

# ΠΩΣ ΝΑ ΜΙΛΗΣΕΤΕ ΣΤΟΥΣ ΕΦΗΒΟΥΣ ΓΙΑ ΤΟ INSTAGRAM: ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ



# ΕΝΑ ΓΡΑΜΜΑ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΤΟΥ INSTAGRAM

Εάν διαβάζετε αυτό τον οδηγό, πιθανότατα να είστε γονιός. Γνωρίζουμε από έρευνες ότι πολλοί γονείς ανησυχούν για την ασφάλεια των έφηβων παιδιών τους στο Διαδίκτυο. Ως γονείς, που εργαζόμαστε στο Instagram, θέλουμε να βοηθήσουμε στην αντιμετώπιση αυτών των ανησυχιών. Έχουμε πάντοτε στο μυαλό μας τους εφήβους μας, όταν πηγαίνουμε καθημερινά στη δουλειά. Η ανατροφή των παιδιών είναι μια σημαντική ευθύνη και μια εξαιρετική ευκαιρία. Μαζί με όλες τις υπέροχες ευκαιρίες, που μπορεί να προσφέρει ένας γονιός, υπάρχουν και κάποιες προκλήσεις – μεγαλώνουμε την πρώτη γενιά ψηφιακών ιθαγενών, για τους οποίους ο ψηφιακός κόσμος είναι εξίσου σημαντικός με τον πραγματικό.

Γνωρίζουμε ότι, ως γονείς, μπορεί να είναι δύσκολο να καταλάβετε τι κάνουν τα παιδιά σας στο διαδίκτυο και γιατί ξοδεύουν τόσο πολύ χρόνο στα τηλέφωνα τους. Παρόλο που φαίνεται ότι η δημοσίευση φωτογραφιών και βίντεο είναι η δεύτερη φύση για τους εφήβους, πολλοί από αυτούς χρειάζεται να σκεφτούν πολύ καλά τι να κοινοποιήσουν διαδικτυακά. Είναι δύσκολο να γνωρίζουμε πώς να έχουμε μια ανοιχτή συζήτηση με τα παιδιά μας και να διαφυλάξουμε την ασφάλειά τους, ενώ εμείς οι ίδιοι ακόμη μαθαίνουμε πώς να περιηγηθούμε στο διαδίκτυο. Μοιραζόμαστε αυτές τις ανησυχίες, όπως και όλοι όσοι εργάζονται στο Instagram.

Για τον λόγο αυτό, αναπτύξαμε αυτόν τον οδηγό. Γνωρίζουμε ότι μπορεί να φαίνεται δύσκολο να συζητήσετε αυτά τα θέματα με τα παιδιά σας. Θέλουμε να βεβαιωθούμε ότι αισθάνεστε πανέτοιμοι, προσφέροντάς σας εργαλεία που χρειάζεστε, για να ξεκινήσετε τον διάλογο. Ελπίζουμε ότι ο οδηγός αυτός θα κάνει τα πράγματα λίγο πιο εύκολα.

Αισθανόμαστε μεγάλη ευθύνη να διασφαλίσουμε ότι το Instagram είναι ένα εποικοδομητικό μέσο κοινωνικής δικτύωσης για τους εφήβους. Παράλληλα, θέλουμε να διασφαλίσουμε ότι εσείς ως γονείς είστε ενημερωμένοι και αρμόδιοι να τους καθοδηγήσετε σχετικά με το Instagram. Πιστεύουμε ότι το πρώτο βήμα είναι να κατανοήσουμε γιατί τα παιδιά μας χρησιμοποιούν το Instagram και ποια εργαλεία είναι διαθέσιμα να διασφαλίσουν ότι η εμπειρία τους στο Instagram είναι θετική, εκουσία και ασφαλής.

Για περισσότερες πληροφορίες και για να παρακολουθήσετε ένα βίντεο, όπου θα σας εξηγήσουμε αυτά τα εργαλεία, επισκεφτείτε την ηλεκτρονική διεύθυνση: [parents.instagram.com](https://parents.instagram.com).

# ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ



ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ INSTAGRAM; ..... 7

## ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΠΟΡΡΗΤΟΥ

Απόρρητο ..... 13  
Μπλοκάρισμα ανεπιθύμητων  
αλληλεπιδράσεων ..... 15

## ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΕΩΝ

Διαχείριση σχολίων ..... 21  
Μπλοκάρισμα σχολίων και λογαριασμών .. 23  
Φιλτράρισμα σχολίων ..... 27

## ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΧΡΟΝΟΥ

Η δραστηριότητά σας ..... 33  
Ρύθμιση ημερήσιας υπενθύμισης ..... 35  
Σίγαση ειδοποιήσεων ..... 37  
Δεν υπάρχει κάτι νεότερο ..... 39

ΔΕΚΑ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΝΑ ΣΑΣ ΒΟΗΘΗΣΟΥΝ  
ΝΑ ΑΡΧΙΣΕΤΕ ΤΗ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ..... 43

ΓΛΩΣΣΑΡΙ ..... 45


Οδηγός για γονείς για το Instagram: Τι είναι το Instagram;

# ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ INSTAGRAM;

Το Instagram είναι ένα μέσο κοινωνικής δικτύωσης για κοινοποίηση φωτογραφιών, βίντεο και μηνυμάτων. Είτε μέσω Ιστοριών, Ροής, Live, IGTV ή μηνυμάτων στο Direct, η αποστολή μας είναι να φέρουμε τους ανθρώπους πιο κοντά στους άλλους ανθρώπους και τα πράγματα που αγαπούν. Για να το κάνουμε αυτό, θεωρούμε ότι είναι απαραίτητο το Instagram να είναι ένα ασφαλές, υποστηρικτικό περιβάλλον, όπου οι άνθρωποι μπορούν να εκφραστούν. Η κατώτατη ηλικία, για να έχετε λογαριασμό στο Instagram είναι τα 13 έτη. Οι έφηβοι χρησιμοποιούν το Instagram, για να γιορτάσουν σπουδαία γεγονότα, για να μοιραστούν καθημερινές στιγμές, για να διατηρούν επαφή με φίλους και συγγενείς, για να δημιουργούν κοινότητες υποστήριξης και για να γνωρίζουν άλλους, που μοιράζονται τις συνήθειες και τα ενδιαφέροντά τους.

