

# Επιπτώσεις και Δυνατότητες χρήσης Ηλεκτρονικών Υπολογιστών

Μαγούλα, 11/03/2017

## Επιπτώσεις χρήσης του Διαδικτύου

- Έκθεση στον κόσμο των ενηλίκων – απώλεια παιδικής αθωότητας.
- Διακίνηση φωτογραφιών ανηλίκων.
- Επικοινωνία με άγνωστους (ανήλικους, ενήλικες).
- Εθισμός στο στοίχημα, στην δράση, στην βία, στο σεξ.
- Χρήση Greeklish.
- Σωματική καταπόνηση.
- Πολλές φιλίες, πολλές σχέσεις.

## Είναι εξαρτημένο το παιδί μου;

Σημάδια εξάρτησης:

- Υπερβολική κούραση
- Ημερήσια υπνηλία
- Πτώση της σχολικής επίδοσης
- Παραμέληση άλλων αγαπημένων δραστηριοτήτων
- Κοινωνική απόσυρση
- Ανυπακοή και ευερεθιστότητα
- Αδιάληπτα συνδεδεμένο στο διαδίκτυο

## Τι μπορούμε να κάνουμε;

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Θέτουμε κανόνες και όρια.</li><li>• Επικοινωνία, σταθερότητα.</li><li>• Ενημέρωση, χρήση, αξιοποίηση, φιλτράρισμα.</li><li>• Περιορισμός πρόσβασης – εναλλακτικές προτάσεις.</li><li>• Όχι δαιμονοποίηση.</li><li>• Διακριτική παρακολούθηση.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Πρόσβαση σε κοινή θέα.</li><li>• Εκμάθηση από τα ίδια τα παιδιά.</li><li>• Μην συνδέεται η χρήση με επιβράβευση ή τιμωρία.</li><li>• Αναζήτηση εξειδικευμένης βοήθειας.</li><li>• Αναζήτηση!</li></ul> |
|---|--|

Δημήτρης Βαμβακάς  
Καθηγητής Πληροφορικής  
dimitris.vamvakas@gmail.com

Παρακάτω θα βρείτε μια λίστα με προτεινόμενα προγράμματα γονεϊκής παρακολούθησης και ελέγχου υπολογιστών (parental control), εναλλακτικές προτάσεις καθώς και κάποια χρήσιμα τηλέφωνα επικοινωνίας.

## Έλεγχος του Υπολογιστή μέσω λογισμικού

### Αποκλεισμός ιστοσελίδων, Χρονοδιακόπτης

- [K9 Web Protection](#)
- [Qustodio](#)
- [Ammy \(Remote\)](#)
- [Net Nanny €](#)
- [Verity Parental Control €](#)

### Αναφορές για κάθε κίνηση (πάτημα πλήκτρου) που γίνεται στον Η/Υ

- [Kidlogger](#)
- [Home KeyLogger](#)
- [Bitdefender](#)
- [WebWatcher €](#)

## Εναλλακτικές προτάσεις

- [www.allcancode.com](http://www.allcancode.com)
- [Gcompris](#).
- [Sebran](#)
- [Scratch](#).
- [Wikipedia](#).
- [Google Maps](#).
- [Ρομποτική](#)
- [Η μεγαλύτερη βιβλιοθήκη στην ιστορία](#).
- [Ειδησεογραφικές ιστοσελίδες](#).
- [Πληροφορίες για τα ενδιαφέροντα των παιδιών](#)

## Εξειδικευμένη βοήθεια

- **Μονάδα Εφηβικής Υγείας**, Β' παιδιατρική κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών στο Παίδων «Κυριακού», Μεσογείων 24, Γουδή τηλ: 2107710824
- **Γραμμή βοήθειας ΥποΣΤΗΡΙΖΩ**: Η ίδια Μονάδα Εφηβικής Υγείας διαχειρίζεται γραμμή χωρίς χρέωση (80011 80015).
- **Μονάδα Απεξάρτησης 18 Άνω** – Ψ.Ν.Α. (Βουρνάζου 37, τηλ: 210 6448980 – 210 6448003 – για άτομα 18 ετών και άνω)
- **ΚΕΘΕΑ ΠΛΕΥΣΗ** Τμήμα συμβουλευτικής για νεαρές ηλικίες ως 24 ετών, Μαγνησίας 25, τηλ: 2108218883
- **Ελληνική Εταιρεία Μελέτης της Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο** (<http://www.hasiad.gr/>).