

**Σχολικός εκφοβισμός (Bullying): τι χρειάζεται να γνωρίζουν εκπαιδευτικοί και μαθητές.**

Αικατερίνη Παπανικολάου

Κοινωνική Λειτουργός

ΜΑ Ειδική Παιδαγωγός

ΜSc Περιβάλλον και Υγεία Ιατρική Σχολή Αθηνών



## Ο σκοπός της σημερινής μας δράσης....

Να εστιάσουμε στον σχολικό εκφοβισμό και να ενθαρρύνουμε όλους τους μαθητές μας, τους εκπαιδευτικούς και τους γονείς να παραμένουν σε δράση κατά του εκφοβισμού καθ' όλη τη διάρκεια του έτους.

- Το θέμα της Εβδομάδας Καταπολέμησης του Σχολικού Εκφοβισμού φέτος είναι «Προσέγγιση» ξεκινάμε προσεγγίζοντας.

1.Ρωτήστε αν κάποιος είναι καλά. Πες ότι λυπάσαι. Απλώς πες γεια

2. Σε έναν κόσμο που μερικές φορές μπορεί να νιώθεις σαν να είναι γεμάτος αρνητικότητα, απλώστε το χέρι σας για να δώσετε μια στιγμή ελπίδας.

3. Είτε είναι στο σχολείο, στο σπίτι, στην κοινότητα ή στο διαδίκτυο, ας δείξουμε ο ένας στον άλλο την υποστήριξη που χρειαζόμαστε ως κοινωνία.

4. Απευθυνθείτε σε κάποιον που εμπιστεύεστε εάν χρειάζεται να μιλήσετε. Απευθυνθείτε σε κάποιον που γνωρίζετε ότι δέχεται εκφοβισμό. Προσεγγίστε και σκεφτείτε μια νέα προσέγγιση.

5. Θέλει θάρρος, αλλά μπορεί να γίνει αλλαγή. Λοιπόν, αυτή την Εβδομάδα κατά του εκφοβισμού, ας ενωθούμε και ας προσπαθήσουμε να σταματήσουμε το φαινόμενο αυτό.

# Τί είναι σχολικός εκφοβισμός....

- Η σωματική βία μπορεί να κυμαίνεται από το σπρώξιμο και το τσίμπημα, το δάγκωμα κ.α αντίστοιχες συμπεριφορές. Συχνά είναι πιο αντιληπτή σε άλλους ανθρώπους, καθώς μπορεί να αφήσει μώλωπες ή ορατή ζημιά και να καταλάβουμε τι συμβαίνει.
- Λεκτική βία σημαίνει να φωνάζεις σε κάποιον, να λες άσχημα πράγματα σε κάποιον ή να τον απειλεί . Μπορεί να γίνει κρυφά και δεν αφήνει ορατά σημάδια. Ωστόσο, βλάπτει συναισθηματικά τους ανθρώπους και είναι πολύ επιβλαβές.



# Έμμεσος Εκφοβισμός

Ο σωματικός εκφοβισμός (όπως το χτύπημα ή η κλωτσιά) και η λεκτική κακοποίηση (όπως το να λέμε χαρακτηρισμούς ή να κοροϊδεύουμε κάποιον) είναι συχνά πιο εμφανείς.

❖ Τι πιστεύετε ότι είναι ο έμμεσος εκφοβισμός;

1. Το να μένεις έξω από ομάδες ή παιχνίδια
2. Το κουτσομπολιό για τους ανθρώπους
3. Μιλώντας για κάποιον πίσω από την πλάτη του



Θυμηθείτε, αυτά είναι σχολικός εκφοβισμός μόνο εάν συμβαίνουν συχνά και επαναλαμβανόμενα.

