



ΠΙΕΣΗ ΑΠΟ ΣΥΝΟΜΗΛΙΚΟΥΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥ



Μαζί για την ΕΦΗΒΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

Η προσαρμογή στα ελληνικά πραγματοποιήθηκε με την επιμέλεια του
Επιστημονικού Οργανισμού «Μαζί για την Εφηβική Υγεία»

www.youth-life.gr

Σχέδιο μαθήματος για
Μαθητές – Μέντορες (Tech Trainers)





Σχετικά

Ο θεσμός του Diana Award αποτελεί κληρονομιά της Πριγκίπισσας Νταϊάνα, η οποία είχε την πεποίθηση ότι τα νεαρά άτομα έχουν τη δύναμη να αλλάξουν τον κόσμο προς το καλύτερο. Γι αυτό θα πρέπει να δίδονται στους νέους ευκαιρίες για εξέλιξη και ερεθίσματα να εμπλέκονται σε δράσεις κοινωνικού χαρακτήρα.

Είμαστε υπερήφανοι που διαθέτουμε την αμέριστη στήριξη της ΑΕ του Πρίγκιπα Ουίλιαμ και της ΑΕ Πρίγκιπα Χάρρυ, καθώς και της ομάδας τους στο Royal Charities Forum του Δούκα και της Δούκισσας του Κέιμπριτζ και του Πρίγκιπα Χάρρυ.

Η αποστολή μας

Η αποστολή μας είναι να εμπνέουμε και να αναγνωρίζουμε την κοινωνική δράση σε νεαρά άτομα. Αυτό επιτυγχάνεται:

- Ενδυναμώνοντας τα νεαρά άτομα να κάνουν τη διαφορά και να αξιοποιήσουν το μέγιστο των δυνατοτήτων τους
- Εμπλέκοντας τα νεαρά άτομα στα προγράμματά του Diana Award, που τους παρέχουν τη δυνατότητα να ξεχωρίσουν μέσω της κοινωνικής δράσης
- Ενθαρρύνοντας νεαρά άτομα να συνεισφέρουν στις κοινότητές τους

Η Αποστολή του θεσμού Diana Award υλοποιείται μέσω τεσσάρων βασικών προγραμμάτων:

- 1. Το Πρόγραμμα Diana Award** – που αναγνωρίζει την αξία των νέων ανθρώπων.
- 2. Το Δίκτυο του Diana Award** – που στηρίζει την κοινωνική συνοχή και προάγει την κοινωνική δράση των νέων.
- 3. Η εκστρατεία Anti-Bullying του Diana Award** – που παρέχει σε νεαρά άτομα, επαγγελματίες και γονείς τις ικανότητες και την αυτοπεποίθηση να αντιμετωπίζουν κάθε μορφή παρενόχλησης.
- 4. Το Πρόγραμμα καθοδήγησης του Diana Award** – που στηρίζει νεαρά άτομα που βρίσκονται σε κίνδυνο.



Καλωσήλθατε στην ενότητα «Πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο»

Ως Μαθητής - Μέντορας (Tech Trainer), θα μιλήσετε στους μαθητές για το θέμα της πίεσης από συνομήλικους στο Διαδίκτυο σε μία διαδραστική ενότητα διάρκειας 20-30 λεπτών, για να τους βοηθήσετε να γίνουν Be Strong Online. Η διεξαγωγή της ενότητας αυτή θα συμβάλει στη βελτίωση των δεξιοτήτων σας στην παρουσίαση, τη δημόσια ομιλία, την καθοδήγηση, και άλλα. Θα βοηθήσετε επίσης τους μαθητές να αυξήσουν την ψηφιακή τους μόρφωση, τη δεξιότητα διαμόρφωσης επιχειρημάτων και άλλα.

Στην κατάρτισή σας σχετικά με την ενότητα με τον επικεφαλής του προσωπικού, θα διατρέξετε το παρόν σχέδιο μαθήματος και θα εξασκηθείτε στη διοργάνωση των δραστηριοτήτων και τη διεξαγωγή της συζήτησης.

Ύστερα από την εκπαίδευσή σας, το παρόν σχέδιο μαθήματος θα λειτουργήσει ως οδηγός, τον οποίο θα χρησιμοποιήσετε με το συνάδελφο Tech Trainer στο μάθημά σας με τους μαθητές.

Το μάθημα «Πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο» χωρίζεται σε τέσσερα μέρη:

1. Εισαγωγή
2. Εισαγωγική δραστηριότητα
3. Επιλογή μίας δραστηριότητας από τέσσερις διαθέσιμες
4. Παρακολούθηση δραστηριότητας και ανατροφοδότηση

Προετοιμασία

Το μάθημα προς τους νεαρούς μαθητές θα διαρκέσει περίπου μισή ώρα. Ο παρών οδηγός είναι σχεδιασμένος με γνώμονα την ευελιξία, συνεπώς, προσαρμόστε το μάθημα στο διαθέσιμο χρόνο.

Για τη δραστηριότητα «Δημιουργία Ιδεών» απαιτούνται λευκές κόλλες μεγέθους A3 και μαρκαδόροι – σε επαρκή ποσότητα για κάθε ομάδα 3-4 μαθητών που βρίσκονται στην τάξη.

Μάθετε πόσοι μαθητές θα βρίσκονται στο μάθημά σας και βεβαιωθείτε ότι διαθέτετε όλο το υλικό που σας χρειάζεται.

Είναι απαραίτητο να παρίσταται ένα μέλος του προσωπικού στο μάθημά σας. Μάθετε ποιό θα είναι αυτό – ο επικεφαλής του προσωπικού για το Be Strong Online, ο εκπαιδευτής, ο δάσκαλος της τάξης ή κάποιος άλλος –μιλήστε του εκ των προτέρων σχετικά με το μάθημά σας. και ενημερωθείτε για τη διδακτέα ύλη του μαθήματος της Πληροφορικής, ώστε να επιλέξετε ανάλογη δραστηριότητα και να προσαρμόσετε το μάθημα **«Πίεση από συνομηλίκους στο διαδίκτυο»**. Ο δάσκαλος ενδέχεται να έχει συστάσεις για το ποιές δραστηριότητες θα ταιριάξουν στη συγκεκριμένη ομάδα.

Προσπαθήστε να κάνετε το μάθημα σας σε τάξη με υπολογιστές για να μπορείτε να τους χρησιμοποιήσετε. Σε αντίθετη περίπτωση, υπάρχει μία δραστηριότητα χωρίς ηλεκτρονικό εξοπλισμό, με την οποία μπορείτε να διδάξετε προγραμματισμό στους μαθητές offline.

