

ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΤΥΧΕΡΟΥ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

«ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ: ΕΝΑ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΣΕ ΕΝΑΝ ΕΙΚΟΝΙΚΟ ΚΟΣΜΟ»



Υπεύθυνη καθηγήτρια : Κίτσου Γεωργία ΠΕ19

Ομάδα μαθητών (Α' Λυκείου) : Γιαννακάκης Οδυσσέας, Δημητριάδης Νικόλαος, Δομακίνη Ευαγγελία, Δομπάρα Ηλιάννα, Κακάνη Καλλιρόη, Καραμανλή Θεοδώρα, Κουρτίδης Κωνσταντίνος, Κοφτσιατζίδου Όλγα, Κυριαζίδης Ιωάννης, Μπούρας Κομνηνός, Παντάκης Χαράλαμπος, Πατλάκα Χρυσούλα, Τζελέπη Τζούλια, Χατζοπούλου Χρυσούλα

ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2015 - 2016

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ	3
ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ ΜΕΣΩ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ (CYBER BULLYING)	3
ΡΟΛΟΙ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ	4
ΘΥΤΗΣ	4
ΘΥΜΑ	5
ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΑ	7
ΜΟΡΦΕΣ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ	8
ΛΟΓΟΙ ΕΜΦΑΝΙΣΗΣ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ	9
ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ	12
ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ	14
ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ	15
ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ	17
ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΘΥΜΑΤΑ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ	18
ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΤΩΝ ΘΥΤΩΝ	19
ΓΕΝΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ	20
ΕΡΕΥΝΑ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ	21
ΕΠΙΛΟΓΟΣ	31
ΠΗΓΕΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ	32
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1	34
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2	37

ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ

Ο σχολικός εκφοβισμός (*school bullying*) είναι ένα φαινόμενο νεανικής παραβατικότητας, που εμφανίζεται σε πολλές χώρες του κόσμου. Ο σχολικός εκφοβισμός αναφέρεται στη χρήση βίας μεταξύ μαθητών ή συνομηλικών παιδιών με στόχο να προκληθεί πόνος ή αναστάτωση. Ο σχολικό εκφοβισμός δεν αποτελεί ένα καινούριο φαινόμενο, καθώς εδώ και πολλά χρόνια εμφανίζεται με διάφορες μορφές : του λεκτικού εκφοβισμού (κοροϊδία, διακρίσεις, ντροπιαστικά σχόλια), του κοινωνικού εκφοβισμού (διάδοση φημών, καταστροφή προσωπικών αντικειμένων, απομόνωση από την ομάδα) και του σωματικού εκφοβισμού (χτυπήματα, σπρωξίματα, κλωτσιές). [1]

Η ραγδαία εισβολή της τεχνολογίας στη καθημερινή ζωή έχει επηρεάσει εκτός των άλλων και τους τρόπους εκδήλωσης συμπεριφορών εκφοβισμού. Ο νέος τρόπος εκφοβισμού είναι ο Διαδικτυακός Εκφοβισμός, όπου πρόκειται για ένα φαινόμενο που τα τελευταία χρόνια εμφανίζεται όλο και συχνότερα με δραματικές επιπτώσεις τόσο σε ατομικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο. Αυτή η νέα μορφή του εκφοβισμού, είναι γνωστή και ως εκφοβισμός στον κυβερνοχώρο. [2]

ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ ΜΕΣΩ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ (CYBER BULLYING)

Ο Εκφοβισμός μέσω του Διαδικτύου είναι οποιαδήποτε πράξη εκφοβισμού, επιθετικότητας, παρενόχλησης, τρομοκρατικής ή αυταρχικής συμπεριφοράς που θεσπίζεται και πραγματοποιείται μέσω της χρήσης των ψηφιακών συσκευών επικοινωνίας, συγκεκριμένα του Διαδικτύου και των κινητών τηλεφώνων και η οποία επαναλαμβάνεται ανά τακτά ή άτακτα χρονικά διαστήματα. Ο όρος *cyber bullying* δημιουργήθηκε από τον Καναδό

εκπαιδευτικό Bill Belsey το 2000 και έχει τις ρίζες του στον παραδοσιακό σωματικό ή ψυχολογικό εκφοβισμό.

Στον Διαδικτυακό εκφοβισμό παρατηρείται η συμμετοχή συνομήλικων και από τις δυο πλευρές, ή τουλάχιστον η συμμετοχή ενός ενήλικα υποκινούμενη από κάποιον ανήλικο εναντίον άλλου ανηλίκου. Στην περίπτωση που παρατηρηθεί εμπλοκή ενήλικου χρησιμοποιούνται οι οροί Διαδικτυακή παρενόχληση (Cyber-Harassment) είτε η Διαδικτυακή παρακολούθηση (Cyber-Stalking). [3]

ΡΟΛΟΙ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ

ΘΥΤΗΣ

Οι θύτες του διαδικτυακού εκφοβισμού μπορεί να είναι κοινωνικοί, δημοφιλείς και να επιδιώκουν να διατηρήσουν τη δημοτικότητά τους ντροπιάζοντας ορισμένους συμμαθητές τους. Οι θύτες εκμεταλλεύονται την ανωνυμία που τους προσφέρει το διαδίκτυο, ενώ ορισμένοι χρησιμοποιούν ψευδώνυμο. Σε άλλες περιπτώσεις, οι θύτες έχουν και αρνητική εικόνα για τον εαυτό τους, οπότε μέσω του εκφοβισμού επιδιώκουν να ενισχύσουν την αυτοεκτίμησή τους. Επίσης, πολλές φορές οι θύτες



έχουν πέσει οι ίδιοι θύματα εκφοβισμού στο παρελθόν και προσπαθούν να δείξουν στους άλλους την αξία τους κάνοντας το ίδιο. [4]

Γενικότερα, θα μπορούσε κανείς να ισχυριστεί ότι τα χαρακτηριστικά των παιδιών που εκφοβίζουν στο Διαδίκτυο προσομοιάζουν με τα χαρακτηριστικά των παιδιών που ασκούν τον κλασικό εκφοβισμό. Έχουν δηλαδή κυρίαρχες προσωπικότητες, ισχυρό χαρακτήρα και είναι παρορμητικοί. Αναπτύσσουν συχνά βίαιες συμπεριφορές, δε συνειδητοποιούν βαθύτερα το τι κάνουν και δεν ακολουθούν κανόνες.

Υπάρχουν τέσσερις τύποι παιδιών που εκφοβίζουν στο Διαδίκτυο:

- ❖ Ο «εκδικητικός άγγελος» : Σε αυτή τη περίπτωση το παιδί βλέπει τον εαυτό του ως τιμωρό αδικιών που έχει υποστεί το ίδιο ή άλλα άτομα.
- ❖ Ο «πεινασμένος για δύναμη» : Ο συγκεκριμένος τύπος συνάδει περισσότερο με τον παραδοσιακό τύπο εκφοβιστή που επιθυμεί να ασκεί έλεγχο και εξουσία στους άλλους.
- ❖ Τα «κακά κορίτσια» : Οι θύτες αυτού του τύπου εκφοβίζουν μέσω Διαδικτύου λόγω ανίας.
- ❖ Ο «απρόσεκτος εκφοβιστής» ή ο «γιατί έτσι είμαι» : Ένας τέτοιος θύτης εμπλέκεται συνειδητά ή μη συνειδητά σε διαδικασίες Διαδικτυακού εκφοβισμού.

ΘΥΜΑ

Τα θύματα του Διαδικτυακού Εκφοβισμού συνήθως είναι χαμηλών τόνων, ευαίσθητα, με έλλειψη αυτοπεποίθησης. Αισθάνονται ανασφάλεια,

πολλές φορές κάνουν παρέα με ενήλικες, συνήθως είναι κοινωνικά απομονωμένα και μπορεί να έχουν κάποιο σωματικό πρόβλημα. Επίσης, πολλές φορές στερούνται βασικών κοινωνικών δεξιοτήτων, όπως η συνεργατικότητα, η ανάπτυξη φιλικών σχέσεων και η αίσθηση του χιούμορ.

Τα θύματα του διαδικτυακού εκφοβισμού έχουν συναισθηματική νοημοσύνη, απεχθάνονται τη βία, είναι ευαίσθητα, ειλικρινή και ευσεβή. Δεν αναφέρουν το περιστατικό του εκφοβισμού στους γονείς τους, γιατί πιστεύουν πως θα προσπαθήσουν να επιλύσουν το πρόβλημα οι ίδιοι, περιορίζοντας την πρόσβασή τους στον υπολογιστή. Αισθάνονται υπεύθυνα για τον εκφοβισμό που υφίστανται. Η απόκρυψη του εκφοβισμού από τους εκπαιδευτικούς ερμηνεύεται ως αποδοχή του γεγονότος ότι το σχολείο δεν μπορεί να τους βοηθήσει σε περίπτωση που ο εκφοβισμός πραγματοποιείται εκτός σχολικού ωραρίου.



