μια σειρά που είναι λογική και διευκολύνει τον παραλήπτη σας να τις επεξεργαστεί.

β) Να είστε σχετικοί. Βεβαιωθείτε ότι όλες οι πληροφορίες που παρέχετε είναι σχετικές με την τρέχουσα συζήτηση, παραλείψετε άσχετες πληροφορίες.

---

[5] Grice, Paul (1989): Studies in the way of words.

γ) Προσπαθήστε να είστε ακριβής και αληθινή. Επιπλέον, με βάση αυτό το υπεραξίωμα, υπάρχουν δύο πιο συγκεκριμένες αρχές ποιότητας (μερικές φορές αναφέρονται ως υποαξίες): Μην λέτε αυτό που πιστεύετε ότι είναι ψευδές. Αποφύγετε να αναφέρετε πληροφορίες που πιστεύετε ότι μπορεί να είναι λανθασμένες, εκτός εάν υπάρχει κάποιος επιτακτικός λόγος για να το κάνετε. Εάν επιλέξετε να το συμπεριλάβετε, τότε δώστε μια δήλωση αποποίησης ευθύνης που υπογραμμίζει τις αμφιβολίες σας σχετικά με αυτές τις πληροφορίες. Μην αν αφαίρεσε σε κάτι που σου λείπουν στοιχεία. Αποφύγετε να συμπεριλάβετε πληροφορίες που δεν μπορείτε να υποστηρίξετε με αποδεικτικά στοιχεία. Εάν επιλέξετε να συμπεριλάβετε τέτοιες πληροφορίες για κάποιο λόγο, δώστε μια δήλωση αποποίησης ευθύνης που επισημαίνει τις αμφιβολίες σας.

δ) Κάντε τη συνεισφορά σας τόσο ενημερωτική όσο απαιτείται. Παρέχετε όλες τις πληροφορίες που είναι απαραίτητες για τους σκοπούς της τρέχουσας ανταλλαγής, μην ξεχάσετε να αναφαίρετε οτιδήποτε είναι σημαντικό. Η επιλογή της κατάλληλης στιγμής για την παρέμβασή σας δεν ανήκει στις αρχές του Grice αλλά είναι πολύ σημαντική ειδικά όταν ασχολείστε με παιδιά. Αυτό μας φέρνει στους διαφορετικούς τρόπους επικοινωνίας. Όπως είδαμε με την ανατροφή των παιδιών, υπάρχουν επίσης τέσσερα κύρια μοτίβα που μπορούν να διακριθούν:

Η ΠΑΘΗΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ χαρακτηρίζεται από:

- Δυσκολία στην οπτική επαφή .
- Αδυναμία στο να πεις «όχι».
- Κακή στάση του σώματος.
- Έχοντας μια στάση τύπου «πας με το ρεύμα».

Η ΕΠΙΘΕΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ αντίθετα μπορεί να περιλαμβάνει τα ακόλουθα:

- Μιλώντας για άλλα άτομα.
- Συχνή διακοπή, φτωχοί ακροατές.
- Ελεγκτική/ος ή απαιτητική/ος.
- Κατηγορίες προς ένα συγκεκριμένο άτομο.
- Να βλέπεις και να κοιτάζεις έντονα.
- Όταν είστε συνοφρυωμένοι.
- Κριτική, εκφοβισμός ή απειλή.

Η ΠΑΘΗΤΙΚΗ-ΕΠΙΘΕΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ είναι μια ένωση των παραπάνω και σημαίνει:

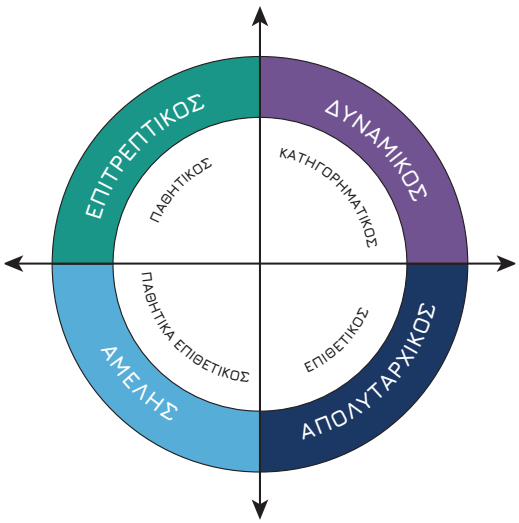
- Το να είσαι συχνά σαρκαστικός.
- Οι λέξεις δεν ευθυγραμμίζονται με τις πράξεις.
- Οι εκφράσεις του προσώπου δεν ταιριάζουν με τις λέξεις.
- Δυσκολία αναγνώρισεις των συναισθημάτων.

ΔΥΝΑΜΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

- Είστε σε θέση να εκφράσετε επιθυμίες και ανάγκες με αυτοπεποίθηση.
- Ενθάρρυνση των ισορροπημένων συζητήσεων στις οποίες και τα δύο άτομα έχουν την ευκαιρία να μιλήσουν.
- Χρησιμοποιήστε δηλώσεις «εγώ» (π.χ. νιώθω απογοήτευση όταν...).
- Είστε σε θέση να πείτε όχι.
- Διατηρήστε καλή οπτική επαφή.

Όπως πιθανότατα έχετε ήδη μαντέψει, ο τελευταίος τρόπος είναι ο τρόπος που προωθείται ευρέως για να χρησιμοποιηθεί στην αλληλεπίδραση μεταξύ γονέων και παιδιών, αλλά όπως ισχύει για τους τρόπους γονικής μέριμνας, μπορεί να μην χρησιμοποιείτε πάντα ο ίδιος τρόπος σε κάθε περίπτωση ή με τον κάθε συνομιλητή (άτομο με το οποίο επικοινωνείτε). Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα πιο επιθετικό τρόπο όταν είστε θυμωμένοι για κάτι και ένα πιο παθητικό όταν είστε κουρασμένοι.

Μπορείτε επίσης να δείτε πώς αυτοί οι τέσσερις τρόποι επικοινωνίας δένουν όμορφα με τα τέσσερα στυλ ανατροφής που είδαμε μόλις πριν από λίγο. Μπορούμε να τα συσχετίσουμε με τον εξής τρόπο:



Κεφάλαιο 1.2.3
ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗΣ

Προκειμένου να δημιουργηθεί μια κουλτούρα διαλόγου όπου η γνώμη όλων εκτιμάται και λαμβάνεται υπόψη, οι γονείς πρέπει να βεβαιωθούν ότι τα παιδιά τους μπορούν να συμμετέχουν στη λήψη αποφάσεων για όλα τα θέματα που τους αφορούν. Αυτή η διαδικασία

μπορεί να ξεκινήσει αρκετά νωρίς, καθώς ακόμη και τα μικρά παιδιά είναι σε θέση να λάβουν αποφάσεις όταν τους δίνεται η επιλογή ανάμεσα σε δύο ή τρεις επιλογές. Τα παιδιά που βιώνουν αυτό το είδος διαπαιδαγώγηση θα είναι πιο πιθανό να ταυτιστούν με αυτές τις αποφάσεις και να αναλάβουν την ευθύνη για τις πράξεις τους. Προφανώς, αυτή η ανταλλαγή για μικρά ζητήματα θα πρέπει να επεκταθεί σταδιακά σε πιο σημαντικά προβλήματα και προκλήσεις εγκαθιστώντας μια κουλτούρα διαλόγου όπου το παιδί θεωρείται ικανός – υπεύθυνος για τον εαυτό του. Αυτό προφανώς απαιτεί αμοιβαία εμπιστοσύνη καθώς και πολλή υπομονή και μια ολιστική προσέγγιση στην εκπαίδευση ως διαδικασία για την προώθηση της ανάπτυξης του πλήρους και μοναδικού δυναμικού του παιδιού.

Αυτός ο στόχος επιτυγχάνεται καλύτερα με έναν συνδυασμό ενός αξιόπιστου τρόπου γονικής μέριμνας με διεκδικητική επικοινωνία, όπου τα όρια τίθενται σύμφωνα με το παιδί – λαμβάνοντας υπόψη την ηλικία και το επίπεδο ωριμότητάς του – μέσω διαπραγματεύσεων και συμφωνιών, όπου περιλαμβάνονται και οι συνέπειες για τη μη συμμόρφωση και θα εφαρμόζονται σε περίπτωση παράβασης. Τα μέτρα δημιουργίας εμπιστοσύνης σε σχέση με τη διαδικτυακή συμπεριφορά μπορεί να είναι διπλά: συνδημιουργία περιεχομένου και συνπαρουσία στον ψηφιακό κόσμο.

Η συνδημιουργία περιεχομένου μπορεί να περιλαμβάνει:

• Λήψη φωτογραφιών μαζί κατά τη διάρκεια μιας βόλτας, παίζοντας ένα παιχνίδι (εσωτερικό ή εξωτερικό), σε ένα πάρτι, κατά τη διάρκεια μιας κοινής δραστηριότητας (μαγειρική, κηπουρική, κ.λπ.) και στη συνέχεια να αποφασίσετε ποια θα μοιραστείτε, με ποιον και πού (όχι προσωπικές φωτογραφίες διαθέσιμες στο κοινό, κ.λπ.)

• Σύνταξη μηνυμάτων (email, δημοσίευση μηνυμάτων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, σε ποιον, ποιο περιεχόμενο κ.λπ.)

• Δημιουργία βίντεο (βίντεο, ταινία μικρού μήκους, κ.λπ.)

• Κωδικοποίηση: δημιουργία περιεχομένου μέσω του Scratch Jr. ή του Scratch

• Δημιουργία φιγούρων σε ένα παιχνίδι.

Η συνπαρουσία αναφέρεται σε δραστηριότητες όπως:

• Παίζοντας ένα διαδικτυακό παιχνίδι μαζί με το παιδί σας

• Σερφάρετε μαζί στο Διαδίκτυο

• Αναζητήστε πληροφορίες για ένα ενδιαφέρον θέμα.

• Παρακολούθηση βίντεο και συζήτηση μετά.

Κεφάλαιο 1.2.4
ΜΙΛΑΜΕ ΓΙΑ ΕΥΑΙΣΘΗΤΑ ΘΕΜΑΤΑ

Το να έχετε μια καθιερωμένη πρακτική διαλόγου με το παιδί σας θα είναι ιδιαίτερα ωφέλιμο όταν πρόκειται να μιλήσετε για «λεπτά» θέματα. Το τι θεωρείται «λεπτό»

ή «ευαίσθητο» θέμα θα εξαρτηθεί πολύ από την οικογένειά σας ή/και την κοινωνική σας κουλτούρα, δηλαδή εάν ορισμένα θέματα αναφέρονται φυσικά στις καθημερινές συζητήσεις ή μάλλον δεν αγγίζονται. Τα παιδιά «μαθαίνουν» για όλες τις παραδόσεις της οικογένειας/κοινωνίας κυρίως με την παρατήρηση, απορροφώντας τις σχεδόν αυτόματα, θα τις αμφισβητήσουν μόνο όταν έρθουν σε επαφή με διαφορετικές πρακτικές σε άλλα πλαίσια, π.χ. στο νηπιαγωγείο, στο σχολείο, στα μέσα ενημέρωσης, στο χώρο ενός φίλου κ.λπ. Ως γονιός θα πρέπει επομένως να προετοιμαστείς για διάφορες συζητήσεις για παράδειγμα σχετικά με τη σεξουαλικότητα, το γυμνό, τη βία, τις θρησκευτικές πεποιθήσεις, τη χρήση μέσων ή άλλα που μπορεί να μην αποτελούν μέρος των συνηθισμένων θεμάτων συνομιλίας σας με το παιδί.

α) Πώς να προετοιμαστείτε και να πραγματοποιήσετε μια συνομιλία;

Δεύτερον, η παραδοχή ότι δεν γνωρίζετε τα πάντα, αλλά ότι υπάρχουν τρόποι και μέσα για να βρείτε και να διακρίνετε έγκυρες πληροφορίες από τις «ψευδείς ειδήσεις» (βλ. κεφάλαιο 2.1.4) θα κάνει την ανάγκη για κριτική σκέψη και αμφισβήτηση του τι βλέπει, ακούει και διαβάζεται στο παιδί σας. Βοηθήστε το να αναπτύξει ανθεκτικότητα απέναντι σε απόπειρες κακόβουλης επιρροής είτε πρόκειται για διαδικτυακό εκφοβισμό, εκβιασμό ή κάτι άλλο.

Τρίτον, το να είστε ξεκάθαροι σχετικά με τη γνώμη σας και να είστε σε θέση να επιχειρηματολογήσετε σωστά και με ένα κατανοητό τρόπο που να ταιριάζει στην ηλικία του, ενώ υιοθετείτε μια στάση ακρόασης για να προσπαθήσετε να κατανοήσετε τα κίνητρα και τις ανησυχίες του παιδιού, θα αυξήσει σημαντικά την πιθανότητα αποδοχής από το παιδί σας.

Τέταρτον, η επιλογή της κατάλληλης στιγμής για αυτές τις συνομιλίες μπορεί στην πραγματικότητα να είναι τόσο κρίσιμη όσο και το περιεχόμενο των ίδιων των συνομιλιών. Αυτό δεν σημαίνει ωστόσο ότι πρέπει να ορίζετε μια ημερομηνία και ώρα στο ημερολόγιό σας για να καθίσετε και να μιλήσετε για ένα συγκεκριμένο θέμα, αλλά ότι μπορείτε να εκμεταλλευτείτε ευκαιρίες καθώς εμφανίζονται στην καθημερινότητά σας. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει μια παρατήρηση του παιδιού σας ή κάποιου άλλου στην οικογένεια που μπορείτε να λάβετε και να αναπτύξετε . Μπορεί επίσης να είναι κάτι που συναντάτε ενώ παρακολουθείτε τηλεόραση, μια ταινία ή ένα βίντεο μαζί ή οποιοδήποτε άλλη αφορμή που μπορείτε να χρησιμοποιηθεί για να ξεκινήσει μια βαθύτερη και ουσιαστική συζήτηση για το θέμα. Εάν δεν προκύψει τίποτα και έχετε την αίσθηση ότι πρέπει να μιλήσετε για ένα συγκεκριμένο θέμα, μπορείτε να προσπαθήσετε να δημιουργήσετε μια τέτοια κατάσταση ανατρέχοντας σε ένα άρθρο που διαβάσατε ή σε μια συνομιλία που είχατε με τον γείτονα, έναν συνομήλικο ή φίλος του παιδιού σας.

Λάβετε υπόψη ότι στις περισσότερες περιπτώσεις αυτή δεν θα είναι μια μεμονωμένη συνομιλία, αλλά ότι θα πρέπει να επιστρέφετε στο θέμα περισσότερο ή λιγότερο

τακτικά - ειδικά καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν - για να προσθέσετε περισσότερες και πιο λεπτομερείς πληροφορίες, να εξερευνήσετε τη δέσμευση του παιδιού σας πιο σε βάθος, να βεβαιωθείτε ότι τα μηνύματα έχουν γίνει κατανοητά και αποδεκτά, καθώς και να διευκρινίσετε οποιαδήποτε παραπληροφόρηση στην οποία μπορεί να έχει εκτεθεί το παιδί σας στο μεταξύ. Το να ενθαρρύνετε το παιδί σας να κάνει ερωτήσεις από μικρή ηλικία, να μην θεωρεί δεδομένες τις πληροφορίες είναι στην πραγματικότητα η καλύτερη μέθοδος για να βοηθήσετε το παιδί σας να αναπτύξει κριτική σκέψη, η οποία, στο τέλος της ημέρας, θα είναι η καλύτερη προστασία που μπορείτε να παρέχετε, καθώς θα έχει μακροχρόνιο αντίκτυπο στην εφηβεία και την ενηλικίωση του. Αυτό μπορεί να είναι εξαιρετικά επίπονο και δυσκίνητο μερικές φορές – ειδικά κατά τη διάσημη φάση «γιατί και γιατί όχι», αλλά αξίζει τον κόπο. Για να σας βοηθήσουμε να επιχειρηματολογήσετε καλύτερα την άποψή/απόφασή σας με μεγαλύτερα παιδιά, βρείτε μερικές χρήσιμες ενδείξεις στα ακόλουθα σημεία.

β) Νομικές Διατάξεις

Εάν δυσκολεύεστε να κάνετε το παιδί σας να καταλάβει γιατί πιστεύετε ότι πρέπει να ληφθούν ορισμένα μέτρα για την προστασία του ή γιατί ορισμένες συμπεριφορές είναι απαράδεκτες, μπορεί επίσης να είναι χρήσιμο να γνωρίζετε ότι υπάρχουν νόμοι και άλλοι κανονισμοί που πρέπει να σεβαστούν. Για παράδειγμα, η ελάχιστη ηλικία για τη χρήση ορισμένων καναλιών μέσων κοινωνικής δικτύωσης ή το γεγονός ότι το sexting θεωρείται παιδική πορνογραφία όταν το σεξουαλικό περιεχόμενο αποστέλλεται από ανήλικο, ανεξάρτητα από το αν είναι το ίδιο το παιδί που δημοσίευσε το μήνυμα ή την εικόνα. Ορισμένες από αυτές τις νομικές διατάξεις είναι εθνική νομοθεσία και συνήθως μπορείτε να ενημερωθείτε για αυτές στον ιστότοπο του Υπουργείου Δικαιοσύνης. Άλλοι κανόνες έχουν θεσπιστεί από τους παρόχους τέτοιων υπηρεσιών και είναι μια καλή αρχή να τους διαβάσετε μαζί με το παιδί σας και να τους εξηγήσετε, ακόμη και αν σε πολλές περιπτώσεις είναι μακροσκελείς και δεν είναι πάντα φιλικοί προς τον αναγνώστη, αλλά αυτό θα διδάξει επίσης στο παιδί σας να μην αποδέχεται ή να υπογράφει οτιδήποτε δεν έχει διαβάσει ή κατανοήσει, κάτι που μπορεί να είναι πολύ σημαντικό αργότερα στη ζωή, όταν πρόκειται για συμβόλαια ή άλλες συμφωνίες.

γ) Συνεργασία

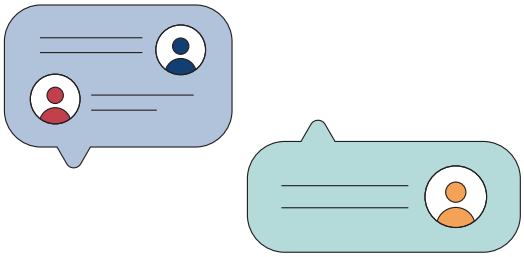
Η δημιουργία ενός δικτύου άλλων μελών της οικογένειας, γονέων φίλων, δασκάλων, άλλου σχολικού προσωπικού θα σας βοηθήσει να μαθαίνετε τι συμβαίνει, να εντοπίζετε γρήγορα κάθε φορά που υπάρχει πρόβλημα και να ανταλλάσετε πιθανές λύσεις με άλλους.

Η επαφή με τους γονείς (οικογένειες) των φίλων του παιδιού σας είναι ιδιαίτερα σημαντική καθώς δεν ισχύουν οι ίδιοι κανόνες σε όλες τις οικογένειες και δεν θέλετε το παιδί σας να εκτίθεται σε ανεπιθύμητο περιεχόμενο σε άλλα μέρη. Επομένως, ίσως χρειαστεί να

τηλεφωνήσετε σε αυτούς τους γονείς και να εξηγήσετε ποια είναι η ζώνη άνεσής σας και ποια όρια έχετε θέσει ή σε ποια συμφωνία έχετε καταλήξει με το παιδί σας.

Η δημιουργία καλών σχέσεων με τους δασκάλους του παιδιού σας θα σας δώσει τη δυνατότητα να μάθετε όχι μόνο για το πώς συμπεριφέρεται το παιδί σας στο σχολείο ή το περιεχόμενο των μαθημάτων, αλλά και για πιθανά ζητήματα σχέσης που μπορεί να αντιμετωπίσει το παιδί σας στο σχολείο ή στην τάξη. Αυτό μπορεί να βοηθήσει στην πρόληψη ή τον εντοπισμό του κυβερνοεκφοβισμού και επίσης στην εξεύρεση λύσεων.

Άλλα μέλη της οικογένειας μπορούν να σας βοηθήσουν να αυξήσετε το αίσθημα της αυτοεκτίμησης του παιδιού σας, να εντοπίσουν τυχόν προβλήματα με φίλους ή στο σχολείο για τα οποία το παιδί δεν θα ήθελε να σας πει. Βεβαιωθείτε ότι το παιδί σας γνωρίζει ποια είναι τα έμπιστα άτομα στα οποία μπορεί να απευθυνθεί σε περίπτωση ανάγκης.



Περαιτέρω ανάγνωση

Γενικές πληροφορίες:

https://nesetweb.eu/en/resources/library/teaching-media-literacy-in-europe-evidence-of-effective-school-practices-in-primary-and-secondary-education/

https://ec.europa.eu/education/news/public-consultation-new-digital-education-action-plan_en

Το Parentnets ήταν ένα έργο Erasmus+ (2014-16) που ανέπτυξε ένα διαδραστικό εγχειρίδιο και ένα διαδικτυακό παιχνίδι για τους γονείς για να ευαισθητοποιήσει τους γονείς σχετικά με τους κινδύνους και τις δυνατότητες για τα παιδιά στον διαδικτυακό κόσμο.

http://www.parentnets.com/

http://handbook.parentnets.com/en/index.html

Το Global kids online είναι ένας ιστότοπος που διευθύνεται από το London School of Economics με πληροφορίες σχετικά με την έρευνα στον τομέα των δικαιωμάτων των παιδιών στην ψηφιακή εποχή

http://globalkidsonline.net/

Στους παρακάτω ιστότοπους μπορείτε να βρείτε εκτενείς εξηγήσεις και περαιτέρω μελέτες σχετικά με τους

διαφορετικούς τρόπους γονικής μέριμνας (συμπεριλαμβανομένων των διαφόρων πολιτισμικών πλαισίων).

https://www.parentingscience.com/parenting-styles.html

https://www.verywellfamily.com/types-of-parenting-styles-1095045

https://www.parentingforbrain.com/4-baumrind-parenting-styles/

Τα ακόλουθα άρθρα/ιστοσελίδες ασχολούνται με τα στυλ και τις αρχές επικοινωνίας και τη σχέση τους με την εκπαίδευση στα μέσα επικοινωνίας:

https://www.yourarticlelibrary.com/management/communication/7-principles-of-communication-explained/53333

https://soulsalt.com/communication-style/

http://www.lse.ac.uk/media-and-communications/research/research-projects/eu-kids-online

http://www.lse.ac.uk/media-and-communications/research/research-projects/CORE

Εδώ μπορείτε να βρείτε εργαλεία αυτοστοχασμού και συμφωνιών:

https://movingimageeducation.org/getting-started/activities/media-diary#privacy-settings

https://www.edutopia.org/blog/creating-a-family-media-agreement-matt-levinson

https://www.childnet.com/resources/family-agreement

Οι θετικές πλευρές των ψηφιακών μέσων στην ανατροφή των παιδιών και την ανάπτυξη της κριτικής σκέψης

https://www.youtube.com/watch?v=AdRcZIcRi9I

https://en.unesco.org/themes/media-and-information-literacy

https://ucris.univie.ac.at/portal/de/publications/childrens-ict-use-and-its-impact-on-family-life(33618167-3929-4fc7-9f53-05624f1107b7).html

Μπορείτε να βρείτε εδώ μελέτες σχετικά με τη διαδικτυακή συμπεριφορά των παιδιών με συστάσεις και πρακτικές συμβουλές

http://www.lse.ac.uk/media-and-communications/research/research-projects/eu-kids-online/eu-kids-online-2020

https://www.childnet.com/parents-and-carers

https://www.childnet.com/parents-and-carers/parent-and-carer-toolkit

Ιστότοποι, βίντεο και άρθρα για συγκεκριμένα θέματα περιλαμβάνονται στους ακόλουθους ιστότοπους:

http://www.parentnets.com/media/

http://www.webwewant.eu/

(αποτέλεσμα ενός έργου της ΕΕ με το European Schoolnet – αποτελέσματα σε πολλές γλώσσες)

Sexting και σεξουαλική διαπαιδαγώγηση:

https://www.theguardian.com/society/2015/nov/10/sexting-becoming-the-norm-for-teens-warn-child-protection-experts

https://www.wiredsafety.com/sexting-sextortion-and-revenge-porn

https://www.fpa.org.uk/relationships-and-sex-education/parents-and-carers

Διαδικτυακός εκφοβισμός:

http://handbook.parentnets.com/public/img/TheCyberbully.pdf

https://www.wiredsafety.com/gethelp

Κεφάλαια 1.3

ΚΑΝΟΝΕΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΧΡΗΣΗΣ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΩΝ ΣΥΣΚΕΥΩΝ

Γιατί χρειαζόμαστε κανόνες;

Ενώ τα παιδιά δεν έχουν πρόβλημα με την περιήγηση στον Ιστό ή το χειρισμό φορητών συσκευών, δεν γνωρίζουν τους κινδύνους που ελλοχεύουν στο διαδίκτυο και δεν χρησιμοποιούν την κριτική τους σκέψη ή δεν μπορούν να επιβεβαιώσουν την αξιοπιστία του περιεχομένου. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η συζήτηση στα παιδιά και η προστασία τους είναι τόσο σημαντική. Η απαγόρευση όλων των φορητών συσκευών στις οποίες μπορεί να έχει πρόσβαση το παιδί δεν είναι μακροπρόθεσμη λύση. Αυτό μπορεί να προκαλέσει επιθετικότητα και να περιορίσει την αλληλεπίδραση με τους συνομηλίκους του.

Οι γονείς πρέπει να συνοδεύουν τα παιδιά τους στον εικονικό κόσμο, στη διαδικτυακή αλλά και στην εκτός σύνδεσης ζωή τους

Ο χρόνος οθόνης επηρεάζει τον τρόπο λειτουργίας των παιδιών, συμπεριλαμβανομένων των δουλειών του σπιτιού και των μαθησιακών υποχρεώσεων. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο είναι τόσο σημαντικό να μεριμνήσετε για τη χρήση κινητής συσκευής για όλα τα μέλη της οικογένειας, καθώς η ηλικία είναι ο πιο σημαντικός παράγοντας όσον αφορά τον καθορισμό των χρονικών ορίων.

Κανόνες χρόνου χρήσης οθόνης – ποιοι είναι αυτοί;

Οι κανόνες για τον χρόνο χρήσης είναι ένα σύνολο αρχών που καθορίζουν τον τρόπο χρήσης των φορητών συσκευών από παιδιά και άλλα μέλη της οικογένειας και καθορίζουν τα όρια και ένα πλαίσιο περιήγησης στο διαδίκτυο στο σπίτι. Η σωστή επιλογή χρήσης των νέων τεχνολογιών, κατάλληλη για να ταιριάζει με την ηλικία και τις ανάγκες του παιδιού, επιτρέπει την ισορροπία χρόνου οθόνης και χρόνου εκτός σύνδεσης. Οι σωστοί κανόνες διασφαλίζουν την ασφάλεια των παιδιών στο διαδίκτυο, αποτελούν πηγή γνώσης, μάθησης και ανάπτυξης, καθώς και ένα σύστημα υποστήριξης για διαδικασίες απόκτησης νέων δεξιοτήτων και ενίσχυσης δεσμών.

Οι κανόνες για τον χρόνο χρήσης που εισάγονται για μια δεδομένη οικογένεια θα πρέπει να συντάσσονται ως ομάδα και να σχεδιάζονται για να ανταποκρίνονται στις ανάγκες της οικογένειας. Οι κανόνες ενδέχεται να αλλάξουν ανάλογα με την εποχή (διακοπές, για παράδειγμα) ή την ηλικία του παιδιού. Οποιεσδήποτε τροποποιήσεις θα πρέπει

να γίνονται παρουσία όλων των μελών της οικογένειας. Οι καλοί κανόνες χρόνου οθόνης περιλαμβάνουν μια σειρά από ενότητες:

1. ΖΩΝΕΣ ΧΩΡΙΣ ΟΘΟΝΕΣ: Είναι πολύ σημαντικό να προσδιορίζονται τέτοιες ζώνες, έτσι ώστε το παιδί να καταλάβει ότι εκεί δεν επιτρέπεται η χρήση ψηφιακών συσκευών. Οι πιο συχνές ζώνες χωρίς οθόνες είναι οι εξής:

- Το υπνπδωμάτιο του παιδιού - όλες οι συσκευές θα πρέπει να φορτίζονται εκτός του υπνοδωματίου του παιδιού, ώστε να αποφεύγεται η διαταραχή του ύπνου και ο πειρασμός για να ελέγχει μηνύματα κειμένου και άλλα μηνύματα. Το φως που εκπέμπεται από μια συσκευή φόρτισης μπορεί να επηρεάσει το μοτίβο ύπνου του παιδιού. Οι δονήσεις ή/και οι ηχητικοί συναγερμοί μπορεί να ξυπνήσουν το παιδί,
- Τραπεζαρία/δωμάτιο όπου καταναλώνονται τα γεύματα.

2. Πρέπει να καθοριστούν οι ώρες της ημέρας που δεν επιτρέπεται η χρήση ψηφιακών συσκευών, με σαφήνεια, λαμβάνοντας υπόψη την ηλικία του παιδιού. Τα πιο συχνά παραδείγματα είναι τα εξής:

- Ώρες φαγητού - είναι ώρα για συζήτηση και αλληλεπίδραση με την οικογένεια,
- Μία ώρα πριν από τον ύπνο - η χρήση οθονών πριν από τον ύπνο μπορεί να προκαλέσει ύπνο διαταραχές του ύπνου,
- Ταξίδια με το αυτοκίνητο, με εξαίρεση τα μακρινά ταξίδια,
- Οικογενειακές συγκεντρώσεις

3. ΕΠΙΛΟΓΗ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ ΜΕΣΩΝ - προσφέρετε στο παιδί μια ποικιλία δραστηριοτήτων στην οθόνη για να μην ασχολείται διαρκώς με μία μόνο δραστηριότητα. Οι κανόνες για τον χρόνο οθόνης μπορεί να περιλαμβάνουν την παρακολούθηση πολυμέσων με τον γονέα, ώστε να επιτρέπεται η αλληλεπίδραση και η συζήτηση, τα οποία και τα δύο υποστηρίζουν τη διαδικασία μάθησης.

4. ΠΑΙΧΝΙΖΟΝΤΑΣ ΕΝΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ή ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΩΝΤΑΣ ΜΙΑ ΕΦΑΡΜΟΓΗ με τον γονέα, ώστε να είναι δυνατή η παρακολούθηση του τρόπου με τον οποίο το παιδί περνάει το χρόνο του και μοιράζεται την εμπειρία του με τα μέσα ενημέρωσης.

5. ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΚΑΝΟΝΩΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ:

- Ποτέ μην μοιράζεστε προσωπικά δεδομένα στο διαδίκτυο,
- Ποτέ μην κοινοποιείτε προσωπικές φωτογραφίες στο διαδίκτυο,
- Συμμετοχή των γονέων στη διαδικασία καθορισμού των ρυθμίσεων απορρήτου για όλους τους ιστότοπους που επισκέπτονται.

6. Θα πρέπει να τονιστούν τα οφέλη του μειωμένου χρόνου χρήσης οθόνης (υπέρ του χρόνου που αφιερώνεται π.χ. στο παιχνίδι με τουβλάκια, στα παιχνίδια κ.λπ.).

Η λίστα μπορεί να επεκταθεί έτσι ώστε να περιλαμβάνει νέους κανόνες σημαντικούς για όλα τα μέλη της οικογένειας. Όταν εισαχθούν νέοι κανόνες χρόνου οθόνης, πρέπει όλοι να είναι συνεπείς και να τους τηρούν.

Πώς να εισαγάγετε τους κανόνες χρόνου χρήσης οθόνης;

Ενώ τα σημερινά παιδιά ζουν σε έναν κόσμο γεμάτο με νέες τεχνολογίες, οι θεμελιώδεις ανάγκες τους – όπως ο χρόνος εκτός σύνδεσης, οι 8-12 ώρες ύπνου και η τουλάχιστον 1 ώρα σωματικής δραστηριότητας την ημέρα – δεν πρέπει να παραμελούνται. Όταν ορίζετε κανόνες χρόνου οθόνης:

• Ενημερωθείτε για τις εφαρμογές/λογισμικό που διαθέτει το παιδί και για συμπεριφορές κατάλληλες για ανηλίκους της ηλικίας του.

• Ελέγξτε όλα τα μέσα στα οποία έχει πρόσβαση και/ή χρησιμοποιεί το παιδί σας.

• Μην επιτρέπετε ποτέ τη χρήση συσκευών προβολής μετά από μία ώρα πριν τον ύπνο.

• Αποθαρρύνετε το παιδί να έχει πρόσβαση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης/άλλες διαδικτυακές μορφές ψυχαγωγίας όταν κάνει τις εργασίες του. Ενθαρρύνεται το να δουλέψει για τη σχολική εργασία του.

• Σχεδιάστε οικογενειακές δραστηριότητες εκτός των ηλεκτρονικών συσκευών. Ενθαρρύνετε την οικογένειά σας να συμμετάσχει σε δραστηριότητες που προωθούν τον υγιεινό τρόπο ζωής, διάβασμα, συζητήσεις, βόλτες.

• Χρησιμοποιήστε κατάλληλες τεχνολογίες για να δείτε ταινίες/παιχνίδια/εφαρμογές στις οποίες έχει πρόσβαση και/ή χρησιμοποιείται το παιδί(α) σας

• Μιλήστε με άλλα μέλη της οικογένειας (ιδιαίτερα με τους φροντιστές μερικής απασχόλησης των παιδιών σας) σχετικά με τους κανόνες χρόνου οθόνης για να ενθαρρύνετε τη συνέπεια στην τήρηση των νέων κανόνων που εισήχθησαν.

• Μιλήστε στο παιδί σας (τα παιδιά) σχετικά με την ασφάλεια στο διαδίκτυο, τους κανόνες ασφαλείας και τις απειλές στον κυβερνοχώρο, όπως ο διαδικτυακός εκφοβισμός ή το sexting.

• Σχεδιάστε εξατομικευμένους κανόνες χρόνου οθόνης κατάλληλους για την οικογένειά σας: οι κανόνες χρόνου οθόνης πρέπει να αντικατοπτρίζουν τις αρχές και το στυλ της οικογένειάς σας.

• Προσεγγίστε τα μέσα ενημέρωσης όπως θα κάνατε σε οποιονδήποτε άλλο τομέα της ζωής του παιδιού σας – παρόμοιοι κανόνες θα πρέπει να ισχύουν για δραστηριότητες εκτός σύνδεσης και διαδικτυακές δραστηριότητες. Θέστε όρια. Γνωρίστε τους συντρόφους του παιδιού σας. Μάθετε ποιους ιστότοπους επισκέπτεται και ποιες διαδικτυακές δραστηριότητες θεωρεί ενδιαφέρουσες ή συναρπαστικές.

• Ο διαδικτυακός χρόνος δεν χρειάζεται να δαπανάται μόνος, διασκεδάστε με το παιδί σας, δείτε ταινίες, παίξτε παιχνίδια στον υπολογιστή. Μην εστιάζετε μόνο στην παρακολούθηση των διαδικτυακών δραστηριοτήτων του παιδιού σας.

• Γίνετε πρότυπο για το παιδί σας, περιορίστε το δικό σας χρόνο που ξοδεύεται μπροστά από μία οθόνη και τον χρόνο περιήγησης στον ιστό, διδάξτε στο παιδί σας την ηλεκτρονική επικοινωνία, αποφύγετε τη χρήση κινητών συσκευών εκτός σύνδεδης, δώστε ένα παράδειγμα.

• Συνειδητοποιήστε τη σημασία της αλληλεπίδρασης πρόσωπο με πρόσωπο. Τα μικρά παιδιά μαθαίνουν καλύτερα όταν μιλούν με ένα άλλο άτομο σε αμφίδρομη επικοινωνία. Οι συνομιλίες με

το παιδί σας είναι θεμελιώδους σημασίας για την ανάπτυξη των επικοινωνιακών του ικανοτήτων.

• Επιλέξτε ζώνες χωρίς οθόνη, όπως τα υπνοδωμάτια ή την τραπεζαρία. Επιλέξτε μόνο μια τοποθεσία για τη φόρτιση όλων των κινητών συσκευών του νοικοκυριού για να αποφευχθεί ο συνεχής έλεγχος smartphone, για παράδειγμα.

• Μην χρησιμοποιείτε την τεχνολογία ως τον πιο σημαντικό τρόπο για να ηρεμήσετε το παιδί σας. Αν και τα μέσα μπορούν να βοηθήσουν το παιδί να ηρεμήσει, δεν είναι μακράν η μόνη θεραπεία. Τα παιδιά βιώνουν μια ποικιλία συναισθημάτων – συνιστάται να τους δείξουμε διάφορους τρόπους για να ηρεμούν, όπως τις βαθιές αναπνοές, ανταλλαγή συναισθημάτων, εστίαση σε μεθόδους επίλυσης προβλημάτων.

• Αναζητήστε εκπαιδευτικές εφαρμογές και συστήστε τις στο παιδί σας (παιδιά). Επισκεφτείτε ιστοσελίδες φιλικές προς τα παιδιά.

• Μην προσπαθήσετε να απαγορεύσετε τις διαδικτυακές δραστηριότητες για τον έφηβό σας – είναι μέρος της ζωής του/της!

• Μην υποκύπτετε στην πίεση να μυήσετε το παιδί σας στον κόσμο των νέων τεχνολογιών όσο το δυνατόν νωρίτερα. Τα διαδικτυακά εργαλεία και οι εφαρμογές είναι διαισθητικά – και τα παιδιά μαθαίνουν γρήγορα.

• Η εγγραφή κανόνων που εισήχθησαν πρόσφατα είναι πάντα καλή ιδέα (συνιστώνται επίσης σχέδια ή πίνακες με σύμβολα για την απεικόνιση κανόνων κλπ.). Οι κανόνες θα πρέπει να κρεμαστούν/κολληθούν με ταινία/ να τοποθετηθούν σε σημείο ορατό και προσβάσιμο σε όλα τα μέλη της οικογένειας ως απτή απόδειξη και σημείο αναφοράς.

• Πρέπει να ξεκινήσει κανείς με τις πιο απλές δραστηριότητες, όπου η θετική αντίδραση του παιδιού μπορεί εύλογα να αναμένεται. Αυτό θα ήταν μια ευνοϊκή και πολλά υποσχόμενη αρχή. Εάν το νοικοκυριό περιλαμβάνει παιδιά διαφόρων ηλικιών, οι διαφορετικοί κανόνες που εξαρτώνται από την ηλικία θα πρέπει να τονίζονται με έμφαση. Ορισμένοι κανόνες θα είναι πανομοιότυποι. Άλλα θα διαφέρουν – τα μικρότερα παιδιά θα πρέπει να ξέρουν το γιατί.

• Οι γονείς θα πρέπει να συζητήσουν για κάποια από τα κεντρικά ζητήματα προκειμένου να παρουσιάσουν ένα κοινό μέτωπο. Όταν μιλάτε στα παιδιά, θα πρέπει να είναι συνεπή και να δίνουν πανομοιότυπα μηνύματα.

• Απενεργοποιήστε τις συσκευές οθόνης όποτε δεν χρησιμοποιούνται. Τα μέσα στο παρασκήνιο ενδέχεται να αποσπάσουν την προσοχή του παιδιού κατά την αλληλεπίδραση γονέα-παιδιού ή κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού.

Καλοί τρόποι για τη χρήση ψηφιακών συσκευών (Κανόνες Netiquette)

Η ευγένεια και η σωστή συμπεριφορά είναι εξίσου σημαντικά όσο πριν από την εποχή των υπολογιστών, των smartphone και των tablet. Η χρήση ψηφιακών μέσων δεν αποτελεί δικαιολογία για την εγκατάλειψη των καλών τρόπων. Όταν βρίσκονται στο διαδίκτυο, οι ψηφιακές συσκευές δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται για εξαπάτηση, ψέματα ή χρήση λέξεων που ενδέχεται να βλάψουν άλλους. Το παιδί πρέπει να ξέρει ότι το να παραμείνετε αυθεντικοί και να μην βελτιώνετε ή αλλοιώνετε την εικόνα που έχετε στα μέσα είναι σημαντικό. Επισημάνετε στο παιδί σας ότι οι αναρτήσεις του δεν θα εξαφανιστούν ποτέ από τον Ιστό και θα παραμείνουν εκεί για πάντα. Συνεπώς, συνιστάται να αποφεύγετε τη χρήση λέξεων που δεν θα χρησιμοποιούσατε προσωπικά στον πραγματικό κόσμο. Ενθαρρύνετε το παιδί σας να μιλήσει για την διαδικτυακή του εμπειρία, για να ενθαρρύνει την άνεση και την ευκολία να μοιράζεται πιθανές καταστάσεις που το αφορούν.

Μέχρι σήμερα έχει συνταχθεί ένας αριθμός κανόνων εθιμοτυπίας/καλών τρόπων (συνιστάται να επιλέγετε κανόνες που να ταιριάζουν καλά στην δική σας οικογένεια)[1] :

• Αφήστε τη συσκευή σας κάτω όταν πλησιάζει κάποιος. Εστιάστε στη συζήτηση.
Οι άνθρωποι είναι αυτό που έχει σημασία, εδώ και τώρα.

• Αφήστε τη συσκευή σας κάτω και αποφύγετε να στέλνετε μηνύματα και/ή να ελέγχετε μηνύματα/ειδοποιήσεις κατά τη διάρκεια του γεύματος.

• Επιλέξτε συνομιλίες από κοντά αντί για τηλεφωνικές κλήσεις ή/και γραπτά μηνύματα.
Ζήστε τη στιγμή – μην ζείτε στο τηλέφωνό σας.

• Επιλέξτε συνομιλίες αντί για γραπτά μηνύματα.

• Όταν στέλνετε e-mail ή στέλνετε μηνύματα, χρησιμοποιήστε τους κατάλληλους χαιρετισμούς, πλήρεις λέξεις και σωστή γλώσσα.

• Πάντα να ζητάτε άδεια από το άτομο που θέλετε να φωτογραφίσετε και να μοιραστείτε την εικόνα του/της. Εάν αρνηθεί, σεβαστείτε αυτήν του την απόφαση.

• Τυχόν διαφωνίες θα πρέπει πάντα να επιλύονται με προσωπικά μηνύματα.

