



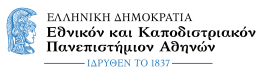
Θέματα & Συμβουλές για ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ στο ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Συμβουλές για μαθητές, γονείς και εκπαιδευτικούς



Erasmus+

2017-1-EL01-KA201-036242



Κυβερνο-εκφοβισμός

Ψηφιακό αποτύπωμα

Γονείς

Φροντίστε για τη δημιουργία σχέσης συνεργασίας και εμπιστοσύνης με τα παιδιά σας

Ελέγξτε πιθανή αλλαγή της συμπεριφοράς των παιδιών σας που μπορεί να υποκρύπτει εκφοβισμό

Βοηθήστε τα παιδιά σας να φιλτράρουν ηλεκτρονικά μηνύματα, να μπλοκάρουν την πρόσβαση στο ιστολόγιό τους, να αφαιρέσουν από τους καταλόγους των επαφών τους τα άτομα που τους παρενοχλούν

Προσπαθήστε να περιορίσετε το περιστατικό το συντομότερο δυνατό

Ενημερώστε το σχολείο για το περιστατικό και συνεργαστείτε μαζί του

Προσφέρετε το συντομότερο δυνατό την κατάλληλη υποστήριξη στα παιδιά σας, διασφαλίζοντας ότι δεν κινδυνεύει άμεσα η σωματική και η ψυχική τους υγεία

Εκπαιδευτικός

Αν γνωρίζετε τον θύτη, λάβετε μέτρα αλλαγής της στάσης και της συμπεριφοράς του

Προχωρήστε σε κατάσταση ψηφιακών συσκευών ενεργώντας σύμφωνα με το νόμο και τον κανονισμό του σχολείου

Ενημερώστε τα άλλα μέλη του προσωπικού, τους γονείς και τους κηδεμόνες, ανάλογα με την περίπτωση

Προσφέρετε βοήθεια στο θύμα ώστε να αισθάνεται ασφαλές και σίγουρο ότι δεν θα υπάρξει περιστατικό επανάληψης και ότι η σχολική κοινότητα έχει διδαχθεί από το περιστατικό

Καταγράψτε και τεκμηριώστε το περιστατικό εκφοβισμού

Μαθητές

Μη φανερώνεις στο διαδίκτυο τα πάντα για τον εαυτό σου

Μη δημοσιεύεις μηνύματα ή σχόλια με αρνητικό περιεχόμενο

Απέφυγε να δημοσιεύεις στο διαδίκτυο αν είσαι σε άσχημη ψυχολογική κατάσταση, διότι αργότερα μπορεί να το μετανιώσεις

Μη δημοσιεύεις φωτογραφίες ενώ βρίσκεσαι μακριά απ' το σπίτι

Διάγραψε λογαριασμούς κοινωνικών δικτύων που δεν χρησιμοποιείς

Σιγουρέψου ότι οι πληροφορίες που βλέπεις και μοιράζεσαι στο διαδίκτυο είναι νόμιμες και θετικές για εσένα και τους άλλους

Γονείς

Εξηγήστε στα παιδιά σας τι μπορούν να μοιράζονται, δημοσιεύουν, μεταφορτώνουν ή σε τι να λένε «μου αρέσει» στο διαδίκτυο

Εξηγήστε στα παιδιά σας ότι μηνύματα ή σχόλια με προκλητικό περιεχόμενο δημιουργούν αρνητικά αποτυπώματα

Λειτουργήστε ως πρότυπο για τα παιδιά σας, φροντίζοντας τη δική σας διαδικτυακή παρουσία και αφιερώστε χρόνο για κοινή διαδικτυακή δραστηριότητα με τα παιδιά σας

Συμβουλευτέ τα παιδιά σας να σας ενημερώνουν αν συναντήσουν στο διαδίκτυο κάτι που τους φοβίζει, τους στενοχωρεί, τους ανησυχεί ή τους εκθέτει

Εκπαιδευτικός

Δείξτε στους μαθητές παραδείγματα θετικού διαδικτυακού περιεχομένου

Οργανώστε μαθήματα και δραστηριότητες που να εστιάζουν στη σημασία των θετικών και αρνητικών αποτυπωμάτων για τη μετέπειτα ζωή των μαθητών

Βοηθήστε τους μαθητές να συνειδητοποιήσουν ότι πιθανά αρνητικά τους αποτυπώματα είναι ικανά να αποτελέσουν σοβαρά εμπόδια στις μελλοντικές κοινωνικές, προσωπικές και επαγγελματικές τους επιλογές

Εξηγήστε στους μαθητές ότι η υπερβολική έκθεση της ζωής τους στο διαδίκτυο οδηγεί τελικά στη μείωση της ατομικής τους ελευθερίας

Μαθητές

Σταμάτα αμέσως την επικοινωνία με το θύτη

Μην απαντάς και μην πράτεις αντίποινα

Μη προωθείς εκφοβιστικά ή απειλητικά μηνύματα

Κράτα αποδεικτικά στοιχεία του εκφοβισμού (φωτογραφίες, διαλόγους, μηνύματα κ.α.)

Εμπιστεύσου στους γονείς σου ή σε κάποιο ενήλικα τον εκφοβισμό που έχεις δεχθεί

Ψηφιακή φήμη



Γονείς

Γίνετε πρότυπα στα παιδιά σας

Διαχειριστείτε τα ψηφιακά αποτυπώματα των παιδιών σας

Προστατέψτε την ψηφιακή ιδιωτικότητα των παιδιών σας

Ενθαρρύνετε τα παιδιά σας να αναπτύξουν σωστή κρίση

Ενθαρρύνετε τα παιδιά σας να συζητούν μαζί σας για θέματα ψηφιακής ασφάλειας

Επιβλέψτε την ψηφιακή φήμη των παιδιών σας

Εκπαιδευτικός

Ενημερώστε τους μαθητές ότι το ψηφιακό τους προφίλ μένει μαζί τους για πάντα

Ενημερώστε τους μαθητές σας για την ιδιωτικότητά τους

Ενημερώστε τους μαθητές σας ότι οι ψηφιακές τους ενέργειες επηρεάζουν τους άλλους

Ενημερώστε τους μαθητές σας ότι οι προσωπικές τους πληροφορίες πρέπει να μένουν ιδιωτικές

