

5LYKEIO@INTERNET-LIFE.GR

Ειδική έκδοση της Ομάδας Αγωγής Υγείας του 5^{ου} Λυκείου Αθήνας στα πλαίσια του προγράμματος «Εθισμός στη Διαδίκτυο και Εφηβεία»



**Το Διαδίκτυο είναι
παράθυρο στον κόσμο
όχι ο κόσμος**

Αγαπητέ αναγνώστη, μαθητή, γονέα, εκπαιδευτικό,

Το περιοδικό που κρατάτε στα χέρια σας, είναι αποτέλεσμα ομαδικής εργασίας και μία από τις δράσεις στα πλαίσια του προγράμματος Αγωγής Υγείας, με θέμα «Εθισμός στο Διαδίκτυο και Εφηβεία» που υλοποιήσαμε στο σχολείο μας.

Η προβληματική αλλά και κακόβουλη χρήση του Διαδικτύου και οι συμπεριφορές εξάρτησης, αφορούν πολύ μεγάλο ποσοστό μαθητών και όχι μόνον, σύμφωνα με έρευνες της Μονάδας Εφηβικής Υγείας της Β' παιδιατρικής κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών και της Ελληνικής Εταιρείας μελέτης της διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο. Οι ειδικοί χτυπούν καμπανάκι κινδύνου ότι το φαινόμενο με την εξάπλωση του Διαδικτύου, παίρνει ανησυχητικές διαστάσεις.

Προσωπική διαπίστωση όμως είναι πως οι μαθητές δεν παρακολουθούν τις έρευνες και προσπερνούν τις απόψεις των ειδικών. Δηλώνουν πως «γεννηθήκαμε με το Διαδίκτυο άρα δε μπορούμε να φανταστούμε τη ζωή μας έξω απ' αυτό αλλά δε γνωρίζουμε αν μας κάνει κακό.» Από την άλλη το μεγαλύτερο ποσοστό των εκπαιδευτικών φαίνεται να μένει απαθές στην εξέλιξη του φαινομένου, θεωρώντας πως είναι υπόθεση μόνον των γονέων η καλλιέργεια υγιούς συμπεριφοράς στο Διαδίκτυο. Ενώ οι γονείς είναι ανήσυχοι ή αδιάφοροι ή ανυποψίαστοι και δεν ξέρουν πώς να δράσουν.

Παίρνοντας υπόψη αυτές τις προσωπικές διαπιστώσεις, προσπαθήσαμε να εφαρμόσουμε μια καινοτόμο προσέγγιση στο ζήτημα. Σημαία μας και σύνθημά μας ήταν, να δημιουργήσουμε εμείς τα άρθρα, να διδαχθούμε απ' αυτά και οι μαθητές επίσης να διδάξουν άλλους συνομηλίκους καθώς στην εφηβεία οι μαθητές επηρεάζονται για συμπεριφορές περισσότερο μεταξύ τους.

Δουλέψαμε στο συγκεκριμένο πρόγραμμα, με ένα σύνθετο μοντέλο το οποίο περιλάμβανε βιωματική προσέγγιση συμπεριφορών, ενημέρωση από ειδικούς τους οποίους καλέσαμε ή συναντήσαμε μέσω εκδρομών και επιπλέον δράσεις, όπως εκδηλώσεις γενικότερης ευαισθητοποίησης, δημιουργία βίντεο, αφίσας, κειμένων, οι οποίες δράσεις, επέτρεψαν την αυτενέργεια και την πλήρη συμμετοχή των μαθητών στις διαδικασίες μάθησης.

Το αποτέλεσμα, μας ικανοποίησε όλους. Τα παιδιά όταν τους δοθούν κίνητρα δουλεύουν με την ψυχή τους και καταθέτουν απόψεις από τις οποίες μαθαίνουμε κι εμείς οι εκπαιδευτικοί οι οποίοι μέσα από τα αυστηρά μαθήματα, δε γνωρίζουμε τους μαθητές. Η γνώση εξάλλου που οικοδομείται από κοινού και μέσα από βίωμα έχει μεγαλύτερη αξία από τη στείρα γνώση. Επιπροσθέτως δεν μπορούμε να μην καταθέσουμε και την ανταπόκριση που είχε το πρόγραμμα και στην ευρύτερη κοινότητα του σχολείου. Μαθητές, ζήτησαν συμβουλές, κατέθεσαν προβλήματα, περιστατικά, ακόμη και δουλειά για αφίσες.

Πάνω απ' όλα πιστεύουμε ότι καταφέραμε να δημιουργήσουμε ένα άλλο μοντέλο μέσα στη σχολική κοινότητα, σύμφωνα με το οποίο στο κέντρο του σχολείου δε βρίσκεται, ούτε ο εκπαιδευτικός, ούτε ο μαθητής ως άτομα, αλλά οι σχέσεις αλληλεπίδρασης που μας αναδεικνύουν ως πρόσωπα.

Αισιοδοξούμε το περιοδικό ν' αποτελέσει κατάλληλο υλικό και για μαθητές και για εκπαιδευτικούς και για γονείς για την ευαισθητοποίηση και την αφύπνιση σε ζητήματα που προκύπτουν από τη χρήση Διαδικτύου.

Οι καθηγητές του προγράμματος: Α. Γιαννακάκη, Στ. Στάθης

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	Στάση και συμπεριφορά των εφήβων στο διαδίκτυο...2
Η ζωή μου με το Διαδίκτυο...3	24 ώρες το μυαλό σου εκεί...5
Ημέρα Ασφαδούς Διαδικτύου 2011...8	Εγκλωβισμένοι στα παιχνίδια του Διαδικτύου...10
Για ένα χρονικό διάστημα ήμουν σε online games για επτά με είκοσι ώρες την ημέρα...14	Πορνογραφία και Εθισμός στο Διαδίκτυο...15
Greeklish: Η ...διάλεκτος του Διαδικτύου	Giatl etsi mas aresei... αλλά και κινήσεις κατά της χρήσης...18
Εκπαιδευτικές εκδρομές στα πλαίσια του προγράμματος...20	Γιώργος Κορμάς, επιστημονικός συνεργάτης της Μονάδας Εφηβικής Υγείας για συμπεριφορές εξάρτησης στο διαδίκτυο...21
Όταν το διαδίκτυο γίνεται φόβος και τρόμος...28	Πιθανή ψυχολογία των μαθητών που δέχονται εκφοβισμό όπως εκτιμήθηκε από την ομάδα...32
Βασιλική Γκουντσίδου Φυσικός του ΑΠΘ, μέλος της διοικούσας επιτροπής του Ευρωπαϊκού προγράμματος E-cost για το Cyber bullying...34	Κώστας Βεργίδης, τμήμα διώξεων Ηλεκτρονικού Εγκλήματος Θεσ/νίκης Κυβερνοεγκλημα και Παγίδες του Διαδικτύου...36
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΣΙΩΜΟΣ, ψυχίατρος εφήβων, πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης της διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο...40	Γεννηθήκαμε με το internet και δεν καταλαβαίνουμε ότι μπορεί να καταστρέψει τη ζωή μας...44
Το παραμικρό στο Διαδίκτυο οι γονείς μπορεί να το κάνουν τεράστιο ΕΦΗΒΟΙ, ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ...45	Αξιολόγηση του προγράμματος από τους μαθητές...46

Το περιοδικό αφιερώνεται σε όλους τους μαθητές της Ομάδας Αγωγής Υγείας οι οποίοι με το ζήλο τους και την όρεξή τους έδωσαν ξεχωριστό νόημα στη φετινή σχολική χρονιά.

Επικοινωνία: 2410 230828 / agogygeias5lyk@yahoo.gr/
mail@5lyk-laris.lar.sch.gr

Ειδική έκδοση της Ομάδας Αγωγής Υγείας του 5ου Λυκείου Λάρισας στα πλαίσια του προγράμματος «Εθισμός στο Διαδίκτυο και Εφηβεία»
Κείμενα - Επιμέλεια Έλης: Αρχοντία Γιαννακάκη, συντονίστρια του προγράμματος. Εξώφυλλο: Βασιλική Στάθη.

Όλο το υλικό είναι αποτέλεσμα αλληλεπίδρασης και εργασίας της Ομάδας. Στην ηλεκτρολόγηση κειμένων βοήθησαν ευγενικά και οι μαθητές: Γιώργος Σύρμος και Νικολέτα Τσιάνκη Συνεργάτες της Ομάδας: Εκπαιδευτικοί: Αρχοντία Γιαννακάκη, Πληροφορικής και Στέφανος Στάθης, Φυσικός Μαθητές: Από τη Γ' τάξη: Ντιανέλα Βαλοαμοπούλου, Δημήτρα Βασιλείου, Ευαγγελία Δολμιά, Βασιλίνα Μανδραβέλη, Στεφανία Μουσιτάκα, Αγγελική Μπιλλά, Βασιλική Νικουλή, Φρανιζέσκα Νιούλια, Αφροδίτη Παπά, Νάνου Παπαροσένου, Σοφία Πατισούρα Από τη Β' τάξη: Μιλτιάδης Αλέξης, Νικολέτα Γιαννάκη, Παναγιώτης Κριντήρας, Άρτεμις Μπαλάνου, Δημήτρης Ντουληπέρης, Σταύρος Σαμαράς Καμηλαράκης, Ευθύμης Σκούφας, Χρήστος Σολοβός, Γιώργος Σύρμος, Περικλής Τζάνιζος, Νικολέτα Τσιάνκη.

Σχεδιασμός: Γεωργία Λαδοπούλου, 2410234743, e-mail: ladopou@otenet.gr Εκτύπωση: Σ. Λαδόπουλος & Σια Ε.Ε., 2410 575657, e-mail: lado69@otenet.gr

Στάση και συμπεριφορά των εφήβων στο διαδίκτυο

Το διαδίκτυο είναι αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινής ζωής των εφήβων. Οι σχεδόν μαγικές δυνατότητες που δίνει για επικοινωνία, ενημέρωση, εύρεση πληροφοριών, διασκέδαση και παροχή συμβουλών και λύσεων, καλύπτουν όλες τις ψυχολογικές ανάγκες τους και εκτονώνουν από τα μαθήματα και την πραγματικότητα.

Ζούμε σε μια μεταβατική εποχή. Οι γονείς προσπαθώντας το καλύτερο για τα παιδιά τους, υποδέχτηκαν το διαδίκτυο στο σπίτι με το πιστεύω ότι θα ανοίξει νέους ορίζοντες στην εκπαίδευσή τους. Βλέποντας όμως την πολύωρη ενασχόληση των εφήβων με το διαδίκτυο και μάλιστα με άλλες υπηρεσίες εκτός από τα μαθήματα και τις εργασίες, αντιδρούν, ανησυχούν και προσπαθούν να θέσουν όρια στην ενασχόληση αυτή ενώ οι έφηβοι θεωρούν ότι περιορίζεται έτσι η ανεξαρτησία τους.

Οι εκπαιδευτικοί χτυπούν καμπανάκι κινδύνου, διαπιστώνοντας ότι οι μαθητές είναι παθητικοί ακροατές, νarkωμένοι από το ψηφιακό χάπι του διαδικτύου, αδιάφοροι στα μαθήματα και φτωχοί στην έκφραση.

Τι συμβαίνει πραγματικά;

Κατ' αρχήν η ιστορία δείχνει ότι η είσοδος ενός καινούριου μέσου σε μια κοινωνία, συνοδεύεται από αντιφατικές αντιδράσεις: Επιδοκιμασία και άκρατη αισιοδοξία από τη μια και δαιμονοποίηση και ανησυχία από την άλλη. Αυτό που θα πρέπει να καταλάβουμε κυρίως οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς είναι ότι η τεχνολογία πάει πάντα μπροστά, το διαδίκτυο μπήκε στη ζωή μας και την εξελίσσει.

Σε αυτόν το νέο κόσμο λοιπόν, οι έφηβοι εξοικειωμένοι με το χειρισμό των νέων τεχνολογιών από τα ηλεκτρονικά παιχνίδια και τα chats από πολύ μικρή ηλικία, αισθάνονται πραγματική υπεροχή σε σχέση με τους μεγαλύτερους, γονείς και εκπαιδευτικούς, που ξαφνικά βρέθηκαν ψηφιακά αναλφάβητοι. Επιπλέον στο σπίτι οι δεσμοί της οικογένειας διέρχονται κρίση και λόγω του στρεσαρισμένου προγράμματος παιδιών και γονέων και λόγω της γενικότερης κοινωνικής κρίσης, με αποτέλεσμα οι γονείς να μην μπορούν να ασχοληθούν με τα ενδιαφέροντα των παιδιών τους και τα παιδιά να μην μπορούν να βρουν καταφύγιο στους γονείς. Εδώ θα πρέπει να προσθέσουμε και τις διαδικτυακές συνήθειες αρκετών γονέων, οι οποίες ασκούνται με τη γοητεία του νεοφώτιστου δημιουργώντας λανθασμένα πρότυπα στα παιδιά.

Από την άλλη, το σχολείο που έρχεται να συ-

μπληρώσει τη διαπαιδαγώγηση των παιδιών βρέθηκε κι αυτό απροετοίμαστο στις τεχνολογικές εξελίξεις, δημιουργώντας ένα δεύτερο ψηφιακό χάσμα. Ειδικά για την εισαγωγή του ψηφιακού σχολείου, όπως δείχνει η μέχρι τώρα πορεία, όχι μόνον δεν έγινε σχεδιασμός αλλά με μεγάλη επιπολαιότητα για παράδειγμα δόθηκαν laptop σε ΑΝΕΝΗΜΕΡΩΤΟΥΣ μαθητές αλλά και καθηγητές πρώτης Γυμνασίου ωθώντας σε δραστηριότητες εκτός μαθημάτων και επηρεάζοντας την ομαλή λειτουργία τους. Το σχολείο εξάλλου με την πλειονότητα κυρίως των παλιών καθηγητών, απορρίπτει πρακτικές που έχουν σχέση με τη δημιουργική αναζήτηση στο διαδίκτυο, παραμένοντας αγκυλωμένο σε ένα παραδοσιακό σύστημα απομνημόνευσης και εξετάσεων.

Κατά συνέπεια οι έφηβοι μαθητές εκμεταλλευόμενοι την άγνοια των μεγάλων και την άρνηση να δεχτούν τις νέες τεχνολογίες, διαβαίνουν μόνοι τους τα μονοπάτια του διαδικτύου, κρυφά και φανερά. Στο διαδίκτυο βρήκαν μια αίσθηση ελευθερίας και ανεξαρτησίας, με δυνατότητα να μπορούν να συνδεθούν όποτε θέλουν και το κυριότερο να δημιουργούν έναν ιδανικό εαυτό που κινείται πολλές φορές χωρίς περιορισμούς και συνέπειες.

Η εικόνα που παρουσιάζει σήμερα μεγάλο ποσοστό μαθητών στο διαδίκτυο έχει τα εξής παράδοξα:

- ✱ Ενώ φωνάζουν πως δεν υπάρχει ελεύθερος χρόνος, πολύτιμος χρόνος ανάλυνεται σε παιχνίδια, συνομιλίες και συντήρηση του προφίλ στο Facebook
- ✱ Ενώ είναι καχύποπτοι στην πραγματική ζωή, δε διστάζουν να καταθέσουν τα προσωπικά τους στοιχεία στις σελίδες του Facebook και να εκφράσουν τις πιο μύχιες σκέψεις τους στα chats.
- ✱ Ενώ δεν είναι συνεπείς στο προγράμματός τους στα μαθήματα, δεν ξεφεύγουν ούτε δευτερόλεπτο στο ραντεβού για τα διαδικτυακά παιχνίδια και δουλεύουν με τις ώρες για να εξελίξουν τον εικονικό χαρακτήρα τους.

Επιπλέον οι έφηβοι σερφάρουν και σε πορνογραφικό υλικό, πραγματοποιούν ηλεκτρονικές αγορές, χρησιμοποιούν τα greeklish στις γραπτές συνομιλίες, πολλοί εκβιάζουν και εκβιάζονται, δε διστάζουν να επικοινωνήσουν με αγνώστους και γενικώς κινούνται ανοχύρωτοι μπροστά σε κινδύνους που πιθανόν ελλοχεύουν στο διαδίκτυο.

Η ταυτότητά τους έχει να κάνει κυρίως με το προφίλ στο Facebook, το οποίο αλλάζει ανάλογα με τα στοιχεία που βάζουν κάθε φορά. Το ίδιο ευμετάβλητο είναι και η εικόνα των φίλων. Με μεγάλη ευκολία κάνουν add, προσθέτοντας καινούριο στη λίστα και με την ίδια



ευκολία κάνουν delete για να τον απορρίψουν ή να τον διαγράψουν. Ακόμη μαθαίνουν να ζουν και να κινούνται μέσα στο διαδίκτυο με εικονικά γενέθλια, εικονικά δώρα, εικονική προστασία ζώων, εικονικό μέγαλομα ζώων και φυτών, εικονική εξέλιξη των χαρακτήρων που εναρμονίζονται στα παιχνίδια κι όλα αυτά σε τέτοιο βαθμό που πολλές φορές μπερδεύεται με την πραγματικότητα. Η οποία πραγματικότητα δυστυχώς δεν είναι ούτε γρήγορη ούτε εύκολη.

Επιπλέον από τη στιγμή που μεγαλώνουν στον πολυτελή εικονικό κόσμο, πολλές φορές δίνουν μεγαλύτερη αξία στη διαδικτυακή επιτυχία από ό,τι στα μαθήματα και στην πραγματική ζωή. Έτσι όμως είναι πολύ επικίνδυνο η εικονική ζωή να ελγξει την πραγματική, η οποία πραγματική, απαιτεί τη μέγιστη προσπάθεια ενώ οι έφηβοι έχουν συνηθίσει στην ελάσσονα. Το αποτέλεσμα, η πραγματικότητα να γίνεται ακόμη δυσκολότερη. Δημιουργείται συνεπώς ένας φαύλος κύκλος: Όσο πιο δύσκολα οι έφηβοι επικοινωνούν στην πραγματική ζωή τόσο πιο απελευθερωμένοι θα είναι στο διαδίκτυο. Σ' αυτή την περίπτωση όμως, το διαδίκτυο μπορεί να μετατραπεί από μέσο εκτόνωσης σε μέσο εξόντωσης, στην καλύτερη περίπτωση των πιο ουσιαστικών χρόνων για τη μάθηση και το χτίσιμο των αξιών για τη ζωή και στη χειρότερη της ψυχικής και ακόμη και της σωματικής ακεραιότητας από κακόβουλους που εκφράζονται σ' αυτό.

Όλη αυτή η συμπεριφορά των εφήβων απαιτεί περισσότερο διερεύνηση από ειδικούς σε συνδυασμό με τους οικογενειακούς δεσμούς και τον παιδαγωγικό ρόλο του σχολείου. Πρέπει όλοι μας όμως να συνειδητοποιήσουμε τα εξής: πρώτον δεν πρέπει να δαιμονοποιούμε το διαδίκτυο γιατί αποτελεί μέρος της ζωής των εφήβων και δεύτερον καμιά απαγόρευση δεν μπορεί να φέρει αποτέλεσμα από τη στιγμή που οι έφηβοι σήμερα έχουν εύκολη πρόσβαση σ' αυτό.

Αρχοντία Γιαννάκη

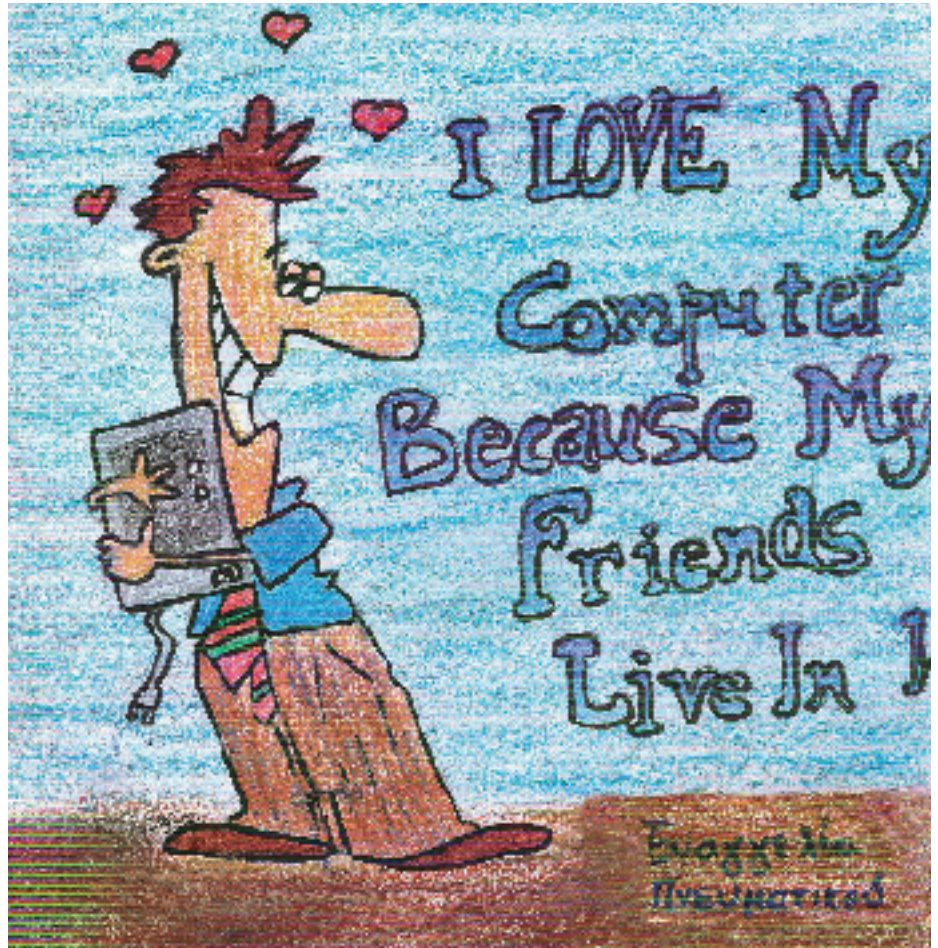
Η ζωή μου με το Διαδίκτυο

«Εύχομαι όλοι να καταλάβουν τι κακό παθαίνουν μια μέρα, προτού η ζωή τους φαντάζει σαν ένα λεωφορείο που μόλις έχασαν!»

Γεννήθηκα και μεγάλωσα σε μια οικογένεια όπου το κύριο μέσο απασχόλησης ήταν και συνεχίζει να είναι, ο ηλεκτρονικός υπολογιστής, είτε επαγγελματικά είτε για διασκέδαση. Από τα 3 ή 4 χρόνια μου ασχολούμουν κι εγώ με το συγκεκριμένο αντικείμενο. Ακόμη και τώρα οι γονείς μου εξιστορούν, γελώντας, τον πιθηκοειδή τρόπο με τον οποίο σκαρφάλωσα από την αγκαλιά του πατέρα μου πάνω στο γραφείο, μπροστά στη «μαγική» οθόνη και απαιτούσα να ξεκινήσει το παιχνίδι υπό τις υποδείξεις του καθοδηγητικού δακτύλου μου. Ένα δικτυωμένο μωρό, λοιπόν!!!

Επομένως δεν είναι να απορεί κανείς με τη μεγάλη μου εξοικείωση με τον υπολογιστή! Γιατί στα χρόνια που ακολούθησαν συνέχισα το παιχνίδι ακάθεκτη, και μάλιστα με ανταγωνισμό! Αναφέρομαι στο μεγαλύτερο αδελφό μου, φυσικά, ο οποίος μου ενέτεινε την περιέργεια στο να ανακαλύψω νέα παιχνίδια και να βάλω τα δυνατά μου να γίνω όσο καλύτερη μπορούσα! Και τότε...Ξεκίνησε ο χαμός! Συγγνώμη, η επαφή μου με το διαδίκτυο ήθελα να πω.

Αρχικά, μου φαινόταν πολύ παράξενο που ο αδελφός μου έψαχνε διάφορα πράγματα έτσι απλά, δίχως να έχει προηγηθεί κανενός είδους εγκατάσταση κάποιου προγράμματος ή εισχώρηση δίσκου (όπως στα παιχνίδια). Το internet ήταν, τότε, για μένα, ένας εντελώς διαφορετικός, χαστικός κόσμος, τον οποίο δεν ενδιαφερόμουν να μάθω, απλά αρκούμουν στο



γεγονός ότι αποτελεί άλλη μια βαρετή εφαρμογή του υπολογιστή. Εξάλλου, οι οδηγίες του πατέρα ήταν να μην έχω καμία επαφή εγώ η ίδια με αυτό: αν χρειάζομαι οτιδήποτε μπορούσα να το ζητήσω από αυτόν. Άλλωστε, ήταν μέρος της δουλειάς του! Έτσι, απλά μου ήταν αδιάφορος ο κόσμος του διαδικτύου.

Όπου μια μέρα, ήρθε «στο σπίτι» το YouTube! Το γνωστό μας site όπου μπορεί κανείς να δει κάθε είδους βίντεο, ανάλογα με τις επιθυμίες του! Και τότε ήρθε το πραγματικό χάος! Είχα ενθουσιαστεί τόσο πολύ, που δεν μπορούσα να ξεκολλήσω! Παρακαλούσα ώρες ολόκληρες μικρούς και μεγάλους να με μυήσουν στη χρήση του διαδικτύου και ιδιαίτερος του

YouTube, τη μεγάλη μου λατρεία! Οι αντιρρήσεις ήταν έντονες! Εντούτοις στο τέλος επικράτησε η επιθυμία μου: απέκτησα πρόσβαση στο διαδίκτυο, περιορισμένη σε 2 ή 3 ιστότοπους όπου θα μπορούσα να διασκεδάσω με ασφάλεια. Βέβαια, με τον καιρό- και δε μιλάμε για πολύ- οι επισκέψιμοι ιστότοποι μου έγιναν πολλαπλάσιοι με διάφορα! Μέρη όπου μπορούσα να ακούσω μουσική, να κοιτάξω στίχους, εικόνες, να ψάξω για πληροφορίες καθώς και να πάρω βοήθεια για τα πολυαγαπημένα μου παιχνίδια.

Ένας πράγματι χαστικός κόσμος, άπειρες διαφορετικές ενέργειες συγκεντρωμένες σε μια: στην περιήγηση στο internet. Είχα τρελαθεί. Καθόμουν ώρες ατέλειωτες και καλοπερνούσα,



αδιαφορώντας για οτιδήποτε άλλο, ακόμη και το φαγητό!

Η κατάσταση έγινε ακόμη πιο οδυνηρή όταν άρχισα να ασχολούμαι και με την κοινωνική δικτύωση (social network). Γιατί, όταν η μέρα σου αρχίζει και τελειώνει με ένα PC, δημιουργείται η ανάγκη για επικοινωνία! Τότε, ήταν καλοκαίρι θυμάμαι, το πρόγραμμά μου ήταν το εξής: πρωινό ξύπνημα στις «αργάμισι», άνοιγμα υπολογιστή για έλεγχο ηλ. ταχυδρομείου και μουσική, μέχρι την ώρα του μεσημεριανού. Ακολουθούσε γεύμα και λίγος χρόνος με την οικογένεια, για τα τυπικά, κι ύστερα ήμουν πάλι πίσω στον υπολογιστή. Τραγουδία ανάλογα με τη διάθεσή μου επιλεγμένα από το διαδίκτυο, συνόδευαν το πολύωρο

μεσημεριανό-απογευματινό παιχνίδι μου. Αργά το απόγευμα, θυμόμουν ότι ήθελα να μιλήσω με κάποιον, οπότε έπιανα κουβέντα δίχως κανένα θέμα ή σκοπό, κυριολεκτικά, με τον οποιονδήποτε. Μέχρι τα μεσάνυχτα ήμουν ένα αποβλακωμένο πτώμα που πήγαινε να κοιμηθεί νησικό κι άπλυτο.

Στην αρχή, οι απογευματινές κουβέντες συντελούνταν με τις καλύτερες φίλες, μετά με φίλους και συμμαθητές, ύστερα με άλλους γνωστούς και τελικά και με άγνωστα άτομα. Το έβρισκα διασκεδαστικό. Ήμουν ενημερωμένη για τον κίνδυνο αυτής μου της πράξης, ωστόσο επέμενα να μιλώ με αγνώστους. Μου φαινόταν συναρπαστικό το πόσο εύκολα μπορούσα να γνωρίσω τόσα άτομα και να γίνουμε φίλοι!

Πολλά από αυτά τα άτομα μου είχε περάσει από το μυαλό να τα γνωρίσω και από κοντά! Ευτυχώς, η μητέρα μου το ανακάλυψε αρκετά σύντομα και με έπεισε να απέχω από τις «γνωριμίες». Ομολογώ ότι προσπάθησε πολύ, είμαι αγύριστο κεφάλι!

Μετά από αυτό, σαν κάπως να μου έφυγε ο ενθουσιασμός και το πάθος με τον υπολογιστή. Εξάλλου, με έφαγε και η ρουτίνα! Για να μην αναφέρω την ανυπόφορη γκρίνια όλων «σήκω από κει!!!». Ε, λοιπόν σηκώθηκα κι εγώ, συνειδητοποιώντας ότι είχα περάσει ενάμιση χρόνο και ολόκληρο (!) το καλοκαίρι μου μπροστά σε μια άσχημη οθόνη. Ήθελα τόσο πολύ να πάω στη θάλασσα ή στο πάρκο, να χαρώ τη ζέστη, τους φίλους, την οικογένειά μου, όμως ήδη κόντευε Σεπτέμβρης και όλοι είχαν ήδη στρωθεί στις δουλειές τους. Ντρεπόμουν να τους πω ότι μου έλειψε να περνάμε χρόνο μαζί, διαισθανόμουν την απάντηση «όταν ήταν καιρός και είχαμε χρόνο, εσύ ήθελες άλλα!!!».

Από τότε, δεν μπορώ να κάτσω παραπάνω από 20 λεπτά στο internet και το οποίο είναι 2 ώρες σε περίπτωση που παίζω. Κανείς δεν μου επέβαλε αυτό το όριο, ποτέ! Ούτε και εγώ η ίδια δεν το έθεσα σαν πρόγραμμα! Απλά, μετά από αυτές τις ώρες με έπιανε μια μυστηρία μελαγχολία και ανησυχία και ήθελα επειγόντως (!) να σηκωθώ και να κάνω οτιδήποτε διαφορετικό, και πιο ωφέλιμο!

Έτσι, λοιπόν, έμαθα πώς να χρησιμοποιώ σωστά το internet, με μέτρο. Λυπάμαι που έχασα τόσο χρόνο «ρουφηγμένη» σε αυτό, κι ακόμη λυπάμαι και τρομάζω όταν περνώ έξω από κάποιο Internet Café και βλέπω αυτό το θέαμα: Μια αίθουσα γεμάτη εφήβους και κανέναν να μην επικοινωνεί ουσιαστικά με κάποιον από την ίδια αίθουσα, μόνο είναι όλοι απορροφημένοι στις οθόνες τους. Εύχομαι όλοι να καταλάβουν τι κακό παθαίνουν μια μέρα, προτού η ζωή τους φαντάζει σαν ένα λεωφορείο που μόλις έχασαν!

Άρτεμις Μπαλάνου

24 ώρες το μυαλό σου εκεί...

Τι είναι ελκυστικό και μπορεί να γίνει εθιστικό στο Facebook.

Chating, παιχνίδια, αναζήτηση δημοσιεύσεων ελκύουν στο Facebook και μπορούν να προκαλέσουν εθισμό. Εθισμό μπορεί να προκαλέσει και η γνωριμία με άτομα ή ομάδες που γοητεύουν, όπως συγκροτήματα κλπ.

Στους μαθητές 13-16 χρονών όπου επιδιώκεται να φανεί ένας εαυτός πιο μεγάλος και αναζητώνται τέτοιου είδους εμπειρίες είναι πολύ εύκολο να κολλήσει κανείς όταν τις βρει.

Η διαδραστική συνομιλία με πολλά άτομα που μπαينوβγαίνουν είναι δε-

σμευτική και μπορεί να οδηγήσει στη μη αντίληψη του χρόνου που περνάει. Κατάχρηση γίνεται όταν μπαίνει κανείς και περιμένει να επικοινωνήσει οπωσδήποτε με κάποιον και κάθεται με τις ώρες. Μετά μπορεί να σκεφτεί τον ελεύθερο χρόνο, αλλά πάλι αυτό δεν αλλάζει.

Σαν αφορμή για την κατάχρηση στο Facebook, καταγράφονται και οι αλλαγές στο Γυμνάσιο, οι οποίες από μεγάλο ποσοστό μαθητών θεωρούνται δραματικές. Οι μαθητές έρχονται αντιμέτωποι με ένα πειθαρχημένο, εξαντλητικό, καταπιεστικό σύστημα χωρίς καμία προσέγγιση από καθηγητές, οι

οποίοι στην καλύτερη περίπτωση είναι αδιάφοροι.

Στους καινούριους χρήστες υπάρχει ένας υπερβάλλον ζήλος και υπάρχει κατάχρηση και εθισμός, όσο όμως περνούν τα χρόνια η κατάσταση εξομαλύνεται και ελέγχεται καλύτερα.

