



Co-funded by
the European Union



γίνε οδηγός!

Μαζί ενάντια στην πολικότητα!



bit schulungcenter
member of bit group

**FUTURE
BALLOONS**
we take you higher!

BORG
MISTELBACH

SYNTHESIS
CENTER FOR RESEARCH AND EDUCATION



ΠΊΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΈΝΩΝ

1. Εισαγωγή ΣΕΛΙΔΑ
2

2. Ομάδες-στόχοι ΣΕΛΙΔΑ
2

3. Ορισμός της πολικότητας και της πόλωσης ΣΕΛΙΔΑ
3

**4. Να γίνετε πρεσβευτής της Ενωμένης
Ευρώπης στις κοινωνικές πλατφόρμες** ΣΕΛΙΔΑ
3

**5. Αναφορά πολωτικού
περιεχομένου** ΣΕΛΙΔΑ
15

5.1 Instagram ΣΕΛΙΔΑ
15

5.2 YouTube 16

5.3 TikTok 17

5.4 Facebook 18

6. Συμπέρασμα ΣΕΛΙΔΑ
19

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Καλώς ήρθατε, μελλοντικοί πρεσβευτές της Ενωμένης Ευρώπης!

Είστε παθιασμένοι με την προώθηση της ενότητας, της κατανόησης και της συνεργασίας μεταξύ ανθρώπων με διαφορετικό υπόβαθρο και διαφορετικές απόψεις; Θέλετε να έχετε θετικό αντίκτυπο στις πλατφόρμες των μέσων κοινωνικής δικτύωσης; Αυτός ο οδηγός θα σας βοηθήσει να γίνετε πρεσβευτής για μια Ενωμένη Ευρώπη και να διαδώσετε το μήνυμά ευρέως!

Ο **Οδηγός για τους νέους ώστε να γίνουν πρεσβευτές μιας ενωμένης Ευρώπης στις κοινωνικές πλατφόρμες δημιουργήθηκε** στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ **bye, polarity** και αποσκοπεί όχι μόνο στην ευαισθητοποίηση σχετικά με την πολικότητα και την πόλωση, αλλά και στην εξεύρεση τρόπων αντιμετώπισής της και στην επίλυση πιθανών συγκρούσεων και μισαλλοδοξιών.



2. ΟΜΑΔΕΣ-ΣΤΟΧΟΙ

Αν είσαι **μεταξύ 12 και 16 ετών και θέλεις να πάρεις θέση στο διαδίκτυο ενάντια στη συνεχιζόμενη πόλωση και τον κοινωνικό διχασμό στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης**, αυτός ο οδηγός θα σου δώσει συμβουλές για το πώς μπορείς να το κάνεις πράξη!

Στο πλαίσιο των δραστηριοτήτων του έργου η ομάδα έργου διαπίστωσε ότι πολλοί μαθητές έχουν υποστεί κάποια στιγμή κάποιου είδους φανατισμό ή ότι η πόλωση εξακολουθεί να αποτελεί μεγάλο ζήτημα στην προσωπική τους καθημερινή ζωή, κυρίως μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, αλλά και μεταξύ συνομηθίκων και μελών της οικογένειας.

Επομένως, είναι καιρός να κάνουμε κάτι γι' αυτό!



**Ο ΣΤΟΧΟΣ ΕΪΝΑΙ ΝΑ ΕΞΟΠΛΙΣΕΤΕ ΤΟΝ
ΕΑΥΤΟ ΣΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ ΜΕ:**



ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ



ΓΝΩΣΗ



ΚΑΙ ΕΜΠΝΕΥΣΗ

**ΓΙΑ ΝΑ ΓΙΝΕΤΕ ΠΡΕΣΒΕΥΤΕΣ ΓΙΑ ΜΙΑ ΕΝΩΜΕΝΗ ΕΥΡΩΠΗ ΣΤΗΝ ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ
ΤΩΝ ΜΕΣΩΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ**



3. ΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΠΟΛΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΟΛΩΣΗΣ

Για να είστε έτοιμοι να υπερασπιστείτε τη συνοχή στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, είναι σημαντικό να γνωρίζετε τι σημαίνουν οι όροι πολικότητα και πόλωση και να μπορείτε να τους διακρίνετε. Ακολουθούν οι ορισμοί.

Definition

Η ΠΟΛΙΚΟΤΗΤΑ αναφέρεται στην ύπαρξη δύο αντίθετων καταστάσεων ή ιδιοτήτων, όπως η θετική και η αρνητική ή η θερμή και η ψύξη. Στο πλαίσιο της ψυχολογίας, η πολικότητα μπορεί να αναφέρεται στην τάση των ανθρώπων να σκέφτονται αντίθετα, όπως το καλό έναντι του κακού ή το μαύρο έναντι του άσπρου. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε μια απλουστευμένη άποψη του κόσμου που αγνοεί τη διαβάθμιση και την πολυπλοκότητα.



Από την άλλη πλευρά, η ΠΟΛΩΣΗ είναι ένα κοινωνικό ή πολιτικό φαινόμενο. Αναφέρεται στη διαδικασία διαίρεσης ανθρώπων ή ομάδων σε δύο αντίθετα στρατόπεδα, συχνά με βάση τις πεποιθήσεις, τις αξίες ή τα συμφέροντά τους.

