



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

CYBER **STOP**
VIOLENCE

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ

ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΥΣ ΝΕΩΝ, ΤΟΥΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΔΑΣΚΑΛΟΥΣ ΠΟΥ
ΑΣΧΟΛΟΥΝΤΑΙ ΜΕ ΤΗ ΝΕΟΛΑΙΑ ΣΤΟ ΘΕΜΑ
ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗΣ ΒΙΑΣ





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

CYBER 
VIOLENCE

Το πρόγραμμα CyberViolence 2016-03-PL01-KA205-035361 υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus + της Ευρωπαϊκής Ένωσης (Δράση 2. Συνεργασία για την καινοτομία και την ανταλλαγή ορθών πρακτικών, στρατηγικές εταιρικές σχέσεις). Η περίοδος υλοποίησης του έργου είναι 24 μήνες, Απρίλιος του 2017 - Μάρτιος του 2019



Περιεχόμενα

Εισαγωγή.....	5
Σχετικά με το έργο.....	5
Ενότητα 1: Έννοια του διαδικτυακού εκφοβισμού.....	7
Διαδικτυακός εκφοβισμός: μια νέα μορφή εκφοβισμού.....	8
Μορφές του διαδικτυακού εκφοβισμού.....	12
Πρόγραμμα καταπολέμησης του εκφοβισμού για να σταματήσει η βία.....	14
Προτάσεις:.....	18
Ενότητα 2: Διαδικτυακός εκφοβισμός και κοινωνικά μέσα δικτύωσης.....	20
Το τοπίο των κοινωνικών μέσων δικτύωσης.....	21
Εκφοβισμός εναντίον διαδικτυακού εκφοβισμού: ένας ορισμός.....	23
Οι μορφές του διαδικτυακού εκφοβισμού.....	25
Αργκό χρήσιμη να γνωρίζουμε.....	26
Ενότητα 3: Διαδικτυακές και εκτός σύνδεσης Ταυτότητες, δημιουργία προφίλ και παρακολούθηση ιστού:.....	28
Διατηρώντας τον εαυτό μας ασφαλή στο διαδίκτυο.....	28
Ταυτότητα.....	28
Γενικές παράμετροι της ταυτότητας εκτός δικτύου.....	28
Δημιουργία προφίλ.....	30
Παρακολούθηση δραστηριότητας στο διαδίκτυο.....	31
Συστάσεις.....	33
Πρακτικές συμβουλές.....	35
Βέλτιστες πρακτικές.....	39
Ενότητα 4: Δουλεύοντας με τη νεολαία.....	40
Μια σύντομη περιγραφή της νεολαίας ως κοινωνικής ομάδας.....	40
Κανόνες για την εργασία με τους νέους.....	41



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

CYBER 
VIOLENCE

Εσωτερικά κίνητρα.....	41
Συνεργατική μάθηση.....	43
Προγραμματισμός εκπαίδευσης για τους νέους.....	43
Διάγνωση.....	43
Το αρχικό στάδιο της εκπαίδευσης.....	44
Το κύριο μέρος της εκπαίδευσης.....	45
Ολοκλήρωση της εκπαίδευσης και αξιολόγηση.....	46
Αναφορές.....	47



Εισαγωγή

Σχετικά με το έργο

Το CyberViolence είναι ένα πρόγραμμα που στοχεύει στην καταπολέμηση της βίας στο Διαδίκτυο. Το Ινστιτούτο του Συνδέσμου Νέων Τεχνολογιών μαζί με τρεις Ευρωπαίους εταίρους υλοποιεί το διεθνές πρόγραμμα CyberViolence στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+. Το κύριο πρόβλημα της βίας στον κυβερνοχώρο είναι η έλλειψη γνώσης και ευαισθητοποίησης σχετικά με το πρόβλημα του διαδικτυακού εκφοβισμού μεταξύ των νέων, των κοινωνικών λειτουργών, των εκπαιδευτικών και των γονέων. Μεταξύ των νέων, το πρόβλημα είναι η έλλειψη επίγνωσης των διαδικτυακών απειλών, η έλλειψη ευκαιριών και ικανότητας αντιμετώπισης του διαδικτυακού εκφοβισμού. Αναμεταξύ των κοινωνικών λειτουργών και των εκπαιδευτικών το πρόβλημα είναι η έλλειψη εργαλείων και μεθοδολογιών προς εργασία με το ζήτημα αυτό, εκπαίδευσης και πρόληψης. Μεταξύ των γονέων, δεν υπάρχει επίγνωση του προβλήματος και της ικανότητας να αναγνωρίζονται τα πρώτα σημάδια του να αποτελείς θύμα διαδικτυακού εκφοβισμού. Μεταξύ των ομάδων-στόχων είναι:

- **Η νεολαία** - η κύρια ομάδα στόχος των δραστηριοτήτων μας. Οι νέοι άνθρωποι είναι οι πιο ευάλωτοι στο να γίνουν θύματα του διαδικτυακού εκφοβισμού λόγω του ότι είναι ευάλωτοι και άπειροι στην κοινωνική ζωή.
- **Οι εκπαιδευτικοί, οι σύμβουλοι νέων** - ο ρόλος τους είναι να εκπαιδεύσουν και να αποτρέψουν αυτό το αρνητικό φαινόμενο. Χρειάζονται νέα εργαλεία για να μάθουν πώς να καταπολεμήσουν τη βία στον κυβερνοχώρο μεταξύ των μαθητών.
- **Γονείς** – όταν το παιδί τους γίνει θύμα διαδικτυακού εκφοβισμού, θα πρέπει να είναι οι πρώτοι που είναι σε θέση να αναγνωρίσουν τα συμπτώματα, αλλά δυστυχώς δεν διαθέτουν τις βασικές γνώσεις σε αυτό το θέμα.

Το έργο έχει μερικούς κύριους στόχους, μεταξύ των οποίων είναι:

1. Βελτίωση της ποιότητας και της συνάφειας της εκπαίδευσης μέσω της ανάπτυξης νέων και καινοτόμων προσεγγίσεων (νέα σενάρια για εργαστήρια νέων, θεματικά κόμικς, διαγωνισμοί, δοκιμή αυτών των προϊόντων, εφαρμογή και προώθηση της διάδοσης των αποτελεσμάτων).
2. Ανάπτυξη προγράμματος για την αποτροπή του ηλεκτρονικού εκφοβισμού, ανάπτυξη και παροχή εγχειριδίου και άλλων πόρων για τους εκπαιδευτικούς.
3. Αύξηση των γνώσεων σχετικά με τις απειλές μέσω διαδικτύου, τις συνέπειες των διαδικτυακών δραστηριοτήτων και τις ψυχικές και συναισθηματικές πτυχές του διαδικτυακού εκφοβισμού.
4. Εισαγωγή, ανάπτυξη και προώθηση καινοτόμων μεθόδων και εργαλείων στην εκπαίδευση με την υποστήριξη σχολείων και εκπαιδευτικών που ενδιαφέρονται να συμμετάσχουν στο πρόγραμμα. Προώθηση της διασυννοριακής συνεργασίας στην εκπαίδευση και την πρόληψη, καθώς όλοι οι συμμετέχοντες στο πρόγραμμα μπορούν να μάθουν ο ένας από τον άλλο.

Το έργο υλοποιείται από 4 οργανισμούς από 4 χώρες και έχει διακρατικό χαρακτήρα, καθώς το διαδίκτυο δεν έχει σύνορα και ο διαδικτυακός εκφοβισμός είναι ένα διεθνές πρόβλημα που πρέπει να επιλυθεί σε διεθνές επίπεδο:

- Institute of New Technologies Association (Πολωνία) – επικεφαλής του έργου



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

CYBER 
VIOLENCE

- Crystal Clear Soft (Ελλάδα) – εταίρος,
- DIRECT Association (Ρουμανία) – εταίρος,
- CSP – INNOVAZIONE NELLE ICT S.C.A.R.L. (Ιταλία) – εταίρος

Σχετικά με το εγχειρίδιο

Το παρόν είναι ένα σημαντικό εργαλείο για όλους τους ειδικούς συμβούλους νέων και τους πρωτεργάτες καθώς και για τις ενδιαφερόμενες ΜΚΟ, τους υπεύθυνους λήψης αποφάσεων και τους πολίτες, οι οποίοι είναι εξοικειωμένοι με τους τρόπους και τους στόχους της χρήσης παιδαγωγικών εργαλείων για την εξάλειψη της βίας στο κυβερνοχώρο, με την προώθηση της άτυπης εκπαίδευσης και των ικανοτήτων και δεξιοτήτων που στη συγκεκριμένη περίπτωση διαχειρίζονται τον σχεδιασμό στόχων ζωής και την ενσωμάτωση, την ενσυναίσθηση, την ανάγκη για συνεργασία, την αναγνώριση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, την προώθηση της διαφορετικότητας και των παγκόσμιων αξιών της ανεκτικότητας καθώς και την επίλυση των συγκρούσεων μέσω της επικοινωνίας και του ελέγχου των αντιπαραθέσεων. Κατά τη διάρκεια του προγράμματος, οι συμμετέχοντες θα αποκτήσουν νέες δεξιότητες που σχετίζονται με τον κοινωνικό διάλογο και τη συνεργασία.

Ο αριθμός των εγχειριδίων κατάρτισης σχετικά με τη μη τυπική μάθηση που εστιάζει στον τερματισμό της βίας στον κυβερνοχώρο είναι περιορισμένος και ανεπαρκής. Η έλλειψη κατάλληλου πλαισίου κατάρτισης (στην επίσημη εκπαίδευση) για τους συμβούλους νέων οδηγεί σε ανεπαρκή αξιοποίηση των ικανοτήτων των επαγγελματιών που εργάζονται στον τομέα αυτό. Αυτό το εγχειρίδιο καλύπτει ένα από τα κενά στον τομέα που αφορά στη νεολαία, δηλαδή την ανάγκη για μεθοδολογίες για την κατάρτιση εκπαιδευτών ικανών να εκπαιδεύουν τους συμβούλους νέων.

Οι ενότητες του εγχειριδίου που σχετίζονται με τον πρωταρχικό στόχο του προγράμματος αναλύονται κατά τρόπον ώστε οι σύμβουλοι νέων, οι εκπαιδευτές και οι δάσκαλοι που εργάζονται με νέους να αποκτήσουν όλες τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες για την αποτροπή και τον τερματισμό της διαδικτυακής βίας, ώστε τα εργαστήρια να μπορούν να χρησιμοποιηθούν για περαιτέρω εργασία για την ευημερία των οργανώσεών τους, την τοπική κοινότητα και πέραν αυτής.

Ελπίζουμε ότι το εγχειρίδιο αυτό θα χρησιμοποιηθεί από τους συμβούλους νέων και αυτούς που έχουν καθοδηγητικό ρόλο στη νεολαία ώστε να πολλαπλασιαστεί το μήνυμα του έργου χρησιμοποιώντας τις μεθόδους και το περιεχόμενο του Εγχειριδίου. Σύμφωνα με τις προτεραιότητες και τους στόχους του προγράμματος Erasmus+ καθώς και το σχέδιο υποστήριξης, οι εταίροι ελπίζουν ότι το παρόν εγχειρίδιο θα χρησιμεύσει ως χρήσιμο εργαλείο για την αποτροπή της βίας στον κυβερνοχώρο και για την ενεργό συμμετοχή των νέων στην εξεύρεση πρακτικών και βιώσιμων λύσεων για τον τερματισμό του φαινομένου της βίας.



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

CYBER 
VIOLENCE

Ενότητα 1: Έννοια του διαδικτυακού εκφοβισμού

Αυτή η ενότητα παρέχει μια γενική εικόνα της έννοιας του Διαδικτυακού Εκφοβισμού, τους τύπους εκφοβισμού που σχετίζονται με την ηλικία, τις μεθόδους, τα κανάλια προσέγγισης, τις αντιδράσεις, τα θεωρητικά παραδείγματα περιπτώσεων διαδικτυακού εκφοβισμού που μπορεί να επηρεάσουν τους νέους με την περιγραφόμενη κατάλληλη μέθοδο αντίδρασης. Θα υπάρξει ένα σχήμα λειτουργίας για την αντιμετώπιση δύσκολων καταστάσεων, λύσεων / διορθωτικών μέτρων / απαντήσεων, πώς να αποτρέψουμε, πώς να αντιδράσουμε, πώς να υπερασπιστούμε τους εαυτούς μας και άλλους, την υποστήριξη από τους οικείους (οικογένεια και φίλους) και το περιβάλλον, της κοινωνικής προσέγγισης, των μέσων ενημέρωσης και της κοινής γνώμης και συγκεκριμένες περιπτώσεις.

Το έργο συμβάλλει στην ευαισθητοποίηση της εκπαίδευσης των νέων ως σημαντικού μέσου για την κοινωνική ένταξη. Πρέπει να υπάρχουν συχνότερες και ηλικιακά κατάλληλες πληροφορίες για τους νέους σχετικά με τα δικαιώματά τους στο διαδίκτυο και τις υποχρεώσεις τους κατά τη χρήση του ίντερνετ. Προτείνουμε επίσης μια εργαλειοθήκη απαντήσεων για το έργο για εκπαιδευτές και εκπαιδευτικούς καθώς και μια εκπαιδευτική προσέγγιση για την οικοδόμηση της ενσυναίσθησης και της ευθύνης στο διαδίκτυο.

Η εκμάθηση μέσω της ανταλλαγής εμπειριών και η συνεργασία για την ανάπτυξη κοινών ποιοτικών κριτηρίων χρησιμεύει σε όλους τους συμμετέχοντες οργανισμούς ώστε να υποστηρίξουν τις σχετικές διαδικασίες στα δικά τους εθνικά συστήματα.



Διαδικτυακός εκφοβισμός: μια νέα μορφή εκφοβισμού

Ο εκφοβισμός είναι ένα διεθνές πρόβλημα (βλέπε Smith et al., 1999).

Ο εκφοβισμός καταστρέφει ζωές. Βλάπτει την αυτοεκτίμηση, αποδυναμώνει τους ανθρώπους και σπέρνει τους σπόρους της προκατάληψης. Οι τελευταίες έρευνες αποκάλυψαν ότι 1 στα 2 άτομα έχουν υποστεί κάποια μορφή εκφοβισμού κατά τη διάρκεια της ζωής τους. Αυτή η συγκλονιστική στατιστική δείχνει πόσα περισσότερα πρέπει να γίνουν.

Σε ένα ακαδημαϊκό πλαίσιο, υπάρχει ισχυρή συναίνεση στην ερευνητική κοινότητα ότι ο εκφοβισμός είναι μια μορφή κοινωνικής επιθετικότητας (Björkqvist, Ekman, & Lagerspetz, 1982), η οποία χαρακτηρίζεται από τρία βασικά κριτήρια: πρόθεση να προκαλέσει βλάβη· επανάληψη της συμπεριφοράς για μια χρονική περίοδο· και μια έλλειψη ισορροπίας δυνάμεων μεταξύ των θυμάτων και των εκφοβιστών (π.χ., Olweus, 1993, O'Moore & Minton, 2004, Rigby, 2002). Οι O'Moore και Minton (2004) το επεκτείνουν περαιτέρω υποστηρίζοντας ότι ακόμη και ένα μόνον ιδιαίτερα σοβαρό περιστατικό το οποίο συμβάλλει σε μια συνεχή αίσθηση παρενόχλησης μπορεί να αποτελέσει εκφοβισμό.

Σε ένα ευρωπαϊκό πλαίσιο, ο εκφοβισμός συμβαίνει με ολοένα και πιο βάρβαρους τρόπους, όπως: οδομαχίες, βομβαρδισμούς με προσβλητικό περιεχόμενο, προσβολές, παρενόχληση, διαδικτυακό εκφοβισμό. Η επικίνδυνη, παθολογική συμπεριφορά όπως η επιθετικότητα και η βία έχουν αποκτήσει νέα εργαλεία και, ως εκ τούτου, έχουν υιοθετήσει νέες μορφές. Το φαινόμενο εντοπίστηκε μόλις πριν από μερικά χρόνια και σήμερα αναφέρεται ως «κυβερνο-βία».

Η κυβερνο-βία είναι οποιαδήποτε διαδικτυακή συμπεριφορά που αποτελεί ή οδηγεί σε βλάβη ψυχολογική, συναισθηματική, οικονομική ή / και σωματική της κατάσταση ενός ατόμου ή μιας ομάδας.

Η κυβερνο-βία μπορεί να απευθύνεται σε άτομα ή ομάδες, οι δε τελευταίοι είναι πιο χαρακτηριστικοί στόχοι κυβερνο-βίας από ότι της φυσικής εκτός διαδικτύου βίας, λόγω της ευκολίας με την οποία ένας και μόνο δράστης μπορεί να συλλέξει σχετικές πληροφορίες και να έρθει σε επαφή με μεγάλο αριθμό ανθρώπων στο Διαδίκτυο. Αυτή είναι μια άλλη πτυχή της διαδικτυακής βίας που μπορεί να προκαλέσει εκτεταμένες επιπτώσεις. *(Ευρωπαϊκό Δίκτυο Αντιμετώπισης της βίας στον κυβερνοχώρο)*

Τα τελευταία 40 χρόνια, οι ερευνητές μελέτησαν το φαινόμενο, το οποίο το 1970 χαρακτηρίστηκε ως "εκφοβισμός". Ο Dan Olweus ήταν ένας από τους πρώτους ερευνητές που πραγματοποίησαν επιστημονικές μελέτες για τον εκφοβισμό. Ορίζει τον εκφοβισμό ως εξής:

Λέμε ότι ένας μαθητής εκφοβίζεται όταν κάποιος άλλος μαθητής ή μια ομάδα μαθητών·

- *λένε άσχημα ή δυσάρεστα πράγματα ή τον κοροϊδεύουν ή του προσδίδουν κάποιο κακό ή ενοχλητικό ψευδώνυμο*
- *αγνοεί ή αποκλείει κάποιον από φίλο ή εσκεμμένα αποφεύγει να συμπεριλάβει ορισμένους σε διάφορες δραστηριότητες εκ προθέσεως*
- *χτυπάει, κλωτσά, σπρώχνει και εκφοβίζει ή απειλεί κάποιον*



- διασπείρει ψέματα ή ψευδείς φήμες για κάποιον, στέλνει άσχημα μηνύματα ή προσπαθεί να πείσει άλλους μαθητές να τον αντιπαθήσουν

Οι ερευνητές Olweus, Smith, Ortega και Merchan συμφωνούν ότι για να προσδιοριστεί μια συγκεκριμένη συμπεριφορά ως εκφοβισμός πρέπει να ισχύουν τουλάχιστον τρεις προϋποθέσεις: (i) η πρόθεση να βλάψει το θύμα, (ii) η επανάληψη της καταχρηστικής συμπεριφοράς για μια ορισμένη χρονική περίοδο (iii) η άνιση κατανομή εξουσίας μεταξύ του θύματος και του εκφοβιστή / εκφοβιστές.

Στο παρελθόν, ο εκφοβισμός μπορεί να περιοριζόταν σε σχολικούς χώρους, αλλά με τους περισσότερους νέους να έχουν πλέον πρόσβαση σε smartphones, φορητούς υπολογιστές και tablet, ο εκφοβισμός και η κακοποίηση μπορούν να μπουκ στα σπίτια των νέων και να συμβούν ανά πάσα στιγμή, ημέρα ή νύχτα. Ακούσαμε ανατριχιαστικές αναφορές από παιδιά και νέους που περιγράφουν τον διαδικτυακό εκφοβισμό ως «αναπόφευκτο» και, στις πιο ακραίες περιπτώσεις, ώθησε τους νέους στα πρόθυρα της αυτοκτονίας.

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός διαφέρει από τις παραδοσιακές μορφές εκφοβισμού με διάφορους τρόπους. Για παράδειγμα, οι Vande Bosch και Van Cleemput (2009) υπογραμμίζουν ότι η εξισορρόπηση της εξουσίας στον διαδικτυακό εκφοβισμό δεν εξαρτάται από το σωματικό μέγεθος αλλά μπορεί να βασίζεται στις υψηλότερες τεχνολογικές δεξιότητες ή την ικανότητα να αποκρύπτεις την ταυτότητά σου.

Ο εκφοβισμός, άλλοτε περιορισμένος στο σχολείο ή στη γειτονιά, έχει πλέον μεταφερθεί στον κόσμο του διαδικτύου. Ο εκφοβισμός με ηλεκτρονικά μέσα αναφέρεται ως "**διαδικτυακός εκφοβισμός**". Τα ψυχολογικά και συναισθηματικά αποτελέσματα του διαδικτυακού εκφοβισμού είναι παρόμοια με εκείνα του εκφοβισμού στην πραγματική ζωή. Η διαφορά είναι, ότι ο εκφοβισμός στην πραγματική ζωή συχνά τελειώνει όταν τελειώνει το σχολείο. Από τον διαδικτυακό εκφοβισμό, δεν υπάρχει διαφυγή.

