



SaferInternet4Kids.gr

WWW

ΓΙΑ ΕΝΑ ΑΣΦΑΛΕΣΤΕΡΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

# Ασφαλείς διαδικτυακές επαφές

Ένας οδηγός προστασίας από τη  
διαδικτυακή αποπλάνηση  
(online grooming)



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

## Ποτέ μη μιλάς σε ξένους...

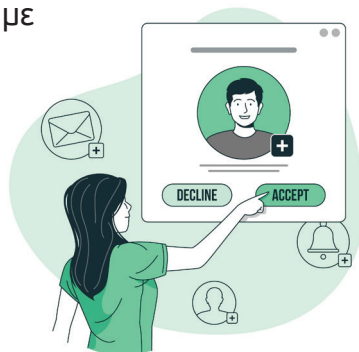
Είναι μια συμβουλή που δίνουμε στα παιδιά μας προκειμένου να τα αποτρέψουμε από «κακοτοπιές» στο φυσικό κόσμο. Τι γίνεται όμως με τον ψηφιακό κόσμο όπου όλοι είναι «συνδεδεμένοι» με όλους;

Στην ψηφιακή εποχή που ζούμε, η κοινωνικοποίηση έχει αλλιάξει μορφή. Η πλειοψηφία των παιδιών και των νέων κάνουν «φίλους» κάθε μέρα μέσω διαδικτύου τους οποίους δε γνωρίζουν αλλά δε τους θεωρούν και «αγνώστους». Οι διαδικτυακές αλληλεπιδράσεις έχουν «θολώσει» την κόκκινη γραμμή μεταξύ «άγνωστου» και «φίλου».

Το να βοηθήσουμε τα παιδιά και τους νέους να μάθουν να ξεχωρίζουν τις ασφαλείς διαδικτυακές σχέσεις από τις επικίνδυνες και να γνωρίζουν πότε και πού να αναζητούν βοήθεια είναι το κλειδί.

## «Φίλος» vs «άγνωστος» στο διαδίκτυο

Η αλληλεπίδραση των παιδιών και των νέων με φίλους στο διαδίκτυο είναι συνεχής και όταν ένας νέος «φίλος» ξεκινά να παίζει ένα παιχνίδι μαζί τους ή να κάνει like σε περιεχόμενο που έχουν κοινοποιήσει δεν τους φαίνεται και τόσο παράξενο ή εν δυνάμει επικίνδυνο. Επομένως το να εστιάσουμε μόνο στη συμβουλή «μη μιλάς με ξένους στο διαδίκτυο» δεν είναι τόσο αποτελεσματικό όσο το να εστιάσουμε και σε συμπεριφορές που υποδεικνύουν ότι κάποιος μπορεί να έχει κακές προθέσεις. Βοηθήστε τα παιδιά να καταλάβουν τι πρέπει να προσέχουν σχετικά με τα άτομα που δε γνωρίζουν προσωπικά και κάντε συχνές συζητήσεις για αυτό το θέμα.








# Πώς να μιλήσω στο παιδί μου

Είναι πολύ σημαντικό να γίνει διάκριση μεταξύ προσωπικών φίλων, διαδικτυακών φίλων και αγνώστων από νωρίς. Μπορείτε να εξηγήσετε στο παιδί ότι στο διαδίκτυο υπάρχουν καλοί, αλλά και κακόβουλοι χρήστες. Αν δε γνωρίζεις κάποιον προσωπικά είναι πολύ δύσκολο να καταλάβεις σε ποια κατηγορία ανήκει.

Επίσης, θα πρέπει να τονίσετε ότι στο διαδίκτυο είναι εύκολο κάποιος να προσποιηθεί ότι είναι κάποιος άλλος. Σε κάθε περίπτωση επαναλάβετε ότι εσείς είσαστε εκεί για το παιδί να λύσετε όλες του τις απορίες και μαζί να προσπαθήσετε ώστε να απολαμβάνει τον ψηφιακό κόσμο με ασφάλεια.