Βεβαιωθείτε ότι θα φθάσετε στην τάξη 10-15 λεπτά νωρίτερα για να προετοιμαστείτε εγκαίρως. Προβάλετε την παρουσίαση σε έναν υπολογιστή και συνδέστε τον με έναν προβολέα (projector) ή μία ευρεία οθόνη υπολογιστή για να μπορούν να δουν όλοι. Αν διοργανώνετε δραστηριότητα στην οποία σε κάθε μαθητή αντιστοιχεί ένας υπολογιστής, ρωτήστε το δάσκαλο αν μπορείτε να ετοιμάσετε τους υπολογιστές εκ των προτέρων, ώστε να εξοικονομήσετε χρόνο.

Έτοιμοι; Ας αρχίσουμε!

Τακτικές διευκόλυνσης της συζήτησης

- Αν δε θέλει κανείς από την ομάδα των μαθητών να πάρει το λόγο, μπορείτε να...
 - Κάνετε μία τελείως τυχαία ερώτηση, προκειμένου να σπάσετε τη «αμήχανη» σιωπή όπως «ποιο είναι το αγαπημένο σου παιχνίδι στον υπολογιστή;»
 - Χωρίστε την ομάδα σε ζεύγη, για να συζητήσουν μεταξύ τους πριν επανέλθουν στην ομαδική συζήτηση
 - Ζητήστε τους να περιγράψουν με μία λέξη πώς νιώθουν εκείνη τη στιγμή. Οι μαθητές μπορούν ακόμη και να γράψουν τις απαντήσεις σε ένα φύλλο χαρτί
 - Έχετε ένα κουτί στην έδρα για να ρίχνουν μέσα οι μαθητές ερωτήσεις, οι οποίες θα διαβαστούν στο τέλος
 - Ζητήστε από τους μαθητές να γίνουν πιο συγκεκριμένοι, ρωτώντας τους: «Ενδιαφέρον αυτό, γιατί το λες;» «Μπορείς να μου πεις περισσότερα για αυτό;»
- Έχετε άλλες ιδέες για να ξεκινήσει αυτή η συζήτηση; Μιλήστε με το συνάδελφο Tech Trainer και καταγράψτε τις ιδέες σας εδώ...

Πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο – Σχέδιο μαθήματος

1. Εισαγωγή (2 λεπτά)

Προετοιμασία: Θα χρειαστείτε έναν πίνακα και στιλό, καθώς και μικρούς πίνακες/ λευκές κόλλες χαρτιού και στιλό, για τους μαθητές. Ετοιμάστε τις διαφάνειες PowerPoint «Θετική/Αρνητική πίεση από συνομήλικους»

- Συστηθείτε στους μαθητές ως Μαθητής – Μέντορας (Tech Trainers) και εξηγήστε τους ότι η σύντομη ενότητα έχει τίτλο, Πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο και αποτελεί μέρος του Προγράμματος *Be Strong Online* από την κοινωφελή οργάνωση The Diana Award ,τη Vodafone και τον Επιστημονικό οργανισμό «Μαζί για την εφηβική υγεία», που ανέλαβε την προσαρμογή και επιμέλεια του προγράμματος στα Ελληνικά.
- Πριν ξεκινήσετε, ενημερώστε τους μαθητές ότι πρόκειται για ευαίσθητο ζήτημα. Εξηγήστε τους ότι ο εκπαιδευτής ή ο δάσκαλος της τάξης θα είναι παρών κατά τη διάρκεια της ενότητας και ότι πρέπει να τηρούν τους παρακάτω κανόνες:
 - Καθένας έχει το δικαίωμα να «αφήσει» μία ερώτηση αν δεν επιθυμεί να την απαντήσει
 - Καθένας έχει το δικαίωμα να ακουστεί
 - Δεν πρέπει να γίνεται φασαρία
 - Καθένας πρέπει να νιώθει άνετα να υποβάλει ερωτήσεις
-

- Προβάλετε τη διαφάνεια με τους στόχους μάθησης και διαβάστε δυνατά τα παρακάτω:
 - Οι μαθητές θα είναι σε θέση να κατανοούν την έννοια της πίεσης από συνομήλικους στο διαδίκτυο και να δίνουν σχετικά παραδείγματα
 - Οι μαθητές θα είναι σε θέση να διακρίνουν τη διαφορά ανάμεσα στην πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο έναντι offline
 - Προσθέστε τον στόχο μάθησης της **επιλεγόμενης δραστηριότητας**
- Παραπέμψτε τους μαθητές στο ενημερωτικό έντυπο που θα πάρουν στο σπίτι, το οποίο διαθέτει χρήσιμες συμβουλές και συνδέσμους για στήριξη, αν οι μαθητές θέλουν να μάθουν περισσότερα μετά την ενότητα.

2. Συζήτηση σχετικά με την Πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο (3 λεπτά)

- Μοιράστε τους μικρούς πίνακες ή μια κόλλα χαρτιού και ένα στιλό ανά άτομο
- Για να αρχίσει η συζήτηση, ρωτήστε: Γνωρίζει κανείς τι είναι η «πίεση από συνομήλικους»;
- Οι Μαθητές πρέπει να αφιερώσουν 20 δευτερόλεπτα γράφοντας μόνοι τους έναν ορισμό στον πίνακα ή την κόλλα χαρτιού τους.
- Οι Μαθητές πρέπει να σηκώσουν ψηλά τις απαντήσεις τους και να τις διαβάσουν δυνατά.
- Έπειτα, ζητήστε από τους μαθητές να σηκώσουν τα χέρια και να απαντήσουν: πώς

διαφέρει η πίεση online και offline από συνομήλικους;

Υπόδειξη: στο Διαδίκτυο, οι συνομήλικοί σας ίσως φέρονται διαφορετικά – π.χ. άτομα που δεν έχετε συναντήσει, αλλά είστε φίλοι ή followers στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Η πίεση από συνομήλικους είναι εμφανέστερη σε περισσότερα άτομα online από ό,τι offline...

- Ποια παραδείγματα πίεσης από συνομήλικους στο διαδίκτυο μπορούν να σκεφτούν οι μαθητές; Με άλλα λόγια, σε τι ενδέχεται να συμμετάσχετε στο διαδίκτυο; Ζητήστε από τους μαθητές να συνεργαστούν με το διπλανό τους για 1 λεπτό γράφοντας τον κατάλόγό τους στον πίνακα ή στο χαρτί.
- Μετά από 1 λεπτό, ζητήστε από τους μαθητές να διαβάσουν τον κατάλόγό τους. Ύστερα, προβάλετε τη διαφάνεια «πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο» για περισσότερες ιδέες:
 - Νιώθουν άσχημα για την εμφάνισή τους, λόγω φωτογραφιών φίλων τους που έχουν δει στο διαδίκτυο
 - Πιέζονται να κακολογήσουν άτομα στο διαδίκτυο – αναρτώντας προσβολές απλώς για να λάβουν αντίδραση
 - Νιώθουν την ανάγκη να συμμετάσχουν σε κακεντρεχή σχόλια για άλλους στο διαδίκτυο
 - Κάποιος άλλος τους πιέζει να στείλουν μία προκλητική φωτογραφία σε εφαρμογή messaging
 - Θέλουν να αγοράζουν καινούρια πράγματα, ώστε να ταιριάζουν με τις εικόνες που αναρτούν οι φίλοι τους στο διαδίκτυο
 -

4. Δραστηριότητα (10 λεπτά)

Υπάρχουν τέσσερις δραστηριότητες για να διαλέξετε. Κατά την κατάρτισή σας με τον επικεφαλής της ομάδας, θα εξασκηθείτε σ' αυτές και θα διαλέξετε την αγαπημένη σας.

