

Τεχνικές Ενδυνάμωσης
των Γονέων Σχετικά με τον
Σχολικό Εκφοβισμό

Χριστιάνα Δίπλη

Εγγεγραμμένη Εκπαιδευτική / Σχολική Ψυχολόγος (Αρ. εγγρ. 480)
Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια Παιδιών- Εφήβων- Ενηλίκων
Λευκωσία – Λάρνακα - Αμμόχωστο

ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΚΥΠΡΟΥ
CYPRUS PEDAGOGICAL INSTITUTE



Περιεχόμενα

- Σχολικός εκφοβισμός – Ορισμός
- Bullying ή Πείραγμα
- Τι είναι Σχολικός Εκφοβισμός και τι δεν είναι Σχολικός Εκφοβισμός;
- Το παιδί που βιώνει εκφοβισμό – Προφίλ **ΘΥΜΑΤΟΣ**
- Με ποιους τρόπους τα παιδιά εκφοβίζονται;
- Γιατί τις περισσότερες φορές τα παιδιά που βιώνουν εκφοβισμό δεν το λένε σε κανένα;

Περιεχόμενα

- Τι μπορεί να κάνει το παιδί για να μη το εκφοβίζουν;
- Το παιδί να θυμάται πως ο δράστης έχει το πρόβλημα, όχι αυτό!
- Δεν απαντάμε ποτέ στη βία με βία!
- Πως μπορεί το παιδί να αντιμετωπίσει τον εκφοβισμό δυναμικά;

Περιεχόμενα

- Το παιδί που εκφοβίζει – Προφίλ ΘΥΤΗ
- Τα ατομικά χαρακτηριστικά των παιδιών που εκφοβίζουν
- Συμβουλές και στήριξη παιδιού που εκφοβίζει
- Τι λέμε στο παιδί που εκφοβίζει άλλα παιδιά;
- Οι γονείς του παιδιού που εκφοβίζει

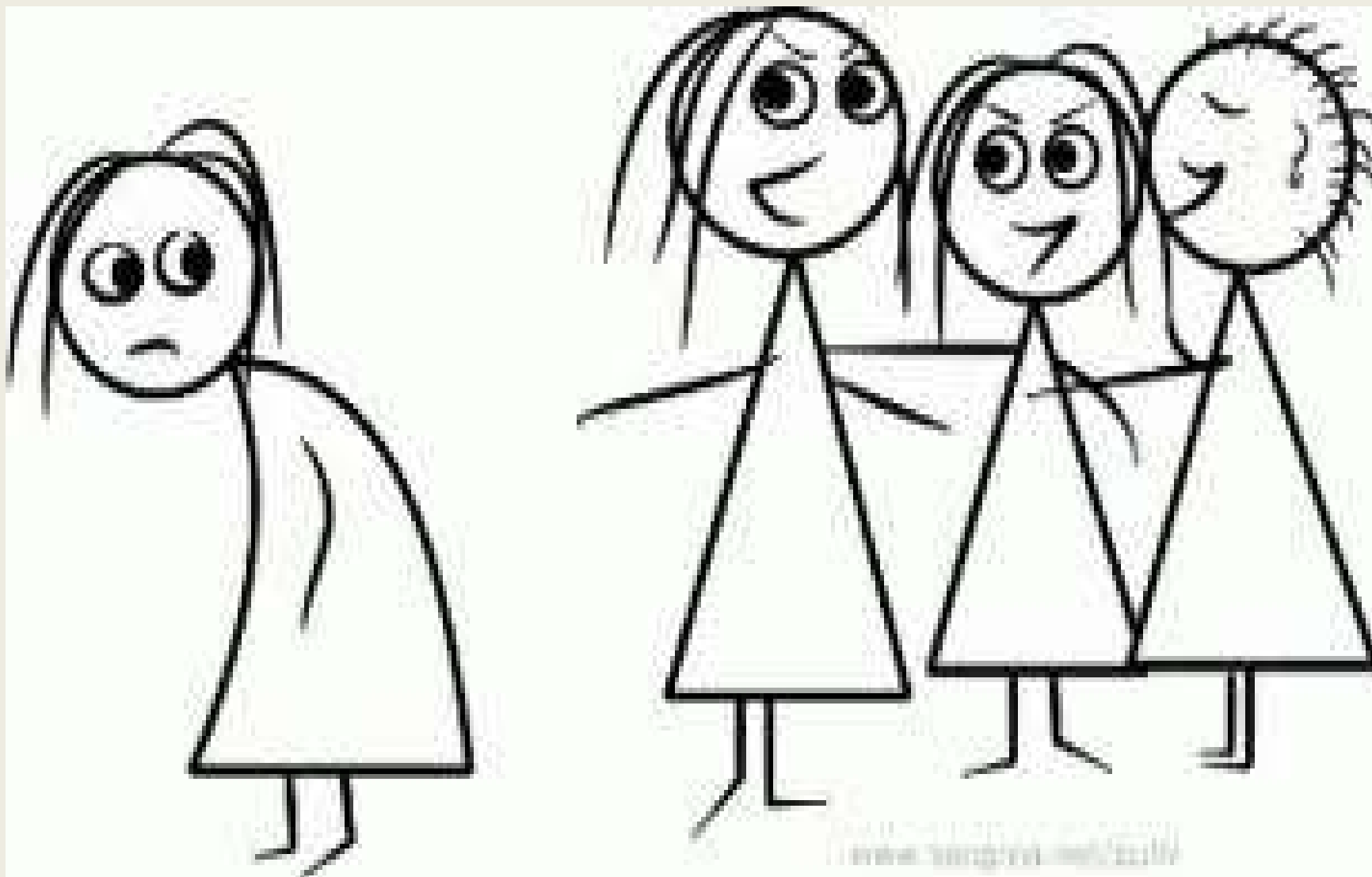
Περιεχόμενα

- Παιδιά **ΘΕΑΤΕΣ**
 - Ο ρόλος των παιδιών θεατών
 - Πως νιώθουν τα παιδιά-παρατηρητές
 - Πώς μπορούν τα παιδιά-παρατηρητές να σταματήσουν τον εκφοβισμό στο σχολείο τους

Περιεχόμενα

- **Δραστηριότητες :**
 - γονείς παιδιού που εκφοβίζεται
 - γονείς παιδιού που εκφοβίζει
- **Πως αντιμετωπίζουν το περιστατικό οι γονείς όταν γίνουν γνώστες κάποιου περιστατικού εκφοβισμού**
- **Περίληψη**

Απατηλά Απλό και Εύκολο



Προσέγγιση Εστιασμένη στη Λύση “Solution Focus Approach”

ΕΝΤΟΠΙΣΜΟΣ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΟΣ

Εισηγήσεις
Τεχνικές Ενδυνάμωσης

Διερεύνηση ψυχικών αναγκών
Επιδοσιακά αντικείμενα
Κοινωνία της επίδοσης

Νοηματοδότηση και σημασιοδότηση συμπεριφορών

ΘΕΤΙΚΑ ΑΠΟΘΕΜΑΤΑ

(Αποθεματική Διαγνωστική Προσέγγιση)

Οι «αντιδράσεις» των παιδιών
είναι «συμπτωματικές»,
λειτουργούν σαν «πυξίδα»,
είναι παραπλανητικές
και δεν έχουν καμία σχέση με την «αιτία»

Σχολικός εκφοβισμός

- Μελετήθηκε για πρώτη φορά το 1978 στη Νορβηγία
- Ενώ σαν φαινόμενο **επισημαίνεται και καταγράφεται** τη δεκαετία του 1970, **δεν θα πρέπει να θεωρηθεί ότι εμφανίζεται και τότε.**
- Αποτελεί μια ακόμη έκφραση της βίαιης συμπεριφοράς η οποία **υπάρχει με τη γέννηση του ανθρώπου.**
- **Ο εκφοβισμός δεν συμβαίνει μόνο** στο σχολείο αλλά και στο σπίτι, στη δουλειά, στον αθλητισμό, στις φυλακές, στο στρατό, ανάμεσα στα κράτη κτλ.
- Όπου, δηλαδή, άνθρωποι **με διαφορετική δύναμη** έρχονται σε επαφή και **θέλουν να κυριαρχήσουν.**

Σχολικός εκφοβισμός

- Στο φαινόμενο εμπλέκονται πολλά μέρη
 - Το παιδί που δέχεται βία
 - Το παιδί ή ομάδα παιδιών που ασκεί βία
 - Τα παιδιά θεατές
 - Οι εκπαιδευτικοί
 - Οι γονείς

Σχολικός εκφοβισμός - Ορισμός

- Σύμφωνα με τον Olweus σχολική βία και σχολικός εκφοβισμός παρατηρείται όταν ένα παιδί

«εκτίθεται, κατ' επανάληψη και σε διάρκεια χρόνου, σε αρνητικές πράξεις από ένα ή περισσότερα άτομα»

και

«..... τα οποία δεν βρίσκονται σε θέση να υπερασπίσουν τον εαυτό τους »

