

## ΡΟΛΟΣ ΓΟΝΕΩΝ

Ο ρόλος των γονέων είναι πάρα πολύ σημαντικός τόσο για την πρόληψη, όσο και για την αντιμετώπιση του εθισμού των παιδιών τους από το διαδίκτυο.



Όσο αφορά την πρόληψη το σημαντικότερο πράγμα που χρειάζεται να κάνουν οι γονείς προκειμένου να μπορούν να ελέγχουν αποτελεσματικά τη χρήση του Διαδικτύου από τα παιδιά τους, είναι να γνωρίσουν οι ίδιοι το μέσο. Προς το παρόν, οι γονείς δε γνωρίζουν το μέσο και επιπλέον δε φαίνονται διατεθειμένοι να έλθουν

σε επαφή με το Διαδίκτυο, ενώ ταυτόχρονα δεν ενδιαφέρονται για τις δραστηριότητες των παιδιών τους στο Ίντερνετ. Ταυτόχρονα, οι γονείς θα πρέπει κάποιες φορές να χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο μαζί με το παιδί, ώστε να του δίνουν τις απαραίτητες κατευθύνσεις, ενώ η εγκατάσταση κάποιων φίλτρων στον υπολογιστή μπορεί να αποτρέψει την εμφάνιση ακατάλληλων για το παιδί ιστοσελίδων. Επιπλέον, είναι απαραίτητο να έχουν τεθεί κάποιες βάσεις όταν το παιδί φτάνει στην εφηβεία, να υπάρχουν δηλαδή όρια. Για να υπάρξουν ωστόσο όρια θα πρέπει να οι γονείς να μπορούν να διαθέσουν τον απαραίτητο χρόνο, αφού είναι δύσκολο για ενοχικούς γονείς να θέσουν όρια. Σε πιο πρακτικό επίπεδο, ο υπολογιστής είναι καλό να βρίσκεται σε κοινόχρηστο χώρο και όχι στο δωμάτιο του παιδιού, ώστε να ελέγχεται διακριτικά η δραστηριότητα του παιδιού στο Ίντερνετ. Ενώ, τέλος, οι γονείς θα πρέπει να συζητούν για τις διαδικτυακές διαδρομές του παιδιού τους, ώστε να έχουν πάντοτε ενημέρωση για τις ιστοσελίδες που επισκέπτεται, τα άτομα με τα οποία συνομιλεί και τις πληροφορίες που ανταλλάσσει με άλλα άτομα.

## ΤΙ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΟΥΝ ΚΑΙ ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ;

Η διατήρηση ενός καλού επιπέδου επικοινωνίας στην οικογένεια είναι



θεμελιώδους σημασίας για την προστασία του εθισμένου παιδιού στη χρήση του διαδικτύου. Αυτό επιτυγχάνεται με τον καθορισμό των στόχων από την πλευρά των γονέων, την επιλογή της κατάλληλης στιγμής για συζήτηση, η οποία πρέπει να είναι πριν την πλοήγηση στο διαδίκτυο και όχι κατά τη διάρκεια ή στο τέλος της. Οι γονείς οφείλουν να χρησιμοποιούν επιχειρήματα, να είναι προετοιμασμένοι για την αρνητική στάση του παιδιού και εάν αποτύχουν να σκεφτούν νέους τρόπους επικοινωνίας με τα παιδιά τους. Αν γίνουν αυτά τα βήματα στις

περισσότερες περιπτώσεις δεν διαταράσσεται η επικοινωνία στην οικογένεια. Επίσης είναι σημαντικό οι γονείς να έχουν κοινή στάση στην αντιμετώπιση του

προβλήματος, να δείχνουν στο παιδί τους πόσο νοιάζονται, να βάζουν λογικούς κανόνες στη χρήση του διαδικτύου, η τοποθέτηση του υπολογιστή θα πρέπει να είναι σε κοινό χώρο στο σπίτι για να ελέγχεται το είδος της χρήσης και τέλος πρέπει να ενθαρρύνουν το παιδί να βρει εναλλακτικές δραστηριότητες. Στις περιπτώσεις όμως, όπου η χρήση του διαδικτύου δεν ελέγχεται και οι ώρες αυξάνονται παρόλο που οι γονείς ακολούθησαν τις παραπάνω οδηγίες, υπάρχουν συνέπειες στη σχολική επίδοση και την οργάνωση της καθημερινότητας και οι οικογενειακές σχέσεις επηρεάζονται αρνητικά, είναι απαραίτητα οι γονείς να απευθυνθούν σε ειδικούς ψυχικής υγείας εξειδικευμένους στον εθισμό στο Διαδίκτυο.

