

# Ασφάλεια στο Διαδίκτυο για ΓΟΝΕΙΣ



# Πίνακας Περιεχομένων

Εισαγωγή.....	3
Βασικές συμβουλές για γονείς.....	4
“Εργαλεία-Σύμμαχοι” των γονιών για ασφάλεια στο διαδίκτυο.....	9
Υπερβολική ενασχόληση με το διαδίκτυο.....	12
Παιδιά και κοινωνικά δίκτυα.....	14
Σωστή διαχείριση διαδικτυακής φήμης από το παιδί.....	18
Προστασία των προσωπικών δεδομένων.....	21
Cyberbullying.....	23
Που μπορώ να βρω περισσότερες πληροφορίες και συμβουλές; .....	26



# Εισαγωγή

Σε κάθε πτυχή της ανάπτυξης των παιδιών, από τη μάθηση μέχρι το να διασχίσουν το δρόμο, να οδηγήσουν ένα ποδήλατο ή να κολυπήσουν, οι γονείς διδάσκουν, καθοδηγούν και στηρίζουν τα παιδιά τους. Το ίδιο πρέπει να ισχύει και για τη διαδικτυακή ζωή τους.

Το διαδίκτυο καταλαμβάνει όλο και μεγαλύτερο μέρος της ζωής των παιδιών μας. Είναι σημαντικό λοιπόν να ασχολούμαστε με τις διαδικτυακές τους δραστηριότητες. Αυτό σημαίνει όχι μόνο να μιλάμε στα παιδιά μας για το τι κάνουν στο διαδίκτυο, αλλά και να τα ακούμε. Είναι σημαντικό να μιλάμε ανοιχτά και τακτικά σχετικά με τις ανησυχίες μας και να συμφωνούμε σε όρια όσον αφορά στη χρήση του διαδικτύου.

Παρόλο που το διαδίκτυο παρουσιάζει αναμφίβολα πολλές ευκαιρίες για τα παιδιά, είναι εξίσου σαφές ότι υπάρχουν έγκυρες ανησυχίες για το γεγονός ότι τα παιδιά ξοδεύουν πολύ χρόνο στο διαδίκτυο, έχουν πρόσβαση σε ακατάλληλο περιεχόμενο και επικοινωνούν με άγνωστα άτομα που πολλές φορές μπορεί να έχουν πρόθεση να τα βλάψουν ή να τα εκμεταλλευτούν.

Η καλύτερη στρατηγική ασφάλειας στο διαδίκτυο, ανεξάρτητα από την ηλικία, είναι να μιλάτε με το παιδί σας και να συμμετέχετε στις διαδικτυακές του δραστηριότητες, ώστε να μαθαίνετε τι κάνει και με ποιους επικοινωνεί.

Αυτό το φυλλάδιο θα σας δώσει τις γνώσεις εκείνες που χρειάζονται για να βοηθήσετε τα παιδιά σας να έχουν μια θετική εμπειρία όταν είναι συνδεδεμένα. Θα σας δώσει πληροφορίες και συμβουλές έτσι ώστε να είστε σε θέση να μιλάτε με εμπιστοσύνη στα παιδιά σας σχετικά με τα οφέλη και τους κινδύνους που πρέπει να γνωρίζουν.

# Βασικές συμβουλές για γονείς

## Ανακαλύψτε μαζί το θαυμαστό κόσμο του διαδικτύου

Ο καλύτερος τρόπος για να κρατήσετε την οικογένειά σας ασφαλή στο διαδίκτυο είναι να χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο μαζί με τα παιδιά σας. Το κλειδί είναι η ενεργός συμμετοχή σας στα παιχνίδια και τις υπηρεσίες που χρησιμοποιούν. Αναζητήστε μαζί νέα δημιουργικά μονοπάτια στο διαδίκτυο και δείξτε τους πώς να υιοθετήσουν ποιοτική στάση απέναντι στο ψηφιακό κόσμο. Αυτό θα βοηθήσει πολύ στο να σας εμπιστευτούν στο μέλλον αν συμβεί κάτι διαδικτυακά που θα τα αναστατώσει.

## Να έχετε αυτοπεποίθηση και να δίνετε εσείς πρώτοι το παράδειγμα

Δε χρειάζεται να έχετε πτυχίο πληροφορικής για να καταφέρετε να κρατήσετε τα παιδιά σας ασφαλή στο διαδίκτυο. Να θυμάστε πάντα ότι αυτό που είναι σωστό και λάθος στην καθημερινότητα των παιδιών είναι σωστό και λάθος και στο διαδίκτυο! Θα πρέπει τα όσα με λόγια συμβουλευέτε τα παιδιά σας να τα τηρείτε πρώτα εσείς, δίνοντας το καλό παράδειγμα καθώς ως γονείς αποτελούμε από τα πιο σημαντικά πρότυπα προς μίμηση.

## Ενημερώστε τα για τους κινδύνους αν επιχειρήσουν να συναντήσουν κάποιον που γνώρισαν στο διαδίκτυο

Το διαδίκτυο και ιδιαίτερα τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι ένας εύκολος τρόπος απόκτησης νέων φίλων από τα παιδιά. Επισημάνετε τους ότι πρέπει να είναι πολύ προσεκτικοί όταν γνωρίζουν κάποιον στο διαδίκτυο και σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να επιχειρήσουν μόνα τους να τον συναντήσουν στον πραγματικό κόσμο.

## Προτρέψτε τα να ακολουθούν στο διαδίκτυο κανόνες καλής συμπεριφοράς

Τα παιδιά πρέπει να γνωρίζουν τον αντίκτυπο που μπορεί να έχει η ηλεκτρονική τους δραστηριότητα τόσο στον εαυτό τους όσο και σε άλλους ανθρώπους, καθώς επίσης και στο ψηφιακό αποτύπωμα που δημιουργούν στο διαδίκτυο. Συζητήστε με το παιδί σας τη σημασία της αναφοράς ακατάλληλων συνομιλιών, μηνυμάτων, εικόνων και συμπεριφορών και τους τρόπους με τους οποίους μπορεί να γίνει αυτή η διαδικασία.