Σωστή στάση σώματος κατά τη χρήση φορητών συσκευών

Η σωστή στάση του σώματος όταν χρησιμοποιείτε φορητές συσκευές μπορεί να βοηθήσει στη μείωση του πόνου στον αυχένα ή στον ώμο. Η σωματική κίνηση και η τοποθέτηση της οθόνης ελαφρώς κάτω από το οριζόντιο επίπεδο των ματιών του παιδιού είναι βασικοί παράγοντες που δημιουργούν τέτοιες παθήσεις[2]. Υποστηρίγματα οθόνης, βάσεις tablet ή ακόμα και πολλά βιβλία κάτω από το φορητό υπολογιστή μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη ρύθμιση της ανύψωσης της οθόνης. Τέτοια μέτρα πρέπει να ληφθούν για να

---

[1] Family Media Plans, https://www.turninglifeon.org/family-media-plans (accessed: October 28th 2020).

[2] Don't let distance learning be a pain in the neck (or head, or wrist), https://www.washingtonpost.com/lifestyle/2020/09/10/remote-learning-ergonomics-eye-health/ (accessed: October 28th 2020).

αποφευχθεί η κλίση και οι συνέπειές της. Εάν η οθόνη είναι σωστά τοποθετημένη λίγο κάτω από το οριζόντιο επίπεδο των ματιών του παιδιού, βεβαιωθείτε ότι έχει τοποθετηθεί σε απόσταση 45-60 cm από το παιδικό κάθισμα. Μια καρέκλα με πλάτη που επιτρέπει στα πόδια να ακουμπούν στο πάτωμα (τα γόνατα λυγισμένα σε γωνία 90 μοιρών) και η οργάνωση του χώρου γραφής που δεν θα αναγκάσει μια καμπυλωτή θέση είναι περαιτέρω λύσεις που ευνοούν τη σωστή στάση του παιδιού χρησιμοποιώντας ψηφιακά μέσα. Οι καρποί πρέπει να παραμένουν οριζόντιοι, τα δάχτυλα στο ίδιο επίπεδο, ούτε πάνω ούτε κάτω από τον καρπό. Ένα σχολικό βιβλίο ή ένα βιβλίο με πάχος όσο ο φορητός υπολογιστής μπορεί να τοποθετηθεί κάτω από τον αντιβράχιο για να επιτρέψει στο παιδί να πάρει τη θέση φυσικά.

Γιατί να μην δοκιμάσετε το Offline Challenge;

Αυτή είναι μια δραστηριότητα που προορίζεται για τον συμμετέχοντα για να βιώσει άγνωστα πράγματα, που προηγουμένως είχαν παραμεριστεί λόγω των διαδικτυακών δραστηριοτήτων του. Η πρόκληση μπορεί να γίνει αποδεκτή από μεμονωμένα μέλη της οικογένειας ή από ολόκληρη την οικογένεια. Αυτή είναι μια ευκαιρία για να δοκιμάσετε νέα χόμπι/δραστηριότητες χωρίς απόσπαση της προσοχής στην οθόνη. Η πρόκληση εκτός σύνδεσης έχει σχεδιαστεί για να μειώσει τα επίπεδα άγχους και να βιώσει κάποιος το JOBO (Joy of Being Offline).

Υπάρχουν δύο στρατηγικές πρόκλησης εκτός σύνδεσης που είναι διαθέσιμες:

• **Στρατηγική νούμερο ένα:** προγραμματίστε ολόκληρο τον χρόνο πρόκλησης σας, μέχρι την μια ώρα. Κλείστε ραντεβού εκ των προτέρων και κρατήστε την. Υπάρχουν πολλές επιλογές διασκέδασης και παιχνιδιών που προσφέρουν ευχαρίστηση χωρίς πρόσβαση στο διαδίκτυο και χωρίς χρήση κινητής συσκευής. Οι δραστηριότητες μπορούν να ταξινομηθούν ανά κατηγορία: παιχνίδια που παίζονται σε ηλιόλουστες/βροχερές μέρες, καλοκαιρινά/χειμερινά παιχνίδια, υπαίθρια/εσωτερικά παιχνίδια, άσκηση, ημερήσιες εκδρομές, χαλάρωση, ομαδικά/οικογενειακά παιχνίδια, δημιουργικές εργασίες, αθλητισμός, μουσική, εθελοντισμός[3].

• **Στρατηγική νούμερο δύο:** να μην σχεδιάζετε τίποτα, κάντε ό,τι θέλετε να κάνετε εκείνη τη στιγμή, μην προγραμματίζετε συγκεκριμένες εργασίες, ακολουθήστε το δικό σας τρόπο σκέψης.

Παρακολουθήστε τον εαυτό σας/την οικογένειά σας κατά τη διάρκεια της πρόκλησης μιλήστε; μοιραστείτε τις σκέψεις σας. Σημειώστε τις φορές που μπήκατε στον πειρασμό

---

[3] 101 ideas for screen free fun, https://herviewfromhome.com/101-ideas-for-screen-free-fun/ (accessed: October 29th 2020).

να συνδεθείτε στο διαδίκτυο. Σκεφτείτε το εξής: γιατί θέλετε να συνδεθείτε στο διαδίκτυο; Μπορείτε να ικανοποιήσετε την ανάγκη σας με διαφορετικό τρόπο; Σκεφτείτε τα συναισθήματά σας. Πώς χειρίζεστε το να είστε εκτός σύνδεσης; Νιώθετε ανακούφιση ή θυμό όταν δεν γνωρίζετε τι συμβαίνει στον έξω κόσμο και στις ζωές των φίλων σας;

Μόλις τελειώσει η πρόκληση, γράψτε μια περίληψη. Σημειώστε τι καταφέρατε και τι βρήκατε πιο δύσκολο.

- Ήταν επιτυχείς η πρόκληση αυτή;
- Καταφέρατε να μείνετε εκτός σύνδεσης;
- Θα σκεφτόσασταν να επαναλάβετε την πρόκληση;
- Πώς μπορείτε να επωφεληθείτε από αυτήν την πρόκληση στις άλλες δραστηριότητές σας;

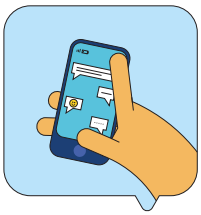
Στην περίπτωση μιας οικογενειακής πρόκλησης, η επιτυχία θα πρέπει να μετρηθεί για όλη την οικογένεια:

- Κατάφεραν όλοι να παραμείνουν εκτός σύνδεσης; Τι σήμαινε αυτό για το κάθε μέλος της οικογένειας;
- Ποια ήταν τα θετικά και τα αρνητικά της πρόκλησης;

Χρόνος αυτόματης αντανάκλασης: Κοινή χρήση

Το Sharenting είναι η δημοσίευση φωτογραφιών και βίντεο από τη ζωή του παιδιού σας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, σε ιστολόγια και σε άλλους ιστότοπους. Τα θέματα ποικίλλουν: πιο συχνά, η κοινή χρήση περιλαμβάνει τη δημοσίευση φωτογραφιών καθημερινής ζωής, διακοπών ή ταξιδιού. Ωστόσο, υπάρχουν επίσης διαδικτυακές ομάδες γονέων που ενδιαφέρονται να οργανώσουν καταστάσεις που έχουν σκοπό να κάνουν το κοινό να γελάσει. Στην πραγματικότητα, τέτοιο υλικό μπορεί να γελοιοποιήσει ή/και να ταπεινώσει το παιδί. Παλαιότερα, οι οικογενειακές φωτογραφίες θα διατηρούνταν σε άλμπουμ που θα ήταν διαθέσιμα μόνο σε επιλεγμένους θεατές: το Διαδίκτυο προσφέρει μια επιλογή επέκτασης του κοινού, αλλά είναι αυτό πραγματικά το νόημα;

Η δημοσίευση των φωτογραφιών του παιδιού σας στο Διαδίκτυο σημαίνει ότι θα παραμείνει για πάντα στο διαδίκτυο. Τίποτα δεν εξαφανίζεται από τον παγκόσμιο ιστό. Η φωτογραφία ενός ανηλίκου που είναι διαθέσιμη στο διαδίκτυο γίνεται μέρος της ψηφιακής του εικόνας..



Κεφάλαιο 1.4

ΠΡΟΤΥΠΑ ΑΝΘΡΩΠΩΝ ΚΑΙ ΣΤΕΡΕΟΤΥΠΑ

Ορισμός/Εισαγωγή

Σε αυτό το κεφάλαιο θα μιλήσουμε για το πώς οι γονείς μπορούν να θέτουν υγιή πρότυπα για τα παιδιά τους ώστε να μην κάνουν υπερβολική χρήση του Διαδικτύου. Συγκεκριμένα, οι γονείς παίζουν καθοριστικό ρόλο στην εκπαίδευση και καθοδήγηση των παιδιών τους για ασφαλή χρήση στον κυβερνοχώρο. Οι γονείς έχουν μια διπλή αποστολή να είναι και πρότυπα και εκπαιδευτικοί. Αυτό το κεφάλαιο παρέχει ορισμένες διαδραστικές δραστηριότητες για να βοηθήσει τους γονείς να θέσουν τα θεμέλια για μια υγιή και φιλόδοξη σχέση μεταξύ αυτών και των παιδιών τους.

Βασικές πτυχές

Πρότυπα: Γιατί τα παιδιά χρειάζονται πρότυπα στο σπίτι

Οι γονείς έχουν ένα κρίσιμο ρόλο στην ανάπτυξη του παιδιού τους, εκπληρώνουν καθήκοντά εκπαιδευτικού δίνοντας ένα καλό παράδειγμα συμπεριφοράς. Τα παιδιά παρακολουθούν πολύ προσεκτικά κάθε ενέργεια των γονιών τους. Αυτές οι ενέργειες «αποτυπώνονται» στο μυαλό τους και διαμορφώνουν τη δική τους συμπεριφορά.

Συνήθως, τα παιδιά επηρεάζονται περισσότερο από αυτό που σας βλέπουν να κάνετε ως γονείς παρά από αυτά που λέτε και απλώς ακολουθούν το παράδειγμά σας. Αυτό σημαίνει ότι, ως το πρώτο και σημαντικότερο πρότυπο για τα παιδιά τους, πρέπει να προσφέρετε ένα θετικό παράδειγμα στα παιδιά σας για να μιμηθούν και να αναπτύξουν έναν θετικό τρόπο ζωής.

Ψηφιακή γονική μέριμνα, ψηφιακό πρότυπο ρόλων

Σαν ένας ψηφιακός χρήστης, η συμπεριφορά και η σχέση σας με τις τεχνολογικές συσκευές που χρησιμοποιείτε θα επηρεάσει τη σχέση που θα έχουν τα παιδιά σας με τη δική τους συσκευή. Μπορείτε να τους οδηγήσετε σε μια υγιή ψηφιακή ζωή με βάση το σωστό παράδειγμα των συνηθειών σας, εξηγώντας ορισμένες ενέργειες, όπως γιατί χρειάζεται να κάνουμε ένα διάλειμμα από της ηλεκτρονικές συσκευές.

Τα μέσα μαζικής ενημέρωσης είναι ταυτόχρονα ένας πάροχος καλών και κακών παραδειγμάτων στα παιδιά, έχουν έναν τρόπο να αποσπούν την προσοχή ή ακόμη και να τα επηρεάζουν σε μια συγκεκριμένη ρουτίνα ή ενέργεια. Αυτό πρέπει να παρακολουθείται για να αποφευχθούν πιθανοί κίνδυνοι που μπορεί να γίνουν συνήθεια στα παιδιά. Είναι σημαντικό οι γονείς να διατηρούν τον έλεγχο των μέσων ενημέρωσης και να χτίζουν μια καλή, υγιή σχέση μεταξύ των παιδιών και των ψηφιακών συσκευών ενθαρρύνοντας μια διερευνητική, κριτική προσέγγιση.

Γίνετε πρότυπο στη διαχείριση χρόνου οθόνης

Ένα κρίσιμο σημείο είναι να συζητήσετε με το παιδί σας γιατί είναι σημαντικό να περιορίσετε τον χρόνο οθόνης. Υπάρχουν μερικές χρήσιμες προτάσεις για να ανοίξετε αυτό το θέμα:

• Όταν χρησιμοποιείτε κάτι ψηφιακό, προσπαθήστε να περάσετε όσο περισσότερο χρόνο μαζί ή ακόμα και να αλληλεπιδράσετε μαζί τους, προκειμένου το παιδί(α) σας να αντιληφθούν τον χρόνο που ξοδεύουν.

• Ερευνήστε, παρακολουθήστε και αξιολογήστε εκπομπές/παιχνίδια/εφαρμογές πριν επιτρέψετε στα παιδιά να τις χρησιμοποιήσουν ή να τις απολαύσουν.

• Χρησιμοποιήστε γονικούς ελέγχους (ανατρέξτε στην ενότητα 3.2 Εργαλεία γονικού ελέγχου).

• Δημιουργήστε πολύ χρόνο εκτός οθόνης μέσα στην ημέρα του παιδιού σας.

• Βεβαιωθείτε ότι η δραστηριότητα πολυμέσων λαμβάνει χώρα στο σαλόνι ή σε άλλο χώρο που χρησιμοποιείται συνήθως.

• Για τους εφήβους, βρείτε έναν τρόπο να συμμετέχουν σε αυτό που κάνουν με τις συσκευές τους.

• Συζητήστε τι βλέπετε/παρακολουθείτε.

• Μην ξεχνάτε δραστηριότητες που βασίζονται σε χαρτί, όπως η ανάγνωση βιβλίων.

Στερεότυπα. Η εικόνα του εαυτού μας στα ψηφιακά μέσα

Η εικόνα του εαυτού μας είναι η ιδέα που έχουμε όταν σκεφτόμαστε τον εαυτό μας. Είναι υγιές μόνο όταν αυτή η εικόνα ταιριάζει με το ποιοι είμαστε στην πραγματικότητα, μας κάνει να νιώθουμε άνετα και μας φέρνει επίσης θετικά συναισθήματα. Ωστόσο, δεν οραματιζόμαστε πάντα την εικόνα του σώματός μας με τρόπο που αντανακλά την πραγματικότητα. Τα μέσα διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση της εικόνας που έχουμε για τον εαυτό μας και τους άλλους, καθώς μας δείχνουν μια πληθώρα εικόνων που τις περισσότερες φορές είναι προϊόντα επεξεργασίας ή καλού μάρκετινγκ. Η έννοια της ομορφιάς και τα πρότυπα που θέτουμε συνήθως βασίζονται σε αυτά που βλέπουμε στα Social Media. Στην πραγματικότητα, τα Social Media έχουν συνδεθεί με διατροφικές διαταραχές και άλλα θέματα που σχετίζονται με την ψυχική υγεία τόσο για τους άνδρες όσο και για τις γυναίκες.

Στερεότυπα στο διαδίκτυο και γιατί μπορεί να είναι προβληματικά

Ένας μεγάλος αριθμός ατόμων εμφανίζεται στα Social Media σε καθημερινή βάση και τις περισσότερες φορές υπάρχουν ορισμένα χαρακτηριστικά που κατηγοριοποιούνται ως "συνηθισμένα" για ορισμένες ομάδες - αυτό οδηγεί εύκολα στη δημιουργία στερεοτύπων. Συνήθως, οι έφηβοι είναι πολύ πιθανό να μιμηθούν αυτό που αντιπροσωπεύουν στα Social Media , όχι μόνο ως προς τις εικόνες αλλά και ως προς τη συμπεριφορά. Τα νεαρά αγόρια και τα κορίτσια είναι πολύ συχνά στερεότυπα στο διαδίκτυο, ειδικά όσον αφορά την εμφάνιση και τους ρόλους τους. Ως συνέπεια, αυτό επηρεάζει τη σχέση που έχουν μεταξύ τους, όπως το να θεωρούν τους εαυτούς τους διασημότητες στο διαδίκτυο ή

εκτός σύνδεσης και να σχετίζονται με τους συνομηλίκους τους σύμφωνα με αυτήν την υπόθεση. Τα αρνητικά στερεότυπα μπορεί να είναι επιζήμια και λανθασμένα: μπορεί να οδηγήσουν σε μίσος ή ακόμα και σε βία.

Ο αντίκτυπος των στερεοτύπων

Αντλώντας στοιχεία από τις παραδοσιακές αντιλήψεις που έχουμε για ορισμένες κοινωνικές ομάδες, τα στερεότυπα ασκούν σημαντική επιρροή στην κοινωνική γνώση επειδή καθοδηγούν τον μηχανισμό προσμονής μας. Συνήθως, οδηγούν στην απλοποιήσει και γενίκευση της πραγματικότητας γύρω μας, και τα μικρά παιδιά και οι έφηβοι τείνουν να αναπαράγουν τέτοια μοντέλα.

Πώς μπορούν οι γονείς να εκπαιδεύσουν τα παιδιά στην αντιμετώπιση των στερεοτύπων;

Οι γονείς μπορούν να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στην εξισορρόπηση της ροής πληροφοριών, στερεοτύπων και διαδικτυακών εικόνων που προέρχονται από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ή τα μέσα ενημέρωσης γενικότερα.

- Ικανοποιήστε την επιθυμία του παιδιού για προσοχή.
- Συζητήστε το χιούμορ στα στερεότυπα.
- Δώστε προσοχή στα θετικά στερεότυπα, ακόμα κι αν μοιάζουν με κομπλιμέντα.
- Υπενθυμίστε στα παιδιά να σέβονται το διαδικτυακό χώρο.

Γιατί δεν πρέπει να απαγορεύσουμε εντελώς το Διαδίκτυο στα παιδιά;

Υπάρχουν πολλοί κίνδυνοι που ελλοχεύουν στο Διαδίκτυο, αλλά αυτό δεν εξαλείφει τις πολλές ευκαιρίες που επίσης παρέχει. Για να προστατεύσετε τα παιδιά σας, δεν χρειάζεται να τα αποκόψετε εντελώς από τον κυβερνοχώρο, ούτε είναι λύση να τους δώσετε απεριόριστη ελευθερία. Τα αποτελέσματα του να μην επιτρέψετε στο παιδί σας την πρόσβαση στο Διαδίκτυο μπορεί να διαφέρουν, αλλά κυρίως αυτή η ενέργεια μπορεί να περιθωριοποιήσει το παιδί από τους φίλους του και τις σχολικές του ομάδες ή ακόμα και να το κάνει αντικείμενο αρνητικών σχολίων. Μπορεί επίσης να περιορίσει τη γνωστική ανάπτυξη και τις ψηφιακές δεξιότητες του παιδιού. Μην ξεχνάτε ότι αυτό θα έχει επίσης αρνητικό αντίκτυπο στην ατμόσφαιρα της οικογένειάς σας. Είναι πολύ πιθανό να κινήσει την περιέργεια ενός παιδιού κάτι που είναι απαγορευμένο και να βρει κρυφά τρόπο να το αντιμετωπίσει. Το πραγματικό πρόβλημα της αποκοπής των παιδιών από τον κυβερνοχώρο θα είναι η έλλειψη εκπαίδευσης σχετικά με τη χρήση των μέσων ενημέρωσης, καθώς δεν θα ξέρει με ποιους κανόνες και όρια πρέπει να συμμορφώνεται.

• **ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ:** Αυτές είναι μερικές συμβουλές που θα σας βοηθήσουν να επικοινωνήσετε καλύτερα με το παιδί σας και να χτίσετε μια σχέση βασισμένη στην εμπιστοσύνη και τον σεβασμό. Πώς να ενθαρρύνετε το παιδί σας να μιλήσει;
• **ΔΕΣΜΕΥΣΗ.** Όταν σερφάρετε στο Διαδίκτυο ή ελέγχετε εφαρμογές μαζί με τα παιδιά σας, αφιερώστε λίγο χρόνο για να μιλήσετε μαζί τους για αυτό που βλέπετε. Είναι μια καλή ευκαιρία να συζητήσετε τις σκέψεις σας και να μάθετε τι κάνει το παιδί σας στη ζωή του στον κυβερνοχώρο.

https://www.apa.org/topics/healthy-technology-use-children
https://www.khanacademy.org/khan-for-educators/resources/parents-mentors-1/helping-your-child/a/create-accounts-for-you-and-your-children

• **ΑΚΟΥΣΤΕ.** Αφήστε τα να εκφράσουν τη γνώμη τους για τα μέσα που χρησιμοποιούν και να είστε ενεργοί ακροατές. Μπορείτε να μάθετε πολλά για τις ανησυχίες τους αν τους αφήσετε να επιλέξουν την ατζέντα της συζήτησης.
• **ΕΝΘΑΡΡΥΝΕΤΕ ΤΙΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ.** Προσφέρετε στα παιδιά επιλογές ανάλογα με την ηλικία και την ικανότητα κάθε παιδιού - αλλά όχι σχετικά με τα μέσα που μπορούν να χρησιμοποιήσουν πριν από μια ορισμένη ηλικία.
• **ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ.** Θεωρήστε κάθε παιδί σας ως ένα ξεχωριστό άτομο και δώστε του την ευκαιρία να αναπτυχθεί. Ταυτόχρονα, βεβαιωθείτε ότι τα παιδιά έχουν επίγνωση των επιπτώσεων των πράξεων και της συμπεριφοράς τους και διδάξτε τους πώς να αλληλεπιδρούν σε οποιοδήποτε κοινωνικό περιβάλλον.

http://www.parentingstyles.co.uk/

• **ΚΑΝΤΕ ΔΙΑΛΛΕΙΜΑΤΑ.** Αποσυνδεθείτε για κάποιο χρονικό διάστημα από τη συνεχή χρήση του Διαδικτύου και προσπαθήστε να εφαρμόσετε άλλες δραστηριότητες σε αυτό το διάστημα. Μπορείτε να αφήσετε το τηλέφωνό σας σε διαφορετικό δωμάτιο ή να μην το έχετε στα χέρια σας όταν είστε με την οικογένεια ή τους φίλους σας. Με αυτόν τον τρόπο δίνετε το καλό παράδειγμα στα παιδιά σας.
• **ΓΙΝΕΤΕ ΚΑΛΟ ΠΡΟΤΥΠΟ.** Τα παιδιά σας δεν θα είναι σοφά στο Διαδίκτυο εάν δεν ακολουθήσετε οι ίδιοι τις συμβουλές απορρήτου στο διαδίκτυο. Βεβαιωθείτε ότι είστε καλός εκπαιδευτικός για το παιδί σας. Σκεφτείτε δύο φορές πριν δημοσιεύσετε τις φωτογραφίες τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Προσέχετε την ιδιωτικότητά τους και τη δική σας. Μιλήστε μαζί τους και γίνετε καλό πρότυπο χρήστη.

Αυτές είναι μερικές διαδραστικές δραστηριότητες για να κάνετε με τα παιδιά σας, προκειμένου να «μάθετε πράττοντας». Είναι σημαντικό να έχετε λίγο προσωπικό χρόνο για να εκπαιδεύσετε και να δώσετε το σωστό παράδειγμα ώστε να το ακολουθήσει το παιδί σας.

• **Παιχνίδι ρόλων:** Μπορείτε να εναλλάσσετε και να κάνετε συζητήσεις για διάφορα θέματα με το παιδί σας. Για παράδειγμα: κάποιος σας στέλνει ένα έτοιμα φιλίας, κάποιος έχει δημοσιεύσει τα προσωπικά σας στοιχεία, ανεβάζετε μια φωτογραφία ενός φίλου που δεν του αρέσει ή γράφετε ένα σχόλιο κάτω από μια ανάρτηση και οι άλλοι συμμετέχοντες παρερμηνεύουν την πρόθεσή σας.

• **Δραστηριότητα για τα στερεότυπα:** Πώς αντιλαμβανόμαστε τα στερεότυπα; Μοιραστείτε παραδείγματα που μπορείτε να βρείτε στο Διαδίκτυο και να συζητήσετε μεταξύ τους (σχετικά με τις γυναίκες, τους άντρες και το ίντερσεξ – σημειώστε ότι το κοινωνικό φύλο διαφέρει από το βιολογικό φύλο («φύλο»). Εξετάστε τις διαφορές μεταξύ των στερεοτύπων στην πραγματική και διαδικτυακή ζωή.

https://www.open.edu/openlearncreate/pluginfile.php/272873/mod_resource/content/1/Classroom%20Activities%20on%20gender%20stereotypes%20and%20equality.pdf

• **Ένα κουίζ που πρέπει να κάνετε** μαζί με το παιδί σας, ώστε στη συνέχεια να εξηγήσετε γιατί είναι σημαντικό να κάνετε ένα διάλειμμα από την οθόνη και να ξοδέψετε χρόνο σε κάτι πιο παραγωγικό: **Πόσο εθισμένος είσαι στο τηλέφωνό σου;**

https://www.amexessentials.com/cell-phone-addiction-quiz/

Συμπερασματικά, ως γονιός πρέπει να συνειδητοποιήσετε ότι διαδραματίζετε καθοριστικό ρόλο στο να δείξετε και να εκπαιδεύσετε στα παιδιά σας την ασφαλή χρήση του Διαδικτύου. Τα παιδιά παρατηρούν τις πράξεις και τη συμπεριφορά σας και προσπαθούν να τα μιμηθούν, γι' αυτό πρέπει να τους δώσετε ένα καλό παράδειγμα για να ακολουθήσουν, ειδικά όταν πρόκειται για τη χρήση του Διαδικτύου. Ως ενεργό πρότυπο, πρέπει να μοιραστείτε τη θετική σας εμπειρία από το Διαδίκτυο και να τους δείξετε πώς το χρησιμοποιούν σωστά, ώστε να είναι επωφελές. Με αυτόν τον τρόπο βάζετε όρια, αλλά παράλληλα δεν τους εμποδίζετε από τις διαδικτυακές ευκαιρίες και την απόκτηση δεξιοτήτων.
Τελευταίο αλλά εξίσου σημαντικό, όταν είστε στο σπίτι και δεν έχετε δουλειά ή άλλα καθήκοντα, προσπαθήστε να περάσετε χρόνο μαζί στο Διαδίκτυο. Με αυτόν τον τρόπο θα τους εξηγήσετε και θα τους καθοδηγήσετε για το πώς δημιουργούνται στερεότυπα στο Διαδίκτυο.

Περαιτέρω ανάγνωση. Περαιτέρω ανάγνωση σχετικά με τα στερεότυπα:
https://www.betterinternetforkids.eu/web/portal/practice/awareness/detail?articleId=3995615
https://www.commonsense.org/education/lesson/gender-stereotypes-online-6-8
Περαιτέρω πηγές με ψηφιακές συμβουλές για γονείς
https://www.fosi.org/good-digital-parenting/seven-steps-good-digital-parenting/
https://www.internetmatters.org/issues/
http://assets.uscannenberg.org/docs/digitaldevicesUK_oct2018.pdf
https://blogs.lse.ac.uk/parenting4digitalfuture

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

Κίνδυνοι και ευκαιρίες στο Διαδύκτιο

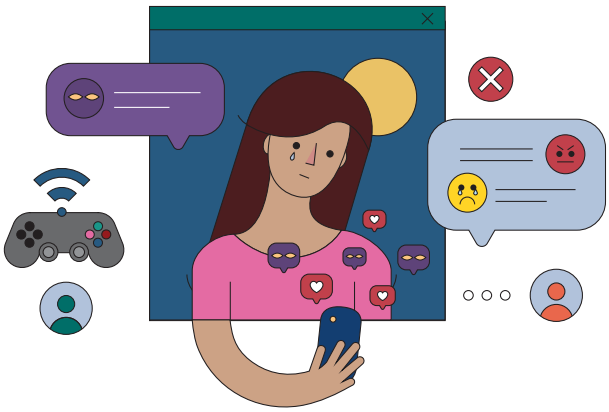
Κεφάλαιο 2.1

ΚΙΝΔΥΝΟΙ

Όταν μιλούν στους γονείς για τον ψηφιακό κόσμο και τη συμμετοχή των παιδιών τους σε αυτόν, μια από τις μεγαλύτερες ανησυχίες τους είναι ο διαδικτυακός εκφοβισμός. Δυστυχώς, όμως, αυτός δεν είναι ο πιο συχνός πόσο μάλλον ο μόνος κίνδυνος που «παραμονεύει» στον ψηφιακό χώρο και δεν είναι ούτε ένα αυτόνομο ζήτημα αλλά συνυφαίνεται με πολλές άλλες πτυχές της κίνησης στον διαδικτυακό κόσμο. Όπως ισχύει για το επόμενο κεφάλαιο σχετικά με τις «Ευκαιρίες», έτσι και εδώ, δεν είναι αδύνατον να περιγραφούν όλες οι πιθανές αρνητικές πλευρές, γι' αυτό η κοινοπραξία έχει αποφασίσει να επικεντρωθεί στα ακόλουθα θέματα που έχουν χαρακτηριστεί ως τα πιο σημαντικά, είτε επειδή υπάρχει ήδη μεγάλο ενδιαφέρον γι' αυτά είτε επειδή δεν είναι τόσο γνωστά και επομένως είναι ακόμη πιο σημαντικά.

- Διαδικτυακός εκφοβισμός
- Ρητορική μίσους
- Sexting, Σεξουαλικός εκβιασμός και Αποπλάνηση μέσω Διαδικτύου
- Παραπληροφόρηση: Διάκριση ψεύτικων ειδήσεων σε παραδοσιακά και ψηφιακά μέσα
- Εθισμός στο διαδίκτυο

Κάθε κεφάλαιο περιέχει διάφορες πτυχές του συγκεκριμένου θέματος, αλλά για να διατηρηθεί ο οδηγός αναγνώσιμος, δεν υπέρ αναλύονται. Για περισσότερες πληροφορίες, έχουμε συμπεριλάβει συμβουλές για περαιτέρω ανάγνωση, κυρίως ιστοσελίδες που προτείνουμε για διαβούλευση για όσους θέλουν ή πρέπει να εμβαθύνουν στο συγκεκριμένο θέμα.



Κεφάλαιο 2.1.1

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ

Εισαγωγή

Αυτή είναι ίσως η πιο κοινή και γνωστή κατάσταση κινδύνου που μπορούν να συναντήσουν τα παιδιά κάθε ηλικίας στο διαδίκτυο. Σχεδόν καθημερινά διαβάζουμε σε εφημερίδες ή βλέπουμε στην τηλεόραση και σε άλλα μέσα ενημέρωσης περιστατικά διαδικτυακού εκφοβισμού, μερικές φορές βλέπουμε πολύ σοβαρά περιστατικά, που αφορούν παιδιά τα οποία πέφτουν θύματα επιθέσεων διαδικτυακού εκφοβισμού. Αυτό που συνήθως λείπει είναι η εξήγηση του τι ακριβώς αφορά αυτό το έγκλημα και γιατί μπορεί να σοκάρει βαθιά τους ανθρώπους, ειδικά τα παιδιά όταν υφίστανται διαδικτυακό εκφοβισμό.

Αναφερόμαστε σε διαδικτυακό εκφοβισμό όταν περιγράφουμε μορφές επιθετικότητας, παρενόχλησης και διακρίσεων που έχουν βρει γόνιμο έδαφος για ανάπτυξη σε όλες τις νέες ευκαιρίες επικοινωνίας: ανταλλαγή πληροφοριών που κατέστη δυνατή χάρη στην ευρεία πρόσβαση στο Διαδίκτυο (κοινωνικά δίκτυα, φόρουμ, συνομιλίες και άλλες υπηρεσίες μηνυμάτων, πλατφόρμες τυχερών παιχνιδιών, κ.λπ...).

Αν και λείπει η φυσική και υλική διάσταση που χαρακτηρίζει τα πιο κλασικά επεισόδια εκφοβισμού, οι στάσεις που αναφέρονται στην έννοια του διαδικτυακού εκφοβισμού δεν πρέπει να υποτιμούνται. Το εικονικό πλαίσιο στο οποίο τοποθετούνται (δυνητικά ανοιχτό στη συμμετοχή και την αλληλεπίδραση ακαθόριστου αριθμού ατόμων) και ταυτόχρονα το αίσθημα ανωνυμίας και ατιμωρησίας που μπορεί να δημιουργήσει ψευδώς η χρήση εργαλείων πληροφορικής σε νεότερους χρήστες είναι πρωτοφανές και ιδιαίτερα ανησυχητικό λόγω των σοβαρών συνεπειών που μπορεί να έχει η αδιάκριτη χρήση του Διαδικτύου.

Ορισμός και χαρακτηριστικά

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός εκδηλώνεται με τις πιο ποικίλες μορφές πίεσης, επιθετικότητας, παρενόχλησης, προσβολών, δυσφήμισης, κλοπής ταυτότητας και χειραγώγησης προσωπικών δεδομένων που γίνονται ηλεκτρονικά σε βάρος ανηλίκων.

Οι τρόποι επιθετικότητας με επεισόδια διαδικτυακού εκφοβισμού μπορεί να ποικίλλουν με την πάροδο του χρόνου με βάση τις νέες δυνατότητες αλληλεπίδρασης που θα διαθέσει η τεχνολογική εξέλιξη, αλλά επί του παρόντος μεταφέρονται κυρίως μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και των διαδικτυακών παιχνιδιών, τα οποία είναι ιδιαίτερα οι νέοι (αλλά όχι μόνο αυτοί!) λάτρης του.

Προκειμένου να χρησιμοποιηθεί σωστά ο όρος διαδικτυακός εκφοβισμός - διακρίνοντάς τον από μεμονωμένες εκδηλώσεις απλής «επιθετικότητας πληκτρολογίου», που είναι

πιθανό να σχετίζονται με αγένεια στη χρήση εργαλείων επικοινωνίας - η συμπεριφορά πρέπει να χαρακτηρίζεται σαφώς από τον ακριβή σκοπό της απομόνωσης, να φέρνει σε πολύ δύσκολη θέση ή να γελοιοποιούνται ένα ή περισσότερα παιδιών τα οποία προσδιορίζονται ως στόχος και πρέπει να είναι μια επανειλημμένη ενέργεια.

Διαφορές από τον παραδοσιακό εκφοβισμό

Αν και το όνομα που του δόθηκε μπορεί ίσως να οδηγήσει στην πεποίθηση ότι ο διαδικτυακός εκφοβισμός είναι απλώς ένας από τους πολλούς τρόπους εκδήλωσης του παραδοσιακά κατανοητού εκφοβισμού, είναι στην πραγματικότητα ένα νέο φαινόμενο, που συνδέεται με την ψηφιακή εποχή.

Η πιο προφανής διαφορά μεταξύ του εκφοβισμού και του διαδικτυακού εκφοβισμού έγκειται στην απώλεια του φυσικού και του άμεσου στοιχείου που χαρακτηρίζει τα περισσότερα από τα κλασικά επεισόδια εκφοβισμού. Σε αντίθεση με μια «σχέση» στην οποία ο νταής και το θύμα γνωρίζονται, ζουν στην ίδια πόλη και συχνάζουν στα ίδια περιβάλλοντα, οι νέες μορφές διαδικτυακού εκφοβισμού επιβάλλουν αντίθετα μια διάσταση στην οποία τα μέρη που αλληλεπιδρούν μπορεί να είναι οι τέλειοι ξένοι, που δεν γνωρίζουν τίποτα για εκείνους, εκτός από τα ονόματα χρήστη, avatar και εικόνες προφίλ, καθιστώντας έτσι τις εκδηλώσεις του φαινομένου ακόμη πιο επικίνδυνες.

Η δυνατότητα των νέων μέσων σημαίνει ότι οι επιθετικές συμπεριφορές που συνδέονται με τον διαδικτυακό εκφοβισμό μπορούν να συμβούν ανά πάσα στιγμή και ανεξάρτητα από τη γεωγραφική απόσταση μεταξύ των εμπλεκόμενων μερών, καθιστώντας ακόμη πιο δύσκολο για το θύμα να ξεφύγει από την παρενόχληση της οποίας είναι στόχος.

Τα ίδια εργαλεία υπολογιστών συμβάλλουν στη συνέχεια του εκφοβισμού, ειδικά σε νεαρότερα άτομα, καθώς είναι ιδιαίτερα εύκολη η χρήση τους: η απλότητα με την οποία αγόρια και κορίτσια μπορούν πλέον να έχουν πρόσβαση σε διάφορες διαδικτυακές υπηρεσίες συχνά καθορίζει την έλλειψη αντίληψης των κινδύνων και ακόμη και των σοβαρών συνεπειών των ενεργειών τους στον ψηφιακό κόσμο. Συνορεύει εύκολα με συμπεριφορές που στην πραγματική ζωή δεν θα είχαν υποτεθεί ή πιθανότατα θα είχαν βρει εμπόδιο στους μηχανισμούς ελέγχου και την αποδοκιμασία που λειτουργούν στο σχολικό, αθλητικό και κοινωνικό περιβάλλον γενικότερα.

Η επικινδυνότητα του φαινομένου είναι εμφανής και από μια άλλη σκοπιά: λόγω της φύσης του Διαδικτύου, όλα τα περιεχόμενα που ανεβαίνουν σε αυτό καταλήγουν να ξεφεύγουν από τον έλεγχο όσων τα μοιράστηκαν, καθορίζοντας μια πιθανότητα διάδοσης δεδομένων, πληροφοριών και υλικού σε μια κλίμακα που δεν έχει αντίστοιχη σε άλλες μορφές επικοινωνίας του παρελθόντος. Επιπλέον, υπάρχει η δυσκολία ανάληψης δράσης σε μεταγενέστερο στάδιο, εάν η πρόθεση είναι να αφαιρεθούν.

Οι κύριες εκδηλώσεις του διαδικτυακού εκφοβισμού

Όπως αναφέρθηκε ήδη, οι διαφορετικές μορφές διαδικτυακού εκφοβισμού που κινδυνεύουν να γίνουν θύματα οι νέοι εξαρτώνται επίσης από την εξέλιξη των τεχνολογικών μέσων που χρησιμοποιούνται για τη διάπραξή του. Επί του παρόντος, μπορούμε να πούμε ότι οι πιο συχνές εκδηλώσεις του διαδικτυακού εκφοβισμού μπορούν να εντοπιστούν και να οριστούν ως εξής:

Παρενόχληση: αυτός ο όρος υποδηλώνει πραγματική παρενόχληση μέσω του διαδικτύου. Εάν πληγώσετε κάποιον μπορεί και να δεχτείτε απειλές για τη ζωή σας. Ένα παράδειγμα είναι η υπόθεση της Γαλάζιας Φάλαινας.

CYBERSTALKING: Όπως και η παραδοσιακή καταδίωξη, πρόκειται για επαναλαμβανόμενη παρενόχληση στο διαδίκτυο και πραγματικές απειλές για πρόκληση φόβου. Ακόμα και στην περίπτωση του διαδικτύου, μιλάμε για μια πολύ επικίνδυνη εμμονή.

CYBERBASHING: Αυτό συμβαίνει όταν μια ομάδα παιδιών κακομεταχειρίζεται ή ξυλοκοπεί κάποιον συνομήλικό τους, αλλά έχει κάποιον να καταγράψει ένα βίντεο της επίθεσης και να το δημοσιεύσει στο Διαδίκτυο. Στη συνέχεια, το βίντεο παρακολουθείται από πολλούς ανθρώπους.

TROLLING: Το τρολ, στη φρασεολογία του Διαδικτύου και ειδικότερα των εικονικών κοινοτήτων, είναι ένα θέμα που αλληλεπιδρά με άλλους μέσω προκλητικών μηνυμάτων, εκνευριστικών, εκτός θέματος ή απλά ανούσια ή/και εντελώς λανθασμένα, με μοναδικό στόχο την ενόχληση της επικοινωνίας.

ΚΛΟΠΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑΣ: Η κλοπή ταυτότητας συμβαίνει όταν ένας κλέφτης κλέβει ένα κομμάτι των προσωπικών πληροφοριών κάποιου άλλου και το χρησιμοποιεί για να δημιουργήσει μια εναλλακτική ταυτότητα για τον εαυτό του. Μεταξύ των εφήβων, αυτός είναι ο τρόπος για να προκαλέσει σοβαρές συνέπειες στη φήμη του προσβεβλημένου ατόμου, παρέχοντας συχνά ψέματα και ψευδείς πληροφορίες.

ΑΠΑΓΟΡΕΥΣΗ: Είναι η πράξη του να αφήνεις κάποιον έξω σκόπιμα. Η απαγόρευση υπάρχει σε περιπτώσεις εκφοβισμού από κάποιον, αλλά χρησιμοποιείται επίσης στο διαδίκτυο για τη στόχευση και τον εκφοβισμό ενός θύματος. Για παράδειγμα, το παιδί σας μπορεί να αποκλειστεί/να μην προσκληθεί σε ομάδες ή πάρτι ενώ βλέπει άλλους φίλους να συμπεριλαμβάνονται ή να μην συμμετέχει σε συνομιλίες μηνυμάτων που περιλαμβάνουν κοινούς φίλους.

OUTING: Είναι επίσης γνωστό ως doxing και αναφέρεται στην πράξη της ανοιχτής αποκάλυψης ευαίσθητων ή προσωπικών πληροφοριών για κάποιον χωρίς τη συγκατάθεσή του για σκοπούς ντροπής ή εξευτελισμού. Αυτό μπορεί να κυμαίνεται από τη διάδοση προσωπικών φωτογραφιών ή εγγράφων δημοσίων προσώπων έως την κοινή χρήση των αποθηκευμένων προσωπικών μηνυμάτων ενός ατόμου σε μια διαδικτυακή ιδιωτική ομάδα.

Αναγνωρίστε τον διαδικτυακό εκφοβισμό για να τον αποτρέψετε.
Ως γονέας, μπορεί να έχετε κάποιες αβεβαιότητες σχετικά με το πώς να χειριστείτε αυτό το θέμα με τα παιδιά σας. Πόσο να το ελέγξετε; Πώς να διασφαλίσετε την ασφαλή χρήση ψηφιακών συσκευών;

Οποιαδήποτε εκπαιδευτική προσέγγιση μπορεί να ξεκινήσει μόνο από την επίγνωση των συναισθηματικών, κοινωνικών και γνωστικών αναγκών του παιδιού, οι οποίες εκδηλώνονται με τη χρήση του Διαδικτύου και των εφαρμογών του για λόγους ψυχαγωγίας και επικοινωνίας. Δεδομένου του βασικού ρόλου στην ανάπτυξή τους, το Διαδίκτυο μπορεί να γίνει ένα σημείο συνάντησης όπου μπορείτε να αλληλεπιδράσετε με τα παιδιά σας, κάνοντας ό,τι μπορείτε για να αποτρέψετε τους κινδύνους πριν εμφανιστούν.