- Νιώθουν την ανάγκη να καπνίζουν ή να πίνουν, μιμούμενοι άλλους εφήβους που το κάνουν στο διαδίκτυο
- Τι άλλο μπορούν να προσθέσουν οι μαθητές στον κατάλογο αυτό;
- Διαβάστε παραδείγματα από τον κατάλογο αυτόν. Μετά, ζητήστε από τους μαθητές να σηκωθούν και να καθίσουν κάτω αν έχουν ποτέ πιεστεί να κάνουν κάτι από τα παραπάνω. Ύστερα, ζητήστε από τους μαθητές να καθίσουν αν πιστεύουν ότι ένας φίλος ή ένα μέλος της οικογένειάς τους έχει πιεστεί ανάλογα.
 - *Εναλλακτικά: αν οι μαθητές είναι σιωπηλοί και πιστεύετε ότι θα προτιμούσαν να απαντήσουν ανώνυμα στις ερωτήσεις αυτές, αντί να σηκωθούν, μπορείτε να τους ζητήσετε να κλείσουν τα μάτια, να χαμηλώσουν το κεφάλι και να σηκώσουν το χέρι τους*
- Ρωτήστε: αν κάποιος ένιωθε πίεση να κάνει κάτι, όπως ένα κακεντρεχές σχόλιο σε κάποιον άλλον, πώς θα ένιωθε διαφορετικά αν πιεζόταν να το κάνει offline;
 - *Υπόδειξη: στο διαδίκτυο μπορεί κανείς να αποσυνδέεται ή να κλείνει το κινητό του, αλλά να πιέζεται από περισσότερα άτομα ταυτόχρονα. Ό,τι κάνει κανείς στο διαδίκτυο μένει για πάντα...*
- Εξηγήστε ότι τώρα ακολουθεί δραστηριότητα η οποία εξετάζει σε βάθος την πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο.

<u>A. Παιχνίδια τόλμης στο διαδίκτυο – Δραστηριότητα συζήτησης</u>	<u>B. Πίεση από συνομηλίκους– Θεατρική δραστηριότητα</u>
<u>Γ. Δραστηριότητα Αμέτοχου vs Συμμέτοχου</u>	<u>Δ. Δραστηριότητα συμπεριφοράς υψηλού κινδύνου</u>

A. Παιχνίδια τόλμης στο διαδίκτυο – Δραστηριότητα συζήτησης (10 λεπτά)

Δεξιότητες:



Δεξιότητες παρουσίασης



Ψηφιακή μόρφωση



Δημόσιος λόγος



Διαμόρφωση επιχειρημάτων



Κριτική Σκέψη



Έρευνα & Αξιολόγηση

ιδέες από τους φίλους σας και κάντε έναν κατάλογο στο παρακάτω πλαίσιο.

Στόχος μάθησης: οι μαθητές θα μπορούν να δίνουν τον ορισμό των διαδικτυακών Παιχνιδιών τόλμης και της διαδικτυακής «μόδας» και να επιχειρηματολογούν υπέρ και κατά της συμμετοχής σ' αυτά

Προετοιμασία: χρειάζεστε έναν πίνακα και στυλό για τη δραστηριότητα αυτή.

Χρησιμοποιήστε τη διαφάνεια συζήτησης PowerPoint. Ετοιμάστε την εισαγωγική συζήτηση σε συνεργασία με τον συνάδελφο Μαθητή – Μέντορα (Tech Trainer) σας για να φτιάξετε έναν κατάλογο στο διαδίκτυο «μοδών», φαρσών ή παιχνιδιών τόλμης που έχετε δει πρόσφατα στο διαδίκτυο. Ζητήστε

Διεξαγωγή της δραστηριότητας:

Η δραστηριότητα αυτή εξετάζει τα Παιχνίδια τόλμης και τη διαδικτυακή «μόδα» μέσω ομαδικής συζήτησης.

- Πρώτα, ρωτήστε: τι είναι παιχνίδι τόλμης στο διαδίκτυο;
- Ζητήστε από τους μαθητές να σας πουν ορισμένα από τα Παιχνίδια τόλμης στο διαδίκτυο, τις φάρσες ή της «μόδας» που είδαν στο διαδίκτυο.
 - Υπόδειξη: χρησιμοποιήστε τον κατάλογο που έχετε ήδη ετοιμάσει για να σας βοηθήσει
- Γράψτε τις απαντήσεις των μαθητών στον πίνακα.

