

**Ο γονιός μπορεί να αντιληφθεί ότι το παιδί είναι θύμα σχολικού εκφοβισμού από τις παρακάτω αντιδράσεις:**

- Το παιδί βρίσκει δικαιολογίες για να μην πάει στο σχολείο.
- Είναι συχνά νευριασμένο, λυπημένο, απομονωμένο, με χαμηλή αυτοεκτίμηση. Κάποιες φορές γίνεται επιθετικό, παράλογο και εκφοβίζει ή θυματοποιεί άλλα παιδιά ή αδέρφια.
- Είναι συναισθηματικά ασταθές.
- Έρχεται συχνά πληγωμένο ή τραυματισμένο, με σχισμένα ρούχα και κατεστραμμένα βιβλία ή προσωπικά αντικείμενα. Συχνά του λείπουν πράγματα.
- Παρουσιάζει αρνητική σχολική επίδοση.
- Συχνά τα προσωπικά του αντικείμενα χάνονται, καταστρέφονται ή γίνονται αντικείμενα κλοπής.
- Φοβάται να χρησιμοποιήσει το κινητό τηλέφωνο ή το ηλεκτρονικό του ταχυδρομείο. Τρομάζει και φέρεται αμήχανα όταν λαμβάνει μήνυμα στο κινητό.
- Αλλάζει διαδρομή πηγαίνοντας στο σχολείο, εκλιπαρεί να το μεταφέρουν με το αμάξι και γενικά φοβάται να περπατήσει μόνο του ως το σχολείο.
- Κλαίει πριν κοιμηθεί και έχει εφιάλτες. Συχνά το πρωί νιώθει άρρωστο και δείχνει άρνηση για να πάει στο σχολείο.
- Έχει ανεξήγητες μελανιές και χτυπήματα.
- Τραυλίζει.
- Χάνει συνέχεια το κολασιό του ή τα χρήματά του και πολλές φορές επιστρέφει στο σπίτι πεινασμένο.
- Αν ερωτηθεί, δίνει απίθανες εξηγήσεις για όλα τα παραπάνω.

**Τι πρέπει να κάνει ο γονιός του παιδιού – θύματος;**

- Αν ο γονιός παρατηρεί ότι το παιδί του φέρει σημάδια θυματοποίησης από άλλα παιδιά και επικοινωνεί αμέσως με το σχολείο. Θα πρέπει να παραθέσει συγκεκριμένα περιστατικά, στον δάσκαλο, στον Διευθυντή ή και στην αρμόδια Διεύθυνση Εκπαίδευσης.
- Δεν υποτιμά τις συνέπειες του εκφοβισμού, πιστεύοντας πιθανώς ότι αποτελεί μέσο σκληραγώγησης του παιδιού του μελλοντικά στην κοινωνία. Ο εκφοβισμός μπορεί να οδηγήσει το παιδί σε απομόνωση και δυστυχία.
- Επιδιώκει διάλογο με το παιδί και αναπτύσσει /καλλιεργεί μια ζεστή και φιλική σχέση μαζί του – από μόνο του μπορεί να μην αναφέρει τίποτα για το θέμα αυτό.
- Καθησυχάζει το παιδί ότι δε φταίει αυτό εάν του επιτέθηκαν και ότι δεν είναι δικό του λάθος.
- Διατηρεί επαφή με το σχολείο, ώστε να βεβαιώνεται ότι δεν υπάρχουν επαναλήψεις των περιστατικών εκφοβισμού.
- Απαιτεί από το σχολείο να ενημερώσει τους γονείς του παιδιού-εκφοβιστή.