Τα παιχνίδια που αυξάνουν το χρόνο παραμονής όσο προχωρά το επίπεδο δυσκολίας τους, οδηγούν στο να μην καταλαβαίνει κανείς πόσος χρόνος περνάει και ούτε να μπορεί να τα διακόψει.

Εθισμό μπορεί να δημιουργήσει και η ενασχόληση με τις φωτογραφίες, είτε για το ανέβασμά τους, είτε για να περ-



νάει κάποιος την ώρα του βλέποντας κομμάτια από τη ζωή των άλλων. Τα comments σε φωτογραφίες και βίντεο μπορεί να κολακεύουν και να ανεβάζουν την αυτοπεποίθηση.

Το χτίσιμο του προφίλ σπαταλά επίσης σημαντικό χρόνο στη χρήση του Facebook. Πολύ καλή ενασχόληση είναι η ελεύθερη δημιουργική αναζήτηση ενδιαφερουσών δημοσιεύσεων και η ανταλλαγή απόψεων σχετικά με ένα κοινωνικό ζήτημα.

Από την άλλη γονείς και καθηγητές βλέπουν την ενασχόληση με το Facebook με καχυποψία. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα πολλές φορές η ενασχόληση να έχει τη γοητεία του απαγορευμένου και να γίνεται αντιδραστικά και καταχρηστικά. Όταν όμως οι γονείς αποκτήσουν Facebook κολάνε στο μεγαλύτερο ποσοστό στις ίδιες υπηρεσίες με τα παιδιά τους.

In - Out...

In: Όταν σου αρέσει κάποιος και τον ξέρεις, με μήνυμα μέσω Facebook μπορεί να κάνεις πιο εύκολη την γνωριμία.

Out: Αν κάνεις ένα σχόλιο πολλές φορές αποκτούν ένα σωρό άτομα και γεμίζουν ενημερώσεις, τις οποίες δεν μπορείς να διαχειριστείς.

In: Κρατάς επαφές με φίλους που είναι μακριά και έτσι οι σχέσεις αυτές που πιθανόν να ξεθύμαναν παραμένουν ενεργές και δυνατές

Up - Down...

- ◆ Γνωριμία με συγκροτήματα school wave. Μια σχέση που έγινε εθισμός στο Facebook και που έσβησε με τον καιρό μετά από συνάντηση και γνωριμία στον πραγματικό κόσμο.
- ◆ Συνομιλία ταυτόχρονα με 30-100 χρήστες. Δυσκολία στη διαχείριση, zaláδα και αποστολή βίντεο, φωτογραφιών και comments σε άλλους αντί άλλων.
- ◆ Γονείς που «έμπλεξαν στα ίδια γρανάζια» με τα παιδιά και δεν μπορούν να ξεκολλήσουν.
- ◆ Διαρροή εμπιστευτικών πληροφοριών μέσω Facebook και κατάθλιψη μαθητή.
- ◆ Ελεύθερη και δημιουργική επικοινωνία μέσω σοβαρών άρθρων και δημοσιεύσεων στο Facebook και ενίσχυση του επικοινωνιακού προφίλ.



Ο τρόπος χρήσης και λειτουργίας του προφίλ στο Facebook ως ένας παράγοντας πιθανής υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου

Το profile στο Facebook δίνει τη δυνατότητα να παρουσιάσει κανείς τον εαυτό του όπως είναι ή όπως θέλει να είναι, με κείμενο ή με φωτογραφίες. Κατά συνέπεια ο χρήστης μπορεί να καταναλώνει πολύ χρόνο για να συντηρεί αυτήν την εικόνα και πιθανόν να οδηγηθεί στην κακή χρήση και κατάχρηση με ενδεχομένους κινδύνους, χτίσιμο ψεύτικου εαυτού και συντήρηση διπλής προσωπικότητας καθώς και έκθεση προσωπικών δεδομένων.

Το profile δίνει τη δυνατότητα να εκφραστούν τα φύλα, καθώς τα κορίτσια ασχολούνται περισσότερο με την εικόνα τους και προσέχουν τα κείμενα που γράφουν, ενώ τα αγόρια κατά το πλείστον αυτό το κομμάτι το προσπερνούν ή προβάλλουν περισσότερο τα χόμπι τους.

Πολλοί έφηβοι χρήστες παρουσιάζονται στο προφίλ όπως πραγματικά είναι, καθώς θέλουν να χρησιμοποιήσουν το Facebook για την επικοινωνία με τους φίλους τους. Για την επιλογή και το ανέβασμα των φωτογραφιών υπάρχει διαφωνία.: Κυρίως κορίτσια θεωρούν το προφίλ σαν μέσο έκφρασης, καλλιτεχνικής και ψυχικής, γι' αυτό και επιλέγουν προσεγμένες φωτογραφίες για να μοιραστούν με φίλους ή γιατί αρέσει να τις βλέπουν και όχι για να τους προσέξουν οι άλλοι.

Κάποιοι θεωρούν τις φωτογραφίες απαραίτητες στην επικοινωνία γιατί δείχνουν ποιοι είναι. Πολλοί χρήστες προτιμούν αντί για προσωπικές φωτογραφίες να χρησιμοποιούν ομαδικές. Λίγοι όμως είναι αυτοί που ρωτάνε τους φίλους τους αν εκείνοι θέλουν να δημοσιεύουν οι φωτογραφίες τους και αυτό γιατί θεωρούν ότι και εκεί-

νοι κάνουν το ίδιο. Μια μερίδα πάντως ενοχλείται που βλέπει τον εαυτό της σε φωτογραφίες χωρίς την άδεια και προς αυτήν την κατεύθυνση πρέπει να υπάρξει εκστρατεία ενημέρωσης. Πάντως κάποιοι αντί για φωτογραφίες χρησιμοποιούν animations ή cartoons γιατί δεν θέλουν να τους βλέπουν.

Για αρκετούς χρήστες η δυνατότητα να παρουσιάσει κάποιος τον εαυτό του όπως θέλει δεν έχει νόημα καθώς θα τον προσέξουν μόνον οι άγνωστοι ενώ στους γνωστούς γελοιοποιείται. Το ίδιο ισχύει και για το ανέβασμα προκλητικών φωτογραφιών.

Γενικά όταν δεν ξέρεις κάποιον οι προκλητικές φωτογραφίες προσπερνούνται επιφανειακά και δεν επηρεάζουν αφού είναι άγνωστο τι κρύβεται πίσω τους. Όταν τον ξέρεις σχολιάζεις αρνητικά.

Συνήθως στο προφίλ γράφονται ψεύτικα αδέρφια και γονείς και για να χάσει το ρόλο της έκθεσης προσωπικών δεδομένων αλλά και για να ικανοποιηθούν με αυτόν τον τρόπο οι φίλοι που θα επιλεγούν για αυτές τις σχέσεις.

Γενικά όταν υπάρχει ενημέρωση και δε γίνεται κάτι με την αφέλεια του παιχνιδιού, η στάση προς αυτό γίνεται πιο σοβαρή. Είναι έλλειψη ωριμότητας και σοβαρότητας να ασχολείται κανείς σοβαρά με το προφίλ καθώς είναι γελοίο να προσπαθείς να αλλοιώσεις την προσωπικότητά σου. Στο τέλος έχεις πρόβλημα με το ποιος είσαι και οι άλλοι δε σε εμπιστεύονται. Εξάλλου οι μοναχικοί χρήστες είναι αυτοί που ασχολούνται περισσότερο με το προφίλ ενώ αυτοί που επικοινωνούν με τους φίλους τους δεν επενδύουν σε αυτόν τον τομέα.

Ο εθισμός με τις φωτογραφίες είναι αναπόφευκτος ειδικά όταν η χρήση των ιστότοπων κοινωνικής δικτύωσης ξεκινήσει από την ηλικία του Δημοτικού και του Γυμνασίου. Μετά όμως η κατάσταση εξομαλύνεται.

Από τους 21 μαθητές της ομάδας, μόνον 5 δεν έχουν προφίλ κι από αυτούς οι 3 πέρασαν περίοδο εξάρτησης με το myspace, οπότε το βάρεθηκαν και δε θέλησαν να συνεχίσουν. Όλοι οι μαθητές δηλώνουν πως έφτιαξαν το προφίλ για να είναι μέσα στο κλίμα της εποχής και να επικοινωνούν μεταξύ τους και με τους φίλους τους. Δυο μόνον στους 21 διάβασαν τους όρους χρήσης (...Δεν μπορούμε να εγγυηθούμε σε κανέναν ότι τα προσωπικά σας δεδομένα δε θα εκτεθούν σε μη εξουσιοδοτημένα άτομα...), χωρίς να επηρεαστούν στη διαδικτυακή συμπεριφορά τους, ενώ μεγάλο ποσοστό είχε δώσει και τον κωδικό στους φίλους του.

Επίδραση του Facebook στον ελεύθερο χρόνο και τις δραστηριότητες

Στις περισσότερες περιπτώσεις η ύπαρξη δραστηριοτήτων δρα αποτρεπτικά για την κατάχρηση του Facebook γιατί δεν προλαβαίνει κανείς. Το αντίθετο μπορεί να συμβεί όταν υπάρχει ελεύθερος χρόνος. Παρόλα αυτά αν παρασυρθεί κανείς στην ενασχόληση μπορεί να παραμεληθούν δραστηριότητες ή ακόμη και να διακοπούν.

Ο παράγοντας που επηρεάζεται πολύ από την χρήση - κατάχρηση του Facebook είναι ο ύπνος. Έτσι δεν υπάρχουν ενοχές ότι πάει χαμένος ο χρόνος. Αποτέλεσμα όμως αυτής της στάσης είναι η αίσθηση κούρασης, ατονίας και χάσιμο δυνάμεων. Ειδικά Παρασκευή και Σάββατο χάνεται ο έλεγχος από τους περισσότερους χρήστες-μαθητές όταν δε βγαίνουν έξω, με αποτέλεσμα να κοιμούνται τις πρώινες ώρες.

Πολλοί θεωρούν ότι η χρήση του Facebook δεν τους επηρεάζει στο διάβασμα αλλά συμφωνούν ότι έχει επηρεαστεί το συγκεντρωμένο διάβασμα. Υπάρχουν άλλοι χρήστες που δηλώνουν ότι μετά την ενασχόληση με το Facebook οργάνωσαν καλύτερα το διάβασμα το οποίο είναι σε προτεραιότητα για να μπαίνουν αργότερα στο Facebook.

Σημαντικό ποσοστό όταν έχει να βγει έξω δε βάζει πιο πάνω το Facebook, αλλά για το διάβασμα το σκέφτεται

Συμπεράσματα όπως προκύπτουν από την προσέγγιση της ομάδας

Το Facebook προσφέρει πολλές δυνατότητες και επιλογές στην επικοινωνία, ενημέρωση, ψυχαγωγία που καλύπτουν πολλές ψυχολογικές ανάγκες των εφήβων.

Οι αλλαγές στην εφηβεία σε συνδυασμό με τις αλλαγές στη ζωή των μαθητών του Γυμνασίου ευθύνονται για



την υπερβολική χρήση του Facebook. Αυτές σε συνδυασμό με το χαρακτήρα και την έλλειψη ενημέρωσης μπορούν να δημιουργήσουν εθισμό.

Το Facebook δηλαδή χρησιμοποιείται σαν μέσο απόδρασης από τα καθημερινά προβλήματα με το chat, τα παιχνίδια και τη συντήρηση του προφίλ. Είναι ένα μέσο για ελεύθερη και δημιουργική αναζήτηση πέρα από το πειθαρχημένο εξαντλητικό πρόγραμμα του σχολείου που παραμένει αγκυλωμένο στο σύστημα των εξετάσεων και επιπλέον είναι ένα μέσο για τη δημιουργία μιας άλλης ταυτότητας που κολακεύει και σε κάνει να αισθάνεσαι αυτοπεποίθηση.

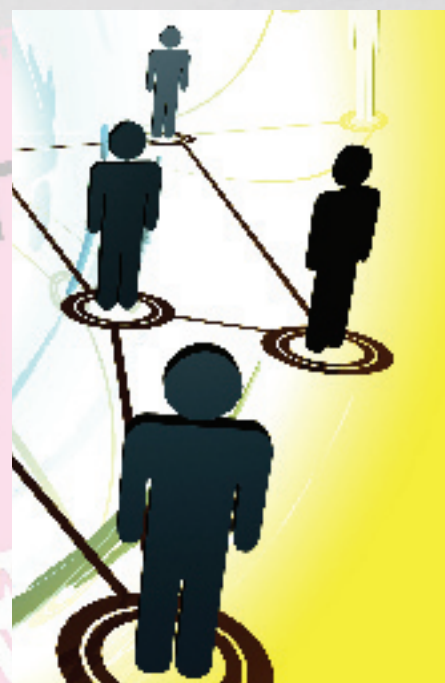
Εδώ πρέπει να αναδειχτεί το επίπεδο της προσωπικής ευθύνης από την πλευρά της νεολαίας για το πώς θα γίνεται ορθή και υγιής χρήση όλων των υπηρεσιών που προσφέρει.

Οι νέοι θα πρέπει να ξέρουν ότι το Facebook δεν παρέχει καμιά ασφάλεια στα προσωπικά μας δεδομένα που τα εμπιστευόμαστε αβίαστα κι επιπόλαια. Θα πρέπει να μάθουν να διαβάζουν πρώτα τους όρους εγγραφής στους οποίους συμφωνούν και να είναι σίγουροι για τις πληροφορίες και το περιεχόμενο που διοχετεύουν στο Διαδίκτυο, καθώς δεν είναι πλέον μόνον δικές τους αλλά και του Facebook. Άρα είναι άγνωστος ο τρόπος με τον οποίο αυτές θα διακινηθούν και θα εκμεταλλευτούν. Αν μάλιστα λάβουμε υπόψη ότι τα παιδιά της 1^{ης}-3^{ης} Λυκείου έκαναν λογαριασμό από την 3^η Γυμνασίου κι έπειτα, ενώ σήμερα η έναρξη της δραστηριότητας γίνεται από παιδιά 5^{ης}

κι 6^{ης} Δημοτικού, η κατάσταση χρήζει άμεσης αντιμετώπισης. Αυτό γιατί όσο πιο μικρή είναι η ηλικία οι μαθητές δεν μπορούν να συνειδητοποιήσουν τις συνέπειες των δηλώσεων και των πράξεών τους στον κυβερνοχώρο.

Από την άλλη, όσοι μαθητές επενδύουν πολύ χρόνο στο χτίσιμο και τη συντήρηση του προφίλ και την ανούσια επικοινωνία πρέπει να καταλάβουν ότι είναι κρίμα να σπαταλιέται τόσος πολύτιμος χρόνος σ' αυτά τα χρόνια, τα οποία είναι δημιουργικής μάθησης και ψυχαγωγίας.

Η ενημέρωση σχετικά με τον εθισμό και την ασφάλεια στο Facebook και στο Διαδίκτυο γενικότερα θα πρέπει να ξεκινά από πολύ μικρή ηλικία ώστε τα παιδιά να διαπαιδαγωγηθούν και να είναι ενήμερα του φαινομένου. Γονείς και σχολείο έχουν να παίξουν πολύ σημαντικό ρόλο.





Ημέρα Ασφαλούς Διαδικτύου 2011

«It's more than a game, it's your life!»

Η Ημέρα Ασφαλούς Διαδικτύου 2011 γιορτάστηκε φέτος στις 8 Φεβρουαρίου, σε περισσότερες από 65 χώρες στον κόσμο, από την Βραζιλία μέχρι την Ιαπωνία και από την Ισλανδία μέχρι την Κένυα. Φέτος, το Πανευρωπαϊκό Δίκτυο Εθνικών Κέντρων Ενημέρωσης και Επαγρύπνησης Insafe προσκάλεσε μικρούς και μεγάλους να ρίξουν μια πιο προσεκτική ματιά στις «εικονικές ζωές» τους, και να ανακαλύψουν πώς ο αληθινός εαυτός τους βιώνει την εικονική εμπειρία. Στη σημερινή εποχή, παιδιά και νέοι ξοδεύουν ένα αρκετά μεγάλο μέρος της ζωής τους σε διαδικτυακές δραστηριότητες που εκτείνονται από τα online παιχνίδια έως τη κοινωνική δικτύωση. Μέσα από τις δραστηριότητες αυτές έρχονται αντιμέτωποι με πολλές προκλήσεις που αφορούν την ιδιωτικότητα, την υπόληψη και την υγεία τους. Έτσι λοιπόν, ο φετινός εορτασμός επικε-

ντρώθηκε γύρω από το εξής σύνθημα: **«Το διαδίκτυο δεν είναι μόνο παιχνίδι. Προσπάτευσέ τον εαυτό σου. Σεβάσου την ζωή των άλλων.»** (*«It's more than a game, it's your life!»*) Ο φετινός εορτασμός είχε ως στόχο

από ένα avatar, ένα ψευδώνυμο ή ένα προφίλ. Κάτι τέτοιο δεν μας παρέχει ουδεμία ασιδία ανωνυμίας ή προστασίας.

Οι πράξεις στην εικονική ζωή μας μπορεί να έχουν επιπτώσεις στην πραγματική ζωή.

οχι εικονική φίλια
οχι προσωπικά δεδομένα
οχι ρατσισμός
οχι ανεπιθύμητη αλληλογραφία
οχι βία
οχι σεξουαλική παρενόχληση
οχι παιδοφιλία
οχι πορνογραφία

Σερφ@ρω με ηθική στο Διαδίκτυο
5ο ΛΥΚΕΙΟ ΛΑΡΙΣΑΣ ΟΜΑΔΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

να μεταδώσει μερικά μηνύματα - κλειδιά προς τους χρήστες του Διαδικτύου, μικρούς αλλά και μεγάλους: Δεν μπορούμε να κρυβόμαστε πίσω

**Το κείμενο είναι από το Saferinternet*

Εορτασμός Ημέρας Ασφαλούς Διαδικτύου 2011 στο Σχολείο μας



Το σχολείο μας, μέσω του προγράμματος αγωγής υγείας γράφτηκε πρεσβευτής της ημέρας ασφαλούς διαδικτύου και πραγματοποίησε δράσεις με σκοπό τη διάδοση μηνυμάτων υγιούς χρήσης διαδικτύου.

Επηρεασμένοι από το φετινό μήνυμα του εορτασμού **«Προσάτεψε τον εαυτό σου. Σεβάσου τη ζωή των άλλων»** τυπώσαμε μπλούζες τις οποίες φορέσαμε για όλη την ημέρα με σκοπό την ευαισθητοποίηση του σχολείου σε ζητήματα ηθικής και ασφάλειας του Διαδικτύου. Το τύπωμα της μπλούζας περνάει το μήνυμα ότι οι έφηβοι και τα δύο φύλα σερφάρουμε με ηθική στο διαδίκτυο προκειμένου να μη βλάψουμε κανέναν με τις κινήσεις μας και τις ενέργειές μας και επιπλέον φροντίζουμε να ενημερωνόμαστε ώστε να λειτουργεί η κριτική σκέψη μας σαν ασπίδα προστασίας σε ό,τι κακόβουλο συναντήσουμε στο Διαδίκτυο. Ακόμη στο χώρο του σχολείου κρεμάσαμε αφίσες που τις εκτυπώσαμε από το υλικό που πήραμε από το Saferinternet.gr. Την ίδια ημέρα στα πλαίσια του προγράμματος Αγωγής Υγείας του σχολείου μας συζητήσαμε με τους μαθητές του προγράμματος το θέμα: «FACEBOOK: Βιωματική προσέγγιση των πράξεων και των ενεργειών μας.

Κατανόηση των κινδύνων και μηχανισμοί αυτοπροστασίας σε:

- Διασφάλιση προσωπικών δεδομένων
- Παραβατική συμπεριφορά
- Χτίσιμο ψεύτικου εαυτού
- Εθισμό
- Αποδέσμευση από την πραγματικότητα



Εγκλωβισμένοι στα παιχνίδια του Διαδικτύου

Τα παιχνίδια του Διαδικτύου διεκδικούν σημαντικό μερίδιο χρόνου στην ενασχόληση των μαθητών με το Internet και το καθιστούν ακόμη πιο συναρπαστικό. Ο κόσμος του παιχνιδιού, η δράση τους, τα γραφικά τους, ο τρόπος συμμετοχής γεμίζουν τον ψυχισμό τους με αισθήματα χαράς και λύπης, ένταση και χαλάρωση, αλλά προπαντός εκτονώνουν από την πραγματικότητα και το σχολείο. Τα παιχνίδια γίνονται ακόμη γοητευτικά, όταν σ' αυτά μπορούν να συμμετάσχουν περισσότεροι παίκτες και σαν ένας παίκτης μπορεί να είναι ένα άτομο ή ομάδα φίλων αλλά και αγνώστων. Τέτοια παιχνίδια είναι ενσάρκωσης ρόλων, δράσης, στρατηγικής, εξομοίωσης, λογικής κι αθλημάτων. Όλα τα παιχνίδια είναι εθιστικά αν δε γίνει σωστή χρήση. Περισσότερο εθιστικά είναι όμως τα παιχνίδια ενσάρκωσης ρόλων όπως το World Of Warcraft, Darkfall. Ένας από τους κύριους λόγους είναι ότι οι έφηβοι τα μαθαίνουν μόνοι τους χωρίς καμιά καθοδήγηση κι ενημέρωση είτε από τους γονείς, είτε από το σχολείο. Πρωταρχικό ρόλο παίζει η οικογένεια

και μετά το σχολείο. Δυστυχώς όμως και στις δύο περιπτώσεις, το ψηφιακό χάσμα είναι αγεφύρωτο μέχρι στιγμής. Από την άλλη οι τεχνολογίες των παιχνιδιών σχετίζονται με την ελεύθερη και δημιουργική αναζήτηση, πρακτικές που απορρίπτονται σαν μοντέλα από το σημερινό ελληνικό σχολείο. Έτσι οι έφηβοι εκμεταλλευόμενοι την άγνοια από τη μια και την άρνηση από την άλλη των μεγάλων να δεχτούν τις νέες τεχνολογίες, καθοδηγούνται μόνοι τους ή από φίλους τους και χάνονται πολλές φορές στους φανταστικούς κόσμους των παιχνιδιών, σκοτώνοντας τον ελεύθερο χρόνο τους και παραμελώντας μαθήματα και υποχρεώσεις. Στα περισσότερα "απλά" παιχνίδια μπορεί να κολλάς χωρίς να το καταλάβεις, πορώνεσαι αλλά σε κάποια φάση βαριέσαι και σταματάς. Ένα παράδειγμα με το διαδικτυακό Farmville του Facebook μέσω του οποίου φτιάχνεις τη δική σου φάρμα, το δικό σου χωράφι. Υπάρχει μαγαζί που αγοράζεις φυτά τα οποία σου λέει πότε θα μεγαλώσουν. Εσύ



πρέπει να μπει στο παιχνίδι τη δεδομένη στιγμή για να μη χαλάσει το φυτό. Αυτό από ένα σημείο και πέρα καταντά βαρετό κι εγκαταλείπεται.

Δεν ισχύει όμως το ίδιο με τα παιχνίδια ενσάρκωσης ρόλων(MMORPG).

Σ' αυτά οι χρήστες δεν έρχονται σε επαφή μόνο με άλλους παίκτες αλλά με χαρακτήρες που σχεδιάστηκαν από τους δημιουργούς παιχνιδιών. Πρόκειται ουσιαστικά για ψηφιακούς παίκτες με τεχνητή νοημοσύνη και περίπλοκα χαρακτηριστικά συμπεριφοράς που κάνουν τον εικονικό κόσμο αυτών των παιχνιδιών ακόμη πιο ελκυστικό. Όποιος παίζει σ' αυτά τα παιχνίδια ενσαρκώνει το ρόλο της αρεσκείας του, νιώθει ισχυρός και συναλλάσσεται παράλληλα με άλλα άτομα, όχι μόνο φίλους αλλά και αγνώστους από άλλες χώρες αντιμετωπίζοντας συνεχώς νέες προκλήσεις που ανανεώνουν το ενδιαφέρον.

Επιπλέον τα παιχνίδια αυτά είναι αρκετά περίπλοκα, απαιτούν σκέψη και συγκέντρωση οπότε δεν μπορεί κανείς να παίξει για λίγο. Επίσης όλος ο χώρος του παιχνιδιού έχει πολυτέλειες οι οποίες εκθαμβώνουν και κάθεται και παίζεις. Γίνεσαι υπερήφανος. Αυτό που δεν μπορείς να κάνεις στην πραγματικότητα, στον κόσμο του παιχνιδιού είναι εφικτό.

Οι θετικές επιδράσεις είναι πολλές κι αφορούν κυρίως την ανάπτυξη οπτικοεγκεφαλικών δεξιοτήτων όπως ανακλαστικές ικανότητες στην όραση, στην αντίληψη, στη συγκέντρωση στην προσοχή καθώς και στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων αφού οι παίκτες μπορούν να φτιάχνουν σχέσεις με τους δικούς τους όρους χωρίς να πιέζονται. Τα θετικά στοιχεία όμως εξαρτώνται από τη χρήση που κάνει ο ίδιος ο έφηβος καθώς και από τη διαπαιδαγώγησή του.

Τα παιχνίδια απαραίτητα δε βγάζουν

το χαρακτήρα. Οι περισσότεροι μαθητές θεωρούν αβάσιμη τη διαπίστωση αυτή. Απλώς αναγκάζεσαι να εκφράσεις την αντίληψή σου για να βγεις από μια κατάσταση π.χ. εμπόλεμη. Η συγκεκριμένη συμπεριφορά δε σημαίνει ότι είσαι και βίαιος.

Τα βίαια άτομα είναι πιο επιρρεπή στον εθισμό αλλά πιθανόν κι αυτό να τους εκτονώνει. Είναι αδιαμφισβήτητο πάντως ότι η υπερβολική ενασχόληση με τα διαδικτυακά παιχνίδια δημιουργεί βιολογικά και ψυχολογικά προβλή-



ματα όπως κόπωση, ευερεθιστότητα που οδηγούν σε συχνές συγκρούσεις με γονείς και φίλους με αποτέλεσμα την απομάκρυνση του εφήβου από ουσιαστικές σχέσεις αλλά και την παραμέληση βασικών καθηκόντων. Ακόμη σε πολλές περιπτώσεις η ένταση του παιχνιδιού μπορεί να συνεχιστεί κι εκτός, με αποτέλεσμα πολλοί χρήστες να μη λένε πού βρίσκονται γιατί μπορεί να γίνουν και συγκρούσεις με βία και ξύλο. Σε μερικές επίσης περιπτώσεις μπορεί να προκληθεί σύγχυση ανάμεσα στον πραγματικό και το φανταστικό κόσμο. Ιδιαίτερα με παιχνίδια βίας πολλοί ειδικά ανήλικοι παίκτες μπορεί να αναρωτηθούν πώς είναι η βία και οι σκοτωμοί στην πραγματική ζωή.

Κινδύνους δημιουργούν και τα διαδικτυακά παιχνίδια τζόγου καθώς κι εδώ εμπλέκεται ο τζόγος του εικονικού κόσμου με την οικονομική ζημιά ή το κέρδος στην πραγματική ζωή. Οι έφηβοι μπορεί να καταχραστούν χρήματα

ή τις πιστωτικές κάρτες των γονιών και να εμφανίσουν βίαιη ή παραβατική συμπεριφορά.

Μαθητές όταν δεν έχουν έλεγχο από το σπύτι, ομολογούν ότι το παρακάνουν και μπορούν να παίξουν και 15-20 ώρες συνέχεια... Παραδέχονται ότι σ' αυτή την περίπτωση ο εγκέφαλος παθαίνει βλάβη, βγαίνουν αλλαγμένοι, δε θέλουν να φάνε, δε καταλαβαίνουν το χρόνο, τον ύπνο...

Θεωρούν όμως ότι τα ίδια τα παιχνίδια δε βλάπτουν. Βέβαια την ώρα

του παιχνιδιού και μπορεί κι αμέσως μετά τα συναισθήματα αλλάζουν. Υπάρχει δηλαδή μια διαταραχή καθώς εκφράζονται συναισθήματα όπως χαρά, αγωνία, λύπη, θυμός, εκνευρισμός. Όσον αφορά τα τρομακτικά παιχνίδια είναι ωραίο το συναισθήμα της αγωνίας, να μην ξέρεις τι σε περιμένει. Επιπλέον αν τα παιχνίδια ήταν πιο κοντά στην πραγματικότητα δε θα είχαν ενδιαφέρον.

Πρόβλημα δημιουργούν πάντως με τη διαχείριση χρόνου. Εκείνο που πρέπει να προσεχθεί ει-

ναι στα παιδιά προσχολικής ηλικίας και του Δημοτικού στα οποία δεν έχει ωριμάσει η αντίληψη και δεν έχουν ζήσει στον πραγματικό κόσμο. Εκεί υπάρχει ο κίνδυνος μίμησης ή ο κίνδυνος να μπερδευτεί ο φανταστικός κόσμος του παιχνιδιού με την πραγματικότητα.

Προσωπικές απόψεις:

- Μπορείς να κάνεις πράγματα που δε γίνονται. Δεν υπάρχουν νόμοι. Κάνεις μαγικά. Όσες φορές κι αν ασχοληθείς ξαναγεννιέσαι...
- Είναι σαν να μεγαλώνεις ένα κατοικίδιο. Ο χαρακτήρας που έχεις, προσπαθείς να μεγαλώσει «σωστά». Τον κάνεις π.χ. «καλό» μάγο, «καλό» πολεμιστή. Μπορείς να γίνεις ο κυρίαρχος...
- Με συναρπάζει ο φανταστικός κόσμος γιατί δε μ'αρέσει ο πραγματικός κι εκεί ξεχνιέμαι...
- Αυτό που κερδίζω είναι να



Ξεχνώ τον πραγματικό κόσμο και να βρίσκομαι στα top list των καλύτερων παικτών...

- Είναι πολύ ωραίο να φτιάξεις ένα δικό σου κόσμο. Τους συγγραφείς των παιχνιδιών τους θαυμάζω. Τους δημιουργούς του Darkfall τους θεωρώ ισάξιους με συγγραφείς...
- Το πρόβλημα δεν είναι το παιχνίδι, αλλά πώς συνδέσαι μαζί του. Αν θεωρείς ότι όλο το βάρος πρέπει να πέφτει εκεί, εκεί είναι το πρόβλημα...
- Το σημείο κλειδί στα παιχνίδια

δία είναι από πού θα έρθει ο έλεγχος, από τους γονείς ή από τον ίδιο το χρήστη. Για τους εφήβους το πιο επικίνδυνο δεν είναι τα παιχνίδια αλλά όταν τους πεις να μην παίζουν. Τότε θα κάνουν χειρότερα...

- Η έννοια της προστασίας των εφήβων είναι παρεξηγημένη. Αν πεις σε ένα παιδί που «ασχολείται» με τη βία ότι αυτό είναι κακό, τότε δίνεις αξία στη βία διαφορετικά αυτό θα περάσει...
- Τα παιχνίδια για τους εφήβους πρέπει να γίνουν προσωπική

υπόθεση. Μόνον έτσι θα καταφέρουν να τα ελέγξουν...

- Να μπουν όρια στα παιχνίδια. Μερικές εταιρείες είναι καλύτερες. Στέλνουν μηνύματα που λένε: "Κάνε αυτό ή το άλλο για να γίνεις καλύτερος. Κάνε διάλειμμα. " Όμως κάνεις δεν τα τηρεί...
- Άτομα του παιχνιδιού, εκτός παιχνιδιού μπορεί να παίξουν ακόμη και ξύλο. Γι' αυτό δε λέω ποτέ πού βρίσκομαι...
- Γράφω τον εαυτό μου την ώρα που παίζω κι επιλεγμένες σκηνές

Α ΒΛΑΣΔΑΝΟΠΟΥΛΟΥ
ΙΑ ΔΟΛΗΕ

Γ'1

αμένος
ernet@kias
τελευταίο
στάδιο...

τις ανεβάζω στο YouTube και μου κάνουν σχόλια. Ποτέ δε δέχτηκα ύβρεις κι από τα σχόλια βελτιώνομαι...

- Τα άτομα αν έχουν νεύρα εθίζονται περισσότερο...
- Φταίνε οι γονείς που δεν παρακολουθούν τα παιχνίδια στις μικρές ηλικίες και τα internet café.
- Η λογοκρισία στα παιχνίδια δε λύνει το πρόβλημα, καθώς το πρόβλημα δεν είναι τα παιχνίδια αλλά η χρήση τους, όπως ακριβώς και των κινηματογραφικών ταινιών, δελτίων ειδήσεων, σήριαλ, κόμικς...

Συμπεράσματα:

Τα παιχνίδια του Διαδικτύου αποτελούν αναπόσπαστο μέρος της ζωής των εφήβων. Δεν μπορούμε να τα αγνοούμε ούτε να αμφισβητήσουμε το ρόλο τους τόσο στην τεχνολογία όσο και στο χώρο κοινωνικοποίησης των νέων. Είναι σίγουρο ότι διαμορφώνουν από την αρχή τον τρόπο με τον οποίο οι έφηβοι μαθητές παίζουν, ψυχαγωγούνται, κοινωνικοποιούνται και προσπαθούν να κατανοήσουν τον κόσμο.