- Ρωτήστε τους: έχει ποτέ κανείς μπει στον πειρασμό να συμμετάσχει σ' αυτά; Τι ρόλο πιστεύουν ότι παίζει η πίεση από συνομήλικους στα παιχνίδια τόλμης και στην διαδικτυακή «μόδα»;
 - Υπόδειξη: ενδέχεται ο αριθμός των ατόμων που σας ενθαρρύνουν να είναι μεγαλύτερος, ατόμων που δε γνωρίζετε, αλλά και φίλων σας, πολλοί το κάνουν για αύξηση της φήμης τους και για να κάνουν περισσότερους φίλους ή followers, ίσως σας κάνει να νιώσετε μέλη μίας διαδικτυακής κοινότητας...
 - Εξηγήστε ότι τα Παιχνίδια τόλμης στο διαδίκτυο μπορεί να είναι θετικά, αλλά και αρνητικά. Για να καλυφθούν και οι δύο όψεις, οι μαθητές θα κάνουν μία σύντομη συζήτηση.
 - Χωρίστε την τάξη σε δύο ομάδες, την Ομάδα Α και την Ομάδα Β
 - Δείξτε τη διαφάνεια συζήτησης 5 (η δεύτερη διαφάνεια έχει υποδείξεις, αν πιστεύετε ότι η ομάδα χρειάζεται βοήθεια στη διαμόρφωση των επιχειρημάτων)
 - Εξηγήστε ότι η Ομάδα Α θα επιχειρηματολογήσει υπέρ των Παιχνιδιών τόλμης στο διαδίκτυο, και η Ομάδα Β εναντίον τους.
 - Ζητήστε από τους μαθητές να εργαστούν σε ομάδες των 2 ή 3 ατόμων για 3 λεπτά για να προετοιμάσουν τα επιχειρήματά τους. Βοηθήστε τις ομάδες να ετοιμαστούν χρησιμοποιώντας τις παρακάτω βοήθειες ή δείχνοντας τις 'υποδείξεις' της διαφάνειας 6
 - *Θετικά: υπάρχουν διαδικτυακά Παιχνίδια τόλμης / διαδικτυακές «μόδες» που συγκεντρώνουν χρήματα για κοινωνικές σκοπούς. Συμβάλλουν στην ευαισθητοποίηση για διάφορους σκοπούς. Βοηθούν νεαρά άτομα να συναντήσουν άλλους στο διαδίκτυο και να κάνουν φίλους. Ενθαρρύνουν νέους ανθρώπους να δοκιμάσουν κάτι νέο έξω από τα νερά τους*
 - *Αρνητικά: τα διαδικτυακά Παιχνίδια τόλμης εγείρουν ζητήματα ασφαλείας αν κάτι πάει στραβά. Ορισμένες διαδικτυακές «μόδες» – όπως μόδες fitness– μπορεί να μειώσουν την αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση αν αποκλείουν κάποιον από αυτά. Ακόμη, ευάλωτα άτομα ενδέχεται να τεθούν παράτολμα σε κίνδυνο αν παρακινούνται από άλλους*
 - Ένας Μαθητής – Μέντορας (Tech Trainer) πρέπει να σημειώνει στον πίνακα, την ώρα που ο άλλος συντονίζει τη συζήτηση.
 - Ξεκινήστε τη συζήτηση ζητώντας μία εναρκτήρια δήλωση από τη μία ομάδα.
 - Έπειτα, η άλλη ομάδα πρέπει να αμφισβητήσει τη δήλωση αυτή με έναν άλλο ισχυρισμό.
 - Συνεχίστε τη συζήτηση για 3-4 λεπτά και χρησιμοποιήστε τα παραπάνω παραδείγματα για να βοηθήσετε τους μαθητές, αν δυσκολεύονται να εκφραστούν.
 - Κλείστε τη συζήτηση και ολοκληρώστε τη δραστηριότητα ζητώντας από τους μαθητές να γράψουν έναν τρόπο με τον οποίο θα αντιστέκονταν σε επικίνδυνα διαδικτυακά Παιχνίδια τόλμης. Χρησιμοποιήστε τον παρακάτω κατάλογο για να βοηθηθείτε. Επιλέξτε ορισμένους εθελοντές για να μοιραστούν τις απαντήσεις τους και διαβάστε προτάσεις από τον κατάλογο.
- Στο τέλος της δραστηριότητας, πρέπει να έχετε συζητήσει και επικοινωνήσει τα παρακάτω κύρια μηνύματα:
- ✔ Δεν πρέπει να νιώθουν πίεση να συμμετάσχουν σε διαδικτυακά Παιχνίδια τόλμης και διαδικτυακές «μόδες» αντιγράφοντας άλλους – να σκέφτονται αν η συμμετοχή τους είναι ριψοκίνδυνη ή προσβλητική προς άλλους πριν συμμετάσχουν

- ✔ Αν τα διαδικτυακά Παιχνίδια τόλμης εμπεριέχουν και δεν είστε ακόμη 18 ετών, ενδέχεται να παραβαίνετε τον νόμο αν συμμετάσχετε σ' αυτά

- ✔ Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω πρακτικές συμβουλές και φράσεις για να είστε σε θέση να αντισταθείτε στα ριψοκίνδυνα διαδικτυακά Παιχνίδια τόλμης

Αντίσταση σε ριψοκίνδυνα παιχνίδια τόλμης

- Σκεφτείτε προσεκτικά πριν συμμετάσχετε σε ένα διαδικτυακό παιχνίδι ή μία διαδικτυακή «μόδα» μόνο και μόνο επειδή το κάνουν οι άλλοι. Μήπως είναι επικίνδυνα; Μήπως πληγώσουν άλλους ανθρώπους;
- Αν νιώθετε πίεση να συμμετάσχετε, πείτε όχι με την καθομιλουμένη, χρησιμοποιώντας φράσεις όπως «μπα, δεν γουστάρω» ή «όχι, ευχαριστώ»!
- Αν το παιχνίδι περιλαμβάνει διαμοιρασμό φωτογραφιών σεξουαλικού χαρακτήρα, θυμηθείτε ότι αν είστε κάτω των 18, είναι παρανόμο να στέλνετε, να λαμβάνετε ή να μοιράζεστε γυμνές ή ημίγυμνες φωτογραφίες. Επίσης, ρβτήστε τον εαυτό σας αν θα θέλατε να τις δουν μέλη της οικογένειάς σας ή δάσκαλοί σας;
- Αλλάξτε θέμα συζήτησης: μπορείτε να στραφείτε σε άλλες διαδικτυακές «μόδες» που διαδίδουν θετικά μηνύματα
- Αν ένας φίλος σας πιέζει, ρωτήστε τον γιατί συμμετέχει σε κάτι το οποίο δεν επιθυμείτε να κάνετε εσείς;
- Αν δεν τα καταφέρετε, «αποσυρθείτε» λέγοντας ότι τελείωσε η μπαταρία σας και αποσυνδεθείτε

Το σημαντικότερο παραμείνετε σίγουροι και σταθεροί στις πεποιθήσεις σας. Οι πραγματικοί φίλοι θα σεβαστούν τις επιλογές σας. Αν σας φέρνουν σε δύσκολη θέση, ίσως είναι καλύτερα να προχωρήσετε και να πάρετε τις αποστάσεις σας από αυτούς.

Ο κατάλογός μου με διαδικτυακές φάρσες, μόδες ή τολμηρά παιχνίδια που έχω δει στο διαδίκτυο:



Β. Πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο– Θεατρική δραστηριότητα (10 λεπτά)

Στόχος μάθησης: Οι μαθητές θα μπορούν να διακρίνουν τις πιθανές επιπτώσεις της πίεσης από συνομήλικους στο διαδίκτυο και να αναπτύσσουν πρακτικές στρατηγικές για να αντιμετωπίσουν δύσκολες καταστάσεις στο διαδίκτυο.

Προετοιμασία: Οι Μαθητές – Μέντορες (Tech Trainers) έχουν να επιλέξουν ανάμεσα σε 2 ή 3 σενάρια. Διαλέξτε ένα σενάριο και ετοιμάστε το εκ των προτέρων. Ο ένας παίζει τον ρόλο του σεναρίου σιωπηρά, ενώ ο άλλος αφηγείται το σενάριο. Χρησιμοποιήστε τη διαφάνεια PowerPoint της Δραστηριότητας Β.

