

Θέτοντας όρια στη χρήση ηλεκτρονικών μέσων

- Ενθαρρύνουμε την καλή επικοινωνία, την εγγύτητα και τη σχέση εμπιστοσύνης γονέα- παιδιού
- Μαθαίνουμε στο παιδί ότι οι πράξεις του επηρεάζουν το ίδιο και τους άλλους και έχουν συνέπειες
- Επιλέγουμε τη σταθερότητα και την επανάληψη ως προς την οριοθέτηση
- Χρησιμοποιούμε τη θετική πειθαρχία (και όχι αυταρχική πειθαρχία ή ανεξέλεγκτη επιτρεπτικότητα)
- Επιβραβεύουμε το παιδί όταν ακολουθεί τους κανόνες και δέχεται τα όρια
- Αναμένουμε τις ακραίες αντιδράσεις του παιδιού (κλάματα, φωνές, θυμός, επιθετικότητα) όταν του επιβάλλουμε όρια

Γενικά προτείνεται:

- Ανοιχτός και ειλικρινής διάλογος με τα παιδιά
- Συχνή εποπτεία στις διαδικτυακές δραστηριότητες των παιδιών
- Ενεργή προστασία της διαδικτυακής ταυτότητας των παιδιών
- Από κοινού μάθηση των πλεονεκτημάτων αλλά και των κινδύνων του Διαδικτύου
- Προστασία των προσωπικών δεδομένων των παιδιών



ΦΡΟΝΤΙΔΑ.
ΑΞΙΟΠΡΕΠΕΙΑ.
ΙΣΟΤΗΤΑ.

Συμβουλές προς τους γονείς

- Κρατήστε τον υπολογιστή σε έναν κοινό χώρο όπου μπορείτε να παρακολουθείτε τη χρήση
- Περάστε χρόνο online μαζί με τα παιδιά ώστε να διδαχθούν την κατάλληλη συμπεριφορά στο Διαδίκτυο
- Ελέγξτε τους λογαριασμούς της πιστωτικής σας κάρτας και του τηλεφώνου σας για άγνωστες χρεώσεις λογαριασμού
- Ενημερωθείτε από ποιους χώρους και ποιες συσκευές συνδέεται το παιδί σας στο Internet
- Πάρτε το παιδί σας σοβαρά αν αναφέρει μια άβολη ηλεκτρονική ανταλλαγή
- Ελέγχετε αν τα παιχνίδια, οι ιστοσελίδες και τα βίντεο που παρακολουθεί το παιδί στο Internet είναι κατάλληλα για την ηλικία του
- Εφαρμόζετε ρυθμίσεις απορρήτου και προγράμματα γονικού ελέγχου και χρησιμοποιείτε εφαρμογές ειδικά διαμορφωμένες για παιδιά (όπως το Youtube Kids) (Raisingchildren.net.au, 2019)



ΦΡΟΝΤΙΔΑ.
ΑΞΙΟΠΡΕΠΕΙΑ.
ΙΣΟΤΗΤΑ.

Το παιδί μου θύμα ή δράστης cyber-bullying ή παρενόχλησης : τι κάνω;

- Διαχειριστείτε με ψυχραιμία την πληροφορία που σας δίνεται
- Ακούστε το παιδί σας όντας ενθαρρυντικοί
- Προσπαθήστε να μάθετε όσα περισσότερα γίνεται
- Ζητήστε από το παιδί να σας δείξει συνομιλίες και μηνύματα στον υπολογιστή
- Αναλύστε στο παιδί ποιες συμπεριφορές είναι αποδεκτές και βάλτε όρια στις αντιδράσεις του
- Συζητήστε για την ενσυναίσθηση, την ηθική, το σεβασμό και τη διαφορετικότητα και ότι αυτά υπάρχουν τόσο στην πραγματική όσο και στην εικονική διάσταση
- Επικοινωνήστε άμεσα με την Δίωξη Ηλεκτρονικού Εγκλήματος ΓΡΑΜΜΗ **11188**
- Επικοινωνήστε με τη ΓΡΑΜΜΗ SOS **1056** για κατευθύνσεις και συμβουλές



ΦΡΟΝΤΙΔΑ.
ΑΞΙΟΠΡΕΠΕΙΑ.
ΙΣΟΤΗΤΑ.

