

Αναπτύσσοντας ψηφιακή νοημοσύνη στην πρώιμη παιδική ηλικία

Ένας οδηγός για γονείς και εκπαιδευτικούς



Περιεχόμενα

Η πρώτη επαφή με την τεχνολογία	4
Η τεχνολογία μέσα στο σπίτι	4
Τεχνολογία & ανάπτυξη	5
Κίνδυνοι στο διαδίκτυο – Το μοντέλο 5C	5
Ο ρόλος γονιών & εκπαιδευτικών	5
Η σημασία της έγκαιρης ψηφιακής εκπαίδευσης και ασφάλειας	6
Συνεργασία οικογένειας - σχολείου	6
Ο ρόλος των Κέντρων Ασφαλούς Διαδικτύου (SIC).....	6
Τα Πρώτα Ψηφιακά Βήματα: Από την Κατανόηση στην Υπεύθυνη Χρήση	7
1. Απομυθοποιώντας τον Ψηφιακό Κόσμο	7
2. Υγιείς Ψηφιακές Συνήθειες στην Καθημερινότητα των Μικρών Παιδιών	7
3. Το μοντέλο 5Cs. Εξηγώντας στα Παιδιά τους Βασικούς Κινδύνους	9
Πώς εξηγούμε στα μικρά παιδιά τους κινδύνους με απλά λόγια	9
Καθοδηγώντας τα Παιδιά στον Κόσμο της Τεχνολογίας	10
Εμπόδια και Δυσκολίες στην Ανάπτυξη της Ψηφιακής Παιδείας στην Πρώιμη Παιδική Ηλικία	11
Στρατηγικές, προσεγγίσεις και τεχνικές για να συνεργαστούμε με τα μικρά παιδιά	13
Προκλήσεις στη συμμετοχή γονέων, φροντιστών και εκπαιδευτικών στην ανάπτυξη ψηφιακής παιδείας και ασφάλειας στο διαδίκτυο για μικρά παιδιά και πώς να τις ξεπεράσουμε	14
Συμπεράσματα: Συνεργατική προσέγγιση για την ανάπτυξη πρώιμης ψηφιακής εκπαίδευσης και κατάρτισης δεξιοτήτων ασφάλειας στο διαδίκτυο	17
Annex 1: Πηγές	16

Η πρώτη επαφή με την τεχνολογία

Τα μικρά παιδιά, ήδη από την προσχολική ηλικία, χρησιμοποιούν ψηφιακές συσκευές όπως smartphones, tablets και smart TVs. Κυρίως τις αξιοποιούν για ψυχαγωγία — για να βλέπουν κινούμενα σχέδια στο YouTube ή να παίζουν διαδραστικά παιχνίδια.

Έρευνα του Κοινού Κέντρου Ερευνών της Ευρωπαϊκής Επιτροπής δείχνει ότι τα παιδιά αποκτούν βασικές ψηφιακές δεξιότητες πριν μάθουν να διαβάζουν, μέσω της αλληλεπίδρασης με οθόνες αφής.

Καθώς το παιδί μεγαλώνει η αλληλεπίδραση με την τεχνολογία δεν περιορίζεται μόνο στο παιχνίδι. Περιλαμβάνει:

- ⇒ Μάθηση (π.χ. γλώσσα, αριθμητική μέσω εφαρμογών)
- ⇒ Επικοινωνία (με συγγενείς και φίλους, μέσω μηνυμάτων ή βιντεοκλήσεων)
- ⇒ Δημιουργικότητα (ζωγραφική, φωτογραφία, σχεδιασμός ψηφιακών κόσμων)

Η τεχνολογία μέσα στο σπίτι

Η χρήση συσκευών είναι διαδεδομένη σε όλα τα σπίτια, ανεξαρτήτως οικονομικής κατάστασης.

Τα παιδιά μαθαίνουν:

- ⇒ παρατηρώντας τους γονείς και τα αδέλφια τους
- ⇒ πειραματιζόμενα μόνα τους

Αυτή η «αυτοεκπαίδευση» μπορεί να ενισχύει τις δεξιότητές τους, αλλά κρύβει και κινδύνους:

- ⇒ Έκθεση σε ακατάλληλο περιεχόμενο
- ⇒ Παραπλανητικές διαφημίσεις
- ⇒ Υπερβολική χρήση

Ο ρόλος των γονιών είναι κρίσιμος: η στάση τους, η επικοινωνία με το παιδί και οι κανόνες που θέτουν καθορίζουν τον τρόπο που το παιδί χρησιμοποιεί την τεχνολογία.



Τεχνολογία & ανάπτυξη

Σύμφωνα με τη θεωρία του Piaget για τα αναπτυξιακά στάδια, η γνωστική και συναισθηματική ανάπτυξη του κάθε παιδιού επηρεάζει τον τρόπο αλληλεπίδρασης του με τα ψηφιακά εργαλεία. Οι κινητικές δεξιότητες και η κοινωνικο-συναισθηματική ωρίμανση καθορίζουν την ικανότητα των παιδιών να χρησιμοποιούν την τεχνολογία με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα. Η κατανόηση αυτών των παραμέτρων είναι κρίσιμη για τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς ώστε να καθοδηγήσουν τα παιδιά προς μια ισορροπημένη ψηφιακή εμπειρία. Καθώς η ψηφιακή τεχνολογία ενσωματώνεται στην καθημερινότητα των παιδιών, οι επιστήμονες εξετάζουν τις νευρολογικές και αναπτυξιακές επιπτώσεις της. Μελέτες δείχνουν ότι η υπερβολική χρήση οθονών μπορεί να επηρεάσει αρνητικά περιοχές του εγκεφάλου που σχετίζονται με τον αυτοέλεγχο, τη λήψη αποφάσεων και τις κοινωνικές δεξιότητες. Η συνεχής διέγερση από ψηφιακό περιεχόμενο ενεργοποιεί το σύστημα επιβράβευσης του εγκεφάλου, αυξάνοντας την έκκριση ντοπαμίνης και ενισχύοντας την εξάρτηση από την τεχνολογία. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε δυσκολίες συγκέντρωσης, συναισθηματικές εκρήξεις και μειωμένη ευχαρίστηση από μη ψηφιακές δραστηριότητες.