Η πόλωση μπορεί να προκύψει σε πολλούς διαφορετικούς τομείς, όπως η πολιτική, η θρησκεία, η εκπαίδευση ή ο πολιτισμός. Μπορεί να οδηγήσει σε έντονες συγκρούσεις, εντάσεις και στην επίλυση της επικοινωνίας και της συνεργασίας μεταξύ των αντίπαλων στρατοπέδων. Η πόλωση οδηγεί συχνά σε μια νοοτροπία „εμείς εναντίον αυτών“, όπου οι άνθρωποι αναπτύσσουν ισχυρή πίστη στη δική τους ομάδα, ενώ δαιμονοποιούν όσους έχουν αντίθετες απόψεις.¹

Οι άνθρωποι έχουν διαφορετικές ιδέες, ανάγκες και επιθυμίες, επιδιώκουν διαφορετικούς στόχους και βλέπουν νόημα σε διαφορετικά πράγματα. Έχουν διαφορετικές ιδέες για το καλό και το κακό, δεν έχουν όλοι την ίδια ανατροφή και εκπαίδευση, δεν έχουν μεγαλώσει κάτω από τις ίδιες συνθήκες και έχουν πολύ διαφορετικές εμπειρίες στη ζωή τους. Ως εκ τούτου, η **ανοχή, ο σεβασμός και η αποδοχή** είναι απαραίτητα για την „καταπολέμηση της πολικότητας“, τη διάλυση θεμάτων εκφοβισμού και επιθετικών συμπεριφορών προς τους άλλους, τη μείωση του διαδικτυακού εκφοβισμού και την ανάπτυξη συνεργατικής αλλά και κριτικής νοοτροπίας.

4. ΠΩΣ ΝΑ ΓΙΝΕΤΕ ΠΡΕΣΒΕΥΤΗΣ ΤΗΣ ΕΝΩΜΕΝΗΣ ΕΥΡΩΠΗΣ ΣΤΙΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΠΛΑΤΦΟΡΜΕΣ

Είστε ενθουσιασμένοι που θέλετε να γίνετε μέρος ενός κινήματος που γιορτάζει τη διαφορετικότητα, προωθεί την κατανόηση και ενισχύει την ενότητα μεταξύ των νέων σε όλη την Ευρώπη; Αυτός ο οδηγός θα σας δώσει ιδέες για το πώς μπορείτε να γίνετε πρεσβευτής της Ενωμένης Ευρώπης στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Ας δημιουργήσουμε έναν θετικό αντίκτυπο που θα φτάσει πολύ μακριά!

¹ <https://thecontentauthority.com/blog/polarity-vs-polarization>

Αγκαλιάστε το όραμα της Ενωμένης Ευρώπης



Κατανοήστε τις αξίες:

Μάθετε για τις αξίες που ορίζουν μια ενωμένη Ευρώπη, όπως η ειρήνη, η ποικιλομορφία, η αλληλεγγύη, η ελευθερία, η δημοκρατία, η ισότητα, το κράτος δικαίου και τα ανθρώπινα δικαιώματα.

Είναι εξαιρετικά σημαντικό να υπερασπιστούμε αυτές τις αξίες και να εργαστούμε από κοινού για ένα ειρηνικό μέλλον που αξίζει να ζήσουμε. Ας ταξιδέψουμε μαζί για να κατανοήσουμε και να αγκαλιάσουμε τις αξίες που κάνουν την ενωμένη Ευρώπη τόσο ξεχωριστή. Πρώτα απ' όλα, είναι σημαντικό να θέσετε στον εαυτό σας τα ακόλουθα ερωτήματα:

Γνωρίζω τι κρύβεται πίσω από αυτές τις αξίες της Ευρωπαϊκής Ένωσης;

Πώς συμβάλλω/μπορώ να συνεισφέρω σε αυτές τις αξίες στην καθημερινή μου ζωή;

Πώς μπορώ να συμμετέχω ενεργά στις δημοκρατικές διαδικασίες;



RELIABILITY



ETHICS



OPTIMISM



LOYALTY



TRUST



CREATIVITY



COMPASSION



CONSISTENCY



HONESTY



QUALITY



INNOVATION



COURAGE



PASSION



CORE VALUES



EFFICIENCY

Μπορείτε επίσης να συζητήσετε αυτά τα ερωτήματα με τους φίλους σας ή να έρθετε σε επαφή με ανθρώπους στο περιβάλλον σας που έχουν ήδη δεσμευτεί να προωθήσουν αυτές τις αξίες!



Εξερευνήστε διαφορετικές κουλτούρες:

Ανακαλύψτε το πλούσιο μωσαϊκό πολιτισμών, γλωσσών και παραδόσεων στην Ευρώπη. Αγκαλιάστε την ομορφιά της ποικιλομορφίας!

Καθώς εξερευνούμε την Ευρώπη με την πλούσια ιστορία της, τον ποικίλο πολιτισμό και τις γλώσσες της, ανοίγουμε τις καρδιές μας στην ομορφιά της διαφορετικότητας. Κάθε μοναδική κλωστή που υφαίνεται στο μωσαϊκό της ηπείρου μας, μας κάνει πιο δυνατούς μαζί.

Ιδέα



Εξερευνήστε τη συλλογική ευρωπαϊκή ιστορία.



Ενημερωθείτε για τα παραδοσιακά φεστιβάλ φαγητού, μουσικής και τέχνης που συνδέουν την Ευρώπη.



Αν ταξιδέψετε σε άλλη ευρωπαϊκή χώρα ρωτήστε τους ντόπιους για κάτι μοναδικό στον πολιτισμό τους.

Σημείωση

Η γνώση της ιστορίας μιας χώρας διευκολύνει την κατανόηση της ύπαρξης ορισμένων πολιτικών, κοινωνικών και οικονομικών δομών. Πολλά σημερινά προβλήματα και συγκρούσεις έχουν τις ρίζες τους σε ιστορικά γεγονότα και εξελίξεις.

Κατακτώντας την τέχνη της θετικής διαδικτυακής παρουσίας



Ενσυνείδητες Αναρτήσεις:

Πριν από την ανάρτηση, κάντε στον εαυτό σας τις ακόλουθες ερωτήσεις:

Είναι το περιεχόμενό μου σεβαστό και χωρίς αποκλεισμούς;

Αντιπροσωπεύει αυθεντικά τις προσωπικές μου αξίες;

Συμβάλλει σε ένα ειρηνικό, θετικό και υποστηρικτικό διαδικτυακό περιβάλλον;

Εμπνέει και ενδυναμώνει τους άλλους;

Η ανάρτησή σας μπορεί να κάνει τη διαφορά





Έλεγχος γεγονότων και επαλήθευση:

Βεβαιωθείτε ότι οι πληροφορίες που μοιράζεστε είναι ακριβείς και αξιόπιστες. Να είστε πηγή αξιόπιστων πληροφοριών.

