

Ημερίδα με θέμα:
ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ- ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ & ΠΑΓΙΔΕΣ

Σάββατο 12 Φεβρουαρίου 2011
10:30 π.μ.
Πειραματικό Λύκειο Μυτιλήνης

Είστε πού οφέλη μπορείτε να αποκομίσετε από την χρήση του Internet;

Μήπως σας προβληματίζει το γεγονός ότι η ζωή σας στο Internet είναι πιο ενδιαφέρουσα απ' ότι η πραγματική;

Από πού μπορεί να ξεκινήσει ώστε να βοηθηθεί και να βοηθήσει;

Γνωρίζετε τι κάνουν τα παιδιά σας στο Internet και τι προβλήματα μπορεί να συναντήσουν;

Ήρθατε σκέ σε δύσκολη θέση λόγω της χρήσης του Internet;

Διοργάνωση
Παιδαγωγική Επιθεώρηση Αΐνας & Β' Όρειας Εκπαίδευσης Βαρέας Λαοίων Σχολικός Σύλλογος Επαγγελματίας Βαρέας Αΐνας

Εργαστήριο Παιδαγωγική Επιθεώρησης κατά την Παιδαγωγική Νοση Λαοίων «ΕΠΕΛ»
Σε συνεργασία με τον Οργανισμό Σκέ της Παιδαγωγική



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 10:30 – 10:45 Χαιρετισμοί
- 10:45 – 11:00 Γνωρίζοντας το Διαδίκτυο: Δυνατότητες και Οφέλη
Ομιλητής: Δημήτρης Βαμβακάς, Καθηγητής Πληροφορικής
- 11:15 – 11:30 Οι έφηβοι και καταστάσεις που μπορούν να συναντήσουν κατά την πλοήγησή τους στο Διαδίκτυο
Ομιλητής: Χριστόφορος Μουρουγιάννης, Καθηγητής Πληροφορικής.
- 11:30 – 11:45 Εκφοβισμός και Παρενόχληση στο Διαδίκτυο (Cyber bullying)
Ομιλήτρια: Αναστασία Πετράκη Κοινωνιολόγος.
- 11:45 – 12:05 Εξάρτηση από το Διαδίκτυο: Μια νέα μορφή διαταραχής με παλιές γνώριμες ρίζες
Ομιλήτριες: Ελένη Καραγεωργίου, Κλινική και Κοινωνική Ψυχολόγος και Γιώτα Ψύρρα, Ψυχολόγος.
- 12:05 – 12:20 Ασφαλής χρήση του Διαδικτύου
Ομιλητής: Τιμοθέων Θεοφανέλλης, Σχολικός Σύμβουλος Πληροφορικής.
- 12:20 – 12:45 Τοποθετήσεις – Συζήτηση

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 10:30 – 10:45 Χαιρετισμοί
- 10:45 – 11:00 Γνωρίζοντας το Διαδίκτυο: Δυνατότητες και Οφέλη
Ομιλητής: Δημήτρης Βαμβακάς, Καθηγητής Πληροφορικής
- 11:15 – 11:30 Οι έφηβοι και καταστάσεις που μπορούν να συναντήσουν κατά την πλοήγησή τους στο Διαδίκτυο
Ομιλητής: Χριστόφορος Μουρουγιάννης, Καθηγητής Πληροφορικής.
- 11:30 – 11:45 Εκφοβισμός και Παρενόχληση στο Διαδίκτυο (Cyber bullying)
Ομιλήτρια: Αναστασία Πετράκη Κοινωνιολόγος.
- 11:45 – 12:05 Εξάρτηση από το Διαδίκτυο: Μια νέα μορφή διαταραχής με παλιές γνώριμες ρίζες
Ομιλήτριες: Ελένη Καραγεωργίου, Κλινική και Κοινωνική Ψυχολόγος και Γιώτα Ψύρρα, Ψυχολόγος.
- 12:05 – 12:20 Ασφαλής χρήση του Διαδικτύου
Ομιλητής: Τιμοθέων Θεοφανέλλης, Σχολικός Σύμβουλος Πληροφορικής.
- 12:20 – 12:45 Τοποθετήσεις – Συζήτηση

**Γνωρίζοντας το Διαδίκτυο
Δυνατότητες και οφέλη**

Βαμβακάς Δημήτριος
Καθηγητής Πληροφορικής
Γυμνάσιο Θεωρητικής-Εσπερινό
ΕΠΑΛ

Γενικές πληροφορίες

- 1.970.000.000 είναι οι χρήστες του διαδικτύου παγκοσμίως.
- Υπάρχουν πάνω από 1.000.000.000.000 διευθύνσεις, από περίπου 25.500.000.000 ιστοσελίδες.
- Περιλαμβάνει εκατομμύρια δίκτυα: ιδιωτικά, δημόσια, ακαδημαϊκά, οργανισμών και κρατικά.

