

Project A' Γυμνασίου

Γ' Τριμήνου

ΘΕΜΑ: Εκφοβισμός μέσω διαδικτύου



Υπεύθυνη καθηγήτρια : Πολυμέρου Δήμητρα

Περιεχόμενα :

Η έννοια της ομαδικής βίας και επιθετικότητας γενικά και του ηλεκτρονικού εκφοβισμού ιδιαίτερα	3
Ύπαρξη τέτοιων φαινομένων στο σχολείο (Συνέντευξη)	8
Αρνητικές επιπτώσεις του ψηφιακού εκφοβισμού στους εφήβους	9
Οι κίνδυνοι της αλόγιστης χρήσης του διαδικτύου.....	16
Μέτρα πρόληψης του σχολικού εκφοβισμού εντός του σχολικού περιβάλλοντος	27
Στρατηγικές αντιμετώπισης του ηλεκτρονικού εκφοβισμού.....	28

Επιθετικότητα και Σύγκρουση

Είναι πολύ σημαντικό να γίνει κατανοητός ο διαχωρισμός των εννοιών επιθετικότητα και σύγκρουση. Η έννοια της επιθετικότητας χρησιμοποιείται με δύο σημασίες:

Μια γενική, που αναφέρεται στο δυναμισμό και την ενέργεια ζωής με την οποία ένα άτομο ικανοποιεί τις ανάγκες του, και μια πιο στενή, που είναι συνυφασμένη με βιαιότητα και εχθρική συμπεριφορά.

Η επιθετικότητα είναι ένα φυσιολογικό φαινόμενο, χαρακτηριστικό του ανθρώπου και της κοινωνικής ζωής, βασικό στη διαδικασία ανάπτυξης και ενηλικίωσης του ατόμου. Όσον αφορά στη σύγκρουση, μπορούμε επίσης να πούμε, όπως και στην περίπτωση της επιθετικότητας, ότι και η σύγκρουση είναι ένα φυσιολογικό φαινόμενο. Όμως σχετικά με τη σύγκρουση επικρατεί στην κοινωνία η γενική αντίληψη ότι είναι μια αρνητική και, κατά συνέπεια, μια ανεπιθύμητη κατάσταση που πρέπει να την αποφεύγουμε.

Στην κοινωνική ζωή όμως και γενικά στις διαπροσωπικές, τις φιλικές και ομαδικές σχέσεις και στις κοινωνικές δραστηριότητες η αντιπαράθεση και η σχετική σύγκρουση είναι αναπόφευκτες. Κάθε φορά που αλληλεπιδρούν άνθρωποι και τίθεται ζήτημα επιλογής ή λήψης απόφασης, διατυπώνονται ποικίλες ιδέες, γνώμες, απόψεις, πληροφορίες, συμπεράσματα, θεωρίες, που θα επιχειρηθεί να επιβληθούν και μοιραία θα συγκρουστούν. Στη σχετική βιβλιογραφία ο όρος «σύγκρουση συμφερόντων» χρησιμοποιείται με τη σημασία της σύγκρουσης αναγκών, σκοπών, ωφελειών, κέρδους, προτερημάτων, ενδιαφέροντος, δικαιώματος ή διεκδίκησης (Dollard, et al 1939, Deutsch, 1973).

Ο όρος «εκφοβισμός και βία στο σχολείο» (school bullying), όπως και ο όρος «θυματοποίηση» (victimization) χρησιμοποιούνται για να περιγράψουν μια κατάσταση κατά την οποία ασκείται εσκεμμένη, απρόκλητη, συστηματική και επαναλαμβανόμενη βία και επιθετική συμπεριφορά με σκοπό την επιβολή, την καταδυνάστευση και την πρόκληση σωματικού και ψυχικού πόνου σε μαθητές από συμμαθητές τους, εντός και εκτός σχολείου. Συχνά το «ισχυρότερο» παιδί αντλεί από την πράξη του κάποιο όφελος, όπως ευχαρίστηση, κύρος, υλικά αποκτήματα, ενώ το «αδύναμο» παιδί δεν μπορεί να προστατέψει με ουσιαστικό και ριζικό τρόπο τον εαυτό του. Ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο είναι και ομαδικό φαινόμενο, καθώς δεν αφορά μόνο το μαθητή που εκφοβίζει και εκείνον που εκφοβίζεται, αλλά και όσους είναι παρόντες ή γνωρίζουν την ύπαρξή του, δηλαδή τους παρατηρητές, οι οποίοι μπορεί να είναι είτε μαθητές είτε ενήλικες.

Ένα σημείο το οποίο χρήζει διευκρίνισης είναι ότι όλες οι μορφές μαθητικής επιθετικότητας δεν αποτελούν εκφάνσεις του σχολικού εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.

Η επιθετικότητα, η οποία αποτελεί οικουμενικό χαρακτηριστικό της ανθρώπινης φύσης, δεν στοχεύει πάντα στην εμπρόθετη και επαναλαμβανόμενη τρομοκράτηση των «αδύναμων» και συνεπώς δεν αποτελεί σε όλες τις περιπτώσεις μορφή εκφοβιστικής συμπεριφοράς. Για παράδειγμα, η έκφραση επιθετικότητας στα πλαίσια κάποιου παιχνιδιού εξαιτίας μιας διαφωνίας, δεν αποτελεί αναγκαστικά μορφή εκφοβισμού.

Επίσης, η επιθετικότητα μπορεί να μετασχηματιστεί σε μορφές συμπεριφοράς κοινωνικά αποδεκτές, όπως είναι η διεκδικητικότητα, η πρωτοβουλία, το θάρρος της γνώμης, η δημιουργικότητα, η επιθυμία για μάθηση. Στις περιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, η επιθετικότητα και η δύναμη (σωματική, ψυχολογική ή κοινωνική) διαστρεβλώνονται, γίνονται μέσο επιβολής και μάλιστα ένας τρόπος συσχέτισης με τους άλλους σε δυαδικό και ομαδικό επίπεδο.



Ο όρος Διαδικτυακός εκφοβισμός (Cyberbullying) αφορά τον εκφοβισμό, την απειλή, την ταπείνωση ή την παρενόχληση παιδιών, προεφήβων και εφήβων που δέχονται μέσω της χρήσης του Διαδικτύου, κινητών τηλεφώνων είτε άλλων ψηφιακών τεχνολογιών από ομηλικούς τους.

Αίτια :

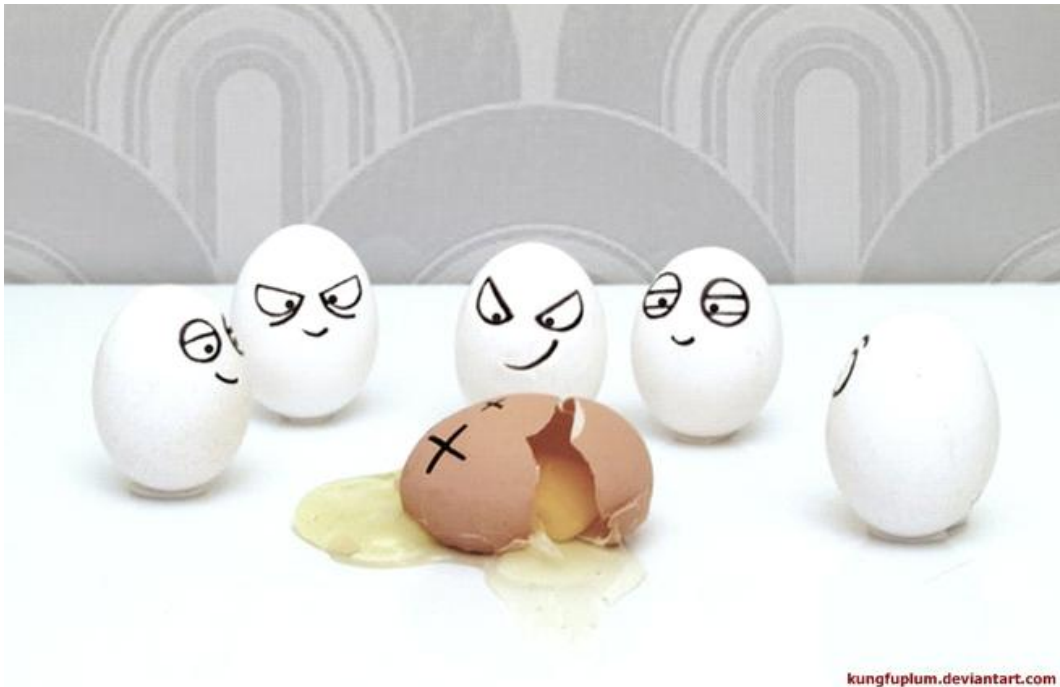
Συχνά οι νέοι εκτίθενται στον Διαδικτυακό εκφοβισμό εξαιτίας της βίωσης έντονων συναισθημάτων όπως θυμός, απόγνωση είτε πάλι και εκδίκηση, που μπορεί να προέρχεται τόσο από τις προβληματικές σχέσεις που υπάρχουν στο οικογενειακό περιβάλλον όσο και εξαιτίας μιας ευρύτερης κοινωνικής δυσλειτουργικότητας που παρουσιάζει το άτομο. Σε μερικές περιπτώσεις ο Διαδικτυακός εκφοβισμός αποτελεί μορφή ψυχαγωγίας στοχεύοντας στην εκδήλωση ποικίλων αντιδράσεων και στην ικανοποίηση αναγκών που σχετίζονται με την επιβολή εξουσίας και ελέγχου. Σπανιότερα,

η αποστολή μηνυμάτων σε λάθος παραλήπτες μπορεί να αποτελέσει αιτία του φαινομένου.

