

ΓΟΝΕΙΣ ΠΑΙΔΙΟΥ ΠΟΥ ΔΕΧΕΤΑΙ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ

- Διαχειριστείτε με ψυχραιμία τις πληροφορίες που σας δίνει το παιδί
- Ακούστε το παιδί σας όντας ενθαρρυντικοί
- Προσπαθήστε να μάθετε όσα περισσότερα γίνεται, χωρίς ωστόσο να πιέζετε το παιδί να μιλήσει
- Ενημερωθείτε για τον εκφοβισμό και για τις διαφορές του με την σύγκρουση ή/και την παρενόχληση
- Ενημερώστε άμεσα το σχολείο και τον/την δασκάλα του/της και πάρτε πληροφορίες
- Προγραμματίστε ένα πλάνο δράσης με τον/την εκπαιδευτικό
- Ενισχύστε την αυτοπεποίθηση του παιδιού σας με τακτική και ξεκάθαρη επιβράβευση
- Συζητήστε μαζί του/της σενάρια αντίδρασης
- Ενισχύστε τις εξωσχολικές και ομαδικές δραστηριότητες, εφόσον φυσικά συμφωνεί ο ίδιος/η ίδια, για να μπορέσει να ανοίξει τον κοινωνικό του περίγυρο
- Μην είστε επικριτικοί και μην του αποδίδετε ταμπέλες όπως «ευαίσθητος», «αδύναμος», «παθητικός»
- Μείνετε κοντά στο παιδί και συναποφασίστε
- Ενισχύστε το παιδί να μιλάει και να μην είναι παρατηρητής τέτοιων περιστατικών

ΓΟΝΕΙΣ ΠΑΙΔΙΟΥ ΠΟΥ ΕΚΦΟΒΙΖΕΙ

- Παραμείνετε ψύχραιμοι
- Ενημερωθείτε για τον εκφοβισμό, για τις μορφές και τις συνέπειες του
- Κάντε ξεκάθαρο στο παιδί ποιες συμπεριφορές είναι αποδεκτές και ποιες όχι
- Μην χρησιμοποιείτε σωματική τιμωρία
- Ακούστε το παιδί και τα συναισθήματά του
- Βάλτε όρια στις αντιδράσεις του και ορίστε τιμωρίες, στις οποίες θα είστε συνεπείς
- Συζητήστε με το παιδί την σημασία της ενσυναίσθησης
- Ενημερωθείτε από τον/την εκπαιδευτικό και συνεργαστείτε για ένα κοινό πρόγραμμα παρέμβασης
- Αν απαιτείται, ζητήστε βοήθεια και καθοδήγηση από ειδικούς ψυχικής υγείας

Τι να κάνει ο γονιός για να μην είναι το παιδί παρατηρητής/τρια φαινομένων εκφοβισμού

- Ενημερωθείτε για το φαινόμενο του εκφοβισμού και συζητήστε το μαζί του/της
- Ακούστε την γνώμη του παιδιού σας και μοιραστείτε τις σκέψεις του/της
- Αφηγηθείτε μια ιστορία εκφοβισμού και συζητήστε μαζί του πως θα αντιδρούσε
- Ενισχύστε την ενσυναίσθησή του/της καλώντας τον/την να συζητήσει τα συναισθήματά του παιδιού που μπορεί να εκφοβίζεται
- Συζητήστε μαζί του/της για την έννοια της ηθικής, του σεβασμού και της διαφορετικότητας και πως αυτά υπάρχουν στην φιλία, στην κοινωνία και στις διαπροσωπικές σχέσεις

- Επισημαίνετε την σημασία του να προσφέρεις, να προστατεύεις και να διεκδικείς τα δικαιώματά σου
- Ενημερώστε τον/την για το τι πρέπει να κάνει εάν παρατηρήσει συμπεριφορές εκφοβισμού προς συμμαθητή/τρια του (ΔΕΝ ΓΕΛΑΜΕ, ΔΕΝ ΑΔΙΑΦΟΡΟΥΜΕ, ΠΑΡΕΜΒΑΙΝΟΥΜΕ ΧΩΡΙΣ ΒΙΑ, ΕΝΗΜΕΡΩΝΟΥΜΕ ΤΟΝ/ΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ, ΕΝΗΜΕΡΩΝΟΥΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΜΑΣ, ΔΕΝ ΕΧΟΥΜΕ ΜΥΣΤΙΚΑ ΠΟΥ ΜΑΣ ΚΑΝΟΥΝ ΝΑ ΦΟΒΟΜΑΣΤΕ, ΝΑ ΣΤΕΝΑΧΩΡΙΟΜΑΣΤΕ ΚΑΙ ΝΑ ΜΗΝ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΚΟΙΜΗΘΟΥΜΕ ΤΑ ΒΡΑΔΙΑ)