Χρήση Διαδικτύου και Facebook

Γεωγραφικές περιοχές	Πληθυσμός (κατ. 2010)	Χρήστες Διαδικτύου	Ποσοστά χρήσης Διαδικτύου	Χρήστες Facebook	Ποσοστά χρήσης Facebook
Ασία	3,834,792,852	828,930,856	21.6 %	93,584,580	2.4 %
Αφρική	1,013,779,050	110,948,420	10.9 %	17,607,440	1.7 %
Ευρώπη	813,319,511	475,121,735	58.4 %	162,104,640	19.9 %
Λατινική Αμερική	550,924,250	195,042,230	30.4 %	68,189,920	12.4 %
Βόρεια Αμερική	344,124,450	266,224,500	77.4 %	149,054,040	43.3 %
Μέση Ανατολή	212,336,924	63,240,946	29.8 %	11,698,120	5.5 %
Ωκεανία/Αυστραλία	34,700,201	21,272,470	61.3 %	11,596,660	33.4 %
Σύνολα:	6,845,609,960	1,970,837,003	28.8 %	517,760,460	7.6 %

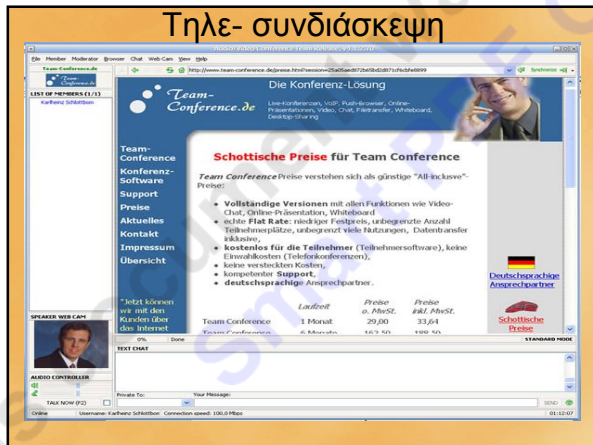
Χρήσεις Διαδικτύου

- Εκπαίδευση
- Πληροφόρηση
- Επικοινωνία
- Διασκέδαση
- Ηλεκτρονικές αγορές - Πωλήσεις

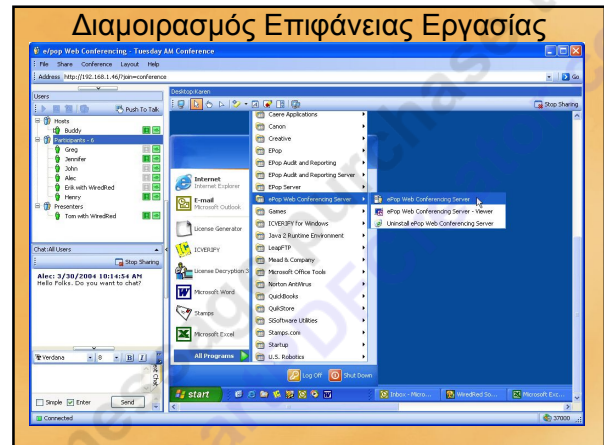
Εκπαίδευση

- Διαδικτυακές τάξεις
- Σεμινάρια – Παρουσιάσεις
- Εξ αποστάσεως εκπαίδευση

Τηλε- συνδιάσκεψη



Διαμοιρασμός Επιφάνειας Εργασίας



Πληροφόρηση

- Ειδησεογραφικές ιστοσελίδες (www.in.gr, www.cnn.com, www.bbc.co.uk)
- Εγκυκλοπαιδικές γνώσεις (Wikipedia.org)
- Εξειλιγμένες μηχανές αναζήτησης (Google)
- Διαφήμιση – Προβολή (Blogs, προσωπικές ιστοσελίδες)

Ειδησεογραφικές σελίδες



Εγκυκλοπαιδικές γνώσεις

Βικιπαίδεια
Από τη Βικιπαίδεια, την ελεύθερη εγκυκλοπαίδεια

Λέσβος
Από τη Βικιπαίδεια, την ελεύθερη εγκυκλοπαίδεια

Αυτό το άρθρο ή η ενότητα δεν αναφέρει τις πηγές του ή δεν περιέχει επαρκείς παραπομπές.
Μπορείτε να βοηθήσετε τη Βικιπαίδεια προσθέτοντας κατάλληλες πηγές και παραπομπές που να υποστηρίζουν το άρθρο.
Η σύμβαση κοινοκρήτορας στις 13/05/2010.

Η **Λέσβος** (τουρκ. *Mai*) είναι Ελληνική νήσι στο Βορειοανατολικό Αιγαίο. Έχει το τρίτο σε μέγεθος ελληνικό νησί μετά την Κρήτη και την Σάμιο, με έκταση 1.636 τ.χ.μ. και ακτογραμμή 370 χ.μ. Το νησί έχει πληθυσμό 90.634 κατοίκους. Διαδικαστικά ανήκει στην Περιφέρεια Βορείου Αιγαίου και στον Νομό Λέσβου.

Πρωτεύουσά του νησιού καθώς και του ομώνυμου Νομού Λέσβου είναι η Μυτιλήνη, κτισμένη στο ναυκρασιακό όραμα του νησιού. Σήμερα έχει 26.000 κατοίκους, 20.000 κατοίκους με πρόσφατο κύμα, με πληθυσμό 27.287 κατοίκους (απογραφή 2001). Είναι όμορο του Νομού και της Περιφέρειας, καθώς και του Υπονόμιου Αιγαίου. Σημαντικές κωμόπολεις του νησιού είναι η Αγία Παρασκευή με 2.268 κατοίκους, η Αλιάκμονα με 2.408, η Καλλιθέα με 1.732, η Πυλαγόρα με 1.763 και η Παναγία με 3.377. Η Λέσβος θεωρείται πατρίδα του ούζου λόγω της εκτεταμένης αναπόλησής των κατοίκων με την ποσότητα. Αρκετές γνωστές μάρκες ούζου προέρχονται απ' το νησί.

