



CONSCIOUS YOUTH BEHAVIOURS.  
IN EMERGING REALITIES

# Πρακτική μη τυπικής εκπαίδευσης: Προκλήσεις των μέσων κοινωνικής δικτύωσης

A2 ΕΡΓΑΛΕΙΟΘΗΚΗ CYBER



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

#10	Επικίνδυνες τάσεις: Προκλήσεις των Social Media: Αποκαλύπτοντας τους κινδύνους των Social Media
<b>Απειλές</b>	Προκλήσεις των μέσων κοινωνικής δικτύωσης
	Οι προκλήσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης αναφέρονται σε τάσεις, δραστηριότητες ή προκλήσεις που κυκλοφορούν στο διαδίκτυο και ενθαρρύνουν τα άτομα να συμμετάσχουν σε διάφορες πρακτικές, συχνά με στόχο να κερδίσουν προσοχή, αναγνώριση ή ψυχαγωγία. Ενώ οι διαδικτυακές προκλήσεις μπορούν να προωθήσουν τη δημιουργικότητα, τη συνδεσιμότητα και τη συμμετοχή της κοινότητας, παρουσιάζουν συχνά κινδύνους και προκλήσεις που απαιτούν προληπτικά μέτρα για τη διασφάλιση της ασφάλειας, της ιδιωτικής ζωής και της ευημερίας των ατόμων στο διαδικτυακό περιβάλλον. Επομένως, ενώ ορισμένες διαδικτυακές προκλήσεις μπορεί να είναι ακίνδυνες, άλλες ενέχουν σοβαρούς κινδύνους για τη σωματική, πνευματική ή συναισθηματική ευημερία των συμμετεχόντων.
<b>Τυπολογία</b>	Συζητήσεις σε ομάδες
<b>Διάρκει</b>	45 λεπτά
<b>Παρακολούθησ η</b>	Δια ζώσης – σε τάξη
<b>Σκοπός</b>	Στόχος της πρακτικής αυτής είναι να εφοδιάσει τους συμμετέχοντες με τις απαραίτητες δεξιότητες και γνώσεις ώστε να αξιολογούν κριτικά την ασφάλεια και τις συνέπειες των τάσεων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και να λαμβάνουν ασφαλείς και τεκμηριωμένες αποφάσεις. Επικεντρώνεται στην ευαισθητοποίηση των μαθητών σχετικά με τους πιθανούς κινδύνους της συμμετοχής σε προκλήσεις των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και στην προώθηση ενός υποστηρικτικού περιβάλλοντος όπου οι μαθητές αισθάνονται άνετα να συζητούν για την πίεση των συνομηλίκων και την ασφάλεια στο διαδίκτυο.
<b>Μαθησιακά Αποτελέσματα</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Να προσδιορίζουν διάφορες επικίνδυνες προκλήσεις των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και να κατανοούν τους κινδύνους τους.</li> <li>• Να αναπτύξουν στρατηγικές για να αντισταθούν στην πίεση των συνομηλίκων και να λαμβάνουν τεκμηριωμένες αποφάσεις σχετικά με τη συμμετοχή τους σε διαδικτυακές δραστηριότητες.</li> <li>• Αναγνωρίζουν τη σημασία της αναφοράς επικίνδυνου περιεχομένου και της υποστήριξης των συνομηλίκων τους ώστε να κάνουν ασφαλείς επιλογές.</li> </ul>
<b>Προφίλ Εκπαιδευόμεν ο</b>	Συμμετέχοντες ηλικίας 15-18 ετών, με βασικές δεξιότητες ψηφιακής πλοήγησης.
<b>Αρ. Συμμετεχόντων</b>	20-30