Τα οφέλη από τη χρήση τους είναι πολλά στην καλλιέργεια δεξιοτήτων, όμως αν θα τα πάρει κανείς εξαρτάται από το χαρακτήρα του και τη διαπαιδαγώγησή του.

Οικογένεια και σχολείο έχουν μέχρι σήμερα ένα κενό όσον αφορά την κατανόηση των καινούριων αυτών μέσων με αποτέλεσμα η στάση τους να είναι από αδιαφορία και δαιμονοποίηση μέχρι τον πανικό και την υπερίσχυση για την ηθική παρακμή της κοινωνίας πρέπει να καταδικαστούν τα παιχνίδια και το Διαδίκτυο.

Εκμεταλλευόμενοι αυτό το κενό οι έφηβοι χάνονται μόνοι τους στα κάβια των παιχνιδιών δημιουργώντας πολλές φορές λάθος εικόνα για τον κόσμο, στηριζόμενοι και εκθειάζοντας το ψεύτικο, παραμελώντας υποχρεώσεις και διαταράσσοντας βιολογικές τους λειτουργίες και ειδικά τον ύπνο. Οι ίδιοι οι έφηβοι μαθητές συνειδητοποιούν τις επιδράσεις των παιχνιδιών κι αναγνωρίζουν και τις θετικές και τις αρνητικές. Πολλοί επίσης παραδέχονται ότι όσο περισσότερο κατάχρηση κάνει κανείς τόσο πέφτουν οι άμυνές του και βιολογικά και ψυχολογικά και ηθικά.

Δε φταίνε όμως τα ίδια τα παιχνίδια γι' αυτές τις επιπτώσεις. Τις ίδιες επιπτώσεις κατ' αναλογία έχουμε κι από την κακή χρήση της τηλεόρασης, των βιβλίων, των κόμικς και του κινηματογράφου.

Σημείο κλειδί είναι η ανάδειξη της

προσωπικότητας του εφήβου και της προσωπικής του ευθύνης, τι σημαίνει έλεγχος καθώς και τι σημαίνει δίνω αξία σε έννοιες όπως η βία.

Η Διαπαιδαγώγηση των παιδιών πρέπει να ξεκινά από πολύ μικρή ηλικία. Οι γονείς ειδικά στα πρώτα χρόνια πρέπει να στέκονται άγρυπνα κοντά στα παιδιά όσον αφορά τη χρήση των νέων τεχνολογιών ενώ οι ίδιοι καλό είναι να αποτελούν πρότυπα υγιούς χρήσης. Έτσι η οικογενειακή εκπαίδευση στο Διαδίκτυο μπορεί ν' αποτελέσει προστατευτικό παράγοντα ενάντια στην κακή χρήση. Το σχολείο μπορεί και πρέπει να συμπληρώνει αυτή τη διαπαιδαγώγηση ή και να τη διορθώνει όπου αποδεικνύεται ανεπαρκής η οικογενειακή. Οι έφηβοι ενημερωμένοι, έστω κι αν η στάση τους μέχρι τώρα δεν ήταν υγιής πρέπει να αναλάβουν την ευθύνη τους.

Σημαντικό ρόλο μπορεί να παίξει ένα δίκτυο ενημέρωσης από τηλεόραση, ραδιόφωνο, ημερίδες, προγράμματα αγωγής υγείας, διαφημίσεις, το οποίο θα παρεμβαίνει σε σπίτια, σχολεία, χώρους εργασίας ενημερώνοντας για τη σωστή χρήση των διαδικτυακών παιχνιδιών και του Διαδικτύου γενικότερα και των νέων τεχνολογιών.

Το πιο σημαντικό: Οι φορείς που εμπλέκονται στις καινούριες τεχνολογίες και τις επιπτώσεις τους όπως δημιουργοί Διαδικτυακών παιχνιδιών, επαγγελματίες της τεχνολογίας, επαγγελματίες της ψυχικής υγείας και της εκπαίδευσης οφείλουν να φροντίσουν για τη δημιουργία κατευθυντηρίων γραμμών όσον αφορά τη στάση που πρέπει να ακολουθείται στα παιχνίδια έτσι ώστε να εξαλειφθεί ο πανικός και η υπερίσχυση που τα καταδικάζουν ελαφρά τη καρδία από τη μια και η σύγχυση για το ρόλο τους από την άλλη. Διαφορετικά το σημερινό ομιχλώδες τοπίο για το ρόλο τους θα έχει απροσδιόριστα αποτελέσματα.



Για ένα χρονικό διάστημα ήμουν **σε online games** για **εφτά** με **είκοσι** ώρες την ημέρα



Ξεκίνησα να παίζω online παιχνίδια όταν ήμουν δεκατριών χρονών στην Αμερική. Τότε Ξεκίνησα να κάνω και συνδρομές σε online games και μέχρι πέρυσι είχα πέντε συνδρομές από τριάντα σαράντα δολάρια το τρίμηνο σε κάθε παιχνίδι (WIZARD101, Aion, WoW, Lineage, Guild Wars, Battlefield Heroes). Όμως λόγω της επιστροφής μου στην Ελλάδα οι γονείς μου, μου είπαν να διαλέξω ένα και διάλεξα το Aion, εφόσον ήταν πιο καινούριο. Για κάποιο λόγο κάθε MMO για μένα καταντάει βαρετό μετά από κάμποσο χρόνο και διαλέγω κάποιο άλλο. Π.χ. τώρα έπαιξα το Beta απ' το Riff και μου άρεσε πάρα πολύ. Λόγω των φροντιστηρίων έχω περίπου τριάντα με σαράντα πέντε λεπτά

την ημέρα που μπορώ να παίξω αλλά αυτά τα σαράντα πέντε λεπτά είναι τα καλύτερα αφού Ξεχνιέμαι από τον πραγματικό κόσμο και βρίσκομαι σε κόσμο φανταστικό. Επειδή έχω πολλά διαβάσματα τα συναισθήματά μου είναι down συνέχεια άρα είναι ωραίο να μπορώ να Ξεχαστώ. Με λίγα λόγια δεν χάνω καθόλου από τον ελεύθερο χρόνο μου αφού μέσα σε σαράντα πέντε λεπτά δεν θα μπορούσα να κάνω κάτι άλλο. Το βράδυ μετά το φροντιστήριο στις δέκα μ.μ πηγαίνω και γυμναστήριο άρα δεν ενοχλεί τις δραστηριότητές μου. Όταν είχα πέντε συνδρομές επειδή στην Αμερική ήμουν γεμάτος ελεύθερο χρόνο, για ένα χρονικό διάστημα ήμουν online για εφτά με

είκοσι ώρες την ημέρα. Κατάλαβα ότι έχανα πολύ χρόνο και δεν το Ξαναέκανα ποτέ. Εύχομαι να μπορούσα να είχαν περισσότερο ελεύθερο χρόνο για να μη χρειάζεται να παίζω online καθόλου. Όταν παίζω online τα συναισθήματά μου αυξάνονται αφού παίζω με πολύ καλούς μου φίλους και μέσω του Ventrilo μιλάμε. Με νευριάζει πολύ που πρέπει να φεύγω μετά από σαράντα πέντε λεπτά. Όταν παίζω PvP τότε είναι που Ξεκινάει το άγχος και η αγωνία για το ποιος θα κερδίσει. Βέβαια δεν νευριάζω αν κερδίσουν άλλοι αφού είναι ένα απλό παιχνίδι που με ευχαριστεί.

Γιώργος Σύρμος

Πορνογραφία

και Εθισμός στο Διαδίκτυο



Η παρουσία της πορνογραφίας και η έκφραση της σεξουαλικότητας στο Διαδίκτυο είναι πολύ ισχυρή στις μέρες μας. Η αναζήτησή τους, αποτελούν μία από τις κύριες χρήσεις του διαδικτύου με δυνατότητα να οδηγήσουν στον εθισμό.

Πορνογραφία σύμφωνα με το λεξικό είναι η ακριβής απεικόνιση ή περιγραφή σεξουαλικών πράξεων ή η επίδειξη γυμνών σωμάτων σε προκλητικές στάσεις, με σκοπό την ερωτική διέγερση.

Σύμφωνα με την έρευνα του 2007 της Μονάδας Εφηβικής Υγείας της Β' Παιδιατρικής κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών, ένας στους πέντε εφήβους, επισκέπτεται ιστοσελίδες πορνογραφικού περιεχομένου. Το πρόβλημα αφορά κυρίως τα αγόρια, με αναλογία ένα κορίτσι προς έντεκα αγόρια, όπως μας το παρουσίασε ο συνεργάτης της Μονάδας, γιατρός Κορμός, στη συνάντηση που είχε μαζί του η Ομάδα Αγωγής Υγείας στην Αθήνα.

Για την καλλιέργεια αυτής της συμπεριφοράς, ευθύνονται τα Μέσα Μάζας Ενημέρωσης, ειδικά η τηλεόραση

που προβάλλει σεξουαλικά πρότυπα με στρεβλωμένη σεξουαλικότητα αλλά και κουτσομπολίστικες εφημερίδες και περιοδικά.

Άξιον μελέτης είναι το γεγονός ότι πολύ σημαντικό ποσοστό μαθητών δεν είχε και δεν έχει καμιά ενημέρωση σε θέματα σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης από γονείς κι ούτε τολμά να συζητήσει τέτοιου είδους θέματα. Από τους μαθητές της ομάδας, 3 στους 4 πήραν μαθήματα σεξουαλικής αγωγής από φίλους και περιοδικά-καθώς θεωρούν ότι άργησαν να γνωρίσουν το Διαδίκτυο-κι όχι από γονείς Έτσι τόνισαν ότι η περιέργεια, η άγνοια και η έλλειψη εμπειριών, μπορεί να οδηγήσουν τους εφήβους σε sites πορνογραφικού περιεχομένου. Πολλοί δε, δε διστάζουν να βάζουν στα Αγαπημένα τέτοιες σελίδες για να μπορούν να μπαίνουν ανά πάσα στιγμή.

Μια μερίδα μαθητών θεωρεί ότι παίρνει μια σεξουαλική διαπαιδαγώγηση από τη χρήση τέτοιων σελίδων χωρίς να γνωρίζει αν είναι έγκυρη. Ταυτόχρονα οι μαθητές επισημαίνουν τον κίνδυνο του εθισμού σε λανθασμένες

συμπεριφορές και παραδέχονται ότι η πορνογραφία μετατρέπει προς το χειρότερο τη σεξουαλικότητα και τις ανθρώπινες σχέσεις. Αν μάλιστα καταστεί από τις σημαντικότερες πηγές πληροφόρησης για σεξουαλικά θέματα τότε υπάρχει κίνδυνος κακής αγωγής και λανθασμένων εντυπώσεων για τη σεξουαλική ζωή.

Τα αγόρια θεωρούν πως δεν υπάρχει άτομο-έφηβος του φύλου τους που να μην έχει την περιέργεια να μπει σε τέτοια sites. Μερικά αγόρια θεωρούν ότι η σημερινή γενιά των κοριτσιών είναι τρομερά προκλητική αλλά και τρομερά συντηρητική οπότε εγκλωβίζονται σε φαύλο κύκλο και ψάχνουν διέξοδο στην πορνογραφία.

Προβλήματα από τη χρήση της διαδικτυακής πορνογραφίας όπως επισημάνθηκαν από την ομάδα των μαθητών:

Οι σκηνές που προβάλλονται δημιουργούν εσφαλμένες εντυπώσεις για το τι συμβαίνει στην πραγματικότητα. Τα αγόρια μπορεί να αποκτήσουν λάθος πρότυπα οπότε να οδηγηθούν σε



υπερβολικές απαιτήσεις που δεν είναι ρεαλιστικές ή να βλέπουν τις γυναίκες σαν αντικείμενα.

Υπάρχει μεγάλος κίνδυνος εθισμού οπότε το άτομο θεωρεί ότι το υλικό (ταινίες, βίντεο, φωτογραφίες) είναι αναπόσπαστο μέρος της ζωής του κι είναι απόλυτα φυσιολογικό. Ο εθισμός εξάλλου μπορεί να οδηγήσει σε αναισθητοποίηση, απουσία συναισθημάτων για το άλλο φύλο και κατ' επέκταση σε διατάραξη των ανθρωπίνων σχέσεων. Ωθεί σε παρορμητικές συμπεριφορές και πρόωρη σεξουαλική ωρίμανση χωρίς οι έφηβοι να είναι έτοιμοι.

Σε πολλές περιπτώσεις καλλιεργείται η διαστροφή κι όχι οι κανονικές σεξουαλικές συμπεριφορές αφού στόχος είναι η εμπορική εκμετάλλευση. Σε πολλές περιπτώσεις καλλιεργείται η επιθετικότητα και υπάρχει πιθανότητα ο έφηβος όταν γίνει ενήλικας να έχει τάσεις σεξουαλικής κακοποίησης προς το σύντροφό του.

Μέσω της πορνογραφίας επίσης ενθαρρύνονται οι σεξουαλικές σχέσεις χωρίς προφυλάξεις με όλα τα επακόλουθα που μπορεί να έχει αυτό στους εφήβους.

Τέλος όσο πιο εγκλωβισμένος είναι ένας

έφηβος στον ψηφιακό κόσμο του πορνογραφικού υλικού τόσο πιο ευάλωτος είναι σε μια διαδικτυακή ερωτική σχέση ή σε μια σεξουαλική εκμετάλλευση καθώς θα τα θεωρήσει μέρος του κόσμου του κι είναι μπερδεμένος ανάμεσα στο πραγματικό και το εικονικό.

Η στάση σε πορνογραφικό υλικό με την κρίση των μαθητών της Ομάδας:

- Τα παιδιά επηρεάζονται και δεν μπορούν να κρίνουν ότι είναι ένα εμπορικό κατασκεύασμα. Μπερδεύονται κι έχουν επιθετική συμπεριφορά...
- Αν κάποιος συνηθίσει να μπαίνει σε τέτοια sites μπορεί και να του αρέσει και να θέλει να ξαναμπει. Έτσι μπορεί ν' αλλάξει όλη του η καθημερινότητα, να αλλάξει ο εαυτός του, να το σκέφτεται όλη την ώρα...
- Ό,τι έχει σχέση με μηνύματα και πορνογραφικό υλικό να μπλοκαριστεί στο σχολείο. Ο Η/Υ του καθηγητή να ελέγχει αν κάποιος κάνει εργασίες κι αν όχι, να τον κόβει...
- Οι γονείς στο σπίτι δε νομίζουν ότι μπορούν να κάνουν κάτι γιατί οι έφηβοι μπορούν να βάλουν κωδικό στον Η/Υ...

- Υποχρεωτικά να υπάρχει σεξουαλική αγωγή στο σχολείο, ξεχωριστά στα αγόρια και στα κορίτσια...
- Να μπει η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση σαν μάθημα στη βασική εκπαίδευση, η πρώτη ενημέρωση στο σπίτι να γίνεται από τους γονείς κι επίσης η τηλεόραση να βγάλει τα προκλητικά προγράμματα...
- Το Internet μπορεί να προσφέρει σεξουαλική διαπαιδαγώγηση αρκεί να ξέρουμε να μπαίνουμε σε έγκυρες πηγές...
- Επηρεάζουν οι «κακές παρτές». Εκτονώνεις το χρόνο σου και τίποτα παραπάνω...
- Μπορεί να νιώσεις μια προσωρινή ικανοποίηση αλλά δεν είναι τρόπος αυτός να εκτονώνεσαι...
- Στο σχολείο πρέπει να φύγουν τα ταμπού. Ζούμε σε μια κοινωνία τόσο εκφυλισμένη κι όμως θεωρούμε παρακινδυνευμένο να μπει μάθημα σεξουαλικής αγωγής. Βέβαια ο καθηγητής να έχει την ικανότητα να το διδάξει...
- Υπάρχουν δυο πλευρές αν πέσει κάποιος σε πορνογραφικό υλικό: ή να εθιστεί ή να φύγει...
- Ωθεί σε πρόωρη σεξουαλική ωρίμανση. Μπορεί να πάρεις λάθος σεξουαλική διαπαιδαγώγηση κι αυτό ανάλογα με το χαρακτήρα του παιδιού...
- Η εφηβική περιέργεια ωθεί σε τέτοιου είδους αναζητήσεις κυρίως όταν τα παιδιά δεν έχουν διαπαιδαγώγηση από το σπίτι...
- Οι γονείς να είναι πιο ανοικτοί και να συζητούν. Είναι καλύτερη η ενημέρωση από τους γονείς από οπουδήποτε αλλού...

- Τα αγόρια στην εφηβική ηλικία είναι πιο ευάλωτα. Μπορεί να μιμηθούν αυτό που βλέπουν και να ανεβάσουν ακόμη και βιντεάκια με πρωταγωνιστές τους εαυτούς τους...
- Όταν δεν έχεις τις εμπειρίες ούτε τις γνώσεις δεν είναι καλό να μπαίνεις σε πορνογραφικό υλικό γιατί θα πέσεις σε παραπληροφόρηση και θα έχεις λανθασμένες εντυπώσεις...

Για μια υγιή σεξουαλική συμπεριφορά

Η πρόσβαση στην πορνογραφία σήμερα είναι εύκολη λόγω της εξέλιξης της τεχνολογίας και προπαντός του Διαδικτύου. Η περιέργεια και η έλλειψη ενημέρωσης προκαλούν κυρίως τους εφήβους γι' αυτό. Επιπλέον άξιοι μελέτης είναι η διαπίστωση των ειδικών ότι η αναζήτηση σελίδων πορνογραφικού περιεχομένου, δεν έρχεται μαζί με τη σεξουαλική ζωή, αλλά προηγείται αυτής. Το φαινόμενο είναι ανησυχητικό καθώς στο υλικό που ανασύρεται, η σεξουαλική εικόνα είναι προκλητική και δεν ανταποκρίνεται στην πραγματικότητα καθώς έχει στόχο την εμπορική εκμετάλλευση. Έτσι και με βάση τον παράγοντα ότι το υλικό δεν μπορεί να ελεγχθεί, είναι επικίνδυνη η έκθεση του εφήβου προς αυτό, να πάρει τέτοιες διαστάσεις που να επηρεάσουν την εξέλιξη και την ομαλή ανάπτυξη του χαρακτήρα του και να διαταράξουν τις διαπροσωπικές και κοινωνικές σχέσεις του.

Λανθασμένα μηνύματα στη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση, πρόωρη σεξουαλική δραστηριότητα, στρεβλωμένα σεξουαλικά πρότυπα, υπερερωτισμός, είναι



τα ανησυχητικά στοιχεία που απορρέουν από την έκθεση των εφήβων στην πορνογραφία. Επιπλέον η εφηβεία είναι μια ευαίσθητη κι ευάλωτη ηλικία στην οποία όμως τίθενται οι βάσεις για αξίες και ιδανικά στη συνέχεια. Γι' αυτό είναι επιτακτική ανάγκη να δοθούν αποτελεσματικές λύσεις.

Τέτοιες είναι:

Συνεχής κι υπεύθυνη ενημέρωση των γονέων σε ομάδες συμβουλευτικής γονέων, προκειμένου να αφυπνιστούν για τους κινδύνους, καθώς ελάχιστοι γονείς ξέρουν πώς να προστατέψουν τα παιδιά τους.

Μάθημα σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης στα σχολεία, μέσω του οποίου θα διαπαιδαγωγούνται χωριστά τα αγόρια, χωριστά τα κορίτσια, με βάση τα χαρακτηριστικά του φύλου τους. Στα μαθήματα θα καλλιεργείται η άποψη πως η σεξουαλική συμπεριφορά είναι η έκφραση της αγάπης μας, του σεβασμού μας και της εκτίμησής μας προς το σύντροφό μας, αξίες που αν εκφραστούν, θα πολλαπλασιαστούν και σαν αισθήματα προς τον εαυτό μας. Εξάλλου θα πρέπει να περνάει

στους εφήβους το μήνυμα, πως μόνον με τη φυσική παρουσία σε μια σχέση μπορούμε να καλύψουμε τη μοναξιά μας.

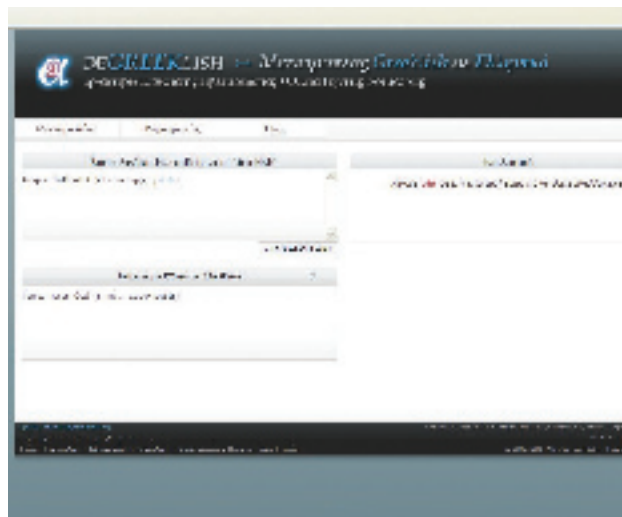
Η καλλιέργεια υγιούς σεξουαλικής συμπεριφοράς μπορεί να προαχθεί και μέσω ανάλογων προγραμμάτων αγωγής υγείας από ειδικά εκπαιδευμένους εκπαιδευτικούς σε συνεργασία με επαγγελματίες ειδικούς. Εκείνο που πρέπει να τονιστεί είναι, πως όσο πιο ενημερωμένοι είναι οι έφηβοι τόσο πιο υγιείς συμπεριφορές εμφανίζουν και επιπλέον δυσκολότερα θα πέφτουν θύματα άκρατης εμπορικής εκμετάλλευσης και κάθε λογής κακόβουλων, που πολύ εύκολα εκφράζονται στο Διαδίκτυο και το λυμαίνονται.



Greeklish: Η... διάλεκτος του Διαδικτύου

Giati etsi mas aresei...

αλλά και κινήσεις κατά της χρήσης



Η πλειονότητα των εφήβων σήμερα χρησιμοποιεί τα greeklish στην επικοινωνία με μηνύματα, στο Διαδίκτυο ή στο κινητό.

Τα greeklish είναι η ελληνική γλώσσα, γραμμένη με λατινικούς χαρακτήρες κι ο καθένας τα χρησιμοποιεί με δικό του τρόπο. Πιο συγκεκριμένα, άλλος αποδίδει φωνητικά τη γλώσσα πχ. Mathitis, άλλος ακολουθεί την ορθογραφία πχ.mathhths, άλλος το πληκτρολόγιο, πχ.mauhthw , κι ένα σωρό άλλους συνδυασμούς μικτούς.

Η χρήση τους ξεκίνησε σαν αναγκαιότητα από την εποχή που ο Η/Υ δεν αναγνώριζε τους ελληνικούς χαρακτήρες. Σήμερα βέβαια δε συμβαίνει αυτό αλλά οι μαθητές κυρίως και όχι μόνον, επιμένουν να τα χρησιμοποιούν, γιατί πληκτρολογούνται γρήγορα και δε χρειάζονται ορθογραφία. Το αποτέλεσμα είναι η χρήση τους να εγείρει έναν άτυπο πόλεμο για το αν είναι σωστή και ηθική ή όχι. Πολλοί και μάλιστα φιλόλογοι υποστηρίζουν ότι απειλείται η γλώσσα μας. Υπάρχουν και πολλά forums στο Διαδίκτυο, αλλά και ομάδες στο Facebook με κινήσεις κατά της χρήσης των Greeklish. Μάλιστα και μερικά παιδιά από την ομάδα αγωγής υγείας μετέχουν σε ανάλογες κινήσεις.

Όπως φαίνεται από τις απόψεις των μαθητών της ομάδας στη συζήτηση

του θέματος, οι περισσότεροι μαθητές χρησιμοποιούν τα greeklish από συνήθεια, μόδα κι ευκολία στην επικοινωνία. Οι διαπιστώσεις αυτές επαληθεύουν κι ανάλογες έρευνες που έχουν διεξαχθεί. Αξίζει να σημειωθεί ότι από τους μαθητές που επιμένουν στη χρήση των Greeklish, οι περισσότεροι θεωρούν ότι απειλείται και κατακόποιεται η γλώσσα. Αρκετοί επίσης παρατήρησαν πως χωρίς να το καταλαβαίνουν περνάνε τα greeklish και στο χειρόγραφο γραπτό λόγο ή κάνουν λάθος στους φθόγγους ειδικά το Ξ με το κσ. Εδώ επίσης να σημειωθεί και η άλλη άποψη που εξέφρασαν κάποιοι μαθητές ότι **τα greeklish βοηθούν μαθητές δυσλεκτικούς κι ανορθόγραφους να εκφραστούν χωρίς να αισθάνονται άσχημα.**

Πάντως με την άτυπη καθιέρωση των greeklish αναπτύχθηκαν λογισμικά για τη μετατροπή τους στα ελληνικά.

Απόψεις μαθητών: Έτσι...κι αλλιώς

Προσωπικά χρησιμοποιώ τα Greeklish λόγω συνήθειας, οπότε βαριέμαι ν' αλλάξω γλώσσα. Προσπαθώ όμως να διατηρώ μια βασική ορθογραφία. Θεωρώ ότι είναι βιασμός της ελληνικής γλώσσας αφού καταργούμε τους ελληνικούς χαρακτήρες.

Θεωρώ ασέβεια να μιλάω σε κάποιον

μεγαλύτερο σε greeklish γιατί δείχνει ότι δεν παίρνεις τη γλώσσα στα σοβαρά. Επιπλέον και μεταξύ μας υπάρχει πρόβλημα συνεννόησης γιατί χρησιμοποιεί ο καθένας τα δικά του Greeklish. Άλλο κακό είναι ότι μας ωθούν σ' αυτή τη χρήση μερικά sites γιατί αν γράψουμε ελληνικά μας στερούν ένα κομμάτι της επικοινωνίας.

Άρτεμις Μπαλάνου

Δε θεωρώ ότι η χρήση των greeklish κακοποιεί τη γλώσσα. Πολλά πράγματα είναι καλά εκτός αν φροντίσεις να τα δαιμονοποιήσεις. Είμαι όμως κατά της κατάχρησης. Πιστεύω ότι η χρήση των Greeklish είναι ένα από τα χαρακτηριστικά της σημερινής νεολαίας. Η κάθε νεολαία προσπαθεί να διαφοροποιηθεί κι έχει το δικό της κώδικα επικοινωνίας. Από την άλλη εφόσον ζούμε στην εποχή της ταχύτητας, λογικό είναι να ψάχνουμε τρόπους για να κάνουμε πράγματα όσο το δυνατόν πιο γρήγορα. Το πρόβλημα ηθικής έχει να κάνει με το φόβο των μεγάλων. Γενικά η ηθική στη χρήση τους έχει να κάνει με την ηθική του καθενός. Αν εσύ λειτουργείς ανήθικα ως προς τη χρήση τους το πρόβλημα δεν είναι τα Greeklish αλλά ο τρόπος που τα χρησιμοποιείς. Το πρόβλημα του επηρεασμού της ελληνικής γλώσσας, δε θεωρώ ότι είναι σημαντικό.

Κι εγώ ίσως έχω χάσει σε μερικά σημεία, αλλά δε θεωρώ ότι το κενό είναι δυσαναπλήρωτο. Δε θα μετείχα ποτέ σε ένα κίνημα για την κατάργηση της χρήσης τους. Δε μ' αρέσουν τα απόλυτα κινήματα. Πιστεύω ότι θα περάσει κι αυτό γιατί ήδη υπάρχει κόσμος που τα βαρέθηκε.

Ευθύμης Σκούφας

Είναι μόδα. Έτσι το πήραμε. Στο σπίτι μου έγραφαν όλοι έτσι κι έτσι το πήρα κι εγώ. Δεν κάθεται να γράψεις με οξείες, ορθογραφία, δεν αλλάζεις συνεχώς το πληκτρολόγιο και προπαντός δεν αισθάνεσαι διαφορετικός.

Όσον αφορά τις επιπτώσεις, πολλά παιδιά που δεν ξέρουν ορθογραφία, η χρήση των Greeklish τα επιβαρύνει περισσότερο, κυρίως τις μικρότερες ηλικίες που μαθαίνουν να γράφουν. Προσωπικά δε με επηρέασε γιατί ήξερα πάντα καλή ορθογραφία.

Νικολέτα Γιανκάκη

Όσον αφορά το θέμα ηθικής, δεν το βλέπω και πολύ σωστό να την υποβαθμίζουμε έτσι τη γλώσσα μας. Εμείς οι μαθητές έχουμε συνηθίσει να επικοινωνούμε έτσι μεταξύ μας, αλλά όταν γράφουμε σε μεγαλύτερο, νομίζω ότι δεν είναι σωστό. Προσωπικά μπερδεύομαι πάρα πολλές φορές από τη μια γλώσσα στην άλλη, αλλά ένα διάστημα τεσσάρων χρόνων μιλούσα κι έγραφα μόνον Αγγλικά. Τώρα πολλές φορές έγραψα ολόκληρες σελίδες χωρίς να κοιτάζω τον Η/Υ, σε greeklish τσάμπα. Στο κινητό μου προσπάθησα κι έβαλα πρόγραμμα με ελληνικά, αλλά δε με βολεύει.

Γιώργος Σύρμος

Για όσους δυσκολεύονται στην ορθογραφία, είναι ένας βολικός τρόπος να γράφεις και να επικοινωνείς, χωρίς να αισθάνεσαι άσχημα. Ουσιαστικά τη γλώσσα μας γράφουμε, με ξένους χαρακτήρες.

Χρήστος Σολοβός

Είμαι ενάντια στα Greeklish. Θεωρώ ότι

δεν εκφράζουν κάτι και είναι βανδαλισμός της γλώσσας μας. Ειδικά για ένα παιδί που δεν έχει αφομοιώσει την ορθογραφία, σίγουρα θα αντιμετωπίσει πρόβλημα. Επίσης το κακό είναι πως όλοι που τα γράφουν δεν ξέρουν πώς προήλθαν και γιατί τα γράφουν. Έχω ψάξει το θέμα. Τα Greeklish ξεκίνησαν τότε που ο Η/Υ δεν έγραφε ελληνικά. Σήμερα έχουν υιοθετηθεί σαν μόδα. Προσωπικά έχω κάνει ένα group στο Facebook υπέρ της χρήσης της ελληνικής γλώσσας κι όποιος θέλει μπαίνει και σχολιάζει.

Παναγιώτης Κριντήρας

Χρησιμοποιώ τα Greeklish στο Διαδίκτυο, αν και μερικές φορές τα βαριέμαι και γράφω ελληνικά. Ποτέ δε γράφω στο χαρτί greeklish και στον υπολογιστή προσπαθώ να ακολουθώ την ορθογραφία. Οι γονείς μου ασχολούνται με τον Η/Υ και γράφουν ελληνικά οπότε επηρεάζομαι. Παράλληλα είμαι σε πολλά γκρουπάκια που προωθούν την ελληνική γλώσσα. Πιστεύω πως αν τα Greeklish χρησιμοποιούνται κατά κόρον, η γλώσσα μας κινδυνεύει, καθώς μοιραία θα μπαίνουν και στο γραπτό λόγο. Και μια προσωπική εμπειρία: Μια φορά ξεκίνησα να γράψω μια έκθεση κι έγραψα δύο παραγράφους σε greeklish και μετά το συνειδητοποίησα.

Σταύρος Σαμαράς Καμηλαράκης

Χρησιμοποιώ πάρα πολύ τα Greeklish γιατί έχω πολλούς φίλους απ' το εξωτερικό Σερβία, Ελβετία, Ιαπωνία. Κατά συνέπεια και με τους φίλους μου στην Ελλάδα βαριέμαι ν' αλλάξω γλώσσα. Όταν μεταφέρω ελληνικά προσέχω την ορθογραφία, αν και πολλές φορές στο γραπτό λόγο παρατηρώ λάθη.

Μίλτος Αλέξης

Έχω σταματήσει να χρησιμοποιώ τα Greeklish γιατί θέλω να βελτιωθώ στη γραμματική. Πιστεύω όμως ότι δεν κατακοπούν τη γλώσσα από τη στιγμή που χρησιμοποιούνται μόνον για διευκόλυνση της συνομιλίας.

Δημήτρης Ντουλμπέρης

Greeklish: Γραφή με μέλλον;

Τα Greeklish δεν είναι γλώσσα, αλλά ένα γλωσσικό μέσο επικοινωνίας, μια παραλλαγή γραφής και σαν τέτοιο πρέπει να αντιμετωπιστεί. Δεν υπάρχει ανάγκη γραφής σήμερα με greeklish καθώς η τεχνολογία των υπολογιστών υποστηρίζει το εθνικό σύστημα γραφής. Άρα είναι συνήθεια, είναι μόδα, είναι ευκολία, έχει να κάνει και με τη χρήση των αγγλικών ως επικρατούσας γλώσσας και δεν πρέπει να τα φοβόμαστε ως απειλή για τη γλώσσα μας. Βεβαίως όμως απειλούν την ορθογραφία μας, ειδικά των μαθητών, γι' αυτό και απαιτείται προσοχή στη χρήση τους. Αυτό που θα πρέπει να μας ενοχλεί περισσότερο, δεν είναι η χρήση των greeklish, αλλά το έλλειμμα παιδείας για τη δέουσα προσοχή προς τη γλώσσα μας.

