



ΜΑΖΙ ΓΙΑ ΕΝΑ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2021



Ξεκινούμε με ένα απόσπασμα από τη βιντεοσκόπηση
της ημερίδας

όπου η Πέππερ μιλά για τον σκοπό της διαδικτυακής
μας συνάντησης

<https://youtu.be/wanfSyeUSQ0?t=311>

(5:10-6:10)

Διαδικτυακή Ημερίδα

στο πλαίσιο της διεθνούς ημέρας
ασφαλούς διαδικτύου



Το διαδίκτυο έχει ανοίξει νέους ορίζοντες πληροφόρησης και επικοινωνίας στη ζωή μας, αλλά ταυτόχρονα ελλοχεύουν σε αυτό και σοβαροί κίνδυνοι.

Για παράδειγμα σας δίνουμε τα περιστατικά που αναφέρθηκαν στη γραμμή βοήθειας 1480, τους τελευταίους 3 μήνες του 2020, από τον Οκτώβριο μέχρι και τον Δεκέμβριο:

ΕΙΔΟΣ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΟΥ (με βάση το πρότυπο αναφορών της InSafe)	Αριθμός Αναφορών
Διαδικτυακός Εκφοβισμός	65
Ηλεκτρονικό Έγκλημα	61
Ψηφιακός Γραμματισμός / Εκπαίδευση	35
Τεχνική Υποστήριξη	25
Ιδιωτικότητα Δεδομένων	19
Sextortion	14
Διαδικτυακή Φήμη	10
Σεξουαλική Παρενόχληση	6
Πιθανώς Επιβλαβές Περιεχόμενο	3
Grooming	3
Sexting	2
Διαφήμιση / Εμπορευματοποίηση	1
Εκφράσεις Μίσους	1
Πολύωρη Ενασχόληση	1

Τι πρέπει να προσέξετε για να προστατέψετε τον εαυτό σας;



Όταν η συμπεριφορά σας δεν είναι ασφαλής, τότε βάζετε τον εαυτό σας σε κίνδυνο. Για παράδειγμα:

- Αν στέλνετε αγενή μηνύματα
- Αν διαμοιράζετε ακατάλληλες φωτογραφίες
- Αν συζητάτε θέματα για ενήλικες
- Αν επισκέπτεστε ακατάλληλες ιστοσελίδες

ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΟ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΣΧΕΤΙΖΕΤΑΙ ΜΕ

- Εγκληματικές δραστηριότητες
- Ρητορική μίσους - όπως συκοφαντίες ενάντια στη σεξουαλικότητα, τη φυλή ή τη θρησκεία κάποιου
- Άσεμνες ή προσβλητικές χειρονομίες
- Αποκαλυπτικές εικόνες
- Απειλές
- Χρήση ναρκωτικών





Δημοσιεύοντας τέτοια πράγματα στο διαδίκτυο μπορεί:

- **Να καταστρέψετε την εικόνα σας**
- **Να έρθετε αντιμέτωποι με τους γονείς σας, το σχολείο ή και με το νόμο**
- **Να βλάψετε μελλοντικές ευκαιρίες σας, όπως εισδοχή στο πανεπιστήμιο ή πρόσληψή σας σε μια δουλειά**

Πριν δημοσιεύσετε σκεφτείτε:

Μπορεί αυτό να επηρεάσει τις μελλοντικές μου ευκαιρίες, όπως υποτροφίες και απασχόληση;