- Ο όρος «αρνητική πράξη» αναφέρεται στην πράξη εκείνη με την οποία «ένα άτομο προκαλεί εσκεμμένη βλάβη ή συναισθηματική δυσκολία σε άλλο άτομο, μέσω σωματικής επαφής, λεκτικώς ή με άλλους τρόπους»

Μπορεί να περιλαμβάνει

- Άσκηση φυσικής βίας, χτυπήματα, τσιμπήματα, δαγκωνιές, σπρωξίματα
- Εσκεμμένο ή συχνό αποκλεισμό μαθητών από κοινωνικές δραστηριότητες, κοινωνική απομόνωση ή αποκλεισμό
 - απόρριψη από την ομάδα
 - αποκλεισμό από παιχνίδια της αυλής
 - αποκλεισμό από παρέες
 - προσβλητικές ή απειλητικές χειρονομίες

Μπορεί να περιλαμβάνει

- Σεξουαλική παρενόχληση
 - μη ευπρόσδεκτες σεξουαλικές χειρονομίες
 - σεξουαλικά υπονοούμενα
 - ή προσβλητικά σχόλια σεξουαλικού περιεχομένου
- Χρησιμοποίηση
 - υβριστικών ή περιπαικτικών εκφράσεων
 - πειράγματα
 - παρατσούκλια
 - κοροϊδία

Μπορεί να περιλαμβάνει

- Απειλές και εκβιασμό
- Υβριστικές ή περιπαικτικές εκφράσεις για
 - την εθνικότητα
 - τη θρησκεία
 - την ταυτότητα αναπηρίας
 - τη σεξουαλική ταυτότητα του θύματος
- Κλοπές ή και ζημιές στα προσωπικά αντικείμενα του θύματος
- Επιδιωκόμενη απομάκρυνση των φίλων

Μπορεί να περιλαμβάνει

- Διάδοση κακοηθών και ψευδών φημών

- Ηλεκτρονικό bullying

- "η επαναλαμβανόμενη

- και εκ προθέσεων βλάβη

- που προκαλείται διαμέσου της χρήσης ηλεκτρονικών

υπολογιστών, κινητών τηλεφώνων και άλλων ηλεκτρονικών συσκευών"

– εμφανίζεται συχνότερα σε ιστότοπους όπου συγκεντρώνεται μεγάλος αριθμός εφήβων.



Μπορεί να περιλαμβάνει

- Φυλετικές διακρίσεις:

- προσβλητικά ρατσιστικά σχόλια ή χειρονομίες
- το ειρωνεύονται λόγω της προφοράς του
- της χώρας του
- του χρώματος
- ή της θρησκείας του

- Ειδικές ανάγκες μαθητών:

- προσβλητικά σχόλια για τις ικανότητες μαθητών
- με ειδικές ανάγκες ή μαθησιακές δυσκολίες



Ανακτήθηκε από Limber & Olweus (2013).

Reduction in being	Elementary	Middle school	High school
verbally bullied	27%	21%	20%
socially excluded	26%	19%	28%
physically bullied	37%	31%	27%

Bullying ή Πείραγμα

- Ο Olweus τονίζει τη διαφορά του bullying με το «πείραγμα» στα πλαίσια του παιχνιδιού.
 - Το «πείραγμα» αυτό συνήθως συμβαίνει μεταξύ φίλων και δεν περιλαμβάνει την πρόκληση σωματικού πόνου των άλλων.
- ΑΝΤΙΘΕΤΑ το bullying εμπλέκει άτομα που ΔΕΝ ΕΧΟΥΝ ΦΙΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ.
 - Η χαρακτηριστική ανισορροπία δύναμης μπορεί να αναφέρεται στα ατομικά ή κοινωνικά χαρακτηριστικά του δράστη και του θύματος.
- Το «πείραγμα» μπορεί εύκολα να μετατραπεί σε εκφοβισμό
!!!!!!!!!!!!
 - αν συμβαίνει για πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα
 - το παιδί αισθανθεί ότι οι πράξεις των άλλων δεν διέπονται από αστείο και δεν γίνονται μέσα στα όρια του παιχνιδιού

Τι είναι Σχολικός Εκφοβισμός και τι δεν είναι Σχολικός Εκφοβισμός.

- Καθημερινά αυξάνονται τα φαινόμενα του σχολικού εκφοβισμού
 - Γονείς, εκπαιδευτικοί και μαθητές προβληματίζονται και ανησυχούν για το πώς να διαχειριστούν τέτοια φαινόμενα
 - μέσα στα οποία νοιώθουν εγκλωβισμένοι.
- Η ΑΠΟΚΤΗΣΗ ΓΝΩΣΗΣ σε όλες τις καταστάσεις είναι το πρώτο και βασικό βήμα που πρέπει να γίνει για να μπορεί κάποιος να αντιμετωπίσει τέτοιες καταστάσεις.
 - Και στο σχολικό εκφοβισμό το πρώτο που πρέπει να ειπωθεί είναι τι δεν είναι σχολικός εκφοβισμός.

Τι είναι Σχολικός Εκφοβισμός και τι δεν είναι Σχολικός Εκφοβισμός.

- Σχολικός Εκφοβισμός λοιπόν
 - δεν είναι μια διαμάχη, σύγκρουση μεταξύ δυο μαθητών ή μαθητριών
 - δεν είναι το πείραγμα, το αστείο προς κάποιον συμμαθητή που γίνονται σε συγκεκριμένο χρόνο
 - έχει συνέχεια
 - επηρεάζει την συναισθηματική κατάσταση των παιδιών.
- Ο Σχολικός Εκφοβισμός είναι
 - ένα πιο ΣΥΝΘΕΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ που αυτό που τον ξεχωρίζει από το πείραγμα και τον τσακωμό
 - είναι η ένταση του, η διάρκεια του, η ανισορροπία δύναμης μεταξύ των εμπλεκόμενων μερών και η συναισθηματική επίδραση που έχει πάνω στα παιδιά.

Το παιδί που βιώνει εκφοβισμό –

Προφίλ ΘΥΜΑΤΟΣ

Το παιδί που βιώνει εκφοβισμό – Προφίλ

Στο σημείο αυτό θα αναφερθεί ότι τα παιδιά που βιώνουν εκφοβισμό παρουσιάζουν:

Χαμηλή αυτοεκτίμηση

- Αδυναμία επίλυσης προβλημάτων
- Καταθλιπτικά στοιχεία
- Συναισθηματικές δυσκολίες
- Αίσθημα μοναξιάς
- Χαμηλές σχολικές επιδόσεις και απουσίες

Διαταραχές συμπεριφοράς

- Ψυχολογικά / ψυχοσωματικά προβλήματα (πονοκέφαλοι, κοιλιακά άλγη, ενούρηση, διαταραχές ύπνου)
- Άγχος
- Φοβίες
- Δεν μπορούν να μείνουν μόνα
- Αποφεύγουν τη 'βλεματική' επαφή

Ενδείξεις και συμπτώματα

- Νιώθει άρρωστο το πρωί.
- Μειώνεται αδικαιολόγητα η σχολική του απόδοση.
- Επιστρέφει συχνά στο σπίτι με σχισμένα ρούχα ή βιβλία.
- Χάνονται ή καταστρέφονται συχνά τα προσωπικά του αντικείμενα.
- Ζητά παράλογα χαρτζιλίκι ή κλέβει χρήματα.
- Χάνει συχνά το χαρτζιλίκι του.
- Έχει αδικαιολόγητες μελανιές ή πληγές.

Ενδείξεις και συμπτώματα

- Οι παραπάνω ενδείξεις και συμπτώματα μπορεί να προέρχονται και από άλλες αιτίες
 - ωστόσο, το γεγονός να είναι το παιδί θύμα εκφοβισμού πρέπει να λαμβάνεται σοβαρά υπόψη.
- Θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη ο συναισθηματικός κόσμος των παιδιών
 - ο οποίος στην περίπτωση του σχολικού εκφοβισμού δεν διαφέρει από οποιαδήποτε άλλη μορφή βίας.
- Εάν δεν λάβουν την κατάλληλη στήριξη στο ΜΕΛΛΟΝ ΕΙΝΑΙ ΔΥΝΑΤΟ να επιδείξουν αδυναμία:
 - να αναλάβουν ευθύνες
 - να επιδείξουν συνέπεια στον κοινωνικό τους ρόλο
 - να συνάψουν διαπροσωπικές σχέσεις
 - να έχουν ομαλή σεξουαλική ζωή

Ως αποτέλεσμα το παιδί που εκφοβίζεται

- να νοιώθει απομονωμένο
- να βιώνει άγχος και φόβο
- να παρουσιάζει σχολική άρνηση
- και διάφορες συναισθηματικές δυσκολίες.