Συνέπειες :

Το φαινόμενο του Διαδικτυακού εκφοβισμού εγκυμονεί σοβαρές επιπτώσεις για την ψυχική υγεία του θύματος, αλλά και του θύτη. Η αυτοεκτίμηση του ατόμου που υφίσταται Διαδικτυακό εκφοβισμό πλήττεται έντονα τόσο ώστε σε μερικές περιπτώσεις συνδέεται με το αίσθημα της ενοχής. Το άτομο αρχίζει να αναπαράγει αρνητικές σκέψεις και η επίδοση των κοινωνικών του ικανοτήτων μειώνεται σημαντικά. Κάποιες φορές, κυρίως κατά την εφηβική ηλικία η αποχή από το σχολείο και από τις παρέες των συνομηλίκων αποτελεί προσωρινό καταφύγιο, ενώ ταυτόχρονα η αυτοκτονία θεωρείται ως η μοναδική λύση στο πρόβλημα. Άτομα που δέχτηκαν έντονα Διαδικτυακό εκφοβισμό ενδέχεται στο μέλλον να παρουσιάσουν μεγαλύτερη αστάθεια στις διαπροσωπικές τους σχέσεις συνοδευόμενη από την κοινωνική απομόνωση.

Από την άλλη, οι εκφοβιστές τείνουν να είναι άτομα με έντονη αντικοινωνική συμπεριφορά, επιρρεπή στο αλκοόλ και απομονωμένα από τους συνομηλίκους. Μακροπρόθεσμα αντιλαμβάνονται ότι ο εκφοβισμός δεν αποτελεί μορφή ικανοποίησης και αναγνώρισης, βιώνοντας έτσι έντονη προσωπική απογοήτευση.



Ο σχολικός εκφοβισμός είναι ένα φαινόμενο νεανικής παραβατικότητας, ένα είδος bullying, που εμφανίζεται σε πολλές χώρες του κόσμου. Ο σχολικός εκφοβισμός αναφέρεται στη χρήση βίας μεταξύ μαθητών ή συνομηλίκων παιδιών με στόχο να προκληθεί πόνος ή αναστάτωση. Εμφανίζεται με τη μορφή του λεκτικού εκφοβισμού (κοροϊδία, διακρίσεις, ντροπιαστικά σχόλια), του κοινωνικού εκφοβισμού (διάδοση φημών, καταστροφή προσωπικών αντικειμένων, απομόνωση από την ομάδα), του σωματικού εκφοβισμού (χτυπήματα, σπρωξίματα, κλωτσιές), του ηλεκτρονικού εκφοβισμού (εκβιασμός μέσω Διαδικτύου και ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, μέσω μηνυμάτων στο κινητό τηλέφωνο).



Ο Γιάννης, μαθητής Β΄ Γυμνασίου μας μίλησε για τον Δημήτρη, θύμα σχολικής βίας, που πλέον αρνείται να κάνει παρέα με τα άλλα παιδιά.

-Ήταν ένα παιδί, ο Μήτσος, που είχε μεγάλα αφτιά. Κάποια παιδιά νομίζω Β΄ Γυμνασίου συνέχεια τον κοροΐδευαν για τα αφτιά κάποια στιγμή, μια μέρα τον κοροΐδευαν πολύ έντονα, και πήγε σε ένα δάσκαλο και το είπε. Αυτός έκανε παρατήρηση στα παιδιά, αλλά δεν άκουσαν και συνέχισαν να τον κοροΐδεύουν. Τώρα έχει ψυχολογικά προβλήματα νομίζω.

-Είναι ακόμα στο σχολείο ή έχει φύγει;

-Στο σχολείο είναι ακόμα, αλλά δεν κάνει με κανέναν παρέα. Δεν θέλει.

-Τι τάξη πάει τώρα;

-Πηγαίνει σαν και μένα β΄ Γυμνασίου. Είναι στο άλλο τμήμα και δεν θέλει να κάνει παρέα με κανένα.

-Εσείς δεν τον έχετε πλησιάσει;

-Τον έχουμε πλησιάσει, αλλά δεν θέλει. Φαίνεται από μακριά. Ακόμα έχει πρόβλημα.

-Δηλαδή στο διάλειμμα μένει μόνος του;

-Εντελώς.

-Τον κοροΐδεύουν ακόμα;

-Όχι. Τώρα δεν ασχολούνται γιατί βλέπουν ότι δεν δίνει τίποτα, δεν κάνει τίποτα. Έχουν αλλάξει και τα παιδιά που τον πείραζαν, έχουν φύγει.

-Πέρα από τον δάσκαλο , είχε πει σε κάποιον άλλο τι συνέβαινε;

-Δεν ξέρω αν το είπε στη μάνα του ή στον πατέρα του, αλλά και να το είπε δεν είδα να έρθει ποτέ κανείς στο σχολείο και να πει σε κάποιον δάσκαλο κάτι ή στα παιδιά που τον πείραζαν. Ακόμη έτσι είναι. Είναι καλό παιδί και καλός μαθητής, αλλά δεν κάνει παρέα με κανέναν.

ΠΡΑΣΙΝΗ ΟΜΑΔΑ:

ΣΤΑΜΟΣ ΝΑΤΣΙΟΣ

ΜΑΡΙΑ ΤΣΟΥΤΣΙΚΑ

ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΜΑΡΚΑΝΤΩΝΗ

ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΒΑΛΜΑ

ΜΑΡΙΟΣ ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ

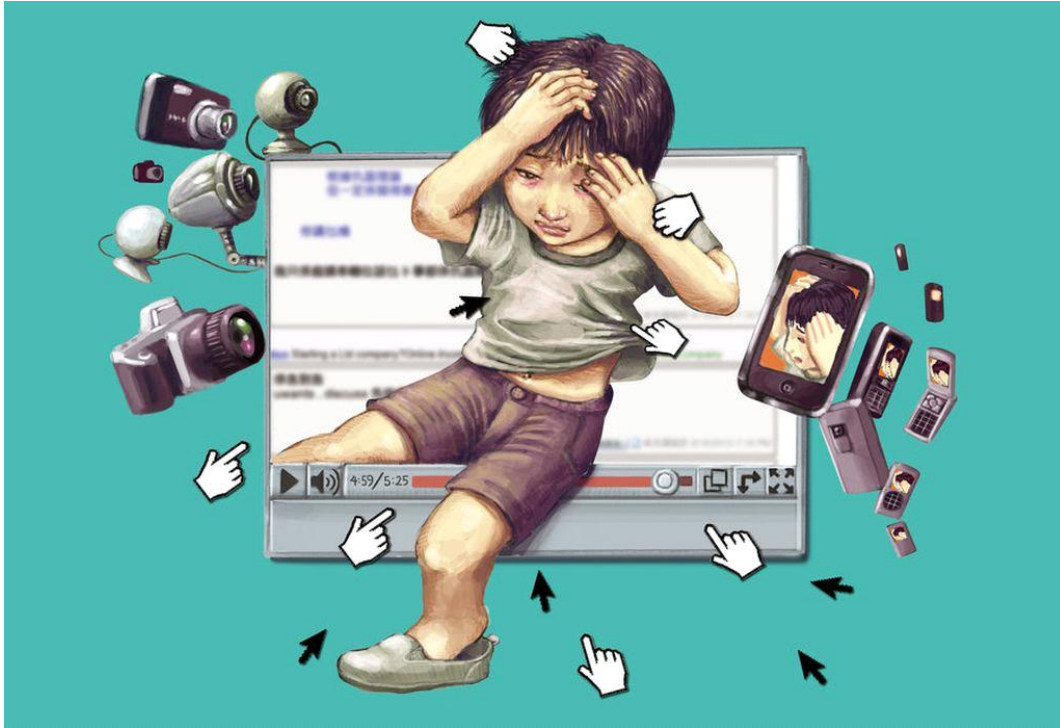
ΓΙΩΡΓΙΟΣ ΣΟΥΡΑΣ

Ποιες είναι οι αρνητικές επιπτώσεις του ψηφιακού εκφοβισμού στους εφήβους.

Το φαινόμενο του Διαδικτυακού εκφοβισμού εγκυμονεί σοβαρές επιπτώσεις για την ψυχική υγεία του θύματος, αλλά και του θύτη. Η αυτοεκτίμηση του ατόμου που υφίσταται Διαδικτυακό εκφοβισμό πλήττεται έντονα τόσο ώστε σε μερικές περιπτώσεις συνδέεται με το αίσθημα της ενοχής. Το άτομο αρχίζει να αναπαράγει αρνητικές σκέψεις και η επίδοση των κοινωνικών του ικανοτήτων μειώνεται σημαντικά. Κάποιες φορές, κυρίως κατά την εφηβική ηλικία η αποχή από το σχολείο και από τις παρέες των συνομηλίκων αποτελεί προσωρινό καταφύγιο, ενώ ταυτόχρονα η αυτοκτονία θεωρείται ως η μοναδική λύση στο πρόβλημα. Άτομα που δέχτηκαν έντονα Διαδικτυακό εκφοβισμό ενδέχεται στο μέλλον να παρουσιάσουν μεγαλύτερη αστάθεια στις διαπροσωπικές τους σχέσεις συνοδευόμενη από την κοινωνική απομόνωση.

Από την άλλη, οι εκφοβιστές τείνουν να είναι άτομα με έντονη

αντικοινωνική συμπεριφορά, επιρρεπή στο αλκοόλ και απομονωμένα από τους συνομηλίκους. Μακροπρόθεσμα αντιλαμβάνονται ότι ο εκφοβισμός δεν αποτελεί μορφή ικανοποίησης και αναγνώρισης, βιώνοντας έτσι έντονη προσωπική απογοήτευση.



Ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός, μπορεί να προκαλέσει πολύ σοβαρές συνέπειες στη ζωή του θύματος, καθώς σχετίζεται με τον παραδοσιακό εκφοβισμό ως εξής: παρότι δεν λαμβάνει τη μορφή της σωματικής επίθεσης, εξακολουθεί να είναι μια μορφή επιθετικότητας που εκφράζεται με ηλεκτρονικά μέσα κι επηρεάζει τη ζωή του θύματος δυσμενώς
εικόνα/ταυτότητα/καθημερινότητα/αυτοδιάθεση/αξιοπρέπεια/υπόληψη του θύματος παραβιάζονται ή/και προσβάλλονται ή/και δυσφημούνται

Οι συνέπειες από τις παραπάνω ενέργειες επιδρούν αρνητικά στη ζωή του προσβαλλόμενου ατόμου κι επιφέρουν κοινωνική απομόνωση, αποχή από εργασία (ή από τα μαθήματα, εάν πρόκειται για μαθητές/φοιτητές), απότομη πτώση στις εργασιακές ή σχολικές επιδόσεις, εκτέλεση πράξεων αντίθετων με τον χαρακτήρα του προσβαλλόμενου, παράνομες πράξεις λόγω εκβιασμού, κατάθλιψη, φόβο, αίσθηση ανασφάλειας ή απομόνωσης, απώλεια εμπιστοσύνης στον εαυτό κ.α.

Εάν η παρενόχληση είναι συνεχής, επίμονη κι έντονη μπορεί να οδηγήσει πιθανή τάση αυτοκτονίας λόγω της αίσθησης δυστυχίας ή/και αβοηθητότητας.

Πέραν από τις ψυχολογικές διαταραχές ή τις διαταραχές συμπεριφοράς, μπορεί να παρουσιάστουν και ψυχοσωματικά προβλήματα, όπως πονοκέφαλοι, κοιλιακά άλγη, ενούρηση, διαταραχές ύπνου, άγχος, χαμηλή αυτοεκτίμηση, φοβίες, κ.α.



Η ψυχική αγωνία και συναισθηματική δυσφορία που βιώνουν τα θύματα του κυβερνοεκφοβισμού μπορεί να έχουν πολλές αρνητικές συνέπειες. Για παράδειγμα, τα θύματα κυβερνοεκφοβισμού έχουν περισσότερες πιθανότητες να εμφανίσουν συμπτώματα κατάθλιψης και προβληματικές

συμπεριφορές στο σχολείο και το σπίτι, σε σύγκριση με τους συνομηλίκους τους που δεν έχουν θυματοποιηθεί. Επιπλέον, τα θύματα εκφοβισμού στον κυβερνοχώρο ηλικίας 10-17 ετών έχουν περισσότερες πιθανότητες να καταφύγουν σε κατάχρηση ουσιών. Σχετικές έρευνες μάλιστα δείχνουν πως αν και ο κυβερνοεκφοβισμός μπορεί να έχει μικρότερη διάρκεια (3-6 μήνες) σε σύγκριση με τις παραδοσιακές μορφές εκφοβισμού, οι αρνητικές επιπτώσεις όπως η κατάθλιψη και ο φόβος είναι το ίδιο ή και περισσότερο έντονες. Οι αυξημένες αρνητικές επιπτώσεις μπορεί να οφείλονται, εν μέρει, στο γεγονός ότι ο κυβερνοεκφοβισμός συνήθως γίνεται φανερός σε ένα ευρύτερο κοινό και παραμένει σε μια πιο μόνιμη κατάσταση στον κυβερνοχώρο. Αρκετές έρευνες εξετάζουν τις στρατηγικές που χρησιμοποιούν τα παιδιά και οι έφηβοι για να αντιμετωπίσουν τον κυβερνοεκφοβισμό αλλά και να προλάβουν την εμφάνιση και τις συνέπειές του. Αναλυτικότερα, οι νέοι φαίνεται ότι χρησιμοποιούν τέσσερις στρατηγικές «αντίδρασης» όταν έρχονται αντιμέτωποι με τον κυβερνοεκφοβισμό, προκειμένου να τον τερματίσουν ή να μειώσουν τις αρνητικές συνέπειές του. Οι στρατηγικές «αντίδρασης» είναι: η αποφυγή, η αποδοχή, η εκλογίκευση και η αναζήτηση κοινωνικής υποστήριξης.

- Η αποφυγή αναφέρεται στην προσπάθεια του παιδιού ή του εφήβου που έχει πέσει θύμα κυβερνοεκφοβισμού να αποφύγει τον θύτη ή τον εκφοβισμό, δηλαδή ουσιαστικά το θύμα απομακρύνεται από την κατάσταση αποφεύγοντας έτσι το αρνητικό συναίσθημα που μπορεί να προκύψει από τη θυματοποίηση. Για παράδειγμα, οι νέοι μπορεί να διαγράψουν μηνύματα και on-line λογαριασμούς, να μπλοκάρουν άλλους χρήστες ή απειλητικά μηνύματα και γενικά να αγνοήσουν ή να προσποιηθούν ότι αγνοούν τον εκφοβισμό.
- Η στρατηγική της αποδοχής αναφέρεται στην αποδοχή του κυβερνοεκφοβισμού ως μέρος της ζωής, δηλαδή ως κάτι που θα συμβεί ανεξάρτητα από οποιεσδήποτε προληπτικές δράσεις. Ουσιαστικά, χρησιμοποιώντας την στρατηγική αυτή οι νέοι μπορούν να μειώσουν τις αρνητικές συναισθηματικές και ψυχολογικές συνέπειες του κυβερνοεκφοβισμού και να επικεντρωθούν σε άλλα πράγματα στη ζωή τους, πέρα από τον εκφοβισμό. Όταν ο νέος ακολουθεί την στρατηγική αυτή με επιτυχία, αν και δεν αντιμετωπίζει τον ίδιο τον κυβερνοεκφοβισμό, εκμηδενίζει τις ψυχολογικές επιπτώσεις του.

- Η εκλογίκευση είναι μια στρατηγική που περιλαμβάνει την αξιολόγηση του κυβερνοεκφοβισμού και τον καθορισμό των λόγων για τους οποίους δεν θα πρέπει να ενοχλεί το παιδί ή τον έφηβο. Η εκλογίκευση ουσιαστικά αφορά στην προσπάθεια των νέων να επαναπροσδιορίσουν γνωστικά τον εκφοβισμό, χαρακτηρίζοντας με αρνητικό τρόπο τον θύτη και την πράξη του εκφοβισμού αντί να χαρακτηρίζουν αρνητικά τον εαυτό τους ως θύμα. Με βάση αυτό το σκεπτικό υποστηρίζουν ότι το θύμα δε θα πρέπει να στενοχωριέται για τον κυβερνοεκφοβισμό. Για παράδειγμα, το θύμα του εκφοβισμού μπορεί να θεωρεί «ανόητο» τον υπαίτιο ή τη μέθοδο που χρησιμοποιεί για να τον εκφοβίσει (αντί να τον αντιμετωπίσει κατά πρόσωπο).
- Τέλος, η αναζήτηση της κοινωνικής υποστήριξης αναφέρεται στην προσέγγιση ενός άλλου προσώπου, όπως οι φίλοι, οι γονείς ή η αστυνομία, προκειμένου το άτομο να πάρει συμβουλές ή βοήθεια ώστε να σταματήσει ο κυβερνοεκφοβισμός. Δυστυχώς, φαίνεται ότι τα περισσότερα θύματα κυβερνοεκφοβισμού είναι λιγότερο πιθανό να αναζητήσουν βοήθεια, ή να μιλήσουν σε έναν ενήλικα, σε σύγκριση με τα θύματα των παραδοσιακών μορφών εκφοβισμού. Πιθανοί λόγοι που εμποδίζουν τους νέους από το αναζητήσουν βοήθεια από έναν ενήλικα είναι η πεποίθησή τους ότι ο κυβερνοεκφοβισμός δεν πρόκειται να σταματήσει καθώς και ο φόβος τους ότι θα «τιμωρηθούν», για παράδειγμα ότι οι γονείς τους θα τους πάρουν το κινητό ή τον υπολογιστή. Φαίνεται πως οι νέοι αναζητούν βοήθεια από ενήλικες μόνο αν αισθανθούν ότι ο ενήλικος ήταν αξιόπιστος και ότι έχει τη δυνατότητα να βοηθήσει.

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός προκαλεί ψυχική, συναισθηματική, ακόμα και σωματική βλάβη στα θύματα. Αυτά νιώθουν κατάθλιψη, άγχος, εμφανίζουν διαταραχές ύπνου, τάσεις εγκατάλειψης ή φυγής από το σχολείο, διαταραγμένες προσωπικές σχέσεις, γενική αποδιοργάνωση. Συχνά παρουσιάζουν θυμό, επιθετική και αντικοινωνική συμπεριφορά, θετική

στάση απέναντι στη χρήση αλκοόλ και ναρκωτικών ουσιών, μειωμένη αυτοεκτίμηση ή και αυτοκτονικές τάσεις.