Πίνακας περιεχομένων (επιπέδου)

- Διακριτική διάκριση
- Εθνικές
- Εμπειρικός Σύντομος
- 3.1 Ψηφιακό αρχείο EPT



Εξελιγμένες μηχανές αναζήτησης

Παγκόσμιος ιστός Εικόνες Εφαρμογές Ουλίες Γραμμάτια Gmail προσωπικό

Google ΕΛΛΑΔΑ

Αναζήτηση Google

Αναζήτηση © παγκόσμιο ιστός © σελίδες στα Ελληνικά © σελίδες από Ελλάδα

Προσγράψατε Διαφημίσεις · Επιχειρηματικές λύσεις · Τεχνικά με τη Google · Google.com in English

60000 - Αιμίσιον

Επικοινωνία

- Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο (Gmail, Hotmail, Yahoo κ.α.)
- Τηλεπικοινωνία (π.χ. Skype, Msn)
- Κοινωνική δικτύωση(Facebook, Hi5, MySpace κ.α.)
- Συνεργασία ομάδων

Διαφήμιση

ΝΟΜΑΡΧΙΑΚΗ ΑΥΤΟΔΙΟΙΚΗΣΗ ΛΕΣΒΟΥ

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ ΛΕΣΒΟΥ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ ΒΟΡΕΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ

Ανοητές φίλες, Ανοητοί φίλοι

Σας καλωσορίζουμε στο δικτυακό τόπο της Νομαρχιακής Αυτοδιοίκησης Λέσβου, ο οποίος αναγοτέτα παρέρωβον γνώριμολ με το νησί μολ, γονιμολ επικοινωνίας και ουσισατικού διαλογολ με τοιολ πολίτεολ.

Η Λέσβολ, η Αλιμνολ, ο Αη Εράτοηο είναι νησί με μοκαρινολ ιστορία, πλούσιο πολιτισμολ παρέρωβον, μοναδικό ουσικό περιβάλλον και εξαιρετικό γαστρονομικό κούλοτο.

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο

Gmail

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο

Τηλεπικοινωνία

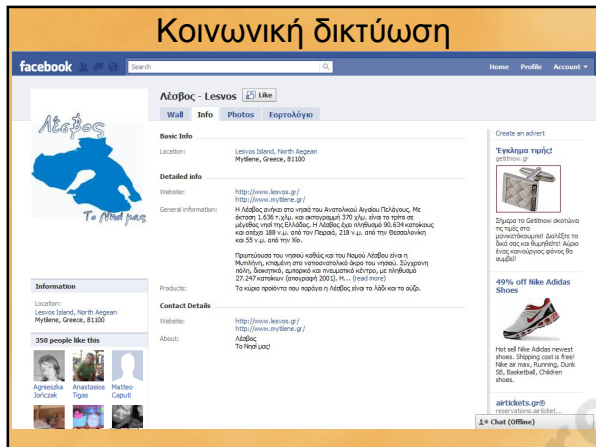
Barbara Anderson

Μηνύματα

Τηλεπικοινωνία

Τηλεπικοινωνία

Τηλεπικοινωνία



Διασκέδαση

- Μουσική, Κινηματογράφος
- Βίντεο από όλο τον κόσμο (YouTube)
- Τηλεόραση, Ραδιόφωνο (BBC, ανεξάρτητοι σταθμοί).
- Διαδίκτυακά on-line παιχνίδια.

Ηλεκτρονικές αγορές-πωλήσεις

- Χαμηλού κόστους διαφήμιση και εμπορεία.
- Προσωποποιημένο marketing (MySpace, Facebook κ.α.).
- Σημαντικότερες διευθύνσεις:
 - e-bay.com
 - Amazon.co.uk
 - Nike.com κ.α.!

Πρόσβαση από παντού!

- Τερματικά – Υπολογιστές ανά τον κόσμο.
- Εργασία από το σπίτι.
- Διαχείριση εταιρικών υπολογιστών με απομακρυσμένη πρόσβαση. (VPN)
- Ασφαλείς συνδέσεις μέσω αποκρυπτογράφησης, αυθεντικοποίησης κ.α.

Περισσότερες πληροφορίες

- www.google.com
- en.wikipedia.org

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 10:30 – 10:45 Χαιρετισμοί
- 10:45 – 11:00 Γνωρίζοντας το Διαδίκτυο: Δυνατότητες και Οφέλη
Ομιλητής: Δημήτρης Βαμβακάς, Καθηγητής Πληροφορικής
- 11:15 – 11:30 **Οι έφηβοι και καταστάσεις που μπορούν να συναντήσουν κατά την πλοήγησή τους στο Διαδίκτυο**
Ομιλητής: Χριστόφορος Μουρουγιάννης, Καθηγητής Πληροφορικής
- 11:30 – 11:45 Εκφοβισμός και Παρενόχληση στο Διαδίκτυο (Cyber bullying)
Ομιλήτρια: Αναστασία Πετράκη Κοινωνιολόγος
- 11:45 – 12:05 Εξάρτηση από το Διαδίκτυο: Μια νέα μορφή διαταραχής με παλιές γνώριμες ρίζες
Ομιλήτριες: Ελένη Καραγεωργίου, Κλινική και Κοινωνική Ψυχολόγος και Γιώτα Ψύρρα, Ψυχολόγος
- 12:05 – 12:20 Ασφαλής χρήση του Διαδικτύου
Ομιλητής: Τιμοθέων Θεοφανέλλης, Σχολικός Σύμβουλος Πληροφορικής
- 12:20 – 12:45 Τοποθετήσεις – Συζήτηση

ΕΦΗΒΟΙ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

ΟΙ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΠΟΥ
ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΣΥΝΑΝΤΗΣΟΥΝ
ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΠΛΟΗΓΗΣΗ ΤΟΥΣ
ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ (INTERNET)

Χριστόφορος Μουρουγιάννης MSc

5^ο Γενικό Λύκειο Μυτιλήνης
Μυτιλήνη, 12/02/2011

ΕΙΣΑΓΩΓΗ (I)

- Τον Δεκέμβριο του 2010, 82 μαθητές της Α' Λυκείου του 5ου Γενικού Λυκείου Μυτιλήνης ρωτήθηκαν για την χρήση του Ηλεκτρονικού Υπολογιστή (Η/Υ) και του Διαδικτύου (Internet).