Επίσης, ορισμένα άτομα δεν έχουν ούτε το ρόλο του θύτη, ούτε το ρόλο του θύματος, αλλά είναι παρατηρητές ενός περιστατικού. Ο ρόλος του παρατηρητή στο Διαδικτυακό Εκφοβισμό είναι εξαιρετικά σημαντικός. Μπορεί να βοηθήσει στην επίλυση του προβλήματος, όταν υπερασπίζεται το θύμα και καταδικάζει τη συμπεριφορά του θύτη, ή την επιδείνωση του προβλήματος, όταν επικροτεί τη συμπεριφορά του θύτη. Κατά συνέπεια οι παρατηρητές μπορούν να αποτελέσουν μέρος ή λύση του προβλήματος. Οι παρατηρητές μπορούν να πάρουν το ρόλο του θύτη ή του θύματος πολύ εύκολα.

ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΑ

Η ακρότητα ορισμένων περιπτώσεων του φαινομένου που απασχόλησαν την διεθνή γνώμη, σε συνδυασμό με την αύξηση της χρήσης των νέων τεχνολογιών συνέβαλαν στην κοινωνική αναγνώριση του Διαδικτυακού Εκφοβισμού. Χαρακτηριστικά μπορούμε να αναφέρουμε την περίπτωση του Βρετανού Ryan Halligan το 2003, που αυτοκτόνησε όταν οι συμμαθητές του διακινούσαν μέσω του instant messaging κοροϊδευτικά σχόλια ότι είναι ομοφυλόφιλος.

Στην Αυστραλία μια εννιάχρονη λάμβανε πορνογραφικά emails. Οι γονείς υπέθεσαν ότι θα είναι κάποιος ενήλικος αλλά όταν η τοπική αστυνομία έφτασε στα ίχνη του, ανακάλυψε ότι ο αποστολέας ήταν κάποιος συμμαθητής της. Σε ένα σχολείο στη Καλιφόρνια, μέσω ενός website διακινούνταν ισχυρά κουτσομπολιά και ρατσιστικά θέματα και απειλές κατά των μαθητών τόσες πολλές που επηρεάστηκε όλο το σχολείο.

Ο 15χρονος Ghyslain Raza από το Quebec, ίσως είναι το πιο διάσημο θύμα του cyber bullying. Δημιούργησε ένα δίλεπτο φιλμ μιμούμενος μία σκηνή της ταινίας «Ο πόλεμος των άστρων» χειριζόμενος μια μπάλα του γκολφ. Κάποιοι συμμαθητές του το «ανέβασαν» στο διαδίκτυο, όπου το είδαν εκατομμύρια χρήστες, ενώ τα μέσα τον αποκάλεσαν «Star wars kid». Η ανεπιθύμητη διασημότητα που βίωσε, τον οδήγησε να νοσηλευτεί σε ψυχιατρική κλινική. [2]

Ένα άλλο χαρακτηριστικό περιστατικό Διαδικτυακού Εκφοβισμού είναι αυτό με θύμα τη δεκατριάχρονη Megan Meier, η οποία αυτοκτόνησε μετά από μια σειρά προσβλητικών μηνυμάτων που δέχτηκε στο MySpace. Το άτομο που έστειλε αυτά τα μηνύματα και παρουσιαζόταν ως «φίλος»της, ήταν στην πραγματικότητα η μητέρα μιας φίλης με την οποία η Megan είχε

πολλούς καβγάδες. Από τότε, συνολικά 35 κράτη έχουν θεσπίσει νομοθεσία για το Διαδικτυακό Εκφοβισμό. [6]

ΜΟΡΦΕΣ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

- Επαναλαμβανόμενη αποστολή ηλεκτρονικών ή τηλεφωνικών μηνυμάτων.
- Παρέμβαση και παρενόχληση οποιασδήποτε διαδικτυακής δραστηριότητας του ατόμου.
- Δημιουργία ψεύτικων διαδικτυακών προφίλ.
- Είσοδος σε προσωπικούς διαδικτυακούς λογαριασμούς του ατόμου.
- Αποστολή φωτογραφιών του ατόμου ή αλλού είδους μαγνητοσκοπημένου υλικού.
- Αποστολή προσωπικών πληροφοριών του ατόμου σε πολλαπλούς παραλήπτες.
- Αποστολή απειλητικών μηνυμάτων σε άλλα άτομα υποκρινόμενοι το άτομο που εκφοβίζεται.
- Υποκίνηση τρίτων για διαδικτυακή παρακολούθηση και παρενόχληση του ατόμου. [7]

Όσον αφορά τη συχνότητα των απειλών, υπάρχουν οι εξής περιπτώσεις :

- Η επικοινωνία να πραγματοποιηθεί μόνο μια φορά.
- Η επικοινωνία να επαναλαμβάνεται με ίδιο ή διαφορετικό τρόπο.
- Η επικοινωνιακή δραστηριότητα να αυξάνεται.

- Τρίτα άτομα να εμπλέκονται στην επικοινωνία με αποτέλεσμα το άτομο να λαμβάνει μηνύματα από διαφορετικούς παραλήπτες. [8]

Γενικά, το bullying ασκείται από τον δυνατότερο προς τον πιο αδύναμο ή τον «διαφορετικό» αλλά μπορεί και να εξασκείται και ειδικότερα προς την:

- Εθνικότητα (εθνικά μίσση)
- Κοινωνική τάξη (πλούσιοι ή φτωχοί)
- Εμφάνιση (αρσενική για γυναίκα, θηλυκή για άνδρα, ιδιαίτερα χαρακτηριστικά κλπ.)
- Θρησκεία (αλλόθρησκος, αγνωστικός, άθεος ή άθρησκος)
- Ράτσα (ρατσισμός - σε χρώμα ή φυλή)
- Φύλο (αρσενικό ή θηλυκό)
- Σεξουαλική τάση (ομοφυλοφιλική)
- Συμπεριφορά (Εξαιρετικά ευγενική, μορφωμένη, καλλιτεχνική κτλ.)
- Γλώσσα του σώματος (θηλυπρεπείς κίνηση στον άνδρα ή μη δυναμική παρουσία)
- Προσωπικότητα (αδύναμη ή μη διεκδικητική)
- Παρελθόν (κάποιο συμβάν που έχει στιγματίσει στο παρελθόν)
- Μέγεθος (μικρόσωμη, παχύσαρκη ή καχεκτική εμφάνιση)
- Δύναμη (σωματικά αδύναμοι) [4]

ΛΟΓΟΙ ΕΜΦΑΝΙΣΗΣ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Οι πρωταρχικοί παράγοντες που επιτρέπουν την εμφάνιση φαινομένων εκφοβισμού και θυματοποίησης είναι οι εξής:

- Η έλλειψη ενημέρωσης, ευαισθητοποίησης και άγνοια όσον αφορά τη διαχείριση ανάλογων κρίσεων από τους ενήλικες του περιβάλλοντος του παιδιού (π.χ., εκπαιδευτικούς, γονείς).
- Οικογενειακές παράμετροι όπως: έλλειψη φροντίδας, ενθάρρυνσης, υποστήριξης των παιδιών μέσα στην οικογένεια, έλλειψη ισορροπημένης σχέσης μεταξύ των γονέων, οικογενειακές συγκρούσεις και προβλήματα (π.χ., διαζύγιο), θέματα παραμέλησης και κακοποίησης των παιδιών από τους γονείς.
- Η εφηβεία ως στάδιο ανάπτυξης, καθώς χαρακτηρίζεται από αντιδράσεις όπως ευσυγκινησία, αντιδραστική και εχθρική στάση προς τους άλλους, εναντίωση σε κάθε μορφή εξουσίας, έλλειψη αυτοπεποίθησης ή αίσθημα παντοδυναμίας.
- Η μεγάλη σημασία που δίνεται από τους εκπαιδευτικούς και την οικογένεια στην επιτυχία στα σχολικά μαθήματα, καθώς οδηγεί στο να καθορίζει η σχολική επιτυχία την αυτοεκτίμηση ενός παιδιού. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα ο μαθητής που αποτυγχάνει στη σχολική επίδοση, να νοιώθει ανεπαρκής, να δημιουργεί αρνητική ταυτότητα και να οδηγείται στην προσχώρηση σε συμμορίες και σε συμπεριφορές βίας και επιθετικότητας στο σχολικό περιβάλλον ή/και σε ορισμένες περιπτώσεις, σε εκδηλώσεις εκφοβισμού απέναντι στους μαθητές με καλή σχολική επίδοση.
- Η έλλειψη ελεύθερου δημιουργικού χρόνου για την εκτόνωση του άγχους.