## **ΠΟΤΕ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΡΧΙΣΟΥΝ ΝΑ ΑΝΗΣΥΧΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟ ΑΝ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΤΟΥΣ ΕΙΝΑΙ ΕΘΙΣΜΕΝΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ;**



Πολλοί είναι οι γονείς που ανησυχούν ότι τα παιδιά τους κάνουν υπερβολική χρήση του Διαδικτύου. Οι συνηθέστερες ενδείξεις που θα πρέπει να θορυβήσουν τους γονείς σχετικά με τη χρήση του Διαδικτύου από τα παιδιά είναι οι εξής:

1. Υπερβολική κούραση, ημερήσια υπνηλία. Πτώση της σχολικής επίδοσης.
2. Παραμέληση άλλων αγαπημένων δραστηριοτήτων.
3. Κοινωνική απόσυρση.
4. Ανυπακοή, εκδραμάτιση, ευερεθιστότητα.
5. Παιδιά που παρουσιάζουν τρεις ή περισσότερες από τις παραπάνω ενδείξεις, ενδεχομένως αντιμετωπίζουν πρόβλημα εθισμού στο Διαδίκτυο. Πρέπει να σημειωθεί όμως ότι τα παραπάνω σημεία δεν είναι ειδικά για τον εθισμό στο Διαδίκτυο και μπορεί να αποτελούν ενδείξεις κατάχρησης αλκοόλ ή κάποιας άλλης ψυχοδραστικής ουσίας.

## **ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΣΤΑ CHAT ROOMS**

► Σας αναφέρουμε μερικές συμβουλές για μεγαλύτερη προστασία των προσωπικών δεδομένων κατά τη διάρκεια της επικοινωνίας σε πραγματικό χρόνο ( Instant Messaging) :

► Χρησιμοποιείτε πάντα το μικρό σας όνομα ή κάποιο ψευδώνυμο.

► Μην χρησιμοποιείτε το username σας ή την ηλεκτρονική σας διεύθυνση αν δεν θέλετε να πέσετε θύματα ενοχλητικών ή διαφημιστικών μηνυμάτων (spamming).

► Μην εισάγετε το τηλέφωνό σας, εκτός και αν επιθυμείτε όποιος σας προσθέτει στην λίστα επικοινωνίας του να έχει και αυτήν την πληροφορία.

▶ Τέλος ρυθμίστε την εφαρμογή έτσι ώστε να δέχεται μηνύματα μόνο από τις επιτρεπόμενες επαφές (Friend list), προκειμένου να αποφύγετε το ενδεχόμενο της επικοινωνίας αγνώστων με τα παιδιά σας.

▶ Δείξτε στα παιδιά σας τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να αντιμετωπίσουν το ενοχλητικό υλικό .

▶ Δεν θα πρέπει να απαντούν αν κάποιος τους πει κάτι ανάρμοστο και θα πρέπει να αποχωρούν από όποιες ιστοσελίδες που τους ανησυχούν ή τους κάνουν να μην νιώθουν άνετα και να μην διστάσουν ούτε στιγμή να ζητήσουν τη βοήθειά σας.

▶ Τέλος υπενθυμίζουμε ότι για την ασφαλή περιήγηση των παιδιών στο Internet ισχύουν όλοι οι βασικοί κανόνες που έχουμε αναλυτικά περιγράψει σε άλλες θεματικές ενότητες .

## **ΣΗΜΑΔΙΑ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΔΙ**

Υπάρχουν διάφορα σημάδια που μπορούν να επισημάνουν ένα πρόβλημα που μπορεί να έχει το παιδί σας, σε σχέση με την δραστηριότητά του στο Διαδίκτυο ή τη χρήση δωματίων συνομιλίας (chat Rooms).