Ο καθηγητής Μανώλης Ανδρόνικος είχε γράψει: [1] «Η πιο σημαντική και ιστορικά αναλλοίωτη προσφορά των Ελλήνων στον Ευρωπαϊκό Πολιτισμό είναι το αλφάβητο. Όλοι οι θησαυροί της επιστήμης και της τέχνης του δυτικού κόσμου έχουν γραφεί με αλφάβητα που αποτελούν ελάχιστα παραλλαγμένες μορφές του ελληνικού».

[1] <http://massmedia-gr.blogspot.com/2011/03/greeklish.html>





Εκπαιδευτικές εκδρομές στα πλαίσια του προγράμματος

Τις βιωματικές συναντήσεις μας συμπλήρωσε η ενημέρωση από ειδικούς επιστήμονες τους οποίους συναντήσαμε είτε μέσω εκδρομών, είτε μετά από πρόσκληση στο σχολείο.

Συγκεκριμένα στα πλαίσια του προγράμματος, πραγματοποιήθηκαν, μια εκδρομή στην Αθήνα και μια στη Θεσσαλονίκη. Στην Αθήνα η ομάδα επισκέφτηκε τη Μονάδα Εφηβικής Υγείας της Β' Παιδιατρικής Κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών και την εταιρεία παραγωγής βιντεοπαιχνιδιών Aventurine η οποία έχει στην κυκλοφορία το μοναδικό παγκόσμιο διαδικτυακό παιχνίδι Darkfall, το οποίο παίζεται σε 195 χώρες. Στην επίσκεψη στη Μονάδα εφηβικής Υγείας, οι μαθητές ενημερώθηκαν από τον επιστημονικό συνεργάτη της Μονάδας κι εκπρόσωπο της Γραμμής Βοήθειας ΥποΣΤΗΡΙΞΩ, γιατρό κ.Γεώργιο Κορμά. Στην εταιρεία Aventurine, οι μαθητές ενημερώθηκαν από τον αντιπρόεδρο της εταιρείας και πρόεδρο της πανελληνίας Ένωσης Λογισμικού Ψυχαγωγίας, κ.Τάσο Φλάμπουρα. Οι μαθητές ξεναγήθηκαν στους χώρους παραγωγής παιχνιδιών και είδαν τη διαδικασία χτισίματος ενός παιχνιδιού από το μηδέν. Περιηγήθηκαν στην αίθουσα σχεδιασμού των ηρώων, στην αίθουσα γλυπτικής και ζωγραφικής όπου οι ήρωες γίνονται ανθρωπόμορφοι και στην αίθουσα χαρακτήρων όπου οι ήρωες παίρνουν πολλαπλά χαρακτηριστικά με προγράμματα τεχνητής νοημοσύνης.

Εντύπωση έκανε το πάθος των προγραμματιστών από τους οποίους οι περισσότεροι είναι διαδικτυακοί παίκτες που έκαναν το χόμπι τους επάγγελμα. Οι ίδιοι υποστηρίζουν ότι φτιάχνοντας ένα παιχνίδι είναι σαν να δίνεις ζωή και είναι φοβερή αίσθηση. Η εντύπωση των μαθητών ήταν πως αν το παιχνίδι δημιουργεί μαγεία όταν παίζεται, η μαγεία είναι πολύ μεγαλύτερη όταν βλέπουμε τι κρύβεται πίσω από αυτό και τις υψηλού βαθμού δεξιότητες που απαιτούνται στον προγραμματισμό.

Στη Θεσσαλονίκη, η ομάδα Αγωγής Υγείας επισκέφτηκε το Φυσικό τμήμα της Σχολής Θετικών Επιστημών του ΑΠΘ. Εκεί ενημερώθηκε από τη Φυσικό και μέλος της Διοικούσας Επιτροπής του ευρωπαϊκού προγράμματος e-cost για το cyberbullying, κ.Βασιλική Γκουντσιδου, καθώς και από τον αξιωματικό του τμήματος Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος Θεσσαλονίκης, κ.Κώστα Βεργίδη για το cyberbullying και τις παγίδες του Διαδικτύου.

Στόχος των εκδρομών ήταν εκτός από την αφύπνιση και ευαισθητοποίηση σε θέματα χρήσης διαδικτύου, οι μαθητές να λειτουργήσουν ως ερευνητές και δημοσιογράφοι με απώτερο σκοπό να γίνουν πολλαπλασιαστές δράσεων για την υγιή στάση απέναντι στη χρήση Διαδικτύου στο σχολείο και γενικότερα.

Η πραγματοποίησή τους βασίστηκε στην παραδοχή, ότι το σχολείο θα πρέπει να προσφέρει ευκαιρίες για πλατιά κι ολοκληρωμένη εκπαίδευση καθώς και δράσεις κι εμπειρίες πέρα από τα μαθήματα, με στόχο την ολοκληρωμένη εξέλιξη κι ανάπτυξη των μαθητών αλλά και των καθηγητών, μέσα από τον εμπλουτισμό γνώσεων και τη δημιουργία ευκαιριών για συναισθηματική και κοινωνική ωρίμανση.

Το ήθος των μαθητών ήταν εξαιρετικό στις εκδρομές. Πεποίθηση μαθητών και καθηγητών ήταν ότι πρέπει να διοργανώνονται τέτοιου είδους εκπαιδευτικές εκδρομές μέσω προγραμμάτων, οι οποίες συνδυάζουν την ψυχαγωγία με τη μάθηση κι ανεβάζουν την αυτοεκτίμηση όλων με ενεργητικές δραστηριότητες, εμπειρίες κι εξαιρετικές δεξιότητες καθώς και προσέγγιση χώρων που είναι δύσκολο να προσεγγιστούν από άτομα. Όσον αφορά δε την εκπαιδευτική διαδικασία, σε τέτοιου είδους εκδρομές, μαθητές και εκπαιδευτικοί αλληλεπιδρούν, οπότε βελτιώνεται το περιβάλλον της τάξης και δίνονται κίνητρα για καλύτερη απόδοση ή καλλιέργεια άλλων δεξιοτήτων.

Γιώργος Κορμάς

επιστημονικός συνεργάτης της Μονάδας Εφηβικής Υγείας της Β' Παιδιατρικής Κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών και εκπρόσωπος της γραμμής Βοήθειας ΥποΣΤΗΡΙΖΩ του Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου: «Είναι πολύ εύκολο οι έφηβοι να οδηγηθούν στο να κινούνται και να ζουν στο Διαδίκτυο».

Ο κ. Κορμάς εκπέμπει σήμα κινδύνου για την ανεξέλεγκτη χρήση του Διαδικτύου και τις επιπτώσεις της. «Η Μονάδα παρακολουθεί σήμερα 100 παιδιά», είπε. «Δεν είναι όμως πολλά σε σχέση με το πρόβλημα που αντιμετωπίζουμε. Το θέμα που δημιουργεί σοβαρό πρόβλημα αυτή τη στιγμή δεν έχει να κάνει τόσο με την εξάρτηση όσο με τη γενικότερη συμπεριφορά στο Διαδίκτυο.

Το Facebook και τα παιχνίδια είναι σήμερα οι κυριότερες εξαρτήσεις στο Διαδίκτυο. Σύμφωνα δε με τελευταία έρευνα της Μονάδας Εφηβικής Υγείας στην Κύπρο, τα ποσοστά εθισμού είναι 50-50 στα δύο φύλα. Δηλαδή όσο εθίζονται τα αγόρια εθίζονται και τα κορίτσια. Κάπως έτσι θα είναι τα πράγματα και στην Ελλάδα, γεγονός το οποίο ανατρέπει την προηγούμενη έρευνα της Μονάδας στη χώρα μας, στην οποία τα ποσοστά ήταν 20 κορίτσια προς 80 αγόρια. Άρα ενώ η Μονάδα Εφηβικής Υγείας κινούνταν στην κατεύθυνση Αγόρια - Διαδίκτυο - Παιχνίδια, τώρα πρέπει να κινηθεί και Facebook Αγόρια-Κορίτσια αλλά περισσότερο κορίτσια.

Ανησυχητικό το ότι σερφάρουν στο Διαδίκτυο ανεξέλεγκτα παιδιά Ε' και ΣΤ' τάξης Δημοτικού

«Πριν από δυο χρόνια μιλούσαμε σε παιδιά Δευτέρας και Τρίτης Γυμνασίου και τώρα έχουμε ακριβώς τα ίδια με παιδιά 5ης και 6ης Δημοτικού. Στα

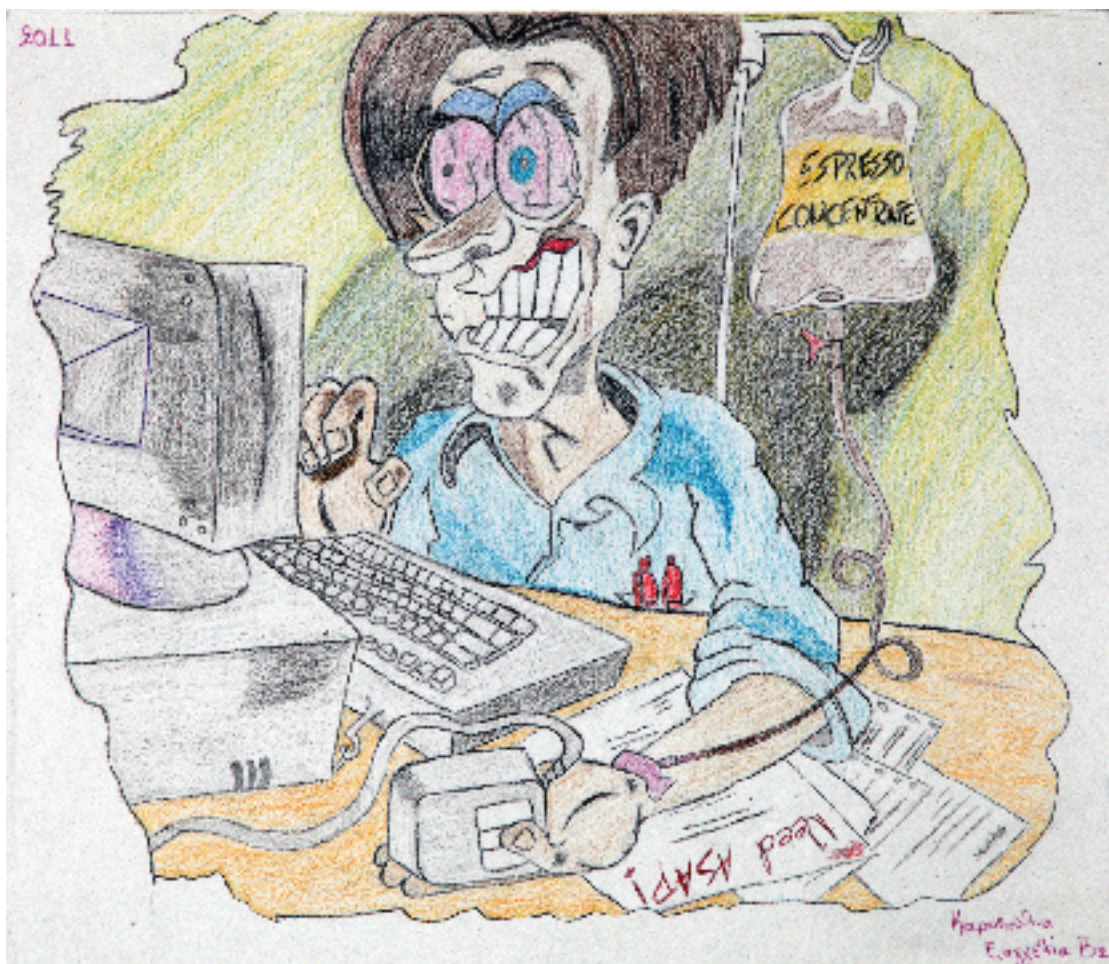
σχολεία που γυρίζουμε διαπιστώνουμε πως τα παιδιά, χρόνο με το χρόνο αυξάνουν την παραμονή τους στο Διαδίκτυο, παρουσιάζουν συμπτώματα συνδρόμου απόσυρσης, απώλεια ενδιαφέροντος, αλλάζει ο χαρακτήρας τους, έχουν άγχος μέχρι και τρέμουλο των δακτύλων όταν είναι εκτός Διαδικτύου και ηρεμούν όταν μπουν στο Διαδίκτυο. Επίσης τα παιδιά αυτά δεν κοιμούνται καλά, έχουν πρόβλημα διπροσωπικών σχέσεων, τσακώνονται με τους γονείς τους, με τους φίλους τους, παραμελούν δραστηριότητες και το αποτέλεσμα είναι σιγά-σιγά να κλείνονται στον εαυτό τους και να οδηγούνται σε μια κατάσταση να ζουν και να κινούνται μέσα στο Διαδίκτυο. Αυτό δε γίνεται αμέσως. Είναι όμως εύκολο να γίνει αν το παιδί αφηθεί στο Διαδίκτυο, χρόνο με το χρόνο, παιχνίδι με το παι-

χνίδι.

Δύσκολη ηλικία η Εφηβεία

Ο κ. Κορμάς τονίζει ότι η εφηβεία είναι μια δύσκολη ηλικία και έτσι χαρακτηριζόταν από την εποχή του Πλάτωνα και του Ισίδωρου. Οι γονείς έχουν την ευθύνη της σωματικής και ψυχικής ανάπτυξης των παιδιών τους και καλό είναι να αναζητούν συμβουλές σε υπηρεσίες συμβουλευτικής γονέων. Οφείλουν να μάθουν για το Διαδίκτυο και πώς κινείται ένα παιδί σ' αυτό. Στις δε περισσότερες περιπτώσεις κακής χρήσης, το πρόβλημα το έχουν οι γονείς και όχι τα παιδιά. Στη Μονάδα σε όσες περιπτώσεις καταφεύγουν παιδιά, διαπιστώνεται δυσλειτουργία της οικογένειας.

«Οι γονείς είναι χαμένοι γιατί είναι υπεραπασχολημένοι από το πρωί ως



το βράδυ και αυτό είναι το προφίλ της μέσης ελληνικής οικογένειας. Πολλές οικογένειες είναι υπερπροστατευτικές και προτιμούν να μένει το παιδί στο Διαδίκτυο παρά να βγαίνει έξω. Υπάρχουν και γονείς οι οποίοι δεν μπορούν να βάλουν όρια και μπορεί το παιδί και τους διαχειρίζεται. Ακόμη υπάρχει και κόντρα μεταξύ των γονιών και άλλη αντιμετώπιση έχει ο ένας και άλλη ο άλλος. Αυτό στα παιδιά δημιουργεί πρόβλημα και σύγχυση, με αποτέλεσμα να μην μπορούν να μπουκάρουν όρια. Βάζοντας όρια σ' έναν έφηβο, ουσιαστικά του δείχνουμε το δρόμο ζωής. Γονείς που δε βάζουν όρια προκαλούν πρόβλημα στη διαπαιδαγώγηση των παιδιών. Είναι σαν να τα λένε: «Πήγαινε να κάνεις τη ζωή σου μόνος σου και κάνε ό,τι σε φωτίσει ο Θεός». Δεν θέλω να γίνω υπερβολικός αλλά βλέπω οικογένειες να μην μπορούν να βάλουν σε τάξη 7χρονα παιδιά».

Γιατί λέμε συμπτώματα εξάρτησης

Στο ψυχιατρικό εγχειρίδιο της Αμερικανικής Ψυχιατρικής Εταιρείας όπου εκεί μπαίνουν όλοι οι εθισμοί όπως ναρκωτικά, αλκοόλ, τζόγος δεν έχει μπει ο εθισμός στο Διαδίκτυο.

Αυτό έγινε για δύο λόγους υποστηρίζει ο κ. Κορμάς:

α) Γιατί δεν έχουμε φτάσει σε ένα τέτοιο ερευνητικό επίπεδο ώστε να μπορούμε να χαρακτηρίσουμε το φαινόμενο σαν εθισμό και

β) Είναι πάρα πολύ νωρίς. Διαπιστώνεται από τις έρευνες της Μονάδας και τις επισκέψεις στα σχολεία, ότι ένα 10% τουλάχιστον των παιδιών, ένα πρωί ξυπνούν και σταματούν διαπαντός το διαδίκτυο, το παιχνίδι ή το Facebook. Μπουκτίζουν.

«Υπάρχουν κι άλλα πράγματα που πρέπει να δούμε», επισημαίνει ο κ. Κορμάς. «Μήπως το παιδί έχει κάποιο υπόστρωμα; Είναι πολύ συχνό το φαινόμενο της συννοσηρότητας. Δηλαδή βλέπουμε παιδιά τα οποία έχουν μια υπερκινητικότητα, μια καταθλιπτική διαταραχή, μοναχικά παιδιά με προβλήματα προσαρμογής και κοινωνικοποίησης, με αγχώδεις διαταραχές, τα οποία καταφεύγουν στο Διαδίκτυο για να καταπολεμήσουν αυτά τα συναισθήματα. Άρα εδώ δεν μπορείς να βγεις και να πεις ότι το Διαδίκτυο σου προκαλεί εξάρτηση όταν έχεις κάποιο άλλο θέμα που σε απασχολεί.»



Η Μονάδα Εφηβικής Υγείας στο πλαίσιο του ευρωπαϊκού προγράμματος «Safer Internet», έχει δημιουργήσει τη Γραμμή Βοήθειας «ΥΠΟΣΤΗΡΙΖΩ» όπου στον αριθμό 800 11 800 15 απαντούν ειδικοί παιδοψυχολόγοι και για θέματα Διαδικτύου. Στα τρία χρόνια λειτουργίας της η γραμμή έχει δεχτεί πάνω από 1700 κλήσεις εκ των οποίων οι 500 ήταν από γονείς παιδιών με συμπτώματα εξάρτησης. Επίσης η Μονάδα έχει υπογράψει μνημόνιο συνεργασίας με το υπουργείο Παιδείας για την υλοποίηση δράσεων στα σχολεία σε θέματα ασφαλούς χρήσης και κατάχρησης διαδικτύου.

Οι ενδιαφερόμενοι γονείς - μαθητές-εκπαιδευτικοί μπορούν να καλέσουν για συμβουλές κι οδηγίες, δωρεάν στη Γραμμή σε εργάσιμες μέρες και ώρες 9π.μ-15μμ. Επιπλέον η Μονάδα ξεκινάει μια πανευρωπαϊκή έρευνα για τις συμπεριφορές εξάρτησης στο Διαδίκτυο. «Η χώρα μας αναλαμβάνει το συντονισμό και είναι πολύ τιμητικό για την Ελλάδα και το Πανεπιστήμιο Αθηνών αυτό», τονίζει ο κ. Κορμάς. Η έρευνα θα διεξαχθεί σε 7 κράτη της Ευρώπης: Γερμανία, Ισπανία, Πολωνία, Ρουμανία, Ολλανδία, Ιρλανδία και Ελλάδα. Σκοπός είναι η καταγραφή σε μια δεδομένη στιγμή ταυτόχρονα της τάσης που επικρατεί. Σε ενάμιση χρόνο θα έχουμε τα πρώτα αποτελέσματα έτσι ώστε να δούμε στην Ευρωπαϊκή Ένωση πώς κινούμαστε στο κομμάτι των συμπεριφορών στο Διαδίκτυο.»

Τζόγος και πορνογραφία

Ο τζόγος είναι εθισμός και μάλιστα πολύ μεγαλύτερος από τον κανονικό γιατί είναι πολύ εύκολη η πρόσβασή του. Αν ένα άτομο προσπαθεί να κόψει το τζόγο στο Διαδίκτυο είναι σαν να προσπαθεί κάποιος να κόψει το αλκοόλ και να δουλεύει σε μπουαρί. Μπορείς να πεις σ' ένα παιδί μην ξαναμπείς στο Διαδίκτυο; Άρα η προσέγγιση που κάνουμε εδώ, είναι τελείως διαφορετική.

Μεγάλες διαστάσεις τείνει να πάρει και η έκθεση των εφήβων στην πορνογραφία. Σύμφωνα με την έρευνα της Μονάδας, 1 στα 5 παιδιά σερφάρει σε πορνογραφικό περιεχόμενο και με

αναλογία 1 κορίτσι προς 11 αγόρια. Αποτέλεσμα: «Πρώιμη σεξουαλική δραστηριότητα, παθολογικές σεξουαλικές συμπεριφορές και υπερερωτισμός. Στις πενήνήμερες εκδρομές βλέπουμε φωτογραφίες και καταστάσεις που σημαίνει ότι τα παιδιά τα ξέρουν από πριν. Χάνεται ο ρομαντισμός ενώ υιοθετούνται συμπεριφορές χωρίς αναστολές. Στη Μονάδα Εφηβικής Υγείας τα πιο σκληρά sites πορνό τα κατέθεσε 10χρονο παιδί».

Μια γενιά χάθηκε στο Facebook χωρίς ενημέρωση

«Η κατάσταση μας έχει ξεφύγει. Χάσαμε ήδη μια γενιά», υποστηρίζει ο κ. Κορμάς «η οποία ζει για να ανατροφοδοτεί σελίδες στο Facebook. Η κατάσταση είναι απελπιστική. Το Facebook έχει γίνει τρόπος ζωής για τους εφήβους. Αν μπεις σε σελίδες προφίλ θα δεις όλες τις τουαλέτες της Ελλάδας. Ένα στα 5 παιδιά συναντώνται με αγνώστους μέσω Facebook. Ο μεγαλύτερος κίνδυνος έχει να κάνει με παιδιά 14 έως 16 ετών και οι ειδικοί δεν μπορούν να δώσουν λύση.

750.000 παιδόφιλοι σερφάρουν στο Facebook.

Εκείνο που πρέπει να εξηγηθεί στα παιδιά είναι ότι η προσωπική ζωή παύει στο Διαδίκτυο. Ο κόσμος της εργασίας είναι σκληρός και μπορεί να χρησιμοποιηθεί το Facebook για τη συλλογή στοιχείων για έναν υπάλληλο. Ένας άνθρωπος που δεν μπορεί να προστατεύσει την προσωπική του ζωή πιθανόν να μην γίνεται άξιος εμπιστοσύνης στον εργασιακό του χώρο αργότερα.

Τα παιδιά καλό είναι να κάνουν αναζητήσεις στο Google με το όνομά τους για να βρουν τυχόν αναφορές στο διαδίκτυο.

Cyberbullying

«Το διαδίκτυο είναι ο πλέον κατάλληλος τόπος για να εξευτελιστεί οποιονδήποτε. Είναι πλέον σύνθημα το φαινόμενο

έφηβοι να εκβιάζουν και να εκβιάζονται και να διοχετεύουν φωτογραφίες και βίντεο συμμαθητών τους με προσβλητικό και παράνομο περιεχόμενο. Δυστυχώς τα παιδιά είναι απροστάτευτα. Πρέπει να γνωρίζουν όμως ότι το πλέον εύκολο σήμερα είναι να εντοπιστεί κάποιος στο Διαδίκτυο κι αυτά τα θέματα πρέπει να τα λύνουμε αμέσως».

Παιχνίδια

Από τα παιδιά που παρακολουθούνται στη Μονάδα, το μεγαλύτερο πρόβλημα έχουν αυτά που έχουν ξεκινήσει με Nintendo, GameBoy, Playstation από τη μικρή τους ηλικία οπότε τα διαδικτυακά παιχνίδια έρχονται σαν συνέχεια. «Είναι κρίμα να χάνονται τα καλύτερα χρόνια, να καταστρέφονται οικογένειες, να καταστρέφεται ακόμη και η ζωή του παιδιού γιατί δεν τέθηκαν όρια», επισημαίνει ο κ. Κορμάς. Οι γονείς πρέπει να οριοθετούν το χρόνο του παιχνιδιού και να βρουν και κάποιες άλλες δραστηριότητες για την εκτόνωση του παιδιού. Η Μονάδα είναι επιφυλακτική στο να χρησιμοποιούνται τα παιχνίδια ακόμη και για το ασφαλές Διαδίκτυο. Τα παιχνίδια δημιουργούν σύγχυση μεταξύ πραγματικού και εικονικού κόσμου και επειδή τα περισσότερα είναι εύκολα δημιουργούν χαρακτήρες της ελάχιστης προσπάθειας.



Μονάδα Εφηβικής Υγείας Εθισμός στο Διαδίκτυο

Η Μονάδα Εφηβικής Υγείας, ξεκίνησε πριν από τέσσερα χρόνια, θυμάται ο κ.Κορμάς όταν κάποιοι γονείς έφεραν τα παιδιά τους με αγωνία ότι είναι όλη την ημέρα στο Διαδίκτυο. Από κει και πέρα η Μονάδα οργανώθηκε κι έχει να επιδείξει σημαντικό έργο για τη χρήση και την κατάχρηση του Διαδικτύου από τους εφήβους. Σύμφωνα με δελτίο τύπου της Μονάδας η έρευνα της MEY το 2007 έχει δείξει ότι οι κύριοι λόγοι, που οδηγούν τον έφηβο στην εξάρτηση είναι τα ηλεκτρονικά παιχνίδια κυρίως και τα chat rooms. Από την άλλη, οι έφηβοι που χρησιμοποιούν το διαδίκτυο ωφέλιμα (πληροφορίες, υπηρεσίες, εκπαίδευση κτλ.) δεν εθίζονται εύκολα.

Η νεότερη Πανελλαδική έρευνα της MEY το 2010, δείχνει:

2,4% των εφήβων 15-16 ετών παρουσιάζουν διαδικτυακή εξάρτηση και 19,1% οριακή χρήση που δυνητικά στο μέλλον μπορεί να οδηγήσει σε συμπεριφορές εξάρτησης.

Το ποσοστό των εφήβων με ΣΕ ήταν μεγαλύτερο στις επαρχιακές πόλεις σε σύγκριση με την Ατική (3,4% έναντι 1,3%).

Δεν διαπιστώθηκε διαφοροποίηση που να σχετίζεται με το φύλο και τα δίκτυα κοινωνικής δικτύωσης αποτελούν πλέον τον πρώτο σε συχνότητα λόγο που οι εξαρτημένοι έφηβοι με χρησιμοποιούν το διαδίκτυο, ενώ ακολουθούν τα online παιχνίδια. (Διαφοροποιούνται εδώ τα αποτελέσματα σε σχέση με την πρώτη έρευνα του 2007 κι ο λόγος είναι η χρήση του Facebook)

Από το σύνολο των εφήβων 63,7% θα δημοσιοποιούσαν προσωπικά τους δεδομένα (100% των εφήβων με εξάρτηση), ενώ

18,5% θα συναντούσαν κάποιον διαδικτυακό φίλο στο φυσικό κόσμο (74% των εφήβων με εξάρτηση) .

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ: Οι έφηβοι με διαδικτυακή εξάρτηση φαίνεται να αποκτούν μία κακώς εννοούμενη «άνεση» με το διαδίκτυο καταργώντας όρια και παρουσιάζοντας διαδικτυακές συμπεριφορές υψηλού κινδύνου.

Το 5ο Λύκειο μέσω του Προγράμματος Αγωγής Υγείας θα συμμετάσχει την επόμενη σχολική χρονιά σε πιλοτικό πρόγραμμα της Μονάδας Εφηβικής Υγείας κατά το οποίο οι εκπαιδευμένοι μαθητές της Β' Λυκείου του προγράμματος, θα λειτουργήσουν σαν εκπαιδευτές-πολλαπλασιαστές δράσεων για την ενημέρωση και την καλλιέργεια υγιών συμπεριφορών στο Διαδίκτυο στο σχολείο.

Τάσος Φλάμπουρας, αντιπρόεδρος της εταιρείας Aventurine και πρόεδρος της πανελληνίας Ένωσης Δημιουργών Λογισμικού Ψυχαγωγίας: «Αν οι μαθητές έπαιζαν εκπαιδευτικά παιχνίδια στο σχολείο, θα εθίζονταν στη μάθηση»

Ο κ. Τάσος Φλάμπουρας αντιπρόεδρος της εταιρείας Aventurine και πρόεδρος της πανελληνίας Ένωσης Δημιουργών Λογισμικού Ψυχαγωγίας τονίζει ότι «πρόβλημα αποτελεί η κακή χρήση του μέσου. Αν αφήσεις ένα παιδί από μικρή ηλικία να βλέπει μόνο του videogames χωρίς την συμμετοχή του γονέα εκεί δεν γίνεται

ταλλευτεί για να μάθεις πράγματα που δίνουν τις βάσεις για πολλά άλλα στη συνέχεια. Πιστεύω όμως στη δύναμη των εκπαιδευτικών παιχνιδιών γιατί μαθαίνει κάποιος εύκολα, πολλά πράγματα. Προσωπικά δεν θα φτιάξω παιχνίδια τα οποία θα είναι μόνο διασκεδαστικά. Επίσης δεν έχει νόημα μόνο ένα παιχνίδι εκπαιδευτικό που να

την παραδοσιακή διδασκαλία. Αλλά θα γίνει γιατί θές να περάσεις στα παιδιά το καλύτερο μέσο για να μάθουν αυτά που πρέπει. Για παράδειγμα αν μάθεις για την ελληνική επανάσταση από μια σειρά ντοκιμαντέρ καλοφτιαγμένων, θα μάθεις περισσότερα και θα σου μείνουν από ό,τι να κάτσεις να τα διαβάσεις απλώς. Αν δε, ζήσεις την ελληνική επανάσταση μέσα από ένα καλοφτιαγμένο παιχνίδι, δεν θα την ξεχάσεις ποτέ».



κάτι. Παρακολούθησα μια έρευνα για παιδιά προσχολικής ηλικίας σχετικά με την επίδραση των videogames. Δοκιμάστηκαν τρεις τρόποι: α) παιχνίδια ηχητικά β) παιχνίδια ηχητικά και με video και γ) παιχνίδια στα οποία ήταν και ο γονιός δίπλα και συμμετείχε. Το καλό αποτέλεσμα ήταν στην τρίτη περίπτωση ενώ στις προηγούμενες παρατηρήθηκε καθυστέρηση στο λεξιλόγιο.»

Για τη στάση που πρέπει να κρατούν οι έφηβοι προς τα παιχνίδια.

«Το να παίζεις παιχνίδια όλη τη μέρα δεν είναι σωστό. Κάποτε θα χάσεις. Αυτή η ηλικία είναι για να την εκμε-

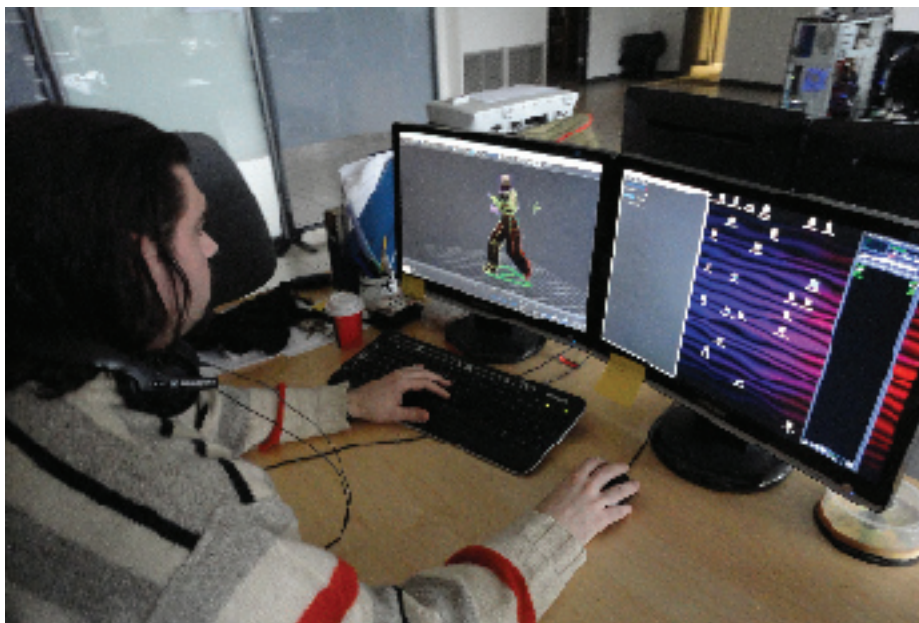
μην είναι και διασκεδαστικό»

Για τα εκπαιδευτικά παιχνίδια

«Εμείς οι κατασκευαστές έχουμε πολύ μεγάλη ευθύνη να φτιάξουμε ένα καλό περιεχόμενο. Αν οι μαθητές έπαιζαν εκπαιδευτικά παιχνίδια στο σχολείο, πιστεύω πως και καλύτερα θα μάθαιναν και περισσότερα θα μάθαιναν και θα εθίζονταν στη μάθηση. Γιατί με το παιχνίδι δε μαθαίνεις διαβάζοντας και μετά κάνοντας, αλλά μόνον κάνοντας. Η εκπαιδευτική διαδικασία θα πρέπει να αγκαλιάσει τα μέσα αυτά γιατί σαν εκπαιδευτικά εργαλεία είναι πανίσχυρα. Είναι δύσκολο και το έχουμε μελετήσει, να γίνει αυτή η κίνηση από

Τα videogames στα κοινωνικά προβλήματα-Serious Games

«Με κάλεσε ο πρωθυπουργός και με ταξίδι των άλλων μιλήσαμε και για τα serious games. Είναι τα εκπαιδευτικά παιχνίδια που ανεβάζουν το επίπεδο της ευαισθησίας πάνω σε ορισμένα θέματα όπως για παράδειγμα την πείνα, την οποία βλέπουμε πολύ αποστασιοποιημένα. Αν πάρεις ένα αεροπλάνο και πας δυο ώρες νότια, βρίσκεσαι σε άλλον κόσμο. Αυτό το πρόβλημα μπορεί να αναδειχτεί και να ευαισθητοποιήσει τον κόσμο, μέσω παιχνιδιών. Υπάρχει ένα παιχνίδι το Food Force των Ηνωμένων Εθνών, ένα παιχνίδι στο οποίο ο χρήστης καλείται να μεταφέρει τρόφιμα και να δημιουργήσει υποδομές στο φανταστικό νησί Σείλάν του Ειρηνικού, το οποίο πληττείται από εμφύλιες διαμάχες, πείνα και Ξηρασία. Αυτό το έβαλε η κ. Διαμαντοπούλου σε κάποια σχολεία. Σε άλλο ένα παιχνίδι το Darfur is Dying, ο παίκτης έρχεται αντιμέτωπος με όλους τους θανάσιμους κινδύνους που απειλούν τους κατοίκους της αφρικανικής χώρας του Σουδάν που δεν έχουν να πουν νερό οι άνθρωποι, πεθαίνουν και γύρω-γύρω, υπάρχουν αντάρτες που τους σκοτώνουν. Ένας παίκτης μπορεί



να διαλέξει να παίξει μια γυναίκα ή ένα παιδί και να προσπαθήσει να πάει νερό στο σπίτι του και παράλληλα να κρύβεται γιατί περνάνε διάφοροι και πυροβολάνε. Το να ζεις μες το παιχνίδι, καταλαβαίνεις πόσο δύσκολο είναι να ζεις στην πραγματικότητα τέτοιες συνθήκες.