## Ενθαρρύνετε τα να είναι προσεκτικά με τα προσωπικά τους δεδομένα

Εξηγήστε τους ποια ακριβώς είναι τα προσωπικά τους δεδομένα και συμβουλευτείτε τα να είναι πολύ προσεκτικά με ποιους τα μοιράζονται στο διαδίκτυο. Δώστε έμφαση στην αποκάλυψη δεδομένων μέσω κοινοποίησης φωτογραφιών. Μάθετε στα παιδιά όταν δημοσιεύουν μια φωτογραφία που απεικονίζονται και άλλοι πάντα να ζητάνε την έγκρισή τους. Σιγουρευτείτε ότι έχουν το προφίλ τους στα κοινωνικά δίκτυα που χρησιμοποιούν ιδιωτικό έτσι ώστε να μην είναι προσβάσιμο στον οποιονδήποτε.

## Να είστε θετικοί στη χρήση του διαδικτύου από τα παιδιά σας

Τα παιδιά χάρη στην ενασχόλησή τους με το διαδίκτυο αποκτούν δεξιότητες πολύ χρήσιμες για τη μετέπειτά προσωπική και επαγγελματική ζωή τους. Τα θετικά του διαδικτύου είναι περισσότερα από τα αρνητικά οπότε ενδιαφερθείτε για το τι τους αρέσει να κάνουν διαδικτυακά και με βάση τις προτιμήσεις τους καθοδηγήστε τα διακριτικά. Συζητήστε μαζί τους τους κινδύνους που μπορεί να προκύψουν και συμβουλευτείτε τα ανάλογα. Σε κάθε περίπτωση διατηρήστε ανοιχτές τις γέφυρες επικοινωνίας με τα παιδιά σας έτσι ώστε οτιδήποτε προκύψει να μπορούν να σας το εμπιστευτούν.

## Ενθαρρύνετέ τα να στραφούν σε ποιοτικό περιεχόμενο στο διαδίκτυο

Η ενασχόληση των παιδιών στο διαδίκτυο δε θα πρέπει να περιορίζεται μόνο στην ψυχαγωγία αλλά και στη δημιουργικότητα. Ενθαρρύνετε τα παιδιά να στραφούν σε ποιοτικές δραστηριότητες στο διαδίκτυο. Η μάθηση μπορεί να γίνει ευκολότερη λόγω της διαδραστικότητας που έχει το μέσο, ενώ δραστηριότητες όπως π.χ. η ανάγνωση βιβλίων που στην καθημερινότητα μπορεί για το παιδί να είναι μια βαρετή διαδικασία, μέσω διαδικτύου μπορεί να μετατραπεί σε ευχάριστη.

## Ενθαρρύνετέ τα να σκέφτονται διπλά πριν κοινοποιήσουν οτιδήποτε στο διαδίκτυο

Είναι σημαντικό να συνειδητοποιήσουν τα παιδιά πως ό,τι «ανεβαίνει» στο διαδίκτυο φεύγει από τον έλεγχό τους και μπορεί να μείνει εκεί για πάντα ακόμα και αν εκείνα το διαγράψουν. Ξεκινήστε μια συζήτηση με τα παιδιά σας για την προσωπική τους ευθύνη, τα προσωπικά τους όρια και πώς να «απαντάνε» στις πιέσεις που ενδεχομένως να υποστούν για διάφορα θέματα από τους φίλους τους. Ενθαρρύνετέ τα να μην δημοσιεύουν πράγματα τα οποία δε θα ένοιωθαν άνετα να δουν φίλοι, γονείς, ή εκπαιδευτικοί.

## Θέστε από κοινού όρια και κανόνες

Είναι σημαντικό να θέσετε μαζί κανόνες οι οποίοι θα εξαρτηθούν από την ηλικία του παιδιού σας και από το τι νιώθετε εσείς ότι είναι σωστό για αυτό. Οριοθετήστε μαζί: πότε μπορεί να χρησιμοποιεί το διαδίκτυο, πόσο χρόνο θα διαθέτει σε αυτή του την ασχολία, τις ιστοσελίδες που μπορεί να επισκέπτεται, το είδος της δραστηριότητας που επιτρέπεται να έχει σε αυτά, το αν μπορεί ή όχι να μοιράζεται φωτογραφίες και βίντεο και το πως να συμπεριφέρεται διαδικτυακά. Είναι σημαντικό να μη χρησιμοποιούμε την πρόσβαση στο Διαδίκτυο ως ανταμοιβή μιας καλής συμπεριφοράς των παιδιών ή να απαγορεύουμε την πρόσβαση στον υπολογιστή ως τιμωρία.

## Επιβλέπετε διακριτικά τις διαδικτυακές τους δραστηριότητες

Τα μικρά παιδιά πρέπει να βρίσκονται πάντα υπό την επίβλεψη μας όταν χρησιμοποιούν το διαδίκτυο καθώς είναι εύκολο να βρεθούν σε περιβάλλον ακατάλληλο για την ηλικία τους. Η τοποθέτηση του υπολογιστή σε εμφανές μέρος του σπιτιού και η αρχειοθέτηση των σελίδων που τους αρέσει να χρησιμοποιούν στα «αγαπημένα» μπορεί να ελαχιστοποιήσει αυτόν τον κίνδυνο. Στα μεγαλύτερα παιδιά η επίβλεψη γίνεται με πιο διακριτικό τρόπο. Υπάρχουν γονικά φίλτρα τα οποία μπορούμε να εγκαταστήσουμε και να περιορίσουμε τις δυνατότητες χρήσης του διαδικτύου αλλά θυμηθείτε, η πρόσβαση στο διαδίκτυο μπορεί να γίνει από παντού χάρη σε μια σειρά φορητών συσκευών όπως για παράδειγμα smartphones, tablets κ.α.

## Ενημερωθείτε με ποιους μιλάνε στο διαδίκτυο

Τα παιδιά συνήθως δεν θεωρούν ξένους τα άτομα με τα οποία μιλούν διαδικτυακά, αλλά φίλους. Είναι σημαντικό να είστε ενημερωμένοι για το ποιοι είναι οι «φίλοι» τους. Ρωτήστε τα με ποια κριτήρια επιλέγουν ποιο αίτημα φιλίας να αποδεχτούν και εξηγήστε τους ότι είναι πολύ

εύκολο για κάποιον να πει ψέματα για την ταυτότητά του και ότι δεν πρέπει να έχουν εμπιστοσύνη σε κανέναν που δε γνωρίζουν στο φυσικό κόσμο.

Ζητήστε τους να γίνετε φίλοι έτσι ώστε να μπορείτε να ελέγχετε τις δημοσιεύσεις στη σελίδα τους και να έχετε τη δυνατότητα να παρέμβετε εγκαίρως αν κάτι δε σας αρέσει. Αν δεν επιθυμούν να γίνουν φίλοι με εσάς συμφωνείστε να το κάνουν με κάποιον ενήλικα που εμπιστεύονται.