Συμβουλευψτε τους μαθητές σας να έχουν ένα θετικό ψηφιακό απότυπωμα

Μαθητές

Σκέψου πριν δημοσιεύσεις

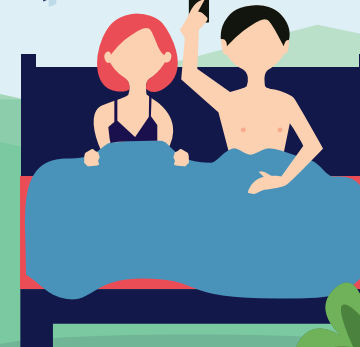
Απέφυγε να δημοσιεύσεις μη αρμόζουσες φωτογραφίες

Οι πληροφορίες που δημοσιεύεις είναι μόνιμες

Ασφάλισε τις προσωπικές ρυθμίσεις στις ψηφιακές σου συσκευές

Αναζήτησε τον εαυτό σου στο διαδίκτυο

Αποκάλυψη ιδιαίτερων φωτογραφιών



Γονείς

Ενημερωθείτε και συζητήστε με ψυχραιμία για τους κινδύνους από το ψηφιακό διαμοιρασμό προσωπικών φωτογραφιών/μηνυμάτων

Αν προκύψουν σοβαρά περιστατικά απευθυνθείτε σε ειδικευμένες υπηρεσίες ή οργανισμούς

Κρατήστε ανοιχτό κανάλι επικοινωνίας με τα παιδιά σχετικά με τις διαδικτυακές τους επιλογές και συνήθειες

Παρατηρήστε παράξενες συμπεριφορές και αλλαγές στα παιδιά σας

Συζητήστε και υποστηρίξτε τα παιδιά σας αν φαίνονται αγχωμένα και ντρέπονται να μιλήσουν

Μαθητές

Σκέψου καλά πριν βγάλεις μια γυμνή ή ημίγυμνη φωτογραφία

Θυμήσου ότι οι φωτογραφίες μπορεί μελλοντικά να διανεμηθούν σε πλήθος απόμων

Αν χωρίσεις με το αγόρι σου ή το κορίτσι σου, τί θα γίνουν οι φωτογραφίες;

Μήπως πιέζεις από τους συνομήλικούς σου για να είσαι «της μόδας»;

Εάν κλαπεί το κινητό σου, τί θα γίνουν οι φωτογραφίες σου;

Εκπαιδευτικός

Ενημερώστε τους μαθητές σας για το sexting

Ενθαρρύνετε τους να μιλήσουν σε έναν έμπιστο ενήλικα εάν λάβουν φωτογραφίες ή μηνύματα (ή αιτήματα για φωτογραφίες) που τους κάνουν να αισθάνονται άβολα

Αφηνίστε τους για τους κινδύνους

Δημιουργήστε μια κουλτούρα επικοινωνίας μεταξύ των μαθητών και του βασικού προσωπικού διδασκαλίας/υποστήριξης

Δείξτε στους μαθητές πώς να καταγγέλλουν μία ανάρμοστη συμπεριφορά

Σεξουαλικός εκβιασμός



Μαθητές

Να αποφεύγεις αιτήματα φιλίας από αγνώστους και να μην επικοινωνείς στο διαδίκτυο με άτομα τα οποία δεν γνωρίζεις

Να χρησιμοποιείς τη βιντεοκάμερα με ιδιαίτερη προσοχή

Ποτέ μην αποκαλύπτεις μπροστά στην βιντεοκάμερα «ιδιαιτέρα» σημεία του σώματός σου και ποτέ μη φέρεις μπροστά στην βιντεοκάμερα με τρόπο για τον οποίο αργότερα μπορεί να μετανιώσεις

Μη μοιράζεις, στέλνεις ή αναρτάς στο διαδίκτυο φωτογραφίες ή βίντεο με ευαίσθητο περιεχόμενο

Αν έχεις πέσει θύμα διαδικτυακού σεξουαλικού εξαναγκασμού ή εκβιασμού, σταμάτησε αμέσως την επικοινωνία με τον εκβιαστή και μοιράσου το πρόβλημα με κάποιο έμπιστο άτομο

Γονείς

Βοηθήστε τα παιδιά σας να κάνουν τις απαραίτητες ρυθμίσεις απορρήτου στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης

Αν τα παιδιά σας έχουν υποστεί διαδικτυακό σεξουαλικό εξαναγκασμό ή εκβιασμό συμπαρασταθείτε τους, μην τα κάνετε να αισθανθούν ενοχές, δημιουργήστε κλίμα εμπιστοσύνης και ασφάλειας και ρωτήστε τα αν θέλουν να μιλήσουν με κάποιον ειδικό

Αν τα παιδιά σας έχουν υποστεί διαδικτυακό σεξουαλικό εξαναγκασμό ή εκβιασμό και ο εκβιαστής είναι ανήλικος και ανήκει στο σχολικό περιβάλλον, ενημερώστε το σχολείο

Εκπαιδευτικοί

Επισημάνετε στους μαθητές ότι δεν πρέπει να μοιράζονται στο διαδίκτυο φωτογραφίες ή βίντεο με ευαίσθητο περιεχόμενο

Δείξτε στους μαθητές πώς να κάνουν τις απαραίτητες ρυθμίσεις απορρήτου στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης

Προτρέψτε τους μαθητές να χρησιμοποιούν ενημερωμένο λογισμικό προστασίας από κακόβουλο λογισμικό και να εγκαθιστούν τις τελευταίες ενημερώσεις ασφαλείας ώστε να μειώσουν την πιθανότητα ελέγχου της βιντεοκάμερας από κακόβουλα άτομα

Αν οι μαθητές έχουν υποστεί διαδικτυακό σεξουαλικό εξαναγκασμό ή εκβιασμό, δείξτε τους πώς να κρατήσουν αποδεικτικά στοιχεία και συνεργαστείτε με τους γονείς τους

Εθισμός στο διαδίκτυο



Μαθητές

Να είσαι ειλικρινής με τον εαυτό σου: παραδέξου το αν κινδυνεύεις από εθισμό στο διαδίκτυο

Θέσε μόνος/μόνη σου όρια στη χρήση του διαδικτύου (ειδικά βραδινές ώρες)

Να επιδιώκεις συμμετοχή σε δραστηριότητες χωρίς τη χρήση διαδικτύου – απόκτησε ένα χόμπι – βγες έξω με φίλους – πήγαινε για μια βόλτα

Δέξου ότι μηνύματα που λαμβάνεις μπορούν να μείνουν αναπάντητα

Θυμήσου: είναι μόνο ένα μέσο, οι άνθρωποι έχουν σημασία

Μίλα με γονείς/εκπαιδευτικούς/φίλους – ζήτη βοήθεια αν χρειάζεται

Γονείς

Θέστε όρια στη χρήση του διαδικτύου (ειδικά βραδινές ώρες) – όρια χρόνου και όγκου δεδομένων

Μιλήστε στα παιδιά σας για τον κίνδυνο εθισμού στο διαδίκτυο

Ασχοληθείτε με τα παιδιά σας – ενθαρρύνετε τα να βγουν έξω με φίλους και να αποκτήσουν μια ασχολία εκτός διαδικτύου

Προσπαθήστε να εντοπίσετε ξαφνικές αλλαγές στη συμπεριφορά τους (κούραση/αϋπνία, σημάδια κατάθλιψης κλπ)

Ζητήστε βοήθεια από ειδικούς

Εκπαιδευτικοί

Είστε παράδειγμα προς μίμηση

Μιλήστε στους μαθητές σας για τον εθισμό στο διαδίκτυο

Αφυπνίστε τους για τους κινδύνους

Προσπαθήστε να εντοπίσετε ξαφνικές αλλαγές στη συμπεριφορά τους (έλλειψη συγκέντρωσης, μείωση επιδόσεων στο σχολείο κλπ)

Συζητήστε το θέμα με γονείς και ειδικούς

Κλοπή ταυτότητας



Μαθητές

Εμπιστεύσου τους κωδικούς πρόσβασης στους λογαριασμούς σου (κοινωνικά δίκτυα, διαδικτυακές υπηρεσίες, e-mail) μόνο στους γονείς σου

Αλλάζε τακτικά τους κωδικούς πρόσβασης στους λογαριασμούς σου

Χρησιμοποίησε διαφορετικούς κωδικούς για κάθε διαδικτυακή υπηρεσία οι οποίοι να μη μοιάζουν μεταξύ τους

Αν κάποιος σου έχει κλέψει το λογαριασμό σου ή έχει δημιουργήσει ψεύτικο λογαριασμό με τα προσωπικά σου στοιχεία ή/και τη φωτογραφία σου ενημέρωσε αμέσως τους γονείς σου

Γονείς

Προτρέψτε τα παιδιά σας να μη μοιράζονται στο διαδίκτυο τα προσωπικά τους δεδομένα όπως το e-mail, τη διεύθυνση κατοικίας, το σχολείο ή το τηλέφωνό τους

Προτρέψτε τα παιδιά σας να μη συνδέονται σε διαδικτυακές υπηρεσίες που περιέχουν ευαίσθητα προσωπικά δεδομένα μέσω κοινόχρηστων δικτύων / υπολογιστών. Να προτιμούν αντίστοιχες εργασίες να τις πραγματοποιούν μέσω του ασφαλούς ιδιωτικού οικιακού δικτύου

Ανά τακτά χρονικά διαστήματα αναζητήστε τα παιδιά σας στο διαδίκτυο χρησιμοποιώντας μια μηχανή αναζήτησης

Αν σας γνωστοποιηθεί ότι κάποιος έχει κλέψει το λογαριασμό ή έχει δημιουργήσει ψεύτικο λογαριασμό με τα προσωπικά στοιχεία ή/και τη φωτογραφία του παιδιού σας, ελέγξτε την αλήθεια του ισχυρισμού και προχωρήστε σε δήλωση πλαστοπροσωπίας

Εκπαιδευτικοί

Επισημάνετε στους μαθητές σας να κάνουν αποσύνδεση από έναν διαδικτυακό τόπο, ιδιαίτερα αν χρησιμοποιούν κοινόχρηστο υπολογιστή.

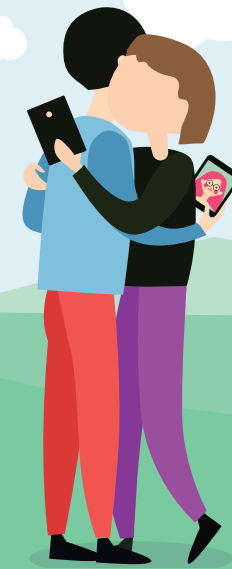
Διδάξτε στους μαθητές σας τρόπους υπεύθυνης διαχείρισης των κωδικών πρόσβασης στους λογαριασμούς τους

Δείξτε στους μαθητές πώς να εγκαθιστούν στον υπολογιστή τους πρόγραμμα προστασίας από κακόβουλο λογισμικό και πώς να το ενημερώνουν

Αν γνωρίζετε το άτομο που έχει κλέψει την ταυτότητα ενός μαθητή, ζητήστε του να σβήσει το λογαριασμό

Φροντίστε ώστε τα προσωπικά δεδομένα των μαθητών να αποθηκεύονται μόνο και για όσο χρονικό διάστημα είναι απαραίτητο και να διαγράφονται με ασφάλεια από τη συσκευή αποθήκευσης

Συνάντηση με ξένους



Γονείς

Δείξτε στα παιδιά σας τις επιλογές ασφαλείας που υπάρχουν στις ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης

Ενημερώστε τα ότι αυτός με τον οποίο μιλάνε διαδικτυακά, μπορεί να μην είναι αυτός που φαίνεται

Κρατήστε ανοιχτό κανάλι επικοινωνίας με τα παιδιά σχετικά με τις διαδικτυακές τους επιλογές και συνήθειες

Σιγουρευτείτε ότι γνωρίζετε με ποιον παίζει ή μιλάει διαδικτυακά

Σιγουρευτείτε ότι τα παιδιά σας γνωρίζουν ότι μπορούν να σας εμπιστευτούν σιδηρότατα τα απασχολεί χωρίς να φοβούνται ή να ντρέπονται

Μαθητές

Σκέψου καλά πριν ξεκινήσεις μια κουβέντα με άγνωστο στο διαδίκτυο

Οι φωτογραφίες στο λογαριασμό του "φίλου" μπορεί να είναι ψεύτικες

Μην δίνεις τα προσωπικά σου στοιχεία σε ένα δωμάτιο συνομιλίας

Αν μια συνομιλία σε κάνει να νιώσεις άβολα ή σε φέρνει σε δύσκολη θέση, κράτα αντίγραφο και κάνε καταγγελία σε ειδικευμένη υπηρεσία ή οργανισμό

Ζήτησε βοήθεια από έναν ενήλικα

Εκπαιδευτικοί

Ενημερώστε τους μαθητές για το ζήτημα «Συνάντηση με Ξένους»

Προειδοποιήστε τους μαθητές σας για τους κινδύνους όταν δίνουν τα προσωπικά τους στοιχεία σε ένα δωμάτιο συνομιλίας

Εμπλέξτε τους μαθητές σε συζητήσεις με αληθινά περιστατικά

Βοηθήστε τους μαθητές σας να καθορίσουν τα προσωπικά τους όρια και αν μια συνομιλία τους κάνει να νιώσουν άβολα ή τους φέρει σε δύσκολη θέση, να κρατήσουν αντίγραφο

Κακόβουλο λογισμικό



Μαθητές

Φρόντισε να εγκαθιστάς στο σύστημά σου τις τελευταίες ενημερώσεις του λειτουργικού συστήματός σου

Μην εγκαθιστάς στον υπολογιστή σου λογισμικό μη αξιόπιστης ή άγνωστης προέλευσης γιατί μπορεί να περιέχει ιούς

Να αποφεύγεις την περιήγησή σου σε άγνωστου και αμφιβόλου σκοπού ιστοσελίδες

Αγνόησε μηνύματα που ζητούν να απενεργοποιήσεις τα συστήματα ασφαλείας του υπολογιστή σου

Αν κατά την περιήγησή σου στο διαδίκτυο ανοίξει παράθυρο που σε καλεί να κάνεις διαδικτυακό έλεγχο για ιούς αγνόησέ το διότι πιθανότατα κρύβει προσπάθεια επίθεσης από κακόβουλο λογισμικό

Γονείς

Κάντε μαζί με τα παιδιά σας τακτικό έλεγχο του συστήματός τους για ανίχνευση/αφαίρεση κακόβουλου λογισμικού

Περιηγηθείτε μαζί με τα παιδιά σας στο διαδίκτυο και βοηθήστε τα να γνωρίσουν τους κινδύνους προσβολής από κακόβουλο λογισμικό και υποδείξτε τους τρόπους αντιμετώπισης κάθε απειλής

Συμβουλευτέ τα παιδιά σας για τους πιθανούς κινδύνους που έχουν οι εφαρμογές διανομής αρχείων όσον αφορά τη διακίνηση παράνομου ή μολυσματικού ψηφιακού υλικού

Συμβουλευτέ τα παιδιά σας να μην ανοίγουν e-mails που προέρχονται από άγνωστους αποστολείς και περιέχουν συνημμένα αρχεία

Ενημερώστε τα παιδιά σας ότι οι φορητές ψηφιακές συσκευές τους μπορούν να μολυνθούν από κακόβουλο λογισμικό

Εκπαιδευτικοί

Τονίστε στους μαθητές τη σημασία εγκατάστασης στον υπολογιστή τους λογισμικού κατά των ιών που να ενημερώνεται τακτικά και να βρίσκεται πάντα σε λειτουργία

Υλοποιήστε διδακτικά σενάρια που αφενός να βοηθούν τους μαθητές να γνωρίσουν τους κινδύνους προσβολής από κακόβουλο λογισμικό και αφετέρου να ανακαλύπτουν τρόπους αντιμετώπισής τους

Τονίστε στους μαθητές σας τη σημασία της τακτικής λήψης αντιγράφων ασφαλείας

Δημιουργήστε με τους μαθητές παραδείγματα ισχυρών κωδικών πρόσβασης στο σύστημα και στις διαδικτυακές υπηρεσίες και δώστε έμφαση στην ανάγκη τακτικής αλλαγής τους

Πλαστές ειδήσεις



Μαθητές

Σε μια ανάρτηση, έλεγξε την πηγή, τον συγγραφέα, την ημερομηνία, τα ορθογραφικά λάθη, τους υπερσυνδέσμους

Διασταύρωσε την είδηση με άλλες διαδικτυακές πηγές

Να είσαι παρατηρητικός/ή με την ψηφιακή πληροφορία (π.χ., φωτογραφίες) που βλέπεις

Μην κοινοποιείς πλαστές ειδήσεις

Μην εμπιστεύεσαι ό,τι βλέπεις ή διαβάζεις στο Διαδίκτυο

Γονείς

Συμβουλευτέ τα παιδιά να έχουν κριτική στάση για όσα βλέπουν ή διαβάζουν στο Διαδίκτυο.

Ενθαρρύνετε τα παιδιά να χρησιμοποιούν την κοινή λογική απέναντι σε ειδήσεις και πληροφορίες του Διαδικτύου.

Υπευθυμίστε στα παιδιά να απευθύνονται σε εσάς όταν δεν είναι σίγουρα για την εγκυρότητα μιας είδησης.

Προσδιορίστε με τα παιδιά σας τη διαφορά ανάμεσα στη λανθασμένη και την ψευδή είδηση

Ενθαρρύνετε τα παιδιά να κάνουν αναζήτηση σε περισσότερες από μία πηγές

Εκπαιδευτικοί

Καλλιεργήστε δεξιότητες κριτικής σκέψης στην τάξη

Διδάξτε στα παιδιά πώς να διακρίνουν το γεγονός από την άποψη

Αναζητήστε κατάλληλο εκπαιδευτικό υλικό για την αντιμετώπιση της παραπληροφόρησης και των πλαστών ειδήσεων

Συμβουλευτέ τους μαθητές πώς να πλοηγούνται με ασφάλεια στο διαδίκτυο και να αξιολογούν με σύνεση το ψηφιακό περιεχόμενο

Προσωπικά Δεδομένα

Ρητορική μίσους



Γονείς

Βάλτε όρια στα παιδιά σας

Προστατέψτε την ψηφιακή ιδιωτικότητα των παιδιών σας

Βάλτε όρια στα παιδιά σας για τον χρόνο χρήσης των κινητών συσκευών τους (π.χ., όγκος δεδομένων, μηνύματα κλπ)

Ενθαρρύνετε τα παιδιά σας να συζητούν μαζί σας για θέματα προσωπικών δεδομένων

Ενημερώστε και δείξτε στα παιδιά σας ότι είστε δίπλα τους αν κάνουν κάποιο λάθος σε σχέση με τα προσωπικά τους δεδομένα

Εκπαιδευτικόί

Να αποτελείτε παράδειγμα μίμησης για τους μαθητές σας σε σχέση με την προστασία των προσωπικών σας δεδομένων

Διδάξτε στους μαθητές σας ότι τα προσωπικά τους δεδομένα είναι πολύτιμα

Διδάξτε τους τη σημασία της προστασίας των κινητών συσκευών τους

Να ενημερώνεστε για τις εξελίξεις στην Τεχνολογία και στην προστασία των προσωπικών δεδομένων

Δώστε έμφαση και προτεραιότητα στην προστασία των προσωπικών κωδικών

Μαθητές

Συζητήσε με τους γονείς ή τους εκπαιδευτικούς σου και ζήτησε τη βοήθειά τους

Ανάφερε ή κατήγγειλε κρούσματα ρητορικής μίσους

Μπλόκαρε ή διάγραψε όσους υιοθετούν υβριστική και απειλητική συμπεριφορά

Μην κοινοποιείς αναρτήσεις που υποκινούν ή προάγουν το μίσος

Αντέδρασε, εκφράζοντας θετικά σχόλια και την αλληλεγγύη σου για τα άτομα ή τις ομάδες που θίγονται από τη ρητορική μίσους

Γονείς

Ξεκινήστε την συζήτηση για την ρητορική μίσους με αφορμή κάποιο γεγονός που δημοσιοποιήθηκε πρόσφατα

Καλλιεργήστε την ενσυναίσθηση και κατανόηση της διαφορετικότητας στα παιδιά σας

Συζητήστε και εξηγήστε τις οικογενειακές σας αξίες και πιστεύω σε θέματα ρατσισμού, ξενοφοβίας ή και άλλων μορφών μίσους και διαφορετικότητας

Διατηρήστε ανοιχτά τα κανάλια επικοινωνίας με τα παιδιά σας και βεβαιωθείτε ότι θα σας εμπιστευτούν για αυτά που τους προβληματίσαν στο Διαδίκτυο

Βοηθήστε τα παιδιά σας να αντιμετωπίσουν κριτικά το περιεχόμενο του Διαδικτύου

Εκπαιδευτικοί

Δείξτε στους μαθητές πώς να μπλοκάρουν ή να διαγράφουν όσους εκφράζουν ρητορική μίσους

Ενημερώστε τους μαθητές για Ευρωπαϊκές πολιτικές και εκπαιδευτικά εργαλεία καταπολέμησης της ρητορικής μίσους

Δώστε έμφαση στο αξιόπιστο περιεχόμενο του Διαδικτύου το οποίο αντιτίθεται στην ρητορική μίσους

Αντιμετωπίστε την ρητορική μίσους μέσα από την εκπαίδευση στα ανθρώπινα δικαιώματα

Παρακινήστε τους μαθητές σας να οργανώσουν και να συμμετάσχουν σε δράσεις και εκδηλώσεις ενάντια στη ρητορική μίσους

Μαθητές

Κράτα τους κωδικούς ασφαλείας σου κρυφούς

Σκέψου πριν δημοσιεύσεις

Μην ξεχνάς να αποσυνδέεσαι από λογαριασμούς ασφαλείας

Κράτα την ψηφιακή συσκευή σου ασφαλή

Ασφάλισε τις προσωπικές σου ρυθμίσεις

Διαδικτυακός εξτρεμισμός, ριζοσπαστικοποίηση



Γονείς

Μαθητές

Αντιμέτωπος με κριτική σκέψη την διαδικτυακή πληροφορία

Μπλόκαρε ιστοσελίδες που προωθούν προπαγανδιστικό υλικό

Συζήτησε άμεσα, με κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι, θέματα διαδικτυακού εξτρεμισμού

Αναζήτησε βοήθεια από τις αρμόδιες υπηρεσίες ή γραμμές υποστήριξης

Αν σε ανησυχεί η αλλαγή συμπεριφοράς ενός φίλου, ενημέρωσε κάποιο οικείο σου πρόσωπο

Αναζητήστε συμβουλές για το πώς προσεγγίζουμε τα παιδιά για το φαινόμενο της ριζοσπαστικοποίησης

Συζητήστε με τα παιδιά σας για την ριζοσπαστικοποίηση και τον εξτρεμισμό.

Προσπαθήστε να εντοπίσετε έγκαιρα ενδείξεις ριζοσπαστικοποίησης στα οικεία σας πρόσωπα

Εγκαταστήστε προγράμματα γονεϊκού ελέγχου για να εποπτεύετε την διαδικτυακή δραστηριότητα των παιδιών σας

Να είστε παρατηρητικοί με αλλαγές στη συμπεριφορά ή τις απόψεις των παιδιών σας

Εκπαιδευτικοί

Υλοποιήστε δραστηριότητες και εκδηλώσεις για την ευαισθητοποίηση στο θέμα της νεανικής ριζοσπαστικοποίησης

Αναζητήστε διδακτικά εργαλεία και υιοθετήστε καλές εκπαιδευτικές πρακτικές για την αντιμετώπιση της ριζοσπαστικοποίησης

Δώστε ερεθίσματα στους μαθητές σας για γόνιμες συζητήσεις βάσει πραγματικών γεγονότων

Εντοπίστε πρώιμες συμπεριφορές ριζοσπαστικοποίησης και υποστηρίξτε ευάλωτους μαθητές

Βοηθήστε τους μαθητές σας να κατανοούν και να απορρίπτουν πληροφορίες που παρουσιάζονται διαδικτυακά από βίαιες εξτρεμιστικές ομάδες

Παραπλανητικές διαφημίσεις και απάτες



Γονείς

Μαθητές

Αναρωτήθηκες ποτέ γιατί πολλά προϊόντα στο διαδίκτυο σου προσφέρονται δωρεάν;

Σκέψου από πού βγάζουν λεφτά οι υπηρεσίες κοινωνικής δικτύωσης

Γνωρίζεις ότι οι υπηρεσίες κοινωνικής δικτύωσης φτιάχνουν διαφημίσεις που προορίζονται αποκλειστικά για εσένα με βάση τα προσωπικά στοιχεία που έχεις καταχωρήσει στο προφίλ σου;

Το ξέρεις πως υπάρχουν μηνύματα – απάτη που σκοπό έχουν να αποσπάσουν χρήματα και στοιχεία τραπεζικών λογαριασμών;

Έχεις σκεφτεί πως ένα μήνυμα που παίρνεις στο λογαριασμό σου και σου ζητάει προσωπικά στοιχεία είναι παραπλανητικό;

Ενημερωθείτε και συζητήστε με ψυχραιμία για τους κινδύνους των παραπλανητικών διαφημίσεων και μηνυμάτων

Αν προκύψουν σοβαρά περιστατικά απευθυνθείτε σε ειδικευμένες υπηρεσίες ή οργανισμούς

Προστατέψτε τα παιδιά σας από ενοχλητικά αναδυόμενα παράθυρα, χρησιμοποιώντας λογισμικό που τα αποκλείει

Χρησιμοποιήστε μηχανές αναζήτησης για παιδιά ή μηχανές αναζήτησης με λειτουργίες γονικού ελέγχου

Υποστηρίξτε τα παιδιά σας και συζητήστε μαζί τους αν φαίνονται αγχωμένα και τρέπονται να μιλήσουν

Εκπαιδευτικοί

Ενημερώστε τους μαθητές σας για τις παραπλανητικές διαφημίσεις

Δώστε παραδείγματα παραπλανητικών διαφημίσεων και προσδιορίστε τις τεχνικές που χρησιμοποιούνται σε κάθε μία

Συζητήστε μαζί τους για τους κινδύνους (π.χ., όταν αποκαλύπτουν τους κωδικούς πρόσβασης ή άλλα προσωπικά στοιχεία σε μια παραπλανητική διαφήμιση)

Ζητήστε από τους μαθητές να αναζητήσουν και να παρουσιάσουν στην τάξη διαφημίσεις που βρίσκουν στο διαδίκτυο, οι οποίες θεωρούν ότι είναι δόλιες ή παραπλανητικές

Μάθετε στους μαθητές σας να απορρίπτουν ύποπτα και δελεαστικά μηνύματα

Κακή συμπεριφορά σόγια - κουτσομπολιό

Κίνδυνοι από ηλεκτρονικά παιχνίδια



Εκπαιδευτικοί

Μιλήστε στους μαθητές για την κακή συμπεριφορά στο διαδίκτυο- τα σόγια – το κουτσομπολιό

Αφηνίστε τους για τους κινδύνους

Δείξτε στους μαθητές πώς να καταγγείλουν μία ανάρμωση συμπεριφορά / ανάρτηση

Προσπαθήστε να εντοπίσετε αλλαγές στη διαδικτυακή συμπεριφορά τους (αποφυγή χρήσης μέσου, σημάδια κατάθλιψης, μείωση επιδόσεων στο σχολείο κλπ)

Συζητήστε με τους γονείς και ζητήστε τη γνώμη ειδικού

Βελτιώστε τις γνώσεις σας στις ΤΠΕ

Γονείς

Μιλήστε στα παιδιά σας για κακή συμπεριφορά στο διαδίκτυο- σόγια - κουτσομπολιό

Προσπαθήστε να εντοπίσετε αλλαγές στη διαδικτυακή συμπεριφορά τους (π.χ., πρόσβαση σε πορνογραφικό υλικό κλπ)

Ασχοληθείτε με τα παιδιά σας

Ζητήστε τη γνώμη ειδικού

Βελτιώστε τις γνώσεις σας στις ΤΠΕ

Γονείς

Ενημερωθείτε και συζητήστε με ψυχραιμία για τους κινδύνους των ηλεκτρονικών παιχνιδιών

Αν προκύψουν σοβαρά περιστατικά (π.χ., υπερβολική ενασχόληση) απευθυνθείτε σε ανάλογες υπηρεσίες

Φροντίστε ώστε η πρόσβαση σε υπολογιστές και κονσόλες παιχνιδιών να γίνεται σε κοινόχρηστους οικιακούς χώρους

Παρατηρήστε παράξενες συμπεριφορές και αλλαγές στα παιδιά σας (π.χ., θυμός, κατάθλιψη)

Υποστηρίξτε τα παιδιά και συζητήστε μαζί τους αν φαίνονται αγχωμένα και απομονωμένα

Μαθητές

Προτίμησε την άμεση επικοινωνία με τους φίλους σου και το πραγματικό παιχνίδι

Μην αμελείς τις άλλες δραστηριότητες και υποχρεώσεις σου

Προστάτευσε τα προσωπικά δεδομένα σου κατά την χρήση των ηλεκτρονικών διαδικτυακών παιχνιδιών

Να έχεις κριτική σκέψη ώστε να διακρίνεις την πληροφορία από το διαφημιστικό περιεχόμενο

Κάνε συχνά διαλείμματα κατά την διάρκεια του διαδικτυακού παιχνιδιού

Εκπαιδευτικοί

Ενημερώστε τους μαθητές σας για τους κινδύνους από τα ηλεκτρονικά παιχνίδια (π.χ., απάτη και χρέωση πιστωτικής κάρτας κλπ)

Κάντε συζητήσεις με τους μαθητές σας για τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα των ηλεκτρονικών παιχνιδιών

Αφηνίστε τους μαθητές για τις επιπτώσεις (π.χ., αντίκτυπο στην σωματική και ψυχική υγεία) και βοηθήστε τους να τις αντιμετωπίσουν αν χρειαστεί

Παροτρύνετε τους μαθητές να απολαμβάνουν τα ηλεκτρονικά παιχνίδια με σύνεση και το ελάχιστο δυνατό ρίσκο

Δείξτε στους μαθητές πώς να θέτουν χρονικά όρια στο ηλεκτρονικό παιχνίδι και να αναφέρουν προσβλητικές συμπεριφορές ή καταστάσεις

Μαθητές

Αγνόησε-μπλόκαρε το θύπη από επαφές/επικοινωνία

Μην πιστεύεις όσα διαβάζεις

Ζήτησε βοήθεια

Κράτα αποδεικτικά στοιχεία

Σκέψου πριν αναρτήσεις

Μην κάνεις κακοπροαίρετα σόγια

Ηλεκτρονικός τζόγος

Διαχείριση πρόσβασης σε επικίνδυνο περιεχόμενο



Γονείς

Εκπαιδευτικός

Μαθητές

Η ελάχιστη επιτρεπτή ηλικία για συμμετοχή σε ιστοσελίδες τυχερών παιχνιδιών είναι 18

