



WP2 - ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ PR.I.S.C.I.LLA ΓΙΑ ΝΕΟΥΣ/ΕΣ ΜΕ ΔΙΑΝΟΗΤΙΚΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

ΕΝΟΤΗΤΑ 4: ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΗ ΤΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΗ ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΜΕΣΩΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ

Έγγραφο που δημιουργήθηκε από: ΚΜΟΡ Σκόπια

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ PR.I.S.C.I.LLA ΓΙΑ ΝΕΟΥΣ /ΕΣ ΜΕ ΔΙΑΝΟΗΤΙΚΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Ενότητα 4: Διασφάλιση της ασφάλειας κατά τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης

Περίληψη ενότητας

Αυτό το κεφάλαιο έχει σχεδιαστεί για να εμπνεύσει και να υποστηρίξει τους νέους με διανοητική αναπηρία (ID) να χρησιμοποιούν με αυτοπεποίθηση και ασφάλεια τις πλατφόρμες κοινωνικών μέσων. Μέσω μιας πρακτικής και περιεκτικής προσέγγισης, επιτρέπει στους συμμετέχοντες να αναπτύξουν μια σαφή κατανόηση της ιδιωτικότητας και του τρόπου προστασίας των προσωπικών τους πληροφοριών στο διαδίκτυο. Παρέχοντας πρακτικά εργαλεία για τη διαχείριση των ρυθμίσεων ιδιωτικότητας, τον εντοπισμό και την αντιμετώπιση μη ασφαλών καταστάσεων και την υιοθέτηση πιο υγιεινών συνθηκών στα κοινωνικά μέσα, το κεφάλαιο προάγει την ψηφιακή ανεξαρτησία, διασφαλίζοντας παράλληλα την ασφάλεια και την ευημερία

Μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος

Μέχρι το τέλος του ενότητας, οι συμμετέχοντες θα:

- Επιδείξουν σαφέστερη κατανόηση της ιδιωτικότητας και των προσωπικών πληροφοριών.
- Προσαρμόζουν με αυτοπεποίθηση τις ρυθμίσεις απορρήτου στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ενισχύσουν την ασφάλειά τους.
- Αναγνωρίζουν και ανταποκρίνονται κατάλληλα σε μη ασφαλείς αιτήσεις ή αλληλεπιδράσεις στο διαδίκτυο.

Εκπαιδευτικές αρχές που υιοθετήθηκαν

Θετική ανάληψη κινδύνου, αυτοδιάθεση, αίσθηση ελέγχου, προώθηση της ανεξαρτησίας

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



Co-funded by
the European Union



Περιεχόμενο του μαθήματος

- Εισαγωγή: Συζήτηση για τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και την ασφάλεια (S1-S3)
- Κατανόηση της ιδιωτικότητας και των προσωπικών πληροφοριών (S4-S7)
- Παράγοντας εξοικείωσης 1: Τι ακολουθεί; (S8)
- Δραστηριότητα ενότητας 1: «Κόκκινη σημαία», «Πράσινη σημαία» (S9-S11)
- Απλοί οδηγοί απορρήτου για τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (S12-16)
- Ασφαλές ή μη ασφαλές; Διαχείριση αιτημάτων στο διαδίκτυο (S17-S20)
- Πρέπει να απαντήσω σε αυτό το μήνυμα; (Δέντρο αποφάσεων) (S21)
- Αντιμετώπιση ανεπιθύμητων μηνυμάτων/κλήσεων (S22)
- Οδηγοί αποκλεισμού σε εφαρμογές κοινωνικών μέσων (S23)
- Δραστηριότητα για το σπάσιμο του πάγου 2: Η υπερδύναμη της ασφάλειάς μου! (S24)
- Δραστηριότητα ενότητας 2: Κάρτες σεναρίων «Τι θα έκανες;» (S25-28)
- Τελικές σκέψεις (S29-30)

Εισαγωγή

Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην καθημερινή ζωή των νέων. Τους βοηθούν να επικοινωνούν με τους φίλους τους, να μοιράζονται τα ενδιαφέροντά τους και να εξερευνούν τον κόσμο. Όταν χρησιμοποιούνται με προσοχή, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης μπορούν να είναι πολύτιμα για τους νέους με νοητική αναπηρία (ID). Πρόσφατες μελέτες δείχνουν ότι τα οφέλη από τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης είναι μεγαλύτερα για τα άτομα με νοητική αναπηρία σε σύγκριση με τα άτομα χωρίς αναπηρία (Chadwick, D. D., Quinn, S., & Fullwood, C., 2017). Πλατφόρμες όπως το Facebook, το YouTube, το TikTok, το Snapchat, το Twitch, το Telegram και άλλες, καθώς και το Instagram, παρέχουν χώρους όπου όλοι μπορούν να εκφραστούν, να δημιουργήσουν φιλίες και, το πιο σημαντικό, να νιώσουν ότι ανήκουν στην κοινότητά τους.

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



Co-funded by
the European Union



Ωστόσο, η διαχείριση των αναρτήσεων και των αλληλεπιδράσεων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης μπορεί να είναι δύσκολη για τους νέους με ID, εκθέτοντάς τους σε κινδύνους όπως το cyberbullying και η σεξουαλική παρενόχληση. Οι εκθέσεις δείχνουν ότι το cyberbullying είναι ένα διαδεδομένο πρόβλημα σε αυτή τη δημογραφική ομάδα, με πολλούς νέους ενήλικες να βιώνουν αποκλεισμό και αρνητικές αλληλεπιδράσεις στις πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης (Borgström, Å., Daneback, K., & Molin, M., 2019). Ο συνδυασμός των γνωστικών προκλήσεων και της αυξημένης έκθεσης σε διαδικτυακά περιβάλλοντα συμβάλλει στην αύξηση του κινδύνου επιβλαβών εμπειριών για άτομα με νοητική αναπηρία σε σύγκριση με τους νευροτυπικούς συνομηλίκους τους.

Επιπλέον, οι νέοι με νοητική αναπηρία συχνά αντιμετωπίζουν σημαντικές δυσκολίες στην κατανόηση των κοινωνικών συνθημάτων και των ορίων, γεγονός που τους καθιστά πιο ευάλωτους σε συμπεριφορές grooming και άλλες επιθετικές συμπεριφορές στο διαδίκτυο.

Στόχος της ενότητας 4 είναι να ενδυναμώσει τους νέους και τις νέες ώστε να αναγνωρίζουν και να αξιολογούν ποιες προσωπικές πληροφορίες μπορούν να μοιράζονται με ασφάλεια στο διαδίκτυο και να κατανοούν τις προθέσεις πίσω από τις επικοινωνίες των άλλων. Και οι δύο πτυχές είναι κρίσιμες για την προώθηση ενός ασφαλέστερου διαδικτυακού περιβάλλοντος.

Για να επιτευχθεί αυτό, η ενότητα θα παρέχει πρακτικές συμβουλές για την ενίσχυση της ιδιωτικότητας και της ασφάλειας στις πλατφόρμες κοινωνικών μέσων. Με την προσθήκη αναλυτικών οδηγιών με οπτικό υλικό, στοχεύουμε να διασφαλίσουμε ότι αυτές οι έννοιες είναι προσβάσιμες και εύκολες στην εφαρμογή. Αυτή η προσέγγιση θα επιτρέψει στους νέους και στις νέες να λαμβάνουν ενημερωμένες αποφάσεις σχετικά με την παρουσία τους στο διαδίκτυο και να ζητούν βοήθεια όποτε είναι απαραίτητο.