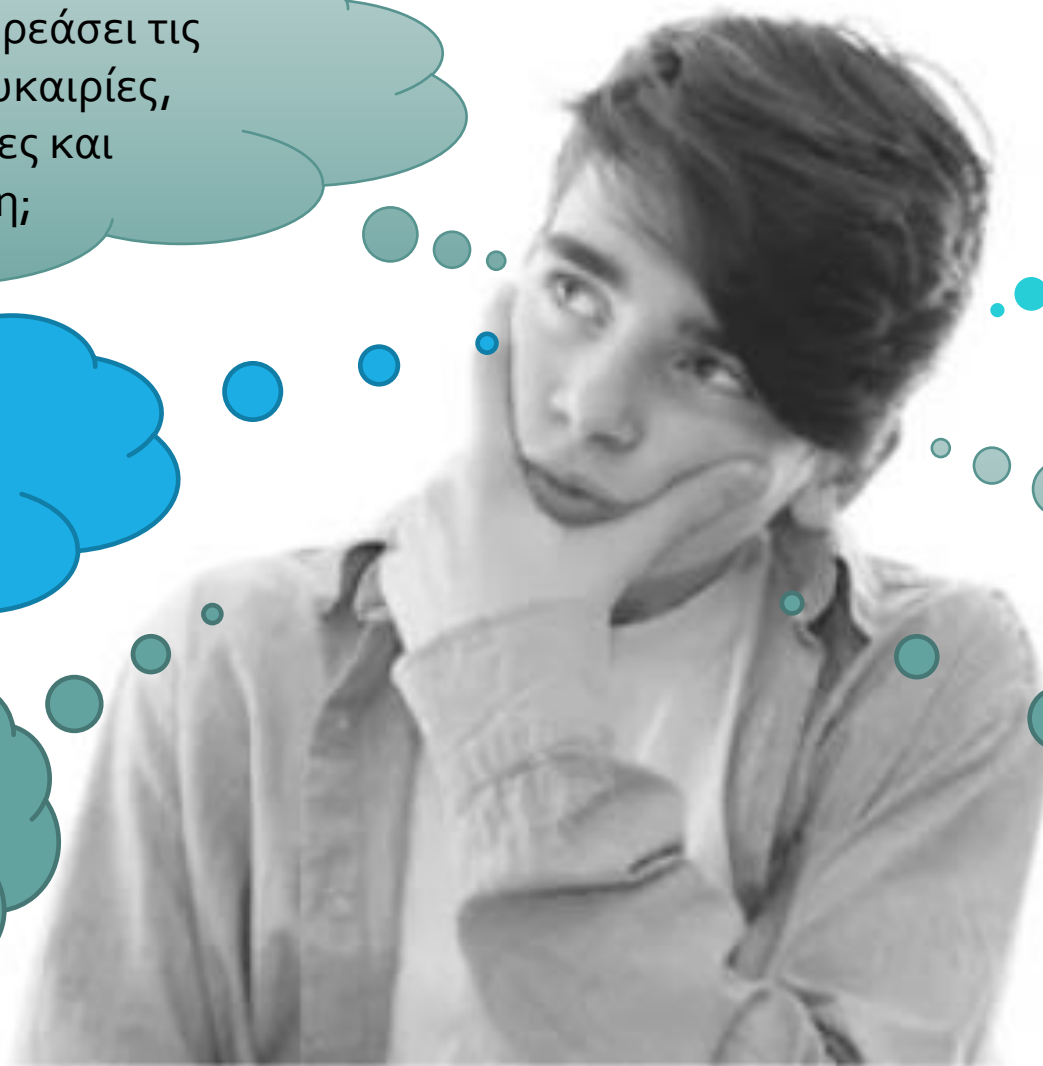
Τι λέει αυτό το περιεχόμενο για το είδος του ατόμου που είμαι;

Κάποιος μπορεί να πληγωθεί;

Οι ενήλικες γύρω μου πιστεύουν ότι αυτό είναι κατάλληλο;

Μήπως αυτό θα με βάλει σε μπελάδες;

Δίνει πληροφορίες για εμένα ή για κάποιο άλλο άτομο που δεν πρέπει να κοινοποιηθούν;





- Οι πληροφορίες που δημοσιεύετε μπορεί:
- Να διαδοθούν γρήγορα και σε πολλούς ανθρώπους
 - Να φτάσουν σε άτομα που δεν θέλουμε
 - Και μπορεί να μείνουν για πάντα!