Υπάρχει ένα ανάλογο παιχνίδι το οποίο έχει φτιάξει μια φίλη καθηγήτρια videogames στο Πανεπιστήμιο του Μπέρκλεϊ, η κ. Jane McGonigal, η οποία πιστεύει πως αυτά μπορούν να αλλάξουν τον κόσμο. Το παιχνίδι λέγεται Evoke περνάει το μήνυμα πως μπορούμε να φτιάξουμε τον κόσμο καλύτερο ώστε να μπορούν να ζουν οι άνθρωποι που υποφέρουν και να ενταχθούν κι αυτοί. Αν μπορούμε να φτιάξουμε ένα παιχνίδι που να τραβάει και να βοηθάει τον κόσμο ταυτόχρονα, αυτό είναι πολύ σημαντικό.»

Η βία στα παιχνίδια

«Έχουμε μεγάλη ευθύνη να φτιάξουμε παιχνίδια με καλό περιεχόμενο. Υπάρχουν όμως και videogames πάρα πολύ καλά, αλλά πολύ βίαια. Πρέπει να καταλάβουμε πως δεν οδηγώ, ούτε σκοτώνω, ούτε κλέβω, αλλά παίζω ένα παιχνίδι. Είναι ο χαρακτήρας του ήρωά μου, ο οποίος κάνει κάποια πράγματα εικονικά, τα οποία δεν με αντιπροσωπεύουν. Εγώ δεν θα βγω στο δρόμο ποτέ, ούτε να σκοτώσω άνθρωπο, ούτε

μου δημιουργεί ανοσία το να βλέπω βία. Αποστασιοποιούμαστε από αυτό που συμβαίνει στα videogames. Σε ένα παιχνίδι πυροβολείς ένα avatar, το οποίο είναι pixels, το οποίο δε σημαίνει τίποτα.

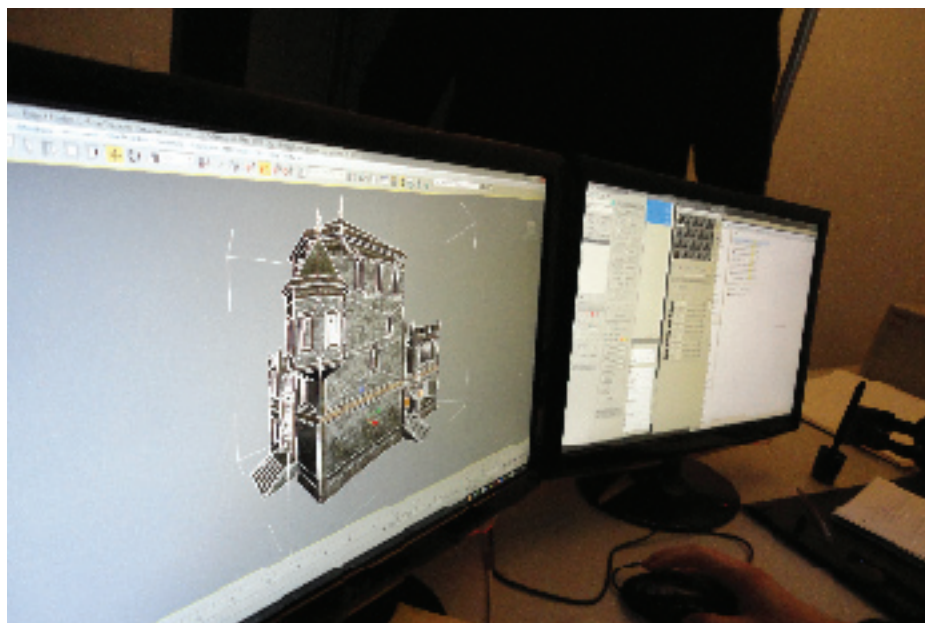
Όταν έχεις εκατοντάδες εκατομμύρια ανθρώπους να παίζουν videogames, το να τρελαθούν δυο τρεις για διάφορους λόγους και να κάνουν εγκλήματα δε φταίει το μέσο αλλά οι καταστάσεις που είναι μέσα μας. Το πιστεύω απόλυτα αυτό που λέω και το έχουμε μελετήσει. Από την άλλη γνωρίζω πολλά παιδιά που παίζουν το Counter Strike. Είναι πολύ ώριμα και συγκροτημένα και με δομημένη σκέψη. Επίσης στην εται-

ρεία εργάζεται ο καλύτερος παίκτης στην Ελλάδα. Το Counter Strike ενώ είναι ένα ομαδικό διασκεδαστικό παιχνίδι, είναι σοκαριστικό όταν το βλέπει κάποιος μεγάλος. Εγώ πιστεύω πως αν είσαι καλός σε κάτι, για να φτάσεις στην πορεία να γίνεις ο καλύτερος αναπτύσσεις ικανότητες και καλλιέργεια».

Τα παιχνίδια τζόγου

«Ο τζόγος δεν είναι παιχνίδι. Είναι παράνομη δραστηριότητα, η οποία καλύπτεται από παιχνίδι. Εδώ έχουμε παθολογική εξάρτηση. Όποιος ξέρει μαθηματικά δεν παίζει τζόγο. Στα τυχερά παιχνίδια, το αποτέλεσμα είναι προκαθορισμένο και τον έλεγχο δεν τον έχει ο παίκτης».

Ο Τάσος Φλάμπουρας δουλεύει στον τομέα του Computer Engineering ενώ παράλληλα κάνει και το διδακτορικό του στο Χάρβαρντ. Η εταιρεία Aventurine ιδρύθηκε το 2003, όταν μία παρέα Νορβηγών προγραμματιστών συνεργάστηκε με τον Έλληνα προγραμματιστή, ο οποίος βρήκε την ευκαιρία μετά από χρόνια στο εξωτερικό να επιστρέψει στην Ελλάδα. Μαζί έφτιαξαν το παιχνίδι ενσάρκωσης ρόλων Darkfall το οποίο χρειάστηκε 6 χρόνια για να φτάσει στο τελικό στάδιο παραγωγής του. Το περιβάλλον του είναι μεσαιωνικό ενώ η υπόθεσή του είναι η πάλη καλού-κακού σαν τον



Άρχοντα των δαχτυλιδιών.

Αν και υπάρχει μυθολογία, που γράφτηκε ειδικά για το παιχνίδι, στόχος είναι οι χρήστες να δημιουργήσουν με τις πράξεις τους τη μυθολογία του παιχνιδιού, να είναι αυτοί που θα καθοδηγήσουν την ιστορία του.

Ο ίδιος δηλώνει πως ήταν αθλητής (έπαιζε μπάσκετ, έκανε στίβο), με το ίδιο πάθος που έπαιζε videogames. «Άλλο είναι τα σπορ για μένα», ξεκαθαρίζει. «Δεν θα μ'αναγκάσει κάποιος να διασκεδάσω με τον τρόπο που θέλει αυτός. Αν είναι η διασκέδασή μου τα videogames, θα παίξω. Αν δε με εκφράζει το να βγω έξω, γιατί να διασκεδάσω μ' αυτό. Δε θα κάτσω βέβαια να πω παίξε videogames όλη την ημέρα».

Τα online διαδικτυακά παιχνίδια μπορούν να αλλάξουν τον κόσμο

Πρέπει να κάνουμε τον πραγματικό κόσμο να μοιάζει περισσότερο σαν ένα παιχνίδι υποστηρίζει η καθηγήτρια videogames στο Μπέρκλεϊ και οραματίστρια Jane McGonigal



*Graffiti με τη φωτογραφία της McGonigal, όπως την παρουσίασε η ίδια στην ομιλία της στο TED**

Με αφορμή την αναφορά του παραγωγού Βιντεοπαιχνιδιών κ. Τάσου Φλάμπουρα στις απόψεις της καθηγήτριας βιντεοπαιχνιδιών στο Μπέρκλεϊ Jane McGonigal πως τα διαδικτυακά παιχνίδια μπορούν να αλλάξουν τον κόσμο, ψάξαμε στο διαδίκτυο για περισσότερες πληροφορίες γι αυτήν την επιστήμονα και τα πιστεύω της.

Η κ. McGonigal ασχολείται με την ανάπτυξη παιχνιδιών που εκμεταλλεύονται την κοινωνικότητα και τη συλλογική νοημοσύνη των χρηστών, για να επιλύσουν σημαντικά προβλήματα, φέρνοντας τους πιο κοντά μεταξύ τους ώστε να ενδιαφερθούν και να εργαστούν μαζί, σε έναν εικονικό κόσμο. Αυτό, έχει ως αποτέλεσμα να συνηθίσουν και να εξασκηθούν να λειτουργούν έτσι και στην πραγματική ζωή.

Έκανε το διδακτορικό της στην Καλιφόρνια πάνω στο θέμα «γιατί είμαστε καλύτεροι στα παιχνίδια απ' ό,τι στην πραγματική ζωή». Πιστεύει ότι χρησιμοποιούμε τα παιχνίδια για να ξεφύγουμε από τα βάσανα της ζωής ή για να απομακρυνθούμε από ό,τι δε δουλεύει σωστά. Η έκφραση ενός ατόμου που καταφεύγει στο παιχνίδι είναι η έκφραση ενός προσώπου της καθημερινότητας καθώς προσπαθεί να αντιμετωπίσει επείγοντα προβλήματα και εκπέμπει: «Δεν τα καταφέρνω στη ζωή». Όταν βρισκόμαστε στους εικονικούς κόσμους πολλοί από μας εμφανίζουμε την καλύτερη έκδοση του εαυτού μας, να βοηθήσουμε, να επιμενουμε σε ένα πρόβλημα όσο χρειαστεί, να σηκωθούμε μετά από μια αποτυχία και να προσπαθήσουμε ξανά. Στην πραγματική ζωή όμως όταν αντιμετωπίζουμε την αποτυχία και συναντάμε εμπόδια συχνά δεν αισθανόμαστε το ίδιο. Νιώθουμε αποκαωμένοι, απογοητευμένοι, νικημένοι, άγχος ή κυνισμό.

Τέσσερις είναι οι υπερδυνάμεις ενός gamer κατά την κ. McGonigal:

α. Urgent Optimism (Επείγουσα αισιοδοξία) : Είναι η θέληση να δράσουμε αμέσως για να υπερβούμε ένα εμπό-



διο, σε συνδυασμό με την πίστη ότι έχουμε ελπίδες επιτυχίας. Οι παίκτες πιστεύουν ότι αξίζει η προσπάθεια για να επιτύχεις ένα σκοπό

β. Social fabric (Κοινωνική δικτύωση): Παίζοντας ένα παιχνίδι με έναν άγνωστο στην ίδια χώρα ή σε άλλη χώρα, χτίζονται δεσμοί εμπιστοσύνης και συνεργασίας. Το αποτέλεσμα είναι να χτίζουμε ισχυρότερες κοινωνικές σχέσεις.

γ. Blissful productivity (Ευδαιμονική παραγωγικότητα): Ένας μέσος παίκτης του WOW παίζει 22 ώρες την εβδομάδα σαν ημιαπασχόληση. Αυτό γιατί παίζοντας ένα παιχνίδι, στην πραγματικότητα είμαστε πιο ευτυχισμένοι και δουλεύουμε πιο σκληρά για να πετύχουμε το στόχο μας.

δ. Epic meaning (Επικό νόημα): Οι παίκτες λατρεύουν να είναι μέρος αποστολών με νόημα

Οι παίκτες, πιστεύει η κ. McGonigal είναι άνθρωποι που πιστεύουν ότι έχουν τη δυνατότητα αλλάξουν τον κόσμο. Το πρόβλημα όμως είναι πως πιστεύουν ότι μπορούν ν' αλλάξουν εικονικούς κόσμους και όχι τον πραγματικό. Αυτό γιατί στο παιχνίδι παίρνουμε μια πρόκληση στην οποία μπορούμε να ανταπεξέλθουμε κι υπάρχουν εκατοντάδες ή χιλιάδες συνεργάτες προκειμένου να μας βοηθήσουν να πετύχουμε μια αποστολή ενώ αυτή η αίσθηση δεν

ισχύει στην πραγματική ζωή. Από την άλλη στο παιχνίδι κάνουμε αυτό που μας αρέσει οπότε παίρνουμε τόσο μεγάλη ικανοποίηση που αποφασίζουμε να δαπανήσουμε όλο μας το χρόνο για να πετύχουμε το στόχο μας ενώ στην πραγματική ζωή δεν έχουμε το κίνητρο να συνεργαστούμε δημιουργικά. Επιπλέον οι παίκτες νιώθουν μεγαλύτερη ανταμοιβή στα παιχνίδια από ό,τι στη ζωή.

Τρεις Προτάσεις SERIUS ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ**

Τα παιχνίδια είναι η απαρχή για την επιβίωση του ανθρώπινου είδους. Αν θέλουμε να λύσουμε προβλήματα όπως η πείνα, η φτώχεια, η κλιματική αλλαγή, οι παγκόσμιες συγκρούσεις, η παχυσαρκία, μπορούμε να τα καταφέρουμε παίζοντας online serious games, είναι η θέση της McGonigal η οποία έχει παρουσιάσει τρία τέτοια διαφορετικά παιχνίδια, τα εξής:

World Without Oil. Ο παίκτης προσπαθεί να επιβιώσει μια κρίση καυσίμων, όπου δεν υπάρχει πια στάλα πετρελαίου. Η κρίση είναι φανταστική (Alternate Reality Game), αλλά το παιχνίδι χρησιμοποιεί τόσο αληθοφανή δεδομένα που ο παίκτης πρέπει πραγματικά να πάρει δύσκολες αποφάσεις για το πώς θα κινηθεί σε έναν τέτοιο κόσμο. Το πρόγραμμα τροφοδοτεί με πληροφορίες τον παίκτη (βίντεο, ειδήσεις, δείκτες τιμών) εξομοιώνοντας έναν κόσμο όπου κλείνουν σχολεία, γίνονται εξεγέρσεις, υπολείπουν μέσα μεταφοράς. Ο παίκτης αλληλεπιδρά με αυτή τη φανταστική κατάσταση, δημοσιεύοντας φωτογραφίες, βίντεο και κείμενα μέσω blog.

SuperStruct. Σε αυτό το φανταστικό σενάριο, ένας υπερυπολογιστής έχει αποφανθεί ότι το ανθρώπινο είδος έχει ακόμα 23 χρόνια να ζήσει στον πλανήτη. Αντί να σχηματιστεί μια dream-team με 5-6 «ειδικούς» που θα βρουν πώς θα σώσουν τον πλανήτη, καλείται όλος ο κόσμος να συμβάλει

και να καθορίσει το μέλλον της ενέργειας, της υγείας, της ασφάλειας, των τροφίμων και της κοινωνικής ευημερίας.

Evolve. Ασχολείται με την ανάπτυξη χωρών στην Αφρική, συλλέγοντας πάλι ιδέες και οραματισμό από νέους ανθρώπους.



Ο Ηρόδοτος και τα Ζάρια**

Η κ. McGonigal παρέφρασε και μια ιστορία του Ηρόδοτου που ισχυριζόταν ότι τα πρώτα «πνευματικά παιχνίδια» ήταν τα ζάρια που εμφανίστηκαν στην αρχαία Λυδία, καμωμένα από κόκαλα ζώων: πριν από 2.500 χρόνια ο κόσμος στη Λυδία πέθαινε λόγω έλλειψης τροφής και το έθνος ήταν καταδικασμένο να αφανιστεί. Έτσι, έλαβαν δραστηριότητα, μέτρα. Επινόησαν παιχνίδια όπως τα ζάρια και σε όλο το βασίλειο εφαρμόστηκε το εξής διάταγμα: «Τη μια μέρα θα τρώμε κανονικά, την άλλη απλά θα παίζουμε». Με αυτό το τέχνασμα, το έθνος κατάφερε να επιβιώσει για 18 χρόνια. Μετά από 18 χρόνια, ο λιμός δεν είχε περάσει. Ο βασιλιάς αποφάσισε να χωρίσει στα δύο το βασίλειο, ώστε να παίξουν μια τελευταία παρτίδα: οι νικητές θα αναχωρούσαν για μια επική περιπέτεια, αφήνοντας τη Λυδία πίσω τους για να ψάξουν μια νέα περιοχή να αποικίσουν. Έτσι, οι μισοί που θα έχαναν και θα έμεναν πίσω θα μπορούσαν να επιβιώσουν με τα τρόφιμα που είχαν μείνει και οι νικητές θα ταξίδευαν για να εξαπλώσουν τον πολιτισμό. Πρόσφατες αναλύσεις DNA έδειξαν ότι οι Ετρούσκοι (που οδήγησαν στην ίδρυση της Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας), μοιράζονται το κοινό DNA με τους αρχαίους Λύδιους.



Γυναικεία μορφή με κύβο(ζάρι) και δίσκο παιχνιδιού Αρχαιολογικό Μουσείο Αθηνών

Οι κύβοι ρίχνονταν είτε στο πλαίσιο ενός επιτραπέζιου παιχνιδιού είτε αυτοτελώς και συνιστούσαν και μόνοι τους παιχνίδι. Ο Πλάτων θεωρεί τον αιγυπτιακό θεό Θωθ ως ευρετή τους. Ο Ηρόδοτος αποδίδει την ανακάλυψή τους στους Λυδούς, ως αντίδοτο για μια εποχή παρατεταμένης πείνας διάρκειας 18 ετών. Τέλος, ο Πausanias αναφέρει ότι ο ήρωας Παλαμήδης, στον οποίο αποδίδεται η εισαγωγή των αριθμών καθώς και των μέτρων και σταθμών, αφιέρωσε τους κύβους, τους οποίους είχε δημιουργήσει, στο ναό της Τύχης στο Άργος.

Πηγές: Περιοδικό PCMASTER τεύχος 248: Οι gamers λύνουν το πρόβλημα της κρίσης www.ted.com Σ' αυτή τη σελίδα βρίσκεται βίντεο με την ομιλία της McGonigal.

*Το TED, είναι μια διεθνής κίνηση που ξεκίνησε πριν 25 χρόνια από την Αμερική και διαδόθηκε σε όλο τον κόσμο, με στόχο να διαδοθούν ιδέες που μπορεί να αλλάξουν τον τρόπο που βλέπουμε τα πράγματα. Επιλέγονται από επιτροπές άνθρωποι που έχουν κάτι να πουν (γιατροί, ασθενείς, αστροφυσικοί, ερευνητές, καλλιτέχνες-όλοι όσοι έχουν κάτι καινοτόμο, πρωτότυπο, θαυμαστό, εξαιρετικό, ελπιδοφόρο ή τρομακτικό να μοιραστούν μαζί μας) και τους δίνονται 20 μόνο λεπτά επί σκηνής για να το αναπτύξουν. Στη συνέχεια οι εισηγήσεις αναρτώνται στο διαδίκτυο στη σελίδα του TED. Το ετήσιο TED Global οργανώνεται στην Οξφόρδη της Μ. Βρετανίας και παρακολουθείται διαδικτυακά από όλο τον κόσμο.

** Τα δυο κείμενα είναι αναπαραγωγή από το περιοδικό PCMASTER τεύχος 248: Οι gamers λύνουν το πρόβλημα της κρίσης



Όταν το διαδίκτυο γίνεται φόβος και τρόμος...

Συζήτηση με τους μαθητές του προγράμματος για τον κυβερνοεκφοβισμό

Με το που αρχίζει το σχολείο, αρχίζει και το φαινόμενο του bullying (εκφοβισμός). Πειράγματα, σχόλια, πλάκες, σωματικές επιθέσεις, αποκλεισμός, οι συνήθεις μορφές του. Με το διαδίκτυο όμως σήμερα τείνει να πάρει διαστάσεις επικίνδυνες, ειδικά στην εφηβεία. Μορφή του είναι και η στοχοποίηση καθηγητών και η διανομή υλικού στη μαθητική κοινότητα.

Εφαρμόζοντας την τεχνική του καταγισμού ιδεών, σε μια προσπάθεια να κατανοήσουμε το φαινόμενο με τους μαθητές της ομάδας καταγράψαμε λέξεις ή φράσεις που έρχονται στο μυαλό, ακούγοντας τον όρο cyberbullying, τις ακόλουθες:

- Απειλή
- Μαγκιά
- Αγωνία
- Κατάθλιψη
- Άγχος
- Αίσθημα μοναξιάς
- Πλάκα
- Νεύρα

- Σύγχυση
- Φόβος
- Τάσεις ανθρωποκτονίας
- Τάσεις αυτοκτονίας
- Εκδίκηση
- Αίσθημα κατωτερότητας
- Αίσθημα ανωτερότητας
- Ζήλια
- Αστεία βίντεο στο YouTube
- Υβριστικά μηνύματα
- Διαγραφή του Facebook
- Fake Facebook
- Αποστολή ιών
- Σπάσιμο κωδικών
- Report

- Πολυήμερες εκδρομές
- Τουαλέτες
- Φασαρία στην τάξη
- Καθηγητές σε σύγχυση κλπ.

Είναι πολλά από τα συναισθήματα που μπορεί να έχει ένας δράστης ή ένα θύμα cyberbullying μερικές από τις μορφές του φαινομένου καθώς και πότε μπορεί να εμφανιστεί.

«Ένα άτομο που δέχεται επιθετικότητα μέσω διαδικτύου, νιώθει εκτεθειμένο σε ένα μεγαλύτερο μέρος ανθρώπων κι έτσι αισθάνεται ότι παραβιάζεται η προσωπική του ζωή. Φοβάται πιθανό κοινωνικό αποκλεισμό καθώς περισσότεροι άνθρωποι είναι ικανοί να δουν αυτά που έγιναν. Νιώθει αβοήθητος καθώς το Internet είναι ένα απρόσωπο μέσο και δεν μπορεί το ίδιο να αντιμετωπίσει άμεσα το πρόβλημα. Φοβάται να κυκλοφορήσει έξω κι έτσι αποξενώνεται.»

Είναι μια από τις απόψεις μέλους της ομάδας που καταγράφηκε, για το ποιες συνέπειες μπορεί να έχει ένα θύμα cyberbullying.

Άλλο μέλος της ομάδας εξέφρασε την άποψη πως ένας έφηβος θα πρέπει να είναι αρκετά ώριμος για να αντιμετωπίσει μια τέτοια κατάσταση που είναι ιδιαίτερα προσωπική κι επικίνδυνη. Το κυρίαρχο συναίσθημα είναι η απογνώση και η απορία γιατί να συμβαίνει αυτό, σ' αυτόν.

Άτομα ευαίσθητα και ντροπαλά δεν αποκλείεται να φτάσουν και σε ακραίες καταστάσεις αντίδρασης επεσήμαναν οι περισσότεροι.

Η αρχική διαπίστωση ήταν πως «αποκλείεται να μου συμβεί τέτοιο γεγονός

γιατί προσέχω» ή δεν μου έχει συμβεί. Αναλύοντας όμως πιο διεξοδικά το θέμα, διαπιστώσαμε πως στους περισσότερους έχουν συμβεί περιστατικά παρενόχλησης από μαθητές στο Διαδίκτυο ή έχουν γίνει μάρτυρες τέτοιων περιστατικών.

Σχεδόν όλοι οι μαθητές της ομάδας ανέφεραν πως δε θα έμπαιναν ποτέ στη διαδικασία να παρενοχλήσουν και να εκφοβίσουν συμμαθητές τους έστω



και για πλάκα. Θεωρούν πως σε τέτοιες πρακτικές προβαίνουν ανώριμοι μαθητές ή μαθητές που νομίζουν πως είναι αρχηγοί.

Όσοι έχουν γίνει μάρτυρες περιστατικών μέσα σε chats ή ανταλλαγών υβριστικών σχολίων στο Facebook ή στα διαδικτυακά παιχνίδια εξέφρασαν πως είναι γελοίο αυτό που συμβαίνει. Παρόλο όμως που όλοι οι μαθητές παραδέχονται τις ανυπολόγιστες προσωπικές συνέπειες που δημιουργεί ο κυβερνοεκφοβισμός, δεν εκτιμούν οι περισσότεροι τον κίνδυνο. Θεωρούν

πως υπάρχουν «καλές» και κακές προθέσεις, με την πλάκα να κυριαρχεί στις «καλές» προθέσεις και τίποτα παραπάνω.

Ειδικά για τα βίντεο που έχουν γραφεί μέσω κινητών κι απαθανατίζουν αστείες σκηνές ή και βίαιες κι ανεβάζουν στο Διαδίκτυο, οι περισσότεροι μαθητές δεν έχουν πρόβλημα να τα βλέπουν (μερικοί αρέσκονται κιόλας). Θεωρούν πως δεν έγινε τίποτα κι οι μεγάλοι έχουν το πρόβλημα. Όταν

όμως άκουσαν πως ακόμη και το πιο ανώδυνο βίντεο μπορεί να επεξεργαστεί από κάποιον κακόβουλο και να γίνει το περιεχόμενο του προσβλητικό εκεί προβληματίστηκαν.

Για τη στοχοποίηση καθηγητών συμφωνούν όλοι πως είναι ο χειρότερος εξευτελισμός μέσω διαδικτύου που δεν καταλήγει τελικά πουθενά γιατί αν ένας καθηγητής δεν κάνει καλά τη δουλειά του δεν τον κάνεις καλύτερο ενώ έναν αδύναμο καθηγητή, τον μειώνεις ακόμη περισσότεροι και προσβάλλεις την αξιοπρέπειά του. Αντιθέτως οι μαθητές μ' αυτό που κάνουν δείχνουν το χειρότερο εαυτό τους.

Στην ανταλλαγή εμπειριών που μοιράστηκαν κυρίως από περιστατικά που έπεσαν στην αντίληψή τους κατέληξαν στο συμπέρασμα:

α.) Η πλάκα είναι υποκειμενική και μ' αυτό που γελάσει κάποιος, κάποιος άλλος προσβάλλεται και β) δεν έχει κανένας το δικαίωμα να κρίνει κάποιον άλλο με τον εξευτελιστικό τρόπο το Δι-



αδικτύου.

Το σημείο που συζητήθηκε περισσότερο είναι αυτό που ανέφεραν κάποιοι μαθητές πως αν παρενοχλούνταν στο Διαδίκτυο, θα κινητοποιούσαν ομάδες για ανταπάντηση. Στη συζήτηση όμως πείστηκαν πως αυτός ο τρόπος διαιωνίζει το cyberbullying χωρίς να βελτιώνεται η κατάσταση. Ο καλύτερος τρόπος είναι να «αποσυρθεί» το θύμα και να δράσει, είτε κλείνοντας τη συνομιλία άμεσα είτε με αναφορά αποκλεισμού, είτε τηλεφωνώντας στο 800 11 80015 στη Γραμμή Υποστηρίζω για παροχή συμβουλών από ειδικούς, είτε ακόμη και με τηλεφώνο στη Δίωξη ηλεκτρονικού εγκλήματος(2310388370 στη Θεσσαλονίκη ή 2106476464 στην Αθήνα). **Άξιον παρατήρησης είναι ότι οι περισσότεροι μαθητές αν δέχονταν παρενόχληση θα απέφευγαν να το πουν στους γονείς τους, αφενός γιατί θέλουν να λύνουν μόνοι τους τα ζητήματα που τους απασχολούν κι αφετέρου γιατί πολλοί γονείς έχουν δαιμονοποιήσει το Διαδίκτυο οπότε θα προσθέσουν άλλο ένα πρόβλημα σύγκρουσης.**

Απόψεις μαθητών από τη συνάντηση της ομάδας

✕ Αν με πείραζε κάποιος δε θα έμπαινα στη διαδικασία να μαλώσω από το Διαδίκτυο και να το βλέπουν όλοι. Φαντάζομαι πως αυτό το κάνουν άτομα ανώριμα. Όσο για τα βίντεο που ανεβάζουν μερικοί μαθητές για ρεζίλημα άλλων, αυτά είναι άτομα που συμπεριφέρονται σαν ψώνια, νομίζουν ότι είναι αρχηγοί και καταξιώνονται μ' αυτόν τον τρόπο. Όταν βλέπω τέτοια βίντεο μερικές φορές γελάω αλλά μετά σκέφτομαι. Τι γελοίο;...

✕ Στον καθέναν μπορεί να συμβεί εκφοβισμός στο Διαδίκτυο. Στα παιδιά συνήθως δε φαίνεται ότι γίνεται κάτι. Στους μεγάλους υπάρχει πρόβλημα...

✕ Έχω βγάλει πλέον από τη ζωή μου το Facebook οπότε δεν ασχολούμαι με το τι αναρτάται σ' αυτό. Πάντως αν δω βίντεο δε θα γελάσω. Αν δω βίντεο που πρωταγωνιστούν μεγάλοι, πιστεύω ότι είναι εξευτελισμός ενώ με

παιδιά νομίζω είναι για πλάκα κι όχι για προσβολή...

✕ Το Facebook είναι γεμάτο προσβλητικές και υβριστικές συνομιλίες όπου και να πας. Έχω κάνει αναφορά αποκλεισμού για πλάκα...

✕ Δεν θα πρόσβαλα κάποιον χωρίς λόγο. Αν όμως προσβαλλόμουν θα κινητοποιούσα ομάδες που θα απαντούσαμε στο Διαδίκτυο, θα ανέβαζα βιντεάκια, θα έκανα κάτι με έμμεσο τρόπο...

✕ Πριν να έρθω στο πρόγραμμα ένιωθα ασφαλής και τον κωδικό μου τον ήξεραν πολλοί. Τώρα τον άλλαξα κι επίσης έσβησα φίλους που ήξεραν οι φίλοι μου κι εγώ δεν ήξερα και τους είχα κάνει add...

✕ Δε θα πρόσβαλα κανέναν στο Διαδίκτυο. Με τους φίλους μου όμως που ξέρω καλά, ανεβάζουμε αστεία βίντεο απ' τις αθλητικές μας δραστηριότητες και γελάμε...

✕ Δέχτηκα προσβλητικά σχόλια αλλά δε με έβλαψαν. Απλώς έβαλα μυαλό να προσέχω γιατί είχαν μπει άλλοι στο λογαριασμό μου που τον είχα ξεχάσει ανοικτό...

✕ Αυτοί που ανεβάζουν βίντεο με σκοπό το ρεζίλημα άλλων, νιώθουν πως κάτι κάνουν και μετράνε παραπάνω ενώ κάνουν μια τρύπα στο νερό. Υπάρχουν βέβαια κάποιοι που τους λένε μπράβο για πλάκα κι αυτοί δεν καταλαβαίνουν ότι τους γελοιοποιούν. Δυστυχώς όμως το κακό που σκορπάνε είναι μεγαλύτερο...

✕ Αν με πρόσβαλαν δε θα πήγαινα μέσω διαδικτύου. Στο Facebook κάποιος έγραψε υβριστικά σχόλια για το άτομό μου, διέγραψα τα σχόλια και

είπα το Ξεπερνάω. Στο YouTube δε θα μου άρεσε να με βάλει κάποιος έστω και για αστείο γιατί μπορεί κάποιος άλλος να κλέψει σκηνές και να γυρίσει ανάρμοστο βίντεο και να δημιουργήσει πρόβλημα στην οικογένειά μου...

✧ Αν μου γράψει κάποιος υβριστικά σχόλια και είναι γνωστός, θα στενοχωριόμουν πολύ. Θα αναρωτιόμουν εγώ τι έχω κάνει...