Τα τελευταία χρόνια, το Διαδίκτυο και οι Τεχνολογίες της Πληροφορίας και της Επικοινωνίας (ΤΠΕ) είχαν όλο και πιο σημαντικό αντίκτυπο στην καθημερινότητά μας (Cross et al., 2009). Η χρήση είναι τώρα πλήρως ενσωματωμένη στην καθημερινή ζωή των παιδιών (Livingstone et al., 2011) και η ηλεκτρονική επικοινωνία θεωρείται από πολλά παιδιά και εφήβους απαραίτητη για την κοινωνική τους αλληλεπίδραση (Kowalski, Limber, & Agatston, 2008).

Η σύνδεση μεταξύ του εκφοβισμού και των ψηφιακών και κοινωνικών μέσων ενημέρωσης δημιούργησε το φαινόμενο της εξάπλωσης του διαδικτυακού εκφοβισμού, με νέες και μη αναμενόμενες επιπτώσεις στη ζωή των ανθρώπων. Ο **διαδικτυακός εκφοβισμός** είναι μια μορφή επαναλαμβανόμενης βίας από έναν ή περισσότερους ανθρώπους προς άλλα άτομα που ορίζονται ως θύματα μέσω της χρήσης του διαδικτύου, χρησιμοποιώντας υπολογιστές ή κινητές συσκευές.

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός μπορεί να αποκρύψει την ταυτότητα ενός παιδιού που εκφοβίζει, ώστε να μην θεωρηθεί υπεύθυνο, ακόμη και όταν ο εκφοβισμός αποκαλύπτεται ή αναφέρεται σε έναν ενήλικα. Λόγω της φύσης των ηλεκτρονικών μέσων, τα παιδιά μπορούν να ρυθμίσουν ψευδείς λογαριασμούς ή ακόμη και να δημιουργήσουν έναν ψεύτικο λογαριασμό για το παιδί που εκφοβίζουν. Ο ανώνυμος διαδικτυακός εκφοβισμός είναι ένα ακόμη από τα στοιχεία του



διαδικτυακού εκφοβισμού που απορρέει από τη φύση των ηλεκτρονικών μέσων, όπως και το γεγονός ότι ο διαδικτυακός εκφοβισμός μπορεί να συμβεί οπουδήποτε.

Η τεχνολογία επίσης παρέχει στους εκφοβιστές την ευκαιρία να παρενοχλούν το θύμα ανεξάρτητα από το χρόνο και τον τόπο. Συνεπώς, ο διαδικτυακός εκφοβισμός συμβαίνει εκτός των φυσικών περιορισμών στο σχολικό περιβάλλον ή σε άλλα μέρη όπου λαμβάνει χώρα ο παραδοσιακός εκφοβισμός. Ο εκφοβιστής / εκφοβιστές δεν χρειάζεται πλέον να βρίσκονται στον ίδιο χώρο με το άτομο ή τους ανθρώπους που θέλουν να ενοχλήσουν.

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός έχει αυξηθεί εκθετικά ως απειλή για την ασφάλεια στο διαδίκτυο την τελευταία δεκαετία μόνο. Για να αναφέρουμε μερικές δημοφιλείς στατιστικές, η μελέτη του Pew Research Center του 2017 σχετικά με τη διαδικτυακή παρενόχληση σημείωσε ότι περίπου το 40% των Αμερικανών βιώνουν προσωπική παρενόχληση στο διαδίκτυο, ενώ περίπου το 62% των Αμερικανών θεωρεί ήδη ότι ο διαδικτυακός εκφοβισμός αποτελεί σημαντικό πρόβλημα στην κοινωνία μας. Η μελέτη ανέφερε επίσης ότι σχεδόν ένας στους πέντε (18%) ανθρώπους θα βιώνει περισσότερη «ακραία» παρενόχληση, όπως σωματικές απειλές, έμμονη παρακολούθηση και διαδικτυακή σεξουαλική παρενόχληση. Στατιστικά, η παρενόχληση θα στοχοποιεί τους χρήστες σε σχέση με τις πολιτικές τους απόψεις, τη φυσική τους εμφάνιση, τη φυλή, το φύλο και τον σεξουαλικό προσανατολισμό αντίστοιχα.

Ενώ οι ορισμοί του **κυβερνοεκφοβισμού** (Hutson, 2016), που αποκαλείται ενίοτε **διαδικτυακός εκφοβισμός**, διαφέρουν από πηγή σε πηγή, οι περισσότεροι ορισμοί αποτελούνται από:

- ηλεκτρονικές μορφές επικοινωνίας
- μια επιθετική ενέργεια
- πρόθεση
- επανάληψη
- πρόκληση βλάβης στον στόχο

Η τεχνολογία, προσβάσιμη μέσω υπολογιστών ή κινητών τηλεφώνων, που χρησιμοποιείται στον διαδικτυακό εκφοβισμό περιλαμβάνει:

- προσωπικές ιστοσελίδες
- ιστολόγια
- ηλεκτρονικό ταχυδρομείο
- μηνύματα
- ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης
- κανάλια συνομιλίας
- ηλεκτρονικούς πίνακες ανακοινώσεων
- ανταλλαγή άμεσων μηνυμάτων
- φωτογραφίες
- ηλεκτρονικά παιχνίδια (Feinberg & Robey, 2009)

Εξ ορισμού, εμφανίζεται μεταξύ των νέων. Όταν εμπλέκεται ένας ενήλικας, μπορεί να πληροί τον ορισμό της «κυβερνο-παρενόχλησης» ή της «κυβερνο-καταδίωξης», ένα έγκλημα που μπορεί να έχει έννομες συνέπειες και να επισύρει ποινή φυλάκισης.



Ο διαδικτυακός εκφοβισμός προκύπτει "όταν κάποιος επανειλημμένα κοροϊδεύει κάποιον στο διαδίκτυο ή τον κοροϊδεύει επανειλημμένα μέσω μηνυμάτων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ή γραπτού κειμένου ή όταν κάποιος δημοσιεύει κάτι στο διαδίκτυο σχετικά με ένα άλλο άτομο που δεν του αρέσει" (Cyberbullying Research Center, 2016).

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός είναι μια επιθετική, σκόπιμη πράξη που διαδίδεται από ένα άτομο ή μια ομάδα, χρησιμοποιώντας την επικοινωνία μέσω ενός ηλεκτρονικού μέσου, συνεχώς και αμείλικτα εναντίον κάποιου που δεν μπορεί να υπερασπιστεί εύκολα τον εαυτό του/της (Smith et al., 2008).

Αναπτύξαμε αυτόν τον ορισμό επειδή είναι απλός, συνοπτικός και εύλογα περιεκτικός και καταγράφει τα πιο σημαντικά στοιχεία. Αυτά τα στοιχεία περιλαμβάνουν τα ακόλουθα:

- **Εκούσια:** Η συμπεριφορά πρέπει να είναι σκόπιμη, όχι τυχαία.
- **Επαναλαμβανόμενη:** Ο εκφοβισμός αντανακλά ένα πρότυπο συμπεριφοράς, όχι μόνο ένα μεμονωμένο περιστατικό.
- **Βλάβη:** Ο στόχος πρέπει να αντιληφθεί ότι προκλήθηκε βλάβη.
- **Υπολογιστές, κινητά τηλέφωνα και άλλες ηλεκτρονικές συσκευές:** αυτό, φυσικά, είναι που διαφοροποιεί τον κυβερνο-εκφοβισμό από τον παραδοσιακό εκφοβισμό

Σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή Επιτροπή, ο κυβερνο-εκφοβισμός επαναλαμβάνει τη λεκτική ή ψυχολογική παρενόχληση που ασκείται από άτομο ή ομάδα εναντίον άλλων. Μπορεί να πάρει πολλές μορφές: κοροϊδία, προσβολές, απειλές, φήμες, κουτσομπολιά, βιντεοσκοπημένη στημένη βία, δυσάρεστα σχόλια ή συκοφαντία. Οι διαδραστικές ηλεκτρονικές υπηρεσίες (ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, κανάλια συνομιλίας, ανταλλαγή άμεσων μηνυμάτων) και τα κινητά τηλέφωνα έχουν δώσει στους εκφοβιστές νέες ευκαιρίες και τρόπους με τους οποίους μπορούν να κακοποιήσουν τα θύματά τους.

Η βία στον διαδικτυακό εκφοβισμό συμβαίνει μέσω μηνυμάτων, ταινιών και φωτογραφιών, απειλητικών γραπτών μηνυμάτων μέσω κοινωνικών μέσων ή δημοσιευμένων σε δικτυακούς τόπους. Παραδείγματα διαδικτυακού εκφοβισμού αποτελούν (αλλά δεν περιορίζονται σε) κακόβουλα μηνύματα κειμένου ή μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, φήμες που αποστέλλονται μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ή δημοσιεύονται σε ιστότοπους κοινωνικής δικτύωσης, κοινή χρήση φωτογραφιών / βίντεο / κειμένων χωρίς συγκατάθεση, κυβερνο-εκφοβισμό, παρενόχληση, διαδικτυακή καταδίωξη, εκβιασμό, εκφράσεις ρατσισμού, ομοφοβία και μισογυνία.

Οι Vandebosch, Van Cleemput, Mortelmans και Walrave (2006) υποστηρίζουν ότι δεν είναι απαραίτητο να επαναληφθεί η επιθετικότητα από την πλευρά του εκφοβιστή για να αποτελέσει διαδικτυακό εκφοβισμό. Για παράδειγμα, το περιεχόμενο που δημιουργείται ή μοιράζεται μόνο μία φορά από τον κυβερνο-εκφοβιστή μπορεί να παραμείνει εμφανές στο δίκτυο με την πάροδο του χρόνου και συνεπώς μπορεί να προβληθεί ή να μοιραστεί από όσους παρακολουθούν το περιεχόμενο. Σε μια τέτοια περίπτωση, η επανάληψη χαρακτηρίζεται από τον αριθμό των μαρτύρων σε αντίθεση με τον αριθμό των ενεργειών από την πλευρά του κυβερνο-εκφοβιστή.



Επιπλέον, η άνιση κατανομή της εξουσίας στον κυβερνοχώρο είναι λιγότερο ξεκάθαρη από ό, τι στον πραγματικό κόσμο. Παρότι σε περιπτώσεις παραδοσιακού εκφοβισμού, η δύναμη μπορεί να πάρει τη μορφή του σωματικού μεγέθους, στον κυβερνοχώρο η δύναμη μπορεί να αποτελείται από την ικανότητα του να κρύβει την ταυτότητα του κάποιος (Vandebosch et al., 2006). Είναι κάπως πιο δύσκολο να παραμείνεις ανώνυμος σε περιπτώσεις παραδοσιακού εκφοβισμού. Υπάρχουν πολλοί παράγοντες που εμπλέκονται στον διαδικτυακό εκφοβισμό:

- εκφοβιστής/εκφοβιστές
- Θύμα
- Παρατηρητές

Είναι σημαντικό να κατανοήσουμε ότι οι ρόλοι του εκφοβιστή και του θύματος είναι αλληλένδετοι και κάποτε ο ρόλος μπορεί να αλλάξει, αν αλλάξουμε την οπτική μας γωνία: κάποτε το θύμα μπορεί να γίνει εκφοβιστής ή διώκτης.

Οι Rey και Ortega (2007) χωρίζουν τον παραδοσιακό εκφοβισμό σε πέντε κύριες μορφές:

1. σωματικός
2. λεκτικός
3. χειρονομίες
4. αποκλεισμός
5. εκβιασμός

Όλοι οι τύποι εκφοβισμού συνδέονται με τον πραγματικό κίνδυνο πρόκλησης ψυχολογικής βλάβης, μειωμένης απόδοσης στην εκπαίδευση και έλλειψης κοινωνικών επιτευγμάτων.

Μορφές του διαδικτυακού εκφοβισμού

Ένας τρόπος για να κατανοήσουμε τον κυβερνο-εκφοβισμό είναι να τον ταξινομήσουμε σύμφωνα με τα μέσα ή τη μορφή:

- Από τα μέσα όπου συμβαίνει η επίθεση, όπως μηνύματα κειμένου, εικονομηνύματα, τηλεφωνήματα, ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, άμεσα μηνύματα ή ιστοσελίδες.
- Σε συνάρτηση με τον χαρακτήρα της επίθεσης, όπως είναι οι λογομαχίες, η παρενόχληση, η συκοφαντία, να παριστάνουν ότι είναι άλλα πρόσωπα, η αποκάλυψη προσωπικών πληροφοριών, ο αποκλεισμός, οι διώξεις και η δυσφήμιση.

Αυτές οι ταξινομήσεις θα αλλάξουν καθώς αλλάζει η τεχνολογική εξέλιξη. Η ακόλουθη επισκόπηση δίνει μια καλύτερη εικόνα για τους διάφορους τύπους διαδικτυακού εκφοβισμού:

1. **Ανά τύπο μέσου** (από τον Smith, 2006)

- SMS: Αποστολή ή λήψη προσβλητικών μηνυμάτων κειμένου μέσω κινητού τηλεφώνου.
- MMS, Snapchat, κ.λπ. : Τραβάτε, στέλνετε ή λαμβάνετε δυσάρεστες εικόνες ή / και βίντεο κλιπ χρησιμοποιώντας κινητά τηλέφωνα.



- Τηλεφωνικές κλήσεις: Πραγματοποιείτε ή λαμβάνετε ενοχλητικές τηλεφωνικές κλήσεις, όπως κακόβουλες, ανόητες κλήσεις ή ανώνυμες κλήσεις.
- Κακόβουλα ή απειλητικά μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου: απεσταλμένα απευθείας στο θύμα ή ηλεκτρονικά μηνύματα με κακόβουλο περιεχόμενο σχετικά με το θύμα που αποστέλλονται σε άλλους.
- Απειλές ή βρισιές όταν συμμετέχετε στο Chat: χώροι συζήτησης, για παράδειγμα κατά τη διάρκεια ενός διαδικτυακού παιχνιδιού.
- Παρενοχλητικά άμεσα μηνύματα: (IM), για παράδειγμα στο Facebook, το Skype

2. Ανά τύπο συμπεριφοράς (Willard, 2007)

- **«Κράξιμο»:** μια έντονη, σύντομη συζήτηση η οποία συχνά περιλαμβάνει παρενόχληση, αγενή και χυδαία γλώσσα, προσβολές και μερικές φορές απειλές. Το "Κράξιμο" μπορεί να συμβεί μέσω μηνυμάτων κειμένου ή άμεσων μηνυμάτων, σε ιστολόγια, σε ιστότοπους κοινωνικής δικτύωσης, σε χώρους συζήτησης, σε ηλεκτρονικούς πίνακες μηνυμάτων ή μέσω ηλεκτρονικών παιχνιδιών
- **Παρενόχληση:** επανειλημμένη διασπορά δυσάρεστων, κακόβουλων και προσβλητικών μηνυμάτων.
- **Διασυρμός:** να στέλνεις ή να δημοσιεύεις κουτσομπολιά και φήμες για ένα θύμα για να βλάψεις τη φήμη ή τις φιλίες του.
- **Ψεύτικη ταυτότητα:** να προσποιείστε ότι είστε κάποιος άλλος και να στέλνετε ή να δημοσιεύετε υλικό για να δημιουργήσετε προβλήματα για το άτομο που κατέχει το προφίλ με στόχο να βλάψετε τη φήμη ή τις φιλίες του.
- **Αποκάλυψη:** η αποκάλυψη μυστικών ή προσωπικών και ιδιωτικών πληροφοριών προκειμένου τα άτομα να ταπεινωθούν. Μια κοινή μέθοδος είναι να προωθήσετε ένα μήνυμα από το θύμα που περιέχει ιδιωτικές ή προσωπικές πληροφορίες.
- **Δημοσιοποίηση στοιχείων σχετικά με σεξουαλικές προτιμήσεις:** να πείσετε κάποιον να σας αποκαλύψει μυστικά ή εξευτελιστικές πληροφορίες και, στη συνέχεια, να το μοιραστείτε αυτό στο δίκτυο
- **Αποκλεισμός:** σκόπιμα και εκ προθέσεως αποκλεισμός κάποιου από ομάδα ή φόρουμ στο διαδίκτυο. Για το θύμα, ο αποκλεισμός από τη συμμετοχή σε δραστηριότητες στο διαδίκτυο με συνομηλίκους, μπορεί να προκαλέσει ένα αίσθημα απόρριψης.
- **Διαδικτυακή-έμμονη παρακολούθηση:** κατατρεγμός, επαναλαμβανόμενη έντονη παρενόχληση και δυσφήμιση, τα οποία περιλαμβάνουν απειλές και δημιουργούν σημαντικό φόβο.
- **Παρενόχληση:** χρήση Internet ή κινητού τηλεφώνου για λεκτικές ή οπτικές επιθέσεις. Οι εκμεταλλευτές μπορούν να δημοσιεύουν σχόλια σε ιστολόγια ή να στέλνουν μηνύματα κειμένου από κινητά. Μπορούν επίσης να τραβήξουν φωτογραφίες του θύματος ή να



κλέψουν μια φωτογραφία από μια πηγή στο Διαδίκτυο και στη συνέχεια να αλλάξουν την εικόνα με ταπεινωτικό τρόπο ή να προσθέσουν παρενοχλητικά σχόλια και να τα δημοσιεύσουν στο διαδίκτυο, ώστε να μπορούν να τα δουν και άλλοι. Μια ιδιαίτερη τάση το ("happy slapping") περιλαμβάνει τη μαγνητοσκόπηση ανθρώπων που ξυλοκοποούνται, και στη συνέχεια ανεβάζουν το βίντεο στο δίκτυο.

- **Υποκριτικός εκφοβισμός:** μια μορφή έμμεσης επίθεσης, όπου ένας εκφοβιστής δημοσιεύει περιεχόμενο στο διαδίκτυο εξ ονόματος του θύματος. Αυτό μπορεί να συμβεί εάν ο εκφοβιστής γνωρίζει το όνομα χρήστη και τον κωδικό πρόσβασης του θύματος και μπορεί να συνδεθεί και να αποκτήσει πρόσβαση στους λογαριασμούς του. Όταν ο εκφοβιστής προσποιείται ότι είναι το θύμα, αυτός ή αυτή μπορεί να πει κακά πράγματα σε ή για τους φίλους του θύματος. Αυτό μπορεί να οδηγήσει τους φίλους του ή τους συνομηλίκους του να απορρίψουν το θύμα, καθώς νομίζουν ότι ήταν το θύμα που το είπε.

Πρόγραμμα καταπολέμησης του εκφοβισμού για να σταματήσει η βία

Ο καθηγητής McGuckin et al. (2012) πιστεύει ότι τα παιδιά και οι νέοι με μια θετική εικόνα του εαυτού τους, που μαθαίνουν να ενεργούν με βεβαιότητα, συχνά έχουν καλύτερη κατανόηση του τρόπου με τον οποίο πρέπει να συμπεριφέρονται σε δύσκολες καταστάσεις.

Ο ειδικός στην ψυχολογία Solfrid Raknes (Νορβηγία, 2013) ανέπτυξε μερικές συμβουλές για το πώς οι γονείς μπορούν να κάνουν τα παιδιά τους πιο δυναμικά και να βελτιώσουν την αυτό-εικόνα τους:

- Βοηθήστε το παιδί σας να αναγνωρίσει τα συναισθήματά του
- Διδάξτε το παιδί σας να μιλά θετικά, να ενθαρρύνει και να υποστηρίζει τον εαυτό του σε δύσκολες καταστάσεις.
- Συζητήστε για ωραία πράγματα που συνέβησαν κατά τη διάρκεια της ημέρας..
- Διευκολύνετε τις καλές σχέσεις και τις θετικές εμπειρίες με τους ενήλικες φροντιστές. Αυτό διευκολύνει τα παιδιά να αποταθούν στους ενήλικες για βοήθεια όταν το χρειάζονται.
- Διευκολύνετε το παιδί σας να αναπτύξει φιλίες και αφήστε τα να φέρουν τους φίλους τους σπίτι. Οι φιλίες κάνουν το παιδί σας καλύτερα εξοπλισμένο για να αντιμετωπίσει τις αντιξοότητες.
- Ενθαρρύνετε την ανεξαρτησία και δώστε στο παιδί καθήκοντα που μπορεί να χειριστεί.
- Διδάξτε στο παιδί σας ότι η αντιπαλότητα είναι κάτι που μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε για να γίνουμε πιο δυνατοί. Η ζωή δεν είναι απλά εύκολη και δεν παίρνετε πάντα αυτό που σας αξίζει.
- Δεν μπορείτε να εμποδίσετε το παιδί σας να αντιμετωπίσει δύσκολες εμπειρίες, αλλά μπορείτε να επηρεάσετε τον τρόπο που θα τις αντιμετωπίσει.

