

PR.I.S.C.I.L.L.A: Εκπαιδευτικό πρόγραμμα για νέους με νοητική αναπηρία σχετικά με τους κινδύνους του διαδικτύου και τον σεξουαλικό διαδικτυακό εκφοβισμό

Το έργο PR.I.S.C.I.L.L.A αναπτύχθηκε για την πρόληψη και προστασία από τους κινδύνους του σεξουαλικού διαδικτυακού εκφοβισμού, μια αυξανόμενη απειλή που συνδέεται με τη διάδοση των κοινωνικών δικτύων. Η πρωτοβουλία εστιάζει σε νέους ηλικίας 18 έως 25 ετών με νοητική αναπηρία, ανταποκρινόμενη στην ανάγκη καθοδήγησης και υποστήριξής τους για ασφαλή και υπεύθυνη χρήση των κοινωνικών δικτύων.

Στο πλαίσιο αυτής της προσπάθειας, δημιουργήθηκε ένα ειδικό εκπαιδευτικό πρόγραμμα, με θεματικές ενότητες που αφορούν την ασφάλεια στο διαδίκτυο και την ψηφιακή ευημερία. Έχει σχεδιαστεί ώστε να εφαρμόζεται σε περιβάλλοντα που συχνάζουν νέοι με νοητική αναπηρία και τους βοηθά να αξιοποιούν τα κοινωνικά δίκτυα ως χώρο θετικής αλληλεπίδρασης, προσωπικής ανάπτυξης και έκφρασης. Στόχος είναι η ενδυνάμωση των νέων, ενισχύοντας την ταυτότητα, την αυτογνωσία και την αυτοεκτίμησή τους, ενώ παράλληλα μειώνονται οι κίνδυνοι σεξουαλικής παρενόχλησης και διαδικτυακού εκφοβισμού.

Δομή Εκπαιδευτικού Προγράμματος

Οι εκπαιδευτικές αρχές του προγράμματος περιλαμβάνουν την ικανότητα λήψης αποφάσεων, την αυτοδιάθεση, την αίσθηση ελέγχου και την προώθηση της ανεξαρτησίας. Βασίζεται στη μέθοδο **μάθησης μέσω πράξης**, με διαδραστικές και πρακτικές μεθόδους που ενισχύουν την ενεργό συμμετοχή και κατανόηση. Αυτές περιλαμβάνουν σωματικές δραστηριότητες, οπτικά βοηθήματα, παιχνίδια ρόλων, πρακτικές ασκήσεις και αφήγηση ιστοριών.

Το πρόγραμμα περιλαμβάνει πέντε ενότητες:

1. **Σχέσεις στο διαδίκτυο vs σχέσεις στην πραγματική ζωή:** βοηθά τους νέους να κατανοήσουν καλύτερα τα συναισθήματα και την έκφρασή τους. Εξηγεί τις διαφορές ανάμεσα στη φιλία και την αγάπη, τη σημασία της αυτοαγάπης και της ανεξάρτητης λήψης αποφάσεων. Επίσης, εξετάζει τις διαδικτυακές και εκτός διαδικτύου σχέσεις, με παραδείγματα υγιών συμπεριφορών και σημάδια τοξικών σχέσεων.
2. **Εισαγωγή στα κοινωνικά δίκτυα:** παρουσιάζει τις πιο γνωστές πλατφόρμες, τους λόγους χρήσης τους και τον τρόπο διαδικτυακής επικοινωνίας. Ενσωματώνει χρήσιμες συμπεριφορές

για ασφάλεια, όπως η αναζήτηση βοήθειας, η χρήση διαθέσιμων εργαλείων και η αναγνώριση κινδύνων.

3. **Αναγνώριση κινδύνων στα κοινωνικά δίκτυα:** εστιάζει στους βασικούς κινδύνους, όπως ο διαδικτυακός εκφοβισμός, η αποπλάνηση (grooming) και η κλοπή δεδομένων. Εξηγεί τι είναι και πώς να προστατευτεί κανείς.
4. **Ασφαλής χρήση κοινωνικών δικτύων:** δίνει έμφαση στην ιδιωτικότητα, την προστασία προσωπικών δεδομένων και παρέχει πρακτικές συμβουλές για ασφαλέστερη και υπεύθυνη χρήση. Στόχος είναι η προώθηση της ψηφιακής ανεξαρτησίας και ευημερίας.
5. **Εύρεση λύσεων και αναζήτηση βοήθειας:** διδάσκει τι πρέπει να κάνει ένας νέος αν βιώσει διαδικτυακό εκφοβισμό, ειδικά σεξουαλική παρενόχληση. Παρέχει πρακτικό οδηγό βημάτων και τονίζει τη σημασία δημιουργίας δικτύου εμπιστοσύνης (οικογένεια, φίλοι, επαγγελματίες).

Οι ενότητες βοηθούν τους νέους με νοητική αναπηρία να:

- κατανοήσουν ότι τα κοινωνικά δίκτυα μπορεί να είναι χρήσιμα αλλά και επιβλαβή,
- αναγνωρίζουν επικίνδυνες καταστάσεις,
- μάθουν στρατηγικές ασφαλέστερης χρήσης,
- γνωρίζουν πότε και σε ποιον να απευθυνθούν για υποστήριξη.