Παρακολουθείστε τώρα απόσπασμα από την παρουσίαση του ηθοποιού Μάριου Αθανασίου που μας συμβουλεύει για το διαδίκτυο

<https://youtu.be/wanfSyeUSQQ?t=1620>

(βίντεο 27:00 -31:10)

ΠΡΟΣΤΑΤΕΨΤΕ ΤΙΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΑΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

- Βάλτε διαφορετικό κωδικό πρόσβασης για κάθε διαδικτυακό λογαριασμό
- Χρησιμοποιήστε τις ρυθμίσεις απορρήτου για να περιορίσετε ποιος έχει πρόσβαση στις πληροφορίες σας
- Προσέξτε ποιους κάνετε «φίλους» γιατί θα έχουν πρόσβαση σε ό,τι δημοσιεύετε
- Περιορίστε την πρόσβαση στην τοποθεσία σας - Πολλές υπηρεσίες και συσκευές διαθέτουν δυνατότητες GPS που σας επιτρέπουν να μοιράζεστε πού βρίσκεστε
- Βεβαιωθείτε ότι υπάρχει ένα σύμβολο κλειδαριάς ή "https" στη γραμμή διευθύνσεων ιστοτόπων όπου είναι απαραίτητο να δώσετε προσωπικές πληροφορίες
- Μην κοινοποιείτε τα προσωπικά στοιχεία των άλλων, για παράδειγμα, τον αριθμό τηλεφώνου ενός φίλου σας.
- Μην μοιράζεστε κωδικούς πρόσβασης, ακόμη και με στενούς φίλους ή φίλες



Διεύθυνση σπιτιού
Τοποθεσία

Τηλέφωνο
Email

Κωδικό
πρόσβασης

Μην πέσετε στην παγίδα του sexting

Το Sexting είναι ο διαμοιρασμός γυμνών ή προκλητικών φωτογραφιών και βίντεο μέσω μηνυμάτων.

Οι έφηβοι που ασχολούνται με το sexting συνήθως:

- Αστειεύονται με φίλους.
- Είναι σε μια σχέση, και ο ένας ζητά του άλλου μια φωτογραφία
- Προσπαθούν να εντυπωσιάσουν.



Sexting



ΑΠΟΚΑΛΥΠΤΙΚΗ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ ΜΠΟΡΕΙ

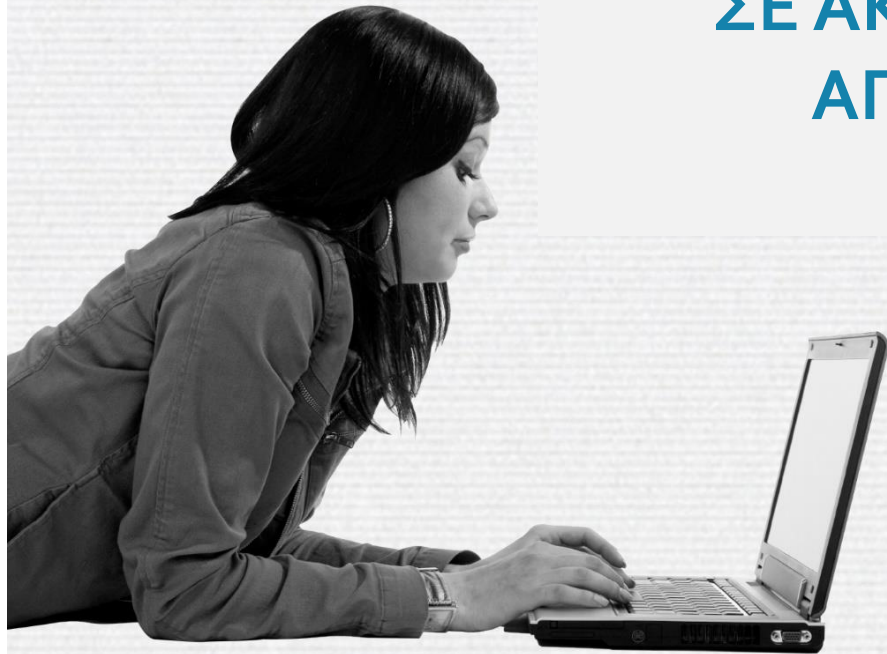
- Να διαμοιραστεί χωρίς την άδειά σας
- Να χρησιμοποιηθεί για να σας εκφοβίσουν
- Να χρησιμοποιηθεί για να σας εκβιάσουν για την αποστολή περισσότερων φωτογραφιών



