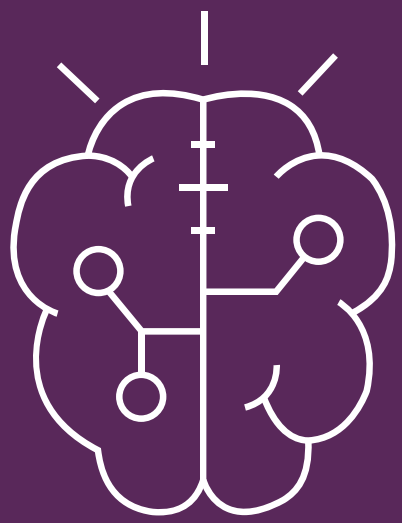
Οδηγός Εκπαιδευτικού

Digital Wellbeing



Cyberbullying

Ξεσκεπάζοντας τον ιστό: Ποιος είναι ποιος στον διαδικτυακό εκφοβισμό

Σύντομη Περιγραφή:

Οι μαθητές και οι μαθήτριες καταθέτουν ανώνυμα τη δική τους οπτική για τον διαδικτυακό εκφοβισμό στο περιβάλλον τους και αναλύουν φανταστικά περιστατικά. Έτσι, μαθαίνουν να αναγνωρίζουν τους ρόλους όλων όσων εμπλέκονται και συζητούν πιο αποτελεσματικές προτάσεις δράσης για αυτού του τύπου τις διαπροσωπικές συγκρούσεις.

Απευθύνεται σε μαθητές/τριες:

- Ηλικία: 13–16 ετών
- Βαθμίδα: Γυμνάσιο / Λύκειο
- Τάξεις: Α΄ Γυμνασίου έως Α΄ Λυκείου
- Επίπεδο δυσκολίας: Μεσαίο
- Διάρκεια: 45 λεπτά (έως 60 λεπτά)

Γνωστικά Πεδία

- Ψηφιακή ευημερία,
- Κανόνες διαδικτυακής συμπεριφοράς,
- Διαδικτυακός εκφοβισμός,
- Διαχείριση δεδομένων,
- Εγγραμματισμός δεδομένων και Ενσυναίσθηση

Προαπαιτούμενες Γνώσεις

- Βασική εξοικείωση με το περιβάλλον των ψηφιακών μέσων (μέσα κοινωνικής δικτύωσης, εφαρμογές βίντεο, βιντεοπαιχνίδια).

Μαθησιακοί Στόχοι & Δεξιότητες

Στόχοι:

Στο τέλος του μαθήματος, οι μαθητές και οι μαθήτριες θα μπορούν να:

- Κατανοούν πώς να προστατεύουν τον εαυτό τους και τους άλλους από κινδύνους στο διαδίκτυο τόσο ως προς την ψυχική τους ευημερία και τις σχέσεις τους, όσο και ως προς την ψηφιακή τους ταυτότητα και «φήμη».
- Αντιλαμβάνονται ότι ο διαδικτυακός εκφοβισμός είναι εκφοβισμός που ασκείται μέσα από τη χρήση των ψηφιακών τεχνολογιών.
- Γνωρίζουν πώς να αντιδρούν σωστά σε περίπτωση διαδικτυακού εκφοβισμού.

Ψηφιακές Δεξιότητες:

Επικοινωνία και συνεργασία

- Διαχείριση ψηφιακής ταυτότητας

Ασφάλεια

- Προστασία της υγείας και της ευημερίας

Άλλες Δεξιότητες (Διεπιστημονικές):

- Ικανότητα ανάλυσης και σύνοψης
- Προφορική και γραπτή επικοινωνία
- Διαπροσωπικές δεξιότητες
- Κριτική σκέψη
- Ηθική δέσμευση
- Ικανότητα αυτοαξιολόγησης

Παιδαγωγική Περιγραφή και Μεθοδολογία

Σύνοψη μαθήματος:

Το μάθημα σχεδιάστηκε ώστε οι μαθητές και οι μαθήτριες να κατανοήσουν τον διαδικτυακό εκφοβισμό όχι ως ένα μεμονωμένο γεγονός, αλλά ως μια σύνθετη κοινωνική διαδικασία που εμπλέκει πολλαπλούς ρόλους και ψηφιακούς μηχανισμούς. Στόχος είναι να αναστοχαστούν πάνω στο πώς οι δικές τους ενέργειες, από την προώθηση ενός μηνύματος μέχρι τη σιωπή τους, συμβάλλουν στην εξάπλωση ενός περιστατικού. Με αυτόν τον τρόπο, επιδιώκεται να συνειδητοποιήσουν την ευθύνη που φέρει κάθε εμπλεκόμενος μέσα στο ψηφιακό οικοσύστημα. Μέσα από την ανάλυση πραγματικών δεδομένων ερευνών και συγκεκριμένων μελετών περίπτωσης, οι νέοι και οι νέες μαθαίνουν να αναγνωρίζουν διαφορετικούς κοινωνικούς ρόλους και εξασκούνται στην εφαρμογή ενεργητικών στρατηγικών, ώστε να συμβάλλουν στη διακοπή της αλυσίδας επιβλαβών συμπεριφορών και στη βελτίωση της ψηφιακής συνύπαρξης.

Μεθοδολογία:

1. **Έρευνα Κοινωνικών Αντιλήψεων :** Διεξαγωγή διαδραστικής έρευνας για την αποτύπωση της συλλογικής οπτικής της τάξης σχετικά με τις ψηφιακές συνήθειες, την απώλεια ελέγχου κατά τη διάδοση των πληροφοριών και τον ρόλο των έμπιστων ενηλίκων, η οποία χρησιμεύει ως βάση για κριτικό διάλογο.
2. **Το οικοσύστημα του διαδικτυακού εκφοβισμού:** Αναλυτική παρουσίαση των βασικών εμπλεκόμενων σε ένα ψηφιακό περιστατικό (Στόχος, Ενισχυτής,Σιωπηλός Παρατηρητής , Υπερασπιστής, Αντιτιθέμενος και Έμπιστος Ενήλικας), μετατοπίζοντας την εστίαση από μια σύγκρουση δύο ατόμων σε μια συλλογική κοινωνική ευθύνη.
3. **Συνεργατική ανάλυση περιστατικών :** Οι μαθητές και οι μαθήτριες εργάζονται σε ομάδες για να αποδομήσουν συγκεκριμένα περιστατικά, αναγνωρίζοντας ποιος χαρακτήρας αντιστοιχεί σε κάθε ρόλο και αναλύοντας πώς μηχανισμοί όπως τα στιγμιότυπα οθόνης (screenshots) ή οι ομαδικές συνομιλίες, μπορούν να εντείνουν τη βλάβη που προκαλείται.
4. **Αναστοχασμός με προσανατολισμό στη δράση:** Μια τελική εργασία όπου η τάξη προτείνει συγκεκριμένες βελτιώσεις και μέτρα πρόληψης για κάθε ρόλο, καταλήγοντας σε μια κοινή συζήτηση που ενισχύει τη διεκδικητική και υποστηρικτική συμπεριφορά.