Έχετε τη δύναμη να διαδώσετε ακριβείς πληροφορίες. Ελέγξτε τα γεγονότα πριν τα μοιραστείτε και γίνετε πηγή αλήθειας. Σε έναν κόσμο παραπληροφόρησης, η προσεκτική σας εξέταση έχει σημασία. Ακολουθεί ένας κατάλογος ελέγχου για την επαλήθευση της ακρίβειας των πληροφοριών:



Εξετάστε την πηγή

Ρίξτε μια προσεκτική ματιά στο ποιος βρίσκεται πίσω από την πηγή.



Συνεχίστε να διαβάζετε

Οι τίτλοι συχνά εντυπωσιάζουν, γι' αυτό είναι σημαντικό να διαβάσετε ολόκληρη την ιστορία.



Ελέγξτε τον συγγραφέα

Ελέγξτε αν ο συντάκτης μιας έκθεσης υπάρχει πραγματικά και αν πρόκειται για αξιόπιστο πρόσωπο.



Ανάλυση της πηγής

Ελέγξτε ξανά τις πηγές των ισχυρισμών. Οι ψευδείς ειδήσεις συχνά παραθέτουν επίσημες ή φαινομενικά επίσημες πηγές. Ωστόσο, αν τις ελέγξετε, συχνά αποδεικνύεται ότι ο ισχυρισμός που διατυπώνεται εκεί δεν υπάρχει καθόλου.



Πρόκειται για αστείο;

Αν ακούγεται πολύ απίθανο, μπορεί να πρόκειται για ειδησεογραφική σάτιρα.



Τι πιστεύετε;

Οι απόψεις μας παίζουν ρόλο στην κρίση ενός μηνύματος. Προκειμένου να επιβεβαιωθούν οι πεποιθήσεις τους, οι άνθρωποι συχνά αναζητούν συγκεκριμένα πληροφορίες που ταιριάζουν με τις πεποιθήσεις τους και αγνοούν πληροφορίες που δεν τις επιβεβαιώνουν.



Δώστε προσοχή στην ημερομηνία


Οι πληροφορίες μπορεί να είναι ήδη ξεπερασμένες, ακόμη και αν έχουν μόλις αναρτηθεί.



Ρωτήστε έναν εμπειρογνώμονα

Ο εμπειρογνώμονας είναι ένα άτομο που έχει γνώσεις, εμπειρία και δεξιότητες σε έναν εξειδικευμένο τομέα που υπερβαίνουν το μέσο όρο.²

Σημείωση

Αν θέλετε περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις προσωπικές ειδήσεις και τον τρόπο ελέγχου των αναρτήσεων ως προς την αλήθεια τους, μπορείτε να ρίξετε μια ματιά σε αυτή την εφαρμογή που αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ „Fake Off”  <https://www.fake-off.eu/outputs/>

2

<https://www.fake-off.eu/wp-content/uploads/2020/02/1-FAKE-OFF-TM-EN.pdf>; <https://www.ifla.org/resources/?oPubId=11174>

Διάδοση της ενότητας μέσω του περιεχομένου σας



Δημιουργήστε εμπνευσμένες αναρτήσεις και ιστορίες:

Μοιραστείτε ιστορίες και αναρτήσεις που αναδεικνύουν την ενότητα, τη φιλία και τις διαπολιτισμικές συνεργασίες σε όλη την Ευρώπη.

Μέσα από τις ιστορίες σας, θα αναδείξετε την ενότητα, τη φιλία και τη μαγεία που συμβαίνει όταν άνθρωποι με διαφορετικό υπόβαθρο ενώνονται για έναν κοινό σκοπό.

Ιδέα

Ακολουθούν μερικές ιδέες για να ασχοληθείτε με έναν κοινό σκοπό και να μοιραστείτε τις εμπειρίες σας:

1. Διαπολιτισμική εκπαίδευση:



Μοιραστείτε ιστορίες από προγράμματα ανταλλαγής, εμπειρίες Erasmus, και εκπαιδευτικές συνεργασίες και τα οφέλη των σπουδών σε διάφορες ευρωπαϊκές χώρες.



2. Ανθρώπινα δικαιώματα και ισότητα:



Υπερασπιστής των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, της ανεκτικότητας και της ισότητας για όλους Ευρωπαίους, μοιραζόμενοι ιστορίες ατόμων και οργανώσεις που εργάζονται για τη δικαιοσύνη.



Συζητήστε πρωτοβουλίες που καταπολεμούν τις διακρίσεις και Προκατάληψη



3. Ενότητα στον αθλητισμό και τις τέχνες:



Επισημάνετε τα μεγάλα ευρωπαϊκά γεγονότα και το πνεύμα της υγείας ανταγωνισμός και συνεργασία.



Παρουσιάστε πώς ο αθλητισμός και οι τέχνες φέρνουν τους ανθρώπους



κοντά διασυννοριακά (για παράδειγμα, όπως ο αγώνας δρόμου *Wings for Life*)



4. Αντιμετώπιση κρίσεων και αλληλεγγύη:

- ✎ Παρουσίαση των συνεργατικών προσπαθειών για την παροχή βοήθειας και υποστήριξη σε στιγμές φυσικών καταστροφών και ανθρωπιστικών καταστάσεις έκτακτης ανάγκης.
- ✎ Επισημάνετε το πνεύμα αλληλεγγύης σε περιόδους ανάγκης και απόγνωσης.