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός είναι μια μη αποδεκτή κοινωνική συμπεριφορά και επιφέρει συναισθηματική και ενίοτε σωματική βλάβη .Τα θύματα του διαδικτυακού εκφοβισμού παρουσιάζουν χαμηλή αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση, αίσθημα μοναξιάς, θυμό και άγχος, κατάθλιψη, προβλήματα προσαρμογής, ψυχοσωματικά προβλήματα και προβλήματα στη μετέπειτα ενήλικη ζωή .Οι αντιδράσεις των θυμάτων του διαδικτυακού εκφοβισμού παρουσιάζουν διαφοροποιήσεις ανάλογα με το φύλο. Τα κορίτσια νιώθουν απογοήτευση ενώ τα αγόρια φοβούνται και θέλουν να εκδικηθούν (Adams, 2010). Σε ορισμένες περιπτώσεις ο διαδικτυακός εκφοβισμός μπορεί να οδηγήσει τα θύματα στη χρήση ναρκωτικών ουσιών ακόμη και στην αυτοκτονία .Οι επιπτώσεις του διαδικτυακού εκφοβισμού δεν είναι ίδιες για όλους. Βρίσκονται σε συνάρτηση με τα κοινωνικά και ψυχολογικά χαρακτηριστικά των θυμάτων .Υπάρχουν όμως και έρευνες που υποστηρίζουν πως η πλειονότητα των θυμάτων του διαδικτυακού εκφοβισμού παραμένει ανεπηρέαστη . Οι θύτες του διαδικτυακού εκφοβισμού κινδυνεύουν ως ενήλικες να αναπτύξουν προσωπικότητες κοινωνικά μη συμβατές. Διακρίνονται για τη δυσκολία που αντιμετωπίζουν να διαχειριστούν δύσκολες καταστάσεις, για την ανάπτυξη επιθετικής συμπεριφοράς, για τη χαμηλή αυτοεκτίμηση και την παρορμητικότητά τους .Τέλος, σύμφωνα με τον Kowalski κ.συν. υπάρχουν ορισμένα σημάδια τα οποία μπορούν να υποδηλώσουν ότι το παιδί είναι θύμα ή θύτης διαδικτυακού εκφοβισμού. Συγκεκριμένα το παιδί φαίνεται ανήσυχο ή νευρικό, δε χρησιμοποιεί τον υπολογιστή, δυσκολεύεται να πάει σχολείο ή να βγει έξω, απομακρύνεται από τις παρέες και την οικογένειά του, χρησιμοποιεί το διαδίκτυο συνήθως τη νύχτα, εκφράζεται υποτιμητικά για τους συμμαθητές του και χρησιμοποιεί πολλαπλούς λογαριασμούς χρήστη ή χρησιμοποιεί έναν λογαριασμό που δεν είναι δικός του.



- 1) Τα άτομα γίνονται πιο εσωστρεφή, ευερέθιστα, άκεφα, δείχνουν πιο κουρασμένα από ότι συνήθως.
- 2) Γίνονται πιο επιθετικά προς την οικογένειά τους, προς τους φίλους τους και προς συνομήλικούς τους.
- 3) Σταματούν να μιλούν για το μέρος ή την δραστηριότητα όπου λαμβάνει μέρος ο εκφοβισμός και βρίσκουν δικαιολογίες για να το αποφύγουν, ακόμα και να το χάσουν.
- 4) Η ψυχολογική υγεία του θύματος είναι πολύ κακή καθώς έχει κατάθλιψη με συνέπειες όπως πονοκεφάλους, άγχος, αϋπνίες.

Ήταν το 1979 όταν είδε το φως της δημοσιότητας η έρευνα της επιδημιολόγου Ν. Βερτχάιμερ και του γιατρού Ε. Λίπερ, που δημοσιεύτηκε στην Αμερικανική Επιθεώρηση Επιδημιολογίας, η οποία έκρουε τον κώδωνα του κινδύνου για τις αρνητικές επιπτώσεις που προκαλεί στον ανθρώπινο οργανισμό η έκθεση σε ηλεκτρομαγνητικά πεδία. Οι ερευνητές τόνιζαν τότε ότι τα πεδία που δημιουργούνται από τις γραμμές μεταφοράς ηλεκτρικού ρεύματος μπορούν να προκαλέσουν καρκίνο. Στήριξαν μάλιστα τα ευρήματά τους με στοιχεία από το Ντένβερ του Κολοράντο των ΗΠΑ, όπου και διαπίστωσαν ότι υπήρξαν αυξημένα κρούσματα λευχαιμίας σε παιδιά που κατοικούσαν κοντά σε πυλώνες υψηλής τάσης.

Το 2000, δημοσιεύτηκε στην Βρετανική Ιατρική Επιθεώρηση η μελέτη του κ. Κωσταράκη, διευθυντή του Ερευνητικού Κέντρου Δημόκριτος, στην οποία σημειωνόταν ότι «η έκθεση στα ηλεκτρομαγνητικά πεδία, ακόμα κι αν αυτά είναι χαμηλής έντασης, μπορεί να έχει βιολογική δράση στα κύτταρα και στους ζωικούς οργανισμούς»

ΜΠΛΕ ΟΜΑΔΑ

Αγγελού Έλενα

Γρεμμενά Αναστασία

Σαλία Τζέσικα

Σαντή Κωνσταντίνα

Κίνδυνοι της αλόγιστης χρήσης του διαδικτύου.

Το διαδίκτυο παίζει σημαντικό ρόλο στη ζωή του ανθρώπου σήμερα ,καθώς μέσ' από αυτό ενημερώνεται, ψυχαγωγείται ,διευρύνει τους πνευματικούς ορίζοντές του.

Όμως από την άλλη πλευρά εκτός από χρήσιμο μπορεί να γίνει επικίνδυνο με

σοβαρές

επιπτώσεις...

Ο εθισμός στο ίντερνετ είναι μία νέα μορφή εξάρτησης λένε οι ειδικοί της μονάδας Εφηβικής Υγείας της Β' Πανεπιστημιακής Παιδιατρικής Κλινικής Αθηνών. Είναι πολύ σοβαρό ζήτημα , γιατί ένα σημαντικό ποσοστό από τον πληθυσμό των εφήβων στη χώρα μας είναι εθισμένο. Μερικά νούμερα από τη μελέτη που έγινε σε εφήβους 15 χρόνων :

- Το 26% ανέφερε καθημερινή χρήση του
 - Το 8% χρήση περισσότερη από 20 ώρες εβδομαδιαίως
 - Τα αγόρια το χρησιμοποιούν περισσότερο από τα κορίτσια
- Όσον αφορά τους λόγους που το χρησιμοποιούν:
- 55% το χρησιμοποιεί για παιχνίδια
 - 40% για e-mails
 - 37,5% για chat
 - 10% για αγορές
 - 4% για ενημέρωση σχετικά με την σεξουαλική διαπαιδαγώγηση
 - 27% για θέματα επιμόρφωσης
 - 26% για ενημέρωση-υπηρεσίες

Τα συμπτώματα εθισμού στο ίντερνετ είναι:

- Συνεχής παραμονή στο ίντερνετ που αυξάνεται καθημερινά
- Συμπτώματα συνδρόμου απόσυρσης (θλιμμένη συμπεριφορά)
- Αδυναμία τήρησης προκαθορισμένου χρόνου παραμονής στοδιαδίκτυο
- Άγχος, αίσθηση αποδιοργάνωσης εκτός διαδικτύου.

Αποτέλεσμα των παραπάνω είναι:

- Η σχολική αποτυχία
- Οι διαταραχές ύπνου
- Μειωμένη αυτοεκτίμηση
- Μοναξιά
- Μειωμένη φυσική δραστηριότητα
- Χαμηλή ποιότητα ζωής

Παρά τα πλεονεκτήματα του Διαδικτύου στον τομέα της επικοινωνίας και της πληροφόρησης η χρήση του σε ορισμένες περιπτώσεις εγκυμονεί κινδύνους .Για παράδειγμα :

- Μεταφορά ιών ή κακόβουλων προγραμμάτων:

Ο κύριος τρόπος διάδοσης των ιών σήμερα είναι μέσω Ηλεκτρονικού Ταχυδρομείου.

Στην προσωπική μας ηλεκτρονική διεύθυνση μπορεί να έρχονται μηνύματα που περιέχουν ιούς.

Μερικές από τις ενδείξεις που πρέπει να μας προβληματίζουν είναι :αν ο αποστολέας του μηνύματος είναι άγνωστος, αν δεν έχει θέμα το μήνυμα ή ακόμα , αν περιλαμβάνει πληροφορίες για ανέλπιστα δώρα.

- Ιστοσελίδες με ανακριβείς πληροφορίες:

Υπάρχουν ιστοσελίδες με ανακριβείς ή ψευδείς πληροφορίες που δημοσιεύονται εξαιτίας ημιμάθειας ή δόλου. Πρέπει λοιπόν να είμαστε επιφυλακτικοί για την αξιοπιστία μιας ιστοσελίδας ,πριν δώσουμε βάρος σε όσα γράφονται σε αυτήν.

- Συζητήσεις με άγνωστα άτομα:

Η Υπηρεσία Συνομιλίας (chat) μπορεί να σας φέρει σε επαφή με άτομα που δεν είναι ειλικρινή ως προς τον σκοπό για τον οποίον θέλουν να επικοινωνήσουν μαζί σας και προσποιούνται ως προς τις πραγματικές τους διαθέσεις.



Είναι σε όλους μας γνωστό ότι το διαδίκτυο είναι η επανάσταση των καιρών ένα εξαιρετικά χρήσιμο εργαλείο που μπορεί να μας ταξιδέψει σε όλα τα μήκη και πλάτη της γης μέσα σε λίγα λεπτά. Μας δίνει τεράστιες δυνατότητες πρόσβασης στο κόσμο της γνώσης της πληροφορίας, της ενημέρωσης αλλά και της επικοινωνίας.