**Γιατί τις περισσότερες φορές
τα παιδιά που βιώνουν εκφοβισμό
δεν το λένε σε κανένα;**

Τις περισσότερες φορές τα παιδιά που βιώνουν εκφοβισμό
ΔΕΝ το λένε σε κανένα γιατί:

❖ No 1: Ντρέπονται

- Τα παιδιά νοιώθουν ότι όλοι γελάνε μαζί τους.
- Θεωρούν ότι όλοι οι συμμαθητές τους, τους θεωρούν δειλούς/δειλές.
- Επειδή τρέπονται δυσκολεύονται να κάνουν φίλους καθώς θεωρούν ότι κανείς δεν θα τους θέλει για φίλους.
- Επίσης ντρέπονται να το αποκαλύψουν στους γονείς τους
 - καθώς θα τους «απογοητεύσουν»

Τις περισσότερες φορές τα παιδιά που βιώνουν εκφοβισμό
ΔΕΝ το λένε σε κανένα γιατί:

❖ No 2: Φοβούνται.

- Τα παιδιά θεωρούν ότι δεν μπορεί να γίνει κάτι
 - ο οποιοσδήποτε χειρισμός θα θυμώσει το παιδί ή τα παιδιά που το εκφοβίζουν
 - και τα πράγματα θα χειροτερεύσουν.
- Ζουν συνεχώς με το συναίσθημα ότι **θα τους κοροϊδέψουν**
 - ότι θα γελάσουν μαζί τους
- Ο συνδυασμός του θυμό- φόβου- ντροπής και ενοχής
 - οδηγούν τα παιδιά να μην λένε σε κανένα αυτό που τους συμβαίνει
 - συνεπώς να μην ζητάνε βοήθεια.
- Αυτή η συναίσθηματική απομόνωση οδηγεί στην γενικότερη απομόνωση των παιδιών.

Τις περισσότερες φορές τα παιδιά που βιώνουν εκφοβισμό

ΔΕΝ το λένε σε κανένα γιατί:

❖ No 3: Νοιώθουν ότι φταίνει.

- Η σκέψη των παιδιών είναι **ενοχική** και ιδιαίτερα σε καταστάσεις βίας. Θεωρούν ότι εκείνα φταίνει, ότι εκείνα **προκάλεσαν αυτή την κατάσταση**.
- Θεωρούν ότι **εκείνοι φταίνει** για αυτό που γίνεται, (πχ. «με λένε γυαλάκια -} φοράω γυαλιά -} άρα έχουν δίκιο -} είμαι γυαλάκιας).

❖ No 4: Σκέφτονται ότι θα απογοητεύσουν / στενοχωρήσουν τους γονείς τους.

- Όλα τα παιδιά αποζητούν την αγάπη και τον θαυμασμό των γονιών τους.
- Θεωρούν λοιπόν ότι **αν μάθουν οι γονείς τους** αυτό που συμβαίνει θα **απογοητευτούν και θα στενοχωρηθούν**.

❖ No 5: Θυμό

- Για αυτό που τους συμβαίνει, που **δεν μπορούν να αντιδράσουν**.
- Ο θυμός συνήθως εκφράζεται σε **οικεία αγαπημένα** πρόσωπα όπως ο πατέρας, η μητέρα ή ο αδελφός

**Τι μπορείς να κάνει το παιδί
για να μη το εκφοβίζουν**

Τι μπορείς να κάνει το παιδί για να μη το εκφοβίζουν:

- Να μιλήσει γι' αυτό που του συμβαίνει σε έναν ενήλικα:
 - Αν το εκφοβίζουν και **θέλει** αυτό να σταματήσει, **ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΜΙΛΗΣΕΙ** σε ένα μεγαλύτερο άτομο που εμπιστεύεται
 - σε ένα μέλος της οικογένειάς του
 - σε κάποιον που το φροντίζει
 - ή σε **κάποιον δάσκαλο ή δασκάλα στο σχολείο.**
- Το να μιλήσει σε κάποιον, που τα **πηγαίνει καλά μαζί του**
 - είναι **πολύ σημαντικό και αναγκαίο**
 - αν και μερικές φορές **φαίνεται** πολύ δύσκολο!
- **Είναι δύσκολο να αντιμετωπίσει τον εκφοβισμό μόνο του! !!!**



Τι μπορείς να κάνει το παιδί για να μη το εκφοβίζουν:

- Το να ελπίζει πως ο εκφοβισμός θα σταματήσει κάποια στιγμή από μόνος του δεν βοηθά.
- Αν μείνει σιωπηλός ή σιωπηλή είναι σίγουρο
 - πως η κατάσταση θα χειροτερέψει
 - γιατί ο δράστης νομίζει πως θα τη γλιτώσει
 - και θα συνεχίσει να τον εκφοβίζει.
- Κανείς δεν μπορεί να το βοηθήσει, παρά μόνο αν ζητήσει βοήθεια.
 - γι αυτό πρέπει τα παιδιά να λένε αυτά που αισθάνονται



Το παιδί να θυμάται

πως ο δράστης έχει το πρόβλημα,

όχι αυτό!

Το παιδί να θυμάται πως ο δράστης έχει το πρόβλημα, ΟΧΙ αυτό!

- Οι δράστες συνήθως δεν εκφοβίζουν ένα μόνο παιδί.
 - Μιλώντας, λοιπόν, γι' αυτό που του συμβαίνει
 - δεν βοηθά μόνο τον εαυτό του
 - αλλά και τα άλλα παιδιά που εκφοβίζονται.
- Δεν είναι καθόλου κακό να πει πως κάποιος τον/την εκφοβίζει ή άλλα παιδιά.
 - Αντίθετα, με το να μιλήσει, φέρετε πολύ υπεύθυνα!
 - Πολλά παιδιά (περίπου το 50% μας λένε οι έρευνες) **δεν μιλούν** γι' αυτό που τους συμβαίνει
 - Κι έτσι ο εκφοβισμός συνεχίζεται.

Το παιδί να θυμάται πως ο δράστης έχει το πρόβλημα, ΟΧΙ αυτό!

- Ένας από τους πιο σημαντικούς λόγους είναι ότι τα **παιδιά-θύματα**
– φοβούνται πως η κατάσταση θα χειροτερέψει, αν μιλήσουν.
- Πιστεύουν πως το παιδί-δράστης
– θα μάθει πως μίλησαν
– και θα θελήσει να εκδικηθεί.
- Δέχονται μεγάλη πίεση να μην αποκαλύψουν αυτό που συμβαίνει
στους εκπαιδευτικούς
– αλλιώς θα πιστέψουν όλοι πως είναι «καρφιά»
– και θα τους βάλουν ακόμα **περισσότερο στο περιθώριο.**

**Το παιδί να θυμάται πως ο δράστης έχει το πρόβλημα,
ΟΧΙ αυτό!**

- **Κι όμως δεν είναι έτσι!**
- **Ενθαρρύνουμε τα παιδιά** να σκεφτούν λίγο ποιον λέμε «καρφί»:
 - έναν άνθρωπο που λέει κάτι για να δημιουργήσει προβλήματα σε κάποιον άλλον.
- Πολλοί μάλιστα αυτό το βρίσκουν πολύ διασκεδαστικό.
- Σίγουρα, το να είναι κάποιος «καρφί» δεν είναι κάτι καλό.
- Ενθαρρύνουμε τα παιδιά ότι
 - όταν πουν σε έναν ενήλικα πως κάποιος τα εκφοβίζει ή κάποιο άλλο παιδί,
 - **δεν είναι σε καμία περίπτωση «καρφί».**

Δεν απαντάμε ποτέ στη βία με βία!

Δεν απαντάμε ποτέ στη βία με βία!

- Πολλοί πιστεύουν πως το παιδί - θύμα
 - αν αντεπιτεθεί και παλέψει με το δράστη
 - εκείνος θα το βάλει στα πόδια, γιατί κατά βάθος είναι δειλός.
- Αυτό όμως δεν είναι αλήθεια.
- Στα παιδιά που εκφοβίζουν αρέσει να μαλώνουν κι έτσι η κατάσταση θα γίνει χειρότερη.
 - Ακόμα κι αν κερδίσει το παιδί – θύμα
 - μπορεί ο δράστης να πείσει το σχολείο πως αυτό ξεκίνησε τον καβγά
 - ή να του επιτεθεί για εκδίκηση με τη βοήθεια και άλλων παιδιών που τον υποστηρίζουν.
 - Η βία φέρνει πάντα βία!



Δεν απαντάμε ποτέ στη βία με βία!

- Αν ένα παιδί δέχεται ΣΩΜΑΤΙΚΕΣ ΕΠΙΘΕΣΕΙΣ,
 - Δεν πρέπει με κανέναν τρόπο να το δεχτεί
 - Ούτε να το αντιμετωπίσει μόνο του.
 - Πρέπει να ενημερώσει οπωσδήποτε τους δασκάλους ή τους γονείς του.
- Αν οι ΕΠΙΘΕΣΕΙΣ ΕΙΝΑΙ ΛΕΚΤΙΚΕΣ (βρισιές, κοροϊδίες, απειλές) τότε το παιδί –θύμα πρέπει
 - Να μη δείχνει πανικό ή αναστάτωση
 - ακόμα κι αν πληγώνεται και θυμώνει πολύ με αυτά που ακούει
 - Να αγνοεί εντελώς όσα ακούει
 - να προσποιείται πως δεν άκουσε τίποτα

Δεν απαντάμε ποτέ στη βία με βία!