- Άρα φωτογραφίες που δεν θα θέλατε να βλέπουν όλοι, μην τις βγάζετε
- Δεν δικαιούστε να προωθείτε τη φωτογραφία ή το βίντεο κάποιου άλλου
- Μην ζητάτε ή πιέζετε κανέναν να μοιραστεί μια εικόνα. Πολλοί έφηβοι στέλνουν μηνύματα επειδή τους το ζήτησε ένας φίλος ή μια φίλη.
- Αν έχουν δημοσιεύσει φωτογραφία σας χωρίς τη συγκατάθεσή σας
 - Συζητήστε με έναν ενήλικα που εμπιστεύεστε
 - Αναφέρετέ το στη Γραμμή Βοήθειας 1480

ΕΧΕΤΕ ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΝΑ ΠΕΙΤΕ

ΟΧΙ
ΣΕ ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΕΣ
ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ



ΠΩΣ ΝΑ ΑΠΑΝΤΗΣΕΤΕ

- Αποκλείετε (block) ή σταματάτε να έχετε φίλια (unfriend) με το άτομο που το έστειλε
- Αναφέρετε τυχόν ακατάλληλη συμπεριφορά στον ιστότοπο ή την εφαρμογή που χρησιμοποιείτε
- Μιλάτε με κάποιον π.χ. ένα φίλο, έναν μεγαλύτερο αδελφό ή έναν ενήλικα που εμπιστεύεστε



Grooming



Προσέξτε μην σας αποπλανήσουν

Κάποιος που θέλει να σας αποπλανήσει μπορεί:

- Να σας κολακεύει
- Να σας στέλνει δώρα
- Να συζητά θέματα ενηλίκων, όπως το σεξ
- Να ζητά να κρατήσετε μυστικά, όπως να μην λέτε σε κανέναν για τη σχέση σας
- Να σας στρέφει εναντίον της οικογένειας και των φίλων σας
- Να διαμοιράζεται ή να ζητά αποκαλυπτικές φωτογραφίες
- Να σας εκβιάζει

- Μην εμπλακείτε
- Αρνηθείτε να μιλήσετε μαζί τους και μην αποδεχτείτε ή μοιραστείτε φωτογραφίες σας
- Αποκλείστε τους
- Μην τους συναντήσετε
- Πείτε το σε έναν ενήλικα που εμπιστεύεστε
- Καταγγείλετέ τους στο 1480

**ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΔΙΚΟ ΣΑΣ ΤΟ
ΦΤΑΙΞΙΜΟ**



Παρακολουθήστε τώρα ακόμα ένα απόσπασμα από την παρουσίαση του ηθοποιού Μάριου Αθανασίου που μιλά για «Διαδικτυακό Εκφοβισμό»

<https://youtu.be/wanfSyeUSQQ?t=2031>

(βίντεο 33:50 -36:00)

Ο εκφοβισμός στο διαδίκτυο είναι η χρήση τεχνολογίας για εκφοβισμό κάποιου. Μερικά παραδείγματα είναι:

- Δημιουργία ομάδας μίσους για κάποιον
- Δημοσίευση άσχημων σχολίων για κάποιον
- Φωτογράφιση κάποιου για να τον ντροπιάσει
- Καταγραφή και δημοσίευση βίντεο τσακωμού
- Διάδοση φήμων και κουτσομπολιών μέσω μηνυμάτων κειμένου
- Κλοπή της ταυτότητας κάποιου για να δημιουργήσει ένα ψεύτικο προφίλ