5. Καινοτομία και τεχνολογικές εξελίξεις:

- ✎ Διερεύνηση τεχνολογικών καινοτομιών που συνδέουν την ευρωπαϊκή κοινωνία.
- ✎ Μοιραστείτε ιστορίες ιδεών κοινωνικών επιχειρηματιών ή τεχνολογικές συνεργασίες.



Οπτική αρμονία:

Χρησιμοποιήστε εικόνες και βίντεο που εξυμνούν την ποικιλομορφία και αναδεικνύουν τους κοινούς δεσμούς.

Οι άνθρωποι λένε ότι μια εικόνα λέει χίλιες λέξεις. Ας χρησιμοποιήσουμε εικόνες και βίντεο για να αποτυπώσουμε την αρμονία που υπάρχει μέσα στη διαφορετικότητά μας. Ήρθε η ώρα να αφήσουμε τις εικόνες μας να μιλήσουν για την ενότητα!

Ιδέα

Στο πλαίσιο του προγράμματος BYE, POLARITY, μαθητές από τη Ρουμανία και την Αυστρία έλαβαν μέρος σε μια πρόκληση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης με τα hashtags **#TogetherAsOne** και **#ByePolarity**, στο πλαίσιο της οποίας δημιούργησαν αναρτήσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης με ενωτικό περιεχόμενο και εξέφρασαν τις αξίες τους, όπως η ελευθερία, η συμπόνια, το θάρρος, η ευαισθητοποίηση για σεβασμό και η ενσυναίσθηση. Ακολουθούν δύο από τις αναρτήσεις που δημιουργήθηκαν:



Δείξτε μας τις δημιουργικές σας δυνατότητες και πάρτε κι εσείς μέρος στην πρόκληση ή ξεκινήστε τη δική σας!


Μπορείτε να κάνετε καταγισμό ιδεών με τους φίλους σας για ένα ενωτικό hashtag και να το χρησιμοποιήσετε σε όλες τις πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης.

Αν σας αρέσει να δημιουργείτε βίντεο, εδώ είναι ένα βίντεο για το θέμα της πολικότητας που αναπτύχθηκε επίσης από τους Αυστριακούς και Ρουμάνους μαθητές, μπορεί να σας χρησιμεύσει ως έμπνευση!

 <https://www.youtube.com/watch?v=40-nbarMoVA> 

 **Η ΠΡΟΚΛΗΣΗ ΈΓΙΝΕ ΔΕΚΤΗ;** 

Δέσμευση και σύνδεση

 **Συζητήσεις που έχουν σημασία:** Συμμετοχή σε συζητήσεις που προωθούν την κατανόηση και την ενσυναίσθηση. Να είστε ανοιχτοί σε διαφορετικές απόψεις και να ενθαρρύνετε υγιείς διαλόγους.

Μπορείτε να μοιραστείτε τις απόψεις σας για ένα επίκαιρο θέμα και να συμμετάσχετε σε μια συζήτηση με σεβασμό για να εξασκηθείτε στην ενσυναίσθηση και την κατανόηση, προσομοιώνοντας και εμπλεκόμενοι με άλλους σε μια συζήτηση εκτός σύνδεσης ή στο διαδίκτυο για ένα ευαίσθητο θέμα και να αντιμετωπίσετε τις διαφωνίες διατηρώντας το σεβασμό και την ανοιχτή σκέψη.




Συνδεθείτε με άλλους πρεσβευτές: Συνεργαστείτε με άλλους Πρεσβευτές της Ενωμένης Ευρώπης για να δημιουργήσετε κοινά έργα και να ενισχύσετε τον αντίκτυπό σας.

Η συνεργασία μας κάνει πιο δυνατούς. Η σύνδεση με άλλους πρεσβευτές της Ενωμένης Ευρώπης θα σας βοηθήσει να δημιουργήσετε κοινά έργα, να ανταλλάξετε ιδέες και να ενισχύσετε τον αντίκτυπό σας σε όλες τις κοινωνικές πλατφόρμες. Μπορείτε επίσης να βρείτε άλλα τρέχοντα έργα ή να μιλήσετε με τους καθηγητές σας για να βοηθήσετε!

Ιδέα

ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΕΣ:  https://youth.europa.eu/home_en.

Το **Ευρωπαϊκό Ίδρυμα Νεολαίας (EYF)** προσφέρει οικονομική και εκπαιδευτική υποστήριξη για έργα νέων, μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες εδώ  <https://www.coe.int/en/web/youth/about-us>.

Μια άλλη επιλογή είναι να αναζητήσετε σε πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης **ομάδες που ασχολούνται με θέματα και αξίες που σας ενδιαφέρουν** και να συμμετάσχετε σε συζητήσεις και δραστηριότητες.

Γνωρίζατε ότι οι νέοι στη Δανία έχουν ακόμη και το δικό τους νησί; Το νησί ονομάζεται **Ungdomsøen** και έχει σκοπό να τους προσφέρει ένα μέρος όπου μπορούν να εξελιχθούν σε ενεργούς, αφοσιωμένους και περίεργους πολίτες που αναλαμβάνουν την ευθύνη ο ένας για τον άλλον, για τις κοινότητές τους και για την ανάπτυξη της κοινωνίας τους.

Αρκετά ωραίο, σωστά; 

Να χίνεις πηγή έμπνευσης



Διαδώστε τη θετικότητα:

Αντιμετωπίστε την αρνητικότητα με θετικότητα. Μοιραστείτε παρακινητικά αποφθέγματα, ενθαρρυντικά μηνύματα και ιστορίες ανθρώπων που ενώνονται.

Σε έναν κόσμο όπου η αρνητικότητα μπορεί να είναι συντριπτική, τα θετικά σας μηνύματα μπορούν να αποτελέσουν φάρο ελπίδας. Η κοινοποίηση παρακινητικών αποσπασμάτων, ενθαρρυντικών ιστοριών και μηνυμάτων ενθάρρυνσης θα βοηθήσει.