Τα παιδιά δεν ενημερώνουν πάντα τους γονείς τους για τον ηλεκτρονικό εκφοβισμό που λαμβάνει χώρα μεταξύ φίλων και συνομηλίκων. Οι γονείς πρέπει να ακούν προσεκτικά όταν τα παιδιά τους μιλούν για τις εμπειρίες τους στο διαδίκτυο και να γνωρίσουν τα διάφορα πεδία της ψηφιακής επικοινωνίας που χρησιμοποιούν οι νέοι (όπως το Facebook, το Instagram, το snapchat κ.λπ.). Εάν το παιδί έχει ομολογήσει ένα επεισόδιο εκφοβισμού, η πρώτη αντίδραση του γονέα μπορεί να είναι η επιβεβαίωση ότι το παιδί έκανε μια καλή επιλογή: - Σε ευχαριστώ που μου το είπες αυτό.



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

CYBER 
VIOLENCE

Εάν το ηλεκτρονικό περιεχόμενο είναι ενοχλητικό και ακατάλληλο και το πρόσωπο ή τα πρόσωπα που είναι υπεύθυνοι γι' αυτό είναι γνωστοί, οι γονείς πρέπει να βεβαιωθούν ότι έχουν κατανοήσει οι υπαίτιοι γιατί το υλικό είναι απαράδεκτο ή προσβλητικό και να τους ζητήσουν να το αφαιρέσουν.

Εάν ο υπεύθυνος δεν έχει εντοπιστεί ή αρνείται να αποσύρει το υλικό, οι γονείς θα πρέπει να επικοινωνήσουν απευθείας με τον ιστότοπο κοινωνικής δικτύωσης για να δημιουργήσουν μια αναφορά και να ζητήσουν την κατάργηση του περιεχομένου. Το αναρτημένο υλικό μπορεί να παραβιάζει τους όρους χρήσης και τις προϋποθέσεις χρήσης του παρόχου υπηρεσιών και συνεπώς μπορεί να καταργηθεί. Ορισμένοι πάροχοι υπηρεσιών δεν δέχονται καταγγελίες που υποβάλλονται από τρίτους.

Σε περιπτώσεις κακοποίησης μέσω κινητού τηλεφώνου, όπου το άτομο που εκφοβίζεται λαμβάνει κακόβουλες κλήσεις και μηνύματα, ο κάτοχος του λογαριασμού θα χρειαστεί να επικοινωνήσει απευθείας με τον πάροχο. Πριν οι γονείς επικοινωνήσουν με τον πάροχο υπηρεσιών διαδικτύου, είναι σημαντικό να είναι σαφείς σχετικά με το πού βρίσκεται το περιεχόμενο, για παράδειγμα, αποθηκεύοντας ένα στιγμιότυπο οθόνης από το υλικό που να περιλαμβάνει και τη διαδικτυακή διεύθυνση του.

Οι γονείς θα πρέπει να παραμείνουν ήρεμοι όταν το παιδί τους λέει για ένα περιστατικό στο οποίο είχε υποστεί ηλεκτρονικό εκφοβισμό. Μια ήρεμη και ισορροπημένη απόκριση βοηθά να διατηρείτε τις γραμμές επικοινωνίας ανοιχτές με το παιδί σας.

Ο Kowalski (2008) προτείνει επίσης ότι οι γονείς και το παιδί τους θα πρέπει να συμφωνήσουν σε ποιες περιπτώσεις οι γονείς του παιδιού ενημερώνουν τους γονείς του άλλου μέρους σχετικά με το αρνητικό περιεχόμενο ή / και την επικοινωνία στο διαδίκτυο. Παρέχοντας στα παιδιά θετική ανατροφοδότηση, οι γονείς μπορούν να επηρεάσουν τη συμπεριφορά χωρίς να αποθαρρύνουν το παιδί. Τα καλοπροαίρετα αλλά αρνητικά φορτισμένα λόγια από τους ενήλικες μπορούν να γίνουν αντιληπτά με τρόπους που δεν ήταν προορισμένα.

Η αυτοεκτίμηση προέρχεται από την αίσθηση της αγάπης, της ασφάλειας (Taylor, 2011). Οι γονείς μπορούν να αυξήσουν την ανθεκτικότητα του παιδιού τους στις αρνητικές συνέπειες του εκφοβισμού δημιουργώντας μια θετική αυτοεκτίμηση. Μπορούν να προωθήσουν την εμπιστοσύνη του παιδιού τους αναπτύσσοντας, τονίζοντας και αναγνωρίζοντας τα δυνατά σημεία του παιδιού.

Τα παρακάτω είναι μερικά πράγματα που οι γονείς θα μπορούσαν να λάβουν υπόψη τους να διδάξουν στα παιδιά τους σχετικά με τη χρήση του Ίντερνετ με ασφάλεια, (πηγή – <https://www.gov.uk/>)

- Βεβαιωθείτε ότι χρησιμοποιείτε τις ρυθμίσεις απορρήτου.
- Να σέβεστε πάντα τους άλλους - προσέξτε τι λέτε στο διαδίκτυο.
- Προσέξτε ποιες φωτογραφίες ή βίντεο ανεβάζετε. Μόλις κοινοποιηθεί μια φωτογραφία στο διαδίκτυο, δεν μπορείτε να την πάρετε πίσω.
- Προσθέτετε μόνο άτομα που γνωρίζετε και εμπιστεύεστε στους φίλους / ακολούθους σας στο διαδίκτυο. Όταν μιλάτε σε ξένους, κρατήστε τα προσωπικά σας στοιχεία ασφαλή και την τοποθεσία σας κρυφή.



- Χειριστείτε τον κωδικό πρόσβασής σας όπως την οδοντόβουρτσα σας - κρατήστε τον για τον εαυτό σας και αλλάζετε τον τακτικά.
- Μπλοκάρετε τον εκφοβιστή - μάθετε πώς να αποκλείετε ή να αναφέρετε κάποιον που συμπεριφέρεται άσχημα.
- Μην ανταποκρίνεστε ούτε απαντάτε σε προσβλητικά μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, μηνύματα κειμένου ή σε διαδικτυακές συνομιλίες.
- Αποθηκεύστε τα αποδεικτικά στοιχεία. Να φυλάσσετε πάντοτε ένα αντίγραφο των προσβλητικών ηλεκτρονικών μηνυμάτων, των μηνυμάτων κειμένου ή τραβήξτε ένα στιγμιότυπο οθόνης των διαδικτυακών συζητήσεων και δώστε τα σε έναν γονέα, έναν φροντιστή ή έναν δάσκαλο.
- Βεβαιωθείτε ότι έχετε ενημερώσει έναν ενήλικα που εμπιστεύεστε, για παράδειγμα, έναν γονέα, έναν φροντιστή, έναν δάσκαλο ή τον συντονιστή κατά του εκφοβισμού ή καλέστε μια γραμμή βοήθειας.
- Οι περισσότερες υπηρεσίες κοινωνικών μέσων και άλλοι ιστότοποι έχουν ένα κουμπί στο οποίο μπορείτε να κάνετε κλικ για να αναφέρετε τον εκφοβισμό. Κάνοντας αυτό μπορεί να αποτραπεί ένας εκφοβιστής από το να στοχεύσει εσάς και τους άλλους στο μέλλον. Πολλές υπηρεσίες παίρνουν σοβαρά τον εκφοβισμό και είτε προειδοποιούν το άτομο είτε εξαλείφουν τον λογαριασμό του.
- Ενώ μιλάτε στο κινητό σας τηλέφωνο, βεβαιωθείτε ότι προσέχετε επίσης το περιβάλλον σας.

Οι γονείς μπορούν να έρχονται σε επαφή με το σχολείο, τους καθοδηγητές στο περιβάλλον της νεολαίας εάν ο εκφοβισμός συμβαίνει μέσα σε μια οργανωμένη δραστηριότητα, την αστυνομία ή άλλες υπηρεσίες, αν το θεωρούν σχετικό, ανάλογα με τη σοβαρότητα του τι συνέβη.

Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς εάν το παιδί τους έχει εκφοβιστεί στον κυβερνοχώρο:	Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς εάν το παιδί τους εμπλέκεται σε εκφοβισμό άλλων:
<ul style="list-style-type: none"> • Ακούστε προσεκτικά το παιδί σας • Παραμείνετε ψύχραιμοι • Αποκλείστε τον εκφοβιστή • Μην απαντήσετε • Διαφυλάξτε τα αποδεικτικά στοιχεία • Διερευνήστε που έγκειται το πρόβλημα • Ξεκαθαρίστε ότι ο εκφοβιστής είναι που έχει το πρόβλημα, όχι το θύμα • Δημιουργείστε ένα ασφαλές περιβάλλον • Ενισχύστε την αυτοεκτίμηση του παιδιού σας • Αναφέρετε το πρόβλημα 	<ul style="list-style-type: none"> • Αναπτύξτε μια ακριβή και αντικειμενική εικόνα του τι συνεπάγεται η συνεχιζόμενη παρενόχληση στον κυβερνοχώρο • Μάθετε τους βαθύτερους λόγους στους οποίους βασίζεστε αυτή η συμπεριφορά. • Σκεφτείτε ένα πλαίσιο κανόνων για το παιδί ώστε να παροτρύνετε την υπεύθυνη χρήση του Ίντερνετ και των κινητών συσκευών γενικά. • Εξετάστε μέτρα για να παρακολουθείτε τη χρήση του Internet και του κινητού τηλεφώνου από του παιδιού σας με τον κατάλληλο τρόπο. • Προωθήστε και αναπτύξτε την ικανότητα του παιδιού για ενσυναίσθηση και σεβασμό προς τους άλλους. • Αναπτύξτε την εμπιστοσύνη και την αυτοεκτίμηση του παιδιού σας. • Διευκολύνετε την «κάθαρση» των ενεργητικών



	παιδιών, αφήστε τα να απελευθερώσουν την ενέργεια και την αγανάκτηση τους με εποικοδομητικό τρόπο.
--	--

Αν και ο κυβερνοεκφοβισμός συνήθως ξεκινά από το σχολείο και πολύ συχνά περιλαμβάνει συμμαθητές, τα περιστατικά κυβερνοεκφοβισμού μπορούν να συμβούν εκτός των σχολικών ορίων. Είναι πολύ σημαντικό τα σχολεία να επενδύσουν στην αύξηση της γνώσης και της ευαισθητοποίησης των μαθητών σχετικά με τα χαρακτηριστικά των νέων μέσων, για χαρακτηριστικά όπως το ψηφιακό τους αποτύπωμα (Chadwick, 2014).

Το σχολικό πρόγραμμα καταπολέμησης του εκφοβισμού περιλαμβάνει τέσσερα βασικά στοιχεία:

1. Ένα δίκτυο επαγγελματιών που εκπαιδεύονται για την εφαρμογή του προγράμματος κατά του εκφοβισμού στα σχολεία που συμμετέχουν.
2. Πόρους για τους εκπαιδευτικούς και ενδοϋπηρεσιακή κατάρτιση που παρέχεται από τους εκπαιδευτές
3. Πόρους και πληροφορίες για γονείς και άλλα μέλη της κοινότητας που τα παρέχουν οι εκπαιδευτές
4. Εκπαιδευτές που αναλαμβάνουν συμβουλευτικό ρόλο κατά τη διάρκεια του προγράμματος στα σχολεία που συμμετέχουν.

Εκτός από τους γονείς, το σχολείο πρέπει να ενημερώνει όλους τους σχετικούς παράγοντες που μπορούν να συμβάλουν στην επίλυση της κατάστασης, όπως σύμβουλοι ψυχολόγοι και πάροχοι ηλεκτρονικών υπηρεσιών.

Η οικοδόμηση ενός υποστηρικτικού σχολικού περιβάλλοντος, η ευαισθητοποίηση για το πρόβλημα, η παροχή κατάρτισης στους εκπαιδευτικούς, τους σπουδαστές, τους γονείς και το λοιπό προσωπικό του σχολείου, η ενσωμάτωση της ενημέρωσης για τον ηλεκτρονικό εκφοβισμό στο πρόγραμμα σπουδών, η δημοσιοποίηση των μέτρων κατά του εκφοβισμού και η εξασφάλιση της απαραίτητης παρακολούθησης και αξιολόγησης, είναι ανάμεσα στις πρακτικές που διαμορφώνουν μια ολιστική σχολική προσέγγιση και έτσι συμβάλλουν στην πρόληψη των συμπεριφορών εκφοβισμού.

Μέσα από τις εκστρατείες κατά του εκφοβισμού, θα εντοπιστούν αρκετά καλά στοιχεία και προσεγγίσεις που θα μπορούσαν να διαμορφώσουν ένα καλά οργανωμένο, συγκεκριμένο και συνεκτικό σχέδιο πολιτικής που θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για την ανάπτυξη μιας κοινής πολιτικής κατά της εκφοβισμού στην ΕΕ ή για την ανάπτυξη εθνικής πολιτικής κατά του εκφοβισμού.

Όσον αφορά την ανάπτυξη μιας σχολικής πολιτικής κατά του εκφοβισμού, συνιστάται να συμπεριληφθούν τα ακόλουθα στοιχεία:

- Ένα θετικό σχολικό ήθος με έμφαση στο σεβασμό του ατόμου.
- Ευαισθητοποίηση ότι ο εκφοβισμός θεωρείται απαράδεκτη συμπεριφορά μεταξύ της σχολικής διεύθυνσης, των εκπαιδευτικών, των μαθητών και των γονέων / κηδεμόνων. Εφαρμογή εποπτείας και παρακολούθησης για την καταπολέμηση του εκφοβισμού σε όλους τους τομείς της σχολικής δραστηριότητας με τη βοήθεια μαθητών.



- Σχεδιασμός διαδικασιών για την παρατήρηση και την αναφορά περιστατικών εκφοβιστή / θύματος ως αναπόσπαστο μέρος του σχολικού κώδικα συμπεριφοράς και πειθαρχίας·
- Παροχή υποστήριξης στα θύματα, τους εκφοβιστές και τους εμπλεκόμενους, συμπεριλαμβανομένης της παροχής συμβουλευτικής·
- Ένταξη των τοπικών φορέων στην καταπολέμηση του εκφοβισμού ως μορφή αντικοινωνικής συμπεριφοράς, καθώς είναι επιθυμητό να εμπλακεί η εκτεταμένη σχολική κοινότητα πέρα από το σχολικό πεδίο·
- Συνεχή αναθεώρηση και αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας της σχολικής πολιτικής κατά της εκφοβιστικής συμπεριφοράς για την αξιολόγηση της συχνότητας και των τύπων εκφοβισμού στο σχολείο.

Ένα από τα σημαντικά μέτρα για τον περιορισμό της επικίνδυνης συμπεριφοράς είναι να δοθεί η δυνατότητα στα παιδιά και στους νέους να αναπτύξουν ψηφιακές δεξιότητες. Για να είναι σε θέση να καθοδηγήσουν τους νέους χρήστες, οι γονείς και οι επαγγελματίες πρέπει να αναπτύξουν το δικό τους επίπεδο επάρκειας.

Προτάσεις:

- Οι πλατφόρμες κοινωνικών μέσων πρέπει να είναι κατάλληλες για την ηλικία και οι εταιρείες θα πρέπει να δοκιμάσουν προσεγγίσεις για τον εντοπισμό ατόμων κάτω των 13 ετών και να αποκτήσουν ρητή συγκατάθεση των γονέων.
- Οι εταιρείες κοινωνικών μέσων θα πρέπει να επιτρέπουν στα παιδιά και τους νέους να κατανοούν τα δικαιώματά και τις ευθύνες τους, συμπεριλαμβανομένης της συμπεριφοράς τους έναντι άλλων.
- Οι εταιρείες κοινωνικών μέσων θα πρέπει να παρέχουν έγκαιρες, αποτελεσματικές και συνεπείς απαντήσεις στον ηλεκτρονικό εκφοβισμό.
- Η κυβέρνηση πρέπει να θέσει τις εμπειρίες των παιδιών στο επίκεντρο της ανάπτυξης της πολιτικής ασφάλειας στο Διαδίκτυο.
- Οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς θα πρέπει να διδάσκουν στα παιδιά και τους νέους πώς να είναι ασφαλείς και υπεύθυνοι στο διαδίκτυο και να διασφαλίζουν ότι γνωρίζουν πώς να ανταποκρίνονται αποτελεσματικά στις διαδικτυακές απειλές, όπως είναι ο εκφοβισμός.

Υπάρχει επιτακτική ανάγκη για μια συλλογική προσπάθεια από την κοινωνία, τα σχολεία, τους δασκάλους, τους γονείς και τους νέους να καθορίσουν την πολιτική και την πρακτική και είναι ιδιαίτερα σημαντικό οι νέοι να αισθάνονται ότι η φωνή τους ακούγεται σε αυτά τα θέματα που τους επηρεάζουν:

- Η παρενόχληση στον κυβερνοχώρο πρέπει να συμπεριληφθεί σε μια συνολική προσέγγιση της σχολικής κοινότητας, η οποία δίνει τη δυνατότητα στους μαθητές να αναφέρουν τη θυματοποίηση, να αναζητήσουν βοήθεια είτε για τους ίδιους είτε για τους συνομηλίκους τους·
- Η εκπαίδευση σχετικά με το πώς να παραμείνει κανείς ασφαλής στον κυβερνοχώρο, η αποτελεσματική αντίδραση όταν έρθουν αντιμέτωποι με κάποια επίθεση και η βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων στο διαδίκτυο είναι απαραίτητες για τους νέους·



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

CYBER 
VIOLENCE

- Και οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί πρέπει να αναλάβουν την ευθύνη για την αντιμετώπιση προσβλητικής συμπεριφοράς στον κυβερνοχώρο και πρέπει να προσφέρουν υποστήριξη σε όσους έχουν υποστεί βία·
- Είναι σημαντικό οι εκπαιδευτικοί να εκπαιδεύονται τόσο στην κατάρτιση που προηγείται της υπηρεσίας όσο και στην επαγγελματική ανάπτυξη όσον αφορά στην δυναμική των ομάδων και τη διαχείριση των συγκρούσεων.

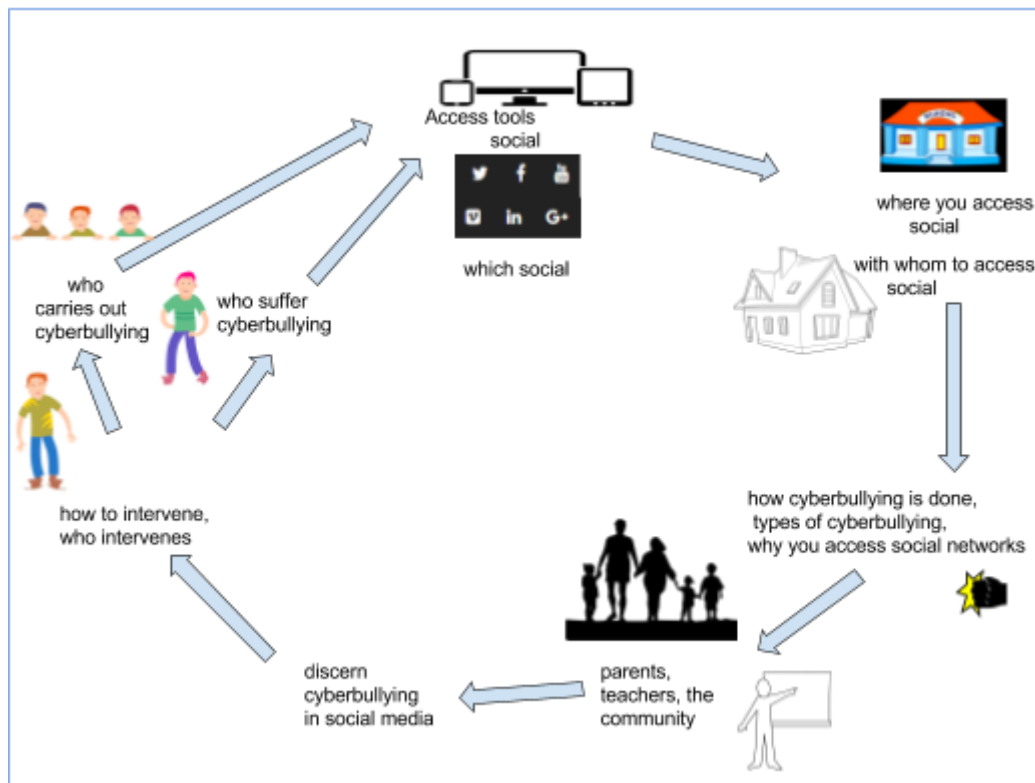


Ενότητα 2: Διαδικτυακός εκφοβισμός και κοινωνικά μέσα

Το κεφάλαιο αυτό στοχεύει στην παροχή καθοδήγησης σχετικά με το φαινόμενο της εξάπλωσης του διαδικτυακού εκφοβισμού στα κοινωνικά μέσα δικτύωσης.