- Να προσπαθήσει να αποφύγει το δράστη ή τους δράστες
 - όχι όμως τρέχοντας ή δείχνοντας πανικό
- Να χρησιμοποιεί έξυπνες ατάκες για να απαντήσει στο δράστη.
 - Απάντηση με χιούμορ: για παράδειγμα, αν κάποιος του πει «είσαι ηλίθιος» μπορεί να απαντήσει «ωραία, αυτό μας κάνει δύο!»
- Να χαμογελάσει ή να γελάσει με αυτά που ακούει
 - σαν να μη τον ενοχλούν καθόλου
- Να πει «ευχαριστώ» ή κάτι παρόμοιο
 - κάθε φορά που κάποιος του λέει κάτι κακό.
- Ο δράστης που έχει σκοπό να σε πληγώσει, ακούγοντας «ευχαριστώ»
 - τα χάνει και καταλαβαίνει πως δεν μπορεί εύκολα να αναστατώσει το παιδί

**Πως μπορεί το παιδί να
αντιμετωπίσει τον εκφοβισμό
δυναμικά**

Πως μπορεί το παιδί να αντιμετωπίσει τον εκφοβισμό δυναμικά

- Να δείξει σίγουρος ή σίγουρη για τον εαυτό του
 - Να κοιτάξει το δράστη ίσια στα μάτια
 - και του πει με σταθερή και αυστηρή φωνή πως θέλει να σταματήσει αυτό που κάνει
- Να πει στο δράστη πως **δεν τον ενδιαφέρει η γνώμη του για αυτόν**
 - και πως ότι κι αν πει ή ότι κι αν κάνει δεν πρόκειται να τον στενοχωρήσει.
 - Για παράδειγμα: «Τι κι αν είμαι κοντός; Δεν με πειράζει καθόλου» ή «Νομίζω πως τα γυαλιά μου είναι υπέροχα. Ποιο είναι το πρόβλημά σου?»

Πως μπορεί το παιδί να αντιμετωπίσει τον εκφοβισμό δυναμικά

- Να θυμάται πάντα πως είναι μοναδικός ή μοναδική και πως αξίζει,
 - όπως κάθε άνθρωπος, ακόμα κι αν είναι διαφορετικός ή διαφορετική.
- Να προσπαθήσει να σκέφτεσαι τα καλά του στοιχεία
 - και μην πιστεύει αυτά που λέει ο δράστης για αυτόν.

Το παιδί που εκφοβίζει

Προφίλ ΘΥΤΗ

Το παιδί που εκφοβίζει - Προφίλ

- Πάντα θα πρέπει να θυμόμαστε ότι πίσω από ένα παιδί που εκφοβίζει θα βρεθούν
 - Ανάγκη για κυριαρχία πάνω σε άλλους
 - Αδυναμία ελέγχου παρορμήσεων
 - Μειωμένη ικανότητα αυτοελέγχου
 - Αδυναμία τήρησης κανόνων και ορίων
 - Διογκωμένη αυτοεικόνα



Πιθανές συνέπειες

- Εάν δεν ληφθεί άμεσα η κατάλληλη φροντίδα υπάρχουν αυξημένα ποσοστά μελλοντικής

- παραβατικής συμπεριφοράς
- χρήσης ουσιών και
- εμπλοκής με το νόμο



- Τα παιδιά-δράστες: φαίνεται πως έχουν περισσότερες πιθανότητες να εμφανίσουν:

- σχολική αποτυχία
- διάσπαση προσοχής
- νευρική και υπερκινητικότητα
- κατάθλιψη

Πιθανές συνέπειες

- Ορισμένα από τα παραπάνω προβλήματα
 - πολλές φορές συνεχίζονται
 - όταν **τα παιδιά που εκφοβίζουν μεγαλώσουν**, μπορεί έχουν περισσότερες πιθανότητες
 - να συμπεριφέρονται με βίαιο τρόπο στην οικογένειά τους,
 - να έχουν δυσκολίες στην επαγγελματική τους ζωή
 - να έχουν επικίνδυνες συμπεριφορές
- κάπνισμα
- χρήση αλκοόλ ή ναρκωτικών ουσιών
- παράνομες πράξεις



Στήριξη Παιδιού που εκφοβίζει

Στήριξη Παιδιού που εκφοβίζει

- Να αποκτήσουν επίγνωση της πράξης τους
- Να αναλάβουν την ατομική τους ευθύνη
- Να αποκτήσουν ενσυναίσθηση
- Να κατανοήσουν τα κίνητρα της πράξης τους
 - Που εν πολλοίς οφείλονται σε **ενδοοικογενειακούς παράγοντες**



Στήριξη Παιδιού που εκφοβίζει

- Σπάνια το παιδί που εκφοβίζει θα ζητήσει μόνο του βοήθεια.
- Συνήθως κάποιος θα κατευθυνθεί προς αυτή την κατεύθυνση με δική του πρωτοβουλία.
- Αυτό θα πρέπει να **συνυπολογίζεται πάντα στην στήριξη** και ο πρώτος αρχικός και αναγκαίος στόχος είναι:
 - ΝΑ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΤΕΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΝΑ ΑΚΟΥΣΕΙ
 - Σε διαφορετική περίπτωση η στήριξη «κινδυνεύει» να καταλήξει διδαχή.

Στήριξη Παιδιού που εκφοβίζει

• Για να προετοιμαστεί το παιδί να ακούσει:

- Του αναγνωρίζουμε την πιθανή απροθυμία του για συνεργασία
- Το αφήνουμε να εκφραστεί χωρίς να το κρίνουμε
- Εστιάζουμε στο παιδί που μας μιλάει και όχι στο άλλο παιδί (στο παιδί που εκφοβίζεται)
 - Εκδηλώνουμε ειλικρινές ενδιαφέρον για εκείνο
- Του εξηγούμε το φαινόμενο
 - και δηλώνουμε την διαθεσιμότητα μας να συζητήσουμε από αυτό που γίνεται

**Τι λέμε στο παιδί
που εκφοβίζει άλλα παιδιά**

Τι λέμε στο παιδί που εκφοβίζει άλλα παιδιά

- Ο εκφοβισμός είναι
 - μια συμπεριφορά άσχημη και άδικη
 - και σίγουρα δεν είναι «μαγκιά».
 - βλάπτει τους άλλους αλλά και το ίδιο το παιδί - δράστη.
- Να προσπαθήσει να βάζει μέσα στην παρέα του παιδιά
 - και **όχι να τα αποκλείει.**
 - μπορεί έτσι να κάνει καλούς φίλους
- Να σκεφτεί πως όσο
 - εύκολο είναι να φερόμαστε άσχημα
 - άλλο τόσο εύκολο είναι να φερόμαστε με σεβασμό
 - μόνο που είναι πιο όμορφο να σεβόμαστε και να μην στενοχωρούμε τους άλλους.



Τι λέμε στο παιδί που εκφοβίζει άλλα παιδιά

- Να προσπαθήσει να μπει στη θέση του άλλου
 - και **ΚΑΤΑΛΑΒΕΙ** τη θλίψη και το φόβο που του προκαλεί
 - θα σταματήσει να εκφοβίζει.
- Να πει σε κάποιον που εμπιστεύεται πως εκφοβίζει άλλα παιδιά.
 - μπορεί να τον βοηθήσει να σταματήσει τον εκφοβισμό.
- Το ότι εκφοβίζει δεν τον κάνει κακό άνθρωπο.
- Μπορεί να είναι μπερδεμένο ή φοβισμένο
 - αλλά ο εκφοβισμός δεν θα λύσει τα προβλήματά του.

Τι λέμε στο παιδί που εκφοβίζει άλλα παιδιά

- Να προσπαθήσει να ελέγξει το θυμό του.
 - πολλές φορές ίσως θυμώνει
 - με κάτι που γίνεται **στο σπίτι** ή στο σχολείο.
- Μπορεί να είναι κι αυτό θύμα εκφοβισμού
 - και θέλει να ξεσπάσει σε έναν **εύκολο στόχο** που δεν θα μπορεί να αντεπιτεθεί.
 - Έτσι όμως ο θυμός δεν φεύγει.
 - Όλοι θυμώνουμε κάποιες φορές.
- Είναι πολύ σημαντικό να μοιραζόμαστε τα συναισθήματά μας με άλλους
 - και να μιλάμε για τις πραγματικές αιτίες που μας κάνουν να θυμώνουμε ή να απογοητευόμαστε.

Τι μπορεί να κάνει για να ελέγξει το θυμό του:

- Να μετρήσει ως το 10, για παράδειγμα.
 - Έτσι θα ηρεμήσει και θα ξαναβρεί τον έλεγχο.
- Να σκεφτεί κάτι όμορφο
 - χαρούμενο και ήρεμο που του αρέσει να κάνει.
- Να αλλάξει θέμα
 - ώστε να αποφύγει τη συζήτηση που του δημιουργεί θυμό.
- Να μιλήσει σε κάποιον που εμπιστεύεται γι' αυτά που αισθάνεται.
- Να εκτονωθεί
 - κάνοντας γυμναστική ή ένα σπορ που του αρέσει.