Ξέρετε από ποιες διάσημες προσωπικότητες προέρχονται αυτά τα παρακινητικά και εμπνευσμένα αποφθέγματα; (Θα βρείτε τη λύση στο τέλος της σελίδας)

„ Το σκοτάδι δεν μπορεί να διώξει το σκοτάδι- μόνο το φως μπορεί να το κάνει αυτό. Το μίσος δεν μπορεί να διώξει το μίσος- μόνο η αγάπη μπορεί να το κάνει αυτό“. ³

„Το αδύνατο είναι απλώς μια άποψη“. ⁴

„Το μέλλον ανήκει σε εκείνους που πιστεύουν στην ομορφιά των ονείρων τους“. ⁵

„Η τελευταία από τις ανθρώπινες ελευθερίες συνίσταται στην επιλογή της στάσης απέναντι στα πράγματα“. ⁶



Ενθαρρύνετε την ενότητα εκτός σύνδεσης:

Ενθαρρύνετε εκδηλώσεις, πολιτιστικά φεστιβάλ ή συζητήσεις. Μπορείτε να ξεκινήσετε από το σχολείο σας ή την κοινότητά σας και στη συνέχεια να προχωρήσετε τοπικά!



³ Μάρτιν Λούθερ Κινγκ (Αμερικανός ακτιβιστής για τα πολιτικά δικαιώματα)

⁴ Paulo Coehlo (Βραζιλιάνος συγγραφέας)








⁵ Eleanor Roosevelt (Αμερικανίδα διπλωμάτης και ακτιβίστρια των πολιτικών δικαιωμάτων)

⁶ Viktor Frankl (αυστριακός νευρολόγος και ψυχίατρος/επιζών του Ολοκαυτώματος)

Ιδέα

ΣΥΖΗΤΗΣΕΙΣ ΣΕ ΠΑΝΕΛ: Ένας τρόπος για να έρθουν σε συζήτηση άνθρωποι με διαφορετικές θέσεις είναι η συζήτηση σε πάνελ. Μια συζήτηση πάνελ είναι μια συζήτηση υπό τον συντονισμό ενός κοινού, κατά την οποία συζητούνται διαφορετικές θέσεις για ένα επιλεγμένο θέμα ή ζήτημα.

Πώς μπορείτε να ξεκινήσετε μια συζήτηση σε πάνελ στο σχολείο σας:


-  **Ζητήστε πρώτα από έναν καθηγητή να σας βοηθήσει να οργανώσετε τη συζήτηση στο πάνελ.**
-  **Στη συνέχεια, μαζί με συμμαθητές ή φίλους, αναζητήστε θέματα ή ζητήματα που πολώνουν (για παράδειγμα: φύλο, τεχνητή νοημοσύνη, διατροφή, κινητικότητα, ίσες ευκαιρίες στην εκπαίδευση ή κλιματική αλλαγή).**
-  **Συγκεντρώστε ένα πάνελ από 4-6 άτομα και έναν συντονιστή.**
-  **Μιλήστε στα άτομα που θέλετε να προσκαλέσετε.**
-  **Σκεφτείτε πότε και σε ποια τοποθεσία θα πραγματοποιηθούν οι συζητήσεις.**
-  **Σχεδιάστε πώς θα στηθεί αυτή η τοποθεσία, ποια τεχνολογία χρειάζεστε και πόσο κοινό που θα θέλατε να έχετε.**
-  **Ο συντονιστής πρέπει να διασφαλίσει ότι έχει βρεθεί μια κατάλληλη λύση για όλους στο τη συζήτηση του πάνελ ή ότι ο σεβασμός και η κατανόηση για άλλες συμπεριφορές έχει και έχει δημιουργηθεί μια ειρηνική και ευχάριστη ατμόσφαιρα. Κανείς δεν πρέπει να να μείνετε πίσω με αρνητικά συναισθήματα!**



Προκλήσεις και έργα:

Συμμετέχετε σε Προκλήσεις και παρακινήστε και άλλους να λάβουν μέρος μέσω της προώθησής τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης! Από καλλιτεχνικούς και δημιουργικούς διαγωνισμούς για κοινωνικά θέματα, δραστηριότητες κοινωνικής προσφοράς ή την έναρξη προγραμμάτων εκμάθησης γλωσσών, αυτές οι διασκεδαστικές προκλήσεις θα φέρουν τους ανθρώπους πιο κοντά!

Ιδέα

ΕΡΓΟ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟΥ: Θα μπορούσατε να δημιουργήσετε μια σχολική εφημερίδα (εκτός σύνδεσης ή σε απευθείας σύνδεση) με τους καθηγητές και τους συμμαθητές σας για να μιλήσετε για τις τοπικές, εθνικές ή παγκόσμιες ειδήσεις. Δεδομένου ότι καθημερινά ερχόμαστε αντιμέτωποι με αρκετά αρνητικά νέα, θα μπορούσατε να επικεντρωθείτε σε θετικό, εμπνευσμένο και ενδυναμωτικό περιεχόμενο. 

Ακολουθούν τα βήματα, με τα οποία μπορείτε να δημιουργήσετε ένα σχολικό ημερολόγιο.

- 1. Προετοιμασία:** Κοιτάξτε διάφορες εφημερίδες για να δείτε τι σας αρέσει και τι όχι.
- 2. Ομάδα σχολικής εφημερίδας:** Ρωτήστε τους φίλους και τους συμμαθητές σας αν θα ήθελαν να συμμετάσχουν στο έργο.
- 3. Δημιουργήστε μια βασική ιδέα:** (Ποια θέματα είναι σχετικά και σημαντικά;) δομή (Πώς μπορώ να δομήσω το περιοδικό με σαφήνεια;), μορφή και διάταξη (Πόσες σελίδες πρέπει να περιέχει το σχολικό περιοδικό; Πόσο μεγάλη πρέπει να είναι η έκταση των άρθρων;
- 4. Χρηματοδότηση και εκτύπωση:** Ενημερωθείτε για τις επιλογές χρηματοδότησης (π.χ. σχολείο, γονείς, εταιρείες), τη διαφήμιση και την εκτύπωση.
- 5.** Ζητήστε υποστήριξη από τους εκπαιδευτικούς ή τους γονείς για δύσκολες εργασίες.
- 6.** Τώρα είστε έτοιμοι να ξεκινήσετε με τη δημιουργία του περιεχομένου!