Αργά ή γρήγορα κάθε παιδί θα απευθυνθεί στο διαδίκτυο είτε για να αναζητήσει στοιχεία για μια εργασία του στο σχολείο, είτε για να παίξει είτε για να επικοινωνήσει με άλλους φίλους του. Θα μπει στο messenger, στο my space, στο facebook ή σε κάποιο άλλο δημοφιλές διαδικτυακό στέκι. Οι κίνδυνοι που παραμονεύουν μας απασχολούν όλους, γιατί γνωρίζουμε πολύ καλά ότι αυτό το χρήσιμο έως απαραίτητο μέσο επικοινωνίας κρύβει παγίδες ακόμα και για εμάς τους ενηλίκους. Πόσο μάλλον για τα παιδιά.

Τα παιδιά μπαίνουν στο διαδίκτυο για τόσο πολλούς λόγους, που μπορούν να είναι συνδεδεμένα διαρκώς. Σύμφωνα με έρευνες, τα παιδιά στην προεφηβεία και στην εφηβεία μπαίνουν στο ιντερνέτ για

- να μιλούν με τους φίλους τους
- να κάνουν σχέδια με την παρέα τους (π.χ. πού θα συναντηθούν το Σαββατοκύριακο)
- να παίζουν παιχνίδια ομαδικά ή ατομικά

Αλλά και

- για να βρουν ιδέες (για εργασίες, για ρούχα, για μόδα ή άλλους τομείς)
- για να κάνουν νέους φίλους
- για να φλερτάρουν
- να κάνουν φάρσες
- να πουν πράγματα που δεν μπορούν να πουν κατά πρόσωπο (π.χ. να πουν γραπτά στο κορίτσι ή στο αγόρι τους ότι θέλουν να τα χαλάσουν)



Ακόμα κι οι γονείς που έχουν ασχοληθεί με το διαδίκτυο, λοιπόν, στην συντριπτική πλειοψηφία τους δεν μπορούν να το δουλέψουν όπως τα παιδιά και δεν το γνωρίζουν στο ίδιο βάθος με εκείνα. Το παιδί στην εφηβεία θέλει να ανοίξει τα φτερά του για να πάει παντού ή απεναντίας θέλει να κρυφτεί από όσους ξέρει. Τρυπώνει στο διαδίκτυο και βρίσκεται ανά πάσα στιγμή σε οποιαδήποτε γωνιά του πλανήτη φορώντας όποια μάσκα επιλέξει

τη συγκεκριμένη στιγμή. Θα συναντήσει εκεί άλλα παιδιά ή ενήλικες που επίσης φορούν τη μάσκα τους.



Όπως δείχνουν όλες οι διεθνείς έρευνες, τα σοβαρότερα και συνηθέστερα προβλήματα πηγάζουν από τις κοινότητες που διαμορφώνουν τα παιδιά δικτυακά. Όταν μπαίνεις σε αυτές τις απρόσωπες και εξ αντικειμένου ανεύθυνες συντροφίες δεν μπορείς ποτέ να ξέρεις πού θα σε οδηγήσουν. Αρκούν 2 φίλοι για να μπεις σε μια παρέα. Μέσα σε δύο ώρες, επειδή έχει υπολογιστεί ότι κάθε φίλος έχει άλλα 4 άτομα σαν άμεσες επαφές, και αυτά τα 4 άτομα έχουν από άλλα 4 επαφές το καθένα, αποκτάς σχεδόν αυτομάτως επαφή με 50 άτομα. Για αυτά τα άτομα δεν ξέρεις ΑΠΟΛΥΤΩΣ ΤΙΠΟΤΑ.

Πέρα από τους κινδύνους που είναι γνωστοί (π.χ. των παιδεραστών), υπάρχουν πιο συνηθισμένοι κίνδυνοι. Ένας από αυτούς πηγάζει από το γεγονός ότι τα παιδιά τείνουν να κάνουν συντροφιά με τα όμοιά τους ή με όσα θεωρούν όμοιά τους. Από τα 50 άτομα που θα γνωρίσει λοιπόν ένα παιδί μέσα σε λίγες ώρες, θα επιλέξει εκείνους και εκείνες που νομίζει ότι του μοιάζουν ή που το γοητεύουν για οποιοδήποτε λόγο. Θα σχηματίσει με αυτά τα συγκεκριμένα και άγνωστα άτομα μια παρέα ομοίων και υπάρχει ο κίνδυνος να απομονώνεται μαζί τους, κλείνοντας τα αυτιά και τα μάτια στον έξω κόσμο –τον καθημερινό. Ένα παιδί με στοιχεία κατάθλιψης για παράδειγμα, θα βουλιάξει εύκολα σε μια παρέα του διαδικτύου με άτομα που ίσως πάσχουν κι εκείνα από κατάθλιψη ή και με άτομα που έχουν τάσεις αυτοκτονίας. Ένα παιδί που θέλει να αδυνατίσει ενώ είναι ήδη αδύνατο είναι πιθανό ότι θα ταιριάζει με άλλα κορίτσια που πιθανά πάσχουν από νευρογενή ανορεξία.



Το πρώτο βήμα λοιπόν είναι να αφουγκραζόμαστε καθημερινά το παιδί μας. Αν υπάρχει οποιοδήποτε πρόβλημα, δεν πρέπει να το αγνοήσουμε. Πρέπει «να το κοιτάζουμε» όπως θα διερευνούσαμε ένα άλλο πρόβλημα υγείας και όχι να περιμένουμε να περάσει. Αν το παιδί με το οποιοδήποτε πρόβλημα βρει ανάλογες συντροφίες στο διαδίκτυο, το πρόβλημα αυτό μάλλον θα επιδεινωθεί. Δηλαδή, αν και υπάρχουν περιπτώσεις στις οποίες η δικτυακή ταυτότητα βοήθησε εσωστρεφή παιδιά να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση, συνήθως συμβαίνει το αντίθετο: η δικτυακή κοινότητα ενισχύει την εσωστρέφειά τους, τα κάνει να πλάθουν φανταστικούς χαρακτήρες και δεν τα οπλίζει κατάλληλα ώστε να βγουν στην καθημερινότητα και να την αντιμετωπίσουν.

Πολλοί γονείς εφησυχάζουν επειδή ξέρουν τους βασικούς κινδύνους και προμηθεύονται ανάλογα προγράμματα. Καλύπτονται όμως μόνον ως προς αυτά τα συγκεκριμένα. Άλλοι είναι ήσυχοι επειδή έχουν τον υπολογιστή στο σαλόνι και νομίζουν ότι μπορούν να παρακολουθήσουν τι ακριβώς κάνει το παιδί τους στο διαδίκτυο. Το 70% των γονέων πιστεύει ότι ξέρει τι κάνει το παιδί στον υπολογιστή του. Το 70% των παιδιών δηλώνει ότι οι γονείς του δεν έχουν ιδέα. Είναι προφανές ότι κάνει λάθος ο ένας από τους δύο. Δυστυχώς, κάνει λάθος ο γονιός. Δεν έχει στην πραγματικότητα τρόπο να ξέρει όσα νομίζει ότι ξέρει.

Οι γονείς πρέπει να δίνουν στο παιδί να καταλάβει ότι μπαίνοντας στο διαδίκτυο, δεν πρέπει να ξεχνιέται, αλλά να συναισθάνεται ότι βγαίνει από τον κλειστό προφυλαγμένο χώρο του σπιτιού του –τον χώρο στον οποίο οι άλλοι τριγύρω του έχουν πρόσωπα. Εκεί που «πάει» πατώντας πλήκτρα συναντά παιδιά ή ενήλικες που κρυμμένοι στην ανωνυμία τους λένε και κάνουν όσα δεν τολμούν να κάνουν στην καθημερινή ζωή με την επίσημη ταυτότητά τους. Η σωστή έκφραση –πείτε στο παιδί- είναι ΒΓΑΙΝΩ στο διαδίκτυο.

Το παιδί πρέπει να συναισθάνεται ότι το ηλεκτρολόγιο ανοίγει μια πόρτα που το βγάζει σε μια τεράστια πλατεία με εκατομμύρια περαστικούς. Δεν έχει τρόπο να επιλέξει με ποιους θα τύχει να μιλήσει, δεν ξέρει ποιοι πραγματικά είναι, τι πρεσβεύουν, αν είναι αξιόλογοι για να τους υπολογίσει, αν είναι κακόβουλοι, αν είναι επικίνδυνοι ή απλά επιπόλαιοι: είναι άγνωστοι περαστικοί. Το παιδί πρέπει να ξέρει ότι βγαίνει στο διαδίκτυο και εκτίθεται. Δεν είναι πια στο σπίτι του και δεν έχει τρόπο να ελέγξει το περιβάλλον του. Πρέπει να θεωρεί δεδομένο ότι εκεί θα συναντήσει και κακοπροαίρετα άτομα. Πρέπει λοιπόν και να μάθει και να αμύνεται. Όπως πρέπει να ξέρει να τα βγάζει πέρα με όσους τον ή την παρενοχλούν στο σχολείο, πρέπει οι γονείς να του διδάξουν και ανάλογες αντιδράσεις σε όσους κάνουν κάτι αντίστοιχο εκ του ασφαλούς με το ηλεκτρολόγιό τους, χαμένοι πίσω από την ανωνυμία τους. Αυτός που τα κοροϊδεύει έχει το πρόβλημα. Όχι το παιδί που γίνεται στόχος. Οι γονείς όμως αυτό πρέπει να το αποδείξουν στο παιδί με μια σειρά από επιχειρήματα. Διαφορετικά πρέπει να ξέρουν ότι τα γραπτά μηνύματα έχουν μια ιδιαίτερη βαρύτητα. Είναι χειρότερο να σε χαρακτηρίζουν γραπτά ως «ηλίθιο» μέσα στην δική σου οθόνη μάλιστα (μέσα στο ίδιο σου το σπίτι) παρά να σου λένε προφορικά την ίδια λέξη στην αυλή του σχολείου.