Για να μάθετε περισσότερα για τους τρόπους με τους οποίους οι έφηβοι χρησιμοποιούν το Instagram, δείτε το γλωσσάρι, στο τέλος αυτού του οδηγού.




 amethyst\_grl

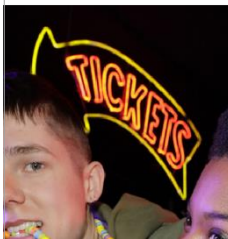
...

 lil\_lapislazuli



...

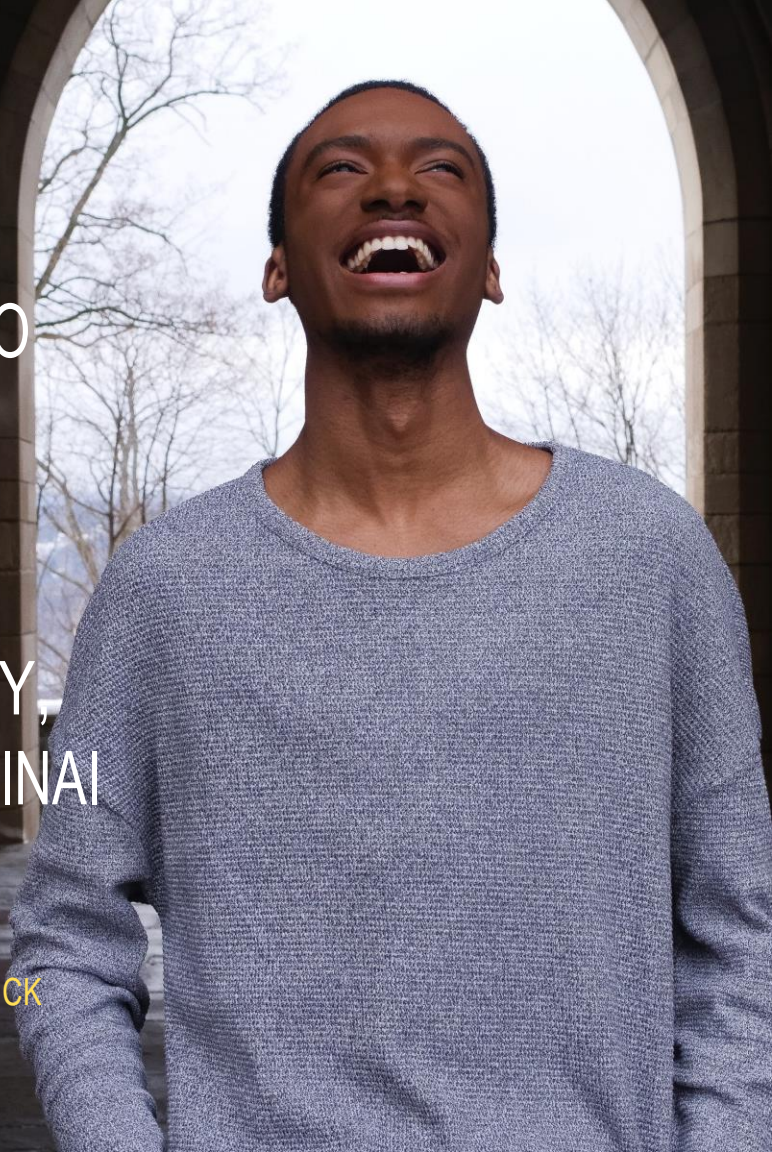
 Dark\_emeralds





«ΟΤΑΝ  
ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΩ ΤΟ  
INSTAGRAM,  
ΔΕΝ ΤΟ ΘΕΩΡΩ  
ΟΤΙ ΕΙΝΑΙ ΣΤΟ  
ΤΗΛΕΦΩΝΟ ΜΟΥ,  
ΤΟ ΘΕΩΡΩ ΟΤΙ ΕΙΝΑΙ  
Η ΦΩΝΗ ΜΟΥ»

MALICK MERCIER, ΕΦΗΒΟΣ  
ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΣ, @CLASSYMALICK



# ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΠΟΡΡΗΤΟΥ



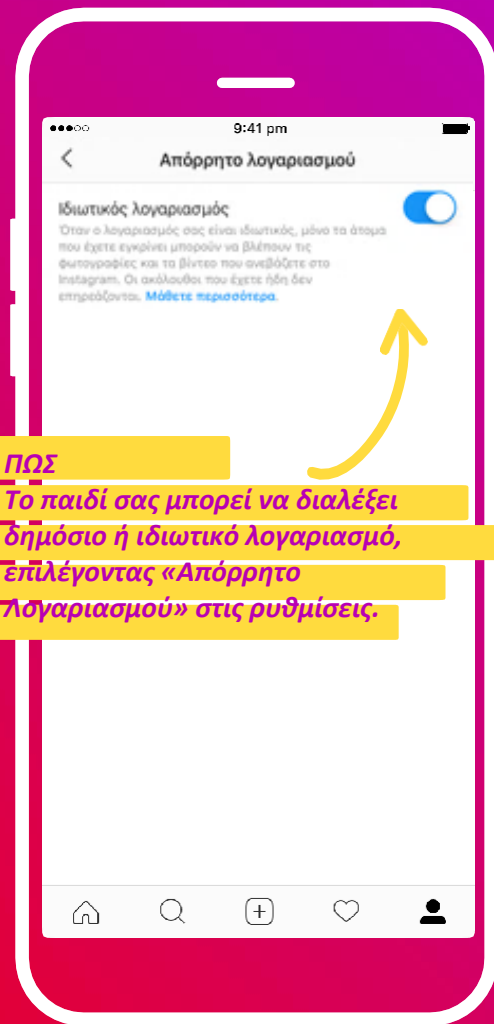
Υπάρχουν πολλά εργαλεία, που μπορείτε να μοιραστείτε με τα παιδιά σας, για να τους προσφέρετε περισσότερο έλεγχο στη ψηφιακή τους ταυτότητα και το ψηφιακό τους αποτύπωμα. Ένα από τα πρώτα πράγματα για τα οποία πρέπει να μιλήσετε μαζί τους είναι εάν θα έχουν δημόσιο ή ιδιωτικό λογαριασμό. Βεβαιωθείτε πως καταλαβαίνουν ότι μπορούν να ελέγχουν ποιος βλέπει αυτά που δημοσιεύουν και με ποιον αλληλεπιδρούν στο Instagram. Αυτό θα τους δώσει τη δυνατότητα να νιώθουν ότι μπορούν να είναι ο εαυτός τους στο Instagram.



# ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΠΟΡΡΗΤΟΥ

## ΑΠΟΡΡΗΤΟ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥ

Η πρώτη επιλογή που πρέπει να κάνετε με τα παιδιά σας είναι αν ο λογαριασμός τους θα είναι δημόσιος ή ιδιωτικός. Αν ο λογαριασμός τους είναι ιδιωτικός, πρέπει να εγκρίνουν τα άτομα που τους ακολουθούν και μπορούν να αφαιρέσουν ακόλουθους ανά πάσα στιγμή. Οι ιδιωτικοί λογαριασμοί σημαίνουν ότι το περιεχόμενο του παιδιού σας δεν είναι ορατό από κανένα άτομο που δεν έχει το ίδιο εγκρίνει. Αν είναι δημόσιος ο λογαριασμός, όλοι μπορούν να δουν το περιεχόμενο που δημοσιεύουν στις Ιστορίες, στη Ροή ή στο Live, και μπορούν να τους ακολουθούν, χωρίς να χρειάζονται έγκριση. Αν το παιδί σας έχει ήδη δημόσιο λογαριασμό, μπορεί να τον αλλάξει σε ιδιωτικό ανά πάσα στιγμή. Επίσης, μπορούν να αλλάξουν τον λογαριασμό από ιδιωτικό σε δημόσιο. Μπορούν να αφαιρέσουν ακόλουθους, να επιλέξουν ποιος μπορεί να σχολιάσει και άλλα. Το παιδί σας μπορεί, επίσης, να απενεργοποιήσει την «Εμφάνιση κατάστασης δραστηριότητας», ώστε οι φίλοι του να μην μπορούν να δουν πότε είναι συνδεδεμένος.



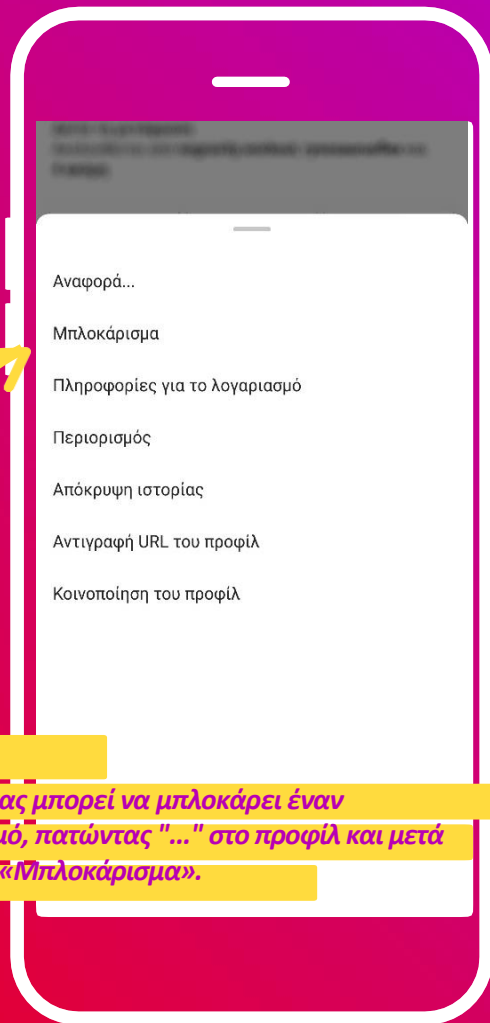
**ΠΩΣ**

**Το παιδί σας μπορεί να διαλέξει δημόσιο ή ιδιωτικό λογαριασμό, επιλέγοντας «Απόρρητο Λογαριασμού» στις ρυθμίσεις.**

# ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΠΟΡΡΗΤΟΥ

## ΜΠΛΟΚΑΡΙΣΜΑ ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΩΝ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΕΩΝ

Το παιδί σας μπορεί να μπλοκάρει λογαριασμούς, με τους οποίους δεν επιθυμεί να αλληλεπιδρά. Αυτό θα εμποδίσει κάποια άτομα να βλέπουν και να σχολιάζουν δημοσιεύσεις, ιστορίες και live μεταδόσεις του. Όταν μπλοκάρετε έναν λογαριασμό, το άτομο δεν ειδοποιείται. Μπορείτε να μπλοκάρετε έναν λογαριασμό ανά πάσα στιγμή.



**ΠΩΣ**

**Το παιδί σας μπορεί να μπλοκάρει έναν λογαριασμό, πατώντας "..."** στο προφίλ και μετά πατώντας «Μπλοκάρισμα».



«Η ΜΑΜΑ ΜΟΥ ΜΕ  
ΒΟΗΘΑ,  
ΔΙΑΣΦΑΛΙΖΟΝΤΑΣ  
ΟΤΙ ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ  
ΚΑΠΟΙΟΣ ΠΟΥ  
ΓΡΑΦΕΙ ΑΡΝΗΤΙΚΑ  
ΣΧΟΛΙΑ. ΕΙΤΕ ΤΟΝ  
ΑΓΝΟΟΥΜΕ, ΕΙΤΕ  
ΤΟΝ  
ΔΙΑΓΡΑΦΟΥΜΕ»

LEXI P., ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ,  
@CURLANISTAS



# ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΕΩΝ



Δεν υπάρχει χώρος για οποιοδήποτε είδος εκφοβισμού στο Instagram. Αυτό αντιβαίνει στις πολιτικές μας για τη δημιουργία λογαριασμού, τη δημοσίευση φωτογραφιών ή τον σχολιασμό με σκοπό τον εκφοβισμό ή την παρενόχληση κάποιου άλλου. Ενημερώστε το παιδί σας ότι, αν εντοπίσει έναν λογαριασμό, μια φωτογραφία, ένα βίντεο, ένα σχόλιο, ένα μήνυμα ή μια ιστορία, που έχει σκοπό να εκφοβίσει ή να παρενοχλήσει, μπορεί να το αναφέρει, μέσω της εφαρμογής, πατώντας "..." στην άνω δεξιά γωνία της δημοσίευσης ή του προφίλ, σύροντας αριστερά στο σχόλιο – ή πατώντας παρατεταμένα το μήνυμα – και πατώντας «Αναφορά».