Τα υπάρχοντα δεδομένα αποκαλύπτουν ότι το ποσοστό των εφήβων που έχουν πέσει θύματα διαδικτυακού εκφοβισμού τουλάχιστον μία φορά είναι διαφορετικά ανάλογα με την περιοχή που λαμβάνουμε υπόψη, αλλά είναι ούτως ή άλλως εντυπωσιακό το γεγονός ότι σε ένα ποσοστό θυμάτων διαδικτυακού εκφοβισμού που αγγίζει το 35% και 50% π, μόνο ένας στους δύο μίλησε για αυτό με τους γονείς του/της. Όταν βλέπετε το παιδί σας κλειστό και υποψιάζεστε κάποιο περιστατικό εκφοβισμού, πρέπει να βασιστείτε στον διάλογο, την επικοινωνία, η οποία βασίζεται στη σχέση εμπιστοσύνης που έχετε χτίσει μαζί του. Εάν γίνει τελικά εφικτός ο διάλογος με το παιδί τότε θα είναι πιο πιθανό να σας πει τι συμβαίνει.

Ωστόσο, λόγω του είδους της βίας που υφίστανται, της σύγχυσης που βιώνουν, της αίσθησης της ενοχής και της ανικανότητας, συχνά τα θύματα αρχίζουν να πιστεύουν ότι πρέπει να βγουν μόνα τους από αυτήν. Σε περιπτώσεις όπως αυτές, η παρατήρηση της συμπεριφοράς γίνεται θεμελιώδης για να προσπαθήσουμε να καταλάβουμε αν υπάρχει κάτι λάθος.

Τα στοιχεία αυτά μπορεί να αποτελούν ένδειξη άλλων προβλημάτων ή μιας φυσιολογικής περιόδους ανάπτυξης, αλλά αξίζουν σε κάθε περίπτωση να ληφθούν σοβαρά υπόψη. Καλό είναι λοιπόν να δίνετε προσοχή σε καταστάσεις όπως:

• Ξαφνική αλλαγή στη συμπεριφορά με φίλους, στο σχολείο ή σε άλλα μέρη όπου τα παιδιά συναναστρέφονται.
• Τα παιδιά διστάζουν να παρακολουθήσουν μέρη ή εκδηλώσεις που αφορούν άλλα άτομα.
• Τα παιδιά σταματούν να χρησιμοποιούν υπολογιστές, κινητά τηλέφωνα και άλλες τεχνολογίες για να επικοινωνούν με άλλους χωρίς προφανή λόγο.

• Τα παιδιά παρουσιάζουν σημάδια άγχους κάθε φορά που λαμβάνουν ένα μήνυμα ή ειδοποίηση.
• Εμφανίζουν κακή αυτοεκτίμηση, κατάθλιψη, διαταραχές διατροφής ή ύπνου.

ΜΕΡΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ

Κάθε εκπαιδευτικό έργο διαφέρει ανάλογα με την ηλικία και το είδος της σχέσης που έχετε δημιουργήσει με τα παιδιά σας. Εδώ είναι μερικές γενικές συμβουλές.

• Επικοινωνήστε με τα παιδιά σας. Κάντε τους να νιώσουν ότι μπορούν πάντα να ζητούν συμβουλές. Να θυμάστε ότι αν φοβούνται πως θα τους βάλετε τιμωρία ή θα έχουν αρνητικές συνέπειες, θα είναι πιο δύσκολο για αυτούς να σας πλησιάσουν ή να ζητήσουν συμβουλές. Ο διαδικτυακός εκφοβισμός εκμεταλλεύεται ένα κοινό που μερικές φορές είναι φοβισμένο και ανίκανο να πάρει θέση, άλλες φορές μπορεί να φαίνεται γοητευμένο. Θα πρέπει να δώσετε στα παιδιά σας να καταλάβουν ότι χωρίς αυτήν την «προστατευτική» στάση, ο διαδικτυακός εκφοβισμός δεν θα μπορούσε να συμβεί.

• Βοηθήστε τα να αποκτήσουν ισορροπία και να σέβονται τους άλλους. Βεβαιωθείτε ότι οι υπολογιστές, τα κινητά και τα tablet δεν αντικαθιστούν την «πραγματική» ζωή: όσο περισσότερο ταυτίζονται με αυτά που μοιράζονται στο Διαδίκτυο, τόσο περισσότερο μπορεί να πληγωθούν από αυτούς που τους επιτίθενται. Επιτρέψτε τους να βιώσουν μερικές εμπειρίες στις οποίες θεωρούν «την άποψη του άλλου», έτσι ώστε και στο διαδίκτυο να μπορούν πάντα να ενεργούν με σεβασμό στις απόψεις των άλλων.

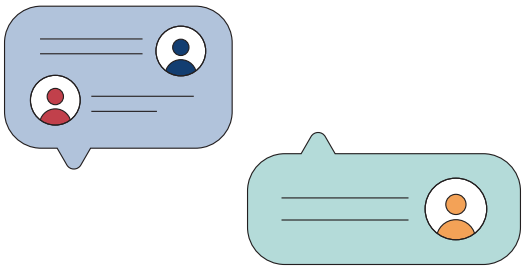
• Δώστε τους μια αίσθηση ιδιωτικότητας. Πρέπει να ξέρουν πώς να διαχειρίζονται το διαδίκτυο και πρέπει να ακολουθούν τους κανόνες που έχετε θεσπίσει μαζί. Δεν πρέπει ποτέ να δημοσιεύουν προσωπικά δεδομένα ή πάρα πολλές πληροφορίες, φωτογραφίες, βίντεο για τον εαυτό τους. Οι διαδικτυακοί εκφοβιστές θα μπορούσαν να χρησιμοποιήσουν αυτό το υλικό για προσβολή, εκβιασμό, δυσφήμιση κ.λπ. Ανάλογα με την ηλικία τους, βεβαιωθείτε ότι οι ρυθμίσεις απορρήτου οποιασδήποτε συνδεδεμένης συσκευής είναι σωστές.

Η πρόληψη του διαδικτυακού εκφοβισμού είναι αναμφίβολα καλύτερη από την παρέμβαση μετά από ένα περιστατικό. Αλλά να θυμάστε ότι αν συμβεί, υπάρχει τρόπος να παρέμβετε αποτελεσματικά και να διορθώσετε τα πράγματα. Εάν ανακαλύψετε ότι το παιδί σας είναι στο στόχαστρο, ρωτήστε το πώς μπορείτε να το βοηθήσετε με μια στρατηγική παρέμβασης. Τα παιδιά συχνά φοβούνται ότι ο γονέας θα αντιδράσει υπερβολικά, επιδεινώνοντας την

κατάστασή τους. Βάλτε λοιπόν τον εαυτό σας να ακούσει την ιστορία χωρίς να κρίνει: ένα θύμα διαδικτυακού εκφοβισμού χρειάζεται κατανόηση και παρηγοριά, γιατί η απλή αφήγηση του τι συνέβη είναι μια χειρονομία που απαιτεί θάρρος και εμπιστοσύνη στον ακροατή. Μόλις έχετε τα δεδομένα, μπορείτε να ξεκινήσετε μια πορεία ανάκτησης της αυτοεκτίμησης. Τα θύματα χρειάζονται βοήθεια για να κατανοήσουν τι δεν λειτούργησε στη σχέση τους με το Διαδίκτυο και τις εφαρμογές του, αλλά πρέπει επίσης να αισθάνονται ότι αυτό που συνέβη δεν είναι δικό τους λάθος αλλά των διαδικτυακών εκφοβιστών!

Παντού στην Ευρώπη υπάρχουν τηλεφωνικά και διαδικτυακά κανάλια ακρόασης όπου έμπειροι και ικανοί άνθρωποι είναι πάντα έτοιμοι να δώσουν συμβουλές και να περιορίσουν τις συνέπειες αυτού του φαινομένου. Επομένως, εάν ο διάλογος με τους γονείς δεν είναι αρκετός ή εάν το παιδί δεν αισθάνεται ικανό να πει στην οικογένεια τι συμβαίνει, είναι επιτακτική ανάγκη να γνωρίζει ότι μπορούν πάντα να χρησιμοποιούν αυτές τις υπηρεσίες.

Είναι σημαντικό να παρακολουθείτε τι συμβαίνει στο Διαδίκτυο, επειδή ο διαδικτυακός εκφοβισμός πρέπει να αντιμετωπιστεί διασφαλίζοντας ότι οι υπεύθυνοι ανακαλύπτονται, απομονώνονται και τιμωρούνται. Οι διαδικτυακοί εκφοβιστές πείθονται λανθασμένα ότι ενεργούν με ανωνυμία, αλλά αφήνουν πολλά ίχνη των πράξεών τους, τα οποία μπορεί να αποτελούν απόδειξη του εγκλήματος. Να θυμάστε ότι στις περισσότερες χώρες πολλές ενέργειες διαδικτυακού εκφοβισμού τιμωρούνται από το νόμο.



Αναφορές:

https://www.altalex.com/guide/cyberbullismo

https://www.agendadigitale.eu

https://www.generazioniconnesse.it

https://www.modugno.edu.it

https://www.idtheftcenter.org

https://blog.securly.com

Κεφάλαιο 2.1.2

ΡΗΤΟΡΙΚΗ ΜΙΣΟΥΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Εισαγωγή

Όσον αφορά τους διαδικτυακούς κινδύνους που στοχεύει να αντιμετωπίσει το Media Literacy for Parents, περίοπτη θέση κατέχει το φαινόμενο της ρητορικής μίσους, ένα θέμα γνωστό αλλά και νέο ταυτόχρονα.

Η ρητορική μίσους δυστυχώς υπάρχει στις ζωές μας από πολύ παλιά. Γεννήθηκε ως πρακτική που χρησιμοποιούταν για πολιτικούς ή θρησκευτικούς σκοπούς και μαρτυρήθηκε από την ιστορία. Η ρητορική μίσους είναι η ρίζα όλων των γενοκτονιών στον κόσμο και στοίχισε τη ζωή σε εκατομμύρια θύματα: ένα παράδειγμα, είναι η ρητορική μίσους στην εβραϊκή κοινότητα κατά τη φασιστική και ναζιστική περίοδο που διήρκεσε τον Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο. Σε κάθε εποχή και σε κάθε μέρος η υποκίνηση μίσους έχει δημιουργήσει τις προϋποθέσεις για να διχάσει μια κοινωνία και να δημιουργήσει ανθρώπους πρώτης και δεύτερης κατηγορίας.

Η ανάγκη για εκπαιδευτικές πρωτοβουλίες που στοχεύουν στο μίσος στο Διαδίκτυο μπορεί εν μέρει να φανεί στον αυξανόμενο όγκο κακοποίησης που εντοπίζεται στο Διαδίκτυο, μεγάλο μέρος της οποίας είναι ακραίο και ρατσιστικό και μπορεί να απειλήσει τις θεμελιώδεις αξίες μιας δημοκρατικής κοινωνίας. Ωστόσο, το διαδικτυακό μίσος δεν είναι απλώς ένα πρόβλημα που σχετίζεται με τον ρατσισμό και τις διακρίσεις είναι επίσης ένα πρόβλημα που σχετίζεται με τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο. Αυτό το καθιστά ένα σχετικά νέο φαινόμενο, το οποίο δεν αναγνωρίζεται ή κατανοείται πλήρως. Η «καινοτομία» της διαδικτυακής ρητορικής μίσους σημαίνει ότι αυτό είναι ένα πρόβλημα που ο κόσμος δεν γνωρίζει ακόμη πώς να αντιμετωπίσει.

«Η ρητορική μίσους έχει γίνει μια από τις πιο κοινές μορφές μισαλλοδοξίας και ξενοφοβίας στην Ευρώπη σήμερα. Ιδιαίτερη ανησυχία προκαλεί η αυξανόμενη παρουσία της ρητορικής μίσους στον πολιτικό λόγο και το πώς έχει γίνει κοινός τόπος στη δημόσια σφαίρα, ιδίως μέσω του Διαδικτύου. Όταν το απαράδεκτο αρχίζει να γίνεται αποδεκτό, θεωρείται πλέον «φυσιολογικό», έτσι δημιουργείτε πραγματική απειλή για τα ανθρώπινα δικαιώματα. Το Κίνημα Χωρίς ρητορική μίσους του Συμβουλίου της Ευρώπης ξεκίνησε για να μειώσει την αποδοχή της ρητορικής μίσους στο Διαδίκτυο και να βάλει τέλος στην «κανονικοποίησή» της. Κανείς δεν θα αρνιόταν ότι το Διαδίκτυο μας παρέχει αξιόλογα νέα εργαλεία επικοινωνίας, αλληλεγγύης, οργάνωσης κοινωνικών αλλαγών και ψυχαγωγίας. Δεν πρέπει όμως να του κάνουμε κατάχρηση και να το χρησιμοποιούμε ως μέσω διαδικτυακών βασανιστηρίων και προπαγάνδας. Η ελευθερία της έκφρασης στο Διαδίκτυο πρέπει να είναι αποδεκτή χωρίς φόβο στο Διαδίκτυο» (Thorbjørn Jagland, πρώην Γενικός Γραμματέας του Συμβουλίου της Ευρώπης).

Ρητορική μίσους στο διαδίκτυο και διαδικτυακός εκφοβισμός

Υπάρχει μια ισχυρή σχέση μεταξύ της ρητορικής μίσους στο διαδίκτυο και του διαδικτυακού εκφοβισμού, το θέμα που καλύφθηκε στο προηγούμενο υποκεφάλαιο. Ο διαδικτυακός εκφοβισμός είναι μια σχέση εξουσίας που στρέφεται εναντίον ενός ατόμου, ενώ η ρητορική μίσους συνήθως απαιτεί εχθρότητα και βία εναντίον μιας ολόκληρης ομάδας ανθρώπων. Ωστόσο, για τα θύματά τους, και οι δύο είναι μορφές βίας και ταπείνωσης. Η ρητορική μίσους και ο διαδικτυακός εκφοβισμός χρησιμοποιούν τα ίδια διαδικτυακά κανάλια. Συχνά συμβαίνει εναντίον ατόμων που θεωρούνται διαφορετικά, είτε λόγω καταγωγής, αναπηρίας, εθνικότητας ή άλλων λόγων. Για όλα τα παραπάνω χρησιμοποιείται προσβλητική και ενοχλητική συμπεριφορά. Σε πολλές περιπτώσεις, ο διαδικτυακός εκφοβισμός και η ρητορική μίσους συνδυάζονται και αυτό είναι πολύ επιζήμιο για άτομα και ομάδες. Ταυτόχρονα, το χτίσιμο της ανθεκτικότητας των νέων στην καταπολέμηση της ρητορικής μίσους μπορεί να στηρίξει την ανθεκτικότητά τους στην αντιμετώπιση του διαδικτυακού εκφοβισμού και αντίστροφα. Ο κριτικός γραμματισμός στα μέσα επικοινωνίας είναι ένα στήριγμα για την ενδυνάμωση των νέων και των οικογενειών τους να κατανοήσουν τα θέματα που διακυβεύονται στο Διαδίκτυο και να προστατεύσουν τους εαυτούς τους ή να αντιδράσουν στην κατάχρηση όταν συμβαίνει.

Ποιος είναι ο στόχος του μίσους στο διαδίκτυο;

Το πρόβλημα που ανακύπτει στο πλαίσιο της σωστής εκπαίδευσης των ενηλίκων και γονέων παιδιών σχολικής ηλικίας στα μέσα ενημέρωσης είναι να δημιουργηθεί ένα εμπόδιο στην πιθανότητα ότι οι πιο ανόμοιες μορφές ρητορικής μίσους που βρίσκονται στο Διαδίκτυο μπορούν να βλάψουν. Δηλώσεις και εικόνες γεμάτες μίσος μπορεί να καταλήξουν στην οθόνη πιθανών άμεσων στόχων καθώς και ατόμων που δεν μπορούν να αναγνωρίσουν τον κίνδυνο και ως εκ τούτου κινδυνεύουν να γίνουν προσηλυτιστές επαγγελματιών μίσους που κρύβονται στο δίκτυο. Επομένως, οι γονείς πρέπει να βοηθηθούν πρώτοι να αναγνωρίσουν τη ρητορική μίσους και να τη θεωρήσουν σοβαρή παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και των αρχών της δημοκρατίας. Μόνο έτσι μπορούν οι γονείς να βοηθήσουν τα παιδιά τους να μην πέσουν σε κάποια παρόμοια παγίδα, επειδή το Διαδίκτυο είναι ανοιχτό στην ελευθερία της έκφρασης τόσο με τη θετική όσο και με την αρνητική έννοια: μπορείτε να βρείτε τα πάντα εκεί, ειδικά ανάμεσα στα κοινωνικά κανάλια και τα διαδικτυακά παιχνίδια που συχνάζουν όλο και περισσότερο παιδιά και έφηβοι. Η απόρριψη των ρητορικών μίσους απαιτεί κριτική ανάλυση των αμέτρητων μηνυμάτων που λαμβάνει ο καθένας όταν είναι συνδεδεμένος. Για το λόγο αυτό, μιλάμε με την πλήρη έννοια μιας πραγματικής δραστηριότητας της εκπαίδευσης στα ΜΜΕ.

Ας θυμηθούμε ότι σύμφωνα με το Συμβούλιο της Ευρώπης, ένας σωστός ορισμός της ρητορικής μίσους καλύπτει «όλες τις μορφές έκφρασης που διαδίδουν, υποκινούν, προωθούν ή δικαιολογούν φυλετικό μίσος, ξενοφοβία, αντισημιτισμό ή άλλες μορφές

μίσους που βασίζονται στη μισαλλοδοξία, συμπεριλαμβανομένων: της εκφραζόμενης μισαλλοδοξίας από τον επιθετικό εθνικισμό και τον εθνομηδενισμό, τις διακρίσεις και της εχθρότητας κατά των μειονοτήτων, των μεταναστών και των ανθρώπων μεταναστευτικής καταγωγής».

Μπαίνοντας στη σημερινή πραγματικότητα, μπορούμε να πούμε ότι οι γυναίκες, οι ξένοι, οι πρόσφυγες, οι Εβραίοι, οι Ρομά, οι Μουσουλμάνοι και τα LGBTQI άτομα είναι οι προτιμώμενοι στόχοι της διαδικτυακής ρητορικής μίσους. Είναι, ωστόσο, ένας κατάλογος που θα επεκταθεί καθώς η κοινωνία γίνεται πιο περίπλοκη και διαφοροποιημένη.

Παρεμπιπτόντως, η ρητορική μίσους σπάνια είναι μια απόφαση, ναι-ή-όχι. Οι απόψεις διίστανται τόσο για το πώς πρέπει να ταξινομηθεί όσο και για το τι πρέπει να κάνουμε για αυτό.

Μέρος του λόγου για τη διαφορά απόψεων είναι ότι αυτές οι ερωτήσεις θεωρούνται από τους περισσότερους ανθρώπους ως σχετικές: εάν κάτι ταξινομείται ως ρητορική μίσους, φαίνεται να δικαιολογεί κάποια ενέργεια. Εάν δεν είναι, υποθέτουμε ότι είναι αποδεκτό, ή τουλάχιστον, ότι πρέπει να γίνει ανεκτό. Αυτό σημαίνει ότι ο ορισμός που χρησιμοποιούμε φαίνεται επίσης να μας λέει πότε πρέπει να δράσουμε.

Μερικοί άνθρωποι διστάζουν να «δράσουν» κατά της ρητορικής μίσους, επειδή το βλέπουν ως απαράδεκτο όριο στην ελευθερία της έκφρασης. Αυτό είναι χαρακτηριστικό της προσέγγισης των ΗΠΑ, όπου ο όρος «ρητορική μίσους» χρησιμοποιείται για να αναφέρεται μόνο στις χειρότερες περιπτώσεις, για παράδειγμα, όταν γίνονται άμεσες απειλές για τη ζωή ή την ασφάλεια κάποιου. Αλλά για εμάς, στην ΕΕ, η προσέγγιση που επικρατεί είναι λίγο διαφορετική: απαιτείται αντίδραση για οτιδήποτε εμπίπτει στον ορισμό που παρέχει το Συμβούλιο της Ευρώπης. Ωστόσο, είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι το «κάνω κάτι» δεν σημαίνει ότι περιορίζουμε την ομιλία ή την απαγορεύουμε: υπάρχουν πολλοί άλλοι τρόποι με τους οποίους μπορούμε να ανταποκριθούμε!

Οι συνέπειες που πρέπει να αποφευχθούν από τη ρητορική μίσους στο διαδίκτυο

Το Διαδίκτυο επιτρέπει απεριόριστη διάδοση και πρόσβαση σε ομιλίες που συχνά προκαλούν ένα αλυσιδωτό αποτέλεσμα, με τις λέξεις να γίνονται όλο και πιο χυδαίες και βίαιες καθώς διαδίδονται. Από την άλλη πλευρά, η αίσθηση φαινομενικής ατιμωρησίας που συνδέεται με τη σχετική ανωνυμία των μισητών στο Διαδίκτυο προσφέρει μια ελευθερία χωρίς ευθύνη και επιτρέπει την απελευθέρωση της ρατσιστικής, ξενοφοβικής, αντισημιτικής, ομοφοβικής και σεξιστικής διατύπωσης. Αυτό μπορεί να έχει καταστροφικές επιπτώσεις στους νέους που αναζητούν τη δική τους ταυτότητα και έχουν συνηθίσει να επικοινωνούν γρήγορα, για παράδειγμα μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και των διαδικτυακών παιχνιδιών, και πολύ συχνά επίσης ανώνυμα.

Το διαδικτυακό μίσος μπορεί να εκφραστεί μέσω βίντεο και φωτογραφιών, καθώς και στην πιο οικεία μορφή του «κειμένου». Οι οπτικές ή ηλεκτρονικές μορφές μπορούν συχνά να έχουν μεγαλύτερο αντίκτυπο στις συνειδητές και υποσυνείδητες στάσεις.

Εάν η ρητορική μίσους δεν αμφισβητηθεί, οδηγεί περαιτέρω τις παραβιάσεις των ανθρωπίνων δικαιωμάτων: τα αρνητικά στερεότυπα διαδίδονται σε όλη την κοινωνία, οι ομάδες περιθωριοποιούνται και απομονώνονται ολοένα και περισσότερο, οι συγκρούσεις και ο διχασμός αυξάνεται και η κακοποίηση ή οι απειλές αυξάνονται καθώς δοκιμάζονται νέα όρια . Στις χειρότερες περιπτώσεις, η απλή «έκφραση» αρχίζει να μεταφράζεται σε σωματική κακοποίηση. Η ρητορική μίσους μπορεί να οδηγήσει σε έγκλημα μίσους, δεσμεύοντας τα ανθρώπινα δικαιώματα που σχετίζονται με την προσωπική ασφάλεια. Τα εγκλήματα μίσους συνοδεύονται πάντα από ρητορική μίσους: δεν καταλήγουν όλες οι ρητορικές μίσους σε εγκλήματα μίσους, αλλά τα εγκλήματα μίσους περιλαμβάνουν πάντα ρητορική μίσους.

Σε ένα τέτοιο πλαίσιο, η εκπαίδευση στα ανθρώπινα δικαιώματα είναι πρωταρχικής σημασίας για τους γονείς, καθώς παρέχει ένα ισχυρό εργαλείο για την αντιμετώπιση της ρητορικής μίσους στο διαδίκτυο, αναπτύσσοντας τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις στάσεις των νέων για την αντιμετώπιση της ρητορικής μίσους από μια προσέγγιση βασισμένη στα ανθρώπινα δικαιώματα. Η προσέγγιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων βοηθά όχι μόνο στην ανάπτυξη της εν συναίσθησης και του σεβασμού για τους άλλους, ενθαρρύνοντας επίσης την ενεργό συμμετοχή.

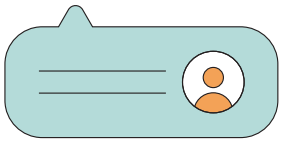
Ο ρόλος των γονέων να προστατεύουν τα παιδιά και τους εφήβους από τη ρητορική μίσους στο διαδίκτυο

Παρόλο που οι κυβερνήσεις και άλλοι οργανισμοί εργάζονται σκληρά για την κατάργηση της ρητορικής μίσους στο διαδίκτυο, με τόσους πολλούς ανθρώπους να μοιράζονται τις απόψεις τους στο διαδίκτυο, μπορεί να είναι δύσκολο να το σταματήσουν εντελώς. Δεν αρκεί, λοιπόν, να βασιζόμαστε στην παρέμβαση των αρμόδιων αρχών, αλλά πρέπει καταρχήν να κινητοποιηθούν όλοι, για την υπεράσπιση των παιδιών τους και γενικότερα των πιο ευάλωτων νέων.

Οι πρακτικές συμβουλές που απευθύνονται στους γονείς είναι εξαιρετικά παρόμοιες με αυτές που έχουν ήδη επισημανθεί σχετικά με τον διαδικτυακό εκφοβισμό: είναι απαραίτητο να είστε πολύ προσεκτικοί στη διακριτική συνοδεία των παιδιών στις διαδικτυακές δραστηριότητές τους, χωρίς να παραβιάζετε κατάφωρα το απόρρητό τους, αλλά ταυτόχρονα να κρατάτε ψηλά την επιφυλακή σας έναντι των κινδύνων. Η παρατήρηση πρώιμων ενδείξεων δυσφορίας στις καθημερινές τους συμπεριφορές και κατά την πραγματοποίηση διαδικτυακών δραστηριοτήτων που συνήθως είναι ευχάριστες για αυτούς μπορεί να βοηθήσει στην πιο αποτελεσματική παρέμβαση.

Όταν έρχεται στο φως μια κατάσταση έκθεσης σε ρητορική μίσους στο διαδίκτυο, είναι απαραίτητο να αναφέρετε το περιστατικό στις αρχές που είναι σε θέση ερευνηθούν και να εντοπιστούν οι ένοχοι, χωρίς να παραλείψετε οποιαδήποτε αναφορά από τους διαχειριστές του ιστότοπου ή της εφαρμογής όπου η υποκίνηση μίσους εμφανίστηκε. Αλλά δεν αρκεί: οι γονείς πρέπει πάντα να προσέχουν να μην είναι το παιδί τους αυτό που προκαλεί ρητορική μίσους. Σε αυτή την περίπτωση, οι γονείς πρέπει να δράσουν γρήγορα, ξεκινώντας έναν εποικοδομητικό διάλογο με στόχο να καταστεί σαφές πόσο σοβαρή ήταν η συμπεριφορά τους.

Τελευταίο αλλά εξίσου σημαντικό: το Διαδίκτυο μπορεί να είναι επικίνδυνο από μόνο του εάν υφίσταται κακή διαχείριση, μια πρόσφατη έρευνα δείχνει ότι οι νέοι που είναι ευάλωτοι εκτός σύνδεσης είναι επίσης ευάλωτοι στο διαδίκτυο. Είναι πιο επιρρεπείς σε άτομα που θέλουν να τους επηρεάσουν, και το πιο πιθανό είναι να προσπαθήσουν να γίνουν όμοιοι με τους άλλους για να γίνουν αποδεκτοί ως φίλοι. Το να βρίσκεστε πίσω από μια οθόνη μπορεί να μειώσει ή να εξαλείψει τις συνήθεις (φυσικές ή μαθημένες) αναστολές των ανθρώπων. Για κάποιους που επηρεάζονται εύκολα, αυτό μπορεί να σημαίνει ότι υιοθετούν τις στάσεις και τις πεποιθήσεις μιας ομάδας στην οποία συμμετέχουν στο διαδίκτυο. Συχνά οι νέοι είναι πιο ευάλωτοι στη ριζοσπαστικοποίηση, καθώς είναι πιο έμπιστοι και ευαίσθητοι σε αυτό το είδος αποπλάνησης. Υπήρξαν επίσης περιπτώσεις όπου μέσω του «mate crime» στοχοποιήθηκαν ευάλωτα άτομα με σκοπό να εκμεταλλευτούν την απομόνωσή τους για να τα εκμεταλλευτούν.



Αναφορές:

«Σελιδοδείκτες - Εγχειρίδιο για την καταπολέμηση της ρητορικής μίσους στο διαδίκτυο μέσω της εκπαίδευσης για τα ανθρώπινα δικαιώματα», Συμβούλιο της Ευρώπης.
Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://rm.coe.int/168065dac7
"Silence Hate! Un manuale pratico per educare a contrastare il discorso d'odio", Centro Zaffiria – Cospe. Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://www.silencehate.it/wp-content/uploads/2019/05/silence-hate-un-manuale-pratico.pdf
"Tangram 43", Confederazione svizzera, bollettino della CFR. Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://www.ekr.admin.ch/pdf/TANGRAM_43.pdf#page=92
"Tackling hate speech online". Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://www.internetmatters.org/connecting-safely-online/wp-content/uploads/sites/2/2020/06/IM-CSO-Hate-Speech.pdf

Κεφάλαιο 2.1.3

SEXTING, ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΣ ΕΚΒΙΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΑΠΟΠΛΑΝΗΣΗ ΜΕΣΩ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

Τι είναι το sexting;

Sexting είναι η αποστολή, λήψη ή προώθηση μηνυμάτων με σεξουαλικό περιεχόμενο: κείμενο, εικόνες/φωτογραφίες ή/και βίντεο του ίδιου ή άλλων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ή μέσω καναλιών υπηρεσίας messenger. Πολλοί νέοι δεν γνωρίζουν ότι η παραγωγή, η κατοχή, η διανομή ή/και η μετάδοση εικόνων και βίντεο ενός ατόμου κάτω των 14 ετών με γυμνό ή σεξουαλικές στάσεις θεωρείται παιδική πορνογραφία στις περισσότερες χώρες και υπόκειται σε δίωξη ακόμη και αν γίνεται από κάποιο νεαρό άτομο.Συχνά είναι τα νεαρά κορίτσια που ενδιαφέρονται ή είναι ερωτευμένα για ένα αγόρι που καλούνται να «στείλουν γυμνό» ως «απόδειξη» της αγάπης τους. Ακόμα κι αν η εικόνα/βίντεο σταλεί μέσα σε μια σχέση αγάπης, μπορεί να μετατραπεί σε μέσο εκδίκησης σε μεταγενέστερο στάδιο, για παράδειγμα όταν ένας από τους συντρόφους αποφασίσει να τερματίσει τη σχέση. Σε άλλες περιπτώσεις δεν πρόκειται καν για κάποιον που γνωρίζουν στον «πραγματικό κόσμο» αλλά μόνο από το Διαδίκτυο. Το μήνυμα μπορεί επίσης να πέσει σε «ψεύτικα χέρια» - μερικές φορές ακούσια - και να χρησιμοποιηθεί για εκβιασμό και εκφοβισμό.

ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΒΙΝΤΕΟ

Παρακολουθήστε αυτό το βίντεο για να βρείτε μερικές συμβουλές για το πώς να αντιμετωπίσετε αυτό το θέμα με το παιδί σας: **Sexting - Συμβουλές βίντεο - Τι πρέπει να γνωρίζουν οι γονείς - Θέματα Διαδικτύου** https://www.internetmatters.org/issues/sexting/

Μπορείτε επίσης να συμβουλευτείτε αυτόν τον ιστότοπο για να λάβετε πιο λεπτομερείς πληροφορίες:
https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/online-safety/sexting-sending-nudes/

Τι είναι το sextortion (σεξουαλικός εκβιασμός);

Ο εκβιασμός αναφέρεται σε μια μορφή εκβιασμού κατά την οποία χρησιμοποιούνται σεξουαλικές εικόνες για να εκβιάσουν χρήματα ή «υπηρεσίες» από άλλους. Στη χειρότερη περίπτωση δεν απαιτούνται μόνο φωτογραφίες/βίντεο με σεξουαλικό περιεχόμενο, αλλά και σωματικές συναντήσεις με το θύμα που μπορεί να οδηγήσουν σε σωματική σεξουαλική κακοποίηση και παραβίαση. Αυτό συμβαίνει και στα κορίτσια και στα αγόρια.

ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΒΙΝΤΕΟ

Μπορείτε να παρακολουθήσετε αυτό το βίντεο στο YouTube για καλύτερη κατανόηση αλλά και για να συζητήσετε το θέμα με το παιδί σας: **SEXTORTION, ο εκβιασμός ξεκίνησε μετά από μια προσφορά διαδικτυακού σεξ** https://www.youtube.com/watch?v=agbtK5Me8rg

Το Sexting και το sextortion εμφανίζονται επίσης μεταξύ των ενηλίκων. Τα παιδιά, σχετίζονται συνήθως με την αποπλάνηση. Επομένως, ισχύουν τα ίδια μέτρα πρόληψης που αναφέρονται παρακάτω.

Τι είναι η Αποπλάνηση μέσω Διαδικτύου;

Η αποπλάνηση μέσω Διαδικτύου είναι όταν κάποιος χρησιμοποιεί το Διαδίκτυο για να δημιουργήσει μια σχέση με ένα παιδί ή ένα νεαρό άτομο, με τελικό στόχο να το χειραγωγήσει, να το εκμεταλλευτεί και να το κακομεταχειριστεί.

ΔΕΣ ΑΥΤΟ ΤΟ ΒΙΝΤΕΟ

Παρακολουθήστε αυτό το βίντεο που βασίζεται σε μια πραγματική υπόθεση διαδικτυακής αποπλάνησης για να λάβετε μια καλύτερη εικόνα για το πώς ένας διαδικτυακός δράστης μπορεί να προσπαθήσει να 'περιποιηθεί' ένα παιδί στο διαδίκτυο: **Emily's Story - Online Grooming**
http://www.youtube.com/watch?v=GOsgQbmvuUQ

ΣΗΜΑΝΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΑΠΟΠΛΑΝΗΣΗ ΜΕΣΩ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

• Οποιοσδήποτε μπορεί να είναι διαδικτυακός εκβιαστής, ανεξάρτητα από την ηλικία, το φύλο ή τη φυλή του.

• Η αποπλάνηση μπορεί να πραγματοποιηθεί σε σύντομο ή μεγάλο χρονικό διάστημα – από εβδομάδες έως χρόνια.

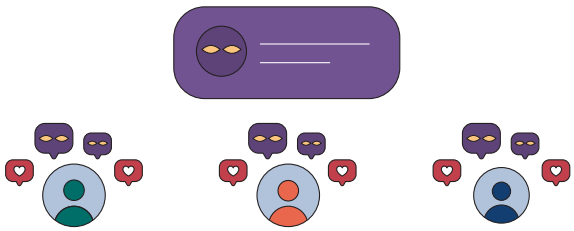
• Οι εκβιαστές μπορούν επίσης να δημιουργήσουν μια σχέση με την οικογένεια ή τους φίλους του νεαρού ατόμου για να τους κάνουν να φαίνονται αξιόπιστοι ή έγκυροι.

• Οι εκβιαστές ενδέχεται να αποκρύψουν ποιοι είναι στο διαδίκτυο στέλνοντας φωτογραφίες ή βίντεο άλλων ατόμων. Μερικές φορές αυτό θα είναι από κάποιον νεότερο από αυτούς για να κερδίσει την εμπιστοσύνη ενός «συνομήλικου».

• Οι εκβιαστές προσπαθούν να απομονώσουν τα παιδιά από τους φίλους και την οικογένειά τους, κάνοντάς τα να αισθάνονται εξαρτημένα από αυτά, ώστε να έχουν εξουσία και έλεγχο πάνω τους.

• Μπορεί να χρησιμοποιήσουν εκβιασμό για να κάνουν ένα παιδί να αισθανθεί ενοχή και ντροπή ή να εισάγουν την ιδέα των «μυστικών» για να ελέγξουν, να φοβίσουν και να εκφοβίσουν.

• Είναι σημαντικό να θυμάστε ότι τα παιδιά και οι νέοι μπορεί να μην καταλαβαίνουν ότι εξαπατώνται. Μπορεί να έχουν περίπλοκα συναισθήματα όπως πίστη, θαυμασμό, αγάπη, καθώς και φόβο, αγωνία και σύγχυση προς τον εκβιαστή τους.

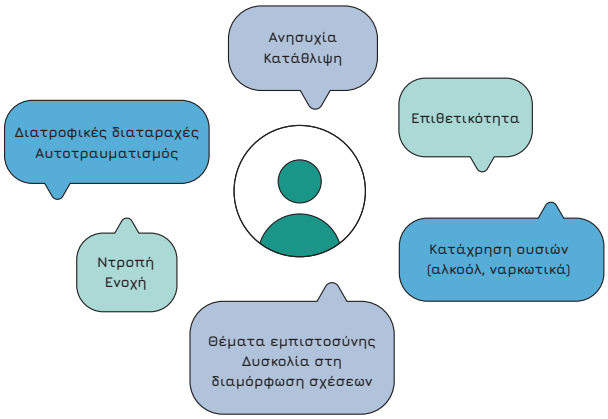


ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΤΙΚΑ ΣΗΜΑΔΙΑ ΟΤΙ ΕΝΑ ΠΑΙΔΙ ΕΙΝΑΙ ΘΥΜΑ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗΣ ΑΠΟΠΛΑΝΗΣΗΣ

Η αποπλάνηση μέσω διαδικτύου μπορεί να είναι δύσκολο να εντοπιστεί από τους γονείς, καθώς οι εκβιαστές συχνά συμβουλεύουν τα παιδιά να μην αναφέρουν τη σχέση τους με κανέναν. Τα σημάδια δεν είναι πάντα ξεκάθαρα και συχνά μπορεί να θεωρηθούν ως φυσιολογική συμπεριφορά, ειδικά με τους εφήβους. Ακολουθούν ορισμένα προειδοποιητικά σημάδια που μπορεί να σας βοηθήσουν να προσδιορίσετε εάν το παιδί σας βιώνει ένα τέτοιο περιστατικό στο διαδίκτυο:

- Το παιδί σας είναι μυστικοπαθές και δεν σας επιτρέπει να ελέγξετε τις δραστηριότητές του.
- Το παιδί σας περνάει περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο το βράδυ.
- Το παιδί σας λαμβάνει δώρα/χρήματα από άγνωστη πηγή.
- Το παιδί σας δυσκολεύεται να μείνει μακριά από το τηλέφωνό του.
- Το παιδί σας πηγαίνει σε ασυνήθιστα μέρη για να συναντήσει φίλους.
- Το παιδί σας φαίνεται λυπημένο, αποτραβηγμένο, απασχολημένο, ανήσυχο και επιθετικό.
- Το παιδί σας χρησιμοποιεί σεξουαλική γλώσσα ή συμπεριφορά πέρα από αυτή που είναι κατάλληλο για την ηλικία του.

Οι επιπτώσεις και ο αντίκτυπος που μπορεί να έχει η διαδικτυακή αποπλάνηση στα παιδιά σας πρέπει να λαμβάνεται σοβαρά υπόψη, καθώς μπορεί να έχει τις ακόλουθες αρνητικές επιπτώσεις στα παιδιά:



ΠΩΣ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ;

Μάθετε σε ποιον μιλάει το παιδί σας και με ποιον επικοινωνεί. Εάν εξακολουθείτε να αισθάνεστε άβολα, συζητήστε το με τους φίλους του, τον δάσκαλό του ή κάποιον που μπορεί να σας το πει.

Ξεκινήστε δίνοντάς τους συμβουλές από μικρή ηλικία σχετικά με τους κινδύνους της επικοινωνίας μέσω του διαδικτύου και της κοινής χρήσης προσωπικών στοιχείων. Παρακολουθήστε τη χρήση/δραστηριότητες του παιδιού σας στο διαδίκτυο. Μάθετε ποια πλατφόρμα χρησιμοποιεί και κατανοήστε τις δραστηριότητές του στο διαδίκτυο.

Η επικοινωνία με τους εφήβους μερικές φορές μπορεί να γίνει δύσκολη. Είναι πάντα σημαντικό να συζητάτε με τα παιδιά σας δείχνοντας υποστήριξη και κατανόηση. Το παιδί σας πρέπει να ξέρει ότι μπορεί να σας προσεγγίσει με ειλικρίνεια, ανεξάρτητα από το πόσο μπλεγμένος μπορεί να είναι.

Ως γονιός, πρέπει να ξέρετε πού να ζητήσετε βοήθεια εάν το παιδί σας απειληθεί με οποιονδήποτε τρόπο. Ενημερωθείτε για τους διαφορετικούς τύπους και τα κανάλια υποστήριξης (γραμμές βοήθειας, εθνικές πολιτικές, κέντρα βοήθειας κ.λπ.) για θύματα διαδικτυακής περιποίησης στη χώρα σας.

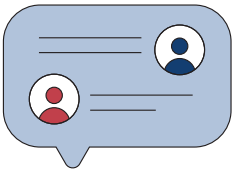
ΔΙΔΑΞΤΕ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΣΑΣ ΤΑ ΑΚΟΛΟΥΘΑ:

• Να μην δέχονται αιτήματα φιλίας από άτομα που δεν γνωρίζουν στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

• Διαμορφώστε τις ρυθμίσεις απορρήτου τους για να κρύβουν τις αναρτήσεις στο διαδίκτυο και να κάνουν το προφίλ τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ιδιωτικό.

• Να μην γίνεται υπερβολική κοινή χρήση προσωπικών πληροφοριών στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, όπως αριθμοί τηλεφώνου, διεύθυνση κατοικίας, αριθμός τραπεζικού λογαριασμού κ.λπ.

• Μιλήστε όταν κινδυνεύουν ή όταν τους απευθύνει ένας πιθανός θηρευτής.



Πηγές για περαιτέρω ανάγνωση

NSPCC (2019). “Περιποίηση”. Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://www.nspcc.org.uk/what-is-child-abuse/types-of-abuse/grooming/

NSPCC (2019). “Talking about difficult topics”. Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/support-for-parents/talking-about-difficult-topics/

NSPCC (2019). “Keeping Children safe”. Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/support-for-parents/talking-about-difficult-topics/

Council of Europe (2020) “Child Friendly material”. Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://www.coe.int/en/web/children/child-friendly-materials

Kids Help Line. (2019)“Being safe on the internet”. Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://kidshelpline.com.au/kids/issues/being-safe-internet

Κεφάλαιο 2.1.4

ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ: ΔΙΑΚΡΙΝΟΝΤΑΣ ΨΕΥΔΕΙΣ ΕΙΔΗΣΕΙΣ ΣΕ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΚΑΙ ΨΗΦΙΑΚΑ ΜΕΣΑ

Συχνά εμείς οι ίδιοι ως γονείς και εκπαιδευτικοί δεν μπορούμε ή δεν κάνουμε προσπάθεια να διακρίνουμε ποιο μέρος των πληροφοριών που λαμβάνουμε είναι αληθινό, με βάση πραγματικά γεγονότα και ποιο επινοείται για τον έναν ή τον άλλο σκοπό - τα λεγόμενα fake news. Γι' αυτό είναι σημαντικό να μάθουμε να αξιολογούμε σωστά τις πληροφορίες που συναντάμε.

Τι είναι οι «ψευδείς ειδήσεις»;

Πρόκειται για ψευδείς ή παραπλανητικές πληροφορίες που στοχεύουν να σχηματίσουν μια συγκεκριμένη γνώμη ή να σας παρακινήσουν να προβείτε σε μια ενέργεια (αγορά, αντίδραση κ.λπ.).