Είμαι υπέρ της αστυνόμευσης; Όχι. Δεν μπορούμε και δεν πρέπει να παραφυλάμε το παιδί μας κάθε φορά που ανοίγει τον υπολογιστή στο σπίτι ή να κοιτάμε μετά το ιστορικό (εξάλλου ξέρουν και το σβήνουν) ή να «ψαρεύουμε» πληροφορίες σαν ντετέκτιβ όταν μπαίνει στο διαδίκτυο στο σπίτι ενός φίλου του ή στο ιντερνέτ καφέ. Ο γονιός πρέπει να παίζει το ρόλο του γονιού και όχι του αστυνομικού. Σαν γονιός όμως, από τη στιγμή που το παιδί του περνά πολλές ώρες στο διαδίκτυο, πρέπει κι εκείνος να αναμιχθεί πιο ενεργά. Πρέπει να μπει μερικές φορές στο facebook ή στο myspace και το messenger. Δεν μπορεί να μην έχει ιδέα για τον κόσμο που αγκαλιάζει το παιδί του. Σίγουρα δεν θα μάθει όσα ο έφηβος, αλλά η ενασχόλησή του μπορεί να ζεστάνει την μεταξύ τους σχέση και να μικρύνει λίγο το χάσμα των γενεών που τους χωρίζει.

Σημαντικός κίνδυνος είναι και η κάπως επιφανειακή κοινωνικοποίηση του διαδικτύου. Ένα παιδί που έχει ήδη προβλήματα έκφρασης και είναι απομονωμένο, μπορεί να προσκολληθεί στον υπολογιστή επειδή αυτός του προσφέρει διέξοδο. Νομίζει ότι έτσι αποκτά επικοινωνία με τον έξω κόσμο. Αυτό όμως αποτελεί συνήθως ψευδαίσθηση. Συχνά η απρόσωπη επικοινωνία το απομονώνει πιο πολύ, γιατί επειδή ακριβώς βρίσκει επαφές χωρίς αληθινό πρόσωπο, δεν προσπαθεί να τροποποιήσει τη συμπεριφορά του ώστε να αποκτήσει και ζωντανές επαφές στο σχολείο ή στη γειτονιά του, να δομήσει δηλαδή πραγματικά κοινωνικές σχέσεις πρόσωπο με πρόσωπο. Επιπλέον, επειδή ακριβώς δεν έχει φίλους, ίσως μπει στον πειρασμό να αρχίσει να γνωρίζει φίλους μέσω διαδικτύου και να οδηγηθεί σε «τυφλά ραντεβού» με επικίνδυνα άτομα. Ο γονιός πρέπει να ρωτά διακριτικά το παιδί του κάθε φορά που θα βγει ασυνόδευτο έξω με μια παρέα, με ποιους θα συναντηθεί και από πού τους ξέρει. Πρέπει επίσης να φροντίζει για την κοινωνικοποίηση του παιδιού του ώστε να μειώσει προκαταβολικά την εξάρτηση του εσωστρεφούς παιδιού από το διαδίκτυο.

Άλλος κίνδυνος είναι να διαμορφωθεί στρεβλά η προσωπικότητά του εφήβου και να ετεροπροσδιοριστεί αυτή σε ακραίο σημείο. Καθώς δηλαδή το παιδί μπαίνει στην εφηβεία και αρχίζει να δομεί την προσωπικότητά του, η επίδραση της οικογένειας τίθεται σε αμφισβήτηση και ενισχύεται η επιρροή των συνομηλίκων. Σε αυτή την μεταβατική φάση συμπίπτει να ορμά στη ζωή του και ο κόσμος του ιντερνέτ, όπου το παιδί συναντά (ή νομίζει ότι συναντά) πολλούς συνομηλικούς του. Όμως το παιδί είναι ακόμα αδιαμόρφωτο, ευάλωτο ή αναποφάσιστο. Μπορεί λοιπόν να αρχίσει να ενσαρκώνει ρόλους που δεν θα ενσάρκωνε ποτέ στην πραγματική του ζωή. Όταν δημοσιοποιεί αυτή την πλευρά της προσωπικότητάς του, εισπράττει και ανάλογα σχόλια και απαντήσεις από άλλα παιδιά ή ενήλικες. Αν αυτός ο ρόλος είναι ελκυστικός, τότε το παιδί βρίσκει υπολογίσιμη ανταπόκριση και έτσι ενισχύεται η συγκεκριμένη persona. Πλέκεται σιγά-σιγά ένα δεύτερο «εγώ» που σίγουρα του προκαλεί σύγχυση. Ένα 14χρονο κορίτσι που φωτογραφήθηκε προκλητικά και έβαλε τη φωτογραφία του στο διαδίκτυο, φτάνει στο σημείο να αναρωτιέται στην προκειμένη πραγματική περίπτωση του παραδείγματος «ποια από τις δύο κοπέλες είμαι στ' αλήθεια;» Είμαι το 14χρονο καλό, μετρημένο κορίτσι που παίρνει συχνά καλούς βαθμούς στο σχολείο ή το κορίτσι που βάφτηκε ένα βράδυ σαν 20χρονη φωτογραφήθηκε κρυφά με τα εσώρουχά του σε πολύ προκλητική στάση για το facebook και έχει ήδη θαυμαστές που την πολιορκούν ερωτικά;

Αν δεν είχε εκτεθεί βάζοντας τις φωτογραφίες στο διαδίκτυο το παιδί αυτό δεν θα είχε τη δυνατότητα να δοκιμάσει με τόση ευκολία την δεύτερη ταυτότητά του, της πορνοστάρ. Αυτή η «πτυχή» δεν θα αποκτούσε οντότητα και βαρύτητα. Το κορίτσι το άβαφο και συνηθισμένο στη ρουτίνα του δεν πολιορκείται από κανέναν. Όμως αισθάνεται ότι είναι επιθυμητό ως «πορνοστάρ». Αντιμετωπίζει λοιπόν ένα ψευδοδίλλημα. Πρέπει να αποφασίσει αν θα είναι το καλό μετρημένο κορίτσι ή «η άλλη». Και σε αυτή την αγωνία του, δεν έχει κανέναν να το συμβουλέψει –οι γονείς δεν ξέρουν τίποτα. Οι γονείς πρέπει να έχουν κατά νου ότι το παιδί τους στην εφηβεία προβληματίζεται για πολλά και ακραία στοιχεία της προσωπικότητάς του και πρέπει να το βοηθούν να τα τακτοποιεί ήρεμα και αβίαστα στη σωστή τους θέση.



Αν το παιδί εμπλέκεται με «προβληματικές συντροφίες» στο διαδίκτυο, πρέπει οι γονείς να προσπαθήσουν να το πλησιάσουν και παράλληλα να εμπλουτίσουν την καθημερινή συντροφιά του με συνομήλικά του άτομα που έχουν υγιή προσέγγιση για τα επίμαχα ζητήματα. Αν το παιδί αντιδρά έντονα σε οποιαδήποτε προσπάθεια προσέγγισης, ίσως πρέπει να μιλήσουν με ειδικό.

Σε ειδικό πρέπει να απευθυνθούν και αν το παιδί παρουσιάζει την διαταραχή εξάρτησης από το διαδίκτυο. Είναι ένα πολύ σοβαρό πρόβλημα που μπορεί να ξεκινήσει σταδιακά χωρίς να το αντιληφθείτε. Δεν πρέπει να πανικοβάλλεστε πάντως και να νομίζετε ότι το παιδί έχει εξάρτηση μόνον και μόνον επειδή παίζει πολλή ώρα παιχνίδια. Θα πρέπει να συνάδουν και άλλα συμπτώματα, όπως:

- η ενασχόληση με τον υπολογιστή να είναι η κεντρική και βασική δραστηριότητα της καθημερινότητάς του,
- να μην έχει συναίσθηση του χρόνου που απασχολείται με τον υπολογιστή,
- να εγκαταλείπει καθημερινές δραστηριότητες για χάρη του ιντερνέτ (π.χ. παρέες, φίλους),
- να απομονώνεται,

- να παραμελεί το σχολείο του
- να πέφτουν οι βαθμοί του,
- να ξεχνά να κάνει μπάνιο,
- να λειτουργεί πολύ νευρικά όταν του επισημαίνετε το ζήτημα και να προσπαθεί να παρουσιάσει διαφορετική εικόνα,
- να θυμώνει όταν κάποιος τον διακόπτει την ώρα που κάθεται στον υπολογιστή,
- να έχει πει και μόνος του ότι πρέπει να βρει τρόπο να μειώσει τις ώρες που περνά στον υπολογιστή αλλά να δείχνει ότι δεν μπορεί να ελέγξει τον εαυτό του όσον αφορά το χρόνο,
- να δείχνει εκνευρισμό ή κατάθλιψη όταν δεν παίζει στον υπολογιστή κ.λπ.

Συχνά παρατηρείται και συννοσηρότητα όπως κατάθλιψη, σύνδρομο υπερκινητικότητας και ελλειμματικής προσοχής, διαταραχές ελέγχου των παρορμήσεων κ.λπ. το η κατάχρηση αλκοόλ και άλλων ουσιών, κατάθλιψη, κλπ.