<b>Εργαλεία</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Προβολέας για βίντεο και παρουσιάσεις.</li> <li>- Παρουσίαση διαφανειών σχετικά με τις προκλήσεις των κοινωνικών μέσων ενημέρωσης.</li> <li>- Σύντομα βίντεο σχετικά με πρόσφατες επικίνδυνες προκλήσεις των κοινωνικών μέσων και τις επιπτώσεις τους.</li> <li>- Κάρτες που απεικονίζουν διάφορες προκλήσεις των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. [Βλέπε παράρτημα. Κάρτες με επικίνδυνες προκλήσεις των κοινωνικών μέσων ενημέρωσης].</li> <li>- Κάρτες συζήτησης για την ανάλυση των προκλήσεων των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. [Βλέπε παράρτημα. Κάρτες συζήτησης]</li> <li>- Πίνακας και μαρκαδόροι.</li> </ul>
<b>Προετοιμασία</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Συγκεντρώστε παραδείγματα πρόσφατων επικίνδυνων προκλήσεων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.</li> <li>- Επιλέξτε σύντομα βίντεο σχετικά με πρόσφατες επικίνδυνες προκλήσεις των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και τις επιπτώσεις τους (βλ. Πηγές).</li> <li>- Οργανώστε μια παρουσίαση σχετικά με τις προκλήσεις των κοινωνικών μέσων ενημέρωσης.</li> <li>- Ετοιμάστε κάρτες με παραδείγματα επικίνδυνων προκλήσεων των κοινωνικών μέσων.</li> <li>- Προετοιμάστε κάρτες συζήτησης με σενάρια και ερωτήσεις.</li> <li>- Οργανώστε τις θέσεις σε μικρές ομάδες για να διευκολύνετε τη συζήτηση.</li> </ul>
<b>Εφαρμογή</b>	<p><b>1. Εισαγωγή (10 λεπτά):</b> σύντομη εισαγωγή στο θέμα των προκλήσεων των μέσων κοινωνικής δικτύωσης - προβολή των βίντεο και της παρουσίασης που αναδεικνύουν τις πρόσφατες επικίνδυνες προκλήσεις και τις συνέπειές τους - εξήγηση του σκοπού και των στόχων του μαθήματος.</p> <p><b>2. Ομαδική δραστηριότητα: Κάρτες συζήτησης (20 λεπτά):</b> χωρίστε τους μαθητές σε μικρές ομάδες και μοιράστε σε κάθε ομάδα δύο διαφορετικούς τύπους καρτών: κάρτες που απεικονίζουν επικίνδυνες προκλήσεις των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και κάρτες με σενάρια και ερωτήσεις. Αφήστε κάθε ομάδα να συζητήσει την κάρτα της και στη συνέχεια να μοιραστεί τις σκέψεις της με την τάξη.</p> <p><b>3. Συζήτηση στην τάξη (10 λεπτά):</b> Συγκεντρωθείτε ξανά ως ολόκληρη η τάξη και συζητήστε τα βασικά σημεία από κάθε ομάδα- γράψτε τα σημαντικά σημεία στον πίνακα- ενθαρρύνετε τους μαθητές να σκεφτούν κριτικά για τα κίνητρα πίσω από τη συμμετοχή σε προκλήσεις και τις πιθανές συνέπειες.</p> <p><b>4. Ερωτήσεις και απαντήσεις και συμπέρασμα (5 λεπτά):</b> δώστε χρόνο στους μαθητές να κάνουν ερωτήσεις- συνοψίστε τα κύρια σημεία του μαθήματος- τονίστε τη σημασία του να κάνουμε ασφαλείς επιλογές και να προσέχουμε ο ένας τον άλλον.</p>
<b>Συμβουλές</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Χρησιμοποιήστε παραδείγματα από την πραγματική ζωή για να κάνετε τη συζήτηση σχετική και αποτελεσματική.</li> <li>➤ Ενθαρρύνετε τον ανοιχτό διάλογο και την ενεργή ακρόαση μεταξύ των μαθητών.</li> <li>➤ Ενισχύστε τη θετική συμπεριφορά και τις δεξιότητες κριτικής σκέψης καθ' όλη τη διάρκεια του μαθήματος.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Να είστε ευαίσθητοι με τους μαθητές που μπορεί να έχουν προσωπικές εμπειρίες με τις προκλήσεις των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.</li> <li>➤ Προσαρμόστε το περιεχόμενο στην ηλικία και το επίπεδο ωριμότητας των μαθητών.</li> </ul>
