

# Ευαισθητοποίηση γονέων και εκπαιδευτικών στην ασφαλή χρήση της τεχνολογίας



2/12/2019

# Οι συνεργαζόμενοι φορείς

- ΚΕΣΥ Δράμας
- ΠΕΚΕΣ ΑΜΘ
- Εισαγγελία Δράμας
- Δράση Δράμας
- Ιστοσελίδα: <http://blogs.sch.gr/tanantias/>

# Λίγα λόγια πριν, για το μετά

- Να τα ξανακούσουμε;
- Δημιουργικό διαδίκτυο
- Εθισμός στο διαδίκτυο
- Αποπλάνηση-Grooming
- Διαδικτυακός Εκφοβισμός-cyberbullying
- Ψέματα & Αλήθειες-Fake news
- Συμμετοχική διαδικασία-καλές πρακτικές

# Οι καιροί αλλάζουν...

- Η τεχνολογία τρέχει, οι καιροί αλλάζουν...
- Χάσμα γενεών και η ιστορία της αδελφής μου
- Υπάρχει ασφάλεια εντός οικείας;



# Ford Taunus Transit(1960)& Ford Taunus (1951)





# Χάσμα γενεών και η ιστορία της αδελφής μου

-Ρε μάνααααααααα  
έπεσε το ίντερνετ!!!

-Να πάρεις μια σκούπα και να  
το μαζέψεις....

Μ'έχετε κάνει υπηρέτρια  
πια εδώ μέσα!!!



# Μύθοι & πραγματικότητα

- Διαδίκτυο, για πολλούς η μεγαλύτερη ανακάλυψη του ανθρώπου.
- Είμαστε ηλεκτρονικά αναλφάβητοι;
- Είμαστε ανώνυμοι στο διαδίκτυο;
- Ότι ανεβαίνει δεν διαγράφεται ποτέ;
- Πρέπει να επαληθεύουμε την πηγή όταν διαβάζουμε κάτι;
- Δεν υπάρχει ασφάλεια στο διαδίκτυο.

# Ταυτότητα-ίχνος

- Κάθε ενέργεια στο διαδίκτυο αφήνει ίχνος(μοναδικός ηλεκτρονικός αριθμός στον κόσμο όλο)
- Δεν υπάρχει περίπτωση να αλλάξουμε ταυτότητα όσο και να το προσπαθήσουμε είναι αδύνατο
- Διεθνής συνεργασία για την αποκάλυψη της πραγματικής ταυτότητας



# Διαδίκτυο και φήμη



# Διαδίκτυο και φήμη

- Το ψέμα διαδίδεται ταχύτερα από την αλήθεια στα κοινωνικά μέσα, βρίσκουν επιστήμονες
- Το ίντερνετ έχει επιταχύνει κατά πολύ τη διασπορά των ειδήσεων και τη ροή της πληροφορίας, φαίνεται πάντως πως δείχνει μια προτίμηση στο ψέμα.

- Οι επιστήμονες χρησιμοποίησαν μετά τις εκθέσεις έξι ανεξάρτητων οργανισμών για να αξιολογήσουν τον βαθμό αλήθειας κάθε είδησης. Τι βρήκαν; «Το ψεύδος διαχέεται σημαντικά γρηγορότερα, μακρύτερα, βαθύτερα και πιο καθολικά από την αλήθεια
- Κριτήρια για την αλήθεια και το ψέμα;
- <https://saferinternet4kids.gr/video/fake-news/>

# Διαδίκτυο

- Η «διαμονοποίηση» του διαδικτύου φαίνεται να αυξάνει το χάσμα των γενεών και τις συγκρούσεις μέσα στην οικογένεια.
- Αντιθέτως το ενδιαφέρον των γονέων για τις διαδικτυακές ασχολίες των παιδιών τους και η επικοινωνία σε θέματα χρήσης μειώνει τις συγκρούσεις και προάγει την λειτουργική χρήση του διαδικτύου