**Οι γονείς
του παιδιού που εκφοβίζει**

Οι γονείς του παιδιού που εκφοβίζει

- Οι γονείς του παιδιού που εκφοβίζει συνήθως βιώνουν ή εκδηλώνουν:
 - Θυμό προς το άλλο παιδί
 - δικαιολογώντας απόλυτα την συμπεριφορά του παιδιού τους
 - Άρνηση του προβλήματος
 - Αγανάκτηση
 - καθώς θεωρούν ότι το δικό τους παιδί είναι «θύμα» της κατάστασης
 - Μύχιες ενοχές ότι εκείνοι φταίνε για τη συμπεριφορά του παιδιού
 - και συνεχές αίτημα τους είναι η βεβαίωση ότι το παιδί τους δεν έχει κανένα πρόβλημα.

Οι γονείς του παιδιού που εκφοβίζει

- Οι γονείς πρέπει:
 - Να αντιληφθούν το γεγονός
 - Να ευαισθητοποιηθούν απέναντι στο ατομικό πρόβλημα του παιδιού τους
 - στο οποίο μπορεί οι ίδιοι να αποτελούν μέρος
 - Να συνεργαστούν με το σχολείο
 - αλλά και με άλλους υποστηρικτικούς φορείς.

Συμβουλές στους γονείς του παιδιού που εκφοβίζει

- Εάν ενημερωθείτε ότι το παιδί σας εκφοβίζει άλλα παιδιά **μην πανικοβληθείτε, ΟΥΤΕ** να **σπεύσετε να αρνηθείτε** το γεγονός ή να το δικαιολογήσετε.
- Είναι κάτι που **δεν βοηθάει το παιδί** σας και πρέπει να στο σταματήσετε.
 1. **Παρατηρήστε τη συμπεριφορά του παιδιού σας.**
 - Δείτε πως αντιδράει σε διάφορες συνθήκες
 2. **Παρατηρήστε την δική σας συμπεριφορά.**
 - Το πώς μιλάτε στο τηλέφωνο, πως μιλάτε όταν βλέπετε τηλεόραση.
 3. Θυμηθείτε ότι **τα παιδιά μας μιμούνται τη δική μας συμπεριφορά**

Συμβουλές στους γονείς του παιδιού που εκφοβίζει

4. **Εξηγήστε στο παιδί** σας τα στοιχεία της συμπεριφοράς του που σας προβληματίζουν.
 - Χαρακτηρίστε τη συμπεριφορά και όχι το παιδί !!!!!!!!!!!!!!!
5. Εξηγήστε στο παιδί σας ότι όλοι έχουν δικαίωμα στην διαφορετικότητα
6. Επικοινωνήστε του το συναίσθημα των άλλων παιδιών
7. Κουβεντιάστε με τον εκπαιδευτικό
8. Τονώστε τα θετικά του στοιχεία της προσωπικότητας του
9. Πείτε του ότι το αγαπάτε !!!!!!!!!!!!!!!
10. Προσπάθησε να μιλήσεις με κάποιον ψυχολόγο.

**Τι να κάνουν οι γονείς που το παιδί τους
βιώνει εκφοβισμό**

Τι να κάνουν οι γονείς που το παιδί τους βιώνει εκφοβισμό

- Να παρατηρήσουν τη συμπεριφορά του παιδιού τους.

– Οποιαδήποτε ξαφνική και χωρίς εμφανή αιτία αλλαγή

- στη συμπεριφορά τους
- στη διάθεση τους
- στην όρεξη τους
- στον ύπνο τους
- στη γνώμη τους για κάποια άτομα
- στη σχολική τους παρουσία
- στην σχολική τους επίδοση



πρέπει να τους προβληματίσει και διακριτικά να διερευνήσουν τι συμβαίνει.

Τι να κάνουν οι γονείς που το παιδί τους βιώνει εκφοβισμό

- Εάν αντιληφθούν ότι το παιδί τους βιώνει εκφοβισμό
 - θα πρέπει σε πλαίσιο ασφάλειας και εμπιστοσύνης
 - να κουβεντιάσουν με το παιδί τους για την εμπειρία του
 - και γενικά για το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού
- Να αποενοχοποιήσουν το παιδί.

Τι να κάνουν οι γονείς που το παιδί τους βιώνει εκφοβισμό

- **Να εξηγήσουν** στο παιδί ότι
 - κανείς δεν έχει το δικαίωμα να του φέρεται έτσι
- **Να επιβραβεύσουν** το παιδί που συμμετείχε στην κουβέντα
 - και αποκάλυψε σημαντικά πράγματα
- Να μην βάλουν το παιδί σε **διαδικασίες αντεκδίκησης.**
 - Δεν έχουν κανένα αποτέλεσμα

Τι να κάνουν οι γονείς που το παιδί τους βιώνει εκφοβισμό

- Να αναδείξουν στο παιδί
 - τη σημασία του να έχει επικοινωνία με το δάσκαλο
 - και να εξηγήσουν τη διαφορά του «μαρτυράω» από το «ζητάω» βοήθεια
- Να θυμούνται ότι ο στόχος είναι
 - να βοηθήσουν το παιδί τους
 - και ΟΧΙ να τιμωρηθεί το άλλο παιδί
- Να επικοινωνήσουν με το δάσκαλο



HIBIA 
AEN EINA
MAT KIA

Η κοινωνία

- Όταν οι άνθρωποι σε μια κοινωνία πιστεύουν πως ο εκφοβισμός είναι
 - μια αποδεκτή μορφή συμπεριφοράς
 - ότι η επιθετικότητα επιτρέπεται (κυρίως στα αγόρια)
 - όταν χρησιμοποιούν τη βία σαν τρόπο επικοινωνίας στις σχέσεις τους
 - όταν εφαρμόζουν πολύ αυστηρά μέτρα πειθαρχίας και τιμωρίας
 - όταν δεν αποδέχονται όσους είναι διαφορετικοί και δεν σέβονται τα ανθρώπινα δικαιώματα
 - όταν ενδιαφέρονται μόνο για το δικό τους συμφέρον, αδιαφορώντας για τους άλλους,

— ΤΟΤΕ ΥΠΑΡΧΕΙ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ.

Τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης και

Η οικογένεια

- Τα μέσα μαζικής ενημέρωσης:
 - Όταν προβάλλουν συνεχώς σκηνές βίας,
 - δίνουν το μήνυμα πως η βία και ο εκφοβισμός είναι οι μόνοι τρόποι για να λύνουμε τις διαφορές μας.
- Πολύ σημαντικό ρόλο όμως παίζουν :
 - Η οικογένεια και ο τρόπος που μεγαλώνουμε
 - Τα παιδιά που εκφοβίζουν
 - μπορεί να μεγαλώνουν σε οικογένειες που δεν τους βάζουν κανόνες και δεν τα ελέγχουν.

Η οικογένεια

- Μπορεί ακόμη να επαινούν την επιθετική τους συμπεριφορά.
- Επιπλέον συμβαίνει
 - όταν οι γονείς τους τα τιμωρούν πολύ σκληρά
 - τους φέρονται χωρίς ζεστασιά και τρυφερότητα
 - ή δείχνουν
 - να μην ενδιαφέρονται για αυτά
 - και να τα απορρίπτουν.

Η οικογένεια

- Πολλές φορές, μπορεί μέσα στο σπίτι να υπάρχουν καβγάδες και βία
 - που επηρεάζουν αρνητικά όλα τα παιδιά.
- Τα παιδιά πάλι που γίνονται ευκολότερα θύματα εκφοβισμού
 - μπορεί να έχουν γονείς που τα προστατεύουν υπερβολικά
 - και δεν τα βοηθούν να αποκτήσουν ανεξαρτησία και αυτονομία.

NO BULLY



ZONE

Ο ρόλος των παιδιών θεατών

Ο ρόλος των παιδιών θεατών

- Σημείο - κλειδί στην εμφάνιση του φαινομένου
 - αποτελούν τα παιδιά - θεατές.
- Με την συμπεριφορά τους διευκολύνουν ή λειτουργούν ανασταλτικά
 - στην εμφάνιση του φαινομένου.
- Οι συγκεκριμένες αντιδράσεις
 - ενισχύουν την συμπεριφορά του παιδιού που ασκεί βία
 - καθώς με το να γελάσουν / χαμογελάσουν οι υπόλοιποι
 - ή να σχολιάσουν το γεγονός
 - έχει επιτύχει ΝΑ ΚΕΡΔΙΣΕΙ ΤΗΝ ΠΡΟΣΟΧΗ τους.