<b>Μέτρα Ασφαλείας</b>	Εξασφαλίστε ένα υποστηρικτικό περιβάλλον όπου οι μαθητές αισθάνονται ασφαλείς να εκφράζουν τις σκέψεις και τις ανησυχίες τους. Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει την παρακολούθηση των ομαδικών συζητήσεων για την αποφυγή αρνητικών ή απορριπτικών σχολίων. Να είστε έτοιμοι να παρέχετε πρόσθετη υποστήριξη σε μαθητές που μπορεί να έχουν βιώσει πίεση ή συμμετοχή σε επικίνδυνες προκλήσεις.
<b>Προστιθέμενη αξία</b>	Οι συμμετέχοντες θα αποκτήσουν γνώσεις και δεξιότητες για την ασφαλή πλοήγηση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και θα ενισχύσουν την κριτική τους σκέψη και τις ικανότητες λήψης αποφάσεων. Η πρακτική προάγει την ενημερωμένη ψηφιακή ιδιότητα του πολίτη και προωθεί μια κουλτούρα υποστήριξης από ομοτίμους και υπεύθυνης διαδικτυακής συμπεριφοράς.
<b>Ανατροφοδότηση και αξιολόγηση</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Διεξάγετε μια σύντομη έρευνα ή ζητήστε προφορικά σχόλια για να μετρήσετε την κατανόηση και τις σκέψεις των μαθητών σχετικά με το μάθημα.</li> <li>✓ Χρησιμοποιήστε ένα γρήγορο κουίζ για να αξιολογήσετε την ικανότητα των μαθητών να αναγνωρίζουν τις επικίνδυνες προκλήσεις και τις κατάλληλες απαντήσεις.</li> <li>✓ Αναλογιστείτε την αποτελεσματικότητα των δραστηριοτήτων και κάντε προσαρμογές για μελλοντικά μαθήματα με βάση την ανατροφοδότηση των μαθητών.</li> </ul>
<b>Συμπέρασμα</b>	<p>Συνοψίστε τα βασικά συμπεράσματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Κατανόηση των κινδύνων των επικίνδυνων προκλήσεων των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, αναγνώριση και αντίσταση στην πίεση των συνομηλίκων και γνώση του τρόπου λήψης ασφαλών αποφάσεων.</li> <li>- Υπενθυμίστε στους μαθητές ότι η ασφάλεια και η ευημερία τους είναι υψίστης σημασίας και ότι έχουν διαθέσιμη υποστήριξη αν τη χρειαστούν.</li> <li>- Ενθαρρύνετε τους μαθητές να συνεχίσουν τη συζήτηση με τους φίλους και την οικογένεια σχετικά με την ασφάλεια στο διαδίκτυο και την πίεση των συνομηλίκων.</li> <li>- Παρακινήστε τους να γίνουν προσεκτικοί ψηφιακοί πολίτες και να βοηθήσουν τους άλλους να κάνουν ασφαλείς επιλογές στο διαδίκτυο.</li> </ul> <p>Ακολουθώντας αυτό το σχέδιο μαθήματος, οι εκπαιδευτικοί μπορούν να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά το ζήτημα των επικίνδυνων προκλήσεων των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, εξοπλίζοντας τους μαθητές με τα εργαλεία και τις γνώσεις για να παραμένουν ασφαλείς στο διαδίκτυο.</p>
<b>Εξωτερικές αναφορές και πηγές</b>	<b>Πώς οι έφηβοι βρίσκουν επικίνδυνες προκλήσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.</b> Ανακτήθηκε από: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=hd4r7FjBQ8g&amp;pp=ygU0SG93IFRIZW5hZ2VycyBGaW5kIE-Rhbmdlcw91cyBTb2NpYWwgTWVkaWEgQ2hnbGxlbmdlcw%3D%3D">https://www.youtube.com/watch?v=hd4r7FjBQ8g&amp;pp=ygU0SG93IFRIZW5hZ2VycyBGaW5kIE-Rhbmdlcw91cyBTb2NpYWwgTWVkaWEgQ2hnbGxlbmdlcw%3D%3D</a>