Υπάρχουν διάφοροι τύποι ψευδών ειδήσεων. Κάποιες δημιουργούνται εντελώς συνειδητά για κέρδος (χρήματα, επιρροή, φήμη). Άλλες δημιουργούνται ακούσια λόγω λάθους, απροσεξίας ή απλώς αντικατοπτρίζουν την υποκειμενική γνώμη κάποιου.

Παραπληροφόρηση

Σε αντίθεση με την παραπληροφόρηση, η οποία διαδίδεται σκόπιμα και επιδιώκει ορισμένους στόχους, η παραπληροφόρηση είναι η ακούσια διάδοση εσφαλμένων πληροφοριών. Καθένας από εμάς το κάνει αυτό σε καθημερινή βάση, όταν για παράδειγμα μοιραζόμαστε γνήσιες πληροφορίες, αλλά άθελά μας συγχέουμε ορισμένες από τις λεπτομέρειες.

Σας συνιστούμε να κάνετε πάντα στον εαυτό σας τις ακόλουθες ερωτήσεις και να ενθαρρύνετε τα παιδιά σας να κάνουν το ίδιο:

- **Είναι αληθείς αυτές οι πληροφορίες;**
- **Ποια είναι η πρόθεση πίσω από αυτή τη δημοσίευση;**

Η παραπληροφόρηση (Disinformation) είναι ψευδείς ή ανακριβείς πληροφορίες που διαδίδονται ΣΚΟΠΙΜΑ. Λέγεται και «προπαγάνδα».

Η παραπληροφόρηση (Misinformation) είναι ψευδείς ή ανακριβείς πληροφορίες που διαδίδονται ΑΚΟΥΣΙΑ. Συμβαίνει συχνά στην καθημερινότητά μας και είναι σημαντικό

για εμάς ως γονείς να μπορούμε να το ξεχωρίζουμε από την παραπληροφόρηση και να εξηγούμε τη διαφορά στα παιδιά μας.

Εμπορικές αναρτήσεις και άρθρα - Λάβετε υπόψη ότι μερικές φορές οι εμπορικές διαφημιστικές αναρτήσεις και τα άρθρα μπορεί να περιέχουν παραπλανητικές πληροφορίες προκειμένου να αυξήσουν το κοινό ή τις πωλήσεις τους.

Γιατί οι άνθρωποι δημιουργούν ψευδείς ειδήσεις;

Μερικοί από τους πιο συνηθισμένους λόγους για τη δημιουργία ψευδών ειδήσεων είναι:

• Για να πείσετε άλλους να προβούν σε μια ενέργεια ή να υποστηρίξουν ή να αντιταχθούν σε έναν σκοπό ή έναν πολιτικό υποψήφιο.
• Για να κάνουν τους ανθρώπους να κάνουν κλικ σε ιστότοπους, ώστε να εκτίθενται σε διαφημίσεις και να μπορούν να αγοράσουν ένα προϊόν.
• Μερικοί άνθρωποι παράγουν ψεύτικες ειδήσεις που έχουν σχεδιαστεί για να φαίνονται αληθινές για διασκέδαση.
• Μερικές φορές είναι απλώς λάθος και όχι ψευδείς ειδήσεις. Όμως όσοι το δημοσιεύουν ή το πουν έχουν υποχρέωση να το διορθώσουν.

Ωστόσο, το κύριο κίνητρο πίσω από αυτούς τους λόγους είναι - να κερδίσει κάποιος χρήματα.

ΚΥΡΙΑ ΕΙΔΗ ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ:

• Κατασκευασμένο περιεχόμενο: εντελώς ψευδές περιεχόμενο.
• Περιεχόμενο χειραγώγησης: παραμόρφωση γνήσιων πληροφοριών ή εικόνων, για παράδειγμα ένας τίτλος που γίνεται πιο εντυπωσιακός, που συχνά διαδίδεται με «clickbait».
• Περιεχόμενο απατεώνων: πλαστοπροσωπία γνήσιων πηγών, για παράδειγμα με χρήση της επωνυμίας ενός καθιερωμένου πρακτορείου ειδήσεων.
• Παραπλανητικό περιεχόμενο: παραπλανητική χρήση πληροφοριών, για παράδειγμα με την παρουσίαση σχολίου ως γεγονός.
• Ψευδές πλαίσιο σύνδεσης: ακριβές περιεχόμενο που κοινοποιείται με ψευδείς πληροφορίες σχετικά με τα συμφραζόμενα, για παράδειγμα όταν μια επικεφαλίδα ενός άρθρου δεν αντικατοπτρίζει το περιεχόμενο.
• Σάτιρα και παρωδία: παρουσίαση χιουμοριστικών αλλά ψευδών ιστοριών σαν να είναι αληθινές. Αν και συνήθως δεν κατηγοριοποιούνται ως ψευδείς ειδήσεις, αυτό μπορεί να ξεγελάσει ακούσια τους αναγνώστες.

Η διαφορά μεταξύ γεγονότων και απόψεων

Οι ποιοτικές ειδήσεις πρέπει να βασίζονται σε γεγονότα, σε αδιαμφισβήτητες πληροφορίες. Είναι σημαντικό ως γονιός να μπορείς να διακρίνεις γεγονότα όταν διαβάζεις ή παρακολουθείς ειδήσεις. Το επόμενο βήμα είναι να διδάξετε στα παιδιά σας πώς να το κάνουν.

Γεγονότα: Τα γεγονότα αναφέρονται σε κάτι αληθινό ή πραγματικό, το οποίο υποστηρίζεται από στοιχεία, τεκμηρίωση. Ένα γεγονός βασίζεται σε παρατήρηση ή έρευνα και παρουσιάζει την αντικειμενική πραγματικότητα - ένα γεγονός ή μια πληροφορία, βασισμένη σε πραγματικά περιστατικά. Ένα γεγονός μπορεί εύκολα να επαληθευτεί με στοιχεία. Μπορεί να αποδειχθεί αληθινό ή ψευδές. Είτε είναι αλήθεια είτε όχι.

Απόψεις: Οι απόψεις είναι η ατομική, υποκειμενική ερμηνεία των γεγονότων. Η ερμηνεία ενός γεγονότος από υποκειμενική σκοπιά μπορεί να δώσει εντελώς διαφορετικές έννοιες ανάλογα με το ποιος το αντιπροσωπεύει και το ερμηνεύει. Αυτό συμβαίνει ακόμη και από σοβαρούς, καταξιωμένους δημοσιογράφους.

Μια γνώμη βασίζεται σε προσωπική άποψη ή συναίσθημα. Είναι μια υποκειμενική δήλωση. Είναι μια αντίληψη για κάτι.

Η επαλήθευση μιας γνώμης δεν είναι δυνατή.

Υπάρχουν πολλοί διαφορετικοί ενδιαφέροντες και διασκεδαστικοί τρόποι για να προσελκύσετε την προσοχή των παιδιών στο θέμα και να κάνετε τη διδασκαλία και την εκπαίδευση παιχνίδι για όλη την οικογένεια.

Μπορείτε να παίξετε αποκλειστικά διαδικτυακά παιχνίδια μαζί με τα παιδιά σας:

www.roomrecess.com/mobile/FactAndOpinion/play.html
www.brainpop.com/english/writing/factandopinion/quiz/
www.wordwall.net/resource/48813/english/quiz-fact-or-opinion
www.educationquizzes.com/ks2/english/fact-and-opinion/

Πώς να ξεχωρίσετε τις ψευδείς ειδήσεις;
Υπάρχουν αρκετοί βασικοί τρόποι για να διακρίνετε τις ψευδείς ειδήσεις. Συνιστούμε να εστιάσετε συνειδητά για μία εβδομάδα σε κάθε πληροφορία που σας ελκύει και να την αξιολογήσετε χρησιμοποιώντας τα παρακάτω κριτήρια:

• **Εξετάστε την πηγή** - Ελέγχετε πάντα προσεκτικά την πηγή των πληροφοριών – πού δημοσιεύονται (ιστότοπος, μέσα ενημέρωσης), ποιος είναι ο ιδιοκτήτης αυτού του μέσου, ποια είναι η αποστολή και τα στοιχεία επικοινωνίας του.
• **Διαβάστε το περιεχόμενο** - Πολύ συχνά, οι τίτλοι διατυπώνονται για να κερδίσετε περισσότερα κλικ. Διαβάστε όλη την ιστορία.
• **Ελέγξτε τον συγγραφέα** - Κάντε μια έρευνα για τον συγγραφέα. Είναι πραγματικό πρόσωπο αυτό;
Ποια άλλα έργα/άρθρα/αναρτήσεις έχει δημοσιεύσει; Μπορείς να την/τον εμπιστευτείς;
• **Ελέγξτε την αυθεντικότητα** - Είναι αστείο ή παρωδία;
Εάν οι πληροφορίες είναι πολύ καλές για να είναι αληθινές , μπορεί να είναι απλώς ένα αστείο.
• **Ελέγξτε τις δικές σας προκαταλήψεις** - Λάβετε υπόψη τις δικές σας πεποιθήσεις σχετικά με το θέμα.
Θα μπορούσαν να επηρεάσουν την κρίση σας;
• **Ελέγξτε προσεκτικά τις φωτογραφίες και τα πολυμέσα** – Η προέλευση των εικόνων και των βίντεο μπορεί να βρεθεί μέσω μιας αντίστροφης αναζήτησης.

Μην αφήνετε τις ψεύτικες ειδήσεις να σας εμποδίζουν από το να απολαμβάνετε τις πληροφορίες που διαβάζετε στο διαδίκτυο. Δεν χρειάζεται να αμφιβάλλετε για όλα όσα διαβάζετε. Αρκεί να αναπτύξετε την κριτική σας σκέψη και να έχετε επίγνωση του τρόπου με τον οποίο σας επηρεάζουν οι πληροφορίες. Επιλέξτε προσεκτικά τις πηγές σας. Γνωρίζοντας ότι υπάρχουν ψευδείς ειδήσεις, ελέγξτε τις πληροφορίες πριν τις κοινοποιήσετε ή σχηματίσετε μια σίγουρη γνώμη βάσει αυτών. Μπορείτε να ελέγξετε τα γεγονότα σε ιστότοπους όπως:

https://www.Snopes.com
http://www.Factcheck.org

Οι ψευδείς ειδήσεις στοχεύουν πάντα στα συναισθήματά μας
Όταν αισθάνεστε έντονα συναισθήματα όταν διαβάζετε/βλέπετε κάτι στο διαδίκτυο, σας συνιστούμε να κάνετε τις ακόλουθες ερωτήσεις:

- **Τι συναισθήματα νιώθω αφού δω το αντικείμενο;**
- **Γιατί ακριβώς νιώθω αυτά τα συναισθήματα;**
- **Πώς επηρεάζουν τα συναισθήματά μου τη σκέψη μου;**
- **Ποιο μέρος των ειδήσεων προκαλεί αυτά τα συναισθήματα;**

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα καθολικά συναισθήματα μπορείτε να βρείτε στον ακόλουθο ιστότοπο:

https://www.paulekman.com/universal-emotions/

Μάθετε στα παιδιά σας να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους και να δίνουν προσοχή στα συναισθήματά τους. Ποτέ δεν είναι πολύ νωρίς ή πολύ αργά για να ξεκινήσουμε την εξερεύνηση της συναισθηματικής νοημοσύνης και τον τρόπο με τον οποίο οι ειδήσεις και οι πληροφορίες στα μέσα ενημέρωσης πυροδοτούν τα συναισθήματά μας. Όταν καταλάβουν γιατί και πώς τα μέσα πυροδοτούν τα συναισθήματά τους, τα παιδιά σας θα είναι καλύτερα εξοπλισμένα για να αναγνωρίσουν ποιες πληροφορίες τους έκαναν να νιώθουν έτσι και μπορούν λογικά να τις αξιολογήσουν. Ενώ παρακολουθείτε τηλεόραση ή περιηγείστε στο Διαδίκτυο με το παιδί σας, επισημάνετε τις διαφημίσεις που προκαλούν συναισθήματα και συζητήστε τις ανοιχτά.

Καθοδήγηση και διδασκαλία των παιδιών μας σχετικά με το θέμα της παραπληροφόρησης
Ο ψηφιακός κόσμος περιβάλλει εμάς και τα παιδιά μας σε καθημερινή βάση και εκτός από χρήσιμος και απαραίτητος μπορεί να είναι συντριπτικός, ακόμη και επικίνδυνος. Τα παιδιά πρέπει να είναι σε θέση να κατανοούν και να αξιολογούν τις πληροφορίες που συναντούν, ώστε να μπορούν να τις χρησιμοποιούν με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα. Η παιδεία στα μέσα δεν είναι μόνο να γνωρίζεις πώς να χρησιμοποιείς διαφορετικές συσκευές ή να ενημερώνεις εφαρμογές. Κριτικός Γραμματισμός στα μέσα επικοινωνίας σημαίνει κατανόηση των πληροφοριών και η κατάλληλη χρήση τους. Οι ψευδείς ειδήσεις μπορούν να επηρεάσουν πολύ έντονα την αυτοεκτίμηση κάθε παιδιού! Για παράδειγμα, όταν τα παιδιά ή οι γονείς ανακαλύπτουν ότι έχουν μοιραστεί δόλιες ιστορίες ή δημοσιεύσεις χωρίς να τις ελέγξουν, συχνά αισθάνονται ανόητοι. Αυτό μπορεί να υπονομεύσει την αυτοεκτίμησή τους, να προκαλέσει γελοιοποίηση από τους άλλους και μερικές φορές να οδηγήσει σε σοβαρά ψυχολογικά προβλήματα.

Υπάρχουν πολλοί διαφορετικοί τρόποι με τους οποίους μπορείτε να καθοδηγήσετε τα παιδιά σας στο πώς να αξιολογούν τις πληροφορίες. Ανάλογα με την ηλικία τους, μπορείτε να παίξετε πολλά παιχνίδια, να εξερευνήσετε μαζί διαφορετικούς τύπους ειδήσεων, εμπορικές διαφημίσεις, αναρτήσεις, εικόνες, βίντεο. Είναι σημαντικό να τους διδάξετε και να συζητήσετε μαζί τους τα συναισθήματά τους, να τους δείξετε και να τους εξηγήσετε πώς οι πληροφορίες που συναντούν πυροδοτούν τα συναισθήματα και τις αντιδράσεις τους.

Διδάσκοντας τα παιδιά σας να κάνουν ερωτήσεις σχετικά με τις πληροφορίες που διαβάζουν ή παρακολουθούν, θα αναπτύξει την κριτική τους σκέψη και θα τους δημιουργήσει τη συνήθεια να ελέγχουν και να αξιολογούν την πλημμύρα των πληροφοριών πριν τις πιστέψουν ή/και τις μοιραστούν. Εδώ παίζει πολύ σημαντικό ρόλο και η δική σας συμπεριφορά στον διαδικτυακό χώρο – τι διαβάζετε, τι μοιράζεστε, τι πιστεύετε.

Μπορείτε να παίξετε αποκλειστικά διαδικτυακά παιχνίδια μαζί με τα παιδιά σας. Εδώ είναι μερικές συμβουλές:

• Εξηγήστε στα παιδιά σας τι είναι οι ψευδείς ειδήσεις. Μιλήστε υπομονετικά μαζί τους σε

κάθε κατάλληλη ευκαιρία για τη διαφορά μεταξύ πραγματικών και ψευδών ειδήσεων.

• Μοιραστείτε τις γνώσεις σας για τις ψευδείς ειδήσεις με τα παιδιά σας ανάλογα με την ηλικία τους. Ζητήστε τους να εφαρμόσουν τις νέες γνώσεις σε μια είδηση που είναι σημαντική για αυτούς.

• Στη συνέχεια συζητήστε μαζί τους τα αποτελέσματα, τις εντυπώσεις τους και τα διδάγματα που πήραν.

• Μπορείτε να παίξετε ένα παιχνίδι με τα παιδιά σας όπου και οι δύο πρέπει να γράψετε ένα άρθρο για μια είδηση ή ένα ιστορικό γεγονός από δύο αντίθετες οπτικές γωνίες. Η ιδέα είναι να τους ωθήσουμε να δουν το ίδιο σύνολο γεγονότων από τουλάχιστον δύο διαφορετικές οπτικές γωνίες.

• Επισημάνετε διαφημίσεις ή χορηγημένες ιστορίες που μεταμφιέζονται σε ειδήσεις σε ροές κοινωνικών μέσων ή σε ιστότοπους ειδήσεων και ζητήστε από τα παιδιά να τις αξιολογήσουν.

• Διαβάστε αναρτήσεις σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης όπως Facebook, Twitter, Instagram, TikTok και παρακολουθήστε διάφορα βίντεο μαζί με τα παιδιά σας. Παίξτε μαζί τους κάνοντας ερωτήσεις. Μπορείτε να μετατρέψετε το παιχνίδι σε ντετέκτιβ.

Παραδείγματα ερωτήσεων:

• Πού είδες την ιστορία/φωτογραφία; Πόσα likes/share έχει;

• Ποιος το δημοσίευσε; Τον/την γνωρίζεις; Τι γνωρίζετε για αυτόν/αυτήν;

• Ποιος άλλος αναφέρει την ιστορία;

• Προσπαθήστε να εντοπίσετε την ιστορία στην αρχική της πηγή

• Δείξτε στα παιδιά σας δύσκολες φωτογραφίες και εξηγήστε τους πώς να διακρίνουν εάν μια φωτογραφία είναι αληθινή, χειραγωγημένη για κάποιο σκοπό ή αν είναι αστείο.

• Μπορείτε να τους εξοικειώσετε με το εύκολο και δωρεάν λογισμικό επεξεργασίας φωτογραφιών και να τους δείξετε πόσο εύκολο είναι να χειριστούν μια φωτογραφία.

• Μπορείτε να δημιουργήσετε τα δικά σας κολάζ φωτογραφιών, να χρησιμοποιήσετε φίλτρα εφαρμογών και να το μετατρέψετε σε παιχνίδι.

Πηγές:

https://www.nationalgeographic.com/family/article/teaching-kids-about-fake-news-and-photos

Πηγές:

https://www.mindtools.com/pages/article/fake-news.htm

https://www.factcheck.org/2016/11/how-to-spot-fake-news/

https://www.connectsafely.org/fakenews/

https://www.bbc.co.uk/newsround/38906931

https://www.whatsapp.com/

https://www.psychologytoday.com/us/blog/thoughts-thinking/201911/7-reasons-why-we-fall-fake-news

Κεφάλαιο 2.1.5

ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Η έννοια του εθισμού στο Διαδίκτυο

Η εξάρτηση, είναι ένας όρος που εισήχθη για να αντικαταστήσει τον όρο «εθισμός», ορίστηκε το 1964 από μια Επιτροπή Εμπειρογνωμόνων του ΠΟΥ ως μια ψυχολογική και περιστασιακά φυσιολογική κατάσταση που προκύπτει από την αλληλεπίδραση μεταξύ ανθρώπινου οργανισμού και ουσιών. Τα χαρακτηριστικά συμπτώματα περιλαμβάνουν αλλαγές συμπεριφοράς και άλλες αντιδράσεις, συμπεριλαμβανομένης της επιθυμίας για συνεχή ή περιοδική χρήση της αντίστοιχης ουσίας με σκοπό την επίτευξη των επιπτώσεων της μέθης (επίδραση στην ψυχή) και/ή την αποφυγή ή την ανακούφιση των συμπτωμάτων στέρησης.

Τα αναμφισβήτητα οφέλη του Διαδικτύου περιλαμβάνουν την προσφορά της διαφορετικότητας. Στερούμενοι των καθιερωμένων μηχανισμών ελέγχου, τα παιδιά και οι έφηβοι δεν είναι πάντα σε θέση να αντισταθούν στα διαδικτυακά ερεθίσματα. Η χρήση των νέων τεχνολογιών αποτελεί μέρος του τρόπου λειτουργίας των νέων στον σύγχρονο κόσμο. Βρίσκοντας ενδιαφέρον σε αυτά που παρακολουθούν στο διαδίκτυο, τα παιδιά αντλούν ευχαρίστηση παίζοντας διαφορετικά παιχνίδια, περνώντας στάδια και επίπεδα. Εάν ο κόσμος τους δεν προσφέρει άλλες ικανοποιητικές δραστηριότητες, η αναζήτηση φορητού υπολογιστή ή tablet είναι η πιο εύκολη λύση από όλες. Όταν στερούνται πρόσβασης στο διαδίκτυο ή σε φορητές συσκευές, τα νεαρά άτομα αρχίζουν να υποφέρουν από το λεγόμενο αποχητικό σύνδρομο. Καθώς ο εθισμός εξελίσσεται, οι χρήστες του διαδικτύου θα περνούν όλο και περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο, αναζητώντας περαιτέρω ερεθίσματα: αυτό που βιώνεται στα αρχικά στάδια της χρήσης πόρων Ιστού δεν είναι πλέον ικανοποιητικό. Με την καθημερινή επανάληψη, μια τέτοια δραστηριότητα μπορεί να μετατραπεί σε προβληματική χρήση ψηφιακών συσκευών.

Όσον αφορά τα κινητά τηλέφωνα, η απουσία σαφών κανόνων χρήσης smartphone σημαίνει ότι η συσκευή μπορεί να χρησιμοποιηθεί ανά πάσα στιγμή. Οι γονείς σπάνια εισάγουν κανόνες υπεύθυνης χρήσης κινητού τηλεφώνου. Δεν τηρούνται ούτε οι αποδεκτοί κανόνες ευγενικής χρήσης κινητού τηλεφώνου σε δημόσιους χώρους.

Υπάρχουν πέντε τύποι εθισμού στο διαδίκτυο[1] :

Εθισμός στις διαδικτυακές σχέσεις: Περιλαμβάνει ιστότοπο συνομιλίας και καταναγκασμό διαδικτυακής γνωριμίας. Αναφέρεται επίσης ως συναισθηματική εξάρτηση, μια εξαιρετικά στενή σχέση εξελίσσεται μεταξύ δύο προσώπων: του εξαρτημένου και του ενεργοποιητή. Ο εθισμός στις διαδικτυακές σχέσεις συνδέεται με την αδυναμία δημιουργίας σχέσεων εκτός σύνδεσης.

---

[1] Internet Addiction, https://www.addictioncenter.com/drugs/internet-addiction/

Σεξουαλική δραστηριότητα στον κυβερνοχώρο: Καταναγκαστική χρήση πορνογραφικών ιστοσελίδων, ανεξέλεγκτη ερωτική συνομιλία, αγορά πορνογραφικού περιεχομένου. Αυτή η κατηγορία περιλαμβάνει σεξουαλικές αποκλίσεις: παιδοφιλία, ακραίο επιδεικτισμό και άλλες παρεκκλίσεις που σχετίζονται με τον εικονικό κόσμο. Η ανωνυμία, η ευκαιρία για λήθη και η ευκολία ευνοούν αυτή τη μορφή εθισμού.

Καθαροί καταναγκασμοί: Καταναγκαστικός διαδικτυακός τζόγος, τυχερά παιχνίδια και αγορές. Όλες αυτές οι δραστηριότητες μπορεί να περιλαμβάνουν έναν παράγοντα ανταγωνισμού ή κινδύνου, και οι δύο δυνητικά συναρπαστικοί για τον χρήστη του Διαδικτύου.

Υπερφόρτωση πληροφοριών: Ανάγκη για συνεχή ηλεκτρονική συλλογή δεδομένων. Η συλλογή πιθανώς εκτεταμένων όγκων πληροφοριών/δεδομένων εξυπηρετεί τον σκοπό της λήψης καλύτερων αποφάσεων και, κατά συνέπεια, της απόκτησης μεγαλύτερου κοινωνικού κύρους. Στην πραγματικότητα, το φαινόμενο προκαλεί υπερφόρτωση πληροφοριών που δεν επιτρέπει τη χρήση τους. Ο ενθουσιασμός του χρήστη του Ιστού συνδέεται με τη δραστηριότητα αναζήτησης πληροφοριών καθαυτή.

Εθισμός στον υπολογιστή ή στα παιχνίδια: Οποιεσδήποτε δραστηριότητες που σχετίζονται με τον εσωτερικό καταναγκασμό της χρήσης υπολογιστή ή του παιχνιδιού (ακόμα και εκτός σύνδεσης). Η ταλαιπωρία εμφανίζεται συχνότερα με το να παίζετε παιχνίδια στον υπολογιστή – ακόμα και πασιέντζα.

Άλλα φαινόμενα

Το FOMO αντιπροσωπεύει τον φόβο της απώλειας για κάτι ενδιαφέρον (Fear of Missing Out) όταν είναι εκτός σύνδεσης: το άγχος ότι οι φίλοι μου περνούν υπέροχα χωρίς εμένα και επίσης η ανησυχία ότι μπορεί να ξεχάσω ένα πάρτι ή ένα ραντεβού, η καταναγκαστική ανάγκη για αδιάκοπο έλεγχο γνωστών μας ατόμων ώστε να ξέρουμε τι συμβαίνει στη ζωή τους. Το FOMO περιλαμβάνει επίσης την ανάγκη να διατηρεί κανείς τη ζωή του σε συνεχή προβολή, με ένα ιδιαίτερα θετικό τρόπο. Αυτό σημαίνει ότι το smartphone πρέπει να είναι διαθέσιμο ανά πάσα στιγμή: «Πρέπει να ελέγξω τι συμβαίνει στη ζωή των φίλων μου και/ή να τους ενημερώσω για το τι κάνω». Ενώ το FOMO μπορεί να επηρεάσει όλους τους χρήστες, οι έφηβοι είναι ιδιαίτερα ευάλωτοι: η διατήρηση επαφής με τους φίλους τους ικανοποιεί την ανάγκη τους να ανήκουν (σε μια ομάδα) και τα smartphones το επιτρέπουν. Οι βασικές αναπτυξιακές ανάγκες των νέων περιλαμβάνουν τη συμμετοχή σε μια ομάδα συνομηλίκων και την αποδοχή από τους συνομηλίκους[2].

Το FOBO σημαίνει Fear Of Being Offline – φόβος για έναν κόσμο χωρίς ειδοποιήσεις, χωρίς δυνατότητα ελέγχου των μηνυμάτων επικοινωνίας, χωρίς πρόσβαση στα δικά του δεδομένα. Είναι επίσης ένα άγχος μη πρόσβασης στο Διαδίκτυο, το οποίο συνδέεται με δραστηριότητες

---

[2] „FOMO i nadużywanie nowych technologii - poradnik dla rodziców" (FOMO and New Technologies Abuse – a Handbook for Parents), Marta Witkowska, NASK National Research Institute, Warsaw 2019, p. 10.

που αποσκοπούν στην αποτροπή της αποσύνδεσης του ιστού (π.χ. αποτροπή της κατάστασης εκτός σύνδεσης με τη μεταφορά ενός power bank ανά πάσα στιγμή).

Το JOBO σημαίνει Joy of Being Offline – σε αντίθεση με το FOBO, περιλαμβάνει μια συνειδητή διαδικασία καθορισμού ορίων στις διαδικτυακές δραστηριότητες. Οι περιορισμοί παρουσίας στο διαδίκτυο εφαρμόζονται με σκοπό να δημιουργήσουν μια αίσθηση σωματικής και ψυχικής ευεξίας. Τα όρια στον χρόνο που αφιερώνετε στο διαδίκτυο έχουν τεθεί για να μειώσουν το άγχος ώστε να απολαμβάνετε χρόνο μακριά από κινητές συσκευές. Η χρήση του Διαδικτύου προσφέρει ακανόνιστες ανταμοιβές: ο χρόνος λήψης ενός νέου μηνύματος, εύρεσης ενός αστείου μιμιδίου (meme) ή ανόδου επιπέδου σε ένα παιχνίδι υπολογιστή παραμένει άγνωστος. Οι μεγάλες περίοδοι περιήγησης στον Ιστό μπορεί να συνδέονται με κακές δεξιότητες χειρισμού του άγχους ή/και με την τάση να ξεφεύγετε από προβλήματα, αντιπαραθέσεις, οικογενειακά ζητήματα ή την ανάγκη να ενταχθείτε σε ένα νέο και δυνητικά μη φιλικό περιβάλλον.

Οι λόγοι για τον εθισμό στο διαδίκτυο συνήθως περιλαμβάνουν τα ακόλουθα:

- Κακές δεξιότητες γνωριμίας.
- Χαμηλή αυτοεκτίμηση.
- Αδυναμία χειρισμού προβλημάτων (η λήθη αναζητείται στον εικονικό κόσμο).
- Έλλειψη δεσμών γονέα-παιδιού.
- Μαθησιακά προβλήματα στο σχολείο (που προκαλούνται π.χ. από ελλείψεις προσοχής, υπερκινητικότητα, εναλλαγές διάθεσης).
- Διαταραχές της οικογενειακής δομής (ελλείψεις γονικής εξουσίας, «κανόνας των παιδιών»).
- Κακός διαχειρισμός συναισθημάτων.
- Απόρριψη από κάποια ομάδα συνομηλίκων.
- Μοναξιά.

Τα προβλήματα εθισμού στο Διαδίκτυο δεν θα επιλυθούν σε καμία από τις προαναφερθείσες περιπτώσεις, εκτός εάν αντιμετωπιστούν βαθιά δομικά ζητήματα. Ο εθισμός στο Διαδίκτυο σχετίζεται με τα ακόλουθα ζητήματα: κατάθλιψη, εσωστρέφεια, νευρωτισμός, υπερευαισθησία, ντροπαλότητα, συνυπάρχοντες εθισμοί, χαμηλή αυτοεκτίμηση, στρατηγικές διαχείρισης αρνητικού άγχους. Επιπλέον, όπως φαίνεται από μελέτες, η υπερβολική χρήση του Διαδικτύου μπορεί να συνοδεύεται από κοινωνική απομόνωση, άγχος, κατάθλιψη, σκέψεις αυτοκτονίας και τάση επιθετικότητας[3].

---

[3] „Nadużywanie internetu przez młodzież – wyniki badania EU NET ADB" (Excess Internet Use by Young People – EU NET ADB study results), Katarzyna Makaruk, Szymon Wójcik, http://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.desklight-909e7238-34aa-478e-bb9f-dcf91d983439/c/Makaruk_K_Wojcik_S_2013_Naduzywanie_internetu_przez_mlodziez.pdf [accessed: October 27th 2020].

ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ

Τα παιδιά και οι νέοι που γεννήθηκαν σε έναν κόσμο νέων τεχνολογιών τις χρησιμοποιούν από μικρή ηλικία, αγνοώντας την πραγματικότητα εκτός σύνδεσης ή τους παλαιότερους κοινωνικούς κανόνες που ίσχυαν. Τα ψηφιακά μέσα έχουν μπει σε όλους τους τομείς της οικογενειακής ζωής, γι' αυτό αξίζει τον κόπο να μάθουμε περισσότερα για τις καταναγκαστικές συνέπειες της χρήσης του Ιστού[4]:

Φυσιολογικές και φυσικές συνέπειες – εξαρτώνται από τον τύπο της συσκευής που χρησιμοποιείται. Η χρήση επιτραπέζιου υπολογιστή μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα π.χ. παθήσεις της σπονδυλικής στήλης. Η χρήση φορητού υπολογιστή ή tablet θα προκαλέσει προβλήματα στη στάση του σώματος. Η υπερβολική χρήση smartphone οδηγεί σε προβλήματα όρασης. Επιπλέον, η υπερβολική χρήση οποιασδήποτε κινητής συσκευής μπορεί να οδηγήσει σε διαταραχές φαγητού ή ύπνου. Τα παιδιά είναι ιδιαίτερα ευάλωτα στην υπερβολική χρήση smartphone, καθώς το ανοσοποιητικό σύστημα σε ανηλίκους φτάνει σε πλήρες στάδιο ανάπτυξης μόνο στην ηλικία των είκοσι ετών.

Ψυχολογικές συνέπειες – Η υπερβολική χρήση της νέας τεχνολογίας από εφήβους μπορεί να προκαλέσει ψυχικές διαταραχές, όπως κατάθλιψη ή επιθετικότητα, ειδικά υπό συνθήκες περιορισμένης ή ανύπαρκτης πρόσβασης σε φορητές συσκευές. Η υπερβολική χρήση ιστού μπορεί να προκαλέσει τα ακόλουθα:

- Μη ρεαλιστική οπτική των ορίων πραγματικού και εικονικού κόσμου (συχνή απόδραση στον διαδικτυακό κόσμο),
- Απομόνωση από τους φίλους και την οικογένεια, αποφυγή προσωπικής επαφής, προβλήματα με τη δημιουργία φίλων εκτός σύνδεσης,
- Να αισθάνεστε ασφάλεια μόνο όταν χρησιμοποιείτε υπολογιστή/smartphone,
- Διαταραχές του ημερήσιου ρυθμού (ακανόνιστα γεύματα ή/και συνήθειες ύπνου) που δυνητικά προκαλούν ευερεθιστότητα, μετριασμό και/ή ψυχική επιδείνωση,
- Επιδείνωση των συναισθηματικών δεσμών με την οικογένεια και τους φίλους,
- Έκπτωση της προσοχής,
- Σκέψεις και/ή απόπειρες αυτοκτονίας.

Ηθικές συνέπειες – εξαρτώνται από το περιεχόμενο ιστού που διαβάζεται (πορνογραφία, πηγές αγοράς ναρκωτικών, περιγραφές χρήσης ναρκωτικών, οδηγίες για την παραγωγή εκρηκτικών, ιστότοποι θρησκευτικών αιρέσεων κλπ.). Τα παιδιά είναι επίσης ιδιαίτερα εκτεθειμένα στη διαδικτυακή παιδοφιλία. Ανοιχτοί και περίεργοι για τον έξω κόσμο, μπορεί να έρθουν σε επαφή με ακατάλληλα άτομα.

---

[4] Uzależnienia technologiczne wśród dzieci i młodzieży, Ewa Krzyżak-Szymańska, Oficyna Wydawnicza „Impuls", Cracow 2018, pp. 91-98.

Κοινωνικές συνέπειες – είναι αυτονόητο ότι η αφιέρωση τεράστιου χρόνου σε κινητές συσκευές επηρεάζει τις σχέσεις με την οικογένεια και τους φίλους. **Η προσωπική επαφή σταδιακά εκτοπίζεται** με την διαδικτυακή αλληλεπίδραση ως αποτέλεσμα, οι οικογένειες περνούν λιγότερο ή καθόλου ελεύθερο χρόνο μαζί. Συχνές είναι και οι διαφωνίες για την υπερβολική χρήση ψηφιακών συσκευών. Στο σχολείο, τα παιδιά μπορεί να απομονώνονται από τους συνομηλίκους τους, να παραμελούν τα καθήκοντα των μαθητών, να παραβιάζουν τους κανόνες του σχολείου, να παραλείπουν τα μαθήματα και να έρχονται σε σύγκρουση με δασκάλους ή άλλους μαθητές. Η επικοινωνία μεταξύ ομοτίμων μπορεί επίσης να είναι περιορισμένη εκτός εάν μεταφερθεί στο διαδίκτυο.

Διανοητικές συνέπειες – αυτές περιλαμβάνουν τα ακόλουθα:

• Άκριτη εμπιστοσύνη στη χωρητικότητα της φορητής συσκευής και στις διαδικτυακές πληροφορίες,
• Μειωμένο μαθησιακό ενδιαφέρον,
• Σοκ πληροφοριών (η υπερφόρτωση πληροφοριών εμποδίζει τον εγκέφαλο να εμπλακεί σε ορθολογική επιλογή, το παιδί απορροφά πολλαπλά μηνύματα, ακόμη και αν είναι άχρηστα).

Οικονομικές συνέπειες – μπορεί να συνδέονται με τα έξοδα ηλεκτρονικής αγοράς, τη χρήση εφαρμογών επί πληρωμή ή/και παιχνιδιών υπολογιστή, καθώς και με τον διαδικτυακό τζόγο. Οι οικονομικές συνέπειες περιλαμβάνουν τη συμπεριφορά των γονέων, εάν ληφθούν δάνεια για ακριβές κινητές συσκευές για το παιδί. Οι μακροπρόθεσμες συνέπειες μπορεί να περιλαμβάνουν το κόστος θεραπείας ή/και ψυχοθεραπείας μετά από διάγνωση εθισμού στον υπολογιστή.

Πρόληψη

Τα παιδιά και οι νέοι περιβάλλονται από ψηφιακά εργαλεία που χρησιμοποιούνται στην επικοινωνία, εφαρμογές που διευκολύνουν τη ζωή και άλλες καινοτόμες λύσεις που βελτιώνουν τη συνολική άνεση της ζωής. Γι' αυτό είναι σημαντικό να μην ξεχνάμε ποτέ τις διαπροσωπικές σχέσεις, ιδίως τους δεσμούς γονέα-παιδιού. Οι ισχυροί οικογενειακοί δεσμοί είναι απαραίτητοι για την καταπολέμηση του εθισμού στο διαδίκτυο. Η σημασία του χρόνου που μοιράζονται οι γονείς και τα παιδιά χωρίς τη χρήση ψηφιακών συσκευών είναι επίσης σημαντική.

Μιλώντας στο Παιδί

Αυτή είναι μια πολύ σημαντική συζήτηση και αξίζει να προετοιμαστείτε, θα χρησιμεύσει ως απόδειξη ότι ο γονέας ενδιαφέρεται για τη συμπεριφορά του παιδιού και γνωρίζει την παρουσία και τα προβλήματά του. Είναι καλή ιδέα να μιλήσουμε στο παιδί ειλικρινά για τους λόγους που μας ανησυχούν, πρέπει ωστόσο να είναι προετοιμασμένος ο γονέας σε

τειχών άρνητικες συμπεριφορές του παιδιού. Συνιστάται η επικοινωνία των συνεπειών του εθισμού, όπως και η προετοιμασία για το παιδί που ισχυρίζεται ότι δεν έχει πρόβλημα και δεν βλέπει την ανάγκη για οποιαδήποτε αλλαγή. Μπορεί όλα τα μέλη τη οικογένειας να χρειάζονται ειδική βοήθεια. Πέραν οποιεσδήποτε περιστάσεις ή επακόλουθες συνέπειες, το παιδί θα πρέπει να έχει υποστήριξη. Ωστόσο, θα πρέπει να υποστεί τις συνέπειες της δικής του/της συμπεριφοράς. Η αποδοκιμασία πρέπει να στοχεύει τη συμπεριφορά και όχι το ίδιο το παιδί. Κατά τη διάρκεια μιας τέτοιας συνομιλίας, ο ενήλικας πρέπει να αγωνίζεται για αυστηρότητα και ακρίβεια, κατά πάσα πιθανότητα, το παιδί θα ισχυριστεί ότι έχει τον έλεγχο της δικής του συμπεριφοράς ή/και θα αναζητήσει αιτιολόγηση της κατάστασης. Αυτό είναι το τακτικό πρότυπο συμπεριφοράς για κάθε άτομο που έχει προσβληθεί από εθισμό – ο ενήλικας πρέπει να είναι συνεπής όταν εισάγει νέους κανόνες. Ένα παιδί που πληροί όλες τις νεοκαθιερωμένες αρχές αξίζει έπαινο. Πρέπει να προετοιμαστεί μια σειρά από νέες δραστηριότητες αντί του χρόνου οθόνης. Κατά πάσα πιθανότητα, άλλες οικογένειες μπορεί να υποφέρουν από παρόμοια προβλήματα: η συμμετοχή σε μια ομάδα υποστήριξης ή/και η αναζήτηση υποστήριξης από άτομα που είναι καλύτερα εξοπλισμένα για να κατανοήσουν την κατάσταση είναι μια καλή ιδέα.

Τεχνικές απόκρισης

Εάν οι γονείς/κηδεμόνες παρατηρήσουν έγκαιρα το πρόβλημα και έχουν κερδίσει την εμπιστοσύνη του παιδιού τους, τότε το πρόβλημα είναι πιο εύκολο να επιλυθεί. Σε ένα παιδί μπορεί να προσφερθούν νέες μορφές δραστηριότητας για τον περιορισμό της χρήσης της τεχνολογίας. Ωστόσο, θα πρέπει να ληφθεί υπόψη ότι πρέπει να του δοθεί μεγαλύτερη προσοχή. Ο χρόνος που συνήθως περνούσε στον υπολογιστή πρέπει να γεμίσει με άλλες επιλογές. Η απομόνωση του παιδιού από τις νέες τεχνολογίες δεν αρκεί: οι συνήθειες της διαδικτυακής του δραστηριότητας έχουν εδραιωθεί. Ο χρόνος πρέπει να δαπανηθεί καλά, με τρόπους που αποτρέπουν την πλήξη. Εάν πρόκειται να βοηθηθεί το παιδί, πρέπει να είναι όλη η οικογένεια στο πλάι του. Εάν, από την άλλη πλευρά, τα συμπτώματα εθισμού επιμένουν για αρκετά χρόνια, οι προσπάθειες των γονιών να επιλύσουν το ζήτημα μπορεί να αποδειχθούν αναποτελεσματικές, ειδικά εάν οι δεσμοί με το παιδί είναι αδύναμοι. Η διαβούλευση με έναν ειδικό είναι πάντα μια πολύτιμη κίνηση: ο εθισμός μπορεί να κρύβει άλλα θέματα – το παιδί μπορεί να αντισταθμίζει το άγχος/προβλήματα εμβαθύνοντας στον εικονικό κόσμο για να ξεφύγει από προβλήματα της πραγματικής ζωής. Μπορεί να προκύψουν συνυπάρχουσες θλίψεις: ζητήματα αλληλεπίδρασης με συνομηλίκους, μαθησιακά προβλήματα, αδυναμία να μιλήσει για προβλήματα, να ζητήσει βοήθεια ή να μοιραστεί συναισθήματα.

Ένα ραντεβού με έναν ειδικό έχει νόημα μόνο εάν το παιδί δείξει οποιαδήποτε θέληση να τον δει. Η αντίσταση στις πρώιμες συνεδρίες είναι φυσική. Ωστόσο, εάν ένα παιδί επιμένει να αρνείται κατηγορηματικά να δεχτεί τη βοήθεια θεραπευτή, θα είναι άχρηστο

να το πάτε χωρίς τη θέληση του στο γραφείο ενός ειδικού. Σε τέτοιες περιπτώσεις, συνιστάται οι γονείς να επισκέπτονται οι ίδιοι έναν θεραπευτή, να περιγράφουν την κατάσταση και να ακολουθούν οδηγίες σχετικά με αλλαγές στην οικογενειακή ζωή. Εάν μια τέτοια κίνηση αποδειχθεί αναποτελεσματική, η επικοινωνία με έναν υπάλληλο της υπηρεσίας προστασίας παιδιών μπορεί να είναι χρήσιμη για να ζητήσετε συμβουλές σχετικά με αλλαγές στον τρόπο λειτουργίας της οικογένειας.