✧ Λυπάμαι που πολλοί μαθητές είναι τόσο ρατσιστές και από την άλλη αυτοί που δέχονται πειράγματα να μη μιλάνε...

Περιστατικά CYBER BULLYING που έχουν αναφερθεί ή καταγραφεί στο σχολείο

Σε μια προσπάθεια ποιοτικής καταγραφής περιστατικών κυβερνοεκφοβισμού στο σχολείο, ζητήθηκε από μαθητές κάποιων τμημάτων επιλογής πληροφορικής να καταγράψουν εμπειρίες δικές τους ή που έπесαν στην αντίληψή τους.

✧ Μέσα στο Facebook βρήκα μια φίλη μου. Τη βρήκα από κοντά και τη ρώτησα και μου είπε πως αυτή δεν έχει Facebook αλλά μόνον MySpace. Αυτός ή αυτή που έφτιαξε το ψεύτικο προφίλ, είχε κλέψει όλες τις φωτογραφίες και τους φίλους της από το MySpace και υπήρχε περίπτωση να χρησιμοποιούσε και υβριστική γλώσσα.

✧ Μες στο Facebook κάποιος άγνωστος μου έγραψε υβριστικά σχόλια τα οποία πείραξαν τα συναισθήματά μου.

✧ Μου έκλεψαν το account μου στο παιχνίδι Αίον στο οποίο πρέπει να



βάλεις τρεις κωδικούς. Μου έκλεψαν όλα μου τα χρήματα και διέγραψαν κάποιους χαρακτήρες μου.

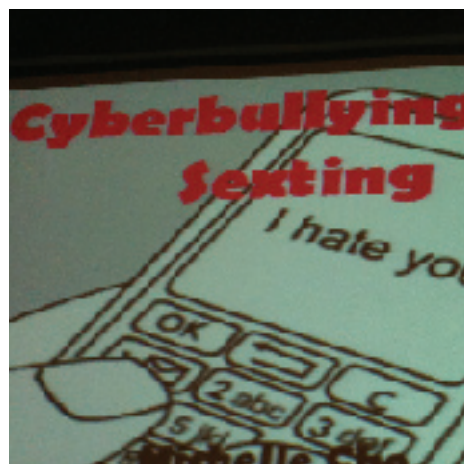
✧ Στα προηγούμενα χρόνια συμμαθητής μου ανέβασε στο διαδίκτυο καθηγητές μας εν ώρα σύγχυσης.

✧ Δυο φορές βρήκαν τον κωδικό μου στο MSN και αντί για το όνομα και το επώνυμο που είχα, έγραψαν το όνομά μου και σαν επίθετο, υβριστικά σχόλια για μένα. Τώρα έβαλα έναν πολύ δύσκολο κωδικό και δε μου ξανασυνέβη...

✧ Υπάρχουν φίλες μου που έχουν Facebook κι έχουν αναφέρει πολλές φορές πως είτε τις προσβάλλουν μέσω μηνυμάτων είτε ακόμη και τις απειλούν!... Ακόμη χειρότερη ήταν η περίπτωση συμμαθήτριάς μου που δεν μπορούσε να μπει στο λογαριασμό της και τελικά διαπίστωσε πως ο κωδικός της είχε «κλαπεί»! Πάλι καλά δεν έχω Facebook και δεν αντιμετωπίζω τέτοιου είδους προβλήματα. Αλλά και σε ένα απλό chat μπορεί να σου συμβεί.

✧ Είχα προφίλ στο Facebook. Κάποια στιγμή φίλος μου, μου ανέφερε, ότι την τελευταία εβδομάδα υπάρχει ένα προφίλ με δικές μου φωτογραφίες και του φίλου μου, με άλλο όνομα. Έκανα αίτημα φιλίας στο ψεύτικο προφίλ, αλλά δε με δέ-

χτηκε. Αναγκάστηκα να στείλω μήνυμα να με δεχτεί κι από κει και έπειτα άρχισε να γράφει άσχημα (ύβρεις). Μία δύο μέρες αργότερα, άλλαξε το όνομα κι έβαλε ακριβώς το δικό μου. Λίγο πριν της κάνω εγώ αίτημα φιλίας «αυτή» είχε κάνει το ίδιο στο φίλο μου κι εκείνος τη δέχτηκε. Την πίεσε να πει ποια ήταν κι εκείνη παρίστανε εμένα. Τελικά τη διέγραψε και στείλαμε το link της σε διάφορους φίλους μας να τη διαγράψουν λόγω fake Facebook. Εγώ συνέχιζα να την πιέζω να απενεργοποιήσει το προφίλ της στέλνοντάς την μηνύματα. Εκείνη ισχυριζόταν πως είναι εγώ μιλώντας μου άσχημα με βρισιές και με καλούσε να διαγράψω εγώ το προφίλ, γιατί το δικό μου ήταν fake. Τελικά μέσα στην απόγνωσή μου και τη σύγχυση, απευθύνθηκα στη γραμμή Υποστηρίζω και SafeLine και το πρόβλημα λύθηκε



Πιθανή ψυχολογία των μαθητών που δέχονται εκφοβισμό

όπως εκτιμήθηκε από την ομάδα

❑ Κάποιος που δέχεται εκφοβισμό μέσω του internet σαφώς και δεν μπορεί να νιώσει ψύχραιμος, νιώθει αναστατωμένος ακόμη και τρομαγμένος...

❑ Οργισμένος, φοβισμένος, πληγωμένος όπως και προδομένος από φίλους... Σίγουρα θα έκανε αντίποινα με αποτέλεσμα τα χειρότερα.

❑ Άγχος, κατάθλιψη, αγωνία και σε μερικές περιπτώσεις τάσεις αυτοκτονίας...

❑ Θα φοβάται να ξαναχρησιμοποιήσει το διαδίκτυο...

❑ Το άτομο πέφτει ψυχολογικά και νιώθει θλίψη και στεναχώρια. Γεμίζει ανασφάλεια και εξοργίζεται ταυτόχρονα.

❑ Μοναξιά, φόβο κι απόγνωση, διότι το άτομο πρέπει να έχει ωριμότητα για να αντιμετωπίσει αυτή την κατάσταση. Απογοήτευση με τον εαυτό του κι απορία γιατί να τύχει σ' αυτό.

❑ Τα άτομα αυτά επειδή είναι παιδιά και δε γνωρίζουν πως να αντιμετωπίζουν τέτοιου είδους συμπεριφορές νιώθουν φόβο και ταπείνωση. Απροετοίμαστα καθώς είναι, πανικοβάλλονται. Χάνουν την αυτοπεποίθησή τους, κρατώντας μετά απόμακρη συμπεριφορά προς το περιβάλλον τους.

❑ Νιώθει τύψεις και κατηγο-

ρεί τον εαυτό του αισθανόμενος πως αυτός ευθύνεται για την έκθεσή του αυτή. Επίσης είναι μπερδεμένος αφού δε γνωρίζει πού να απευθυνθεί. Μειώνεται η αυτοπεποίθησή του. Αυτή η μείωση μπορεί να επιφέρει έντονες συνέπειες καθώς άτομα σε ακραίες περιπτώσεις μπορεί να αποπειραθούν να αυτοκτονήσουν, ιδιαίτερα ευαίσθητα και ντροπαλά.



... και η ψυχολογία μαθήτριας που έπεσε θύμα...

Προσωπικά αισθάνομαι μίσος προς τα άτομα που μου έκαναν fake facebook. Αρχικά είχα το αίσθημα του φόβου, αλλά τώρα το μίσος είναι αυτό που επικρατεί.

Επίσης έχω μια εντύπωση πως το άτο-

μο που μου αντέγραψε και μετά μου διέγραψε το facebook το γνωρίζω. Το μόνο που θέλω είναι να τη βρω και να τη χτυπήσω! Το αίσθημα της βίας και του μίσους κυριαρχεί! Αυτό είναι πραγματικά πολύ δυσάρεστο και το αναγνωρίζω. Αλλά αυτό που αισθάνομαι, αυτό λέω. Τόσον καιρό που είχα facebook δεν είχα κανένα πρόβλημα. Μέσα έβαζα πολλές φωτογραφίες μου και δεν φοβόμουν για τίποτα. Μέχρι που έγινε αυτό κι από τότε όλα άλλαξαν. Δεν έχω καμιά εμπιστοσύνη σε αυτού του είδους την επικοινωνία που υπάρχει. Έτσι στο καινούργιο facebook που έκανα πριν μου το διαγράψουν δεν έβαλα δικές μου φωτογραφίες. Αλλά από διάφορα συγκροτήματα που άκουγα. Επειδή εμένα μου συνέβη αυτό το περιστατικό, συμβουλευώ στους μαθητές που είναι χρήστες του facebook να διαγράψουν τις φωτογραφίες τους ή αν τόσο πολύ το θέλουν να κρατήσουν μια, δυο!

Το cyberbullying ένας υπαρκτός κίνδυνος

Προσέχω τι γράφω, τι προωθώ και πού κάνω κλικ

Το cyberbullying είναι ένας από τους υπαρκτούς κινδύνους στη σχολική κοινότητα και δεν είναι υπερβολή! Τα πε-



ριστατικά τα οποία έχουν καταγραφεί είναι πειστήρια της επικινδυνότητας του φαινομένου.

Οι μαθητές θα πρέπει να αντιληφθούν τους κινδύνους και να κρατούν μια σοβαρή και υπεύθυνη στάση απέναντι στο διαδίκτυο.

Πρέπει να σκεφτόμαστε πολύ, πριν στείλουμε ένα μήνυμα ή τι υλικό ανεβάζουμε στο διαδίκτυο. Δεν ξέρουμε πώς θα χρησιμοποιηθεί αυτό, ακόμα και το πιο αθώο. Εξάλλου είναι αφελής η θεώρηση ότι το ανέβασμα φωτογραφιών ή βίντεο κλπ είναι μορφή διασκέδασης. Η πλάκα είναι υποκειμενική και αυτό που σε κάποιον είναι αστείο, σε κάποιον άλλο είναι προσβλητικό.

Οι συνέπειες στο θύμα μπορεί να είναι οδυνηρές κι ανυπολόγιστες.

Ο δράστης συνήθως είναι άτομο το οποίο νομίζει ότι ανεβαίνει στην παρέα με αυτές τις πράξεις του ή σε άλλες περιπτώσεις κίνητρο είναι ζήλια κι η εκδίκηση.

Πρέπει να αφομοιωθεί από τους μαθητές ότι η ανάρτηση βίντεο ή φωτογραφιών ή σχολίων στο διαδίκτυο είναι προσβολή κατά της αξιοπρέπειας ενός ατόμου και κατά συνέπεια πράξη ποινικά κολάσιμη. Επιπλέον το μόνο εύκολο σήμερα είναι να εντοπισθούν από τη Δίωξη Ηλεκτρονικού Εγκλήματος τα ίχνη των δράστων.

Επίσης αν κάποιος γίνει μάρτυρας περιστατικών εκφοβισμού ποτέ δεν πρέπει να προωθή το υλικό που έλαβε.

Από την άλλη κάποιος μπορεί να μπλέξει και χωρίς να θέλει και χωρίς να προκαλεί, όπως αφοπλιστικά είπε προς τους μαθητές της ομάδας ο εκπρόσωπος της Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος στη Θεσ/νικη.

Αν κάποιος πέσει θύμα cyber bullying

Πρέπει να κρατήσει την ψυχραιμία του και να προβεί στις παρακάτω ενέργειες:

- Αν βρίσκεται σε online συνομιλία, να τη σταματήσει αμέσως.
- Καταγράφει τα μηνύματα για να τα χρησιμοποιήσει σαν αποδεικτικά στοιχεία αν χρειαστεί.
- Αν βρίσκεται σε sites κοινωνικής δικτύωσης(Facebook, κλπ.), χρησιμοποιεί την επιλογή report abuse που υπάρχει σε κάθε site.
- Ενημερώνει κάποιον μεγαλύτερο της εμπιστοσύνης του(γονέα ή καθηγητή, οπωσδήποτε όμως πρέπει να το μάθει ο γονέας. Οι μαθητές πρέπει να έχουν την αίσθηση ότι οι γονείς είναι το καταφύγιό τους)
- Αν η παρενόχληση επιμένει ή αισθάνεται ότι είναι ζήτημα σοβαρό επικοινωνεί με τη γραμμή Υποστήριξης(8001180015) για παροχή συμβουλών
- Μπορεί να στείλει email στο report@safeline.gr της γραμμής safeline, καταγγέλλοντας οτιδήποτε υλικό παράνομου περιεχομένου.
- Αν η περίπτωση θεωρεί ότι είναι δύσκολη δεν πρέπει να διστάσει να καλέσει το τμήμα Δίωξης ηλεκτρονικού εγκλήματος Αθήνας ή Θεσσαλονίκης

Αναμφισβήτητα όμως ο καλύτερος τρόπος αντιμετώπισης του φαινομένου είναι η πρόληψη και σ' αυτήν την κατεύθυνση πρέπει να υπάρχει διαρκής ενημέρωση από ειδικούς επιστήμονες στα σχολεία.

Θεωρούμε ότι ομάδες Αγωγής υγείας μέσα στο σχολείο, μπορούν να παίξουν σημαντικό ρόλο, καθώς οι μαθητές της ομάδας μετά από συνεχή ενημέρωση κι εκπαίδευση, μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε δεύτερο επίπεδο, σαν εκπαιδευτές προς τους συμμαθητές τους, πολλαπλασιαστές δράσεων για την καλλιέργεια υγιών στάσεων ως προς τη χρήση του Διαδικτύου.



Ευσυνείδητη συμπεριφορά στο Διαδίκτυο **Blockάρω το cyberbullying**

- Έχω ευγενική συμπεριφορά στα instant messages. Δεν προωθώ, ούτε στέλνω μηνύματα με υβριστικό και προσβλητικό περιεχόμενο.
- Στα chatrooms δε στέλνω μηνύματα υβριστικά ή αποκλεισμού μαθητών από την ομάδα.
- Στο Facebook δεν προωθώ βίντεο ή φωτογραφίες ανάρμοστου περιεχομένου που δέχτηκα. Δε συνεχίζω αυτό το παιχνίδι.
- Δεν ανεβάζω φωτογραφίες ή βίντεο, καθηγητών ή συμμαθητών μου που πλήττουν την αξιοπρέπειά τους.
- Δε συντηρώ επίσης το cyberbullying απαντώντας εκδικητικά στον εκφοβισμό.
- Προσέχω γενικώς τι ανεβάζω στο Διαδίκτυο γιατί δεν ξέρω πού θα φτάσει και ποιος θα το χρησιμοποιήσει.
- Θωρακίζω τον υπολογιστή μου με λογισμικό antivirus, δεν προωθώ ιούς και προσέχω επίσης τα email που δέχομαι.
- Ψάχνω ανά τακτά χρονικά διαστήματα στο Google για να διαπιστώσω τι κυκλοφορεί για το όνομά μου
- Αν παρόλα αυτά μου συμβεί παρενόχληση, δεν πανικοβάλλομαι και δε διστάζω να ζητήσω βοήθεια και να λύσω το θέμα άμεσα.

Βασιλική Γκουντσίδου Φυσικός του ΑΠΘ, μέλος της διοικούσας επιτροπής του Ευρωπαϊκού προγράμματος E-cost για το Cyberbullying: «Δεν υπάρχει πολιτική αντιμετώπισης του CYBER BULLYING ούτε από το υπουργείο, ούτε και από την πλειονότητα των σχολείων»

«Το φαινόμενο του εκφοβισμού μέσω διαδικτύου στις σχολικές μονάδες γνωρίζεται ραγδαία ανάπτυξη», επισημαίνει η κ. Βασιλική Γκουντσίδου Φυσικός του ΑΠΘ, μέλος της διοικούσας επιτροπής του Ευρωπαϊκού προγράμματος E-cost για το Cyberbullying. «Πάρα πολλές περιπτώσεις παρατηρούνται μέσα στο Facebook που πριν από 2-3 χρόνια δεν ξέραμε τι ήταν.» «Όταν μιλάμε για εκφοβισμό», εξηγεί η κ. Γκουντσίδου, «πρέπει η πράξη να είναι σκόπιμη, να έχει επανάληψη και να υπάρχει κάποια ανισοκατανομή ισχύος ανάμεσα στο θύτη και το θύμα». Η βασική δια-



φορά με το κλασικό bullying είναι ότι εκεί τα θύματα μπορούν να νιώσουν ασφάλεια μακριά από τους πιθανούς χώρους επίθεσης των δραστών κάτι που δε συμβαίνει με τον ηλεκτρονικό εκφοβισμό».

«Μεγάλη διαφορά υπάρχει κι όσον αφορά το ακροατήριο» συνεχίζει η κ. Γκουντσίδου. «Αν πούμε κάτι άσχημο

σε κάποιον, θα το ακούσουν μόνον όσοι είναι παρόντες. Αν το γράψουμε θα μείνει. Αν το αναρτήσουμε όμως στο Διαδίκτυο δεν ξέρουμε ποιοι θα το δούνε και πότε. Μπορεί να το δούνε τώρα ή σε μερικά χρόνια κι αυτό έχει σχέση με την επαναληψιμότητα. Είναι άπειρη η επαναληψιμότητα του Διαδικτύου. Μεγάλη σημασία έχουν και οι μάρτυρες περιστατικών. Πώς θα αντιδράσουμε; Θα βοηθήσουμε το φίλο μας ή θα πούμε για πλάκα έγινε προχωράμε παρακάτω;»

Πώς μετριέται το φαινόμενο του κυβερνοεκφοβισμού...

«Μετριέται μ' ένα ερωτηματολόγιο που έχει φτιάξει ο επικεφαλής του προγράμματος E-cost κ. Peter Smith καθηγητής ψυχολογίας στο Πανεπιστήμιο του Λονδίνου, ο οποίος θέλει να ξέρει:

- Πόσο συχνό είναι το φαινόμενο μέσα κι έξω από το σχολείο
 - Διαφορές ως προς το φύλο και την ηλικία και
 - Ποιες μορφές είναι πιο διαδεδομένες (μηνύματα μέσω κινητών, φωτογραφίες, απλές κλήσεις, video, email, chat rooms, instant messaging, Facebook και γενικά σελίδες κοινωνικής δικτύωσης).
- Αυτή βέβαια είναι η ποσοτική μελέτη.



Υπάρχει και η ποιοτική και πιο συγκεκριμένα να ζητηθεί από τους μαθητές ανώνυμα, να γράψουν στο χαρτί τις εμπειρίες τους.

Γιατί το Cyber bullying αφορά το σχολείο ...

«Αν το θύμα ή ο θύτης είναι μέσα από την κοινότητα του σχολείου, δεν έχει σημασία αν θα στείλει κάτι από το σπίτι του ή αλλού εκτός σχολείου. Ακόμη χειρότερα βέβαια αν το στείλει μέσα από το σχολείο», λέει η κ. Γκουντσίδου, η οποία συμφώνησε με την παρατήρηση των μαθητών της Ομάδας ότι από το σχολείο ξεκινάει το φαινόμενο καθώς οι μαθητές συνήθως πειράζονται μεταξύ τους. Ακόμη το σχολείο είναι πολύ βασικό να μάθει στους μαθητές σωστά τη χρήση των Η/Υ και του Διαδικτύου και να παρέχει παιδεία ώστε να αποφεύγουν οι μαθητές τέτοιες πρακτικές.

Τι πρέπει να προσέχουν οι μαθητές...

«Πρώτα απλά θα πρέπει να μάθουν τι είναι το Cyberbullying, ποιες οι μορφές του και ότι δεν το κάνουμε για πλάκα. Πρέπει να υπάρχει ενημέρωση για το πώς αισθάνεται το θύμα αλλά και ο θύτης για να μάθουν να προστατεύουν τους εαυτούς τους αλλά και τους συμμαθητές τους. Επιπλέον πώς αντιμετωπίζουμε το θύτη. Αν μας στείλουν μια φωτογραφία να τη σχολι-

άσουμε, να μην πούμε τι πλάκα έχει και πάμε παρακάτω. Το κυριότερο είναι να αναφέρουμε το περιστατικό σε κάποιον μεγάλο».

Σύμφωνα με την κ. Γκουντσίδου...

Το βασικότερο στοιχείο στην πρόληψη είναι να μάθουμε να σεβόμαστε τους άλλους όπως θέλουμε να μας σεβονται. Να καταλάβουμε ότι δεν έχουμε μόνον δικαιώματα αλλά και υποχρεώσεις. Επίσης θα πρέπει να σκεφτόμαστε πάρα πολύ πριν στείλουμε ένα μήνυμα ή πριν ανεβάσουμε κάτι στο Διαδίκτυο. Δεν ξέρουμε ο άλλος πώς θα το χρησιμοποιήσει και πώς θα το βρούμε μπροστά μας. «Υπάρχει και η στρατηγική πρόληψης μέσα στην τάξη» προσθέτει, δηλαδή να ενταχθεί κάπου σαν μάθημα αλλά και η στρατηγική πρόληψης εκτός τάξης γιατί είναι αλήθεια πως όσο οι μαθητές ασχολούνται με εξωσχολικές δραστηριότητες τόσο λιγότερο ασχολούνται με πρακτικές εκφοβισμού».

Αντιμετώπιση μέσα στο σχολείο...

«Δυστυχώς εδώ έχουμε πρόβλημα», παρατηρεί η κ. Γκουντσίδου. «Δεν υπάρχει πολιτική αντιμετώπισης ούτε από το υπουργείο, ούτε και από την πλειονότητα των σχολείων. Δηλαδή και να πει μια παρενόχληση ένας μαθητής στον καθηγητή ή στο διευθυντή δεν είναι σίγουρο ότι θα βρει ανταπόκριση. Στο εξωτερικό υπάρχουν πολιτικές αντιμετώπισης για την κάθε περίπτωση. Για το λόγο αυτό θα πρέπει να υπάρχει υπεύθυνη ενημέρωση σε γονείς, μαθητές, καθηγητές, σχολικούς συμβούλους.

Όσον αφορά τις απόψεις που κυκλοφορούν για την αντιμετώπιση του θύτη στο σχολείο, μια πλευρά λέει ότι οι θύτες πρέπει να υφίστανται διάφορες ποινές σύμφωνα με την πολιτική και τους κανόνες του σχολείου. Άλλη

πλευρά όμως λέει πως αν τον θύτη τον αποβάλλω για παράδειγμα από το σχολείο, τότε είναι σαν να χρησιμοποιώ τη μέθοδο του αποκλεισμού, η οποία είναι επίσης μια μορφή bullying».

Πολλές φορές επιλέγονται συγκεκριμένοι έφηβοι για να προσεγγίσουν συμμαθητές τους, επειδή οι έφηβοι κατά την κ. Γκουντσίδου είναι οι ιθαγενείς του Διαδικτύου και οι μεγαλύτεροι μετανάστες. Βεβαίως τονίζει η



κ. Γκουντσίδου «οι μαθητές αυτοί θα πρέπει να έχουν συνεχή εκπαίδευση και καθοδήγηση από μεγαλύτερους, καθηγητές και ειδικούς επιστήμονες. Επιδίωξη είναι οι επιλεγμένοι μαθητές να διδάξουν στους μεγάλους για το Διαδίκτυο αλλά οι μεγάλοι να τους διδάξουν τη συμπεριφορά σ' αυτό.

Μια κλασική μορφή Cyber bullying που έκανε το γύρο του κόσμου...

Κλασική μορφή cyber bullying που έκανε το γύρο του κόσμου όπως την περιέγραψε η κ. Γκουντσίδου είναι η παρακάτω:

«Μια κοπέλιτσα 13 χρονών άρχισε να έχει επικοινωνία στο Myspace με ένα 16χρονο νεαρό στο Διαδίκτυο, προχώρησε η σχέση τους μέσω Διαδικτύου

και σε κάποια στιγμή αποφάσισαν να συναντηθούν. Από εκείνη τη στιγμή ο νεαρός λέει δεν σε θέλω, δεν σ' αγαπώ, ο κόσμος θα 'ταν καλύτερος χωρίς εσένα κλπ. Αποτέλεσμα η κοπέλα αυτοκτόνησε.

Το δεύτερο άσχημο ήταν όταν επενέβη η υπηρεσία Δίωξης ηλεκτρονικού εγκλήματος βρήκε ότι δεν υπήρχε νεαρός αλλά μια 45χρονη γειτόνισσα, μητέρα πρώην φίλης της νεαρής, η οποία επιβουλευόταν την κοπέλα και το έπαιζε 16χρονος νεαρός.

Άρα ποτέ δεν ξέρουμε τι κρύβεται πίσω από ένα όνομα με το οποίο επικοινωνούμε τονίζει η κ. Γκουντσίδου για να συνεχίσει:

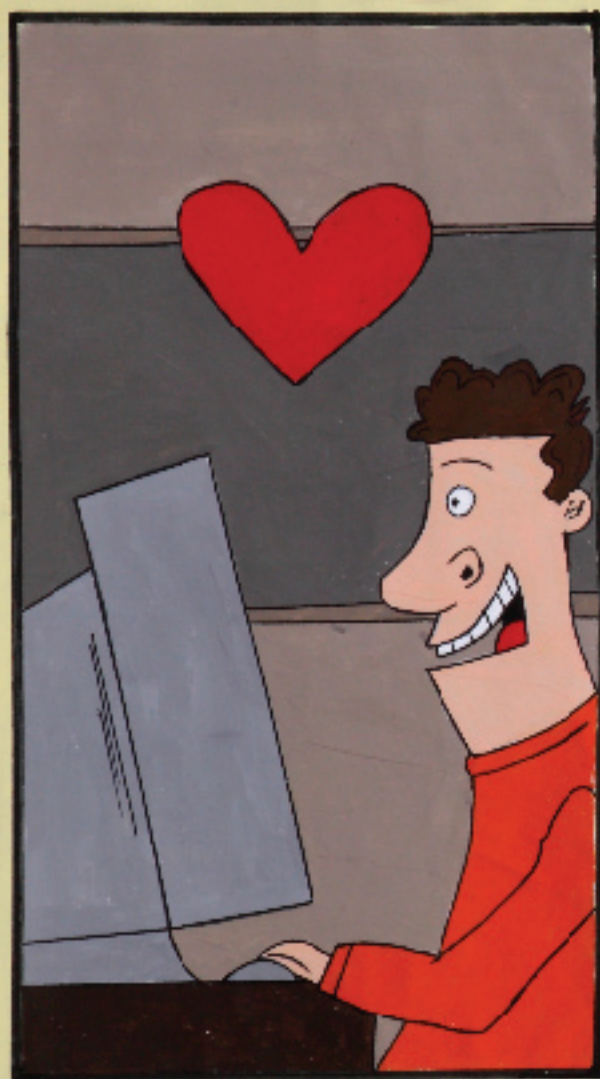


«Αυτό που δεν μας άρεσε καθόλου – ασχοληθήκαμε σε μια διεθνή επισημονική ημερίδα στο Πανεπιστήμιο της Αμβέρσας του Βελγίου μ' αυτό το θέμα- είναι ότι ο συνήγορος υπεράσπισης της κυρίας είπε ποιο είναι το πρόβλημα. Ο καθένας στα sites κοινωνικής δικτύωσης μπορεί να έχει όποιο προφίλ θέλει. Η εν λόγω γειτόνισσα είχε το προφίλ το δικό της και το προφίλ του 16χρονου. Αν η κοπέλα είχε ψυχολογικά προβλήματα κι αυτοκτόνησε δε φταίει η κυρία.»

Κυβερνοέγκλημα

και

Παγίδες του Διαδικτύου



ΝΤΑΝΙΕΛΑ ΒΑΛΣΑΜΟΠΟΥΛΟΥ
ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΔΟΛΜΕ

Γ1



ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΚΑΤΑΛΗΞΕΙΣ
ΓΙ'ΑΥΤΟ ΠΕΣ ΚΑΙ ΕΣΤΙΝ
ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΤΑΛΗΞΕΙΣ



Ενημέρωση από τον αξιωματικό Κώστα Βεργίδη, εκπρόσωπο του τμήματος Δίωξης Ηλεκτρονικού εγκλήματος Θεσ/νίκης.

Το τμήμα Δίωξης Ηλεκτρονικού εγκλήματος έχει διπλό σκοπό εξηγεί στους μαθητές της ομάδας ο κ. Βεργίδης, αξιωματικός του τμήματος.

«α) την πρόληψη και την Ενημέρωση για τη χρήση του διαδικτύου με ασφαλή τρόπο, ειδικά στην ευαίσθητη ηλικία της εφηβείας και β) την καταστολή, δηλαδή την αντιμετώπιση μιας ποινικά κολάσιμης πράξης αφού συντελεστεί και πιθανόν την οδήγηση των δράστών ενώπιον της δικαιοσύνης.»

Όσον αφορά την καταστολή ξεκαθαρίζει ότι η Δίωξη δεν ασχολείται με θέματα τα οποία θα πάρουν το δρόμο του δικαστηρίου υποχρεωτικά, με αποτέλεσμα κάποιοι να είναι επιφυλακτικοί στο να απευθυνθούν στο τμήμα.

Οι συνήθεις περιπτώσεις οι οποίες απασχολούν τη Δίωξη, σύμφωνα με τον κ. Βεργίδη είναι:

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΠΡΟΘΕΣΗΣ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΑΣ

Είναι ο πιο σημαντικός τομέας της Δίωξης. «Πολλοί νέοι,

σας θα πρέπει να ενημερώνεται αμέσως η Δίωξη», παρακαλεί ο κ. Βεργίδης «έστω και αν πρόκειται για φάρσα», και συνεχίζει: «Εμείς υποχρεούμαστε από το νόμο να ενημερώσουμε τους οικείους τους, γιατί 1 στις 10 περιπτώσεις να είναι πραγματική πρόθεση, μπορούμε να σώσουμε μια ζωή.» Τρεις τέτοιες περιπτώσεις απέτρεψε πρόσφατα η Δίωξη της Θεσ/νίκης με την παρέμβαση της. «Δεν ξέρουμε ποια ήταν η πραγματική πρόθεση, αλλά φίλοι και γνωστοί μας ενημέρωσαν ότι υπάρχει μήνυμα



μαθητές κυρίως, μετά από μια ερωτική απογοήτευση, ή μετά από έναν καυγά με τους γονείς ή εξαιτίας διαφόρων άλλων προβλημάτων, ακόμη και από ένα διαγώνισμα που δεν πήγε καλά, γράφουν στο Facebook ή σε άλλο μέσο κοινωνικής δικτύωσης, ότι θέλουν να βάλουν τέρμα στη ζωή τους.» «Για οτιδήποτε τέτοιο πέφτει στην αντίληψη

στο Facebook ή στο mail ή σε ένα Forum, οπότε εμείς αμέσως κινήσαμε διαδικασία και τους εντοπίσαμε. Ο εκπρόσωπος της Δίωξης περιγράφει και μια ατυχή και δυσάρεστη περίπτωση θέτοντάς την για προβληματισμό λόγω της ύπαρξης του Διαδικτύου. Ένας απογοητευμένος 16χρονος νεαρός από την Αθήνα, ο οποίος είχε μαλώσει

με τους γονείς του, συναντά σε ένα chatroom έναν αγρότη από τα Χανιά ο οποίος του λέει που ακριβώς να πάει, να αγοράσει ένα φυτοφάρμακο και να πεθάνει. «Τέτοιου είδους περιστατικό, δεν θα υπήρχε, αν δεν υπήρχε το Διαδίκτυο», σημειώνει ο κ. Βεργίδης. Αυτό γιατί πρώτον, «δεν θα υπήρχε τρόπος να έρθει σε επαφή έναν νεαρός από την Αθήνα με κάποιον παντελώς άγνωστο από τα Χανιά και δεύτερον δεν θα μπορούσε ο νεαρός να ζητήσει εν βρασμού ψυχής τη γνώση που δεν είχε. Γιατί πάνω στα νεύρα μας, στην απογοήτευσή μας, έχουμε έντονα συναισθήματα και δεν ελέγχουμε τι κάνουμε.

Συμπέρασμα: «Είναι πολύ εύκολο να παρασυρθείς από το Διαδίκτυο και να κάνεις κάτι που μπορεί να είναι μοιραίο λάθος, οπότε θέλει πολλή προσοχή».

ΑΠΑΤΗ ΜΕΣΩ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

«Δεν μπορείτε να φανταστείτε πόσοι πολλοί άνθρωποι χάνουν τα λεφτά τους από το Διαδίκτυο», επισημαίνει ο εκπρόσωπος της Αστυνομίας. «Πρέπει να είμαστε πολύ επιφυλακτικοί γιατί υπάρχουν άνθρωποι που βγάζουν λεφτά από παράνομες δραστηριότητες στο Διαδίκτυο, οπότε γίνονται όλο και πιο εξελιγμένοι για να κερδίσουν, σπίνοντας ακόμα και ολόκληρα websites.» Από την άλλη σημειώνει «υπάρχουν θύματα που έχουν ταξιδέψει ακόμη και σε ξένη χώρα για να πάρουν τα λεφτά που τάχα έχουν κερδίσει, και συναντούν τους κλέφτες που τους παίρνουν ό,τι έχουν και δεν έχουν.»

