

ΕΛΛΗΝΟΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΟΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΝ ΙΔΡΥΜΑ  
Κολλέγιο Αθηνών – Κολλέγιο Ψυχικού  
Δημοτικά Σχολεία



ΚΩΔΙΚΑΣ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ  
(ANTI-BULLYING POLICY)

**ΠΑΡΑΤΗΡΟΥΜΕ, ΒΛΕΠΟΥΜΕ, ΜΙΛΑΜΕ!**



[www.antty.com](http://www.antty.com)



## Σκοπός του Κωδικα

- ✘ Στο Κολλέγιο αναλαμβάνουμε τη δέσμευση να παρέχουμε σε όλους τους μαθητές μας **ένα φιλικό και ασφαλές περιβάλλον**, έτσι ώστε η μάθηση να γίνεται μέσα σε ατμόσφαιρα ηρεμίας, ασφάλειας και φροντίδας.
- ✘ Αν συμβεί κάποιο περιστατικό εκφοβισμού στον ευρύτερο χώρο του σχολείου, όλοι οι μαθητές πρέπει να αισθάνονται ότι μπορούν να μιλήσουν σχετικά με το γεγονός και να είναι βέβαιοι ότι τυχόν παρόμοια περιστατικά θα αντιμετωπισθούν άμεσα και αποτελεσματικά.
- ✘ Όποιος γνωρίζει ότι κάποιο περιστατικό σχολικού εκφοβισμού συμβαίνει ή έχει συμβεί οφείλει να το αναφέρει στο προσωπικό του Σχολείου.

Ο παρών κώδικας διαμορφώθηκε σε συνεργασία γονέων-εκπροσώπων του Συλλόγου Γονέων, του Ψυχοπαιδαγωγικού Τμήματος και της Διεύθυνσης του Δημοτικού Σχολείου του Κολλεγίου Αθηνών και απευθύνεται σε όλη τη σχολική κοινότητα.

## Στόχοι

- ✘ Να ορίσουμε τι σημαίνει σχολικός εκφοβισμός (bullying) και να αφυπνίσουμε σχετικά όλα τα μέλη της σχολικής κοινότητας.
- ✘ Να διασφαλίσουμε ότι τα παιδιά μας μαθαίνουν σε ένα ασφαλές περιβάλλον με φροντίδα και υποστήριξη χωρίς το φόβο του εκφοβισμού.
- ✘ Να διασφαλίσουμε ότι το Σχολείο μας έχει πλήρη επίγνωση και ενημέρωση για τη σοβαρότητα του σχολικού εκφοβισμού και δεν τον επιτρέπει.
- ✘ Να λάβουμε όλα τα απαραίτητα μέτρα για την πρόληψη όλων των μορφών σχολικού εκφοβισμού.
- ✘ Να διασφαλίσουμε ότι όλη η σχολική κοινότητα (μαθητές, εκπαιδευτικοί, διοικητικό - εργατοτεχνικό προσωπικό και γονείς) επαγρυπνεί και μπορεί να αναγνωρίσει τα σημάδια του σχολικού εκφοβισμού.
- ✘ Να διαμορφώσουμε μία διάφανη διαδικασία που όλοι θα ακολουθούμε, αν ένα παιδί υποστεί σχολικό εκφοβισμό.



## Τι είναι ο σχολικός εκφοβισμός (bullying)-ορισμός;

*Σχολικός εκφοβισμός (bullying) είναι η επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά που προέρχεται είτε από ένα μεμονωμένο άτομο είτε από μία ομάδα που απειλεί και ηθελημένα πληγώνει ή εκφοβίζει ένα άλλο άτομο ή μία άλλη ομάδα, είτε σωματικά είτε ψυχολογικά.*

Ο σχολικός εκφοβισμός (bullying) έχει τα εξής δύο χαρακτηριστικά γνωρίσματα:

1. Έχει την τάση να είναι *ΕΠΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΗ* συμπεριφορά.
2. Συμβαίνει όταν υπάρχει ανισορροπία δυνάμεων (ισχυρό μέρος-αδύναμο μέρος).

Τα παραπάνω χαρακτηριστικά διαφοροποιούν τον εκφοβισμό από το ευκαιριακό πείραγμα ή την κοροϊδία που συμβαίνει μεταξύ των παιδιών. Τα παιδιά συχνά διαφωνούν μεταξύ τους· ακόμη και φίλοι απομακρύνονται μεταξύ τους για κάποια χρονικά διαστήματα. Αυτό από μόνο του δεν αποτελεί συνήθως σχολικό εκφοβισμό (bullying).