Οδηγίες

Προετοιμασία

(π.χ. εγκατάσταση λογισμικού, εκτύπωση υλικού):

- Ετοιμάστε το απαραίτητο υλικό για τη δραστηριότητα.

- Εκτυπώστε το έγγραφο (διαθέσιμο για λήψη) με τα περιστατικά διαδικτυακού εκφοβισμού, ένα αντίτυπο ανά 2 ομάδες.
- Εκτυπώστε το έγγραφο (διαθέσιμο για λήψη) με τις κάρτες ρόλων, ένα αντίτυπο για κάθε ομάδα.
- Εκτυπώστε το έγγραφο (διαθέσιμο για λήψη) με τον οδηγό υποστήριξης για τον/την εκπαιδευτικό, ένα αντίτυπο για κάθε εκπαιδευτικό.
- Δημιουργήστε τον λογαριασμό σας στο Mentimeter και ανοίξτε την έρευνα που θα χρησιμοποιήσουμε στη δραστηριότητα.
- Έχετε ανοιχτή τη σελίδα πρόσβασης στο Mentimeter σε όλους τους υπολογιστές που θα χρησιμοποιήσετε.

Υλικό

Εξοπλισμός (Hardware):
- Τάμπλετ / φορητός υπολογιστής / κινητό (smartphone)

Λογισμικό (Software):
- Ψηφιακός/διαδραστικός πίνακας (προαιρετικά)

Πρόσθετα υλικά:
- Στυλό
- Ψαλίδια

Εξωτερικοί σύνδεσμοι & υλικά:
- Σύνδεσμος για την έρευνα στο Mentimeter: https://www.mentimeter.com/app/presentation/alzixc46zqq95fespxo2fynr6u54wnfh/edit?source=share-modal
- Ψηφιακός πίνακας: π.χ. https://classroomscreen.com

Περιεχόμενο (Βήματα και ενότητες)

Θεωρητικό υπόβαθρο για εκπαιδευτικούς

Για να κατανοήσουμε τον διαδικτυακό εκφοβισμό στην εφηβεία, χρειάζεται να πάψουμε να τον βλέπουμε ως μια ατομική επίθεση και να τον αναλύσουμε ως μια κοινωνική διαδικασία που τρέφεται από τη δυναμική της ομάδας. Καθώς καλούμε τους μαθητές και τις μαθήτριες να παρατηρήσουν πώς αλληλεπιδρούν στο διαδίκτυο, τους βοηθάμε να κατανοήσουν ότι μια σύγκρουση δεν κλιμακώνεται εξαιτίας ενός και μόνο μηνύματος, αλλά εξαιτίας της ταχύτητας με την οποία το ψηφιακό περιβάλλον μετατρέπει έναν ιδιωτικό χλευασμό σε δημόσια και μη αναστρέψιμη ταπείνωση.

Το φαινόμενο αυτό συντηρείται από μια σειρά κοινών ρόλων που ξεπερνούν κατά πολύ τη φιγούρα του θύτη ή του στόχου. Όταν κατανοήσουν ότι φαινομενικά αβλαβείς ενέργειες (όπως ένα «like», η σιωπή μπροστά σε μια αδικία ή η προώθηση ενός στιγμιότυπου οθόνης) λειτουργούν ως «κινητήρες» που ενισχύουν τη βλάβη, οι μαθητές και οι μαθήτριες αναγνωρίζουν τη δική τους δύναμη επιρροής. Το να αναδείξουμε ρόλους όπως ο Ενισχυτής ή ο Σιωπηλός Παρατηρητής δεν αποσκοπεί στο να δείξουμε ποιος φταίει, αλλά στο να τους δώσουμε την ευκαιρία να επιλέξουν πιο ενεργούς ρόλους, όπως ο Υπερασπιστής ή ο Αντιτιθέμενος, που έχουν την πραγματική δύναμη να σταματήσουν την κλιμάκωση.

Το κλειδί για τη βελτίωση της κατάστασης βρίσκεται στο να αντικαταστήσουμε την παρορμητική αντίδραση με μια στρατηγική και επανορθωτική απόκριση. Το να μάθουν να αποθηκεύουν αποδεικτικά στοιχεία, να ζητούν έγκαιρα τη στήριξη ενός ενήλικα και να βάζουν σε προτεραιότητα την αποκατάσταση του σχολικού κλίματος, συμβάλλουν στην αποτροπή της μετατροπής της σύγκρουσης σε έναν κύκλο αντεκδίκησης. Έτσι, η διαχείριση του διαδικτυακού εκφοβισμού μετατρέπεται σε μια άσκηση συλλογικής αυτοφροντίδας της ομάδας που εγγυάται μια πολύ πιο ασφαλή ψηφιακή συνύπαρξη.

Σημείωση προς τον/την εκπαιδευτικό: Ασφάλεια και βασικοί κανόνες
Υπενθυμίστε στους μαθητές και στις μαθήτριες να μην κατονομάζουν πραγματικά πρόσωπα, σχολεία ή λογαριασμούς. Το να μοιραστεί κανείς προσωπικές ιστορίες είναι προαιρετικό. Αν κάτι από όσα συζητηθούν προκαλέσει δυσφορία ή σχετίζεται με πραγματική βλάβη που συμβαίνει τώρα, οι μαθητές και οι μαθήτριες μπορούν να μιλήσουν κατ' ιδίαν με τον/την εκπαιδευτικό ή με τον/την υπεύθυνο/η προστασίας του σχολείου (π.χ. σύμβουλο σχολικής ζωής ή σχολικό/ή ψυχολόγο). Τονίστε ότι κανείς δεν τιμωρείται όταν ζητά βοήθεια.

Χρήσιμες γραμμές βοήθειας
- Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου / SaferInternet4Kids: Γραμμή Βοήθειας Help-line.gr: 210 6007686
- «Το Χαμόγελο του Παιδιού»: Εθνική Γραμμή για τα Παιδιά SOS 1056 και Ευρωπαϊκή Γραμμή Υποστήριξης Παιδιών 116111
- Διεύθυνση Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος: 11188

Υποστηρικτικές υπηρεσίες και εργαλεία
- Tozi: δωρεάν εφαρμογή του Ιδρύματος Vodafone για την ψηφιακή ευημερία και την αντιμετώπιση του διαδικτυακού εκφοβισμού. Απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας 11+ και προσφέρει υποστήριξη και εργαλεία για μια πιο ασφαλή εμπειρία στον ψηφιακό κόσμο.
  https://www.to-zi.com/welcome-landing-el.html

Υλοποίηση

Εισαγωγή και ανώνυμη έρευνα για τον διαδικτυακό εκφοβισμό (20 λεπτά)

Ξεκινήστε τη συνάντηση λέγοντας στους μαθητές και στις μαθήτριες ότι σήμερα θα αναστοχαστείτε μαζί πάνω σε ένα πολύ σημαντικό θέμα: τον διαδικτυακό εκφοβισμό.