Διεξαγωγή της δραστηριότητας:

- Ζητήστε από τους μαθητές να καθίσουν σε ένα ημικύκλιο.
- Εξηγήστε ότι θα παίξετε ρόλους σύντομων σεναρίων.
- Ύστερα από κάθε σενάριο, οι μαθητές θα αφιερώσουν 30 δευτερόλεπτα συζητώντας με το διπλανό τους για το ποιά συμβουλή θα έδιναν στο άτομο και ποιά στρατηγική θα ακολουθούσαν για να αντιμετωπίσουν το πρόβλημα.
- Προβάλετε τη διαφάνεια PowerPoint με τις ερωτήσεις της Δραστηριότητας Β για να βοηθήσετε τους μαθητές:
 - Ποιες θα ήταν οι επιπτώσεις αν το άτομο αυτό υπέκυπτε στην πίεση από τους συνομήλικους;
 - Σε ποιόν θα μπορούσε να στραφεί το άτομο για συμβουλές ή στήριξη;

- Τι θα μπορούσε να κάνει το άτομο για να ξεμπλέξει από την κατάσταση αυτή;
- Πώς θα μπορούσε το άτομο να αποφύγει την επανάληψη μίας τέτοιας κατάστασης;

- Μετά από 30 δευτερόλεπτα, ζητήστε από τους εθελοντές να πλησιάσουν τον Μαθητή – Μέντορα (Tech Trainer) που έπαιξε τον ρόλο του σεναρίου και να του δώσουν συμβουλές.
 - Δώστε προτεινόμενες στρατηγικές ή συμβουλές για κάθε κατάσταση. Αν οι μαθητές δυσκολεύονται, ρωτήστε τους τι συμβουλές θα έδιναν σε έναν φίλο ή μικρότερο αδελφό που περνά την ίδια κατάσταση.

Στο τέλος της δραστηριότητας πρέπει να έχετε συζητήσει και επικοινωνήσει τα παρακάτω κύρια μηνύματα:

- ✓ Δεν χρειάζεται να νιώθετε πίεση να κάνετε κάτι που δε θέλετε – online ή offline
- ✓ Σκεφτείτε σε ποιους μπορείτε να μιλήσετε αν χρειάζεστε βοήθεια ή στήριξη για να αντιμετωπίσετε την πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο
- ✓ Χρησιμοποιήστε πρακτικές συμβουλές και φράσεις από το Ενημερωτικό Έντυπο για μαθητές για να σας βοηθήσουν σε παρόμοιες καταστάσεις

Αν επιλέξετε τις καταστάσεις 2 ή 3, ξεκινήστε εξηγώντας ότι θα εξετάσετε ευαίσθητα ζητήματα όπως η διαδικτυακή παρενόχληση και το sexting. Αν οι μαθητές χρειάζονται βοήθεια ή στήριξη, ενημερώστε τους ότι τα ενημερωτικά έντυπα που θα μοιράσετε έχουν συμβουλές και χρήσιμους συνδέσμους στο τέλος της ενότητας

Περίπτωση 1

Ο Μαθητής – Μέντορας (Tech Trainer) 1 κάνει ότι κάθεται σε υπολογιστή συνομιλώντας με τους φίλους του στο Διαδίκτυο. Ξαφνικά, βγάζει το πορτοφόλι ή την τσάντα του και διαπιστώνει ότι είναι άδειο. Μοιάζει αναστατωμένος.

Ο Μαθητής – Μέντορας (Tech Trainer) 2 αφηγείται:

[Ο ...] συνομιλεί με τους φίλους του στο Διαδίκτυο. Λένε ότι θα πάνε στο λούνα παρκ το σαββατοκύριακο και πείθουν τον [...] να έρθει μαζί τους. Το πρόβλημα είναι ότι ο [...] δεν έχει προς το παρόν τα χρήματα. Λέει ότι δεν μπορεί και οι φίλοι αρχίζουν να κάνουν πλάκα, ότι θα χάσει όλο το χαβαλέ. Τι πρέπει να κάνει;

Περίπτωση 2

Ο Μαθητής – Μέντορας (Tech Trainer) 2 πληκτρολογεί στο κινητό του. Μοιάζει προβληματισμένος, πετά το κινητό του και φεύγει, αλλά μετά επιστρέφει και διστακτικά προσπαθεί να συντάξει ένα μήνυμα.

Ο Μαθητής – Μέντορας (Tech Trainer) 1 αφηγείται:

Ο [...] συνομιλεί εδώ και λίγο καιρό με έναν φίλο του στο διαδίκτυο. Δεν τον έχει συναντήσει ποτέ, αλλά τα πάνε καλά και ο [...] πιστεύει ότι ταιριάζουν. Ύστερα, το άτομο αυτό αρχίζει να ζητά φωτογραφίες, τις οποίες δε θα ήθελε να μοιραστεί. Ο [...] νιώθει πίεση να στείλει μία φωτογραφία και αναρωτιέται «τι χειρότερο μπορεί να συμβεί;» Τι πρέπει να κάνει;

Περίπτωση 3

Ο Μαθητής – Μέντορας (Tech Trainer) 1 πληκτρολογεί στο κινητό του, γελώντας. Ξαφνικά δείχνει προβληματισμένος και αγχωμένος.

Ο Μαθητής – Μέντορας (Tech Trainer) 2 αφηγείται:

Ο [...] βλέπει μία selfie που έχει ανεβάσει κάποιος συμμαθητής στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Ορισμένοι φίλοι του [...] άρχισαν να γράφουν σχόλια κάτω από τη φωτογραφία, τα οποία ο [...] βρίσκει αστεία, αλλά είναι στην πραγματικότητα προσβλητικά. Ύστερα, του έρχεται το εξής μήνυμα από έναν από τους φίλους που σχολίασε: «γιατί δε συμμετέχεις; Δεν το βρίσκεις αστείο;» Τι πρέπει να κάνει;



Σημαντικό!

Βεβαιωθείτε ότι, αφού οι μαθητές έχουν δώσει τη συμβουλή τους, θα τους θυμίσετε τις επιπτώσεις του sexting. Είναι παράνομη η λήψη, κατοχή ή κοινοποίηση άσεμνων εικόνων ανηλίκων κάτω των 18 ετών. Δείξτε στους μαθητές το Ενημερωτικό έντυπο που διαθέτει περισσότερες πληροφορίες για το ζήτημα αυτό.