Επειδή λοιπόν οι κίνδυνοι είναι πολλοί, θα έλεγα προς τους γονείς να κάνουν ό,τι μπορούν για να προφυλάξουν τα παιδιά τους αλλά και στα παιδιά θα συνιστούσα να προφυλάξουν τον εαυτό τους

Προς τα ΠΑΙΔΙΑ



- Αν σε κάποιες δικτυακές συζητήσεις σας παρενοχλούν ή ενορχηστρώνουν κάτι αρνητικό εναντίον σας, πρέπει να αμυνθείτε.
- Δηλώστε ότι περιφρονείτε όσους σας προσβάλλουν και αποφύγετέ τους όπως θα τους αποφεύγατε και στο δρόμο. Κινητοποιείστε εναντίον των κακόβουλων και τα άλλα μέλη της δικτυακής συντροφιάς σας. Αν τους απομονώσετε όλοι μαζί, η ιστοσελίδα σας θα καθαρίσει.
- Αν στις ιστοσελίδες που πάτε μιλούν διαρκώς για δυσάρεστα γεγονότα ή για θάνατο, για μίσος και θλίψη, φύγετε από εκεί. Η πικρία που σταλάζει στην ψυχή σας όσο μένετε εκεί, δεν είναι καθόλου ασήμαντη. Αυτός ο χώρος ασκεί επάνω σας βαθιά επίδραση και επηρεάζει τη ζωή σας.

-Μη νομίζετε ότι όποιος δηλώνει 15χρονος είναι πράγματι έφηβος και γενικά μην εμπιστεύεστε κανέναν συνομιλητή για τον οποίο δεν ξέρετε τίποτε άλλο από ένα κωδικό όνομα ή από μια φωτογραφία που δεν ξέρετε καν αν είναι δική του. Από την άλλη μη μπείτε στον πειρασμό να γνωριστείτε με αυτό το άτομο για να διαπιστώσετε αν είναι όντως αυτό που περιγράφει. Αν θέλετε να γνωριστείτε με κάποιους προσωπικά, συζητήστε το πρώτα με τους γονείς σας ή πάντως με κάποιον μεγαλύτερό σας που του έχετε εμπιστοσύνη

-Όταν μπαίνετε στο διαδίκτυο να μην ξεχνάτε ότι ουσιαστικά βγαίνετε έξω στο δρόμο και μάλιστα ότι βρίσκεστε σε μια γειτονιά που δεν την ξέρετε. Η ιστοσελίδα ή το blog είναι σαν μια κεντρική πλατεία σε μια πρωτεύουσα. Είστε έξω και είστε μόνοι. Δείξτε σε όλους την εμπιστοσύνη που θα δείχνατε σε έναν ξένο ενήλικα που συναντάτε στο δρόμο και έρχεται να σας πιάσει κουβέντα. Σίγουρα σε αυτόν θα είσαστε καχύποπτοι. Γιατί λοιπόν να είστε πιο ανοιχτοί και θετικοί σε έναν 30χρονο που γράφει στο blog ότι είναι 14χρονος; Έχετε τρόπο να ξέρετε ποιος πραγματικά είναι;

-Μην απομονώνεστε σε συγκεκριμένες δικτυακές συντροφίες. Αν περνάτε πολλές ώρες στο διαδίκτυο, προσπαθήστε να τον ξοδεύετε σε ποικιλία κοινοτήτων και να μην περνάτε όλο το χρόνο σας μόνον σε μια δικτυακή κοινότητα. Μην στέκεστε στάσιμοι σε μια κοινότητα που έχει μόνον ένα ενδιαφέρον –π.χ. μιλά διαρκώς για τη δίαιτα και δεν ενδιαφέρεται για τίποτε άλλο.



Να θυμάστε πάντα ότι σε κάθε δυσκολία σας ο καλύτερός σας σύμβουλος είναι εκείνος που σας αγαπά. Μπορεί να μην είναι 14 ή 17 ετών και να μην «googlάρει» διαρκώς όπως η συντροφιά σας, ίσως δεν ξέρει να κατεβάζει βίντεο και τραγούδια σαν εσάς και συχνά τσακώνεστε, αλλά μην ξεχνάτε ότι οι γονείς είναι τα μοναδικά πλάσματα σε όλο τον κόσμο που απλώνουν το χέρι τους να πιάσουν το δικό σας ακόμα κι όταν εσείς μετά από έναν καβγά τους γυρνάτε την πλάτη. Αυτοί είναι πάντα εκεί για τη στιγμή που θα τους χρειαστείτε.

ΡΟΖ ΟΜΑΔΑ

ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ ΖΩΗ

ΚΟΛΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ

ΜΠΟΥΡΤΖΙΚΑ ΓΕΩΡΓΙΑ – ΜΑΡΙΑ

ΣΤΑΘΑΡΑ ΔΗΜΗΤΡΑ – ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΣΦΑΚΙΑΝΟΣ

ΤΣΕΛΙΚΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ

Μέτρα πρόληψης του σχολικού εκφοβισμού εντός του σχολικού περιβάλλοντος

Ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο μεταξύ των μαθητών έχουν αρχίσει να γίνονται αντικείμενα προσοχής, συζήτησης και μελέτης και στην Ελλάδα. Αναγνωρίζονται ως κοινωνικά προβλήματα, σύμφωνα με τα αποτελέσματα σχετικών ερευνών που διεξάγονται σε σχολεία της χώρας. Συνήθως εκδηλώνονται με:

Χειρονομίες, σπρωξιές, ξυλοδαρμούς.

Φραστικές επιθεσίες, βρισιές, προσβολές, απειλές.

Εκβιασμούς.

Καταστοφή προσωπικών αντικειμένων.

Κλοπές.

Αποκλεισμό και απομόνωση από παρέες, ομαδικά παιχνίδια και κοινωνικές δραστηριότητες.

ΓΑΛΑΖΙΑ ΟΜΑΔΑ

Σωτήρης Διαβάτης

Γιώργος Ρακόπουλος

Γιώργος Κρισταλόγιαννης

Γιώργος Θεοδώρου

Στρατηγικές Αντιμετώπισης του Ηλεκτρονικού Εκφοβισμού

Πολλά παιδιά από 13 έως 18 ετών δεν ξέρουν να αντιμετωπίσουν τον ηλεκτρονικό εκφοβισμό. Υπάρχουν παιδιά τα οποία είναι χαμηλών τόνων και αν γίνει κάτι στο σχολείο είτε στο facebook φοβούνται και δεν μιλάνε στους γονείς τους. Κάποια παιδιά τα εκβιάζουν και αναγκάζονται να κάνουν αυτό που τους λένε και πάνω στον πανικό τους δεν παίρνουν τα κατάλληλα μέτρα αντιμετώπισης. Εάν γίνει κάτι πρέπει να μην φοβηθούν και να απευθυνθούν αμέσως στους γονείς τους ή σε ένα κοντινό πρόσωπο που νομίζουν ότι θα τους βοηθήσει.

Ο Διαδικτυακός εκφοβισμός συνήθως έχει την μορφή ενός εκφοβιστικού, ρατσιστικού προσβλητικού ή πρόστυχου ηλεκτρονικού μηνύματος. Ο Διαδικτυακός Εκφοβισμός διαφέρει από τα άλλα είδη εκφοβισμού αφού επεμβαίνει στον προσωπικό χώρο του παραλήπτη. Ο εκφοβισμός αυτός είναι δύσκολο να περιοριστεί, αφού δεν υπάρχει περιορισμός ούτε των μηνυμάτων που διανέμονται ηλεκτρονικά, ούτε του αριθμού των παραληπτών που μπορούν να γίνουν δέκτες αυτών των μηνυμάτων. Η σύγχρονη έρευνα έχει δείξει ότι το σχολείο, όταν υπάρχει πληροφόρηση και ενημέρωση του προσωπικού, μπορεί να αντιμετωπίσει το πρόβλημα. Οι έφηβοι παρασύρονται απο 1: Ποιος είμαι ? : Τα προφίλ των εφήβων στα

Ηλεκτρονικά κοινωνικά δίκτυα έχουν καταστεί ένας δημόσιος τρόπος εξερεύνηση της αναδυόμενης προσωπικής τους ταυτότητας. Αυτό

μπορεί να οδηγήσει στην αποκάλυψη ακατάλληλου υλικού. Ψάχνοντας για αγάπη 2: Οι έφηβοι που «ψάχνουν για αγάπη» στο Διαδίκτυο μπορούν να κάνουν πράγματα που προσελκύουν το λάθος είδος προσοχής. Πόσο

μακριά μπορώ να φτάσω 3: : Οι νέοι άνθρωποι συχνά δοκιμάζουν τα όριά τους, επειδή με αυτόν τον τρόπο μαθαίνουν μέχρι που μπορούν να φτάσουν.



Τρόποι αντιμετώπισης του ηλεκτρονικού εκφοβισμού

Στην περίπτωση του ηλεκτρονικού εκφοβισμού, οι θεατές μπορεί να είναι παθητικοί ή ενεργητικοί.

Το θύμα δεν μιλά σχεδόν

ποτέ με έναν ενήλικο, από ντροπή ή φόβο για τις συνέπειες

αλλά και επειδή υποβαθμίζει τις πιθανές επιπτώσεις.