ΕΙΣΑΓΩΓΗ (II)

- Αρχικά τους ζητήθηκε να αναφέρουν: 4 – 5 ερωτήσεις/θέματα/προβληματισμούς αναφορικά με την χρήση του Η/Υ και του Internet.
- Έπειτα, ζητήθηκε να αναφέρουν περιστατικά που έχουν συμβεί στους ίδιους ή σε συγγενή, φίλο ή γνωστό τους κατά την πλοήγησή τους στο Διαδίκτυο.

Έφηβοι και Διαδίκτυο

Διαπιστώσεις

Έφηβοι και Η/Υ: Διαπιστώσεις (I)

- Το σύνολο των μαθητών έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο από το σπίτι τους και/ή επισκέπτονται Internet café.
- Καθημερινή χρήση διαδικτύου 1 – 2 ώρες.
- Συχνά «ξεχνιούνται» μπροστά στην οθόνη του Η/Υ.
- Χρήση Η/Υ πέρα του διαδικτύου:
 - Γράψιμο εργασιών σε Word και PowerPoint
 - Off line παιχνίδια.

Έφηβοι και Η/Υ: Διαπιστώσεις (II)

- Χρήση Διαδικτύου
 - Αναζήτησης πληροφοριών (Google)
 - Κοινωνική δικτύωση (Facebook, Hi5, Zoo, MSN)
 - On line παιχνίδια (DotA, Lineage, Starcraft)
 - Youtube (για να ακούνε/βλέπουν ή να κατεβάζουν μουσική)
 - Ιστοτόπους για αθλητική επικαιρότητα
 - Ιστότοποι για να κατεβάζουν παράνομο υλικό καθώς και σελίδες πορνογραφικού περιεχομένου.

Έφηβοι και Η/Υ: Διαπιστώσεις (III)

- Γνωριμίες μέσω Διαδικτύου
 - Οι περισσότεροι κάνουν «σύμμαχους» μέσω των on line games
 - και στην συνέχεια τους προσθέτουν ως φίλους στο Facebook,
 - από φίλους φίλων τους στο Facebook.

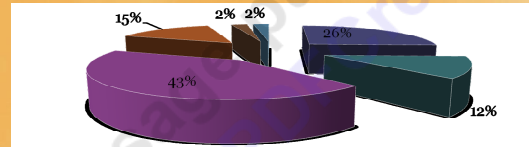
Έφηβοι αντιμέτωποι με το Διαδίκτυο

Η Πραγματικότητα με Αριθμούς

Διαδίκτυο Vs. Εφήβων

Κίνδυνοι στο Διαδίκτυο

- ΔΕ/ΔΑ
- Εθισμός
- Cyber Bulling & Fake Accounts
- Grouving
- Προσωπικά δεδομένα
- Virus Files



ΙΣΤΟΡΙΕΣ

Έφηβοι και Διαδίκτυο

ΙΣΤΟΡΙΑ 1^η (Cyber bullying)

- «Μαθήτρια γυμνασίου, μέσω του Hi5, γνώρισε κάποιον και αυτός κάποια στιγμή της ζήτησε το κινητό μίας κοινής φίλης, η ίδια δεν το γνώριζε (ή απλά δεν θέλησε να του το δώσει), αυτός την απείλησε και στην συνέχεια ανέβασε video με τις φωτογραφίες της στο youtube με συκοφαντικό τίτλο».

ΙΣΤΟΡΙΑ 2^η (Cyber bullying)

- «Μαθητής δέχτηκε αίτημα φιλίας από κάποια άγνωστη, μέσω του MSN Messenger... Ενώ αρχικά δέχθηκε το αίτημα φιλίας στην συνέχεια ένωσε άβολα και την διέγραψε γιατί από την πρώτη μέρα που άρχισαν να μιλάνε δεχόταν ανήθικες προτάσεις».

ΙΣΤΟΡΙΑ 3^η (Cyber bullying)

- «Μαθητής κατά την διάρκεια οη line παιχνιδιού δέχτηκε υβριστική επίθεση και ανταπέδωσε με τον ίδιο τρόπο».

ΙΣΤΟΡΙΑ 4^η (Fake Accounts)

- «Μαθητής μέσω Facebook γνώρισε μαθήτριά από άλλη περιοχή της Ελλάδος και μιλούσε καθημερινά μαζί της. Κάποια στιγμή χώρισε από σχέση που είχε 1 χρόνο εξαιτίας αυτής της κοπέλας. Όμως, στην συνέχεια, αυτή ξεκίνησε να ζητάει κάρτες για το κινητό της... Εκείνος ρωτώντας κοινούς φίλους στο FB έμαθε ότι ο λογαριασμός αυτός ήταν fake (ψεύτικος)».

ΙΣΤΟΡΙΑ 5^η (Cyber bullying)

- «Μαθητής μέσω σελίδας κοινωνικής δικτύωσης γνώρισε την «γυναίκα της ζωής του»! Όταν κάποια στιγμή αντάλλαξαν αριθμούς κινητών και αποφάσισαν να συναντηθούν ... βρέθηκε απέναντι σε μια ολόκληρη παρέα που του πήρε το κινητό τηλέφωνο και τα χρήματά του».