	<p><b>Ψυχολογία πίσω από τις επικίνδυνες προκλήσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.</b> Ανακτήθηκε από: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=nUUhMdM0cME">https://www.youtube.com/watch?v=nUUhMdM0cME</a></p> <p><b>Τι πρέπει να γνωρίζετε για τις επιβλαβείς προκλήσεις του TikTok.</b> Ανακτήθηκε από: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=OGTBhAW_AEY">https://www.youtube.com/watch?v=OGTBhAW_AEY</a></p>
<p><b>Συνεργάτες/ Συγγραφείς</b></p>	<p>Casa do Professor, Πορτογαλία</p>

**Παράρτημα: Κάρτες επικίνδυνων προκλήσεων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης**

**Εκτύπωση ενημερωτικών καρτών για τις « Επικίνδυνες τάσεις: Προκλήσεις των μέσων κοινωνικής δικτύωσης».**

**Ενημερωτική κάρτα 1: Η πρόκληση του τεστ εγκυμοσύνης Plan B**

Αυτή η πρόκληση απαιτεί να σπάσετε ένα μη συνταγογραφούμενο τεστ εγκυμοσύνης και να καταπιείτε το δισκίο μέσα στο τεστ πιστεύοντας ότι είναι ένα φάρμακο Plan B®. Η ιδέα είναι ότι με την αγορά ενός, παίρνεις και τα δύο - τόσο ένα τεστ όσο και ένα αντισυλληπτικό έκτακτης ανάγκης που πωλούνται μαζί. Ένας από τους λόγους για τους οποίους δεν πωλείται ένα προϊόν συνδυασμού είναι επειδή δεν θα λειτουργούσε. Το Plan B® πρέπει να λαμβάνεται αμέσως μετά το σεξ για να αποτρέψει την εγκυμοσύνη και ένα τεστ εγκυμοσύνης δεν μπορεί να ανιχνεύσει μια εγκυμοσύνη παρά μόνο εβδομάδες αργότερα, όταν είναι πολύ αργά για να ληφθεί το Plan B®.

Το δισκίο που βρίσκεται σε ένα τεστ εγκυμοσύνης τοποθετείται εκεί για να απορροφά την υγρασία και να διατηρεί το περιεχόμενο στεγνό. Αυτά τα αντικείμενα που απορροφούν την υγρασία κυκλοφορούν σε διάφορα μεγέθη και μορφές, όπως ταμπλέτες, πακέτα και δοχεία, και χρησιμοποιούνται στη συσκευασία βιταμινών, φαρμάκων, ηλεκτρονικών συσκευών, παπουτσιών και πολλών άλλων προϊόντων. Το silica gel είναι το πιο συνηθισμένο χημικό που χρησιμοποιείται για το σκοπό αυτό και στις περισσότερες περιπτώσεις δεν είναι επιβλαβές. Ωστόσο, εάν καταποθεί μπορεί να αποτελέσει κίνδυνο πνιγμού.

**Ενημερωτική κάρτα 2: Η πρόκληση του μοσχοκάρυδου**

Αυτή η πρόκληση είναι όταν ένα άτομο καταπίνει το μπαχαρικό μοσχοκάρυδο σε μια προσπάθεια να «φτιαχτεί». Συχνά πρόκειται για άτομα που είναι φυλακισμένα ή για νεαρούς ενήλικες που χρησιμοποιούν μοσχοκάρυδο όταν δεν μπορούν να βρουν άλλα προτιμώμενα ναρκωτικά. Το μοσχοκάρυδο, όπως και μια ποικιλία άλλων μπαχαρικών και βοτάνων, περιέχει μια φυσική χημική ουσία που ονομάζεται μυριστικήνη. Όταν λαμβάνεται σε μεγαλύτερες ποσότητες μπορεί να προκαλέσει πόνο στο στομάχι, ναυτία, εμετό, θολή όραση, γρήγορο καρδιακό ρυθμό, διέγερση και παραισθήσεις. Μπορεί να εμφανιστούν και άλλες σοβαρές επιδράσεις, όπως επιληπτικές κρίσεις και θάνατος. Η ποσότητα της μυριστικήςνης στο μοσχοκάρυδο ποικίλλει από προϊόν σε προϊόν, καθιστώντας εύκολο για ένα άτομο να πάρει υπερβολική ποσότητα. Μερικοί άνθρωποι έχουν μάλιστα νοσηλευτεί σε νοσοκομείο από αυτή την τάση.