Κεφάλαιο 2.2
ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ

Ο ψηφιακός κόσμος είναι ένας τεράστιος εικονικός χώρος που προσφέρει ατελείωτες δυνατότητες εύρεσης και κοινής χρήσης πληροφοριών, αναπαραγωγής, συμμετοχής σε διαδικτυακές ή υβριδικές εκδηλώσεις, παρακολούθησης ή παραγωγής βίντεο και ταινιών, ακρόασης podcast, μουσικής, ειδήσεων και άλλων εκπομπών και πολλά άλλα. Είναι ένα δωμάτιο για ψυχαγωγικές δραστηριότητες, κοινωνικές, επιστημονικές και πολιτικές ανταλλαγές και παρέχει πολλές καλές ευκαιρίες για παιδιά και νέους που μπορούν να εξερευνηθούν. Λόγω του τεράστιου όγκου του και της συνεχούς αλλαγής του ψηφιακού τοπίου είναι αδύνατο και ανεπιθύμητο να δημιουργηθεί ένας κατάλογος προτεινόμενων ιστοσελίδων ή ψηφιακών εργαλείων. Ως εκ τούτου, αποφασίσαμε να επικεντρωθούμε σε τρία συγκεκριμένα θέματα που φαίνονται πιο σημαντικά για την κοινοπραξία και είναι αρκετά γενικά ώστε να ισχύουν επίσης σε διάφορα εθνικά, περιφερειακά και τοπικά πλαίσια:

- **Δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου.**
- **Διαδικτυακή μάθηση.**
- **Μέσα επικοινωνίας και ταξίδια.**

Το πρώτο φαίνεται να έχει ιδιαίτερη σημασία για εμάς καθώς συχνά παραβλέπεται ή υποτιμάται από τους γονείς. Τα παιδιά και οι νέοι το «κάνουν» σχεδόν όλη την ώρα, κάθε φορά που δημοσιεύουν ένα μήνυμα, ανεβάζουν μια φωτογραφία ή ένα σχόλιο κ.λπ., αλλά πολύ συχνά αυτό δεν γίνεται αντιληπτό ως «δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου». Ωστόσο, υπάρχουν πολλές δυνατότητες και ορισμένες οδηγίες που πρέπει να ληφθούν υπόψη.

Η σημασία των σημείων δύο και τριών έχει αυξηθεί πάρα πολύ μέσω της κρίσης του COVID19 με τα επακόλουθα lockdown και το κλείσιμο των σχολείων και έφερε αυτές τις πτυχές στην προσοχή όλων. Παρόλο που η πανδημία ελπίζουμε ότι κάποια στιγμή θα νικηθεί, η μικτή μάθηση θα είναι μέρος της «νέας κανονικότητας» και οι τηλεδιασκέψεις, τα διαδικτυακά σεμινάρια και οι υβριδικές εκδηλώσεις είναι νέες μορφές που ήρθαν για να μείνουν και πιθανότατα νέα κανάλια επικοινωνίας θα αναπτυχθούν.

Κεφάλαια 2.2.1

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΨΗΦΙΑΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ

Εισαγωγή

Κατά τη δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου, η ελευθερία έκφρασης είναι πολύ πιο εύκολή χάρης στην εύκολη διαθεσιμότητα για οποιαδήποτε από τις συσκευές που είναι συνδεδεμένες στο Διαδίκτυο. Αρκεί ένα απλό smartphone (ή ένα tablet, ένας φορητός υπολογιστής, ένας επιτραπέζιος υπολογιστής...) για να αποκτήσετε πρόσβαση στις άπειρες εφαρμογές που σας επιτρέπουν να γίνετε ενεργά υποκείμενα του δικτύου, δημοσιοποιώντας τις σκέψεις, τις επιθυμίες και τις ικανότητές σας.

Αυτή η ευκαιρία για συμμετοχή στη δημόσια ζωή, ωστόσο, παύει να είναι τόσο μεγάλη πιθανότητα και αντ' αυτού μπορεί να μετατραπεί σε απειλή όταν η πρόσβαση στην τεχνολογία και τις εφαρμογές της γίνεται λανθασμένα, ξεχνώντας τους κανόνες σύνεσης και εθιμοτυπίας που πρέπει να εφαρμόζει κάθε χρήστης του δικτύου κάθε φορά που βάζει το χέρι τους στο πληκτρολόγιο. Συχνά δεν το συνειδητοποιούμε, αλλά κάθε φορά που δημοσιεύουμε μια φωτογραφία από τις διακοπές μας στο Instagram, ή γράφουμε ένα σχόλιο σε μια ανάρτηση στο Facebook, γινόμαστε συγγραφείς, δημιουργοί ψηφιακού περιεχομένου. Κάθε ένα από αυτά τα περιεχόμενα μπορεί να διαβαστεί, να αποθηκευτεί και να σχολιαστεί από ένα πλήθος ανθρώπων, πιθανότατα πολύ περισσότερα από όσους αντιλαμβανόμαστε.

Για το λόγο αυτό, είναι σημαντικό όλες οι οικογένειες και όλα τα μέλη της οικογένειας να αποκτήσουν παιδεία στα μέσα επικοινωνίας, αναπτύσσοντας την ικανότητα διαχείρισης ηλεκτρονικών συσκευών και γνωρίζοντας τις θετικές και αρνητικές δυνατότητές τους. Τόσο από την άποψη της παθητικής χρήσης του περιεχομένου που τοποθετείται στο Διαδίκτυο από άλλους, όσο και από την άποψη της όλο και πιο εύκολης -και μερικές φορές σχεδόν ασυνείδητης- δημιουργίας αυτόνομου περιεχομένου που μπορεί να δει ο υπόλοιπος κόσμος, να σχολιάσει , να επικρίνει- κατακρίνει ακόμη και τον δημιουργό του περιεχόμενου. Στο πλαίσιο αυτό, επίσης, η εκπαίδευση ενηλίκων εκπληρώνει έναν διπλό στόχο: να δημιουργήσει γνώση σε μια ομάδα πληθυσμού που είναι ολοένα και πιο υπεύθυνη σε πρώτο πρόσωπο για τη δραστηριότητα δημιουργίας ψηφιακού περιεχομένου και να διασφαλίσει ότι αυτοί οι ενήλικες, ως γονείς ανήλικών παιδιών, μπορεί να είναι ένα μοντέλο διαδικτυακής συμπεριφοράς, που μεταβιβάζει στα παιδιά τους τους κανόνες καλής συμπεριφοράς που πρέπει να ακολουθούνται και παρακολουθούν τις διαδικτυακές δραστηριότητές τους οι οποίες παράγουν ψηφιακό περιεχόμενο, εκθέτοντάς τους άθελά σε κινδύνους που έχουν ήδη αναλυθεί παραπάνω όσο αναφορά τον διαδικτυακό εκφοβισμό, την ρητορική μίσους και τις ψεύτικες ειδήσεις.

Πώς να δημιουργήσετε ψηφιακό περιεχόμενο

Η δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου είναι ένα πολύ μεγάλο θέμα και μπορούμε να πούμε

ότι γεννήθηκε μαζί με το Διαδίκτυο, όταν οι εμπορικές εταιρείες συνειδητοποίησαν ότι ο Ιστός θα μπορούσε να είναι ένα εξαιρετικό μέσο για να προωθήσουν τις επιχειρήσεις τους και ότι για να είναι αποτελεσματικό το μάρκετινγκ χρειαζόταν ελκυστικό περιεχόμενο.

Αλλά όταν μιλάμε για τη δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου στο πλαίσιο μιας εκπαιδευτικής διαδρομής για τον κριτικό γραμματισμό στα μέσα, πρέπει να στρέψουμε την άποψή μας σε διαφορετικές πτυχές αυτού του θέματος, εστιάζοντας σε αυτό το συγκεκριμένο είδος περιεχομένου που μπορεί να δημιουργήσει κάθε ιδιώτης όταν κάποιος είναι συνδεδεμένος:
• Η χρήση δημοφιλών διαδικτυακών βιντεοπαιχνιδιών που τα τελευταία χρόνια τράβηξαν την προσοχή νέων και όχι και τόσο νέων, συμπεριλαμβανομένων των γονέων.
• Η κατανόηση, η χρήση και η αλληλεπίδραση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Τα παιδιά των οποίων οι γονείς είναι σε θέση να διαχειρίζονται τις εφαρμογές για τη δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου μπορεί να αισθάνονται ότι έχουν κάποιον με τον οποίο να μοιραστούν αυτές τις δραστηριότητες, αντιμετωπίζοντας έξυπνα θέματα και οδηγώντας τη δημιουργικότητά τους σε θετική κατεύθυνση. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο οι γονείς πρέπει να γνωρίζουν καλά τη λειτουργία των πιο δημοφιλών εφαρμογών και βιντεοπαιχνιδιών που χρησιμοποιούνται για τη δημιουργία και την επεξεργασία ψηφιακού περιεχομένου: τα παιδιά δεν γνωρίζουν τον μεγάλο όγκο πληροφοριών που δίνουν σε άγνωστα άτομα όταν αλληλεπιδρούν με άλλους παίκτες που βρίσκονται οπουδήποτε στον κόσμο, και το κύριο πρόβλημα είναι ότι πολλοί γονείς δεν το γνωρίζουν επίσης.

Στα τέλη του 2018, η UNESCO κυκλοφόρησε τους Five Laws of Media and Information Literacy (MIL), ένα είδος «κανόνων συμπεριφοράς» που αντιπροσωπεύουν ένα μανιφέστο του τι πρέπει να γνωρίζουν οι ενήλικες και τα παιδιά προκειμένου να κάνουν συνειδητή χρήση του Διαδικτύου, συμμετέχοντας ενεργά με το δικό τους περιεχόμενο. Αυτοί οι κανόνες είναι υψίστης σημασίας, ισχύουν για οποιονδήποτε και υπό οποιεσδήποτε συνθήκες, και ο στόχος αυτού του Οδηγού είναι να ενσωματώσει το νόημα, να κατανοήσει πώς πρέπει να εφαρμόζονται προκειμένου να παρακολουθείται σωστά η δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου από νέους.

Διαδικτυακά παιχνίδια

Η κύρια κατηγορία διαδικτυακών δραστηριοτήτων όπου τα παιδιά (και οι ενήλικες) συνήθως δημιουργούν και δημοσιεύουν ψηφιακό περιεχόμενο παρέχεται από βιντεοπαιχνίδια. Από εκπαιδευτική άποψη, το να παίζεις διαδικτυακά παιχνίδια (όχι όλα, αλλά ένα μεγάλο μέρος) είναι μια θετική δραστηριότητα, ικανή να ενισχύσει σημαντικές δεξιότητες για τον παίκτη. Ωστόσο, είναι σημαντικό να αναλογιστούμε τις ενέργειες που μπορεί να κάνει ο καθένας όταν παίζει στο Διαδίκτυο, επειδή υπάρχει σύνδεση μεταξύ του περιεχομένου που δημιουργούν τα παιδιά στο διαδίκτυο ενώ παίζουν και του κινδύνου που προκύπτει από εγκλήματα στον κυβερνοχώρο, όπως ο διαδικτυακός εκφοβισμός και η ρητορική

μίσους στο διαδίκτυο, τα οποία έχουν ήδη το θέμα των προηγούμενων τμημάτων αυτού του Οδηγού. Υπάρχουν ορισμένα εργαλεία που χρησιμοποιούν οι νταήδες και οι μισητές στα βιντεοπαιχνίδια για να επικοινωνήσουν με θύματα και οπαδούς και πρέπει πάντα να δίνετε προσοχή στα αγαπημένα παιχνίδια των παιδιών σας. Συγκεκριμένα, η ανάλυση μεμονωμένων βιντεοπαιχνιδιών και εσωτερικών συνομιλιών, που χρησιμοποιούνται συχνά από νταήδες και μισητές, μπορεί να βοηθήσει να ανακαλύψουμε ποια είναι τα πιο δημοφιλή και δυνητικά «επικίνδυνα» παιχνίδια της στιγμής. Διαφορετικά παιχνίδια μπορεί να αντιπροσωπεύουν διαφορετικούς κινδύνους και ευκαιρίες, που σχετίζονται με την ηλικιακή ομάδα των παιδιών, υπογραμμίζοντας το είδος του περιεχομένου που μπορούν να δημιουργήσουν κατά μέσο όρο τα παιδιά.

Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης

Πάνω κάτω το ίδιο ισχύει και για τα Μέσα κοινωνικής δικτύωσης που χρησιμοποιούνται επίσης από νέους για τη δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου. Οι γονείς πρέπει να παρακολουθούν τη χρήση τους και τις πιθανές συνέπειες μιας ακατάλληλης διαδικασίας δημιουργίας περιεχομένου, έχοντας επίγνωση ότι τα χαρακτηριστικά και ο σχεδιασμός τους αλλάζουν συχνά και επιτρέπουν νέες δραστηριότητες. Η κοινή χρήση περιεχομένου πρέπει να γίνεται μόνο με έμπιστα άτομα και μόνο όταν είστε σίγουροι για αυτό που δημοσιεύετε, δημιουργία διαλόγου, περιορισμός του χρόνου που δαπανάται στο διαδίκτυο, συζήτηση για ακατάλληλο περιεχόμενο. Αυτά τα κόλπα μπορεί να θεωρηθούν ως μέρος των κανόνων συμπεριφοράς που απορρέουν από τους Πέντε Νόμους της UNESCO του MIL και μπορεί να χρησιμεύσουν στους γονείς ως χρήστες του διαδικτύου. Αλλά να θυμάστε ότι η αύξηση της παιδείας σας στα μέσα είναι ένας σημαντικός στόχος προκειμένου να αναπτύξετε νέες και αποτελεσματικές δεξιότητες για να συνοδεύετε, να προστατεύετε και να αφήνετε τα παιδιά σας να μεγαλώνουν χωρίς κανένα πρόβλημα ή κίνδυνο σε έναν ψηφιακό κόσμο. Ωστόσο, θα ήταν λάθος και παραπλανητικό να εστιάσουμε μόνο στους κινδύνους που συνδέονται τελικά με τη δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου. Ας προσπαθήσουμε να είμαστε θετικοί και να σκεφτόμαστε πάνω από όλα τις εξαιρετικές δυνατότητες έκφρασης που έχει προσφέρει το Διαδίκτυο και μέσα από τις οποίες έχει ενθαρρύνει κάθε άνθρωπο, κάθε ηλικίας, να εκφράσει τις απόψεις του και γενικά να αναπτύξει κριτική σκέψη και να εκδηλωθεί.

Ο ρόλος του σχολείου για παιδιά

Οι νέοι δεν είναι μόνο μέρος μιας οικογένειας, αλλά είναι επίσης μαθητές/φοιτητές, και η διαθεσιμότητα των ψηφιακών συσκευών έχει φέρει πραγματικά σε όλους την επανάσταση στην προσέγγιση των μαθητών στη δημιουργία περιεχομένου που απαιτείται για τη σχολική τους εκπαίδευση. Παλαιότερα, στο σχολείο, οι δάσκαλοι ανέθεταν στους μαθητές, ως εργασία για το σπίτι, τη σύνταξη μιας «έρευνας» σε ένα πειθαρχικό θέμα ή σε μια εμπειρία που πραγματοποιούνταν. Ήταν μια δραστηριότητα που χρησίμευσε στο να τονώσει στον μαθητή τη διεύρυνση και εμβάθυνση του θέματος που αντιμετωπίζεται στην τάξη, να τον καλέσει να το παρατηρήσει από άλλες οπτικές γωνίες, συγκρίνοντας διαφορετικές πηγές και αναπτύσσοντας δεξιότητες ανάλυσης, κατασκευής και σύνθεσης περιεχομένου. Οι πηγές ήταν κυρίως βιβλία ή εγκυκλοπαίδειες που μπορεί να έχετε ήδη στην οικογένειά σας ή βιβλία που είχαν οι μαθητές στη βιβλιοθήκη. Η δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου, είναι μια δραστηριότητα που επηρεάζει τόσο τους μαθητές, όταν πρέπει να εκτελέσουν τεκμηρίωση, δοκίμια, έρευνα, ομαδική εργασία ή εργασίες πραγματικότητας, όσο και τους δασκάλους όταν προετοιμάζουν υλικά και μαθήματα προσαρμοσμένα στο συγκεκριμένο πλαίσιο. Ως εκ τούτου, τα τρέχοντα ψηφιακά εργαλεία και τεχνολογίες τροποποιούν και επαναπροσδιορίζουν τις δραστηριότητες της «έρευνας», της τεκμηρίωσης, της οργάνωσης και, γενικά, της κατασκευής περιεχομένου. Είναι αλήθεια ότι τα παιδιά κάτω από μια ορισμένη ηλικία δεν μπορούν να έχουν προσωπικό λογαριασμό, επομένως δεν υπάρχουν εφαρμογές αναζήτησης στο διαδίκτυο για αυτά. Αλλά δεν πρέπει ότι ο λογαριασμός που θα χρησιμοποιηθεί πρέπει να είναι δικός του παιδιού. Αυτός όμως ο κανονισμός θα μπορούσε να γίνει μια τρομερή ευκαιρία για τη συμμετοχή των οικογενειών στη σχολική ζωή των παιδιών τους και επίσης να κάνει τους γονείς υπεύθυνους και γνώστες ψηφιακούς πολίτες.

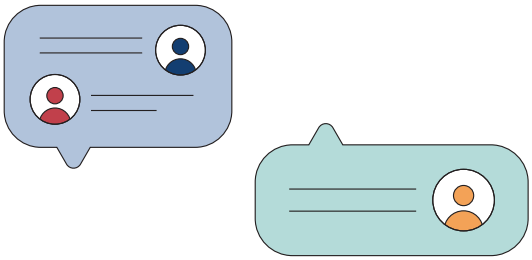
Εδώ και αρκετά χρόνια, οι ψηφιακές εμπειρίες στην τάξη έχουν ξεκινήσει σε πολλές ευρωπαϊκές χώρες, συμπεριλαμβανομένου του δημοτικού σχολείου. Με ευθύνη των γονέων, σε κάθε μαθητή εκχωρείται μια συσκευή (π.χ. ένα tablet) και ένας λογαριασμός που επιτρέπει την πρόσβαση στο Διαδίκτυο. Οι εκπαιδευτικές δραστηριότητες που πραγματοποιούνται μέσω του λογαριασμού μπορούν να προβληθούν και να ελέγχονται ανά πάσα στιγμή όχι μόνο από τους εκπαιδευτικούς αλλά και από τους γονείς και, γιατί όχι, να παρέχουν, όπου απαιτείται, ακόμη και τη συμμετοχή τους. Ενεργώντας με αυτόν τον τρόπο, οι μικροί μαθητές εκπαιδεύονται στη συνειδητή, υπεύθυνη και έξυπνη χρήση των ψηφιακών πηγών, με αποτέλεσμα οι κίνδυνοι (όπως συνήθως αντιλαμβάνονται, ειδικά από τις οικογένειες) να μετατρέπονται σε ευκαιρίες.

Ψηφιακό περιεχόμενο και οικογενειακή προσέγγιση

Από την άλλη, όπως γνωρίζουμε, η ανάγκη οργάνωσης εγγράφων, φωτογραφιών, βίντεο, ηχογραφήσεων, συγγραφής, παραγωγής και αρχειοθέτησής τους δεν είναι αποκλειστική του σχολικού κόσμου. Τα παιδιά και οι γονείς τους δημιουργούν ψηφιακό περιεχόμενο και

στον ελεύθερο χρόνο τους, μπορούν να παίξουν online, διατηρώντας επαφή με άλλα άτομα και γενικά χρησιμοποιώντας όλες τις δυνατότητες που προσφέρουν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Οι γονείς πρέπει να μπορούν να παρέχουν κανόνες, να δίνουν το καλό παράδειγμα και –γιατί όχι– να διδάσκουν στα παιδιά τους πως να αλληλοεπιδρούν θετικά με τα δίκτυα για να δημιουργήσουν αποτελεσματικό και χρήσιμο ψηφιακό περιεχόμενο.

Ο απώτερος στόχος της δημιουργίας ψηφιακού περιεχομένου θα πρέπει να είναι στην πραγματικότητα, ανάλογα με τις περιστάσεις, να ξέρεις πώς να ψυχαγωγείς, να εκπαιδεύεις, να πείσεις το κοινό σου. Για να το κάνετε αυτό, πρέπει πρώτα να επιλέξετε τα καταλληλότερα κανάλια επικοινωνίας, μαθαίνοντας πώς να αξιοποιείτε τις λειτουργίες και τις δυνατότητές του. Εάν γνωρίζετε τους κανόνες, τους σέβεστε και προτείνετε περιεχόμενο που μπορεί να ενδιαφέρει πιθανούς αποδέκτες, τότε βρίσκεστε στην ηλιόλουστη πλευρά του δρόμου, γιατί αυτή είναι η σωστή προσέγγιση για τις σύγχρονες δια δραστικές τεχνολογίες στον τομέα των μέσων ενημέρωσης, είναι ευκαιρία και όχι ρίσκο!



Αναφορές:

https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17482798.2019.1701056?scroll=top&needAccess=true

https://www.futurelearn.com/info/courses/teaching-computing-stem/0/steps/14861

https://www.healthychildren.org/English/family-life/Media/Pages/Tips-for-Parents-Digital-Age.aspx

https://www.jstor.org/stable/1602693

https://www.commonsensemedia.org/blog/new-strategies-to-get-kids-to-create-media-not-just-consume-it

https://nomadlife101.com/how-to-become-a-content-creator/

https://web.archive.org/web/20140112224849/http://www.pewinternet.org/Reports/2004/Content-Creation-Online/2-Content-Creation-Online/1-The-material-people-contribute-to-the-online-world.aspx

https://www.icmontignoso.edu.it/SITO/eipass/Creazione_contenuti_digitali.pdf

https://4books.com/it/approfondimento/creare-contenuti-digitali-impeccabili-istruzioni-per-l-uso

https://www.savethechildren.it/blog-notizie/competenze-digitali-quali-sono-perche-servono-ai-piu-giovani

Κεφάλαιο 2.2.2

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΜΑΘΗΣΗ

Η διαδικτυακή διδασκαλία και μάθηση κυκλοφορεί εδώ και αρκετό καιρό, ειδικά στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση και την Εκπαίδευση Ενηλίκων, αλλά έλαβε τεράστια ώθηση λόγω της της πανδημίας COVID-19 και του επακόλουθου κλεισίματος των σχολείων στις περισσότερες χώρες το 2020 και το 2021, όταν έγινε πραγματικότητα για πολλούς εκπαιδευτικούς και μαθητές από τη μια μέρα στην άλλη, κυρίως χωρίς προετοιμασία και χωρίς εναλλακτική.

Παρόλο που τα σχολεία επέστρεψαν ή σχεδιάζουν να επιστρέψουν ξανά στην παρούσα διδασκαλία, όλες οι χώρες σκέφτονται να εκμεταλλευτούν την ευκαιρία και όχι μόνο να συνεχίσουν, αλλά και να προωθήσουν τη διαδικασία της ψηφιοποίησης ακόμη περισσότερο. Στον τομέα της τυπικής εκπαίδευσης, αυτό σημαίνει αυξημένη χρήση ψηφιακών τεχνολογιών, ειδικά για μικτή μάθηση, ένα μείγμα μεταξύ διαδικτυακών και μη διαδικτυακών εμπειριών. Η αναγκαστική διαδικτυακή εμπειρία κατά τη διάρκεια της υγειονομικής κρίσης 2020/21 έφερε ωστόσο στο φως μια σειρά ζητημάτων που πρέπει να επιλυθούν για την επιτυχή εφαρμογή αυτών των νέων προγραμμάτων.

Εάν η κυβέρνηση της χώρας σας, οι τοπικές αρχές ή/και το σχολείο του παιδιού σας σχεδιάζει οποιαδήποτε μορφή μικτής, υβριδικής ή διαδικτυακής μάθησης, θα πρέπει να ληφθούν υπόψη εκ των προτέρων οι ακόλουθες τεχνικές απαιτήσεις:

• **Καλή συνδεσιμότητα (επαρκές εύρος ζώνης) στο σχολείο αλλά και στο σπίτι:** Διασφάλιση ότι όλοι οι μαθητές (και οι δάσκαλοι) έχουν τη δυνατότητα να έχουν πρόσβαση στην ίδια πλατφόρμα μάθησης ή άλλες πηγές ταυτόχρονα χωρίς να χάσουν τη σύνδεσή τους στο Διαδίκτυο και υποστηρίζοντας οικογένειες που αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην παροχή σταθερής σύνδεσης στο Διαδίκτυο στα παιδιά τους. Το ίδιο ισχύει για τα σχολικά κτίρια όπου συχνά μόνο ένας μειωμένος αριθμός μαθητών μπορεί να είναι ταυτόχρονα online χωρίς να αντιμετωπίζονται προβλήματα σύνδεσης.

• **Καλή απόδοση και επαρκής αριθμός συσκευών:** Πολλές οικογένειες δεν ήταν επαρκώς εξοπλισμένες κατά τη διάρκεια της πανδημίας για να υποστηρίξουν την γονική τηλεργασία και την ηλεκτρονική εκπαίδευση των παιδιών τους ταυτόχρονα, π.χ. Τα παιδιά έπρεπε να παρακολουθούν μαθήματα και/ή να εκτελούν εργασίες σε smartphone ή μπορούσαν να εναλλάσσονται μόνο χρησιμοποιώντας άλλη ψηφιακή συσκευή.

Πολλά σχολεία είναι εξίσου καλά εξοπλισμένα και υπάρχει μόνο μία «αίθουσα υπολογιστών» όπου ολόκληρη η τάξη έχει πρόσβαση σε μια συσκευή ανά άτομο.

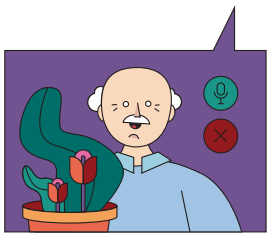
• **Ξεπερασμένος εξοπλισμός και λογισμικό:** Καθώς η ανάπτυξη σε αυτόν τον τομέα είναι εξαιρετικά γρήγορη, παλαιότερες εκδόσεις ορισμένων προγραμμάτων λογισμικού δεν υποστηρίζουν έγγραφα που αποστέλλονται ή πρόκειται να ληφθούν σε νεότερη έκδοση. Οι παλαιότερες συσκευές ενδέχεται να μην υποστηρίζουν την εγκατάσταση νεότερων προγραμμάτων λογισμικού. Αυτό το πρόβλημα μπορεί να αντιμετωπιστεί εν μέρει χρησιμοποιώντας λογισμικό ανοιχτού κώδικα, αλλά οι εκπαιδευτικοί πρέπει να γνωρίζουν το ζήτημα για να βρουν λύσεις.

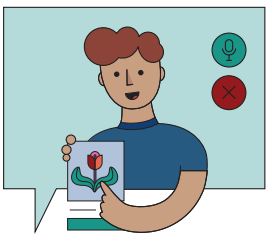
Μαζί με τον τοπικό σύλλογο γονέων/εκπροσώπων γονέων εξετάστε τις ακόλουθες προκλήσεις και στοχεύστε στη βελτίωση της κατάστασης:

• **Η επαρκής αρχική κατάρτιση καθώς και η συνεχής επαγγελματική ανάπτυξη (CPD) για τους δασκάλους, τους διευθυντές σχολείων και το εκπαιδευτικό προσωπικό υποστήριξης** είναι απαραίτητη προκειμένου να εξοπλιστούν όλοι με τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες ώστε να είναι σε θέση να εφαρμόσουν οποιοδήποτε είδος διαδικτυακής ή μικτής διδασκαλίας. Η πανδημία έχει καταδείξει ξεκάθαρα τις ανάγκες σε αυτόν τον τομέα και πολλά έργα, συμπεριλαμβανομένων των MOOCs (Μαζικά Ανοικτά Διαδικτυακά Μαθήματα) και οι δραστηριότητες μάθησης από ομοτίμους έχουν ξεκινήσει για να καλύψουν αυτά τα κενά. Σε πολλές χώρες δεν έχει ακόμη καθιερωθεί πιο οργανωμένη κατάρτιση.

• **Έλλειψη συμμετοχής των γονέων:** Κατά τη διάρκεια του κλεισίματος των σχολείων ο σημαντικός ρόλος των γονέων στην εκπαίδευση έχει γίνει πιο φανερός από ποτέ αλλά και τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν σχετικά με την υποστήριξη που χρειάζονται τα παιδιά τους. Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό να εμπλέκονται και οι οικογένειες κατά τη δημιουργία νέων προγραμμάτων για να κατανοήσουν καλύτερα τις δυνατότητές τους αλλά και τις ανάγκες τους και να βοηθήσουν να ξεπεράσουν ενδεχόμενες δυσκολίες.

• **Ανεπαρκής συνεργασία και συμφωνίες για τα κατάλληλα εργαλεία:** η χρήση πολλών πλατφόρμων και καναλιών επικοινωνίας έχει καταστήσει δύσκολο για τους μαθητές και τους γονείς να παρακολουθούν πάντα τις οδηγίες και τις υποδείξεις από το σχολείο ή από διαφορετικούς δασκάλους. Η χρήση περιορισμένου αριθμού εργαλείων (κατά προτίμηση της ίδιας πλατφόρμας μάθησης για ολόκληρο το σχολείο) διευκολύνει τον προσανατολισμό όλων και επιτρέπει επίσης στους εκπαιδευτικούς να γνωρίζουν τι κάνουν και τι απαιτούν οι συνάδελφοι.





Ακολουθεί μια λίστα με τα πιο κοινά εργαλεία που χρησιμοποιούνται:

- MS Teams
- Google classroom
- Khan Academy
- Kahoot
- Schoology
- Moodle
- Class Dojo
- Bloomz
- Buncee
- 3P Learning
- Seesaw
- Slack
- Wooclap
- Sutori
- Zoom
- Webex
- WizIQ
- Adobe Capitavate
- Elucidat
- Blackboard Learn

Αυτές οι πλατφόρμες μάθησης προσφέρουν τη δυνατότητα ζωντανών διαλέξεων βίντεο (σύγχρονη διδασκαλία), αποστολή ηχογραφημένων βίντεο ή υλικού (ασύγχρονη διδασκαλία), ομαδική εργασία σε ομάδες (εικονικές αίθουσες διαλειμμάτων), αλληλεπίδραση μεταξύ μαθητών και του δασκάλου (με χρήση μικροφώνου ή λειτουργία συνομιλίας), αποθήκευση και λήψη οδηγιών, ασκήσεων και παραδειγμάτων και αποστολή εργασιών για το σπίτι, επίλυση ασκήσεων, κειμένων, βίντεο κλιπ κ.λπ.

Η επιλογή της πλατφόρμας θα είναι στις περισσότερες περιπτώσεις απόφαση του σχολείου ή των σχολικών αρχών. Ως γονέας, ωστόσο, θα πρέπει - κατά προτίμηση μαζί με άλλους γονείς ή τους επίσημους εκπροσώπους των γονέων - να ζητήσετε μια εισαγωγή για τους γονείς, ειδικά εάν δεν είστε εξοικειωμένοι με το εργαλείο που χρησιμοποιείται. Το ίδιο ισχύει για οποιοδήποτε άλλο πρόγραμμα που χρησιμοποιείται στο σχολείο ή από το σχολείο και το οποίο αναμένεται να μπορούν να χειριστούν τα παιδιά.

Εκτός από τις βραδιές γνωριμίας στο σχολείο, η μάθηση από ομότιμους μπορεί να οργανωθεί με άτυπο τρόπο με άλλους γονείς και θα πρέπει επίσης να αφιερώσετε λίγο χρόνο για να εξερευνήσετε νέα προγράμματα και τις δυνατότητές τους μαζί με τα παιδιά σας, όχι μόνο

για να μάθετε πώς λειτουργούν αλλά και να ανακαλύψετε και να συζητήσετε πιθανές παγίδες μαζί τους (δείτε τα άλλα μέρη αυτού του κεφαλαίου 2.1) καθώς και να τους διδάξετε πως να συμπεριφέρονται με σεβασμό στο Διαδίκτυο.

Εκτός από την προσφορά του σχολείου, μπορείτε επίσης να βρείτε εξαιρετικό διαδικτυακό εκπαιδευτικό υλικό που μπορεί να χρησιμοποιηθεί επιπλέον στο σπίτι για να:

- Εμβαθύνετε τις γνώσεις του παιδιού σας σε οποιοδήποτε θέμα που το ενδιαφέρει συγκεκριμένα (π.χ. δεινόσαυροι, ηφαίστεια, κατοικίδια ζώα κ.λπ.)
- Υποστηρίξετε τη μελέτη του παιδιού σας σε οποιοδήποτε σχολικό μάθημα
- Βοηθήσετε το παιδί σας με παρουσιάσεις
- Προετοιμαστείτε για τεστ, εξετάσεις ή/και διαγωνισμούς
- Μάθετε και εξασκήσετε νέες δεξιότητες και ικανότητες (π.χ. εκμάθηση μιας νέας γλώσσας, παίζοντας σκάκι, κ.λπ.)
- Ενθαρρύνετε το ενδιαφέρον του παιδιού σας για σημαντικά θέματα (π.χ. κλιματική αλλαγή, προστασία του περιβάλλοντος, ισότητα των φύλων, κ.λπ.)

Για να μπορέσετε να χρησιμοποιήσετε αυτές τις μεγάλες ευκαιρίες με ασφάλεια, βασικές γνώσεις σχετικά με τους πιθανούς κινδύνους όπως εξηγούνται στο κεφάλαιο 2.1 και τους τρόπους προστασίας από αυτούς (βλ. κεφάλαιο 3.1) είναι ζωτικής σημασίας για την αποφυγή δυσάρεστων καταστάσεων και αντιπαράθεσης με ανεπιθύμητο περιεχόμενο. Οι κατάλληλες για την ηλικία επιλογές είναι επίσης απαραίτητες για να αποφευχθεί η υπερβολική υποδιέγερση του παιδιού.

Πηγές για περαιτέρω ανάγνωση:
https://onlinelearningconsortium.org/

Κεφάλαιο 2.2.3
ΜΜΕ ΣΤΗΝ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΙ ΤΑ ΤΑΞΙΔΙΑ

Μιλώντας για τον κριτικό γραμματισμό στα μέσα, συνήθως δίνουμε έμφαση σε όλες τις αρνητικές και επικίνδυνες πτυχές των μέσων ενημέρωσης για τα παιδιά, τις οικογένειες και τις σχέσεις. Ωστόσο, θα πρέπει να θυμόμαστε ότι τα νέα μέσα μας δίνουν πολλές δυνατότητες να ενισχύσουμε ουσιαστικά τις οικογενειακές σχέσεις και την επικοινωνία, εάν τα χρησιμοποιήσουμε με σύνεση.

Μέσα επικοινωνίας

Ένα σημαντικό παράδειγμα θετικής χρήσης μέσων είναι η δυνατότητα διαδικτυακής επικοινωνίας με συγγενείς ή φίλους που ζουν σε μακρινά μέρη. Διαφορετικές εφαρμογές όπως Skype, Viber, WhatsApp, Zoom, Google Meet ή απλές βιντεοκλήσεις σε smartphone μας

δίνουν την ευκαιρία να παραμείνουμε σε επαφή, να δούμε και να μιλήσουμε μεταξύ μας. Η οπτική πτυχή της επικοινωνίας είναι ιδιαίτερα σημαντική για τα μικρά παιδιά που δύσκολα μπορούν να επικεντρωθούν στο να μιλήσουν στο τηλέφωνο χωρίς να δουν τον συνομιλητή. Οι βιντεοκλήσεις μπορούν να γίνουν μια σημαντική στιγμή στην καθημερινή ρουτίνα των οικογενειών, ειδικά αν έχουν μέλη της οικογένειας ή φίλους που ζουν ή εργάζονται σε μακρινά μέρη, κάτι που είναι αρκετά δημοφιλές στις μέρες μας. Λόγω της πανδημίας του COVID-19 τα τελευταία χρόνια, ακόμη περισσότερες οικογένειες αντιμετώπισαν προβλήματα με τη διοργάνωση συναντήσεων από κοντά. Τέτοιες συνθήκες μπορεί να είναι καταστροφικές για τις οικογενειακές σχέσεις και τις φιλίες.

Τα πλεονεκτήματα της διαδικτυακής επικοινωνίας με συγγενείς ή/και φίλους:

• Σας επιτρέπει να βλέπετε άλλα μέλη της οικογένειας/φίλους. Η οπτική επαφή είναι ζωτικής σημασίας ειδικά για τα μικρά παιδιά να χτίσουν μια σχέση, για παράδειγμα, με τους παππούδες και γιαγιάδες που ζουν σε μια μακρινή πόλη.
• Δείχνει στα παιδιά ότι οι σχέσεις με την οικογένεια ή τους φίλους είναι σημαντικές και ότι κάποιος πρέπει να τις διατηρεί. Τα μικρά παιδιά μπορούν πραγματικά να γνωρίσουν τους συγγενείς τους χάρη στην ηλεκτρονική επικοινωνία, έτσι ώστε να μην ντρέπονται όταν τους συναντούν από κοντά.
• Για τα μεγαλύτερα μέλη της οικογένειας, όπως οι παππούδες και οι γιαγιάδες, υπάρχει η δυνατότητα να παρακολουθούν τους νεαρούς συγγενείς τους που μεγαλώνουν και αλλάζουν (κάτι που συμβαίνει πολύ γρήγορα). Ορισμένοι παππούδες και γιαγιάδες αποκτούν κίνητρο να μάθουν πώς να χρησιμοποιούν τα νέα μέσα για να δουν τα εγγόνια τους, κάτι που είναι επίσης θετικό όσον αφορά τη μάθηση μεταξύ των γενεών και την προσωπική ανάπτυξη.
• Σε περιόδους πανδημίας μπορεί να γίνει απαραίτητο εργαλείο για να είστε μαζί σε κρίσιμες στιγμές (όπως διακοπές, γενέθλια κ.λπ.) όταν οι άλλες επιλογές για να περάσετε χρόνο μαζί είναι περιορισμένες. Προφανώς, η διαδικτυακή επικοινωνία με συγγενείς ή/και φίλους έχει επίσης ορισμένους **περιορισμούς και μειονεκτήματα** που πρέπει να ληφθούν υπόψη:
• Είναι μια βραχυπρόθεσμη λύση για τη διατήρηση των σχέσεων. Αν δεν συναντήσουμε ποτέ τους συνομιλητές μας από κοντά, μετά από κάποιο χρονικό διάστημα γίνονται «εικονικοί», πολύ απόμακροι και μπορεί να έχουμε προβλήματα στην εύρεση θεμάτων για συνομιλίες που μπορεί να καταστήσουν την επικοινωνία τεχνητή και επιβεβλημένη. Οι συναντήσεις από κοντά είναι ζωτικής σημασίας για τη διατήρηση οποιασδήποτε σχέσης μακροπρόθεσμα.
• Οι διαδικτυακές συναντήσεις δεν πρέπει να διαρκούν πολύ. 10-15 λεπτά είναι ίσως το βέλτιστο. Διαφορετικά, μπορεί να γίνει μια μακρά βαρετή ιεροτελεστία από την οποία τα παιδιά θα προτιμούσαν να αποφύγουν. Η συζήτηση δεν πρέπει να διαρκέσει περισσότερο, επειδή όλοι είναι εστιασμένοι σε αυτήν και ενδιαφέρονται πραγματικά. Είναι επίσης σημαντικό να μην υπερβαίνετε τον συνιστώμενο χρόνο οθόνης (δείτε κεφάλαιο 1.3)

• Η διατήρηση οπτικής επαφής κατά τη διάρκεια της συνομιλίας είναι μια σημαντική κοινωνική δεξιότητα, η οποία μπορεί να γίνει προβληματική κατά τη χρήση συνομιλίας μέσω βίντεο, επειδή οι κάμερες συχνά τοποθετούνται πάνω από την οθόνη στην οποία βλέπουμε τον συνομιλητή. Είναι σημαντικό να το έχετε κατά νου, ειδικά όταν μιλάτε με βρέφη σε συνομιλία μέσω βίντεο[1].

• Όταν μιλάμε για νέους, οι περιορισμοί και οι κίνδυνοι είναι διαφορετικοί:

• Πρέπει να βεβαιωθούμε ότι τα παιδιά καταλαβαίνουν ότι χρησιμοποιούμε βιντεοκλήσεις για να μιλήσουμε με συγγενείς ή φίλους μας. Η συνομιλία μέσω βίντεο με έναν ξένο μπορεί να είναι επικίνδυνη για πολλούς διαφορετικούς λόγους (βλ. κεφάλαιο 2.1).

• Η πανδημία του COVID-19 δείχνει ότι ορισμένα παιδιά έχουν συνηθίσει τόσο πολύ στην διαδικτυακή επικοινωνία που τείνουν να μένουν στις διαδικτυακές συνομιλίες με φίλους ακόμα και όταν είναι δυνατές οι συναντήσεις από κοντά. Θα πρέπει στη συνέχεια να τους ενθαρρύνουμε να κάνουν μια προσπάθεια και να οργανώσουν μια συνάντηση από κοντά. Οι πραγματικές αλληλεπιδράσεις με άλλους ανθρώπους είναι ζωτικής σημασίας για την ανάπτυξη υγιών κοινωνικών σχέσεων.

ΜΜΕ στα ταξίδια

Ένα άλλο παράδειγμα θετικής χρήσης μέσων είναι τα παιχνίδια και οι εφαρμογές που επιτρέπουν να περάσετε χρόνο μαζί με την οικογένεια όχι μόνο μπροστά από μια οθόνη, αλλά και σε μια εκδρομή. Υπάρχουν πάρα πολλές δυνατότητες. Αυτά που παρουσιάζονται παρακάτω μπορεί να χρησιμεύσουν ως έμπνευση.