Αλλά ακόμη και μικρές προκλήσεις μπορούν ήδη να κάνουν τη διαφορά - για παράδειγμα, μπορείτε να αποφασίσετε να κάνετε κάποιον να γελάσει σήμερα, να κάνετε σε κάποιον ένα κομπλιμέντο ή να μιλήσετε με κάποιον που δεν έχετε μιλήσει ποτέ πριν και να προσπαθήσετε να βρείτε κάτι κοινό!

Είμαστε σίγουροι ότι έχετε πολλές άλλες όμορφες ιδέες!

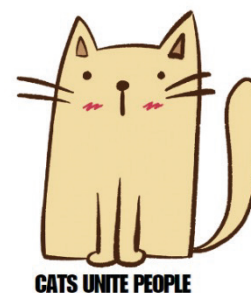
Πως να γίνει πιο παιχνιδιάρικο



Μνήμες για την ενότητα:

Δημιουργήστε ανάλαφρα μιμίδια που αναδεικνύουν τις ιδιόρρυθμες και διασκεδαστικές πτυχές της διαφορετικότητας. Το γέλιο φέρνει τους ανθρώπους πιο κοντά!

Το γέλιο είναι μια παγκόσμια γλώσσα. Δημιουργώντας μιμίδια που γιορτάζουν τις διασκεδαστικές πτυχές της ένωσης ανθρώπων με διαφορετικό υπόβαθρο, πεποιθήσεις και ενδιαφέροντα, θα διαδώσετε χαρά και ενότητα μέσω του χιούμορ!





Μαγεία των emoji:

Χρησιμοποιήστε τα emoji δημιουργικά για να μεταδώσετε την ενότητα, τη συνεργασία και την πολιτιστική αρμονία. Τα emojis ξεπερνούν τους γλωσσικούς φραγμούς!

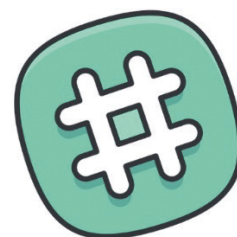
Τα emojis είναι κάτι περισσότερο από σύμβολα - μπορούν να χρησιμεύσουν ως έκφραση ενότητας και αλληλεγγύης! Χρησιμοποιήστε τα emojis δημιουργικά για να μεταδώσετε τη συνεργασία, την αρμονία και τη μαγεία της συνάντησης.



Χρησιμοποιήστε Hashtags:

Συμμετέχετε σε trending hashtags που σχετίζονται για παράδειγμα με την ενότητα, την Ευρώπη και την πολιτιστική κατανόηση. Η φωνή σας θα γίνει μέρος μιας ευρύτερης συζήτησης!

Αυτά τα hashtags φέρνουν κοντά άτομα από διαφορετικά υπόβαθρα που μοιράζονται κοινά ενδιαφέροντα ή ανησυχίες. Η συμμετοχή σας σε αυτές τις συζητήσεις μπορεί να εμπνεύσει ουσιαστικές συζητήσεις και να προωθήσει μια κοινή κατανόηση που υπερβαίνει τις ατομικές απόψεις.



Μην ξεχνάτε να χρησιμοποιείτε τα hashtags **#TogetherAsOne** και **#byePolarity!**



Σημείωση

Ως ΠΡΕΣΒΕΥΤΗΣ ΤΗΣ ΕΝΩΜΕΝΗΣ ΕΥΡΩΠΗΣ, έχετε τη δύναμη να δημιουργήσετε θετική αλλαγή. Αγκαλιάστε την ποικιλομορφία που σας περιβάλλει, διαδώστε το μήνυμα της ενότητας και αφήστε το στίγμα σας στις κοινωνικές πλατφόρμες!



5. ΑΝΑΦΟΡΑ ΠΟΛΩΤΙΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ

Στο πλαίσιο του έργου, εξετάσαμε επίσης τις πιο χρησιμοποιούμενες πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης μεταξύ των φοιτητών στην Πορτογαλία, την Κύπρο, τη Ρουμανία και την Αυστρία το 2022/2023. Σε ομάδες εστίασης που διεξήχθησαν από εκπαιδευτικούς με μαθητές, δήλωσαν ότι χρησιμοποιούν περισσότερο το **Instagram, το TikTok, το YouTube και το Facebook**.

Ως **πρεσβευτής της Ευρωπαϊκής Ένωσης**, είναι σημαντικό να γνωρίζετε πώς μπορείτε να αναφέρετε ακατάλληλο περιεχόμενο, όπως προσβλητική γλώσσα, ρητορική μίσους, διαδικτυακό εκφοβισμό και ακατάλληλες εικόνες.

5.1 Instagram

Το **Instagram** είναι μια οπτικοκεντρική πλατφόρμα για την ανταλλαγή φωτογραφιών και βίντεο. Οι χρήστες μπορούν να δημιουργούν προφίλ, να δημοσιεύουν φωτογραφίες και βίντεο, να ακολουθούν άλλους και να συμμετέχουν στο περιεχόμενο μέσω likes, σχολίων και άμεσων μηνυμάτων. Το Instagram προσφέρει επίσης λειτουργίες όπως Stories, Reels και IGTV.

ΑΝΑΦΟΡΑ ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ ΣΤΟ INSTAGRAM

Το Instagram παρέχει διάφορες επιλογές αναφοράς για την αναφορά ακατάλληλου ή επιβλαβούς περιεχομένου, δίνοντας στους χρήστες τη δυνατότητα να συμβάλλουν σε μια ασφαλή και θετική κοινότητα.