ΙΣΤΟΡΙΑ 6^η (Εθισμός)

- «Ο 12χρονος αδερφός μαθητή καθόταν συχνά 1-2 ώρες μπροστά στον Η/Υ... Κάποια μέρα καθόταν από τις 8 το βράδυ μέχρι τις 7 το άλλο πρωί. Κατά την περίοδο αυτή δεν τρεφόταν σωστά και είχε χάσει κιλά».

ΙΣΤΟΡΙΑ 7^η (Grooving)

- «Μαθήτριά γνώρισε κάποιον 'συνομήλικο' της μέσω σελίδας κοινωνικής δικτύωσης. Όταν αργότερα της ζητήθηκε να βρεθούνε από κοντά μια φίλης της είπε να προσέχει. Στο ραντεβού που κανόνισαν πήγε από μακριά, στο σημείο του ραντεβού την περίμενε ένας κύριος μεγαλύτερης ηλικίας... Η μαθήτριά έφυγε και τον διέγραψε από την λίστα επαφών της».

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ

- Ας γυρίσουμε λίγο στην « 1^η Ιστορία » ...
- «*Μαθήτρια γυμνασίου, μέσω του Hi5, γνώρισε κάποιον και αυτός κάποια στιγμή της ζήτησε το κινητό μίας κοινής φίλης, η ίδια δεν το γνώριζε (ή απλά δεν θέλησε να του το δώσει), αυτός την απείλησε και στην συνέχεια ανέβασε video με τις φωτογραφίες της στο Youtube με συκοφαντικό τίτλο.*».

Έφηβοι και Διαδίκτυο - Υπό Όρους:

- Οι γονείς πρέπει πρώτοι να 'γνωρίζουν'
- Σωστή πληροφόρηση και ενημέρωση για τους κινδύνους κατά τη χρήση του διαδικτύου:
 - Προσωπικά Δεδομένα
 - Κίνδυνοι από 'γνωριμία' με αγνώστους
 - Εθισμός
 - Εκφοβισμός (Cyber bullying)

Κλείνοντας....

Η Ασφαλή Χρήση του Διαδικτύου Απαιτεί:

Διαρκή και σωστή ενημέρωση από ειδικούς...

Ευχαριστώ για την προσοχή σας.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 10:30 – 10:45 Χαιρετισμοί
- 10:45 – 11:00 Γνωρίζοντας το Διαδίκτυο: Δυνατότητες και Οφέλη
Ομιλητής: Δημήτρης Βαμβακάς, Καθηγητής Πληροφορικής
- 11:15 – 11:30 Οι έφηβοι και καταστάσεις που μπορούν να συναντήσουν κατά την πλοήγησή τους στο Διαδίκτυο
Ομιλητής: Χριστόφορος Μουρουγιάννης, Καθηγητής Πληροφορικής.
- 11:30 – 11:45 Εκφοβισμός και Παρενόχληση στο Διαδίκτυο (Cyber bullying)
Ομιλήτρια: Αναστασία Πετράκη, Κοινωνιολόγος.
- 11:45 – 12:05 Εξάρτηση από το Διαδίκτυο: Μια νέα μορφή διαταραχής με παλιές γνώριμες ρίζες
Ομιλήτριες: Ελένη Καραγεωργίου, Κλινική και Κοινωνική Ψυχολόγος και Γιώτα Ψύρρα, Ψυχολόγος.
- 12:05 – 12:20 Ασφαλή χρήση του Διαδικτύου
Ομιλητής: Τιμολέων Θεοφανέλλης, Σχολικός Σύμβουλος Πληροφορικής.
- 12:20 – 12:45 Τοποθετήσεις – Συζήτηση

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 10:30 – 10:45 Χαιρετισμοί
- 10:45 – 11:00 Γνωρίζοντας το Διαδίκτυο: Δυνατότητες και Οφέλη
Ομιλητής: Δημήτρης Βαμβακάς, Καθηγητής Πληροφορικής
- 11:15 – 11:30 Οι έφηβοι και καταστάσεις που μπορούν να συναντήσουν κατά την πλοήγησή τους στο Διαδίκτυο
Ομιλητής: Χριστόφορος Μουρουγιάννης, Καθηγητής Πληροφορικής.
- 11:30 – 11:45 Εκφοβισμός και Παρενόχληση στο Διαδίκτυο (Cyber bullying)
Ομιλήτρια: Αναστασία Πετράκη Κοινωνιολόγος.
- 11:45 – 12:05 Εξάρτηση από το Διαδίκτυο: Μια νέα μορφή διαταραχής με παλιές γνώριμες ρίζες
Ομιλήτριες: Ελένη Καραγεωργίου, Κλινική και Κοινωνική Ψυχολόγος και Γιώτα Ψύρρα, Ψυχολόγος.
- 12:05 – 12:20 Ασφαλή χρήση του Διαδικτύου
Ομιλητής: Τιμολέων Θεοφανέλλης, Σχολικός Σύμβουλος Πληροφορικής.
- 12:20 – 12:45 Τοποθετήσεις – Συζήτηση

**ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ & ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑ
ΤΩΝ ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ Ν. ΛΕΣΒΟΥ
«ΠΙΝΟΗ»**

Ελένη Καραγεωργίου, Κλινική και
Κοινωνική Ψυχολόγος

Γιώτα Ψύρρα, Ψυχολόγος



Σε συνεργασία με τον Οργανισμό Κατά των Ναρκωτικών - OKANA

Εξάρτηση από το διαδίκτυο

Μια νέα μορφή διαταραχής με παλιές γνώριμες ρίζες



Ορισμοί:

«Εξάρτηση από το διαδίκτυο είναι η αδυναμία ελέγχου της χρήσης του ιστού, που οδηγεί σε αισθήματα πίεσης, άγχους και δυσλειτουργικές συμπεριφορές σε καθημερινές δραστηριότητες»

«Η παρορμητική υπερχρήση του διαδικτύου, της οποίας η στέρηση ακολουθείται από ευερέθιστη ή δυσθυμική συμπεριφορά»

Έχουν αναγνωριστεί πέντε τύποι εξάρτησης από το internet :

- Εξάρτηση από το σεξ μέσω internet
- Εξάρτηση από την δημιουργία σχέσεων μέσω internet
- Παρορμητικοί τρόποι χρήσης του διαδικτύου
- Καταιγισμός – φόρτος πληροφοριών
- Εξάρτηση από τον υπολογιστή



Διαγνωστικά κριτήρια (ενδεικτικά)

- Μία ανάγκη για αυξημένο χρόνο παραμονής σε σύνδεση ώστε να επιτευχθεί ένα επίπεδο ικανοποίησης
- Επανελημμένες αποτυχημένες προσπάθειες περικοπής του χρόνου παραμονής
- Ευερεθιστότητα, κατάθλιψη ή ύφεση της διάθεσης όταν η χρήση περιορίζεται
- Διακινδύνευση μίας σχέσης ή μίας εργασίας εξαιτίας της χρήσης του ιστού
- Ψευδείς δηλώσεις στους άλλους σε σχέση με τον πραγματικό χρόνο χρήσης και
- Παραμονή στη σύνδεση ως ένας τρόπος ρύθμισης της διάθεσης.

Φάσεις εξάρτησης

1^η φάση : Εμπλοκή

2^η φάση : Υποκατάσταση

3^η φάση : Απόδραση

Αίτια

Α. Θεωρίες που εστιάζουν στο άτομο



• Μηχανισμός διαχείρισης του άγχους.

• Ανάγκη μετριασμού έντονων αρνητικών συναισθημάτων

Αίτια

Α. Θεωρίες που εστιάζουν στο άτομο

• Κοινωνική φοβία

• Ατυπη διαταραχή του ελέγχου των παρορμήσεων.

• Στα πλαίσια των ψυχαναγκαστικών-καταναγκαστικών διαταραχών.

• Στα πλαίσια μιας διαταραχής διάσπασης προσοχής – υπερκινητικότητας.

Β. Κοινωνικά αίτια

• Καλή επαφή και προσαρμογή των νέων στις νέες τεχνολογίες χωρίς όμως κατάλληλη **καθοδήγηση**

• Έλλειψη κοινωνικής συνεκτικότητας, κρίση θεσμού οικογένειας, υπεραπασχόληση γονέων

• Έλλειψη φυσικών χώρων άσκησης και ψυχαγωγίας στις μεγάλες πόλεις

• Έλλειψη ενδιαφερόντων τρόπων ψυχαγωγίας και εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων στην επαρχία

• Φάσμα ανεργίας

Γ. Χαρακτηριστικά του Ιντερνετ

• Διαδραστικός χαρακτήρας

• Κοινωνικοποιητική του δυνατότητα

• Δυνατότητα αντιπαράθεσης με άλλους, παράλληλα ηλεκτρονικά παρόντες, παίχτες

Σημάδια ανησυχίας

Α. Σε παιδιά και εφήβους:



• Υπερβολική κόπωση

• Μειωμένη ανταπόκριση στις σχολικές υποχρεώσεις

• Ελάττωση του ενδιαφέροντος για εξωσχολικές δραστηριότητες, χόμπι κ.λ.π.

• Απόσυρση από τους φίλους

• Ανυπακοή και ξεσπάσματα

Σημάδια ανησυχίας

Β. Σε ενήλικες

- Έλλειψη ύπνου και υπερβολική κόπωση
- Μειωμένη ανταπόκριση σε ακαδημαϊκές ή εργασιακές υποχρεώσεις
- Μείωση της επένδυσης στη σχέση με το/τη σύντροφο
- Απάθεια, ευερεθιστότητα όταν το άτομο είναι εκτός δικτύου
- Άρνηση της σοβαρότητας του προβλήματος

Συνέπειες:

- Ακαδημαϊκά προβλήματα –σχολική αποτυχία – επαγγελματικά προβλήματα
- Κοινωνική απομόνωση
- Οικογενειακά προβλήματα
- Οικονομικό αδιέξοδο
- Προβλήματα της σφάρας της ψυχικής υγείας
- Παραμέληση εμφάνισης, ατομικής υγιεινής
- Προβλήματα υγείας
- Μοναξιά
- Συνολικά χαμηλή ποιότητα ζωής

Προβλήματα υγείας



- Σύνδρομο καρπιαίου σωλήνα
- Ξηρότητα των ματιών, κακή όραση
- Πόνοι στην πλάτη και τον αυχένα, ισχυροί πονοκέφαλοι
- Αύξηση ή απώλεια βάρους
- Διαταραχές ύπνου
- Διαταραχή των καρδιακών ρυθμών

Έκταση του φαινομένου

Στην Ελλάδα η πρόσβαση στο διαδίκτυο σε νεαρά άτομα είναι της τάξης του 90%, 76% του γενικού πληθυσμού.