Ακολουθεί τη διαδικασία που φαίνεται στο παρακάτω σχήμα.

Εικόνα 1 Η διαδικασία Διαδικτυακού εκφοβισμού στα κοινωνικά μέσα δικτύωσης



Τα φαινόμενα διαδικτυακού εκφοβισμού στα κοινωνικά μέσα δικτύωσης περιγράφονται και αναλύονται ως ακολούθως:

- ορισμός των κοινωνικών μέσων δικτύωσης και του κυβερνο-εκφοβισμού έναντι του εκφοβισμού
- οι φορείς που εμπλέκονται στον κυβερνο-εκφοβισμό στα κοινωνικά μέσα (ο εκφοβιστής, το θύμα, οι παρατηρητές / θεατές)
- προσδιορισμός του πλαισίου εντός του οποίου εμφανίζονται τα φαινόμενα της διαδικτυακής παρενόχλησης (στο σχολείο, στο σπίτι, σε ομάδες, ανάμεσα σε φίλους)
- ανάλυση του πώς γίνεται ο κυβερνο-εκφοβισμός και οι τύποι εκφοβισμού στον κυβερνοχώρο
- ανάλυση για την αναγνώριση του κυβερνο-εκφοβισμού: γονείς και εκπαιδευτικοί
- ανάλυση για την εξουδετέρωση του φαινομένου και κατανόηση του τρόπου παρέμβασης στον εκφοβιστή, στο θύμα και σε όσους γίνονται μάρτυρες του φαινομένου του κυβερνο-εκφοβισμού, οι νόμοι, οι κανονισμοί των κοινωνικών μέσων (Twitter, Facebook, ...) σε διεθνές επίπεδο.



Το τοπίο των κοινωνικών μέσων δικτύωσης

Τα κοινωνικά μέσα δικτύωσης είναι ένας γενικός όρος που αναφέρεται σε τεχνολογίες και πρακτικές στο διαδίκτυο που επιτρέπουν στους ανθρώπους να αλληλεπιδρούν, να μοιράζονται κείμενο, φωτογραφίες, εικόνες, βίντεο και ηχητικό περιεχόμενο.

Ο καθηγητής Andreas Kaplan και ο Michael Haenlein¹ καθόρισαν τα κοινωνικά μέσα δικτύωσης ως μια ομάδα εφαρμογών ιστού με βάση τις ιδεολογικές και τεχνολογικές παραδοχές του Web 2.0, οι οποίες επιτρέπουν τη δημιουργία και την ανταλλαγή περιεχομένου που δημιουργείται από χρήστες.

Τα κοινωνικά μέσα δικτύωσης έφεραν μια δραματική αλλαγή στον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι μαθαίνουν, διαβάζουν και μοιράζονται πληροφορίες και περιεχόμενο. Χρησιμοποιώντας την κοινωνιολογία και την τεχνολογία τα Κοινωνικά Μέσα Δικτύωσης μεταμόρφωσαν τον μονόλογο (από τον έναν στους πολλούς) σε διάλογο (από τους πολλούς σε πολλούς) και τους χρήστες / καταναλωτές σε παραγωγούς, μιλάμε για τους "prosumers".²

Γίνονται πολύ δημοφιλείς επειδή επιτρέπουν στους ανθρώπους να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για να δημιουργήσουν προσωπικές ή επιχειρηματικές σχέσεις. Τα κοινωνικά μέσα δικτύωσης αποκαλούνται επίσης ως περιεχόμενο που παράγεται από το χρήστη (UGC) ή ως μέσα που παράγονται από τους καταναλωτές (CGM).

Η χρήση των κοινωνικών μέσων δικτύωσης είναι πολύ δημοφιλής και ο αριθμός των ατόμων που χρησιμοποιούν αυτά τα κανάλια είναι πραγματικά εντυπωσιακός, αλλά υπάρχουν ορισμένες διαφορές όσον αφορά την ηλικία και το φύλο

Πίνακας 1 Μερικά στοιχεία για τα Κοινωνικά Μέσα Δικτύωσης³

<p>Το Facebook είναι το μεγαλύτερο μέσο κοινωνικής δικτύωσης στον κόσμο και έχει μέλη από σχεδόν κάθε γενιά, αλλά κάποιες πληθυσμιακές ομάδες προσελκύονται περισσότερο σε αυτό από άλλες.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Το Facebook έχει 2.01 δισεκατομμύρια μοναδικούς μηνιαίους επισκέπτες• Οι χρήστες του Facebook είναι 53% γυναίκες και 47% άνδρες• Το 75% των χρηστών του Facebook ξοδεύει 20+ λεπτά στο Facebook καθημερινά• Το 83% των γυναικών που χρησιμοποιούν κοινωνικά μέσα δικτύωσης χρησιμοποιούν το Facebook, έναντι 75% των ανδρών που χρησιμοποιούν κοινωνικά μέσα δικτύωσης• Το 63% των ηλικιωμένων ηλικίας 50-64 ετών που χρησιμοποιούν το διαδίκτυο είναι στο Facebook, καθώς και το 56% των online ηλικιωμένων ατόμων άνω των 65 ετών
--	---

¹ https://en.wikipedia.org/wiki/Social_media

² <https://en.wikipedia.org/wiki/Prosumer>

³ Τα δεδομένα είναι από: How to Find Social Media Audience for Your Business: From Demographics, All the Way to Which Platforms to Use and What to Post <https://revive.social/find-social-media-audience/>



<p>Το YouTube είναι το δεύτερο μεγαλύτερο κοινωνικό μέσο δικτύωσης στον κόσμο και έχει και τη δύναμη της Google πίσω από αυτό.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Το YouTube έχει 1,3 δισεκατομμύρια μοναδικούς επισκέπτες ανά μήνα• Οι χρήστες YouTube είναι 38% γυναίκες και 62% άνδρες• Το YouTube προσεγγίζει περισσότερα άτομα ηλικίας 18-34 ετών και 35-49 ετών από οποιοδήποτε άλλο καλωδιακό δίκτυο στις ΗΠΑ• Το 80% των χρηστών του YouTube είναι εκτός των ΗΠΑ
<p>Το Instagram δεν είναι τόσο μεγάλο όσο το YouTube, αλλά είναι το ταχύτερα αναπτυσσόμενο κοινωνικό μέσο δικτύωσης και αυτή η ανάπτυξη δεν φαίνεται να ανακόπτεται καθόλου σύντομα.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Το Instagram διαθέτει 700 εκατομμύρια μοναδικούς επισκέπτες ανά μήνα• Το 80% των χρηστών του Instagram προέρχεται από χώρες εκτός ΗΠΑ• Το 59% των χρηστών του Διαδικτύου μεταξύ 18 και 29 ετών βρίσκονται στο Instagram, μαζί με το 33% των χρηστών του διαδικτύου μεταξύ 30 και 49 ετών• Το 17% των εφήβων λέει ότι το Instagram είναι ο σημαντικότερος ιστότοπος των κοινωνικών μέσων δικτύωσης (από 12% το 2012)
<p>Το Twitter έχει 328 εκατομμύρια μοναδικούς επισκέπτες ανά μήνα. Είναι ένα κανάλι που δεν μπορεί να αγνοηθεί για τις επιχειρήσεις.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Το 37% των χρηστών του Twitter είναι 18-29 ετών. 25% είναι 30-49• 69 εκατομμύρια χρήστες Twitter βρίσκονται στις Ηνωμένες Πολιτείες• Το 79% των χρηστών του Twitter βρίσκονται εκτός των Ηνωμένων Πολιτειών
<p>Το Snapchat είναι σήμερα το δεύτερο ταχύτερα αναπτυσσόμενο κοινωνικό μέσο δικτύωσης. Είναι τα πιο κατάλληλο κανάλι για εφήβους</p>	<ul style="list-style-type: none">• πάνω από 300 εκατομμύρια ενεργοί χρήστες στο Snapchat κάθε μήνα• 173 εκατομμύρια άνθρωποι χρησιμοποιούν το Snapchat κάθε μέρα• Το 71% των χρηστών Snapchat είναι κάτω των 31 ετών• Το 45% των χρηστών Snapchat είναι ηλικίας 18-24 ετών
<p>Το Pinterest είναι μια ταχέως αναπτυσσόμενη κοινωνική πλατφόρμα με περίπου 150 εκατομμύρια χρήστες, είναι η καλύτερη επιλογή για οπτικές επικοινωνίες, ιδανική για επιχειρήσεις που συνδέονται με τη φωτογραφία.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Το 81% των χρηστών του Pinterest είναι γυναίκες• Το 40% των νέων εγγραφών είναι άνδρες. Το 69% είναι γυναίκες• Η μέση ηλικία ενός χρήστη Pinterest είναι 40, αλλά οι περισσότεροι ενεργοί χρήστες είναι κάτω των 40 ετών• Το 60% των χρηστών Pinterest προέρχονται από τις ΗΠΑ
<p>Το LinkedIn είναι η κοινωνική πλατφόρμα για</p>	<ul style="list-style-type: none">• 40 εκατομμύρια φοιτητές και πρόσφατοι πτυχιούχοι βρίσκονται στο LinkedIn



<p>επαγγελματικές συνδέσεις παρά για οποιαδήποτε άλλη κοινωνική δραστηριότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Το 70% των χρηστών του LinkedIn βρίσκονται εκτός των ΗΠΑ • Το 44% των χρηστών του LinkedIn κερδίζει περισσότερα από 75.000 δολάρια ετησίως • Ο μέσος χρήστης ξοδεύει 17 λεπτά κάθε μήνα στο LinkedIn
--	--

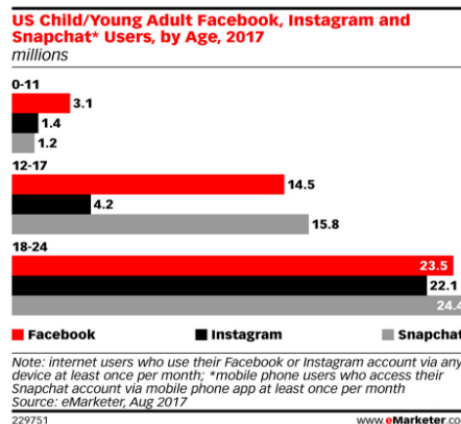
Στις παρακάτω εικόνες, μπορείτε να δείτε μερικές τάσεις στη χρήση των κοινωνικών μέσων δικτύωσης.

US Facebook, Instagram and Snapchat* Users, 2016-2021
millions, % change and % of social network users

	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Facebook	168.8	172.9	176.6	180.0	183.3	186.7
—% change	3.4%	2.4%	2.1%	1.9%	1.8%	1.9%
—% of social network users	89.7%	89.1%	88.6%	88.2%	87.9%	87.6%
Instagram	69.1	85.5	96.3	104.5	111.9	118.1
—% change	17.2%	23.8%	12.6%	8.4%	7.1%	5.6%
—% of social network users	36.7%	44.1%	48.4%	51.2%	53.6%	55.4%
Snapchat*	62.9	79.2	86.5	92.7	97.0	100.2
—% change	36.3%	25.8%	9.3%	7.1%	4.6%	3.3%
—% of social network users	33.4%	40.8%	43.4%	45.4%	46.5%	47.0%

Note: internet users of any age who use their Facebook or Instagram account via any device at least once per month; *mobile phone users of any age who access their Snapchat account via mobile phone app at least once per month
Source: eMarketer, Aug 2017

229752 www.eMarketer.com



Εικόνα 2 Χρήστες Facebook, Instagram και Snapchat - Πηγή: TechCrunch

Εκφοβισμός εναντίον κυβερνο-εκφοβισμού: ένας ορισμός

Ο κυβερνο-εκφοβισμός είναι μια μορφή βίας από ένα ή περισσότερα άτομα προς άλλους ανθρώπους που ορίζονται ως το **θύμα**, μέσω της χρήσης του ιστού, χρησιμοποιώντας υπολογιστές ή κινητές συσκευές..

Αυτή η βία συμβαίνει μέσω μηνυμάτων, ταινιών, φωτογραφιών, εκφοβιστικών κειμένων μέσω κοινωνικών μέσων δικτύωσης ή δημοσιευμένων σε ιστότοπους.

Ο εκφοβισμός και ο κυβερνο-εκφοβισμός κυρίως περιλαμβάνει τους νέους, αλλά και οι ενήλικες εμπλέκονται επίσης σε αυτή τη μορφή βίας.

Ο παρακάτω πίνακας δείχνει τη σύγκριση μεταξύ του κυβερνο-εκφοβισμού και του εκφοβισμού σε ένα έγγραφο του Υπουργείου Παιδείας του Ιταλικού Πανεπιστημίου Έρευνας⁴.

Πίνακας 2 Διαφορές μεταξύ εκφοβισμού και κυβερνο-εκφοβισμού

<p>Εκφοβισμός</p>	<p>Κυβερνο-εκφοβισμός</p>
--------------------------	----------------------------------

⁴ <http://www.miur.gov.it/bullismo-e-cyberbullismo>



Μόνο μαθητές στην τάξη ή / και στο σχολείο εμπλέκονται·	Μπορούν να εμπλακούν παιδιά και ενήλικες από όλο τον κόσμο·
Συνήθως, μόνο εκείνοι που έχουν ισχυρό χαρακτήρα, ικανοί να επιβάλουν τη δύναμη τους, μπορούν να γίνουν εκφοβιστές·	Οποιοσδήποτε, ακόμη και όσοι είναι θύματα στην πραγματική ζωή, μπορεί να γίνουν κυβερνο-εκφοβιστές·
Οι εκφοβιστές είναι μαθητές, συμμαθητές ή ομότιμοι από το ίδιο εκπαιδευτήριο, γνωστοί του θύματος·	Οι κυβερνο-εκφοβιστές μπορούν να είναι ανώνυμοι και να ζητούν τη συμμετοχή άλλων ανώνυμων αποκαλούμενων "φίλων", έτσι ώστε το άτομο να μην γνωρίζει πραγματικά με ποιους αλληλεπιδρούν
Οι ενέργειες του εκφοβισμού κοινοποιούνται σε άλλους μαθητές στο σχολείο όπου έλαβαν χώρα, περιορίζονται σε ένα συγκεκριμένο περιβάλλον·	Το υλικό που χρησιμοποιείται για πράξεις κυβερνο-εκφοβισμού μπορεί να εξαπλωθεί παγκοσμίως·
Ο εκφοβισμός πραγματοποιείται κατά τη διάρκεια των σχολικών ωρών ή κατά τη διάρκεια της διαδρομής από το σπίτι στο σχολείο, από το σχολείο στο σπίτι·	Η επιθετική επικοινωνία μπορεί να συμβεί 24 ώρες την ημέρα·
Η δυναμική της σχολικής ομάδας ή της ομάδας της τάξης περιορίζει τις επιθετικές ενέργειες·	Οι κυβερνο-εκφοβιστές έχουν αρκετή ελευθερία να κάνουν στο διαδίκτυο ό, τι δεν θα μπορούσαν να κάνουν στην πραγματική ζωή·
Ανάγκη για τον εκφοβιστή να κυριαρχήσει στις διαπροσωπικές σχέσεις μέσω άμεσης επαφής με το θύμα·	Η αντίληψη της αφάνειας από τους κυβερνο-εκφοβιστές μέσω ενεργειών που κρύβονται πίσω από την τεχνολογία·
Ορατές αντιδράσεις από το θύμα και εμφανείς στην πράξη εκφοβισμού·	Η απουσία ορατών αντιδράσεων από το θύμα δεν επιτρέπει στους κυβερνοεκφοβιστές να δουν τις συνέπειες των πράξεών τους·
Η τάση να αποφύγουν τις ευθύνες ανάγοντας την βία σε παιχνίδι.	Διχασμός της προσωπικότητας: οι συνέπειες των ενεργειών σας αποδίδονται στο δημιουργημένο "προφίλ χρήστη".



Οι μορφές του διαδικτυακού εκφοβισμού

Ο κυβερνο-εκφοβισμός μπορεί να εμφανιστεί σε διάφορες μορφές, όπως για παράδειγμα στα παιχνίδια στον κυβερνοχώρο, ο οποίος συχνά ονομάζεται «griefing». Διαφορετικοί τύποι κυβερνοεκφοβισμού περιγράφονται στον ακόλουθο πίνακα.

Πίνακας 3 Διαφορετικοί τύποι κυβερνοεκφοβισμού

Κράξιμο	Αποστολή βίαιων και χυδαίων μηνυμάτων.
Παρενόχληση ή έμμομη παρακολούθηση	Αποστολή επαναλαμβανόμενων μηνυμάτων σε ένα άτομο.
Διασυρμός	Διάδοση ψευδών ειδήσεων.
Κλοπή ταυτότητας / μη εξουσιοδοτημένη πρόσβαση και πλαστοπροσωπία	Κλοπή ταυτότητας. Η πλαστοπροσωπία είναι μια κατάσταση όπου ένας εκφοβιστής δημιουργεί μια ψεύτικη ταυτότητα για να παρενοχλεί κάποιον ανώνυμα. Εκτός από τη δημιουργία μιας πλαστής ταυτότητας, ο εκφοβιστής μπορεί να προσποιηθεί κάποιον άλλο για να στείλει κακόβουλα μηνύματα στο θύμα
Ύπουλη αποκάλυψη	Συνίσταται στην απόκτηση της εμπιστοσύνης του θύματος και στη συνέχεια στη διάδοση των απορρήτων του.
Εξοστρακισμός/αποκλεισμός	Εσκεμμένος αποκλεισμός ενός ατόμου από μια ομάδα.
Happy slapping	Διάδοση διαδικτυακού υλικού στο οποίο το θύμα παρουσιάζεται να υπόκειται σε βία.
Τρολλάρισμα	Επίθεση σ' ένα άτομο για σημαντικά προσωπικά ή οικογενειακά ζητήματα.
Περίγελος	Επίθεση εναντίον ενός ατόμου μέχρι να υποκύψει, χωρίς να αντιστέκεται πλέον στις επιθέσεις.
Δημιουργία ιστοσελίδων, ιστολογίων, δημοσκοπήσεων και άλλων	Ανάπτυξη ιστοσελίδων, ιστολογίων και δημοσκοπήσεων διασυρμού.
Ιντερνετικός αυτο-κυβερνοεκφοβισμός ή ψηφιακός αυτοτραυματισμός	Όπως στην περίπτωση της Hannah Smit ⁵ με την αποστολή συκοφαντικών μηνυμάτων στο διαδίκτυο.



Αργκό χρήσιμη να γνωρίζουμε

Η χρήση αργκό και φρασεολογίας είναι πολύ συχνή στους έφηβους και βοηθά στη δημιουργία μιας αίσθησης κοινότητας. Θα μπορούσε να είναι χρήσιμο να γνωρίζετε τη γλώσσα που χρησιμοποιούν οι έφηβοι⁶ και ιδιαίτερα ορισμένα αρκτικόλεξα που ότι μπορεί να παρακολουθείτε. Στον παρακάτω πίνακα, μπορείτε να βρείτε μερικά παραδείγματα, αλλά φυσικά αυτά τα πράγματα είναι διαφορετικά σε κάθε κοινότητα και μπορούν να αλλάξουν πολύ γρήγορα.

PHRASES TO BE AWARE OF

GNOG: Get naked on camera
FBOI: A guy who's just looking for sex
WTTP: Want to trade pictures
FINSTA: Fake Instagram account
PAL: Parents are listening
1174: Meet at a party

FAM	Refers to someone who is a close friend
LIT/TURNT/TURNT UP	Something that's active or popular, can also refer to being stoned or drunk
SMH	"Shaking my head", meaning "I don't believe it" or "that's so dumb"
KMS/KYS	"kill myself", "kill yourself"
DABBING	Reference to concentrated doses of cannabis; also a dance craze
SNATCHED	On point, very good, or well styled
NETFLIX AND CHILL	Getting together and hooking up
AF	Short for "as f**k", used to mean "extremely"
BASIC	Used to refer to someone viewed as a boring or conforming person
	Emoji used to mean pride or general acceptance of an idea
	Emoji used to refer to the penis
	Emoji used to refer to the butt
	Emoji used to mean "ejaculate", often used in conjunction with the tongue emoji
MOS	Mom over shoulder
9 AND CD9	Parents are nearby
99	Parents are gone
WTTP	"Want to trade pictures?"