Κίνδυνοι στο διαδίκτυο – Το μοντέλο 5C

Η ψηφιακή εμπειρία δεν είναι πάντα ασφαλής. Οι βασικοί διαδικτυακοί κίνδυνοι ταξινομούνται στις εξής 5 κατηγορίες:

1. **Περιεχόμενο** – Ακατάλληλο, βίαιο ή παραπλανητικό
2. **Συμπεριφορά** – Επιθετική ή παράνομη συμπεριφορά
3. **Επικοινωνία** – Επαφή με κακόβουλα άτομα
4. **Εμπορικοί κίνδυνοι** – Παραβίαση ιδιωτικότητας, στοχευμένες διαφημίσεις
5. **Οριζόντιοι κίνδυνοι** – AI, βιομετρικά δεδομένα, επιπτώσεις στην υγεία

Ο ρόλος γονιών & εκπαιδευτικών

Γονείς και εκπαιδευτικοί μοιράζονται έναν κοινό στόχο: να βοηθήσουν τα παιδιά να αναπτυχθούν με ασφάλεια, ισορροπία και υπευθυνότητα στον ψηφιακό κόσμο. Η συνεργασία τους είναι καθοριστική για να ενισχυθούν στα παιδιά:

- ⇒ δεξιότητες για σωστή χρήση της τεχνολογίας
- ⇒ αυτοπεποίθηση απέναντι στις ψηφιακές προκλήσεις
- ⇒ ανθεκτικότητα στους κινδύνους του διαδικτύου

Για να μεγαλώσουμε παιδιά ψηφιακά υπεύθυνα και προστατευμένα, είναι σημαντικό να:

- ⇒ Θέτουμε όρια στη χρήση
- ⇒ Καλλιεργούμε ανοιχτή επικοινωνία
- ⇒ Συμμετέχουμε στη διαδικτυακή τους εμπειρία
- ⇒ Προσφέρουμε τα κατάλληλα εφόδια για ανθεκτικότητα και κριτική σκέψη



Η σημασία της έγκαιρης ψηφιακής εκπαίδευσης και ασφάλειας

Η έγκαιρη εκπαίδευση των παιδιών στην ψηφιακή ασφάλεια και τη σωστή χρήση της τεχνολογίας είναι απαραίτητη για να μεγαλώσουν ως υπεύθυνοι και ενημερωμένοι ψηφιακοί πολίτες.

Από μικρή ηλικία, είναι σημαντικό να εξοικειώνονται με βασικές έννοιες όπως:

- ⇒ η προστασία της ιδιωτικότητας
- ⇒ η ασφαλής πλοήγηση
- ⇒ η κριτική σκέψη γύρω από το διαδικτυακό περιεχόμενο

Αυτές οι γνώσεις ενισχύουν την αυτοπεποίθηση των παιδιών και μειώνουν τον κίνδυνο έκθεσης σε φαινόμενα όπως ο διαδικτυακός εκφοβισμός και η παραπληροφόρηση.

Η συστηματική και έγκαιρη εκπαίδευση στην ψηφιακή ασφάλεια αποτελεί επένδυση στη ζωή των παιδιών. Τα εφοδιάζει με τα εργαλεία που χρειάζονται για να περιηγούνται στον ψηφιακό κόσμο με ασφάλεια, υπευθυνότητα και δημιουργικότητα.

Συνεργασία οικογένειας - σχολείου

Οι γονείς και οι φροντιστές είναι τα πρώτα πρότυπα των παιδιών. Μέσα από:

- ⇒ υγιείς ψηφιακές συνήθειες
- ⇒ ενεργή συμμετοχή στη διαδικτυακή τους εμπειρία
- ⇒ ενθάρρυνση δημιουργικών και εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων

μπορούν να διαμορφώσουν ένα ασφαλές και ισορροπημένο ψηφιακό περιβάλλον.

Η διδασκαλία βασικών κανόνων ασφάλειας, η χρήση γονικών ελέγχων και η συνεχής επικοινωνία είναι πολύτιμα εργαλεία για την πρόληψη και την αντιμετώπιση κινδύνων.

Οι εκπαιδευτικοί από την πλευρά τους καλούνται να καλλιεργήσουν την ψηφιακή υπευθυνότητα των μαθητών/τριών μέσω μαθημάτων ασφαλούς πλοήγησης και αναπτύσσοντας την κριτική τους σκέψη και την ικανότητα συνεργασίας.

Η σύνδεση σχολείου και οικογένειας είναι κλειδί για μια ενιαία και συνεκτική προσέγγιση.

Ο ρόλος των Κέντρων Ασφαλούς Διαδικτύου (SIC)

Τα Κέντρα Ασφαλούς Διαδικτύου, συγχρηματοδοτούμενα από την ΕΕ, στηρίζουν παιδιά, γονείς και εκπαιδευτικούς, στο πλαίσιο της πρωτοβουλίας «Καλύτερο Διαδίκτυο για τα Παιδιά».

Προσφέρουν:

- ⇒ εκπαιδευτικά εργαλεία και υλικό για σχολεία
- ⇒ γραμμές βοήθειας για παιδιά, γονείς και εκπαιδευτικούς
- ⇒ κατάρτιση εκπαιδευτικών και προτάσεις διδασκαλίας
- ⇒ εκστρατείες ευαισθητοποίησης (π.χ. Ημέρα Ασφαλούς Διαδικτύου)

Παράλληλα, συνεργάζονται με κυβερνήσεις, ΜΚΟ και εταιρείες τεχνολογίας για πιο ασφαλείς ψηφιακούς χώρους.

Συνολικά, τα Κέντρα Ασφαλούς Διαδικτύου αποτελούν θεμέλιο για την ενδυνάμωση των παιδιών και την καθοδήγηση των ενηλίκων προς μια ασφαλή και υπεύθυνη διαδικτυακή εμπειρία.

Τα πρώτα ψηφιακά βήματα: Από την κατανόηση στην υπεύθυνη χρήση

1. Απομυθοποιώντας τον Ψηφιακό Κόσμο

Ο ψηφιακός κόσμος δεν είναι μαγεία – αποτελείται από πραγματικά συστήματα και ανθρώπινες αποφάσεις. Το διαδίκτυο λειτουργεί μέσω καλωδίων, δορυφόρων και ασύρματων σημάτων, ενώ η τεχνητή νοημοσύνη είναι αποτέλεσμα ανθρώπινου προγραμματισμού. Η κατανόηση αυτών των στοιχείων βοηθά τα παιδιά να αναπτύξουν κριτική σκέψη και να χρησιμοποιούν την τεχνολογία με συνείδηση.

Είναι σημαντικό να εξηγούμε στα παιδιά ότι πίσω από κάθε εφαρμογή και εργαλείο υπάρχουν άνθρωποι που τα σχεδιάζουν και τα ελέγχουν. Αυτό ενισχύει την αντίληψή τους ότι η τεχνολογία δεν είναι ουδέτερη, αλλά αντικατοπτρίζει ανθρώπινες αξίες και επιλογές. Η συζήτηση για τους αλγόριθμους και τις αποφάσεις που λαμβάνονται στον ψηφιακό κόσμο ενισχύει την ψηφιακή δεοντολογία.

Ανάλογα με την ηλικία τους, τα παιδιά μπορούν να κατανοήσουν τον ψηφιακό κόσμο με διασκεδαστικούς τρόπους:

Νήπια (2-4 ετών): Χρήση του διαδικτύου μαζί με τους γονείς, περιορισμένος χρόνος οθόνης.

Προσχολική ηλικία (4-6 ετών): Παιχνίδια και βιβλία που εξηγούν πώς λειτουργούν τα δίκτυα.

Αρχή σχολικής ζωής (6-8 ετών): Δραστηριότητες προγραμματισμού και εξερεύνηση συσκευών.

Με την απομυθοποίηση της τεχνολογίας, τα παιδιά αποκτούν μια πιο ενημερωμένη και υπεύθυνη στάση απέναντι στα ψηφιακά εργαλεία. Αναπτύσσουν περιέργεια για το πώς λειτουργούν τα πράγματα και αποκτούν δεξιότητες που θα τους είναι χρήσιμες στο μέλλον.