ο ρόλος των εκπαιδευτικών: Σε πολλές από τις παραπάνω περιπτώσεις, το σχολείο ως θεσμός και, ειδικότερα, οι εκπαιδευτικοί αισθάνονται αβοήθητοι και ανίσχυροι ή πάλι δεν πιστεύουν ότι αποτελεί μέρος της δουλειάς τους το να νοιάζονται ή να ανησυχούν για το συγκεκριμένο πρόβλημα, καθώς αυτό

επηρεάζει τα παιδιά έξω από τους τοίχους του σχολείου. Παρόλο που οι περισσότεροι εκπαιδευτικοί κατανοούν τις σημαντικές επιπτώσεις του ηλεκτρονικού εκφοβισμού στα παιδιά και ανησυχούν για το φαινόμενο, δεν πιστεύουν ότι αποτελεί προβλήματα στα δικά τους σχολεία. Η εκτίμηση αυτή δεν ανταποκρίνεται στην πραγματικότητα, καθώς, ακόμη κι αν αληθεύει ότι τον περισσότερο χρόνο τα παιδιά είναι συνδεδεμένα στο Διαδίκτυο όταν βρίσκονται σπίτι τους ή σε σπίτια φίλων τους (προϋποθέτοντας ότι στο σχολείο υπάρχει ένας πραγματικός και αποτελεσματικός έλεγχος όπως επίσης και η απαγόρευση της χρήσης του Διαδικτύου), τα παιδιά θα μπορούσαν να χρησιμοποιήσουν τους υπολογιστές του σχολείου για να επικοινωνήσουν διαδικτυακά ή να χρησιμοποιήσουν τα τελευταία γενιάς κινητά τους τηλέφωνα. Επιπλέον, αποτελεί ευθύνη του σχολείου να παράσχει εκπαίδευση και ενημέρωση, όπως επίσης και μέτρα πρόληψης και παρέμβασης για τα προβλήματα που σχετίζονται με τα παιδιά, με σκοπό να προάγει εκπαίδευση και ενημέρωση, όπως επίσης και την ευημερία τους και να ελαχιστοποιήσει την όποια δυσφορία τους. Έτσι λοιπόν, οι εκπαιδευτικοί έχουν έναν διπλό ρόλο: 1. να βοηθήσουν τα παιδιά που έχουν πρόβλημα, εφόσον αυτά έχουν πέσει θύματα ηλεκτρονικού εκφοβισμού, αλλά και να δράσουν εναντίον εκείνων που κάνουν ανάρμοστη χρήση των κινητών τηλεφώνων και του Διαδικτυακού επίσης, να ακούσουν τα προβλήματα και να παρέχουν συμβουλές. 2. να προάγουν την ευαισθητοποίηση και να παρέχουν πληροφόρηση προς τα παιδιά (αλλά και προς τους γονείς των παιδιών) που βρίσκονται σε κίνδυνο να υποστούν συμπεριφορές παρενόχλησης, ταπείνωσης και εξευτελισμού στο Διαδίκτυο· επίσης, να εφιστήσουν την προσοχή για τον κίνδυνο στον οποίο μπορεί να εκτεθεί ένα παιδί, κάνοντας πράγματα τα οποία το ίδιο θεωρεί ότι είναι απλά ένα αστείο ή ένας τρόπος να επιδειχθεί και να φανεί θαρραλέο, αλλά στην πραγματικότητα αποτελούν αδικήματα. Το να κάνει κανείς το «μάγκα» ή να χρησιμοποιεί το Διαδίκτυο, για να δυσφημί κάποιον και να τον κατασκοπεύει ή να τον ελέγχει, δεν του προσφέρει την προσοχή για σεβασμό και ουσιαστική αποδοχή από τους συνομήλικούς του. Τα τελευταία χρόνια το ελληνικό νομοθετικό πλαίσιο έχει εκσυγχρονιστεί σημαντικά και σε ό,τι αφορά την προστασία των ανήλικων χρηστών του Διαδικτύου. Έτσι εγκλήματα όπως η διακίνηση παιδικής πορνογραφίας, η σεξουαλική παρενόχληση και η αποπλάνηση

ανηλίκων μέσω του Διαδικτύου, η διακίνηση βίαιου ρατσιστικού περιεχομένου, η παραβίαση προσωπικών δεδομένων και της ιδιωτικής ζωής, η παραβίαση του απορρήτου των επικοινωνιών, η εξύβριση, η συκοφαντική δυσφήμιση, κ.α. διώκονται από τις αρμόδιες ελληνικές αστυνομικές αρχές. Στο πλαίσιο αυτό, έχουν δημιουργηθεί και λειτουργούν σχετικές ανοικτές γραμμές και διαδικτυακοί τόποι καταγγελιών παράνομου περιεχομένου στο Διαδίκτυο. Στην αντιμετώπιση του ζητήματος του ηλεκτρονικού εκφοβισμού στα σχολεία, βασικό στοιχείο είναι η αναγνώριση ότι οι προσπάθειες πρόληψης και παρέμβασης θα πρέπει να αποτελούν κοινή επιδίωξη του σχολείου, της οικογένειας και της κοινότητας. Το προσωπικό του σχολείου παροτρύνεται να αναλάβει έναν ηγετικό ρόλο που στοχεύει στην αντιμετώπιση των περιστάσεων που καθιστούν τους εφήβους δράστες εκφοβιστικών συμπεριφορών, στην αναζήτηση τρόπων λογοδοσίας των δραστών για τις πράξεις τους, στην παρότρυνση των εφήβων να μην μένουν αδρανείς, επιτρέποντας τον εκφοβισμό (σε οποιαδήποτε μορφή), και στην εκμάθηση των νέων να μην αγνοούν τον πόνο που προκαλεί ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός στους άλλους.



Πρόγραμμα Πρόληψης Εκφοβισμού

Το Πρόγραμμα Πρόληψης Εκφοβισμού (ΠΠΕ) αποτελεί ένα ολιστικό σχολικό πρόγραμμα, ειδικά σχεδιασμένο για την αντιμετώπιση των προβλημάτων εκφοβισμού στα σχολεία. Το πρόγραμμα απαιτεί ευρεία θετική ανάμειξη (π.χ., αυξημένη επίγνωση σε ό,τι αφορά την έκταση του εκφοβισμού, εντατική παρακολούθηση και επίβλεψη των μαθητών) από την πλευρά των ενηλίκων (τόσο των εκπαιδευτικών, όσο και των γονέων) στο σχολικό σύστημα, σαφή, αυστηρά όρια ως προς τις ανεπιθύμητες συμπεριφορές (π.χ. ξεκάθαρη παρουσίαση και γνωστοποίηση κανόνων κατά του εκφοβισμού), σταθερές αρνητικές επιπτώσεις σχετικά με την παραβίαση των κανόνων και, τέλος, θετικά πρότυπα ρόλων από τους ενηλίκους. Οι παρεμβάσεις σε επίπεδο σχολείου θα πρέπει να σχεδιάζονται για να βελτιώσουν το όλο σχολικό κλίμα, δημιουργώντας ένα ασφαλές και θετικό περιβάλλον μάθησης και στοχεύοντας στο σύνολο του σχολικού πληθυσμού. Σκοπός είναι να μειώσουν, εάν όχι να εξαλείψουν, τα υφιστάμενα προβλήματα θυτών/θυμάτων μεταξύ των μαθητών, εντός και εκτός της σχολικής μονάδας, να αποτρέψουν τη δημιουργία νέων προβλημάτων και να δημιουργήσουν καλύτερες σχέσεις μεταξύ των συνομηλίκων.

Οι γονείς θα πρέπει να βάζουν όρια στα παιδιά του από μικρή ηλικία. Είναι σημαντικά για θέματα ασφαλείας. Καλό θα ήταν οι γονείς να ενδιαφέρονται και να μαθαίνουν με ποιους ανθρώπους μιλάει το παιδί τους, ώστε να μη δίνεται η δυνατότητα απομόνωσης του παιδιού. Τα θύματα του εκφοβισμού συχνά ντρέπονται γιατί θεωρούν ότι εκείνα φταίνε για αυτή την κατάσταση. Επίσης θεωρούν ότι δεν μπορεί να γίνει κάτι και φοβούνται ότι οποιοσδήποτε χειρισμός θα θυμώσει το παιδί ή τα παιδιά που τον εκφοβίζουν και τα πράγματα θα χειροτερεύσουν. Θεωρούν ότι αν μιλήσουν στους γονείς τους θα στεναχωρηθούν. Τα παιδιά αν ντρέπονται να μιλήσουν στους γονείς τους θα πρέπει να απευθυνθούν σε έναν καθηγητή που εμπιστεύονται γιατί οι καθηγητές μπορούν να τους βοηθήσουν να το αντιμετωπίσουν. Επίσης μπορούν να επισκεφθούν έναν ψυχολόγο ώστε να το ξεπεράσουν και να συνεχίσουν. Μπορούν να

ζητήσουν βοήθεια από συμμαθητές αλλά και από κολλητούς που τους εμπιστεύονται περισσότερο.

Το πρόγραμμα tabby (Threat Assessment of Bullying Behavior in Internet for Youngsters) στοχεύει στο να κάνει περισσότερα για να λύσει το πρόβλημα αυτό και να βοηθήσει αγόρια και κορίτσια, ώστε να χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο κατά τρόπο ασφαλή και να μην αντιμετωπίζουν προβλήματα, παγιδευμένοι στον ιστό του κυβερνοχώρου. Παρέχει χρήσιμες πληροφορίες για δασκάλους και γονείς, με σκοπό αυτοί να αντιλαμβάνονται τα προειδοποιητικά σημάδια και να μην υποβαθμίζουν ή υποτιμούν τέτοιου είδους προβλήματα. Στη συνέχεια, περιγράφεται αναλυτικά το υλικό που εμπεριέχεται στο πρόγραμμα παρέμβασης: το ερωτηματολόγιο tabby και τα βίντεο.

ΚΟΚΚΙΝΗ ΟΜΑΔΑ

ΣΙΑΦΛΕΚΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ

ΔΗΜΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ

ΒΑΚΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ

Βιβλιογραφία

Wikipedia.gr

Psychologynow.gr

Esterat.blogspot.com

https://el.wikipedia.org/wiki/Διαδικτυακός_Εκφοβισμός

http://gre.tabby.eu/uploads/1/6/8/6/16865702/booklet_gre.pdf

<http://www.vlioras.gr/Philologia/Composition/Bullying.htm>