# Τι είναι το δημιουργικό διαδίκτυο;

- «Δημιουργικό διαδίκτυο είναι ο τρόπος χρήσης δημιουργικής αξιοποίησης των υπηρεσιών του διαδικτύου για εκπαιδευτικούς, μορφωτικούς και ψυχαγωγικούς σκοπούς που διεξάγεται εντός της σχολικής κοινότητας και σε οικογενειακό περιβάλλον.
- Προτάσεις δημιουργικού διαδικτύου

# edmodo

- Η **Edmodo** είναι μια εκπαιδευτική τεχνολογική εταιρεία που προσφέρει μια πλατφόρμα επικοινωνίας, συνεργασίας και προγύμνασης σε σχολεία και καθηγητές.
- Μαθαίνουμε καλύτερα μαζί. Διαχειριστείτε την τάξη σας. Παρακινήστε τους μαθητές σας.
- Ασφαλές. Απλό. Δωρεάν.
- <https://www.edmodo.com/>

# Μαθησιακά αντικείμενα(Φωτόδεντρο)

- Το Φωτόδεντρο είναι το Πανελλήνιο Αποθετήριο Μαθησιακών Αντικειμένων για την πρωτοβάθμια και τη δευτεροβάθμια εκπαίδευση. Το Φωτόδεντρο είναι ανοιχτό σε όλους, μαθητές, δασκάλους, γονείς αλλά και κάθε ενδιαφερόμενο.
- <http://photodentro.edu.gr>



# Αίσωπος-Διδακτικά σενάρια-ΙΕΠ

**Aesop** Advanced Electronic Scenarios  
Operating Platform

<http://aesop.iep.edu.gr/node/7350>

# ΠΡΟΣΒΑΣΙΜΟ



Καθολικός Σχεδιασμός και Ανάπτυξη Προσβάσιμου  
Ψηφιακού Εκπαιδευτικού Υλικού



<http://prosvasimo.iep.edu.gr/el/>

# EVA EDU



**Εκπαιδευτικό υλικό για παιδιά στο φάσμα του αυτισμού**

<http://eva-edu.gr/main/>

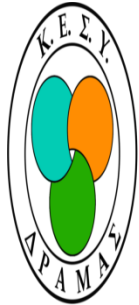
# ΕΥΖΗΝ

Το ΕΥΖΗΝ είναι πρόγραμμα του Χαροκοπείου Πανεπιστημίου, το οποίο υλοποιείται σε συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας, Έρευνας & Θρησκευμάτων, για παροχή πολύτιμων πληροφοριών στους γονείς σχετικά με την υγεία των παιδιών τους.



<http://eyzhn.edu.gr/>

# ΚΕΣΥ Δράμας



Κέντρο  
Εκπαιδευτικής και  
Συμβουλευτικής  
Υποστήριξης  
ΔΡΑΜΑΣ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ Α/ΘΜΙΑΣ & Β/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ Α.Μ.Θ



<http://kesy.dra.sch.gr/>

# ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ

<http://www.dyskolies.gr/>

Μαθησιακές  
Δυσκολίες

άρθρα, παιχνίδια  
ασκήσεις, λογισμικά,  
εργαλεία αξιολόγησης



## ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

<https://saferinternet4kids.gr/>

Η Γραμμή Βοηθείας **'help-line 210 6007686** Απευθύνεται σε παιδιά & εφήβους και τις οικογένειές τους, παρέχοντας υποστήριξη και συμβουλές για θέματα που σχετίζονται με τη χρήση του Διαδικτύου, του κινητού τηλεφώνου και των ηλεκτρονικών παιχνιδιών (παρενόχληση, εξάρτηση, επιβλαβές περιεχόμενο, παιδοφιλία κ.λπ).