2. Υγιείς Ψηφιακές Συνήθειες στην Καθημερινότητα των Μικρών Παιδιών

Η καθοδήγηση των παιδιών από νωρίς προς ισορροπημένες ψηφιακές συνήθειες είναι βασικός παράγοντας για την υγιή και ομαλή τους ανάπτυξη. Οι γονείς και οι φροντιστές καλούνται να δημιουργήσουν ένα σταθερό και ξεκάθαρο πλαίσιο που βοηθά τα παιδιά:

Ρουτίνες και όρια

- ⇒ Δημιουργήστε σταθερές καθημερινές ρουτίνες με εναλλαγές μεταξύ ψηφιακών και μη ψηφιακών δραστηριοτήτων.
- ⇒ Αποφύγετε τη χρήση οθονών πριν τον ύπνο ή μετά το βραδινό φαγητό, ώστε να ευνοείται η χαλάρωση και η ποιότητα του ύπνου.
- ⇒ Ορίστε χώρους χωρίς οθόνες, όπως η τραπεζαρία ή τα υπνοδωμάτια, για να ενισχύσετε την κοινωνική αλληλεπίδραση και τη σωματική δραστηριότητα.



Χρήση με σκοπό και ποιότητα

- ⇒ Επιλέξτε εκπαιδευτικό και ποιοτικό περιεχόμενο, που ενισχύει τη σκέψη, τη δημιουργικότητα και τη μάθηση.
- ⇒ Ενθαρρύνετε τη χρήση της τεχνολογίας με συγκεκριμένο σκοπό και όχι για παθητική κατανάλωση.
- ⇒ Χρησιμοποιήστε παιδικές μηχανές αναζήτησης και γονικά φίλτρα για ασφαλή πλοήγηση.

Ψηφιακή αυτοπειθαρχία και κοινωνικές δεξιότητες

- ⇒ Διδάξτε τα παιδιά να μοιράζονται τις συσκευές, να συζητούν για το περιεχόμενο που βλέπουν και να αντιλαμβάνονται τις συνέπειες των πράξεών τους στο διαδίκτυο.
- ⇒ Ενισχύστε την ευγένεια και τον σεβασμό στις ψηφιακές επαφές, όπως θα κάνατε και στις διαπροσωπικές σχέσεις.
- ⇒ Εισάγετε στιγμές «παύσης και σκέψης» πριν από κάθε ενέργεια, καλλιεργώντας την επίγνωση και την αυτορρύθμιση.

Ισορροπία με την πραγματική ζωή

- ⇒ Διατηρήστε ισορροπία μεταξύ οθόνης και φυσικών δραστηριοτήτων, όπως ελεύθερο παιχνίδι, δραστηριότητες εκτός σπιτιού και επαφή με την οικογένεια.
- ⇒ Χρησιμοποιήστε εικονικούς πίνακες ρουτίνας με εικόνες, για να βοηθήσετε τα μικρά παιδιά να οργανώνουν τη μέρα τους.
- ⇒ Ενθαρρύνετε τη συγκεντρωμένη συμμετοχή σε κάθε δραστηριότητα, χωρίς περισπασμούς από οθόνες. Αυτό ενισχύει τη συγκέντρωση και τον έλεγχο των παρορμήσεων.

Οικογενειακές στιγμές χωρίς οθόνες

- ⇒ Καθιερώστε απλές αλλά ουσιαστικές συνήθειες χωρίς τεχνολογία, όπως το διάβασμα πριν τον ύπνο ή οι οικογενειακοί περίπατοι.
- ⇒ Δώστε στα παιδιά το παράδειγμα: Η τεχνολογία είναι εργαλείο, όχι υποκατάστατο της ζωής.

Η δημιουργία μιας υγιούς σχέσης των παιδιών με την τεχνολογία δεν απαιτεί αποκλεισμούς, αλλά ισορροπία, καθοδήγηση και αγάπη!



3. Το μοντέλο 5Cs. Εξηγώντας στα Παιδιά τους Βασικούς Κινδύνους

Καθώς τα μικρά παιδιά αρχίζουν να ανακαλύπτουν τον ψηφιακό κόσμο, είναι σημαντικό να τους προσφέρουμε καθοδήγηση κατάλληλη για την ηλικία τους. Έτσι, μπορούν να αναγνωρίσουν κινδύνους και να μάθουν να χρησιμοποιούν την τεχνολογία με ασφάλεια και υπευθυνότητα.

Το μοντέλο 5Cs είναι ένα χρήσιμο εργαλείο για να εξηγήσουμε στα παιδιά, με κατανοητό τρόπο, τι μπορεί να πάει στραβά στο διαδίκτυο. Οι πέντε βασικές κατηγορίες είναι:

1. **Περιεχόμενο** – Όταν βλέπουν κάτι τρομακτικό, βίαιο ή ακατάλληλο
2. **Επαφή** – Όταν άγνωστοι προσπαθούν να επικοινωνήσουν μαζί τους
3. **Συμπεριφορά** – Όταν τα ίδια τα παιδιά κάνουν κάτι που μπορεί να πληγώσει ή να βλάψει άλλους
4. **Εμπορικοί κίνδυνοι** – Όταν ιστοσελίδες προσπαθούν να πάρουν πληροφορίες ή να τους πουλήσουν κάτι
5. **Διατομεακοί κίνδυνοι** – Όπως η υπερβολική χρήση οθόνης, η απώλεια ιδιωτικότητας ή η κόπωση

Πώς εξηγούμε στα μικρά παιδιά τους κινδύνους με απλά λόγια

Με απλά λόγια και καθημερινά παραδείγματα:

- Αν δεις κάτι που σε τρομάζει, σταμάτα και πες το σε έναν μεγάλο.
- Αν κάποιος άγνωστος σου στείλει μήνυμα, μην απαντήσεις — ενημέρωσε έναν ενήλικα.
- Αν θυμώσεις σε ένα παιχνίδι, μην απαντάς με άσχημα λόγια.
- Αν δεις διαφήμιση που υπόσχεται δώρα, ρώτα πρώτα έναν γονέα.
- Αν νιώσεις κουρασμένος από την οθόνη, κάνε ένα διάλειμμα.

Επιπλέον, είναι σημαντικό να διδάξουμε στα παιδιά να κρατούν τις προσωπικές τους πληροφορίες μυστικές. Ποτέ δεν πρέπει να μοιράζονται το όνομά τους, τη διεύθυνση ή φωτογραφίες τους χωρίς άδεια. Οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί μπορούν να ενισχύσουν αυτή τη γνώση μέσα από διασκεδαστικές δραστηριότητες, όπως παιχνίδια ρόλων, ζωγραφική, ιστορίες και το σύστημα φωτεινού σηματοδότη (κόκκινο: σταμάτα, κίτρινο: πρόσεχε, πράσινο: εντάξει με άδεια).

Η χρήση του κανόνα «Πρώτα πριν κάνεις κλικ» βοηθά τα παιδιά να αναπτύξουν συνείδηση και να μην εμπιστεύονται τυχαία συνδέσμους ή μηνύματα. Με αυτόν τον τρόπο, τα μικρά παιδιά αποκτούν τις βάσεις για ασφαλή και υπεύθυνη χρήση του διαδικτύου. Η εκπαίδευση αυτή πρέπει να είναι συνεχής και να προσαρμόζεται στην ηλικία και τις ανάγκες τους, ώστε να δημιουργήσουμε μια γενιά ψηφιακά ενημέρων και προστατευμένων χρηστών.