Αυτό το κεφάλαιο θα ασχοληθεί επίσης με την αναγνώριση των προθέσεων που κρύβονται πίσω από τις επικοινωνίες των

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



άλλων, προκειμένου να ενισχύσει την ικανότητα των νέων με διανοητική αναπηρία να διακρίνουν τι αποτελεί κατάλληλη και τι ακατάλληλη διαδικτυακή αλληλεπίδραση.

Κατανόηση της ιδιωτικότητας και των προσωπικών πληροφοριών

Στόχος της ενότητας:

Αυτή η ενότητα έχει σχεδιαστεί για να βοηθήσει τους νέους και τις νέες με διανοητική αναπηρία να κατανοήσουν τη σημασία της ιδιωτικότητας στις διαδικτυακές αλληλεπιδράσεις και γιατί είναι σημαντική η προστασία των προσωπικών δεδομένων. Οι συμμετέχοντες/ουσες θα μάθουν να διακρίνουν τη διαφορά μεταξύ δημόσιων και ιδιωτικών πληροφοριών και να αναγνωρίζουν τι είναι ασφαλές να μοιράζονται στο διαδίκτυο.

Ένα βασικό θέμα αυτής της ενότητας θα είναι η κοινή χρήση φωτογραφιών και βίντεο. Οι συμμετέχοντες/ουσες θα διερευνήσουν πώς αυτά μπορούν να αποκαλύψουν προσωπικές πληροφορίες που ενδέχεται να χρησιμοποιηθούν καταχρηστικά. Θα παρουσιαστούν παραδείγματα γραπτών και φωτογραφικών πληροφοριών για να ενθαρρυνθεί η συζήτηση και να βοηθηθούν οι συμμετέχοντες να εκφράσουν τις σκέψεις τους.

Ιδιωτικές έναντι προσωπικών πληροφοριών

Ιδιωτικότητα σημαίνει να μπορείς να ελέγχεις ποιος μπορεί να δει τις προσωπικές σου πληροφορίες ή τη δραστηριότητά σου στο διαδίκτυο. Σου επιτρέπει να αποφασίζεις ποιος μπορεί να δει τις αναρτήσεις, τις φωτογραφίες ή τις λεπτομέρειες σχετικά με το πού βρίσκεσαι.

Οι προσωπικές πληροφορίες περιλαμβάνουν οποιαδήποτε στοιχεία που θα μπορούσαν να ταυτοποιήσουν κάποιον. Αυτά μπορεί να είναι στοιχεία όπως το όνομα, η διεύθυνση, ο αριθμός τηλεφώνου ή φωτογραφίες που δείχνουν προσωπικές

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



λεπτομέρειες, όπως η τοποθεσία του σπιτιού σας ή τα άτομα της ζωής σας.

Γιατί είναι σημαντικό;

Έρευνες δείχνουν ότι οι χρήστες των μέσων κοινωνικής δικτύωσης με νοητική αναπηρία, όπως εκείνοι με σύνδρομο Williams, συχνά μοιράζονται πάρα πολλές προσωπικές πληροφορίες στα προφίλ τους. Είναι επίσης πιο πιθανό να συμμετέχουν σε επικίνδυνες διαδικτυακές συμπεριφορές (Lough & Fisher, 2016).

Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ενθαρρύνουν την κοινή χρήση και τη σύνδεση, αλλά μπορεί να είναι δύσκολο να γνωρίζουμε τι είναι ασφαλές να μοιραζόμαστε. Το να διδάξουμε στους νέους και τις νέες με διανοητική αναπηρία να διαχωρίζουν τις δημόσιες πληροφορίες (όπως τα χόμπι ή τις αγαπημένες ταινίες) από τις ιδιωτικές πληροφορίες (όπως διευθύνσεις ή κωδικούς πρόσβασης) είναι απαραίτητο για την ασφάλεια και την ανεξαρτησία τους στο διαδίκτυο.

Πρακτικές δεξιότητες προστασίας της ιδιωτικής ζωής στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης

Σύμφωνα με πρόσφατη μελέτη (Bayor, A., Bircanin, F., 2018), το Facebook είναι η κύρια πλατφόρμα κοινωνικών μέσων που χρησιμοποιείται για τη σύνδεση με την οικογένεια και τους φίλους. Άλλες πλατφόρμες κοινωνικών μέσων, όπως το Instagram και το Snapchat, μπορούν επίσης να αποτελέσουν έδαφος για την παρενόχληση ατόμων με διανοητική αναπηρία (ID).

Οι παρακάτω πρακτικοί οδηγοί στοχεύουν στην ενδυνάμωση των νέων με ID, επιτρέποντάς τους να προσαρμόζουν και να χρησιμοποιούν τις ρυθμίσεις απορρήτου και ασφάλειας στις πλατφόρμες κοινωνικών μέσων, προκειμένου να διατηρούν την ασφάλεια και τον έλεγχο του περιεχομένου που μοιράζονται. Αυτό θα βοηθήσει τους συμμετέχοντες/ουσες να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση στη διαχείριση των ρυθμίσεων απορρήτου

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



τους στο διαδίκτυο και να κατανοήσουν το δικαίωμά τους στα προσωπικά δεδομένα.

1. Facebook

Βήμα 1. Πρόσβαση στις ρυθμίσεις

Ανοίξετε την εφαρμογή ή τον ιστότοπο του Facebook.

Κάντε κλικ στο βέλος προς τα κάτω στην επάνω δεξιά γωνία (σε επιτραπέζιο υπολογιστή) ή πατήστε τις τρεις οριζόντιες γραμμές (σε κινητό).

Επιλέξτε «Ρυθμίσεις και απόρρητο» και, στη συνέχεια, κάντε κλικ στις «Ρυθμίσεις».

Βήμα 2: Προσαρμόστε τις ρυθμίσεις απορρήτου

Στην αριστερή πλευρική γραμμή, κάντε κλικ στην επιλογή *Απόρρητο*.

Στην ενότητα *Δραστηριότητάς σας*, προσαρμόστε ποιος μπορεί να βλέπει τις μελλοντικές σας αναρτήσεις επιλέγοντας *Φίλοι*, *Μόνο εγώ* ή *Προσαρμοσμένο*.

Βήμα 3: Ορατότητα προφίλ

Μετακινηθείτε προς τα κάτω στην ενότητα *Πώς μπορούν να σας βρουν και να επικοινωνήσουν μαζί σας*.

Αλλάξτε τις ρυθμίσεις για το ποιος μπορεί να σας στείλει αιτήματα φιλίας και ποιος μπορεί να σας αναζητήσει χρησιμοποιώντας τη διεύθυνση email ή τον αριθμό τηλεφώνου σας.

Βήμα 4: Ελέγξτε τις πληροφορίες του προφίλ

Μεταβείτε στο προφίλ σας και κάντε κλικ στην επιλογή *Σχετικά*.

