

# Έχεις ξανακούσει για την έμφυλη βία;

Η έμφυλη βία είναι ένα καθημερινό, παγκόσμιο φαινόμενο, που πλήττει στη συντριπτική πλειοψηφία γυναίκες, νεαρά κορίτσια και ΛΟΑΤΚΙ+ άτομα. Διακρίνεται από τις άλλες μορφές βίας επειδή **α) τα κίνητρα της είναι μισογυνικά/ομοφοβικά β) πηγάζει από την κοινωνική ανισότητα μεταξύ ανδρών και γυναικών, η οποία έχει ως αποτέλεσμα συστηματικές διακρίσεις σε βάρος των γυναικών.**

Περιλαμβάνει οποιαδήποτε πράξη ή απειλή, κατά της ακεραιότητας, της ελευθερίας και της αξιοπρέπειας όσων την υφίστανται. Μπορεί να σου συμβεί στο σπίτι, το σχολείο, στο γυμναστήριο, το φροντιστήριο, τα Μέσα Μαζικής Μεταφοράς, το δημόσιο χώρο, το πανεπιστήμιο, τη δουλειά κ.ά. Αποτελεί μέσο άσκησης κοινωνικού ελέγχου και τιμωρίας, κυρίως των γυναικών και των κοριτσιών.

Τα είδη της έμφυλης βίας είναι: σεξουαλική, σωματική, ψυχολογική και οικονομική βλ. παραπάνω [εδώ](#)

- Η έμφυλη βία προκαλεί σωματικά, σεξουαλικά ή ψυχικά τραύματα.
- Η έμφυλη βία είναι ποινικό αδίκημα και τιμωρείται από την ελληνική νομοθεσία.

## Ενδοοικογενειακή βία

Αποτελεί μια από τις πιο διαδεδομένες μορφές έμφυλης βίας, παγκοσμίως και στην Ελλάδα. Συμβαίνει μέσα στην οικογένεια ή τη σχέση. **Πρόκειται για λεκτική, ψυχολογική, σωματική, σεξουαλική, οικονομική κακοποίηση που ασκείται από κάποιο μέλος της οικογένειας/σχέσης προς κάποιο άλλο.**

## Σεξουαλική βία/παρενόχληση

Είναι οποιαδήποτε **σεξουαλική πράξη** (π.χ. φιλή, άγγιγμα ιδιωτικών σημείων του σώματος, σεξ), απόπειρα τέτοιας πράξης ή/και λεκτική συμπεριφορά (ανεπιθύμητα σεξουαλικά σχόλια), **χωρίς την ελεύθερη συναίνεση του θύματος.** Κατά την άσκηση σεξουαλικής βίας, συχνά (αλλά όχι πάντα) χρησιμοποιείται σωματική βία, εξαναγκασμός και απειλές βίας.

## Τι είναι το η διαδικτυακή σεξουαλική παρενόχληση/βία

**Συμβαίνει στο διαδίκτυο ή μέσω χρήσης νέων τεχνολογιών.** Είναι και αυτή μια μορφή έμφυλης βίας, αρκετά διαδεδομένη τα τελευταία χρόνια. Έχει τραυματικές συνέπειες (σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική ή οικονομική βλάβη), όπως και όλες οι άλλες μορφές έμφυλης βίας, συχνά προεκτείνεται και εκτός του ψηφιακού κόσμου.

Πρόσφατες έρευνες υπογραμμίζουν ότι αυτή η μορφή βίας πλήττει δυσανάλογα τις γυναίκες και τα νεαρά κορίτσια, αλλά και τα ΛΟΑΤΚΙ+ άτομα:

- 1-4 γυναίκες στην Ευρώπη έχει βιώσει κάποια μορφή κακοποίησης ή παρενόχλησης στο διαδίκτυο (Cybersafe 2021)
- 9-15% των ΛΟΑΤΚΙ+ ατόμων στην ΕΕ, ηλικίας 15-54 ετών, έχουν βιώσει διαδικτυακή βία (FRA, 2020)