Καθοδηγώντας τα Παιδιά στον Κόσμο της Τεχνολογίας

Τα μικρά παιδιά συχνά βλέπουν το διαδίκτυο ως έναν μαγικό κόσμο γεμάτο βίντεο, παιχνίδια και εφαρμογές. Καθώς μεγαλώνουν, αρχίζουν να αναρωτιούνται:

Ποιος δημιουργεί αυτό το περιεχόμενο; Πώς λειτουργεί; Υπάρχουν κανόνες;

Η κατανόηση αυτή δεν γίνεται αυτόματα. Απαιτεί ενεργή υποστήριξη από γονείς, φροντιστές και εκπαιδευτικούς που καθοδηγούν τα παιδιά ώστε να αναπτύξουν δεξιότητες ψηφιακής ασφάλειας, υπευθυνότητας και κριτικής σκέψης.

Στο σπίτι:

- ⇒ Εξερευνήστε μαζί με τα παιδιά εφαρμογές, ιστοσελίδες και παιχνίδια
- ⇒ Κάντε ανοιχτές ερωτήσεις και συζητήστε θέματα όπως η ιδιωτικότητα, η ευγένεια στο διαδίκτυο και η ασφάλεια
- ⇒ Δώστε στα παιδιά πρακτικές συμβουλές όπως:
 - Κανόνας 20-20-20 για ξεκούραση των ματιών
 - Διαλείμματα από την οθόνη
 - Όρια χρόνου χρήσης
- ⇒ Προτείνετε δημιουργικές και εκπαιδευτικές ασχολίες (π.χ. προγραμματιστικά παιχνίδια, ασφαλή βίντεο, παιδικές μηχανές αναζήτησης)

Στο σχολείο:

Οι ψηφιακές δεξιότητες μπορούν να ενσωματωθούν σε όλα τα μαθήματα – όχι μόνο στην Πληροφορική.

Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να:

- ⇒ Ενισχύσουν την κριτική σκέψη και την υπευθυνότητα.
- ⇒ Δημιουργήσουν συμβόλαια χρήσης τεχνολογίας στην τάξη.
- ⇒ Ορίσουν προσδοκίες για χρόνο οθόνης και διαλείμματα.
- ⇒ Προωθήσουν τη συζήτηση για τάσεις, κινδύνους και εμπειρίες στο διαδίκτυο.
- ⇒ Αναδείξουν την ψηφιακή ευγένεια και καλοσύνη με αφίσες, δραστηριότητες και παραδείγματα από την καθημερινή ζωή.

Η συν-μάθηση (μαθητές και εκπαιδευτικοί εξερευνούν μαζί) ενισχύει την εμπιστοσύνη και την επικοινωνία, δίνοντας στους μαθητές ενεργό ρόλο ως «βοηθοί τεχνολογίας».



Εμπόδια και Δυσκολίες στην Ανάπτυξη της Ψηφιακής Παιδείας στην Πρώιμη Παιδική Ηλικία

Η εκπαίδευση στην ψηφιακή παιδεία και την ασφάλεια στο διαδίκτυο από μικρή ηλικία είναι κρίσιμη για την προστασία των παιδιών, όμως συναντά εμπόδια που προέρχονται από κοινωνικοοικονομικούς, τεχνολογικούς και αναπτυξιακούς παράγοντες. Κάποιες από τις προκλήσεις που επηρεάζουν την ψηφιακή ενημέρωση των παιδιών είναι:

- ⇒ Πολλοί γονείς δεν διαθέτουν επαρκείς ψηφιακές δεξιότητες ή ενημέρωση για τους διαδικτυακούς κινδύνους, ενώ συχνά θεωρούν ότι η εκπαίδευση δεν είναι απαραίτητη για μικρά παιδιά.
- ⇒ Η υπερβολική εμπιστοσύνη σε τεχνικά μέσα, όπως φίλτρα και γονικοί έλεγχοι, οδηγεί σε περιορισμένη συζήτηση για την υπεύθυνη χρήση της τεχνολογίας.
- ⇒ Τα εκπαιδευτικά προγράμματα της προσχολικής ηλικίας σπάνια ενσωματώνουν την ψηφιακή παιδεία, λόγω έλλειψης επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών και περιορισμένων πόρων.
- ⇒ Η δυναμική των οικογενειών στην ψηφιακή τεχνολογία εξαρτάται από την οικονομική κατάσταση της κάθε οικογένειας, δημιουργώντας ανισότητες στην ψηφιακή ενημέρωση των παιδιών.

Επιπρόσθετα στα παραπάνω, οι γνωστικοί περιορισμοί των μικρών παιδιών δυσκολεύουν την κατανόηση των κινδύνων, ενώ η έκθεση σε μη ασφαλή περιβάλλοντα και ακατάλληλο περιεχόμενο παραμένει συχνή. Για την αντιμετώπιση αυτών των εμποδίων προτείνονται λύσεις όπως εργαστήρια επιμόρφωσης για γονείς, ενσωμάτωση της ψηφιακής παιδείας στο πρόγραμμα σπουδών, δημιουργία κοινοτικών προγραμμάτων πρόσβασης, χρήση κατάλληλων μεθόδων διδασκαλίας και ενίσχυση των γονικών ελέγχων. Η συνεργασία οικογενειών, σχολείων και φορέων είναι απαραίτητη για να διασφαλιστεί ότι όλα τα παιδιά θα αποκτήσουν τις απαραίτητες δεξιότητες για ασφαλή και υπεύθυνη χρήση της τεχνολογίας.



Παρόλο που υπάρχουν σημαντικά εμπόδια στην ανάπτυξη της ψηφιακής παιδείας και της ασφάλειας στο διαδίκτυο στην πρώιμη παιδική ηλικία, υπάρχουν εφαρμόσιμες λύσεις που μπορούν να κάνουν τη μάθηση πιο προσβάσιμη, κατάλληλη για την ηλικία και ουσιαστική.

- ⇒ Η ενδυνάμωση των γονέων και των εκπαιδευτικών μέσω επιμόρφωσης και εργαλείων είναι κρίσιμη για την καθοδήγηση των παιδιών στις πρώτες ψηφιακές τους εμπειρίες. Η ένταξη της ψηφιακής παιδείας στην πρώιμη εκπαίδευση, η μείωση του ψηφιακού χάσματος και η προσαρμογή της διδασκαλίας στο αναπτυξιακό επίπεδο των παιδιών αποτελούν βασικά βήματα.
- ⇒ Η ευαισθητοποίηση των παιδιών για τους διαδικτυακούς κινδύνους πρέπει να γίνεται λαμβάνοντας υπόψη τη συναισθηματική και γνωστική τους ωριμότητα. Οι συζητήσεις για επιβλαβές περιεχόμενο πρέπει να είναι θετικές και ενδυναμωτικές, χρησιμοποιώντας ιστορίες, παιχνίδια ρόλων και απλούς κανόνες όπως «Σταμάτα, κλείσε, πες».
- ⇒ Η συγκατάθεση των παιδιών για χρήση τεχνολογίας πρέπει να βασίζεται σε απλές εξηγήσεις και ενεργή συμμετοχή, ενισχύοντας την αυτονομία και την υπευθυνότητά τους. Οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί οφείλουν να προστατεύουν την ιδιωτικότητα των παιδιών, να επιλέγουν ασφαλείς πλατφόρμες και να εξηγούν με απλό τρόπο τι σημαίνει ψηφιακό αποτύπωμα.