Εικόνα 3 Μερικά ακρωνύμια που χρησιμοποιούν οι έφηβοι

Ένα παιδί μπορεί να εμπλέκεται στον κυβερνο-εκφοβισμό με διαφορετικούς τρόπους. Ένα παιδί μπορεί να είναι θύμα εκφοβισμού ή να παρίσταται σε μία περίπτωση εκφοβισμού. Οι γονείς, οι εκπαιδευτικοί και οι άλλοι ενήλικες μπορεί να μην γνωρίζουν όλες τις πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης και τις εφαρμογές που χρησιμοποιεί ένα παιδί. Όσο περισσότερες ψηφιακές πλατφόρμες

⁶ Do you know what GNOG and PAL mean? Experts reveal the dangerous teenage sexting slang all parents should know "(ref: <http://www.dailymail.co.uk/sciencetech/article-4596096/The-dangerous-teenage-texting-slang-parents-know.html#ixzz50NZj6t8j>)



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

CYBER 
VIOLENCE

χρησιμοποιεί ένα παιδί, τόσο περισσότερες ευκαιρίες υπάρχουν να εκτεθεί σε πιθανό κυβερνο-εκφοβισμό.

Πολλά είναι τα προειδοποιητικά σημάδια ότι υφίσταται κυβερνο-εκφοβισμό το παιδί γύρω από τη χρήση της συσκευής. Επειδή τα παιδιά δαπανούν πολύ χρόνο στις συσκευές τους: υπολογιστές, τάμπλετ και ειδικά τα κινητά τηλέφωνα, η αύξηση ή η μείωση στη χρήση τους μπορεί να είναι λιγότερο αισθητές. Είναι σημαντικό να προσέχετε όταν ένα παιδί εμφανίζει ξαφνικές αλλαγές στην ψηφιακή και την κοινωνική συμπεριφορά του.

Οι δάσκαλοι, οι διευθυντές των σχολείων, οι γονείς και οι εκπαιδευτές βρίσκονται σε μοναδική θέση για να χρησιμοποιήσουν τις δεξιότητες και τους ρόλους τους για να δημιουργήσουν ασφαλή περιβάλλοντα με θετικά κοινωνικά πρότυπα. Βρίσκονται επίσης σε τέτοια θέση, όπου μπορούν να παρατηρούν αλλαγές στην ομαδική συμπεριφορά των νέων, όπως όταν μια ομάδα παιδιών επικεντρώνουν την προσοχή τους σε ένα παιδί. Υπάρχουν πράγματα που μπορείτε να κάνετε στην τάξη ή σε άλλες συνθήκες ομάδας για να αντιμετωπίσετε ή να αποτρέψετε τον κυβερνο-εκφοβισμό⁷.

⁷ <https://www.stopbullying.gov/cyberbullying/tips-for-teachers/index.html>)



Ενότητα 3: Διαδικτυακές και εκτός σύνδεσης Ταυτότητες, δημιουργία προφίλ και παρακολούθηση ιστού:

Διατηρώντας τον εαυτό μας ασφαλή στο διαδίκτυο

Στις αρχές της δεκαετίας του '90, οι χρήστες του διαδικτύου αισθάνθηκαν θωρακισμένοι πίσω από ένα ηλεκτρονικό πέπλο ανωνυμίας που τους επέτρεπε να υποδύονται οποιονδήποτε χαρακτήρα επιθυμούσαν. Το διαδίκτυο έχει αλλάξει δραματικά τα τελευταία 20 χρόνια, με τρόπους που επηρεάζουν άμεσα την ηλεκτρονική μας ταυτότητα και την ιδιωτική ζωή. Οι διαδικτυακές υπηρεσίες κάθε είδους έχουν υιοθετήσει σήμερα τεχνολογίες που δημιουργούν προφίλ πελατών, προσφέρουν συστάσεις για προϊόντα και διατηρούν προσωπικές ιστορίες που μπορούν να είναι μακρόβιες και εξαιρετικά λεπτομερείς. Η ανταλλαγή δεδομένων μεταξύ αυτών των εταιρειών που βασίζονται στον ιστό επηρεάζει επίσης την ηλεκτρονική μας ταυτότητα και ιδιωτικότητα. Μέσω της ανταλλαγής δεδομένων, ένας πάροχος υπηρεσιών μπορεί να συνδέσει υποσύνολα προσωπικών δεδομένων σε έναν όγκο δεδομένων που ίσως θεωρούσαμε ότι περιοριζόταν σε έναν άλλο χαρακτήρα ή περιεχόμενο.

Ενώ ορισμένοι χρήστες του Διαδικτύου εκτιμούν την ευκολία που προσφέρουν αυτές οι ψηφιακές ταυτότητες, άλλοι ανησυχούν για το πόσα από τα προσωπικά τους στοιχεία αποθηκεύονται και τον τρόπο με τον οποίο μοιράζονται αυτές τις πληροφορίες.

Ταυτότητα

Αυτή η ενότητα θα βοηθήσει στην επεξήγηση των διαφόρων ταυτοτήτων και προφίλ που αντιπροσωπεύουν τα άτομα σε εντός και εκτός σύνδεσης δραστηριότητες τόσο από την πλευρά της κοινωνικής επιστήμης όσο και από τεχνική άποψη. Τα παιδιά και οι νέοι μπορούν να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για πλήθος διαφορετικών λόγων. Ένας από αυτούς είναι να εκφράσουν και ενδεχομένως να πειραματιστούν με την ταυτότητά τους (Turkle, 1995, 1996, 2011). Χρησιμοποιώντας ιστότοπους κοινωνικής δικτύωσης, όπως το Facebook, τα διαδικτυακά παιχνίδια ρόλων όπως το World of Warcraft και τα κοινωνικά μέσα όπως το Twitter, μπορούν να συνδεθούν με άλλους, να αλληλεπιδράσουν μαζί τους, να μοιραστούν ιδέες, εικόνες και βίντεο κλιπ και να συμμετάσχουν σε διάφορες εκδόσεις "ψηφιακού ξεψειρίσματος". Η ανάπτυξη, η έκφραση και ο πειραματισμός με ταυτότητες είναι ένα κεντρικό στοιχείο της ανάπτυξης από την παιδική ηλικία μέχρι την ωριμότητα και ως εκ τούτου αξίζει να διερευνηθεί ο τρόπος με τον οποίο το διαδίκτυο παρέχει και αναστέλλει τις ικανότητες των νέων να συμμετάσχουν στη διαδικτυακή αυτό-ανακάλυψη.

Τα δεδομένα που παρουσιάζονται εδώ βασίζονται στο έργο που παρουσιάζεται στο βιβλίο έργου Primelife της ΕΕ⁸, στις δημοσιεύσεις του Roger Clarke⁹ και στην οπτική του Goffman για την ταυτότητα (Goffman, 1959), η οποία παραμένει πολύ σημαντική μέχρι σήμερα.

Γενικές παράμετροι της ταυτότητας εκτός δικτύου

Καθώς τα άτομα αλληλεπιδρούν με άλλα άτομα και οργανισμούς σε πολλές διαφορετικές σχέσεις, οι οποίες όλες συνδέονται με διαφορετικούς ρόλους του ατόμου, ο Goffman (1959) ορίζει την

⁸ Camenisch, J., S. Fischer-Hübner & K. Rannenberg (2011). *Privacy and Identity Management for Life*. Springer Science & Business Media

⁹ <http://www.rogerclarke.com/DV/DigPersona.html#Prof>



ταυτότητα ως "το αποτέλεσμα των δημοσίως νομιμοποιημένων επιδόσεων, το άθροισμα όλων των ρόλων που παίζει το άτομο, παρά κάποια εγγενή ποιότητα". Από αυτή την άποψη, όλοι οι διαφορετικοί ρόλοι ή τα χαρακτηριστικά μπορούν να θεωρηθούν ως **μερικές ταυτότητες**.

Από πρακτική άποψη, **η ταυτότητά μας είναι το άθροισμα των χαρακτηριστικών μας**, περιλαμβάνει τη γενέτειρα και τα γενέθλιά μας, τα σχολεία που παρακολουθήσαμε, το μέγεθος των παπουτσιών μας, τη γλώσσα, την εθνικότητα, τη θρησκεία, την κοινωνική τάξη, το φύλο, και ούτω καθεξής. Μερικά από αυτά τα χαρακτηριστικά δεν αλλάζουν ποτέ, όπως τα γενέθλιά μας, και μερικά αλλάζουν με την πάροδο του χρόνου, όπως η ηλικία ή το χρώμα των μαλλιών μας. Με απλά λόγια η ταυτότητά μας είναι αυτό που είμαστε, ποιο είμαστε και τι κάνουμε.

Οι διαφορετικές (μορφές) σχέσεις περιλαμβάνουν διαφορετικά είδη πληροφοριών που συνθέτουν την ταυτότητα του ατόμου. Επομένως, ένα μεμονωμένο άτομο αποτελείται από διαφορετικούς χαρακτηρισμούς που συνδέονται με τα διαφορετικά περιβάλλοντα στα οποία δραστηριοποιείται.

Σύμφωνα με τον Goffman (1959), διαφορετικά πλαίσια επιβάλλουν διαφορετικούς κανόνες στη συμπεριφορά και οι άνθρωποι παίζουν διαφορετικούς ρόλους (όπως σε ένα θεατρικό έργο) σε διαφορετικά πλαίσια. Επίσης, παρουσιάζουν διαφορετικά πρόσωπα του εαυτού τους. Έτσι, μπορούμε να πούμε ότι τα άτομα δίνουν διαφορετικές παραστάσεις στην καθημερινή ζωή.

Εικόνα4: Μια ταυτότητα που αποτελείται από πολλαπλές διαφορετικές ταυτότητες [source: Primelife project D1.3.1].





Η διαδικτυακή ταυτότητα αποτιμάται

Η ταυτότητά μας έχει αξία, όπως και κάθε μερική ταυτότητά μας στο διαδίκτυο. Η ταυτότητά μας είναι πολύτιμη όχι μόνο για εμάς αλλά και για τους άλλους:

1. Είναι πολύτιμη για το άτομο, επειδή η ταυτότητά του τον αντανακλά και του δίνει πρόσβαση στους πόρους που επιθυμεί.
2. Δεύτερον, είναι πολύτιμη για τον πάροχο υπηρεσιών που στηρίζεται στα στοιχεία της ταυτότητάς μας, όπως για παράδειγμα μια τράπεζα ή ένας ιστότοπος κοινωνικής δικτύωσης, όπως το Facebook. Είναι οι κάτοχοι των πόρων που θέλουμε. Η ταυτότητά μας είναι επιχειρηματικό περιουσιακό στοιχείο για αυτούς τους φορείς.
3. Τέλος, η ταυτότητά μας έχει αξία για τους κλέφτες και άλλους παράνομους χρήστες της ταυτότητάς μας που την θέλουν για να αποκτήσουν πρόσβαση σε πόρους στους οποίους δεν έχουν δικαίωμα. Καθώς μεγαλώνει η αξία των μερικών ταυτοτήτων μας, οι πληροφορίες γίνονται πιο ελκυστικές για τους κλέφτες.

Η κλοπή ταυτότητας, σε γενικές γραμμές, είναι η απώλεια ελέγχου πάνω σε μία ή περισσότερες από τις μερικές ταυτότητές μας.

Καθώς κάθε διαδικτυακή μερική ταυτότητα μπορεί να περιέχει ιδιωτικά δεδομένα, είναι σημαντικό να τα διαχειρίζεστε και να τα προστατεύετε κατάλληλα.

Δημιουργία προφίλ

Η **δημιουργία προφίλ** αναφέρεται στη χρήση της "εξελιγμένης αναγνώρισης προτύπων", των προαναφερθέντων αναγνωριστικών, από τις κυβερνήσεις και τις επιχειρήσεις, οι οποίες εφαρμόζουν αυτή την τεχνική για να απομονώσουν σημαντικές πληροφορίες από τεράστιες ποσότητες δεδομένων σχετικά με άτομα ή ομάδες ανθρώπων, για παράδειγμα με σκοπό τη στοχευμένη διαφήμιση και εξατομικευμένες υπηρεσίες στην περίπτωση επιχειρήσεων ή αστυνόμευση, πρόληψη και ανίχνευση εγκλήματος, καταπολέμηση της τρομοκρατίας και επιτήρηση στην περίπτωση κυβερνήσεων. Η δημιουργία προφίλ περιστρέφεται γύρω από την ιδέα ότι μεγάλα σύνολα τυχαία συλλεγόμενων δεδομένων σχετικά με άτομα και ομάδες ανθρώπων μπορούν να δημιουργήσουν ενδιαφέρουσες, εκπληκτικές και ουσιαστικές συσχετίσεις που οι μηχανές με τις τεράστιες δυνατότητες υπολογισμού τους μπορούν να ανιχνεύσουν, ενώ εμείς ως άνθρωποι δεν μπορούμε.

Όπως υποδηλώνει το όνομα, η δημιουργία προφίλ μπορεί να οδηγήσει στη δημιουργία εκτεταμένων *προφίλ*, στα οποία συγκεντρώνονται, αποθηκεύονται και χρησιμοποιούνται πληροφορίες για άτομα ή ομάδες ατόμων για τους σκοπούς που αναφέρονται παραπάνω.

Οι κίνδυνοι της δημιουργίας προφίλ

Πολλοί από τους κινδύνους που ενέχει το διαδίκτυο μπορούν να μετριαστούν εάν, ειδικά, η νεολαία προληπτικά διαφυλάξει περισσότερο την ιδιωτικότητά της στο διαδίκτυο. Κάτι τέτοιο απαιτεί να γνωρίζουν περισσότερο τις συνέπειες της αποκάλυψης πληροφοριών αναγνώρισης και των κατευθυντήριων γραμμών για τον καθορισμό του πότε είναι σκόπιμο να γίνει κάτι τέτοιο. Δυστυχώς, πολλοί νέοι άνθρωποι δεν αναγνωρίζουν εύκολα καταστάσεις στις οποίες η αποκάλυψη πληροφοριών μπορεί να τους θέσει σε κίνδυνο.



Δεδομένης της πολυπλοκότητας των ίδιων των δεδομένων, σε συνδυασμό με την πολυπλοκότητα των μοντέλων ανθρώπινης συμπεριφοράς, μία από τις ανησυχίες που σχετίζονται με τη δημιουργία προφίλ είναι η εμφάνιση «λανθασμένων θετικών αποτελεσμάτων» (Rubinstein et al., 2008): το λογισμικό βρίσκει συσχετισμούς στα δεδομένα που φαίνονται να έχουν νόημα, όταν στην πραγματικότητα η συσχέτιση είναι συμπτωματική και τυχαία.

Επιπλέον, μία από τις πιο σοβαρές ανησυχίες γύρω από τη δημιουργία προφίλ είναι η *αδιαφάνεια* που την περιβάλλει. Συχνά είναι ασαφές για τους χρήστες του διαδικτύου πότε, πού και για ποιον σκοπό τους αποδίδεται κάποιο προφίλ. Επίσης, είναι ασαφές για τους χρήστες σε ποιες περιπτώσεις καλούνται να πάρουν αποφάσεις που βασίζονται σε διαδικασίες δημιουργίας προφίλ ή ακόμα και ότι αυτό συμβαίνει.

Αυτά τα προφίλ μπορούν έτσι να χρησιμοποιηθούν για να στοχεύσουν άτομα - τόσο ενήλικες όσο και παιδιά! - με εμπορικές προσφορές, χωρίς αυτά τα άτομα να γνωρίζουν ότι αυτό συμβαίνει ή σε ποια προφίλ ή ψηφιακά ίχνη βασίζονται αυτές τις συστάσεις. Ειδικά όσον αφορά τα παιδιά, αυτό είναι ένα σοβαρό ζήτημα.

Πολλά διαδικτυακά παιχνίδια για παιδιά, για παράδειγμα, βρίθουν από ανεπαίσθητες (ή όχι και τόσο διακριτικές) συστάσεις προϊόντων που γίνονται με βάση τις δράσεις των παιδιών στο παιχνίδι ή ακόμα και έξω από αυτό, για παράδειγμα όταν έχουν συνδέσει το προφίλ τους στο παιχνίδι με το προφίλ τους σε πλατφόρμες κοινωνικών μέσων δικτύωσης όπως το Facebook. Επειδή τέτοιες συστάσεις μπορεί να είναι εξατομικευμένες, με βάση το προφίλ, το δέλεαρ για να αγοράσει τα προσφερόμενα προϊόντα μπορεί να είναι πολύ μεγαλύτερο για αυτά τα παιδιά. Αυτό μπορεί να τραβήξει τα παιδιά, μερικές φορές από πολύ νωρίς, σε εμπορικούς κόσμους όπου ο στόχος είναι να πωλούν όσο το δυνατόν περισσότερα προϊόντα, ενώ τα ίδια τα παιδιά αγνοούν αυτό το γεγονός.

Παρακολούθηση δραστηριότητας στο διαδίκτυο

Σε αυτή την ενότητα θα εξηγήσουμε τι είναι η παρακολούθηση δραστηριότητας στον παγκόσμιο ιστό και θα αποκτήσετε καλύτερη εικόνα για τους τύπους της. **Παρακολούθηση δραστηριότητας στο διαδίκτυο** είναι οι ενέργειες (και η ικανότητα) ενός ιστότοπου (με τη χρήση ειδικών εργαλείων λογισμικού) για την τήρηση καρτελών σχετικών με τους επισκέπτες του ιστότοπου. Υπάρχουν πολλοί τρόποι τους οποίους οι εταιρείες μπορούν να χρησιμοποιούν για την παρακολούθηση της συμπεριφοράς περιήγησης σε ιστότοπους. Αυτοί περιλαμβάνουν:

Cookies: Αυτά είναι μικρά κομμάτια κειμένου που μεταφορτώνονται στον περιηγητή μας καθώς πλοηγούμε στο διαδίκτυο. Σκοπός τους είναι να μεταφέρουν χρήσιμα στοιχεία σχετικά με την αλληλεπίδρασή μας με τον ιστότοπο που τα ορίζει. Σε αντίθεση με μια κοινή πεποίθηση, τα cookies δεν περιέχουν προγράμματα λογισμικού, επομένως δεν μπορούν να εγκαταστήσουν τίποτα σε έναν υπολογιστή. Τα Cookies γενικά δεν περιέχουν πληροφορίες που θα επέτρεπαν την αναγνώριση ενός ατόμου. Συνήθως περιέχουν μια σειρά κειμένου ή "μοναδικό αναγνωριστικό". Αυτό λειτουργεί σαν ετικέτα. Όταν ένας ιστότοπος βλέπει τη σειρά κειμένου που ορίζει σε ένα cookie, ξέρει ότι το πρόγραμμα περιήγησης είναι αυτό που έχει δει πριν. Τα cookies που φαίνεται να προκαλούν τη μεγαλύτερη διαμάχη είναι για τη διαχείριση της διαφήμισης που βλέπουμε σε έναν ιστότοπο. Αυτό το cookie μπορεί να καταγράφει πότε και πού είδαμε μια διαφήμιση, πού στον κόσμο θα μπορούσαμε να είμαστε όταν συνέβη και αν κάναμε κλικ σε αυτή. Το cookie θα στείλει αυτές τις



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

CYBER 
VIOLENCE

πληροφορίες στον κάτοχο του cookie, ο οποίος καταγράφει αυτά τα δεδομένα και τα χρησιμοποιεί για να βεβαιωθεί ότι δεν βλέπουμε την ίδια διαφήμιση πάρα πολλές φορές.

Flash cookies: είναι επίσης γνωστά ως "τοπικά κοινόχρηστα αντικείμενα". Αυτά είναι κομμάτια των πληροφοριών που μπορεί να αποθηκεύσει το Adobe Flash στον υπολογιστή μας. Αυτό έχει σχεδιαστεί για να αποθηκεύει δεδομένα, όπως προτιμήσεις έντασης ήχου στα βίντεο ή, ίσως, τα αποτελέσματά μας σε ένα διαδικτυακό παιχνίδι.