# Μορφές cyber violence

---

## Grooming

**Η μεθοδική διαδικασία χειραγώγησης κατά την οποία ένα, μεγαλύτερο συνήθως σε ηλικία άτομο, προσπαθεί να κερδίσει την εμπιστοσύνη ενός παιδιού ή εφήβου, πιθανόν ευάλωτου, με στόχο τη σεξουαλική εκμετάλλευση/κακοποίηση.**

Το φαινόμενο του grooming είναι διαδεδομένο στο διαδίκτυο, με θύματα παιδιά και εφήβους. Συμβαίνει μέσω των social media και στις περισσότερες περιπτώσεις οι groomers παριστάνουν τους συνομήλικους, χρησιμοποιώντας ψεύτικα στοιχεία και φωτογραφίες. Οι groomers χειρίζονται ψυχολογικά το θύμα, δείχνοντας στην αρχή υπερβάλλον ενδιαφέρον, εκτίμηση, κατανόηση. Χτίζουν μια στενή σχέση με το νεαρό άτομο, απομονώνοντάς το από τους κοντινούς του, υπονοώντας ότι μόνο αυτοί το καταλαβαίνουν και το στηρίζουν.

Σταδιακά παραβιάζουν τα όρια του ανηλίκου με σεξουαλικά υπονοούμενα ή απαίτηση γυμνών φωτογραφιών παρουσιάζοντας αυτές τις συμπεριφορές ως ένα δείγμα οικειότητας. **Στόχος τους είναι να κερδίσουν την εμπιστοσύνη του παιδιού προκειμένου να το συναντήσουν από κοντά και να το εκμεταλλευτούν σεξουαλικά.**

## Image based sexual abuse

**Ο διαδικτυακός διαμοιρασμός φωτογραφιών και βίντεο σεξουαλικού περιεχομένου, χωρίς τη συναίνεση του εικονιζόμενου ατόμου.** Το υλικό μπορεί να ανέβει σε ιστοσελίδες, chat groups κλπ, συνήθως από πρώην/νυν συντρόφους αλλά και αγνώστους, με στόχο τον εξευτελισμό του θύματος ή/και το οικονομικό όφελος του θύτη. Συχνά θα το ακούσετε με τον όρο revenge porn, που απηχεί τα εκδικητικά κίνητρα του δράστη (πρώην/νυν συντρόφου). Αρκετές φορές λειτουργεί ως προέκταση της ενδοσυντροφικής βίας και στο χώρο του διαδικτύου.

## Sextortion

**Η απειλή από τον πρώην/νυν σύντροφο/date/άγνωστο ότι θα δημοσιοποιήσει γυμνές/σεξουαλικές φωτογραφίες/βίντεο σου, για να α) του στείλεις και άλλο τέτοιο περιεχόμενο β) κάνετε σεξ γ) του δώσεις χρήματα.** Πρόκειται για σεξουαλικό εκβιασμό με σκοπό την παρενόχληση, τη διαπόμπευση και τον έλεγχο του θύματος.

## Cyberstalking

Η διαδικτυακή παρακολούθηση, η συγκέντρωση πληροφοριών και η επαναλαμβανόμενη, παρενοχλητική επικοινωνία με ένα άτομο, μέσω email/social media/SMS, ακόμη και παρά την εκπεφρασμένη άρνηση του θύματος. Συχνά το stalking μπορεί να συμβαίνει παράλληλα και εκτός ψηφιακού χώρου, με επίμονα τηλεφωνήματα, παρακολούθηση ή/και εισβολή στο σχολείο, οικογενειακό χώρο κλπ.

## Doxxing

**Η διαδικτυακή αναζήτηση και ανάρτηση προσωπικών δεδομένων στο διαδίκτυο (όνομα, διεύθυνση, χώρος εργασίας, email, τηλέφωνο, προφίλ στα social media) με σκοπό την παρενόχληση, την απειλή ή την πρόκληση ζημιάς στο άτομο.**

## Non-consensual sexting

Η αποστολή σεξουαλικών μηνυμάτων χωρίς τη συναίνεση τ@ άλλ@. Στην ίδια κατηγορία ανήκει και η δημοσιοποίηση στο διαδίκτυο προσωπικών μηνυμάτων με σεξουαλικό περιεχόμενο (abusive sexting) χωρίς τη συναίνεση όλων των μερών που τα έχουν ανταλλάξει, με σκοπό τη διαπόμπευση του θύματος.