Άλλος ένας παράγοντας που ευνοεί την εξάπλωση επιθετικών συμπεριφορών (από εκφοβισμό ως εγκληματικών ενεργειών) στο Διαδίκτυο είναι η απουσία νομοθετικού πλαισίου. Πιο συγκεκριμένα στην Ελλάδα, η καταπολέμηση επιθετικών μορφών που εξελίσσονται στο Διαδίκτυο έχει ξεκινήσει τα τελευταία μόλις χρόνια. Τέτοιες ενέργειες περιλαμβάνουν την «safeline» που είναι η Ελληνική Ανοικτή Γραμμή Καταγγελιών για παράνομο περιεχόμενο στο διαδίκτυο και ιδρύθηκε το 2003, με πρωτοβουλία του Ιδρύματος Τεχνολογίας και Έρευνας, του Ιδρύματος Μείζονος Ελληνισμού, της Safenet και της Forthnet.

Ο όρος «παράνομο» περιλαμβάνει τόσο υλικό παιδικής πορνογραφίας ή κακοποίησης παιδιών αλλά και ρατσιστικό και ξενοφοβικό περιεχόμενο που παραβιάζει την ελληνική νομοθεσία. Από το 2005 μάλιστα, η «SafeLine» είναι μέλος του «INHOPE», του Ευρωπαϊκού Συνδέσμου Παροχών Ανοικτών Γραμμών για το Διαδίκτυο, γεγονός που επιτρέπει την καλύτερη συνεργασία

με αντίστοιχους φορείς άλλων ευρωπαϊκών χωρών και την αποτελεσματικότερη επεξεργασία των καταγγελιών.

Προκειμένου να εξασφαλίσει την όσο το δυνατόν αποτελεσματικότερη λειτουργία της, η SafeLine συνεργάζεται με τη Δίωξη Ηλεκτρονικού Εγκλήματος της Αθήνας και της Θεσσαλονίκης, αλλά και με την Αρχή Διατήρησης Απορρήτου των Επικοινωνιών, με την Αρχή Προστασίας Προσωπικών Δεδομένων. Ωστόσο το μεγαλύτερο πρόβλημα είναι ότι δεν υπάρχει ένα ενιαίο νομοθετικό κείμενο που να αφορά τα εγκλήματα Διαδικτύου.

Τέτοια ζητήματα αντιμετωπίζουν τα νομοθετικά συστήματα όλων των ευρωπαϊκών χωρών, αν και η εικόνα έχει ξεκινήσει σταδιακά να αλλάζει. Σημαντικότερη εξέλιξη θεωρείται η δυνατότητα της άρσης του απορρήτου των επικοινωνιών σε υποθέσεις παιδικής πορνογραφίας, που ξεκίνησε πρόσφατα να ισχύει. Έχουν γίνει σημαντικά βήματα και θα υπάρξει πλέον το ενιαίο νομοθετικό κείμενο για τα εγκλήματα στο Διαδίκτυο, συμπεριλαμβανομένου και του Διαδικτυακού Εκφοβισμού. [2]

ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Ο Διαδικτυακός Εκφοβισμός, μπορεί να προκαλέσει πολύ σοβαρές συνέπειες στη ζωή του θύματος, καθώς σχετίζεται με τον παραδοσιακό εκφοβισμό ως εξής: Παρόλο που δε περιλαμβάνει σωματική επίθεση, εξακολουθεί να είναι μια μορφή επιθετικότητας που εκφράζεται με ηλεκτρονικά μέσα κι επηρεάζει τη ζωή του θύματος δυσμενώς. Η καθημερινότητα και η αξιοπρέπεια του θύματος προσβάλλονται ή/και δυσφημούνται.

Η αυτοεκτίμηση του ατόμου που υφίσταται Διαδικτυακό Εκφοβισμό πλήττεται έντονα τόσο ώστε σε μερικές περιπτώσεις συνδέεται με το αίσθημα της ενοχής. Το άτομο αρχίζει να αναπαράγει αρνητικές σκέψεις και η επίδοση των κοινωνικών του ικανοτήτων μειώνεται σημαντικά.

Άτομα που δέχτηκαν έντονα Διαδικτυακό Εκφοβισμό ενδέχεται στο μέλλον να παρουσιάσουν μεγαλύτερη αστάθεια στις διαπροσωπικές τους σχέσεις συνοδευόμενη από την κοινωνική απομόνωση.

Οι συνέπειες από τις παραπάνω ενέργειες επιδρούν αρνητικά στη ζωή του προσβαλλόμενου ατόμου κι επιφέρουν κοινωνική απομόνωση, αποχή από εργασία (ή από τα μαθήματα, εάν πρόκειται για μαθητές/φοιτητές), απότομη πτώση στις εργασιακές ή σχολικές επιδόσεις, εκτέλεση πράξεων αντίθετων με τον χαρακτήρα του προσβαλλόμενου, παράνομες πράξεις λόγω εκβιασμού, κατάθλιψη, φόβο, αίσθηση ανασφάλειας ή απομόνωσης, απώλεια εμπιστοσύνης στον εαυτό κ.α. Εάν η παρενόχληση είναι συνεχής, επίμονη κι έντονη μπορεί να οδηγήσει πιθανή τάση αυτοκτονίας λόγω της αίσθησης δυστυχίας.

Πέραν από τις ψυχολογικές διαταραχές ή τις διαταραχές συμπεριφοράς, μπορεί να παρουσιάσουν και ψυχοσωματικά προβλήματα, όπως πονοκέφαλοι, κοιλιακά άλγη, ενούρηση, διαταραχές ύπνου, άγχος, χαμηλή αυτοεκτίμηση, φοβίες, κ.α. [9]

Το φαινόμενο του Διαδικτυακού Εκφοβισμού όμως έχει αρνητικές επιπτώσεις και στους θύτες. Οι εκφοβιστές τείνουν να είναι άτομα με έντονη αντικοινωνική συμπεριφορά, επιρρεπή στο αλκοόλ και απομονωμένα από τους συνομηλίκους. Μακροπρόθεσμα, αντιλαμβάνονται ότι ο εκφοβισμός δεν αποτελεί μορφή ικανοποίησης και αναγνώρισης, βιώνοντας έτσι έντονη προσωπική απογοήτευση. [10]

ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Η Ελλάδα έχει την τέταρτη θέση ανάμεσα σε σαράντα ένα χώρες σε περιστατικά ενδοσχολικής βίας και εκβιασμού. Βία λεκτική, ψυχολογική, σωματική, ή διαδικτυακή.

Αν και το φαινόμενο του Διαδικτυακού Εκφοβισμού δεν έχει ερευνηθεί αρκετά, ιδιαίτερα στην Ελλάδα, είναι σίγουρο πως θα παίρνει όλο και μεγαλύτερες διαστάσεις στο μέλλον, καθώς οι νέες γενιές άρχισαν ήδη να μεγαλώνουν μέσα σε έναν κόσμο όπου το Διαδίκτυο κυριαρχεί. Αυτό μάλλον θα οδηγήσει σε μερική αντικατάσταση του «παραδοσιακού» εκφοβισμού με το Διαδικτυακό Εκφοβισμό.

Αν και ακόμη είναι νωρίς για να αποτιμηθούν οι μακροχρόνιες συνέπειες της διαδικτυακής βίας, υπάρχουν ήδη κάποιες έρευνες για την συσχέτιση μεταξύ cyberbullying και ανάπτυξης ψυχικών διαταραχών. Σε μια έρευνα που διεξήγαγαν Φινλανδοί επιστήμονες σε ένα δείγμα 7000 νεαρών Φινλανδών, βρήκαν πως ένα ποσοστό της τάξεως του 4,8% ήταν μόνο θύματα διαδικτυακής βίας (64% κορίτσια), ένα 7,8% ήταν μόνο θύτες (62% αγόρια), ενώ ένα 5,4% ήταν και θύτες και θύματα (55% αγόρια) . Ένα στα τέσσερα παιδιά που χαρακτηρίστηκαν ως θύματα διαδικτυακής βίας, ανέφεραν έντονο άγχος, φόβο και ανασφάλεια, κάτι που τα κάνει ιδιαίτερα ευάλωτα για την ανάπτυξη συναισθηματικής διαταραχής στο μέλλον. [11]

Γενικότερα :

- Περίπου 15-35% των νέων έχει πέσει θύμα Διαδικτυακού Εκφοβισμού.
- 10-20% των νέων παραδέχεται την ανάμειξή του σε Διαδικτυακό Εκφοβισμό.