Αρχεία καταγραφής διακομιστή: όταν φορτώνουμε μια σελίδα σε έναν ιστότοπο, υποβάλλουμε ένα αίτημα στον διακομιστή του συγκεκριμένου ιστότοπου. Αυτός ο διακομιστής θα καταγράψει τον τύπο αιτήματος που έγινε και θα αποθηκεύσει πληροφορίες όπως: διεύθυνση IP (η οποία θα επιτρέψει στους κατόχους ιστότοπων να συμπεράνουν την τοποθεσία), την ημερομηνία και την ώρα που το πρόγραμμα περιήγησης φόρτωσε τη σελίδα, τη σελίδα που φορτώθηκε και ποια τοποθεσία ή σελίδα ήταν ενεργοποιημένη στο πρόγραμμα περιήγησης πριν εμφανιστεί η σελίδα (διαμεσολαβητής). Τα αρχεία καταγραφής διακομιστών αποτελούν τη βάση για την ανάλυση ιστού και μπορούν να προβληθούν μόνο από τους ιδιοκτήτες του ιστότοπου.

Web beacons: αυτά είναι μικρά αντικείμενα ενσωματωμένα σε μια ιστοσελίδα, αλλά δεν είναι ορατά. Μπορούν επίσης να είναι γνωστά ως "ετικέτες", "παρακολούθηση σφαλμάτων", "ιχνηλάτες εικονοστοιχείων" ή "εικοστοιχεία gifs". Αυτό είναι πολύ χρήσιμο για τις εταιρείες που θέλουν να μάθουν αν οι αναγνώστες ανοίγουν τα μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου που στέλνουν. Όταν φορτώνεται το web beacon, οι εταιρείες μπορούν να δουν ποιος άνοιξε το μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και πότε. Συχνά οι διαφημιζόμενοι θα ενσωματώνουν web beacons στις διαφημίσεις τους για να πάρουν μια ιδέα για το πόσο συχνά εμφανίζεται μια διαφήμιση.

Τι συλλέγεται μέσω της παρακολούθησης της δραστηριότητας στο διαδίκτυο και γιατί;
Οι ανιχνευτές συλλέγουν πληροφορίες σχετικά με τους ιστοτόπους τους οποίους επισκεπτόμαστε, καθώς και πληροφορίες σχετικά με τις συσκευές μας.

Ένας ανιχνευτής μπορεί να είναι εκεί για να δώσει στον ιδιοκτήτη του ιστοτόπου εικόνα για την κυκλοφορία του ιστοτόπου του, αλλά οι υπόλοιποι ανήκουν σε εταιρείες που έχουν ως πρωταρχικό στόχο να δημιουργήσουν ένα προφίλ για το ποιοι είμαστε: πόσο χρονών είμαστε, πού ζούμε, τι διαβάζουμε και τι μας ενδιαφέρει. Αυτές οι πληροφορίες μπορούν στη συνέχεια να συσχευάζονται και να πωλούνται σε άλλους: διαφημιστές, άλλες εταιρείες ή κυβερνήσεις.

Οι εταιρείες που μας παρακολουθούν δεν σχετίζονται με τον ιστότοπο που επισκεπτόμαστε. Ονομάζονται "μεσίτες δεδομένων", έχουν την τάση να παίρνουν ονόματα που μοιάζουν χρηματιστηριακά όπως το DoubleClick, το ComScore και το cXense (αν και το DoubleClick ανήκει πραγματικά στην Google). Η όλη επιχειρηματική τους δραστηριότητα βασίζεται στην πώληση "δεδομένων πελατών".

Είναι επίσης ενωμένοι με περισσότερες πιο γνωστές εταιρείες. Ορισμένες από αυτές είναι ακόμη και φανερές: το κόκκινο κουμπί G + της Google, για παράδειγμα, είναι ένας ανιχνευτής. Ο "like" αντίχειρας του Facebook είναι ένας ανιχνευτής, και το μικρό μπλε πουλί του Twitter είναι επίσης ένας ανιχνευτής.



Παρακολούθηση τοποθεσίας

Η παρακολούθηση τοποθεσίας δίνει μια πολύ λεπτομερή εικόνα για το ποιοι είμαστε, πού πηγαίνουμε και με ποιον περνάμε το χρόνο μας. Δείτε πώς παρακολουθείται η τοποθεσία μας μέσω του τηλεφώνου μας, των συνδέσεων wifi, των ιστοτόπων που επισκεπτόμαστε, των πλατφορμών κοινωνικής δικτύωσης και των παρόχων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου που χρησιμοποιούμε.

Οι συσκευές μας - υπολογιστές, κινητά τηλέφωνα και τάμπλετ - αποκαλύπτουν συνεχώς σε άλλους πού βρίσκεστε. Ειδικότερα, **το κινητό μας τηλέφωνο** είναι μια πολύ αποτελεσματική συσκευή παρακολούθησης: Καταγράφει το πού πηγαίνουμε και την τοποθεσία μας όλη την ώρα - ακόμη και όταν δεν είμαστε συνδεδεμένοι στο διαδίκτυο.

Οι πληροφορίες τοποθεσίας που συλλέγονται με την πάροδο του χρόνου μπορούν να σας δείξουν μια εκπληκτικά **πλήρη ιστορία** για το ποιοι είμαστε και πώς μοιάζει η ζωή μας. Προσθέστε τις διαθέσιμες στο κοινό διευθύνσεις, τα tweets, τις φωτογραφίες και / ή τα αρχεία τηλεφώνου μας και η ιστορία γίνεται πραγματικά λεπτομερής.

Τα δεδομένα τοποθεσίας μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν για τη χαρτογράφηση των σχέσεών μας με άλλους. Εάν εμείς και κάποιο άλλο άτομο ή κάποιοι άλλοι βρισκόμαστε στην ίδια θέση σε συγκεκριμένες ώρες της ημέρας, είναι δυνατόν να συμπεράνουμε ποιες σχέσεις έχουμε με αυτούς τους ανθρώπους - αν, για παράδειγμα, είναι συνάδελφοι, εραστές, συγκάτοικοι ή μέλη της οικογένειας. Αυτή η λεπτομερής εικόνα μπορεί να είναι πολύτιμη για ένα σωρό ανθρώπους και οργανισμούς. Για αρχή, μπορεί να πωληθεί από εταιρείες για να κερδίσουν χρήματα· μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί για να προβλεφθεί πού θα είμαστε σε μια δεδομένη χρονική στιγμή στο μέλλον.

Εάν έχουμε ενεργοποιημένες τις πληροφορίες τοποθεσίας στο τηλέφωνό μας για φωτογραφίες, οι πληροφορίες αυτές θα ενσωματωθούν στην εικόνα (δηλαδή τα μεταδεδομένα της εικόνας θα συμπεριλαμβάνουν το σημείο λήψης της εικόνας). Όταν στέλνουμε ή φορτώνουμε αυτές τις φωτογραφίες, μπορούμε να μοιραστούμε τα δεδομένα της τοποθεσίας μας χωρίς να το σκεφτόμαστε. Οι περισσότεροι φορείς παροχής υπηρεσιών κοινωνικής δικτύωσης εξάγουν δεδομένα τοποθεσίας κατά την μεταφόρτωση της φωτογραφίας, αλλά εξακολουθούν να υπάρχουν πολλοί τρόποι με τους οποίους τα δεδομένα τοποθεσίας μπορούν να συγκεντρωθούν από τις φωτογραφίες που μοιραζόμαστε.

Συστάσεις

Συστάσεις για την προστασία των προσωπικών δεδομένων

Οι Ευρωπαϊκοί Κοινοτικοί κανόνες προστασίας δεδομένων, επίσης γνωστοί ως Κανονισμοί Γενικής Προστασίας Δεδομένων της ΕΕ (ή GDPR), περιγράφουν διαφορετικές καταστάσεις στις οποίες μια εταιρεία ή ένας οργανισμός έχει τη δυνατότητα να συλλέξει ή να επαναχρησιμοποιήσει τα προσωπικά σας στοιχεία.

1. Πότε επιτρέπεται η επεξεργασία δεδομένων;

Μια εταιρεία ή ένας οργανισμός επιτρέπεται να συλλέξει ή να επαναχρησιμοποιήσει τα προσωπικά σας στοιχεία:

- Όταν έχουν μαζί σας ένα συμβόλαιο - για παράδειγμα, ένα συμβόλαιο για την προμήθεια αγαθών ή υπηρεσιών (δηλαδή όταν αγοράζετε κάτι στο διαδίκτυο) ή μια σύμβαση



εργαζόμενου

- Όταν συμμορφώνονται με μια νομική υποχρέωση - για παράδειγμα, όταν η επεξεργασία των δεδομένων σας αποτελεί νομική απαίτηση, π.χ. όταν ο εργοδότης σας παρέχει πληροφορίες σχετικά με το μηνιαίο μισθό σας στην υπηρεσία κοινωνικής ασφάλισης, ώστε να έχετε κάλυψη κοινωνικής ασφάλισης
- Όταν η επεξεργασία δεδομένων αφορά στα ζωτικά σας συμφέροντα - για παράδειγμα, όταν αυτό μπορεί να προστατεύσει τη ζωή σας
- Όταν πρόκειται να ολοκληρώσετε κάποιο δημόσιο καθήκον - που σχετίζεται κυρίως με τα καθήκοντα των δημόσιων διοικήσεων, όπως τα σχολεία, τα νοσοκομεία και τους δήμους
- Όταν υπάρχουν νόμιμα συμφέροντα - για παράδειγμα, αν η τράπεζά σας χρησιμοποιεί τα προσωπικά σας δεδομένα για να ελέγξει εάν θα δικαιούστε ένα λογαριασμό ταμειυτηρίου με υψηλότερο επιτόκιο.

2. Συμφωνία για την επεξεργασία δεδομένων - συγκατάθεση

Όταν μια εταιρεία ή ένας οργανισμός ζητά τη συγκατάθεσή σας, πρέπει να κάνετε μια σαφή ενέργεια που θα συμφωνεί με αυτό, για παράδειγμα υπογράφοντας μια φόρμα συγκατάθεσης ή επιλέγοντας ναί από μια σαφή επιλογή ναί / όχι σε μια ιστοσελίδα.

Δεν αρκεί απλά να εξαιρεθείτε, για παράδειγμα, επιλέγοντας ένα πλαίσιο που δηλώνει ότι δεν θέλετε να λαμβάνετε μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου μάρκετινγκ. Πρέπει να συμμετάσχετε και να συμφωνήσετε ότι τα προσωπικά σας δεδομένα θα αποθηκευτούν και / ή θα επαναχρησιμοποιηθούν για το σκοπό αυτό.

Θα πρέπει επίσης να λάβετε τις ακόλουθες πληροφορίες προτού αποφασίσετε να συμμετάσχετε:

- πληροφορίες σχετικά με την εταιρεία / οργανισμό που θα επεξεργαστεί τα δεδομένα σας, συμπεριλαμβανομένων των στοιχείων επικοινωνίας τους καθώς και τα στοιχεία επικοινωνίας του υπεύθυνου προστασίας δεδομένων (DPO), εάν υπάρχει
- ο λόγος για τον οποίο η εταιρεία / οργανισμός θα χρησιμοποιήσει τα προσωπικά σας δεδομένα
- πόσο χρόνο σκοπεύουν να διατηρήσουν τα προσωπικά σας δεδομένα
- λεπτομέρειες για οποιαδήποτε άλλη εταιρεία ή οργανισμό που θα λάβει τα προσωπικά σας δεδομένα
- πληροφορίες σχετικά με τα δικαιώματα προστασίας των δεδομένων σας (πρόσβαση, διόρθωση, διαγραφή, καταγγελία, ανάκληση συγκατάθεσης)

Όλες αυτές οι πληροφορίες πρέπει να παρουσιάζονται **με σαφή και κατανοητό τρόπο**.

3. Ειδικοί κανόνες για τα παιδιά

Εάν τα παιδιά σας επιθυμούν να χρησιμοποιούν διαδικτυακές υπηρεσίες, όπως τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τη λήψη μουσικής ή παιχνίδια, θα χρειαστούν συχνά έγκριση από εσάς, ως γονέα ή νόμιμο κηδεμόνα τους, καθώς αυτές χρησιμοποιούν τα προσωπικά δεδομένα του παιδιού. Το παιδί σας δεν θα χρειάζεται πλέον συγκατάθεση των γονέων μόλις είναι άνω των 16 ετών (σε ορισμένες χώρες της ΕΕ αυτό το όριο ηλικίας μπορεί να είναι πιο χαμηλό, ίσο με 13). Οι έλεγχοι επαλήθευσης της γονικής συγκατάθεσης πρέπει να είναι αποτελεσματικοί, για παράδειγμα χρησιμοποιώντας ένα



μήνυμα επαλήθευσης που αποστέλλεται στη διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ενός γονέα. Βλέπε ενότητα 1 για ειδική νομοθεσία στις χώρες των εταίρων.

4. Πρόσβαση στα προσωπικά σας δεδομένα

Μπορείτε να ζητήσετε πρόσβαση στα προσωπικά δεδομένα που μια εταιρεία ή οργανισμός τηρεί σχετικά με εσάς και έχετε το δικαίωμα να λάβετε δωρεάν ένα αντίγραφο των δεδομένων σας σε προσπελάσιμη μορφή. Θα πρέπει να απαντήσουν σε εσάς εντός ενός μηνός και πρέπει να σας δώσουν ένα αντίγραφο των προσωπικών σας δεδομένων και κάθε σχετική πληροφορία σχετικά με τον τρόπο που έχουν χρησιμοποιήσει ή χρησιμοποιούν τα δεδομένα.

5. Διαγραφή των προσωπικών σας δεδομένων (το δικαίωμα να ξεχαστείτε)

Εάν τα προσωπικά σας δεδομένα δεν χρειάζονται πλέον ή χρησιμοποιούνται παράνομα, μπορείτε να ζητήσετε τη διαγραφή των δεδομένων σας. Αυτό είναι γνωστό ως "το δικαίωμα να ξεχαστείτε". Αυτοί οι κανόνες ισχύουν επίσης για τις μηχανές αναζήτησης, όπως το Google, καθώς επίσης θεωρούνται υπεύθυνοι επεξεργασίας δεδομένων. Μπορείτε να ζητήσετε τη διαγραφή από τα αποτελέσματα της μηχανής αναζήτησης συνδέσμων σε ιστοσελίδες που συμπεριλαμβάνουν το όνομά σας, εάν οι πληροφορίες είναι ανακριβείς, ανεπαρκείς, άσχετες ή υπερβολικές.

Εάν μια εταιρεία έχει κάνει τα προσωπικά σας δεδομένα διαθέσιμα στο διαδίκτυο και ζητάτε τη διαγραφή τους, η εταιρεία οφείλει επίσης να ενημερώσει τους άλλους ιστότοπους στους οποίους έχουν μοιραστεί, ότι έχετε ζητήσει να διαγραφούν τα δεδομένα σας και οι σύνδεσμοι σε αυτά.

Για την προστασία άλλων δικαιωμάτων, όπως η ελευθερία έκφρασης, ορισμένα δεδομένα ενδέχεται να μην διαγράφονται αυτόματα. Για παράδειγμα, οι αμφισβητούμενες δηλώσεις που γίνονται από τους ανθρώπους σε δημόσια θέα, ενδέχεται να μην διαγραφούν αν εξυπηρετείται καλύτερα το δημόσιο συμφέρον από τη διατήρησή τους στο διαδίκτυο.

Πρακτικές συμβουλές

Πώς να προστατέψετε τη διαδικτυακή σας ταυτότητα

Παρόλο που δεν είμαστε σε θέση να ελέγξουμε ό,τι έχει γίνει γνωστό για εμάς στο διαδίκτυο, υπάρχουν βήματα που μπορούμε να ακολουθήσουμε για να κατανοήσουμε καλύτερα τις ηλεκτρονικές μας ταυτότητες και να είμαστε ικανοί να μοιραζόμαστε αυτό που θέλουμε, όταν θέλουμε. Αυτή η ενότητα στοχεύει να μας βοηθήσει να διαχειριστούμε καλύτερα την ηλεκτρονική μας ταυτότητα¹⁰.

Αυτές είναι μερικές πρακτικές συμβουλές που μας βοηθούν να αποφύγουμε τη διάδοση ευαίσθητων προσωπικών πληροφοριών σε άτομα ή φορείς που σκοπεύουν να τις εκμεταλλευτούν:

1. **Προσθέστε πρόσθετα στο πρόγραμμα περιήγησης ιστού:** Τα πρόσθετα έχουν τη δυνατότητα να ελέγχουν ιστότοπους και να μας προειδοποιούν για αυτούς που είναι γνωστό ότι είναι κακόβουλοι.
2. **Προστατέψτε τον κωδικό πρόσβασης.**

¹⁰ Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το θέμα μπορείτε να βρείτε στα μαθήματα του Internet Society: <https://www.internetsociety.org/tutorials/manage-our-identity/>



- ❖ **Εάν είναι εύκολο να μαντέψετε έναν κωδικό πρόσβασης**, τότε είναι εύκολο να κλαπεί. **Επιλέξτε κωδικούς πρόσβασης που μπορείτε να θυμάστε εύκολα, αλλά που δεν είναι εύκολο να μαντέψουν οι άλλοι.** Προσέξτε ιδιαίτερα να επιλέξετε διαφορετικούς, δύσκολους για κάποιον να μαντέψει, κωδικούς πρόσβασης για κάθε έναν από τους ιστοτόπους που είναι ιδιαίτερα σημαντικοί για εμάς, όπως οι ηλεκτρονικές χρηματοοικονομικές υπηρεσίες.
 - ❖ **Αποφύγετε να χρησιμοποιείτε τον ίδιο κωδικό πρόσβασης** για πολλούς ιστοτόπους, οπότε εάν παραβιαστεί ένας ιστότοπος, τα κλεμμένα διαπιστευτήρια δεν μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε άλλους ιστοτόπους. Εάν θέλουμε να επιλέξουμε κωδικούς που σχετίζονται για να τους θυμόμαστε εύκολα, δοκιμάστε να προσαρμόσετε τον κωδικό πρόσβασης για κάθε ιστότοπο προσθέτοντας μερικούς χαρακτήρες (όπως το όνομα του ιστότοπου). Αυτό δεν θα ξεγελάσει έναν ειδικευμένο επιτιθέμενο, αλλά θα κρατήσει έξω όποιον προσπαθεί να χρησιμοποιήσει τον κωδικό μας σε άλλους ιστοτόπους. Η βασική αρχή εδώ είναι να διατηρήσουμε τα πράγματα πρακτικά προστατευόμενοι ταυτόχρονα από τις πιο πιθανές επιθέσεις.
 - ✓ **Χρησιμοποιήστε έλεγχο ταυτότητας δύο παραγόντων:** Εάν η τράπεζά μας ή άλλοι σημαντικοί πάροχοι υπηρεσιών το προσφέρουν, εκτός αν η τράπεζά μας συμφωνήσει να αναλάβει όλη την ευθύνη σε περίπτωση που ο κωδικός μας παραβιαστεί. Οι επαναφορές κωδικού πρόσβασης έχουν σκοπό να μας βοηθήσουν όταν χάσουμε έναν κωδικό πρόσβασης (ή έχει κλειδωθεί). Κάθε ιστοσελίδα έχει μια ελαφρώς διαφορετική τεχνική για την επαναφορά ενός κωδικού πρόσβασης. Ακολουθούν τα πιο κοινά βήματα που ακολουθούνται για την επαναφορά των κωδικών πρόσβασης.
 - ✓ **Όταν επαναφέρουμε τον κωδικό μας**, μας ζητείται να απαντήσουμε σε κάποιες ερωτήσεις προσωπικής «ασφάλειας» που έχουμε απαντήσει προηγουμένως. Ενδέχεται να λάβουμε ένα μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου με έναν σύνδεσμο που επιτρέπει την επαναφορά ή μπορεί απλά να μας αποσταλεί νέος κωδικός πρόσβασης. Για ιστοτόπους που χρησιμοποιούν ερωτήσεις ασφαλείας για την επικύρωση της ταυτότητάς μας, χρησιμοποιήστε τις πραγματικές πληροφορίες (που μπορείτε εύκολα να θυμάστε) με τρόπους που είναι δύσκολο για κάποιον να μαντέψει. Για παράδειγμα, εάν η ερώτηση ζητά το όνομα του πρώτου σχολείου που παρακολουθήσαμε ή το όνομα του πρώτου δρόμου που κατοικούσαμε, απαντήστε με το δεύτερο σχολείο που παρακολουθήσατε ή τον δεύτερο δρόμο που κατοικούσατε. Με αυτόν τον τρόπο, ακόμη και κάποιος που γνωρίζει πολλά για εμάς θα έχει πρόβλημα να απαντήσει στις ερωτήσεις. Επίσης, να θυμάστε ότι δεν πρέπει να δώσετε «λογικές» απαντήσεις, εφ' όσον έχουν νόημα για εσάς και δεν μπορείτε να τις ξεχάσετε. Για παράδειγμα, εάν η ερώτηση ασφαλείας αναρωτηθεί «Ποιο είναι το αγαπημένο μας χρώμα», τίποτα δεν μας εμποδίζει να εισάγουμε "τρία" ή "τα μάτια της Μαρίας" ως απάντηση και θα είναι πολύ πιο δύσκολο για έναν εισβολέα να το μαντέψει.
3. **Προστασία ηλεκτρονικού ταχυδρομείου:** Παρακάτω θα βρείτε μερικές συμβουλές που μπορούμε να υιοθετήσουμε για να βοηθήσουμε στην προστασία του ηλεκτρονικού μας ταχυδρομείου, το οποίο βοηθά στην προστασία της ηλεκτρονικής μας ταυτότητας.



- ❖ **Επιλέξτε τις διευθύνσεις ηλεκτρονικού ταχυδρομείου με σύνεση**
- ❖ **Επιλέξτε διαφορετικές διευθύνσεις ηλεκτρονικού ταχυδρομείου** για καθένα από τους πολλούς διαδικτυακούς σας χαρακτήρες: Όταν έχουμε πολλαπλές διαδικτυακές προσωπικότητες, όπως επαγγελματική, προσωπική και ακαδημαϊκή, επιλέξτε διαφορετική διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου για καθεμία από αυτές. Η προσεκτική επιλογή του σωστού χαρακτήρα όταν κάποιος ζητά τη διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου μας μπορεί να αποτρέψει αργότερα προβλήματα. Για παράδειγμα, το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο της εργασίας ή του σχολείου μας μπορεί να μην είναι ιδιαίτερα ιδιωτικό εάν η εταιρεία ή το ίδρυμα αξιώνει το δικαίωμα να διαβάζει ή να αρχειοθετεί τα ηλεκτρονικά μηνύματα στους διακομιστές τους.
- ❖ **Χρησιμοποιήστε έλεγχο ταυτότητας 2 επιπέδων** όπου υπάρχει. Συνδυάζει διαφορετικές τεχνικές επαλήθευσης ταυτότητας για να καταστήσει πιο δύσκολο για έναν εισβολέα να υπονομεύσει ολόκληρη τη διαδικασία ελέγχου ταυτότητας. Για παράδειγμα, μπορεί να συνδυάσει "κάτι που γνωρίζουμε" (όπως έναν κωδικό πρόσβασης) και "κάτι που έχουμε" (όπως ένα τηλέφωνο - που σημαίνει επίσης ότι η διαδικασία ελέγχου ταυτότητας μπορεί να κάνει χρήση δύο ξεχωριστών μεθόδων επικοινωνίας). Αυτό το είδος ελέγχου ταυτότητας 2 επιπέδων θα λειτουργούσε ως εξής: εισάγουμε πρώτα τον κωδικό πρόσβασής μας. Έπειτα αποστέλλεται ένας δεύτερος κωδικός στο τηλέφωνό μας. Μόνο αφότου τον εισάγουμε θα έχουμε πρόσβαση στον λογαριασμό μας. Για να υπονομεύσει τη διαδικασία ελέγχου ταυτότητας, ο εισβολέας πρέπει τώρα όχι μόνο να γνωρίζει τον κωδικό πρόσβασής μας, αλλά επίσης να μπορέσει να υποκλέψει ξεχωριστό μήνυμα, σε πραγματικό χρόνο, που αποστέλλεται στο τηλέφωνό μας.

Ο ιστότοπος του Online Trust Alliance στη διεύθυνση <https://otalliance.org/> διαθέτει έναν κατάλογο πόρων που θα μας βοηθήσει να μάθουμε περισσότερα σχετικά με τις τεχνολογίες που μπορούν να βοηθήσουν στην προστασία της ταυτότητάς μας στο Διαδίκτυο.

Πώς μας παρακολουθούν στο Διαδίκτυο

Για να δούμε ποιος μας παρακολουθεί μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε τα εξής:

- ❖ **Lightbeam**: Το Lightbeam είναι ένα πρόσθετο για τον Firefox που δείχνει ποια τρίτα μέρη είναι παρόντα όταν επισκεπτόμαστε έναν ιστότοπο. Αν μετά πηγαίνουμε σε έναν νέο ιστότοπο, το Lightbeam θα δείξει όχι μόνο ποια τρίτα μέρη δραστηριοποιούνται σε αυτόν τον ιστότοπο, αλλά ποια τρίτα μέρη μας είδαν και στις δύο τοποθεσίες· και ούτω καθεξής καθώς επισκέπτεστε περισσότερες ιστοσελίδες.

Μπορούμε να το εγκαταστήσουμε μέσω του κεντρικού μενού του Firefox ή να πάμε στο Lightbeam -> **add to Firefox**. Για να το ξεκινήσετε, κάντε κλικ στο εικονίδιο Lightbeam στο επάνω μέρος του προγράμματος περιήγησης → περιηγηθείτε στο διαδίκτυο για λίγο → ελέγξτε την απεικόνιση.



- ❖ [Trackography](#) (Tactical tech project): Οι ιστοσελίδες ειδήσεων είναι μια μεγάλη πηγή πληροφοριών για εμάς. Το ποια εφημερίδα διαβάζουμε και ποια άρθρα μπορούν να πουν πολλά για τις πολιτικές μας απόψεις, τα γενικά ενδιαφέροντα ακόμη και πράγματα όπως η σεξουαλικότητα ή οι θρησκευτικές μας πεποιθήσεις. Το [Trackography](#) μας επιτρέπει να δούμε ποιος μας παρακολουθεί όταν διαβάζουμε τις ειδήσεις στο διαδίκτυο - μεταξύ άλλων, όπως από ποιες χώρες τα δεδομένα μας ταξιδεύουν στην πορεία.

Πηγαίνετε στο [Trackography](#) → *select our country* → *select the media we read* → δείτε πόσες εταιρείες διαβάζουν πάνω από τον ώμο μας. Εάν κάνουμε κλικ σε μια συγκεκριμένη εταιρεία, μπορούμε επίσης να μάθουμε περισσότερα για την πολιτική απορρήτου τους.

Πώς να προστατευτούμε από την παρακολούθηση στο διαδίκτυο

Για να αποκτήσουμε μεγαλύτερο έλεγχο στα δεδομένα μας, μπορούμε να ακολουθήσουμε τα παρακάτω βήματα:

Αλλάζουμε τις ρυθμίσεις για την ενίσχυση της ιδιωτικότητάς μας καθώς περιηγούμαστε στο διαδίκτυο και χρησιμοποιούμε τα κοινωνικά μέσα δικτύωσης

- **Firefox:** <https://myshadow.org/how-to-increase-our-privacy-on-firefox>
- **Chrome:** <https://myshadow.org/how-to-increase-our-privacy-on-chrome>
- **Twitter:** <https://myshadow.org/how-to-increase-our-privacy-on-twitter>

Εγκαταστήστε πρόσθετα για να παρεμποδίσετε τους ανιχνευτές

Υπάρχουν μερικά πολύ αποτελεσματικά μικρά λογισμικά που μπορούμε να εγκαταστήσουμε για να μπλοκάρουμε τους ανιχνευτές, να κρυπτογραφήσουμε τις συνδέσεις του ιστοτόπου μας ή να σταματήσουμε την εκτέλεση κατασκοπευτικών διαφημίσεων – πράγματα που μπορούν να κάνουν μεγάλη διαφορά στην ιδιωτικότητά μας. Συνήθως είναι καλή ιδέα να χρησιμοποιείτε περισσότερα από ένα εργαλεία για να αντιμετωπίζετε τα ίδια προβλήματα προστασίας του προσωπικού απορρήτου.

Κάθε εργαλείο χρησιμοποιεί διαφορετική τεχνική για να εμποδίσει τους ανιχνευτές, ενώ μερικά ενδέχεται να επηρεάσουν την εμπειρία περιήγησης. Η καλύτερη προσέγγιση είναι να τα δοκιμάσετε απλά και να βρείτε τον συνδυασμό που λειτουργεί για εσάς.

- **Privacy Badger:** [Install Privacy Badger from website](#) (Firefox, Chrome)
- **Adblock Plus:** [Install Adblock Plus from website](#) (Firefox, Chrome, Opera, IE, Safari, και άλλα)
- **Disconnect:** [Install from the Disconnect website](#)
- **HTTPS Everywhere:** [Install HTTPS Everywhere from website](#) (Firefox, Chrome, Opera)
- **NoScript:** [Install NoScript from website](#) (Firefox)



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

CYBER 
VIOLENCE

Βέλτιστες πρακτικές

- ❖ **ΤΑ ΚΕΝΤΡΑ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΧΡΗΣΗΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ** έχουν αναπτύξει διάφορους εκπαιδευτικούς πόρους με στόχο να βοηθήσουν τους εκπαιδευτικούς, τους γονείς και τους φροντιστές, τα παιδιά και τους νέους να ανακαλύψουν με ασφάλεια τον διαδικτυακό κόσμο. Τώρα μπορείτε να έχετε πρόσβαση σε όλους αυτούς τους πόρους σε μία μόνο τοποθεσία μέσω αυτής της [συλλογής πόρων](#).
- ❖ **ΠΟΡΟΙ ΗΜΕΡΑΣ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΧΡΗΣΗΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ:** Η Ημέρα Ασφαλούς Χρήσης του Διαδικτύου (SID) 2018 πραγματοποιήθηκε την Τρίτη 6 Φεβρουαρίου 2018 με θέμα "Δημιουργήστε, συνδεθείτε και μοιραστείτε τον σεβασμό: Ένα καλύτερο Διαδίκτυο αρχίζει μαζί σας". Μπορείτε να βρείτε μια συλλογή πόρων - από όλο το δίκτυο Insafe των Κέντρων Ασφαλούς Χρήσης Διαδικτύου και πέρα από αυτό - για να σας βοηθήσουμε να γιορτάσετε το SID στο σχολείο σας ... και μάλιστα να προωθήσετε ένα ασφαλέστερο και καλύτερο Διαδίκτυο όλο το χρόνο! Αναζητήστε ανά λέξη-κλειδί ή γλώσσα για να βρείτε πόρους για να ικανοποιήσετε τις ανάγκες σας, ή απλά περιηγηθείτε στη λίστα [εδώ](#).



Ενότητα 4: Δουλεύοντας με τη νεολαία

“Να είσαι ο εαυτός σου – βρες τον δικό σου τρόπο. Γνώρισε τον εαυτό σου πριν θελήσεις να γνωρίσεις τα παιδιά. Συνειδητοποίησε τι είσαι σε θέση να κάνεις (...). Είσαι το μοναδικό παιδί που πρέπει να συναντήσεις και να εκπαιδεύσεις πρώτο απ' όλα”

Μια τέτοια συμβουλή δόθηκε στους εκπαιδευτικούς από τον εκλεκτό Πολωνό δάσκαλο Janusz Korczak. Ισχύει για τους παιδαγωγούς, αλλά αναφέρεται επίσης στους εκπαιδευτικούς και τους δασκάλους των νέων. Γνωρίζοντας τον εαυτό σας, εργαζόμενος στις δικές σας αδυναμίες και αναπτύσσοντας τα δυνατά σας σημεία, και πάνω απ' όλα, η αυθεντικότητα στην επαφή με τους μαθητευόμενους θα επιτρέψει την αποτελεσματική συνεργασία με τους νέους.

Η εργασία με τη νεολαία διαφέρει από την εργασία με παιδιά ή με ενήλικες. Συνδέεται με τη συνεχή αντιπαράθεση με την εφηβική επανάσταση, με έντονα συναισθήματα, αλλά και με τη μεγάλη απορρόφηση των νέων μυαλών. Αν ένας κοινωνικός λειτουργός κατορθώσει να κερδίσει την εμπιστοσύνη των νέων και να τους ενθαρρύνει να συνεργαστούν, μπορεί να κάνει πολλά για τον εαυτό του, για τους μαθητές του και για ολόκληρες κοινότητες.

Μια σύντομη περιγραφή της νεολαίας ως κοινωνικής ομάδας

Για να μιλήσουμε για τη διδασκαλία των νέων, πρέπει να σκεφτούμε ποιους εννοούμε όταν λέμε για νέους ανθρώπους. Οι ερευνητές δεν συμφωνούν στον ορισμό της νεολαίας και της νεότητας ή ακόμα και μιας ηλικίας που θα μπορούσε να είναι καθοριστική για να χαρακτηριστεί ένα συγκεκριμένο άτομο στην κατηγορία της νεολαίας. Κατά κανόνα, στην κατηγορία των εφήβων περιλαμβάνονται άτομα ηλικίας από 11 έως 21 ετών, αν και το ανώτατο όριο συχνά μετακινείται ακόμη και στην ηλικία των 30 ετών. Ωστόσο, το βιολογικό κριτήριο της ηλικίας δεν αρκεί για να καθορίσει ποιοι είναι νέοι.

Οι ερευνητές που ασχολούνται με θέματα νεολαίας υπογραμμίζουν την παροδική φύση αυτής της περιόδου ζωής. Εξυπηρετεί την υιοθέτηση ορισμένων ρόλων ζωής και την απόκτηση δεξιοτήτων για την εφαρμογή τους. Ταυτόχρονα, είναι μια πολύ ταραχώδης περίοδος όταν ένα άτομο αγωνίζεται με τη βιολογική ωρίμανση και την αναζήτηση ταυτότητας. Αυτό συνδέεται με σύγχυση και άγχος. Οι νέοι άνθρωποι επικεντρώνονται με ενδιαφέρον στις ομάδες γύρω από την ιδέα ή το δόγμα, είναι επιρρεπείς στον δογματισμό και τη δοκιμή διαφορετικών ιδεολογιών. Μεταξύ των ενηλίκων, αναζητούν επίσης καθοδηγητές και απορρίπτουν τις αρχές. Η περίοδος της νεολαίας είναι η εποχή των εσωτερικών και εξωτερικών συγκρούσεων. Προσπαθούν να ορίσουν τον εαυτό τους και τον κόσμο γύρω τους. Οι νέοι οικοδομούν την κοσμοθεωρία τους, καθορίζουν ποια πρότυπα και αξίες θέλουν να τους καθοδηγούν στη ζωή τους. Γίνονται ανεξάρτητοι από την οικογένεια και αποκτούν κοινωνικές δεξιότητες. Παρά τα πολλά κοινά χαρακτηριστικά, οι νέοι είναι μια ετερογενής κατηγορία. Οι διαφορές προκύπτουν από το κοινωνικό και πολιτιστικό πλαίσιο στο οποίο εντάσσονται οι νέοι και από τα ατομικά χαρακτηριστικά.



Κανόνες συνεργασίας με τους νέους

Υπάρχουν πολλές δυσκολίες στην συνεργασία με τη νεολαία, όπως η αντίσταση στη συμμετοχή, η έλλειψη εμπιστοσύνης. Αυτές οι δυσκολίες μπορούν να αντιμετωπιστούν εφαρμόζοντας διάφορες αρχές:

- Να ακούτε τη φωνή των νέων, να τους αντιμετωπίζετε ως ισότιμους εταίρους.
- Συμπεριλάβετε τους νέους σε όλα τα στάδια της από κοινού εργασίας - από το σχεδιασμό, την εφαρμογή, ως την αξιολόγηση.
- Χρησιμοποιήστε μια γλώσσα που ο καθένας μπορεί να καταλάβει.
- Διοργανώστε συναντήσεις σε χώρους φιλικούς και δημοφιλείς στους νέους, π.χ. σε πολιτιστικά κέντρα.
- Δημιουργήστε μια ατμόσφαιρα αμοιβαίου σεβασμού και φιλίας και, πάνω απ' όλα, βεβαιωθείτε ότι όλοι αισθάνονται ασφαλείς.

Οι νέοι άνθρωποι είναι πολύ πιο πρόθυμοι να συμμετάσχουν σε δραστηριότητες που προκαλούν την περιέργειά τους, σχετίζονται με τα ενδιαφέροντά τους, ενθαρρύνουν τη σωματική άσκηση, είναι πλούσιες σε διάφορα εξωτερικά ερεθίσματα όπως πολύχρωμες παρουσιάσεις, εικονογραφήσεις, πίνακες ζωγραφικής, αρώματα, ήχους / μουσική. Είναι επίσης σημαντικό να προσδιοριστεί με σαφήνεια ο σκοπός για τον οποίο θα συμμετάσχουν οι νέοι. Αυτός ο στόχος πρέπει να είναι συνεπής με τις ανάγκες και τις αξίες των συμμετεχόντων, διαφορετικά η ομάδα δεν θα θέλει να αναλάβει δράση.

Εσωτερικά κίνητρα

Η εργασία με τους νέους θα πρέπει να βασίζεται στην προτροπή των εσωτερικών κινήτρων, η οποία είναι μια δύναμη που ωθεί τους ανθρώπους να αναλάβουν δράση παρά την έλλειψη εξωτερικών ανταμοιβών. Μιλάμε για εσωτερικά κίνητρα όταν κάνουμε κάτι, γιατί μας κάνει ευτυχημένους, μας δίνει μια αίσθηση ικανοποίησης και μας επιτρέπει να αναπτυχθούμε σε έναν τομέα που είναι σημαντικός για μας. Η δραστηριότητα που αναλαμβάνεται είναι μια ανταμοιβή από μόνη της. Αυτός ο τύπος κινήτρων ευνοεί τη δέσμευση και τη δημιουργικότητα, γι' αυτό αξίζει να αναπτυχθεί στους νέους.

Παράγοντες που αυξάνουν τα εσωτερικά κίνητρα:

- **Περιέργεια** - οι νέοι είναι πιο πρόθυμοι να μάθουν αυτό που εκείνοι θεωρούν ενδιαφέρον.
- **Αίσθηση επιρροής** - οι νέοι είναι πιο πρόθυμοι να εμπλακούν εάν έχουν την ευκαιρία να επιλέξουν και να έχουν πραγματική επιρροή στο τι τους συμβαίνει.
- **Αναγνώριση** - ο σωστά χρησιμοποιούμενος έπαινος έχει ως αποτέλεσμα την ενίσχυση των εσωτερικών κινήτρων, αλλά πολύ συχνά έχει το αντίθετο αποτέλεσμα.
- **Συνεργασία** - οι νέοι συνεργάζονται οικειοθελώς μεταξύ τους, εμπνέουν ο ένας τον άλλον και αλληλο-ενθαρρύνονται να δράσουν.
- **Ανταγωνισμός** - η επιθυμία σύγκρισης των αποτελεσμάτων σας με τα αποτελέσματα άλλων μπορεί να αποτελέσει πηγή εσωτερικών κινήτρων. Ωστόσο, αν οι αποκλίσεις μεταξύ των αποτελεσμάτων είναι πολύ μεγάλες, το κίνητρο μειώνεται.



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

CYBER 
VIOLENCE

- **Προκλήσεις** - ο σαφής καθορισμός του στόχου και η δυνατότητα παρακολούθησης του επιπέδου εφαρμογής του ευνοεί την ανάπτυξη εσωτερικών κινήτρων. Ο στόχος πρέπει να είναι εφικτός, αλλά να απαιτεί προσπάθεια και πάνω απ' όλα πρέπει να είναι συνεπής με τις αξίες και τις προσδοκίες ενός συγκεκριμένου ατόμου.
- **Ευχαρίστηση** - εάν κάποια δραστηριότητα μας χαρίζει ευχαρίστηση, όχι μόνο τη δεχόμαστε με μεγαλύτερη προθυμία, αλλά και θυμόμαστε περισσότερα γι' αυτή.

Το σημαντικότερο στοιχείο της μάθησης των νέων είναι το βίωμα. Οι νέοι πρέπει, αν είναι δυνατόν, να χρησιμοποιούν τις δικές τους γνώσεις και δεξιότητες για να μάθουν για το άγνωστο και να αποκτήσουν νέες συνήθειες. Ωστόσο, εάν οι υπάρχουσες γνώσεις και δεξιότητες είναι ανεπαρκείς, ο δάσκαλος ή ο εκπαιδευτής ενεργεί ως ειδικός και δίνει τις γνώσεις που έχουν ήδη δοκιμαστεί. Οι σπουδαστές, ωστόσο, θα πρέπει να έχουν την ευκαιρία να τις δοκιμάσουν σε έναν πρακτικό στόχο.



Συνεργατική μάθηση

Η μάθηση που βασίζεται στην ομαδική συνεργασία υποστηρίζει τη μάθηση σε μια ατμόσφαιρα αμοιβαίου σεβασμού και φιλίας, χάρη στην οποία είναι μια αποτελεσματική μέθοδος. Εντούτοις, αξίζει να συνδυάσετε προσεκτικά τους συμμετέχοντες στο εργαστήριο σε ομάδες. Θα πρέπει να θυμόμαστε ότι τα καλύτερα αποτελέσματα, τόσο στην ανάπτυξη μεμονωμένων μελών όσο και για ολόκληρη την ομάδα, φέρνουν εργασία σε μια πιο διαφορετική ομάδα. Ιδανικά, οι ομάδες θα πρέπει να αποτελούνται από τέσσερα άτομα, έτσι ώστε κατά τη διάρκεια μιας συγκεκριμένης εργασίας να μπορούν να εργάζονται σε ζευγάρια και, μετά από λίγο, να επιστρέψουν στη συζήτηση με ολόκληρη την ομάδα. Αν το επιτρέπει η ιδιαιτερότητα του έργου, αξίζει να ζητήσετε από τους συμμετέχοντες να αναθέτουν ρόλους (π.χ. κάποιος που κρατάει σημειώσεις, κάποιος υπεύθυνος για υλικά, ένας επιμελητής κλπ.), ώστε κανείς να μην παραμένει αδρανής. Οι ασκήσεις μπορούν επίσης να χωριστούν σε φάσεις και να ζητήσουν από μεμονωμένους μαθητές να καθοδηγήσουν την εφαρμογή τους (π.χ. στάδιο I - συζήτηση και ανταλλαγή ιδεών, στάδιο II - μετάφραση των προβλημάτων που συζητούνται σε στόχους και δραστηριότητες, στάδιο III - παρουσίαση των αποτελεσμάτων).

Σχεδιάζοντας την εκπαίδευση για τους νέους

Διάγνωση

Ένα πολύ σημαντικό στοιχείο στον σχεδιασμό της εργασίας με τους νέους είναι να αναγνωριστούν οι εκπαιδευτικές τους ανάγκες. Εάν δεν τις αναγνωρίσουμε, δεν θα μάθουμε αν το πρόγραμμα, τα εργαλεία και οι τεχνικές που σχεδιάζουμε θα είναι κατάλληλες και αποτελεσματικές.

Προκειμένου να δημιουργηθεί μια καλή διάγνωση των αναγκών του περιβάλλοντος των νέων, πρέπει να εμπλακούν οι εταίροι, για παράδειγμα: τα σχολεία, οι τοπικοί θεσμοί, οι τοπικές κυβερνήσεις, καθώς και οι ίδιοι οι νέοι. Μελετώντας τις ανάγκες των νέων από διαφορετικές οπτικές γωνίες, θα έχουμε περισσότερες πιθανότητες να αναγνωρίσουμε με ακρίβεια τα πραγματικά προβλήματα.

Δεν αρκεί να ρωτήσουμε ποια εκπαίδευση και ποια «θέλω» επιθυμούν οι νέοι. Πρέπει να είστε διερευνητικοί, μην σταματήσετε σε μια ερώτηση, αλλά εξερευνήστε το θέμα και αναζητήστε τα κρυμμένα αίτια της υπάρχουσας κατάστασης. Η μέθοδος "5 Γιατί" μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τον σκοπό αυτό. Το πρώτο στοιχείο αυτής της μεθόδου είναι να συγκεντρώσει όσο το δυνατόν περισσότερες πληροφορίες σχετικά με ένα συγκεκριμένο πρόβλημα. Παραδείγματα ερωτήσεων με τις οποίες μπορούμε να αναζητήσουμε απαντήσεις:

- Ποια είναι η κατάσταση; Τι συμβαίνει;
- Από πότε η κατάσταση μοιάζει να είναι έτσι; Έχει αλλάξει κάτι; Ήταν ποτέ διαφορετική;
- Ποια είναι η έκταση του προβλήματος; Πόσα άτομα αφορά;
- Ποιες θα είναι οι συνέπειες αν δεν αλλάξει τίποτα;

Κατόπιν προσδιορίστε ποιος μπορεί να σας βοηθήσει να αναζητήσετε την αιτία του προβλήματος. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τη μέθοδο καταιγισμού ιδεών για αυτόν τον σκοπό. Μόλις μάθετε ποιο μοιάζει να είναι το πρόβλημα και ποιον να ρωτήσετε για τα αίτιά του, μπορείτε να προχωρήσετε στο κατάλληλο στάδιο της μεθόδου "5 Γιατί", δηλαδή να ρωτήσετε "γιατί;". Για να



μάθουμε την πραγματική αιτία του προβλήματος, η ερώτηση "γιατί" πρέπει να ερωτηθεί κατά μέσο όρο 5 φορές, π.χ.

Πρόβλημα: Η νεολαία δεν συμμετέχει σε δραστηριότητες τοπικών πολιτιστικών θεσμών.

1. Γιατί οι νέοι δεν συμμετέχουν σε δραστηριότητες τοπικών πολιτιστικών θεσμών;

Επειδή δεν θέλουν.

2. Γιατί οι νέοι δεν θέλουν να συμμετέχουν σε δραστηριότητες τοπικών πολιτιστικών θεσμών;

Επειδή προτιμούν να περνούν χρόνο στο σπίτι μπροστά από έναν υπολογιστή.

3. Γιατί οι έφηβοι προτιμούν να περνούν χρόνο μπροστά στον υπολογιστή;

Επειδή φοβούνται να οικοδομούν σχέσεις στον πραγματικό κόσμο.

4. Γιατί οι έφηβοι φοβούνται να οικοδομήσουν σχέσεις στον πραγματικό κόσμο;

Επειδή αξιολογούν τις κοινωνικές τους δεξιότητες ως χαμηλές.

5. Γιατί οι νέοι εκτιμούν χαμηλά τα κοινωνικά τους προσόντα;

Επειδή σπάνια έχουν την ευκαιρία να εξασκήσουν αυτές τις δεξιότητες.

Στην παραπάνω περίπτωση, η λύση μπορεί να είναι η συμμετοχή των νέων σε δραστηριότητες που θα επιτρέψουν την ανάπτυξη διαπροσωπικών δεξιοτήτων, αρχικά σε μικρές ομάδες.

Μια σημαντική αρχή στη διάγνωση των αναγκών είναι να αποφευχθεί η απλή κατηγοριοποίηση. Στην παραπάνω περίπτωση, η διάκριση μεταξύ ενεργούς και αδρανούς νεολαίας έρχεται πρώτη, αλλά ίσως οι αδρανείς νέοι σε ορισμένους τομείς είναι πρόθυμοι να αναλάβουν πρωτοβουλία. Μετά από περισσότερες ερωτήσεις, μια τέτοια διαίρεση μπορεί να είναι παραπλανητική.

Κατά τη διάγνωση των αναγκών των νέων, αξίζει να χρησιμοποιηθούν ελκυστικές και ενδιαφέρουσες διαγνωστικές μέθοδοι που θα απαιτούν τη συμμετοχή των υποκειμένων, όχι μόνο τις απαντήσεις τους στις ερωτήσεις. Τέτοιες μέθοδοι μπορούν να είναι το περπάτημα, η χαρτογράφηση, το παιχνίδι στο γήπεδο, τα εργαστήρια. Η ελκυστική διάγνωση μπορεί να αποτελέσει κίνητρο για τους νέους να συμμετάσχουν αργότερα σε μαθήματα.

Η διάγνωση θα πρέπει να συμπληρώνεται με μια έκθεση που θα πρέπει να είναι σύντομη, κατανοητή σε όλους, ελκυστική και διαθέσιμη σε όσους ενδιαφέρονται.

Το αρχικό στάδιο της εκπαίδευσης

Μόλις ολοκληρωθεί η διάγνωση, πρέπει να εκπληρώσουμε τις ίδιες τις ανάγκες και να τις ενημερώσουμε λεπτομερώς. Είναι απαραίτητο να διατυπωθούν οι στόχοι αυτών των δραστηριοτήτων. Οι νέοι άνθρωποι είναι πιο πρόθυμοι να εμπλακούν, να γνωρίσουν ο ένας τον άλλον. Κατά τον σχεδιασμό μιας δράσης, θα πρέπει να προσεγγίζουμε τις διαγνωσμένες ανάγκες καθώς και τις δυνατότητες και τα εμπόδια της εφαρμογής από την ηλικία, τον τόπο διαμονής και το



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

CYBER 
VIOLENCE

ενδιαφέρον. Στη βάση αυτή, καθορίστε τις τάξεις τους, τον χρόνο και τον τόπο τους και, στη συνέχεια, σχεδιάστε τη στελέχωση των τάξεων.

Οι τάξεις ή τα μαθήματα πρέπει να ξεκινούν από το να γνωρίσουν ο ένας τον άλλον και να οικοδομήσουν ένα κλίμα εμπιστοσύνης και καλοσύνης. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί από τα παιχνίδια ενσωμάτωσης τα λεγόμενα να σπάσουμε τον πάγο. Αυτά είναι παιχνίδια τα οποία επιτρέπουν στους συμμετέχοντες και τους νέους να μάθουν κάτι για τον εαυτό τους, να ξεπεράσουν τη συστολή και να ενθαρρύνουν τη συνεργασία. Στο αρχικό μέρος της εκπαίδευσης, αξίζει επίσης να καθοριστεί ο σκοπός των τάξεων και η δομή τους.

Ένα σημαντικό στοιχείο του μαθήματος είναι ο καθορισμός των κανόνων που θα ακολουθήσουν όλοι οι συμμετέχοντες και οι καθοδηγητές. Μπορεί να επιτευχθεί με ένα συμβόλαιο που έχει συμφωνηθεί και υπογραφεί από όλους. Βοηθά να αποφεύγονται διάφορες ενοχλητικές καταστάσεις στην αίθουσα εκπαίδευσης. Επειδή οι νέοι επιθυμούν να αποφασίζουν για τον εαυτό τους και να επηρεάζουν το τι συμβαίνει γύρω τους, είναι καλύτερο να εγκαταλείψουμε την αυταρχική επιβολή αρχών που θα γίνουν σεβαστές και θα τις συγκροτήσουν από κοινού. Ο εκπαιδευτής μπορεί να ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να υποβάλλουν προγραμματικές προτάσεις, να κάνουν ερωτήματα προσανατολισμού ή να οργανώνουν συζητήσεις. Για τους κανόνες που ορίζονται στο συμβόλαιο, όλοι οι συμμετέχοντες πρέπει να συμφωνήσουν, και για να το αποδείξουν, αξίζει να το υπογράψουν. Το γραπτό συμβόλαιο θα πρέπει να αναρτηθεί σε ορατό μέρος και θα πρέπει να παραμείνει μέχρι το τέλος της εκπαίδευσης ή ενός κύκλου κατάρτισης. Σε προβληματικές καταστάσεις, ο εκπαιδευτής μπορεί να αναφερθεί σε θεσμοθετημένους κανόνες. Αν κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης αποδειχθεί ότι το συμβόλαιο υπολείπεται κάποιου κανόνα, με τη συγκατάθεση ολόκληρης της ομάδας, μπορείτε να τον προσθέσετε. Επίσης, εάν αποδειχθεί δύσκολο για κάποιους να συμμορφωθούν με ορισμένους από τους συμφωνημένους κανόνες και όλοι οι συμμετέχοντες επιθυμούν να τον επανασχεδιάσουν - είναι εφικτό. Το συμβόλαιο μπορεί να ενημερωθεί σε κάθε στάδιο της εκπαίδευσης - υπό την προϋπόθεση ότι γίνονται αποδεκτές όλες αυτές οι αλλαγές.

Το κύριο μέρος της εκπαίδευσης

Μόλις οι συμμετέχοντες και ο εκπαιδευτής γνωρίσουν ο ένας τον άλλον, ο στόχος του μαθήματος είναι σαφής για όλους, ποια θέματα θα συζητηθούν και πότε υπάρχουν διαλείμματα και όλοι δέχονται το συμβόλαιο κατάρτισης, μπορείτε να προχωρήσετε στο κύριο μέρος του μαθήματος..

Κατά την οργάνωση ενός χρονοδιαγράμματος μαθήματος, πρέπει να έχουμε κατά νου πώς μαθαίνουν οι νέοι και να τους παρέχουμε μια ποικιλία ερεθισμάτων και δραστηριοτήτων.



ΘΥΜΟΜΑΣΤΕ



Οι επιμέρους ενότητες των μαθημάτων διαχωρίζονται σαφώς μεταξύ τους. Οι άνθρωποι θυμούνται καλύτερα τι είναι στην αρχή και στο τέλος - τα σημαντικότερα ζητήματα πρέπει να βρεθούν σε αυτά τα άκρα. Οι εκπαιδευτές θα πρέπει επομένως να κάνουν πολλές «αρχές» και «τελειώματα» με κατάλληλα σχεδιασμένα διαλείμματα και περιλήψεις επιμέρους τμημάτων της διδαχθείσας ύλης.

Είναι καλή ιδέα να εισαχθεί η κινητικότητα στο κύριο μέρος της εκπαίδευσης, επειδή η δραστηριότητα βελτιώνει τη λειτουργία του εγκεφάλου. Εάν χρησιμοποιείτε τη μέθοδο διαλέξεων, αξίζει να κάνετε μικρές παύσεις κάθε 8-10 λεπτά. Μπορεί να είναι μια ερώτηση για τους συμμετέχοντες, ένα αστέρι ή μια σύντομη άσκηση.

Ολοκλήρωση της εκπαίδευσης και αξιολόγηση

Κάθε εκπαίδευση ή άλλη μορφή μαθημάτων πρέπει να έχει την ολοκλήρωση της και την περίληψή της. Χρησιμεύει στην οργάνωση της μεταδιδόμενης γνώσης. Στο τέλος κάθε μαθήματος αξίζει να συγκεντρωθούν οι απόψεις των συμμετεχόντων για τον βαθμό ικανοποίησής τους από την ολοκληρωμένη εκπαίδευση. Ωστόσο, μην σταματήσετε σε υποκειμενικές εκτιμήσεις, επειδή δεν λένε τίποτα για το αν έχουν επιτευχθεί οι στόχοι της εκπαίδευσης. Ως εκ τούτου, είναι απαραίτητο να εξεταστούν άλλες μορφές αξιολόγησης. Ο ευκολότερος τρόπος είναι να εξετάσετε τη γνώση, αλλά πιθανώς σε κανένα έφηβο δεν αρέσουν τα διαγωνίσματα. Μια καλύτερη λύση είναι να ελέγξετε αν οι συμμετέχοντες είναι σε θέση να χρησιμοποιήσουν τις αποκτημένες γνώσεις σε ένα συγκεκριμένο έργο. Μπορείτε επίσης να διεξάγετε προσωπικές και ομαδικές συνεντεύξεις ή να καλέσετε τους συμμετέχοντες της εκπαιδευτικής διαδικασίας να συμμετάσχουν σε εργαστήρια επισκόπησης. Εφαρμογές από την αξιολόγηση θα πρέπει να παρουσιάζονται με τη μορφή γραπτής έκθεσης.



References

- American Library Association. (2002). The Children's Internet Protection Act. <http://www.ala.org/cipa/>
- Bell, Vicki and Denise de la Rue. n.d. Gender harassment on the Internet. <http://www.gsu.edu/~lawppw/lawand.papers/harass.html>
- Belsey. (2006). Cyberbullying: An emerging threat to the "always on" generation. Available at <http://www.cyberbullying.ca>
- Biegel, Stuart. (1996). Constitutional issues in cyberspace: Focus on 'community standards'. *Los Angeles Daily Journal*, February 22, <http://www.gseis.ucla.edu/iclp/feb96.html>
- Cyber-stalking.net. (2002). Statistics. <http://www.cyber-stalking.net/statistics.htm>
- Dixon, S., Craven, E., Hayley, C., Weber, S. (2017). Preventing and eliminating cyberviolence initiative: Needs assessment findings. Atwater Library and Computer Centre. Montreal, QC. Retrieved July 13,
- Egan, Jennifer. (2000). Out in cyberspace. *The New York Times Magazine*, December 10, 2000.
- Finkelhor, David, Kimberly Mitchell, and Janis Wolak. (2000). Online victimization: A report on the nation's youth. <http://www.missingkids.com/download/nc62.pdf>
- Herring, Susan C. 2001. Gender and power in online communication. *Center for Social Informatics Working Papers*. <http://www.slis.indiana.edu/csi/WP/WP01-05B.html>
- Kiesler, Sara, Jane Siegel and Timothy W. McGuire. (1984). Social psychological aspects of computer-mediated communication. *American Psychologist* 39: 1123-1134.
- Magid, Lawrence. (2000). When kids surf, think safety first. *San Jose Mercury News*, June 17.
- McRae, Shannon. (1996). Coming apart at the seams: Sex, text and the virtual body. In L. Cherny and E.R. Weise (eds.), *Wired_women*, 242-263. Seattle: Seal Press.
- Mc Guckin C, Cummins PK, Lewis CA. (2010). Cyberbullying among children in Northern Ireland: Data from the Kids Life and Times surveys. *Psychology, Society, & Education*.
- Mc Guckin, C. (2013). School bullying amongst school pupils in Northern Ireland: How many are involved, what are the health effects, and what are the issues for school management?
- Office for Internet Safety (2008) A Guide to Internet Safety for Children. Available at <http://www.internetsafety.ie/website/ois/oisweb.nsf/page/286BBF5D3E55C002802574C10036C6CB>
- Office for Internet Safety (2012) Get With It – A guide to cyberbullying. Understanding and identifying cyberbullying to help protect your children. Available at [http://www.internetsafety.ie/website/ois/oisweb.nsf/page/7C7F45450A4CDC2B80257514004B6B10/\\$file/GWIT_Cyberbullying_Dec12.pdf](http://www.internetsafety.ie/website/ois/oisweb.nsf/page/7C7F45450A4CDC2B80257514004B6B10/$file/GWIT_Cyberbullying_Dec12.pdf)



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

CYBER 
VIOLENCE

- Olweus, D. (1993). Oxford: Blackwell.
- Olweus, D. (1999). Sweden, i P.K. Smith mfl. (red.) The nature of school bullying. A cross-national perspective. Routledge: London.
- O' Moore, M. (2010). . Dublin: Veritas. Understanding school bullying. A guide for parents and teachers
- O'Moore, M. og Kirkham, C. (2001). Self-esteem and its relationship to bullying behaviour, Aggressive Behavior
- O'Moore & P. Stevens (Eds.), Bullying in Irish education: Perspectives in research and practice. Cork, Ireland
- O'Moore, M. (2012). Cyber-bullying: the situation in Ireland. Pastoral Care in Education.
- Pfaffenberger, Brian. (1997). "If I want it its OK": Usenet and the (outer) limits of free speech. *The Information Society* 12.
- Purdy, N. & Mc Guckin, C. (2011). Disablist bullying: An investigation of student teachers' knowledge and confidence. Armagh, Northern Ireland: The Standing Conference on Teacher Education North and South (SCoTENS).
- Shim, Young Hee. 2002. Remarks at UNESCO Chair Symposium on Women's Rights, Cyber Rights. Seoul, South Korea, May 31, 2002.
- Smith PK, Morita Y, Junger-Tas J, Olweus D, Catalano R, Slee P. (Eds.) (1999). The nature of school bullying: A cross national perspective. London and New York: Routledge.
- Smith PK, Pepler DJ, Rigby K. (Eds.) (2004). Bullying in schools: How successful can interventions be? Cambridge: Cambridge University Press.
- Smith, P. K. & Steffgen, G. (Eds.) (2013). Cyberbullying, technology and coping. Oxfordshire: Psychology Press.
- Spertus, Ellen. (1996). Social and technical means for fighting on-line harassment. <http://www.mit.edu/people/ellens/Gender/glc>
- Thomas, Karen. (2002). Girls know way around Net, parents. *USA Today*, February 13, 2002.
- Tokunaga, R.S. (2010). Following you home from school. A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. Computers in Human Behaviour.
- Vandebosch, H. og Van Cleemput, K. (2009). Cyberbullying among youngsters. Profiles of bullies and victims.
- Vandebosch, H., Van Cleemput, K., Mortelmans, D., & Walrave, M. (2006). Cyberpesten bij jongeren in Vlaanderen. [Cyberbullying amongst youngsters in Flanders]. Brussels: viWTA.
- WHO@ (Working to Halt Online Abuse). (2002). <http://www.haltabuse.org/>



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

CYBER 
VIOLENCE

Appendix: Resources on the Web

- WHO@ (Working to Halt Online Abuse) - <http://www.haltabuse.org/>
- EU Kids Online, 2013: www.eukidsonline.net
- WiredPatrol (formerly CyberAngels) - <http://www.wiredpatrol.org/>
- CyberTipline - <http://www.cybertipline.com/>
- SafetyEd International - <http://www.safetyed.org/>
- <http://cyberviolence.atwaterlibrary.ca/wp-content/uploads/2016/08/Atwater-LibraryPreventing-and-Eliminating-Cyberviolence-Initiative-press-draft.pdf>