

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

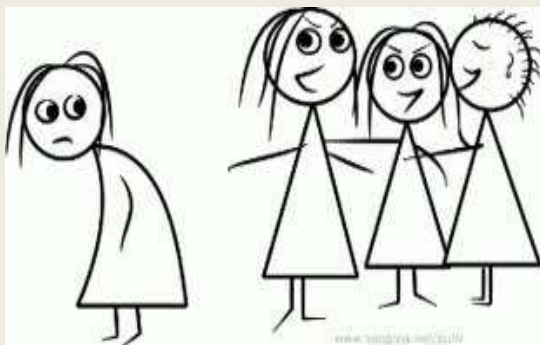
Περιεχόμενα

- 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

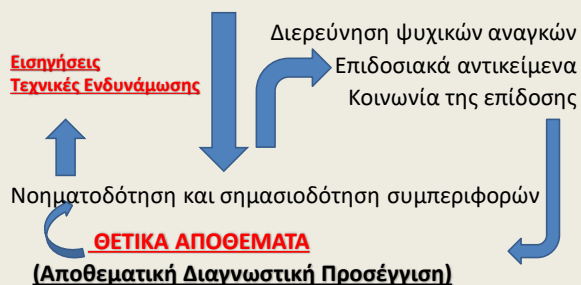
- Δραστηριότητες :
 - γονείς παιδιού που εκφοβίζεται
 - γονείς παιδιού που εκφοβίζει
- Πως αντιμετωπίζουν το περιστατικό οι γονείς όταν γίνουν γνώστες κάποιου περιστατικού εκφοβισμού
- Περίληψη

Απατηλά Απλό και Εύκολο



Προσέγγιση Εστιασμένη στη Λύση "Solution Focus Approach"

ΕΝΤΟΠΙΣΜΟΣ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΟΣ



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

9

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, λεκτικής 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

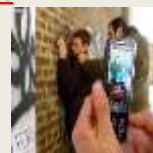
- **Σεξουαλική παρενόχληση**
 - μη ευπρόσδεκτες σεξουαλικές **χειρονομίες**
 - σεξουαλικά **υπονοούμενα**
 - ή **προσβλητικά σχόλια** σεξουαλικού περιεχομένου
- **Χρησιμοποίηση**
 - υβριστικών ή περιπαικτικών **εκφράσεων**
 - **πειράγματα**
 - **παρατσούκλια**
 - **κοροϊδία**

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 **βοιώνουν 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 **συναισθηματική 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 φταίνε.**

- Η σκέψη των παιδιών είναι **ενοχική** και ιδιαίτερα σε καταστάσεις βίας. Θεωρούν ότι εκείνα φταίνε, ότι εκείνα **προκάλεσαν αυτή την κατάσταση.**
- Θεωρούν ότι **εκείνοι φταίνε** 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 κάνεις 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
- νευρικότητα 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 εκφοβίζεται

Στήριξη Παιδιού που εκφοβίζεται

- 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 εκφοβίζεται

- **Σπάνια** το παιδί που εκφοβίζεται **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 ΑΚΟΥΣΕ!**
 - Σε διαφορετική περίπτωση **η στήριξη «κινδυνεύει» να καταλήξει διδαχή.**

Στήριξη Παιδιού που εκφοβίζεται

- **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 ενochές 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 **«μαρτυρώ»** από το **«ζητώ»** βοήθεια
- Να θυμούνται ότι **ο στόχος** είναι
 - να **βοηθήσουν το παιδί τους**
 - και **ΟΧΙ να τιμωρηθεί το άλλο παιδί**
- **Να επικοινωνήσουν** με το δάσκαλο





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 λύσουμε 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 φέρνται 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.



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 ΚΕΡΑΙΣΕΙ 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 είπες
 - 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 ΚΙΒΑΚΟΥΛΟΥ
 - 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 **αντιμετώπιση** 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 διαβεβαιώσουντο 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.



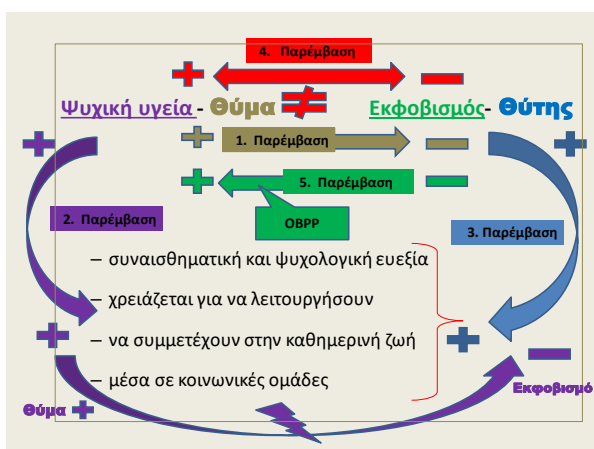
Περίληψη

- 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.

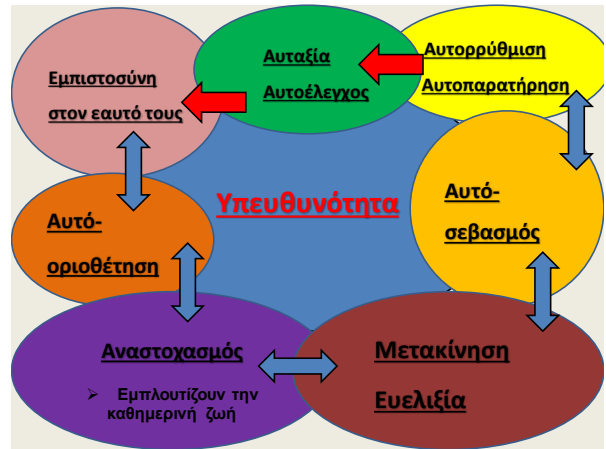


Συμπέρασμα

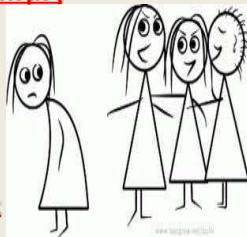
- Για τα παιδιά των οποίων οι **σχολικές ημέρες** γίνονται **κόλαση** από τον εκφοβισμό, χρειάζονται **βοήθεια** και την χρειάζονται **σύντομα** είτε είναι **θύτες, θύματα, ή θεατές**
- **Οι συνέπειες αυτών των βιωμάτων** πηγαίνουν **ΠΕΡΑ** από την **τάξη** και **ΠΕΡΑ** από τα **σώματα** τους.

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

105



- Ο συναισθηματικός **αναλφαβητισμός**
- Οι συναισθηματικές **ουλές**
- Οι συναισθηματικές **αναπηρίες**



ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΔΙΑΡΚΕΣΟΥΝ ΓΙΑ ΧΡΟΝΙΑ

Εκφοβισμός → **Ταλαιπωρημένες Ψυχές**





Ευχαριστίες

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

111

- 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**

113

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.