**Ενημερωτική κάρτα 3: The Tide Pod Challenge**

Η πρόκληση Tide Pod είναι όταν ένα άτομο τρώει ένα ταμπλέτα απορρυπαντικού πλυντηρίου ρούχων ως μέρος μιας πρόκλησης. Τα απορρυπαντικά πλυντηρίου περιέχουν πολύ δραστικές χημικές ουσίες που είναι ιδιαίτερα συμπτυκνωμένες. Αυτό καθιστά το απορρυπαντικό πολύ

ερεθιστικό σε μικρές ποσότητες. Αν καταποθεί, μπορεί να προκαλέσει έντονη ναυτία και εμετό. Επίσης, το άτομο μπορεί κατά λάθος να εισπνεύσει μέρος του απορρυπαντικού στους πνεύμονές του, γεγονός που μπορεί να επηρεάσει την ικανότητά του να αναπνέει κανονικά. Η πρόκληση Tide Rod έχει προκαλέσει νοσηλείες και θανάτους.

#### **Ενημερωτική κάρτα 4: Οι προκλήσεις του αλατιού**

Υπάρχουν πολλές προκλήσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης που συνδέονται με το αλάτι. Περιλαμβάνουν την απόκρυψη μιας κουταλιάς αλατιού στο φαγητό για να κάνουν κάποιον να το φάει, την κατάποση αλατιού πριν από τη γυμναστική ή την έκχυση μεγάλων ποσοτήτων αλατιού στο στόμα τους ως τιμωρία μετά την απώλεια ενός στοιχήματος.

Το επιτραπέζιο αλάτι αποτελείται από δύο στοιχεία μαζί, το νάτριο και το χλώριο. Και τα δύο είναι απαραίτητα για τη σωστή λειτουργία του οργανισμού, αλλά η υπερβολική ποσότητα μπορεί να είναι επικίνδυνη. Η κατάποση μεγάλων ποσοτήτων αλατιού μπορεί να προκαλέσει γρήγορα ναυτία, εμετό και διάρροια. Καθώς το αλάτι απορροφάται πληρέστερα από το σώμα, μπορεί να εμφανιστεί υπνηλία, πρήξιμο του εγκεφάλου και επιληπτικές κρίσεις. Δεδομένου ότι χρησιμοποιούμε καθημερινά αλάτι στα τρόφιμα, πολλοί άνθρωποι δεν συνειδητοποιούν πόσο επικίνδυνο μπορεί να είναι. Μόλις μια κουταλιά της σούπας στα παιδιά και τους εφήβους μπορεί να είναι πολύ επιβλαβής.

#### **Ενημερωτική κάρτα 5: Η πρόκληση Benadryl**

Αυτή η πρόκληση συμβαίνει όταν ένα άτομο παίρνει περισσότερες από τις κανονικές ποσότητες Benadryl (διφαινυδραμίνη) προκειμένου να έχει παραισθήσεις. Η διφαινυδραμίνη βοηθάει στα συμπτώματα των αλλεργιών, αλλά αν ληφθεί υπερβολική ποσότητα, έχει παρενέργειες όπως ψευδαισθήσεις, υψηλή αρτηριακή πίεση, υψηλή θερμοκρασία σώματος, διέγερση και επιληπτικές κρίσεις. Αρκετοί έφηβοι έχουν χρειαστεί νοσηλεία και τουλάχιστον ένας θάνατος έχει συμβεί από αυτή την πρόκληση.

#### **Ενημερωτική κάρτα 6: Η πρόκληση της κανέλας**

Αυτή η πρόκληση ενθαρρύνει τους ανθρώπους να φάνε μια κουταλιά αλεσμένη κανέλα χωρίς να πιουν καθόλου νερό. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα βήχα, πνιγμό και ερεθισμό του στόματος, της μύτης και του λαιμού. Μερικοί άνθρωποι το βρίσκουν διασκεδαστικό να το παρακολουθούν. Ωστόσο, σοβαρές επιπτώσεις μπορεί να συμβούν όταν ένα άτομο βήχει και πνίγεται με την κανέλα σε σκόνη και στη συνέχεια την εισπνέει κατά λάθος στους πνεύμονές του. Η κανέλα μπορεί να ερεθίσει τους πνεύμονες και να προκαλέσει ακόμη και πνευμονία. Μερικοί άνθρωποι που συμμετέχουν σε αυτή την πρόκληση έχουν χρειαστεί νοσηλεία για να τους βοηθήσουν να αναπνεύσουν.