Για την πρώτη δραστηριότητα, ζητήστε τους να απαντήσουν με απόλυτη ειλικρίνεια, καθώς θα πραγματοποιήσετε μια ανώνυμη έρευνα πάνω στο θέμα.

Κατανείμετε τους μαθητές και τις μαθήτριες σε όσους περισσότερους υπολογιστές γίνεται (ή σε άλλες ηλεκτρονικές συσκευές, αν υπάρχουν), ώστε ο καθένας και η καθεμία να αναστοχάζεται ατομικά. Αν δεν έχετε τόσες συσκευές όσες και τα άτομα, φτιάξτε μικρές ομάδες στην ίδια συσκευή. Σε αυτή την περίπτωση, καλό είναι να στρέψετε την έρευνα προς κάτι λιγότερο ιδιωτικό και προσωπικό, όπως μια ομαδική γνώμη.

Εξηγήστε τους ότι θα γίνει η έρευνα με το Mentimeter, μια διαδικτυακή υπηρεσία που επιτρέπει τη δημιουργία ανώνυμων ερευνών και την προβολή των αποτελεσμάτων με δυναμικό και διασκεδαστικό τρόπο.

Ζητήστε τους να μπουν στην καρτέλα που αφήσατε ανοιχτή κατά την προετοιμασία της δραστηριότητας (ή να μπουν στο menti.com από τις άλλες συσκευές) και δώστε τους τον 8ψήφιο κωδικό που εμφανίζεται στην έρευνα που ετοιμάσατε.

Μπορείτε να δείτε τον αριθμό των συνδεδεμένων συμμετεχόντων κάτω δεξιά.

Όταν όλοι και όλες έχουν μπει στην έρευνα, ξεκινήστε την παρουσίαση.

Το Mentimeter είναι πολύ απλό στη χρήση. Απλώς μετακινείστε από διαφάνεια σε διαφάνεια με τα χειριστήρια κάτω αριστερά.

Όταν υπάρχει ερώτηση, δώστε αρκετό χρόνο για να απαντήσουν και αναλύστε τα αποτελέσματα με συμμετοχικό τρόπο (χωρίς όμως να χάνεται η ανωνυμία). Υπενθυμίστε επίσης ότι η απάντηση είναι προαιρετική.

Στόχος αυτής της έρευνας είναι να μπορέσουν οι μαθητές και οι μαθήτριες να συγκρίνουν τη δική τους προσωπική οπτική για το θέμα με τη συνολική εικόνα της τάξης.

Επιπλέον, οι ερωτήσεις συνδέονται με τη θεωρία που ακολουθεί.

Αν θέλετε, μπορείτε να στηρίξετε την ανάλυση των αποτελεσμάτων χρησιμοποιώντας τον οδηγό υποστήριξης (διαθέσιμο για λήψη).

Στο τέλος της έρευνας και της ανάλυσής της, εξηγήστε τους πιο αναλυτικά τις βασικές έννοιες που εμφανίστηκαν στην έρευνα:

- Ο διαδικτυακός εκφοβισμός δεν είναι ένα μεμονωμένο μήνυμα, αλλά μια κοινωνική διαδικασία με πολλούς εμπλεκόμενους παράγοντες.
- Οι ρόλοι στο οικοσύστημα του διαδικτυακού εκφοβισμού: Στόχος, Ενισχυτής, Σιωπηλός Παρατηρητής, Υπερασπιστής, Αντιτιθέμενος και Έμπιστος Ενήλικας.
- Οι μηχανισμοί με τους οποίους διευρύνεται το κοινό (στιγμιότυπα οθόνης, μέσα κοινωνικής δικτύωσης, ομάδες συνομιλίας κ.ά.).

Πληροφορίες για εκπαιδευτικούς: Ο διαδικτυακός εκφοβισμός συχνά γίνεται εσφαλμένα αντιληπτός ως ένα μεμονωμένο κακόβουλο μήνυμα ή ανάρτηση που στέλνεται από ένα άτομο σε ένα άλλο. Στην πραγματικότητα, είναι συνήθως μια κοινωνική διαδικασία που μεγαλώνει μέσα από τις πράξεις, τις αντιδράσεις και τη σιωπή των γύρω:

- Ένα βλαβερό σχόλιο μπορεί να ξεκινήσει από ένα μόνο άτομο.
- Όμως η βλάβη συχνά γίνεται πολύ μεγαλύτερη όταν άλλοι γελούν, κοινοποιούν, τραβούν στιγμιότυπο, προωθούν, σχολιάζουν, παρακολουθούν ξανά και ξανά ή επιλέγουν να μην παρέμβουν.
- Το ψηφιακό περιβάλλον το κάνει αυτό ιδιαίτερα ισχυρό, γιατί το περιεχόμενο μπορεί να διαδοθεί γρήγορα, μετατρέποντας κάτι που ξεκίνησε σε έναν μικρό κύκλο σε μια πολύ πιο δημόσια ταπείνωση.

Το να κατανοήσουμε τον διαδικτυακό εκφοβισμό με αυτόν τον ευρύτερο τρόπο βοηθά τους μαθητές και τις μαθήτριες να δουν ότι ένα περιστατικό δεν διαμορφώνεται μόνο από αυτόν που το ξεκίνησε και από αυτόν που το δέχεται, όπως θα δούμε στην επόμενη ενότητα. Αυτό δεν σημαίνει ότι όλοι φέρουν την ίδια ευθύνη, σημαίνει όμως ότι πολλοί άνθρωποι στο ευρύτερο ψηφιακό περιβάλλον μπορούν να επηρεάσουν αν το περιστατικό θα κλιμακωθεί ή θα διακοπεί.

Πληροφορίες για εκπαιδευτικούς (οι ρόλοι): Οι διαφορετικοί ρόλοι που συχνά εμφανίζονται σε ένα περιστατικό διαδικτυακού εκφοβισμού είναι:

- **Στόχος:** το πρόσωπο που υφίσταται παρενόχληση, ταπείνωση, αποκλεισμό ή πίεση μέσα από τη διαδικτυακή συμπεριφορά. Μπορεί να δέχεται άμεση επίθεση ή να γίνεται αντικείμενο σχολιασμού, να υποδύεται κάποιος την ταυτότητά του (impersonation) ή να διαμοιράζεται βλαβερό περιεχόμενο γι' αυτό.
- **Ενισχυτής:** Συμβάλει στην εξάπλωση του περιστατικού, ακόμη κι αν δεν την ξεκίνησε. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει like, κοινοποίηση, προώθηση, στιγμιότυπα οθόνης, σχόλια, χλευασμό ή παρότρυνση των άλλων να συμμετάσχουν.
- **Σιωπηλός Παρατηρητής:** βλέπει τι συμβαίνει αλλά δεν εμπλέκεται, για διάφορους λόγους, μπορεί να νιώθει άβολα, αβέβαιος ή φοβισμένος, αλλά η σιωπή του μπορεί κι αυτή να επιτρέψει στο περιστατικό να συνεχιστεί.
- **Υπερασπιστής:** αναλαμβάνει δράση για να στηρίξει το πρόσωπο που δέχεται την παρενόχληση. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει το να ρωτήσει αν είναι καλά, να αρνηθεί να κοινοποιήσει το περιεχόμενο, να το αναφέρει (report) ή να το βοηθήσει να ζητήσει στήριξη από έναν έμπιστο ενήλικα.
- **Αντιτιθέμενος** *(αυτός/ή που αντιδρά ανοιχτά)*: αμφισβητεί ενεργά ή αντιδρά στην επιβλαβή συμπεριφορά, για παράδειγμα επισημαίνοντάς την, διακόπτοντας τη δυναμική της ομάδας ή

καθιστώντας σαφές ότι αυτό που συμβαίνει δεν είναι αστείο ούτε αποδεκτό και μπορεί να πληγώσει τους άλλους.