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



# Become the Next eSafety Champion

<https://www.europeanschoolnetacademy.eu/courses/course-v1:eSL+eSafety+2019/about>



# Βιβλία επαυξημένης πραγματικότητας για τον πολιτισμό

- Μαγικά **βιβλία** που έρχονται στη ζωή στα χέρια των παιδιών! .... Εκμεταλλεύεται τη σύγχρονη τεχνολογία **επαυξημένης πραγματικότητας**
- <https://iwrite.gr/magical-books/>

# Βρες δάσκαλο

Το site που φέρνει πιο κοντά καθηγητές και μαθητές!



<https://www.instateacher.gr/>

Δίκτυο Πρόληψης & Αντιμετώπισης των Φαινομένων Σχολικής Βίας & Εκφοβισμού



<http://stop-bullying.sch.gr/mathites>

<http://stop-bullying.sch.gr/>

# Πρόγραμμα Youth Power

- Πρόγραμμα Πρόληψης Συμπεριφορών Υψηλού Κινδύνου για Μαθητές της Ε' & ΣΤ' Δημοτικού Σχολείου
- ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ
- ΤΕΤΡΑΔΙΟ ΜΑΘΗΤΗ
- ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ
- <https://youth-med.gr/youthpower/index.php>

# Ενημερωτική εκστρατεία SAY NO της EUROPOL

- <https://www.youtube.com/watch?v=tyeU6Wgd2gw&t=29s>

# Sextortion: Η νέα απειλή του Διαδικτύου

Η λέξη αυτή πηγάζει από την ένωση των όρων sex, text και extortion (εκβιασμός). Αφορά την χρήση του παγκόσμιου ιστού από ορισμένα άτομα, με απώτερο σκοπό να ασκήσουν δύναμη, να εκμεταλλευτούν και να ζητήσουν χρηματικά ποσά από πιθανά και αφελή θύματα. Στην διαδικασία εξαπάτησης και του ύστερου εκβιασμού διακρίνονται ορισμένα στάδια.



# Η κρίσιμη περίοδος της εφηβείας

- Η εφηβεία αποτελεί μια περίοδο μεταβολών σε σωματικό και ψυχικό επίπεδο καθώς και αυξημένου κοινωνικού άγχους για πολλούς εφήβους.
- Κάποια αναπτυξιακά χαρακτηριστικά της ηλικίας αυτής, όπως είναι ο πειραματισμός, η ανάγκη αυτονομίας και η αμφισβήτηση των ορίων, πολύ συχνά οδηγεί τους εφήβους σε συμπεριφορές υψηλού κινδύνου (high risk behaviors).

# Εθισμός:Ορισμός

- Ο εθισμός στο διαδίκτυο είναι μια σχετικά νέα μορφή εξάρτησης, η οποία ορίζεται ως «η ενασχόληση με το Ίντερνετ για άντληση αισθήματος ικανοποίησης που συνοδεύεται με σταδιακή αύξηση του χρόνου που καταναλώνεται για την άντληση αυτού του αισθήματος».

# Το κύκλωμα της άμεσης ανταμοιβής

- «**Ένα like στο [Facebook](#)**, ένα καλό ή ένα κακό σχόλιο στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αλλά και μια επιτυχία στο ηλεκτρονικό παιχνίδι **«ανεβάζουν»** ή **«κατεβάζουν»** την **ντοπαμίνη (ορμόνη της χαράς)** από τον επικλινή πυρήνα του εγκεφάλου και έτσι δουλεύει το μοντέλο της άμεσης ανταμοιβής».