Επεξεργαστείτε την ορατότητα για κάθε ενότητα (π.χ. Εργασία, Εκπαίδευση) για να ελέγξετε ποιος μπορεί να δει αυτές τις πληροφορίες.

2. Instagram

- Βήμα 1: Μεταβείτε στο προφίλ σας

Ανοίξετε την εφαρμογή Instagram και πατήστε τη φωτογραφία του προφίλ σας στην κάτω δεξιά γωνία.

- Βήμα 2: Πρόσβαση στις ρυθμίσεις

Πατήστε τις τρεις οριζόντιες γραμμές στην επάνω δεξιά γωνία και, στη συνέχεια, επιλέξτε *Ρυθμίσεις*.

- Βήμα 3: Ρυθμίστε τον λογαριασμό ως ιδιωτικό

Πατήστε *Απόρρητο* και, στη συνέχεια, ενεργοποιήστε την επιλογή *Ιδιωτικός λογαριασμός*. Αυτό σημαίνει ότι μόνο οι

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



Co-funded by
the European Union



εγκεκριμένοι ακόλουθοι μπορούν να βλέπουν τις αναρτήσεις και το προφίλ σας.

- Βήμα 4: Διαχείριση σχολίων και αλληλεπιδράσεων
Στις *ρυθμίσεις απορρήτου*, προσαρμόστε τις επιλογές για τα σχόλια, τα μηνύματα και την κοινή χρήση ιστοριών, ώστε να περιορίσετε ποιοι μπορούν να αλληλεπιδρούν με το περιεχόμενό σας.

3. TikTok

- Βήμα 1: Ανοίξτε το προφίλ σας
Εκκινήστε την εφαρμογή TikTok και πατήστε στο Προφίλ στην κάτω δεξιά γωνία.
- Βήμα 2: Πρόσβαση στις ρυθμίσεις απορρήτου
Πατήστε τα τρία κουκκίδα (ή γραμμές) στην επάνω δεξιά γωνία για να ανοίξετε τις ρυθμίσεις. Επιλέξτε *Απόρρητο*.
- Βήμα 3: Ρυθμίστε τον λογαριασμό ως ιδιωτικό
Ενεργοποιήστε την επιλογή *Ιδιωτικός λογαριασμός*. Αυτό θα περιορίσει τα βίντεό σας μόνο στους ακόλουθους που έχετε εγκρίνει.
- Βήμα 4: Έλεγχος αλληλεπιδράσεων
Προσαρμόστε τις ρυθμίσεις για το ποιος μπορεί να σχολιάζει τα βίντεό σας, να σας στέλνει μηνύματα ή να κάνει ντουέτο μαζί σας στις αντίστοιχες ενότητες στις ρυθμίσεις *απορρήτου*.

4. Snapchat

- Βήμα 1: Πρόσβαση στις ρυθμίσεις
Ανοίξτε το Snapchat και πατήστε το εικονίδιο του προφίλ σας στην επάνω αριστερή γωνία.
Πατήστε το εικονίδιο με το γρανάζι στην επάνω δεξιά γωνία για να αποκτήσετε πρόσβαση στο μενού Ρυθμίσεις.
- Βήμα 2: Προσαρμόστε τους ελέγχους απορρήτου
Ποιος μπορεί να επικοινωνήσει μαζί μου
Κάντε κύλιση προς τα κάτω μέχρι *τους ελέγχους απορρήτου*.
Πατήστε *Επικοινωνήστε μαζί μου*.
Επιλέξτε Φίλοι, ώστε μόνο τα άτομα που έχετε προσθέσει ως φίλους να μπορούν να επικοινωνήσουν μαζί σας. Αποφύγετε να επιλέξετε επιλογές που επιτρέπουν σε όλους να επικοινωνήσουν μαζί σας.

5. Twitch:

- Βήμα 1: Ανοίξτε τη συνομιλία στην οποία είναι ενεργός ο χρήστης που θέλετε να αποκλείσετε.

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



Co-funded by
the European Union



- Βήμα 2: Κάντε κλικ στο όνομα χρήστη του ατόμου που θέλετε να αποκλείσετε. Αυτό ανοίγει την κάρτα χρήστη του.
- Βήμα 3: Στην κάρτα χρήστη, κάντε κλικ στο μενού με τις τρεις κουκκίδες (ή στο εικονίδιο ρυθμίσεων).
- Βήμα 4: Επιλέξτε "Αποκλεισμός χρήστη" από το αναπτυσσόμενο μενού.
- Βήμα 5: Επιβεβαιώστε την ενέργεια, εάν σας ζητηθεί.

Αναγνώριση ασφαλών και μη ασφαλών αιτημάτων στο διαδίκτυο

Οι νέοι και νέες με διανοητική αναπηρία (ID) αντιμετωπίζουν ιδιαίτερες ευπάθειες όσον αφορά τη σεξουαλική παρενόχληση, ιδίως στο διαδίκτυο. Ακολουθούν μερικά παραδείγματα για το πώς μπορεί να εκδηλωθεί η σεξουαλική παρενόχληση σε αυτή την ηλικιακή ομάδα:

Ο στόχος εδώ είναι να ενδυναμωθούν οι νέοι/ες με αναπηρίες ώστε να αναγνωρίζουν και να ανταποκρίνονται σε επικίνδυνες καταστάσεις:

Να αναγνωρίζουν τα σημάδια του διαδικτυακού εκφοβισμού, της σεξουαλικής παρενόχλησης ή των ακατάλληλων αιτημάτων στο διαδίκτυο και να γνωρίζουν πώς να ανταποκρίνονται αποτελεσματικά, συμπεριλαμβανομένου του αποκλεισμού.

Να ενθαρρύνονται να κάνουν ερωτήσεις ή να ζητούν καθοδήγηση αν δεν είναι σίγουροι/ες για το αν πρέπει να μοιραστούν συγκεκριμένες πληροφορίες.

Να ενισχύσουν τη σημασία του να λένε «όχι» στη διανομή προσωπικών στοιχείων όταν αισθάνονται άβολα ή ανασφαλείς. Προώθηση της αυτογνωσίας και της αυτοπεποίθησης:

Ακατάλληλα μηνύματα στο διαδίκτυο: Ένας νέος ή μια νέα με διανοητική αναπηρία μπορεί να λάβει ανεπιθύμητα μηνύματα σε πλατφόρμες κοινωνικών μέσων που περιέχουν σεξουαλικό περιεχόμενο ή αιτήματα για προκλητικές εικόνες.

Παράδειγμα: *Η Μία λαμβάνει ένα άμεσο μήνυμα στο Instagram από κάποιον που δεν γνωρίζει. Το μήνυμα λέει: «Γεια, νομίζω*

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



ότι είσαι πολύ σέξι! Μπορείς να μου στείλεις μερικές φωτογραφίες σου με μπικίνι;»

Σεξουαλικά σχόλια και αστεία: Η παρενόχληση μπορεί να συμβεί μέσω προφορικών ή γραπτών σχολίων σεξουαλικού περιεχομένου.

Παράδειγμα: Κατά τη διάρκεια μιας ζωντανής μετάδοσης στο TikTok, ένας θεατής σχολιάζει: «Πρέπει να μας δείξεις τα πόδια σου, είναι πολύ σέξι!»