Geocaching

Το Geocaching είναι μια υπαίθρια ψυχαγωγική δραστηριότητα, στην οποία οι συμμετέχοντες χρησιμοποιούν δέκτη ή φορητή συσκευή Global Positioning System (GPS) και άλλες τεχνικές πλοήγησης για να κρύψουν και να αναζητήσουν κοντέινερ, που ονομάζονται "geocaches" ή "cache", σε συγκεκριμένες τοποθεσίες που επισημαίνονται με συντεταγμένες σε όλο το κόσμο. Ένα τυπικό "cache" είναι ένα μικρό αδιάβροχο δοχείο που περιέχει ένα ημερολόγιο και μερικές φορές ένα στυλό ή μολύβι. Ο geocacher υπογράφει το αρχείο καταγραφής με τον καθιερωμένο κωδικό ονομασίας και την ημερομηνία, προκειμένου να αποδείξει ότι βρήκαν το κρυμμένο "cache". Μετά την υπογραφή του αρχείου καταγραφής, η κρυφή μνήμη πρέπει να τοποθετηθεί ακριβώς στο σημείο που την βρήκε το άτομο. Μεγαλύτερα δοχεία όπως πλαστικά δοχεία αποθήκευσης (Tupperware ή παρόμοια) ή κιβώτια πυρομαχικών μπορούν επίσης να περιέχουν αντικείμενα για εμπόριο, όπως παιχνίδια ή μπιχλιμπίδια, συνήθως μεγαλύτερης συναισθηματικής αξίας παρά οικονομικής αξίας. Το Geocaching μοιράζεται πολλές πτυχές με τη συγκριτική αξιολόγηση,

---

[1] Elisabeth McClure and Rachel Barr, Building Family Relationships from a Distance: Supporting Connections with Babies and Toddlers Using Video and Video Chat, p. 236-240;

το trigpointing, τον προσανατολισμό, το κυνήγι θησαυρού, το letterboxing, το waymarking και το Munzee[2].

Είναι ένα παγκόσμιο πρόγραμμα με περισσότερα από 3 εκατομμύρια «κρυφές μνήμες» σε όλο τον κόσμο. Για να παίξετε, πρέπει να εγκαταστήσετε μια εφαρμογή για κινητά (Geocaching.com, c.geo ή άλλη) η οποία εμφανίζει έναν χάρτη με «κρυφές μνήμες» και σας επιτρέπει να τις αναζητήσετε στην περιοχή. Μερικοί ζητούν την επίλυση πρόσθετων γρίφων ή την εκτέλεση ειδικών εργασιών. Κάποιος μπορεί επίσης να δημιουργήσει τις δικές του «κρυφές μνήμες». Οι χρήστες μπορούν να συλλέγουν πόντους για σήματα, να συναντιούνται σε ειδικές εκδηλώσεις κ.λπ. Υπάρχει μια τεράστια κοινότητα geocachers σε όλο τον κόσμο. Μπορεί να είναι μια εξαιρετική ιδέα για να ενθαρρύνετε τα παιδιά και τους νέους να ταξιδέψουν και να ανακαλύψουν νέα μέρη μαζί με την οικογένεια, χρησιμοποιώντας το κινητό τους.

Questing (letterboxing)

Το Questing είναι ένα είδος γραμματοκιβωτίου που αναπτύχθηκε στις ΗΠΑ, στη συνέχεια στην Πολωνία και σε άλλες χώρες. Τα γραμματοκιβώτια είναι επίσης ένας τύπος "γεωθήρας", επομένως μπορούν να βρεθούν οπουδήποτε. Το Questing είναι ένα παιχνίδι που παίζεται σε μια κοινότητα ή γεωγραφικό μέρος. Αρχικά επινοήθηκε στις ΗΠΑ, είναι παρόμοιο με την έννοια του γραμματοκιβωτίου όπου μερικές ενδείξεις σε οδηγούν σε σφραγισμένα κουτιά που βρίσκονται σε ένα είδος κυνηγιού θησαυρού[3].

Το Letterboxing είναι ένα υπαίθριο χόμπι που συνδυάζει στοιχεία προσανατολισμού, τέχνης και επίλυσης παζλ. Οι γραμματοσυσκευές κρύβουν μικρά, αδιάβροχα κουτιά σε προσβάσιμα από το κοινό μέρη (όπως πάρκα) και διανέμουν στοιχεία για την εύρεση του κουτιού σε έντυπους καταλόγους, σε έναν ιστότοπο ή από στόμα σε στόμα. Τα μεμονωμένα γραμματοκιβώτια περιέχουν ένα σημειωματάριο και μια σφραγίδα από καουτσούκ, κατά προτίμηση χειροποίητα σκαλισμένα ή κατά παραγγελία. Οι ανιχνευτές κάνουν μια αποτύπωση της σφραγίδας του γραμματοκιβωτίου στο προσωπικό τους σημειωματάριο και αφήνουν μια εντύπωση της προσωπικής τους σφραγίδας υπογραφής στο "βιβλίο επισκεπτών" ή "ημερολόγιο" του γραμματοκιβωτίου - ως απόδειξη ότι βρήκαν το κουτί και ενημερώνουν άλλα γραμματοκιβώτια που έχουν επισκεφτεί . Πολλοί χρήστες παρακολουθούν προσεκτικά τον «αριθμό εύρεσης» τους.

Υπάρχουν πολλοί ιστότοποι και εφαρμογές που σας επιτρέπουν να ανακαλύψετε μέρη και περιοχές με αποστολές/γράμματα. Η ιδέα έχει αναπτυχθεί ιδιαίτερα στην Πολωνία όπου

---

[2] https://en.wikipedia.org/wiki/Geocaching

[3] https://en.wikipedia.org/wiki/Letterboxing_(hobby)#Questing

υπάρχουν αρκετοί ιστότοποι και εφαρμογές για κινητά με quests. Το μεγαλύτερο πρόγραμμα της Πολωνίας με περισσότερες από 550 αποστολές ονομάζεται "Questy – Wyprawy Odkrywców" (Αποστολές - Αποστολές του Explorer) ο ιστότοπος είναι www.questy.org.pl και υπάρχει δωρεάν εφαρμογή για κινητά «Questy – Wyprawy Odkrywców». Ορισμένες αποστολές είναι διαθέσιμες σε ξένες γλώσσες (Αγγλικά, Γερμανικά, Ουκρανικά, Σλοβακικά)

Διαδικτυακά παιχνίδια

Το να παίζετε διαδικτυακά παιχνίδια μαζί γενικά είναι επίσης μια καλή ευκαιρία για να διατηρήσετε επαφή και να κατανοήσετε καλύτερα τον κόσμο των παιδιών σας, αλλά αυτές οι δραστηριότητες πρέπει να συνοδεύονται από τις απαραίτητες προφυλάξεις:

1) τήρηση ορίων ηλικίας.
2) σεβασμός των κανόνων χρόνου οθόνης και αποφυγή εθισμού στο διαδίκτυο (βλ. κεφάλαιο 2.1.5).
3) διασφαλίζοντας ότι οι ξένοι δεν μπορούν να μπουν στο παιχνίδι (βλ. κεφάλαιο 3.1 σχετικά με την ασφάλεια στον κυβερνοχώρο και διαδικτυακό απόρρητο).

Πρακτικές συμβουλές:

• Χρησιμοποιήστε διαδικτυακή επικοινωνία (συνομιλίες βίντεο) για να μείνετε σε επαφή με συγγενείς και φίλους όταν η συνάντηση από κοντά είναι αδύνατη για οποιονδήποτε λόγο.
• Όταν οργανώνετε συνομιλίες μέσω βίντεο με μεγαλύτερα μέλη της οικογένειας (π.χ. παππούδες) προετοιμάστε τους για αυτό, εάν δεν είναι εξοικειωμένοι με τα εργαλεία που σκοπεύετε να χρησιμοποιήσετε (βοήθεια στην εγκατάσταση, δώστε σαφείς οδηγίες για τη χρήση του λογισμικού, εξηγήστε πού βρίσκεται η κάμερα και το μικρόφωνο είναι κ.λπ.), ώστε όλη η οικογένεια να αποφεύγει την απογοήτευση και να απολαμβάνει τον κοινό χρόνο.
•Όταν οργανώνετε συνομιλίες βίντεο με μικρά παιδιά, προγραμματίστε τις για περιορισμένο χρονικό διάστημα, ώστε να μπορούν να εστιάσουν στον συνομιλητή και να δώσουν προσοχή στα προβλήματα οπτικής επαφής που προκαλεί η τοποθέτηση της κάμερας.
• Αναζητήστε εφαρμογές και παιχνίδια που θα σας επιτρέψουν να απολαύσετε τον οικογενειακό χρόνο και να αποδείξετε τόσο στα παιδιά όσο και στον εαυτό σας ότι τα νέα μέσα μπορεί να είναι ενδιαφέροντα, χρήσιμα και διασκεδαστικά!

Πηγές για περαιτέρω ανάγνωση:

Από το εγχειρίδιο πολυμέσων ParentNets, το κεφάλαιο για τα διαδικτυακά παιχνίδια:
http://handbook.parentnets.com/article/en/5a-diagnosis/index.html
McClure, Elisabeth and Barr, Rachel: Building Family Relationships from a Distance: Supporting Connections with Babies and Toddlers Using Video and Video Chat, p. 236-240;
https://www.academia.edu/31177487/Building_Family_Relationships_from_a_Distance_Supporting_Connections_with_Babies_and_Toddlers_Using_Video_and_Video_Chat

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

Προληπτικά Μέτρα

Κεφάλαιο 3.1

ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΟΝ ΚΥΒΕΡΝΟΧΩΡΟ

Τι είναι η ασφάλεια στον κυβερνοχώρο;

Το Διαδίκτυο είναι παρόν σε όλες τις πτυχές της ζωής μας, καθιστώντας ευκολότερη την επικοινωνία, το εμπόριο, τη διασκέδαση, τη μάθηση και την κοινωνικοποίηση. Μας προσφέρει ατελείωτες ευκαιρίες, αλλά μπορεί επίσης να αποδειχθεί ιδιαίτερα επικίνδυνο τόσο για τα οικονομικά μας όσο και για την ιδιωτική μας ζωή, γι' αυτό και η ασφάλεια στον κυβερνοχώρο είναι ιδιαίτερα σημαντική στις μέρες μας. Η ασφάλεια στον κυβερνοχώρο ορίζεται ως «η πρακτική της υπεράσπισης υπολογιστών, διακομιστών, φορητών συσκευών, ηλεκτρονικών συστημάτων, δικτύων και δεδομένων από κακόβουλες επιθέσεις. Είναι επίσης γνωστό ως ασφάλεια τεχνολογίας πληροφοριών ή ασφάλεια ηλεκτρονικών πληροφοριών."

Η σημασία της ασφαλής διατήρησης των λογαριασμών σας

Για να επικοινωνήσουμε, να αλληλεπιδράσουμε, να μάθουμε και να ψυχαγωγηθούμε στο Διαδίκτυο, όλοι πρέπει να δημιουργήσουμε λογαριασμούς σε διαφορετικές πλατφόρμες που αποθηκεύουν τα δεδομένα μας και μας επιτρέπουν να συμμετέχουμε σε αυτές τις δραστηριότητες. Μερικές φορές μπορεί να χρησιμοποιήσουμε ακόμη και τον ίδιο λογαριασμό (συνήθως λογαριασμό Google), πράγμα που σημαίνει ότι ο κωδικός πρόσβασής μας είναι κοινός σε όλες αυτές τις πλατφόρμες.

Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς για να διατηρήσουν τους λογαριασμούς ασφαλείς;

Για να διασφαλίσετε ότι οι λογαριασμοί της οικογένειάς σας καθώς και οι προσωπικοί σας λογαριασμοί διατηρούνται ασφαλείς, **πρέπει να αποτρέψετε την είσοδο οποιουδήποτε στις συσκευές σας.** Μπορείτε να ρυθμίσετε έναν κωδικό PIN ή ένα μοτίβο κωδικού πρόσβασης στην οθόνη κλειδώματος της συσκευής σας που θα εμποδίζει τα παιδιά σας και άλλα άτομα να έχουν πρόσβαση.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΙΣΧΥΡΟΥ ΚΩΔΙΚΟΥ:

- Προσπαθήστε να βάλετε ένα κωδικό που να θυμάστε, αλλά αποφύγετε τη χρήση προσωπικών στοιχείων όπως ονόματα ή γενέθλια.
- Χρησιμοποιήστε ένα συνδυασμό κεφαλαίων, πεζών γραμμάτων, συμβόλων και αριθμών.
- Βάλτε ένα μεγάλο κωδικό
- Μην επαναχρησιμοποιείτε τον κωδικό πρόσβασής σας
- R3pl@ce le++ers wit# sYmb0ls & n^mb3rs 1ike Thi$.

ΔΕΣ ΑΥΤΟ ΤΟ ΒΙΝΤΕΟ

για να λάβετε περισσότερες συμβουλές για το πώς να δημιουργήσετε έναν ισχυρό κωδικό πρόσβασης: **RBC Cyber Security - Ισχυροί κωδικοί πρόσβασης:**

https://www.youtube.com/watch?v=IhlXtBNNuKs

ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΣΥΜΒΟΥΛΗ: Βεβαιωθείτε ότι υπενθυμίζετε στα παιδιά σας να δημιουργούν ισχυρούς κωδικούς πρόσβασης. Αυτό θα συμβάλει στην ελαχιστοποίηση του κινδύνου να τους στέλνουν οι άλλοι πλαστά ή ενοχλητικά μηνύματα και θα τους προστατεύει από κακόβουλες επιθέσεις. Ενημερώστε τα παιδιά σας σχετικά με το είδος των πληροφοριών που πρέπει να κρατήσουν απόρρητες (διεύθυνση κατοικίας, ονόματα σχολείου, κωδικοί πρόσβασης κ.λπ.) Ενθαρρύνετε τα να έρθουν σε εσάς εάν οι χρήστες του Διαδικτύου ζητήσουν πληροφορίες όπως αυτή.

Ιοί και κακόβουλο λογισμικό

Συνολικά, υπάρχουν πέντε διαφορετικοί τύποι ιών και κακόβουλου λογισμικού που μπορούν να θέσουν τις συσκευές σας σε κίνδυνο: Ιός, Worm, Trojan Horse, Spyware και Adware.

• **Adware:** Λογισμικό διαφήμισης (pop-up advertisements). Τις περισσότερες φορές συλλέγουν δεδομένα και πληροφορίες για να σας στοχεύσουν με προσαρμοσμένες διαφημίσεις.

• **Spyware:** Ένα κακόβουλο λογισμικό για κατασκοπεία του υπολογιστή σας συλλέγοντας προσωπικές πληροφορίες –συχνότερα οικονομικές– και μεταβιβάζοντας τις πληροφορίες σε τρίτους. Μπορεί να γίνει λήψη μέσω αναδυόμενων παραθύρων ή ανοίγοντας ένα email ή και ένα συνημμένο αρχείο.

• **Trojan Horse:** Ένα κακόβουλο λογισμικό που χρησιμοποιεί μια μεταμφίεση για να κρύψει τον πραγματικό του σκοπό. Είναι ο πιο κοινός τύπος κακόβουλου λογισμικού που κρύβει την πραγματική του λειτουργία και συχνά μεταμφιέζεται ως νόμιμο λογισμικό. Πολλοί ιοί Trojan εκμεταλλεύονται τις αδυναμίες στα συστήματα των θυμάτων για να διεισδύσουν σε αυτά χρησιμοποιώντας τεχνικές κοινωνικής μηχανικής.

• **Virus(Ιός) :** Είναι ένας τύπος κακόβουλου λογισμικού που αποκτά πρόσβαση στο σύστημά μας με το να κρύβεται σε αρχεία ή στις φορητές συσκευές αποθήκευσης, όπως μονάδες flash. Μόλις μπουν στο σύστημα, αρχίζουν να εξαπλώνονται. Σκοπός τους είναι να αλλοιώσουν, να καταστρέψουν ή να καταστρέψουν αρχεία και να προκαλέσουν δυσλειτουργίες του συστήματος.

• **Worms:** Ένα worm δεν χρειάζεται ένα σύστημα κεντρικού υπολογιστή, είναι ικανό να εξαπλωθεί σε ένα δίκτυο και σε οποιοδήποτε σύστημα που είναι συνδεδεμένο στο δίκτυο χωρίς κάποια ενέργεια από τον χρήστη. Τα Worms μπορούν να μεταδοθούν μέσω τρωτών σημείων λογισμικού, ως συνημμένα σε ανεπιθύμητα μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου

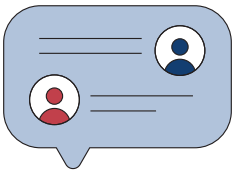
ή άμεσα μηνύματα (IM). Τα Worms μπορούν να τροποποιήσουν και να διαγράψουν αρχεία και μπορούν ακόμη και να εισάγουν πρόσθετο κακόβουλο λογισμικό σε έναν υπολογιστή.

ΠΩΣ ΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΨΕΤΕ ΤΙΣ ΣΥΣΚΕΥΕΣ ΣΑΣ ΑΠΟ ΙΟΥΣ ΚΑΙ ΚΑΚΟΒΟΥΛΟ ΛΟΓΙΣΜΙΚΟ:

- Εγκαταστήστε λογισμικό προστασίας από ιούς για κακόβουλο λογισμικό
- Χρησιμοποιήστε έναν διαδικτυακό σαρωτή
- Να ενημερώνετε τακτικά το Λειτουργικό Σύστημα
- Επιλέξτε ισχυρούς κωδικούς πρόσβασης και διατηρήστε τους ασφαλείς
- Ελέγχετε τακτικά τις τραπεζικές σας καταστάσεις
- Μην ανοίγετε αρχεία που δεν γνωρίζετε
- Δημιουργήστε αντίγραφα ασφαλείας των αρχείων σας

Τι χρειάζεστε για να διδάξετε στα παιδιά σας;

- Διδάξτε τους πώς να δημιουργούν ισχυρούς κωδικούς πρόσβασης
- Διδάξτε τους να αναγνωρίζουν κακόβουλες επιθέσεις: Αρχεία, Αναδυόμενα παράθυρα, Μηνύματα και συμβουλέψτε τους να μην κάνουν ποτέ κλικ σε αυτά
- Διδάξτε τους να ελέγχουν αν υπάρχει κάτι διαφορετικό/περίεργο κατά την περιήγηση στον κυβερνόχορο
- Διδάξτε τους να ελέγχουν τα αρχεία τους στον υπολογιστή



Πηγές για περαιτέρω ανάγνωση:

ESET (2018). ‘ Adware ‘. Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://www.eset.com/uk/types-of-cyber-threats/adware/#:~:text=Adware%20(or%20advertising%20software)%20is,installing%20viruses%20and%2For%20spyware.

FORESITE (2016). What is Crimeware? Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://foresite.com/what-is-crimeware-2/

Google (2020). ‘Helping kids be safe, confident explorers of the online world’ Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://beinternetawesome.withgoogle.com/en_us/

Norton (2019). ‘What is a computer worm, and how does it work?’.
Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://us.norton.com/internetsecurity-malware-what-is-a-computer-worm.html

Kaspersky (2020). What is Cyber-Security? Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://www.kaspersky.com/resource-center/definitions/what-is-cyber-security

ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ ΔΙΑΦΗΜΙΣΕΩΝ

Τι είναι ο αποκλεισμός διαφημίσεων (ad block);

Το πρόγραμμα αποκλεισμού διαφημίσεων είναι ένα εργαλείο που αποκλείει τις διαφημίσεις ενώ περιηγούμαστε. Τα προγράμματα αποκλεισμού διαφημίσεων μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε πολλές συσκευές, όπως επιτραπέζιους υπολογιστές, φορητούς υπολογιστές, smartphone ή tablet. Μας επιτρέπουν να περιηγηθούμε στο Διαδίκτυο και να λάβουμε το περιεχόμενο που χρειαζόμαστε, χωρίς τις ενοχλητικές διαφημίσεις που αναβοσβήνουν.

Γιατί τα προγράμματα αποκλεισμού διαφημίσεων είναι σημαντικά για την ασφάλεια του παιδιού σας;

• Οι εταιρείες αναζητούν πάντα νέους τρόπους για να προσελκύσουν την προσοχή των παιδιών μέσω της διαφήμισης, γεγονός που οδηγεί τα παιδιά σε απεριόριστη έκθεση σε αυτά που βλέπουν και καταναλώνουν στο διαδίκτυο.

• Μερικές φορές αυτές οι διαφημίσεις περιέχουν κυβερνοεπιθέσεις που αγοράζουν διαφημιστικό χώρο σε ιστότοπους και τελικά βλάπτουν τη συσκευή και τα δεδομένα σας.

• Ο αποκλεισμός διαφημίσεων σας δίνει τη δυνατότητα να διασφαλίσετε την ασφαλή περιήγηση και την προστασία της συσκευής σας από μη προσαρμοστικούς χρήστες.

• Τα προγράμματα αποκλεισμού διαφημίσεων μπορούν να παρέχουν ταχύτερη περιήγηση αποφεύγοντας το περιεχόμενο που δεν θέλετε να προβάλετε. Αποκλείοντας τον κώδικα αναλυτικών στοιχείων, το κείμενο και τις εικόνες σε κάθε διαφήμιση, το πρόγραμμα περιήγησής σας είναι πιο ασφαλές.

• Ο αποκλεισμός διαφημίσεων μπορεί να κάνει τους ιστότοπους που περιηγείστε εσείς και τα παιδιά σας να λειτουργούν ταχύτερα. Τα προγράμματα αποκλεισμού διαφημίσεων διασφαλίζουν επίσης ότι τα δεδομένα σας προστατεύονται.

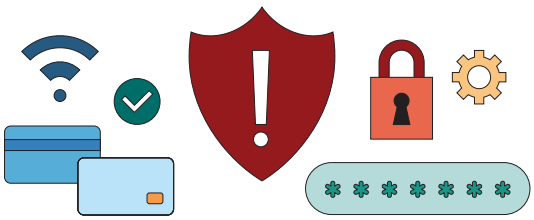
ΤΡΟΠΟΙ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΥ ΔΙΑΦΗΜΙΣΕΩΝ

• Εγκαταστήστε ένα πρόσθετο (plugin) για το πρόγραμμα περιήγησης που χρησιμοποιείτε. Παράδειγμα: AdBlock https://getadblock.com/

• Ένας εύκολος τρόπος για να αποκλείσετε τις διαφημίσεις είναι ανοίξετε το πρόγραμμα περιήγησής σας > να πατήσετε Ρυθμίσεις στη δεξιά πλευρά > Ρυθμίσεις τοποθεσίας > Αναδυόμενα παράθυρα > πατήστε απενεργοποίηση αναδυόμενων παραθύρων στον ιστότοπο

• Χρησιμοποιήστε ένα πρόγραμμα περιήγησης με ενσωματωμένο πρόγραμμα αποκλεισμού διαφημίσεων, όπως προγράμματα περιήγησης Opera ή Brave

• Χρησιμοποιήστε αυτόνομο αποκλεισμό διαφημίσεων, όπως το AdFender ή το AdGuard



Οι κίνδυνοι από τη χρήση δημόσιων δικτύων Wi-Fi

Όταν χρησιμοποιούμε το Διαδίκτυο, συνήθως το κάνουμε μέσω του οικιακού μας δικτύου ή μέσω των δεδομένων κινητής τηλεφωνίας μας. Αυτά είναι και ιδιωτικά και αρκετά ασφαλή. Ωστόσο, περιστασιακά έχουμε πρόσβαση στο Διαδίκτυο από άλλες πηγές – ίσως από ένα καφέ, ένα εστιατόριο, το αεροδρόμιο ή ένα ξενοδοχείο. Τέτοιοι χώροι παρέχουν δωρεάν πρόσβαση στο Διαδίκτυο στους πελάτες τους μέσω δημόσιων δικτύων Wi-Fi. Η πρόσβαση σε αυτά τα δίκτυα δεν είναι τόσο ελεγχόμενη, είναι πολύ εύκολο για τους ανθρώπους να κλέψουν δεδομένα. Οι χάκερ το γνωρίζουν αυτό και πολλές φορές θα εκμεταλλευτούν αυτά τα δίκτυα για να πραγματοποιήσουν διάφορους τύπους κυβερνοεπιθέσεων για να κλέψουν δεδομένα ή να εγκαταστήσουν κακόβουλο λογισμικό στη συσκευή μας.

Διδάξτε το παιδί σας σχετικά με την ανασφάλεια της χρήσης ενός δημόσιου Wi-Fi

Η πλειονότητα των παιδιών και των εφήβων, όταν χρησιμοποιούν μια συσκευή, θέλουν απλώς να συνδεθούν στο διαδίκτυο και να πατήσουν το κουμπί Wi-Fi, χωρίς να αμφισβητήσουν τον τύπο του δικτύου που θα χρησιμοποιήσουν. Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό για τους γονείς να κατανοήσουν τους κινδύνους που σχετίζονται με τη χρήση των δημόσιων δικτύων και να συμβουλεύσουν τα παιδιά τους ανάλογα.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ:

• Πάντα να κάνετε κλικ στην επιλογή 'ξεχάστε το δίκτυο' όταν συνδέεστε ξανά σε δίκτυο Wi-Fi για να αποφύγετε τη σύνδεση από τους κοινούς χώρους που συνδεθήκατε προηγούμενος με τη συσκευή.

• Απενεργοποιήστε την κοινή χρήση αρχείων επειδή οι χάκερ μπορεί να έχουν πρόσβαση σε όλα τα αρχεία της συσκευής σας.

• Μην γράφετε και μην επιλέγετε καμία από τις ευαίσθητες πληροφορίες σας, όπως διεύθυνση κατοικίας, κρατικές πληροφορίες και τραπεζικά δεδομένα.

• Χρησιμοποιήστε τα εικονικά ιδιωτικά δίκτυα (VPN) γιατί αυτός ο τύπος δικτύου δεν συλλέγει ούτε καταγράφει πληροφορίες που μεταδίδονται μέσω του δικτύου. Μπορείτε να ρυθμίσετε ένα VNP κάνοντας κλικ στις Ρυθμίσεις > Δίκτυο και Διαδίκτυο > Advanced > VPN.

• Υπενθυμίστε στα παιδιά σας ότι η σύνδεση στο Διαδίκτυο μέσω δημόσιων δικτύων είναι εξίσου σημαντική με το να διατηρείτε τους κωδικούς πρόσβασης ιδιωτικούς και να μην αλληλεπιδράτε με αγνώστους.

• Βεβαιωθείτε ότι η πρόσβαση στο Διαδίκτυο γίνεται μέσω οικιακών δικτύων ή μέσω δεδομένων κινητής τηλεφωνίας που είναι ιδιωτικές και ασφαλείς πηγές.

• Προειδοποιήστε τα παιδιά σας ότι θα εκτεθούν σε χάκερς που μπορούν να κλέψουν τα δεδομένα τους εάν συνδεθούν σε ένα δημόσιο δίκτυο Wi-Fi.

• Διδάξτε στα παιδιά σας να χρησιμοποιούν τοποθεσίες HTTPS καθώς αυτή είναι μια κρυπτογράφηση που εμποδίζει άλλα άτομα να κατασκοπεύσουν τις δραστηριότητές τους.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΩΣ ΝΑ ΔΙΑΤΗΡΗΣΕΤΕ ΑΣΦΑΛΗΣ ΤΗ ΣΥΣΚΕΥΗ ΣΑΣ:

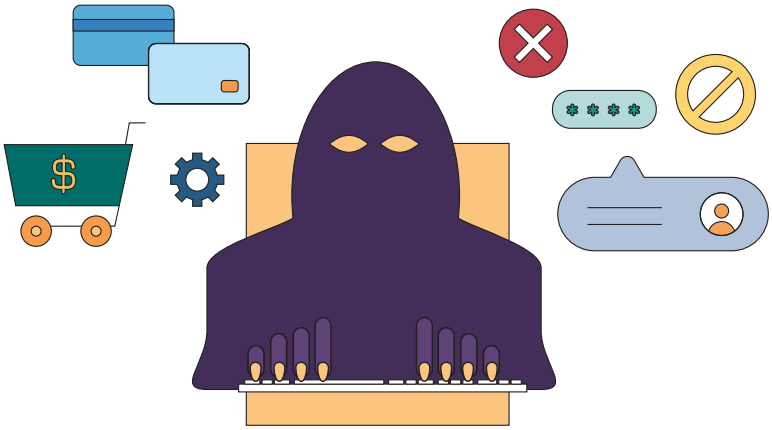
- Κλειδώστε την αρχική σας οθόνη.
- Απενεργοποιήστε το Bluetooth και το Wi-Fi όταν δεν το χρησιμοποιείτε.
- Μην φορτίζετε το τηλέφωνό σας σε δημόσιες θύρες γιατί μεταδίδει δεδομένα καθώς πρόκειται για παραβιασμένες θύρες.
- Χρησιμοποιήστε εφαρμογές προστασίας, όπως το Burner, για να αποκλείσετε ανεπιθύμητους καλούντες.

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΑΠΑΤΗ (PHISHING)

Η ηλεκτρονική απάτη (phishing) είναι ένας τύπος απειλής από μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, μηνύματα κειμένου ή κλήσεις. Ένας χάκερ υποδύεται έναν νόμιμο οργανισμό ή ένα άτομο και προσπαθεί να κάνει το θύμα να αποκαλύψει προσωπικά στοιχεία, όπως τραπεζικά στοιχεία, κωδικούς πρόσβασης ή αριθμούς πιστωτικών/χρεωστικών καρτών.

Τα παιδιά σας πρέπει να μάθουν να μην ανοίγουν κακόβουλα συνημμένα ηλεκτρονικά μηνύματα. Αυτά τα συνημμένα έχουν σχεδιαστεί για να εξαπολύουν επίθεση στις συσκευές του θύματος όταν ανοίγουν. Τα κακόβουλα ηλεκτρονικά μηνύματα συνήθως φτάνουν ως ανεπιθύμητα μηνύματα (spam) και περιέχουν συνημμένα αρχεία.

Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω πληροφορίες για να διδάξετε στα παιδιά σας να μένουν μακριά από ηλεκτρονικές απάτες.



Σημάδια που θα σας βοηθήσουν να εντοπίσετε ηλεκτρονικές απάτες:

• Ύποπτη δραστηριότητα ή προσπάθειες σύνδεσης στο email σας.

• Μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ή μηνύματα κειμένου που υποστηρίζουν ότι υπάρχει πρόβλημα με τον λογαριασμό σας ή τα στοιχεία πληρωμής σας.

• Email που σας ζητούν να επιβεβαιώσετε ορισμένες προσωπικές πληροφορίες.

• Email που περιλαμβάνουν πλαστό τιμολόγιο.

• Εάν σας ζητηθεί να κάνετε κλικ σε έναν σύνδεσμο για να πραγματοποιήσετε μια πληρωμή.

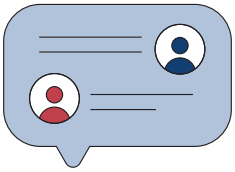
• Email που προσφέρουν ένα κουπόνι για δωρεάν πράγματα.

• Οι εισβολείς ηλεκτρονικού ψαρέματος συνήθως χρησιμοποιούν διευθύνσεις email από καθιερωμένους οργανισμούς, αλλά δεν φαίνονται αυθεντικές, όπως το facebook@access-58.com. Ένα γνήσιο email θα έχει το όνομα του οργανισμού μετά από το παπάκι (@) .

• Διευθύνσεις email με λανθασμένα ονόματα τομέα.

• Το κείμενο περιέχει λανθασμένη ορθογραφία και γραμματική.

• Κατά τη δημιουργία μηνυμάτων ηλεκτρονικού ψαρέματος, οι απατεώνες χρησιμοποιούν συχνά μια μηχανή ορθογραφικού ελέγχου ή μετάφρασης, η οποία θα τους δώσει όλες τις σωστές λέξεις, αλλά όχι απαραίτητα στο κατάλληλο πλαίσιο.



Πηγές για περαιτέρω ανάγνωση

Aisch, G. (2015, Oct. 1). 'The Cost of Mobile Ads on 50 News Websites'.
https://www.nytimes.com/interactive/2015/10/01/business/cost-of-mobile-ads.html

Kaspersky, Smartphone Security. Retrieved from:
https://www.kaspersky.com/resource-center/threats/smartphones

Norton LifeLock. The risks of public Wi-Fi.Retrieved from
https://us.norton.com/internetsecurity-privacy-risks-of-public-wi-fi.html#:~:text=What%20is%20public%20Wi%2DFi,to%20them%20without%20thinking%20twice.

Taylor, S. (2019, September 23). 10 ways to make your phone safe, according to the experts. Retrieved from:
https://www.businessinsider.com/how-to-make-phone-safe-security-tips-2019-9

Torres, G. (2017, April 18). What's an Ad Blocker (and Should You Get One)?. Retrieved from:
https://www.avg.com/en/signal/5-reasons-you-should-use-an-adblocker

Van der Kleut, J. Public Wi-Fi security: Why public Wi-Fi is vulnerable to attack. Retrieved from:
https://us.norton.com/internetsecurity-wifi-public-wi-fi-security-101-what-makes-public-wi-fi-vulnerable-to-attack-and-how-to-stay-safe.htm

ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΑΡΧΕΙΩΝ

Η τεχνολογία κοινής χρήσης αρχείων είναι ένας εύκολος τρόπος μεταφοράς περιεχομένου στο διαδίκτυο. Η κοινή χρήση μπορεί να θέσει σε κίνδυνο τις προσωπικές σας πληροφορίες. Οι άνθρωποι ενδέχεται να μοιράζονται πληροφορίες με άτομα που δεν γνωρίζουν ή να μην τις μοιράζονται με ασφάλεια. Είναι σημαντικό να επαληθεύσετε την πηγή του αποστολέα πριν ανοίξετε ένα αρχείο που έχει μοιραστεί μαζί σας.

Τα παιδιά σας μπορεί να ακούν μουσική, να παρακολουθούν βίντεο/ταινίες/σειρές, να παίζουν παιχνίδια online χρησιμοποιώντας ιστότοπους που δεν γνωρίζετε. Η κοινή χρήση αρχείων μπορεί να προκύψει κατά τη διάρκεια αυτών των δραστηριοτήτων από άλλες πηγές εν αγνοία του παιδιού. Αυτά τα περιστατικά ενδέχεται να προκαλέσουν κινδύνους για την ασφάλεια και κατάχρηση προσωπικών δεδομένων.

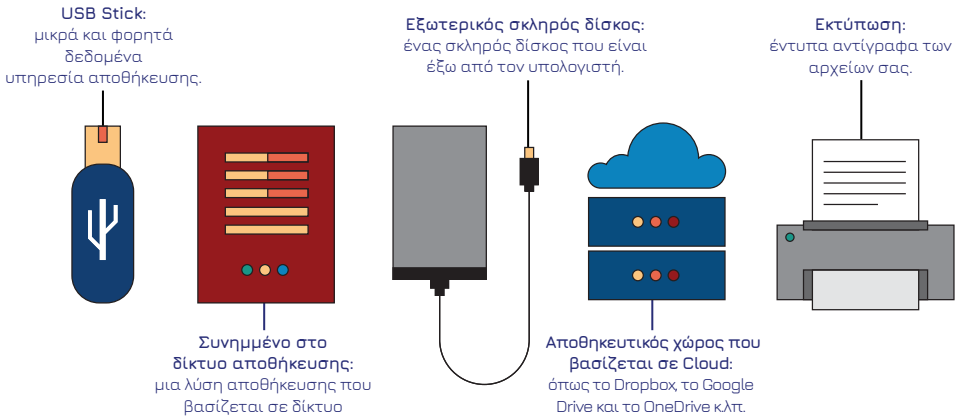
ΜΑΘΕΤΕ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΣΑΣ ΝΑ:

- Ελέγχουν τη διεύθυνση αποστολέα
- Κατεβάζουν ΜΟΝΟ αρχεία που αναγνωρίζουν
- Να ξεχωρίζουν ένα παράνομο ή πειρατικό περιεχόμενο
- Να ξεχωρίζουν τον σκοπό ενός νόμιμου δικτύου προστασίας από ιούς

Η σημασία της δημιουργίας αντιγράφων ασφαλείας των δεδομένων σας

Η δημιουργία αντιγράφων ασφαλείας είναι ένα προληπτικό μέτρο όπου δημιουργείται ένα αντίγραφο των δεδομένων μας σε άλλη συσκευή ή σε ένα cloud για να διασφαλιστεί η ελάχιστη απώλεια δεδομένων σε περίπτωση που μια συγκεκριμένη συσκευή παραβιαστεί με οποιονδήποτε τρόπο. Υπάρχουν πολλοί κίνδυνοι για τα δεδομένα μας – οι κυβερνοεπιθέσεις είναι μόνο ένας από αυτούς. Η φυσική φθορά από το χρόνο είναι ένας άλλος παράγοντας που μπορεί να προκαλέσει τη συσκευή μας να χάσει δεδομένα. Μπορεί ακόμη και να χάσουμε ολόκληρη τη συσκευή μας, να σπάσει ή να την κλέψουν.

ΤΡΟΠΟΙ ΔΗΜΙΟΥΡΙΑΣ ΑΝΤΙΓΡΑΦΩΝ ΤΩΝ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ ΣΑΣ



ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΝΑ ΕΞΗΓΗΣΕΤΕ ΣΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ:

• Συζητήστε για το ποιες πληροφορίες πρέπει να κρατήσουν ιδιωτικές – διεύθυνση κατοικίας, κωδικούς πρόσβασης ή το σχολείο στο οποίο φοιτούν. Ενθαρρύνετε τους να έρθουν κοντά σας εάν οι διαδικτυακοί χρήστες ζητήσουν πληροφορίες όπως αυτές.
• Χρησιμοποιήστε τεχνικές αφήγησης.
• Χρησιμοποιήστε μεταφορές όπως οι παρακάτω:

1. «Φανταστείτε ένα γιγάντιο κουτί παιχνιδιών, γεμάτο μέχρι πάνω με τουβλάκια lego, μπλοκ duplo και τους αγαπημένους σας χαρακτήρες. Ακούγεται συναρπαστικό σωστά; Θα μπορούσατε να χτίσετε κάθε λογής πράγματα, κάστρα, οχυρά, πυροσβεστικά οχήματα, ακόμη και πειρατικά πλοία. Αλλά με ένα κουτί τόσο μεγάλο όσο είστε και χιλιάδες τούβλα όλα ανακατεμένα, θα μπορούσε να είναι πολύ δύσκολο να βρείτε τα σωστά κομμάτια».

2. «Τα μεγάλα δεδομένα μοιάζουν πολύ με αυτό το κουτί παιχνιδιών. Ένα μεγάλο συνονθύλευμα αριθμών και λέξεων. Αυτό καθιστά πολύ δύσκολο την ανάγνωση και την κατανόηση χωρίς πολλή βοήθεια» (Amy-JO Crowley, 2014).

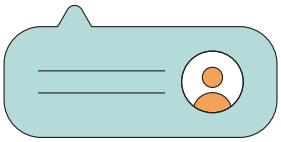
ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΟΝΕΩΝ ΓΙΑ ΑΣΦΑΛΕΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΕΣ ΣΥΝΑΛΛΑΓΕΣ:

• Παρακολουθήστε τη δραστηριότητα των παιδιών σας.
• Βεβαιωθείτε ότι η πιστωτική σας κάρτα βρίσκεται σε ασφαλές μέρος - μη προσβάσιμο από τα παιδιά σας.
• Αποφύγετε να μοιράζεστε πληροφορίες με άλλους, ακόμη και με μέλη της οικογένειας και φίλους.
• Περιορίστε τις διαδικτυακές δαπάνες.
• Εάν το παιδί σας χρησιμοποιεί πιστωτική κάρτα σε μια ιστοσελίδα, υπενθυμίστε του να δημιουργήσει ισχυρούς κωδικούς πρόσβασης και χρησιμοποιήστε ασφαλείς και αυθεντικούς ιστότοπους που ξεκινούν με: HTTPS/

ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΟΝ ΚΥΒΕΡΝΟΧΩΡΟ:

1. Συζητήστε με το παιδί σας τους κινδύνους του Διαδικτύου από μικρή ηλικία.
2. Παρακολουθήστε βίντεο και διαβάστε ιστορίες μαζί για να εντοπίσετε την παραπληροφόρηση , τους ιούς και τις διαδικτυακές επιθέσεις.
3. Διαχειριστείτε τα συναισθήματα τους εστιάζοντας σε τυχόν αδύναμα επιχειρήματα που μπορεί να επικαλεστούν. Δώστε το χώρο και την ευκαιρία στα παιδιά σας να συζητήσουν τα συναισθήματά τους και να επικοινωνήσουν τις ανησυχίες τους.
4. Υιοθετήστε ένα καλό πρότυπο για να μιμούνται τα παιδιά σας. Να είστε δύσπιστοι σχετικά με τη διαδικτυακή σας δραστηριότητα και συμπεριφορά.
5. Ρωτήστε τα μέσα: Όταν διαβάζετε μια ιστορία, επιβεβαιώστε τις πληροφορίες μαζί χρησιμοποιώντας ψηφιακά μέσα.
6. Διδάξτε στα παιδιά σας την αξία της ιδιωτικής ζωής.

7. Διδάξτε τους για το ρόλο της διαφήμισης και βεβαιωθείτε ότι κατανοούν τον σκοπό των διαφημίσεων και αναγνωρίζουν τους κινδύνους.
8. Περιορίστε τον ψηφιακό χρόνο. Τα παιδιά πρέπει να περνούν 1 ώρα την ημέρα (το μέγιστο) στο διαδίκτυο για να εξαλείψουν τις αρνητικές συνέπειες στην ανάπτυξή τους.
9. Ενθαρρύνετε τα παιδιά σας να συμμετάσχουν σε δραστηριότητες εκτός σύνδεσης, όπως να παίξουν ένα όργανο, ένα επιτραπέζιο παιχνίδι, να ζωγραφίσουν και ούτω καθεξής.
10. Βοηθήστε τα παιδιά να αναπτύξουν την κριτική τους σκέψη κατά τη διάρκεια ενός παιχνιδιού. Δοκιμάστε να ρωτήσετε το παιδί σας «τι πιστεύετε ότι θα συμβεί μετά;», «Ας προβλέψουμε».
11. Ενθαρρύνετε τη σκέψη με νέους και διαφορετικούς τρόπους για να δημιουργήσετε δεξιότητες δημιουργικού προβλήματος. Κάντε ερωτήσεις όπως «Ποιες άλλες ιδέες θα μπορούσαμε να δοκιμάσουμε;», «Ας βρούμε άλλη λύση». Μην επεμβαίνετε και κρίνετε τις ιδέες τους.
12. Παρακολουθήστε άλλα βίντεο, π.χ. αστεία βίντεο με παιδιά και συζητήστε τους κινδύνους από τη δημοσίευση τέτοιων βίντεο στο διαδίκτυο. Γιατί πρέπει να προστατεύεται η εικόνα τους;
13. Κοιτάξτε μια εικόνα και κάντε τις ακόλουθες ερωτήσεις:
    - Που; Ποιος δημοσίευσε την εικόνα; Ήταν αξιόπιστος και ποιο άλλο περιεχόμενο δημοσιεύει συνήθως; Προέρχονται από μια συγκεκριμένη οπτική γωνία;
    - Τι είπαν για την εικόνα; Θα μπορούσε να γίνει επεξεργασία της εικόνας;
    - Γιατί; Γιατί το δημοσίευσαν; Πώς ήθελαν να νιώσεις ή τι ήθελαν να κάνεις;



Πηγές για περαιτέρω ανάγνωση

AVAST (2018). 'How to create a strong password'. Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://blog.avast.com/strong-password-ideas

CBR (2014). '13 Ways to explain big data to a five-year old'. Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://www.cbronline.com/analytics/13-ways-to-explain-big-data-to-a-five-year-old-4315589/

Consolidated Technologies, Inc. (2018) '10 Common Causes of Data Loss). Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://consoltech.com/blog/10-common-causes-of-data-loss/

The World ( ). 'The Diceware Passphrase Home Page'. Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://theworld.com/~reinhold/diceware.html

Norton (2020). 'How to stay safe when file sharing online. Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα:
https://us.norton.com/internetsecurity-how-to-how-to-stay-safe-when-file-sharing-online.html

Κεφάλαιο 3.2

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ ΑΠΟΡΡΗΤΟ[1]

Η ασφάλεια στον κυβερνοχώρο και το απόρρητο στο διαδίκτυο πάνε χέρι-χέρι και συχνά αλληλοεπικαλύπτονται, επομένως δεν είναι τόσο εύκολο να γίνει σαφής διάκριση. Κατά γενικό κανόνα, η ασφάλεια στον κυβερνοχώρο είναι ένα σύνολο μέτρων όπου προστατεύουμε τις συσκευές μας από εξωτερικές επιθέσεις και χρησιμοποιούμε λογισμικό για να εμποδίσουμε τους άλλους να εισβάλουν –σαν την προστασία από διαρρήκτες στον πραγματικό κόσμο –, ενώ το απόρρητο στο διαδίκτυο έχει να κάνει με τι μοιραζόμαστε εθελοντικά στο διαδίκτυο και με ποιους και πώς χρησιμοποιούνται τελικά αυτά τα δεδομένα.