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα είναι δωρεάν και διαθέσιμο στα Ελληνικά. Μπορείτε να το κατεβάσετε από την ιστοσελίδα του έργου, στην ενότητα «Αποτελέσματα», στον παρακάτω σύνδεσμο: <https://priscillaproject.eu/results-2/>

Πιλοτική Εφαρμογή του Προγράμματος

Τα βασικά επιτεύγματα που αναδείχθηκαν:

- **Ενημέρωση για κινδύνους:** σημαντική αύξηση,
- **Ανίχνευση απειλών:** σταθερές και ισχυρές δεξιότητες,
- **Ιδιωτικότητα & επικοινωνία:** έννοιες πλήρως κατανοητές,
- **Παράδοξο ασφάλειας:** μεγαλύτερη ευαισθητοποίηση με ταυτόχρονη μείωση του αισθήματος ασφάλειας,
- **Επίλυση προβλημάτων:** υψηλή αυτοπεποίθηση,
- **Διαδικτυακός εκφοβισμός:** περισσότεροι συμμετέχοντες παραδέχτηκαν ότι τον έχουν βιώσει.

Η εκπαίδευση αποδείχθηκε χρήσιμη όχι μόνο για νέους, αλλά και για ενήλικες και εφήβους μικρότερης ηλικίας, επιβεβαιώνοντας τη δυνατότητα ευρείας εφαρμογής. Η προσαρμοστικότητα του προγράμματος διευκόλυνε την ενεργό συμμετοχή και την πρακτική εφαρμογή στην καθημερινότητα. Οι συναντήσεις συνέβαλαν επίσης στην καλύτερη κατανόηση διαπροσωπικών σχέσεων, σωστών και λανθασμένων διαδικτυακών συμπεριφορών, κινδύνων, αυτοσεβασμού, σεβασμού προς τους άλλους, χρήσης ευγενικής γλώσσας και τρόπων αναζήτησης βοήθειας.

Το έργο PR.I.S.C.I.LLA απέδειξε ότι μέσα από συμπεριληπτικά και διαδραστικά εκπαιδευτικά προγράμματα μπορούν να δοθούν σε νέους με νοητική αναπηρία απτά εργαλεία για πιο ασφαλή και ενημερωμένη χρήση των κοινωνικών δικτύων. Η πιλοτική φάση ανέδειξε όχι μόνο την αύξηση δεξιοτήτων και αυτοπεποίθησης, αλλά και τη σημασία του συνδυασμού γνώσης με συνεχή συναισθηματική υποστήριξη.

Με την καινοτόμα και ευέλικτη προσέγγισή του, το έργο θέτει τα θεμέλια για ευρύτερη διάδοση, με στόχο τη δημιουργία ασφαλέστερων, πιο συμπεριληπτικών και πιο σεβαστικών ψηφιακών κοινοτήτων.

Για περισσότερες πληροφορίες και ενημερώσεις σχετικά με το έργο PR.I.S.C.I.L.L.A:

Επισκεφθείτε: <https://priscillaproject.eu>

Ακολουθήστε μας στα κοινωνικά δίκτυα με το hashtag **#PRISCILLA_PROJECT**

Σημειώσεις προς συντάκτες

Το έργο **PR.I.S.C.I.L.L.A** υλοποιείται από κοινοπραξία με συντονιστή την **ASSOC (Ρουμανία)** και εταίρους: **Anziani e non solo (Ιταλία)**, **ΕΔΡΑ (Ελλάδα)**, **INTRAS (Ισπανία)** και **ΚΜΟΡ Skorje (Βόρεια Μακεδονία)**.

Περισσότερα για την κοινοπραξία: <https://priscillaproject.eu/#Partners>

Το ενημερωτικό φυλλάδιο είναι διαθέσιμο στα Αγγλικά, Ρουμανικά, Ελληνικά, Μακεδονικά, Ιταλικά και Ισπανικά: <https://priscillaproject.eu/downloads/>

Υπόβαθρο

Υπάρχει αυξανόμενη ανάγκη για την προώθηση της **ψηφιακής ένταξης** των νέων με νοητική αναπηρία. Αν και το διαδίκτυο και τα κοινωνικά δίκτυα προσφέρουν ευκαιρίες για κοινωνική αλληλεπίδραση, αυτοέκφραση και προσωπική ανάπτυξη, ενέχουν και σοβαρούς κινδύνους, ειδικά για ευάλωτες ομάδες. Οι νέοι με νοητική αναπηρία εκτίθενται συχνότερα σε διαδικτυακές απειλές όπως σεξουαλική παρενόχληση και διαδικτυακό εκφοβισμό, που μπορούν να επηρεάσουν σοβαρά την ευημερία και την ταυτότητά τους.

Το έργο **PR.I.S.C.I.L.L.A** συγχρηματοδοτείται από το πρόγραμμα **Erasmus+** (Αριθμός: **2023-2-RO01-KA220-YOU-000174271**).