

Ενότητα 2



PR.I.S.C.I.LLA
Preventing Incident of Sexual Cyberbullying
in Intellectual disability

Εισαγωγή στην Social Media



Τι είναι τα Social Media;

Ένα διαδικτυακό μέρος όπου οι άνθρωποι μοιράζονται μηνύματα, εικόνες και βίντεο ή μιλούν μεταξύ τους.



Γιατί χρησιμοποιούμε τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης;

- Για να συνδεθείτε με φίλους και οικογένεια.
- Να μοιράζεστε ενδιαφέροντα (π.χ. φωτογραφίες, χόμπι και ιδέες).
- Για να μάθετε νέα πράγματα ή να απολαύσετε την ψυχαγωγία (π.χ. να παρακολουθήσετε αστεία βίντεο).





Πηγή: Freepik

Ποια μέσα κοινωνικής δικτύωσης γνωρίζετε;



**Χρησιμοποιείτε κάποιο από αυτά
μέσα κοινωνικής δικτύωσης;**





Πηγή: Freepik

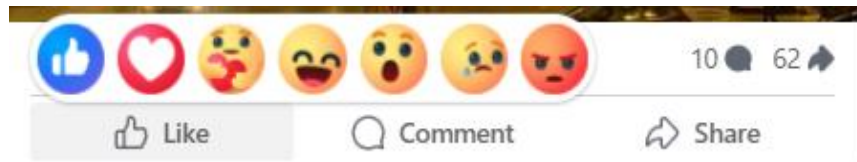
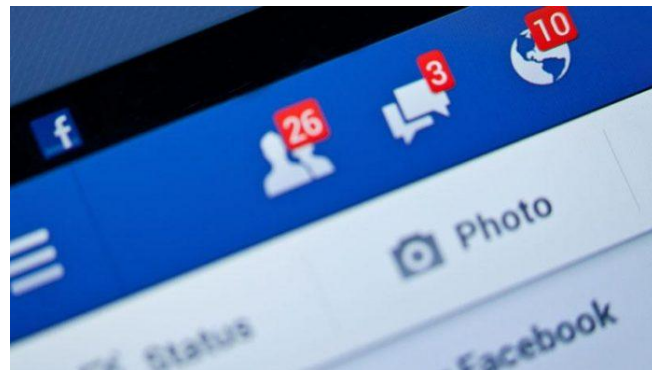
**Τι απολαμβάνετε περισσότερο
όταν τα χρησιμοποιείτε;**



**Κύρια μέσα
κοινωνικής
δικτύωσης και
πώς λειτουργούν**



- Σύνδεση με φίλους και οικογένεια
- Κοινή χρήση ενημερώσεων
- Συμμετοχή σε ομάδες
- Αντιδρώντας στις αναρτήσεις άλλων





- Κοινή χρήση φωτογραφιών και βίντεο,
- Ακολουθώντας τα ενδιαφέροντα
- Σύνδεση οπτικά
- Συνομιλία
- Ζωντανά βίντεο



Πηγή: www.roiting.com

- Δημιουργία και παρακολούθηση σύντομων βίντεο
- Δέσμευση μέσω τάσεων και ψυχαγωγίας



Snapchat

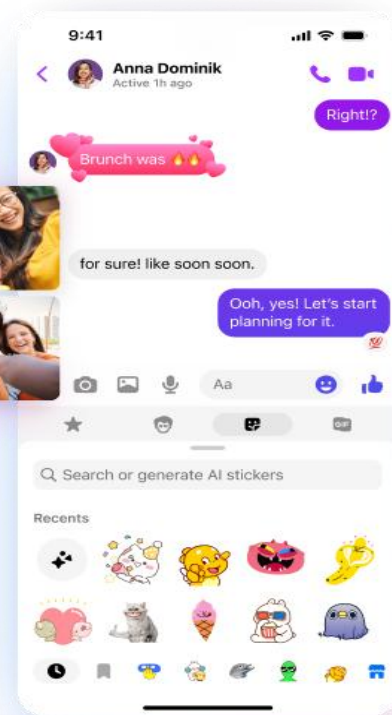
- Αποστολή εξαφανισμένων μηνυμάτων και εικόνων
- Δημιουργία "ιστοριών".