Φράσεις που μπορούν να σας βοηθήσουν να αντεπεξέλθετε στην πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο

- Πείτε όχι με απλό τρόπο, χρησιμοποιώντας φράσεις όπως «μπα, είμαι εντάξει» ή «όχι, ευχαριστώ!».
- Αν συνεχίζουν να σας πιέζουν, διατηρήστε την αυτοπεποίθησή σας και συνεχίστε να αρνείστε ευγενικά, όπως «σας είπα όχι 😊» ή «πρέπει να σέβετε την απόφασή μου – λέω όχι».
- Χρησιμοποιήστε χιούμορ και θετικές σκέψεις για να αποφορτίσετε την κατάσταση
- Αλλάξτε θέμα για να αποσυντονίσετε τα άτομα που σας πιέζουν: μοιραστείτε ένα αστείο βίντεο από το YouTube ή ρωτήστε τους αν έχουν ακούσει το τελευταίο τραγούδι του αγαπημένου σας καλλιτέχνη και μοιραστείτε έναν σύνδεσμό του μαζί τους
- Αν ένας φίλος σας πιέζει, ρωτήστε τον γιατί συμμετέχει σε κάτι που δε θέλετε να κάνετε; Ρωτήστε τον «σε βλέπω όλο και πιο συχνά να ____, όλα εντάξει;
- Αν σας στριμώξουν, βρείτε μία δικαιολογία – πείτε ότι έχετε να βοηθήσετε το μικρό αδελφό σας ή να βγείτε με έναν φίλο σας
- Σε περίπτωση αποτυχίας, «αποσυρθείτε» λέγοντας ότι τελείωσε η μπαταρία σας και αποσυνδεθείτε
- Το σημαντικότερο, μείνετε σίγουροι και πιστοί στις αρχές σας. Οι αληθινοί φίλοι σέβονται τις επιλογές σας και αν σας φέρνουν σε δύσκολη θέση, ίσως είναι καλό να προχωρήσετε και να πάρετε τις αποστάσεις σας από αυτούς.

Γ. Δραστηριότητα Αμέτοχος έναντι Συμμέτοχου (10 λεπτά)

Στόχος μάθησης: Οι μαθητές θα μπορούν να δίνουν τον ορισμό των ορών «αμέτοχος θεατής» και «ενεργός παρατηρητής» και να αναγνωρίζουν θετικές ενέργειες ώστε να είναι υποστηρικτικοί σε όποιους υφίσταται πίεση από συνομηλίκους

Προετοιμασία: εκτυπώστε ένα έντυπο δραστηριότητας ανά άτομο της τάξης (βλ. παράρτημα) και δείξτε τη διαφάνεια του «ενεργού παρατηρητή». Ίσως είναι καλό να χρησιμοποιήσετε πίνακα και στυλό για τη δραστηριότητα αυτή

Πριν αρχίσετε, ενημερώστε τους μαθητές ότι η δραστηριότητα αυτή εξευρενά τη διαδικτυακή παρενόχληση. Αν οι μαθητές χρειάζονται βοήθεια ή στήριξη σχετικά με αυτό, υπενθυμίστε τους ότι μπορούν να μιλήσουν με κάποιον δάσκαλο ή έμπιστο ενήλικο και ότι υπάρχουν χρήσιμοι σύνδεσμοι στο ενημερωτικό έντυπο που θα μοιράσετε στο τέλος της ενότητας.

Διεξαγωγή της Δραστηριότητας:

Η παρούσα δραστηριότητα εξετάζει πώς οι μαθητές μπορούν να γίνουν «ενεργοί παρατηρητές» σε κάποιον που υφίσταται πίεση από συνομηλίκους.

- Ρωτήστε τους μαθητές αν γνωρίζουν τι σημαίνει να είναι κανείς «αμέτοχος θεατής»; Και «ενεργός παρατηρητής»; Χρησιμοποιήστε τους ορισμούς στο παρακάτω πλαίσιο για να σας βοηθήσουν.
- Εξηγήστε ότι θα εξετάσετε τους τρόπους με τους οποίους οι μαθητές

μπορούν να υποστηρίξουν τους φίλους ή τα μέλη της οικογένειάς τους αν υφίστανται πίεση από συνομηλίκους στο διαδίκτυο. Έτσι θα μπορέσουν να γίνουν ενεργοί παρατηρητές.

- Μοιράστε ένα έντυπο δραστηριότητας ανά άτομο.
- Οι Μαθητές θα δουν ότι το έντυπο διαθέτει την εικόνα ενός νεαρού ατόμου και τρεις διαφορετικές ενότητες – «συναισθήματα», «λέξεις» και «ενέργειες».
- Διαβάστε το παρακάτω σενάριο:

Το αγόρι λέγεται Γιάννης. Είναι καλός σας φίλος. Ο Γιάννης είναι γενικά χαρούμενος. Μαζιανήκετε σε μία καλή, δεμένη παρέα φίλων. Πρόσφατα, όμως, ο Γιάννης ένωσε άβολα όταν χρησιμοποίησε τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Μία άλλη ομάδα μαθητών – φίλων του παρενοχλεί ηλεκτρονικά μία συμμαθήτριά. Νομίζουν ότι απλώς «κοροϊδεύουν», αλλά το κορίτσι έχει πραγματικά αναστατωθεί από τα προσβλητικά τους σχόλια. Ο Γιάννης έχει λάβει κατ' επανάληψη μηνύματα από την ομάδα με τα οποία τον ενθαρρύνουν να συμμετάσχει. Του λένε ότι είναι αστείο και ότι δε θα τον κάνουν παρέα πια αν δε συμμετάσχει. Ακολουθούν ορισμένα από τα σχόλια στο προφίλ του, με τα οποία πιέζεται να συμμετάσχει.

- Ζητήστε από τους μαθητές να εργαστούν ατομικά στη συμπλήρωση του εντύπου τους. Πρώτα, πρέπει να κάνουν έναν κατάλογο με όλα τα «συναισθήματα» που φαντάζονται ότι νιώθει ο Γιάννης σύμφωνα με το σενάριο.

- Έπειτα, συμπληρώστε τις κατηγορίες «ενεργειών» και «λέξεων» του «ενεργού παρατηρητή». Ποιες ενέργειες θα κάνατε, σαν φίλος του Γιάννη, για να επέμβετε και να τον στηρίξετε; Τι θα λέγατε σ' αυτόν ή τους μαθητές που τον πιέζουν, για να βοηθήσετε την εκτόνωση της κατάστασης αυτής;
- Οι Μαθητές πρέπει να αφιερώσουν 2 λεπτά συμπληρώνοντας μόνοι τους το έντυπο αυτό.
- Ύστερα από 2 λεπτά, πρέπει να αφιερώσουν 1 λεπτό συνεργαζόμενοι με τον διπλανό τους και συζητώντας τις ιδέες τους.
- Στη συνέχεια, ζητήστε από τα ζευγάρια να μοιραστούν τις απαντήσεις τους με την υπόλοιπη τάξη. Μπορείτε να κρατάτε σημειώσεις στον πίνακα.
- Αφού οι μαθητές εξήγησουν τις απαντήσεις τους στην υπόλοιπη τάξη, ζητήστε να σηκώσουν το χέρι όσοι νιώθουν σιγουριά να γίνουν «ενεργοί παρατηρητές» όταν κάποιος υφίσταται πίεση από συνομηλίκους στο διαδίκτυο στο μέλλον;
- Στο τέλος της δραστηριότητας πρέπει να έχετε συζητήσει και επικοινωνήσει τα παρακάτω κύρια μηνύματα:
 - ✔ Πρέπει να προσπαθείτε να είστε «ενεργός παρατηρητής» αν δείτε κάποιον να υφίσταται πίεση στο διαδίκτυο
 - ✔ Αν δέχετε διαδικτυακή παρενόχληση, μην υποφέρετε σιωπηλά – ανατρέξτε στα ενημερωτικά έντυπα για συμβουλές και βοήθεια

Αμέτοχος θεατής

Αμέτοχος θεατής είναι κάποιος που ξέρει ή βλέπει την παρενόχληση να συμβαίνει σε κάποιον άλλον, και δεν κάνει τίποτα για να την προλάβει ή να τη σταματήσει.

