



ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ

Σχολικός εκφοβισμός \implies Ονομάζεται αλλιώς ενδοσχολική βία ή θυματοποίηση. Είναι η κατάσταση κατά την οποία οι μαθητές ασκούν σε συμμαθητές τους εσκεμμένη, απρόκλητη, συστηματική και επαναλαμβανόμενη βία και επιθετική συμπεριφορά με σκοπό να τους προκαλέσουν ψυχικό και σωματικό πόνο.

Απλή διαμάχη μεταξύ συμμαθητών	Σχολικός εκφοβισμός
Ισοδυναμία μεταξύ των μαθητών	Ασυμμετρία μεταξύ των μαθητών
Οι εμπλεκόμενοι μπορεί να είναι φίλοι	Οι εμπλεκόμενοι δεν είναι φίλοι
Η αρνητική συμπεριφορά δεν είναι συστηματική	Η αρνητική συμπεριφορά επαναλαμβάνεται συστηματικά
Η σύγκρουση δεν είναι προμελετημένη ούτε υπάρχει κακόβουλη πρόθεση	Ο νταής μεταθέτει την ευθύνη, δεν υπάρχει πραγματική μεταμέλεια
Ακολουθείται από μεταμέλεια και τύψεις	Η πράξη είναι προμελετημένη
Η σχέση μεταξύ των μαθητών αποκαθίσταται	Δεν επιδιώκεται η αποκατάσταση της σχέσης μεταξύ των μαθητών
Και οι δύο εμπλεκόμενοι έχουν ενεργητική συμμετοχή	Μόνο ο ένας εμπλεκόμενος συμμετέχει ενεργά
Οι εμπλεκόμενοι έχουν συνήθως υποστηρικτές	Το θύμα δεν έχει καμιά υποστήριξη
Επιδιώκεται η επίλυση της διαφοράς	Επιδιώκεται η απόκτηση του ελέγχου

ΟΧΙ ΦΟΒΟΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

ΜΟΡΦΕΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Σωματικός / άμεσος

- φυσικός τραυματισμός ή απειλή τραυματισμού προς κάποιον
- σπρωξίματα, σκουντήματα,
- αγκωνιές, γροθιές
- κλοτσιές, τρικλοποδιές
- χτυπήματα με αντικείμενα, τσιμπήματα και δαγκωνιές
- κλοπές, κρύψιμο ή καταστροφή πραγμάτων του άλλου

Λεκτικός

- υβριστικές εκφράσεις & φραστικές επιθέσεις
- προσβολές, & απειλές
- αγενή & ειρωνικά σχόλια
- χρήση παρατσουκλιών

Κοινωνικός / έμμεσος

- κοινωνική απομόνωση ή αγνόηση ατόμου σαν να είναι ανεπιθύμητο
- διάδοση κακόβουλων φημών και ψευδών
- αποκλεισμός από τις ομάδες των συμμαθητών και τις δραστηριότητές τους

Εκβιασμός

- ακούσια απόσπαση χρημάτων ή προσωπικών αντικειμένων, η οποία συνοδεύεται από απειλές ή και τον εξαναγκασμό σε αντικοινωνικές και ανεπιθύμητες συμπεριφορές

Οπτικός

- συμπεριφορές που συνδέονται με την κυκλοφορία μεταξύ των μαθητών σημειωμάτων με κακόηθες ή ταπεινωτικό περιεχόμενο
- ανάρτηση τέτοιων μηνυμάτων σε χώρους του σχολείου, ορατούς στους υπόλοιπους μαθητές (τοίχος, πόρτας, πίνακας), ή ακόμα και πάνω στο θύμα (σημειώματα στην πλάτη, στο θρανίο, στην τσάντα)

Ηλεκτρονικός

- αποστολή απειλητικών μηνυμάτων μέσω e-mail, κινητών τηλεφώνων, κοινωνικών δικτύων
- δημοσίευση και διαμοιρασμός εικόνων και φωτογραφιών χωρίς τη συγκατάθεση του παιδιού:
- «**Happy slapping**»: φωτογραφίες ή βίντεο με περιεχόμενο τη σωματική ή λεκτική βία

Σεξουαλικός

- άσεμνες χειρονομίες και σκίτσα
- αγγίγματα σε διάφορα σημεία του σώματος του παιδιού παρά τη θέλησή του



ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Τόσο οι γονείς όσο και οι εκπαιδευτικοί είναι σημαντικό να παρατηρούν τη συμπεριφορά των παιδιών και τυχόν αλλαγές σε αυτή, καθώς το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού λιγότερο συχνά αφήνει σωματικά σημάδια. Οι βασικές ενδείξεις πως ένα παιδί είναι θύμα εκφοβισμού είναι:

Μειωμένη διάθεση ή εναλλαγές διάθεσης

Αδικαιολόγητες απουσίες - Σχολική άρνηση

Πτώση της σχολικής επίδοσης

Παράπονα για σωματικές ενοχλήσεις - Ανήσυχος ύπνος

Ευερεθιστότητα / Επιθετικότητα

Απροθυμία συμμετοχής σε σχολικές εκδηλώσεις και δραστηριότητες

Άγχος

Αδιαφορία - Παραίτηση από προσωπικά ενδιαφέροντα / δραστηριότητες

Εκδήλωση συμπεριφορών που αντιστοιχούν σε μικρότερη ηλικία (π.χ. πιπίλισμα δαχτύλου, νυχτερινή ενούρηση)