- **Ενήλικας:** το έμπιστο πρόσωπο που είναι υπεύθυνο να βοηθήσει ώστε ο νέος/η νέα να είναι ασφαλής και να έχει στήριξη. Μπορεί να είναι εκπαιδευτικός, γονέας, κηδεμόνας ή υπεύθυνος/η του σχολείου που μπορεί να βοηθήσει να αντιδράσουμε, να προστατεύσουμε και να κάνουμε τα επόμενα βήματα.

Πληροφορίες για εκπαιδευτικούς (διεύρυνση του κοινού): Ο διαδικτυακός εκφοβισμός συχνά κλιμακώνεται επειδή το ψηφιακό περιεχόμενο μπορεί να περνά γρήγορα από το ένα κοινό στο άλλο. Αυτό συμβαίνει μέσα από διάφορα εργαλεία, όπως, ενδεικτικά, στιγμιότυπα οθόνης, προωθήσεις, αναδημοσιεύσεις, δευτερεύοντες λογαριασμούς και ομαδικές συνομιλίες. Αυτά μπορούν να μετατρέψουν ένα μικρό περιστατικό σε κάτι πολύ πιο εκτεταμένο και ταπεινωτικό.

Το να βοηθήσουμε τους μαθητές και τις μαθήτριες να κατανοήσουν αυτή τη διεύρυνση του κοινού είναι το κλειδί για να δείξουμε γιατί ακόμη και παθητικές ή φαινομενικά ασήμαντες ενέργειες μπορούν να συμβάλλουν στην κλιμάκωση του περιστατικού.

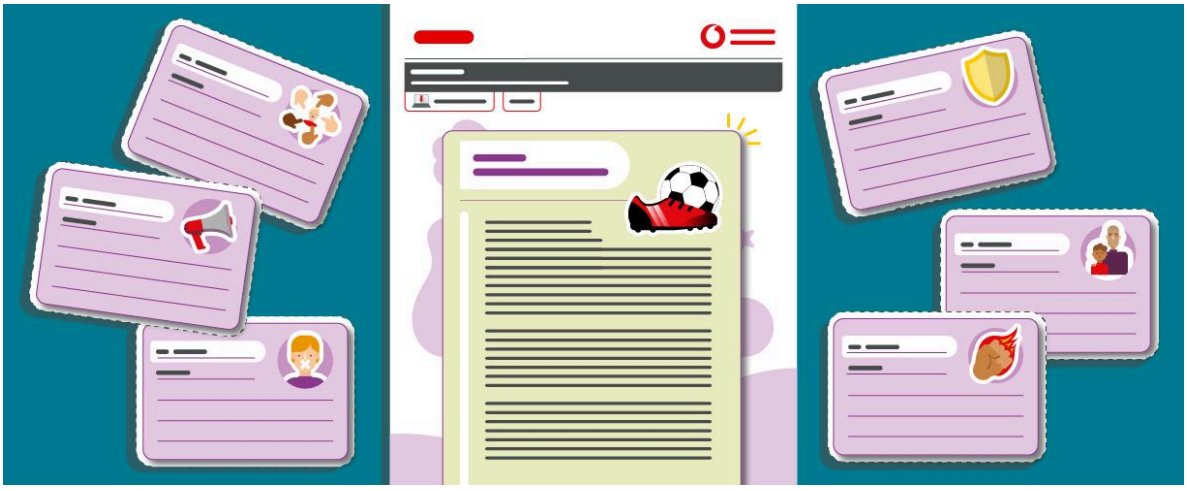
Ανάλυση περιστατικών διαδικτυακού εκφοβισμού

(20 λεπτά)

Εξηγήστε τώρα ότι, σε ομάδες, θα αναλύσουν ένα περιστατικό διαδικτυακού εκφοβισμού.

Χωρίστε τους μαθητές και τις μαθήτριες σε ομάδες και μοιράστε ένα φύλλο από το έγγραφο με τα περιστατικά (το οποίο δείχνει ένα από τα δύο πιθανά), το έγγραφο με τις κάρτες ρόλων και τα υλικά γραφής/κοπής.

Ζητήστε τους να κόψουν τις κάρτες από το έγγραφο με τους ρόλους.



Πείτε τους ότι η πρώτη τους εργασία είναι να διαβάσουν προσεκτικά όλο το περιεχόμενο, τόσο την περιγραφή του περιστατικού όσο και τις κάρτες, και να αναγνωρίσουν ποιος χαρακτήρας αντιστοιχεί σε καθέναν από τους ρόλους των καρτών, γράφοντας το όνομά του στην κάρτα.

Παρατηρήστε και εποπτεύστε τη δουλειά των ομάδων και διορθώστε όπου χρειάζεται. Μπορείτε να στηριχθείτε στον οδηγό υποστήριξης (διαθέσιμο για λήψη).

Όταν οι ομάδες τελειώσουν, εξηγήστε τι μπορεί να κάνει καθένας από αυτούς τους ρόλους για να αποτρέψει το περιστατικό διαδικτυακού εκφοβισμού, να βοηθήσει να σταματήσει ή να βελτιώσει τη γενικότερη κατάσταση.