- Μπαίνετε ξαφνικά στο δωμάτιο και το παιδί ελαχιστοποιεί την οθόνη του προγράμματος που παρακολουθεί ή κλείνει τελείως την οθόνη του υπολογιστή θέλοντας να κρύψει κάτι που βλέπει και δεν θέλει να το δουν άλλοι. Επίσης προσπαθεί να κρύψει κάποιο CD ή DVD. Μπορείτε ήρεμα να του ζητήσετε να σας δείξει τι παρακολουθούσε.

- Εάν το παιδί σας δέχεται ξαφνικά περίεργα τηλεφωνήματα από τους παράξενους ενήλικους (ή ακόμα και άλλα παιδιά) θα πρέπει να καταλάβετε ότι μπορεί να έχει ένα πρόβλημα. Μπορείτε να εγκαταστήσετε ένα μηχανισμό αναγνώρισης κλήσεων για να βρείτε την προέλευση της κλήσης και να ζητήσετε τι ακριβώς επιθυμούν από το παιδί σας.

- Αργά τη νύχτα το παιδί δακτυλογραφεί μπροστά στον υπολογιστή. Μπορεί το παιδί να έχει συνδεθεί στο Internet και να συνομιλεί σε κάποιο δωμάτιο απ'ευθείας συζητήσεων (chat room). Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να γίνει σε χρόνους και τόπους που εποπτεύονται από τους γονείς.

- Ξαφνικά το παιδί έχει στην κατοχή του πολλά χρήματα καινούργια ρούχα ή δώρα που δεν μπορείτε να εξηγήσετε την προέλευσή τους. Οι παιδόφιλοι ξοδεύουν συχνά πολλά χρήματα καλλιεργώντας μια σχέση με ένα παιδί.

- Απομάκρυνση από την οικογένεια ή τους φίλους. Οι παιδόφιλοι δουλεύουν πολύ σκληρά για να απομακρύνουν τα παιδιά από τα άτομα της οικογένειάς ή γενικότερα τα άτομα που τα υποστηρίζουν και τα φροντίζουν δημιουργώντας ένα χάσμα. Όσο μεγαλύτερο το χάσμα μεταξύ του παιδιού και της οικογένειάς

του, τόσο ευκολότερο είναι για ένα αρπακτικό σαν και αυτούς, να δημιουργήσουν μια σχέση.

- Αλλαγές στη συμπεριφορά, παραδείγματος χάριν: μυστικοπάθεια , ασυμβίβαστη σεξουαλική γνώση, αναφορά ενηλίκων που δεν ξέρετε, και προβλήματα ύπνου. Παραμελεί τις σχολικές του ασχολίες, αποφεύγοντας τις κανονικές κοινωνικές δραστηριότητες ή απομάκρυνση από την οικογένεια. Ασυνήθιστος εκνευρισμός σε μια διακοπή του Internet. Δεν είναι λογικό να εκνευρίζεται και να φωνάζει όταν η σύνδεση του Internet διακόπηκε για μια ή δύο ώρες.
- Το Ιστορικό (history) browser του ειδικού προγράμματος που σερφάρει το παιδί στο διαδίκτυο είναι κενό. Μπορεί να περιπλανήθηκε σε ιστοσελίδες ακατάλληλου περιεχομένου και για να εξαφανίσει τα ίχνη του διέγραψε το ιστορικό του browser.
- Εύρεση κάποιας πορνογραφικής διεύθυνσης ιστοσελίδας αποθηκευμένη στο υπολογιστή ή κρυπτογραφημένων (κωδικοποιημένων) αρχείων.
- Στις αποδείξεις των τραπεζών των πιστωτικών σας καρτών προσδιορίζονται δαπάνες που προέρχονται από χρήση του Internet. Μπορεί το παιδί να μην αγόρασε κάτι on line αλλά να χρησιμοποίησε τον αριθμό της πιστωτικής σας κάρτας για να περιπλανηθεί σε ιστοσελίδες με ακατάλληλο περιεχόμενο.

