

# Cyberbullying

## Τι είναι ο παραδοσιακός εκφοβισμός (bullying);

Όταν ένα άτομο ή μια ομάδα επαναλαμβάνονται

- προσβάλλει
- απειλεί
- κοροϊδεύει
- **πληγώνει** κάποιον πιο αδύναμο στον **φυσικό χώρο**, όπως στο σχολείο

## Τι είναι το cyberbullying;

Το **cyberbullying** είναι ο εκφοβισμός που γίνεται μέσω **ψηφιακών μέσων** όπως:

- **κοινωνικά δίκτυα**
- **εφαρμογές μηνυμάτων**
- **διαδικτυακά παιχνίδια**

## Bullying vs Cyberbullying

Το **Cyberbullying** είναι ιδιαίτερα **σοβαρό** γιατί:

- μπορεί να συμβαίνει **οποιαδήποτε στιγμή**
- μπορεί να έχει **μεγάλο κοινό**
- έχει συχνά **μόνιμο χαρακτήρα** καθώς το περιεχόμενο μπορεί να παραμείνει αποθηκευμένο στο διαδίκτυο και να συνεχίσει να επηρεάζει το θύμα

## Αντιμετώπιση Cyberbullying

- Σταματάμε αμέσως την επικοινωνία με το θύτη
- Εμπιστευόμαστε στους γονείς μας ή σε κάποιο ενήλικα τον εκφοβισμό που έχουμε δεχθεί
- Δεν προωθούμε εκφοβιστικά μηνύματα
- Αν γνωρίζουμε κάποιο φίλο που είναι θύτης τον συμβουλεύουμε να σταματήσει
- Φιλτράρουμε ηλεκτρονικά μηνύματα από άτομα που μάς παρενοχλούν και μπλοκάρουμε την πρόσβασή τους στο ιστολόγιό μας
- Επικοινωνούμε με τη Γραμμή Βοήθειας και Καταγγελιών 1480