## Cyber harassment

Η παρενόχληση ενός ατόμου με τη χρήση ψηφιακών μέσων. Συχνά έχει στόχο παιδιά και εφήβους. Στο πλαίσιο της διαδικτυακής σεξουαλικής παρενόχλησης χρησιμοποιούνται επιθετικοί σεξιστικοί και προσβλητικοί χαρακτηρισμοί, μισογυνική και ομοφοβική ρητορική.

## Creepy shots/up skirting

Η ύπουλη λήψη μη-συναινετικών φωτογραφιών/βίντεο στο δημόσιο χώρο, στοχευμένων στα γεννητικά όργανα γυναικών/κοριτσιών, με σκοπό τη σεξουαλική ευχαρίστηση, που προκύπτει από την παραβίαση των ορίων του άλλου ατόμου. Συχνά αυτές οι φωτογραφίες αναρτώνται στο διαδίκτυο συνοδευόμενες από hashtag, όπως #creepshot.

## Cyberflashing

Η αποστολή, συνήθως μέσω chat, των γεννητικών οργάνων ενός ατόμου σε ανυποψίαστο άτομο στο διαδίκτυο, χωρίς τη συγκατάθεσή του.

## Sexist hate speech

Οι εκφράσεις που διαδίδουν, προκαλούν, προωθούν ή δικαιολογούν το μίσος με βάση το φύλο. Πρακτικά ο όρος αναφέρεται σε σεξιστικές λεκτικές επιθέσεις και απειλές (βιασμού, βασανισμού), που απευθύνονται σε γυναίκες και κορίτσια.

## Συναίνεση

Η συναίνεση είναι η λέξη κλειδί για κάθε ενέργεια που θα κάνεις και έχει ερωτικό/σεξουαλικό χαρακτήρα (φλερτ/άγγιγμα/φιλί/σεξ). Η συναίνεση πρέπει να είναι ελεύθερη, ενημερωμένη, ενθουσιώδης, συγκεκριμένη. Μην ξεχνάς ότι είναι πάντα αναστρέψιμη: αν έκανες σεξ μια φορά με κάποιον, δεν σημαίνει ότι η συναίνεση σου είναι ενεργή κάθε φορά, το ότι φλέρταρες/έκανες sexting με κάποιον δεν σημαίνει πως συναινείς να κάνετε σεξ.

# #Μαθαίνουμε για την κουλτούρα της συναίνεσης

- Να είσαι συγκεκριμένος/η/@ όταν ζητάς κάτι
- Άκου περισσότερο το άλλο άτομο
- Προετοιμάσου να ακούσεις και «όχι»
- Ευχαρίστησε τ@ άλλ@ ακόμα και όταν λένε «όχι»
- Αναγνώρισε πότε δεν σέβονται το «όχι» σου
- Αν είναι «ίσως» πάρε χρόνο και πες αρχικά «όχι»
- Όλοι/ες/@ έχουν το δικαίωμα να αλλάξουν γνώμη
- Όλοι/ες/@ κάνουμε λάθη, ζήτα συγγνώμη με νόημα

## Τι να κάνω αν μου συμβαίνει;

Αν βιώνεις ή υποψιάζεσαι ότι βιώνεις κάποιο περιστατικό διαδικτυακής σεξουαλικής βίας/παρενόχλησης να ξέρεις ότι δεν φταις εσύ. Είναι σημαντικό να θυμάσαι ότι δεν είσαι μόν@ σου, μπορείς να απευθυνθείς σε κάποιο ενήλικο άτομο που εμπιστεύεσαι ή και στους παρακάτω φορείς/υπηρεσίες. Αν δεν πρόκειται για σένα αλλά για κάποιο φίλ@ σου δώσε του όλη την πληροφορία.