Ο ρόλος των παιδιών θεατών

Οι αναμενόμενες αντιδράσεις των υπόλοιπων παιδιών είναι:

- Να γελάσουν
- Να χαμογελάσουν
- Να αδιαφορήσουν



- Να μιλήσουν στο διπλανό τους και να σχολιάσουν

αυτό που γίνεται είτε θετικά είτε αρνητικά

- Να κοιτούν και να μην κάνουν απολύτως τίποτε

Πως νιώθουν τα παιδιά-παρατηρητές:

- Αρνητικές είναι οι συνέπειες
 - για όσα παιδιά βλέπουν τα περιστατικά εκφοβισμού να συμβαίνουν γύρω τους
 - χωρίς να μπορούν να κάνουν κάτι γι' αυτό.
- Συχνά νιώθουν ότι
 - θα μπορούσαν να είναι τα ίδια στη θέση του θύματος
 - και φοβούνται πολύ.
- Μπορεί ακόμη να:
 - νιώθουν άγχος και ανασφάλεια
 - νιώθουν θλίψη, αδυναμία και αποτυχία
 - θεωρούν αρνητικό το κλίμα στο σχολείο
 - να μην τα πηγαίνουν καλά στο σχολείο



Πώς μπορούν τα παιδιά-παρατηρητές να σταματήσουν τον εκφοβισμό στο σχολείο τους

- Κι όμως οι δράστες
 - ενδιαφέρονται περισσότερο για τη γνώμη των συμμαθητών και συμμαθητριών τους
 - παρά για τη γνώμη των δασκάλων και των γονιών τους.
- Αν οι παρατηρητές πάρουν το μέρος των θυμάτων
 - υποστηρίζοντάς τα
 - και προστατεύοντάς τα
- ΤΟΤΕ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΣΤΑΜΑΤΗΣΟΥΝ ΤΟΝ
ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ!

Πώς μπορούν τα παιδιά-παρατηρητές να σταματήσουν τον εκφοβισμό στο σχολείο τους

- Όταν βλέπουν να εκφοβίζουν κάποιο παιδί στο σχολείο τους:
 - Αν δεν είναι επικίνδυνο, να μιλήσει.
 - Να φωνάξει, για παράδειγμα, στο δράστη «Σταμάτα!»
 - Να δείξει καθαρά την αντίθεσή του
 - σε αυτό που κάνει ο δράστης.
 - να μιλήσει μαζί του, δίνοντάς του να καταλάβει πως αυτό που κάνει είναι λάθος.
 - Να μιλήσει στα άλλα παιδιά
 - που βλέπουν τι συμβαίνει και υποστηρίζουν ή ενθαρρύνουν το δράστη
 - Είναι και αυτά υπεύθυνα για τον εκφοβισμό.

Πώς μπορούν τα παιδιά-παρατηρητές να σταματήσουν τον εκφοβισμό στο σχολείο τους

- Να μιλήσει σε κάποιον μεγάλο, δάσκαλο ή γονιό.
- Τα παιδιά που εκφοβίζονται δυσκολεύονται να μιλήσουν
 - και καλό είναι να το κάνει το παιδί- παρατηρητής
 - αφήνοντας ένα σημείωμα ή λέγοντάς το προσωπικά
 - χωρίς όμως να φέρει σε δύσκολη θέση το θύμα.
- Να γίνει φίλος με το θύμα.

Πώς μπορούν τα παιδιά-παρατηρητές να σταματήσουν τον εκφοβισμό στο σχολείο τους

- Τα παιδιά που έχουν φίλους δεν γίνονται εύκολα στόχος:

- Να μιλήσει μαζί του
- Να του πει του ότι καταλαβαίνει πώς νιώθει και ότι λυπάται γι' αυτό που του συμβαίνει
- Να τον καλέσει το στην παρέα του και στις δραστηριότητές του
- Να παίξει μαζί του

Πώς μπορούν τα παιδιά-παρατηρητές να σταματήσουν τον εκφοβισμό στο σχολείο τους

- Το παιδί- παρατηρητής: Βοηθώντας το παιδί που εκφοβίζεται, βοηθάς τον εαυτό του!
- Είναι πολύ σημαντικό να βοηθά τους άλλους όποτε μπορεί!
- «ΤΟ ΛΕΕΙ» για να σταματήσει τον εκφοβισμό
 - και όχι για να δημιουργήσει προβλήματα στο δράστη.
- Και αν ο δράστης βρει τον μπελά του
 - δεν θα φταίει το ότι το είπε
 - αλλά το ότι εκείνος κάνει κάτι που δεν είναι ούτε σωστό, ούτε δίκαιο.



Τρόποι Πρόληψης και Αντιμετώπισης

Τρόποι πρόληψης και αντιμετώπισης

- Στα πλαίσια της πρόληψης
 - έχουν εφαρμοστεί κάποια προγράμματα κατά του εκφοβισμού και της ενδοσχολικής βίας π.χ.
 - **Νορβηγικό** μοντέλο Dan Olweus
 - **Φινλανδικό** μοντέλο ΚΙΝΑΚΟΥΛΟΥ
 - στην **Ελλάδα** το πρόγραμμα της Ε.Ψ.Υ.Π.Ε. «Stop στην ενδοσχολική βία» κ.α.
- Η αποτελεσματικότητα των προγραμμάτων
 - οφείλεται κυρίως στην υιοθέτηση της
 - Κοινωνικής-Οικολογικής προσέγγισης

Τρόποι πρόληψης και αντιμετώπισης

- Κοινωνική-Οικολογική προσέγγιση
- Μια ολιστική προσέγγιση
 - που στοχεύει στην αλλαγή του κλίματος του σχολείου
 - ώστε να μην αναπαράγει τη βία.
- Οι παρεμβάσεις αφορούν όλους:
 - το σχολείο, την τάξη,
 - τον εκπαιδευτικό, τους μαθητές,
 - τους γονείς
 - και ολόκληρη την τοπική κοινωνία.

Αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού

- Θα πρέπει όλοι να ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΟΥΝ σε ένα πλαίσιο παράλληλων δράσεων, διότι
- η αιτιολογία του εκφοβισμού είναι ΠΟΛΥΠΑΡΑΓΟΝΤΙΚΗ
- και η αντιμετώπισή του θα πρέπει να είναι ΠΟΛΥΕΠΙΠΕΔΗ.

Άμεσες Δράσεις

Δράσεις

Παιδιά και Γονείς

Δράσεις: παιδιά και γονείς

- Κάποια από τα προγράμματα αυτά βοηθούν
 - να μάθουμε να σεβόμαστε τους άλλους
 - να ελέγχουμε καλύτερα τα συναισθήματά μας
 - να αποκτήσουμε εμπιστοσύνη στον εαυτό μας
 - να μάθουμε να μπαίνουμε στη θέση του άλλου
 - να δεχόμαστε τη διαφορετικότητα
 - να συνεργαζόμαστε

Δράσεις

Γονείς παιδιού που εκφοβίζεται

Δράσεις: Γονείς παιδιού που εκφοβίζεται

- Να συνεργαστούν στενά με το σχολείο
 - για να πληροφορηθούν για την έκταση και τη σοβαρότητα του περιστατικού
 - τους τρόπους αντιμετώπισής του
- Να παρέχουν στο παιδί τους
 - υποστήριξη και ασφάλεια
 - χωρίς να το κατακρίνουν
- Να ακούσουν προσεκτικά τι έχει να πει το παιδί τους
 - για τα συναισθήματά του
 - και για τις ανάγκες του
- Να παρακολουθούν την εξέλιξη της κατάστασης
 - αλλά και την υγεία του παιδιού τους

Δράσεις: Γονείς παιδιού που εκφοβίζει

- Να συνεργαστούν με τον Διευθυντή και τον δάσκαλο του παιδιού τους για την
 - εφαρμογή των ΚΑΝΟΝΩΝ
 - των ΣΥΝΕΠΕΙΩΝ
 - και ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ τέτοιων συμπεριφορών
- Να παρακολουθούν
 - την εξέλιξη της κατάστασης
 - και συνεργαστούν στενά με το σχολείο.
- Να παρατηρούν αν
 - το παιδί τους εμπλέκεται συχνά σε καβγάδες
 - ή εκδηλώνει εκφοβιστική συμπεριφορά με τα παιδιά της γειτονιάς ή και με αυτούς στο σπίτι.
- Να μιλήσουν γι' αυτά στο Διευθυντή και το δάσκαλο της τάξης και συνεργαστούν μαζί τους για να πάρουν βοήθεια

**Πως αντιμετωπίζουν το περιστατικό
οι γονείς που θα γίνουν γνώστες
κάποιου περιστατικού εκφοβισμού**

Πως αντιμετωπίζουν το περιστατικό οι γονείς

- Να παρέχουν υποστήριξη στο παιδί που έχει δεχθεί εκφοβισμό.
- Να διαβεβαιώσουν το παιδί ότι
 - δεν αξίζει να γίνεται θύμα εκφοβισμού
 - και ότι το πρόβλημα που δημιουργήθηκε δεν ήταν δικό του λάθος.
- Να διαβεβαιώσουν το παιδί
 - ότι έπραξε πολύ σωστά που ανέφερε το πρόβλημα.
- Να προσπαθήσουν να εξακριβώσει το μέγεθος του προβλήματος.
- Να εξασφαλίσουν ότι το παιδί νιώθει ασφαλές.