Εκτιμάται ότι το ποσοστό των ατόμων που εθίζονται στο διαδίκτυο κυμαίνεται μεταξύ 1% και 5% των χρηστών.

Στην Αμερική το ποσοστό των εθισμένων στο internet εκτιμάται στο 5.7%. Στην Κίνα το ποσοστό είναι αντίστοιχο.

Δομές υποστήριξης στην Ελλάδα

- Μονάδα Εφηβικής Υγείας του Πανεπιστημίου Αθηνών «Αγλαΐα Κυριακού»
- Εξειδικευμένο Ψυχιατρικό Ιατρείο, Παιδοψυχιατρικό τμήμα Ιπποκράτειο Γενικού Νοσοκομείου Θεσσαλονίκης
- Τμήμα Θεραπείας και Αντιμετώπισης προβληματικής χρήσης διαδικτύου για Ενήλικες, Μονάδα Απεξάρτησης «18 άνω»

ΠΡΟΛΗΨΗ

Β. Στους ενήλικες



- Αναζήτηση άλλων δραστηριοτήτων
- Χρήση internet για συγκεκριμένους σκοπούς
- Χτίσιμο σχέσεων στην «πραγματική ζωή»
- Εξέταση των ζητημάτων που αποκρύπτονται
- Διατήρηση επαφής με τον κόσμο εκτός διαδικτύου

ΠΡΟΛΗΨΗ

Α. στα παιδιά (από γονείς και εκπαιδευτικούς)

- Υιοθέτηση κοινής γραμμής
- Πρόγραμμα χρήσης του Internet
- Θέσπιση λογικών κανόνων
- Υπολογιστής ορατός
- Ενθάρρυνση άλλων δραστηριοτήτων
- Αναζήτηση υποστήριξης από ειδικούς

Ευχαριστούμε...



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 10:30 – 10:45 Χαιρετισμοί
- 10:45 – 11:00 Γνωρίζοντας το Διαδίκτυο: Δυνατότητες και Οφέλη
Ομιλήτης: Δημήτρης Βαμβακάς, Καθηγητής Πληροφορικής
- 11:15 – 11:30 Οι έφηβοι και καταστάσεις που μπορούν να συναντήσουν κατά την πλοήγησή τους στο Διαδίκτυο
Ομιλήτης: Χριστόφορος Μουρουγιάννης, Καθηγητής Πληροφορικής.
- 11:30 – 11:45 Εκφοβισμός και Παρενόχληση στο Διαδίκτυο (Cyber bullying)
Ομιλήτρια: Αναστασία Πετράκη Κοινωνιολόγος.
- 11:45 – 12:05 Εξάρτηση από το Διαδίκτυο: Μια νέα μορφή διαταραχής με παλιές γνώριμες ρίζες
Ομιλήτριες: Ελένη Καραγεωργίου, Κλινική και Κοινωνική Ψυχολόγος και Γιώτα Ψύρρα, Ψυχολόγος.
- 12:05 – 12:20 Ασφαλής χρήση του Διαδικτύου
Ομιλήτης: Τιμολέων Θεοφανέλλης, Σχολικός Σύμβουλος Πληροφορικής.
- 12:20 – 12:45 Τοποθετήσεις – Συζήτηση

Διαδικτυωθείτε, αλλά μην Μπλέκτείτε...

Μοιράζομαι τη
κρίτικέ μου στο Διαδίκτυο μη
ταυτίζω τους διαδικτυακούς
μου φίλους όταν νιώθω
άβολα με κάτι!

Θυμάμαι πάντα
ότι οι κανόνες καλής
αυτοπεριφοράς ισχύουν
και στο διαδίκτυο!



Ασφαλής Χρήση του Διαδικτύου



Η γνώση είναι δύναμη !

Τιμολέων Θεοφανέλλης,
Σχολικός Σύμβουλος Πληροφορικής

Βασικά Στοιχεία

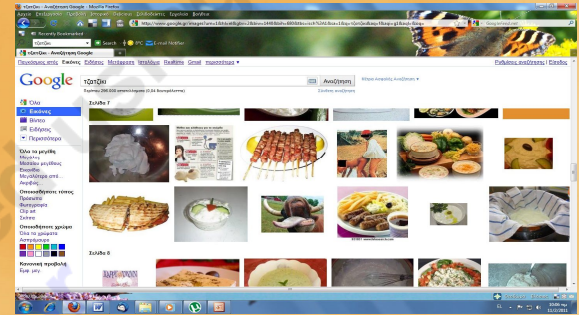


- υπολογιστής σε κοινόχρηστο χώρο
- καλή επικοινωνία γονέων με παιδιά
- ενημέρωση για απειλές, εκφοβισμούς ή παρενοχλήσεις
- ο Η/Υ ως ηλεκτρονική babysitter
- κανόνες χρήσης του Η/Υ (από κοινού)
- καταγγελία παράνομου περιεχομένου

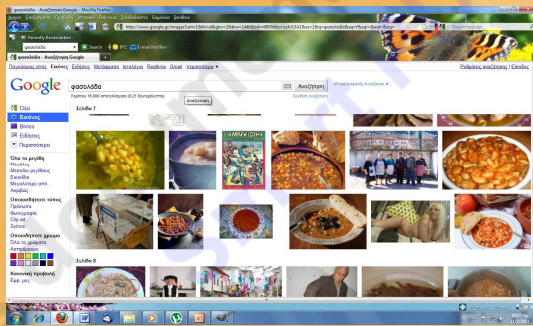
Αναζήτηση στο Διαδίκτυο



τζατζίκι



φασολάδα



Browsers για Παιδιά

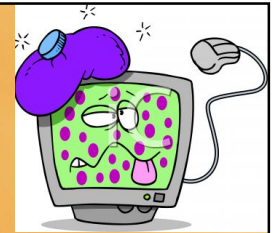


Ασφάλεια στην Ηλεκτρονική Αλληλογραφία (e-mail)