Η αναφορά είναι εντελώς ανώνυμη. Δεν κοινοποιούμε τις πληροφορίες του παιδιού σας στο άτομο που έχει αναφερθεί.

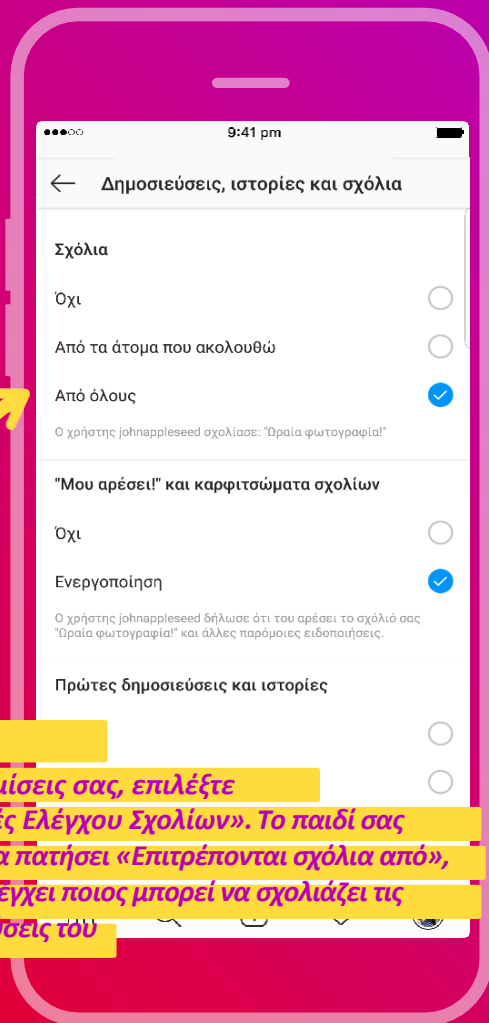
# ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΕΩΝ

## ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΧΟΛΙΩΝ

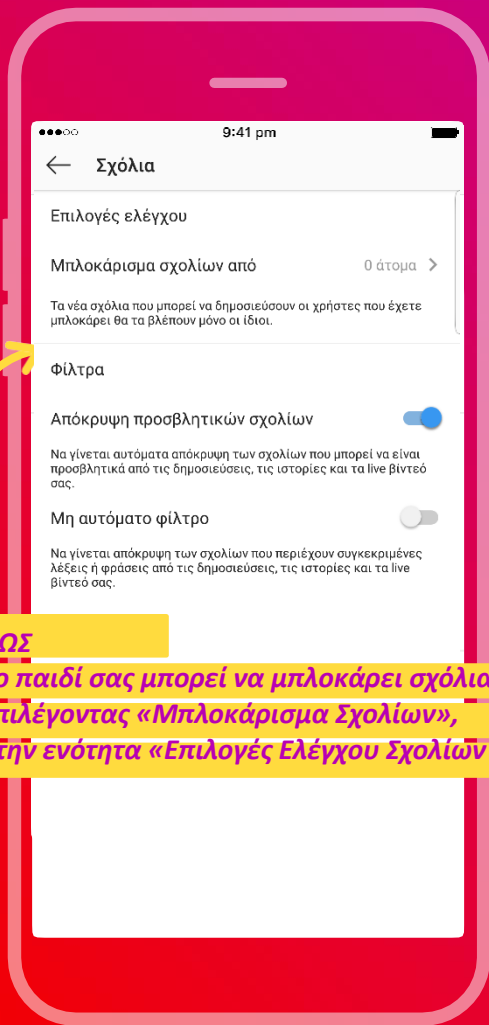
Το παιδί σας μπορεί να ελέγχει ποιος μπορεί να σχολιάσει τις φωτογραφίες και τα βίντεό του. Στην ενότητα «Επιλογές Ελέγχου Σχολίων» των ρυθμίσεων της εφαρμογής, μπορεί να επιλέξει: να επιτρέπονται σχόλια από όλους, από άτομα που ακολουθούν και από τους ακόλουθους τους, μόνο από τα άτομα που ακολουθούν ή από τους ακόλουθους τους. Μπορούν, επίσης, να αφαιρέσουν εντελώς τα σχόλια από τις δημοσιεύσεις τους.

**ΠΩΣ**

**Στις ρυθμίσεις σας, επιλέξτε «Επιλογές Ελέγχου Σχολίων». Το παιδί σας μπορεί να πατήσει «Επιτρέπονται σχόλια από», για να ελέγξει ποιος μπορεί να σχολιάζει τις δημοσιεύσεις του**



# ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΕΩΝ



**ΠΩΣ**

**Το παιδί σας μπορεί να μπλοκάρει σχόλια, επιλέγοντας «Μπλοκάρισμα Σχολίων», στην ενότητα «Επιλογές Ελέγχου Σχολίων»**

## ΜΠΛΟΚΑΡΙΣΜΑ ΣΧΟΛΙΩΝ

Οι έφηβοι μπορούν να μπλοκάρουν λογαριασμούς με τους οποίους δεν θέλουν να αλληλεπιδρούν. Τα σχόλια δεν θα εμφανίζονται πλέον από τον μπλοκαρισμένο λογαριασμό. Οι έφηβοι μπορούν να απενεργοποιήσουν τα σχόλια από όλες ή από μεμονωμένες δημοσιεύσεις.