Μέσα από αυτές τις πρακτικές, διασφαλίζεται ότι τα παιδιά αποκτούν από νωρίς τις βάσεις για ασφαλή, υπεύθυνη και συνειδητή χρήση της τεχνολογίας.



Στρατηγικές, προσεγγίσεις και τεχνικές για να συνεργαστούμε με τα μικρά παιδιά

Η εκπαίδευση των μικρών παιδιών (κάτω των 8 ετών) στη σωστή και ασφαλή χρήση της τεχνολογίας απαιτεί στρατηγικές που ανταποκρίνονται στην ηλικία, τη γνωσιακή και συναισθηματική τους ανάπτυξη.

- ⇒ Τα παιδιά αυτής της ηλικίας μαθαίνουν καλύτερα μέσα από το παιχνίδι, τις ιστορίες και τη βιωματική εμπειρία, ενώ η μικρή διάρκεια συγκέντρωσής τους (5–15 λεπτά) καθιστά απαραίτητη τη χρήση σύντομων, ζωντανών και πολυαισθητικών δραστηριοτήτων.
- ⇒ Οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς μπορούν να ενισχύσουν τη μάθηση με σύντομες δράσεις, παιχνίδια ρόλων, εναλλαγή δραστηριοτήτων και εργαλεία που εμπλέκουν την όραση, την ακοή και την αφή. Η συμμετοχή των παιδιών είναι κρίσιμη, γι' αυτό είναι σημαντικό να τους δίνεται ενεργός ρόλος, να συνδέονται οι έννοιες με την καθημερινότητά τους και να ενθαρρύνεται η συζήτηση και η επίλυση προβλημάτων.
- ⇒ Η αφήγηση ιστοριών αποτελεί ισχυρό εργαλείο για τη διδασκαλία ψηφιακών εννοιών, καθώς τα παιδιά συνδέονται εύκολα με χαρακτήρες και συναισθήματα. Μέσα από φιλικούς χαρακτήρες, παιδικά βιβλία και δραματοποιημένα σενάρια, μπορούν να κατανοήσουν έννοιες όπως η ιδιωτικότητα, η ασφάλεια και η ισορροπία στον χρόνο οθόνης. Η δημιουργία δικών τους ιστοριών ενισχύει τη δημιουργικότητα και την εσωτερίκευση των κανόνων. Οι χαρακτήρες όπως [η «Αθηνά»](#) ή ο [«@Παπάκης»](#) βοηθούν τα παιδιά να ταυτιστούν με θετικά πρότυπα και να θυμούνται βασικές αρχές ψηφιακής ασφάλειας.
- ⇒ Το διαδραστικό παιχνίδι είναι ο φυσικός τρόπος μάθησης για τα μικρά παιδιά. Οι γρίφοι, το παιχνίδι ρόλων και δραστηριότητες όπως το «κόκκινο ή πράσινο φως» για την ασφάλεια στο διαδίκτυο, το «ψηφιακό κουτσό» για την κατανόηση του ψηφιακού αποτυπώματος και τα παιχνίδια ταξινόμησης ασφαλών και μη ασφαλών επιλογών, ενεργοποιούν τη σκέψη των παιδιών και τα βοηθούν να κατανοήσουν καλύτερα τις ψηφιακές έννοιες. Εφαρμογές όπως το Scratch ή το Book Creator δίνουν στα παιδιά τη δυνατότητα να δημιουργήσουν, να πειραματιστούν και να μάθουν μέσα από την πράξη.



Η σύνδεση των ψηφιακών εννοιών με την καθημερινή ζωή είναι καθοριστική για την κατανόηση και την αποδοχή τους. Όταν οι κανόνες ασφάλειας εξηγούνται με παραδείγματα από τον πραγματικό κόσμο – όπως «δεν μιλάμε σε αγνώστους στον δρόμο, ούτε στο διαδίκτυο» – τα παιδιά αντιλαμβάνονται πιο εύκολα τη σημασία τους. Η εκπαίδευση πρέπει να είναι συνεχής, ευχάριστη και προσαρμοσμένη στις ανάγκες κάθε παιδιού, ώστε να χτίζεται σταδιακά η ψηφιακή του παιδεία.

Τέλος, η συνεργασία μεταξύ εκπαιδευτικών και γονέων είναι απαραίτητη για την επιτυχία αυτής της προσπάθειας. Η κοινή στάση απέναντι στη χρήση της τεχνολογίας, η ανταλλαγή εμπειριών και η ενίσχυση θετικών προτύπων δημιουργούν ένα ασφαλές και υποστηρικτικό περιβάλλον για το παιδί. Μέσα από την ενσυναίσθηση, την καθοδήγηση και την ενθάρρυνση, τα μικρά παιδιά μπορούν να αποκτήσουν τις βάσεις για μια υγιή και υπεύθυνη σχέση με την τεχνολογία.

Προκλήσεις στη συμμετοχή γονέων, φροντιστών και εκπαιδευτικών στην ανάπτυξη ψηφιακής παιδείας και ασφάλειας στο διαδίκτυο για μικρά παιδιά και πώς να τις ξεπεράσουμε

Πολλοί ενήλικες δεν αισθάνονται επαρκώς ενημερωμένοι ή σίγουροι για να διδάξουν στα παιδιά βασικές ψηφιακές δεξιότητες. Η έλλειψη γνώσης για τους κινδύνους του διαδικτύου, τις ρυθμίσεις απορρήτου και τα κατάλληλα εργαλεία για μικρές ηλικίες οδηγεί συχνά σε καθυστέρηση της εκπαίδευσης. Η λύση βρίσκεται στην παροχή απλής και πρακτικής εκπαίδευσης μέσω εργαστηρίων, φιλικών οδηγιών και καθημερινού ψηφιακού διαλόγου. Η μάθηση μαζί με τα παιδιά, μέσα από κοινές δραστηριότητες, ενισχύει την εμπιστοσύνη και την κατανόηση. Πρωτοβουλίες όπως η «Ημέρα Ψηφιακής Παιδείας» μπορούν να φέρουν κοντά οικογένειες και εκπαιδευτικούς σε ένα κοινό πλαίσιο μάθησης.

Ο περιορισμένος χρόνος αποτελεί σημαντικό εμπόδιο για την ενσωμάτωση της ψηφιακής παιδείας στην καθημερινότητα. Οι γονείς προσπαθούν να ισορροπήσουν εργασία και οικογενειακές υποχρεώσεις, ενώ οι εκπαιδευτικοί έχουν περιορισμένο χρόνο διδασκαλίας.

Η λύση είναι η **ενσωμάτωση της ψηφιακής εκπαίδευσης σε καθημερινές δραστηριότητες**, όπως η παρακολούθηση βίντεο ή το παιχνίδι, και σε άλλα μαθήματα του σχολείου. Σύντομα μαθήματα, διαθέσιμα σε μορφή βίντεο ή podcast, μπορούν να προσφέρουν ευέλικτη πρόσβαση στη γνώση. Εβδομαδιαία ενημερωτικά email με «ψηφιακά tips» ενισχύουν τη συνεχή ενημέρωση και δημιουργούν ένα κοινό σημείο αναφοράς για όλους.



