

# ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ (9- 12χρ)





Τι μας αρέσει να κάνουμε στο  
διαδίκτυο;





# Τι πρέπει να προσέχουμε στο διαδίκτυο;

- Να μην αποκαλύπτουμε προσωπικά μας δεδομένα
- Να μη μιλάμε με αγνώστους
- Να μην παίζουμε παιχνίδια ακατάλληλα για την ηλικία μας
- Να μην παραμελούμε τις δραστηριότητές μας για χάρη του διαδικτύου
- Να σεβόμαστε τους άλλους χρήστες του διαδικτύου
- Όταν κάτι μας ανησυχήσει να το πούμε σε έναν ενήλικα που εμπιστευόμαστε



# Πόσο «φίλοι» είναι τελικά οι διαδικτυακοί σου φίλοι...;

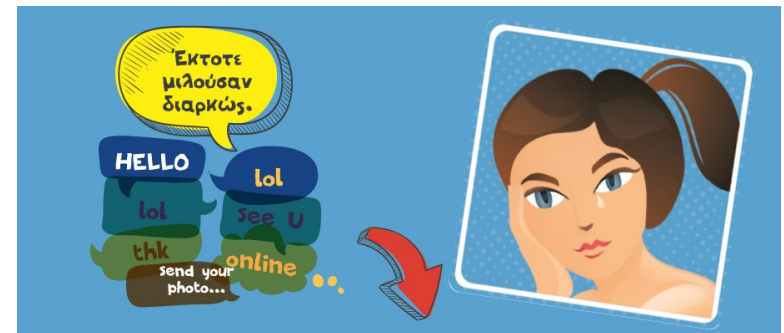
- Δε δεχόμαστε αιτήματα φιλίας και δε συνομιλούμε ποτέ με αγνώστους
- Πίσω από την οθόνη του υπολογιστή μπορεί να κρύβεται οποιοσδήποτε. Ακόμα και ένας 50χρονος που λέει ψέματα ότι είναι 10χρονος...
- Δε δεχόμαστε ποτέ να συναντηθούμε μόνοι μας με κάποιον που γνωρίσαμε διαδικτυακά, όσο χρόνο και αν συνομιλούμε μαζί του
- Αν κάποιος μας ενοχλεί ή μας κάνει να νιώσουμε άβολα το λέμε σε έναν ενήλικα.



# Τι είναι το Grooming ;

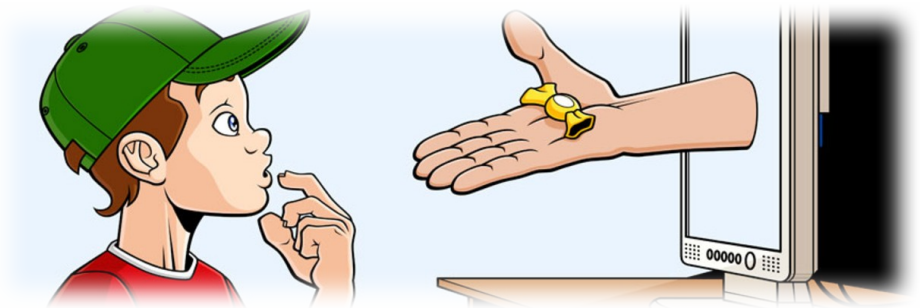
Το διαδικτυακό grooming ή αλλιώς «αποπλάνηση» συμβαίνει όταν ένας ενήλικας έρχεται σε επαφή μέσω του διαδικτύου με ένα παιδί ή έφηβο προκειμένου να το **συναντήσει από κοντά** και να το **εκμεταλλευτεί** με πολύ άσχημο τρόπο.

Το grooming μέσω διαδικτύου είναι ένα **έγκλημα** που τιμωρείται αυστηρά σε όλες τις χώρες της Ευρώπης.



# Μέθοδοι που χρησιμοποιούν οι Groomers

- Κάποιοι διαδικτυακοί groomers μπορεί να **προσποιούνται** ότι είναι συνομήλικοι με τα παιδιά (πχ βάζοντας ψεύτικη φωτογραφία προφίλ και δηλώνοντας ψευδή ηλικία).
- Ακόμα, οι διαδικτυακοί groomers συνήθως έχουν γνώσεις στο να **χειρίζονται ψυχολογικά και συναισθηματικά** τους εφήβους (πχ γνωρίζουν την εφηβική γλώσσα και τον εφηβικό τρόπο σκέψης) και για αυτό μπορεί να χρησιμοποιούν διάφορες τεχνικές προκειμένου να αποκτήσουν αρχικά την εμπιστοσύνη του εφήβου.