## Γενικές μορφές σχολικού εκφοβισμού (bullying)

Οι κύριες μορφές σχολικού εκφοβισμού (bullying) που μπορεί να εντοπισθούν είναι τρεις:

- ☀ **Φραστικός** π.χ. προσφωνήσεις/παρατσούκλια προσβλητικά, βρισίματα, φραστικά πειράγματα, προσβολές, γράψιμο ή αποστολή αγενών σημειωμάτων ή μηνυμάτων, συμπεριλαμβανομένων των μηνυμάτων μέσω τηλεφώνου ή διαδικτύου (Διαδικτυακός εκφοβισμός - cyber-bullying).
- ☀ **Σωματικός** π.χ. χτύπημα, κλοτσιές, καταστροφή ή απόκρυψη προσωπικών αντικειμένων, ανεπιθύμητο ή ακατάλληλο σωματικό πείραγμα ή άγγιγμα.
- ☀ **Συναισθηματικός** π.χ. συμπεριφορά μη φιλική/αγενή, αποκλεισμός κάποιου, βλέμματα με υπονοούμενα, κουτσομπολιό, διασπορά ψευδών ή υποτιμητικές φήμες.



### Ειδικότερες μορφές εκφοβισμού (bullying)

- ✗ **Φυλετικός, Θρησκευτικός ή πολιτισμικός εκφοβισμός (bullying)**
- ✗ **Εκφοβισμός (bullying) που σχετίζεται με αναπηρία ή ειδικές μαθησιακές ανάγκες**
- ✗ **Εκφοβισμός (bullying) που σχετίζεται με την εμφάνιση ή με θέματα υγείας**
- ✗ **Εκφοβισμός (bullying) σεξουαλικός ή λόγω φύλου**
- ✗ **Εκφοβισμός (bullying) που σχετίζεται με την οικογενειακή κατάσταση**

Δεν υπάρχει ιεραρχία μεταξύ των διαφόρων μορφών εκφοβισμού. Όλες οι μορφές εκφοβισμού (bullying) πρέπει να λαμβάνονται υπόψη με την ίδια σοβαρότητα και προσοχή και να αντιμετωπίζονται κατάλληλα.

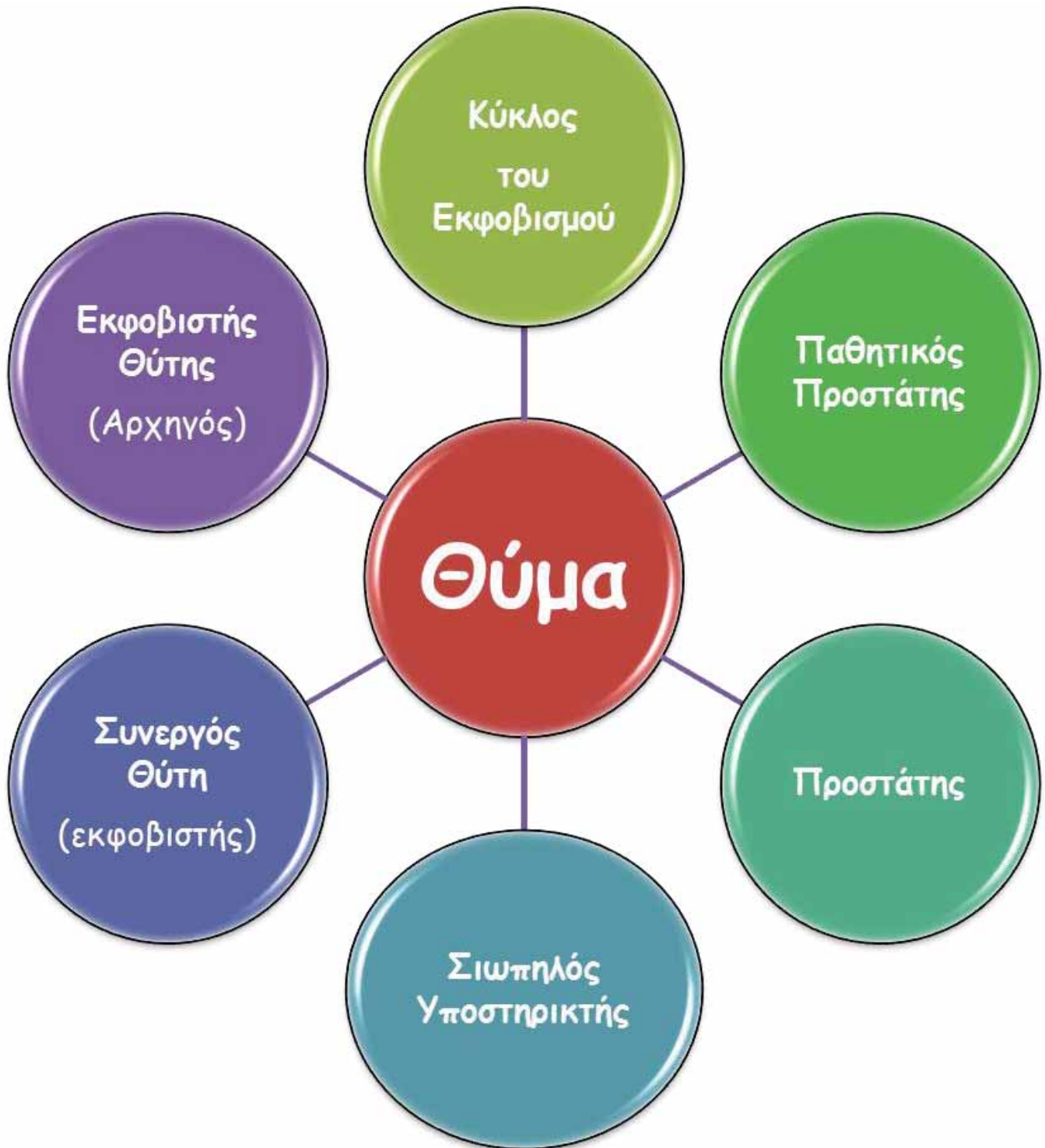
### Ρόλοι στο σχολικό εκφοβισμό (bullying)