«ΑΥΤΟΣ Ο  
ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΣ ΕΧΕΙ  
ΑΛΛΑΞΕΙ ΤΗ ΖΩΗ ΜΟΥ,  
ΕΠΕΙΔΗ ΕΧΩ [ΕΙΧΑ]  
ΠΟΛΛΕΣ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ  
ΚΑΙ ΓΝΩΡΙΣΑ ΠΟΛΥ  
ΚΟΣΜΟ ΠΟΥ ΔΕΝ  
ΠΙΣΤΕΥΑ ΠΟΤΕ ΠΩΣ ΘΑ  
ΓΝΩΡΙΖΑ»

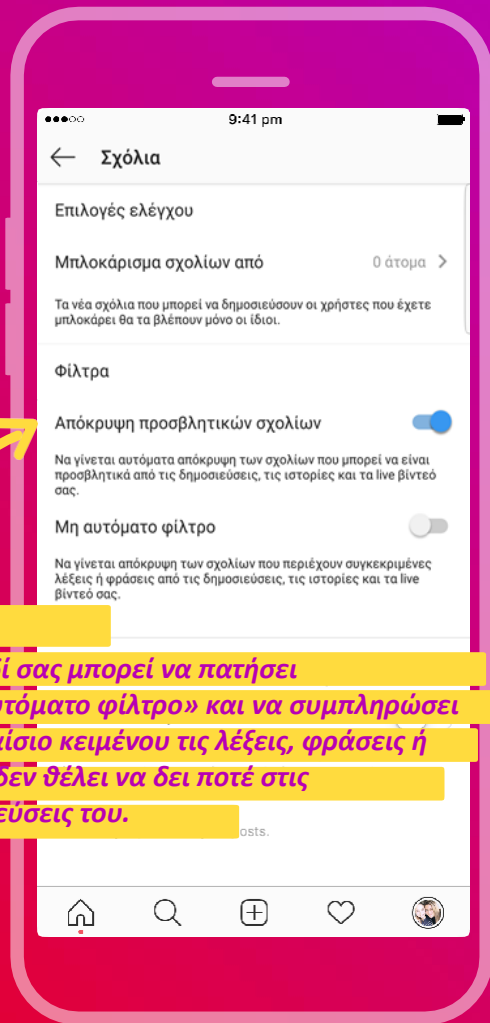
LIZZY HOWELL, ΧΟΡΕΥΤΡΙΑ,  
@LIZZY.DANCES



# ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΕΩΝ

## ΦΙΛΤΡΑΡΙΣΜΑ ΣΧΟΛΙΩΝ

Στο Instagram, έχουμε επιλογές ελέγχου που σας βοηθούν να διαχειρίζεστε το περιεχόμενο που βλέπετε και να αποφασίζετε πότε τα σχόλια είναι προσβλητικά ή σκοπεύουν να εκφοβίσουν ή να παρενοχλήσουν. Έχουμε δημιουργήσει φίλτρα, που αφαιρούν αυτόματα προσβλητικές λέξεις και φράσεις και σχόλια εκφοβισμού. Το παιδί σας μπορεί, επίσης, να δημιουργήσει τη δική του λίστα λέξεων ή emojis, που δεν θέλει να εμφανίζονται στην ενότητα σχολίων, όταν δημοσιεύουν, πηγαίνοντας στα «Φίλτρα» στην ενότητα «Επιλογές ελέγχου σχολίων».



**ΠΩΣ**

***Το παιδί σας μπορεί να πατήσει «Μη αυτόματο φίλτρο» και να συμπληρώσει στο πλαίσιο κειμένου τις λέξεις, φράσεις ή emojis δεν θέλει να δει ποτέ στις δημοσιεύσεις του.***

osts.

«ΤΑ ΜΕΣΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ  
ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ  
ΕΙΝΑΙ ΑΠΙΣΤΕΥΤΑ  
ΒΟΗΘΗΤΙΚΑ ΚΑΙ  
ΕΠΟΙΚΟΔΟΜΗΤΙΚΑ.  
ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΣΕ  
ΒΟΗΘΗΣΟΥΝ ΝΑ  
ΣΥΜΜΕΤΕΧΕΙΣ ΣΕ ΜΙΑ  
ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΟΠΟΥ ΔΕΝ  
ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΕΙΣ  
ΜΕ ΑΛΛΟ ΤΡΟΠΟ»

ELEANOR WHEELER, ΑΚΤΙΒΙΣΤΡΙΑ,  
@ELLIEWHEELS



# ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΧΡΟΝΟΥ

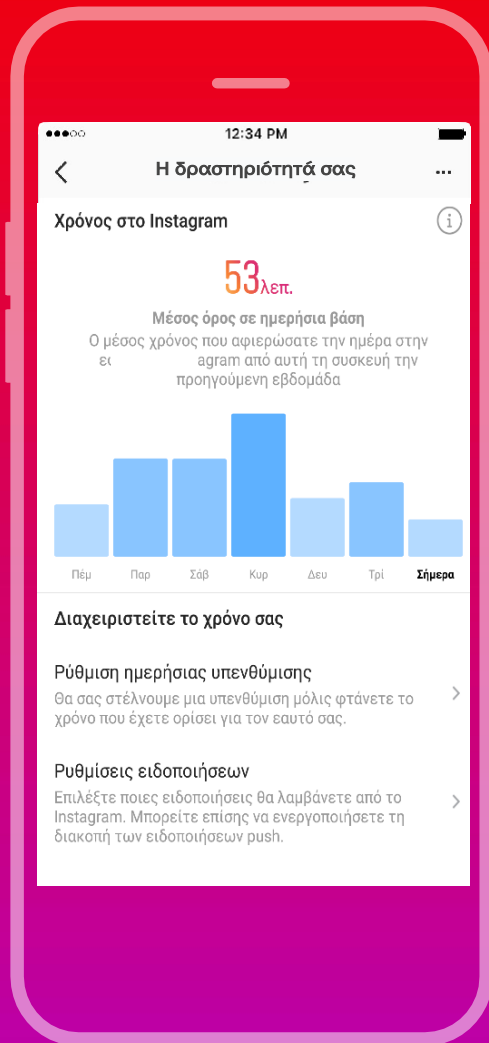
Όταν θα ασχοληθείτε με το Instagram, δεν υπάρχει ορθή ή λανθασμένη απάντηση για το πόσος χρόνος είναι υπερβολικός ή σωστός. Υπάρχουν πολλά εργαλεία, για να βοηθήσουν εσάς και την οικογένειά σας να κατανοήσετε και να ελέγχετε τον χρόνο που το παιδί σας αφιερώνει στο Instagram. Μπορείτε να αποφασίσετε μαζί ποια είναι η σωστή ισορροπία για την οικογένειά σας.



# ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΧΡΟΝΟΥ

## Η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΣΑΣ

Ο πίνακας ελέγχου της δραστηριότητάς σας δείχνει πόσο χρόνο έχει ξοδέψει το παιδί σας στο Instagram, την τελευταία ημέρα και εβδομάδα, καθώς και τον μέσο όρο του χρόνου τους στο Instagram. Το παιδί σας μπορεί να πατήσει παρατεταμένα τις μπλε μπάρες, για να δει πόσο χρόνο είχε ξοδέψει στο Instagram, μια συγκεκριμένη μέρα.



Οδηγός για γονείς για το Instagram: Διαχείριση Χρόνου

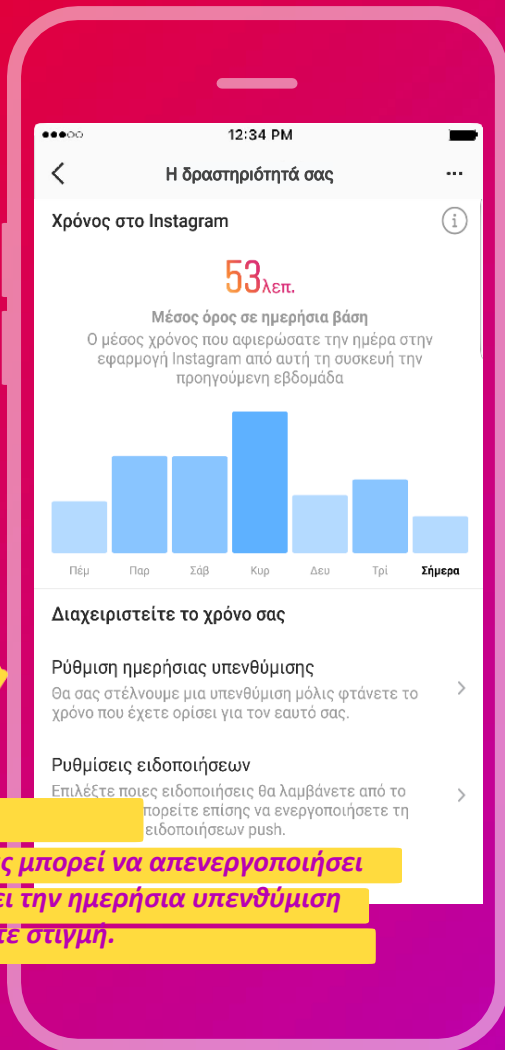
# ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΧΡΟΝΟΥ

## ΡΥΘΜΙΣΗ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΥΠΕΝΘΥΜΙΣΗΣ

Το παιδί σας μπορεί να χρησιμοποιήσει την ημερήσια υπενθύμιση, για να ρυθμίσει το όριο χρόνου που θέλει να αφιερώσει στο Instagram. Μιλήστε στο παιδί σας για το πώς αισθάνεται κατά τη χρήση του Instagram. Υπάρχει κάτι για το οποίο δεν τους χρησιμεύει η εφαρμογή; Ρυθμίζοντας την ημερήσια υπενθύμιση μαζί, μπορεί να είναι ένας καλός τρόπος να συζητήσετε πώς το παιδί σας χρησιμοποιεί το Instagram, κατά τη διάρκεια της ημέρας.

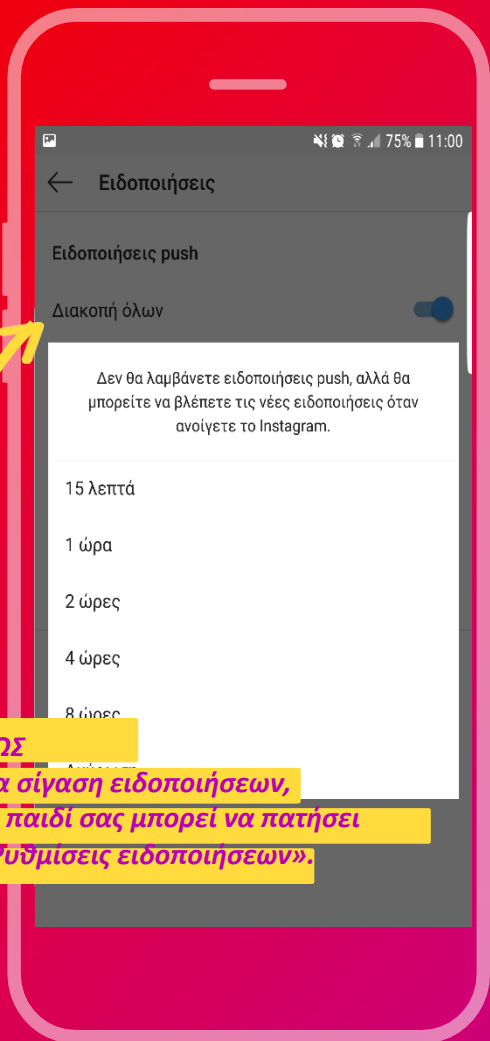
**ΠΩΣ**

**Το παιδί σας μπορεί να απενεργοποιήσει ή να αλλάξει την ημερήσια υπενθύμιση οποιαδήποτε στιγμή.**





# ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΧΡΟΝΟΥ



**ΠΩΣ**

**Για σίγαση ειδοποιήσεων,  
το παιδί σας μπορεί να πατήσει  
«Ρυθμίσεις ειδοποιήσεων».**

## ΣΙΓΑΣΗ ΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΩΝ

Το παιδί σας μπορεί να χρησιμοποιήσει την επιλογή «Σίγαση ειδοποιήσεων» για τη σίγαση ειδοποιήσεων του Instagram για ένα χρονικό διάστημα. Όταν τελειώσει ο προκαθορισμένος χρόνος, οι ειδοποιήσεις θα επανέλθουν στις κανονικές ρυθμίσεις, χωρίς να χρειάζεται να τις επαναφέρετε.

# ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΧΡΟΝΟΥ

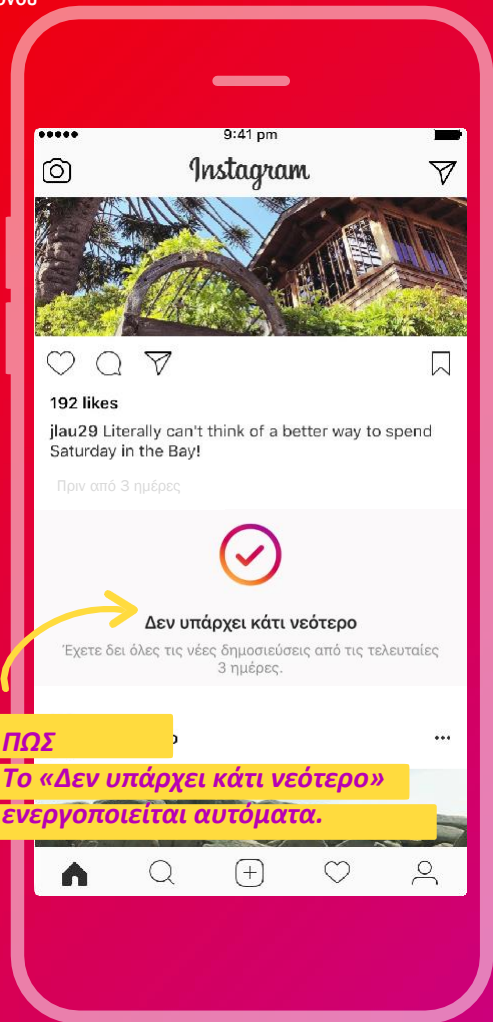
## ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ ΚΑΤΙ ΝΕΟΤΕΡΟ


Οι έφηβοι μπορεί να αισθάνονται πίεση ότι πρέπει να δουν και να αλληλεπιδράσουν με όλες τις δημοσιεύσεις των φίλων τους. Όταν δουν όλες τις δημοσιεύσεις στη ροή τους, από την τελευταία σύνδεση τους, τότε θα εμφανιστεί το μήνυμα «Δεν υπάρχει κάτι νεότερο».

Με τον τρόπο αυτόν, θα ξέρουν ότι είναι ενημερωμένοι για όλα όσα έχουν κάνει οι φίλοι και οι κοινότητες τους.

**ΠΩΣ**

**Το «Δεν υπάρχει κάτι νεότερο» ενεργοποιείται αυτόματα.**





Ο ΓΙΟΣ ΜΟΥ ΘΙΦΕΙ  
ΠΩΣ ΤΟ INSTAGRAM  
ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ ΓΙΑ ΤΙΣ  
ΣΧΕΣΕΙΣ ΤΟΥ ΜΕ ΤΟΥΣ  
ΣΥΝΟΜΗΛΙΚΟΥΣ ΤΟΥ

RUDDY ROYE ΦΩΤΟΓΡΑΦΟΣ ΚΑΙ ΠΑΤΕΡΑΣ,  
@RUDDYROYEK

# ΔΕΚΑ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΝΑ ΣΑΣ ΒΟΗΘΗΣΟΥΝ ΝΑ ΑΡΧΙΣΕΤΕ ΤΗ ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Συνεργαστήκαμε με την ειδικό στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και εκπαίδευσης Ana Homayoun, M.A., P.P.S., συγγραφέα του *Social Media Wellness*, για να δημιουργήσουμε δέκα ερωτήσεις, που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε, ώστε να αρχίσετε μια συζήτηση με το παιδί σας για το Instagram. Σκοπός μας είναι να χρησιμοποιήσετε αυτές τις ερωτήσεις, για να μάθετε περισσότερα, αναφορικά με τον τρόπο με τον οποίο ο έφηβος σας χρησιμοποιεί το Instagram και να διασφαλίσετε ότι χρησιμοποιούν την εφαρμογή με θετικό και εποικοδομητικό τρόπο.

- 01 Τι σου αρέσει στο Instagram;
- 02 Τι θα ήθελες να ξέρω για το Instagram;
- 03 Ποιοι είναι οι πέντε λογαριασμοί του Instagram, που σου αρέσει να ακολουθάς περισσότερο;
- 04 Ποια πράγματα σκέφτεσαι, πριν δημοσιεύσεις κάτι στο Instagram;



- 05 Αν έχεις πολλούς λογαριασμούς στο Instagram, τι κοινοποιείς σε κάθε λογαριασμό;
- 06 Πώς τα «Μου αρέσει» και τα σχόλια επηρεάζουν τα συναισθήματά σου για μια δημοσίευση;
- 07 Γνωρίζεις ποιοι σε ακολουθούν στο Instagram; (Αν το παιδί σας έχει ιδιωτικό λογαριασμό, ρωτήστε το πώς αποφασίζει ποιοι θα τους ακολουθούν). Τι κάνεις όταν κάποιος που δεν γνωρίζεις προσπαθήσει να επικοινωνήσει μαζί σου μέσω μηνύματος direct;
- 08 Πώς αισθάνεσαι για τον χρόνο που περνάς στο διαδίκτυο;
- 09 Έχεις αισθανθεί ποτέ άβολα με κάτι που είδες ή με μια εμπειρία που είχες στο διαδίκτυο;
- 10 Τι θα έκανες αν έβλεπες κάποιον να εκφοβίζεται στο Instagram; (Ξέρεις για τα εργαλεία αναφοράς και το φίλτρο προσβλητικών σχολίων στο Instagram;)

# ΓΛΩΣΣΑΡΙ ΟΡΩΝ ΤΟΥ INSTAGRAM



## ΜΠΛΟΚΑΡΙΣΜΑ

Το μπλοκάρισμα είναι ένα εργαλείο, που μπορεί να χρησιμοποιήσει ο έφηβος, αν κάποιος τον ενοχλεί στο Instagram. Όταν ο έφηβος μπλοκάρει κάποιον, το άλλο άτομο δεν ειδοποιείται, αλλά δεν θα μπορεί πλέον να αλληλεπιδρά με τον έφηβο με οποιονδήποτε τρόπο.