- Τα κορίτσια ενδέχεται να εμπλακούν συχνότερα από ότι τα αγόρια σε περιστατικά Διαδικτυακού Εκφοβισμού.
- Η πλειοψηφία των ατόμων που υφίστανται είτε ασκεί Διαδικτυακό Εκφοβισμό είναι ηλικίας 12-16 ετών. [8]

ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Στην πρόληψη του Διαδικτυακού Εκφοβισμού μπορούν να βοηθήσουν τόσο οι γονείς, όσο και οι εκπαιδευτικοί. Όσον αφορά το οικογενειακό περιβάλλον, είναι καλό ο υπολογιστής να βρίσκεται σε κοινόχρηστο χώρο ώστε αφενός οι γονείς να έχουν πιο άμεση εικόνα του τι κάνει το παιδί και φυσικά να το ελέγχουν όταν βρίσκεται στο Διαδίκτυο, και αφετέρου να έχουν και τα παιδιά την αίσθηση ότι κάποιος τους παρατηρεί άρα να μην μπαίνουν ανεξέλεγκτα σε διάφορες, πιθανώς ακόμα και επικίνδυνες, ιστοσελίδες.

Σε περίπτωση, που ένας γονιός αντιληφθεί ότι το παιδί του έχει πέσει θύμα Διαδικτυακού Εκφοβισμού πρέπει να το καθησυχάσει και στη συνέχεια φυσικά να καταγγείλει το περιστατικό. Ο γονιός θα πρέπει να δείξει στο παιδί ότι είναι στο πλευρό του και να του παρέχει το αίσθημα της ασφάλειας, αλλά και να το αποτρέψει από τυχόν εκδικητική συμπεριφορά. [12]

Όσον αφορά τη συμμετοχή των εκπαιδευτικών στη πρόληψη του Διαδικτυακού Εκφοβισμού, το μεγαλύτερο πρόβλημα προς το παρόν είναι η ανεπαρκής επιμόρφωση και ενημέρωση των εκπαιδευτικών πάνω σε αυτά τα ζητήματα, παρόλο που υπάρχει το ενδιαφέρον των εκπαιδευτικών για τέτοια θέματα.

Επιπλέον, υπάρχουν μύθοι σχετικά με την παρενόχληση που διακινείται στις σχολικές κοινότητες και πρέπει να αντιμετωπιστούν. Για παράδειγμα, ορισμένοι άνθρωποι θεωρούν ότι ο εκφοβισμός είναι ένα δικαίωμα της παιδικής ηλικίας και δε δίνουν την σημασία που πρέπει στο φαινόμενο. Θεωρούν ότι οι συμπεριφορές εκφοβισμού είναι ένα φυσιολογικό κομμάτι της ανάπτυξης των παιδιών ή ότι είναι απλά πειράγματα ή ότι η παρενόχληση βοηθάει στην οικοδόμηση ενός «γερού» χαρακτήρα. Αντιστοίχως για το Διαδικτυακό Εκφοβισμό θεωρούν ότι είναι μέρος μιας νέας μόδας που ακολουθούν οι έφηβοι στα πλαίσια της εξοικείωσης τους με τα νέα τεχνολογικά μέσα.

Οι εκπαιδευτικοί, οι γονείς και οι ίδιοι οι ενδιαφερόμενοι πρέπει να ενημερωθούν για τον εκφοβισμό από τους επαγγελματίες και η ευαισθησία τους να είναι συνεχής. Οι απλοί παρατηρητές που συνήθως είναι συνομήλικοι διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη διαίωση του κύκλου του εκφοβισμού. Το κλειδί είναι η ενσυναίσθηση των μαθητών, έτσι ώστε οι παρευρισκόμενοι να μην σιωπούν.

Οι άνθρωποι δεν πρέπει να μένουν παθητικοί δέκτες ή να γίνονται επιθετικοί στη συμπεριφορά τους, αλλά να βοηθηθούν να αντιμετωπίσουν το πρόβλημα με αποδεκτούς κοινωνικά τρόπους. Οι γονείς οφείλουν να γίνουν οι ίδιοι τα καλά παραδείγματα για τα παιδιά τους στο σπίτι, το σχολείο και στην ευρύτερη κοινωνία, γενικότερα. Όλοι έχουν το δικαίωμα στην προσωπική ελευθερία, την επιλογή ή τη διαφορετικότητα και για τις επιλογές τους, δεν είναι υποχρεωμένοι να υφίστανται απομόνωση, απειλές, εξευτελισμό, βία ή υποτίμηση από τους άλλους συνανθρώπους τους. [9]

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

- ✓ Να είστε ενήμεροι για το τι κάνει το παιδί σας στο Διαδίκτυο.
- ✓ Συζητήστε με το παιδί σας σχετικά με την παρενόχληση στον κυβερνοχώρο.
- ✓ Γνωρίστε τις ιστοσελίδες τις οποίες επισκέπτεται το παιδί σας και τις online δραστηριότητές του. Δοκιμάστε τις συσκευές που χρησιμοποιεί.
- ✓ Ρωτήστε σε ποιες ιστοσελίδες μπαίνει, τι κάνει, και με ποιους επικοινωνεί.
- ✓ Πείτε στο παιδί σας ότι ως γονέας μπορείτε να επανεξετάσετε τη διαδικτυακή συμπεριφορά του και τις επικοινωνίες του, αν νομίζετε ότι υπάρχει λόγος ανησυχίας. Μπορείτε επίσης να εγκαταστήσετε λογισμικό γονικού ελέγχου ή φίλτρο για τη παρακολούθηση προγραμμάτων, που χρησιμοποιεί το παιδί σας. Φυσικά, μη βασίζεστε αποκλειστικά σε αυτά τα εργαλεία.
- ✓ Πείτε του να μη δίνει προσωπικές πληροφορίες και τους κωδικούς του σε κανέναν. Μόνο εσείς ως γονείς του θα πρέπει να τους ξέρετε και να το διαβεβαιώσετε ότι αν χρειαστεί θα τους χρησιμοποιήσετε μόνο σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης.
- ✓ Ζητήστε ένας «φίλος» να «ακολουθεί» το παιδί σας σε ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης ή να ζητήστε από κάποιον άλλο έμπιστο ενήλικα να το κάνει.
- ✓ Βοηθήστε το παιδί σας να διευρύνει το κύκλο των φίλων του, ώστε να στηρίζουν και να προσέχουν το ένα το άλλο.
- ✓ Ενθαρρύνετε το παιδί να αντιδρά άμεσα αν τύχει να βρεθεί σε δύσκολη ή περίεργη κατάσταση, κατά την ενασχόληση του με τον υπολογιστή ή το κινητό του, με το να αναφέρει το περιστατικό στο γονιό, σε έμπιστο

ενήλικα ή απευθείας στη Δίωξη Ηλεκτρονικού Εγκλήματος, όταν δέχεται σοβαρές απειλές.

- ✓ Αν συμβεί κάποιο περιστατικό εκφοβισμού στο παιδί σας, επικοινωνήστε μαζί του και εξηγήστε του ότι αυτό που συμβαίνει είναι απαράδεκτο. Διαβεβαιώστε το λεκτικά και συναισθηματικά ότι είναι ασφαλές και άξιο αγάπης και θα πρέπει να έχει αυτοπεποίθηση.
- ✓ Αν χρειαστεί, μη διστάσετε να επικοινωνήσετε με ειδικό ψυχικής υγείας για την αντιμετώπιση πιθανών ψυχοσωματικών διαταραχών. [9]

Αν το παιδί σας έχει αλλάξει τη συμπεριφορά του, ίσως αυτό είναι σημάδι ότι παρενοχλείται συστηματικά. Θα πρέπει να ανησυχήσετε εάν:

- ✓ Το παιδί φαίνεται θυμωμένο, στενοχωρημένο ή αγχωμένο αφού χρησιμοποιήσει το Διαδίκτυο ή το κινητό του.
- ✓ Φαίνεται αγχωμένο όταν λαμβάνει κάποιο μήνυμα στο κινητό του ή κάποιο email.
- ✓ Αποφεύγει συζητήσεις με θέμα την χρήση του διαδικτύου ή του κινητού τηλεφώνου.
- ✓ Απομονώνεται από την οικογένεια και τους φίλους του ενώ σταματάει δραστηριότητες που άλλοτε τις απολάμβανε.
- ✓ Παρατηρείται μεγάλη πτώση στους βαθμούς του στο σχολείο.
- ✓ Έχει απότομες εναλλαγές στη διάθεση, τη διατροφή και τον ύπνο. [13]