Σε περίπτωση σχολικού εκφοβισμού (bullying) διακρίνουμε τους εξής διαφορετικούς ρόλους μεταξύ των ατόμων που μετέχουν (δείτε Διάγραμμα 1):

- ✗ **Θύτης-Υποκινητής/αρχηγός:** εκείνος που βασιζόμενος στην κοινωνική του επιρροή, καταδυναστεύει τους άλλους, συνήθως με την υποστήριξη μίας ομάδας.
- ✗ **Συνεργοί Θύτη/-ών:** άλλα άτομα που συμμετέχουν αφού υποκύπτουν/φοβούνται τον υποκινητή.
- ✗ **Σιωπηλοί υποστηρικτές:** η σιωπηλή πλειοψηφία που γνωρίζει ότι ο εκφοβισμός λαμβάνει χώρα, αλλά δεν κάνει τίποτα για να τον αποτρέψει.
- ✗ **Προστάτες:** εκείνοι που προσπαθούν να εμποδίσουν/να σταματήσουν τον εκφοβισμό.
- ✗ **Παθητικοί προστάτες:** αναγνωρίζουν πως ο εκφοβισμός δεν είναι σωστός, αλλά δεν αντιδρούν.
- ✗ **Θύμα:** εκείνος που υφίσταται τον εκφοβισμό.

Πρέπει να σημειωθεί ότι τα περισσότερα περιστατικά εκφοβισμού συμβαίνουν σε στιγμές που οι ενήλικες δεν μπορούν να είναι αυτόπτες μάρτυρες.

Διάγραμμα 1:  
Ο κύκλος του Εκφοβισμού (Bullying Circle):  
Διαφορετικοί Ρόλοι στο σχολικό εκφοβισμό





### Μορφές θύτη («bully»):

- ☀ Επιθετικός θύτης: αυτός που εκδηλώνει σωματική επίθεση (είτε ως μεμονωμένο άτομο είτε ως ομάδα).
- ☀ Φοβισμένος θύτης: αυτός που συμμετέχει, «στρατολογείται» σε ομάδα εκφοβισμού λόγω εκφοβισμού που είχε υποστεί ο ίδιος.
- ☀ Θύτης-θύμα: εκείνος που έχει υπάρξει θύμα εκφοβισμού στο σπίτι και λειτουργεί ως θύτης στο σχολείο

### Μορφές θύματος («victim»):

- ☀ Παθητικό θύμα: αυτός που είναι μοναχικός, ευαίσθητος, με μειωμένες κοινωνικές δεξιότητες, χωρίς ικανότητα αυτοπροστασίας, με ελάχιστους φίλους που μπορούν να τον υποστηρίξουν, που δείχνει ευάλωτος και τρωτός.
- ☀ Προκλητικό θύμα: αυτός που είναι ευέξαπτος και προκαλείται εύκολα, παρορμητικός, επιζητά την προσοχή των άλλων παρενοχλώντας το θύτη, στοχοποιείται ο ίδιος, αλλά δεν μπορεί να αμυνθεί. Αυτά τα θύματα κινδυνεύουν να γίνουν και οι ίδιοι θύτες.
- ☀ Θύμα που επιζητά την προσοχή των άλλων: αυτός που διαθέτει καλές κοινωνικές δεξιότητες, αλλά διεκδικεί τη φήμη του θύματος.