## Βοηθήστε τα να κρατούν ισορροπίες

Τα παιδιά συνήθως είναι ενθουσιώδεις χρήστες της τεχνολογίας. Η πρόκληση είναι να αξιοποιήσουν αυτό τον ενθουσιασμό και να εξασφαλίσουν μια ισορροπία, έτσι ώστε η χρήση της τεχνολογίας να μην επηρεάσει αρνητικά άλλους σημαντικούς τομείς της ζωής τους. Κάποιες στρατηγικές που μπορούν να βοηθήσουν στη διαχείριση του χρόνου στο διαδίκτυο περιλαμβάνουν τις ρυθμίσεις γονικού ελέγχου μέσω των οποίων μπορείτε να περιορίσετε το χρόνο χρήσης του διαδικτύου από τα παιδιά, η αφαίρεση των φορητών συσκευών από το υπνοδωμάτιο των παιδιών τη νύχτα και φυσικά μια συμφωνία μαζί τους για το πόσο χρόνο καθημερινά ή εβδομαδιαία θα ασχολούνται με το διαδίκτυο. Επίσης, είναι σημαντικό να παρακινήσουμε το παιδί μας να ξεκινήσει δραστηριότητες που δεν περιλαμβάνουν την τεχνολογία και στις οποίες καλό είναι να συμμετέχει ολόκληρη η οικογένεια.

## Συμφωνείτε εκ των προτέρων πως θα αντιδράσουν αν κάτι τα ενοχλήσει στο διαδίκτυο

Συζητήστε με τα παιδιά σας τη σημασία του να εμπιστευτούν σε κάποιον μεγαλύτερο αν κάτι ή κάποιος στο διαδίκτυο τα αναστάτωση. Σιγουρευτείτε ότι τα παιδιά σας γνωρίζουν ότι μπορούν να σας εμπιστευτούν οτιδήποτε τα απασχολεί χωρίς να φοβούνται ή να ντρέπονται. Συμβουλέψτε τα να βγουν από τη σελίδα της οποίας το περιεχόμενο τα ενόχλησε, να κλείσουν την οθόνη και τον υπολογιστή. Αν αυτό που τα αναστάτωση είναι ένα μήνυμα καλό θα είναι με ένα print screen να κρατήσουν τις αποδείξεις. Σε κάθε περίπτωση θα πρέπει να ξέρουν ότι ακόμα κι αν φέρουν ευθύνη για ότι κακό έχει συμβεί εσείς θα είστε στο πλευρό τους.



# “Εργαλεία-σύμμαχοι” των γονιών για ασφάλεια στο διαδίκτυο

## Φίλτρα Γονικού Ελέγχου

Ειδικά για τα παιδιά μικρής ηλικίας είναι καλό να εγκαταστήσουμε φίλτρα γονικού ελέγχου σε όλες τις συσκευές που συνδέονται στο διαδίκτυο. Τα φίλτρα δεν αφορούν μόνο στο μπλοκάρισμα ή στο κλείδωμα ακατάλληλου περιεχομένου, αλλά αποτελούν και ένα εργαλείο που μπορεί να βοηθήσει στη θέσπιση συγκεκριμένων ορίων καθώς τα παιδιά αναπτύσσονται και μεγαλώνουν. Περισσότερες πληροφορίες για την εγκατάσταση των φίλτρων:

[https://youtu.be/\\_47jI793-vU](https://youtu.be/_47jI793-vU)

ΜΗΝ ΞΕΧΝΑΤΕ  
ΟΤΙ ΤΑ ΦΙΛΤΡΑ  
ΓΟΝΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ ΠΟΥ  
ΕΧΕΤΕ ΟΡΙΣΕΙ ΙΣΧΥΟΥΝ  
ΜΟΝΟ ΟΤΑΝ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ  
ΜΠΑΙΝΕΙ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ  
ΑΠΟ ΤΙΣ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΕΣ  
ΣΥΣΚΕΥΕΣ ΣΤΙΣ  
ΟΠΟΙΕΣ ΤΑ ΕΧΕΤΕ  
ΕΦΑΡΜΟΣΕΙ!

## Εργαλεία γονικού ελέγχου στους Browsers

Εάν θέλετε να ελέγχετε ποιους ιστότοπους μπορούν να επισκέπτονται τα παιδιά σας στο διαδίκτυο και να αποκλείσετε την πρόσβαση σε κάποιους άλλους υπάρχει τρόπος μέσω των εργαλείων γονικού ελέγχου στους browsers (φυλλομετρητές). Τα βήματα εγκατάστασης είναι απλά και εύκολα και αναλυτικά μπορείτε να τα βρείτε εδώ: [http://saferinternet4kids.gr/wp-content/uploads/2017/06/browsers\\_google\\_search.pdf](http://saferinternet4kids.gr/wp-content/uploads/2017/06/browsers_google_search.pdf)

## Ρυθμίσεις γονικού ελέγχου στη Google

Η μηχανή αναζήτησης της Google είναι η πιο συχνά χρησιμοποιούμενη μηχανή αναζήτησης στον κόσμο, με διαφορά από τις υπόλοιπες. Κρίνεται λοιπόν απαραίτητο να γνωρίζουμε τις ρυθμίσεις ασφαλείας που μπορούμε να θέσουμε ώστε να είναι πιο ασφαλή στις αναζητήσεις τους τα παιδιά μας. Αναλυτικά τα βήματα εγκατάστασης μπορείτε να τα δείτε εδώ: [http://safer-internet4kids.gr/wp-content/uploads/2017/06/browsers\\_google\\_search.pdf](http://safer-internet4kids.gr/wp-content/uploads/2017/06/browsers_google_search.pdf)

## Ρυθμίσεις ασφαλείας στα κοινωνικά δίκτυα

Δείξτε τις επιλογές ασφαλείας που υπάρχουν στις ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης στο παιδί σας και προτρέψτε το να επιλέξει τις ρυθμίσεις που καθιστούν το προφίλ του προσβάσιμο μόνο στους φίλους του. Ένας χρήσιμος οδηγός για την ασφάλεια στα κοινωνικά δίκτυα είναι διαθέσιμος εδώ: <http://online.fliphtml5.com/muzc/jaou/#p=1>

KΕΝΤΡΟ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΟΥ FACEBOOK:  
<https://www.facebook.com/safety/tools>

**ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ ΟΤΙ:**

Οι περιορισμοί έχουν αποτέλεσμα όταν υπάρχει επιτήρηση από τους γονείς και θα πρέπει με τη συζήτηση να κατανοήσουν τα παιδιά το πως θα παραμείνουν ασφαλή στο διαδίκτυο.