- Εξετάζοντας το πρόβλημα, κάποια παιδιά ανέφεραν ότι ο φόρτος των μαθημάτων τους προξενεί άγχος και χρησιμοποιούν το κινητό ως αγχολυτικό. «Όταν πιάνω το κινητό, ξεχνάω προσωρινά το άγχος», είπε η 16χρονη Μαρία. «Αλλά τη στιγμή που το αφήνω, μου ξανάρχονται αυτά που με στενοχωρούσαν. Είναι φαύλος κύκλος»

# Συμπτώματα

- -Η ψυχοκινητική διέγερση
- -Το άγχος
- -Οι εμμονικές σκέψεις
- -Η κατανάλωση υπερβολικού χρόνου ή και χρήματος μερικές φορές, σε δραστηριότητες σχετικές με το διαδίκτυο

- Τα αρχικά διαγνωστικά χαρακτηριστικά του «εθισμού» από τους Carlan και Sadock, εμπεριείχαν πέντε από τα έξι παρακάτω κριτήρια:
- (1) παραμονή online για όλο και περισσότερο χρόνο
- (2) αποτυχία διαχείρισης του επερχόμενου αισθήματος διέγερσης ή και κατάθλιψης

- (3) παραμονή online για περισσότερο από το προτιθέμενο χρονικό διάστημα
- (4) κίνδυνος απώλειας σχέσης ή ευκαιρίας για σχέση, εξαιτίας της χρήσης
- (5) ψεύδη προκειμένου να καλυφθεί η αληθής έκταση της χρήσης
- (6) χρήση προκειμένου να ελεγχθούν τα αρνητικά συναισθήματα.



# Το θέμα της συννοσηρότητας είναι πολύ σημαντικό

- Σε τουλάχιστον 60% των περιπτώσεων κατάχρησης του διαδικτύου παρατηρούνται συνοδές καταστάσεις όπως διαταραχή ελλειμματικής προσοχής και υπερκινητικότητα (ΔΕΠΥ), καταθλιπτικό συναίσθημα, άγχος και ιδεοψυχαναγκαστικά συμπτώματα, διαταραχή ελέγχου των παρορμήσεων κ.ά.

# Μελέτη EU NETADB (2012)

- Μέσα από συγχρονικές μελέτες, όπως η έχουν βρεθεί θετικές συσχετίσεις ανάμεσα στις συμπεριφορές εξάρτησης και την υπερκινητικότητα, τη διάσπαση προσοχής, το καταθλιπτικό συναίσθημα, το άγχος, την παραβατικότητα, καθώς και τις δύσκολες κοινωνικές σχέσεις με τους συνομηλίκους.

# Αιτίες

- Το φαινόμενο της προβληματικής χρήσης και «εξάρτησης» από το διαδίκτυο αποτελεί ένα σύνθετο και πολυπαραγοντικό φαινόμενο για το οποίο σίγουρα δεν μπορεί να ενοχοποιηθεί ένας μόνο αιτιολογικός παράγοντας.

- Οι περιβαλλοντικοί παράγοντες (π.χ. σημαντική δυσλειτουργία της οικογένειας, ανεργία των γονέων) σαφέστατα λειτουργούν επιβαρυντικά.
- Η οικογενειακή δυσλειτουργία, η μη αποτελεσματική επικοινωνία και η έλλειψη υγιών δεσμών από την παιδική ηλικία, δυσκολεύουν την οριοθέτηση, ειδικά όταν συνυπάρχει ενοχικότητα των γονέων.

Τεστ : Μήπως πάσχετε από Διαταραχή  
χρήσης των νέων τεχνολογιών;

- ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ ΧΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ
- Τεστ: Δείτε αν είστε εθισμένοι στο κινητό σας

# Θα έκανες το ίδιο και στον πραγματικό κόσμο;

- Βίντεο για την ασφαλή πλοήγηση στο Διαδίκτυο και στις σελίδες κοινωνικής δικτύωσης, την ιδιωτικότητά μας και του κινδύνους από τις γνωριμίες με αγνώστους στο Διαδίκτυο (grooming)
- [https://video.sch.gr/asset/detail/zEYZpdcVWMVrRMiEjzVTGgk3#info tab](https://video.sch.gr/asset/detail/zEYZpdcVWMVrRMiEjzVTGgk3#info_tab)

# Διαδικτυακή αποπλάνηση

- Στην Ελλάδα σύμφωνα με στοιχεία της Ελληνικής Αστυνομίας το 20% των παιδιών που χρησιμοποιούν το διαδίκτυο προσεγγίζονται κάποια στιγμή από παιδόφιλους.