**Παράρτημα. Κάρτες συζήτησης για την ανάλυση των επικίνδυνων προκλήσεων των μέσων κοινωνικής δικτύωσης**

**Εκτύπωση καρτών συζήτησης για τις « Επικίνδυνες τάσεις: Προκλήσεις από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης».**

**Κάρτα συζήτησης 1: Η πρόκληση του τεστ εγκυμοσύνης Plan B**

1. Τι είναι το The Plan B Pregnancy Test Challenge και γιατί νομίζετε ότι έγινε δημοφιλές στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης;
2. Ποιοι είναι οι πιθανοί κίνδυνοι και οι συνέπειες για την υγεία από τη συμμετοχή σε αυτή την πρόκληση;
3. Γιατί είναι σημαντικό να κατανοούμε τη σωστή χρήση φαρμάκων όπως το Plan B;
4. Πώς μπορείτε να εκπαιδεύσετε τους άλλους σχετικά με τους κινδύνους αυτής της πρόκλησης και να προωθήσετε ασφαλείς πρακτικές;

**Κάρτα συζήτησης 2: Η πρόκληση του μοσχοκάρυδου**

1. Τι είναι η πρόκληση του μοσχοκάρυδου και πώς πραγματοποιείται συνήθως;
2. Ποιοι είναι οι πιθανοί κίνδυνοι για την υγεία και οι παρενέργειες από την κατανάλωση μεγάλων ποσοτήτων μοσχοκάρυδου;
3. Γιατί πιστεύετε ότι ορισμένοι άνθρωποι συμμετέχουν σε αυτή την πρόκληση παρά τους κινδύνους;
4. Πώς μπορείτε να διαδώσετε την ευαισθητοποίηση σχετικά με τους κινδύνους που συνδέονται με την πρόκληση του μοσχοκάρυδου και να αποθαρρύνετε τη συμμετοχή;

**Κάρτα συζήτησης 3: Η πρόκληση του αλατιού**

1. Τι είναι η πρόκληση του αλατιού και τι περιλαμβάνει;
2. Ποιοι είναι οι πιθανοί κίνδυνοι για την υγεία και οι σωματικές επιπτώσεις από τη συμμετοχή σε αυτή την πρόκληση;
3. Γιατί είναι σημαντικό να σκεφτόμαστε κριτικά πριν συμμετάσχουμε σε προκλήσεις των μέσων κοινωνικής δικτύωσης;
4. Ποιες ενέργειες μπορείτε να κάνετε για να αποτρέψετε άλλους από το να δοκιμάσουν την πρόκληση The Salt Challenge και παρόμοιες επικίνδυνες δραστηριότητες;

**Κάρτα συζήτησης 4: The Tide Pod Challenge**

1. Τι είναι το The Tide Pod Challenge και πώς κέρδισε την προσοχή των μέσων κοινωνικής δικτύωσης;
2. Ποιοι είναι οι σοβαροί κίνδυνοι για την υγεία και οι συνέπειες της κατάποσης των Tide Pods;
3. Πώς μπορούν οι πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης και οι χρήστες να συνεργαστούν για να αποθαρρύνουν επικίνδυνες προκλήσεις όπως αυτή;



4. Τι μέτρα μπορείτε να λάβετε αν δείτε κάποιον να προωθεί ή να επιχειρεί την πρόκληση The Tide Pod Challenge;

#### **Κάρτα συζήτησης 5: Η πρόκληση Benadryl**

1. Τι είναι το The Benadryl Challenge και γιατί είναι επικίνδυνο;
2. Ποιοι είναι οι πιθανοί κίνδυνοι για την υγεία και οι παρενέργειες από την κατανάλωση μεγάλων ποσοτήτων Benadryl;
3. Πώς μπορείτε να βοηθήσετε στην ευαισθητοποίηση σχετικά με τους κινδύνους της κατάχρησης φαρμάκων για προκλήσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης;
4. Τι πρέπει να κάνετε αν υποψιάζεστε ότι κάποιος έχει συμμετάσχει στο The Benadryl Challenge;