Οι διαφορετικές απόψεις σχετικά με τον χρόνο μπροστά σε οθόνες και τη χρήση ψηφιακών συσκευών δημιουργούν ασυνέπεια ανάμεσα στο σπίτι και το σχολείο. Κάποιοι γονείς επιβάλλουν αυστηρά όρια, ενώ άλλοι βλέπουν την τεχνολογία ως εργαλείο μάθησης. Η έμφαση πρέπει να δοθεί στην ποιότητα του χρόνου και όχι στην ποσότητα. Η δημιουργία κοινών συμφωνιών μεταξύ σχολείου και οικογένειας, η εκπαίδευση για την ψηφιακή ευεξία και η παροχή εξατομικευμένων προτάσεων ανάλογα με τις ανάγκες κάθε παιδιού συμβάλλουν στην ανάπτυξη ισορροπημένων ψηφιακών συνηθειών.

Η ενίσχυση της συμμετοχής των ενηλίκων στην ψηφιακή εκπαίδευση των μικρών παιδιών απαιτεί ευελιξία, συνεργασία και ενσυναίσθηση. Η δημιουργία ενός κοινού πλαισίου δράσης, η ανταλλαγή εμπειριών και η συνεχής υποστήριξη μπορούν να μετατρέψουν τις προκλήσεις σε ευκαιρίες. Όταν οι γονείς, οι φροντιστές και οι εκπαιδευτικοί συνεργάζονται, τα παιδιά αποκτούν τις βάσεις για μια ασφαλή, δημιουργική και ισορροπημένη σχέση με την τεχνολογία.

Η συμμετοχή των γονέων στην ψηφιακή εκπαίδευση των μικρών παιδιών επηρεάζεται σημαντικά από τις διαφορετικές προσεγγίσεις που υιοθετούν απέναντι στην τεχνολογία. Σε κάποιες οικογένειες, η τεχνολογία θεωρείται εργαλείο μάθησης, ενώ σε άλλες αντιμετωπίζεται με επιφυλακτικότητα ή ως απειλή. Οι **στρατηγικές γονικής καθοδήγησης** κατατάσσονται σε τέσσερις βασικές κατηγορίες:

- ⇒ **επιεικής,**
- ⇒ **αυθεντική,**
- ⇒ **εξουσιαστική και**
- ⇒ **ελεύθερη.**

Οι γονείς με αυθεντική προσέγγιση θέτουν σαφείς κανόνες και προσφέρουν υποστήριξη, ενώ οι εξουσιαστικοί επιβάλλουν κανόνες χωρίς διάλογο. Οι επιεικείς και οι ελεύθεροι γονείς παρέχουν λιγότερη καθοδήγηση και εποπτεία. Η πρόταση μιας ισορροπημένης στάσης, η παροχή πολιτισμικά ευαίσθητων πόρων και η ενθάρρυνση του ανοικτού διαλόγου μπορούν να γεφυρώσουν αυτές τις διαφορές και να ενισχύσουν τη συνεργασία.



Παράλληλα, υπάρχουν πολιτισμικές κοινότητες που εκφράζουν **χαμηλά επίπεδα εμπιστοσύνης προς τις διαδικτυακές πλατφόρμες και τους θεσμούς**, λόγω ανησυχιών για την προστασία των προσωπικών δεδομένων των παιδιών. Οι γονείς μπορεί να διστάζουν να επιτρέψουν τη χρήση ψηφιακών εργαλείων μάθησης. Η διαφάνεια σχετικά με την ιδιωτικότητα, η ενδυνάμωση των γονέων με πρακτικές οδηγίες και η συνεργασία με τοπικούς κοινοτικούς ηγέτες μπορούν να ενισχύσουν την εμπιστοσύνη και να προωθήσουν ασφαλείς πρακτικές ψηφιακής μάθησης.

Ένα ακόμη εμπόδιο είναι το **γλωσσικό**, καθώς πολλοί πόροι ψηφιακής εκπαίδευσης είναι διαθέσιμοι μόνο σε βασικές γλώσσες, γεγονός που αποκλείει όσους δεν τις γνωρίζουν. Η μετάφραση βασικών οδηγιών, η χρήση οπτικού και πολυγλωσσικού υλικού, καθώς και η ενίσχυση δικτύων υποστήριξης μεταξύ γονέων, μπορούν να διευκολύνουν την πρόσβαση και την κατανόηση των εννοιών της ψηφιακής ασφάλειας.

Οι **κοινωνικοοικονομικές ανισότητες** μεταξύ πολιτισμικών κοινοτήτων επηρεάζουν επίσης την πρόσβαση στην τεχνολογία και την ψηφιακή εκπαίδευση. Πολλά παιδιά δεν έχουν συσκευές ή σύνδεση στο διαδίκτυο στο σπίτι, ενώ οι γονείς συχνά δίνουν προτεραιότητα σε πιο βασικές ανάγκες. Η παροχή δραστηριοτήτων χαμηλής τεχνολογίας, η αύξηση της δημόσιας πρόσβασης και η υποστήριξη πρωτοβουλιών για προσιτό ίντερνετ μπορούν να συμβάλουν στη μείωση του ψηφιακού χάσματος.

Τέλος, οι **πολιτισμικές αντιλήψεις** για την αυτονομία των παιδιών επηρεάζουν το πότε και πώς χρησιμοποιούν την τεχνολογία. Ορισμένες οικογένειες ενθαρρύνουν την πρώιμη ανεξαρτησία, ενώ άλλες προτιμούν αυστηρότερο γονικό έλεγχο. Ο σεβασμός στις πολιτισμικές αξίες, η ενθάρρυνση κοινών ψηφιακών δραστηριοτήτων και η παροχή ευέλικτων σχεδίων ψηφιακής ασφάλειας μπορούν να βοηθήσουν στην προσαρμογή της εκπαίδευσης στις ανάγκες κάθε οικογένειας. Μέσα από συμφωνίες χρήσης και καθοδηγούμενη ανεξαρτησία, τα παιδιά μπορούν να αναπτύξουν δεξιότητες με ασφάλεια και σεβασμό προς τις οικογενειακές αξίες.



Συμπεράσματα: Συνεργατική προσέγγιση για την ανάπτυξη πρώιμης ψηφιακής εκπαίδευσης και κατάρτισης δεξιοτήτων ασφάλειας στο διαδίκτυο

Η πρώιμη ψηφιακή εκπαίδευση και η κατάρτιση δεξιοτήτων ασφάλειας στο διαδίκτυο για παιδιά ηλικίας 0–8 ετών είναι ζωτικής σημασίας στον σύγχρονο ψηφιακό κόσμο. Καθώς η τεχνολογία αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της καθημερινότητας, **τα παιδιά χρειάζεται να αποκτήσουν από νωρίς τις βάσεις για ασφαλή, υπεύθυνη και δημιουργική χρήση των ψηφιακών μέσων.**

Η μάθηση μέσω παιχνιδιού, η αφήγηση ιστοριών, οι βιωματικές δραστηριότητες και τα διαδραστικά εργαλεία καθιστούν την ψηφιακή εκπαίδευση ευχάριστη και προσβάσιμη για τα μικρά παιδιά. Παράλληλα, **η ενίσχυση του διαλόγου, η θέσπιση σαφών ορίων και η υιοθέτηση υγιών ψηφιακών συνηθειών από τους ενήλικες** δημιουργούν ένα πρότυπο συμπεριφοράς που τα παιδιά μπορούν να ακολουθήσουν. Η συνεργασία όλων των εμπλεκόμενων —γονέων, φροντιστών, εκπαιδευτικών και Κέντρων Ασφαλούς Διαδικτύου— είναι καθοριστική για τη δημιουργία ενός υποστηρικτικού μαθησιακού περιβάλλοντος που σέβεται τις ανάγκες και τις ιδιαιτερότητες κάθε παιδιού.