# Προστασία από τον κίνδυνο της διαδικτυακής αποπλάνησης

- Να είναι προσεκτικό στις διαδικτυακές συναναστροφές του
- Να διαφυλάσσει τα προσωπικά του στοιχεία
- Να ενημερωθεί για τα εργαλεία ασφαλείας
- Να διατηρεί τον έλεγχο



# «Παντοπωλείο»: Σποτ οικονομικές απάτες

- Βίντεο για οικονομικές απάτες στο Διαδίκτυο:
- <https://video.sch.gr/asset/detail/CjUqgIReZLSbnWbeTVeBuxyl>

# SAFE LINE

- **Πληροφορίες - Συμβουλές για Ασφαλή Χρήση Διαδικτύου:**
- <http://www.safeline.gr/plirofories/symboyles>
- **Webinars:**
- <http://www.safeline.gr/webinars>

# Εύκολη ή δύσκολη υπόθεση

- «Χρειάζεται ένα ολόκληρο χωριό για να μεγαλώσει ένα παιδί»
- Προσαρμογή στις νέες συνθήκες
- Προσδοκίες γονέων αντίθετες με τις επιθυμίες των γονέων
- Δεν είμαστε οι μόνοι... Υπάρχουν πολλοί εκεί έξω...

# Βήματα πρόληψης

- Εξωσχολικές δραστηριότητες
- Οικογενειακές υποχρεώσεις
- Προετοιμασία για την νέα περίοδο π.χ. εξετάσεις για απόκτηση πτυχίου, διακοπές,
- Όταν ξυπνάς να έχεις κάτι να κάνεις.  
Οτιδήποτε, δεν έχει σημασία τι. Οτιδήποτε σε κάνει να αισθάνεσαι χρήσιμος...

# Συμβουλές για γονείς/Διαδίκτυο

- Μην αποτρέπετε το παιδί σας από το να χρησιμοποιεί το Διαδίκτυο. Ενημερώστε το για τους κινδύνους που κρύβει και μάθετε το να προστατεύεται από αυτούς.
- Τοποθετήστε τον υπολογιστή σας σε επιβλέψιμο μέρος του σπιτιού όπως το σαλόνι και όχι σε απομονωμένους χώρους όπως το υπνοδωμάτιο του παιδιού σας.

- Συμβουλευέτε το παιδί σας να μη δίνει προσωπικά του στοιχεία (όνομα, διεύθυνση, αριθμό τηλεφώνου, φωτογραφίες, κτλ.) σε αγνώστους που συναντά στο Διαδίκτυο.
- Επιβλέπετε το παιδί σας όταν χρησιμοποιεί τα chatrooms (χώρους συνομιλίας). Μην αφήνετε το παιδί σας να συναντήσει κάποιον που γνώρισε μέσα από το Διαδίκτυο.

# Αντιμετώπιση

- Η αντιμετώπιση περνάει μέσα από την κατανόηση των γονέων της συμπεριφοράς και των συναισθημάτων του παιδιού.
- Νοηματοδοτώ τη συμπεριφορά του παιδιού.
- Όταν οι γονείς μπορούν να νοηματοδοτήσουν τις δυσκολίες του παιδιού και να μην χάνουν τη συναισθηματική σύνδεση μαζί του, τότε τα προβλήματα υποχωρούν.