## Αν το παιδί σας παίζει παιχνίδια...

- ✓ Ελέγξτε το όριο ηλικίας
- ✓ Σιγουρευτείτε ότι γνωρίζετε με ποιον παίζει
- ✓ Σιγουρευτείτε ότι το περιεχόμενο είναι κατάλληλο για την ηλικία του
- ✓ Συζητήστε για το ποιες πληροφορίες μπορεί να μοιράζεται με άλλους παίκτες
- ✓ Διαπραγματευτείτε το χρόνο που θα ξοδεύει σε καθημερινή βάση σε αυτή τη δραστηριότητα
- ✓ Χρησιμοποιήστε το γονικό έλεγχο για να φιλτράρετε, αποτρέψετε ή να καταγγείλετε περιεχόμενο



# Υπερβολική ενασχόληση με το Διαδίκτυο

Αν και ο όρος «εθισμός» στο Διαδίκτυο παραμένει αμφιλεγόμενος από την επιστημονική κοινότητα, εν τούτοις έχουν αναφερθεί αρκετές περιπτώσεις παιδιών και εφήβων που δαπανούν υπερβολικά πολλές ώρες μπροστά στην οθόνη του υπολογιστή παίζοντας διαδικτυακά παιχνίδια, μιλώντας διαδικτυακά σε δωμάτια συνομιλιών ή σε σελίδες κοινωνικής δικτύωσης (π.χ. Facebook), ενώ ξεχνούν ή παραμελούν άλλες σημαντικές δραστηριότητες.

Όσον αφορά τις επιπτώσεις στην υγεία των παιδιών από την υπερβολική χρήση του διαδικτύου, αυτές είναι συχνά διαταραχές του ύπνου, διατροφικές παρεκτροπές, έλλειψη φυσικής δραστηριότητας, πονοκέφαλοι και ξηρότητα οφθαλμών. Υπάρχουν εξάλλου συσχετίσεις με την υπερκινητικότητα, τη διάσπαση προσοχής, την παραβατικότητα καθώς και διαταραχή στη σχέση με τους συνομήλικους στα παιδιά με υπερβολική χρήση.



**Τα αγόρια είναι πιο επιρρεπή στην υπερβολική ενασχόληση με το διαδίκτυο, ενώ τα διαδικτυακά (online) παιχνίδια είναι η κύρια αιτία υπερβολικής χρήσης.**

## Τι μπορώ να κάνω ως γονέας για το παιδί μου;

- ✓ Η αφιέρωση χρόνου, η ενασχόληση με το διαδίκτυο μαζί με τα παιδιά σας ώστε να υπάρχει κριτικό φίλτρο, καθώς και η συναισθηματική κάλυψη ώστε τα παιδιά να αισθάνονται ασφαλή και να μπορούν να θέσουν όρια στις συνήθειες τους, όπως αυτής του διαδικτύου, από πολύ μικρή ηλικία είναι καθοριστικής σημασίας.
- ✓ Οριοθετείστε από την αρχή τις ώρες που τα παιδιά μπορούν να είναι στο Διαδίκτυο, εξηγώντας πάντα τους λόγους που γίνεται αυτό, και ορίστε από την αρχή τις συνέπειες που θα υπάρξουν αν παραβούν τους κανόνες αυτούς.
- ✓ Να έχετε υπόψη σας ότι, εάν τα παιδιά αντιμετωπίζουν κάποιο πρόβλημα στην πραγματική ζωή (π.χ. άγχος, κατάθλιψη, δυσκολίες στις κοινωνικές σχέσεις) τείνουν να ξοδεύουν συνεχώς περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο.
- ✓ Εξερευνήστε τις δικές σας διαδικτυακές συνήθειες, καθώς οι γονείς αποτελούν τα πιο σημαντικά πρότυπα προς μίμηση.
- ✓ Καλό είναι να έχετε τους υπολογιστές που έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο μακριά από τα υπνοδωμάτια των παιδιών και σε κοινόχρηστους χώρους, ώστε να επιβλέπετε τις ώρες που δαπανούν.
- ✓ Ειδικά για τα παιδιά μικρής ηλικίας είναι καλό να εγκαταστήσετε φίλτρα γονικού ελέγχου σε όλες τις συσκευές που συνδέονται στο διαδίκτυο. Τα φίλτρα δεν αφορούν μόνο στο μπλοκάρισμα ή στο κλείδωμα ακατάλληλου υλικού, αλλά αποτελούν και ένα εργαλείο που μπορεί να βοηθήσει στη θέσπιση συγκεκριμένων ορίων καθώς τα παιδιά αναπτύσσονται και μεγαλώνουν.
- ✓ Ενθαρρύνετε τα παιδιά να ασχολούνται με νέες δραστηριότητες και χόμπι που δεν περιλαμβάνουν τον υπολογιστή και ενθαρρύνετε τις κοινωνικές τους αλληλεπιδράσεις.

## Παιδιά και κοινωνικά δίκτυα

Πολλοί γονείς βρίσκουν χρήσιμο να χρησιμοποιούν τις ίδιες εφαρμογές και τους ίδιους ιστότοπους μέσω κοινωνικής δικτύωσης με τα παιδιά τους. Θα ήταν καλό να εξοικειωθείτε με τις πολιτικές ασφάλειας, αλλά και με τα χαρακτηριστικά προστασίας του απορρήτου που σας προσφέρουν.

**Ποια είναι η κατάλληλη ηλικία για δημιουργία προφίλ σε κοινωνικό δίκτυο για ένα παιδί;**

Το κάθε κοινωνικό δίκτυο έχει συγκεκριμένα όρια ηλικίας έναρξης ενασχόλησης. Π.χ. το Facebook επιτρέπει τη δημιουργία προφίλ από τα 13 έτη και μετά. Αυτό όμως είναι ένας κανόνας που διαρκώς καταστρατηγείται χωρίς κανένας να μπορεί να το ελέγξει αφού πολλά παιδιά δηλώνουν ψεύτικη ηλικία προκειμένου να «δημιουργήσουν» ένα προφίλ.