Η ενασχόληση με τα ηλεκτρονικά τυχερά παιχνίδια είναι εξαιρετικά εθιστική και επηρεάζει την ψυχική και σωματική υγεία

Ο ηλεκτρονικός τζόγος είναι επικίνδυνος και μπορεί να έχει σημαντικές κοινωνικές και οικονομικές επιπτώσεις

Μην πραγματοποιείς ανεξέλεγκτα ηλεκτρονικές πληρωμές σε ιστοσελίδες τυχερών παιχνιδιών, ενημέρωσε πρώτα τους γονείς σου

Να έχεις πάντα υπόψη σου ότι οι ηλεκτρονικές πληρωμές γίνονται με πραγματικά χρήματα

Συζητήστε με τα παιδιά σας για τα ηλεκτρονικά τυχερά παιχνίδια και ιδίως για αυτά που προσφέρονται δωρεάν

Σιγουρευτείτε ότι τα παιδιά σας δεν έχουν πρόσβαση στις τραπεζικές σας κάρτες και δεν είναι συνδεδεμένες σε κοινόχρηστες ψηφιακές συσκευές

Χρησιμοποιήστε προγράμματα γονεϊκού ελέγχου και περιορίστε την πρόσβαση σε ιστοσελίδες τυχερών παιχνιδιών

Εντοπίστε σημάδια που υποδεικνύουν ότι τα παιδιά ασχολούνται συστηματικά με τα τυχερά ηλεκτρονικά παιχνίδια

Δώστε το καλό παράδειγμα και υιοθετήστε υπεύθυνη συμπεριφορά στην ενασχόλησή σας με τα ηλεκτρονικά τυχερά παιχνίδια

Ενημερώστε τους μαθητές σας για τα ηλικιακά όρια για την συμμετοχή τους σε τυχερά ηλεκτρονικά παιχνίδια

Συζητήστε με τους μαθητές για τις αρνητικές επιπτώσεις των ηλεκτρονικών τυχερών παιχνιδιών

Εξηγήστε με κατάλληλα εκπαιδευτικά παραδείγματα πώς λειτουργεί ο τζόγος και ποιες πιθανότητες έχει κάποιος να κερδίσει

Συμβουλευτέ τους μαθητές σας για το πώς οι υπηρεσίες ηλεκτρονικών τυχερών παιχνιδιών προωθούνται μέσα από τις εφαρμογές κοινωνικής δικτύωσης

Υπενθυμίστε στους μαθητές σας ότι τα διαδικτυακά τυχερά παιχνίδια μπορεί να παραβιάσουν την ιδιωτικότητα τους

Μαθητές

Μπορείς να αναφέρεις μια ιστοσελίδα που προωθεί παράνομες ενέργειες

Απαγορεύονται αυστηρά βίντεο που υποκινούν τους άλλους να διαπράξουν βίαιες πράξεις

Μπορείς να αναφέρεις έναν ιστότοπο που παράνομα προβάλλει τσιγάρα, αλκοόλ και διαδικτυακό τζόγο

Η συμπεριφορά σου στο Διαδίκτυο έχει συνέπειες και εκτός Διαδικτύου

Αν αισθανθείς άβολα ή δεχτείς απειλές κατά την διαδικτυακή περιήγησή σου επικοινωνήσε με μια ειδικευμένη υπηρεσία ή οργανισμό

Γονείς

Δημιουργήστε μια «Αποδεκτή Συμφωνία Χρήσης» στο σπίτι για ασφαλή διαδικτυακή περιήγηση

Αν προκύψουν σοβαρά περιστατικά απευθυνθείτε σε ειδικευμένες υπηρεσίες ή οργανισμούς

Το πιο σημαντικό μέτρο ασφάλειας είναι η συνεχής επικοινωνία και ενημέρωση των παιδιών

Δημιουργήστε πιθανά σενάρια αντιμετώπισης και αναφοράς επικίνδυνου διαδικτυακού περιεχομένου

Ενθαρρύνετε και συζητήστε με τα παιδιά αν φαίνονται αγχώμενα και ντρέπονται να μιλήσουν για διαδικτυακό περιεχόμενο υψηλού ρίσκου

Εκπαιδευτικός

Ενημερώστε τους μαθητές σας για το διαδικτυακό περιεχόμενο υψηλού ρίσκου (π.χ., πορνογραφία, ηλεκτρονικός τζόγος κλπ)

Αφηνήστε τους μαθητές για τους κινδύνους από την πρόσβαση σε διαδικτυακό περιεχόμενο υψηλού ρίσκου

Ενθαρρύνετε συζητήσεις με τους μαθητές σας με αληθινά περιστατικά και εστιάστε σε καλές πρακτικές διαχειρίσής τους

Συμβουλευτέ τους μαθητές πώς να καταγγέλλουν επιβλαβές διαδικτυακό περιεχόμενο

Αναλάβετε ενεργό ρόλο στις διαδικτυακές δραστηριότητες των μαθητών σας και διασφαλίστε ότι δεν εκτίθενται σε επιβλαβές περιεχόμενο

Ασφαλής χρήση ψηφιακών συσκευών



Εκπαιδευτικοί

Δείξτε στους μαθητές πώς να δημιουργούν ασφαλείς κωδικούς πρόσβασης

Ενημερώστε τους μαθητές για τις Υπηρεσίες Τοποθεσίας, τις συνδέσεις Bluetooth, Wi-Fi και GPS και γιατί πρέπει να είναι απενεργοποιημένα όταν δεν τα χρειαζόμαστε

Συζητήστε με τους μαθητές για ιούς και κακόβουλο λογισμικό και προτρέψτε τους να χρησιμοποιούν αντίστοιχα λογισμικά προστασίας

Υπενθυμίστε στους μαθητές ότι η έγκαιρη εγκατάσταση των ενημερώσεων λογισμικού είναι σημαντική για την ασφάλεια των προσωπικών τους δεδομένων

Συμβουλευτέ τους μαθητές για στρατηγικές αντιμετώπισης εκφοβισμού και εξαπάτησης μέσω κινητού τηλεφώνου

Γονείς

Καθορίστε οικογενειακούς κανόνες και χρονικά όρια για τη χρήση των κινητών συσκευών

Διατηρήστε ενημερωμένο το λογισμικό των ψηφιακών συσκευών

Δείξτε στα παιδιά σας πώς να επωφεληθούν από τις δυνατότητες «Απώλειας και Εύρεσης» των κινητών συσκευών τους