α. Αναφορά αναρτήσεων και σχολίων: Οι χρήστες μπορούν να αναφέρουν μεμονωμένες αναρτήσεις ή σχόλια που παραβιάζουν τις οδηγίες κοινότητας του Instagram. Η δυνατότητα αναφοράς είναι προσβάσιμη μέσω της ίδιας της ανάρτησης ή του σχολίου, με επιλογές επισήμανσης για λόγους όπως παρενόχληση, ρητορική μίσους, βία ή ρητό περιεχόμενο. Η αναφορά μπορεί να γίνει ανώνυμα και η διαδικασία είναι απλή.

β. Προφίλ αναφοράς: Εάν ένας χρήστης συναντήσει ένα προφίλ στο Instagram που παραβιάζει τις οδηγίες ή τους όρους χρήσης της πλατφόρμας, μπορεί να το αναφέρει. Οι επιλογές αναφοράς μπορούν να βρεθούν στο ίδιο το προφίλ ή με πρόσβαση στη λειτουργία „Αναφορά“ στο λογαριασμό του χρήστη.

γ. Μηνύματα αναφοράς: Τα ακατάλληλα ή προσβλητικά μηνύματα που λαμβάνονται μέσω του Instagram Direct μπορούν να αναφερθούν μεμονωμένα. Οι χρήστες μπορούν να έχουν πρόσβαση στην επιλογή αναφοράς πατώντας στο μήνυμα και επιλέγοντας την κατάλληλη ενέργεια.

δ. Αναφορά Ιστοριών, Reels και IGTV: Οι χρήστες μπορούν να αναφέρουν μεμονωμένα Stories, Reels ή βίντεο IGTV που περιέχουν ρητό περιεχόμενο, παρενόχληση ή άλλες μορφές ακατάλληλου υλικού. Οι επιλογές αναφοράς είναι διαθέσιμες εντός του αντίστοιχου περιεχομένου.



5.2 YouTube

Το YouTube είναι μια κορυφαία πλατφόρμα κοινής χρήσης βίντεο. Οι περισσότεροι χρήστες ανεβάζουν και παρακολουθούν βίντεο, εγγράφονται σε κανάλια, κάνουν like και σχολιάζουν βίντεο, δημιουργούν λίστες αναπαραγωγής και αλληλεπιδρούν με τους δημιουργούς. Το YouTube προσφέρει διάφορα είδη περιεχομένου, όπως μουσική, μαθήματα, vlogs και ψυχαγωγία.

ΑΝΑΦΟΡΑ ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ ΣΤΟ YOUTUBE

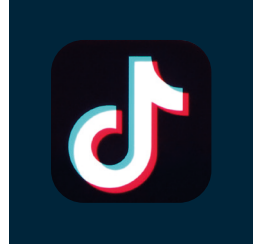
Το YouTube παρέχει πολλαπλές επιλογές αναφοράς για την αντιμετώπιση ακατάλληλου ή επιβλαβούς περιεχομένου. Αυτές είναι οι εξής:

α. Επισήμανση βίντεο: Οι χρήστες μπορούν να αναφέρουν συγκεκριμένα βίντεο που περιέχουν ακατάλληλο περιεχόμενο, όπως ρητορική μίσους, παρενόχληση, βία ή ρητό υλικό. Η δυνατότητα αναφοράς είναι προσβάσιμη μέσω του μενού τριών σημείων του βίντεο ή της καρτέλας „Περισσότερα“ κάτω από τον αναπαραγωγέα βίντεο.

β. Σχόλια αναφοράς: Εάν οι χρήστες συναντήσουν σχόλια που είναι προσβλητικά, υβριστικά ή ανεπιθύμητα, μπορούν να τα αναφέρουν μεμονωμένα. Η επιλογή αναφοράς μπορεί να βρεθεί κάνοντας κλικ στις τρεις τελείες δίπλα στο σχόλιο.

γ. Κανάλια αναφοράς: Εάν ένας χρήστης συναντήσει ένα κανάλι YouTube που παραβιάζει συστηματικά τις οδηγίες της κοινότητας ή τους όρους υπηρεσίας, μπορεί να αναφέρει ολόκληρο το κανάλι. Η επιλογή αναφοράς είναι διαθέσιμη στη σελίδα „Σχετικά“ του καναλιού ή κάνοντας κλικ στο εικονίδιο της σημαίας κάτω από ένα από τα βίντεο του καναλιού.

δ. Πρόσθετα εργαλεία αναφοράς: Το YouTube παρέχει πρόσθετα εργαλεία αναφοράς για συγκεκριμένα θέματα όπως παρενόχληση, πλαστοπροσωπία, ανησυχίες για την προστασία της ιδιωτικής ζωής ή παραβίαση πνευματικών δικαιωμάτων. Οι επιλογές αυτές είναι προσβάσιμες μέσω του Κέντρου βοήθειας του YouTube ή της λειτουργίας „Αναφορά προβλήματος“.



5.3 TikTok

Το TikTok έγινε μόδα μεταξύ των εφήβων και είναι μια πολύ δημοφιλής πλατφόρμα βίντεο μικρής διάρκειας. Οι χρήστες μπορούν να δημιουργούν και να μοιράζονται σύντομα βίντεο, να προσθέτουν εφέ και μουσική, να εξερευνούν το περιεχόμενο που βρίσκεται στις τάσεις και να συμμετέχουν με άλλους μέσω likes, σχολίων και ντουέτων. Ο αλγόριθμος του TikTok παρέχει εξατομικευμένες συστάσεις περιεχομένου.

ΑΝΑΦΟΡΑ ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ ΣΤΟ ΤΙΚΤΟΚ

Το TikTok παρέχει επιλογές αναφοράς για την αντιμετώπιση ακατάλληλου ή επιβλαβούς περιεχομένου και τη διατήρηση ενός ασφαλούς περιβάλλοντος κοινότητας.