Έφηβοι που υποφέρουν από εκφοβισμό μπορεί:

- Να έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση
- Να νιώθουν μόνοι και απομονωμένοι από τους φίλους και την οικογένεια
- Να μην νιώθουν άνετα να χρησιμοποιήσουν το διαδίκτυο ή να πάνε στο σχολείο

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ

- Μην απαντήσετε - Αυτό μπορεί να κάνει τα πράγματα χειρότερα.
- Δείτε τι επιλογές έχουν οι ιστότοποι και ο πάροχος κινητής τηλεφωνίας σας για τον αποκλεισμό άλλων χρηστών
- Δημιουργήστε νέους λογαριασμούς και βεβαιωθείτε ότι μόνο τα άτομα που εμπιστεύεστε μπορούν να επικοινωνήσουν μαζί σας.
- Υποβάλετε αναφορά - Πολλοί ιστότοποι έχουν όρους παροχής υπηρεσιών που απαγορεύουν τον διαδικτυακό εκφοβισμό και θα καταργήσουν προσβλητικές δημοσιεύσεις.
- Μιλήστε με έναν ενήλικα που εμπιστεύεστε

ΤΙ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ

- Καταγράψτε τι βλέπετε και πότε
- Μην ενθαρρύνετε εκφοβιστική συμπεριφορά π.χ. μην την κάνετε «like» και μην μοιράζεστε εκφοβιστικά σχόλια και αναρτήσεις
- Μην συμμετέχετε στον εκφοβισμό μόνο για να γίνετε αρεστοί
- Υποστηρίξτε το θύμα π.χ. στείλτε του ένα φιλικό μήνυμα, ή βάλτε μια θετική ανάρτηση στη σελίδα του ή κάνετε τον παρέα στο διάλειμμα
- Αναφέρετε τον εκφοβισμό στον ιστότοπο ή στον πάροχο υπηρεσιών και σε έναν ενήλικα που εμπιστεύεστε

Δημιουργήστε ένα ασφαλές και θετικό περιβάλλον με το να:

- Προσέχετε τι μοιράζεστε.
- Μην εκφοβίζετε ή ενθαρρύνετε τον εκφοβισμό στο διαδίκτυο
- Μη ζητάτε ή διαμοιράζεστε ακατάλληλο περιεχόμενο
- Αναφέρετε ακατάλληλη διαδικτυακή συμπεριφορά στο 1480



Τέλος, στο διαδίκτυο πρέπει να είμαστε προσεκτικοί τι διαβάζετε και τι αποδέχεστε ως έγκυρο και ασφαλές. Ανάμεσα στις πληροφορίες που βρίσκετε, υπάρχουν και ψευδείς ή αναληθή ή τροποποιημένες.



Παρακολουθείστε τώρα ένα διαδικτυακό θεατράκι από την Ομάδα Νέων CYberSafety Youth Panel με θέμα την παραπληροφόρηση και έπειτα απόσπασμα από την ομιλία του Δρ Θανάση Χατζηλάκου για την «Αντιμετώπιση της παραπληροφόρησης»

<https://youtu.be/wanfSyeUSQQ?t=5171>

(βίντεο 1:26:10 -1:29:22)

<https://youtu.be/wanfSyeUSQQ?t=5595>

(βίντεο 1:33:15 -1:34:50)

Τελειώνουμε με ένα βίντεο από την Ομάδα Νέων CYberSafety Youth Panel

<https://youtu.be/wanfSyeUSQQ?t=6503>

(1:48:22 - 1:50:14)

ή

<https://www.facebook.com/watch/?v=226081645201463>



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΠΕΡΑ ΧΩΡΙΟΥ-ΝΗΣΟΥ

- ♦ Δεν δημιουργώ λογαριασμό στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αν είμαι κάτω των 13 χρονών.



- ♦ Δεν μπαίνω σε ιστοσελίδες που αφορούν ηλικίες άνω των 18 ετών, χρησιμοποιώ τον κώδικα REGI.