Η κατάλληλη στιγμή έναρξης τέτοιων συζητήσεων μπορεί να είναι όταν το παιδί παίζει το πρώτο του διαδικτυακό παιχνίδι με τους φίλους του, όταν σας ζητήσει να κάνετε λήψη μιας νέας εφαρμογής ή παιχνιδιού ή όταν αρχίσει να σας ζητάει να δημιουργήσει προφίλ σε κάποιο κοινωνικό δίκτυο.







Ακολουθούν κάποιες ερωτήσεις που θα βοηθήσουν στη ροή της συζήτησης:

-  Έχει προσπαθήσει κανείς να σου μιλήσει ενώ παίζετε κάποιο παιχνίδι;
-  Έχεις δει ανθρώπους να συνομιλούν σε κάποιο από τα παιχνίδια σου;
-  Σε τι διαφέρει η συνάντηση με ανθρώπους στο διαδίκτυο από τους φίλους που συναντάς στο σχολείο;
-  Έχεις ανταλλάξει ποτέ μήνυμα με κάποιον στο διαδίκτυο που δεν τον γνωρίζεις προσωπικά;
-  Τι προσωπικές πληροφορίες μοιράζεσαι με κάποιον που γνώρισες στο διαδίκτυο;



Η εφαρμογή εργαλείων γονικού ελέγχου είναι μια λύση που προσφέρει μια σχετική ασφάλεια, ιδιαίτερα σε παιδιά έως 13 ετών. Σας συνιστούμε να χρησιμοποιείτε αυτά τα εργαλεία όχι μόνο για να ελέγχετε την ψηφιακή δραστηριότητα του παιδιού, αλλά και ως σημείο εκκίνησης για συζήτηση προκειμένου να καθορίσετε τους κανόνες που λειτουργούν καλύτερα για εσάς και την οικογένειά σας.

Τι λένε τα στοιχεία:

-  21% των παιδιών δηλώνει ότι έχει δεχτεί διαδικτυακή παρενόχληση και ένα μεγάλο ποσοστό επιχείρησε να την αντιμετωπίσει χωρίς να το αναφέρει σε κανέναν.
-  21% των παιδιών έχει συναντηθεί με κάποιον που γνώρισε στο διαδίκτυο.
-  41% αποδέχεται αιτήματα φιλίας από αγνώστους.
-  Προσωπικές φωτογραφίες στο διαδίκτυο παραδέχεται ότι έχει μοιραστεί το 14%.
-  43% των εκπαιδευτικών έχει αντιληφθεί ότι κάποιος μαθητής/τρια συνομιλεί με αγνώστους στο διαδίκτυο.
-  9% των εκπαιδευτικών έχει αντιληφθεί ότι κάποιος μαθητής/τρια έχει πέσει θύμα διαδικτυακής παρενόχλησης/αποπλάνησης.

Πηγή: [Έρευνες Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου ΙΤΕ](#)

# Πώς να προλάβετε και να αντιμετωπίσετε μια «ανεπιθύμητη επαφή»

Εάν κάποιος επικοινωνεί με το παιδί σας και αυτή η επαφή είναι ανεπιθύμητη ή το κάνει να νιώθει άβολα, υπάρχουν πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να βοηθήσετε.

## **Ιδιωτικοί λογαριασμοί**

Για τα μικρότερα παιδιά, βεβαιωθείτε ότι οι λογαριασμοί τους δεν είναι δημοσίως διαθέσιμοι και θεσπίστε κανόνες σχετικά με τους τύπους περιεχομένου που μοιράζονται στο διαδίκτυο.

Για τα μεγαλύτερα παιδιά, προτείνετε να κάνουν τους λογαριασμούς τους ιδιωτικούς ή να αναθεωρήσουν τις ρυθμίσεις απορρήτου τους, ώστε να μπορούν να ελέγχουν ποιος μπορεί να βλέπει τις φωτογραφίες και τις αναρτήσεις τους. Αυτό περιλαμβάνει τις ρυθμίσεις στις εφαρμογές τους, στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και στους λογαριασμούς παιχνιδιών. Προσαρμόζοντας τις ρυθμίσεις απορρήτου τους, μπορούν να διατηρήσουν τον έλεγχο του ποιος βλέπει τις αναρτήσεις τους στο διαδίκτυο και ποιος μπορεί να επικοινωνήσει απευθείας μαζί τους.

