

STOP ΣΤΗΝ ΕΝΔΟΣΧΟΛΙΚΗ ΒΙΑ

6η Μαρτίου έχει καθιερωθεί ως
Πανελλήνια Σχολική Ημέρα κατά της
Βίας στο σχολείο

Μίλα, μη φοβάσαι!

Ότι και αν περνάς,
είμαστε δίπλα σου



Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας Του
Παιδιού Και Του Εφήβου
Η Ε.Ψ.Υ.Π.Ε είναι μέλος του "Δικτύου
κατά της βίας στο Σχολείο"

Μίλησε τώρα στο
116-111

Μίλα, μη φοβάσαι!

**Ο ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ ΚΑΙ Η ΒΙΑ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ
ΔΕΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΝΤΑΙ ΧΩΡΙΣ ΤΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΟΥ**

Τί είναι ο εκφοβισμός;

- Ο σχολικός εκφοβισμός συμβαίνει όταν κάποιος μαθητής ή μαθήτρια χρησιμοποιεί επανειλημμένα τη δύναμη του/της, για να προκαλέσει σωματικό η ψυχικό πόνο σε κάποιο άλλο παιδί.
- Μιλάμε για σχολικό εκφοβισμό, όταν ένα παιδί στο σχολείο...
 - σπρώχνει ξανά και ξανά και χτυπάει...
 - μιλάει άσχημα ή διώχνει από την παρέα και τα αθλητικά παιχνίδια...
 - κοροϊδεύει ή απειλεί...
 - παίρνει ή χαλάει πράγματα που ανήκουν σε...
 - διαδίδει άσχημες φήμες και βρίζει μέσω κινητού τηλεφώνου ή internet...
 - απομονώνει επειδή είναι «διαφορετικό»..... κάποιο άλλο παιδί.
- Όλα τα παραπάνω είναι μορφές εκφοβισμού και βίας που συμβαίνουν ανάμεσα σε μαθητές της ίδιας τάξης ή διαφορετικών τάξεων, μέσα και έξω από το σχολείο.

- Έχεις πέσει θύμα εκφοβισμού και βίας στο σχολείο;
- Έχεις δει συμμαθητές σου να εκφοβίζουν;
Πως έγινε;
Ποιές ήταν οι σκέψεις σου;
Ποιά ήταν τα συναισθήματα σου;

Πώς να αντιδράσω όταν βλέπω περιστατικά εκφοβισμού;

- Διαχώρισε τη θέση σου και δείξε ότι διαφωνείς με αυτό που συμβαίνει.
- Μην μένεις ουδέτερος παρατηρητής όταν βλέπεις κάποιο συμμαθητή σου να δέχεται εκφοβιστικές συμπεριφορές.
- Υποστήριξε το μαθητή που εκφοβίζεται.
- Μίλησε σε έναν ενήλικα που εμπιστεύεσαι.

Τί μπορώ να κάνω σαν παρατηρητής του εκφοβισμού;

- Βάλε τον εαυτό σου στη δική τους θέση.
- Σκέψου πως μπορεί να αισθάνονται.
- Ρώτησε τους να σου πουν τι νιώθουν.
- Απέτρεψε τους φίλους σου να εκφοβίζουν άλλους μαθητές
- Παρόλο που δεν μπορείς να αλλάξεις ότι έχει συμβεί, μπορείς να αλλάξεις τη συμπεριφορά σου από εδώ και πέρα.
- Ζήτησε Βοήθεια.

Τι να κάνω όταν με εκφοβίζουν;

- Μην κατηγορείς τον εαυτό σου
- Όποτε κρίνεις ότι χρειάζεται μπορείς και έχεις το δικαίωμα να ζητήσεις βοήθεια.
- Το πρώτο ζητούμενο είναι πάντα η προσωπική σου ασφάλεια.
- Πες στους μαθητές που προσπαθούν να σε εκφοβίσουν να σταματήσουν.
- Απομακρύνσου από το χώρο που εκδηλώνεται η εκφοβιστική συμπεριφορά.
- Μίλησε σε έναν ενήλικα που εμπιστεύεσαι.
- Βρες ένα ασφαλές μέρος.
- Μείνε μαζί με άλλα παιδιά και συμμαθητές σου που εμπιστεύεσαι.
- Βρες ευκαιρίες για να κάνεις καινούργιους φίλους.

Οτι και αν περνάς είμαστε δίπλα σου τηλ.: 116 111

- Γραμμή Στήριξης του παιδιού και του εφήβου 116 111
- απευθύνεται σε παιδιά και εφήβους μέχρι 18 ετών
- που έχουν ανάγκη υποστήριξης, συμβουλής και βοήθειας στα θέματα που τους απασχολούν
- Οι κλήσεις πραγματοποιούνται από σταθερό και κινητό τηλέφωνο δωρεάν. Οι ημέρες και ώρες λειτουργίας είναι: Δευτέρα έως Παρασκευή 14:00 μ.μ. – 20:30 μ.μ.

Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου
Δ/νση: Αγίου Ιωάννου Θεολόγου 19, 155 61 Χολαργός
Τηλ: 210 6546524, τηλ/fax: 210 6522396

Περισσότερα για να ζητήσεις Βοήθεια

- <http://www.antibullying.gr/el/efhvoi/zhthse-vohtheia.html>

Δείτε την Ταινία
«Οι ρόλοι στον σχολικό εκφοβισμό»

<https://www.youtube.com/watch?v=EBEenHZEb74>

Δείτε επίσης το video για το bullying που κάνει το γύρο του κόσμου - Όσο το μοιράζεσαι μικραίνει ..

Το όνομα της καμπάνιας είναι «**Share it to end it**», δηλαδή
«Μοιράσου το για να το σταματήσεις»

<http://stop-bullying.sch.gr/archives/762>