#### **Κάρτα συζήτησης 6: Η πρόκληση της κανέλας**

1. Τι είναι η Πρόκληση Κανέλας και τι περιλαμβάνει;
2. Ποιοι είναι οι πιθανοί κίνδυνοι για την υγεία και οι άμεσοι κίνδυνοι από την απόπειρα αυτής της πρόκλησης;
3. Γιατί οι άνθρωποι μπορεί να μπουν στον πειρασμό να συμμετάσχουν στην πρόκληση The Cinnamon Challenge παρά το γεγονός ότι γνωρίζουν τους κινδύνους;
4. Πώς μπορείτε να επικοινωνήσετε αποτελεσματικά τους κινδύνους του The Cinnamon Challenge στους συνομηλίκους σας;

**Παράρτημα. Κουίζ αξιολόγησης για τον εντοπισμό και την αντιμετώπιση επικίνδυνων προκλήσεων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.**

**Εκτύπωση κουίζ για τις « Επικίνδυνες τάσεις: Αποκαλύπτοντας τους κινδύνους των προκλήσεων των μέσων κοινωνικής δικτύωσης»**

#### **Ερώτηση Σωστό ή Λάθος**

Βασική ένδειξη μιας επικίνδυνης πρόκλησης στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι η υποστήριξη δραστηριοτήτων που έχουν τη δυνατότητα να προκαλέσουν σημαντική σωματική ή ψυχολογική βλάβη στους συμμετέχοντες.

- A) Σωστό
- B) Λάθος

Απάντηση: Η απάντηση είναι Σωστό

#### **Ερώτηση Σωστό ή Λάθος**

Είναι ακριβής ο ισχυρισμός ότι οι προκλήσεις ταξινομούνται ως επικίνδυνες αποκλειστικά βάσει της παρουσίας φυσικών κινδύνων, αποκλείοντας άλλους παράγοντες, όπως η ψυχολογική βλάβη, η συναισθηματική δυσφορία ή η ζημία στη φήμη.



- A) Σωστό  
B) Λάθος

Απάντηση: Λάθος

#### Ερώτηση πολλαπλής επιλογής

Όταν γίνεστε μάρτυρες ενός φίλου ή συναδέλφου που συμμετέχει σε μια επικίνδυνη πρόκληση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, η οποία εγκυμονεί σημαντικούς κινδύνους για την ασφάλεια ή την ευημερία του, η πιο υπεύθυνη ενέργεια είναι να:

- A) Να αγνοήσετε την κατάσταση, υποθέτοντας ότι έχουν επίγνωση των κινδύνων.  
B) Να τους ενθαρρύνετε να συνεχίσουν την πρόκληση, παρά τους κινδύνους που ενέχει.  
Γ) Να τους προειδοποιήσετε για τους πιθανούς κινδύνους και να ενημερώσετε έναν έμπιστο ενήλικα ή μια αρχή.  
Δ) Να το καταγράψετε και να το διαδώσετε στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για ευρύτερη προβολή.

Απάντηση: Γ)

#### Ερώτηση πολλαπλής επιλογής

Εάν συναντήσετε ένα βίντεο που προωθεί ενεργά μια επικίνδυνη και δυνητικά απειλητική για τη ζωή πρόκληση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, η καλύτερη προσέγγιση, λαμβάνοντας υπόψη την ασφάλεια του εαυτού σας και των άλλων, είναι να:

- A) Να ασχοληθείτε με το βίντεο κάνοντας like και κοινοποιώντας το σε μια προσπάθεια να διαδώσετε την ευαισθητοποίηση.  
B) Να αναφέρετε το βίντεο απευθείας στην πλατφόρμα κοινωνικής δικτύωσης για παραβίαση των οδηγιών ασφαλείας.  
Γ) Να επιχειρήσετε προσωπικά την πρόκληση για να μετρήσετε το επίπεδο επικινδυνότητάς της.  
Δ) Δημοσιεύστε ένα λεπτομερές σχόλιο που προειδοποιεί τους θεατές για τους πιθανούς κινδύνους που συνδέονται με τη συμμετοχή στην πρόκληση.