Όσον αφορά τις ηλεκτρονικές αγορές ο κ. Βεργίδης αφού τονίζει πως έχουν πάντα ένα ρίσκο, συστήνει σε όσους χρησιμοποιούν αυτή τη δυνατότητα, τις προπληρωμένες πιστωτικές κάρτες έτσι ώστε αν κάποιος κλέψει τα στοιχεία μας, να μη βρει πολλά χρήματα. Εκεί που την πατάνε πάρα πολλοί προσθέτει, είναι στις αγγελίες και η Δίωξη αντιμετωπίζει πολλές τέτοιες περιπτώσεις. Για παράδειγμα «κάποιος βάζει μια αγγελία που λέει πουλάω κινητό 200€ ενώ κανονικά κάνει 600€. Έτσι τσιμπάει κάποιος που νομίζει ότι βρήκε τη super προσφορά. Το Internet δίνει αυτή την αίσθηση ότι μπορούμε να βρούμε την καλύτερη προσφορά ενώ συνήθως αυτό που συμβαίνει είναι απάτη. Μια τέτοια περίπτωση αντιμετώπισε το τμήμα της Θεσ/νίκης με έναν νεαρό από πλούσια οικογένεια μάλιστα, ο οποίος έβαζε αγγελίες για iphone. Έστελνε ο κόσμος τα λεφτά κι αυτός δεν έστελνε τίποτα. Είχε μαζέψει έτσι 20.000€.

Μια άλλη κατηγορία απάτης που αντιμετωπίζει η Δίωξη, είναι το Ξεπλύμα χρημάτων. Για παράδειγμα κάποιος βάζει χρήματα σε έναν λογαριασμό και λέει στείλτε κάπου αλλού γιατί τα έστειλα κατά λάθος. Ουσιαστικά χρησιμοποιεί τον ενδιάμεσο λογαριασμό για να μεταφέρει χρήματα και μπορεί η αστυνομία να πιάσει τον κάτοχό του μετά.

Συμπέρασμα: «Πώς όταν περπατάμε στο δρόμο και προσέχουμε γιατί υπάρχει περίπτωση κάποιος να κλέψει την τσάντα μας; Έτσι και στο Διαδίκτυο, πρέπει

να είμαστε υποψιασμένοι, ότι δεν έχουν όλοι καλές προθέσεις», επισημαίνει ο κ. Βεργίδης.

ΠΟΡΝΟΓΡΑΦΙΑ ΑΝΗΛΙΚΩΝ ΜΕΣΩ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

Το τμήμα της Δίωξης έχει σημειώσει σημαντικές επιτυχίες εδώ. «Δυστυχώς στο Internet μπορούμε να έχουμε εύκολα πρόσβαση σε άσεμνο περιεχόμενο.»

ΠΑΡΑΝΟΜΟ ΚΑΤΕΒΑΣΜΑ

«Το κατέβασμα κυρίως τραγουδιών και ταινιών είναι παράνομο γιατί εμπίπτει στο νόμο περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Γενικά όμως η ΕΠΟΕ (Εταιρεία Προστασίας Οπτικοακουστικών Έργων) ψάχνει να βρει αυτούς που βγάζουν λεφτά από το παράνομο κατέβασμα. Τέτοιες σελίδες ήταν το www.gamato.info και το team of Greeks που μετά από καταγγελίες έκλεισαν.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΑΓΝΩΣΤΟΥΣ ΚΑΙ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ

Ο αστυνομικός παρουσίασε ένα πολύ πρόσφατο δικό του περιστατικό κατά το οποίο μια κοπέλα Α' Λυκείου αποφάσισε να συναντηθεί στο πάρκο του Φοίνικα της Θεσ/νίκης, μ' έναν νεαρό 25 χρονών που τον γνώρισε στο Facebook. Ο νεαρός είχε ψεύτικο όνομα και δεν είχε φωτογραφία στο profile. Όταν συναντήθηκε με την κοπέλα, της προτείνει να κάνουν χρήση ηρώνης κι όταν αυτή αρνείται εκείνος της καρφώνει την ένεση, η οποία περιείχε υπερβολική δόση κι η κοπέλα λιποθύμησε. Ευτυχώς που είχε πει σε φίλους της που ήταν οι οποίοι τη βρήκαν και τη μετέφεραν στο νοσοκομείο. Όταν ο αστυνομικός πήγε να της πάρει κατάθεση αυτός ήταν πολύ καλά προφυλαμένος, ούτε το όνομά του δεν είχε πει απ' τη στιγμή που γνωρίστηκε με την κοπέλα. «Έτσι δε θα μάθουμε ποτέ τι νόημα είχε αυτή η πράξη του» καταλήγει ο κ. Βεργίδης.

Συμπέρασμα: Πρέπει να είμαστε πολύ επιφυλακτικοί στο να συναντούμε αγνώστους από το Facebook κλπ. γιατί δεν ξέρουμε ποιοι είναι και τι σκοπούς έχουν.

3-4 ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ ΓΙΑ ΠΑΡΑΒΙΑΣΕΙΣ ΣΤΟ FACEBOOK

Στο Facebook 3-4 περιπτώσεις κάθε μέρα καταγγέλλονται, για υποκλοπή φωτογραφιών και δημιουργία ψεύτικου προφίλ με το όνομα του παθόντα. Ο ίδιος ο εκπρόσωπος της Δίωξης δηλώνει πως με τα περιστατικά που έχει ζήσει, έβγαλε τις δικές του φωτογραφίες από το προφίλ.

Παράδειγμα περιστατικού που απασχόλησε τη Δίωξη ήταν η υποκλοπή του προφίλ ενός μπασκετμπολίστα του Ηρακλή με 1790 φίλους και η αποστολή ανάρμοστων μηνυμάτων σε αυτούς. «Το λάθος που έκανε ο μπασκετμπολίστας ήταν ότι είχε την ημερομηνία γέννησης και στο προφίλ και στο email», λέει ο κ. Βεργίδης.

Αυτό που συμβουλεύει η Δίωξη Ηλεκτρονικού εγκλήματος είναι να υπάρχει διαφορετικός κωδικός στο Facebook και στο email έτσι ώστε αν κάποιος πάρει το



Facebook να μπορείς να αλλάξεις κωδικό.

Τον κωδικό επίσης δεν πρέπει να τον λέμε σε κανέναν, ούτε στον κολλητό, ούτε στο φίλο, ούτε στη φίλη. Είναι μόνον για τον καθένα μας. Ειδικά στο email, ο κωδικός πρέπει να είναι δύσκολος και να μη χάνεται ποτέ γιατί χρειάζεται σε οποιοδήποτε site κάνουμε λογαριασμό. Ακόμη δε βάζουμε ποτέ ημερομηνία γέννησης που φαίνεται στο προφίλ, οπότε μπορούν να μπουν όλοι στα στοιχεία μας. Προσοχή θέλει και η διαχείριση του προφίλ. Βάζουμε μόνον άτομα που τα ξέρουμε καλά, αυτά που θεωρούμε φίλους μας, ούτε καν γνωστούς.

ΠΟΙΑ ΒΑΡΥΤΗΤΑ ΔΙΝΟΥΜΕ ΣΤΟ FACEBOOK

«Η όλη διαχείριση του Facebook» λέει ο κ. Βεργίδης «εξαρτάται από το πόση βαρύτητα δίνουμε σε αυτό. Εμένα αν μου πάρουν το Facebook, μπορώ να ζήσω και χωρίς αυτό, δε θα πεθάνω. Το θέμα είναι ότι μερικοί μας παίρνουν τηλέφωνο και λένε ότι είναι όλος ο κόσμος τους το Facebook. Ζουν μόνον για κει. Μιλάνε μόνο σε chats, παίζουν παιχνίδια και στην τουαλέτα να πάνε θα το γράψουν και γενικά όλη τους η δραστηριότητα μεταφέρεται εκεί και σιγά-σιγά αποκόβονται από την πραγματικότητα. Έτσι με το που χάνουν το Facebook καταρρέει ο κόσμος τους».

«Αυτό το φαινόμενο δεν είναι υγιές» συνεχίζει, «πόσο μάλλον για νέους ανθρώπους που μπορούν να κάνουν ένα σωρό αλλά πράγματα. Σωστή χρήση κι αντιμετώπιση του μέσου χρειάζεται. Όταν έχουμε μια υγιή αντιμετώπιση και κάτι να πάει στραβά δε χάλασε ο κόσμος.»

«Το Διαδίκτυο σίγουρα είναι ένας μαγικός κόσμος, αλλά με τίποτα δεν μπορεί να συγκριθεί με την πραγματική ζωή και τους πραγματικούς μας φίλους», υποστηρίζει ο κ. Βεργίδης. «Μην Ξεχνάτε» λέει στους μαθητές, «πως αν ο υπολογιστής βγει από την πρίζα ή κοπεί το ρεύμα, όλος ο εικονικός κόσμος δεν υπάρχει. Εμείς τα δίνουμε αξία γιατί κυρίως είναι ένας ευχάριστος τρόπος να περνάμε το χρόνο μας». Και καταλήγει:

«**To Internet** έχει πολλά καλά. Θέλει όμως κριτική σκέψη. Το πρόβλημα είναι ότι υπάρχει ένα κενό παιδείας κι αντιμετώπισης. Οι νέοι σήμερα που μεγαλώνουν με αυτό μπορούν να το διαχειριστούν λίγο πιο ψύχραιμα και να το δουν σαν ένα κομμάτι της ζωής μας. **Είναι σαν το μαχαίρι. Ή θα το πιάσεις για να κόψεις το φαγητό ή για να μαχαιρώσεις ή θα το πιάσεις από το κοφτερό και θα κοπείς μόνος σου.**»

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΣΙΩΜΟΣ, ψυχίατρος παιδιών και εφήβων, πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης της διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο : **«Αυτό που φαίνεται σήμερα είναι ένα τεράστιο έλλειμμα επικοινωνίας εφήβων-γονέων κι ίσως θα πρέπει να δημιουργηθούν σχολές γονέων»**



Κυβερνοεκφοβισμός

Το θέμα του κυβερνοεκφοβισμού και πώς μπορεί να αντιμετωπιστεί στα πλαίσια του σχολείου, έθιξε από την πλευρά του ψυχιάτρου εφήβων, ο κ. ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΣΙΩΜΟΣ, πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης της διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο σε ενημέρωση μετά από πρόσκληση, στο χώρο της βιβλιοθήκης του σχολείου, στους μαθητές της ομάδας αγωγής υγείας.

Αυτό που καθιστά τον εκφοβισμό μέσω του διαδικτύου τόσο επικίνδυνο επισημαίνει ο κ. Σιώμος, είναι το γεγονός ότι ο καθένας μπορεί να τον πράξει χωρίς να χρειάζεται να αντιμετωπίσει το θύμα του, αρκεί ένας υπολογιστής και η επιθυμία να τρομοκρατήσει και πολύ καλή τεχνική κατάρτιση. «Δε χρειάζεται δηλαδή να είναι κανείς δυνατός ή γρήγορος, όπως για παράδειγμα στον κλασικό εκφοβισμό», συμπληρώνει.

Το προφίλ των θυμάτων του εκφοβισμού: Είναι ήσυχια, προσεκτικά, ευαίσθητα παιδιά, ανασφαλής παιδιά με μειωμένη αυτοπεποίθηση, κοινωνικά απομονωμένα, με φόβο τραυματισμού, με αγχώδη ή καταθλιπτική προσωπικότητα. Σωματικά αδύναμα, με σωματικά προβλήματα που ενδεχομένως κρύβουν.

Ποιοί διαπράττουν τον εκφοβισμό; Σύμφωνα με τον κ. Σιώμο, «είναι παιδιά που έχουν ένα ισχυρό ταμπεραμέντο, μια ισχυρή προσωπικότητα είναι οξύθυμα και επιθετικά, δυσκολεύονται να υπακούσουν σε κανόνες και γενικότερα να δεχθούν τις

κοινωνικές συμβάσεις που διέπουν είτε το σχολικό χώρο είτε τον κοινωνικό χώρο και γενικότερα έχουν μια τάση να εναντιώνονται ως πούμε στις ηγετικές προσωπικότητες των χώρων. Παράδειγμα ο καθηγητής στο μάθημα είναι πρόσωπο εξουσίας. Σκληρά παιδιά χωρίς ενσυναίσθηση, δηλαδή χωρίς να μπορούν να αντιληφθούν και να καταλάβουν τι μπορούν να προκαλέσουν μέσα από αυτή τη συμπεριφορά.»

Οι συνέπειες του εκφοβισμού είναι: «Υψηλά επίπεδα κατάθλιψης γι' αυτούς που έχουν δεχθεί εκφοβισμό, άγχος γιατί δυσκολεύονται να διαχειριστούν την κατάσταση με την οποία βρίσκονται αντιμέτωποι. Ψυχοσωματικές εκδηλώσεις: Σε κάποιους που δεν μπορούν να εκφράσουν το άγχος, δεν μπορούν να βγάλουν θλίψη, δεν μπορούν να κλάψουν να εκτονωθούν, δεν μπορούν να ζητήσουν βοήθεια να λύσουν το πρόβλημά τους, το άγχος που έχουν μέσα τους εκφράζεται με σωματικές εκδηλώσεις όπως «έχω πονοκέφαλο», «πονάει το στομάχι μου», «έχω τάση για εμετό». Αυτές είναι οι συχνότερες ψυχοσωματικές εκδηλώσεις που μπορούν να εκδηλώσουν αυτά τα άτομα. Έχουν μειωμένες κοινωνικές επαφές. Δυσκολεύονται - δεν τις θέλουν. Έχουν δυσκολία στις διαπροσωπικές σχέσεις από εκεί και πέρα και απουσίες στο σχολείο. Ειδικότερα αν ο εκφοβιστής τους είναι στα πλαίσια του σχολείου, υπάρχει και η φυσική του παρουσία εκτός από τη διαδικτυακή του παρουσία. Ενδεχομένως αυτός να είναι ένας

λόγος άρνησης να πάνε στο σχολείο» Όσον αφορά τη σχολική επίδοση: «Τα μισά από τα θύματα του εκφοβισμού είχαν βαθμούς πάνω από το μέσο όρο. Λιγότερο από το ένα τρίτο των εκφοβιστών είχαν βαθμούς άνω του μέσου όρου».

Ο κ. Σιώμος, παρουσίασε αποτελέσματα διεθνών ερευνών για τον εκφοβισμό και στάθηκε στο γεγονός ότι σε όλες τις έρευνες ένας στους δύο μαθητές αναφέρει το περιστατικό στους γονείς του. Τόνισε πως «η επικοινωνία με τους γονείς πρέπει να υπάρχει, ιδίως όταν μιλάμε για ανήλικα άτομα.» Αυτό που φαίνεται σήμερα είπε είναι ένα τεράστιο έλλειμμα επικοινωνίας κι ίσως θα πρέπει να δημιουργηθούν σχολές γονέων. Η επικοινωνία είναι πάρα πολύ σημαντική κατά τον κ. Σιώμο και θα πρέπει να μπει σε νέο πλαίσιο διαπραγμάτευσης, γιατί «αυτή τη στιγμή δεν είναι πολύ καλά τα πράγματα όχι μόνο για το διαδίκτυο αλλά γενικά για τη ζωή που ζούμε.»

Στην Ελλάδα υπάρχει η έρευνα του 2008 στην Κω που δείχνει ότι το συνολικό ποσοστό των εφήβων που δέχθηκαν εκφοβισμό ήταν 14,7%. Αυτό το ποσοστό ταιριάζει με τη διεθνή βιβλιογραφία σημειώνει ο κ. Σιώμος.

Από το 2008 ως το 2010 που πραγματοποιήθηκε νέα έρευνα, το ποσοστό των παιδιών που δέχτηκε εκφοβισμό διπλασιάστηκε σε 30,5% μέσα σε 2 χρόνια. «Βλέπουμε γενικότερα ότι αρχίζουν να υιοθετούνται συμπεριφορές εκφοβισμού μέσω διαδικτύου. Μέσο το οποίο είναι ελεύθερο και έχουμε την αίσθηση ότι ενδεχομένως δεν θα μας ανακαλύψουν», σχολιάζει.

Οδηγίες προς τους γονείς:

Να τονίζετε ότι όλοι οι κανόνες που ισχύουν για την online επικοινωνία ισχύουν και για την offline επικοινωνία.

Μεταδώστε ότι τόσο η τυπική όσο και η διαδικτυακή παρενόχληση προκαλούν πόνο εξίσου.

Ελέγξτε αν το σχολείο σας έχει προγράμματα επιμόρφωσης για την ασφάλεια στο διαδίκτυο και πολιτική για περιπτώσεις κακόβουλης συμπεριφοράς.

Συμπεριφορές που πρέπει να προβληματίζουν τους γονείς.

Το παιδί Ξαφνικά σταματάει να χρησιμοποιεί τον ηλεκτρονικό υπολογιστή.

Φαίνεται νευρικό και αναστατωμένο όταν εμφανίζεται στην οθόνη ένα μήνυμα.

Φαίνεται να έχει δυσκολία να πάει στο σχολείο και εκτός σπιτιού γενικότερα. Πίσω από αυτό βέβαια κρύβεται ο φόβος.

Φαίνεται να είναι θλιμμένο, θυμωμένο, απογοητευμένο μετά τη σύνδεση στο διαδίκτυο, τον υπολογιστή ή το κινητό.

Αποφεύγει συζητήσεις για το τι κάνει όταν πλοηγείται στο διαδίκτυο.

Αποσύρεται από τις επαφές με μέλη της οικογένειάς του και τους φίλους του.

Παρουσιάζει Ξαφνική μείωση στη σχολική του επίδοση.

Αλλάζει γρήγορα την οθόνη του ή κλείνει προγράμματα όταν πλησιάζετε στον ηλεκτρονικό του υπολογιστή.

Χρησιμοποιεί τον υπολογιστή οποιαδήποτε ώρα ή τη νύχτα που μπορεί να μην τον βλέπετε.

Γίνεται απροσδόκητα αρνητικό όταν δεν μπορεί να χρησιμοποιήσει τον υπολογιστή και το κινητό.

Χρησιμοποιεί πολλαπλούς λογαριασμούς χρήστη ή χρησιμοποιεί λογαριασμό που δεν είναι δικός του.

Εκφράζεται υποτιμητικά για συμμαθητές του.



Δεν υπάρχουν αυτή τη στιγμή μηχανισμοί αντιμετώπισης στο σχολείο

Δεν υπάρχουν αυτή τη στιγμή μηχανισμοί στο σχολείο για την αντιμετώπιση περιστατικών εκφοβισμού τονίζει ο κ. Σιώμος. Μάλιστα αναφέρει ένα σοβαρό περιστατικό παρενόχλησης σε σχολείο την περασμένη χρονιά, η αντιμετώπιση του οποίου πήρε τέτοια έκταση μέχρι που η υπουργός κ. Διαμαντοπούλου βγήκε να κάνει δήλωση για την παρενόχληση μέσω του διαδικτύου. Αυτό δείχνει υπογραμμίζει ο κ. Σιώμος ότι «στους θεσμούς του σχολείου τα ειδικά όργανα των σχολικών κοινοτήτων, δεν μπορούν να διαχειριστούν το ειδικό θέμα του κυβερνοεκφοβισμού όταν για ένα μεμονωμένο περιστατικό, σε ένα μεμονωμένο σχολείο φτάνει να κάνει δήλωση η υπουργός».

Διαδικτυακή ηθική για τους μαθητές

Πρέπει να διαμορφώσουμε κώδικα συμπεριφοράς στο διαδίκτυο και στη χρήση του κινητού. Ουσιαστικά εδώ μιλάμε και για διαδικτυακή ηθική. Η ηθική στο διαδίκτυο είναι ένα σοβαρό κομμάτι και θα έπρεπε ενδεχομένως να μπει στο σχολικό πλαίσιο ως μάθημα που θα διδάσκεται ίσως στα πλαίσια κάποιου ευρύτερου μαθήματος.

Προφύλαξη προσωπικών δεδομένων. Είναι πολύ σημαντικό να μην δίνετε δεξιά και αριστερά τα προσωπικά σας

στοιχεία. Εδώ ο κ. Σιώμος υπέδειξε στους μαθητές να κάνουν χρήση μηχανών αναζήτησης π.χ. Google, Yahoo για να ελέγχουν τι σχετίζεται με το όνομά τους.

Θα πρέπει να ενισχυθεί η έννοια του σεβασμού του άλλου και των ηθικών αξιών. Για παράδειγμα όπως σεβόμαστε τους καθηγητές μας, τους φίλους μας, τους γονείς μας, αντίστοιχα με αυτόν τον τρόπο θα πρέπει να σεβόμαστε και τους λοιπούς χρήστες του διαδικτύου, μια και εμείς είμαστε μέλος μιας παγκόσμιας κοινότητας χρηστών.

Επιπλέον ο κ. Σιώμος τόνισε ότι οι μαθητές θα πρέπει να αναφέρουν τέτοιου είδους περιστατικά είτε πρόκειται για μαθητές είτε για καθηγητές ή δασκάλους. «Πρόσφατα συζητούσα με την κα. Γκουντσιδου την οποία επισκεφτήκατε», συνεχίζει. Η κα. Γκουντσιδου λοιπόν ανέφερε σε μια παρουσίασή της ότι κάποια παιδιά βιντεοσκοπήσαν έναν καθηγητή τους και δημοσίευσαν το βίντεο αυτό στο διαδίκτυο. Βλέπουμε επομένως ότι στην εποχή που ζούμε εκφοβιστές μπορεί να είναι, εφόσον γνωρίζουν την τέχνη, μικρότερα σε ηλικία άτομα, παρορμητικά, τα οποία δεν σκέπτονται τις συνέπειες των πράξεών τους. Αλλά ενδεχομένως κάποιες από αυτές τις πράξεις μπορεί να έχουν και συνέπειες».

Οδηγίες προς τους εκπαιδευτικούς

Αναγνωρίστε την έκταση του ζητήματος, αφού οι μαθητές συζητούν μαζί σας για πάρα πολλά θέματα. Συλλέξτε ανώνυμα στοιχεία από τους μαθητές σας, όπως προφανώς και κάνετε.

Μεταδώστε στους μαθητές σας ότι όλες οι μορφές του εκφοβισμού είναι απαράδεκτες και υπόκεινται σε πειθαρχικά μέσα. Είναι θέμα που άπτεται του σχολείου αν διασπά την ομαλή του λειτουργία. Αυτά είναι εσωτερικά θέματα που δεν θα έπρεπε να φτάνουν στον υπουργό, αλλά θα πρέπει οι σχολικές κοινότητες να διαχειρίζονται και να επιλύουν αυτά τα ζητήματα εντός. Αυτό βέβαια απαιτεί γνώση του εκπαιδευτικού στη διαχείριση ειδικών θεμάτων και δημιουργία κανόνων διαχείρισης τέτοιων ζητημάτων. Μόνο μ' αυτήν την πορεία μπορεί να υπάρξει αντιμετώπιση εντός του σχολικού πλαισίου.

Ξεκαθαρίστε τους κανόνες χρήσης υπολογιστή – διαδικτύου - κινητών και τοποθετήστε ενημερωτικές αφίσες σε στρατηγικά σημεία. Δώστε την ευκαιρία σε μεγαλύτερους μαθητές να διδάξουν και να συμβουλευθούν τους νεότερους. Αυτή είναι η σωστή λογική. Συμβουλευτείτε τους ανώτερους Διευθυντές ή Υποδιευθυντές ή Προϊσταμένους για πιθανά μέτρα που μπορείτε να λάβετε σε περίπτωση προβλήματος.

Εισάγεται στο πλαίσιο ειδικών μαθημάτων αγωγής του πολίτη παρουσιάσεις του προβλήματος, όπου θα τονίζετε ότι πρόκειται για ανήθικη και ανάρμοστη συμπεριφορά. Καλλιεργήστε ένα κλίμα αλληλοσεβασμού και ακεραιότητας όπου οι παραβάσεις συνεπάγονται και ψόγο για όλους όσους διαπράττουν αυτά τα αδικήματα.

Επιμορφώστε τη σχολική σας κοινότητα.

Οργανώστε εκπαιδευτικές ομιλίες όπου διευκολύνεται η συμμετοχή εκπαιδευτικού προσωπικού, παιδιών, γονέων κλπ.

Ορίστε τουλάχιστον έναν ειδικό στον εκφοβισμό μέσω διαδικτύου για το πλαίσιο της σχολικής μονάδας που θα έχει την ευθύνη να επιμορφώνεται για το πεδίο και να ελέγχει τις σχετικές αναφορές.

Προτρέψτε συναδέλφους και μαθητές να αναφέρουν τέτοιου είδους περιστατικά είτε πρόκειται για μαθητές είτε για καθηγητές ή δασκάλους.

Στη συζήτηση που ακολούθησε οι μαθητές τοποθετήθηκαν πάνω στο θέμα του cyberbullying με στόχο τους εκπαιδευτικούς. Πολλοί μαθητές υποστήριξαν ότι το βλέπουν σαν ένα είδος διαμαρτυρίας προς τους εκπαιδευτικούς είτε πολύ χαλαρούς, είτε πολύ αυστηρούς. Ο κ. Σιώμος κατέληξε με μια συμβουλή: «Σας εύχομαι να είστε τόσο αυστηροί με τους εαυτούς σας όσο είστε με τους καθηγητές σας. Από εκεί ξεκινάει η επιτυχία ή η αποτυχία κάποιου. Από το πόσο σημαντική και εύστοχη αυτοκριτική κάνει. Πάντως πιστεύω ότι θα πρέπει σιγά σιγά ολόκληρη η εκπαιδευτική κοινότητα να ωριμάσει. Φαίνεται ότι υπάρχουν εκπαιδευτικοί που ενδιαφέρονται πάρα πολύ γι αυτά τα θέματα, όπως είναι οι εκπαιδευτικοί που συντονίζουν αυτό το πρόγραμμα.»

Εθισμός στο Διαδίκτυο

Με τη μελέτη της παθολογικής χρήσης του Διαδικτύου από τον άνθρωπο, ασχολείται η Ελληνική Εταιρεία Μελέτης της διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο, η οποία καταγράφει μέσω ερευνών, μελετών και συνεδρίων τα δεδομένα που αφορούν τον ελλαδικό χώρο. Πρόσφατα μάλιστα κυκλοφόρησε κι ένα βιβλίο σε μια προσπάθεια να καλύψει το κενό εκπαίδευσης σ' αυτόν τον τομέα από την Πολιτεία.

Ο κ. Σιώμος πρόεδρος της εταιρείας ενημέρωσε και συζήτησε με τους μαθητές και τους εκπαιδευτικούς της ομάδας Αγωγής Υγείας του σχολείου και για το θέμα του Εθισμού.

Καταρχήν σημείωσε ότι ένα από τα προβλήματα στη χρήση των νέων τεχνολογιών είναι ότι «οι γονείς δεν μπορούν να ασκήσουν εκπαιδευτικό ή εποπτικό ρόλο, σε σχέση με αυτόν το ρόλο που είχαν στις προηγούμενες γενιές, κυρίως διότι τα παιδιά σήμερα έχουν τεχνικές δεξιότητες πολύ ανώτερες από τους γονείς τους, με αποτέλεσμα τα παιδιά να μη ζητούν τη συμβουλή των γονέων τους αν έχουν κάποιο πρόβλημα και να απευθύνονται στον εκπαιδευτικό, ο οποίος κατέχει τη νέα τεχνολογία, τον καθηγητή πληροφορι-

κής για παράδειγμα ή κάποιο φίλο με ανώτερες γνώσεις απ' αυτούς στα ζητήματα του διαδικτύου. Αυτό ουσιαστικά αποδυναμώνει το ρόλο της γονικής αυθεντίας που υπήρχε πολύ έντονα τα προηγούμενα χρόνια». «Αυτή η διαφορά στην επόμενη γενιά θα αλλάξει», προσθέτει.

Επιπλέον η τηλεόραση μας ένωσε τη δεκαετία του '80 και του '90. Τώρα το διαδίκτυο μας χωρίζει. Ο καθένας βρίσκεται με το φορητό του υπολογιστή στην ψυχία του δωματίου του απομονωμένος».

Μια άλλη παρατήρηση που θεωρεί άξια να αναφερθεί λέει ο κ. Σιώμος είναι ότι στην περυσινή έρευνα της Κω τα ερωτηματολόγια συμπλήρωσαν το 1/4 των γονιών των μαθητών και μόλις το 1/6 των εκπαιδευτικών. Ο πρόεδρος της εταιρείας θεωρεί ότι υπάρχει μια τεχνοφοβία σε γονείς και εκπαιδευτικούς κι αυτό είναι ένα θέμα που θα απασχολήσει την εκπαιδευτική κοινότητα.

Όσον αφορά τον εθισμό που είναι η σοβαρότερη μορφή κατάχρησης του Διαδικτύου οι κύριοι παράγοντες που προηγούνται του εθισμού είναι η πολυετής χρήση του διαδικτύου, ο χρόνος που αφιερώνει το άτομο, η έλλειψη σχέσεων και η μοναξιά.

Γενικά εθίζομαστε σε:

- * Αναζήτηση και διακίνηση πορνογραφικού υλικού
- * Αναζήτηση πληροφοριών
- * Διαδικτυακά παιχνίδια
- * Τυχερά παιχνίδια
- * Αγορές μέσω Ίντερνετ
- * Αναζήτηση ερωτικού συντρόφου

Συνέπειες:

Μειώνεται ο χρόνος για την οικογένεια, το διάβασμα και τα χόμπι και ο χρόνος της συνολικής διάρκειας του ύπνου. Φαίνεται ότι οι εθισμένοι έχουν υψηλότερα ψυχιατρικά συμπτώματα σε σχέση με τους ήπιους χρήστες ή τους μη χρήστες. Ο εθισμός θα μπει το 2013 επίσημα ως ψυχιατρική νόσος στο ταξινόμικό σύστημα ψυχικών διαταραχών, με αποτέλεσμα να πρέπει και οι ειδικοί να μάθουν τη διαταραχή.



Οι δημόσιες δωρεάν δομές υποστήριξης στην Ελλάδα:

Το 2007 έγινε η μονάδα εφηβικής υγείας στο νοσοκομείο Αγλαΐα Κυριακού. Είναι μια παιδιατρική υπηρεσία που παρέχει συμβουλευτική.

Στο Ιπποκράτειο νοσοκομείο δημιουργήθηκε το 2008 η πρώτη παιδοψυχιατρική υπηρεσία για παιδιά και εφήβους.

Η πρώτη υπηρεσία για ενήλικες είναι η μονάδα απεξάρτησης των 18 άνω στο Ψυχιατρικό νοσοκομείο. Είναι ψυχιατρική υπηρεσία και δέχεται ενήλικες. Και το 2010 ο κ. Φλώρος, που είναι συνεργάτης της εταιρείας και ο κ. Γκιουζέπας δημιούργησαν τον πρώ-

το συμβουλευτικό σταθμό (Ψυχιατρική υπηρεσία) για φοιτητές στην Ελλάδα στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο.

Στο ειδικό ιατρείο της Θεσσαλονίκης αναφέρει ο κ. Σιώμος πραγματοποιήθηκαν εξήντα αιτήματα με μέσο όρο ηλικίας 15-16 ετών. Όλα ήταν αγόρια. Όλα είχαν εθισμό στα διαδικτυακά παιχνίδια (Counter-Strike, World of Warcraft, Lineage τα τρία πιο σημαντικά). Γι' αυτή την ομάδα, αυτά ήταν τα τρία συχνότερα παιχνίδια. 40% ήταν από μονογονεϊκή οικογένεια. 6 ώρες μέσος χρόνος χρήσης. Ελάχιστο 6 μέγιστο 16 ώρες ανά ημέρα. Ένας στους δύο είχε άλλες διαταραχές όπως άγχος ή κατάθλιψη.

Υπάρχουν διάφορες μορφές θεραπείας.

Αυτό που συστήνουμε εμείς είναι:

Κοινή στάση των γονέων στο πρόβλημα.

Να δείξουν ότι ενδιαφέρονται χωρίς επικριτική διάθεση, γιατί οι έφηβοι λόγω παρορμητισμού, έχουν την τάση να ερμηνεύουν τις συμβουλές, ως επικρίσεις από την πλευρά των γονιών, κυρίως λόγω του ότι μπαίνουν σε μια διαδικασία αυτονόμησης.

Συνεργασία στην κατάρτιση ενός προγράμματος, πράγμα που πρέπει να γίνεται από πολύ νωρίς.

Καλλιέργεια εναλλακτικών δραστηριοτήτων από πολύ νωρίς.