## **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ**

### **1 Creepsquash**

Το Creepsquash είναι ένα web based εργαλείο παρακολούθησης που σας επιτρέπει να παρακολουθείτε απρόσκοπτα τη δραστηριότητα των παιδιών σας στο Facebook, χωρίς εισβολή της ιδιωτικής τους ζωής. Εδώ είναι ένα σύντομο βίντεο για να σας δείξει πως:

Βίντεο

[http://www.youtube.com/watch?v=NERoQu72E9o&feature=player\\_embedded](http://www.youtube.com/watch?v=NERoQu72E9o&feature=player_embedded)

### **2 MinorMonitor**

Το MinorMonitor είναι μια άλλη διαδικτυακή εφαρμογή που βοηθά στην παρακολούθηση της δραστηριότητας των παιδιών στο Facebook. Μπορεί να παρέχει λεπτομέρειες, όπως τις ενημερώσεις κατάστασης, λίστες φίλων, φωτογραφίες, και checked-in μέρη. Αναλύει αυτόματα και εντοπίζει πιθανό εκφοβισμό, χρήση ναρκωτικών, σεξουαλικές αναφορές, αισχρολογία κ.ά. Παρακολουθήστε αυτό το βίντεο για να μάθετε περισσότερα (πατήστε στο cc κουμπί για μετάφραση υπότιτλων από αγγλικά σε ελληνικά):

Βίντεο

[http://www.youtube.com/watch?v=B-lej4phZ1Y&feature=player\\_embedded](http://www.youtube.com/watch?v=B-lej4phZ1Y&feature=player_embedded)

### **3 Family Safety Centre – Οικογενειακό Κέντρο Ασφάλειας**

Αυτό είναι ένα portal κατασκευασμένο από τη Google, στο οποίο θα συγκεντρωθεί ένας τεράστιος αριθμός από διαδικτυακά βίντεο, συμβουλές ασφάλειας και άρθρα. Εκτός από τα εργαλεία που προσφέρονται από τις υπηρεσίες της Google, οι επισκέπτες μπορούν επίσης να παρακολουθήσουν τα βίντεο που προέρχονται από άλλους γονείς για το πώς τα παιδιά να χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο με ασφάλεια. Το Οικογενειακό Κέντρο Ασφάλειας παρέχει, επίσης, τρόπους για τους γονείς σχετικά με την αναφορά κατάχρησης ή ακατάλληλου περιεχομένου σχετικά με τις υπηρεσίες της.

Βίντεο

[http://www.youtube.com/watch?v=wt18TCb\\_p-M&feature=player\\_embedded](http://www.youtube.com/watch?v=wt18TCb_p-M&feature=player_embedded)

### **4 Κέντρο οικογενειακής ασφάλειας Facebook**

Άλλο ένα κέντρο για την ασφάλεια, αυτή τη φορά από την ίδια την κατασκευάστρια εταιρία. Στην ομάδα ασφαλείας του Facebook πιστεύουν και συμφωνούμε ότι η ασφάλεια είναι μια συζήτηση και κοινή ευθύνη μεταξύ όλων μας. Γι αυτό το λόγο παρέχουν τις πληροφορίες, τα εργαλεία καθώς και τις πηγές πληροφόρησης για γονείς, εκπαιδευτικούς και εφήβους (μη λησμονούμε ότι το Facebook απαγορεύεται σε ηλικίες κάτω των 13 ετών).

### **5 Cyberkids**

Το Cyberkids είναι μία πρωτοβουλία του **Υπουργείου Προστασίας του Πολίτη** και του **Αρχηγείου της Ελληνικής Αστυνομίας**, που υλοποιείται από τη Δίωξη Ηλεκτρονικού Εγκλήματος, με τη χορηγία γνωστής εταιρείας παροχής υπηρεσιών κινητής, σταθερής τηλεφωνίας και internet στο πλαίσιο ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης παιδιών ηλικίας μέχρι 12 ετών, καθώς και των γονέων τους σχετικά με την ασφάλεια στο διαδίκτυο. Το CyberKids αποσκοπεί στην ασφαλή εξοικείωση του κοινού με τις νέες τεχνολογίες και ειδικότερα με το internet. Στόχος της δημιουργίας του CyberKids είναι η προβολή των θετικών πλευρών του διαδικτύου, όπως είναι η ανεύρεση χρήσιμων πληροφοριών και η ψυχαγωγία. Παράλληλος στόχος είναι η ενημέρωση για τους πιθανούς κινδύνους που κρύβονται. Οι γονείς μπορούν να επισκεφτούν το CyberKids μαζί με τα παιδιά τους, να διασκεδάσουν και να ενημερωθούν για το πώς μπορούν να πλοηγηθούν με ασφάλεια.

