

Υπερβολική χρήση, διαδικτυακός εκφοβισμός και προσωπικά δεδομένα στο επίκεντρο των κλήσεων στη Γραμμή Βοήθειας Help-line.gr το 2025

- Η υπερβολική χρήση του διαδικτύου η συχνότερη αιτία επικοινωνίας με τη Γραμμή Βοήθειας και το 2025.
- Ο διαδικτυακός εκφοβισμός καταγράφει αύξηση 117% σε σχέση με το 2024.
- Προσωπικά δεδομένα και ψηφιακή εκπαίδευση παραμένουν ψηλά στις ανησυχίες.
- Σχέσεις, σεξουαλικότητα και πορνογραφία συνεχίζουν να απασχολούν έντονα.
- Οι αναφορές για διαδικτυακή φήμη παρουσιάζουν αύξηση.
- Καταγράφονται περιστατικά σεξουαλικού εξαναγκασμού, ρητορικής μίσους και παραπληροφόρησης.
- Θέματα αυτοτραυματισμού συνδέουν άμεσα το διαδίκτυο με την ψυχική υγεία.
- Τα στοιχεία δείχνουν ανάγκη για ενημέρωση, πρόληψη και στήριξη.

Η υπερβολική χρήση του διαδικτύου, ο διαδικτυακός εκφοβισμός και η προστασία προσωπικών δεδομένων κυριαρχούν στις κλήσεις που δέχτηκε η Γραμμή Βοήθειας Help-line.gr καθ' όλη τη διάρκεια του 2025, στοιχεία που αποτυπώνουν τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν καθημερινά παιδιά, έφηβοι, οι οικογένειές τους και οι εκπαιδευτικοί τους.

Στην κορυφή των κατηγοριών με τις περισσότερες κλήσεις βρίσκεται η υπερβολική χρήση του διαδικτύου, επιβεβαιώνοντας ότι η διαχείριση του χρόνου οθόνης και η ισορροπία μεταξύ ψηφιακής και μη ψηφιακής ζωής παραμένουν βασική πρόκληση για τους ανήλικους χρήστες. Η υπερβολική χρήση του διαδικτύου από τα παιδιά, τόσο στα διαδικτυακά παιχνίδια όσο και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, παραμένει το κυρίαρχο ζήτημα για το οποίο απευθύνονται οικογένειες και εκπαιδευτικοί στη Γραμμή Βοήθειας. Οι περιπτώσεις που καταγράφονται κυμαίνονται από ήπιες δυσκολίες απομάκρυνσης από τις οθόνες, όπου τα παιδιά παραμένουν λειτουργικά, έως σοβαρότερες μορφές υπερβολικής χρήσης, που συνοδεύονται από απώλεια λειτουργικότητας, παραμέληση σχολικών υποχρεώσεων και περιορισμό κοινωνικών δραστηριοτήτων.

Στις πλέον συχνές αιτίες επικοινωνίας με την γραμμή είναι η κατηγορία του διαδικτυακού εκφοβισμού. Μάλιστα, καταγράφεται αύξηση κατά 117% στον αριθμό των κλήσεων που δέχτηκαν οι εξειδικευμένοι ψυχολόγοι της γραμμής σε σχέση με το 2024.

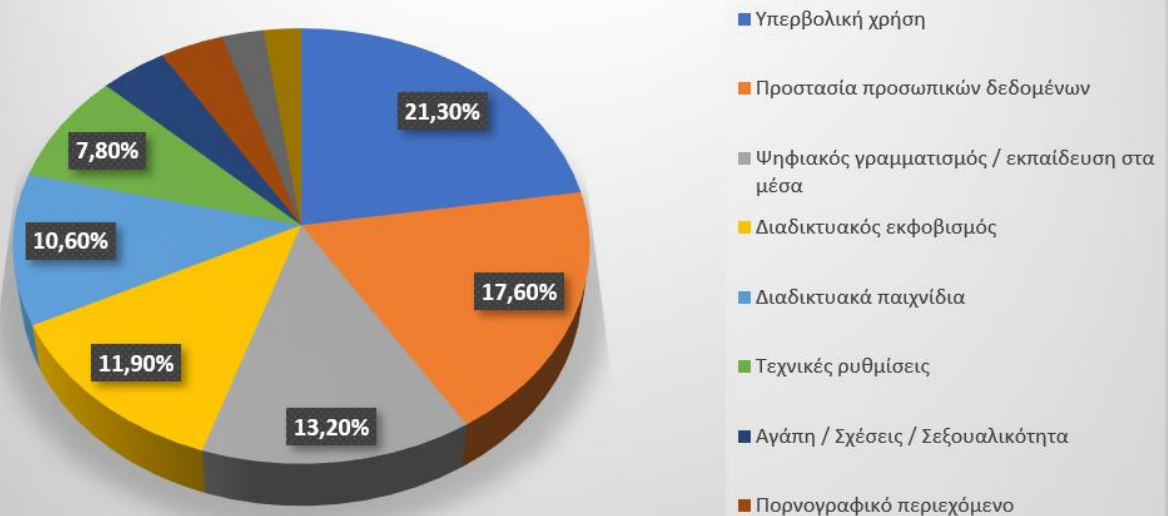
Ακολουθούν η προστασία προσωπικών δεδομένων και η παιδεία στα μέσα και την ψηφιακή εκπαίδευση, γεγονός που καταδεικνύει αυξημένη ευαισθητοποίηση αλλά και ανησυχία γύρω από την ιδιωτικότητα, τις ρυθμίσεις ασφαλείας και την ανάγκη για ψηφιακές δεξιότητες.