## Αίτια δημιουργίας του ρόλου του θύτη

Υπάρχουν διάφοροι λόγοι που οδηγούν ένα άτομο στο να προκαλεί εκφοβισμό:

α) είτε μέσα από την εκφοβιστική συμπεριφορά,

- ✗ νιώθει ότι έχει τον έλεγχο και ότι είναι δυνατός,
- ✗ αισθάνεται καλά για τον εαυτό του,
- ✗ επιζητά την προσοχή των άλλων, υλικά αγαθά, φίλους,
- ✗ δείχνει σπουδαίος μπροστά στους άλλους,
- ✗ νιώθει δημοφιλής,
- ✗ δείχνει έξυπνος ή μεγάλος,
- ✗ κάνει πλάκα

β) είτε

- ✗ ζηλεύει
- ✗ εξαναγκάζεται ή δέχεται πιέσεις από την παρέα/ομάδα,
- ✗ έχει υπάρξει ο ίδιος θύμα εκφοβισμού,
- ✗ βλέπει και επιλέγει έναν εύκολο στόχο (κάποιον άλλο μικρό, μοναχικό ή διαφορετικό με κάποιον τρόπο).



## Σημάδια ή συμπτώματα του Σχολικού Εκφοβισμού (Bullying)

Υπάρχει μεγάλη ποικιλία συμπτωμάτων, η εμφάνιση των οποίων εξαρτάται από την κάθε περίπτωση. Οι γονείς και το προσωπικό του σχολείου πρέπει να είναι σε θέση να αναγνωρίσουν τα πιθανά σημάδια του εκφοβισμού, έτσι ώστε να μπορούν να εντοπίσουν πιθανά προβλήματα. Τα πιο συνήθη σημάδια/συμπτώματα περιλαμβάνουν:

- ☀ **Σωματικά σημάδια** π.χ. σωματικές κακώσεις, κατεστραμμένα/σχισμένα ρούχα χωρίς να δίνεται ικανοποιητική εξήγηση, συχνές «απώλειες» προσωπικών αντικειμένων/χρημάτων, προβλήματα υγείας λόγω στρες, όπως συχνές αδιαθεσίες, πονοκέφαλοι, στομαχικές ενοχλήσεις, ξαφνικό τραύλισμα, αλλαγή στις συνήθειες φαγητού, απώλεια όρεξης, αίσθηση κόπωσης και λήθαργου.
- ☀ **Συναισθηματικά σημάδια** π.χ. εναλλαγές διάθεσης, εμφανείς αλλαγές προσωπικότητας, μόνιμο στρες/νευρικότητα, υπερβολική ευαισθησία, παθητικότητα, δειλία, απόσυρση, κατάθλιψη ή κλάμα χωρίς προφανή λόγο, έλλειψη αυτοπεποίθησης, χαμηλή αυτοεκτίμηση, εχθρότητα και αμυντική στάση.
- ☀ **Σημάδια συμπεριφοράς** π.χ. απόσυρση, συχνές αδικαιολόγητες απουσίες, μειωμένη συγκέντρωση, αποδείξεις αυτοτραυματισμού και/ή συμπεριφορά που αναστατώνει και προκαλεί τους άλλους.
- ☀ **Σημάδια σχετικά με το σχολείο και τη σχολική απόδοση** π.χ. ξαφνική αλλαγή στις ακαδημαϊκές επιδόσεις, απώλεια ενδιαφέροντος για τη σχολική εργασία, δυσκολία συγκέντρωσης στην τάξη, εύκολη διάσπαση προσοχής, έλλειψη ενδιαφέροντος για τα σχολικά δρώμενα, άρνηση να πηγαίνει με το σχολικό λεωφορείο, αποφεύγει να εισέρχεται και να φεύγει από το σχολείο με άλλους, εκδηλώνει αρνητικά συναισθήματα στο να πηγαίνει σχολείο.

Τα παραπάνω σημάδια και οι συμπεριφορές μπορεί να αποτελούν ένδειξη και για άλλα προβλήματα του παιδιού. Πάντως, πρέπει να ερευνάται σοβαρά και η περίπτωση του σχολικού εκφοβισμού.





## ΓΙΑΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΠΑΝΤΑΜΕ ΣΤΟΝ ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ

- ✘ Ο εκφοβισμός (bullying) πληγώνει!
- ✘ Κανείς δεν αξίζει να είναι θύμα σχολικού εκφοβισμού.
- ✘ Ο καθένας έχει το δικαίωμα να αντιμετωπίζεται με σεβασμό.
- ✘ Ο καθένας έχει το δικαίωμα να νιώθει ευτυχισμένος και ασφαλής.
- ✘ Οι επιπτώσεις του σχολικού εκφοβισμού μπορεί να είναι μακροχρόνιες για το θύμα (π.χ. χαμηλή αυτοεκτίμηση, μη αξιοποίηση των δυνατοτήτων του, αποκλεισμός από τις συνήθεις κοινωνικές εμπειρίες).
- ✘ Ο εκφοβισμός δείχνει έλλειψη ενσυναίσθησης και σεβασμού των συναισθημάτων των άλλων.
- ✘ Οι θύτες του εκφοβισμού (bullies) πρέπει να μάθουν να συμπεριφέρονται με διαφορετικό τρόπο.
- ✘ Τα παιδιά που εκφοβίζουν κινδυνεύουν να αντιμετωπίσουν μακροχρόνια προβλήματα (π.χ. μη αξιοποίηση των δυνατοτήτων τους, υιοθέτηση άλλων μορφών παραβατικής συμπεριφοράς καθώς μεγαλώνουν, όπως κατάχρηση ή εξάρτηση από ουσίες, βία και εγκληματική συμπεριφορά).
- ✘ Ο εκφοβισμός δεν αφορά και δεν επηρεάζει ΜΟΝΟ το θύτη και το θύμα-ΜΑΣ ΑΦΟΡΑ ΟΛΟΥΣ:

Η σιωπηλή πλειοψηφία που στέκεται ως παρατηρητής ή γνωρίζει ότι λαμβάνει χώρα εκφοβισμός, μπορεί να ζει με το φόβο ότι η επόμενη φορά θα είναι η σειρά της και να εκδηλώσει παρόμοια συμπτώματα με του θύτη. Η σιωπηλή αυτή πλειοψηφία εθίζεται σε μία παθητική στάση και συμπεριφορά απέναντι σε ό,τι αρνητικό συμβαίνει γύρω της.

Για όλους αυτούς τους λόγους, υιοθετούμε σθεναρή στάση απέναντι στον εκφοβισμό οποιασδήποτε μορφής. Έχουμε την ευθύνη να ανταποκρινόμαστε άμεσα και αποτελεσματικά σε περιπτώσεις εκφοβισμού. Έχουμε σκοπό να δημιουργήσουμε και να διατηρήσουμε ένα περιβάλλον όπου τα παιδιά μας θα μπορούν να μεγαλώσουν και να ανθίσουν ΧΩΡΙΣ ΦΟΒΟ.



## Διαδικασίες

Σκοποί της στρατηγικής του Σχολείου είναι:

- ✘ να προλάβει, να μειώσει και να σταματήσει τις αρνητικές συμπεριφορές.
- ✘ να αντιμετωπίσει περιστατικά σχολικού εκφοβισμού με λογικούς, αποδοτικούς και σταθερούς τρόπους.
- ✘ να προστατέψει τους μαθητές που έχουν βιώσει ή βιώνουν κάποια μορφή εκφοβισμού καθώς και να δημιουργήσει δίκτυο στήριξης για αυτούς τους μαθητές.
- ✘ να δημιουργήσει μαζί με τους μαθητές έναν κανονισμό κατά του σχολικού εκφοβισμού ο οποίος θα υιοθετηθεί από όλο το Σχολείο για την πρόληψη του φαινομένου.

## Ο ρόλος των γονέων

Ο σχολικός εκφοβισμός αφορά όλους. Η Διεύθυνση, οι εκπαιδευτικοί, οι μαθητές και όλο το προσωπικό του Σχολείου παίζουν σημαντικό ρόλο στην εφαρμογή του κανονισμού κατά του σχολικού εκφοβισμού.

Ο ρόλος των γονέων και ο τρόπος με τον οποίο θα χειριστούν το θέμα του σχολικού εκφοβισμού είναι καθοριστικός στην αντιμετώπιση του φαινομένου.

Για το λόγο αυτό ζητάμε από τους γονείς να:

- ✘ προσέξουν ασυνήθιστες συμπεριφορές στο παιδί τους (π.χ. να μη θέλει να πάει σχολείο, να νιώθει συχνά άρρωστο, να μην τα πηγαίνει καλά στο σχολείο),
- ✘ έχουν πάντα ενεργό ρόλο στη σχολική ζωή του παιδιού τους. Να συζητούν μαζί του για την καθημερινότητά του, για τους φίλους του κ.τ.λ.
- ✘ ακούν το παιδί τους χωρίς να θυμώνουν ή να εκνευρίζονται. Να βάλουν δηλαδή στην άκρη τα δικά τους συναισθήματα και να προσπαθήσουν να ακούσουν αυτό που τους λέει το παιδί τους. Στη συνέχεια να δώσουν στο παιδί τους να καταλάβει ότι το έχουν ακούσει.
- ✘ σημειώνουν πράγματα που τους λέει το παιδί τους και τα θεωρούν σημαντικά.