Για την ενεργή συμμετοχή των ενηλίκων στην ψηφιακή εκπαίδευση των παιδιών, είναι απαραίτητο **να ενισχυθεί η ενημέρωση και η αυτοπεποίθηση** μέσω προσβάσιμων πόρων και εκπαιδευτικών δράσεων. Η προσαρμογή της μάθησης σε πολυάσχολα προγράμματα, η έμφαση στην ποιότητα του χρόνου μπροστά σε οθόνες και η παροχή εναλλακτικών λύσεων εκτός σύνδεσης συμβάλλουν στην ευρύτερη συμμετοχή. Παράλληλα, η **ευαισθητοποίηση για την ψηφιακή ασφάλεια και η μείωση του φόβου απέναντι στην τεχνολογία** ενισχύουν την αποδοχή και την αποτελεσματικότητα των εκπαιδευτικών παρεμβάσεων.

Η δημιουργία ενός συνεκτικού και συμπεριληπτικού πλαισίου ψηφιακής εκπαίδευσης απαιτεί την αναγνώριση των πολιτισμικών διαφορών, την παροχή πολυγλωσσικών και πολιτισμικά ευαίσθητων πόρων, και τον σεβασμό στα διαφορετικά στυλ ανατροφής. Η γεφύρωση του ψηφιακού χάσματος και η ενθάρρυνση κοινοτικών συζητήσεων γύρω από την τεχνολογία ενισχύουν τη συμμετοχή και την κατανόηση. Όταν η ψηφιακή μάθηση εντάσσεται στις αξίες κάθε οικογένειας, γίνεται πιο ουσιαστική και αποτελεσματική.

Τέλος, **η επένδυση στην πρώιμη ψηφιακή εκπαίδευση θέτει τα θεμέλια για την ανάπτυξη υπεύθυνων ψηφιακών πολιτών.** Τα παιδιά αποκτούν τις δεξιότητες, την κριτική σκέψη και την αυτοπεποίθηση που χρειάζονται για να ευημερήσουν στον ψηφιακό κόσμο, παραμένοντας ταυτόχρονα προστατευμένα. **Η συνεργατική προσέγγιση, η ευαισθησία στις πολιτισμικές ιδιαιτερότητες και η συνεχής υποστήριξη από την κοινότητα** είναι τα κλειδιά για μια ασφαλή και δημιουργική ψηφιακή πορεία από την πρώιμη παιδική ηλικία.



Annex 1: Πηγές

Ευρωπαϊκά δεδομένα

<https://data.europa.eu/en/publications/datastories/digital-literacy-eu-overview>

Παρέχει μια γενική εικόνα για τα επίπεδα ψηφιακής εκπαίδευσης στα κράτη μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

<https://digital-skills-jobs.europa.eu/en/inspiration/resources/digital-skills-indicator-20-measuring-digital-skills-across-eu>

Ένα πλαίσιο αξιολόγησης των επιπέδων ψηφιακής επάρκειας σε διαφορετικές πληθυσμιακές ομάδες στην ΕΕ.

Πόροι για την ψηφιακή εκπαίδευση

<https://catnip.article19.org/>

Ένας εικονογραφημένος οδηγός φιλικός προς τα παιδιά που εξηγεί την υποδομή του διαδικτύου, την ασφάλεια και την ιδιωτικότητα.

<https://www.amazon.com/How-Internet-Works-Kids-explained-ebook/dp/B07ZZBBXVJ>

Ένα εισαγωγικό βιβλίο που βοηθά τα παιδιά να κατανοήσουν πώς λειτουργεί το διαδίκτυο.

Συμβούλιο της Ευρώπης

<https://www.coe.int/en/web/education/digital-citizenship-education>

Ένα πρόγραμμα σχεδιασμένο να εξοπλίσει τους νέους πολίτες με τις αξίες, στάσεις, δεξιότητες και γνώσεις που χρειάζονται για να συμμετέχουν πλήρως και υπεύθυνα στην κοινωνία.

<https://rm.coe.int/prems-003222-gbr-2511-handbook-for-schools-16x24-2022-web-bat-1-1680a67cab>

Παρουσιάζει τους τρεις πυλώνες της εκπαίδευσης για την ψηφιακή ιδιότητα του πολίτη: παρουσία στο διαδίκτυο, ευημερία στο διαδίκτυο και δικαιώματα στο διαδίκτυο. Περιλαμβάνει πρακτικές οδηγίες και φύλλα δραστηριοτήτων για εκπαιδευτικούς και γονείς. Διαθέσιμο στα αγγλικά και γερμανικά.

<https://rm.coe.int/digi-nauts-teachers-guide-eng/1680aeca00>

Μια σειρά βίντεο για μικρά παιδιά, γονείς και εκπαιδευτικούς σχετικά με την ψηφιακή ιδιότητα του πολίτη. Κάθε επεισόδιο συνοδεύεται από δραστηριότητες για την ενίσχυση των βασικών μηνυμάτων.

<https://www.coe.int/en/web/education/dce-for-educators>

Ο οδηγός «Το να είσαι παιδί στην εποχή της τεχνολογίας» παρέχει μαθησιακούς στόχους και δραστηριότητες για την τάξη, ώστε να βοηθήσει τους εκπαιδευτικούς να ενσωματώσουν την εκπαίδευση για την ψηφιακή ιδιότητα του πολίτη.

<https://www.coe.int/en/web/education/european-year-of-digital-citizenship-education-2025>

Μια πρωτοβουλία που ενθαρρύνει τα κράτη μέλη της ΕΕ να θέσουν κοινούς στόχους και να αναπτύξουν πολιτικές για την εκπαίδευση στην ψηφιακή ιδιότητα του πολίτη.

Internet Matters

<https://www.internetmatters.org/>

Από το 2014, το Internet Matters παρέχει πληροφορίες και συμβουλές σε γονείς και φροντιστές για να βοηθήσουν τα παιδιά να περιηγούνται με ασφάλεια στον ψηφιακό κόσμο. Οι πόροι είναι διαθέσιμοι σε αραβικά, κινεζικά, ολλανδικά, γαλλικά, γερμανικά, Χίντι, ιταλικά, πορτογαλικά, ρωσικά, ισπανικά και ουαλικά.

<https://www.internetmatters.org/resources/digital-resilience-toolkit/>

Κατευθυντήριες γραμμές για το πώς να βοηθήσουμε τα παιδιά να αναπτύξουν ανθεκτικότητα απέναντι στους κινδύνους του διαδικτύου.

<https://www.internetmatters.org/resources/tech-guide/>

Ένας οδηγός εγκεκριμένος από ειδικούς για τεχνολογίες κατάλληλες για την ηλικία των παιδιών.