Πληροφορίες για εκπαιδευτικούς (τι μπορεί να κάνει κάθε ρόλος): Καθένας από τους ρόλους που εμπλέκονται σε ένα περιστατικό διαδικτυακού εκφοβισμού μπορεί να συμβάλει στη βελτίωση της κατάστασης, είτε παίρνοντας μέτρα πρόληψης, είτε βοηθώντας άμεσα τον στόχο, είτε αποτρέποντας την περαιτέρω εξάπλωση του περιστατικού. Ακολουθούν μερικά παραδείγματα του τι μπορεί να κάνει κάθε ρόλος:

- **Στόχος (το πρόσωπο που θίγεται):** βάλε σε προτεραιότητα τη φροντίδα του εαυτού σου, κάνε αποκλεισμό (block), αποθήκευσε αποδεικτικά στοιχεία και ζήτα βοήθεια, χωρίς να ανταποδίδεις την επίθεση, ώστε να μην τροφοδοτείς τη σύγκρουση.
  - *Πρόληψη:* ρύθμισε στο μέγιστο τις επιλογές ιδιωτικότητας και απόφυγε να μοιράζεσαι προσωπικό ή ευαίσθητο περιεχόμενο, ακόμη και σε κύκλους εμπιστοσύνης.
- **Ενισχυτής:** σταμάτησε τη διάδοση, διάγραψε ό,τι κοινοποιήθηκε και απόσυρε κάθε δημόσια στήριξη προς την επίθεση.
  - *Πρόληψη:* αναρωτήσου αν το περιεχόμενο ταπεινώνει κάποιον πριν αλληλεπιδράσεις· θυμήσου ότι κάθε αλληλεπίδραση μπορεί να διευρύνει ή να περιορίσει την έκταση του περιστατικού.
- **Σιωπηλός Παρατηρητής:** σπάσε την απομόνωση, ανέφερε (report) το περιεχόμενο ανώνυμα και στείλε ένα ιδιωτικό μήνυμα στήριξης στο πρόσωπο που δέχεται τον εκφοβισμό.
  - *Πρόληψη:* απόφυγε να δίνεις προβολές ή σημασία σε αναρτήσεις που γελοιοποιούν άλλους. Αφαίρεσε το «κοινό» από όποιον προσπαθεί να ταπεινώσει, ώστε ο εκφοβισμός να χάσει το «ακροατήριό» του και τον κοινωνικό του σκοπό.
- **Υπερασπιστής:** στάσου δίπλα στη διαχείριση, βοήθησε με τα αποδεικτικά στοιχεία και πρόσφερε συναισθηματική επιβεβαίωση, χωρίς να μπαίνεις σε άμεσους καβγάδες με το πρόσωπο που επιτίθεται.
  - *Πρόληψη:* ενθάρρυνε θετικές ομάδες συνομιλίας και μείνε σε εγρήγορση για αλλαγές στη διάθεση ή απομόνωση ανάμεσα στους φίλους σου.
- **Αντιτιθέμενος:** χρησιμοποίησε διεκδικητικότητα, βάλε δημόσια όρια και ξεκαθάρισε ότι η κοροϊδία δεν είναι αποδεκτή ούτε αστεία.
  - *Πρόληψη:* πάρε την πρωτοβουλία να θεσπιστούν κανόνες σεβασμού στις ομάδες εμπιστοσύνης, πριν προκύψουν συγκρούσεις.
- **Έμπιστος Ενήλικας:** δράσε με ψυχραιμία, πρόσφερε ενεργητική ακρόαση και απόφυγε να αφαιρέσεις τις συσκευές, ώστε να μην αποθαρρύνεις το αίτημα για βοήθεια.
  - *Πρόληψη:* χτίσε μια καθημερινή σχέση εμπιστοσύνης, ώστε οι μαθητές και οι μαθήτριες να νιώθουν ότι το να ενημερώσουν δεν συνεπάγεται κρίσεις ή τιμωρίες.

Στη συνέχεια, ανακοινώστε τους την τελευταία εργασία της συνάντησης: να γράψουν στο κάτω μέρος κάθε κάρτας ρόλου τι θα μπορούσε να είχε κάνει καλύτερα το συγκεκριμένο πρόσωπο στο περιστατικό που ανέλυσαν. Στον οδηγό υποστήριξης (διαθέσιμο για λήψη) θα βρείτε μερικά παραδείγματα.

Συμπεράσματα και μελλοντικές προοπτικές:

Συμπέρασμα

(5 λεπτά)

Για να κλείσετε τη συνάντηση, μοιραστείτε και τα δύο περιστατικά (ώστε όλοι και όλες να τα γνωρίζουν) και ζητήστε εθελοντές/εθελόντριες να σχολιάσουν κάποιες από τις κάρτες που τους φαίνονται πιο σημαντικές.

Επέκταση ή διαφοροποίηση / Περαιτέρω ιδέες:

Αν υπάρχει περισσότερος διαθέσιμος χρόνος ή αν οι μαθητές και οι μαθήτριες προχωρούν πιο γρήγορα από το αναμενόμενο, μπορείτε να:

- Αυξήσετε τον χρόνο που αφιερώνετε στη συζήτηση για κάθε ερώτηση της έρευνας.
- Ζητήσετε από την τάξη να κάνει μια αναζήτηση στο διαδίκτυο για πραγματικά περιστατικά διαδικτυακού εκφοβισμού και τις συνέπειές τους, και να αναλύσει τους ρόλους που εμπλέκονται σε αυτά.

Λιγότερος χρόνος;

Αν υπάρχει λιγότερος διαθέσιμος χρόνος, μπορείτε να:

- Μειώσετε τη συζήτηση μετά από κάθε ερώτηση της έρευνας.
- Εκτυπώσετε ένα έγγραφο με τα περιστατικά ανά ομάδα και να μοιράσετε το ίδιο σε όλες, απλοποιώντας έτσι τον διαμοιρασμό των συμπερασμάτων.

Αξιολόγηση

Για να διασφαλίσετε ότι οι μαθητές και οι μαθήτριές σας πέτυχαν τους στόχους που τέθηκαν για αυτή τη δραστηριότητα, προτείνουμε να τους παρατηρείτε καθώς εξελίσσεται η συνάντηση και να ελέγξετε αν:

- Συμμετέχουν στις συζητήσεις και αναστοχάζονται πάνω στις ερωτήσεις της έρευνας.
- Αναλύουν σωστά το περιστατικό διαδικτυακού εκφοβισμού που τους ανατέθηκε, αναγνωρίζοντας κάθε ρόλο και σκεπτόμενοι μια δράση που θα μπορούσε να είχε γίνει για να βελτιωθεί η κατάσταση.

Καλό είναι επίσης να αναλογιστείτε αν οι μαθητές και οι μαθήτριες απόλαυσαν τη δραστηριότητα και αν ο χρόνος και τα υλικά που δόθηκαν ήταν κατάλληλα για την υλοποίησή της.

Παράρτημα 1 - Περιστατικά διαδικτυακού εκφοβισμού

Περιστατικό 1:
Ο λογαριασμός των εξομολογήσεων



Μια Δευτέρα, ένα ανώνυμο προφίλ με το όνομα «@Mystika_Sofias» εμφανίστηκε στο Instagram και άρχισε να δημοσιεύει ψεύτικες φήμες για την προσωπική ζωή της **Σοφίας**. Ο λογαριασμός ανέβαζε περιεχόμενο πολύ επιθετικά, επιδιώκοντας γρήγορες αντιδράσεις. Ο **Μάριος**, βλέποντας μια ευκαιρία να κερδίσει ακόλουθους, άρχισε να κάνει tag άτομα από άλλα σχολεία στις αναρτήσεις και να τις μοιράζεται στις δικές του ιστορίες (stories) με το μήνυμα «πρέπει να το δείτε αυτό, δεν παίζει».