Φθαρμένα ρούχα, σπασμένα αντικείμενα, ή απώλεια χρημάτων

ΟΧΙ ΦΟΒΟΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Ο ρόλος των γονέων τόσο στην αιτιογένεση όσο και στην πρόληψη και αντιμετώπιση του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού είναι καθοριστικός. Είναι σημαντικό να θυμόμαστε πάντα πως οι ενήλικες, πόσο μάλλον οι γονείς, λειτουργούν ως πρότυπο ιδιαίτερα για τα μικρά παιδιά και πως μιμούνται κάθε μας συμπεριφορά, είτε καλή είτε ανεπιθύμητη.



ΟΧΙ ΦΟΒΟΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

Καλλιεργήστε την επικοινωνία με το παιδί σας

Παρακολουθήστε την συμπεριφορά του τηρώντας ένα καθημερινό ημερολόγιο καταγραφής των αντιδράσεων του ή της πιθανής αλλαγήςσυνηθειών του

Υποστηρίξτε θετικές κοινωνικές εμπειρίες που τυχόν προκύπτουν από το φιλικό ή το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον ή ως πληροφόρησης από ταμέσα μαζικής ενημέρωσης

Προωθήστε δείγματα υπεύθυνης συμπεριφοράς διαδικτυακά

Μιλήστε και συζητήστε σχετικά με το εκφοβισμό

Γίνετε πρότυπο συμπεριφοράς

Εμπλακείτε στις δραστηριότητες του σχολείου

Συζητήστε με το παιδί σας ότι δεν πρέπει να κατηγορεί τον εαυτό του /της για οτιδήποτε του συμβαίνει και ότι το αγαπάτε γι αυτό που είναι.

Καθησυχάστε το παιδί σας , επιβεβαιώνοντας του ότι οι ενήλικες του σχολείου του/της ή των εξωσχολικών δραστηριοτήτων του είναι ενήμεροι για την παρενόχληση και ότι κάνουν οτιδήποτε είναι απαραίτητο για να την σταματήσουν

Βοηθήστε το παιδί σας να αναγνωρίσει 2-3 άτομα από το προσωπικό του σχολείου τα οποία γνωρίζει και με τα οποία μπορεί να επικοινωνήσει σε περίπτωση που το χρειάζεται.

Συζητήστε με το παιδί σας για τα βήματα που πρέπει να κάνει, για να προστατεύει τον εαυτό του /της και συναισθηματικά και σωματικά

Ενθαρρύνετε το παιδί σας να πάρει μέρος σε εξωσχολικές δραστηριότητες που ενισχύουν τα δυνατά του /της σημεία και κάντε το να αισθάνεται ασφαλές, σημαντικό και αποδεκτό

Προσπαθήστε να κάνετε καθετί δυνατό ώστε να έρθει το παιδί σας σε επικοινωνία με παιδιά ή ενήλικες που έχουν θετική στάση ζωής, με τους οποίους το παιδί σας έχει σχέση.

ΟΧΙ ΦΟΒΟΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΣΧΟΛΕΙΟΥ – ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Επικοινωνήστε με το σχολείο και ζητήστε ένα ραντεβού για να συζητήσετε το θέμα

Ενημερώστε τον δάσκαλο της τάξης όπου ανήκει το παιδί σας και στη συνέχεια το Διευθυντή /ντρια του σχολείου

Ζητήστε από το σχολείο ένα αντίγραφο του Σχολικού Κανονισμού ή οδηγιών του σχολείου για περιπτώσεις εκφοβισμού (εάν υπάρχει)

Διατηρήστε τακτική επικοινωνία με τον Δ/ντη και τους Εκπαιδευτικούς προκειμένου να είναι σταθερή η παρακολούθηση της εξέλιξης των γεγονότων

Αποφύγετε να απευθυνθείτε άμεσα σε κάποιο συγκεκριμένο μαθητή ή στην οικογένεια του

Ζητήστε την ενημέρωση και την συνεργασία του Σχολικού Συμβούλου ή της ΕΔΕΑΥ με την οποία συνεργάζεται το σχολείο



Αρετή Προκοπίου
Συμβουλευτική Ψυχολόγος, MSc

Γεωργία Μαυραειδοπούλου
Κοινωνική Λειτουργός



ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ – ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗΣ

- <https://www.youtube.com/watch?v=1Dxr-WXQbbE>
- <https://www.youtube.com/watch?v=YyDJafzuUK4>
- <https://www.youtube.com/watch?v=sAAUCGUEVN4>
- <https://www.youtube.com/watch?v=trRRrVeTIWw&t=30s>
- <https://www.youtube.com/watch?v=PI3EBPQHcCg>
- <https://www.youtube.com/watch?v= UIO4Qyc7JU>
- <https://www.youtube.com/watch?v=J4IiplYZKYA>
- https://www.youtube.com/watch?v=kt_ iyTQZriQ