Αποφύγετε τη διατήρηση περιττών προσωπικών δεδομένων στις κινητές συσκευές σας

Με την κατάργηση κάποιων κινητής συσκευής βεβαιωθείτε ότι έχετε διαγράψει με ασφάλεια τα προσωπικά σας δεδομένα

Μαθητές

Προσπάτεψε την ψηφιακή συσκευή σου με ασφαλή κωδικό

Ακολουθήσε τους οικογενειακούς κανόνες και τα χρονικά όρια

Μην δίνεις το νούμερο του κινητού σου στον οποιονδήποτε και μην απαντάς σε μηνύματα από αγνώστους

Απενεργοποίησε το Bluetooth και το Wi-Fi όταν δεν τα χρησιμοποιείς

Μην αποκτάς πρόσβαση σε ιδιωτικές πληροφορίες χρησιμοποιώντας δημόσια δίκτυα Wi-Fi

Ασφαλής χρήση των Κοινωνικών Δικτύων



Γονείς

Ενημερωθείτε στη χρήση των κοινωνικών δικτύων

Μιλήστε στα παιδιά σας για τους κινδύνους και τις συνέπειες χρήσης των κοινωνικών δικτύων

Θέστε όρια και περιορισμούς

Αποθαρρύνετε τα παιδιά από το να δηλώνουν την τοποθεσία τους, τη διεύθυνση κατοικίας τους και το τηλέφωνό τους

Θέστε θεμέλια εμπιστοσύνης και επικοινωνίας

Μαθητές

Σκέψου καλά πριν δημοσιεύσεις στο Διαδίκτυο

Ασφάλισε τις προσωπικές σου ρυθμίσεις

Να είσαι επιφυλακτικός σε αιτήματα φίλης

Να είσαι ευγενικός

Ποτέ μην συναντάς αγνώστους

Εκπαιδευτικοί

Γίνετε πρότυπο για τους μαθητές

Μιλήστε στους μαθητές για τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα της χρήσης των κοινωνικών δικτύων

Αφυπνίστε τους για τους κινδύνους

Εμπλέξτε τους μαθητές σε συζητήσεις με αληθινά παραδείγματα

Δείξτε στους μαθητές πώς να καταγγέλλουν μία ανάρμοστη συμπεριφορά



Διαχείριση χρόνου παραμονής μπροστά από μια ψηφιακή οθόνη



Μαθητές

Πρόσεξε να μη στερείσαι τη βόλτα σου, το παιχνίδι σου στη γειτονιά ή την παιδική χαρά, για να ασχοληθείς λίγο ακόμα με την αγαπημένη σου ψηφιακή συσκευή

Ενσωμάτωσε στο καθημερινό πρόγραμμά σου αθλητικές δραστηριότητες

Όταν χρειαστείς βοήθεια, συμβουλέψου κάποιο έμπιστο άτομο (π.χ., αδέρφια, γονείς, δασκάλους)

Προτίμησε να γευματίζεις στην κουζίνα και όχι μπροστά στην τηλεόραση ή στο laptop

Πρόσεξε να μην αφιερώνεις υπερβολικό χρόνο μπροστά από τον Η/Υ ή το laptop

Γονείς

Καταρτίστε εβδομαδιαίο πρόγραμμα χρήσης των ψηφιακών συσκευών μαζί με τα παιδιά σας

Δώστε πρώτοι εσείς το παράδειγμα για τη συνετή χρήση των ψηφιακών συσκευών

Παίξτε ψηφιακά παιχνίδια μαζί με τα παιδιά σας τηρώντας αποδεκτά χρονικά όρια

Τοποθετήστε τον Η/Υ και άλλες ψηφιακές συσκευές ψυχαγωγίας σε κοινόχρηστο οικιακό χώρο και όχι στο υπνοδωμάτιο

Θυμηθείτε, το υπνοδωμάτιο είναι χώρος ξεκούρασης

Εκπαιδευτικός

Ενημερώστε τους μαθητές σας για τους κινδύνους της υπερβολικής παραμονής μπροστά από μια ψηφιακή οθόνη και τον αντίκτυπο στην σωματική και ψυχική τους υγεία

Συνεργαστείτε με τους μαθητές σας για την ανάπτυξη και προώθηση δραστηριοτήτων εκτός Διαδικτύου

Βοηθήστε τους μαθητές σας να ενισχύσουν τις off-line ψυχαγωγικές και κοινωνικές δραστηριότητές τους

Παρακινήστε τους μαθητές σας να ενεργοποιήσουν και να συμβουλευτούν τις ημερήσιες ή εβδομαδιαίες αναφορές χρήσης των κινητών συσκευών τους

Συγγραφική Ομάδα

Δρ. Ζαρούχας Θωμάς, Ινστιτούτο Τεχνολογίας Υπολογιστών & Εκδόσεων «Διόφαντος»

Καραγιώργου Ελευθερία, 7^ο ΓΕΛ Τρικάλων

Κατσαρός Αθανάσιος, 2^ο Γυμνάσιο Γαλατσίου

Παπαναστασίου Γεώργιος, 6^ο ΔΣ Αγίας Παρασκευής

Τρυφωνίδου Στυλιανή, Γυμνάσιο και ΓΕΛ Τυχερού Έβρου

Δρ. Χλαπάνης Γεώργιος – Ερρίκος, 2^ο ΓΕΛ Κω

Εθνικός Συντονιστής eSafety Label

Λούβρης Άρνης, Περιφερειακή Δ/νση Α/θμιας & Β/θμιας Εκπαίδευσης Δυτικής Ελλάδας

Γραφική Επιμέλεια

Στασινού Σταυρούλα, Ινστιτούτο Τεχνολογίας Υπολογιστών & Εκδόσεων «Διόφαντος»

Επικοινωνία

Δρ. Ζαρούχας Θωμάς, zarouchas@cti.gr

Λούβρης Άρνης, louvris@sch.gr

Θέματα & Συμβουλές

για ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ στο ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Συμβουλές για μαθητές, γονείς και εκπαιδευτικούς



Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Δικτύου

Για περισσότερες πληροφορίες για ένα θέμα διαδικτυακής ασφάλειας που σας προβληματίζει μη διστάσετε να συμβουλευθείτε τους ειδικούς που θα βρείτε ακολουθώντας τον παρακάτω σύνδεσμο:

<https://saferinternet4kids.gr>