## **Διαγραφή των επαφών που δεν γνωρίζουν πραγματικά**

Ενθαρρύνετε το παιδί να διαγράψει επαφές που δε γνωρίζει προσωπικά. Ζητήστε του να ελέγξετε μαζί τους φίλους και τους ακολούθους και σιγουρευτείτε ότι πραγματικά τους γνωρίζει. Αν όχι, μάλλον είναι καλή ιδέα να τα διαγράψετε.



## Αναφορά και αποκλεισμός

Ενημερώστε το παιδί ότι μπορεί να σας μιλήσει ανά πάσα στιγμή εάν λάβει οποιαδήποτε επαφή που είναι ακατάλληλη ή το κάνει να αισθάνεται άβολα — και υπάρχουν βήματα που μπορείτε να κάνετε μαζί. Εάν το παιδί λάβει οτιδήποτε ενοχλητικό από κάποιον που γνωρίζει ή έναν άγνωστο, ενθαρρύνετέ το να αναφέρει και να αποκλείσει αυτό το άτομο στον ιστότοπο ή την υπηρεσία που χρησιμοποιήθηκε για να επικοινωνήσει μαζί του. Εάν η επαφή επιμένει ή γίνεται επιθετική ή απειλητική, επικοινωνήστε με την αστυνομία ή την Ανοιχτή Γραμμή για το Παράνομο Περιεχόμενο στο Διαδίκτυο [SafeLine.gr](http://SafeLine.gr).



# Μάθετε για τη διαδικτυακή εκμετάλλευση (online grooming) και διδάξτε το παιδί σας να αναγνωρίζει τις «κόκκινες σημαίες»

Το διαδικτυακό «grooming» συμβαίνει όταν ένας ενήλικας έρχεται σε επαφή μέσω του διαδικτύου με ένα παιδί ή έφηβο προκειμένου να το συναντήσει από κοντά και να το εκμεταλλευτεί. Το διαδικτυακό grooming ή αλλιώς η «αποπλάνηση» μέσω διαδικτύου είναι ένα έγκλημα που τιμωρείται αυστηρά σε όλες τις χώρες της Ευρώπης. Μπορεί να συμβεί σε όλους τους ιστοχώρους που είναι πολύ δημοφιλείς στους εφήβους και στα παιδιά όπως στα διαδικτυακά παιχνίδια, στα κοινωνικά δίκτυα (π.χ. Instagram, TikTok), στα δωμάτια συνομιλίας (chat rooms) κ.α. Κάποιοι διαδικτυακοί groomers μπορεί να προσποιούνται ότι είναι συνομήλικοι με τα παιδιά (π.χ. Βάζοντας ψεύτικη φωτογραφία προφίλ και δηλώνοντας ψευδή ηλικία). Ακόμα, οι διαδικτυακοί groomers συνήθως έχουν γνώσεις στο να χειρίζονται ψυχολογικά και συναισθηματικά τους εφήβους (π.χ. γνωρίζουν την εφηβική γλώσσα και τον εφηβικό τρόπο σκέψης) και γι' αυτό μπορεί να χρησιμοποιούν διάφορες τεχνικές προκειμένου να αποκτήσουν αρχικά την εμπιστοσύνη του εφήβου.