## Συμβουλές για γονείς που τα παιδιά τους μπορεί να είναι θύματα σχολικού εκφοβισμού:

- ✿ Εάν πιστεύετε ότι το παιδί σας είναι θύμα εκφοβισμού, ρωτήστε το. *Πολλά παιδιά δε θα μιλήσουν από μόνα τους. Μπορεί να ντρέπονται ή να φοβούνται. Ως ενήλικες πρέπει να πάρετε πρωτοβουλίες. Εάν δείτε ότι το παιδί σας δε θέλει να συζητήσει το γεγονός του εκφοβισμού, προσπαθήστε να το του το θέσετε πλαγίως.*
- ✿ Εάν πιστεύετε ότι το παιδί σας είναι θύμα εκφοβισμού, ενημερώστε το σχολείο. *Οι ανησυχίες σας θα ακουστούν και το σχολείο θα πάρει τα σωστά μέτρα.*
- ✿ Εάν το παιδί σας βρει το θάρρος να σας μιλήσει για περιστατικά σχολικού εκφοβισμού, μην το αποθαρρύνετε με το να του πείτε «Βγάλε τα πέρα μόνος σου», «Συμβαίνουν αυτά καθώς μεγαλώνεις», κ.τ.λ.
- ✿ Πιστέψτε το παιδί σας, εάν σας πει ότι δέχεται εκφοβισμό.
- ✿ Πείτε στο παιδί σας ότι δε φταίει αυτό που το ενοχλούν τα άλλα παιδιά.
- ✿ Είναι σημαντικό να συμβουλέψετε το παιδί σας να μην ανταποκριθεί στον εκφοβισμό με το να φερθεί κι εκείνο με τον ίδιο τρόπο (ανταποδίδοντας το χτύπημα). Κάτι τέτοιο μπορεί να χειροτερέψει την κατάσταση.
- ✿ Μη συμβουλέψετε το παιδί σας να αγνοήσει τον εκφοβισμό, γιατί μπορεί να το εκλάβει ως μήνυμα ότι ο εκφοβισμός είναι κάτι που πρέπει να το ανεχόμαστε και όχι κάτι που πρέπει να το σταματάμε.
- ✿ Συζητήστε με το παιδί σας για το πώς θέλει να χειριστείτε το θέμα. Μην πάρετε μόνοι σας πρωτοβουλίες. Είναι σημαντικό να συμμετέχουν και τα ίδια τα παιδιά στην απόφαση αυτή.
- ✿ Εάν κάποιο παιδί έχει εκφοβίσει το παιδί σας, μην το πλησιάσετε για να του μιλήσετε ή μη ζητήσετε από κάποιο μεγαλύτερο παιδί να κάνει κάτι ανάλογο. Παρακαλούμε ενημερώστε αμέσως το Σχολείο.



- ☀ Δώστε βάση στον κανονισμό του Σχολείου για το σχολικό εκφοβισμό και σιγουρευτείτε ότι το παιδί σας δε φοβάται να ζητήσει βοήθεια.
- ☀ Μην υποσχεθείτε στο παιδί σας ότι θα το κρατήσετε μυστικό. Αυτό επιτρέπει σε αυτόν που εκφοβίζεται να συνεχίσει. Πείτε στο παιδί σας ότι είναι σημαντικό που σας το είπε και διαβεβαιώστε το ότι θα το βοηθήσετε καθώς και θα ζητήσετε βοήθεια και από τον εκπαιδευτικό και από τη Διεύθυνση του Σχολείου.
- ☀ Μην επικοινωνήσετε με τους γονείς του παιδιού που εκφοβίζει το παιδί σας. Το πιο πιθανό είναι να μη βοηθήσει την κατάσταση, αλλά να την κάνει χειρότερη.