Πως αντιμετωπίζουν το περιστατικό οι γονείς

- Να ζητήσουν από το παιδί
 - να αναφέρει αμέσως κάθε άλλο περιστατικό.
- Να επιβεβαιώσουν
 - ότι ο εκφοβισμός μπορεί να διακοπεί
 - και ότι το σχολείο θα κάνει ότι είναι απαραίτητο για να το επιτύχει.

Υπευθυνότητες : Οι γονείς

- Οι γονείς πρέπει να:

- Υποστηρίζουν τις διαδικασίες καταστολής των περιστατικών εκφοβισμού.
- Συζητούν με τον/την εκπαιδευτικό της τάξης τις πιθανές ανησυχίες τους για την προβληματική συμπεριφορά του παιδιού τους είτε γιατί μπορεί να είναι
 - θύμα
 - ή γιατί εκδηλώνει άσχημη συμπεριφορά.
- Βοηθούν στη δημιουργία και στήριξη αποδεκτής συμπεριφοράς έξω από το σχολείο.

Περίληψη

Περίληψη

- Ο εκφοβισμός δεν σταματά, αν οι προσπάθειές μας

- δεν έχουν διάρκεια
- και δεν είναι συστηματικές.



- Ακόμα και αν τα ποσοστά στο σχολείο σας δεν είναι μεγάλα,
 - τέτοιες δραστηριότητες εμποδίζουν την εμφάνιση του εκφοβισμού
 - και βοηθούν όλα τα παιδιά να βιώσουν ασφάλεια στο σχολείο
 - και να αποκτήσουν καλύτερες σχέσεις με τους συμμαθητές τους.

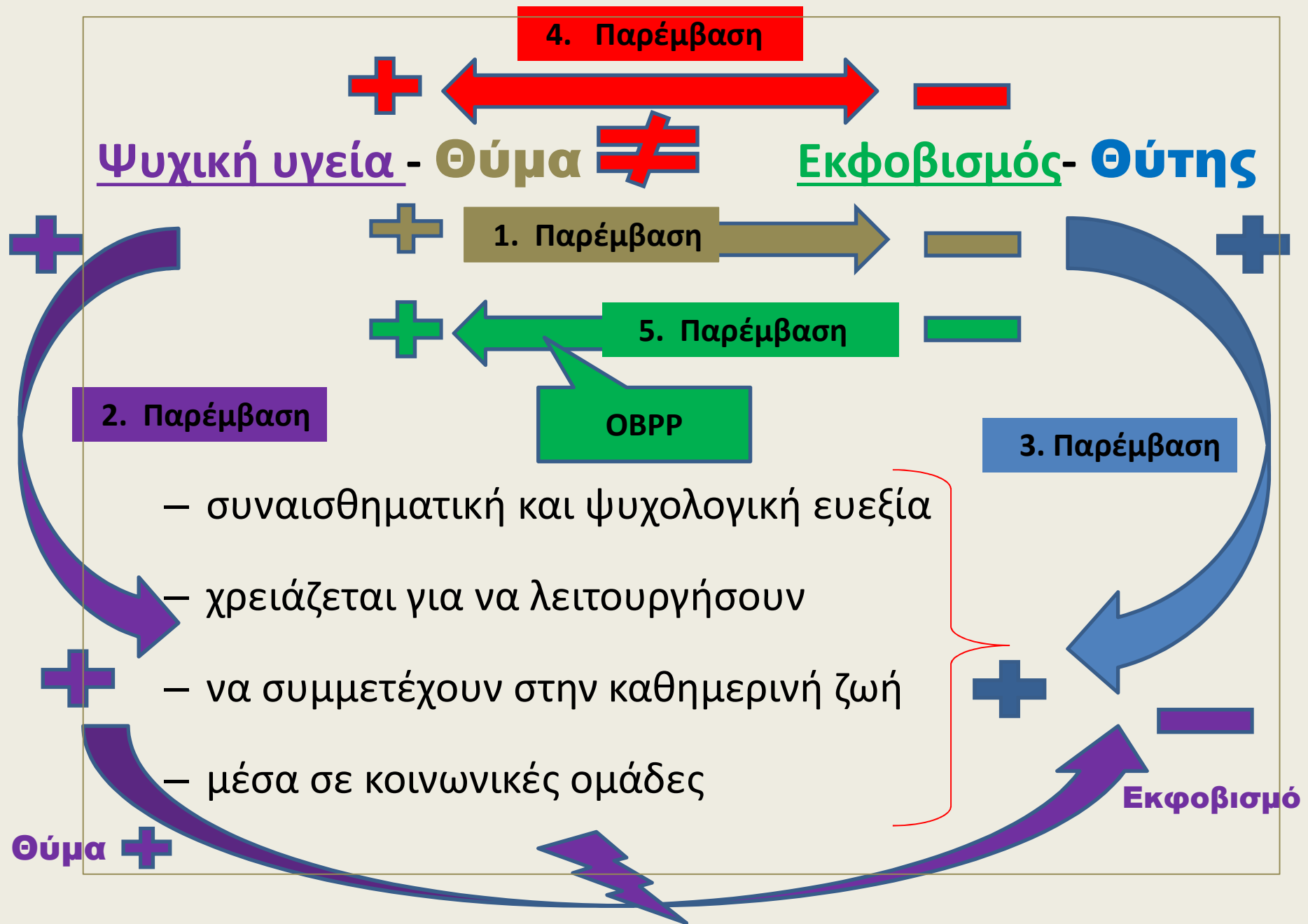
Περίληψη

- Ο σχολικός εκφοβισμός αποτελεί ένα σοβαρό κοινωνικό πρόβλημα
 - που ταλαιπωρεί πολλά παιδιά, γονείς, το σχολείο, αλλά και την κοινωνία.
- Μπορεί να έχει **σοβαρές αρνητικές συνέπειες που διαρκούν** και γι' αυτό χρειάζεται έγκαιρη και συστηματική αντιμετώπιση.
- Ο εκφοβισμός μπορεί να συμβεί στον καθένα.
- Είναι υπόθεση που αφορά όλα τα παιδιά:
 - τα παιδιά που εκφοβίζουν
 - ή τα παιδιά που εκφοβίζονται
 - αλλά και όσα βλέπουν να συμβαίνουν περιστατικά εκφοβισμού στο σχολείο τους.



Περίληψη

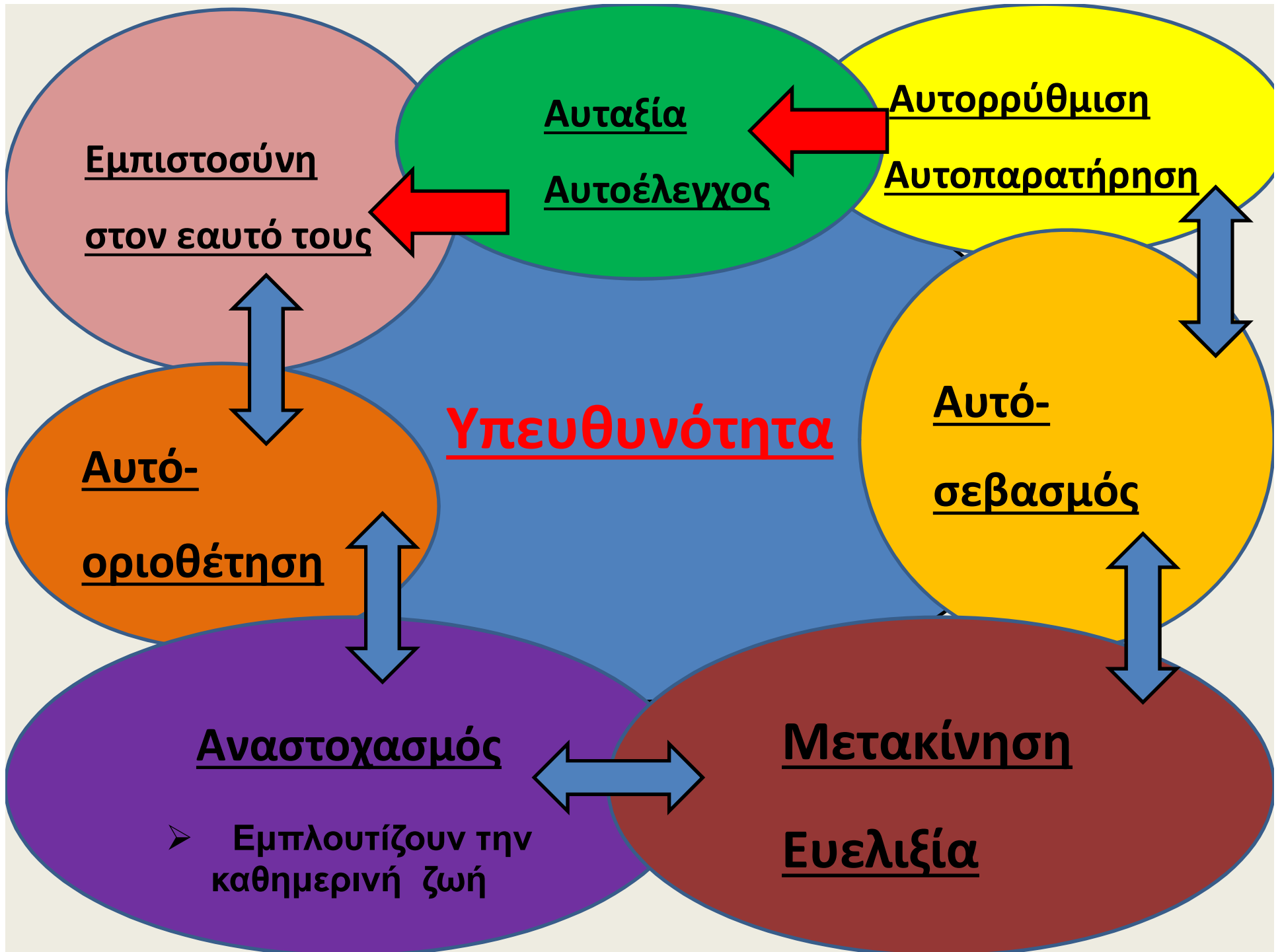
- Ως γονιός για να αντιμετωπίσεις το φαινόμενο αυτό πρέπει
 - να ξέρεις για τον εκφοβισμό
 - να ξέρεις με ποιους τρόπους τα παιδιά εκφοβίζουν
 - να ξέρεις για ποιους λόγους εκφοβίζονται
 - ποιες είναι οι συνέπειες
 - και τι πρέπει να κάνεις για να αντιμετωπίσεις αυτό το πρόβλημα.