### Για αναφορά/καταγγελία του περιστατικού:

**1) [cyberalert.gr](http://cyberalert.gr) - Δίωξη ηλεκτρονικού εγκλήματος:** κάλεσε στο 11188 (χωρίς χρέωση) ή στείλε στο [ccu@cybercrimenit.gov.gr](mailto:ccu@cybercrimenit.gov.gr).

**2) [safeline.gr](http://safeline.gr) - Ελληνικό κέντρο ασφαλούς διαδικτύου:** μπορείς να επικοινωνήσεις μέσω email: [report@safeline.gr](mailto:report@safeline.gr)

**3) Εθνική γραμμή παιδικής προστασίας 1107:** κάλεσε στο 1107 όλο το 24ωρο. Η Γραμμή συνεργάζεται με τις αρμόδιες αρχές και υπηρεσίες για την άμεση κοινωνική προστασία των παιδιών και των εφήβων σε κίνδυνο.

### Για ψυχολογική στήριξη ή συμβουλευτική:

**Help-line.gr:** κάλεσε δωρεάν στο 210-6007686 ή στείλε στο [info@help-line.gr](mailto:info@help-line.gr). Μπορείς να επικοινωνήσεις μέσω chat, που θα βρεις στη σελίδα, καθημερινά 14:00-17:00. Όλες οι κλήσεις και οι αναφορές είναι ανώνυμες και εμπιστευτικές.

**Χαμόγελο του παιδιού Γραμμή 116111:** Μπορείς να καλέσεις στο 116111 όλο το 24ωρο. Παρέχονται εξειδικευμένοι ψυχολόγοι.

**Εθνική γραμμή παιδικής προστασίας 1107:** Παρέχεται επείγουσα συμβουλευτική, ψυχολογική και κοινωνική στήριξη σε ανήλικα άτομα, και γίνεται διασύνδεση, όταν απαιτείται, με τις εξειδικευμένες Υπηρεσίες Παιδικής Προστασίας.

**Κέντρο Διοτίμα:** αν είσαι κορίτσι (16+) μπορείς καλέσεις 210-3244380 ή να στείλεις στο [diotima@otenet.gr](mailto:diotima@otenet.gr). Παρέχεται εξειδικευμένη ψυχοκοινωνική και νομική βοήθεια.

### Ενημέρωσή:

**saferInternet4Kids.gr:** μπορείς να ενημερωθείς και να αντλήσεις υλικό σχετικό με την ασφαλή χρήση του διαδικτύου και των κοινωνικών δικτύων.

# Τι να κάνω αν συμβαίνει σε κάποι@ φίλ@ μου;

- Ακούμε
- Την/τον ενθαρρύνουμε να μοιραστεί αυτό που έχει συμβεί στο χρόνο τ@, χωρίς πίεση
- Δεν κρίνουμε
- Δημιουργούμε κλίμα εμπιστοσύνης και εμπιστευτικότητας
- Προσπαθούμε να τ@ συναισθανθούμε όταν εκφράζει τα συναισθήματα τ@
- Ρωτάμε τι χρειάζεται, τι έχει ανάγκη
- Προτείνουμε να μιλήσει σε κάποιο ενήλικο άτομο
- Είμαστε δίπλα τ@

Είναι σημαντικό αν κάποι@ φίλ@ μας βιώνει διαδικτυακή σεξουαλική παρενόχληση να αναζητήσουμε και να τ@ δώσουμε πληροφορίες για το που μπορεί να απευθυνθεί για να λάβει υποστήριξη. Δώσ'του για παράδειγμα αυτό το φυλλάδιο. Σε περίπτωση που βιώνει grooming, image based sexual abuse, sextortion, cyber stalking απευθύνσου σε κάποι@ ενήλικο άτομο που εμπιστεύεσαι.

Για περισσότερες πληροφορίες και υλικό κατέβασε την εφαρμογή Οδηγός τσέπης για την έμφυλη βία βλ. [εδώ](#)