Στην Ευρώπη, ο GDPR (Γενικός Κανονισμός Προστασίας Δεδομένων: https://gdpr-info.eu/) έχει δημιουργηθεί για να βοηθήσει τους ανθρώπους να προστατεύουν τα δεδομένα τους. Ο GDPR αποτελείται από 99 άρθρα που περιλαμβάνουν:

• Την υποχρέωση των εταιρειών να σας πουν ποια δεδομένα διατηρούν για εσάς και να διαγράψουν αυτά τα δεδομένα κατόπιν αιτήματος.
• Η υποχρέωση των εταιρειών να ζητούν ξεκάθαρα τη συγκατάθεσή σας πριν συλλέξουν οποιαδήποτε δεδομένα και να σας δίνουν τη δυνατότητα να επιλέξετε ποια δεδομένα θέλετε να μοιραστείτε και για ποιο σκοπό.
• Αυστηροί κανόνες για τις εταιρείες σχετικά με τον τρόπο χειρισμού και αποθήκευσης πληροφοριών πελατών, ιδίως όσον αφορά τρίτα μέρη. Για παράδειγμα: Η τράπεζά σας δεν επιτρέπεται να κοινοποιεί τις οικονομικές σας πληροφορίες με τρίτους.

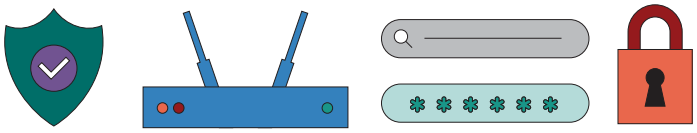
Ωστόσο, πολλές φορές συναινούμε στην κοινή χρήση πληροφοριών όταν επισκεπτόμαστε ιστότοπους ή χρησιμοποιούμε εφαρμογές. Είναι σχεδόν αδύνατο να χρησιμοποιήσετε ένα πρόγραμμα περιήγησης χωρίς να συμφωνήσετε με ορισμένες προϋποθέσεις, π.χ. επιτρέποντας τη συλλογή δεδομένων. Το ίδιο ισχύει και για τον κάτοχο ιστότοπων που ζητούν τη συγκατάθεσή τους για να ορίσουν cookies που θα τους επιτρέπουν να παρακολουθούν τη διαδικτυακή συμπεριφορά των χρηστών. Τα πιο συνηθισμένα ζητήματα απορρήτου στο διαδίκτυο είναι:

- Παρακολούθηση χρηστών από μηχανές αναζήτησης
- Cookies που χρησιμοποιούνται για διαδικτυακή παρακολούθηση
- Συλλογή δεδομένων από εφαρμογές για κινητά
- «Συγκομιδή» δεδομένων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης
- Κλοπή ταυτότητας

[1] https://clario.co/blog/what-is-online-privacy/

Ρυθμίσεις απορρήτου

Υπάρχουν ρυθμίσεις απορρήτου που περιλαμβάνονται σε οποιοδήποτε κινητό τηλέφωνο, tablet ή/και υπολογιστή/notebook ή/και στα προγράμματα περιήγησης που μπορούν να ενεργοποιηθούν:



• Ρύθμιση DNT

Το DNT σημαίνει "δεν παρακολουθείτε" και μπορείτε να ενεργοποιήσετε αυτήν τη ρύθμιση στα διαδικτυακά προγράμματα περιήγησής σας. Εάν το ενεργοποιήσετε (είτε σε Chrome, Firefox ή άλλο πρόγραμμα περιήγησης), λέτε σε ιστότοπους και σε τρίτους συνεργάτες ότι δεν θέλετε να σας παρακολουθούν.

• Επεκτάσεις προγράμματος περιήγησης αποκλεισμού cookie

Αυτά μπορούν να βοηθήσουν στη μείωση της διαδικτυακής παρακολούθησης και συλλογής πληροφοριών μέσω τρίτων.

• Εξαίρεση από την παρακολούθηση εφαρμογών

Για να αποφύγετε την πρόσβαση των εφαρμογών σε πολλές πληροφορίες σχετικά με εσάς, μπορείτε να μεταβείτε στις ρυθμίσεις της εφαρμογής σας (είτε εντός της εφαρμογής είτε στις ρυθμίσεις του τηλεφώνου σας) και να εξαιρεθείτε από τις πληροφορίες παρακολούθησης της εφαρμογής, συμπεριλαμβανομένης της τοποθεσίας.

• Ιδιωτική περιήγηση ή λειτουργία ανώνυμης περιήγησης

Ενεργοποιώντας αυτήν την επιλογή, μπορείτε να αποφύγετε την αποθήκευση και την απομνημόνευση του διαδικτυακού σας ιστορικού.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ: Οι παρακάτω συμβουλές είναι επίσης χρήσιμες για την αποφυγή δυσάρεστων εκπλήξεων:

• ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ ΤΩΝ ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΑΠΟΡΡΗΤΟΥ

Πολλοί άνθρωποι απλώς κάνουν κλικ στο «Συμφωνώ» σε τυχόν συμφωνίες χρήστη και πολιτικές απορρήτου χωρίς να τα διαβάσουν. Όπως και στην πραγματική ζωή, η υπογραφή σύμβασης χωρίς ανάγνωση δεν συνιστάται, είναι επίσης καλή ιδέα να ρίξετε μια πιο προσεκτική ματιά σε οποιαδήποτε ηλεκτρονική συμφωνία πριν την αποδεχτείτε. Αυτό μπορεί να είναι αρκετά δύσκολο καθώς πολλά από αυτά τα έγγραφα φαίνονται ατελείωτα με δεκάδες σελίδες. Ωστόσο, συνιστάται να ελέγξετε τι είδους πληροφορίες ζητά από τους χρήστες ο ιστότοπος ή η εφαρμογή και εάν αισθάνεστε άνετα με την κοινή χρήση αυτών των πληροφοριών.

• ΧΡΗΣΗ VPN ΓΙΑ ΠΡΟΣΒΑΣΗ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Το VPN σημαίνει εικονικό ιδιωτικό δίκτυο και δρομολογεί τη διαδικτυακή σας δραστηριότητα μέσω μιας κρυπτογραφημένης εικονικής σήραγγας. Με αυτόν τον τρόπο, μπορείτε να κρατήσετε τη διεύθυνση IP και την τοποθεσία σας μυστική από ιστότοπους που επισκέπτεστε και βοηθά επίσης στην προστασία σας από τους χάκερ.

• ΑΛΛΑΓΗ ΜΗΧΑΝΩΝ ΑΝΑΖΗΤΗΣΗΣ

Η συνεχής χρήση της ίδιας μηχανής αναζήτησης μπορεί να του δώσει τη δυνατότητα να συλλέξει και να συνδέσει πολλά δεδομένα από εσάς. Μπορείτε να επιλέξετε διαφορετικές μηχανές αναζήτησης για να αποφύγετε αυτό το πρόβλημα – ακολουθούν ορισμένες ενδεικτικές προτάσεις:

- DuckDuckGo.com
- Qwant.com
- LexiQuo: extractsearch.de
- Disconnect Search: search.disconnect.me
- Startpage.com
- Ecosia.org

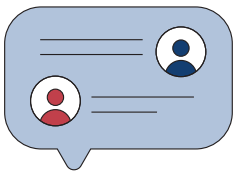
• ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΕ ΤΙ ΚΑΝΕΤΕ ΚΛΙΚ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Η ηλεκτρονική απάτη (phishing) είναι μια πολύ κοινή μέθοδος για να σας εξαπατήσουν ώστε να μοιραστείτε ευαίσθητες πληροφορίες ή/και να δημιουργήσετε πληρωμές σε λογαριασμούς εγκληματιών. Μην ανοίγετε ύποπτους συνδέσμους στο διαδίκτυο, σε μηνύματα ή συνημμένα email. Ορισμένες διαφημίσεις ενδέχεται επίσης να περιέχουν απειλές ηλεκτρονικής απάτης (phishing).

Μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες, εκπαιδευτικά βίντεο και παιχνίδια για να ασχοληθείτε με τα παιδιά σας στη διεύθυνση: https://www.lse.ac.uk/my-privacy-uk/for-parents

Ακολουθεί μια εργαλειοθήκη για νέους: https://www.lse.ac.uk/my-privacy-uk

Αυτά τα φυλλάδια σας δίνουν συμβουλές για συγκεκριμένα θέματα ταξινομημένα ανά ηλικιακή ομάδα: https://www.internetmatters.org/resources/esafety-leaflets-resources/



ΑΠΟΡΡΗΤΟ ΚΑΙ ΨΗΦΙΑΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ

Ποιο είναι το ψηφιακό αποτύπωμά σας;

Το ψηφιακό μας αποτύπωμα αποτελείται από τα κομμάτια των δεδομένων που αφήνουμε πίσω κατά την περιήγηση στο Διαδίκτυο. Με τον ίδιο τρόπο που η άμμος διατηρεί το σχήμα των πατημάτων μας αφού πατήσουμε, το Διαδίκτυο διατηρεί τα ίχνη της διαδικτυακής μας δραστηριότητας.

Υπάρχει μια καταγραφή ΓΙΑ ΟΤΙ κάνουμε στο Διαδίκτυο: οι ιστότοποι που επισκεπτόμαστε, τα πράγματα που αγοράζουμε, τα βίντεο που παρακολουθούμε, όπου πληρώνουμε τους λογαριασμούς μας, πού εργαζόμαστε, με ποιους συνομιλούμε, ποιοι είναι οι φίλοι και η οικογένειά μας, τα πράγματα που αναζητήστε, τα «μου αρέσει» που δίνουμε και τα σχόλια που κάνουμε – όλα αυτά είναι συνδεδεμένα σε διακομιστές και ονομάζονται Ψηφιακό μας Αποτύπωμα.

«Ό,τι κυκλοφορεί στο Διαδίκτυο, μένει στο Διαδίκτυο»

Πώς μπορεί να χρησιμοποιηθεί το ψηφιακό μου αποτύπωμα εναντίον μου;

Η παρουσία και οι συμπεριφορές μας στο διαδίκτυο έχουν μεγάλη σημασία στις μέρες μας. Οι άνθρωποι τείνουν να πιστεύουν ότι οι διαδικτυακές ενέργειες κάποιου αντιπροσωπεύουν αυτό που είναι ως άτομο. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο πρέπει να είμαστε εξαιρετικά προσεκτικοί σχετικά με τον τρόπο που απεικονίζουμε τον εαυτό μας στο διαδίκτυο. Ιδιαίτερα οι γονείς πρέπει να προετοιμάσουν και να συμβουλεύσουν τα παιδιά τους από μικρή ηλικία για τις συνέπειες που μπορεί να έχει στο μέλλον τους το Ψηφιακό Αποτύπωμά τους.

Είναι ευρέως γνωστό ότι οι εργοδότες και τα ακαδημαϊκά ιδρύματα διενεργούν εκτεταμένους ελέγχους ιστορικού στους υποψηφίους. Αυτό περιλαμβάνει τον έλεγχο των προσωπικών προφίλ των υποψηφίων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Η θετική εικόνα στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης λαμβάνεται σοβαρά υπόψη από φορείς και οργανισμούς. Ως εκ τούτου, δεν αποτελεί έκπληξη το γεγονός ότι οι άνθρωποι συχνά χάνουν ακαδημαϊκές ή θέσεις εργασίας λόγω ακατάλληλων αναρτήσεων που βρίσκονται στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης τους.

Επιπλέον, είναι σημαντικό να προστατεύουμε το ψηφιακό μας αποτύπωμα για σκοπούς απάτης. Οι ψηφιακές μας πληροφορίες μπορούν να κλαπούν και να χρησιμοποιηθούν για παράνομους σκοπούς, καθώς οι εγκληματίες συχνά αναζητούν προσωπικές πληροφορίες ανθρώπων και έχουν πρόσβαση στους λογαριασμούς των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, τις πιστωτικές κάρτες μας κ.λπ.

Συνολικά, θα πρέπει πάντα να έχουμε κατά νου ότι η διαδικτυακή μας συμπεριφορά είναι μόνιμη και ότι οποιαδήποτε διαδικτυακή δραστηριότητα αναλαμβάνουμε μπορεί εύκολα να παρακολουθηθεί εάν κάποιος την αναζητήσει.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΩΣ ΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΨΕΤΕ ΤΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΟ ΨΗΦΙΑΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ ΣΑΣ

• Βεβαιωθείτε ότι δημοσιεύετε φωτογραφίες και ιστορίες που είναι καλά μελετημένες, αντιπροσωπευτικές και μη προσβλητικές για τον εαυτό σας ή τους άλλους. Αποφύγετε αμφιλεγόμενα, ακατάλληλα κείμενα ή γραφικά.

• Αποσυνδεθείτε από τον λογαριασμό σας κάθε φορά που αποχωρείτε από μια πλατφόρμα κοινωνικών μέσων και διαγράφετε παλιούς λογαριασμούς.

• Διαχειριστείτε προσεκτικά τους λογαριασμούς των μέσων κοινωνικής δικτύωσης: αποφύγετε την αποκάλυψη προσωπικών στοιχείων όπως αριθμούς πιστωτικών καρτών, φωτογραφίες ή αριθμούς διαβατηρίου/ταυτότητας, ημερομηνία γέννησης, φωτογραφίες των παιδιών ή του σπιτιού σας, πληροφορίες διεύθυνσης, ονόματα χρήστη ή κωδικούς πρόσβασης.

• Προσαρμόστε τις ρυθμίσεις απορρήτου σε λογαριασμούς μέσων κοινωνικής δικτύωσης: Περιορίστε τις αναρτήσεις σας ώστε να προβάλλονται μόνο σε φίλους.

• Μοιραστείτε ψευδείς πληροφορίες: Αποφύγετε να μοιράζεστε το όνομά σας και τις προσωπικές σας πληροφορίες με άτομα που δεν γνωρίζετε στο διαδίκτυο.

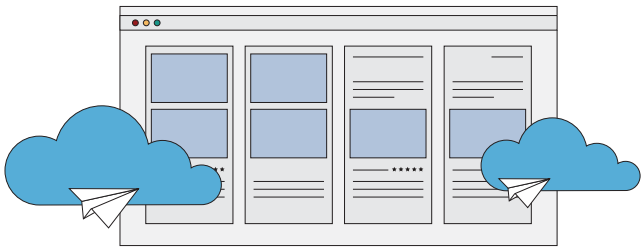
• Να ενημερώνετε τακτικά το λογισμικό γιατί βελτιώνει τα επίπεδα ασφάλειας και κάνει τις συσκευές πιο ασφαλείς.

• Αποφύγετε τη χρήση των θυρών Public-Wi-Fi και δημόσιας χρέωσης.

• Χρησιμοποιήστε την κατάσταση ανώνυμης περιήγησης.

• Δημιουργήστε ισχυρούς κωδικούς πρόσβασης και φροντίστε να τους θυμάστε. Μην αφήνετε ποτέ τα προγράμματα περιήγησης να θυμούνται τους κωδικούς πρόσβασής σας, ώστε να είστε προστατευμένοι σε περίπτωση απώλειας ενός κινητού τηλεφώνου ή εάν κάποιος άλλος χρησιμοποιεί τον υπολογιστή ή το tablet σας.

«Να γνωρίζετε τις συνέπειες των διαδικτυακών σας δραστηριοτήτων και πώς μπορούν να σας επηρεάσουν στην προσωπική και επαγγελματική σας ζωή»



Οι αλγόριθμοι μηχανικής μάθησης μπορούν να αναλύσουν τις φωτογραφίες σας και με την πάροδο του χρόνου να αναγνωρίσουν τα παιδιά σας, ακόμη και όταν μεγαλώνουν. Επομένως, κάθε φορά που δημοσιεύετε ένα βίντεο/εικόνα/ιστορία για το παιδί σας σκεφτείτε πώς μπορεί να το επηρεάσει στο μέλλον.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΨΤΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΣΑΣ ΝΑ:

- Επικοινωνούν κατάλληλα χρησιμοποιώντας τη σωστή γλώσσα στο διαδίκτυο.
- Σέβονται τους άλλους και διαφωνούν ευγενικά. Αποφύγετε να μπείτε σε αρνητικές συζητήσεις.
- Αποφεύγουν να μιλούν με αγνώστους.
- ΜΗΝ κάνουν λήψη ή αντιγραφή πραγμάτων χωρίς άδεια.
- Υποστηρίζουν τους ανθρώπους που υφίστανται εκφοβισμό από άλλους διαδικτυακούς χρήστες.
- Αναφέρουν κακές συμπεριφοράς
- Σκέφτονται πριν στείλουν μηνύματα, πριν δημοσιεύσουν, μοιραστούν κάτι στο διαδύκτιο.
- Διατηρούν τα προφίλ τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ιδιωτικά.

ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΣΥΜΒΟΥΛΗ: Μπορείτε να βοηθήσετε τα παιδιά σας να συμπληρώσουν αυτήν τη φόρμα, προκειμένου να αναγνωρίσουν το ψηφιακό τους αποτύπωμα: https://healthpoweredkids.org/wp-content/uploads/2016/11/229415-HPK-boundaries-lesson_horizontal_FINAL.pdf

Πηγές για περαιτέρω ανάγνωση

Common Sense (2019) "Young Children and Digital Footprints". Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα: https://d1e2bohyu2u2w9.cloudfront.net/education/sites/default/files/education-resources/annotated_conversation_case10_-_young_children_digital_footprints.pdf

Internet Society (2020) "Your digital footprint matters". Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα: https://www.internetsociety.org/tutorials/your-digital-footprint-matters/

Teach Thought Staff (2019) "12 Tips for students to manage their digital footprints". Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα: https://www.teachthought.com/the-future-of-learning/11-tips-for-students-tomanage-their-digital-footprints/

Tech Terms (2020) "Digital Footprint". Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα: https://techterms.com/definition/digital_footprint#:~:text=A%20digital%20footprint%20is%20a,trail%20you%20unintentionally%20leave%20online.

Κεφάλαιο 3.3

ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΓΟΝΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ

Σήμερα, καθώς το Διαδίκτυο χρησιμοποιείται υπερβολικά από τα παιδιά οποιασδήποτε ηλικιακής ομάδας, οι γονείς πρέπει να αναλάβουν ενεργό ρόλο, όχι μόνο στην καθοδήγηση των παιδιών τους για το πώς να το χρησιμοποιούν, αλλά και στη χρήση εργαλείων που θα αποτρέψουν τα παιδιά τους από το να πέσουν θύματα σε πιθανούς κινδύνους που ελλοχεύουν στον κυβερνοχώρο. Ο γονικός έλεγχος λειτουργεί ως προληπτικό μέτρο που φιλτράρει τον ιστό προκειμένου να επιτευχθεί ασφαλής χρήση του Διαδικτύου και να αποτρέψει τα παιδιά από τυχαία πρόσβαση σε ανεπιθύμητο ή απαγορευμένο περιεχόμενο.

Συγκεκριμένα, οι γονικοί έλεγχοι μπορούν να φιλτράρουν τον ιστό και να αποκλείουν την πρόσβαση σε ακατάλληλους ιστότοπους. Μπορούν να ενεργοποιηθούν επιλέγοντας τις αντίστοιχες ρυθμίσεις στο δρομολογητή σας ή χρησιμοποιώντας τους γονικούς ελέγχους που είναι ενσωματωμένοι στο λειτουργικό σας σύστημα ή εγκαθιστώντας λογισμικό τρίτων κατασκευαστών. Μπορείτε να προστατεύσετε όλες τις συσκευές στο οικιακό σας δίκτυο μέσω των κατάλληλων ρυθμίσεων στο δρομολογητή σας. Έχετε διάφορες λύσεις ανάλογα με τον τύπο της συσκευής σύνδεσης.

https://www.howtogeek.com/167545/4-ways-to-set-up-parental-controls-on-your-home-network/

Υπάρχουν διαφορετικές δυνατότητες:

- Ρυθμίσεις σε όλο το δίκτυο στο δρομολογητή σας.
- Ενσωματωμένο λογισμικό στις συσκευές σας.
- Λογισμικό τρίτων κατασκευαστών.

ΤΕΧΝΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ:

ΜΑΥΡΕΣ ΛΙΣΤΕΣ

Όπως αναφέρθηκε στη Βασική Εκπαίδευση, τα εργαλεία Γονικού Ελέγχου σας βοηθούν να προστατεύσετε το παιδί σας από ακατάλληλο περιεχόμενο, διαδικτυακό εκφοβισμό, κυβερνοεπιθέσεις, απάτες και παγίδες μέσων κοινωνικής δικτύωσης, παραπληροφόρηση ή ανεπιθύμητες γνωριμίες. Μπορείτε να το κάνετε αυτό αποκλείοντας ιστότοπους ή κατηγορίες περιεχομένου, ορίζοντας λευκές και μαύρες λίστες για πρόσβαση (ή μη πρόσβαση, αντίστοιχα) του παιδιού σας και περιορίζοντας τις λήψεις για να διατηρείτε τις συσκευές σας ασφαλείς.

Η μαύρη λίστα είναι ένας τρόπος αποκλεισμού περιεχομένου και απαγόρευσης πρόσβασης σε ειδικά καθορισμένους ιστότοπους αυτής της λίστας. Μπορείτε να ρυθμίσετε το λογισμικό έτσι ώστε να εμποδίζει την πρόσβαση σε ορισμένες κατηγορίες ακατάλληλου ή προσβλητικού περιεχομένου, όπως “πορνογραφία” και “ρατσισμός” με

βάση τις λέξεις-κλειδιά που επιλέγετε. ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Ακόμη και με αυτόν τον τρόπο ΔΕΝ μπορείτε να απαλλαγείτε από όλο το ακατάλληλο περιεχόμενο των εκατοντάδων εκατομμυρίων ενεργών ιστοσελίδων στον τεράστιο ιστό μας.Οι λευκές λίστες είναι εργαλεία ελέγχου που λειτουργούν με τον αντίθετο τρόπο, με άλλα λόγια, επιτρέπουν την πρόσβαση μόνο σε μια καθορισμένη λίστα ιστότοπων. Αντί να δημιουργείτε μεγάλη λίστα με ακατάλληλους ιστότοπους, πρέπει απλώς να δημιουργήσετε μια λίστα με καλούς ιστότοπους, επιλέγοντας ακριβώς το περιεχόμενο στο οποίο θα έχει πρόσβαση το παιδί σας.

ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ

Ένα μεγάλο μέρος όλου του περιεχομένου που βρίσκεται δωρεάν στο Διαδίκτυο συνοδεύεται από διαφημιστικό υλικό, και αυτό ισχύει ιδιαίτερα για ιστότοπους δημοφιλείς στους νέους. Αν είναι πολύ επιθετική η διαφήμιση, αυτό το υλικό μπορεί να διαμορφώσει τη συμπεριφορά των παιδιών σας ως καταναλωτή και να τα κάνει εθισμένα σε κάθε μορφή καταναλωτισμού. Για να αντιμετωπιστεί αυτό το πολύ κοινό πρόβλημα, συνιστάται η εγκατάσταση λογισμικού που μπορεί να αποκλείσει ή να αποκρύψει τις διαφημίσεις, όπως το AdBlock (το οποίο διατίθεται τόσο σε δωρεάν όσο και σε premium έκδοση).

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΕΣ ΑΓΟΡΕΣ

Ένα άλλο θέμα στο οποίο πρέπει να εστιάσετε την προσοχή σας είναι αυτό των διαδικτυακών αγορών. Συνήθως τα παιδιά δεν μπορούν να κάνουν αγορές μόνα τους: ωστόσο, ενδέχεται να έχουν πρόσβαση σε ορισμένους ιστότοπους όπου τα στοιχεία πληρωμής σας είναι ήδη συνδεδεμένα. Πολύ συχνές είναι οι τυχαίες αγορές στο Play Store της Google: Ο γονικός έλεγχος μπορεί επίσης να ρυθμιστεί εδώ για αποκλεισμό μη εξουσιοδοτημένων συναλλαγών.

Προηγμένες εμπορικές λύσεις

• **Net Nanny:** παρακολουθήστε τη δραστηριότητα του παιδιού σας στον υπολογιστή και το τηλέφωνο.
• **SPIN Safe Browser:** αποκλείει την πορνογραφία κ.λπ. και φιλτράρει εικόνες στις μηχανές αναζήτησης.
• **Mobicip Safe Browser:** φίλτρο διαδικτύου που βασίζεται σε cloud για γονικό έλεγχο.
• **KidSecured:** ελέγξτε τα εξερχόμενα και εισερχόμενα μηνύματα ή κλήσεις για να παρακολουθήσετε τους κινδύνους διαδικτυακού εκφοβισμού.

ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΣ ΛΗΨΕΩΝ

Οι κυβερνοεγκληματίες και οι χάκερ είναι ένα συνηθισμένο φαινόμενο στο Διαδίκτυο. Τα παιδιά μπορούν να μπουν στον πειρασμό να κάνουν κλικ σε ένα εντυπωσιακό κουμπί για

να κατεβάσουν εφαρμογές και προγράμματα που φαίνονται αυθεντικά και υπόσχονται διασκέδαση, αλλά στην πραγματικότητα είναι κακόβουλο λογισμικό και ιοί.

Αυτό είναι προβληματικό για το σύστημά σας και μπορεί επίσης να θέσει σε κίνδυνο εμπιστευτικές ή προσωπικές πληροφορίες, όπως κωδικούς πρόσβασης, πληροφορίες τραπεζικού λογαριασμού κ.λπ. Επιπλέον, οι ιοί μπορούν να κλειδώσουν τον υπολογιστή σας, να προκαλέσουν λειτουργικά προβλήματα και να εξαπλωθούν ακόμη και σε άλλες συσκευές που συνδέονται με αυτόν. Οι γονικοί έλεγχοι σάς επιτρέπουν να περιορίσετε τις λήψεις από μη αξιόπιστες ή ύποπτες πηγές. Πρέπει να ελέγχετε τι μπορούν ή δεν μπορούν να κατεβάσουν τα παιδιά σας, ώστε τα συστήματά σας να διατηρούνται απαλλαγμένα από κακόβουλο λογισμικό και ιούς. Μάθετε περισσότερα για τις συμβουλές ασφάλειας στο διαδίκτυο εδώ:

https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/online-safety/

ΠΩΣ ΝΑ ΕΦΑΡΜΟΖΕΤΕ ΤΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΓΟΝΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ ΣΤΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ

Windows 7

Εάν χρησιμοποιείτε Windows 7 στον υπολογιστή σας, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τον ενσωματωμένο γονικό έλεγχο. Με αυτόν τον τρόπο μπορείτε να ελέγξετε πόσο χρόνο μπορεί να συνδεθεί ένας λογαριασμός χρήστη στον υπολογιστή και ποια προγράμματα μπορούν να χρησιμοποιήσουν. Αυτό είναι χρήσιμο εάν τα παιδιά σας έχουν ξεχωριστούς λογαριασμούς χρήστη στον υπολογιστή σας.

Δείτε τις πλήρεις οδηγίες εδώ:

https://www.howtogeek.com/howto/10524/how-to-use-parental-controls-in-windows-7/

Windows 10

Οι περισσότερες συσκευές σήμερα χρησιμοποιούν Windows 10, τα οποία έχουν ενσωματωμένο γονικό έλεγχο. Συνδυάζει χρονικά όρια και στοιχεία ελέγχου πρόσβασης προγραμμάτων με το φιλτράρισμα ιστού του Family Safety. Μπορείτε να διαχειριστείτε τις ρυθμίσεις που θέλετε να δημιουργήσετε και να προβάλετε αναφορές από τον ιστότοπο Family Safety. Κατά τη δημιουργία ενός νέου λογαριασμού χρήστη, επιλέξτε το πλαίσιο με τίτλο "Είναι ο λογαριασμός ενός παιδιού" Αυτό θα τον επισημάνει ως παιδικό λογαριασμό και θα είναι δυνατή η διαχείριση του από τον ιστότοπο Family Safety στο διαδίκτυο.

ΛΟΓΙΣΜΙΚΟ ΤΡΙΤΩΝ

Πολλές σουίτες ασφαλείας Διαδικτύου διαθέτουν ενσωματωμένο γονικό έλεγχο. Εάν έχετε εγκαταστήσει τέτοιο λογισμικό στον υπολογιστή σας, ελέγξτε εάν έχει ενσωματωμένους γονικούς ελέγχους.

Υπάρχουν πολλές δωρεάν λύσεις φιλτραρίσματος ιστού που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε. Για παράδειγμα, το Norton προσφέρει μια δωρεάν εφαρμογή γονικού ελέγχο.

https://family.norton.com/web/

Να θυμάστε ότι ο γονικός έλεγχος δεν μπλοκάρει οτιδήποτε κακό και μπορεί περιστασιακά να μπλοκάρει κάτι καλό.
Διαπροσωπικές πτυχές: Τα Εργαλεία Γονικού Ελέγχου λειτουργούν για παιδιά οποιασδήποτε ηλικιακής ομάδας, αλλά ειδικά για εκείνα που μόλις αρχίζουν να χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο και δεν είναι τόσο εξοικειωμένα με αυτό. Θα πρέπει να βρείτε χρόνο για να εξηγήσετε τους πιθανούς κινδύνους του Διαδικτύου και πώς μπορούν να παραμείνουν ασφαλείς. Να γνωρίζετε ότι κάτι «απαγορευμένο» μπορεί να φαίνεται ακόμα πιο ενδιαφέρον. Επομένως, το να θέσετε όρια χωρίς πίεση, να χτίσετε εμπιστοσύνη και να τους ενημερώσετε ότι υπάρχει ένας ασφαλής χώρος μεταξύ σας και ότι μπορούν να μοιραστούν τις ανησυχίες τους είναι το κλειδί, ώστε να μην αισθάνονται ότι είστε υπερπροστατευτικοί

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ: Μπορείτε να ρυθμίσετε τα Γονικά Εργαλεία στο δρομολογητή σας, τα οποία θα σας επιτρέψουν να πραγματοποιήσετε φιλτράρισμα ιστού για όλες τις συσκευές του δικτύου. Ορισμένοι δρομολογητές έχουν ενσωματωμένο γονικό έλεγχο με οδηγίες στα εγχειρίδια τους. Εάν ο δρομολογητής σας δεν περιλαμβάνει γονικούς ελέγχους, μπορείτε να τους ορίσετε μέσω του OpenDNS.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΙΣΤΟΥ

Μπορείτε να ρυθμίσετε γονικούς ελέγχους στα περισσότερα προγράμματα περιήγησης ιστού που μπορεί να χρησιμοποιεί το παιδί σας. Εδώ καλύπτουμε τα παραδείγματα των πιο δημοφιλών προγραμμάτων περιήγησης: Internet Explorer, Google Chrome και Firefox. Διατίθεται σε λογισμικό Android και IOS.

ΕΧΕΤΕ ΠΡΟΣΒΑΣΗ ΣΤΗ ΣΥΣΚΕΥΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΑΣ: ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΗ

Μπορείτε να έχετε πρόσβαση στη συσκευή του παιδιού σας ενεργοποιώντας τις λειτουργίες Family Sharing τόσο σε Android όσο και σε iOS. Αυτή η λύση βοηθά τους γονείς να διαμορφώσουν τις εμπειρίες των παιδιών τους και εμποδίζει την πρόσβαση σε πράγματα για τα οποία μπορεί να μην είναι έτοιμοι.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Σύμφωνα με το London School of Economics[1], l, οι γονείς μπορούν να υποστηρίξουν την ασφάλεια των παιδιών τους στο Διαδίκτυο μοιράζοντας μια θετική εμπειρία χρήσης του διαδικτύου ενημερώνοντάς τα και συμβουλεύοντάς τα για πιθανούς κινδύνους που ελλοχεύουν στον κυβερνοχώρο. Για να χτίσετε εμπιστοσύνη αλλά και να παρακολουθείτε τη χρήση του διαδικτύου των παιδιών σας, μπορείτε να έχετε ενεργό ρόλο και να συμμετέχετε σε μια σειρά από διαδραστικές δραστηριότητες. Δεν υπάρχει τέλειο λογισμικό γονικού ελέγχου. Για το λόγο αυτό, συνιστάται οι γονείς να βοηθούν τα παιδιά να κατανοήσουν τους κινδύνους που μπορεί να υποστούν κατά την πλοήγηση στο διαδίκτυο σε μια ανοιχτή και δίκαιη συζήτηση. Κάτι που πρέπει να έχετε υπόψη σας είναι ότι η περιοριστική διαμεσολάβηση μειώνει τους διαδικτυακούς κινδύνους, αλλά μειώνει επίσης τις διαδικτυακές ευκαιρίες και δεξιότητες του παιδιού σας. Τα εργαλεία γονικού ελέγχου μπορεί να σας βοηθήσουν να παρακολουθείτε τα παιδιά σας χωρίς να περιορίζετε τις ευκαιρίες τους να παίζουν παιχνίδια, να συνδέονται με φίλους, να βρίσκουν πληροφορίες κ.λπ. Μαζί, μπορείτε να ενημερωθείτε για την ασφαλή χρήση του Διαδικτύου, ειδικά μέσω δραστηριοτήτων που έχουν διασκεδαστικές και ενημερωτικές πτυχές.

Οι δραστηριότητες μπορεί να ποικίλλουν ανάλογα με την ομάδα-στόχο τους τόσο για γονείς όσο και για παιδιά. Είναι σημαντικό αυτές οι δραστηριότητες να απευθύνονται και να παρουσιάζονται και στα δύο μέρη. Με αυτόν τον τρόπο, θα αποκτήσετε περισσότερες γνώσεις για το πώς λειτουργεί το Διαδίκτυο, πώς μπορείτε να το εκμεταλλευτείτε και πώς μπορείτε να απαντήσετε σε ερωτήσεις που μπορεί να έχουν τα παιδιά σας. Ταυτόχρονα, τα παιδιά θα απολαμβάνουν την εξερεύνηση του Διαδικτύου ενώ θα προστατεύονται από καταστάσεις που μπορεί να έχουν αρνητικό σωματικό ή ψυχικό αντίκτυπο σε αυτά (εκφοβισμός, απαγορευμένο υλικό κ.λπ.).

Οι δραστηριότητες αυτές είναι προσβάσιμες από οποιαδήποτε ψηφιακή συσκευή (laptop, κινητό τηλέφωνο, tablet, PC) που μπορεί να συνδεθεί στο Διαδίκτυο για να τις εκτελέσει. Ο κύριος στόχος είναι όχι μόνο να δείξετε ενδιαφέρον για τις δραστηριότητες του παιδιού σας αλλά και να το καθοδηγήσετε με πιο διασκεδαστικό τρόπο.

Τα κουίζ είναι ένα καλό και παιχνιδιάρικο παράδειγμα που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε για να συμμετάσχετε σε δραστηριότητες «μαθαίνω εξερευνώντας» με τα παιδιά σας. Είναι χρήσιμα για την πρόκληση και τη δοκιμή γνώσεων που αποκτήθηκαν προηγουμένως και ακόμη για να δώσουν μερικές νέες πληροφορίες για διαφορετικά θέματα.
Μερικά παραδείγματα είναι:

---

[1] How can parents support children's internet safety(Isero).pdf

• ΕΞΑΣΚΗΘΕΙΤΕ ΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΣΑΣ:

Όσο βρίσκεστε στο σπίτι, βρείτε λίγο ελεύθερο χρόνο για να καθίσετε άνετα με τα παιδιά σας και να κάνετε ένα κουίζ για το πώς θα αντιδρούσαν σε διαφορετικούς τύπους καταστάσεων. Σε αυτές τις καταστάσεις δίνονται σενάρια που σχετίζονται με τον κυβερνοχώρο που θα σας βοηθήσουν να καταλάβετε πώς θα τις διαχειριζόσασταν. Εάν πάρουν μια απόφαση που θεωρείται ακατάλληλη, φροντίστε να τους εξηγήσετε με ήρεμο τρόπο πώς και γιατί πρέπει να την επανεξετάσουν. Αφού ολοκληρώσετε το κουίζ, μπορείτε να κάνετε μια συζήτηση και να μοιραστείτε όλοι τις σκέψεις σας.

Το κουίζ για αυτή τη δραστηριότητα είναι:

https://www.saferinternet.org.uk/safer-internet-day/safer-internet-day-2017-quiz-8-13-year-olds

• ΕΞΑΣΚΗΘΕΙΤΕ ΣΤΟ ΔΙΚΟ ΣΑΣ ΣΠΙΤΙ ΜΕ ΤΑ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΚΟΥΙΖ:

Είναι σημαντικό, πριν εκπαιδεύσετε τα παιδιά σας σχετικά με το Διαδίκτυο και πώς να το χρησιμοποιούν με ασφαλή τρόπο, να εκπαιδεύσετε πρώτα τον εαυτό σας. Γνωρίζοντας σε βάθος για το τι αναφέρεστε θα σας δώσει αρκετή αυτοπεποίθηση, ώστε τα παιδιά σας να μπορούν να βασίζονται σε εσάς για να απαντήσουν σε ερωτήσεις που μπορεί να έχουν ή ακόμα καλύτερα για να τους συμβουλεύσετε πώς να αντιμετωπίσουν συγκεκριμένες καταστάσεις, για παράδειγμα ρητορική μίσους, αφιλτράριστα σχόλια στο κοινωνικές πλατφόρμες. Βεβαιωθείτε ότι χρησιμοποιείτε αυτά τα κουίζ ως τρόπο για να βελτιώσετε τις ψηφιακές σας γνώσεις και δεξιότητες. Τα κουίζ για αυτή τη δραστηριότητα είναι:

1. https://www.proprofs.com/quiz-school/topic/internet-safety
2. https://pumpic.com/security/child-internet-safety-quiz/
3. https://www.npr.org/sections/ed/2018/01/29/579555277/what-kind-of-screen-time-parent-are-you-take-this-quiz-and-find-out?t=1595407623147

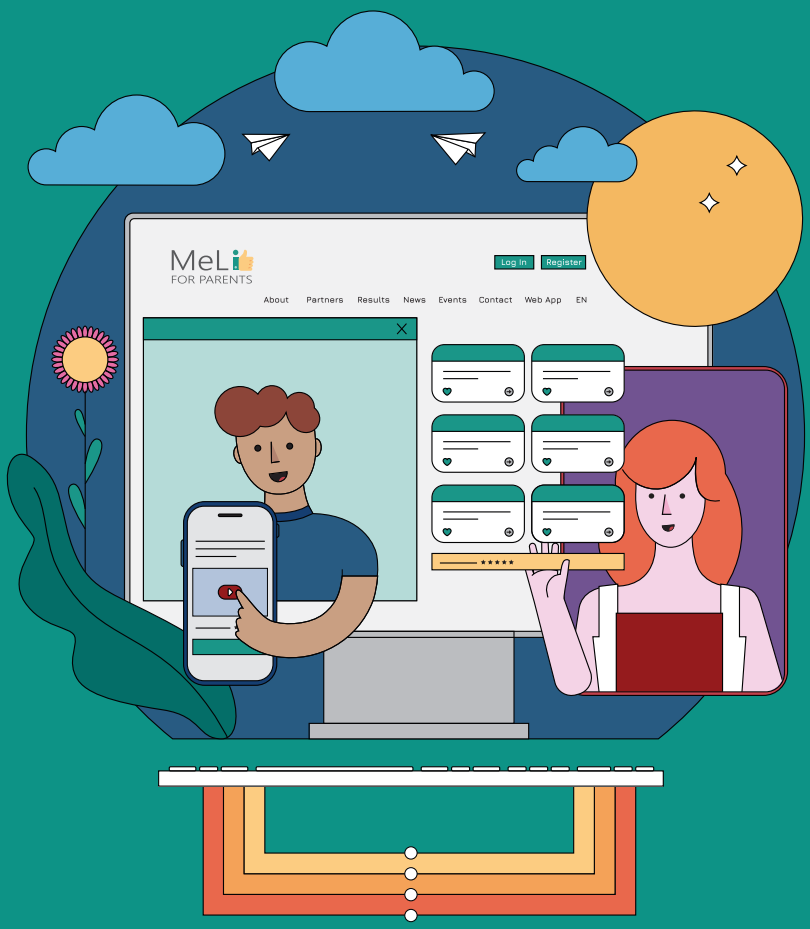
• ΜΑΘΕΤΕ ΑΠΟ ΒΙΝΤΕΟ ΣΤΟ YOUTUBE

Το YouTube είναι μια διαδικτυακή πλατφόρμα με πληθώρα βίντεο, συμπεριλαμβανομένων ενημερωτικών που μπορούν να σας βοηθήσουν να οπτικοποιήσετε τι είναι οι γονικοί έλεγχοι και με ποιους τρόπους μπορούν να είναι χρήσιμοι. Μπορείτε επίσης να παρακολουθήσετε βίντεο με το παιδί σας, ώστε να είστε και οι δύο δεόντως ενημερωμένοι για την ασφάλεια στο Διαδίκτυο. Τα βίντεο για αυτή τη δραστηριότητα είναι:

1. https://www.youtube.com/watch?v=BIB3avfTo4I
2. https://www.youtube.com/watch?v=HxySrSbSY7o
3. https://www.youtube.com/watch?v=X9Htg8V3eik
4. https://www.youtube.com/watch?v=XMa1XKGRae8

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

Πώς να χρησιμοποιήσετε τη Διαδικτυακή Εφαρμογή


MeLi
FOR PARENTS
Log in
Register
About
Partners
Results
News
Events
Contact
Web App
EN
*****

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

ΠΩΣ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΤΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Η διαδικτυακή εφαρμογή του MeLi for Parents στοχεύει να μυήσει τους γονείς στο θέμα του κριτικού γραμματισμού στα μέσα. Η εφαρμογή περιλαμβάνει διάφορες δραστηριότητες με τη μορφή κειμένου, βίντεο και κουίζ στα οποία μπορούν να έχουν πρόσβαση οι εκπαιδευόμενοι προκειμένου να βελτιώσουν τις δεξιότητες και τις γνώσεις τους σε θέματα σχετικά με την παιδεία στα μέσα, όπως το απόρρητο στο διαδίκτυο, την ασφάλεια στον κυβερνοχώρο, τον διαδικτυακό εκφοβισμό κ.λπ.