Συμπέρασμα

- Για τα παιδιά των οποίων οι **σχολικές ημέρες** γίνονται **κόλαση** από τον εκφοβισμό, χρειάζονται **βοήθεια** και την χρειάζονται **σύντομα** είτε είναι **θύτες, θύματα, ή θεατές**
- **Οι συνέπειες αυτών των βιωμάτων** πηγαίνουν **ΠΕΡΑ** από την **τάξη** και **ΠΕΡΑ** από τα **σώματα** τους.

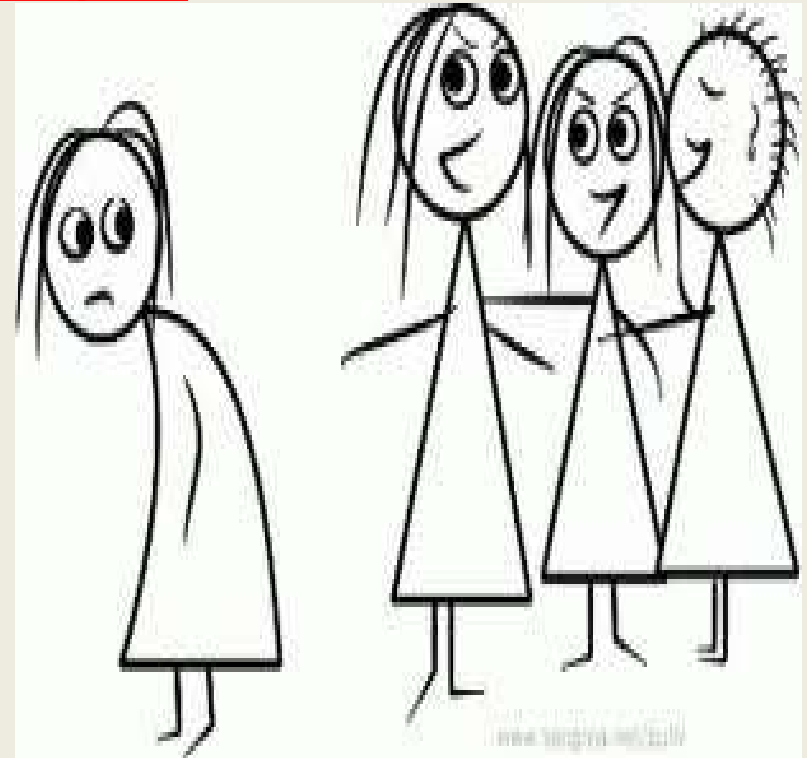
Οι αντιδράσεις των παιδιών
είναι συμπτωματικές,
λειτουργούν σαν πυξίδα,
είναι παραπλανητικές
και δεν έχουν καμία σχέση με την αιτία



- Ο συναισθηματικός αναλφαβητισμός

- Οι συναισθηματικές ουλές

- Οι συναισθηματικές αναπηρίες



ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΔΙΑΡΚΕΣΟΥΝ ΓΙΑ ΧΡΟΝΙΑ

Εκφοβισμός



Ταλαιπωρημένες Ψυχές







**BULLYING
FREE
SCHOOL**

Ευχαριστίες

- Γονείς
- Σύνδεσμο Γονέων
- Διεύθυνση του Σχολείου
- Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου

- **Σύνδεσμος αξιολόγησης Σεμιναρίων Γονέων:**

- <https://forms.gle/Fd2i5ApcSjCtrdRw5>

Ευχαριστώ για την προσοχή σας.

Ερωτήσεις;

- E-mail:
❖ christianadipli@yahoo.gr
- Τηλέφωνο επικοινωνίας: 96 75 66 60
- Λευκωσία - Λάρνακα - Αμμόχωστο

Ενδεικτική Βιβλιογραφία

- Austin, S. & Joseph, S. (1996) Assessment of bully/victim problems in 8 to 11 year-olds. *British Journal of Educational psychology*, 66.
- Bauer, N., Herrenkohl, T. & Lozano, P., (2006). *Childhood Bullying Involvement and Exposure to Intimate Partner Violence*, *Pediatrics*, American academy of pediatrics, Vol. 118.
- Braithwaite, J. B. (1989). *Crime, shame and reintegration*. Cambridge, U.K., Cambridge University Press.
- Goode, E., (1988). *Sociology*, Prentice Hall, Englewood Cliffs, New Jersey.
- Guerin, S., & Hennessy, E., (2003). *Aggression and Bullying*, BPS Blackwell.
- Hodges, E.V. & Perry, D.G. (1999) Personal and interpersonal antecedents and consequences of victimization by peers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76 (4).
- Lewis, H.B. (1981) *Freud and modern psychology*. Vol. 1. *The emotional basis of mental illness*. New York : Plenum Press. 235

Ενδεικτική Βιβλιογραφία

- Lewis, H.B. (1983) Freud and modern psychology . Vol. 2. The emotional basis of human behavior. New York : Plenum Press.
- Lutzker, J., (2003). Preventing violence , research and evidence-based intervention strategies, American Psychological Association, Washington, DC.
- Morrison, B., (2002). Bullying and Victimization in Schools : A restorative Justice Approach, Trends and Issues in crime and criminal justice, Australian institute of criminology, No 219.
- Mynard, H. & Joseph, S (1997) Bully victim problems and their association with Eysenck's personality dimensions in 8 to 13 year-olds. British Journal of Educational Psychology, 67.
- Nathanson, D.L., (1992). Shame and Pride : Affect, sex and the birth of the self, New York :Norton.
- Naylor, P., Cowie, H. & Cossin, F.(2006). Teachers and Pupil's definitions of Bullying, British journal of educational Psychology, The British Psychological Society, Vol.76.

Ενδεικτική Βιβλιογραφία

- Olweus, D. (1993) *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell.
- Parke, R.D. & Slaby, R.G. (1983). The development of aggression. In P.H. Mussen (Ed) *Handbook of child psychology : vol.4. socialization, personality and social behavior*. New York: Wiley.
- Pepler, D., Craig, W., Ziegler, S. & Charach, A. (1993) A school-based anti-bullying intervention: preliminary evaluation. In D.P. Tattum (Ed): *Understanding and Managing Bullying*. Oxford: Heinemann Educational.
- Rigby, K., Cox, I., & Black, G. (1997). Cooperatives and bully / victim problems among Australian school children. *The journal of social Psychology*, 137(3), 357-368.

Ενδεικτική Βιβλιογραφία

- Rigby, k. & Slee, P.T. (1990) Victims and bullies in school communities. *Journal of the Australasian Society of victimology*, 1.
- Salmivalli, C., Huttunen, A. & Lagerspetz, M.J. (1997) Peer networks and bullying in schools. *Scandinavian Journal of Psychology*, 38.
- Schuster, B. (1996) Rejection, exclusion, and harassment at work and in schools: an intergration of results from research on mobbing, bullying and peer rejection. *European Psychologist*, 1. 236
- Spence, r M.,(1995). *Foundations of Modern Sociology*, Prentice hall Canada inc., Ontario.
- Stephenson, P. & Smith, D. (1989) Bullying in the junior school. In D.P.
- Tattum & D.A. Lane (Eds.) *Bullying in schools*. London: Trentham Books.