### **Συμβουλές για γονείς παιδιών που είναι παρατηρητές σε περιστατικά σχολικού εκφοβισμού.**

Εάν οι γονείς θέλουν να σταματήσει ο εκφοβισμός, μπορούν να συμβουλέψουν τα παιδιά τους να κάνουν τα εξής:

- ✗ Να αρνηθούν να συμμετέχουν.
- ✗ Να αρνηθούν να παρατηρήσουν.
- ✗ Να αντιδράσουν (π.χ. «Σταμάτα να του φέρεσαι έτσι»).
- ✗ Να αναφέρουν όποιο περιστατικό εκφοβισμού γνωρίζουν.
- ✗ Να υποστηρίξουν το παιδί που δέχεται τον εκφοβισμό, να κάνουν παρέα μαζί του.
- ✗ Να είναι φίλοι με το παιδί που δέχεται τον εκφοβισμό.
- ✗ Να κάνουν προσπάθεια να εντάξουν στην παρέα τους και τα παιδιά που συνήθως μένουν εκτός.



## Συμβουλές για γονείς που τα παιδιά τους εκφοβίζουν άλλα παιδιά

- Εάν εκπαιδευτικοί του παιδιού σας ή κάποιος άλλος σας έχουν πει ότι το παιδί σας εκφοβίζει άλλα παιδιά, θα πρέπει να το λάβετε υπόψη σας πολύ σοβαρά. Τα παιδιά που εκφοβίζουν έχουν συνήθως αρκετές δυσκολίες αργότερα στη ζωή τους.
- Εάν υποψιαστείτε ότι το παιδί σας παίρνει μέρος σε εκφοβισμό άλλου παιδιού, συζητήστε το ζήτημα μαζί του και ενημερώστε το Σχολείο. Το Σχολείο θα χειριστεί το ζήτημα κατάλληλα.
- Μιλήστε με το παιδί σας. Να έχετε υπόψη σας ότι μπορεί να αρνηθεί ή να υποτιμήσει τη σοβαρότητα της συμπεριφοράς του. Είναι λογικό. Μην το κατηγορήσετε, μη ρωτήσετε «γιατί» έγινε κάτι ή γιατί συμπεριφέρθηκε με ένα συγκεκριμένο τρόπο, διότι αυτό μπορεί να οδηγήσει το παιδί στο να μην πει την αλήθεια και να βρει δικαιολογίες. Παραμείνετε ήρεμοι, αλλά ξεκαθαρίστε στο παιδί σας ότι δεν αποδέχεστε τον εκφοβισμό.
- Διαβεβαιώστε το παιδί σας ότι το αγαπάτε. Η συμπεριφορά του είναι αυτή που δεν αποδέχεστε. Πείτε στο παιδί σας ότι θα το βοηθήσετε να αλλάξει αυτή τη συμπεριφορά.
- Μιλήστε ιδιαιτέρως με τον εκπαιδευτικό, τη Διεύθυνση ή/και την ψυχολόγο του τμήματος, όταν δε βρίσκονται άλλοι μαθητές γύρω. Ζητήστε τους να σας κρατάνε ενήμερους.
- Συνεργαστείτε με το Σχολείο για να βοηθήσετε το παιδί σας να αλλάξει συμπεριφορά. Κρατήστε τακτική επαφή με τους εκπαιδευτικούς, τη Διεύθυνση και την ψυχολόγο, έτσι ώστε να είστε ενήμεροι για την εξέλιξη της συμπεριφοράς.
- Μιλήστε με το παιδί σας για το πώς ο εκφοβισμός επηρεάζει το άλλο παιδί.
- Επιβραβεύστε τις προσπάθειες του παιδιού σας για να αλλάξει.



## Υποστήριξη

### ☀ Μαθητές που έχουν δεχτεί εκφοβισμό.

Οι μαθητές που δέχονται ή έχουν δεχτεί εκφοβισμό υποστηρίζονται από τη Διεύθυνση, τους εκπαιδευτικούς και τους ψυχολόγους του Σχολείου. Η συνεργασία με τους γονείς είναι απαραίτητη για τη στήριξη των παιδιών.

### ☀ Μαθητές που εκφοβίζουν

Είναι σημαντικό να υποστηρίζονται και οι μαθητές που εκφοβίζουν. Ένας από τους στόχους του κανονισμού του Σχολείου είναι η εξάλειψη ανάλογων συμπεριφορών. Το Σχολείο βέβαια αναγνωρίζει ότι θα πρέπει να υπάρχουν συνέπειες για τα περιστατικά του σχολικού εκφοβισμού.

## Πρόληψη

☀ Ο σχολικός εκφοβισμός και ειδικά η έκταση του φαινομένου, καθορίζεται από την ταυτότητα και τις αρχές του Σχολείου.

☀ Αρχές όπως η ενσυναίσθηση, η κατανόηση και η ταπεινοφροσύνη μπορεί να κάνουν το «θύτη» να αλλάξει τη στάση του και να συμπεριφερθεί διαφορετικά μέσα στο κοινωνικό πλαίσιο του Σχολείου.