Συμπεριφορές «grooming»: Οι δράστες μπορεί να εμπλακούν σε συμπεριφορές «grooming», όπου δημιουργούν μια σχέση με έναν νεαρό/η με αναπηρία για να κερδίσουν την εμπιστοσύνη του πριν του κάνουν ακατάλληλα αιτήματα.

*Ο όρος «προσεγγιστική συμπεριφορά» αναφέρεται σε ένα είδος χειραγώγησης, δηλαδή στον εξαναγκασμό ενός ατόμου να κάνει κάτι που δεν επιθυμεί.

Παράδειγμα: Ένας ενήλικας που προσποιείται ότι είναι φίλος στο διαδίκτυο και σταδιακά αρχίζει να κάνει προσωπικές ερωτήσεις σχετικά με τις σεξουαλικές εμπειρίες του νεαρού ή τον πιέζει να μοιραστεί προσωπικές πληροφορίες.

Εκμετάλλευση μέσω χειραγώγησης: Οι νέοι/ες με διανοητική αναπηρία μπορεί να χειραγωγηθούν ώστε να πραγματοποιήσουν σεξουαλικές πράξεις ή να μοιραστούν ρηξικέλευθο περιεχόμενο σε αντάλλαγμα για χάρες, όπως βοήθεια με τα μαθήματά τους ή κοινωνική αποδοχή.

Παράδειγμα: Ένας συνομήλικος γράφει: «Αν θέλεις να καθίσεις μαζί μας στο μεσημεριανό, πρέπει να μου στείλεις μια φωτογραφία σου».

Κοινή χρήση σεξουαλικού περιεχομένου: Ορισμένα άτομα μπορεί να μοιράζονται πορνογραφικό ή σεξουαλικό υλικό με νέους/ες με ID χωρίς τη συγκατάθεσή τους.

Παράδειγμα: Αποστολή ακατάλληλων, ανεπιθύμητων βίντεο ή εικόνων μέσω εφαρμογών ανταλλαγής μηνυμάτων.

Πίεση για συμμετοχή σε σεξουαλικές δραστηριότητες: Ένας νέος ή μια νέα μπορεί να πιεστεί από τους συνομηλικούς του

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



Πρόσθετο υλικό

Πηγές

να συμμετάσχει σε σεξουαλικές δραστηριότητες με τις οποίες δεν αισθάνεται άνετα, συχνά υπό την απειλή του κοινωνικού αποκλεισμού από τις ομάδες. Για παράδειγμα, μια ομάδα μπορεί να πει: «Αν δεν βγεις μαζί του, δεν θα κάνουμε πια παρέα μαζί σου», ασκώντας αδικαιολόγητη πίεση στο άτομο.

Συνημμένα μέσα: Οδηγίες με εικόνες για τον αποκλεισμό λογαριασμών σε εφαρμογές κοινωνικών μέσων (Messenger, Facebook, Instagram, TikTok, Snapchat, Twitch) (S23)

1. Borgström, Å., Daneback, K., & Molin, M. (2019). Νέοι με νοητική αναπηρία και κοινωνικά μέσα: Βιβλιογραφική ανασκόπηση και θεματική ανάλυση. *Scandinavian Journal of Disability Research: SJDR*, 21(1), 129–140. <https://doi.org/10.16993/sjdr.549>
2. Chadwick, D. D., Quinn, S., & Fullwood, C. (2017). Αντιλήψεις για τους κινδύνους και τα οφέλη της πρόσβασης και χρήσης του Διαδικτύου από άτομα με νοητική αναπηρία. *British Journal of Learning Disabilities*, 45(1), 21–31. <https://doi.org/10.1111/bld.12170>
3. Lough, E., & Fisher, M. H. (2016). Χρήση του Διαδικτύου και ασφάλεια στο διαδίκτυο σε ενήλικες με σύνδρομο Williams. *Journal of Intellectual Disability Research: JIDR*, 60(10), 1020–1030. <https://doi.org/10.1111/jir.12281>
4. Bayor, A., Bircanin, F., Sitbon, L., Ploderer, B., Koplick, S., & Brereton, M. (2018). Χαρακτηρισμός της συμμετοχής σε ιστότοπους κοινωνικών μέσων μεταξύ νέων ενηλίκων με διανοητική αναπηρία. *Πρακτικά του 30ου Αυστραλιανού Συνεδρίου για την Αλληλεπίδραση Ανθρώπου-Υπολογιστή*, 113–122. <https://shorturl.at/Bb2t9>
5. Παιδιά με νοητική αναπηρία και ΤΠΕ. (23 Οκτωβρίου 2023). <https://shorturl.at/ESsql>

Παγοθραύστης 1

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



Co-funded by
the European Union



Όνομα της δραστηριότητας	Τι ακολουθεί;
Στόχοι	Ανταλλαγή πληροφοριών με διασκεδαστικό τρόπο, που αυξάνει την κατανόηση των συμμετεχόντων/ουσων σχετικά με την έννοια των ορίων και το τι είναι κατάλληλο να μοιράζονται στο διαδίκτυο. Επιπλέον, οι συμμετέχοντες/ουσες νιώθουν άνετα να συζητούν για την ασφάλεια στο διαδίκτυο σε ένα θετικό και ελκυστικό περιβάλλον.
Χρόνος που διατίθεται για τη δραστηριότητα	5-10 λεπτά
Οδηγίες	Σε αυτό το παιχνίδι, οι νέοι/ες χρησιμοποιούν τη φαντασία τους για να ολοκληρώσουν μια πρόταση. Δεν υπάρχει σωστός ή λάθος τρόπος για να την ολοκληρώσουν. Κάθε πρόταση έχει σχεδιαστεί για να προωθήσει την ανταλλαγή πληροφοριών, αλλά εναπόκειται στους συμμετέχοντες/ουσες να αποφασίσουν τι είδους πληροφορίες θα μοιραστούν. Παραδείγματα προτάσεων: «Το αγαπημένο μου μέρος για να περνάω τον χρόνο μου είναι...» «Αν κάποιος με ρωτούσε πού μένω, θα έλεγα...» «Αν έπρεπε να περιγράψω την οικογένειά μου, θα έλεγα...» «Αυτό που θα μοιραζόμουν για την ημέρα μου είναι...» Αυτές οι εισαγωγές μπορούν να ενθαρρύνουν τους συμμετέχοντες/ουσες να σκεφτούν κριτικά τι είναι κατάλληλο και ασφαλές να μοιραστούν και τι είναι ιδιωτικό, καθιστώντας τις πολύτιμες στο πλαίσιο της διδασκαλίας της ασφάλειας στο διαδίκτυο και των προσωπικών ορίων.
Δραστηριότητα 1 του Μοντέλου	
Όνομα της δραστηριότητας	Κόκκινη σημαία, πράσινη σημαία