# Τα στάδια της διαδικτυακής αποπλάνησης

<b>Στόχευση</b>	Ένας groomer στοχεύει παιδιά δημιουργώντας ψεύτικα προφίλ, συχνά προσποιείται ότι είναι παιδί της ίδιας ηλικιακής ομάδας και ξεκινάει την επαφή μέσω διαδικτύου. Τις περισσότερες φορές οι επιτήδριοι στοχεύουν παιδιά του στενού φιλικού ή οικογενειακού τους κύκλου.
<b>Πρόσβαση</b>	Ο επιτήδειος κερδίζει την εμπιστοσύνη του παιδιού κάνοντας το να νιώθει ξεχωριστό, μερικές φορές μέσα από δώρα ή υπερβολικές φιλοφρονήσεις και προσοχή. Αυτό είναι ιδιαίτερα επικίνδυνο για ευάλωτα παιδιά που αποζητούν την προσοχή.
<b>Εμπιστοσύνη</b>	Ο groomer γίνεται μια συνεπής παρουσία στη ζωή του παιδιού και αρχίζει να καλλιεργεί μια φιλική ή και ρομαντική σχέση.
<b>Απειαισθητοποίηση σε σεξουαλικό περιεχόμενο</b>	Όταν εδραιωθεί ένα ορισμένο επίπεδο εμπιστοσύνης, ο groomer αρχίζει να απειαισθητοποιεί το παιδί σε σεξουαλικό περιεχόμενο — π.χ. εκθέτοντας το σε σεξουαλικό περιεχόμενο. Στόχος είναι με αυτόν τον τρόπο να προετοιμάσει το περιβάλλον για το επόμενο βήμα που είναι η σεξουαλική κακοποίηση (CSAM) ή η σεξουαλική εκμετάλλευση (CSEM).
<b>Διατήρηση ελέγχου</b>	Οι επιτήδριοι χρησιμοποιούν συχνά τη μυστικότητα και τα αισθήματα ντροπής για να διατηρήσουν τον έλεγχο του παιδιού. Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι groomers εκβιάζουν τα παιδιά και τους νέους απειλώντας ότι θα δημοσιοποιήσουν προσωπικό περιεχόμενο που έχουν καταφέρει να αποσπάσουν.











# Πως να μιλήσω στο παιδί μου








Ενημερώστε το παιδί για το τι είναι το online grooming, εξηγήστε του τα στάδια που περιλαμβάνει και ξεκινήστε μια συζήτηση μαζί του για το πως πρέπει να είναι οι διαδικτυακές του αλληλεπιδράσεις και τι πρέπει να αποφεύγει. Συζητήστε για το πότε μια διαδικτυακή συζήτηση πρέπει να σταματήσει, αλλά και τον τρόπο που το παιδί θα την τερματίσει. Διαβεβαιώστε το παιδί πως ό,τι κι αν συμβεί θα είστε εκεί για να το ακούσετε, να το βοηθήσετε και να του συμπαρασταθείτε.

Η κατάλληλη στιγμή έναρξης τέτοιων συζητήσεων μπορεί να είναι όταν αναφέρουν ότι παίζουν κάποιο παιχνίδι με τους φίλους τους, όταν επικοινωνήσουν διαδικτυακά με κάποιον φίλο ή μέλος της οικογένειας, όταν σας ζητήσουν να κατεβάσετε ένα νέο παιχνίδι που έχει chat ή όταν παρακολουθούν βίντεο που περιλαμβάνει ληιτουργία σχολίων.

Ακολουθούν κάποιες ερωτήσεις που θα βοηθήσουν στη ροή της συζήτησης:

-  Πόσο συχνά μιλάς με ανθρώπους στο διαδίκτυο;
-  Παίζεις παιχνίδια με άτομα που δε γνωρίζεις;
-  Έχεις φίλους που έχεις γνωρίσει στο διαδίκτυο;
-  Σε έχει κάνει ποτέ κανείς να νιώσεις περίεργα ή νευρικά στο διαδίκτυο;
-  Σου έχει τύχει ποτέ κάποιος να σου ζητήσει προσωπικές πληροφορίες;
-  Ξέρεις τι να κάνεις αν νιώσεις περίεργα ενώ μιλάς με κάποιον στο διαδίκτυο;
-  Ξέρεις πώς να αναγνωρίσεις εάν κάποιος σου λέει ψέματα για το ποιος πραγματικά είναι;
-  Πώς ξέρεις πότε μπορείς να εμπιστευτείς κάποιον;











Ενθαρρύνετε το παιδί σας να είναι επιφυλακτικό όταν κάποιος:

-  κάνει πολλές ερωτήσεις σχετικά με τα προσωπικά στοιχεία,
-  αρχίζει να του ζητάει χάρες και κάνει πράγματα σε αντάλλαγμα — οι επιτήδριοι χρησιμοποιούν συχνά υποσχέσεις, δώρα και χάρες για να κερδίσουν εμπιστοσύνη,
-  θέλει να κρατήσει τη σχέση μυστική - οι online groomers συνήθως προσπαθούν να κρατήσουν τις σχέσεις τους με τους στόχους τους ιδιωτικές από την αρχή, ζητώντας να είναι κάτι «ιδιαιτέρο» μόνο μεταξύ των δύο ατόμων,
-  επικοινωνεί μαζί του συχνά και με διαφορετικούς τρόπους, όπως γραπτά μηνύματα π.χ. μέσω Instagram ή διαδικτυακών υπηρεσιών συνομιλίας,
-  το ρωτά πράγματα όπως ποιος άλλος χρησιμοποιεί τη συσκευή ή σε ποιο δωμάτιο βρίσκεται όταν μιλάνε,
-  του κάνει κομπλιμέντα για την εμφάνισή του ή το σώμα του ή του κάνει ερωτήσεις του τύπου «σε έχουν φιλήσει ποτέ;»,
-  επιμένει να συναντηθούν — προσπαθεί να το κάνει να νιώσει ένοχοι ή το απειλεί αν δε θέλει.

Πολλά από αυτά τα προειδοποιητικά σημάδια δεν ισχύουν μόνο για αγνώστους αλλά και για άτομα που το παιδί γνωρίζει προσωπικά. Είναι πολύ σημαντικό να διαβεβαιώσετε το παιδί ότι μπορεί να έρθει σε εσάς και να σας εμπιστευτεί οτιδήποτε το απασχολεί ή το αναστατώνει ακόμα και αν το ίδιο έχει κάνει κάπου λάθος. Επίσης, καλό είναι να καθίσετε μαζί με το παιδί και να του δείξετε τα εργαλεία block και report που διαθέτουν οι πλατφόρμες που χρησιμοποιεί.

# Τι να κάνετε αν κάτι έχει πάει ήδη στραβά

Να είστε σε εγρήγορση για ανησυχητικές αλλαγές στη συμπεριφορά του παιδιού σας. Προσέξτε για σημάδια άγχους, λύπης ή αλλαγές στην αλληλεπίδραση με την οικογένεια ή τους φίλους του. Στην περίπτωση που το ίδιο το παιδί ντρέπεται ή φοβάται να σας εμπιστευτεί και υποψιάζεστε ότι κάτι συμβαίνει υπάρχουν πολλά πράγματα που μπορείτε να κάνετε.

-  Μείνετε ήρεμοι και βεβαιώστε το παιδί ότι δεν είναι μόνο του, είστε δίπλα του και μαζί θα αντιμετωπίσετε το οποιοδήποτε πρόβλημα.
-  Εξηγήστε ότι ακόμη και οι ενήλικες ξεγελιούνται για να κάνουν πράγματα για τα οποία μετανιώνουν.
-  Μιλήστε μαζί του χωρίς να είστε επικριτικοί ή θυμωμένοι και κάντε το να νιώσει ότι μπορεί να έρθει σε εσάς για οτιδήποτε, χωρίς να φοβάται ότι θα το τιμωρήσετε ή θα το επικρίνετε.
-  Μην απαγορεύσετε την πρόσβαση του παιδιού στο διαδίκτυο γιατί θα το εκλάβει ως τιμωρία και δε θα σας εμπιστευτεί ξανά.
-  Ενεργήστε για να προστατέψετε το παιδί σας.
-  Πριν εσείς ή το παιδί σας αποκλείσετε κάποιον ή διαγράψετε αναρτήσεις, τραβήξτε στιγμιότυπα οθόνης και συλλέξτε στοιχεία, συμπεριλαμβανομένων ημερομηνιών και ωρών.
-  Κάντε αναφορά/block.
-  Απευθυνθείτε στη Δ/ση Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος στο 11188, αν νιώσετε ότι το παιδί κινδυνεύει.
-  Κάντε καταγγελία έστω και ανώνυμα στην Ανοικτή Γραμμή για το Παράνομο Περιεχόμενο στο Διαδίκτυο SafeLine.gr.
-  Λάβετε επαγγελματική βοήθεια και υποστήριξη μέσω της Γραμμής Βοήθειας Help-line.gr στο 210 6007686.



**Διαβεβαιώστε το παιδί πως ό,τι  
κι αν συμβεί θα είστε εκεί για να  
το ακούσετε, να το βοηθήσετε  
και να του συμπαρασταθείτε.**