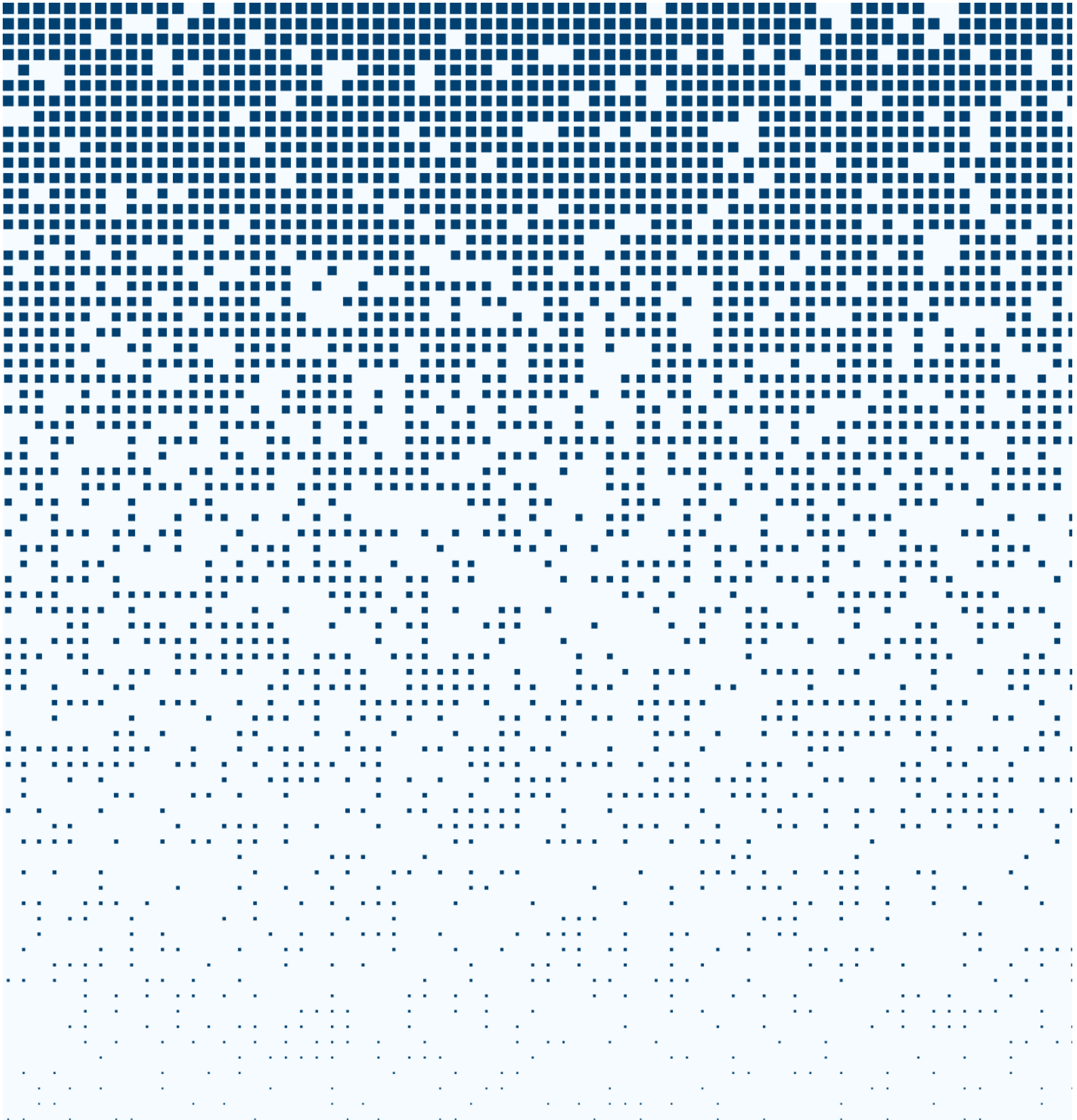
Απάντηση: B)

#### Συμπλήρωση της κενής ερώτησης

Η κοινοποίηση μιας επικίνδυνης πρόκλησης στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης χωρίς να κατανοήσετε τους σχετικούς κινδύνους μπορεί να \_\_\_\_\_ την πιθανότητα να την επιχειρήσουν άλλοι, θέτοντας ακούσια περισσότερα άτομα σε κίνδυνο.

Απάντηση: αυξήσει





# Conscious Youth Behaviours in Emerging Realities

Erasmus+ KA2 Cooperation Partnerships in School Education

[Reference n. 2023-1-EL01-KA220-SCH-000156982]



**Co-funded by  
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.