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



Στόχοι	Να βοηθήσει τους συμμετέχοντες/ουσες να προσδιορίσουν ποιες προσωπικές πληροφορίες είναι ασφαλές ή μη ασφαλές να μοιραστούν στο διαδίκτυο.
Μέθοδοι μάθησης	Πρακτικές ασκήσεις και διαδραστικές δραστηριότητες
Χρόνος που διατίθεται για τη δραστηριότητα	30 λεπτά
Απαιτούμενοι πόροι	1. Πράσινες και κόκκινες σημαίες για κάθε συμμετέχοντα. 2. Ένα κουτί από χαρτόνι γεμάτο αυτοκόλλητα Post-it με παραδείγματα πληροφοριών για να διαβάσετε δυνατά (π.χ. πλήρες όνομα, αγαπημένο χόμπι, αριθμός τηλεφώνου, οικογενειακές φωτογραφίες). 3. Δύο χαρτοκιβώτια, ένα πράσινο με αυτοκόλλητο που γράφει «Post» (Αποστολή) και ένα κόκκινο με αυτοκόλλητο που γράφει «Delete» (Διαγραφή).
Οδηγίες	Εισαγωγή (5 λεπτά) Ο συντονιστής βγάζει και διαβάζει δυνατά τα αυτοκόλλητα Post-it από το χαρτοκιβώτιο. Οι συμμετέχοντες χρησιμοποιούν πράσινες κάρτες (για ασφαλείς πληροφορίες) και κόκκινες κάρτες (για μη ασφαλείς πληροφορίες) για να αξιολογήσουν τα παραδείγματα. Στη συνέχεια, ο συντονιστής βάζει τα αυτοκόλλητα με την πράσινη σημαία στο πράσινο κουτί («post») και τα αυτοκόλλητα με την κόκκινη σημαία στο κόκκινο κουτί («delete»). Τα παραδείγματα κυμαίνονται από αβλαβή χόμπι έως ευαίσθητες λεπτομέρειες, όπως η αποκάλυψη φωτογραφιών, διευθύνσεων ή κωδικών πρόσβασης. Παιχνίδι (10-15 λεπτά) Διαβάστε τα παραδείγματα πληροφοριών ένα προς ένα (π.χ. «Το αγαπημένο σας χρώμα», «Η διεύθυνση του σπιτιού σας», «Μια αστεία φωτογραφία με φίλους»). Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να σηκώσουν τις πράσινες σημαίες για τις

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



ασφαλείς πληροφορίες ή τις κόκκινες σημαίες για τις μη ασφαλείς πληροφορίες.

Μετά από κάθε παράδειγμα, ακολουθεί μια σύντομη εξήγηση για το γιατί είναι ασφαλές ή μη ασφαλές να μοιραστείτε την πληροφορία.

Ασφαλές να μοιραστείτε (παραδείγματα πράσινης σημαίας):

- Το όνομα της αγαπημένης ταινίας ή τηλεοπτικής εκπομπής (π.χ. «Λατρεύω το Frozen!»).
- Το αγαπημένο σας φαγητό (π.χ. «Λατρεύω την πίτσα!»).
- Χόμπι ή ενδιαφέροντα (π.χ. «Μου αρέσει να ζωγραφίζω» ή «Μου αρέσει να παίζω ποδόσφαιρο»).
- Γενικά συναισθήματα ή θετικά σχόλια (π.χ. «Σήμερα είναι μια υπέροχη μέρα!» ή «Λατρεύω τα σκυλιά»).
- Αγαπημένη μουσική ή τραγούδι (π.χ. «Λατρεύω να ακούω Taylor Swift»).
- Διασκεδαστικές ή μη προσωπικές φωτογραφίες (π.χ. μια φωτογραφία της τέχνης σας ή μια ομαδική φωτογραφία σε μια δημόσια εκδήλωση).
- Δημόσιες εκδηλώσεις ή δραστηριότητες στις οποίες συμμετέχετε (π.χ. «Θα πάω στο πικνίκ της κοινότητας αυτό το Σάββατο»).

Μη ασφαλές να μοιραστείτε (παραδείγματα κόκκινων σημαιών):

- Πλήρες όνομα (π.χ. «Το όνομά μου είναι Jane Smith»).
- Διεύθυνση κατοικίας (π.χ. «Μένω στην οδό Main 123»).
- Αριθμός τηλεφώνου (π.χ. «Ο αριθμός μου είναι 555-1234»).
- Σχολείο ή χώρος εργασίας (π.χ. «Πηγαίνω στο Λύκειο Maple»).
- Κωδικοί πρόσβασης ή στοιχεία σύνδεσης (π.χ. «Ο κωδικός πρόσβασής μου είναι 1234»).
- Ιδιωτικές πληροφορίες για την οικογένεια (π.χ. «Η μαμά μου δουλεύει μέχρι αργά και είμαι μόνος στο σπίτι»).
- Στοιχεία τοποθεσίας (π.χ. «Αυτή τη στιγμή βρίσκομαι στο πάρκο στην οδό Elm»).
- Φωτογραφίες του εαυτού σας σε ιδιωτικούς χώρους (π.χ. στο υπνοδωμάτιο ή στο μπάνιο σας, ή με μαγιό).

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



- Προσωπικές ή ιδιωτικές φωτογραφίες (π.χ. αποστολή selfie που δείχνουν ιδιωτικές περιοχές ή υποδηλώνουν ανάρμοστη συμπεριφορά).
- Μηνύματα ή σχόλια που σας κάνουν να νιώθετε άβολα
- Συζητήσεις για προσωπικές σχέσεις ή σεξουαλικά θέματα (π.χ. «Βγαίνω με κάποιον, εδώ είναι όλες οι λεπτομέρειες για αυτόν»).

Ομαδική αντανάκλαση (5-10 λεπτά)

Συζήτηση σχετικά με τα συνηθισμένα λάθη που κάνουν οι άνθρωποι όταν μοιράζονται πληροφορίες στο διαδίκτυο. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις συμβουλές ή τις εμπειρίες τους σχετικά με το τι κάνουν για να παραμένουν ασφαλείς

Μέσω αυτής της διαδικασίας, οι συμμετέχοντες σκέφτονται ενεργά τους κινδύνους της υπερβολικής κοινοποίησης και αποκτούν πρακτικές γνώσεις σχετικά με την ασφαλή συμπεριφορά στο διαδίκτυο.

Συμπέρασμα

Μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, μάθαμε πώς να αποφασίζουμε ποιες πληροφορίες είναι ασφαλές να μοιραζόμαστε στο διαδίκτυο και ποιες πρέπει να παραμένουν ιδιωτικές. Η χρήση αυτών των δεξιοτήτων «πράσινης σημαίας» και «κόκκινης σημαίας» μπορεί να βοηθήσει στην προστασία των συμμετεχόντων και των άλλων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Παγοθραύστης 2

Όνομα της δραστηριότητας

Στόχοι

«Η υπερδύναμη της ασφάλειάς μου»

Αυτή η δραστηριότητα έχει σχεδιαστεί για να ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες/ουσες να αναλογιστούν τα δυνατά τους σημεία και τις ιδιότητες που τους βοηθούν να παραμένουν ασφαλείς,

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



Χρόνος που διατίθεται για τη δραστηριότητα

Απαιτούμενοι πόροι

Οδηγίες

και να τους βοηθήσει να αισθάνονται σίγουροι όταν συζητούν για την ασφάλεια και τα ό

15 λεπτά

1. Προετοιμασμένες κάρτες με απλές εικόνες ή λέξεις που αντιπροσωπεύουν την ασφάλεια ή τα δυνατά σημεία (π.χ. ασπίδα, κλειδαριά, τηλέφωνο, πινακίδα stop ή λέξεις όπως «εμπιστοσύνη», «γενναιότητα», «βοήθεια» κ.λπ.).
2. Ένα μαλακό αντικείμενο που οι συμμετέχοντες μπορούν να περάσουν μεταξύ τους (π.χ. μπάλα του σόφτμπολ).