Η Ελένη έβλεπε κάτι καινούριο για τη φίλη της να εμφανίζεται κάθε ώρα. Ένιωθε παγωμένη μπροστά στην κατάσταση, κοιτάζοντας ξανά και ξανά την οθόνη, χωρίς να ξέρει πώς να αντιδράσει χωρίς να χειροτερέψει τα πράγματα. Από την άλλη, η **Χλόη** αποφάσισε να δράσει άμεσα και έγραψε ένα σχόλιο στην πιο πρόσφατη ανάρτηση του λογαριασμού: «Γιατί κρύβεσαι πίσω από ένα ψεύτικο προφίλ για να λες ψέματα για κάποιον; Αυτό είναι εκφοβισμός και έχουμε ήδη αρχίσει να αναφέρουμε (report) τον λογαριασμό».

Ενώ η Χλόη δέχτηκε κάποιες επιθέσεις για το σχόλιό της, ο **Χάρης** εστίασε σε αυτό που είχε σημασία: τη Σοφία. Της έστειλε ένα ηχητικό μήνυμα (voice) στήριξης και προσφέρθηκε να πάνε μαζί να μιλήσουν στον σύμβουλο σχολικής ζωής, ώστε να ξέρει ότι δεν ήταν μόνη της στη διαδικασία της αναφοράς. Ο Χάρης βοήθησε μάλιστα τη Σοφία να συγκεντρώσει τα ονόματα (handles) των προφίλ που σχολίαζαν περισσότερο, ώστε να υπάρχουν ξεκάθαρα αποδεικτικά στοιχεία για τον συντονισμένο εκφοβισμό που δεχόταν από κάποιους/κάποιες μαθητές/τριες.

Τελικά, ο σύμβουλος σχολικής ζωής, ο **κ. Ιωάννου**, παρενέβη αποτελεσματικά. Οργάνωσε μια έκτακτη συνάντηση με τους εκπροσώπους των τμημάτων κάθε τάξης, για να εξηγήσει πώς αναγνωρίζουμε τέτοια προφίλ και πώς προχωράμε ώστε η πλατφόρμα να τα κλείσει για παρενόχληση. Ο κ. Ιωάννου συνεργάστηκε με τη Σοφία και την οικογένειά της, ώστε να νιώσει προστατευμένη στο σχολείο, καταφέρνοντας να διαγραφεί ο λογαριασμός εξομολογήσεων και να σταματήσει εντελώς το κλίμα του «βλαβερού κουτσομπολιού».

Παράρτημα 1 - Περιστατικά διαδικτυακού εκφοβισμού

Περιστατικό 2:
Η ομάδα της ποδοσφαιρικής παρέας



Μια παρέα φίλων έφτιαξε μια ομάδα στο WhatsApp για να οργανώνει ποδοσφαιρικούς αγώνες, όμως τα πράγματα άλλαξαν όταν ο Γιώργος έκανε ένα λάθος στον τελευταίο αγώνα και

έχασαν. Ο **Σάββας** βρήκε την ευκαιρία να ηχογραφήσει ένα ηχητικό μήνυμα κοροϊδεύοντας τα φωνητικά μηνύματα του **Γιώργου**, στα οποία παραδεχόταν το λάθος του, και το ανέβασε στο TikTok με γελοία μουσική υπόκρουση. Το βίντεο έγινε viral στο σχολείο. Η Βασιλική, που ήταν στην αρχική ομάδα, είδε το βίντεο και το προώθησε σε τρεις άλλες παρέες εκτός σχολείου, συνοδεύοντάς το με πολλά emoji που γελούν, για να μη σταματήσει η αλυσίδα.

Στην ίδια ομάδα ήταν και ο **Νίκος**, που άκουσε τα γέλια στον διάδρομο και είδε τον Γιώργο να κάθεται μόνος του στο διάλειμμα. Παρόλο που ένιωθε άσχημα γι' αυτόν, προτίμησε να κρύψει το κινητό του στην τσάντα και να κάνει ότι δεν ήξερε τίποτα, για να μη θεωρηθεί το «καρφί» της τάξης. Αντίθετα, ο Λεωνίδας πλησίασε την παρέα που έβλεπε το βίντεο στην αυλή και τους είπε: «Αυτό που κάνατε είναι δειλία· χρησιμοποιείτε ένα ιδιωτικό ηχητικό για να κοροϊδεύετε έναν συμμαθητή· σβήστε το τώρα, αλλιώς θα το πω στον γυμναστή, τον **κ. Δημητρίου**».

Βλέποντας ότι ο Γιώργος δεν ήθελε πια ούτε να ανοίξει το κινητό του, η **Κατερίνα** πήγε να τον βρει στη βιβλιοθήκη. Τον βοήθησε να ρυθμίσει τις επιλογές ιδιωτικότητάς του, ώστε κανείς να μην μπορεί να τον προσθέτει σε ομάδες χωρίς την άδειά του, και του πρότεινε να κάνουν κάτι διαφορετικό εκείνο το απόγευμα, ώστε να μην είναι κολλημένος στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Λίγο αργότερα, η υποδιευθύντρια, η **κ. Παπαδοπούλου**, παρενέβη μετά από μια αναφορά (report). Κάλεσε τους υπεύθυνους και, πέρα από την εφαρμογή των κανόνων, οργάνωσε μια συνάντηση διαμεσολάβησης, όπου ανέλυσαν πώς ένα ιδιωτικό ηχητικό δεν θα έπρεπε ποτέ να είχε βγει από εκείνον τον κύκλο εμπιστοσύνης.

Παράρτημα 2 - Κάρτες ρόλων

Ρόλος: **Στόχος**



Όνομα:

Ρόλος: **Ενισχυτής**



Όνομα:

Ρόλος: **Σιωπηλός Παρατηρητής**



Όνομα:

Παράρτημα 2 - Κάρτες ρόλων

Ρόλος: **Υπερασπιστής**



Όνομα:

Ρόλος: **Αντιτιθέμενος**



Όνομα:

Ρόλος: **Έμπιστος Ενήλικας**



Όνομα:

Παράρτημα 3 - Οδηγός υποστήριξης για τον/την εκπαιδευτικό

Έρευνα

Γενικά

Αν και ο στόχος της έρευνας είναι να αναδείξει τη συνολική εικόνα της τάξης, προτείνουμε να πλαισιώνουμε την ανάλυση ως «πώς αυτά τα μοτίβα συμβάλλουν στην εξάπλωση του προβλήματος και πώς μπορούμε να τα διακόψουμε» και όχι ως «τι είναι φυσιολογικό».

Αν τα αποτελέσματα δείξουν ότι η βλαβερή συμπεριφορά είναι συχνή, προτείνουμε να ενισχύσουμε ρητά το μήνυμα προς τους μαθητές και τις μαθήτριες ότι το γεγονός πως κάτι είναι συνηθισμένο δεν σημαίνει ότι είναι σωστό να γίνεται.