Θέματα που σχετίζονται με σχέσεις, σεξουαλικότητα και πορνογραφικό περιεχόμενο εξακολουθούν να απασχολούν έντονα, ενώ αξιοσημείωτη είναι και η παρουσία ζητημάτων διαδικτυακής φήμης, που συνδέονται με την εικόνα, τη δημοσίευση περιεχομένου και τις επιπτώσεις του στα κοινωνικά δίκτυα.

Στο σύνολο των κλήσεων καταγράφονται επίσης περιστατικά διαδικτυακού εξαναγκασμού και εκβιασμού παιδιών, παραπλανητικών διαφημιστικών πρακτικών, παραπληροφόρησης, ρητορικής μίσους και έκθεσης σε δυνητικά επιβλαβές περιεχόμενο, γεγονός που αναδεικνύει το πολυεπίπεδο και σύνθετο φάσμα κινδύνων που αντιμετωπίζουν οι ανήλικοι στο ψηφιακό περιβάλλον.

Η παρουσία θεμάτων αυτοτραυματισμού μεταξύ των συχνότερων κατηγοριών επικοινωνίας επιβεβαιώνει τη στενή διασύνδεση της διαδικτυακής εμπειρίας με την ψυχική υγεία παιδιών και εφήβων και υπογραμμίζει την ανάγκη για έγκαιρη πρόληψη, ουσιαστική υποστήριξη και συντονισμένη συνεργασία όλων των εμπλεκόμενων φορέων.

Κατηγορίες κλήσεων Γραμμής 2025



Τα δεδομένα αυτά φέρνουν για ακόμη μία φορά στο προσκήνιο τη σημασία της ενίσχυσης της ενημέρωσης, της πρόληψης και της υποστήριξης γονέων και εκπαιδευτικών, προκειμένου να ανταποκριθούν αποτελεσματικά στις σύγχρονες ψηφιακές προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα παιδιά. Στο πλαίσιο αυτό, η Γραμμή Βοηθείας Help-line.gr του Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου συνεχίζει να στέκεται δίπλα σε παιδιά, γονείς και εκπαιδευτικούς, παρέχοντας συμβουλευτική υποστήριξη, ενισχύοντας τη ψηφιακή ανθεκτικότητα και προάγοντας την ασφαλή και υπεύθυνη χρήση του διαδικτύου.

Σας υπενθυμίζουμε ότι το Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου, είναι επίσημος εκπρόσωπος στην Ελλάδα των Πανευρωπαϊκών Οργανισμών INSAFE / INHOPE που χαράσσουν την ευρωπαϊκή στρατηγική για ένα ασφαλές και ποιοτικό διαδίκτυο και παρέχει ενημέρωση, βοήθεια και υποστήριξη στους μικρούς και μεγάλους χρήστες του διαδικτύου με την ανάπτυξη τριών διακριτών δράσεων:

Μέσω της ιστοσελίδας SaferInternet4Kids.gr μπορεί κανείς να ενημερωθεί και να αντλήσει υλικό σχετικό με την ασφαλή χρήση του Ίντερνετ και τη χρήση των κοινωνικών δικτύων με το οποίο μπορεί με τη σειρά του να ενημερώσει διαδραστικά παιδιά και νέους κάθε ηλικίας. Το ενημερωτικό αυτό portal απευθύνεται τόσο σε γονείς και εκπαιδευτικούς όσο και σε εφήβους και παιδιά και περιλαμβάνει κατάλληλο πολυμεσικό υλικό.

Μέσω της συμβουλευτικής γραμμής Βοήθειας Help-line (διαθέσιμη τηλεφωνικά στο 210-6007686 και μέσω του ιστοχώρου www.help-line.gr), εξειδικευμένοι ψυχολόγοι παρέχουν υποστήριξη και συμβουλές για εξειδικευμένα θέματα που σχετίζονται με τη υπερβολική ενασχόληση στο διαδίκτυο, τον διαδικτυακό εκφοβισμό, την έκθεση σε ακατάλληλο περιεχόμενο και άλλους προβληματισμούς σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου, του κινητού τηλεφώνου και των διαδικτυακών παιχνιδιών.

Και μέσω της Ανοιχτής Γραμμής Καταγγελιών για το παράνομο περιεχόμενο του διαδικτύου SafeLine (<http://www.safeline.gr>), δέχεται καταγγελίες για παιδική κακοποίηση και παράνομη χρήση του διαδικτύου και συνεργάζεται τόσο με την Ελληνική αστυνομία όσο και με την INTERPOL μέσω του Ευρωπαϊκού οργανισμού INHOPE. Η SafeLine είναι δηλαδή ένα κομμάτι ενός μεγάλου παζλ, μιας και η καταπολέμηση του παράνομου περιεχομένου του Ίντερνετ είναι υπόθεση παγκόσμιας κλίμακας και δεν περιορίζεται από εθνικά σύνορα.

Μάθετε νέα και άλλες ενδιαφέρουσες πληροφορίες από τη σελίδα μας στο Facebook (<https://www.facebook.com/SaferInternet4Kids-233337290392828>), στο Instagram (https://instagram.com/saferinternet4kids_gr?utm_medium=copy_link) και ακολουθήστε μας στο Twitter (<https://twitter.com/SaferInt4Kids>).

Την αποκλειστική ευθύνη της παρούσας έκδοσης φέρει ο συγγραφέας της. Η Ευρωπαϊκή Ένωση δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των περιεχομένων σ' αυτήν πληροφοριών.