Ενεργός παρατηρητής

Ενεργός παρατηρητής είναι κάποιος που αναγνωρίζει μία άσχημη κατάσταση και ενεργεί για να τη διορθώσει.

Όταν ένας ενεργός παρατηρητής δει ή ακούσει κάποιον να παρενοχλείται, κάνει το καλύτερο δυνατό, για να βοηθήσει, να προστατεύσει και να υποστηρίξει το άτομο.

Δ. Δραστηριότητα ριψοκίνδυνης συμπεριφοράς– 10 λεπτά

Στόχος μάθησης: Οι μαθητές θα μπορούν να εντοπίζουν παραδείγματα διαδικτυακών «συμπεριφορών υψηλού κινδύνου και να αναζητήσουν τους πιθανούς λόγους για τους οποίους τα νεαρά άτομα τις υιοθετούν.

Προετοιμασία: μοιράστε το έντυπο εργασίας με 2 στήλες, «online» και «offline». Μετά, μοιράστε κάρτες (ή προβάλετε τη διαφάνεια PowerPoint και ζητήστε τους να γράψουν σ' αυτές). Θα χρειαστείτε μία μπάλα, η οποία θα περνά από χέρι σε χέρι.

Διεξαγωγή της Δραστηριότητας:

- Ζητήστε από τους μαθητές να τοποθετήσουν τις κάρτες συμπεριφοράς στη στήλη που θεωρούν ότι ανήκουν – είναι πιο πιθανό να πειστούν να κάνουν κάτι online ή offline;

Κάρτες συμπεριφοράς:

- Ανάρτηση selfies
- Κακόβουλα-προσβλητικά σχόλια για άλλους
- Μεγάλος αριθμός διαδικτυακών φίλων ή followers
- Προσβλητικά σχόλια για επίτευξη αντίδρασης
- Sexting
- Κάπνισμα ή κατανάλωση αλκοόλ από μιμητισμό
- Μεγάλος αριθμός likes σε φωτογραφίες
- Συνάντηση με κάποιον για πρώτη φορά
- Επίδειξη πραγμάτων που αγόρασε
- Κοπάνια από το σχολείο
- Φόβος αποκλεισμού τους
- Αγορά ακριβών πραγμάτων από μιμητισμό
- Παρενόχληση
- Συζητήστε τι έχουν βάλει σε κάθε στήλη και το λόγο. Ορισμένα ίσως υπάρχουν και στις δύο – ή ξεκινούν offline και περνούν online.
- Έπειτα, ζητήστε από τους μαθητές να βάλουν ένα αστέρι δίπλα στις συμπεριφορές που θεωρούν «συμπεριφορές υψηλού κινδύνου» – ποιες μπορούν να βλάψουν περισσότερο τον εαυτό τους ή άλλους ανθρώπους;
- Οι μαθητές πρέπει τώρα να σηκωθούν και να σταθούν σε έναν μεγάλο κύκλο. Πάρτε την μπάλα ή άλλο αντικείμενο και εξηγήστε ότι θα σκεφτείτε διάφορους λόγους για τους οποίους τα νεαρά άτομα ενδέχεται να εκτεθούν στους κινδύνους αυτούς στο διαδίκτυο. Το άτομο που πετά την μπάλα πρέπει να πει ό,τι σκέφτεται – το πρώτο πράγμα που του έρχεται στο νου – και ύστερα να πετάξει την μπάλα στο επόμενο παιδί.
- Αν οι μαθητές κολλήσουν, μπορούν να επιστρέψουν την μπάλα στον Μαθητή – Μέντορα (Tech Trainer), ο οποίος μπορεί να την πετάξει σε κάποιον άλλον ή να προτείνει μία απάντηση από τον παρακάτω κατάλογο.

- Προτεινόμενες απαντήσεις:
 - Ανωνυμία
 - Επιθυμία για κάτι καινούργιο
 - Επιθυμία να είναι cool
 - Επιθυμία απόκτησης δημοτικότητας
 - Οι επιπτώσεις δε φαίνονται πίσω από την οθόνη
 - Είναι ευκολότερο να κάνει κανείς κάτι «ριψοκίνδυνο» στο διαδίκτυο
 - Οτιδήποτε στείλω/ γράψω δε θα προωθηθεί
- Τέλος, ολοκληρώστε τη δραστηριότητα συζητώντας στρατηγικές αντιμετώπισης τέτοιων συμπεριφορών – π.χ. εκφοβισμός – και ρωτήστε τους μαθητές: αν πιεζόσασταν να κάνετε κάτι στο διαδίκτυο, τι θα κάνατε; Πρέπει να αφιερώσουν 1 λεπτό γράφοντας τη δική τους στρατηγική.

Στο τέλος της δραστηριότητας πρέπει να έχετε συζητήσει και επικοινωνήσει τα παρακάτω κύρια μηνύματα

- ✔ Υπάρχει μία σειρά από αίτια για τα οποία οι άνθρωποι υποκύπτουν στη διαδικτυακή πίεση – ανωνυμία, επιθυμία για δημοτικότητα, κλπ. Αλλά υπάρχουν και επιπτώσεις αν αφήσετε τον εαυτό σας να υφίσταται πίεση στο διαδίκτυο – παραδείγματος χάρη μπορεί να βλάψει άλλους, τη φήμη σας ή να διαμοιρασθεί πέρα από το δικό σας έλεγχο.

Συμπληρωματική δραστηριότητα (follow up) & Ανατροφοδότηση (10 λεπτά)

Υπάρχει και μία συμπληρωματική δραστηριότητα, την οποία οι μαθητές μπορούν να κάνουν στο σπίτι έχοντας μαζί τους το Ενημερωτικό Φύλλο του Προγράμματος και το Ενημερωτικό Έντυπο για τους γονείς.