Ερωτήσεις

Τίτλος: Ψηφιακή συνύπαρξη στο περιβάλλον μας

1 Με μία λέξη ή μια πολύ σύντομη φράση: Τι σημαίνει για σένα σήμερα ο διαδικτυακός εκφοβισμός;

Τύπος: Σύντομο κείμενο.

Μας επιτρέπει να δούμε αν η οπτική είναι ατομική (π.χ. «προσβολή») ή κοινωνική (π.χ. «απομόνωση», «ταπείνωση μπροστά σε όλους»).

Αν οι απαντήσεις εστιάζουν μόνο στο ότι το μήνυμα είναι ανάρμοστο, είναι η στιγμή να πούμε: «Γράψατε πολλές λέξεις για το μήνυμα, αλλά λίγες για το ποιος το βλέπει. Θα δούμε γιατί το κοινό έχει τόση σημασία».

2 Πόσο γρήγορα νομίζεις ότι εξαπλώνεται ένα "sticker" ή μια ντροπιαστική φωτογραφία στις ομάδες του περιβάλλοντός σου;

Τύπος: Πολλαπλής επιλογής.

Α) Σε λιγότερο από 5 λεπτά: "πετάει".
Β) Μέσα στη μέρα.
Γ) Συνήθως μένει σε μια μικρή ομάδα και δεν βγαίνει από εκεί.

Κάνει ορατή την απώλεια ελέγχου. Αν επιλεγεί κυρίως η Α (λιγότερο από 5 λεπτά), μπορούμε να εξηγήσουμε ότι η ταχύτητα του δικτύου ακυρώνει την ικανότητα για σκέψη. Μετατρέπει τον Ενισχυτή σε κάποιον που δρα παρορμητικά, σχεδόν χωρίς να σκέφτεται τη βλάβη.

3 Όταν κάποιος/κάποια κρίνεται σκληρά σε μια ομάδα της τάξης χωρίς να είναι παρών/παρούσα, τι συμβαίνει συνήθως πιο συχνά;

Τύπος: Πολλαπλής επιλογής.

Α) Πολλοί διαβάζουν αλλά σχεδόν κανείς δεν γράφει κάτι.
Β) Αρκετοί μπαίνουν στην κριτική ή στέλνουν emoji που γελούν.
Γ) Υπάρχει πάντα κάποιος/κάποια που ζητά να αλλάξει το θέμα.

Είναι η «δοκιμασία της αλήθειας» για τον Σιωπηλό Μάρτυρα. Αν βγει η Α (διαβάζουν χωρίς να λένε κάτι), μπορούμε να αναγνωρίσουμε ότι είναι η πιο συχνή λόγω φόβου, αλλά ότι αυτή η σιωπή είναι το «οξυγόνο» που χρειάζεται όποιος ασκεί την επίθεση. Είναι η στιγμή να εισαγάγουμε την ιδέα ότι το «να μην κάνω τίποτα» είναι κι αυτό μια κοινωνική στάση.

4 Χωρίς να αναφέρεις ονόματα: ποιο είναι το πιο αποτελεσματικό πράγμα που έχεις δει κάποιον/κάποια να κάνει, ή έκανες εσύ, για να σταματήσει η "κακή ενέργεια" στο διαδίκτυο;

Τύπος: Σύντομο κείμενο.

Χρησιμεύει για να εντοπίσουμε τι θεωρούν θετική ηγεσία (Αντιτιθέμενος). Αν κάποιος/κάποια γράψει «τον/την υπερασπιστήκαμε ιδιωτικά», έχουμε ήδη τη γέφυρα για να μιλήσουμε για τον ρόλο του Υπερασπιστή.

5 Σχετικά με τη χρήση στιγμιότυπων οθόνης (screenshots) από ιδιωτικές συνομιλίες, για να σχολιαστούν σε άλλες ομάδες: πόσο συχνό είναι;

Τύπος: Πολλαπλής επιλογής.

Α) Καθημερινό· γίνεται από συνήθεια.
Β) Μόνο όταν υπάρχουν καβγάδες ή έντονο "δράμα".
Γ) Σχεδόν ποτέ· η ιδιωτικότητα της συνομιλίας είναι σεβαστή.

Δουλεύει πάνω στη διεύρυνση του κοινού. Αν παραδεχτούν ότι είναι κάτι καθημερινό (Α), μπορούμε να συζητήσουμε πόσο γρήγορα χάνεται η ιδιωτικότητα όταν το περιεχόμενο «φωτογραφίζεται» (screenshot) ή προωθείται πέρα από το αρχικό του πλαίσιο. Μας επιτρέπει να εξηγήσουμε πώς ο Ενισχυτής μετατρέπει μια σύγκρουση 2 ατόμων σε πρόβλημα 100 ατόμων.

6 Πόση εμπιστοσύνη υπάρχει ότι ένας έμπιστος ενήλικας (εκπαιδευτικός ή οικογένεια) μπορεί να βοηθήσει να λυθεί ένα ψηφιακό "μπέρδεμα" χωρίς να χειροτερέψει την κατάσταση;

Τύπος: Πολλαπλής επιλογής.

Α) Πολλή: ξέρουμε ότι θα αντιδράσει με ψυχραιμία.
Β) Τους εμπιστευόμαστε μόνο για πολύ σοβαρά περιστατικά.
Γ) Προτιμούμε να το λύσουμε μεταξύ μας, για να μη μας πάρουν τα κινητά.

Αν βγει η Γ, είναι η ιδανική ευκαιρία να τους ρωτήσουμε: «Τι θα έπρεπε να κάνει ένας έμπιστος ενήλικας, ώστε εκείνη η στήλη στο γράφημα να ανέβει προς την επιλογή Α;»

7 Αν μια ταπεινωτική ανάρτηση διαγραφεί μετά από 10 λεπτά επειδή κάποιος μετάνιωσε, τι ίχνος νομίζεις ότι αφήνει στην ομάδα;

Τύπος: Σύντομο κείμενο.

Ανατρέπει τον μύθο ότι «αν διαγραφεί, τελείωσε». Οι απαντήσεις είναι συνήθως πολύ ώριμες εδώ (π.χ. «η ντροπή μένει»). Μπορούμε να το αξιοποιήσουμε για να εξηγήσουμε ότι ο αντίκτυπος στον στόχο διαρκεί πάντα περισσότερο από τη διάρκεια της ανάρτησης στο δίκτυο.

8 Αν κάποιος/κάποια δέχεται επιθέσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, ποια είναι η πιο συνηθισμένη μορφή στήριξης στο περιβάλλον σου;

Τύπος: Πολλαπλής επιλογής.

Α) Ιδιωτικά μηνύματα στήριξης, όπως "είσαι καλά;".
Β) Δημόσια σχόλια υπεράσπισης στην ίδια ανάρτηση.
Γ) Συνήθως δεν λέγεται τίποτα, από φόβο μήπως γίνει κανείς ο επόμενος στόχος.