- Συμβουλεύει το παιδί να φεύγει μακριά από τους εκφοβιστές του και να μιλάει σε κάποιον ενήλικα για τα περιστατικά βίας σε βάρος του.
- Ζητάει στήριξη από τον τοπικό Συμβουλευτικό Σταθμό Νέων ή άλλες υπηρεσίες ψυχολογικής στήριξης για το παιδί του.
- Επαινεί και ενθαρρύνει το παιδί, το προτρέπει να κάνει νέες φίλιες και προσπαθεί να τονώσει την αυτοπεποίθησή του.
- Αν ο εκφοβισμός δεν αντιμετωπίζεται, ζητάει μετεγγραφή του παιδιού του σε άλλο σχολείο. Μιλάει με το νέο σχολείο και βεβαιώνεται ότι δεν υπάρχουν εκεί εκφοβιστές ή δεν γίνονται ανεκτοί.
- Αν υπάρχει τραυματισμός του παιδιού, μεριμνήστε ώστε το παιδί να λάβει την κατάλληλη φροντίδα, ενώ παράλληλα πρέπει να ενημερωθεί η εισαγγελία ή η αστυνομία με παράλληλη γνωστοποίηση στο σχολείο.

**Ο γονιός μπορεί να αντιληφθεί ότι το παιδί ασκεί σχολικό εκφοβισμό από τις παρακάτω αντιδράσεις:**

- Δείχνει το παιδί θετική ανταπόκριση απέναντι στη βία;
- Είναι το παιδί επιθετικό απέναντι στους ενήλικες, συμπεριλαμβανομένων και των δασκάλων του;
- Το παιδί εκδηλώνει την ανάγκη να κυριαρχεί ή να ελέγχει άλλα άτομα ή καταστάσεις;
- Είναι το παιδί φυσικά ισχυρότερο από τους συνομηλίκους του;
- Μήπως το παιδί σε περίπτωση θυμού είναι εκτός ελέγχου;
- Μήπως το παιδί συχνά ξεπερνάει τα όρια ή παραβαίνει τους κανόνες;
- Είναι το παιδί καλό στο χειρισμό των συγκρούσεων και στην έξοδο από τέτοιες καταστάσεις;
- Δείχνει το παιδί κάποια συμπάθεια προς τα θύματα εκφοβισμού;

**Τι πρέπει να κάνει ο γονιός του παιδιού – θύτη;**

- Ο γονιός σταματάει αμέσως το παιδί μόλις παρατηρήσει επιθετική συμπεριφορά προς άλλα παιδιά.
- Ο γονιός είναι σημαντικό να διδάξει το παιδί καλές πρακτικές, για το πώς να φέρεται ευγενικά στους άλλους και επίσης τρόπους επίλυσης συγκρούσεων που δεν περιλαμβάνουν βία.
- Εξηγεί στο παιδί πως η συμπεριφορά του δεν είναι αποδεκτή και τις συνέπειες που αυτή μπορεί να έχει σε άλλα παιδιά.
- Επικοινωνεί με το σχολείο και συζητάει με τον δάσκαλο για την αντιμετώπιση της επιθετικής συμπεριφοράς του παιδιού του.
- Επαινεί, επιδοκιμάζει και ενθαρρύνει το παιδί σας κάθε φορά που επιδεικνύει συνεργατικές και φιλικές συμπεριφορές προς άλλα παιδιά.
- Δεν επιλέγει επιθετικές συμπεριφορές ως τιμωρία. Μπορεί να προχωρήσει σε αφαίρεση προνομίων.

- Βρίσκει στο παιδί μια δημιουργική και φυσική διέξοδο στα σπορ για να διοχετεύσει εκεί την ενέργειά του.
- Ελέγχει συχνά το παιδί του για να βεβαιωθεί ότι δεν εκδηλώνει πλέον επιθετικές συμπεριφορές.

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

- Παναγιώτης Μάντης, Ψυχολόγος, Χειριστής Γραμμής Eliza 10454
- Αρτινοπούλου, Β. (2009). Βία στην οικογένεια και βία στο σχολείο. Εγκέφαλος, 46(2), Αθήνα: Σύλλογος Εγκέφαλος.
- Daniel, W.W., (1990). Applied nonparametric statistics. PWS-Kent.
- Eron, L. D., Huesmann, L. R., Dubow, E., Romanoff, R., & Yarmel, P. W. (1987). Aggression and its correlates over 22 years. In Childhood aggression and violence (pp. 249-262), Springer US.
- Μπαμπάλης, Θ. (2011β). Παιδιά μονογονεϊκών οικογενειών: Βοηθώντας στη σχολική προσαρμογή τους. Αθήνα: Διάδραση.
- Rigby, K. (2010). Bullying Interventions: Six basic methods. Camberwell: ACER.