# Ποια είναι τα προσωπικά μας δεδομένα;

**SaferInternet4Kids.gr**  
ΓΙΑ ΕΝΑ ΑΣΦΑΛΕΣΤΕΡΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Παιδιά βοηθήστε με να ξεχωρίσω ποιές από αυτές τις πληροφορίες είναι προσωπικά μου δεδομένα!

**Προσωπικά Δεδομένα**

- Οι φωτογραφίες μου
- Το όνομά μου
- Τι καιρό κάνει σήμερα;
- Το τηλέφωνό μου
- Το όνομα του σκύλου μου
- Ο παιδότοπος που συχνάζω
- Το βιβλίο που διαβάζω
- Η διεύθυνση μου
- Το πολίτευμα της Ελλάδας
- Το σχολείο που πηγαίνω

# Ποιος έχει...

Τραβήξει μια φωτογραφία;

Τραβήξει μια selfie;

Κοινοποιήσει μια φωτογραφία στο διαδίκτυο;

Επεξεργαστεί ή αλλάξει μια φωτογραφία;





# Πως θα είμαι σίγουρος ότι μοιράζομαι φωτογραφίες με ασφάλεια;

Πριν κοινοποιήσεις μια φωτογραφία σκέψου και ρώτα τον εαυτό σου...



- Με **ποιον** τη μοιράζομαι;
- **Ποιος άλλος** μπορεί να τη δει;
- Εκείνοι που θα τη δουν **τι θα μάθουν** για μένα;
- Εκείνοι που θα τη δουν **τι θα μάθουν** για τους **υπόλοιπους** που απεικονίζονται στη φωτογραφία;

# Πως θα δημιουργήσω έναν «ισχυρό» κωδικό πρόσβασης;

- Αποφεύγω το προφανές (ημ. γέννησης, όνομα, κ.α.)
- Χρησιμοποιώ περισσότερους από 8 χαρακτήρες
- Χρησιμοποιώ γράμματα μαζί με αριθμούς και σύμβολα
- Δε χρησιμοποιώ λέξεις που υπάρχουν στο λεξικό



**ΘΥΜΑΜΑΙ ΠΑΝΤΑ:**

**Δεν εμπιστεύομαι σε κανέναν τον κωδικό ασφαλείας που χρησιμοποιώ**

**INTERNET  
ADDICTION**

## Πως θα καταλάβω εάν δαπανώ υπερβολικά πολλές ώρες στο διαδίκτυο;

- Θέλεις να περνάς συνεχώς όλο και περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο; Όταν δεν είσαι συνδεδεμένος σκέφτεσαι διαρκώς τις διαδικτυακές σου δραστηριότητες;
- Δεν περνάς χρόνο με την οικογένεια ή/και τους φίλους σου ή παραμελείς τις δραστηριότητές σου εξαιτίας του διαδικτύου;
- Νιώθεις κενό, ανησυχία, άσχημη διάθεση ή και επιθετικότητα όταν δεν είσαι συνδεδεμένος ή όταν οι γονείς σου προσπαθούν να σου περιορίσουν τη χρήση του διαδικτύου;
- Ο χρόνος ενασχόλησής σου με το διαδίκτυο αποτελεί σημείο τριβής με την οικογένειά σου;



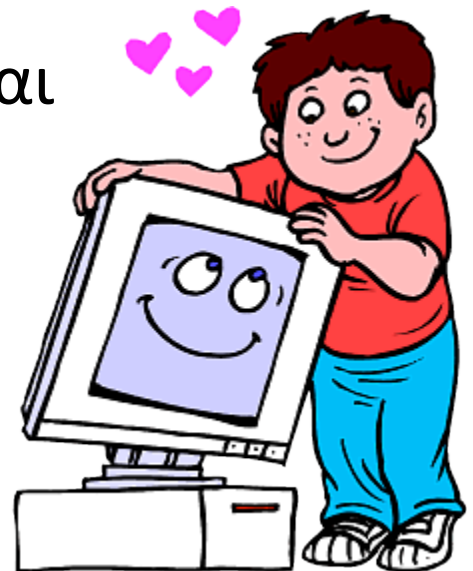
# Τι μπορώ να κάνω για να βοηθήσω τον εαυτό μου;

- Ενίσχυσε τις ικανότητες στις διαπροσωπικές σου σχέσεις και επέκτεινε το δίκτυο των φίλων σου.
- Βρες υγιείς δραστηριότητες που σου αρέσουν στην πραγματική ζωή προκειμένου να γεμίσεις τον ελεύθερο χρόνο σου!
- Θέσε μόνος/μόνη σου στόχο για τις ώρες που θα δαπανήσεις στο διαδίκτυο και μην περιμένεις από τους γονείς σου να το κάνουν αυτό για σένα!