Η ομάδα των συμμετεχόντων κάθεται σε κύκλο και ο συντονιστής δίνει μια στοίβα καρτών ασφαλείας σε κάθε συμμετέχοντα για να διαλέξει. Όταν όλοι έχουν μια κάρτα ασφαλείας, ο συντονιστής δίνει ένα μαλακό αντικείμενο σε έναν συμμετέχοντα. Ο συμμετέχων που κρατά το μαλακό αντικείμενο πρέπει να δηλώσει την υπερδύναμή του στο διαδίκτυο σύμφωνα με την εικόνα στην κάρτα ασφαλείας. Αφού μοιραστεί την υπερδύναμή του, περνά το αντικείμενο σε κάποιον άλλο, ο οποίος θα αποκαλύψει την κάρτα του και την υπερδύναμή του.

Για παράδειγμα, η κάρτα μπορεί να έχει ένα ασπίδα και το άτομο μπορεί να πει: «Η υπερδύναμή μου είναι να προστατεύω τον εαυτό μου αποκλείοντας άτομα που με κάνουν να νιώθω άβολα στο διαδίκτυο».

Ή η κάρτα μπορεί να έχει ένα λουκέτο και το άτομο μπορεί να πει: «Η υπερδύναμή μου είναι να προστατεύω τις πληροφορίες μου, μη μοιράζοντας ποτέ τον αριθμό τηλεφώνου μου στο διαδίκτυο».

Παραδείγματα καρτών ασφαλείας:

- Ασπίδα – Προστασία (αποκλείω άτομα που με κάνουν να νιώθω άβολα).

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



- Κλειδαριά – Ισχυροί κωδικοί πρόσβασης (επινόηση ισχυρών κωδικών πρόσβασης)
- Σημάδι STOP – Τερματισμός μη ασφαλών συνομιλιών.
- Τηλέφωνο – Ζήτηση βοήθειας (από ένα αξιόπιστο άτομο).
- Μεγεθυντικός φακός – Διπλός έλεγχος (προσεκτικός έλεγχος μηνυμάτων και συνδέσμων).
- Χαρούμενο πρόσωπο – Κοινοποίηση θετικών πληροφοριών.
- Φωτογραφική μηχανή – Λήψη στιγμιότυπου οθόνης από ένα ακατάλληλο μήνυμα/σχόλιο ως απόδειξη.
- Καρδιά – Ακούστε τα συναισθήματά σας (όταν κάτι δεν σας φαίνεται σωστό).
- Μεγάφωνο – Αναφορά προφίλ ατόμων με ακατάλληλη συμπεριφορά.
- Κάδος απορριμμάτων – Διαγραφή σχολίων/επαφών που δεν σας αρέσουν.
- Πινακίδα – Ζητώντας και ακολουθώντας συμβουλές.

Δραστηριότητα 2 του Μοντέλου

Όνομα της δραστηριότητας

Κάρτες σεναρίων «Τι θα κάνατε εσείς;»

Στόχοι

Διαφοροποίηση μεταξύ ασφαλών και μη ασφαλών αιτημάτων στο διαδίκτυο.

Οι συμμετέχοντες μαθαίνουν απλές και χρήσιμες συμβουλές για να ανταποκρίνονται κατάλληλα σε μη ασφαλείς αιτήσεις ή καταστάσεις στο διαδίκτυο.

Μέθοδοι μάθησης

Πρακτικές ασκήσεις και διαδραστικές δραστηριότητες

Χρόνος που διατίθεται για τη δραστηριότητα

20 λεπτά

Απαιτούμενοι πόροι

1. Κάρτες σεναρίων για κάθε ομάδα συμμετεχόντων και τον συντονιστή: Εκτυπωμένες κάρτες σε μορφή φυσαλίδων συνομιλίας που περιγράφουν καταστάσεις που αφορούν σεξουαλική παρενόχληση ή ανάρμοστη συμπεριφορά.

2. Κάρτες απάντησης για κάθε ομάδα συμμετεχόντων με συμβολικά οπτικά στοιχεία (σήμα αποκλεισμού, φούσκα συνομιλίας...) και απλές, σαφείς απαντήσεις όπως

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



Οδηγίες

«Απαντήστε», «Μοιραστείτε», «Αγνοήστε», «Αποκλείστε», «Μιλήστε σε κάποιον» και «Αναφέρετε».

Εισαγωγή (5 λεπτά)

Ο συντονιστής θα διαβάσει 4 σενάρια και θα θέσει την ερώτηση «Τι θα κάνατε;». Οι συμμετέχοντες σε ομάδες των 3 θα έχουν χρόνο να σκεφτούν και να επιλέξουν μια απάντηση, διαλέγοντας μία, δύο ή τρεις κάρτες απάντησης. Ο μέντορας παρέχει θετική ενίσχυση για τις σωστές απαντήσεις και διευκρινίζει τυχόν παρεξηγήσεις.

Παιχνίδι της κύριας δραστηριότητας (10-15 λεπτά)

Ο συντονιστής διαβάζει και εξηγεί τις κάρτες με απλό και ελκυστικό τρόπο.

Σενάριο 1. Ένας φίλος λέει: «Μόλις σε σκεφτόμουν. Τελικά τελείωσες το παζλ που έφτιαχνες;»

Σενάριο 2. «Κάποιος που δεν γνωρίζεις σου στέλνει ένα μήνυμα ζητώντας σου προσωπικές ή ερωτικές φωτογραφίες».

Σενάριο 3. «Ένα άτομο στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης σχολιάζει τη φωτογραφία σου λέγοντας κάτι ακατάλληλο, όπως: «Είσαι σέξι, στείλε μου μια ιδιωτική φωτογραφία».

Σενάριο 4. «Κάποιος σου στέλνει ένα μήνυμα λέγοντας: «Είσαι τόσο όμορφη, πρέπει να συναντηθούμε, μόνο οι δυο μας».

Σενάριο 5. «Κάποιος που δεν γνωρίζεις σου ζητά να συνομιλήσετε ιδιωτικά και αρχίζει να λέει πράγματα όπως: «Τι φοράς;»

Σενάριο 6. Μήνυμα σε ομαδική συνομιλία: «Γεια σε όλους! Ποιο ήταν το αγαπημένο σας μέρος στο χθεσινό μάθημα τέχνης; Μου άρεσε πολύ να βλέπω τις ζωγραφιές των ζώων που έκαναν όλοι!»

Σενάριο 7. «Ενώ παίζετε ένα online παιχνίδι για πολλούς παίκτες, ένας άλλος παίκτης που δεν γνωρίζετε σας στέλνει ένα

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



Co-funded by
the European Union



ιδιωτικό μήνυμα που λέει: «Είσαι πολύ καλός... θέλεις να κάνουμε βιντεοκλήση αργότερα; Σίγουρα είσαι χαριτωμένος όταν παίζεις».