Μπορεί να μην είστε εσείς που τον δέχεστε , αλλά αν γνωρίζετε ότι συμβαίνει σε κάποιον τι μπορείτε να κάνετε;

# Τι μπορούμε να κάνουμε?

Μερικές φορές είναι πολύ δύσκολο να παρέμβεις αν ξέρεις ότι κάποιος υφίσταται εκφοβισμό. Γιατί νομίζετε ότι συμβαίνει αυτό;

Φόβος μήπως εκφοβιστείς ο ίδιος

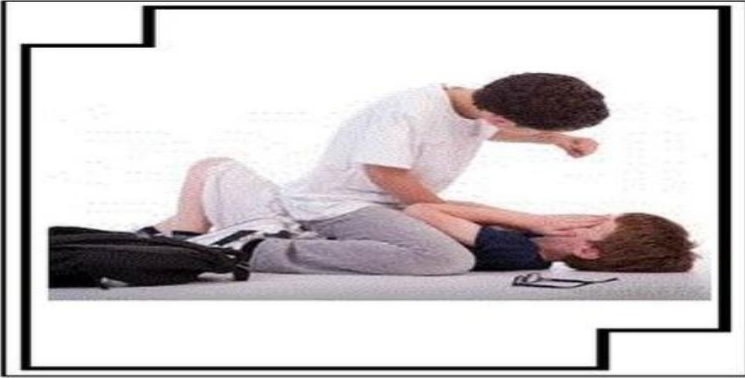
Φοβάστε ότι θα μπείτε σε μελάδες

Φόβος για σωματικούς τραυματισμούς

Φοβάστε ότι θα φέρετε σε μελάδες κάποιον

με τον οποίο είστε φίλοι





# Σοβαρή ενόχληση



Ζητώ βοήθεια όταν...



Κάποιος με κτυπά  
με δύναμη.



Κάποιος με βρίζει  
με λόγια ή  
χειρονομίες.



Κάποιος με  
εκφοβίζει.



Κάποιος  
κινδυνεύει.



# Τι μπορούμε να κάνουμε?

- Πείτε σε κάποιον που εμπιστεύεστε – στον πατέρα τη μητέρα σας, στην κοινωνική λειτουργό του σχολείου σας, στην ψυχολόγο σας, στον καθηγητή ή την καθηγήτρια σας. στον διευθυντή του σχολείου σας, σε μεγαλύτερο συγγενή σας το πρόβλημα που σας απασχολεί.
- Συχνά, κάποιος που δέχεται εκφοβισμό νιώθει πολύ μόνος, λυπημένος και φοβισμένος. Το να τους χαμογελάτε, να τους μιλάτε ή να τους συμπεριλαμβάνετε σε κάτι που κάνετε μπορεί να σημαίνει πολλά για αυτούς!





# Κυβερνοεκφοβισμός

Τι είναι διαδικτυακός εκφοβισμός;

Με ποιους τρόπους πιστεύετε ότι μπορεί να συμβεί ο διαδικτυακός εκφοβισμός;



Λήψη  
δυσάρεστων  
ή  
ακατάλληλων  
email

Άσχημα  
σχόλια στα  
social  
media

Κάποιος που  
δεν γνωρίζετε  
στο Διαδίκτυο  
ζητά να σας  
συναντήσει

τηλεφωνήμ  
ατα φάρσα

Λήψη  
δυσάρεστου ή  
ακατάλληλου  
μηνύματος  
κειμένου

**Δείτε αυτό το σενάριο. Στις ομάδες σας μπορείτε να βρείτε μια λύση στο πρόβλημα;**

Έχετε ακούσει δυσάρεστες φήμες για κάποιον στην τάξη σας και έχετε ανακαλύψει ποιος τις διαδίδει. Αυτό είναι άμεσος ή έμμεσος εκφοβισμός και τι θα μπορούσατε να κάνετε για αυτό;



# Ανατροφοδότηση

- Τι μάθατε σήμερα που θα σας βοηθήσει να προφυλαχθείτε από τον εκφοβισμό;
- Πιστεύετε ότι θα ξέρετε τι να κάνετε και σε ποιον να μιλήσετε εάν εσείς ή κάποιος που γνωρίζετε δεχτεί εκφοβισμό με οποιονδήποτε τρόπο;

# Σκοπός

- Για να σκεφτείτε τι είναι ο εκφοβισμός και πώς να βοηθήσετε τον εαυτό σας ή άλλους που υφίστανται εκφοβισμό.
- Για να κατανοήσουμε τι είναι η Εβδομάδα κατά του εκφοβισμού και οι στόχοι και τα αποτελέσματά της.



ΛΕΞΕΙΣ ΠΟΥ  
ΠΟΝΟΥΝ



ΛΕΞΕΙΣ ΠΟΥ  
ΘΕΡΑΠΕΥΟΥΝ



ΛΕΞΕΙΣ ΠΟΥ  
ΧΑΜΟΓΕΛΟΥΝ