# Χρήση του διαδικτύου με μέτρο!

- Μην αντικαθιστάς τους φίλους σου στον πραγματικό κόσμο με τους φίλους από το διαδίκτυο
- Βάλε όρια στη χρήση του διαδικτύου και μην παραμελείς τις υπόλοιπες δραστηριότητες σου



# Πιστεύουμε ό,τι διαβάζουμε στο διαδίκτυο;

Φυσικά και ΟΧΙ!

Στο διαδίκτυο ο καθένας μπορεί να  
γράψει ότι θέλει





# Πως ακριβώς μπορεί να εκφραστεί ο διαδικτυακός εκφοβισμός;

Οι μορφές που μπορεί να πάρει ο διαδικτυακός εκφοβισμός είναι ποικίλες και μπορεί να περιλαμβάνουν:

- την αποστολή μηνυμάτων με βλαβερό και απειλητικό περιεχόμενο,
- την αποστολή ή δημοσίευση ευαίσθητων πληροφοριών όπως σεξουαλικές προτιμήσεις,
- τη δημοσίευση προσωπικών φωτογραφιών σε blog και κοινωνικά δίκτυα,
- τη δημιουργία ψεύτικου προφίλ σε κοινωνικά δίκτυα με σκοπό την γελοιοποίηση κάποιου παιδιού,
- τη δημιουργία κάποιας ομάδας στο διαδίκτυο με σκοπό τον εξευτελισμό του παιδιού, κ.α.

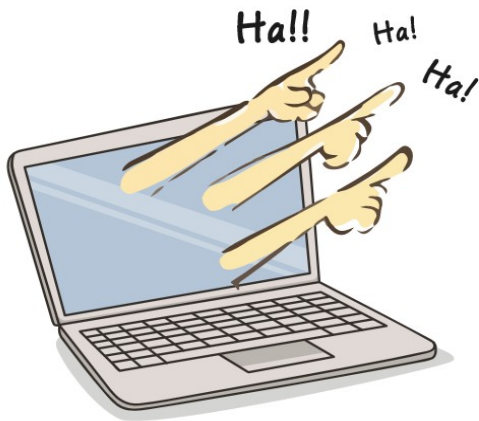
Οι μορφές του διαδικτυακού εκφοβισμού μπορεί να είναι πραγματικά πολλές καθώς μέσα από κάθε νέο κοινωνικό δίκτυο ή κάθε νέα εφαρμογή ή κάθε νέο παιχνίδι μπορεί να προκύψει κάποια μορφή διαδικτυακού εκφοβισμού



# Είναι πράγματι αστείο;

Να θυμόσαστε ότι **αστείο είναι όταν γελάμε όλοι με αυτό και όχι μόνο ο ένας.**

Δυστυχώς ο διαδικτυακός εκφοβισμός δεν είναι αστείο που μπορεί να συμβεί μεταξύ συνομηλίκων αλλά μια πολύ επικίνδυνη πράξη με μακροχρόνιες και τραυματικές συνέπειες για το παιδί που το βιώνει αλλά και για το παιδί που το παρατηρεί!



Ανάμεσα στις συνέπειες αυτές περιλαμβάνονται: κατάθλιψη, αυτοκαταστροφική ή αυτοκτονική συμπεριφορά, χαμηλή αυτοεκτίμηση, κακή επίδοση στο σχολείο, κοινωνική απομόνωση, αποχή από το σχολείο και τις παρέες συνομηλίκων τους, κ.α.

# Τι μπορούμε να κάνουμε προκειμένου να προστατευτούμε;

- Δε δίνουνε ποτέ τους κωδικούς μας σε κανέναν, ούτε στους καλύτερους φίλους μας.
- Δεν στέλνουμε μηνύματα όταν είμαστε θυμωμένοι. Είναι δύσκολο να πάρουμε πίσω αυτά που έχουμε πει πάνω στο θυμό μας.
- Όταν κάτι δε μας φαίνεται σωστό σε μια ιστοσελίδα ή σε μια συνομιλία, τότε κατά πάσα πιθανότητα δεν είναι. Γι' αυτό, εάν αισθανθούμε άσχημα, ας βγούμε αμέσως από την ιστοσελίδα ή ας διακόψουμε αμέσως τη συνομιλία.
- **Ας συνειδητοποιήσουμε ότι η διαδικτυακή επικοινωνία δεν είναι πάντα ιδιωτική**, καθώς οι άλλοι μπορούν να αντιγράψουν, να εκτυπώσουν και να μοιραστούν με άλλους τα λεγόμενά μας ή τις φωτογραφίες μας.
- Δεν προωθούμε μηνύματα ή εικόνες και φωτογραφίες που θα μπορούσαν να πληγώσουν τα συναισθήματα κάποιου. Έχουμε στο μυαλό μας ότι, εάν κάποιος μας στείλει ένα μήνυμα και το προωθήσουμε ή γελάσουμε με αυτό, στην ουσία γινόμαστε **και εμείς μέρος του εκφοβισμού**