Messenger και WhatsApp

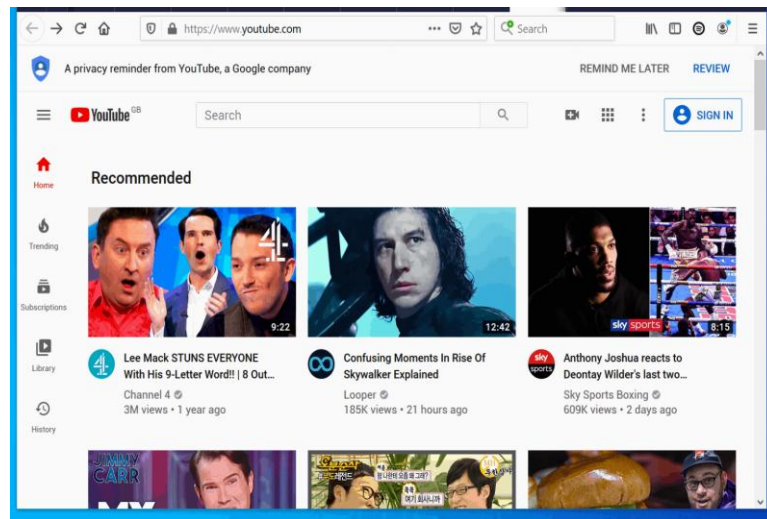


Ιδιωτικά μηνύματα και ομαδικές συνομιλίες.

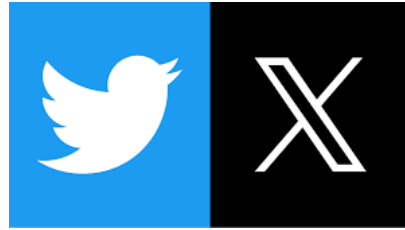




- Παρακολούθηση και μεταφόρτωση βίντεο
- Συνδρομή σε κανάλια
- Εκμάθηση νέων δεξιοτήτων.



Πηγή: www.itechguides.com



Twitter/ X:

- Κοινή χρήση σύντομων ενημερώσεων
- Συμμετοχή σε συνομιλίες σε πραγματικό χρόνο



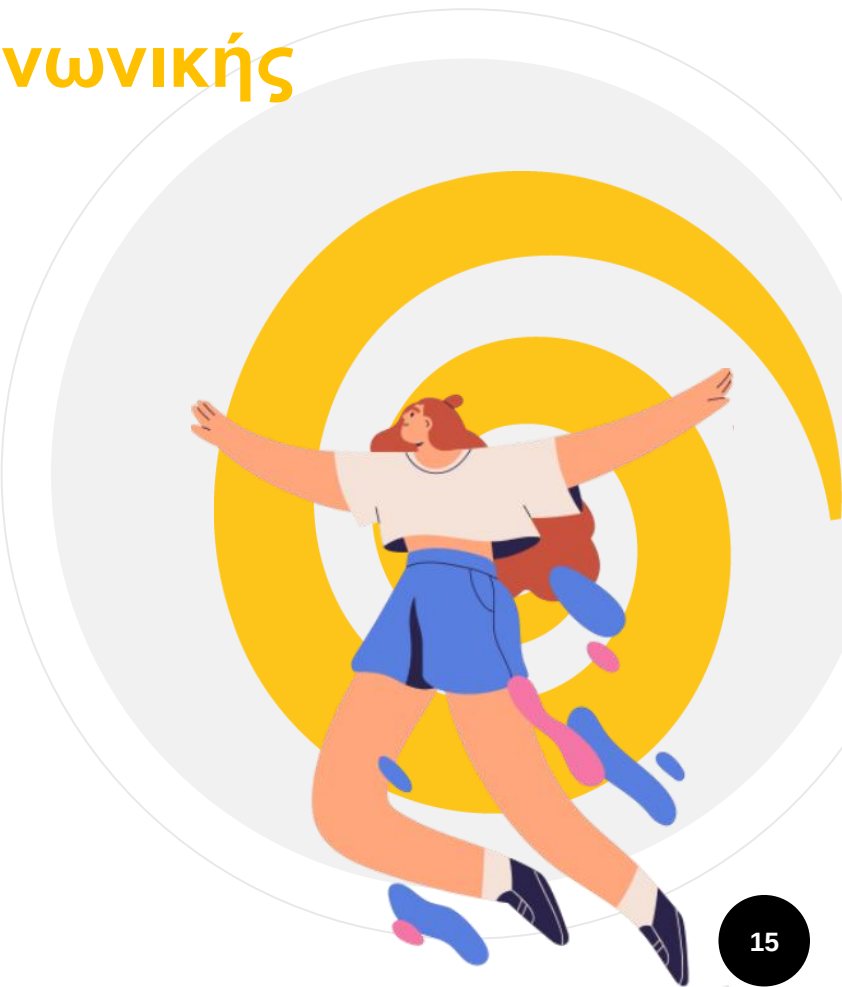


Social Media Insights:

**Γιατί, πότε και πώς
συνδεόμαστε**

Με τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης:

- ❖ Παραμένουμε σε επαφή με την οικογένεια, τους φίλους και τους συμμαθητές μας.
- ❖ Μοιραζόμαστε σκέψεις, συναισθήματα, χόμπι και δημιουργικότητα (π.χ. ανάρτηση φωτογραφιών ή βίντεο).
- ❖ Απολαμβάνουμε διασκεδαστικά βίντεο, παιχνίδια ή μαθαίνουμε νέες δεξιότητες.
- ❖ Γνωρίζουμε νέους ανθρώπους ή αναπτύσσουμε ρομαντικές σχέσεις.





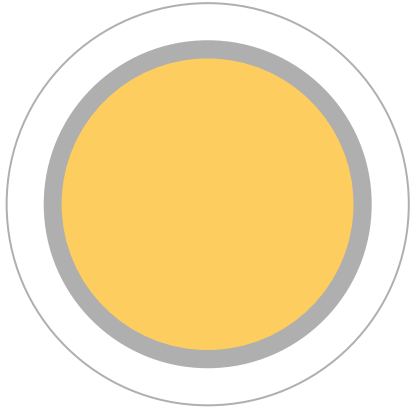
Συζητήστε με τους συμμετέχοντες γιατί τους αρέσει
να χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και
γράψτε τις απαντήσεις τους σε έναν πίνακα
ή ένα flipchart.

Πότε χρησιμοποιούμε τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης;

- Στην καθημερινή ζωή με το να μοιραζόμαστε ενημερώσεις για το τι κάνουμε ή να βλέπουμε τι κάνουν οι άλλοι.
- Σε ειδικές περιστάσεις, όταν γιορτάζετε στιγμές όπως γενέθλια ή γιορτές.
- Κατά τη διάρκεια του ελεύθερου χρόνου: Βλέποντας αστεία βίντεο, συνομιλώντας με φίλους ή περιηγούμενοι σε εικόνες.



Δραστηριότητα



Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να σηκώσουν τα χέρια τους για δηλώσεις όπως:

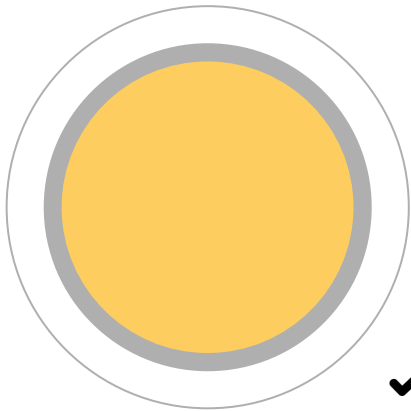
"Χρησιμοποιώ τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης το πρωί"

"Χρησιμοποιώ τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να χαλαρώσω"

"Ελέγχω τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να δω τι δημοσιεύουν οι άλλοι".



*Συζητήστε τη σημασία της
εξισορρόπησης του
διαδικτυακού χρόνου με
άλλες δραστηριότητες, όπως
το να περνάτε χρόνο με
φίλους από κοντά
ή να ασχολείστε με χόμπι.*

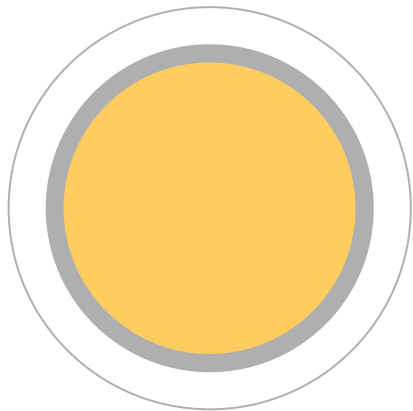


Πώς συνδεόμαστε στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης;