# Βοήθεια από ειδικούς

- Όταν οι γονείς νιώθουν σε σύγχυση και δυσκολεύονται να εξηγήσουν τη συμπεριφορά του παιδιού στον εαυτό τους ή στο ίδιο το παιδί, τότε είναι σημαντικό να στραφούν προς την εξειδικευμένη βοήθεια.
- Τις (ακούσιες νευρικές συσπάσεις στο πρόσωπο, στα άκρα ή στο σώμα). Όπως έρχονται φεύγουν... μόνο εάν επιμένουν με μεγάλη συχνότητα πάμε στον ειδικό



# Αγαπάμε το Διαδίκτυο ... με μέτρο!

- Πανευρωπαϊκή έρευνα:
- <https://video.sch.gr/asset/detail/NaEAOOddTjMhKAMBPI2M52oc>

# ΤΟ ΚΙΝΗΤΟ ΤΗΛΕΦΩΝΟ ΣΤΗ ΖΩΗ ΜΑΣ

- [https://video.sch.gr/asset/detail/l1gZFRYIRVd  
ccGPKVYuZDF7v#info tab](https://video.sch.gr/asset/detail/l1gZFRYIRVdccGPKVYuZDF7v#info_tab)

# Απεξάρτηση από τα κινητά για εφήβους

- Κατασκευάζονται απεξάρτησης από τη χρήση κινητών τηλεφώνων λειτουργούν στη Νότια Κορέα, όπου ο εθισμός των εφήβων στα κινητά τηλέφωνα έχει λάβει διαστάσεις επιδημίας
- <https://www.kathimerini.gr/1048179/article/epikairothta/ellada/ape3arthsh-apo-ta-kinhta-gia-efhvoys>

# Χρήση του κινητού

- Ηλικία
- Φύλλο
- Παρέες
- Οικογένεια
- Δραστηριότητες
- Ο ενδεδειγμένος χρόνος χρήσης συνεχώς ανατρέπεται

# Κινητό και ο γονεϊκός ρόλος

- Απενεργοποίηση του κινητού το βράδυ
- Δεν τρώμε με το κινητό
- Δεν πάμε τουαλέτα με το κινητό
- Βάζουμε όρια στη διάρκεια χρήσης
- Δεν ανανεώνουμε με την πρώτη ευκαιρία το κινητό
- Περνάμε λιγότερη διάρκεια στο κινητό σαν γονείς(το παράδειγμα)

# Έκθεση σε Ακατάλληλο Περιεχόμενο

- Τα παιδιά μπορεί να εκτεθούν σε ακατάλληλο για την ηλικία τους περιεχόμενο, όπως βίαιο, ρατσιστικό, πορνογραφικό ή/και παιδοφιλικό περιεχόμενο. Παρατεταμένη έκθεση σε πορνογραφικό υλικό μπορεί να έχει συνέπειες στην ψυχοκοινωνική και σεξουαλική τους ανάπτυξη

- Σύμφωνα με παλαιότερη έρευνα του 2009 όταν η έκθεση είναι συχνή (> 3 φορές /εβδομάδα) υπάρχουν αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχική, κοινωνική και σεξουαλική υγεία (Tsitsika 2009). Επίσης, κάποιες φορές το υλικό αυτό μπορεί να παρουσιαστεί ξαφνικά μπροστά τους και να αιφνιδιάσει, ειδικά τα μικρότερα παιδιά, προκαλώντας αναστάτωση ή και τραυματική εμπειρία.

- Σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή έρευνα EUNETADB ([www.eunetadb.eu](http://www.eunetadb.eu) 2012 ), 60% των εφήβων εκτίθεται σε πορνογραφία, ενώ 32% αναφέρει ότι η εμπειρία ήταν αρνητική.



- Προτείνετε στο παιδί σας τη χρήση ιστοσελίδων με επιμορφωτικό και ψυχαγωγικό περιεχόμενο κατάλληλο για την ηλικία του.
- Εγκαταστήσετε στον υπολογιστή σας ένα λογισμικό φίλτρο που απαγορεύει την προσπέλαση σε ανάρμοστες ιστοσελίδες του Διαδικτύου.