Συζήτηση και προβληματισμός (5-10 λεπτά)

Οι συμμετέχοντες συζητούν τους λόγους πίσω από τις απαντήσεις που έδωσαν. Ο συντονιστής επικυρώνει και παρέχει πολλές άλλες κατάλληλες επιλογές από τις κάρτες απαντήσεων.

Συμπέρασμα

Οι συντονιστές επισημαίνουν τα ακόλουθα:

1. Δεν είναι ποτέ αποδεκτό να ζητάει ή να στέλνει κάποιος ανεπιθύμητα ακατάλληλα μηνύματα ή φωτογραφίες.
2. Πάντα να εμπιστεύεστε τα συναισθήματά σας — αν κάτι σας κάνει να νιώθετε άβολα, είναι απολύτως αποδεκτό να αναλάβετε δράση.
3. Μπορείτε να αποκλείσετε, να αγνοήσετε, να αναφέρετε ή να μιλήσετε σε κάποιον για ανάρμοστη συμπεριφορά.
4. Ποτέ δεν είστε μόνοι — μπορείτε πάντα να απευθυνθείτε σε ενήλικες ή φίλους που εμπιστεύεστε για να μιλήσετε, αν χρειαστεί.

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



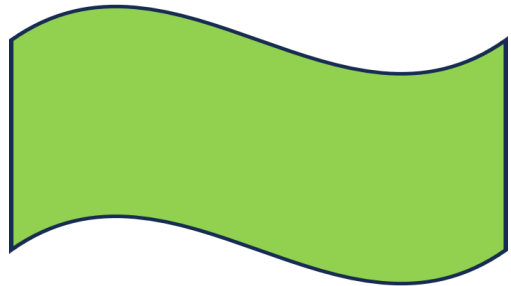
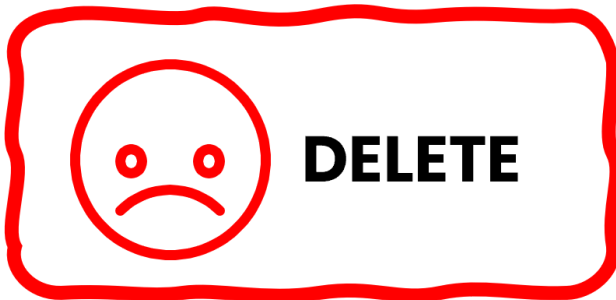
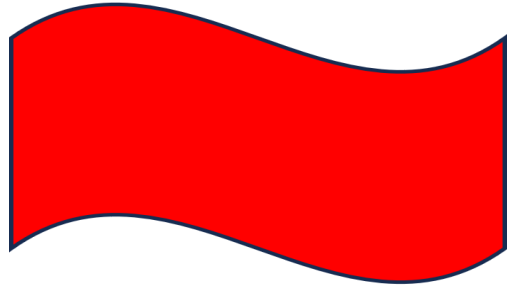
**Co-funded by
the European Union**



Παράρτημα 1.

Δραστηριότητα 1: Κόκκινη σημαία, πράσινη σημαία

Αυτοκόλλητα από χαρτόνι και σημαίες



Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

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



Co-funded by
the European Union



Παραδείγματα πληροφοριών:

Phone number

Home address

Public events or activities
you are attending

Full name

Hobbies or interests

Location details

Naked photos of yourself

General feelings

Non-personal photos

School or workplace

Favourite music or song

Passwords

Positive comments

Photos of yourself
in the bedroom

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

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



Co-funded by
the European Union



Photos of yourself in
the bathroom

Discussions about sexual topics

Favorite movie or TV show

Παράρτημα 2.

Παγοθραύστης 2: Η υπερδύναμη της ασφάλειάς μου

Κάρτες υπερδύναμης:

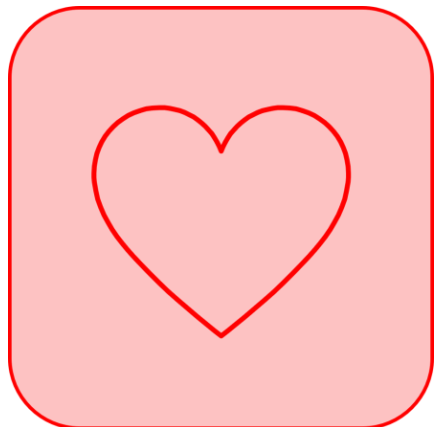


Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



Co-funded by
the European Union

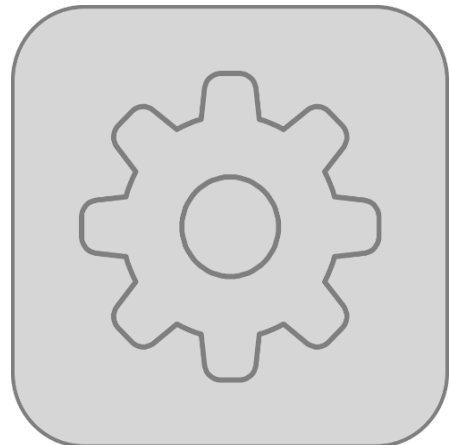
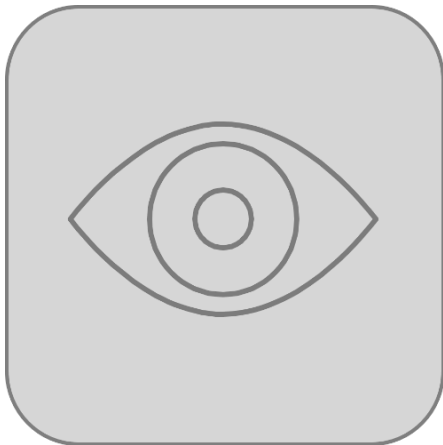
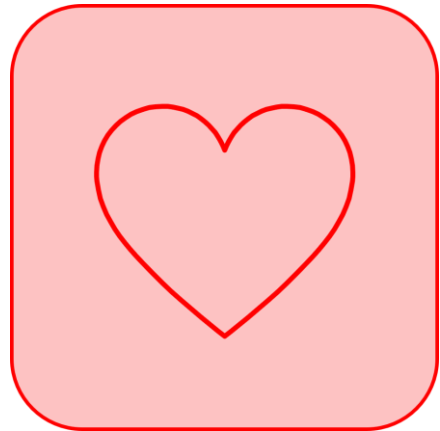


Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**

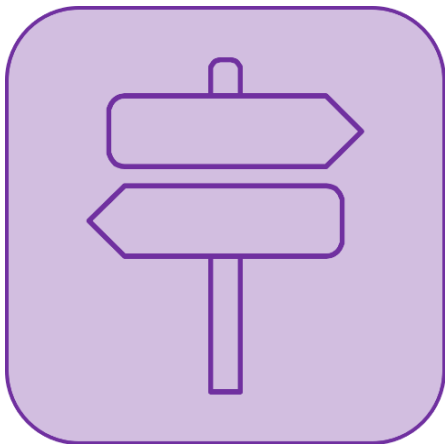
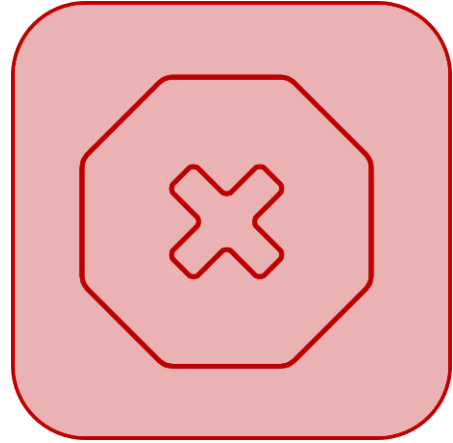


Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανακλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

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



**Co-funded by
the European Union**



Παράρτημα 3: Δραστηριότητα 2: «Τι θα κάνετε εσείς;»

Κάρτες σεναρίων

Σενάρια:

1

A friend says: I was just thinking about you. Did you end up finishing that puzzle you were working on?"

