

Οδηγός για γονείς & κηδεμόνες: Τι είναι το cyberbullying & πως μπορείτε να το αντιμετωπίσετε

ΕΠΑΛ ΚΟΝΙΣΤΡΩΝ

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΓΟΝΕΩΝ & ΚΗΔΕΜΟΝΩΝ

ΕΙΡΗΝΗ ΚΑΝΟΝΙΔΟΥ

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ MSC ΜΝΑΕ 2022-2023

Cyberbullying/ Διαδικτυακός Εκφοβισμός: η νέα μορφή εκφοβισμού

<https://youtu.be/Gpfqg0rAHxQ>

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ-ΕΝΗΛΙΚΟΥΣ

Πως μπορώ να προστατεύσω ένα παιδί;

- Ανοιχτό κανάλι επικοινωνίας
- Διαρκής επιτήρηση του ηλεκτρονικού υπολογιστή
- Εξοικείωση με το διαδίκτυο
- Γνώση διαδικτυακών φίλων
- Ενημέρωση γονέων & παιδιών για την προστασία προσωπικών δεδομένων

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ-ΕΝΗΛΙΚΟΥΣ

Πως μπορώ να προστατεύσω ένα παιδί;

- Προσοχή σε σημάδια που δίνουν τα παιδιά (αναστάτωση, αλλαγή παρέας, απόσυρση, μειωμένη σχολική επίδοση, ψυχοσωματικά συμπτώματα)
- Συχνή υπενθύμιση ότι είμαστε κοντά τους ότι κι αν συμβεί
- ΑΜΕΣΗ ενημέρωση του σχολείου & επιμονή στην από κοινού επίλυση του θέματος
- ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΑ ΙΧΝΗ- Συμβουλές για προσεκτική συμπεριφορά ακόμα κι όταν υπάρχει θεωρητική ανωνυμία

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ-ΕΦΗΒΟΥΣ

Πως μπορώ να προστατεύομαι από/ να διαχειριστώ τον διαδικτυακό εκφοβισμό

- Δεν αποκαλύπτω ποτέ τους κωδικούς μου σε κανέναν.
- Δεν στέλνω γραπτά/ηχητικά μηνύματα εν βρασμού- είναι δύσκολο να πάρω πίσω αυτά που έχω πει πάνω στο θυμό μου.
- Όταν κάτι δεν φαίνεται σωστό σε έναν ιστοχώρο ή σε μια συνομιλία, τότε κατά πάσα πιθανότητα δεν είναι. Αποχωρώ αμέσως από αυτό τον ιστοχώρο ή διακόπτω αμέσως τη συνομιλία.
- Η διαδικτυακή επικοινωνία δεν είναι πάντα ιδιωτική, καθώς οι άλλοι μπορούν να αντιγράψουν, να εκτυπώσουν και να μοιραστούν με άλλους τα λεγόμενα ή τις φωτογραφίες μας.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ-ΕΦΗΒΟΥΣ

Πως μπορώ να προστατεύομαι από/ να διαχειριστώ τον διαδικτυακό εκφοβισμό

- **Τι μπορώ να κάνουμε αν κάποιος στέλνει σε εμένα ή σε κάποιον άλλο εκφοβιστικά μηνύματα:**
 - Δεν απαντώ στα εκφοβιστικά μηνύματα
 - Μπλοκάρω την πρόσβαση του αποστολέα.
 - Κρατάω και αποθηκεύω τα μηνύματα ή τις συνομιλίες. Αυτό θα είναι χρήσιμο εάν χρειαστεί ή εάν θελήσω να το καταγγείλω.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ-ΕΦΗΒΟΥΣ

Πως μπορώ να προστατεύομαι από/ να διαχειριστώ τον διαδικτυακό εκφοβισμό

- Δεν προωθώ μηνύματα, εικόνες & φωτογραφίες που θα μπορούσαν να πληγώσουν τα συναισθήματα κάποιου. Εάν κάποιος μου στείλει ένα μήνυμα και το προωθήσω ή γελάσω με αυτό, στην ουσία γίνομαι και εγώ μέρος του εκφοβισμού.
- Αναφέρω το πρόβλημα στους γονείς/ στο σχολείο ή σε άλλους ενήλικους που εμπιστεύομαι.

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ!

Εάν δω ότι κάποιος φίλος, γνωστός ή συμμαθητής είναι θύμα ηλεκτρονικού εκφοβισμού τον υποστηρίζω και καταγγέλλω το περιστατικό. Άλλωστε, το ίδιο θα ήθελα κι εγώ από τους άλλους αν ήμουν στη θέση τους.

Ας μην ξεχνάμε ότι οι αντιδράσεις των ανθρώπων που γίνονται μάρτυρες ενός τέτοιου γεγονότος είναι **σημαντικές** για να κλείσει αυτός **ο κύκλος του εκφοβισμού**.

Εκφοβισμός & Ελληνική Νομοθεσία

Μπορεί πράγματι να πάρει το

δρόμο της δικαιοσύνης;

Η απάντηση είναι πως ναι!

Ο εκφοβισμός, είτε διαδικτυακός είτε σχολικός και οι τρόποι με τους οποίους εκφράζεται (π.χ. απειλές, εκβιασμοί, κ.λπ.) αποτελούν ποινικά κολάσιμες πράξεις, μπορούν να πάρουν το δρόμο της δικαιοσύνης και να τιμωρηθούν βάσει της Ελληνικής Νομοθεσίας.



Εκφοβισμός & Ελληνική Νομοθεσία

Νόμος 5029/2023 - ΦΕΚ 55/Α/10-3-2023

«Ζούμε Αρμονικά Μαζί - Σπάμε τη Σιωπή»

<https://www.e-nomothesia.gr/kat-ekpaideuse/n-5029-2023.html>

Χρήσιμες ιστοσελίδες

<https://saferinternet4kids.gr/>

<https://www.hamogelo.gr/gr/el/diadrastiko-ekpaideitiko-ergaleio/>

<https://livewithoutbullying.com/cyberbullying/>

<https://cyberalert.gr/>

<https://www.help-line.gr/>