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΘΥΜΑΤΑ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Το παιδί ή ο έφηβος θα πρέπει να είναι προσεκτικός σε περίπτωση που αρχίσει να παρενοχλείται στο Διαδίκτυο ακολουθώντας τις παρακάτω οδηγίες:

- Το θύμα πρέπει να αποθηκεύει το περιεχόμενο των μηνυμάτων και των απειλών που υφίσταται έτσι ώστε να απευθυνθεί σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεται. Σε περίπτωση που δεν λάβει τα μέτρα του από την αρχή είναι πολύ πιθανόν τέτοιου είδους περιστατικά να επαναληφθούν.
- Να απευθυνθεί στην αστυνομία. Σε πολλές περιπτώσεις το θύμα προστατεύεται από τον νόμο για αυτό και πρέπει να κρατήσει σε αρχείο οποιαδήποτε μορφή παρενόχλησης έχει υποστεί.
- Να προστατεύσει τον εαυτό του αποκλείοντας τον θύτη/ τους θύτες από τις επαφές του στο email ή στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης.
- Να μην κατηγορεί τον εαυτό του ανεξάρτητα από αυτά που μπορεί να υποστηρίζει ο θύτης και να μην ντρέπεται για την προσωπικότητα και την συμπεριφορά του.
- Να επενδύσει τον χρόνο του σε δραστηριότητες που τον ευχαριστούν. Όσο περισσότερο χρόνο αφιερώνει σε δραστηριότητες που του αποβάλλουν το άγχος και τον ευχαριστούν τόσο λιγότερο θα τον απασχολεί αυτού του είδους ο εκφοβισμός.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΤΩΝ ΘΥΤΩΝ

- Οι γονείς θα πρέπει να εκπαιδεύσουν το παιδί τους γύρω από το Διαδικτυακό Εκφοβισμό, καθώς το παιδί μπορεί να μην αντιλαμβάνεται την σοβαρότητα της συμπεριφοράς του. Είναι ιδιαίτερα χρήσιμο για τον γονέα να καταφέρει να κάνει το παιδί του να δει την συμπεριφορά του μέσα από τα μάτια του θύματος. Σκοπός είναι να καταλάβει ο γονέας τους πιθανούς λόγους που το οδήγησαν σε αυτή

τη συμπεριφορά και να διαπιστώσει πώς το ίδιο αισθάνεται ή τι περιμένει να συμβεί από την απαράδεκτη συμπεριφορά του.

- Η υιοθέτηση αυτής της συμπεριφοράς μπορεί να είναι μια προσπάθεια του παιδιού να διαχειριστεί το δικό του άγχος και θυμό. Επίσης μπορεί να σχετίζεται με καταστάσεις που διαδραματίζονται στην οικογένεια και του προκαλούν ιδιαίτερο άγχος και θυμό. Καλό είναι για τους γονείς να αφιερώσουν χρόνο έτσι ώστε να καταλάβουν τι απασχολεί το παιδί τους και να πάρουν τα κατάλληλα μέτρα.
- Οι γονείς δε πρέπει να κρίνουν το παιδί, αλλά τη συμπεριφορά. Θα πρέπει επίσης να απευθυνθούν στους δασκάλους του προκειμένου να διερευνήσουν τυχόν άλλες αντικοινωνικές συμπεριφορές.
- Οι γονείς θα πρέπει να ελέγχουν την χρήση του Διαδικτύου από το παιδί τους θέτοντας σαφείς κανόνες, την παραβίαση των οποίων θα ακολουθούν συγκεκριμένες συνέπειες.
- Οι γονείς θα πρέπει να επικοινωνούν με το παιδί και να του δείχνουν την αγάπη τους, εξηγώντας τη κοινωνικώς αποδεκτή συμπεριφορά, θα πρέπει να το επαινούν για τις καλές πράξεις του και να το στηρίζουν στη σταδιακή αλλαγή της συμπεριφοράς του. [13]

ΓΕΝΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Παρακάτω αναφέρονται κάποιες συμβουλές, οι οποίες μπορούν να μας βοηθήσουν να προστατέψουμε τον εαυτό μας στο Διαδίκτυο :

- ✓ Πρέπει πάντα να σεβόμαστε τους άλλους – να είμαστε προσεχτικοί τι λέμε στο Διαδίκτυο και τι φωτογραφίες στέλνουμε.

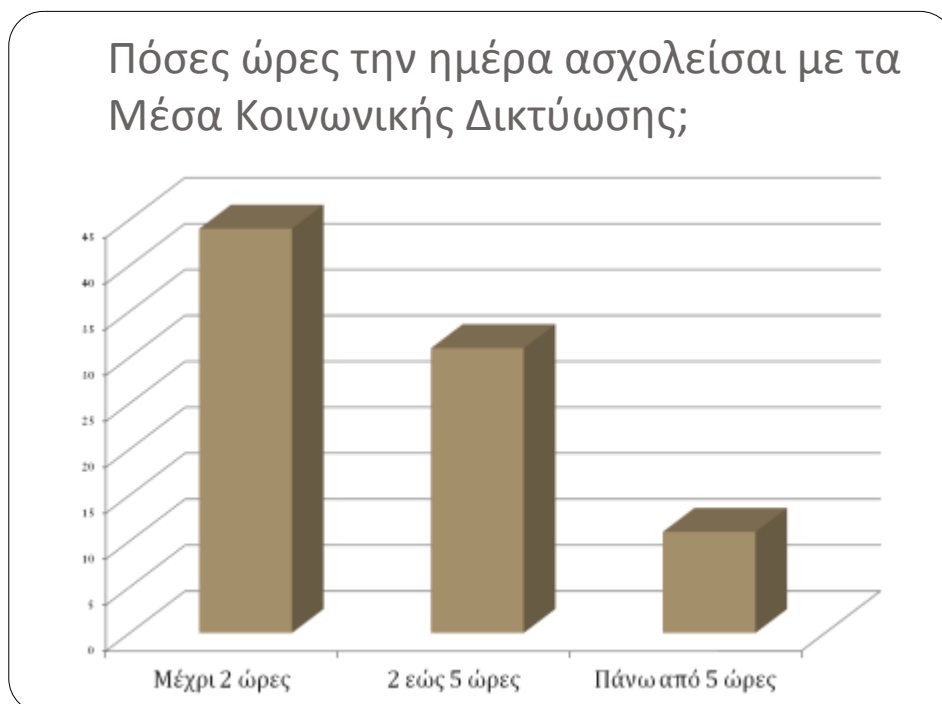
- ✓ «Σκέψου πριν δημοσιεύσεις»: οτιδήποτε στέλνουμε στο Διαδίκτυο, μπορεί να γίνει δημόσιο πολύ γρήγορα και θα μπορούσε να μείνει εκεί για πάντα.
- ✓ Πρέπει να αντιμετωπίζουμε τους κωδικούς μας, όπως την οδοντόβουρτσά μας: να τους κρατάμε για τον εαυτό μας. Δίνουμε τον αριθμό του κινητού μας τηλεφώνου ή τη διεύθυνση της προσωπικής μας ιστοσελίδας μόνο σε έμπιστους φίλους.
- ✓ Μπλοκάρουμε τον θύτη: είναι καλό να μάθουμε πώς να μπλοκάρουμε ή να αναφέρουμε όποιον συμπεριφέρεται άσχημα.
- ✓ Δεν απαντάμε, δεν ανταποδίδουμε!
- ✓ Κρατάμε τις αποδείξεις: μπορούμε να μάθουμε πώς να κρατάμε αρχείο από προσβλητικά μηνύματα SMS ή email, εικόνες ή συνομιλίες.
- ✓ Είναι καλό να μιλάμε για το Διαδικτυακό Εκφοβισμό:
 - Σε έναν έμπιστο ενήλικα ή στη Γραμμή Βοηθείας www.help-line.gr, τηλεφωνικά ή μέσω email.
 - Στον πάροχο της υπηρεσίας: ελέγχουμε τα εργαλεία αναφοράς που μας παρέχει ο ιστοχώρος .
 - Στο σχολείο μας: οι εκπαιδευτικοί μπορούν να μας βοηθήσουν. Εάν αντιληφθούμε περιστατικό «cyberbullying» υποστηρίζουμε το θύμα και αναφέρουμε τον εκφοβισμό.