2

A person you don't know asks you to chat privately and starts saying things like, 'What are you wearing?'

3

Someone sends you a message saying, 'You're so beautiful, we should meet up, just the two of us.'

4

Someone you don't know sends you intimate photos or videos.

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

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



Co-funded by
the European Union



5

Message in Group Chat: "Hi everyone! What was your favourite part of yesterday's art class? I loved seeing everyone's paintings of animals!"

6

A person on social media comments on your photo saying something inappropriate like, 'You look hot, send me a private picture.'

7

While playing an online multiplayer game, another player you don't know sends you a private message saying: 'You're really good... do you want to video chat with me later? I bet you look cute when you play.'

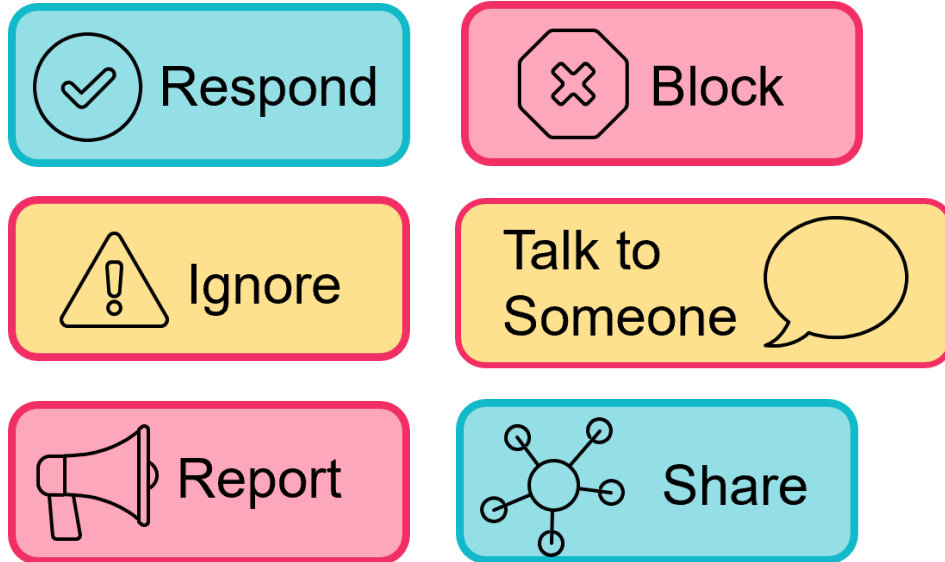
Κάρτες απαντήσεων:

Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανakλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



**Co-funded by
the European Union**



Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

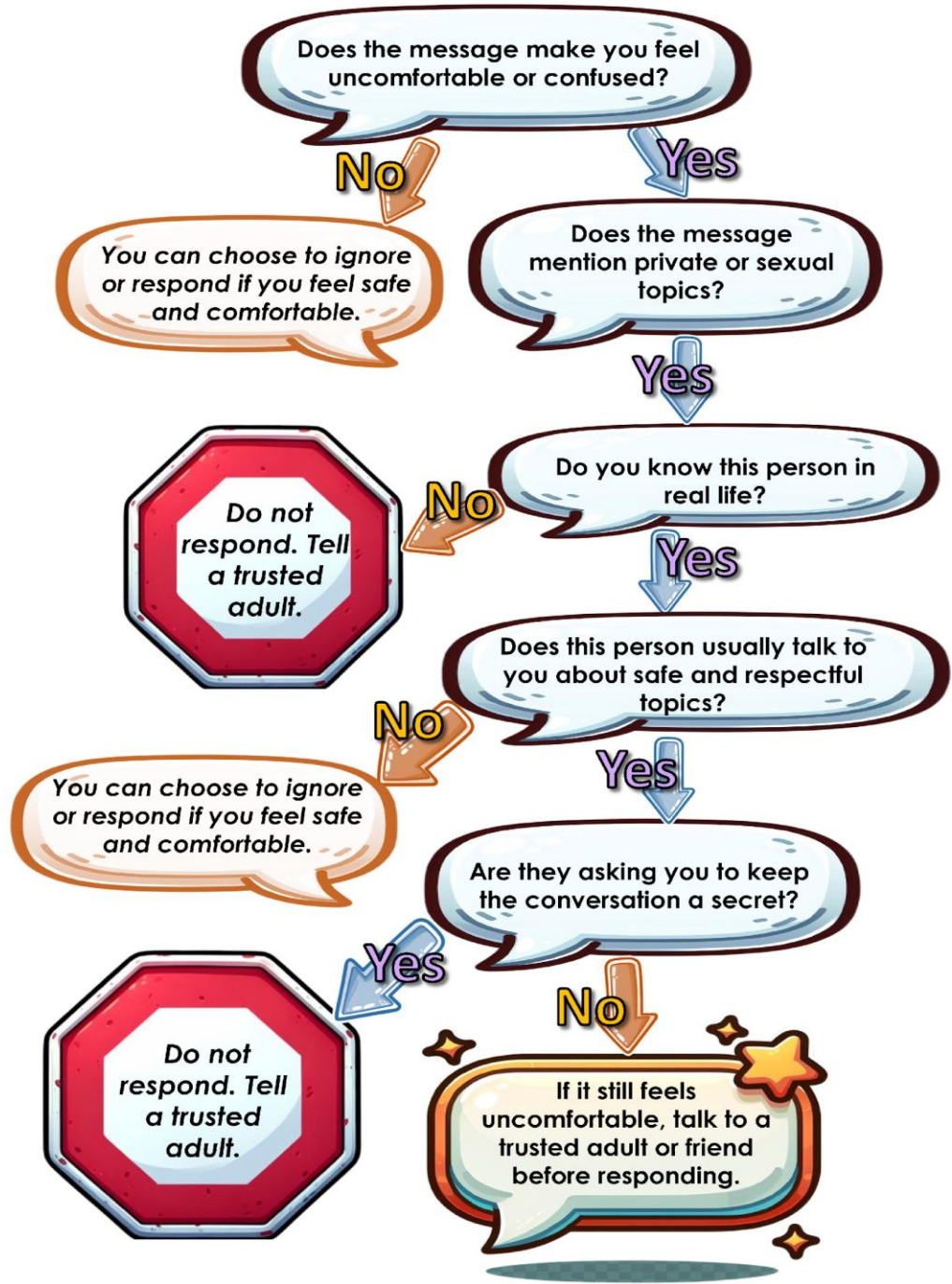
Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανακλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA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



Co-funded by
the European Union



Δέντρο αποφάσεων:



Αριθμός έργου: 2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων και δεν αντανακλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



Co-funded by
the European Union