Συμβουλές προς παιδιά-εφήβους

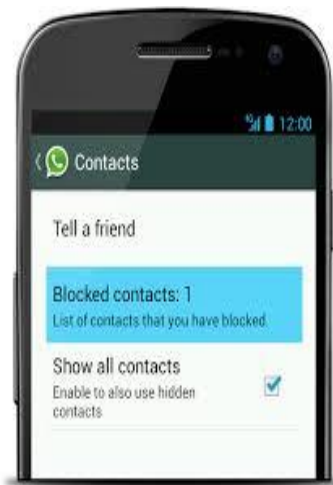
Τι να κάνεις σε περίπτωση απειλητικών, εκφοβιστικών ή άβολων μηνυμάτων ;

Μην απαντήσεις

Βγάλε μια φωτογραφία οθόνης (screenshot) ή αντίγραψε και σώσε ό,τι σε ενόχλησε

Μπλόκαρε τους αποστολείς απειλητικών ή υβριστικών μηνυμάτων και αποθήκευσέ τα

Μίλα σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι



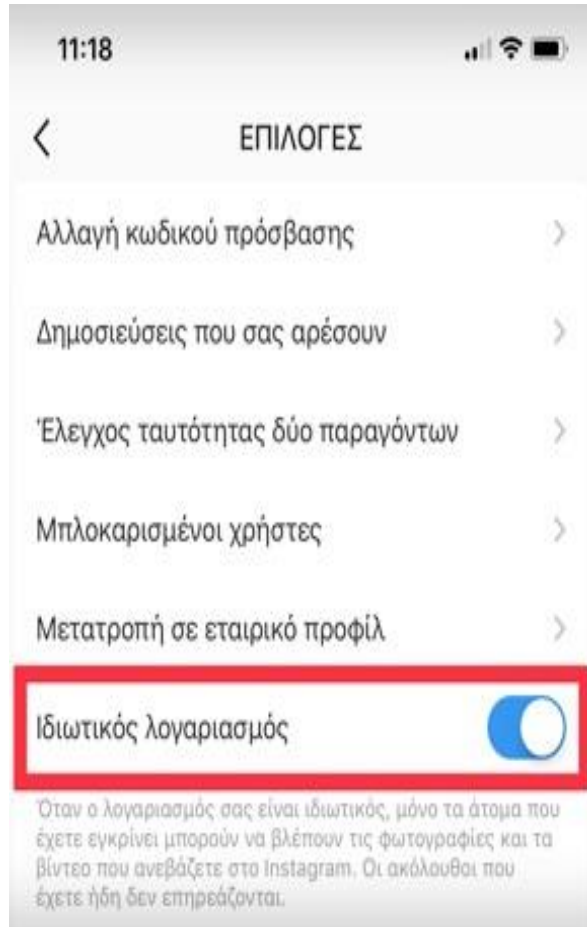
ΦΡΟΝΤΙΔΑ.
ΑΞΙΟΠΡΕΠΕΙΑ.
ΙΣΟΤΗΤΑ.

Τι συμβουλές να δώσω στο παιδί μου;