Σε περίπτωση που το παιδί, σας ασκεί ασφυκτική πίεση είναι καλύτερα να δημιουργήσετε ένα προφίλ μαζί παρά να επιμείνετε σε μια απαγόρευση που ενδεχομένως να το οδηγήσει στο να πάρει μόνο του πρωτοβουλία. Με αυτόν τον τρόπο θα μπορείτε να ελέγξετε βασικά πράγματα όπως το να μην αποκαλύψει προσωπικά του στοιχεία. Επιλέξτε μαζί με το παιδί κάποιες φωτογραφίες τις οποίες μπορεί να χρησιμοποιεί στα social media έτσι ώστε το ντύσιμο, η τοποθεσία και η απεικόνιση του προσώπου να μην προκαλούν. Εναλλακτικά μπορείτε να του προτείνετε αντί για φωτογραφίες να χρησιμοποιεί γραφικά με κινούμενα σχέδια.

## Συμβουλές για ασφάλεια στα κοινωνικά δίκτυα

**1**

Ρωτήστε τα παιδιά σας για τις υπηρεσίες κοινωνικής δικτύωσης που χρησιμοποιούν.

Ξεκινήστε με θετική στάση ζητώντας τους να περιγράψουν τα πράγματα που τους αρέσουν.

Ρωτήστε αν μπορείτε να δείτε το προφίλ τους. Μην εκπλαγείτε αν το παιδί σας είναι απρόθυμο να σας το δείξει - τα παιδιά μπορούν να δουν την κοινωνική δικτύωση ως γονική ελεύθερη ζώνη όπου επικοινωνούν με φίλους.

**2**

Μερικές φορές ένας έφηβος δεν θα πει σε έναν γονέα για μια κακή εμπειρία που είχε στο διαδίκτυο επειδή φοβάται ότι μπορεί να αντιμετωπίσετε το πρόβλημα αποκλείοντας το από τις υπηρεσίες κοινωνικής δικτύωσης. Ωστόσο, εάν τα παιδιά αισθάνονται ότι μπορούν να μιλήσουν για τις συνήθειες τους μαζί σας, χωρίς κριτική ή την απειλή αποσύνδεσης, θα είναι πιο ειλικρινή μακροπρόθεσμα.

**3**

Προκειμένου να ανοίξετε κανάλια επικοινωνίας με το παιδί σας μέσω της χρήσης της κοινωνικής δικτύωσης, μην είστε υπερβολικά επικριτικοί από την εμπειρία ή τις συνήθειες τους στο διαδίκτυο.

Δεν είναι πάντα δικό τους σφάλμα αν υπάρχει κάτι ακατάλληλο στο προφίλ τους.

**4**

Δώστε ιδιαίτερη έμφαση στα άτομα με τα οποία συνομιλεί το παιδί σας στο διαδίκτυο. Ενημερώστε το ότι αυτός με τον οποίο μιλάει μπορεί να μην είναι αυτός που φαίνεται και τονίστε του ότι πρέπει να δέχεται αιτήματα φιλίας μόνο από ανθρώπους που γνωρίζει στον πραγματικό κόσμο.

5

Ζητήστε από το παιδί σας να σας πει ποιες ρυθμίσεις απορρήτου έχει ενεργοποιήσει στα προφίλ του. Ενθαρρύνετε το να κάνει το προφίλ του «ιδιωτικό» αν είναι «δημόσιο», έτσι ώστε μόνο οι φίλοι να μπορούν να δουν τις δημοσιεύεις του. Επίσης, ενημερώστε το ότι ακόμα και με τους πιο αυστηρούς ελέγχους απορρήτου, το περιεχόμενο που δημοσιεύεται στο διαδίκτυο μπορεί εύκολα να αντιγραφεί και να μοιραστεί με άλλους χωρίς τη συγκατάθεσή του.

6

Δώστε έμφαση στο γεγονός ότι δεν πρέπει να απαντούν σε μηνύματα που προέρχονται από αγνώστους. Παρόλο που μπορεί να φανεί προφανές, κακόβουλοι χρήστες μπορεί να χρησιμοποιούν μηνύματα για να αντλούν πληροφορίες από τους νέους και στη συνέχεια να τους στοχοποιούν. Είναι καλό να σιγουρευτείτε ότι το παιδί σας ξέρει πόσο σημαντικό είναι να αποκλείει αυτούς τους χρήστες.

7

Είναι επίσης καλή ιδέα να μιλήσετε για τη λίστα φίλων του παιδιού σας. «Φίλοι» είναι ο συνήθης όρος για τις επαφές σε ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης. Μερικές φορές, στην επιθυμία τους για δημοτικότητα, οι έφηβοι γίνονται πολύ χαλαροί στο ποιους θα δεχθούν ως «φίλους». Οι έφηβοι θα πρέπει να επανεξετάζουν τακτικά τον κατάλογο των «φίλων» τους στο διαδίκτυο, ώστε να μοιράζονται τις πληροφορίες τους μόνο με τους ανθρώπους που εμπιστεύονται.



Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι πρόσφορο έδαφος για ανθρώπους με κακόβουλο σκοπό να πλησιάσουν το παιδί σας και να κερδίσουν την εμπιστοσύνη του. Μιλήστε εσείς στο παιδί σας για το τι πρέπει να προσέχει, το πως να προφυλάσσει τον εαυτό του και πως να αντιδράσει αν κάτι το κάνει να νοιώσει παράξενα. Με αυτό τον τρόπο εκτός του ότι το ενημερώνετε, του προσδίδετε κι ένα αίσθημα ασφάλειας από τη στιγμή που εμφανίζεστε γνώστης των προβλημάτων που μπορεί να προκύψουν.

**Αναζητήστε περισσότερες πληροφορίες για το κάθε κοινωνικό δίκτυο που χρησιμοποιεί το παιδί σας μέσα από τα ενημερωτικά φυλλάδια του SaferInternet4Kids.**

Συμβουλές για ασφάλεια στα κοινωνικά δίκτυα: <http://online.fliphtml5.com/muzc/jaou/>

Συμβουλές για ασφάλεια στο Snapchat: <http://saferinternet4kids.gr/wp-content/uploads/2017/01/snapchat-directions-new.pdf>

Συμβουλές για ασφάλεια στο Instagram: <http://saferinternet4kids.gr/wp-content/uploads/2017/01/instagram-directions-new.pdf>

Συμβουλές για ασφάλεια στο Facebook: <http://saferinternet4kids.gr/wp-content/uploads/2017/01/facebook-directions-new.pdf>

Συμβουλές για ασφάλεια στο YouTube: [http://saferinternet4kids.gr/wp-content/uploads/2017/06/Youtube\\_directions.pdf](http://saferinternet4kids.gr/wp-content/uploads/2017/06/Youtube_directions.pdf)

Συμβουλές για ασφάλεια στο WhatsApp: [http://saferinternet4kids.gr/wp-content/uploads/2017/06/Whats\\_APP\\_2.pdf](http://saferinternet4kids.gr/wp-content/uploads/2017/06/Whats_APP_2.pdf)

# Σωστή διαχείριση διαδικτυακής φήμης από το παιδί

Η διαχείριση της φήμης των παιδιών μας στο διαδίκτυο δεν ήταν ποτέ πιο σημαντική. Τα παιδιά τώρα τεκμηριώνουν και μοιράζονται τεράστια κομμάτια της ζωής τους στο διαδίκτυο και ίσως να μην έχουν πλήρη επίγνωση της σημασίας της διαχείρισης της φήμης τους ή των πιθανών κινδύνων που αυτό συνεπάγεται.