α. Βίντεο αναφοράς: Εάν οι χρήστες συναντήσουν ένα βίντεο που παραβιάζει τις οδηγίες της κοινότητας του TikTok, μπορούν να το αναφέρουν. Η δυνατότητα αναφοράς είναι προσβάσιμη κάνοντας κλικ στο εικονίδιο κοινής χρήσης κάτω από το βίντεο, επιλέγοντας “Αναφορά” και επιλέγοντας τον κατάλληλο λόγο για την αναφορά, όπως γυμνό, ρητορική μίσους, βία ή παρενόχληση.

β. Αναφορά λογαριασμού: Εάν οι χρήστες συναντήσουν έναν λογαριασμό TikTok που παραβιάζει συστηματικά τις κατευθυντήριες γραμμές της κοινότητας ή επιδεικνύει ανάρμοστη συμπεριφορά, μπορούν να αναφέρουν τον λογαριασμό. Οι επιλογές αναφοράς βρίσκονται στη σελίδα του προφίλ του χρήστη ή στη λειτουργία „Αναφορά“, στην οποία αποκτάτε πρόσβαση μέσω του μενού με τις τρεις τελείες.

γ. Πρόσθετα εργαλεία αναφοράς: Το TikTok παρέχει πρόσθετα εργαλεία αναφοράς για συγκεκριμένα ζητήματα, όπως η μίμηση, οι ανησυχίες για την προστασία της ιδιωτικής ζωής, το περιεχόμενο αυτοτραυματισμού ή αυτοκτονίας ή η παραβίαση πνευματικών δικαιωμάτων. Αυτές οι επιλογές είναι συνήθως προσβάσιμες μέσω του Κέντρου βοήθειας ή των καναλιών υποστήριξης της πλατφόρμας.



5.4 Facebook

Το Facebook είναι μια παγκοσμίως αναγνωρισμένη πλατφόρμα κοινωνικής δικτύωσης όπου οι χρήστες μπορούν να δημιουργούν προφίλ, να συνδέονται με φίλους και συγγενείς και να μοιράζονται ενημερώσεις, φωτογραφίες και βίντεο. Προσφέρει λειτουργίες όπως ροές ειδήσεων, ομάδες, εκδηλώσεις και μια αγορά.

ΑΝΑΦΟΡΑ ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ ΣΤΟ FACEBOOK

Το Facebook αναγνωρίζει την ανάγκη αντιμετώπισης και μετριασμού του ακατάλληλου ή επιβλαβούς περιεχομένου.

α. Θέσεις αναφοράς: Οι χρήστες μπορούν να αναφέρουν μεμονωμένες αναρτήσεις, είτε αυτές περιέχουν προσβλητική γλώσσα, ρητορική μίσους, βία, γυμνό ή άλλους τύπους ακατάλληλου περιεχομένου. Η δυνατότητα αναφοράς είναι προσβάσιμη μέσω ενός αναπτυσσόμενου μενού σε κάθε δημοσίευση.

β. Αναφορά σε προφίλ και σελίδες: Εάν ένας χρήστης συναντήσει ένα προφίλ ή μια σελίδα που παραβιάζει τα πρότυπα κοινότητας ή τους όρους υπηρεσίας του Facebook, μπορεί να το αναφέρει χρησιμοποιώντας τα διαθέσιμα εργαλεία αναφοράς. Αυτό μπορεί να γίνει μέσω του ίδιου του προφίλ ή της σελίδας ή με πρόσβαση στην επιλογή „Αναφορά“ στο λογαριασμό του χρήστη.

γ. Αναφορά μηνυμάτων: Σε περίπτωση ακατάλληλων ή καταχρηστικών μηνυμάτων που λαμβάνονται μέσω του Facebook Messenger, οι χρήστες μπορούν να αναφέρουν αυτά τα μηνύματα μεμονωμένα πατώντας στο μήνυμα και επιλέγοντας την επιλογή „Αναφορά“.

δ. Αναφορά φωτογραφιών και βίντεο: Οι χρήστες μπορούν να αναφέρουν μεμονωμένες φωτογραφίες ή βίντεο που περιέχουν ρητό περιεχόμενο, παρενόχληση ή άλλες μορφές ακατάλληλου υλικού. Αυτή η δυνατότητα αναφοράς είναι διαθέσιμη μέσω της ίδιας της φωτογραφίας ή του βίντεο.

6. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Ελπίζουμε οι ιδέες αυτού του οδηγού να σας δώσουν αρκετή έμπνευση για να γίνετε πρεσβευτές μιας ενωμένης Ευρώπης στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Αναλαμβάνοντας αυτόν τον ρόλο, θα συμβάλλετε σημαντικά στη μείωση των εντάσεων και των διαιρέσεων στις πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης και στην προώθηση της κατανόησης μεταξύ ανθρώπων με διαφορετικές απόψεις.

Η φωνή σας είναι σημαντική για τη δημιουργία μιας πιο συνδεδεμένης και αρμονικής Ευρώπης!

Μοιραστείτε το ταξίδι, διαδώστε την ενότητα, γίνετε πρεσβευτές της Ενωμένης Ευρώπης!

#TogetherAsOne



Share the journey,
spread the unity,

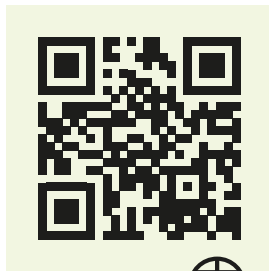
be a united
Europe ambassador!



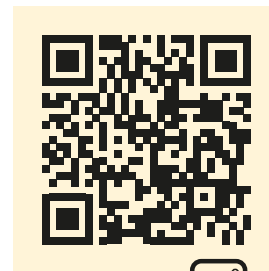
Co-funded by
the European Union



<https://www.facebook.com/bye-Polarity-103509115621549>



www.byepolarity.eu



https://www.instagram.com/bye_polarity/