- Δεν κάνεις φίλους και δε μιλάς στα social media και στα online games με άτομα που δεν ξέρεις προσωπικά
- Δε συναντάς από κοντά άτομα που γνωρίζεις μόνο από το Διαδίκτυο
- Δεν πληρώνεις στο Διαδίκτυο χωρίς την άδεια των γονέων/ κηδεμόνων
- Μοιράζεσαι το username και το password σου μόνο με γονείς/ ενήλικες εμπιστοσύνης
- Χρησιμοποίησε διαφορετικά username και password ανά λογαριασμό
- Δε μιλάς με κάμερα με άτομα που δε γνωρίζεις στην πραγματική ζωή: πίσω απ' την οθόνη μπορεί να είναι ο οποιοσδήποτε
- Κρύβεις την κάμερα του υπολογιστή σου με ένα αυτοκόλλητο
- Δεν ανεβάζεις απόρρητο υλικό και προσωπικά στοιχεία στο Διαδίκτυο γιατί δε διαγράφονται ποτέ και ξεφεύγουν από τον έλεγχό σου (οδός, αριθμός τηλεφώνου, ονόματα, φωτογραφίες κ.α.)
- Δε στέλνεις απόρρητο υλικό μέσα από μηνύματα/ ηλεκτρονικά μέσα (π.χ. φωτογραφίες σου με σεξουαλικό περιεχόμενο)
- Αν κάποιος σε ενοχλεί στο Διαδίκτυο δε μιλάς ούτε διαπραγματεύεσαι μαζί του αλλά ζητάς βοήθεια από έναν ενήλικα
- Αν νοιώσεις άβολα με κάποιο μήνυμα ή υλικό στο Διαδίκτυο, σταμάτα, αποθήκευσε το και μίλα σε ενήλικα
- Δεν κρατάς μυστικά για τη χρήση του Διαδικτύου από τους γονείς σου

Δεν υπάρχει μυστικό που να σε κάνει να ντρέπεσαι, να φοβάσαι και να μην μπορείς να κοιμηθείς τα βράδια!!!

Ρυθμίσεις ασφαλείας

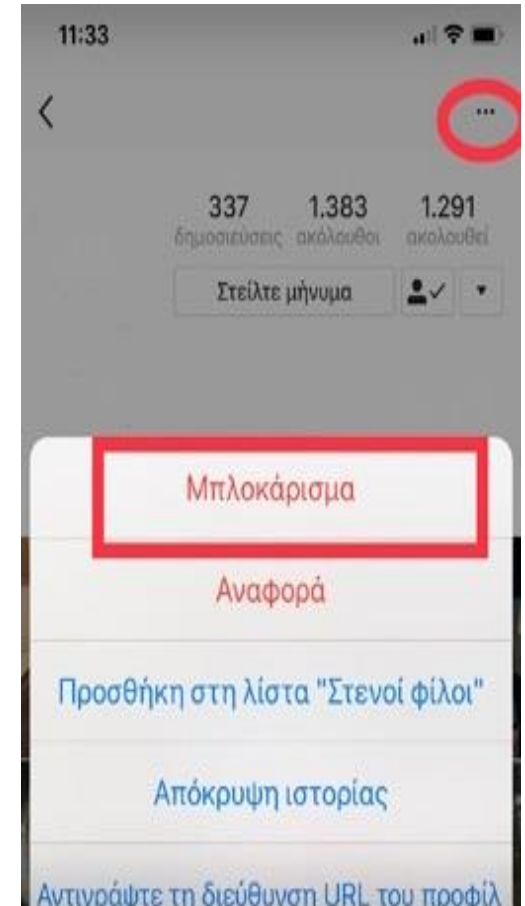


Προσθέστε ένα επιπλέον επίπεδο ασφαλείας με τον έλεγχο ταυτότητας δύο παραγόντων

Προσθέστε ένα επίπεδο προστασίας στο λογαριασμό σας κάθε φορά που συνδέεστε από κινητό ή υπολογιστή που δεν αναγνωρίζουμε.

Θα σας στείλουμε ένα SMS με τον κωδικό σύνδεσης ή μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μια εφαρμογή ασφαλείας της επιλογής σας, όπως τα Duo Mobile ή Google Authenticator.

[Μάθετε περισσότερα](#)



ΦΡΟΝΤΙΔΑ.
ΑΞΙΟΠΡΕΠΕΙΑ.
ΙΣΟΤΗΤΑ.

Προτάσεις δραστηριοτήτων

- <https://www.theacropolismuseum.gr/el/content/ekpaideftiko-yliko>
- <https://www.youtube.com/watch?v=8YOkBJShaTk>
- <https://www.youtube.com/watch?v=X1Xc2AVd83k>
- <https://www.youtube.com/watch?v=3Pd6-pSouTE>



ΦΡΟΝΤΙΔΑ.
ΑΞΙΟΠΡΕΠΕΙΑ.
ΙΣΟΤΗΤΑ.