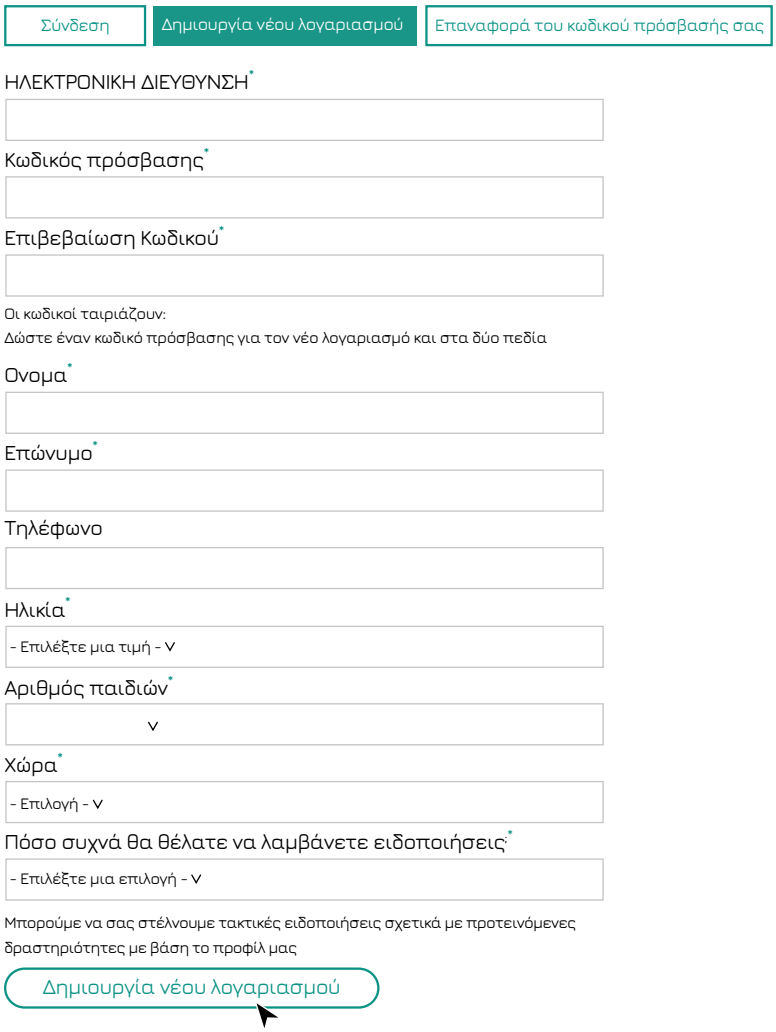
Για να εισέλθετε στην εφαρμογή web, το πρώτο βήμα είναι να επισκεφτείτε την ιστοσελίδα του έργου:

www.meli4parents.eu

Στη συνέχεια, θα πρέπει να δημιουργήσετε έναν νέο λογαριασμό. Για να το κάνετε αυτό, κάντε κλικ στο «Εγγραφή» στην επάνω δεξιά γωνία.

Για να δημιουργήσετε λογαριασμό, πρέπει να συμπληρώσετε τα πεδία στη φόρμα εγγραφής, όπως email, όνομα, επώνυμο, ηλικία, αριθμό παιδιών και χώρα. Η εφαρμογή στέλνει ειδοποιήσεις μέσω SMS ή email στους χρήστες σε συγκεκριμένη χρονική βάση, προτείνοντας διάφορες δραστηριότητες.

Κατά τη φάση της εγγραφής μπορείτε να υποδείξετε πόσο συχνά θα θέλατε να λαμβάνετε τέτοιες ειδοποιήσεις. Εάν δεν θέλετε να λαμβάνετε ειδοποιήσεις, θα πρέπει να αναφέρετε «ποτέ» στη σχετική ερώτηση. Μπορείτε να λαμβάνετε ειδοποιήσεις δύο φορές την εβδομάδα, μία φορά την εβδομάδα ή μία φορά το μήνα. Σε περίπτωση που θέλετε να λαμβάνετε ειδοποιήσεις μέσω SMS θα πρέπει να αναφέρετε τον αριθμό τηλεφώνου σας στο σχετικό πεδίο.

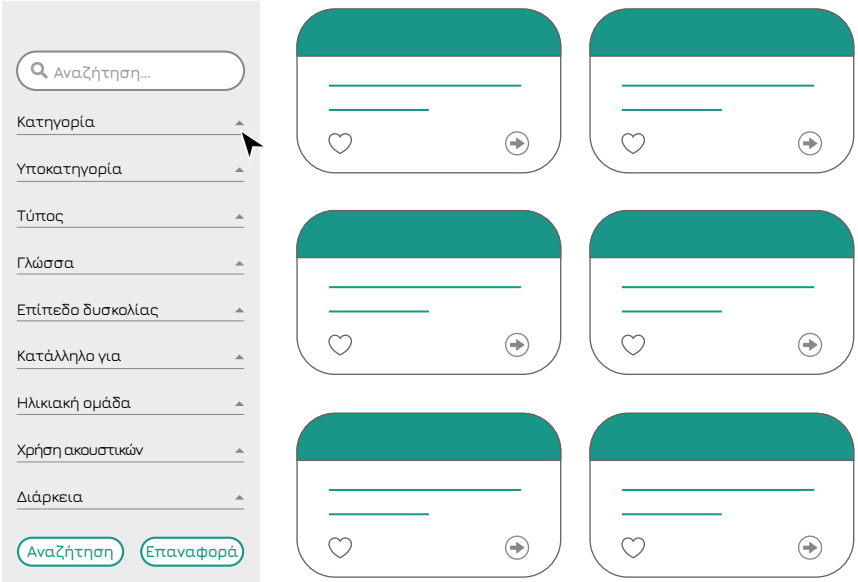


Εάν η δημιουργία του νέου λογαριασμού είναι επιτυχής, θα σταλεί στο email σας ένα email με οδηγίες σχετικά με την επαλήθευση του λογαριασμού. Το email θα περιλαμβάνει έναν σύνδεσμο, ο οποίος θα σας κατευθύνει στην εφαρμογή web.

Αφότου αποκτήσετε λογαριασμού, την επόμενη φορά που θέλετε να μπείτε στην εφαρμογή, μπορείτε να κάνετε κλικ στη «Σύνδεση». Όταν συνδεθείτε ή εγγραφείτε, θα δείτε την επιλογή «Διαδικτυακή Εφαρμογή» στο μενού του ιστότοπου.

Μόλις μπείτε στην διαδικτυακή εφαρμογή, θα δείτε μια σύντομη εισαγωγή στην εφαρμογή Ιστού στο επάνω μέρος και ορισμένες οδηγίες για τη χρήση της.

Η εφαρμογή περιέχει πολλά φίλτρα που σας επιτρέπουν να επιλέξετε την κατηγορία και την υποκατηγορία της δραστηριότητας, τον τύπο της δραστηριότητας, τη γλώσσα της, το επίπεδο δυσκολίας, τη διάρκεια της δραστηριότητας και τις προτιμήσεις ήχου. Μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε τα φίλτρα για να βρείτε μια δραστηριότητα που μπορεί να ολοκληρωθεί από εσάς ή από ολόκληρη την οικογένειά σας.



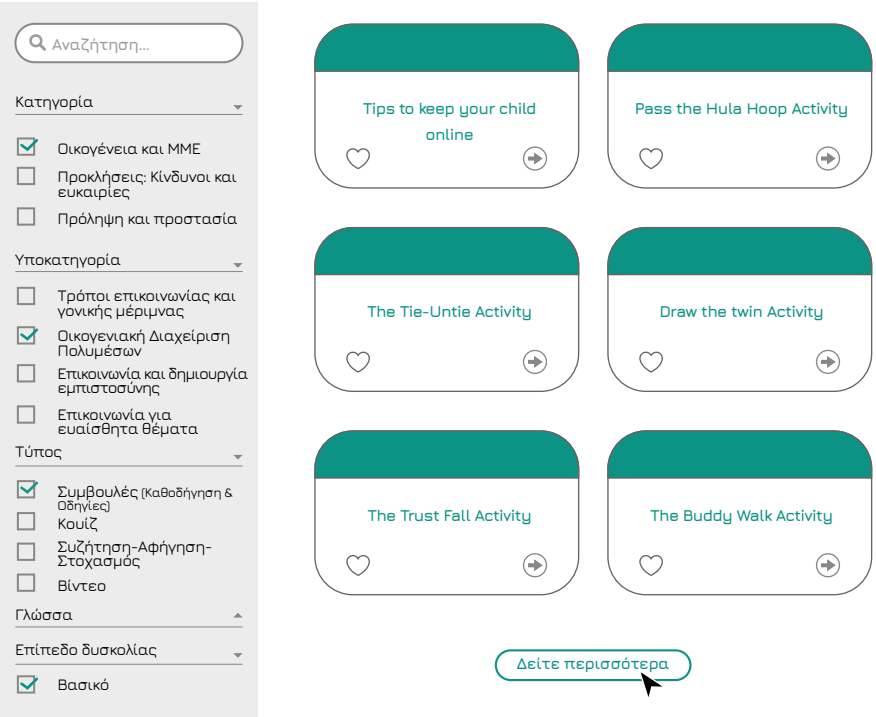
Στην ενότητα της κατηγορίας μπορείτε να επιλέξετε από τα ακόλουθα θέματα: «Οικογένεια και Μέσα», «Προκλήσεις: Αλλαγές και Ευκαιρίες» και «Αποτροπή και Προστασία». Ανάλογα με τις επιλεγμένες κατηγορίες, εμφανίζονται συγκεκριμένες υποκατηγορίες. Για την κατηγορία «Οικογένεια και Μέσα» εμφανίζονται οι ακόλουθες υποκατηγορίες: «Στιλ επικοινωνίας και γονικής μέριμνας», «Διαχείριση οικογενειακών μέσων» και «Επικοινωνία και δημιουργία εμπιστοσύνης». Στην κατηγορία «Προκλήσεις: αλλαγές και ευκαιρίες» βρίσκονται οι ακόλουθες υποκατηγορίες: «Δημοφιλείς εφαρμογές μεταξύ παιδιών», «Εθισμός στο Διαδίκτυο», «Διαδικτυακός εκφοβισμός και ρητορική μίσους στο διαδίκτυο», «Παραπληροφόρηση: Διάκριση ψευδών ειδήσεων σε παραδοσιακά και ψηφιακά μέσα», «Πρότυπα και Στερεότυπα» και «Δημιουργία Ψηφιακού Περιεχομένου». Στην κατηγορία «Αποτροπή και προστασία» είναι διαθέσιμες οι ακόλουθες υποκατηγορίες: «Ασφάλεια στον κυβερνοχώρο», «Εργαλεία γονικού ελέγχου», «Διαδικτυακό απόρρητο» και «Απόρρητο και ψηφιακά αποτυπώματα».

Οι δραστηριότητες χωρίζονται σε τέσσερις διαφορετικούς τύπους: 1. Συμβουλές (Καθοδήγηση & Οδηγίες), 2. Κουίζ, 3. Συζήτηση-Αφήγηση-Αναστοχασμός, 4. Βίντεο. Όλες οι

δραστηριότητες είναι διαθέσιμες στα παρακάτω Γλώσσες: Αγγλικά, Ελληνικά, Βουλγαρικά, Ιταλικά, Πολωνικά και Γαλλικά. Επίσης, κατηγοριοποιούνται ανάλογα με τα διαφορετικά επίπεδα δυσκολίας: Βασικό, Μέσο, Προχωρημένο.

Οι γονείς μπορούν να επιλέξουν τις δραστηριότητες με βάση την ηλικία των παιδιών. Οι ηλικίες ομαδοποιούνται στις εξής κατηγορίες: «Παιδική ηλικία (κάτω των 7 ετών)», «Νέοι Έφηβοι (8-12 ετών)», «Έφηβοι (13-18 ετών)». Ομαδοποιούνται επίσης με βάση τη διάρκειά τους. Οι ακόλουθες κατηγορίες βρίσκονται κάτω από τα φίλτρα διάρκειας: «Κάτω από 5 λεπτά», «5-15 λεπτά», «15-30 λεπτά» και «περισσότερα από 30 λεπτά».

Αφού επιλέξετε τα φίλτρα, θα εμφανιστούν οι δραστηριότητες της προτίμησής σας. Επιπλέον, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τη λειτουργία έρευνας πάνω από τα φίλτρα για να βρείτε θέματα που σας ενδιαφέρουν. Μπορείτε να εισαγάγετε τις δραστηριότητες κάνοντας κλικ στον τίτλο της δραστηριότητας ή στο εικονίδιο με το βέλος.



Όλες οι δραστηριότητες περιλαμβάνουν τίτλο και πληροφορίες για την κατηγορία, την υποκατηγορία, το είδος της δραστηριότητας, την ομάδα στόχο στην οποία απευθύνεται, τις επιλογές ήχου, τη διάρκεια και το επίπεδο δυσκολίας. Πολλές δραστηριότητες περιλαμβάνουν επίσης εικόνες και αναφορές, στις οποίες μπορείτε να βρείτε τους συνδέσμους από τους οποίους προέρχεται η συγκεκριμένη δραστηριότητα.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ (Καθοδήγηση και οδηγίες)

Επισήμανση δραστηριότητας ως ολοκληρωμένης

Αναζήτηση...

Κατηγορία: Οικογένεια και ΜΜΕ

Υποκατηγορία: Στυλ επικοινωνίας και ανατροφής

Τύπος: Συμβουλές (Καθοδήγηση και οδηγίες)

Γλώσσα: Αγγλικά

Κατάλληλο για: Γονείς

Χρήση ακουστικών: Όχι

Διάρκεια: Κάτω από 5 λεπτά

Επίπεδο δυσκολίας: Βασικό

Επισήμανση δραστηριότητας ως αγαπημένης

***** Αξιολογήστε αυτήν τη δραστηριότητα

Επιστροφή στις δραστηριότητες

ΣΥΖΗΤΗΣΗ-ΑΦΗΓΗΣΗ-ΕΞΕΤΑΣΗ

Επισήμανση δραστηριότητας ως ολοκληρωμένης

Αναζήτηση...

Κατηγορία: Οικογένεια και ΜΜΕ

Υποκατηγορία: Οικογένεια και Διαχείριση Μέσων

Είδος:

Συζήτηση-Αφήγηση-Στοχασμός

Γλώσσα: Αγγλικά

Κατάλληλο για: Οικογένεια

Ηλικιακή ομάδα: Παιδική ηλικία (κάτω των 7 ετών), Νέοι Έφηβοι (8-12 ετών), Έφηβοι (13-18 ετών)

Χρήση ακουστικών: Όχι

Διάρκεια: 15-30 λεπτά

Επίπεδο δυσκολίας: Βασικό

Επισήμανση δραστηριότητας ως αγαπημένης

Αναφορά

***** Αξιολογήστε αυτήν τη δραστηριότητα

Επιστροφή στις δραστηριότητες

ΒΙΝΤΕΟ

Επισήμανση δραστηριότητας ως ολοκληρωμένης

Αναζήτηση...

Κατηγορία: Οικογένεια και ΜΜΕ

Υποκατηγορία: Τρόποι επικοινωνίας και ανατροφής

Τύπος: Βίντεο

Κατάλληλο για: Γονείς

Convenant pour : Les parents

Χρήση ακουστικών: Όχι

Διάρκεια: Κάτω από 5 λεπτά

Επίπεδο δυσκολίας: Βασικό

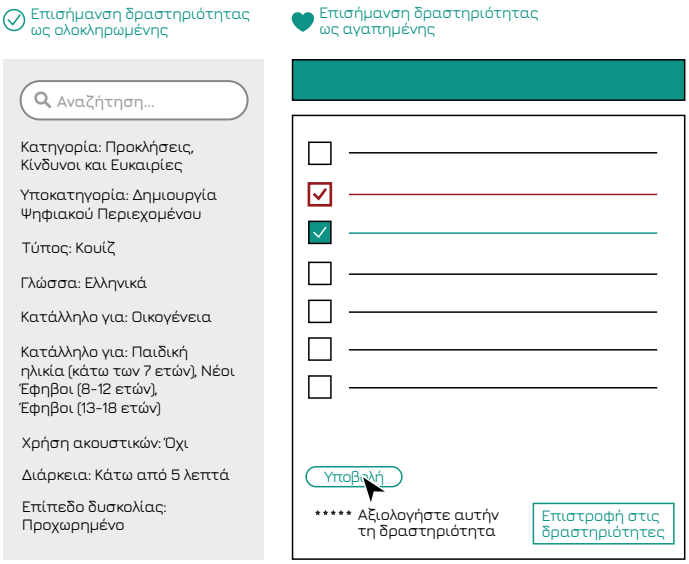
Επισήμανση δραστηριότητας ως αγαπημένης

***** Αξιολογήστε αυτήν τη δραστηριότητα

Επιστροφή στις δραστηριότητες

Παραδείγματα διαφορετικών τύπων δραστηριοτήτων:

ΚΟΥΙΖ

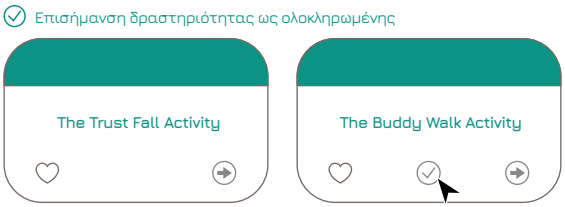


Παραδείγματα διαφορετικών τύπων δραστηριοτήτων:

Τα περισσότερα από τα κουίζ περιέχουν μία σωστή απάντηση, αλλά μερικά έχουν περισσότερες από μία σωστές απαντήσεις. Σε αυτούς τους τύπους κουίζ αναφέρεται ότι περισσότερες από μία απαντήσεις είναι σωστές. Αφού ελέγξετε την απάντηση, μπορείτε να κάνετε κλικ στο «Υποβολή» και η σωστή απάντηση θα εμφανιστεί με πράσινο χρώμα. Εάν έχετε επιλέξει λάθος απάντηση, τότε αυτή η απάντηση θα εμφανίζεται με κόκκινο χρώμα. Ανεξάρτητα από την απάντηση που δώσατε, θα εμφανιστούν σχόλια μόλις υποβάλετε την απάντηση, παρέχοντας περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη σωστή απάντηση.

Σε περίπτωση που ολοκληρώσετε μια δραστηριότητα ή θέλετε να φύγετε και να επιστρέψετε στη σελίδα δραστηριοτήτων, μπορείτε να κάνετε κλικ στο κουμπί «Επιστροφή στις δραστηριότητες» στο κάτω μέρος. Έχετε την επιλογή να βαθμολογήσετε μια δραστηριότητα κάνοντας κλικ σε ένα από τα αστέρια στο "Βαθμολογήστε αυτήν τη δραστηριότητα". Μπορείτε επίσης να δείτε πόσοι χρήστες έχουν βαθμολογήσει τη συγκεκριμένη δραστηριότητα και ποια είναι η συνολική βαθμολογία της.

Εάν σας αρέσει μια δραστηριότητα, μπορείτε να την επισημάνετε ως αγαπημένη κάνοντας κλικ στο "Επισήμανση δραστηριότητας ως αγαπημένη" στο επάνω μέρος της δραστηριότητας ή κάντε κλικ στο εικονίδιο καρδιάς στη σελίδα δραστηριοτήτων. Όταν ολοκληρώσετε τη δραστηριότητά σας, μπορείτε να την επισημάνετε ως ολοκληρωμένη κάνοντας κλικ στο σχετικό κουμπί στο επάνω μέρος της δραστηριότητας. Μόλις το κάνετε αυτό, επιστρέψετε στη σελίδα δραστηριοτήτων, θα δείτε ένα εικονίδιο επιλογής στο πλαίσιο δραστηριότητας.



Όλες οι αγαπημένες και ολοκληρωμένες δραστηριότητές σας βρίσκονται στο προφίλ σας ("Ο λογαριασμός μου") και μπορείτε εύκολα να αποκτήσετε πρόσβαση σε αυτές οποιαδήποτε στιγμή κάνοντας κλικ στον σύνδεσμό τους.

Ονομα: **********
Επώνυμο: **********
Ηλικία: 26-35
Αριθμός παιδιών: 0
Χώρα: Ελλάδα
Πόσο συχνά θα θέλατε να λαμβάνετε ειδοποιήσεις; μια φορά την εβδομάδα
Πώς θα θέλατε να λαμβάνετε ειδοποιήσεις: E-mail

Αγαπημένες Δραστηριότητες
- Τι είναι ένα Open DNS?
- Δημιουργία παρουσίασης και συζήτηση για το απόρρητο
- Εισάγετε το παιδί σας στον εικονικό κόσμο
- Ημέρα Ασφαλούς Διαδικτύου

Ολοκληρωμένες Δραστηριότητες
- Τι είναι ένα Open DNS
- Δημιουργία παρουσίασης και συζήτηση για το απόρρητο
- Εισάγετε το παιδί σας στον εικονικό κόσμο

Μπορείτε επίσης να αλλάξετε τις πληροφορίες στο προφίλ σας επεξεργάζοντας τις πληροφορίες που παρέχονται κατά την εγγραφή και προσθέτοντας μια εικόνα που θα εμφανίζεται στην κορυφή του προφίλ σας. Για να το κάνετε αυτό, μπορείτε να κάνετε κλικ στο κουμπί "Επεξεργασία" στην κορυφή.

Ονομα: **********
Επώνυμο: **********
Ηλικία: 26-35 ans
Αριθμός παιδιών: 0
Χώρα: Ελλάδα

Σε περίπτωση που έχετε ερωτήσεις σχετικά με την εφαρμογή web, μπορείτε πάντα να επικοινωνήσετε μαζί μας στέλνοντάς μας ένα μήνυμα μέσω της φόρμας επικοινωνίας στον ιστότοπό μας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

Εγγραφείτε στην Κοινότητα

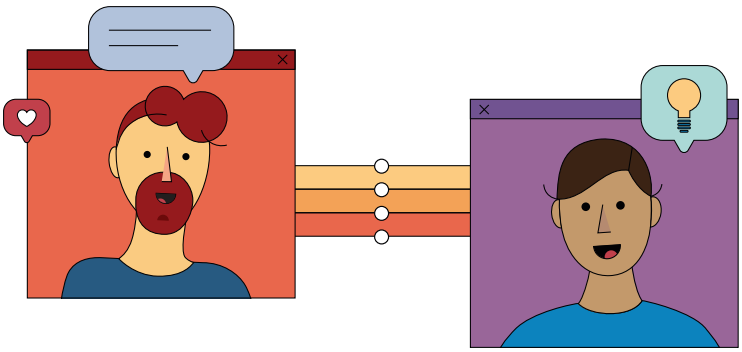
Κεφάλαιο 5

ΕΓΓΡΑΦΕΙΤΕ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ

Η εμπειρία έχει δείξει ότι ο τομέας της ψηφιοποίησης με τα πολλά διαφορετικά στοιχεία της είναι ήδη δύσκολο για τους ίδιους τους γονείς να πλοηγηθούν σε αυτή αλλά ακόμη πιο δύσκολο είναι να πλοηγηθούν μαζί με τα παιδιά τους όταν έχουν μόνο τις δικές τους γνώσεις και πηγές στις οποίες βασίζονται.

Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο στο πλαίσιο αυτού του έργου η κοινοπραξία όχι μόνο παρέχει εκπαιδευτικό υλικό, μια εφαρμογή Web και αυτόν τον Οδηγό για γονείς, αλλά οι διάφοροι συνεργάτες έχουν επίσης δημιουργήσει ομάδες Facebook στις μητρικές τους γλώσσες που καλείστε να χρησιμοποιήσετε ως πλατφόρμες αμοιβαίας ανταλλαγής. Μπορείτε να κάνετε ερωτήσεις ή να προσφέρετε απαντήσεις σε ερωτήματα κάποιου άλλου, μπορείτε να μοιραστείτε εμπειρίες, συμβουλές ή να ζητήσετε συμβουλές για ένα συγκεκριμένο θέμα. Οι ομάδες του Facebook θα παρακολουθούνται από τον αντίστοιχο υπεύθυνο συνεργάτη, αλλά δεν προβλέπεται μονομερής επικοινωνία. Αντίθετα, καθώς πρόκειται για ένα πεδίο υπό συνεχή και πολύ γρήγορη ανάπτυξη, είναι απολύτως απαραίτητο για όλους να βοηθήσουν στη δημιουργία της νέας γνώσης που είναι απαραίτητη για την καλύτερη υποστήριξη των παιδιών και των νέων για την αντιμετώπιση των προκλήσεων που θέτουν τα νέα διαδικτυακά παιχνίδια, οι νέες εφαρμογές και τα νές προγράμματα. Επιπλέον, τα παιδιά μεγαλώνουν και αναπτύσσονται, έτσι οι γονείς αντιμετωπίζουν έναν κινούμενο στόχο και προς τις δύο κατευθύνσεις και η μάθηση και η ανταλλαγή από ομοτίμους έχει αποδειχθεί πραγματικά χρήσιμη σε αυτές τις περιπτώσεις.

Αυτό ισχύει και για ένα άλλο εργαλείο που έχει δημιουργηθεί για να βοηθήσει τους γονείς να παραμείνουν σε επαφή και να ανταλλάσσουν γνώμες και εμπειρίες: μια πλατφόρμα Moodle όπου θα φιλοξενηθεί ένα εθνικό φόρουμ ανά γλώσσα και που μπορείτε να βρείτε στο https://e-trainingcentre.gr/. Θα πρέπει πρώτα να εγγραφείτε για να έχετε πρόσβαση.



ΟΜΑΔΕΣ ΣΤΟ FACEBOOK

Ακολουθούν οι ενδείξεις για τις ομάδες του Facebook, καθεμία στη μητρική της γλώσσα: Αγγλικά, Βουλγαρικά, Ελληνικά, Ιταλικά, Πολωνικά και Γαλλικά.

MEDIALITERACY4PARENTS - Αγγλόφωνη Ομάδα Facebook Group

https://www.facebook.com/groups/1807674396288319

МЕДИЙНА ГРАМОТНОСТ ЗА РОДИТЕЛИ - Βουλγαρική ομάδα Facebook Group

www.facebook.com/groups/meli4parentsbg/

ΓΟΝΈΙΣ ΣΤΗΝ ΨΗΦΙΑΚΉ ΕΠΟΧΗ - Ελληνόφωνη ομάδα Facebook Group

https://www.facebook.com/groups/414579093374223

PARLIAMO DI MEDIA LITERACY - Ιταλική ομάδα Facebook Group

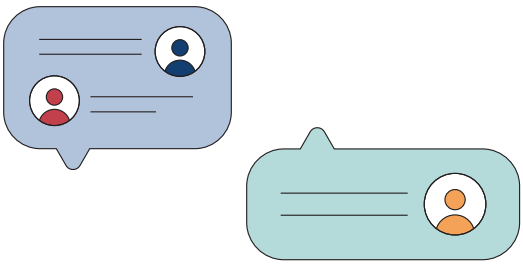
www.facebook.com/groups/404365157940832/

MELI EDUKACJA MEDIALNA DLA RODZICÓW - Πολωνική ομάδα Facebook Group

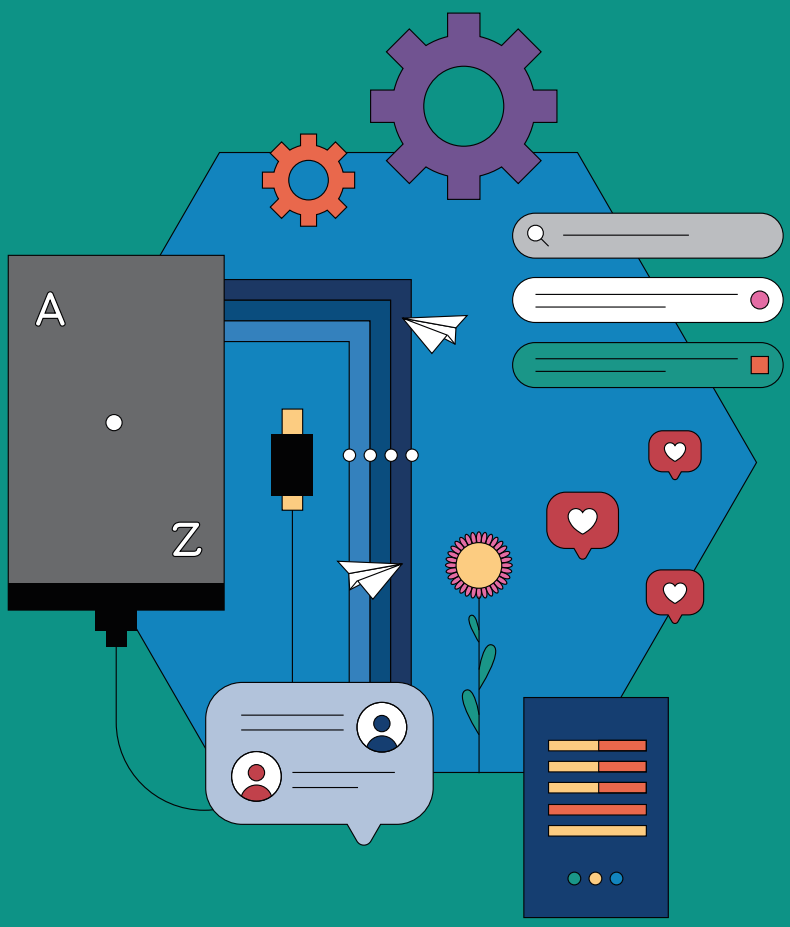
www.facebook.com/groups/edukacjamedialnarodzicow/

ÉDUCATION AUX MÉDIAS POUR PARENTS - Γαλλόφωνη Ομάδα Facebook Group

https://www.facebook.com/groups/276149740960651



Γλωσσάρι


A
Z

A

AD BLOCKER : Ένα εργαλείο που αποκλείει τις διαφημίσεις ενώ κάνετε περιήγηση. Τα προγράμματα αποκλεισμού διαφημίσεων μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε πολλές συσκευές, όπως επιτραπέζιους υπολογιστές, φορητούς υπολογιστές, smartphone ή tablet. Μας επιτρέπουν να περιηγηθούμε στο διαδίκτυο και να αποκτήσουμε το περιεχόμενο που χρειαζόμαστε, χωρίς τις ενοχλητικές διαφημίσεις που αναβοσβήνουν.

ADDICTION (ΕΘΙΣΜΟΣ): Η διαταραχή εθισμού στο Διαδίκτυο (IAD) χαρακτηρίζεται από υπερβολικές ή ανεπαρκώς ελεγχόμενες ενασχολήσεις, ορμές ή συμπεριφορές σχετικά με τη χρήση υπολογιστή και την πρόσβαση στο Διαδίκτυο που οδηγούν σε εξασθένιση της λειτουργίας ενός ατόμου σε διάφορους τομείς ζωής ή αγωνία για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

C

CYBERBULLYING (ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ): Ο εκφοβισμός μέσω ψηφιακών τεχνολογιών μπορεί να πραγματοποιηθεί σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης, πλατφόρμες ανταλλαγής μηνυμάτων, πλατφόρμες παιχνιδιών και κινητά τηλέφωνα. Χαρακτηρίζεται από επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά με στόχο να τρομάξει, να θυμώσει ή να ντροπιάσει όσους στοχοποιούνται. Τα παραδείγματα περιλαμβάνουν:

• Διασπορά ψεμάτων ή δημοσίευση ντροπιαστικών φωτογραφιών κάποιου στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.
• Αποστολή κακόβουλων μηνυμάτων ή απειλών μέσω πλατφορμών ανταλλαγής μηνυμάτων.
• Η μίμηση κάποιου και η αποστολή κακόβουλων μηνυμάτων σε άλλους για λογαριασμό τους.

CYBERSECURITY (ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΟΝ ΚΥΒΕΡΝΟΧΩΡΟ): Η πρακτική της προστασίας υπολογιστών, διακομιστών, φορητών συσκευών, ηλεκτρονικών συστημάτων, δικτύων και δεδομένων από κακόβουλες επιθέσεις. Είναι επίσης γνωστό ως ασφάλεια τεχνολογίας πληροφοριών ή ασφάλεια ηλεκτρονικών πληροφοριών.

D

DISINFOMATION (ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ): Ως παραπληροφόρηση νοείται επαληθεύσιμα ψευδείς ή παραπλανητικές πληροφορίες που δημιουργούνται, παρουσιάζονται και διαδίδονται για οικονομικό όφελος ή για σκόπιμη εξαπάτηση του κοινού και μπορεί να προκαλέσουν δημόσια βλάβη.

F

FOBO: Η συντομογραφία του Fear Of Being Offline αναφέρεται στο άγχος που σχετίζεται με το να χάσετε κάτι σημαντικό εάν δεν είστε συνεχώς συνδεδεμένοι. Είναι ένα είδος άγχους αποχωρισμού που νιώθετε αν δεν

έχετε το τηλέφωνό σας μαζί σας, ο πανικός όταν συνειδητοποιήσετε δεν έχετε πρόσβαση στο WIFI ή η παρόρμηση να ελέγχετε τους διάφορους λογαριασμούς κοινωνικών μέσων ή τα email σας συνεχώς.

FOMO: Το Fear Of Missing Out πηγαίνει ακόμη και ένα βήμα παραπέρα και αναφέρεται στον φόβο ότι κάποιος άλλος μπορεί να χρησιμοποιήσει την ευκαιρία (μιας δουλειάς, μιας συνάντησης κ.λπ.) εάν δεν αντιδράσετε αμέσως σε μια προσφορά ή μια πρόταση

G

GROOMING: (ΑΠΟΠΛΑΝΗΣΗ): Το grooming είναι η εγκληματική δραστηριότητα φιλίας και δημιουργίας συναισθηματικής σχέσης με έναν ανήλικο (μερικές φορές και με την οικογένεια) για να κερδίσει την εμπιστοσύνη του νεαρού με στόχο την πραγματική ή εικονική σεξουαλική κακοποίηση. Το grooming αναφέρεται επίσης στη παράσυρση ανηλίκων σε διάφορες παράνομες επιχειρήσεις, όπως εμπορία παιδιών, παιδική πορνεία, διακίνηση διαδικτυακού σεξ ή παραγωγή παιδικής πορνογραφίας.

H

HATE SPEECH (ΡΗΤΟΡΙΚΗ ΜΙΣΟΥΣ): ορίζεται από το λεξικό του Cambridge ως «δημόσια ομιλία που εκφράζει μίσος ή ενθαρρύνει τη βία εναντίον ενός ατόμου ή μιας ομάδας με βάση τη φυλή, τη θρησκεία, το φύλο ή το σεξουαλικό προσανατολισμό».

J

JOBO: σημαίνει Joy Of Being Offline και αναφέρεται στην «εκ νέου ανακάλυψη της χαράς και επιδίωξης άλλων δραστηριοτήτων που δεν έχουν σχέση με τη ψηφιακή συσκευή και σύνδεση στο διαδίκτυο, μια εξαιρετικά σημαντική στάση για την πρόληψη του εθισμού και άλλων δυσάρεστων συνεπειών της συνεχούς χρήσης του Διαδικτύου. e et d'autres conséquences indésirables de l'utilisation permanente de l'internet.

M

MISINFOMATION (ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ): λανθασμένες πληροφορίες ή το γεγονός ότι οι άνθρωποι παραπληροφορούνται, όχι απαραίτητα σκόπιμα.
MEDIA (ΜΕΣΑ ΜΑΖΙΚΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ): (συνήθως χρησιμοποιείται στον πληθυντικό) τα μέσα επικοινωνίας, όπως το ραδιόφωνο και η τηλεόραση, οι εφημερίδες, τα περιοδικά και το Διαδίκτυο, που προσεγγίζουν ή επηρεάζουν ευρέως τους ανθρώπους: τα μέσα μαζικής ενημέρωσης καλύπτουν την ομιλία απόψε.

MEDIA LITERACY (ΚΡΙΤΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΣΤΑ ΜΕΣΑ): μια έκφραση που περιλαμβάνει όλες τις τεχνικές, γνωστικές, κοινωνικές, πολιτικές και δημιουργικές ικανότητες που επιτρέπουν στους πολίτες να έχουν πρόσβαση στα μέσα ενημέρωσης, να έχουν κριτική κατανόησή και να αλληλεπιδρούν μαζί

τους (ορισμός που χρησιμοποιείται/δίνεται από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή) που σημαίνει ικανότητα ή δεξιότητες κριτικής ανάλυσης για ακρίβεια, αξιοπιστία ή στοιχεία μεροληψίας του περιεχομένου που δημιουργείται και καταναλώνεται σε διάφορα μέσα, συμπεριλαμβανομένου του ραδιοφώνου και της τηλεόρασης, του Διαδικτύου και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

O

ONLINE GAMING (ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ): αναφέρεται στην αναπαραγωγή παιχνιδιών μέσω κάποιας μορφής δικτύου υπολογιστών, πιο συχνά μέσω Διαδικτύου. Τα διαδικτυακά παιχνίδια μπορούν να κυμαίνονται από απλά παιχνίδια που βασίζονται σε κείμενο έως παιχνίδια που ενσωματώνουν πολύπλοκα γραφικά και εικονικούς κόσμους που χρησιμοποιούνται από πολλούς παίκτες ταυτόχρονα. Διαφέρουν από τα βιντεοπαιχνίδια και τα παιχνίδια υπολογιστή, καθώς είναι συνήθως ανεξάρτητα από την πλατφόρμα, βασίζονται αποκλειστικά σε τεχνολογίες από την πλευρά του πελάτη. Κανονικά το μόνο που απαιτείται για να παίξετε παιχνίδια στο Διαδίκτυο είναι ένα πρόγραμμα περιήγησης στον ιστότοπο και το κατάλληλο "plug-in".

ONLINE GAMBLING (ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΣ ΤΖΟΓΟΣ): είναι οι δραστηριότητες τυχερών παιχνιδιών που πραγματοποιούνται μέσω δικτύου υπολογιστών.

ONLINE PRIVACY (ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ ΑΠΟΡΡΗΤΟ): είναι το επίπεδο προστασίας της ιδιωτικής ζωής που έχει ένα άτομο όταν είναι συνδεδεμένο στο Διαδίκτυο. Αναφέρεται στο μέγεθος της διαδικτυακής ασφάλειας που είναι διαθέσιμη για προσωπικά και οικονομικά δεδομένα, επικοινωνίες, προτιμήσεις και τη χρήση αυτών των ρυθμίσεων από μεμονωμένους χρήστες.

S

SOCIAL MEDIA (ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΜΕΣΑ ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ): ιστοσελίδες και άλλα διαδικτυακά μέσα επικοινωνίας που χρησιμοποιούνται από μεγάλες ομάδες ανθρώπων για την ανταλλαγή πληροφοριών, την ανάπτυξη κοινωνικών και επαγγελματικών επαφών για παραδείγματα: Facebook, Twitter, LinkedIn, Instagram, Snapchat.

SCREENTIME (ΧΡΟΝΟΣ ΧΡΗΣΗΣ ΟΘΟΝΗΣ) : Αυτή η έκφραση έχει διάφορες σημασίες. Σε αυτόν τον οδηγό αναφερόμαστε στο χρόνο που ξοδεύει ένα άτομο χρησιμοποιώντας οποιοδήποτε είδους συσκευή με οθόνη (τηλεόραση, κινητό τηλέφωνο, tablet, υπολογιστή).

SEXTING: Είναι η ενέργεια ή η πρακτική της αποστολής σεξουαλικών μηνυμάτων, συμπεριλαμβανομένων ψηφιακών εικόνων, φωτογραφιών, μηνυμάτων κειμένου, βίντεο κ.λπ. μέσω κινητού τηλεφώνου ή υπηρεσιών messenger σε άλλες ηλεκτρονικές συσκευές..

SEXTORTION: Είναι η πρακτική της εκβίασης χρημάτων ή σεξουαλικών ευεργεσιών από κάποιον απειλώντας να αποκαλύψει αποδεικτικά στοιχεία της σεξουαλικής του δραστηριότητας ή δικές τους σεξουαλικές εικόνες.

SHARENTING: Αποτελείται από τις λέξεις sharing και parenting και αντιπροσωπεύει τη δημοσίευση φωτογραφιών και βίντεο από τη ζωή του παιδιού σας σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης, ιστολόγια και άλλους ιστότοπους. Τα θέματα ποικίλλουν: πιο συχνά η κοινή χρήση περιλαμβάνει τη δημοσίευση φωτογραφιών καθημερινής ζωής, διακοπών ή ταξιδιού. Ωστόσο, υπάρχουν επίσης διαδικτυακές ομάδες γονέων που ενδιαφέρονται να οργανώσουν καταστάσεις που έχουν σκοπό να κάνουν το κοινό να γελάσει. Στην πραγματικότητα, τέτοιο υλικό μπορεί να γελοιοποιήσει ή/και να ταπεινώσει το παιδί. Παλιότερα, οι οικογενειακές φωτογραφίες διατηρούνταν σε άλμπουμ που ήταν διαθέσιμα μόνο σε επιλεγμένους θεατές: το Διαδίκτυο προσφέρει μια επιλογή επέκτασης του κοινού, αλλά αυτό πρέπει να γίνει με τη μέγιστη προσοχή, λαμβάνοντας υπόψη τη μελλοντική εικόνα του παιδιού και τη διαδικτυακή φήμη.

T

TRACKING: (ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ): Έχει πολλές έννοιες, αλλά στο πλαίσιο αυτού του Οδηγού αναφερόμαστε στην πράξη ή τη διαδικασία παρακολούθησης κάτι ή κάποιου μέσω ψηφιακών μέσων κυρίως μέσω εργαλείων που συνδέουν την ψηφιακή συσκευή ενός γονέα με αυτή του παιδιού του.

www.meli4parents.eu