Χρησιμοποιώ την Ελληνική γλώσσα στο γραπτό λόγο.

- ♦ Δεν χρησιμοποιώ το Διαδίκτυο πολλές ώρες, ειδικά το βράδυ στο υπνοδωμάτιο μου.
- ♦ Προσπαθώ να προσθέσω στη ζωή μου εναλλακτικές δραστηριότητες π.χ. Ποδηλασία, Ποδοσφαίρο κ.λ.π.
- ♦ Δεν δημοσιεύω προσωπικά δεδομένα π.χ. Φύλο, ηλικία, τηλ., διεύθυνση, φωτογραφίες μου ή φωτογραφίες άλλων και μάλιστα χωρίς τη συγκατάθεσή τους.
- ♦ Δεν δίνω τους κωδικούς μου, ούτε ακόμη και στον καλύτερο μου φίλο. Αν πιστεύω ότι κάποιος έμαθε τον κωδικό πρόσβασής μου, τον αλλάζω αμέσως.
- ♦ Χρησιμοποιώ μεγάλους κωδικούς που συνδυάζουν κεφαλαία και μικρά γράμματα, αριθμούς και ειδικούς χαρακτήρες.

- ♦ Αποσυνδέω πάντα τις εφαρμογές, όπου, για να συνδεθώ χρειάστηκε να βάλω τους κωδικούς του email.

- ♦ Ρυθμίζω το προφίλ μου, έτσι ώστε μόνο οι διαδικτυακοί μου φίλοι να μπορούν να δουν τις φωτογραφίες και τις δημοσιεύσεις μου.

- ♦ Δεν χρησιμοποιώ οποιαδήποτε προγράμματα στο Διαδίκτυο πριν σιγουρευτώ ότι είναι ασφαλή.

- ♦ Δεν ανοίγω δημοσιεύματα συμμετοχής σε διαγωνισμό, για να κερδίσω ένα προϊόν, γιατί είναι απλά μια διαδικτυακή απάτη.

- ♦ Δεν ανοίγω επισυναπτόμενα αρχεία σε μηνύματα που έχουν σταλεί από άγνωστο αποστολέα.

- ♦ Κάνω block άτομα που η συμπεριφορά τους με κάνει να νιώθω άβολα.

- ♦ Ενημερώνω αμέσως τους γονείς μου ή κάποιο ενήλικα που εμπιστεύομαι, αν δεχτώ απειλή ή εκφοβισμό από το Διαδίκτυο.



- ♦ Δεν αποδέχομαι αιτήματα από αγνώστους, δεν μιλάω και δεν συναντιέμαι μαζί τους.

Δεν δημοσιεύω ούτε αποστέλλω προκλητικές φωτογραφίες σε κανένα!

- ♦ Σέβομαι τα πνευματικά δικαιώματα και δεν αντιγράφω χωρίς να αναφέρω πηγές.



Προβληματίζομαι για τις συνέπειες των δικτυακών μου πράξεων και της δικτυακής μου φήμης.

- ♦ Δεν παρασύρομαι από διαδικτυακά παιχνίδια, για να αγοράζω προϊόντα, γιατί είναι δαπανηρές παγίδες που διαμορφώνουν εθιστικές και υλιστικές συμπεριφορές και με παρασύρουν στον καταναλωτισμό.
- ♦ Γνωρίζω πως ό,τι και να διαβάσω στο διαδίκτυο χρειάζεται πρώτα να ελέγξω την πηγή του και να το επιβεβαιώσω με έναν αξιόπιστο ενήλικα.



Περιφερειακό Γυμνάσιο
Πέρα Χωρίου-Νήσου

Επιμέλεια: Παντελίτσα Ζαμπά,
Ιφιγένεια Παναγιώτου
Καθηγήτριες Πληροφορικής Επαγγελματ. Η/Υ



ΠΗΓΕΣ

- <https://www.missingkids.org/netsmartz/resources>
- <https://www.cybersafety.cy/helpline-stats>
- <https://internetsafety.pi.ac.cy/SID2021>