Πρακτικές συμβουλές για τη σύνδεση με φίλους

- ✓ Ξεκινήστε με άτομα που γνωρίζετε, οικογένεια, συμμαθητές ή φίλους που ήδη εμπιστεύεστε.
- ✓ Χρησιμοποιείτε πάντα ευγενικά και ενθαρρυντικά λόγια όταν στέλνετε μηνύματα ή σχολιάζετε.
- ✓ Να απαντάτε στα μηνύματα των φίλων σας αμέσως, αλλά να αγνοείτε ή να μπλοκάρετε ευγενικά μηνύματα από αγνώστους.
- ✓ Συμμετέχετε σε διαδικτυακές ομάδες όπου μπορείτε να μοιραστείτε τα χόμπι σας ή να συμμετάσχετε σε εκδηλώσεις.

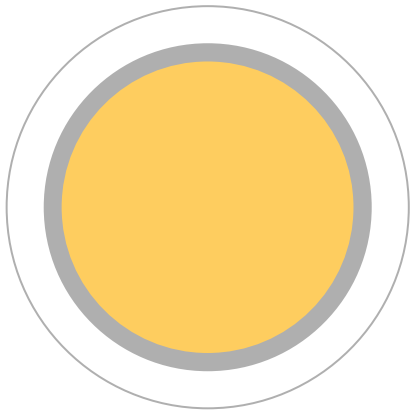




Πώς συνδεόμαστε στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης;

Πρακτικές συμβουλές για την ανάρτηση σχετικά με τα ενδιαφέροντα

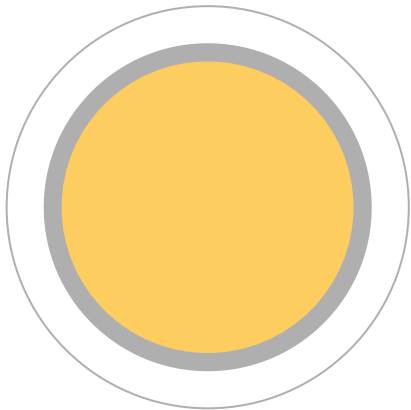
- ✓ Δημοσιεύστε φωτογραφίες, βίντεο ή σύντομες ιστορίες για ό,τι σας αρέσει.
- ✓ Βεβαιωθείτε ότι μόνο οι φίλοι σας μπορούν να δουν τι μοιράζεστε.
- ✓ Μοιραστείτε πράγματα που σας κάνουν χαρούμενους ή περήφανους και αποφύγετε να μοιραστείτε πράγματα που δεν θα θέλατε να δουν όλοι.
- ✓ Αποφύγετε να μοιράζεστε προσωπικά στοιχεία όπως η διεύθυνσή σας, ο αριθμός τηλεφώνου σας ή προσωπικές φωτογραφίες.



Πώς συνδεόμαστε στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης;

Θετικά της σύνδεσης:

- ✓ Βρίσκοντας φίλους που μοιράζονται τα ίδια ενδιαφέροντα.
- ✓ Υποστήριξη από ανθρώπους που εμπιστευόμαστε.
- ✓ Να στέλνετε ευγενικά μηνύματα και να λαμβάνετε κομπλιμέντα.

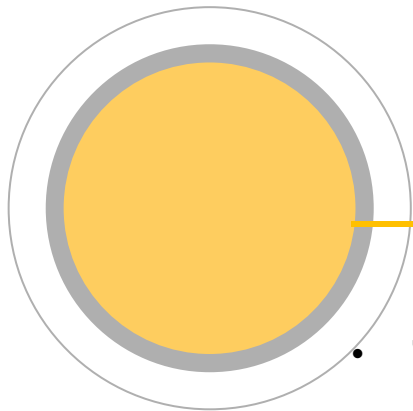


Πώς συνδεόμαστε στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης;

Κίνδυνοι της σύνδεσης:



- Ξένοι που προσπαθούν να πάρουν προσωπικές πληροφορίες.
- Διαδικτυακός εκφοβισμός: Κακόβουλα σχόλια ή επιβλαβή μηνύματα.
- Πίεση για να μοιραστείτε προσωπικές ή ακατάλληλες φωτογραφίες.