- δημοφιλής (οικονομική, ταχύτατη και αξιόπιστη)
- μεγάλη διάδοση
- μια από τις πιο ευάλωτες υπηρεσίες του Διαδικτύου
- τα σημαντικότερα προβλήματα που μπορεί να αντιμετωπίσει ένας χρήστης ηλεκτρονικού ταχυδρομείου είναι:



λοί



- δεν ανοίγουμε
 - μηνύματα τα οποία προέρχονται από άγνωστο αποστολέα
 - προεκτάσεις .exe, .com, .vbs, .dll, .sh, .bat κ.ά.
 - ύποπτο θέμα

CONGRATULATIONS YOU WON 1,000,000,00 €

Ενοχλητική Αλληλογραφία (spam mail)

- μηνύματα ενοχλητικά ή και δυσάρεστα
 - "remove me from the mailing list"
- φίλτρα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου
- προγράμματα προστασίας



Μηνύματα Απατηλού Περιεχομένου (hoaxes)

- **μηνύματα: προειδοποιητικά, συμπαράστασης ή εκφοβισμού**
- **κίνδυνοι:**
 - τεράστια διάδοση
 - επιβάρυνση λογαριασμών
 - δημοσιοποίηση πολλών emails (BCC)
- «**στείλτε αυτό το μήνυμα σε όσο περισσότερους χρήστες γνωρίζετε**»
- ανγνωση, διαγραφή και όχι προώθηση



Οικονομική Εξαπάτηση (phishing)

πχ επιβεβαίωση τραπεζικού λογαριασμού



browsers τεχνολογία anti-phishing

Προστασία Προσωπικών Δεδομένων

- **μη** αποστολή με email (αριθμό κάρτας, προσωπικά στοιχεία κ.ά)
- **μη** «απομνημόνευση του user name σε αυτόν τον υπολογιστή»

28 Ιανουαρίου 2010
4η Ευρωπαϊκή Ημέρα Προστασίας Προσωπικών Δεδομένων

Τα προσωπικά σου δεδομένα είναι πολύτιμα!

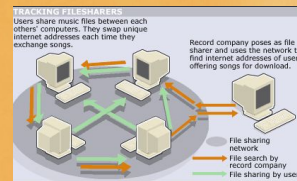
ΠΡΟΣΕΚ! πού τα δίνεις **ΡΩΤΑ!** για ποια σκοπό **ΜΑΒΕ!** πώς τα επεξεργάζονται

Ασφάλεια κατά το Chat



- εύκολος και ανέξοδος τρόπος επικοινωνίας με ανθρώπους σε όλον τον κόσμο
- Username= ανωνυμία
- λεκτική ή σεξουαλική παρενόχληση
- να **μη** αποκαλύπτονται:
 - Ταυτότητα
 - προσωπικά στοιχεία
 - φωτογραφίες
- αποφυγή συναντήσεων
- επικοινωνία με γνωστούς

Διαμοιρασμός Αρχείων



- πρόσβαση σε πορνογραφικό υλικό
- ασφάλεια - προσωπικά δεδομένα
- νομικά προβλήματα



Κανόνες Καλής / Σωστής Συμπεριφοράς στο Διαδίκτυο **Netiquette**

- έκφραση απόψεων με ήπιο τρόπο
- ευγένεια
- σεβασμός στην ιεραρχία
- παραδοχή λαθών
- πνεύμα συναδελφικότητας
- τα γραπτά μένουν



Τρόποι Προστασίας



Διαδικτυωθείτε, αλλά μην Μπλήξετε...

Νοιάζομαι πτε
τηπερίε μου στο Διαδίκτυο με
τους γονείς ή τους διακλάους
μου, ιδίως όταν νιώθω
άβολα με κάτι!

Θυμολμαι πάντα
ότι οι κανόνες καλής
συμπεριφοράς ισχύουν
και στο διαδίκτυο!



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 10:30 – 10:45 Χαιρετισμοί
- 10:45 – 11:00 Γνωρίζοντας το Διαδίκτυο: Δυνατότητες και Οφέλη
Ομιλητής: Δημήτρης Βαμβακάς, Καθηγητής Πληροφορικής
- 11:15 – 11:30 Οι έφηβοι και καταστάσεις που μπορούν να συναντήσουν
κατά την πλοήγησή τους στο Διαδίκτυο
Ομιλητής: Χριστόφορος Μουρουγιάννης, Καθηγητής Πληροφορικής.
- 11:30 – 11:45 Εκφοβισμός και Παρενόχληση στο Διαδίκτυο (Cyber
bullying)
Ομιλήτρια: Αναστασία Πετράκη Κοινωνιολόγος.
- 11:45 – 12:05 Εξάρτηση από το Διαδίκτυο: Μια νέα μορφή διαταραχής με
παλιές γνώριμες ρίζες
Ομιλήτριες: Ελένη Καραγεωργίου, Κλινική και Κοινωνική Ψυχολόγος και
Γιώτα Ψύρρα, Ψυχολόγος.
- 12:05 – 12:20 Ασφαλής χρήση του Διαδικτύου
Ομιλητής: Τιμολέων Θεοφανέλλης, Σχολικός Σύμβουλος Πληροφορικής.
- 12:20 – 12:45 Τοποθετήσεις – Συζήτηση