Αναλύει την ασφάλεια της ομάδας. Αν προκύψει ότι η στήριξη γίνεται μόνο μέσω ιδιωτικών μηνυμάτων (Α), είναι επειδή η ομάδα φοβάται αντίποινα. Είναι η ευκαιρία να μιλήσουμε για το πώς η ιδιωτική στήριξη βοηθά τον στόχο να μη νιώθει μόνος, ενώ η δημόσια στήριξη μπορεί ορισμένες φορές να βοηθήσει στη διακοπή της επίθεσης, ανάλογα με το πλαίσιο και το επίπεδο του κινδύνου.

9 **Ποιος παράγοντας νομίζεις ότι δίνει σε κάποιον/κάποια τη μεγαλύτερη "δύναμη" να προκαλέσει βλάβη στο διαδίκτυο σήμερα;**

Τύπος: Πολλαπλής επιλογής.

Α) Η ανωνυμία (ψεύτικα ή δευτερεύοντα προφίλ).
Β) Το να είναι κάποιος/κάποια δημοφιλής ή με πολλούς ακόλουθους.
Γ) Το να έχει φωτογραφίες, βίντεο ή μυστικά άλλων.

Αποδομεί την ανισότητα δύναμης. Αν κερδίσει η ανωνυμία (Α), μπορούμε να εξηγήσουμε ότι το να κρύβεται κανείς πίσω από ψεύτικους ή δευτερεύοντες λογαριασμούς μειώνει τη λογοδοσία και κάνει τη βλαβερή συμπεριφορά πιο εύκολη. Αν κερδίσει η δημοτικότητα (Β), μπορούμε να μιλήσουμε για το πώς η κοινωνική θέση χρησιμοποιείται ως όπλο.

10 **Τι συμβαίνει συνήθως όταν κάποιος/κάποια προσπαθεί να σταματήσει μια διαδικτυακή κοροϊδία λέγοντας "αυτό δεν είναι πια αστείο";**

Τύπος: Πολλαπλής επιλογής.

Α) Η ομάδα συνήθως το ξανασκέφτεται και το θέμα "ξεφουσκώνει".
Β) Τον/την αγνοούν και η συζήτηση συνεχίζεται σαν να μη συνέβη τίποτα.
Γ) Δέχεται επίθεση ή του/της κολλάνε ταμπέλες όπως "υπερβολικός/ή" ή "χαλάστρας".

Αν επιλεγεί κυρίως η Β ή η Γ, μπορούμε να δουλέψουμε πάνω στο γιατί είναι τόσο δύσκολο να είσαι Αντιτιθέμενος και ποια «τεχνικά» εργαλεία (όπως η μαζική αναφορά/report ή η ιδιωτική στήριξη) μπορούν να χρησιμοποιήσουν για να επηρεάσουν την ομάδα, χωρίς να εκτίθενται τόσο ατομικά.

Περιστατικά διαδικτυακού εκφοβισμού

Περιστατικό 1: Ο λογαριασμός των εξομολογήσεων

Ρόλος	Όνομα	Τι θα μπορούσε να είχε κάνει καλύτερα;
Στόχος	Σοφία	Θα μπορούσε να είχε αποφύγει να διαβάζει ξανά και ξανά τα σχόλια, ώστε να μειώσει τη δυσφορία, και να είχε αποθηκεύσει νωρίς στιγμιότυπα οθόνης ως αποδεικτικά στοιχεία για την αναφορά και τη στήριξη.
Ενισχυτής	Μάριος	Θα έπρεπε να είχε αναλογιστεί την πραγματική επίδραση του «κουτσομπολιού»· η βελτίωσή του θα ήταν να διαγράψει τις αναφορές (mentions) και να ζητήσει από τους γνωστούς του να σταματήσουν να ακολουθούν τον λογαριασμό.
Σιωπηλός Μάρτυρας	Ελένη	Το βασικό της βήμα θα ήταν να σταματήσει να δίνει προσοχή στον λογαριασμό (αφαιρώντας το κοινό του) και να τον αναφέρει, ιδανικά με έναν τρόπο που μειώνει την έκθεσή της και βοηθά να έρθει στήριξη.

Υπερασπιστής	Χάρης	Πέρα από το μήνυμα, θα μπορούσε να είχε βοηθήσει τη Σοφία να αποκλείσει (block) τον λογαριασμό στη συσκευή της, ώστε να σταματήσει να λαμβάνει βλαβερές ειδοποιήσεις.
Αντιτιθέμενος	Χλόη	Έκανε εξαιρετική δουλειά, αλλά θα μπορούσε να είχε ενθαρρύνει και άλλους να αναφέρουν τον λογαριασμό, ώστε η αντίδραση να γίνει συλλογική και όχι μόνο λεκτική.
Έμπιστος Ενήλικας	κ. Ιωάννου	Θα μπορούσε να είχε δράσει νωρίτερα, προληπτικά, με συζητήσεις για την ανωνυμία, ώστε η ομάδα να ξέρει τι να κάνει πριν καν εμφανιστεί ο λογαριασμός.

Περιστατικό 2: Η ομάδα της ποδοσφαιρικής παρέας

Ρόλος	Όνομα	Τι θα μπορούσε να είχε κάνει καλύτερα;
Στόχος	Γιώργος	Θα μπορούσε να είχε ρυθμίσει νωρίτερα τις επιλογές ιδιωτικότητάς του (πρόληψη) και, μετά το περιστατικό, να μην είχε απομονωθεί, αλλά να είχε αναζητήσει αμέσως τον Λεωνίδα ή την Κατερίνα.
Ενισχυτής	Βασιλική	Η βελτίωσή της θα ήταν να καταλάβει ότι η προώθηση ιδιωτικού περιεχομένου είναι προδοσία εμπιστοσύνης, όχι αστείο· θα έπρεπε να είχε διαγράψει το βίντεο από τις συνομιλίες της.
Σιωπηλός Μάρτυρας	Νίκος	Η καλύτερη επιλογή του θα ήταν να στείλει μια ανώνυμη αναφορά στο σχολείο ή στην πλατφόρμα, βοηθώντας χωρίς να χρειαστεί να εκτεθεί στους άλλους.
Υπερασπιστής	Κατερίνα	Πέρα από το να σταθεί δίπλα στον Γιώργο, θα μπορούσε να είχε προτείνει να αποθηκεύσουν τα αποδεικτικά στοιχεία του βίντεο στο TikTok, προτού τα σβήσει ο θύτης και χαθούν.
Αντιτιθέμενος	Λεωνίδας	Έδρασε με θάρρος, αλλά θα μπορούσε να είχε ενισχύσει το μήνυμά του προτείνοντας στην ομάδα μια επανορθωτική πράξη (όπως μια συγγνώμη στην ίδια συνομιλία).
Έμπιστος Ενήλικας	κ. Παπαδοπούλου	Η προληπτική της βελτίωση θα ήταν να είχε θεσπίσει σαφείς κανόνες για τη χρήση συσκευών και ηχογραφήσεων στο σχολείο, πριν συμβεί το περιστατικό.