## ΣΧΟΛΙΟ

Ένα σχόλιο είναι μια αντίδραση στο περιεχόμενο που δημοσιεύει κάποιος στο Instagram. Τα σχόλια εμφανίζονται κάτω από τις δημοσιεύσεις στη ροή του λογαριασμού. Τα σχόλια μπορεί να είναι λέξεις ή emoji's.

## ΚΑΝΟΝΕΣ ΤΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ

Θέλουμε να καλλιεργήσουμε μια θετική, ποικιλόμορφη κοινότητα. Όλοι όσοι χρησιμοποιούν το Instagram χρειάζεται να συμμορφώνονται με τους Κανόνες της Κοινότητας, οι οποίοι αποσκοπούν στη δημιουργία ενός ασφαλούς και ανοιχτού περιβάλλοντος για όλους. Οι Κανόνες της Κοινότητας δεν επιτρέπουν γυμνές φωτογραφίες ή ρητορική μίσους. Η μη τήρηση των κανόνων αυτών μπορεί να οδηγήσει στη διαγραφή περιεχομένου, απενεργοποίηση λογαριασμών ή άλλους περιορισμούς.

## ΜΗΝΥΜΑΤΑ ΣΤΟ DIRECT

Με τα μηνύματα στο Direct, οι έφηβοι μπορούν να στέλνουν μηνύματα μεταξύ τους είτε ατομικά είτε σε ομάδες. Μπορούν, επίσης, να κοινοποιήσουν φωτογραφίες και βίντεο, μόνο στα άτομα που στέλνουν μηνύματα.



# ΓΛΩΣΣΑΡΙ ΟΡΩΝ ΤΟΥ INSTAGRAM

## ΕΞΕΡΕΥΝΗΣΗ

Στην Εξερεύνηση, οι έφηβοι βλέπουν τις φωτογραφίες και τα βίντεο από τους λογαριασμούς και τις ετικέτες που μπορεί να τους ενδιαφέρουν. Η Εξερεύνηση είναι διαφορετική για όλους – το περιεχόμενο αλλάζει, ανάλογα με τους λογαριασμούς και τα hashtags που ακολουθεί το παιδί σας.

## ΡΟΗ

Στη Ροή, οι έφηβοι μπορούν να δουν τις δημοσιεύσεις από τους λογαριασμούς που ακολουθούν. Οι έφηβοι, γενικά, θεωρούν τις δημοσιεύσεις στη Ροή ως τις πιο ξεχωριστές. Οι δημοσιεύσεις στη Ροή μπορεί να είναι φωτογραφίες ή βίντεο.

## IGTV

Το IGTV είναι το μέρος για προβολή κάθετου βίντεο, διάρκειας μέχρι μίας ώρας. Το παιδί σας μπορεί να βρει βίντεο από τους αγαπημένους του δημιουργούς και να δημιουργήσει το δικό του περιεχόμενο μεγαλύτερης διάρκειας. Το IGTV, εκτός από μέρος του Instagram, μπορεί να λειτουργήσει και ως μια αυτόνομη εφαρμογή.

## LIVE ΚΑΙ ΒΙΝΤΕΟΣΥΝΟΜΙΛΙΑ

Το παιδί σας μπορεί να κάνει live, για να μοιραστεί κάτι με τους ακόλουθούς του σε πραγματικό χρόνο. Όταν είναι live, μπορεί να προσκαλέσει φίλους να συμμετάσχουν, να συνδιοργανώσουν μια live συνάντηση ή να αφήσουν σχόλια και να στείλουν καρδίες. Μπορεί, επίσης, να κάνει βιντεοσυνομιλία στο Direct με μέχρι και τέσσερα άτομα.

## ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΗ

Μια δημοσίευση είναι τα μέσα που βάζει το παιδί σας στη Ροή ή στις Ιστορίες του. Αυτή μπορεί να είναι βίντεο ή φωτογραφίες.

## ΠΡΟΦΙΛ

Το προφίλ του παιδιού σας στο Instagram είναι το μέρος όπου οι φίλοι και οι ακόλουθοι του μπορούν να βρουν τις δημοσιεύσεις του και να έχουν πρόσβαση στις ιστορίες του. Συμπεριλαμβάνει, επίσης, ένα σύντομο βιογραφικό. Αν το προφίλ του παιδιού σας είναι ιδιωτικό, μόνο η κύρια φωτογραφία του προφίλ και το βιογραφικό είναι ορατά.

## ΑΝΑΦΟΡΑ

Η Αναφορά είναι ένας τρόπος για το παιδί σας να ενημερώσει το Instagram ότι μια φωτογραφία, ένας λογαριασμός ή ένα σχόλιο είναι ακατάλληλο. Το παιδί σας μπορεί να αναφέρει οποιαδήποτε δημοσίευση ή οποιοδήποτε σχόλιο πιστεύει ότι παραβιάζει τους Κανόνες της Κοινότητας.

## ΙΣΤΟΡΙΕΣ

Οι Ιστορίες εξαφανίζονται από την εφαρμογή, μετά από 24 ώρες, εκτός εάν το παιδί σας έχει ενεργοποιήσει την αρχαιοθέτηση, όπου μπορεί να έχει πρόσβαση μόνο αυτός στις ιστορίες του που έχουν διαγραφεί. Το παιδί σας μπορεί να τις προσθέσει στα Highlights Ιστοριών. Όμως, είναι σημαντικό να γνωρίζουν ότι όποιος μπορεί να δει τις ιστορίες τους, μπορεί να τις έχει κάνει στιγμιότυπο οθόνης (screen shot).

Για περισσότερες πληροφορίες και περισσότερα εργαλεία, που θα σας βοηθήσουν για την ανάπτυξη καλών συνηθειών και πρακτικών στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης από τα παιδιά σας, επισκεφτείτε τη διεύθυνση [parents.instagram.com](https://parents.instagram.com)

 Instagram