ΕΡΕΥΝΑ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ

Στα πλαίσια της εργασίας που εκπονήσαμε, θεωρήσαμε ενδιαφέρον να διεξάγουμε και μια έρευνα σχετικά με το Διαδικτυακό Εκφοβισμό στο Γυμνάσιο και Λύκειο Τυχερού. Για το σκοπό αυτό συντάξαμε

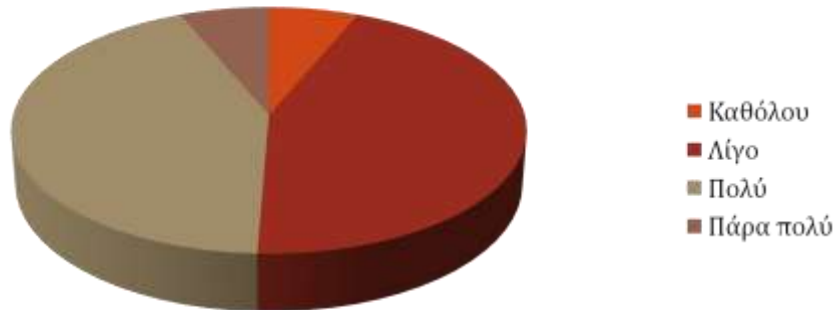
ερωτηματολόγιο, το οποίο απάντησαν όλοι οι μαθητές του Γυμνασίου και του Λυκείου. Το ερωτηματολόγιο παρατίθεται στο παράρτημα 1 της εργασίας.

Στη συνέχεια, επεξεργαστήκαμε τις απαντήσεις που λάβαμε με την εφαρμογή Ms Excel και τις αναπαραστήσαμε με γραφήματα, όπως φαίνεται παρακάτω:



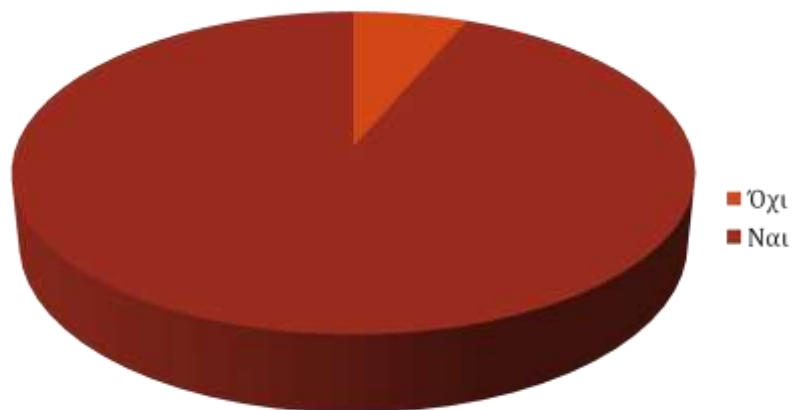
Στην ερώτηση «Πόσες ώρες την ημέρα ασχολείσαι με τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης;», το 51% των μαθητών απάντησαν ότι ασχολούνται με τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης μέχρι 2 ώρες την ημέρα, το 36% απάντησαν ότι ασχολούνται από 2 έως 5 ώρες την ημέρα και το 13% ότι ασχολούνται πάνω από 5 ώρες την ημέρα.

Νιώθεις ασφαλής στο Διαδίκτυο;



Στην ερώτηση «Νιώθεις ασφαλής στο Διαδίκτυο;» το 6% των μαθητών απάντησαν ότι δε νιώθουν καθόλου ασφαλείς, το 44% ότι νιώθουν λίγο ασφαλείς, το 43% ότι νιώθουν πολύ ασφαλείς και υπόλοιπο 6% ότι νιώθουν πάρα πολύ ασφαλείς στο Διαδίκτυο.

Έχεις ακούσει τον όρο "εκφοβισμός στο Διαδίκτυο»;



Στην ερώτηση «Έχεις ακούσει τον όρο “Έκφοβισμός στο Διαδίκτυο;”» το 94% των μαθητών απάντησαν ότι έχουν ακουστά τον όρο, ενώ το 6% απάντησαν ότι δε το γνωρίζουν.

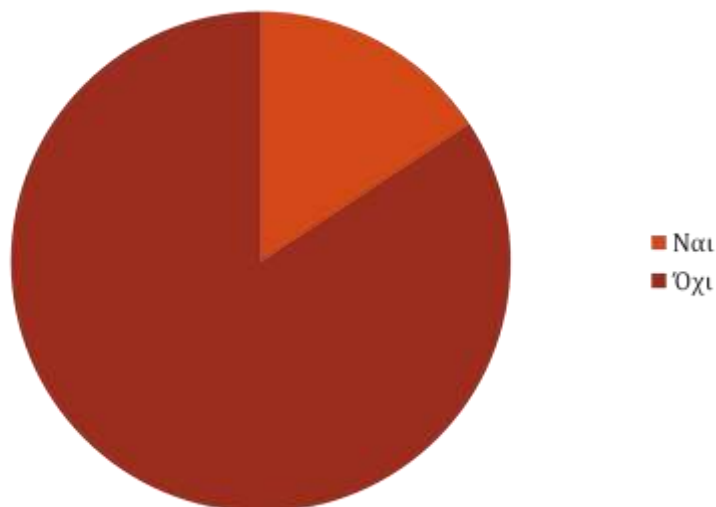


Όπως φαίνεται στο παραπάνω διάγραμμα, το 6% των μαθητών έχει υπάρξει θύτης κάποια στιγμή, ενώ το 94% των μαθητών δεν έχει υπάρξει ποτέ.



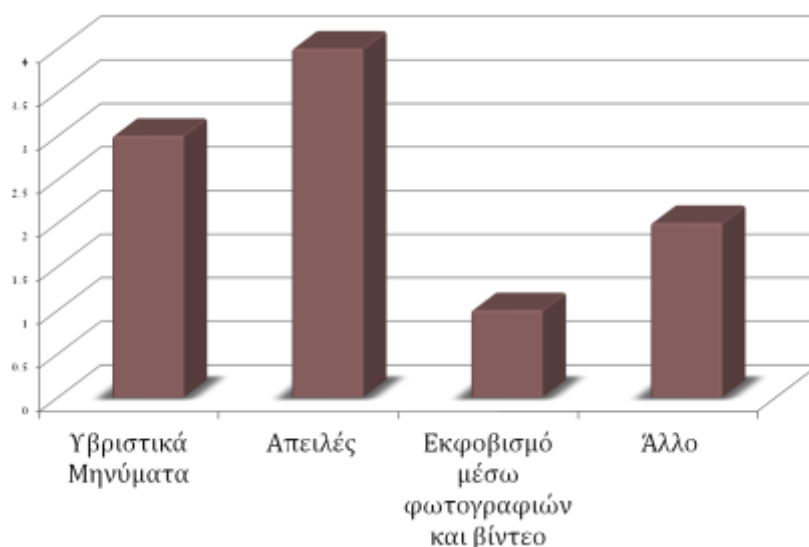
Από τους μαθητές που απάντησαν ότι έχουν υπάρξει θύτες, το 40% δεν έδωσαν εξήγηση για το λόγο που τους παρακίνησε να το κάνουν, ενώ το 20% απάντησαν ότι το έκαναν λόγω θυμού, το 20% ότι το έκαναν λόγω απειλητικών μηνυμάτων που έλαβαν και το υπόλοιπο 20% ότι το έκαναν λόγω κάποιων προσβλητικών για αυτούς φωτογραφιών που είχαν αναρτηθεί.

Έχεις υπάρξει ποτέ θύμα;



Όπως φαίνεται στο παραπάνω διάγραμμα, η συντριπτική πλειοψηφία των μαθητών απάντησαν ότι δεν έχουν υπάρξει θύματα Διαδικτυακού Εκφοβισμού.

Αν ναι, με ποιο τρόπο;



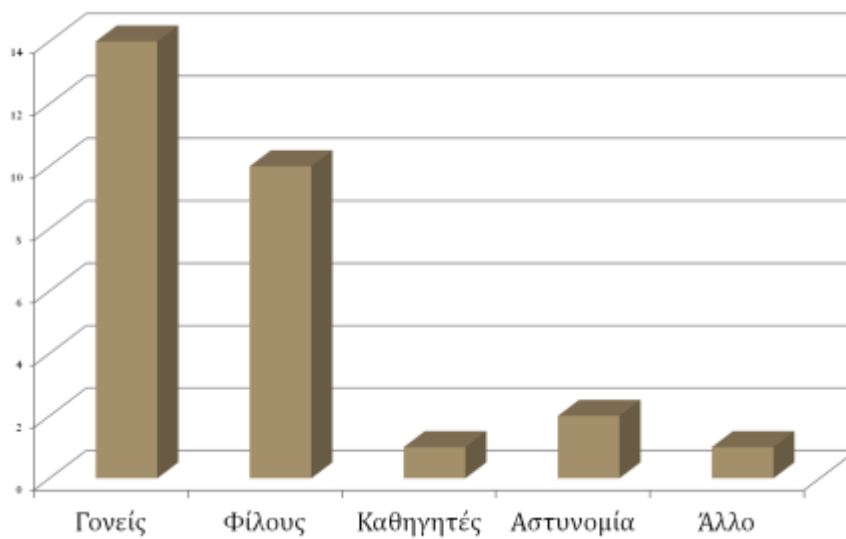
Από τους μαθητές που απάντησαν ότι έχουν πέσει θύμα Διαδικτυακού Εκφοβισμού, το 30% δήλωσαν ότι ο εκφοβισμός αφορούσε υβριστικά

μηνύματα, το 40% ότι αφορούσε απειλές, το 10% ότι αφορούσε προσβλητικές φωτογραφίες και βίντεο και το 20% ότι ο εκφοβισμός έγινε με άλλους τρόπους.