### **6 Εθνικά Κέντρα Ασφαλούς Διαδικτύου.**

Από το 2004 λειτουργούν με τη συγχρηματοδότηση της Ε.Ε. τα Εθνικά Κέντρα Ασφαλούς Διαδικτύου σε όλες τις χώρες της Ευρώπης υλοποιώντας εκστρατείες ενημέρωσης και παρέχοντας υπηρεσίες καταγγελίας παράνομου περιεχομένου / παράνομης συμπεριφοράς και γραμμές βοήθειας. Σήμερα

λειτουργούν 30 Εθνικά Κέντρα σε όλα τα κράτη – μέλη της Ε.Ε., την Ισλανδία, τη Νορβηγία και τη Ρωσία.

Έτσι και στη χώρα μας το Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου αποτελείται από τρεις άξονες δράσης:

- Saferinternet.gr: Δράση ενημέρωσης και επαγρύπνησης γύρω από την ασφαλή και ορθή χρήση των διαδραστικών τεχνολογιών και γύρω από την προστασία των ανηλίκων από παράνομο και επιβλαβές περιεχόμενο στο Διαδίκτυο.
- Safeline.gr: Ανοιχτή γραμμή που δέχεται καταγγελίες για παράνομο περιεχόμενο ή παράνομη συμπεριφορά στο Διαδίκτυο.
- ΥποΣΤΗΡΙΞΩ: Γραμμή βοήθειας 800 11 800 15 για παιδιά και εφήβους, η οποία υλοποιείται από τη Μονάδα Εφηβικής Υγείας, Β' Παιδιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών, Νοσοκομείο Παίδων Π. & Α. Κυριακού.

Το Ελληνικό Κέντρο αποτελεί από το 2004 τον Εθνικό Εκπρόσωπο του Πανευρωπαϊκού Δικτύου Εθνικών Κέντρων Ενημέρωσης και Επαγρύπνησης Insafe, καθώς και του Παγκόσμιου Δικτύου Inhope που είναι ο Παγκόσμιος Σύνδεσμος Ανοικτών Γραμμών καταγγελίας παράνομου περιεχομένου στο Διαδίκτυο.

πηγή: Ασφάλεια στο διαδίκτυο, Σχολικό δίκτυο

**ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΑΠΟΨΕΙΣ:** Επαγωγικά σκεπτόμενοι συμπεραίνουμε ότι η γονική προστασία είναι ένα πολύ σημαντικό κομμάτι για την προφύλαξη του παιδιού από το διαδίκτυο και τον εθισμό που υπάρχει πιθανότητα να το επηρεάσει σε ένα μεγάλο ποσοστό .Ωστόσο για αυτό το λόγο δημιουργήθηκαν διάφορα προγράμματα προστασίας για το παιδί ,μέσα από τα οποία οι γονείς μπορούν να παρακολουθούν τα παιδιά τους χωρίς αυτά να το καταλαβαίνουν. Έτσι οι γονείς δεν θα νιώθουν ανασφάλεια για το παιδί τους και παράλληλα δεν θα έχουν την ιδέα ότι υπάρχει περίπτωση το παιδί τους να κινδυνεύει είτε έχοντας πρόσβαση σε διάφορες ακατάλληλες ιστοσελίδες είτε έχοντας πρόσβαση στα κοινωνικά δίκτυα που μπορεί να γίνει θύμα κακοποίησης αλλά και παιδεραστίας .

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ - ΠΗΓΕΣ :**

[http://www.hasiad.gr/index.php?option=com\\_content&view=article&id=14%3A2010-05-13-07-33-10&catid=2%3A2010-05-13-07-26-35&Itemid=9&lang=el](http://www.hasiad.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=14%3A2010-05-13-07-33-10&catid=2%3A2010-05-13-07-26-35&Itemid=9&lang=el)

<http://1oholargou.wordpress.com/2012/01/28/internet-safety/>

<http://www.policenet.gr/portal/ext/prostasia-paidion.html>

[http://apsychologist.blogspot.com/2011/01/blog-post\\_27.html](http://apsychologist.blogspot.com/2011/01/blog-post_27.html)