# ΕΡΕΥΝΑ Μ.Ε.Υ.

## Νοσοκομείο Αγλαΐα Κυριακού

- Το πρόβλημα του εθισμού στο διαδίκτυο μπορεί να αντιμετωπιστεί ολιστικά σε οργανικό και ψυχοκοινωνικό επίπεδο αρκεί να εντοπιστεί έγκαιρα. Η πρώιμη ανίχνευση του προβλήματος και το υποστηρικτικό περιβάλλον της οικογένειας παίζουν σημαντικό ρόλο στη θεραπεία»...

- Το 70% περίπου των παιδιών που απευθύνθηκε στη ΜΕΥ μπόρεσε τελικά να απεξαρτηθεί από το Internet...
- Συγκεκριμένα, έπειτα από πρόγραμμα παρέμβασης, 72,2% παρουσίασαν βελτίωση και 27,7% δεν συνεργάστηκαν και εγκατέλειψαν το πρόγραμμα.

# Γραμμή στήριξης



**Μ.Ε.Υ υποστηρίζω**

**ΜΟΝΑΔΑ ΕΦΗΒΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ (Μ.Ε.Υ)**

**ΧΩΡΙΣ ΧΡΕΩΣΗ: 80011 80015**

# Προσέχω όταν Συμμετέχω

- Το τηλεοπτικό σποτ με τον Σπύρο Παπαδόπουλο για την Ασφάλεια στο Διαδίκτυο:
- <https://video.sch.gr/asset/detail/y5csljMqKuzP9SqQ6l8a3FYt>

# Βιβλιογραφία - Αναφορές

- Διαλέξεις ΕΚΔΔΑ, Αλέξανδρος Γ. Καπανιάρης, Θεσσαλονίκη 2018
- Διαλέξεις ΕΚΔΔΑ, Ανδρέας Ν. Ζεργιώτης, Θεσσαλονίκη 2018

# Έφηβος-Συμπεριφορές υψηλού κινδύνου

- Μία από τις περιοχές του εγκεφάλου που φθάνει τελευταία σε πλήρη ωρίμανση είναι ο προμετωπιαίος φλοιός, ο οποίος βρίσκεται ακριβώς πίσω από το μέτωπο. Μερικές φορές ονομάζεται και έδρα της «νηφάλιας δεύτερης σκέψης».
- «Ο εφηβικός εγκέφαλος να έχει έναν πολύ καλά ανεπτυγμένο επιταχυντή, αλλά ένα μερικώς ανεπτυγμένο σύστημα φρένων»

# Εθισμός ή όχι;

- Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας κατέταξε τον εθισμό στο διαδίκτυο στον κατάλογο ασθενειών Πηγή: [www.lifo.gr](http://www.lifo.gr)
- [https://www.lifo.gr/now/tech\\_science/238179/poy-o-ethismos-sto-diadiktyo-einai-astheneia](https://www.lifo.gr/now/tech_science/238179/poy-o-ethismos-sto-diadiktyo-einai-astheneia)



# Εμμονή με τις online αγορές

- Ο εθισμός στις ηλεκτρονικές αγορές θα πρέπει ενδεχομένως να αναγνωριστεί ως ψυχική διαταραχή, καθώς πάρα πολλοί είναι αυτοί που παρουσιάζουν ανησυχητικά σημάδια εμμονικής συμπεριφοράς, σύμφωνα με νέα ψυχολογική μελέτη Πηγή: [www.lifo.gr](http://www.lifo.gr)
- [https://www.lifo.gr/now/tech\\_science/259393/emmoni-me-tis-online-agores-psyxologoi-ypostirizoun-oti-tha-prepei-na-theorithei-psyxiki-diataraxi](https://www.lifo.gr/now/tech_science/259393/emmoni-me-tis-online-agores-psyxologoi-ypostirizoun-oti-tha-prepei-na-theorithei-psyxiki-diataraxi)

# ERASMUS

- **ΑΠΛΟΙΚΌ ΒΙΝΤΕΟ 45΄ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ERASMUS:**
- <https://www.youtube.com/watch?v=ImHEVRgh14>