Power of Zero

<https://powerof0.org/first-device/>

Μια παγκόσμια πρωτοβουλία που προωθεί ασφαλείς διαδικτυακές συνήθειες για μικρά παιδιά, με έμφαση στην καλοσύνη, την ένταξη και τον σεβασμό στον ψηφιακό κόσμο.

<https://powerof0.org/wp-content/uploads/2024/01/First-Device-Family-Toolkit.pdf>

Πόροι για οικογένειες ώστε να εισάγουν ψηφιακές δεξιότητες στα μικρά παιδιά.

<https://powerof0.org/superpowers/>

Ένα πρόγραμμα κοινωνικής και συναισθηματικής μάθησης που διδάσκει 12 βασικές δεξιότητες ζωής για την πλοήγηση σε διαδικτυακές και μη εμπειρίες.

<https://nobully.org/our-programs/>

Μια πρωτοβουλία για την καλλιέργεια ενσυναίσθησης και επικοινωνίας από μικρή ηλικία.

Πηγές για τους ψηφιακούς γονείς

<https://better-internet-for-kids.europa.eu/en/learning-corner/parents-caregivers>

<https://www.unicef.org/parenting/>

<https://www.unicef.org/parenting/child-care/keep-your-child-safe-online>

Εκπαιδευτικές Πηγές

<https://www.childnet.com/resources>

<https://www.childnet.com/resources/digiduck-stories/>

<https://www.internetmatters.org/inclusive-digital-safety/>

<https://www.klicksafe.de/>

<https://better-internet-for-kids.europa.eu/en/learning-corner/teachers-educators>

https://beinternetlegends.withgoogle.com/en_ie

<https://www.kidactions.eu/edutoolkit/>

<https://www.ispcc.ie/ispcc-shield-programme/>

<https://hackinghate.eu/>

<https://www.schoolsocialnetworks.org/wp-file-download-search/#19-261-wpfd-teachers>

Έρευνα και Αναφορές

Ασφάλεια στο Διαδίκτυο και Ψηφιακοί Κίνδυνοι

<https://www.gov.ie/en/publication/1f19b-report-of-a-national-survey-of-children-their-parents-and-adults-regarding-online-safety/>

Κυβερνητική μελέτη που εξετάζει πώς τα παιδιά και οι γονείς ασχολούνται με την ασφάλεια στο διαδίκτυο.

<https://antibullyingcentre.ie/recommending-toxicity-how-tiktok-and-youtube-shorts-are-bombarding-boys-and-men-with-misogynist-content/>

Έρευνα για τον αντίκτυπο των αλγορίθμων των κοινωνικών μέσων σε αγόρια και νεαρούς άνδρες.

<https://core-evidence.eu/>

Ευρωπαϊκό κέντρο γνώσης που παρέχει έρευνα και πληροφορίες για τις ψηφιακές εμπειρίες των παιδιών.

<https://digilitey.sites.sheffield.ac.uk/home>

Ερευνητικό δίκτυο (2015–2019) που μελέτησε τον ψηφιακό εγγραμματισμό σε παιδιά από τη γέννηση έως 8 ετών σε 36 χώρες.

<https://digilitey.sites.sheffield.ac.uk/publications/digilitey-publications>

Συλλογή αναφορών και ευρημάτων για τον ψηφιακό εγγραμματισμό στην πρώιμη παιδική ηλικία.

Πολιτικές για τα Smartphones και Συζητήσεις στο σχολείο

<https://blogs.lse.ac.uk/politicsandpolicy/does-the-evidence-support-a-school-ban-on-smartphones/>

Ανάλυση των ερευνητικών δεδομένων σχετικά με την αποτελεσματικότητα των απαγορεύσεων.

<https://5rightsfoundation.com/resource/smartphone-policies-in-schools-what-does-the-evidence-say/>

Έκθεση που εξετάζει τις πολιτικές και τις επιπτώσεις τους στην εκπαιδευτική κοινότητα.

<https://blogs.lse.ac.uk/parenting4digitalfuture/2024/04/10/phone-bans/>

Έρευνα του London School of Economics για το πώς οι γονείς προετοιμάζουν τα παιδιά τους για τον ψηφιακό κόσμο.

Εθνικές πηγές – Ελλάδα

Εκπαιδευτικά Βίντεο και Εκστρατείες Ευαισθητοποίησης

<https://youtu.be/DJhFHB RJ2R8?si=G5twJbfnF6TqXeFA> (παρακολούθηση στο YouTube)

Εκπαιδευτικό βίντεο που ευαισθητοποιεί τα μικρά παιδιά σχετικά με την ασφάλεια στο διαδίκτυο και την υπεύθυνη ψηφιακή συμπεριφορά.

<https://youtu.be/D8Sh2jcJ7rQ?si=5PZ3DLRSmdiwnVd0> (παρακολούθηση στο YouTube)

Σύντομο βίντεο που βοηθά τα παιδιά να διακρίνουν την αληθινή από την ψευδή πληροφορία στο διαδίκτυο.

Πόροι για την Ημέρα Ασφαλούς Διαδικτύου (SID)

Συλλογή εκπαιδευτικών υλικών για την Ημέρα Ασφαλούς Διαδικτύου, σχεδιασμένα για να βοηθήσουν τα μικρά παιδιά να μάθουν για την ασφάλεια στο διαδίκτυο με διασκεδαστικό και κατάλληλο για την ηλικία τους τρόπο.

SID 2025 <https://saferinternet4kids.gr/sid/sid-2025/sid-2025-challenges/>

SID 2024 https://saferinternet4kids.gr/sid/sid-2024/material_sid_2024_a_d/

SID 2023 https://saferinternet4kids.gr/sid/sid-2023/material_sid_2023_a_d/

Ετήσια Πακέτα Ψηφιακής Ασφάλειας για την Επιστροφή στο Σχολείο

Περιλαμβάνουν σχέδια μαθημάτων, φύλλα δραστηριοτήτων και οδηγίες ασφάλειας για να υποστηρίξουν εκπαιδευτικούς και γονείς στην εισαγωγή θεμάτων ψηφιακής εκπαίδευσης από την αρχή της σχολικής χρονιάς.

Έκδοση 2024 <https://saferinternet4kids.gr/back-to-school-2024/back-to-school-2024-mpd/>

Έκδοση 2023 <https://saferinternet4kids.gr/back-to-school-all/back-to-school-2023/back-to-school-2023-mp/>

Έκδοση 2022 <https://saferinternet4kids.gr/back-to-school-all/back-to-school-2022/back-to-school-2022-mp/>

Έκδοση 2021 <https://saferinternet4kids.gr/back-to-school-all/back-to-school-2021/back-to-school-2021-mp/>

Έκδοση 2020 <https://saferinternet4kids.gr/back-to-school-2020/back-to-school-2020-mpd/>



Γονείς και εκπαιδευτικοί μπορούν να συνεργαστούν ώστε να ενισχύσουν στα παιδιά δεξιότητες, αυτοπεποίθηση και ανθεκτικότητα στον ψηφιακό κόσμο. Με επικοινωνία και σωστή καθοδήγηση, ας δώσουμε τα εφόδια για να μεγαλώσουμε παιδιά ψηφιακά υπεύθυνα και προστατευμένα.