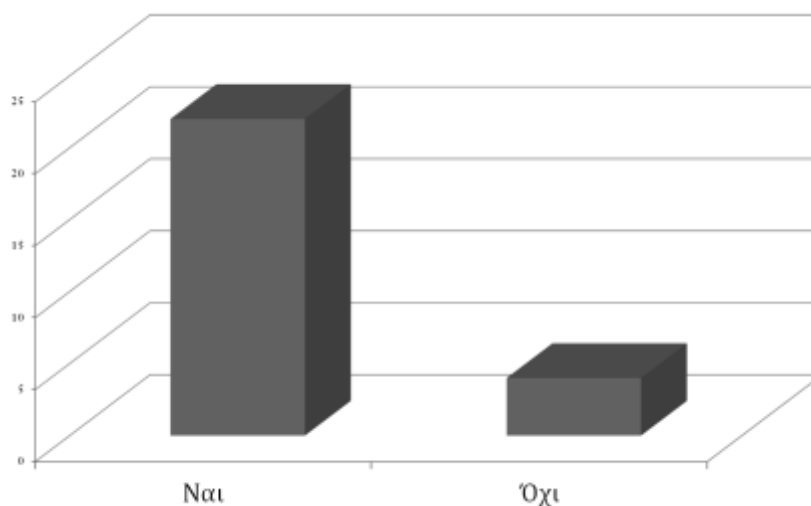
Από τους μαθητές που απάντησαν ότι υπήρξαν θύματα Διαδικτυακού Εκφοβισμού, το 46% δήλωσαν ότι υπήρξαν το ανέφεραν σε κάποιον, ενώ το 54% ότι δε μίλησαν σε κανένα για αυτό.

Αν ναι, σε ποιον το ανέφερες;

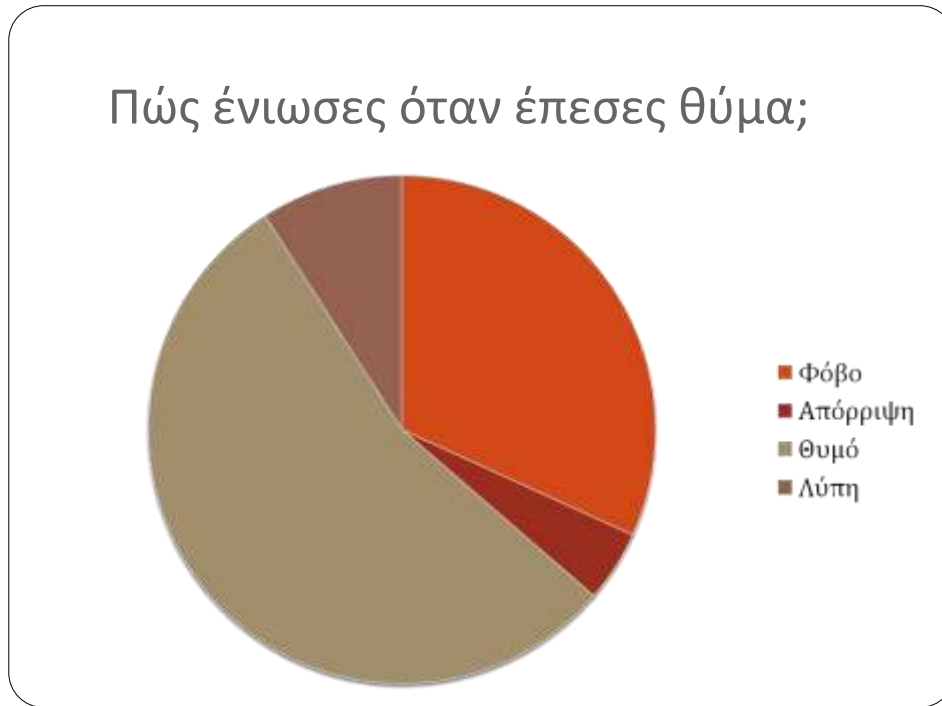


Από τους μαθητές που απάντησαν ότι μίλησαν σε κάποιον για το περιστατικό εκφοβισμού που δέχτηκαν, το 50% απάντησαν ότι το συζήτησαν με τους γονείς τους, το 36% με φίλους, το 4% ότι το ανέφεραν στους καθηγητές στο σχολείο, το 7% ότι το ανέφεραν στην αστυνομία και το υπόλοιπο 4% ότι το ανέφεραν σε κάποιο άλλο άτομο.

Αν μίλησες, βρήκες λύση στο πρόβλημά σου;

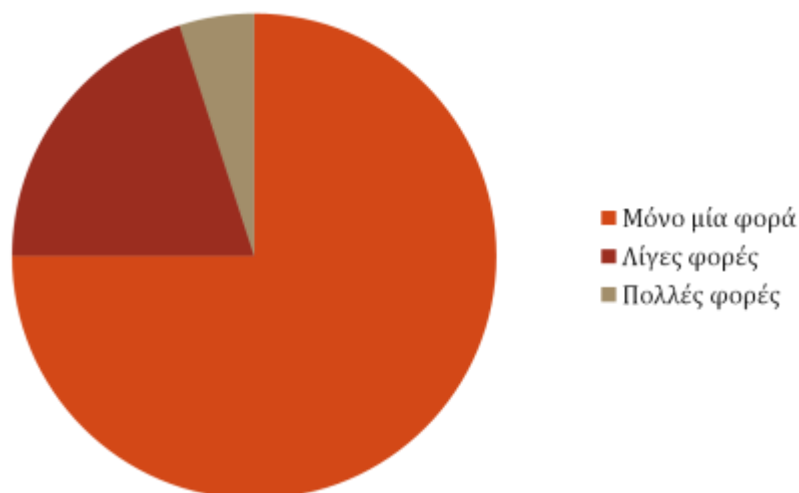


Από τους μαθητές που μίλησαν για το Διαδικτυακό Εκφοβισμό που δέχτηκαν, το 85% δήλωσαν ότι βρήκαν λύση στο πρόβλημά τους, ενώ το 15% ότι δε βοηθήθηκαν.



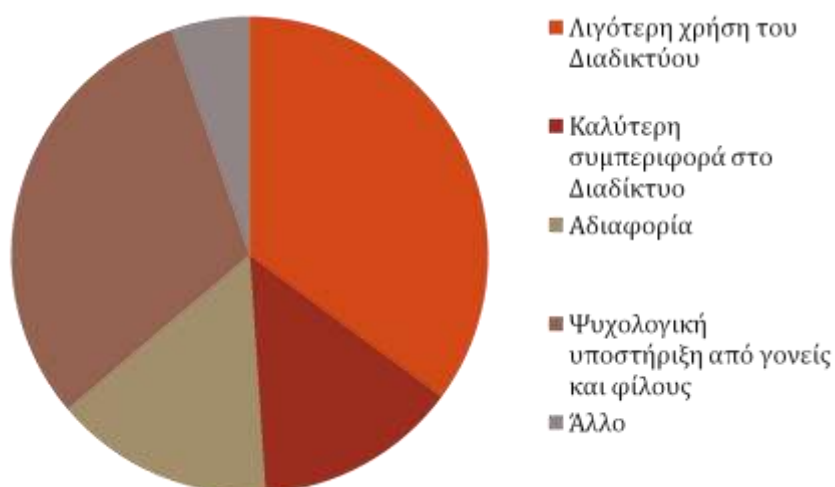
Από τους μαθητές που δέχτηκαν Διαδικτυακό Εκφοβισμό, το 32% δήλωσαν ότι ένιωσαν φόβο, το 5% ότι ένιωσαν απόρριψη, το 55% ότι ένιωσαν θυμό και το 9% ότι λυπήθηκαν για το περιστατικό που τους συνέβη.

Πόσες φορές έχεις πέσει θύμα εκφοβισμού στο Διαδίκτυο;



Από τους μαθητές που απάντησαν ότι έχουν πέσει θύματα Διαδικτυακού Εκφοβισμού, το 75% δήλωσαν ότι αυτό συνέβη μόνο μία φορά, το 20% ότι συνέβη λίγες φορές και το 5% ότι τους έχει συμβεί πολλές φορές.

Με ποιους τρόπους κατά τη γνώμη σου μπορούμε να μειώσουμε τη συχνότητα του εκφοβισμού στο Διαδίκτυο;



Όπως φαίνεται στο παραπάνω διάγραμμα, προκειμένου να μειώσουμε τη συχνότητα του Διαδικτυακού Εκφοβισμού το 35% των μαθητών απάντησαν ότι θα βοηθούσε η λιγότερη χρήση του Διαδικτύου, το 14% ότι θα βοηθούσε η καλύτερη συμπεριφορά στο Διαδίκτυο, το 15% ότι θα έπρεπε να αδιαφορούμε όταν επιχειρούν να μας εκφοβίσουν, το 31% ότι θα βοηθούσε η ψυχολογική υποστήριξη από γονείς και φίλους και το 5% ότι άλλοι τρόποι θα μπορούσαν να μειώσουν τη συχνότητα του φαινομένου.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Με τη συνεχή εξάπλωση της χρήσης των υπολογιστών και του Διαδικτύου από όλο και μικρότερες ηλικίες, το φαινόμενο του Διαδικτυακού Εκφοβισμού δυστυχώς θα εντείνεται περισσότερο με τη πάροδο του χρόνου. Το Διαδίκτυο μπορεί αστραπιαία να μεταδώσει όχι μόνο ωφέλιμες και ψυχαγωγικές γνώσεις, αλλά και προβληματικές συμπεριφορές, οι οποίες πολλές φορές δυστυχώς επικροτούνται και ενισχύονται από ομάδες ατόμων.

Η λύση στο πρόβλημα είναι η συνειδητοποίηση ότι η συμπεριφορά μας στο Διαδίκτυο είναι το ίδιο σημαντική και έχει τον ίδιο αντίκτυπο στους άλλους με τη συμπεριφορά μας στον πραγματικό κόσμο. Συνεπώς, ο καλύτερος τρόπος να εξαλειφθεί αυτό το φαινόμενο είναι η καλή συμπεριφορά μας προς τους άλλους. Γιατί φυσικά ο καθένας από εμάς θα ήθελε και τη καλή συμπεριφορά των άλλων.

ΠΗΓΕΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

[1] https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A3%CF%87%CE%BF%CE%BB%CE%B9%CE%BA%CF%8C%CF%82_%CE%B5%CE%BA%CF%86%CE%BF%CE%B2%CE%B9%CF%83%CE%BC%CF%8C%CF%82

[2] http://nefeli.lib.teicrete.gr/browse/seyp/ker/2014/KaloudiChristina,KolevaMartina,Lagoudakiloanna,PapanastasiouDimitra/attached-document-1430206261-889534-3488/Kaloudi_Koleva_Lagoudaki_Papanastasiou2014.pdf

[3] <http://news247.gr/eidiseis/koinonia/cyber-bullying-o-trampoykismos-sto-diadiktyo.2027196.html>

[4] <http://www.combatives.gr/arthra/bullying-logoi-aities.php#sthash.27NNcuvX.dpuf>

[5] <http://www.vipapharm.com/greek/free-online-journals/education/education-articles/papathanasiou-sementeriadis-euaggelou/papathanasiou-sementeriadis-euaggelou-cyberbullying-young-people.htm>

[6] https://en.wikipedia.org/wiki/Suicide_of_Megan_Meier

[7] http://www.stopcyberbullying.org/why_do_kids_cyberbully_each_other.html

[8] https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%94%CE%B9%CE%B1%CE%B4%CE%B9%CE%BA%CF%84%CF%85%CE%B1%CE%BA%CF%8C%CF%82_%CE%B5%CE%BA%CF%86%CE%BF%CE%B2%CE%B9%CF%83%CE%BC%CF%8C%CF%82#.CE.9C.CE.BF.CF.81.CF.86.CE.AD.CF.82_.CE.94.CE.B9.CE.B1

CE.B4.CE.B9.CE.BA.CF.84.CF.85.CE.B1.CE.BA.CE.BF.CF.8D_.CE.B5.CE.BA.CF.86.CE.BF.CE.B2.CE.B9.CF.83.CE.BC.CE.BF.CF.8D

[9] http://www.lifezone.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=2094:diadiktiakos-ekfovismos&catid=114:2012-03-21-15-23_09&Itemid=395

[10] <http://www.madlink.gr/cyberbullying/>

[11] <http://psychologein.dagorastos.net/2010/07/21/cyberbullying/>

[12] <http://www.infokids.gr/2011/11/cyber-bullying-%CF%84%CE%AF-%CE%B5%CE%AF%CE%BD%CE%B1%CE%B9-%CE%BA%CE%B1%CE%B9-%CF%80%CF%8E%CF%82-%CF%84%CE%BF-%CE%B1%CE%BD%CF%84%CE%B9%CE%BC%CE%B5%CF%84%CF%89%CF%80%CE%AF%CE%B6%CE%BF%CF%85%CE%BC/>

[13] <http://www.therapyact.gr/in>

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟΝ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ (CYBERBULLYING)

1) Φύλο

- Αγόρι
- Κορίτσι

2) Είσαι μαθητής/τρια

- Γυμνασίου
- Λυκείου

3) Πόσες ώρες την ημέρα ασχολείσαι με τα Μέσα κοινωνικής Δικτύωσης;

- Μέχρι 2 ώρες
- 2 έως 5 ώρες
- Πάνω από 5 ώρες

4) Νιώθεις ασφαλής στο Διαδίκτυο;

- Καθόλου
- Λίγο
- Πολύ
- Πάρα πολύ

5) Έχεις ακούσει τον όρο «Εκφοβισμός στο Διαδίκτυο» (cyberbullying);

- Ναι
- Όχι

6) Έχεις υπάρξει ποτέ «θύτης» (δηλαδή έχεις εκφοβίσει ποτέ άλλους με κάποιο τρόπο);

- Ναι
- Όχι

7) Αν ναι, τι σε παρακίνησε να το κάνεις;

.....

8) Έχεις υπάρξει ποτέ «θύμα» (δηλαδή έχεις υποστεί εκφοβισμό από άλλους);

- Ναι
- Όχι

9) Αν ναι, με ποιο τρόπο; (σημείωσε ένα ή περισσότερα)

- Υβριστικά μηνύματα
- Απειλές
- Εκφοβισμό μέσω φωτογραφιών ή βίντεο
- Άλλο

10) Αν υπήρξες θύμα, το ανέφερες σε κάποιον;

- Ναι
- Όχι

11) Αν ναι, σε ποιον το ανέφερες; (σημείωσε ένα ή περισσότερα)

- Γονείς
- Φίλους
- Καθηγητές
- Αστυνομία

- Άλλο

12) Αν μίλησες σε κάποιον, βρήκες λύση στο πρόβλημά σου;

- Ναι
- Όχι

13) Πώς ένιωσες όταν έπεσες θύμα; (σημείωσε ένα ή περισσότερα)

- Φόβο
- Απόρριψη
- Θυμό
- Λύπη

14) Πόσες φορές έχεις πέσει θύμα εκφοβισμού στο Διαδίκτυο;

- Μόνο μία φορά
- Λίγες φορές
- Πολλές φορές

15) Με ποιους τρόπους κατά τη γνώμη σου μπορούμε να μειώσουμε τη συχνότητα του Εκφοβισμού στο Διαδίκτυο; (σημείωσε ένα ή περισσότερα)

- Λιγότερη χρήση του Διαδικτύου
- Καλύτερη συμπεριφορά στο Διαδίκτυο
- Αδιαφορία
- Ψυχολογική υποστήριξη από γονείς και φίλους
- Άλλο

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΣΑΣ!

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2

Παρακάτω παρατίθενται φωτογραφίες από τις αφίσες και τα ποιήματα που δημιούργησαν οι ομάδες των μαθητών σχετικά με το Διαδικτυακό Εκφοβισμό.







Ηρθε ένας νέος χρόνος
γεμάτος με ελπίδες
στην σκέψη όμως των θυμάτων
παραμένουν μόνο οι θύτες

Θέλουν τα θύματα
στον δρόμο να βγούν

Όμως εκεί είναι και οι θύτες
οι οποίοι τους καρτερούν

Πρέπει ένα μέτρο να ληφθεί
το bullying να εξαλειφθεί

Ο θύτης να συμμορφωθεί

η έννοια "θύμα" να εξαφανιστεί

ο κόσμος να ευημερεί