## Τι είναι το ψηφιακό αποτύπωμα και γιατί είναι σημαντικό;

Είναι τα «σημάδια» που αφήνουμε κάθε φορά που χρησιμοποιούμε το διαδίκτυο και διαμορφώνουν τη διαδικτυακή μας φήμη. Μπορεί να είναι θετικά ή αρνητικά και μπορεί να επηρεάσουν τον τρόπο που μας «βλέπουν» οι άλλοι στο παρόν ή και στο μέλλον. Η διαδικτυακή μας φήμη διαμορφώνεται:

- ✓ Μέσα από περιεχόμενο που έχουμε εμείς δημοσιεύσει σε προφίλ κοινωνικής δικτύωσης ή γενικά στο διαδίκτυο.
- ✓ Μέσα από σχόλια που έχουμε δημοσιεύσει σε άλλα προφίλ.
- ✓ Μέσα από σχόλια άλλων για εμάς ή σχόλια που με κάποιο τρόπο συνδέονται με εμάς.
- ✓ Μέσα από φωτογραφίες ή βίντεο που μας απεικονίζουν και έχουν δημοσιεύσει άλλοι.
- ✓ Μέσα από τη διαδικτυακή δραστηριότητα άλλων που προσποιούνται ότι είναι εμείς.

✓ 23% των αγέννητων παιδιών έχουν ήδη ένα ψηφιακό αποτύπωμα από τις φωτογραφίες υπερήχων που κοινοποιούν οι γονείς.

✓ 73% των παιδιών μικρότερων των 2 ετών έχουν κάποιο είδος ψηφιακού αποτυπώματος.

## Πώς να μάθω στο παιδί μου να προστατεύει τη διαδικτυακή του φήμη;

- 1** Ενθαρρύνετε το παιδί σας να επανεξετάζει τακτικά τις ρυθμίσεις απορρήτου για τις εφαρμογές και τα κοινωνικά δίκτυα που χρησιμοποιεί. Πολλά κοινωνικά δίκτυα έχουν οριστεί ως δημόσια από προεπιλογή, οπότε ο καθένας μπορεί να δει τις αναρτήσεις του παιδιού σας, φωτογραφίες, βίντεο κ.λπ. Προτρέψτε το να χρησιμοποιεί τη ρύθμιση «μόνο για τους φίλους».
- 2** Εξηγήστε στο παιδί σας πως οτιδήποτε εμφανίζεται σε μια οθόνη μπορεί να αντιγραφεί και να μοιραστεί ανεξάρτητα από τις δυνατότητες απορρήτου των υπηρεσιών που χρησιμοποιεί. Σχεδόν όλα τα κινητά τηλέφωνα μπορούν να αποθηκεύσουν ό,τι εμφανίζεται στην οθόνη πατώντας μερικά κουμπιά. Είναι εξίσου εύκολο να καταγράψει κάποιος αυτό που εμφανίζεται τραβώντας μια φωτογραφία της οθόνης χρησιμοποιώντας μια κάμερα ή ένα τηλέφωνο με κάμερα.
- 3** Υπενθυμίστε στο παιδί σας να απενεργοποιήσει τα παλιά προφίλ κοινωνικών μέσων και τους λογαριασμούς στους οποίους μπορεί να έχει εγγραφεί. Με αυτόν τον τρόπο, το περιεχόμενο που ήδη έχει ανεβάσει, αν δεν έχει διανεμηθεί με κάποιο τρόπο (like, tag, κοινοποίηση από τρίτους κ.α.) θα διαγραφεί και έτσι ελαχιστοποιείται και ο κίνδυνος να παραβιαστεί ο λογαριασμός του χωρίς να το αντιληφθεί..
- 4** Ρωτήστε το παιδί σας για το τι πιστεύει ότι είναι κατάλληλο να δημοσιεύει / να μοιράζεται στο διαδίκτυο. Είναι καλή ιδέα να δώσετε κάποιες οδηγίες σχετικά με το τι πρέπει να αποφεύγει να συζητάει ή να μοιράζεται ηλεκτρονικά. Μερικά παιδιά ενδέχεται να μην καταλάβουν πόσο γρήγορα μπορεί να μοιραστεί το διαδικτυακό περιεχόμενο. Είναι χρήσιμο να εξηγήσετε ότι ακόμα και με τη διαγραφή μιας ανάρτησης ή μιας φωτογραφίας μπορεί να είναι πολύ αργά και το περιεχόμενο πιθανώς να έχει ήδη μοιραστεί.

- 5 Η καλύτερη συμβουλή που μπορούν να προσφέρουν οι γονείς στα παιδιά τους είναι να ΣΚΕΦΤΟΥΝ πριν δημοσιεύσουν. Ενθαρρύνετε το παιδί σας να ρωτήσει τον εαυτό του ... είναι αλήθεια; Είναι χρήσιμο; Είναι παράνομο; Είναι αναγκαίο; Είναι καλό;
- 6 Αξιοποιήστε στο έπακρο τις τεχνολογίες πληροφορικής Αυτό που κάνουμε στο διαδίκτυο μπορεί να μας χαρακτηρίσει, οπότε ενθαρρύνετε το παιδί σας να έχει θετικό αντίκτυπο. Είτε ξεκινάει ένα blog, αυξάνοντας την ευαισθητοποίηση για κάτι που νοιάζεται ή για να γίνει ο επόμενος Mark Zuckerberg ... οι δυνατότητες είναι ατελείωτες!



Όλα τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης διαθέτουν εργαλεία αναφοράς όπου μπορεί κανείς να ζητήσει να απομακρυνθεί περιεχόμενο που τον αφορά.