Δραστηριότητα: "Ευγενικά σχόλια"

Στόχοι

- "Να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να αναγνωρίσουν και να προβληματιστούν σχετικά με τις θετικές διαδικτυακές αλληλεπιδράσεις.
- Ενθάρρυνση της συναισθηματικής ευαισθητοποίησης και της επικοινωνίας σχετικά με το πώς τους κάνουν να αισθάνονται τα σχόλια στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.
- Να ενισχύσει τη σημασία της ευγένειας στις συνδέσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

"Kind Comments: How Does It Feel?"

Ξεκινήστε εξηγώντας στους συμμετέχοντες ότι τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης μπορούν να δημιουργήσουν συναισθήματα - θετικά και αρνητικά - με βάση τα σχόλια που λαμβάνουμε.

Μοιραστείτε το σενάριο: "Φανταστείτε ότι δημοσιεύσατε μια φωτογραφία του σκύλου σας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Ένας φίλος σας σχολιάζει: *"Είναι τόσο χαριτωμένο!"*."

Ας σκεφτούμε πώς μπορεί να σε κάνει αυτό να νιώσεις".





"Kind Comments: How Does It Feel?"

"Πώς σε κάνει να νιώθεις αυτό το σχόλιο;"

Ενθαρρύνετέ τα να περιγράψουν τα συναισθήματά τους με λέξεις.

Γράψτε τις απαντήσεις τους σε ένα flipchart ή σε έναν πίνακα (π.χ. χαρούμενοι, περήφανοι, ενθουσιασμένοι).



"Kind Comments: How Does It Feel?"

1. Γιατί ένα ευγενικό σχόλιο όπως αυτό μας κάνει να νιώθουμε καλά;"
2. "Πώς νομίζεις ότι ένιωσε ο φίλος σου όταν έγραψε αυτό το σχόλιο;"
3. "Τι μπορείτε να κάνετε για να κάνετε τους άλλους να αισθάνονται καλά όταν σχολιάζετε τις αναρτήσεις τους;"

- Ενθαρρύνετέ τα να περιγράψουν τα συναισθήματά τους με λέξεις.



"Kind Comments: How Does It Feel?"

"Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε μικρές ομάδες και δώστε σε κάθε ομάδα ένα δείγμα ανάρτησης (π.χ. "Μια φωτογραφία της γάτας κάποιου", "Μια νέα ζωγραφιά που έκανε κάποιος").

Κάθε συμμετέχων γράφει ή λέει εναλλάξ ένα ευγενικό σχόλιο για την ανάρτηση, όπως "Αυτό είναι καταπληκτικό!" ή "Τι ωραία ζωγραφιά!".

Συζητήστε πώς το να δίνουμε κομπλιμέντα μπορεί επίσης να μας κάνει να αισθανόμαστε καλά.

- Συζητήστε πώς το να δίνουμε κομπλιμέντα μπορεί επίσης να μας κάνει να αισθανόμαστε καλά.



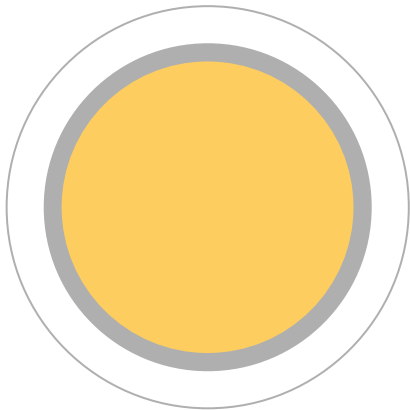


Βασικά συμπεράσματα

Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι ένα εργαλείο σύνδεσης, δημιουργικότητας και διασκέδασης, αλλά είναι σημαντικό να παραμείνετε ευγενικοί, προσεκτικοί και ασφαλείς.

Συνδεθείτε μόνο με άτομα που εμπιστεύεστε και σκεφτείτε προσεκτικά τι μοιράζεστε στο διαδίκτυο.

Χρησιμοποιήστε τις ρυθμίσεις απορρήτου για να έχετε τον έλεγχο του ποιος μπορεί να δει τις αναρτήσεις σας.



Ευχαριστώ!



Co-funded by
the European Union

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές.