



Διαδικτυακή Βία Κατά των Γυναικών και των Κοριτσιών (CVAWG)

Διαδικτυακή Παρενοχλητική
Παρακολούθηση



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

ΟΡΙΣΜΟΣ ΠΑΡΕΝΟΧΛΗΤΙΚΗΣ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ



“ Η παρενοχλητική παρακολούθηση είναι η εκούσια και επαναλαμβανόμενη εμπλοκή σε απειλητική συμπεριφορά που απευθύνεται σε ένα άλλο άτομο, προκαλώντας του φόβο για την ασφάλειά του.



Ερωτήσεις για τους συμμετέχοντες:

Γνωρίζετε τι είναι η παρενόχληση;

Έχετε ακούσει αυτόν τον όρο ξανά;

Τι νομίζετε ότι σημαίνει;

Μπορείτε να φανταστείτε τι είναι;

Πώς σας έκανε να νιώσετε;

Πληροφορίες προς κοινοποίηση:

Η Σύμβαση του Συμβουλίου της Ευρώπης για την πρόληψη και την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας (Κωνσταντινούπολη, 11.V.2011) αναφέρθηκε για πρώτη φορά στον όρο παρενόχληση ως εξής:

Η παρενοχλητική παρακολούθηση είναι η εκ προθέσεως επανειλημμένη εμπλοκή σε απειλητική συμπεριφορά που απευθύνεται σε άλλο άτομο, προκαλώντας του φόβο για την ασφάλειά του, και ποινικοποιείται (άρθρο 34).

ΟΡΙΣΜΟΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗΣ ΠΑΡΕΝΟΧΛΗΤΙΚΗΣ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ



Η διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση είναι η εκούσια και επαναλαμβανόμενη εμπλοκή σε απειλητική συμπεριφορά, που απευθύνεται σε άλλο άτομο, χρησιμοποιώντας ψηφιακές τεχνολογίες και προκαλώντας του φόβο για την ασφάλειά του.



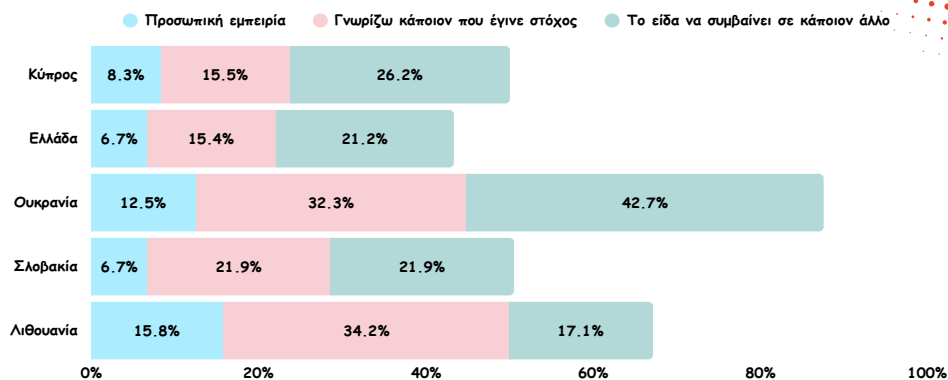
Πληροφορίες προς κοινοποίηση:

Στη συνέχεια, η ΟΔΗΓΙΑ (ΕΕ) 2024/1385 ΤΟΥ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ ΚΟΙΝΟΒΟΥΛΙΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ της 14ης Μαΐου 2024 για την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας, περιλαμβάνει διατάξεις για την διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση.

Το αδίκημα της διαδικτυακής παρενοχλητικής παρακολούθησης καλύπτει την επαναλαμβανόμενη ή συνεχή παρακολούθηση, μέσω ΤΠΕ, του θύματος χωρίς τη συγκατάθεση του θύματος ή νόμιμη άδεια.

Η διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση είναι μια σύγχρονη μορφή βίας που συχνά διαπράττεται εναντίον μελών της οικογένειας ή ατόμων που ζουν στο ίδιο νοικοκυριό με τον δράστη, αλλά διαπράττεται επίσης από πρώην συντρόφους ή γνωστούς. Συνήθως, η τεχνολογία χρησιμοποιείται καταχρηστικά από τον δράστη για να εντείνει την καταναγκαστική και ελεγκτική συμπεριφορά, τη χειραγώγηση και την επιτήρηση, αυξάνοντας έτσι τον φόβο, το άγχος και τη σταδιακή απομόνωση του θύματος από φίλους, οικογένεια και εργασία.

Έρευνα CyberEqual



Σύμφωνα με πρόσφατες μελέτες, σχεδόν 1 στις 3 γυναίκες παγκοσμίως έχει βιώσει κάποια μορφή βίας λόγω φύλου.

Με την άνοδο της ψηφιακής τεχνολογίας, πολλές αντιμετωπίζουν βία και στο διαδίκτυο, από επιβλαβή μηνύματα έως απειλές.

Η έρευνα CVAWG υλοποιήθηκε στο πλαίσιο του έργου «CyberEqual», ενός έργου που συγχρηματοδοτείται από το πρόγραμμα Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης, με στόχο τη χαρτογράφηση της συχνότητας εμφάνισης της βίας στον κυβερνοχώρο κατά των γυναικών και των κοριτσιών στην Κύπρο, την Ελλάδα, την Ουκρανία, τη Σλοβακία και τη Λιθουανία. 467 γυναίκες, ηλικίας 15 έως 35 ετών, συμμετείχαν στη μελέτη, εκ των οποίων το 76% ανέφερε ότι είχε βιώσει, ήταν μάρτυρας ή γνώριζε κάποιον που είχε βιώσει CVAWG.

Όσον αφορά την διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση, η συχνότητα εμφάνισης ανά χώρα φαίνεται στο τρέχον σχήμα.

Αυτοί οι αριθμοί δείχνουν ότι η CVAWG δεν συμβαίνει μόνο σε ένα μέρος. Είναι ένα παγκόσμιο πρόβλημα που επηρεάζει εκατομμύρια σε διαφορετικές χώρες και κοινότητες.

ΝΟΜΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Ο περί της
Προστασίας από
Παρενόχληση και
Παρανοχλητική
Παρακολούθηση
Νόμος του 2021
(Ν. 114(Ι)/2021)

Ευρώπη

Οδηγία (ΕΕ) 2024/1385
για την καταπολέμηση της
βίας κατά των γυναικών
και της εξ οικείων βίας.

Κύπρος



Οι εταίροι θα πρέπει να συμπεριλάβουν τη νομοθεσία της χώρας τους σχετικά με την απειλή που αντιμετωπίζουν (αντικαταστήστε το ερωτηματικό, τη σημαία και διατηρήστε το όνομα της χώρας τους στο πλαίσιο). Μπορεί να προστεθεί μια ακόμη διαφάνεια, εάν είναι απαραίτητο.

Η ΟΔΗΓΙΑ (ΕΕ) 2024/1385 ΤΟΥ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ ΚΟΙΝΟΒΟΥΛΙΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ της 14ης Μαΐου 2024 για την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας, περιλαμβάνει διατάξεις για την διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση.

1. Λεπτομερώς, περιγράφει την διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση ως έγκλημα και τονίζει ότι τα εθνικά νομικά συστήματα θα πρέπει να ποινικοποιούν το φαινόμενο. Σύμφωνα με την Οδηγία, η ποινική ευθύνη θα πρέπει να περιορίζεται σε καταστάσεις στις οποίες η παρακολούθηση είναι πιθανό να προκαλέσει σοβαρή βλάβη στο θύμα. Κατά την αξιολόγηση του κατά πόσον μια πράξη είναι πιθανό να προκαλέσει σοβαρή βλάβη, η εστίαση θα πρέπει να είναι στο κατά πόσον η πράξη θα προκαλούσε συνήθως βλάβη σε ένα θύμα.

2. Η οδηγία τονίζει επίσης ότι τα κράτη μέλη θα πρέπει, εκτός από την καταγγελία αυτοπροσώπως, να προβλέπουν τη δυνατότητα καταγγελίας βίας κατά των γυναικών ή ενδοοικογενειακής βίας ηλεκτρονικά ή μέσω άλλων προσβάσιμων και ασφαλών ΤΠΕ, τουλάχιστον όσον αφορά τα κυβερνοεγκλήματα της μη συναινετικής αποκάλυψης προσωπικού ή χειραγωγημένου υλικού, της διαδικτυακής παρενόχλησης, του κυβερνοεκφοβισμού και της διαδικτυακής υποκίνησης βίας ή μίσους, όπως ορίζονται στην παρούσα οδηγία. Τα θύματα θα πρέπει να μπορούν να ανεβάζουν υλικό σχετικό με την καταγγελία τους, όπως στιγμιότυπα οθόνης της φερόμενης βίαιης συμπεριφοράς.

Ως προς το εγχώριο (ελληνικό) δίκαιο, το Άρθρο 333 ΠΚ προσδίδει ποινικό χαρακτήρα στο αδίκημα

της "διαδικτυακής παρενοχλητικής παρακολούθησης" τιμωρώντας το δράστη της πράξης για την επίμονη καταδίωξη ή παρακολούθηση του θύματος με διαρκή επαφή μέσω τηλεπικοινωνιακού/ηλεκτρονικού μέσου, παρά την αντίθετη βούλησή του, που προκαλεί τρόμο ή ανησυχία.

Ο Ν. 4624/2029 για την Προστασία Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα προστατεύει από την επεξεργασία προσωπικών πληροφοριών.

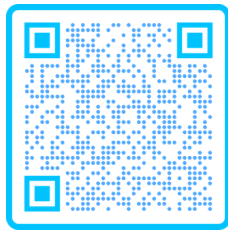
Ενώ οι διατάξεις 57 και 914 του Αστικού Κώδικα δίνουν τη δυνατότητα στην επιζώσα/ στον επιζώντα να διεκδικήσει αποζημίωση.

ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ Δ.Π.Π.

REMINDER

Η διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση είναι η επαναλαμβανόμενη χρήση ηλεκτρονικών επικοινωνιών για την παρενόχληση, τον εκφοβισμό ή τον έλεγχο ενός ατόμου.

Με ποια μέσα μπορεί να επιτευχθεί η Δ.Π.Π. ;



Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να συμμετάσχουν στο Slido και να απαντήσουν στην ερώτηση.

Εναλλακτικά, ζητήστε από κάποιους από αυτούς να απαντήσουν αυτοπροσώπως.

Ο κωδικός QR θα πρέπει να αντικατασταθεί ώστε να συμπεριλάβει τον σύνδεσμο του Slido που δημιουργήθηκε από κάθε εκπαιδευτή

ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ Δ.Π.Π.

Πλαστοπροσωπία

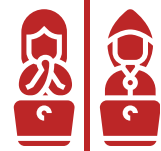
Συνεχής ανταλλαγή
μηνυμάτων/email

Παρακολούθηση της
δραστηριότητας στα μέσα
κοινωνικής δικτύωσης

Παραβίαση προσωπικών
λογαριασμών

Χρήση GPS
εντοπισμός
τοποθεσίας

Χρήση λογισμικών παρακολούθησης



Μέσα
Δ.Π.Π.



Η διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση μπορεί να διαπραχθεί με διάφορα μέσα, τα οποία υπογραμμίζουν τους ποικίλους και παρεμβατικούς τρόπους με τους οποίους μπορεί να γίνει κακή χρήση της τεχνολογίας.

Πρώτον, η πλαστοπροσωπία. Αυτό περιλαμβάνει τη δημιουργία ψεύτικων προφίλ ή λογαριασμών για την εξαπάτηση και τη χειραγώγηση του θύματος ή των γνωστών του.

Στη συνέχεια, η συνεχής αποστολή μηνυμάτων ή email μπορεί να βομβαρδίσει το θύμα, προκαλώντας δυσφορία και φόβο. Είναι αμείλικτη και μπορεί να φαίνεται αναπόφευκτη.

Η παρακολούθηση της δραστηριότητας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι μια άλλη μέθοδος. Παρακολουθώντας όλα όσα δημοσιεύει ένα θύμα, ένας stalker μπορεί να συλλέξει προσωπικές πληροφορίες και να τις χρησιμοποιήσει προς όφελός του.

Το GPS ή η παρακολούθηση τοποθεσίας επιτρέπει στους stalker να γνωρίζουν την τοποθεσία ενός θύματος ανά πάσα στιγμή. Αυτό δεν είναι μόνο επεμβατικό αλλά και πολύ ανησυχητικό.

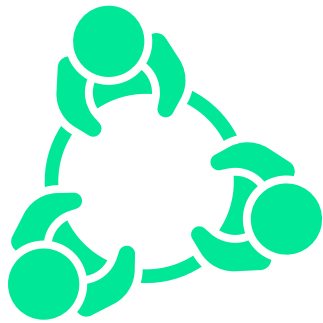
Η παραβίαση προσωπικών λογαριασμών αποτελεί σοβαρή παραβίαση της ιδιωτικής ζωής, θέτοντας σε κίνδυνο email, μέσα κοινωνικής δικτύωσης ή ακόμη και οικονομικές πληροφορίες.

Τέλος, η χρήση spyware ή stalkerware, μια πιο τεχνική προσέγγιση, επιτρέπει την παρακολούθηση σε πραγματικό χρόνο των δραστηριοτήτων ενός θύματος χωρίς τη γνώση του.

Κάθε μία από αυτές τις μεθόδους μπορεί να επηρεάσει σοβαρά την αίσθηση ασφάλειας και ευημερίας ενός θύματος. Είναι σημαντικό να κατανοήσετε αυτές τις τακτικές για να προστατεύσετε καλύτερα τον εαυτό σας και τους άλλους από την διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση.

ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ Δ.Π.Π.

Προσδιορίστε παράγοντες που μπορούν να συμβάλουν στην διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση



Ομάδα 1: Ατομικοί / Προσωπικοί Παράγοντες

Ομάδα 2: Τεχνολογικοί Παράγοντες

Ομάδα 3: Κοινωνικοί / Δομικοί Παράγοντες



Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε τρεις ομάδες.

Η Ομάδα 1 θα επικεντρωθεί σε Ατομικούς/Προσωπικούς Παράγοντες.

Η Ομάδα 2 θα επικεντρωθεί σε Τεχνολογικούς Παράγοντες.

Η Ομάδα 3 θα επικεντρωθεί σε Κοινωνικούς/Δομικούς Παράγοντες.

Εργασία για κάθε ομάδα:

Προσδιορίστε παραδείγματα παραγόντων που μπορούν να συμβάλουν στην Δ.Π.Π. .

Συζητήστε γιατί αυτοί οι παράγοντες καθιστούν την κυβερνοπαρακολούθηση δυνατή ή πιο πιθανή.

Κατανομή χρόνου:

Συζήτηση εντός ομάδων: 10 λεπτά

Παρουσίαση αποτελεσμάτων: 2-3 λεπτά ανά ομάδα

ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ Δ.Π.Π.



Ας εμβαθύνουμε στους παράγοντες που συμβάλλουν στην κυβερνοπαρακολούθηση. Πρώτον, έχουμε τους ατομικούς ή προσωπικούς παράγοντες. Αυτοί μπορεί να περιλαμβάνουν μια εμμονή ή μια ανθυγιεινή προσκόλληση, συναισθήματα απόρριψης, ζήλια, θυμό ή επιθυμία για εκδίκηση. Άτομα με χαμηλή αυτοεκτίμηση, ανασφάλεια ή μοναξιά μπορεί επίσης να είναι επιρρεπή σε τέτοιες συμπεριφορές. Ο ναρκισσισμός, η αίσθηση δικαιώματος, η κτητικότητα, καθώς και προβλήματα ψυχικής υγείας ή παραληρητικές πεποιθήσεις, μπορούν να συμβάλουν σημαντικά.

Στη συνέχεια, ας εξετάσουμε τους τεχνολογικούς παράγοντες. Η ανωνυμία που παρέχεται από το διαδίκτυο μπορεί να ενθαρρύνει τους δράστες. Η διαθεσιμότητα προσωπικών δεδομένων στο διαδίκτυο - είτε μέσω υπερβολικής κοινής χρήσης, αδύναμων ρυθμίσεων απορρήτου είτε διαρροών δεδομένων - αυξάνει τον κίνδυνο. Επιπλέον, η παρουσία εργαλείων hacking, spyware, εφαρμογών παρακολούθησης και παρακολούθησης GPS, καθώς και η κακή διαχείριση ή ασφάλεια σε ψηφιακές πλατφόρμες, μπορούν να διευκολύνουν αυτές τις επιβλαβείς ενέργειες.

Τέλος, έχουμε τους κοινωνικούς και δομικούς παράγοντες. Ένα σημαντικό ζήτημα είναι η έλλειψη ισχυρών νομικών πλαισίων ή η κακή εφαρμογή των υφιστάμενων νόμων. Αυτό μπορεί να δημιουργήσει ένα περιβάλλον όπου η διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση δεν αντιμετωπίζεται σωστά. Επιπλέον, υπάρχει η κοινωνική ή πολιτισμική εξομάλυνση των ελεγκτικών ή παρεμβατικών συμπεριφορών, η οποία μπορεί να διαιωνίσει περαιτέρω αυτό το ζήτημα.

Ένας άλλος παράγοντας είναι η έλλειψη ψηφιακού αλφαριθμητισμού και επίγνωσης των διαδικτυακών κινδύνων από τα θύματα. Αυτό μπορεί να κάνει τα άτομα πιο ευάλωτα στην διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση. Τα θύματα μπορεί επίσης να βιώσουν απομόνωση, κοινωνική,

συναισθηματική ή γεωγραφική, η οποία μπορεί να τα καταστήσει ευκολότερους στόχους.

Η κατανόηση αυτών των παραγόντων είναι ζωτικής σημασίας για την αντιμετώπιση του ζητήματος της διαδικτυακής παρενοχλητικής παρακολούθησης. Ας δούμε τώρα πώς αυτοί οι παράγοντες επηρεάζουν τα άτομα σε πραγματικές συνθήκες.

Case Study

Η ιστορία της Κέιτ

Μια γυναίκα από τη Βικτώρια της Αυστραλίας, η «Κέιτ», υποβλήθηκε για 18 μήνες σε Δ.Π.Π. από τον πρώην σύντροφό της, ο οποίος χάκαρε τα τηλέφωνα και τους υπολογιστές της, δημιούργησε ψεύτικα προφίλ στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και γνωριμιών στο όνομά της και την άφησε ζει αυτή τη δοκιμασία, την οποία η ίδια περιγράφει ως «ζωή σε μια προσωπική κόλαση».

Η παρενόχληση την ανάγκασε να παραιτηθεί από τη δουλειά της, να μετακομίσει σε μια αγροτική φάρμα και να αλλάξει τις καθημερινές της συνήθειες, όπως επισκέψεις σε τράπεζες αυτοπροσώπως, και να λαμβάνει email μέσω ενός αξιόπιστου τρίτου μέρους, σε μια προσπάθεια να προστατεύσει τον εαυτό της.

Παρά την αναφορά της κακοποίησης στην αστυνομία και στο Αυστραλιανό Κέντρο Κυβερνοασφάλειας, της είπαν ότι οι έρευνες θα μπορούσαν να διαρκέσουν μήνες ή και χρόνια λόγω των εκκρεμοτήτων για κυβερνοεγκλήματα.

Οι ειδικοί σημείωσαν ότι ενώ οι περισσότερες περιπτώσεις Δ.Π.Π. είναι χαμηλής τεχνολογίας, ορισμένες άλλες περιπτώσεις είναι ασυνήθιστα περίπλοκες, υπογραμμίζοντας τις σοβαρές ψυχολογικές, επαγγελματικές και κοινωνικές επιπτώσεις που μπορούν να αντιμετωπίσουν τα θύματα της ΔΠΠ, μαζί με τα συστημικά εμπόδια στην έγκαιρη προστασία.

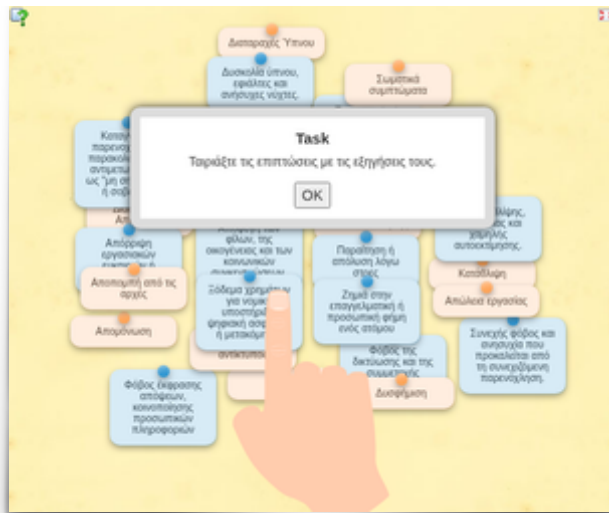


Ας ρίξουμε μια πιο προσεκτική ματιά στις πραγματικές επιπτώσεις της διαδικτυακής παρενόχλησης μέσα από την ιστορία της Kate. Η Kate, μια γυναίκα από τη Βικτώρια της Αυστραλίας, βίωσε 18 φρικτούς μήνες διαδικτυακής παρενοχλητικής παρακολούθησης από τον πρώην σύντροφό της. Αυτός χάκαρε τα τηλέφωνα και τους υπολογιστές της, και μάλιστα δημιούργησε ψεύτικα προφίλ στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και γνωριμιών στο όνομά της. Η Kate περιέγραψε αυτή την περίοδο ως «ζωή σε μια προσωπική κόλαση».

Αυτή η αδιάκοπη παρενόχληση επέβαλε σημαντικές αλλαγές στη ζωή της. Αναγκάστηκε να παραιτηθεί από τη δουλειά της και να μετακομίσει σε μια αγροτική περιοχή για ασφάλεια. Οι καθημερινές δραστηριότητες, όπως η επίσκεψη στην τράπεζα ή ο έλεγχος email, έγιναν ασκήσεις επιβίωσης για να προστατευτεί από περαιτέρω βλάβη. Παρά τις προσπάθειές της να ζητήσει βοήθεια από την αστυνομία και το Αυστραλιανό Κέντρο Κυβερνοασφάλειας, η Kate ενημερώθηκε ότι οι έρευνες μπορεί να διαρκέσουν μήνες ή και χρόνια λόγω καθυστερήσεων στην αντιμετώπιση του κυβερνοεγκλήματος.

Οι ειδικοί επισημαίνουν ότι ενώ πολλές περιπτώσεις διαδικτυακής παρενόχλησης είναι χαμηλής τεχνολογίας, ορισμένες μπορεί να είναι αρκετά περίπλοκες. Αυτό υπογραμμίζει όχι μόνο το σοβαρό ψυχολογικό και επαγγελματικό κόστος για τα θύματα, αλλά και τα συστημικά εμπόδια που αντιμετωπίζουν στην απόκτηση έγκαιρης προστασίας.

Η ιστορία της Κέιτ αποτελεί μια συγκινητική υπενθύμιση των πολυεπίπεδων επιπτώσεων που μπορεί να έχει η διαδικτυακή παρενόχληση και της επείγουσας ανάγκης για πιο ισχυρά συστήματα υποστήριξης.



Ας
αντιστοιχίσουμε
τις επιπτώσεις με
τις εξηγήσεις
τους!



Αντλώντας από την εμπειρία της Kate, ας εμβαθύνουμε στην εξερεύνηση των επιπτώσεων της διαδικτυακής παρενοχλητικής παρακολούθησης μέσω ενός διαδραστικού παιχνιδιού.

Αντιστοιχίστε τις Κάρτες Επιπτώσεων (πορτοκαλί) με τις αντίστοιχες Κάρτες Περιγραφής (μπλε) προκειμένου να εντοπίσετε και να κατανοήσετε σωστά τις συνέπειες της διαδικτυακής παρενοχλητικής παρακολούθησης

Η δραστηριότητα λαμβάνει χώρα απευθείας στη διαφάνεια:

Σύρετε μια Κάρτα Επιπτώσεων σε μια Κάρτα Περιγραφής αφού λάβετε σχόλια από τους συμμετέχοντες.

Εάν η αντιστοίχιση είναι σωστή, οι δύο κάρτες θα εξαφανιστούν αυτόματα από την οθόνη.

Εάν η αντιστοίχιση είναι λανθασμένη, οι κάρτες θα γίνουν κόκκινες. Ο συντονιστής θα πρέπει στη συνέχεια να τις αποσυνδέσει κάνοντας κλικ στο κενό μεταξύ των δύο καρτών και να προσπαθήσει ξανά.

Μόλις όλες οι κάρτες αντιστοιχιστούν σωστά, ο συντονιστής θα καθοδηγήσει μια ομαδική συζήτηση (επόμενη διαφάνεια), αναλύοντας κάθε παράγοντα επιπτώσεων και ενθαρρύνοντας τους συμμετέχοντες να αναλογιστούν πώς αυτές οι συνέπειες επηρεάζουν τα θύματα της διαδικτυακής παρενοχλητικής παρακολούθησης τόσο ατομικά όσο και κοινωνικά.

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ Δ.Π.Π.



Αγχος

Συνεχής φόβος και ανησυχία λόγω της συνεχούς παρενόχλησης

Απόγνωση

Συναισθήματα θλίψης, απελπισίας και χαμηλή αυτοεκτίμηση

Διαταραχές ύπνου

Δυσκολία στον ύπνο, εφιδρώσεις και ανήσυχες νύχτες

Απομόνωση

Αποφυγή οικογένειας, φίλων και κοινωνικών συγκεντρώσεων

Αυτολογοκρισία

Περιορισμός ή διακοπή διαδικτυακής δραστηριότητας με σκοπό την ενίσχυση ασφάλειας

Διαδικτυακή Απόσυρση

Φόβος έκφρασης απόψεων, κοινοποίησης προσωπικών πληροφοριών

Χαμένες επαγγελματικές ευκαιρίες

Απόρριψη εργασίας ή σπουδών

Χαμένες κοινωνικές ευκαιρίες

Φόβος δικτύωσης και συμμετοχής

Απίστευτη εργασία

Γεραίτηση ή απόλυση λόγω άγχους

Απόρριψη από τις αρχές

Οι αναφορές για παρενόχληση αντιμετωπίζονται ως ασήμαντες ή «όχι σοβαρές»

Οικονομικό κόστος

Δαπάνη χρημάτων για νομική υποστήριξη, ψηφιακή ασφάλεια ή μετεγκατάσταση για ασφάλεια

Σωματικά συμπτώματα

Πονοκέφαλοι, κόπωση ή ναυτία που προκαλούνται από παρατεταμένο φόβο

Δυσφήμιση

Βλάβη στον τρόπο που οι άλλοι βλέπουν το θύμα κοινωνικά ή επαγγελματικά

Καθοδηγήστε τη συζήτηση, αναλύοντας κάθε παράγοντα αντίκτυπου και ενθαρρύνοντας τους συμμετέχοντες να αναλογιστούν πώς αυτές οι συνέπειες επηρεάζουν τα θύματα της διαδικτυακής παρενοχλητικής παρακολούθησης τόσο προσωπικά όσο και κοινωνικά.

Είναι σημαντικό να τονιστεί ότι η διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση

1. στοχεύει κυρίως τις γυναίκες, απλώς και μόνο λόγω του φύλου τους
2. συχνά συνδυάζεται με άλλες μορφές Συντροφικής Κακοποίησης και Διαφθοράς, προκειμένου να επιτευχθεί ο στόχος

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ Δ.Π.Π.

Μείνετε ασφαλείς

1

- Ενισχύστε τις ρυθμίσεις απορρήτου σε όλους τους λογαριασμούς κοινωνικής δικτύωσης.
- Χρησιμοποιήστε ισχυρούς, μοναδικούς κωδικούς πρόσβασης και ενεργοποιήστε τον έλεγχο ταυτότητας δύο παραγόντων.
- Αποκλείστε και αναφέρετε τον stalker σε κάθε πλατφόρμα.
- Κρατήστε αποδεικτικά στοιχεία (στιγμιότυπα οθόνης, μηνύματα, ηλεκτρονικά μηνύματα, αρχεία καταγραφής) για πιθανή νόμιμη χρήση.
- Περιορίστε την κοινοποίηση νέων προσωπικών στοιχείων (τοποθεσία, στοιχεία επικοινωνίας, ρουτίνα).
- Επικοινωνήστε με τις αρχές ή τη μονάδα κυβερνοεγκλήματος εάν η παρενόχληση κλιμακωθεί.
- Απομακρυνθείτε προσωρινά από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, εάν χρειαστεί
- Αποφύγετε την υπερβολική παρακολούθηση των συσκευών.

- Ζητήστε επαγγελματική συμβουλευτική ή θεραπεία για να αντιμετωπίσετε το τραύμα.
- Εξασκηθείτε σε τεχνικές ανακούφισης από το άγχος, όπως η καταγραφή σε ημερολόγιο, ο διαλογισμός, η άσκηση ή η ενουσιδητικότητα.
- Υπενθυμίστε στον εαυτό σας: η παρακολούθηση δεν είναι δικό σας λάθος.
- Διατηρήστε ρουτίνες και πρακτικές αυτοφροντίδας για να ανακτήσετε μια αίσθηση κανονικότητας.
- Αποφύγετε την αυτοενοχοποίηση.

2

Μείνετε υγιείς

Λάβετε υποστήριξη

3

- Εμπιστευτείτε έμπιστους φίλους, συγγενείς ή συναδέλφους για συναισθηματική υποστήριξη.
- Γίνετε μέλος ομάδων υποστήριξης συνομηλίκων (διαδικτυακά ή μη) για θέματα διαδικτυακής παρενόχλησης.
- Ενημερώστε τον χώρο εργασίας ή το σχολείο σας, ώστε να μπορούν να σας παράσχουν προστασία ή διευκολύνσεις.
- Επικοινωνήστε με ΜΚΟ, τηλεφωνικές γραμμές βοήθειας ή οργανισμούς για την ασφάλεια στο διαδίκτυο για καθοδήγηση.



Τώρα που διερευνήσαμε τις επιπτώσεις της διαδικτυακής παρενόχλησης, ας επικεντρωθούμε στο πώς μπορούμε να αντιμετωπίσουμε και να ανακτήσουμε τον έλεγχο.

Πρώτον, η ενίσχυση της ψηφιακής σας ασφάλειας είναι ζωτικής σημασίας. [Κάντε μια σύντομη παύση] Προσαρμόστε τις ρυθμίσεις απορρήτου σας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, χρησιμοποιήστε ισχυρούς, μοναδικούς κωδικούς πρόσβασης και ενεργοποιήστε τον έλεγχο ταυτότητας δύο παραγόντων για να προστατεύσετε τους λογαριασμούς σας. Θυμηθείτε να αποκλείσετε και να αναφέρετε τον παραβάτη σε κάθε πλατφόρμα. Η διατήρηση αποδεικτικών στοιχείων, όπως στιγμιότυπα οθόνης και μηνύματα, μπορεί να είναι ζωτικής σημασίας εάν απαιτούνται νομικές ενέργειες. [Με έμφαση] Περιορίστε την κοινοποίηση προσωπικών στοιχείων και επικοινωνήστε με τις αρχές εάν τα πράγματα κλιμακωθούν.

Στη συνέχεια, είναι σημαντικό να δώσετε προτεραιότητα στην υγεία και την ευημερία σας. Σκεφτείτε να αναζητήσετε επαγγελματική συμβουλευτική ή θεραπεία για να ξεπεράσετε το τραύμα. Ασχοληθείτε με πρακτικές ανακούφισης από το άγχος, όπως η καταγραφή σε ημερολόγιο, ο διαλογισμός ή η άσκηση. [Παύση για ενουσιδητικότητα] Να υπενθυμίζετε πάντα στον εαυτό σας ότι η παρενόχληση δεν είναι δικό σας λάθος και να φροντίζετε τον εαυτό σας για να διατηρήσετε την κανονικότητα.

Τέλος, μη διστάσετε να ζητήσετε υποστήριξη. Εμπιστευτείτε έμπιστους φίλους, συγγενείς ή συναδέλφους. Η συμμετοχή σε ομάδες υποστήριξης ομοιοπαθούντων μπορεί να σας προσφέρει άνεση και κοινές εμπειρίες. Ενημερώστε τον χώρο εργασίας ή το σχολείο σας για πρόσθετη προστασία και επικοινωνήστε με ΜΚΟ ή τηλεφωνικές γραμμές βοήθειας για περαιτέρω βοήθεια.

Να θυμάστε, δεν είστε μόνοι. Με τα σωστά βήματα, την υποστήριξη και τους πόρους, μπορείτε να ξεπεράσετε αυτή τη δύσκολη περίοδο.

ΑΝΑΦΟΡΑ/ΚΑΤΑΓΓΕΛΙΑ ΤΗΣ Δ.Π.Π.



Αναφορά στην αστυνομία

Υποβάλετε αναφορά στην Διεύθυνση/Υποδιεύθυνση Δίωξης Κυβερνοεγκλήματος.

ΕΜάδα



11188 / 21 4402 7860



<https://www.gov.gr/updates/services/meso-gov-gr-oi-kataggelies-ste-dioxe-elektronikou-egklematos>



ccu@cybercrimeunit.gov.gr
ydheve@cybercrimeunit.gov.gr

Αναφορά σε διαδικτυακές πλατφόρμες

Αναφορά σε πλατφόρμες όπως Instagram, X, Tik Tok, Facebook κ.λπ.

Σε κάθε πλατφόρμα, ακολουθήστε τις διαθέσιμες οδηγίες για την αναφορά περιστατικού/ων και ζητήστε την κατάργηση του περιεχομένου.

*** Ουμηνθείτε να κρατήσετε στιγμιότυπα οθόνης πριν ζητήσετε την κατάργησή τους.**



**** Κάθε συνεργάτης θα πρέπει να αντικαταστήσει τη χώρα, την αστυνομική μονάδα και τα στοιχεία επικοινωνίας.**

Σε περίπτωση διαδικτυακής παρενοχλητικής παρακολούθησης είναι σημαντικό να αναφέρετε την παρενόχληση στις αρμόδιες αρχές. Αυτό μπορεί να βοηθήσει στην αναχαίτιση του stalker και να σας παρέχει την υποστήριξη που χρειάζεστε.

Πρώτον, σκεφτείτε να αναφέρετε το περιστατικό στην τοπική αστυνομία. Μπορούν να σας καθοδηγήσουν στα επόμενα βήματα και να σας βοηθήσουν να παραμείνετε ασφαλείς.

Εναλλακτικά, αναφέρετε τη συμπεριφορά παρενόχλησης απευθείας στις διαδικτυακές πλατφόρμες όπου συμβαίνει. Οι περισσότεροι ιστότοποι κοινωνικής δικτύωσης, όπως το Instagram, το X, το Tik Tok και το Facebook, διαθέτουν μηχανισμούς για την αναφορά κακοποίησης. Ακολουθήστε τις οδηγίες κάθε πλατφόρμας για την αναφορά και ζητήστε την αφαίρεση επιβλαβούς περιεχομένου.

Μην ξεχάσετε να κρατήσετε στιγμιότυπα οθόνης πριν ζητήσετε την αφαίρεση περιεχομένου, καθώς μπορούν να χρησιμεύσουν ως πολύτιμα αποδεικτικά στοιχεία.

Είναι ασφαλής η ψηφιακή σας ζωή:

- Χρησιμοποιώ ισχυρούς, μοναδικούς κωδικούς πρόσβασης και τους αλλάζω τακτικά.
- Ενεργοποιώ τον έλεγχο ταυτότητας δύο παραγόντων σε όλους τους λογαριασμούς μου.
- Προσαρμόζω τις ρυθμίσεις απορρήτου στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να ελέγχω ποιος βλέπει τις αναρτήσεις, τις φωτογραφίες και τα στοιχεία μου.
- Αποφεύγω την υπερβολική κοινοποίηση προσωπικών πληροφοριών στο διαδίκτυο (π.χ. τοποθεσία, ρουτίνα, χώρος εργασίας).
- Απενεργοποιώ τις λειτουργίες γεωγραφικής σήμανσης και κοινοποίησης τοποθεσίας στις εφαρμογές.
- Διατηρώ τις συσκευές μου ενημερωμένες και χρησιμοποιώ λογισμικό ασφαλείας (antivirus, anti-spyware).
- Είμαι προσεκτικός όταν δέχομαι αιτήματα φιλίας ή μηνύματα από αγνώστους.
- Σκέφτομαι προσεκτικά πριν δημοσιεύσω περιεχόμενο που θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί λανθασμένα (φωτογραφίες, ενημερώσεις).
- Χρησιμοποιώ ξεχωριστούς λογαριασμούς για την προσωπική και επαγγελματική ζωή, όπου είναι δυνατόν.
- Διατηρώ την επικοινωνία με γνωστούς μου σε επαγγελματικό επίπεδο και αποφεύγω την κοινοποίηση ιδιωτικών στοιχείων.
- Μπορώ να αναγνωρίσω τα πρώιμα προειδοποιητικά σημάδια παρενόχλησης (π.χ. επαναλαμβανόμενη ανεπιθύμητη επαφή, ψεύτικα προφίλ).
- Παραμένω ενημερωμένος/η σχετικά με τα χαρακτηριστικά ασφαλείας της πλατφόρμας (αποκλεισμός, αναφορά, έλεγχοι ασφαλείας).



Περιηγηθείτε στα μέτρα πρόληψης για την διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση και ζητήστε από τους συμμετέχοντες να σαρώσουν τον κωδικό QR για να συμπληρώσουν τη λίστα ελέγχου αυτοαξιολόγησης.

*Εναλλακτικά, εκτυπώστε τη λίστα ελέγχου, μοιράστε την και ζητήστε τους να τη συμπληρώσουν.

Τονίστε ότι μπορούν να λάβουν μέτρα για να προστατεύσουν τη διαδικτυακή τους ζωή, αντιμετωπίζοντας τα σημεία που δεν έχουν επιλεχθεί από αυτούς.

Κουίζ για τη διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι το αποκλειστικό μέσο που χρησιμοποιείται για διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι το αποκλειστικό μέσο που χρησιμοποιείται για διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Η διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση είναι παρακολούθηση και παρενόχληση.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Η διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση είναι παρακολούθηση και παρενόχληση.

A: ΣΩΣΤΟ



B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Ο δράστης της
Δ.Π.Π. αναζητά
προσωπικά
δεδομένα.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση



QUIZ!

Ο δράστης της
Δ.Π.Π. αναζητά
προσωπικά
δεδομένα.

A: ΣΩΣΤΟ



B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Η τοποθεσία ενός
επιζώντος ατόμου
είναι προσωπικό
δεδομένο.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Η τοποθεσία ενός
επιζώντος ατόμου
είναι προσωπικό
δεδομένο.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Το άτομο που βιώνει
Δ.Π.Π. αισθάνεται
κολακευμένο.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Το άτομο που βιώνει
Δ.Π.Π. αισθάνεται
κολακευμένο.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Ένας δράστης
Δ.Π.Π. έχει
διάθεση για
φλερτ.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Ένας δράστης
Δ.Π.Π. έχει
διάθεση για
φλερτ.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

Ένας δράστης Δ.Π.Π **QUIZ!**
δεν γνωρίζει ότι η
παράνομη συμπεριφορά
του είναι ανεπιθύμητη/
μη αποδεκτή από τον
επιζώντα.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

Ένας δράστης Δ.Π.Π. **QUIZ!**
δεν γνωρίζει ότι η
παράνομη συμπεριφορά
του είναι ανεπιθύμητη/
μη αποδεκτή από τον
επιζώντα.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Η διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση είναι έγκλημα.

A: ΣΩΣΤΟ

B: ΛΑΘΟΣ



Διαδικτυακή Παρενοχλητική Παρακολούθηση

QUIZ!

Η διαδικτυακή παρενοχλητική παρακολούθηση είναι έγκλημα.

A: ΣΩΣΤΟ



B: ΛΑΘΟΣ





THANK YOU!



Η Διαδικτυακή Βία Ενάντια στις Γυναίκες και τα Κορίτσια είναι πραγματική βία!



Co-funded by
the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.