# Προστασία των προσωπικών δεδομένων

Τα δεδομένα προσωπικού χαρακτήρα συνίστανται σε οποιαδήποτε πληροφορία σχετίζεται με ένα φυσικό πρόσωπο, χωρίς να έχει σημασία αν η πληροφορία αναφέρεται στον ιδιωτικό, τον επαγγελματικό ή τον δημόσιο βίο του εκάστοτε προσώπου.

Τα προσωπικά δεδομένα ποικίλλουν και μπορούν, επί παραδείγματι, να είναι ένα ονοματεπώνυμο, μια φωτογραφία, μια διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, τα στοιχεία ενός τραπεζικού λογαριασμού, πληροφορίες σχετικά με το ιατρικό ιστορικό ή η διεύθυνση IP ενός ηλεκτρονικού υπολογιστή. Επίσης υπάρχουν και τα ευαίσθητα προσωπικά δεδομένα όπως είναι η φυλετική ή εθνική προέλευση, τα πολιτικά φρονήματα, οι θρησκευτικές ή φιλοσοφικές πεποιθήσεις και άλλα.

Πολλές φορές τα παιδιά μοιράζονται πολύ προσωπικές πληροφορίες όπως σκέψεις, συναισθήματα, δραστηριότητες και απόψεις στο διαδίκτυο. Καθώς οτιδήποτε ανεβαίνει στο Διαδίκτυο μπορεί να μείνει εκεί για πάντα, μπορεί να είναι άμεσα προσπελάσιμο από μελλοντικούς φίλους ή εργοδότες και επειδή δεν ξέρουμε ποτέ πώς θα χρησιμοποιηθούν οι ιδιωτικές μας πληροφορίες αν βρεθούν σε λάθος χέρια, είναι σημαντικό να διδάξουμε στα παιδιά την κριτική σκέψη και ότι θα πρέπει να σκέφτονται από την αρχή τι μοιράζονται και με ποιους στο διαδίκτυο.



## Σε ποια σημεία να επιστήσω την προδοχή του παιδιού μου;

- ✓ Προσέχουμε πάντα τα προσωπικά μας δεδομένα στο διαδίκτυο.
- ✓ Δε δημοσιεύουμε προσωπικά στοιχεία στο διαδίκτυο, όπως όνομα, τηλέφωνο, διεύθυνση, σε ποιο σχολείο πηγαίνουμε, ή πληροφορίες για την οικογένειά μας.
- ✓ Όταν μπαίνουμε σε ιστοχώρους που ζητούν προσωπικά στοιχεία, συμβουλευόμαστε πάντα κάποιον ενήλικα και διαβάζουμε τους «όρους χρήσης» του κάθε ιστοχώρου.
- ✓ Δε δίνουμε ποτέ τους κωδικούς μας σε κανέναν, ούτε στους καλύτερους μας φίλους.
- ✓ Επιλέγουμε «δυνατούς» κωδικούς, αποτελούμενους από 8 τουλάχιστον τυχαίους χαρακτήρες.
- ✓ Θυμόμαστε ότι δεν είμαστε ποτέ αόρατοι στο Διαδίκτυο. Όλοι οι χρήστες του διαδικτύου αφήνουν «ηλεκτρονικά αποτυπώματα».
- ✓ Δημιουργούμε ασφαλή προφίλ στις σελίδες κοινωνικής δικτύωσης. Ρυθμίζουμε το προφίλ μας, ώστε να μην είναι ορατό σε αγνώστους, και προσέχουμε να μη δεχόμαστε για διαδικτυακούς φίλους άτομα που δε γνωρίζουμε στον πραγματικό κόσμο.
- ✓ Θυμόμαστε ότι οτιδήποτε ανεβάζουμε στο διαδίκτυο μπορεί να μείνει εκεί για πάντα! Αισθανόμαστε άνετα αν τις πληροφορίες ή φωτογραφίες που ανεβάζουμε στο διαδίκτυο τις δει ο δάσκαλός μας, ο μελλοντικός μας φίλος, ο μελλοντικός μας εργοδότης; Εάν η απάντηση είναι «όχι», τότε δε θα πρέπει να τις ανεβάζουμε.
- ✓ Όταν επεξεργαζόμαστε δεδομένα άλλων, ακόμα και αν είναι φίλοι μας, πρέπει αντίστοιχα να έχουμε τη συγκατάθεσή τους.

# CYBERBULLYING

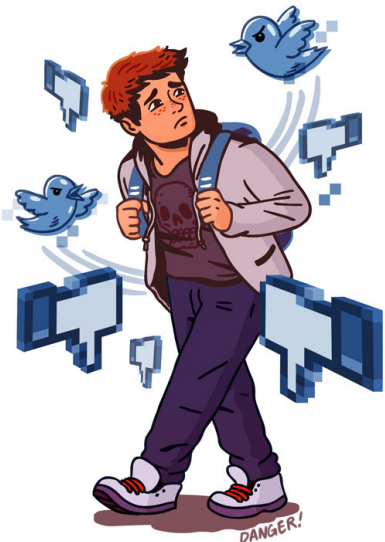
Η παρενόχληση στον κυβερνοχώρο ή ο διαδικτυακός εκφοβισμός είναι κάτι για το οποίο πρέπει να έχετε μιλήσει στο παιδί σας πριν συμβεί. Ο κατάλληλος χρόνος είναι όταν το παιδί αρχίζει να χρησιμοποιεί τα κοινωνικά δίκτυα.

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός (cyberbullying) συμβαίνει όταν ένα παιδί ή ένας έφηβος δέχεται από κάποιον ή κάποιους, ανώνυμα ή επώνυμα, απειλές ή παρενοχλείται, ταπεινώνεται, εξευτελιζεται συνήθως με επαναλαμβανόμενο τρόπο, μέσω του διαδικτύου (κοινωνικά δίκτυα, παιχνίδια, εφαρμογές κ.λπ.) ή των κινητών τηλεφώνων.