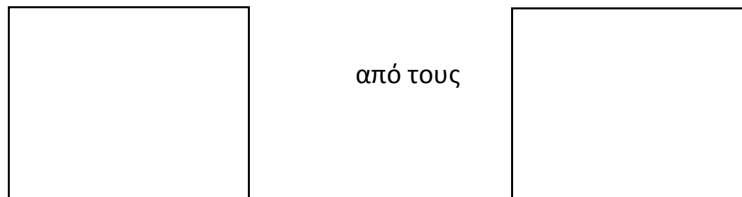
Προετοιμασία: Βεβαιωθείτε ότι έχετε αποφασίσει εκ των προτέρων με τον Εκπαιδευτικό - Σύνδεσμο ή τον δάσκαλο της τάξης με ποιον τρόπο επιθυμείτε να λάβετε παρατηρήσεις σχετικά με τη δραστηριότητα για το σπίτι.

Εκτυπώστε ένα «Φύλλο Εργασίας» για το σπίτι σε κάθε άτομο της ομάδας.

- Εξηγήστε τις συμπληρωματικές δραστηριότητες στην ομάδα
- Ενημερώστε τους για το πότε και πώς μπορούν να υποβάλουν τα σχόλια τους σχετικά με τις δραστηριότητες

Τέλος, είναι καλή ιδέα να λάβετε ανατροφοδότηση μετά το πέρας της ενότητας, για να διαπιστώσετε με ποιον τρόπο μπορεί να βελτιωθεί η εκπαίδευση των συμμαθητών σας την επόμενη φορά.

Επανέλθετε στους εκπαιδευτικούς στόχους που διαβάσατε αρχικά μέσα στην τάξη και ζητήστε από τους μαθητές να σηκώσουν το χέρι τους, εάν θεωρούν ότι επιτεύχθηκαν. Πόσοι μαθητές δήλωσαν ότι είναι ευχαριστημένοι με την εκπαίδευσή τους στη συγκεκριμένη ενότητα;



Ρωτήστε τους μαθητές ποιά συγκεκριμένη στιγμή της δραστηριότητας τους άρεσε και τι θα μπορούσε να βελτιωθεί την επόμενη φορά. Καταγράψτε τις σημειώσεις σας παρακάτω:

Συγχαρητήρια, εδώ τελειώνει η ενότητα!

Έντυπο παρακολούθησης Δραστηριότητας «Πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο»

Στην παρούσα ενότητα των Μαθητών – Μεντόρων (Tech Trainers) μάθατε σχετικά με την Πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο.

Ακολουθούν δύο δραστηριότητες στο παρόν έντυπο. Πρώτα, γράψτε μία πρόταση για όσα μάθατε στο μάθημα. Έπειτα, έχετε να επιλέξετε ανάμεσα σε δύο δραστηριότητες. Συμπληρώστε ένα από τα παρακάτω.



Δήλωση μάθησης

Γράψτε μία πρόταση για ό,τι μάθατε σχετικά με την Πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο ξεκινώντας με μία από τις παρακάτω φράσεις:

Κατά τη γνώμη

μου... _____

Αναρωτιέμαι

γιατί... _____

Παρατήρησα

ότι... _____

Πιστεύω/πίστευα

πως... _____

Νιώθω/ένιωσα

ότι... _____

Προβλέπω

ότι... _____

Δεν κατανοώ/κατανόησα... _____

Και αν... _____

Επιλογή δραστηριότητας 1



Ζητήστε από ένα μέλος της οικογένειας ή έναν φίλο σας να σας βοηθήσει με την παρούσα δραστηριότητα. Ζητήστε του να σας περιγράψει μία περίπτωση στην οποία ένωσε πίεση από συνομήλικους στον φυσικό κόσμο. Τι έκανε; Πώς θα ένιωθε αν κάτι παρόμοιο είχε συμβεί στο διαδίκτυο; Γράψτε 2-3 φράσεις σχετικά με την εμπειρία του.

Επιλογή δραστηριότητας 2



Θυμηθείτε ένα βιβλίο που διαβάσατε ή μία ταινία ή τηλεοπτική σειρά που είδατε όπου κάποιος δέχτηκε πίεση από συνομήλικους στο διαδίκτυο. Γράψτε 2-3 φράσεις σχετικά με το τι έκαναν και πώς η κατάσταση θα διέφερε αν συνέβαινε στο Διαδίκτυο.

Δραστηριότητα Γ. Έντυπο εργασίας: Αμέτοχος θεατής έναντι Ενεργού παρατηρητή

Λέξεις

Τι θα έλεγες στο Γιάννη
για να τον βοηθήσεις;

ΠΙΕΣΗ ΑΠΟ ΣΥΝΟΜΗΛΙΚΟΥΣ

Συναισθήματα

Πώς να νιώθει ο Γιάννης;

Ενέργειες

Τι μπορείς να κάνεις για
να υποστηρίξεις τον
Γιάννη;

Δραστηριότητα Δ. Έντυπο εργασίας – συμπεριφορές υψηλού κινδύνου

Θα σας δοθούν 12 κάρτες συμπεριφοράς. Συνεργαστείτε με τον διπλανό σας για να τις τοποθετήσετε στη στήλη που θεωρείτε ότι ανήκουν – είναι πιο πιθανό να πειστείτε να το κάνετε online ή offline; Αν ταιριάζει και στις δύο στήλες, βάλτε την κάρτα στη μέση.

★ Online	Offline
<p>Μόλις τοποθετήσετε τις κάρτες στις στήλες, βάλτε ένα αστέρι δίπλα στις συμπεριφορές που θεωρείτε «συμπεριφορές υψηλού κινδύνου» – οι οποίες, δηλαδή, μπορούν να βλάψουν εσάς ή άλλους.</p>	

Δραστηριότητα Δ. Έντυπο εργασίας – Κάρτες Συμπεριφοράς

Κακόβουλα σχόλια για άλλους	Ανάρτηση selfies
Προσβλητικά σχόλια για επίτευξη αντίδρασης	Sexting
Κάπνισμα ή κατανάλωση αλκοόλ από μιμητισμό	Μεγάλος αριθμός like σε φωτογραφίες
Επίδειξη πραγμάτων που αγόρασε	Συνάντηση με κάποιον για πρώτη φορά
Φόβος αποκλεισμού τους	Κοπάνια από το σχολείο
Αγορά πανακριβών πραγμάτων με στόχο τη μίμηση	Εκφοβισμός



OUR PROGRAMMES...

Diana Award



www.diana-award.org.uk



@dianaaward

Network/Training & Mentoring



www.facebook.com/thedianaaward



@dianaaward

Anti-Bullying Ambassadors



www.facebook.com/antibullyingpro



@antibullyingpro

PLEASE SUPPORT OUR WORK!

Diana Award, 2nd Floor, 120 Moorgate, London EC2M 6UR Tel: 020 7628 7499

Website: www.diana-award.org.uk Twitter: @Dianaaward

Facebook: www.facebook.com/thedianaaward



120 Moorgate, London EC2M 6UR

The Diana Award is a registered charity (1117288 / SC041916)

and a company limited by guarantee, registered in England and Wales number 5739317