☀ Οι δράσεις και οι στρατηγικές που έχει υιοθετήσει το Σχολείο έχουν σκοπό να επηρεάσουν μακροχρόνια τη συμπεριφορά του θύτη.

☀ Οι στρατηγικές πρέπει, επίσης, να βοηθήσουν τους «παρατηρητές» και τους «σιωπηλούς παρατηρητές» να κατανοήσουν ότι η στάση τους μπορεί να επηρεάσει τα περιστατικά σχολικού εκφοβισμού και τη συχνότητά τους.

☀ Ο κανονισμός του Σχολείου αφορά όλο το σχολείο.

Με τις παρακάτω προληπτικές στρατηγικές και πρωτοβουλίες ελπίζουμε να μπορέσουμε να ενισχύσουμε τη θετική συμπεριφορά και να μειώσουμε τα περιστατικά σχολικού εκφοβισμού:

- Ενημέρωση και ευαισθητοποίηση των μαθητών μέσα από προγράμματα, δράσεις και συζητήσεις.
- Υποστήριξη από το Ψυχοπαιδαγωγικό Τμήμα του Σχολείου. Το Τμήμα υλοποιεί ειδικά προγράμματα πρόληψης σε όλες τις τάξεις του Σχολείου με θέματα όπως: φιλία, διαφορετικότητα, σχέσεις των συνομηλίκων κτλ. Τα προγράμματα είναι σχεδιασμένα και προσαρμοσμένα στις ανάγκες του κάθε τμήματος. Το Ψυχοπαιδαγωγικό Τμήμα έχει συχνή και συνεχή συνεργασία με τη Διεύθυνση και τους εκπαιδευτικούς για τη σωστή αντιμετώπιση ανάλογων περιστατικών και για τη στήριξη των μαθητών και των γονέων.
- Δημιουργία κανονισμού κατά του σχολικού εκφοβισμού.
- Εβδομάδα κατά του Σχολικού Εκφοβισμού με δράσεις σε όλες τις τάξεις του Σχολείου από όλες τις ειδικότητες.
- Πρόγραμμα εκτάκτια-πρωτάκτια για την υποστήριξη των παιδιών της 1<sup>ης</sup> Δημοτικού.



Ομαδική εργασία από το Εργαστήρι Ελεύθερων Δράσεων

Απρίλιος 2012

Επιμέλεια:

Μάγια Αλιβιζάτου, Αυγή Γκόνου – Κανελλοπούλου, Λουκάς Ζάχος,  
Γεωργία Μέγα, Χριστίνα Φωτοπούλου - Ψυλλίδη



## Βιβλιογραφία

- Beane, A. L. (2009). Bullying Prevention for Schools. A step-by-step guide to implementing a successful anti-bullying program. Wiley.
- Bean, A.L. (1999). Bully Free Classroom: Over 100 Tips and Strategies for Teachers K-8. Free Spirit Publishing.
- Jimerson, S.R., Swearer, S. M. & Espelage, D. L. (2010). Handbook of Bullying in Schools. An International Perspective. Routledge, Taylor & Francis.
- Lee, C. (2004). Preventing bullying in schools. A guide for teachers and other professionals. Sage Publications.
- Rigby, K (2008). Children and Bullying. How parents and educators can reduce bullying at school. Blackwell Publishing.
- Smith, P.K., Peplar, D. & Rigby, K. (2004). Bullying in Schools. How successful can interventions be? Cambridge University Press.

### On-Line Journal articles:

- Craig, W. M. & Pepler, D. J. Identifying and targeting risk for involvement in bullying and victimization. The Canadian Journal of Psychiatry, October 2003 (48), 577-582.
- Rigby, K. Consequences of Bullying in Schools. The Canadian Journal of Psychiatry, October 2003 (48), 583-590.
- Smith, P.K., Ananiadou, K. & Cowie, H. Interventions to reduce school bullying. The Canadian Journal of Psychiatry, October 2003 (48), 591-599.

### On-line Papers

- Bullying in Schools in England: A Review of the Current Complaints System and a Discussion of Options for Change. Office of the Children's Commissioner, November 2006.
- Reasonable Expectations? What are the obligations of Local Authorities and Schools in Relation to Bullying? Anti-Bullying Network 2003.

### Reference websites/support agencies:

\* [www.anti-bullyingalliance.org.uk](http://www.anti-bullyingalliance.org.uk)

\* [www.bullying.co.uk](http://www.bullying.co.uk)





Ομαδική εργασία από το Εργαστήρι Ελεύθερων Δράσεων