Γεννηθήκαμε με το internet και δεν καταλαβαίνουμε ότι μπορεί να καταστρέψει τη ζωή μας

Το internet χρειάζεται πλέον παρά πολύ στη ζωή μας άρα και στη δική μου. Τα προηγούμενα τέσσερα χρόνια έμενα στην Αμερική κι εκεί το internet ήταν υποχρεωτικό καθημερινά στο σχολείο. Έτσι ξεκίνησα να μπαίνω να βλέπω τα ηλεκτρονικά μου μηνύματα και να σερφάρω για πληροφορίες που χρειαζόνταν για εργασίες του σχολείου. Σιγά σιγά για να μιλάω με τους φίλους μου έκανα και Facebook, Myspace, Twitter, Graal Online και άλλα, ώστε να μπορώ να τους έχω όλους. Μετά γνώρισα και τα online παιχνίδια τα οποία με ενθουσίασαν. Με την πάροδο του χρόνου έκανα συνδρομές στα παιχνίδια με αποτέλεσμα να καταντήσω να κάθομαι στον Η/Υ με τις ώρες. Δεν έκανα σωστή χρήση του διαδικτύου αλλά τότε δεν το καταλάβαινα. Οι γονείς μου ήταν νευρισμένοι μαζί μου εφόσον όλη τη μέρα καθόμουν στον υπολογιστή για 5-7 ώρες και καμιά φορά όταν δεν το καταλάβαιναν, καθόμουν μέχρι και 20 ώρες. Αυτό με επηρέαζε ψυχολογικά και έτσι σιγά-σιγά από μόνος μου έβαζα όρια για να σταματήσω. Ήμουν κι εγώ ένα θύμα από τα πολλά το οποίο καλωδιωνόταν με τις ώρες στον υπολογιστή χωρίς να συνειδητοποιεί ότι ο χρόνος περνούσε. Φέτος που γύρισα στην Ελλάδα έκοψα τις συνδρομές μου και οι γονείς μου, μου δίνουν το router για το internet 45 λεπτά την ημέρα. Βεβαίως το αφήνουν έξω άλλα εγώ δεν μπαίνω πλέον στο internet. Δεν έχασα ποτέ κάτι συγκεκριμένο όπως το να βγω με τους φίλους μου και να περάσω καλά. Δηλαδή μπορούσα να κλείσω τον υπολογιστή και πάντα πήγαινα εκεί που έπρεπε, όταν χρειαζόταν. Ποτέ δεν έχασα σχολείο και πάντα στις 10-11 το βράδυ κοιμόμουν. Τώρα με



τα πολλά διαβάσματα επειδή δεν έχω χρόνο να εκτονωθώ κάπου, απλά χρησιμοποιώ το internet και παίζω διάφορα παιχνίδια με πληρωμές τα οποία είναι Player versus Player έτσι ώστε να μπορώ να νιώσω αδρεναλίνη και ευχαρίστηση. Επειδή εμείς τα παιδιά γεννηθήκαμε με το internet, δεν καταλαβαίνουμε ότι μπορεί να καταστρέψει ολόκληρη τη ζωή μας με τα παιχνίδια ή εφόσον μπορεί να μιλάς με κάποιον άγνωστο και να είναι τελείως διαφορετικός από αυτό στην πραγματικότητα. Τα παιχνίδια μας κάνουν να θέλουμε να τα αγοράσουμε και όταν οι γονείς πουν «ΟΧΙ!», τότε πέφτουμε σε κατάθλιψη και μπορεί να σταματήσουμε να τρώμε, να βγαίνουμε έξω ή να έχουμε τάσεις αυτοκτονίας. Έχω πέσει θύμα cyberbullying. Έγινα στο Facebook το οποίο είχα ανοιχτό να μπορούν να μπαίνουν οι φίλοι των φίλων μου. Ένας μπήκε στο προφίλ μου και ξεκίνησε να κάνει υβριστικά

σχόλια τα οποία ήταν παράνομα, φυσικά, αλλά και δεν επιτρέπονταν για κάποιον που δεν ήξερε. Αυτός ο άγνωστος συνέχισε μέχρι που έγραψα ένα σχόλιο για να σταματήσει. Διέγραψα όλα τα σχόλια και απλά ήθελα να δω αν θα το ξανακάνει. Δεν τον έκανα report ή τίποτα άλλο. Οι γονείς μου δεν το έμαθαν ποτέ και ούτε πρόκειται. Από τότε έβαλα απλά μεγαλύτερη προστασία στο προφίλ να μπορούν μόνον οι φίλοι μου να μπαίνουν και δεν μου ξαναέτυχε κάτι παρόμοιο. Προσωπικά έχω αρχή να μη μιλάω σε αγνώστους αλλά ούτε και ενοχλώ. Γενικά από πολλές εμπειρίες στη ζωή μου, γνώρισα πολλά περιστατικά που έχουν σχέση με το διαδίκτυο. Πάντα επιφυλάσσομαι και προσπαθώ να βοηθώ όποιον έχει προβλήματα. Άλλα το internet είναι ένας άλλος κόσμος και δεν το καταλαβαίνουν οι μεγάλοι.

Γιώργος Σύρμος

Το παραμικρό στο Διαδίκτυο οι γονείς μπορεί να το κάνουν τεράστιο ΕΦΗΒΟΙ, ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Πολλά παιδιά σήμερα δε μιλάνε πολύ στους γονείς τους για τη ζωή τους στο διαδίκτυο και δεν τους λένε τι συμβαίνει. Ας πάρουμε για παράδειγμα εμένα. Υπήρξε ένα πρόβλημα στο Facebook κατά το οποίο μπερδεύτηκαν τα μηνύματα και ο φίλος μου καταλάθος έστειλε ένα μήνυμα και αλλού. Αυτό το μήνυμα το είδε μια από τις καλύτερες φίλες μου, νευρίασε και δε μου μιλούσε γιατί νόμιζε ότι μιλούσα για εκείνη. Το είπα στους γονείς μου και η αντίδρασή τους; Να κόψω το Facebook και το internet. Εννοείται πως όλες μου οι συνομιλίες γίνονται πιο πολύ μέσω Facebook άρα γέλασα. Από τότε συνέχεια είναι πάνω από το κεφάλι μου. Μάλιστα έκανε και ο μπαμπάς μου Facebook για να με παρακολουθεί μάλλον. Προσωπικά δεν θέλω να ξαναπώ τίποτα στους γονείς μου διότι το παραμικρό μπορούν να το κάνουν να φαίνεται τεράστιο και να κάνουν μια κίνηση που να μη χρειαζόταν καν. Το θέμα το έλυσα με το μήνυμα και τώρα όλοι είμαστε μια χαρά. Το πρόβλημα όμως είναι ότι οι γονείς είναι πλέον υπερπροστατευτικοί με αποτέλεσμα να μην σε αφήνουν ανεξαρτησία στις κινήσεις σου. Δε λέω ότι δεν πρέπει να μιλάμε στους γονείς μας αλλά δεν πρέπει να τους λέμε θέματα μικρά. Τους γονείς μου πλέον τους εμπιστεύομαι και τους λέω μόνον ό,τι χρειάζεται να ξέρουν και τίποτα άλλο. Άμα το πρόβλημα ήταν πολύ μεγάλο πρώτα από όλα θα πήγαινα σε μια καθηγήτρια η οποία ξέρω ότι θα με βοηθούσε και μετά θα το έλεγα στους γονείς μου άμα δεν επιλύοταν. Οι σχέσεις των περισσότερων εφήβων με τους γονείς έχουν πλέον γίνει σαν να είμαστε άγνωστοι. Ή σαν να είμαστε γείτονες που απλά λένε ένα γεια στο ασανσέρ.

A. M.



Είμαστε απροστάτευτοι Μια άσχημη εμπειρία στο Facebook

Ήταν ένα βράδυ πριν από τη γιορτή της 25ης Μαρτίου πέρυσι. Ενώ ήμουν στο Facebook εμφανίστηκε χωρίς να καταλάβω από πού, ένας τύπος, ο οποίος στην αρχή μου λέει: «τι κάνεις;» και μετά βλέποντας τη φωτογραφία ενός φίλου μου συνεχίζει: «θέλεις να τον ξεκάνω;»

Εγώ τέτοιο άτομο δεν είχα στους φίλους μου και ούτε είχα κάνει ποτέ add. Μπαίνω στο προφίλ του μήπως καταλάβω κάτι και βλέπω ότι για φωτογραφία είχε σιαμαία μωρά με τατουάζ και έγκυες ξεκοιλιασμένες. Έτρεμα και δεν ήξερε τι να κάνω. Να τον σβήσω ή να μιλήσω; Την ώρα που εγώ σκεφτόμουν αυτά αυτός γράφει: Άμα θέλεις να με σβήσεις σβήσε με. Αλλά εγώ είδα ότι μπορώ να πάρω από σένα πολλή δύναμη.»

Άρχισε να γράφει ότι ήταν φοιτητής ιατρικής, ότι πιστεύει στον Εωσφόρο γιατί είχε καρκίνο και τον βοήθησε ένας γιατρός σατανιστής και ότι στέλνει δέσμες δυνάμεων. Όπως ήταν φυσικό σοκαρίστηκα και έκλεισα τη συνομιλία αλλά δεν μπόρεσα να κοιμηθώ εκείνο το βράδυ. Ένωθα να απειλούμαι. Ευτυχώς κινήθηκα με ώριμο τρόπο και δεν ανταποκρίθηκα στα καλέσματα αυτού του ανθρώπου και δεν με ξαναενοχλήσε.

Δεν ήμουν καλά ψυχολογικά για μέρες. Δεν απευθύνθηκα πουθενά το

πέρασα μόνη μου συζητώντας με φίλους μου που μου έλεγαν να σβήσω το προφίλ αυτού του αγνώστου. Δεν τον έσβησα γιατί δεν ήθελα να δείξω ότι σοκαρίστηκα αλλά ευτυχώς δε με ξαναενοχλήσε. Στη μητέρα μου δεν το είπα γιατί με εμπιστεύεται, ξέρει ότι αντιμετωπίζω ώριμα τα προβλήματα και δεν ήθελα να την αγχώσω. Της το είπα φέτος, φέρνοντάς το στην πλάκα. Ταράχτηκε αλλά μετά ένωσε ήρεμη που πέρασε.

Αυτό που μου έχει μείνει ως απορία μέχρι σήμερα είναι πώς βρέθηκε αυτός ο άγνωστος στους φίλους μου ενώ ποτέ δεν είχα βρει αίτημα φιλίας του και επομένως δεν τον δέχτηκα. Αυτό το γεγονός μου έχει κινήσει υποψίες και έχω χάσει πλέον την εμπιστοσύνη μου στο Facebook.

Σήμερα αν μου ξανασυμβεί τέτοιο περιστατικό-το οποίο απεύχομαι-ξέρω πώς να το αντιμετωπίσω αλλά τότε δεν είχα την ενημέρωση και νόμιζα ότι όλα ήταν ασφαλή. Ήταν μια κρίση στη ζωή μου γιατί δεν ήταν μόνο το θέμα ότι παρενοχλήθηκα αλλά πέρασα και κρίση για το αν ισχύουν αυτά που έγραφε.

Στους συμμαθητές μου συμβουλευώ να προσέχουν τους φίλους τους στο Facebook και να αντιμετωπίζουν ψύχραιμα τις παρενοχλήσεις. Θέλω να τονίσω όμως ότι υπάρχει ένα κενό Παιδείας. Πρέπει οι μαθητές να ενημερώνονται από το Δημοτικό για τους κινδύνους που υπάρχουν στο διαδίκτυο γιατί αλλιώς είμαστε απροστάτευτοι.

A.

Αξιολόγηση του προγράμματος από τους μαθητές

Η συμμετοχή μου στο Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας με βοήθησε να αποκομίσω πολύ σημαντικές εμπειρίες και γνώσεις. Οι βιωματικές συναντήσεις που πραγματοποιούνταν στο σχολείο και οι επισκέψεις στην μονάδα εφηβικής υγείας και στην δίωξη ηλεκτρονικού εγκλήματος στη Θεσσαλονίκη αποτέλεσαν πραγματικά εξαιρετικές εμπειρίες, οι οποίες θα μου μείνουν αξέχαστες. Σε αυτές έμαθα πολλά πράγματα και προβληματίστηκα πάνω σε διάφορα θέματα, όπως τη χρήση του καλού και του κακού Ίντερνετ. Επίσης ενημερώθηκα για τους κινδύνους που κρύβει και για το πώς μπορώ να τους αποφεύγω. Εν κατακλείδι, θεωρώ τον εαυτό μου τυχερό που μπόρεσα να συμμετάσχω στο πρόγραμμα αυτό και είμαι ευγνώμων στους καθηγητές μου.

Ευθύμιος Σκούφας

Το πρόγραμμα αγωγής υγείας που πραγματοποιήθηκε στο σχολείο μου ήταν κάτι πολύ σημαντικό, μοναδικό και το βρήκα πολύ ενδιαφέρον.

Ο εθισμός στο διαδίκτυο κατάλαβα ότι είναι ένα πολύ σημαντικό θέμα που απασχολεί πολύ κόσμο τα τελευταία χρόνια.

Οι δύο εκδρομές που πραγματοποιήσαμε ήταν εξαιρετικές καθώς μας δόθηκε η ευκαιρία να μάθουμε για πολύ ενδιαφέροντα πράγματα που τα χειριζόμαστε στην καθημερινή μας ζωή χωρίς να γνωρίζουμε ωστόσο τη σωστή τους χρήση.

Τέλος ήταν πολύ σημαντικό για μας που ενημερωθήκαμε για θέματα όπως το cyberbullying καθώς ακούστηκαν οι απόψεις μας πάνω σε πολλά θέματα και καταφέραμε να βρούμε και καινούριους τρόπους αντιμετώ-

πισης τους

Σταύρος Σαμαράς Καμηλαράκης

Sto programa fetos perasame poli kala kai ma8ame arketa gia to diadiktio.

Ma8ame ti einai akribos o diadiktiakos ekfobismos apo ton kirio Siomo pou mas milise sto sxolio kai mas edose paradigamta. Akoma mas ipe oti oi perisoteroi 8ites einai agoria kai ta peristotera 8imata koritia. Epibleon, ta pedia pou exoun dex8ei diadiktiako ekfobismo exoun miomenei aftopepi8esei kai den 8eloun na to anaferoun stous gonis tous, an kai afto einai to sosto.

Akoma enimerodikame kai apo ti dio3ei ilektronikou eglimatos stin 8essaloniki. Mas ipan pos otan anafarete sto diadiktio apo kapion oti 8elei na aftoktonisei aftoi epembenou akoma kian afto einai farsa dioti den 3eroun an einai pragmatiko gegonos kai 8eloun na einai sigourei. Mas aneferan kai paradigmata opos oti ena koriti stin ameriki milouse me ena 16xrono agori apo tin idia poly. Otan tou zitise na bre8oun aftos arxise na tis leei pos den ti felei kai ekinei epese se kata8lipsi kai aftoktonise. Meta apo kero anakalipsan pos afto to agori itan mia 45xroni gineka pou eixe pseftiki selida sto facebook .

Χρήστος Σολοβός

Πιστεύω ότι αυτό το πρόγραμμα άλλαξε τη ζωή μου και με έκανε να δω πράγματα, αλλά και να ακούσω, κάτι το οποίο δεν μου πέρασε ποτέ από το μυαλό μου. Γενικά αφού έμεινα Αμερική στο σχολείο μας προστάτευαν από το διαδίκτυο, εφόσον χρησιμοποιούνταν καθημερινά. Μας έλεγαν επίσης πώς να προστατευόμαστε. Βέβαια τα παιδιά δεν το τηρούσαν πάντα. Είμαι πολύ χαρούμενος που κατάφερα να συμμετέχω σε ένα τέτοιο πρόγραμμα γιατί από την εμπειρία μου στο διαδίκτυο είχα δει πολλά περιστατικά, όπως αυτοκτονίες, cyberbullying, εθισμό και άλλα

πολλά. Στο πρόγραμμα βρήκα μια διαφορά μ' αυτό που είχα συνηθίσει μέχρι τώρα καθώς πρώτα αναλύαμε το θέμα και λέγαμε τις απόψεις μας και μετά το συμπέρασμα έβγαινε αβίαστα. Γνώρισα ανθρώπους πολύ σοφούς οι οποίοι μας εξήγησαν τους όρους του διαδικτύου και πώς να ελέγχουμε μια κατάσταση όταν πρόκειται για αυτοκτονίες ή cyberbullying ή οτιδήποτε άλλο το οποίο έχει να κάνει με τη λανθασμένη χρήση του διαδικτύου. Η κ. Γιαννακάκη, η καθηγήτρια και υπεύθυνη του προγράμματος, έκανε παρά πολλά για εμάς σε ό,τι αφορά το πρόγραμμα. Συζητήσαμε για ό,τι αφορά τον εθισμό και την κακή χρήση του διαδικτύου. Κάποιοι μαθητές ζωγράφισαν πόστερ και κάποιοι έκαναν βίντεο σε σχέση με τον εθισμό. Ξεκινήσαμε να μιλάμε για το Facebook και συνεχίσαμε με βίντεο-παιχνίδια, Greeklish, cyberbullying, αναλύοντας τα σε τόσο βάθος που τα συμπεράσματα ήταν πολύ χειρότερα μερικές φορές από αυτά που θα μπορούσε κάποιος να φανταστεί.

Γιώργος Σύρμος

Η συμμετοχή στο πρόγραμμα αγωγής υγείας του σχολείου μου με θέμα τον εθισμό στο Διαδίκτυο ήταν μία ξεχωριστή «περιπέτεια» για τον καθένα από εμάς. Μέσω των συνεχών βιωματικών συναντήσεων καταφέραμε να εξαγάγουμε χρήσιμα συμπεράσματα τόσο για την ηλεκτρονική ζωή όσο και για τις διαπροσωπικές μας σχέσεις. Αποκομίσαμε γνώσεις για όλα τα θέματα που αφορούν τον Παγκόσμιο Κόσμο του Διαδικτύου συναντώντας καταρτισμένους επιστήμονες, εξειδικευμένους στην ορθή χρήση του. μέσω των εκπαιδευτικών εκδρομών που οργανώσαμε στην Αθήνα και στη Θεσσαλονίκη, Το σημαντικότερο όμως είναι πως καταφέραμε και λειτουργήσαμε ως μία ομάδα, γεγονός για το οποίο μας επιβράβευαν. Σε προσωπικό επίπεδο εμπλούτισα τις γνώσεις μου στο υγιές «σερφάρισμα» και

είδα όλες τις πτυχές του διαδικτύου από μία διαφορετική «σκοπιά». Είμαι πεπεισμένος πως θα μπορέσω να μεταφέρω αυτές τις γνώσεις και στους υπόλοιπους συμμαθητές μου με σκοπό να ενημερωθούν και οι ίδιοι τόσο για τους κινδύνους του Διαδικτύου όσο και για τα πλεονεκτήματα τα οποία μας προσφέρει χρησιμοποιώντας το σωστά.

Παναγιώτης Κριντήρας

Μέσα από το πρόγραμμα αγωγής υγείας του Λυκείου μου εντάχθηκα σε μια ομάδα συμμαθητών μου με τους οποίους μοιραστήκαμε τις διάφορες σκέψεις και απορίες πάνω στην καθημερινή χρήση του διαδικτύου. Βρεθήκαμε στις ομιλίες της κυρίας Γκουιντίνου του αξιωματικού κ.Βεργίδη, του εκπροσώπου της Μονάδας Εφηβικής Υγείας κ. Κορμά και του ψυχιάτρου εφήβων ειδικευμένου στον εθισμό στο διαδίκτυο, κ. Σιώμου. Από τις διαλέξεις αυτές πήρα αρκετές πληροφορίες σχετικά με τους εθισμένους εφήβους ύστερα από διαφωτιστικά παραδείγματα πάνω στις συνέπειες που έχει η αλόγιστη χρήση του διαδικτύου στη ζωή τους. Τέλος, ενημερώθηκα σχετικά με την ασφάλεια στο Ίντερνετ και έμαθα νέους τρόπους προφύλαξης και παράλληλα προσπάθησα να περάσω τις εμπειρίες σε φίλους εκτός προγράμματος που «σπαταλούν» την ώρα τους στο διαδίκτυο.

Μιλτιάδης Αλέξης

Θεωρώ τον εαυτό μου πολύ τυχερό διότι μου δόθηκε η ευκαιρία μέσα από το πρόγραμμα αγωγής υγείας του σχολείου μου να ενταχθώ σε μια ομάδα μεταξύ των συμμαθητών μου, αποκομίζοντας γνώσεις και εμπειρίες. Μέσα από τις συναντήσεις που είχαμε, με αξιόλογους ανθρώπους ειδικούς όπως η κ.Γκουιντίνου στο Φυσικό τμήμα του ΑΠΘ, ο κ.Βεργίδης ,αξιωματικός της Δίωξης ηλεκτρονικού εγκλήματος καθώς και ο ψυχίατρος κ.Σιώμος, ενημερώθηκα και προβληματίστηκα μέσα από περιστατικά, εθισμένων κυρίως νέων στο διαδίκτυο κι έμαθα να διαχω-



ρίζω το «καλό» από το «κακό» internet. Σημαντική ήταν για μένα η ενημέρωση απ'ό τον αξιωματικό της Δίωξης αφού ενημερώθηκα για τους κινδύνους που επιφυλάσσει το διαδίκτυο, καθώς και για τους τρόπους που μπορώ να τους αντιμετωπίσω.

Τέλος, ύστερα από την παρότρυνση του προγράμματος αυτού, θα συνεχίσω να ενημερώνομαι και να εξελίσσομαι στον τομέα αυτό, μεταφέροντας τα μηνύματα και τις πληροφορίες που πήρα από το πρόγραμμα στους συνομηλικούς μου. Είμαι ευγνώμων στους καθηγητές μου που με διάλεξαν στην ομάδα αυτή και στους συμμαθητές μου για τη συνεργασία τους.

Νικολέτα Γιαννάκη

Αυτή τη σχολική χρονιά η συμμετοχή στο πρόγραμμα αγωγής υγείας αποδείχτηκε ιδιαίτερα ευχάριστη κι αποδοτική. Μέσω της διαδικασίας ενημερωθήκαμε για τους κινδύνους που αντιμετωπίζει ένας έφηβος στο διαδίκτυο, καθώς και τρόπους προφύλαξης. Η ομάδα του προγράμματος έκανε τις συναντήσεις διασκεδαστικές και συνέβαλε δυναμικά σε κάθε ενέργεια.

Άρτεμις Μπαλάνου

Μέσα από το πρόγραμμα αυτό μάθαμε πολλά για τους κινδύνους στο Facebook και στο διαδίκτυο γενικότερα. Μάθαμε επίσης τι να κάνουμε όταν υπάρχουν εκβιασμοί ή cyber bullying. Προσωπικά έμαθα να μην ασχολούμαι τόσο πολύ με τον υπολογιστή γενικά πλέον. Πέρα απ' αυτά, έκανα και καλές παρέες, Εξέφυγα από τα μαθήματα και ίσως υπάρχει ελπίδα το σχολείο

να μην είναι τόσο ανιαρό αν γίνονται τέτοια προγράμματα.

Στεφανία Μουστάκα

Μέσα από το πρόγραμμα, έμαθα πολλά πράγματα. Έμαθα πώς να προστατεύομαι από εκβιασμούς και πώς να διαχειρίζομαι τις καταστάσεις. Να μην κάνω φίλους άτομα που δεν ξέρω, να προσέχω τις φωτογραφίες που ανεβάζω και τις συνομιλίες που κάνω.

Σοφία Πατσιούρα

Η σύγχρονη εποχή κατακλύζεται από τη συνεχή εξέλιξη της τεχνολογίας και ιδιαίτερα την εξέλιξη του διαδικτύου. Γι' αυτό κι εγώ αποφάσισα να συμμετάσχω στο πρόγραμμα Αγωγής υγείας που διοργάνωσε το σχολείο μου. Η συμμετοχή μου σ' αυτό μου έμεινε αξέχαστη. Οι εκδρομές που πραγματοποιήσαμε και ιδιαίτερα στη Δίωξη ηλεκτρονικού εγκλήματος, μου έδωσαν πολλά εφόδια. Με βοήθησαν να καταλάβω ποιες είναι οι διαφορές μεταξύ του εθισμού και του παθολογικού εθισμού. Μου έμαθαν να προφυλάσσω τα προσωπικά μου στοιχεία κυρίως στο λογαριασμό που έχω δημιουργήσει στο Facebook. Επιπλέον πώς να βοηθήσω σε περίπτωση που κάποιος εκδηλώσει στο διαδίκτυο πρόθεση αυτοκτονίας. Θα ήθελα να ευχαριστήσω τους καθηγητές μου κ.Γιαννακάκη και κ.Στάθη, χάρη στην πρωτοβουλία των οποίων μου δόθηκε αυτή η ευκαιρία.

Νικολέττα Τσιάκνη

Η καθηγήτρια μας είπε πως πρόκειται να τρέξει ένα πρόγραμμα για τον εθισμό και τους άλλους κινδύνους που εγκυμονεί η χρήση του διαδικτύου. Παρόλο που δεν έχω υπολογιστή στο σπίτι το θεώρησα ενδιαφέρον, γιατί πρόσφατα είχα κάνει Facebook και έψαχνα να μπω κάθε μέρα. Σκέφτηκα λοιπόν πως θα ήταν πολύ καλό να αποκομίσω μια εμπειρία που θα μου χρειαστεί στη συνέχεια. Οι συναντήσεις στο εργαστήριο, η ανταλλαγή απόψεων με τους συμμαθητές μου καθώς και η ομιλία του ψυχιάτρου με βοήθησαν να δημιουργήσω μια καλή εικόνα στο μυαλό μου για το τι γίνεται στον κόσμο της τεχνολογίας. Πιο συγκεκριμένα τι πρέπει να προσέχω, από πού μπορώ να ζητώ βοήθεια για προβλήματα εκφοβισμού καθώς και τη μεγάλη σημασία που έχει το διαδίκτυο στη μάθηση, αρκεί να γίνεται σωστή χρήση. Οι πρωτοβουλίες της καθηγήτριας, κάθε φορά μας προκαλούσαν, διασκεδάσαμε τις συναντήσεις και μας κρατούσαν αμείωτο το ενδιαφέρον. Οι φωτογραφίες και τα μπλουζάκια που βγάλαμε και οι αφίσες που δημιουργήσαμε θεωρώ ότι ήταν οι καλύτερες δράσεις γιατί θα αποτελέσουν αναμνηστικά. Λυπάμαι που δεν μπόρεσα να πάω στις εκδρομές για να αποκομίσω κι άλλες εμπειρίες. Το πρόγραμμα θα υπάρχει πάντα στο μυαλό μου.

Αφροδίτη Παπά

Μέσα από το πρόγραμμα εντάχθηκα σε μια ομαδική εργασία, στην οποία είχα την ευκαιρία να συνεργαστώ με τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας και να μοιραστώ μαζί τους τις απόψεις και τις εμπειρίες για την καθημερινή χρήση του διαδικτύου καθώς και για τις επιπτώσεις της. Μεγάλη ευκαιρία ήταν η πιο εξειδικευμένη ενημέρωση από ειδικούς η οποία έγινε με ανταλλαγή απόψεων με τους μαθητές. Θα ήθελα να ευχαριστήσω τους καθηγητές μου, που συνέβαλαν με άριστο τρόπο σ' αυτό.

Δημήτρης Ντουλμπέρης

Φέτος στα πλαίσια του μαθήματος της Πληροφορικής αναλάβαμε με την Κ.Γιαννακάκη ένα πρόγραμμα αγωγής υγείας με θέμα τον εθισμό στο διαδίκτυο. Αρχικά κάναμε διάφορες εργασίες στον Η/Υ παίρνοντας πληρο-

φορίες μέσα από το internet. Στη συνέχεια με τη μορφή ερωτήσεων που μας υπέβαλε η κυρία καταγράψαμε τις δικές μας εμπειρίες όσον αφορά το θέμα και κατόπιν τις συζητούσαμε. Αναλύσαμε τα θέματα διεξοδικά και ως προς τα θετικά σημεία και ως προς τα αρνητικά. Ακούγοντας περιστατικά και απόψεις συμμαθητών μας, συνειδητοποιήσαμε όλοι ότι το θέμα «διαδίκτυο» δεν είναι τόσο αθώο, όσο φαίνεται. Μελετήσαμε διάφορες περιπτώσεις εθισμού, στατιστικά στοιχεία. Επίσκεψτήκαμε ειδικούς που είναι εξειδικευμένοι σε θέματα εθισμού, cyber bullying και λογισμικού παραγωγής βιντεοπαιχνιδιών. Όλοι ήταν πολύ ομιλητικοί και επικοινωνιακοί μαζί μας και αυτά που ακούσαμε και μάθαμε ήταν πραγματικά ένα μάθημα ζωής. Προσωπικά έχω μάθει πολλά πράγματα που αρχικά αγνοούσα κι ούτε καν είχα ακούσει. Επιπλέον, ύστερα από τόση ομαδική δουλειά που έχουμε κάνει με τους συμμαθητές και την κυρία μας, έχω διδαχθεί και είμαι σε θέση να «διδάξω» και να συμβουλευψω-όπως και έχω κάνει βέβαια- για τη χρήση του διαδικτύου, του Facebook, των παιχνιδιών. Έχω χάσει την εμπιστοσύνη μου πλέον στο Facebook κι έχω κινηθεί ανάλογα: Έχω θέσει περιορισμούς, έχω ελαττώσει τις φωτογραφίες μου κι έχω αποκρύψει τα προσωπικά μου στοιχεία, πράγμα που συστήνω και σε όλους. Επίσης θεωρώ πως όλα τα σχολεία και οι καθηγητές, από τη στιγμή που το διαδίκτυο έχει μπει στη ζωή μας, θα πρέπει να ενημερώνουν τους μαθητές από πολύ μικρή ηλικία για να μπορούν να κινούνται με ασφάλεια. Διαφορετικά είμαστε απροστάτευτοι. Ελπίζω και του χρόνου το πρόγραμμα να συνεχιστεί και μακάρι να μπορέσω να συμμετάσχω κι εγώ.

Ντανιέλα Βαλσαμοπούλου

Μέσω του προγράμματος κάναμε συνεδρίες και μιλούσαμε για τις εμπειρίες μας το διαδίκτυο γενικότερα και ειδικότερα στις σελίδες κοινωνικής δικτύωσης. Εγώ δεν είχα κάποια ειδική περίπτωση ούτε μου είχε συμβεί κάτι παράξενο όμως μέσα από αυτές τις συνεδρίες συνειδητοποίησα ότι τα πράγματα στο διαδίκτυο είναι πολύ

πιο πολύπλοκα από το ό,τι νομίζουμε. Όπως είδα και από τους συμμαθητές μου, υπάρχουν πολλές περιπτώσεις λάθους χειρισμού του διαδικτύου, όπως και πολλές περιπτώσεις θυμάτων κυβερνοεκφοβισμού. Στις εκδρομές ειδικοί μας μίλησαν διεξοδικά για τα θετικά, τα αρνητικά αλλά και το πώς πρέπει να διαχειριζόμαστε το διαδίκτυο. Οι άνθρωποι αυτοί δεν έκαναν έναν απλό μονόλογο αλλά μας ενημέρωσαν και απάντησαν στις απορίες μας με ευχαρίστηση. Υπήρχε μεγάλη συμμετοχή και ενδιαφέρον των μαθητών σε όλη τη διάρκεια της ενημέρωσης. Μάθαμε να προσέχουμε περισσότερο και να μη δημοσιοποιούμε την προσωπική μας ζωή στο διαδίκτυο την οποία μπορεί να μάθει και να τη χρησιμοποιήσει ο οποιοσδήποτε. Ενημερωθήκαμε ακόμη και για τη βοήθεια που μπορούμε να πάρουμε και πώς πρέπει να κινηθούμε όταν κάποιος μας ενοχλήσει διαδικτυακά. Μετά από αυτή την ενημέρωση ενημερώσαμε και τους δικούς μας ανθρώπους. Στη συνέχεια, πέρα από το τυπικό πρόγραμμα του σχολείου αποφασίσαμε με την καθηγήτριά μας να διοργανώσουμε μια εκδήλωση στην οποία θα παρουσιάσουμε τις δράσεις μας και ό,τι άλλο έχουμε μάθει, με σκοπό για να ευαισθητοποιήσουμε και άλλους μαθητές, γονείς καθηγητές κι όχι μόνον... Έτσι αναλάβαμε όλοι οι μαθητές του προγράμματος κάποιες δραστηριότητες. Για τον ίδιο σκοπό είχαμε την ιδέα να τυπώσουμε περιοδικό. Εγώ με μια ομάδα συμμαθητριών μου, μπήκα στη διαδικασία να φτιάξουμε αφίσες που να περνάνε ένα μήνυμα αφύπνισης. Ήταν μια θετική εμπειρία για μένα που με γέμισε γνώσεις. Θα ήταν καλό να υπάρχει σε όλα τα σχολεία κάποιο αντίστοιχο πρόγραμμα ώστε τα παιδιά να ενημερώνονται βαθύτερα για προβλήματα που τους απασχολούν και να έχουν εφόδια για τη ζωή. Εξάλλου έτσι το σχολείο αποκτά ενδιαφέρον και γίνεται ευχάριστο. Θα συνιστούσε λοιπόν σε κάθε μαθητή που έχει μια τέτοια ευκαιρία να την εκμεταλλευτεί.

Ευαγγελία Δολμέ

5LYKEIO@INTERNET-LIFE.GR

Ειδική έκδοση της Ομάδας Αγωγής Υγείας του 5^{ου} Αρκαίου Λογισμικού στο πλαίσιο του προγράμματος «Εθιμικό στο Διαδίκτυο και Εμπέδα»