# Ας μιλήσουμε.....

Εάν δούμε ότι κάποιος φίλος, γνωστός ή συμμαθητής μας είναι θύμα διαδικτυακού εκφοβισμού, θα ήταν σωστό να τον υποστηρίξουμε και να καταγγείλουμε το περιστατικό. Άλλωστε, το ίδιο θα θέλαμε κι εμείς από τους άλλους αν ήμασταν στη θέση τους.  
Ας μην ξεχνάμε ότι οι αντιδράσεις των ανθρώπων που γίνονται μάρτυρες ενός τέτοιου γεγονότος είναι σημαντικές για να κλείσει αυτός ο κύκλος του εκφοβισμού.



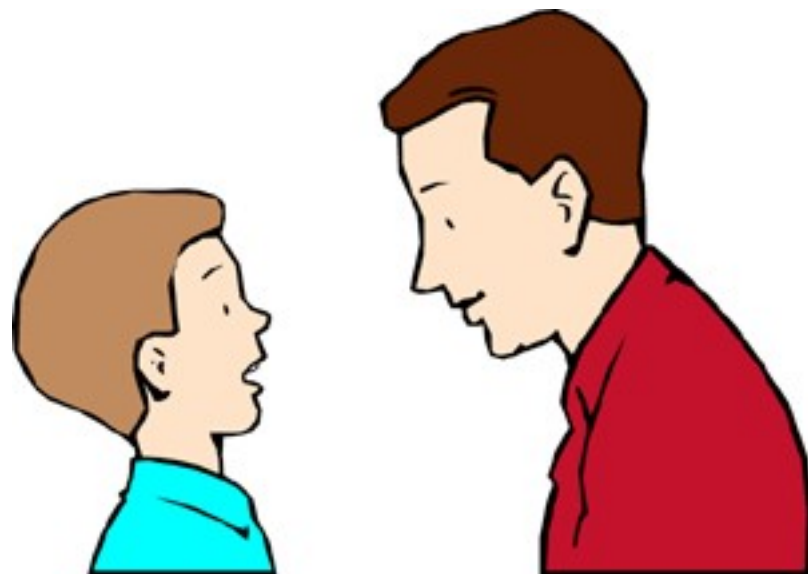
# Και αν μου έχει ήδη συμβεί... Τι να κάνω;

- Δεν απαντάμε στα εκφοβιστικά μηνύματα  
Μπλοκάρουμε την πρόσβαση του αποστολέα.
- Κρατάμε και αποθηκεύουμε τα μηνύματα ή τις συνομιλίες Αυτό θα μας είναι χρήσιμο εάν χρειαστεί ή εάν θελήσουμε να το καταγγείλουμε

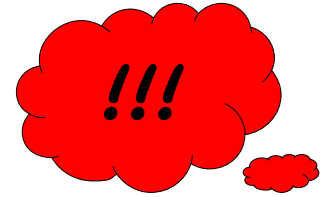
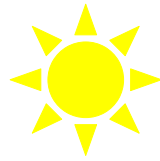


# Να το πω σε έναν ενήλικα αν...

- Κάποιος με κάνει να νιώσω άβολα με αυτά που μου λέει
- Συναντήσω ακατάλληλο περιεχόμενο στο διαδίκτυο







Θυμάμαι ότι  
Ούτε είμαι, ούτε πρέπει  
να είμαι μόνη/μόνος  
εάν συμβεί κάτι τέτοιο.  
Οι άνθρωποι που με  
αγαπούν  
οφείλουν και **μπορούν**  
να με **βοηθήσουν!**

**‘Η μπορούμε να απευθυνθούμε σε εξειδικευμένους φορείς και κατάλληλους ειδικούς όπως:**



Στη γραμμή βοήθειας του **Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου** (τηλ. **210-6007686**, [info@help-line.gr](mailto:info@help-line.gr), [www.help-line.gr](http://www.help-line.gr)) όπου ανώνυμα μπορώ να μιλήσω για αυτό που μου συμβαίνει



Στη Γραμμή καταγγελιών **SafeLine** ([www.safeline.gr](http://www.safeline.gr)) όπου επίσης ανώνυμα μπορώ να καταγγείλω παράνομο και επιβλαβές περιεχόμενο στο διαδίκτυο