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

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

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



## Τι μπορώ να κάνω αν το παιδί μου πέσει θύμα διαδικτυακού εκφοβισμού;

- 1** Οι γονείς θα πρέπει να είναι το πρώτο καταφύγιο βοήθειας για το παιδί τους, όταν του συμβαίνει κάτι στο διαδικτυακό ή στον πραγματικό κόσμο. Εντούτοις, αυτό που συνήθως συμβαίνει είναι το παιδί να αποφεύγει να μιλήσει στους γονείς του, λόγω της υπερβολικής αντίδρασης που μπορεί εκείνοι να έχουν σε κάποιο δυσάρεστο γεγονός. Πολύ συχνά ακόμα συμβαίνει οι γονείς να μη λαμβάνουν σοβαρά υπόψη κάποιο περιστατικό εκφοβισμού που τους επικοινωνεί το παιδί τους.
- 2** Να είστε υποστηρικτικοί και να κάνετε το παιδί σας να νιώσει ασφάλεια. Οι αντιδράσεις σας θα πρέπει να συμβαδίζουν με τα γεγονότα (ούτε υπερβολικές ούτε αδιάφορες). Εάν υπάρχει κίνδυνος σωματικής βίας τότε η παρέμβασή σας θα πρέπει να είναι άμεση. Αν το παιδί σας αντιμετωπίζει κάποιο πρόβλημα με συμμαθητές του καλό θα ήταν να ξεκινήσετε επικοινωνώντας και γνωστοποιώντας το πρόβλημα στους εκπαιδευτικούς του σχολείου.
- 3** Συμβουλέψτε το παιδί σας να αποκλείσει από τις διαδικτυακές επαφές του το άτομο που εκφοβίζει. Αν ο αποστολέας των μηνυμάτων είναι άγνωστος τότε μπορείτε να απευθυνθείτε στην Ανοιχτή Γραμμή Καταγγελιών SafeLine ([www.safeline.gr/report](http://www.safeline.gr/report)) και στη γραμμή βοήθειας Help-line (τηλ. 210 6007686) προκειμένου να αναζητήσετε νομικές και ψυχολογικές συμβουλές αντίστοιχα.
- 4** Τα μηνύματα δε θα πρέπει να διαγράφονται αλλά να αποθηκεύονται ως αποδεικτικά στοιχεία. Προτιμότερο είναι να μην κοινοποιούνται σε τρίτους καθώς είναι αρκετά εύκολη η διασπορά τους στο διαδίκτυο και η πρόκληση επιπλέον τραυματισμού στα παιδιά που έχουν πέσει θύματα εκφοβισμού.
- 5** Εάν ο αποστολέας είναι γνωστός (π.χ. συμμαθητής του παιδιού) είναι προτιμότερο να προβείτε σε ενέργειες που δε θα στιγματίσουν περαιτέρω τα παιδιά, επικοινωνώντας με τους γονείς του άλλου παιδιού και τον διευθυντή του σχολείου ούτως ώστε να βρεθεί μια λύση.



## Τι συμβουλές να δώσω στο παιδί μου για να μην πέσει θύμα διαδικτυακού εκφοβισμού;

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

**Συμβουλεύουμε το παιδί μας αν διαπιστώσει ότι κάποιος φίλος του είναι θύμα διαδικτυακού εκφοβισμού να τον υποστηρίξει και να καταγγείλει το περιστατικό. Ας μη ξεχνάμε ότι οι αντιδράσεις των ανθρώπων που γίνονται μάρτυρες ενός τέτοιου γεγονότος είναι σημαντικές για να κλείσει ο κύκλος του εκφοβισμού.**

## Που μπορώ να βρω περισσότερες πληροφορίες και συμβουλές;

Στην ιστοσελίδα του Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου ([www.SaferInternet4Kids.gr](http://www.SaferInternet4Kids.gr))



Το Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου ξεκίνησε να λειτουργεί από το Ιούλιο του 2016 υπό την αιγίδα

του Ιδρύματος Τεχνολογίας και Έρευνας και πιο συγκεκριμένα του Ινστιτούτου Πληροφορικής. Είναι επίσημος εκπρόσωπος στην Ελλάδα των Πανευρωπαϊκών Οργανισμών INSAFE / INHOPE που χαράσσουν την ευρωπαϊκή στρατηγική για ένα ασφαλές και ποιοτικό διαδίκτυο.

Στα κοινωνικά δίκτυα του Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς διαδικτύου:



**Facebook:** <https://www.facebook.com/SaferInternet-4Kids-233337290392828/>



**Twitter:** <https://twitter.com/SaferInt4Kids>

Στην Ανοιχτή γραμμή καταγγελιών για το παράνομο περιεχόμενο στο διαδίκτυο SafeLine ([www.SafeLine.gr](http://www.SafeLine.gr))



Η SafeLine δέχεται καταγγελίες για παιδική κακοποίηση και παράνομη χρήση του διαδικτύου και συνεργάζεται τόσο με την Ελληνική αστυνομία όσο και με την INTERPOL μέσω του Ευρωπαϊκού οργανισμού INHOPE.

Στη συμβουλευτική Γραμμή Βοήθειας Help-line (διαθέσιμη τηλεφωνικά στο 210-6007686 και μέσω του ιστοχώρου [www.help-line.gr](http://www.help-line.gr))



Εξειδικευμένοι ψυχολόγοι παρέχουν υποστήριξη και συμβουλές για εξειδικευμένα θέματα που σχετίζονται με τη υπερβολική ενασχόληση στο διαδίκτυο, τον διαδικτυακό εκφοβισμό, την έκθεση σε ακατάλληλο περιεχόμενο και άλλους προβληματισμούς σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου, του κινητού τηλεφώνου και των διαδικτυακών παιχνιδιών.

## Σε άλλους αρμόδιους φορείς

Στην ιστοσελίδα της Διεύθυνσης Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος  
[www.cyberkid.gov.gr](http://www.cyberkid.gov.gr)

Στην ιστοσελίδα της Αρχής Προστασίας Δεδομένων  
<http://www.dpa.gr>

Στην ιστοσελίδα του Οργανισμού Πνευματικής Ιδιοκτησίας  
<http://www.opi.gr/index.php>

ΣΥΝΔΕΣΜΟΙ: Ένα εγχειρίδιο για την καταπολέμηση της Ρητορικής μίσους στο διαδίκτυο [http://www.nohatespeechmovement.org/public/download/Bookmarks\\_GR.pdf](http://www.nohatespeechmovement.org/public/download/Bookmarks_GR.pdf)



*Την αποκλειστική ευθύνη της παρούσας έκδοσης φέρει ο συγγραφέας της. Η Ευρωπαϊκή Ένωση δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των περιεχομένων σ' αυτήν πληροφοριών.*



Δράση Ενημέρωσης και Επαγρύπνησης  
Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου



Γραμμή Βοηθείας 210 6007686 για υποστήριξη και συμβουλές για  
θέματα που σχετίζονται με τη χρήση του Διαδικτύου, του κινητού  
τηλεφώνου και των ηλεκτρονικών παιχνιδιών



Ανοικτή Γραμμή Καταγγελιών  
για το παράνομο περιεχόμενο στο Διαδίκτυο



Συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση  
Διευκλόνοση «Συνδέοντας την Ευρώπη»