

Πρόγραμμα «Bullying-Free :  
Προώθηση ενός δημοκρατικού σχολείου χωρίς σχολική βία.»



## ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΕΝΑΝΤΙΑ ΣΤΟΝ ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ

### Τίτλος Έργου:

*Bullying – Free : Προώθηση ενός δημοκρατικού σχολείου χωρίς σχολική βία*

### Ιστοσελίδα Έργου:

<http://www.kean.gr/web/bullying-free/home>

### Φορέας Υλοποίησης του Έργου:

ΚΕΑΝ – Κύτταρο Εναλλακτικών Αναζητήσεων Νέων  
Πατρόκλου 57 & Πριάμου  
Τ.Κ. 131 22, Ίλιον - Αθήνα, Ελλάδα  
Τ: 210 26 92 880  
Fax: 210 26 92 881  
[info@kean.gr](mailto:info@kean.gr)  
[www.kean.gr](http://www.kean.gr)

Το έργο χρηματοδοτείται από την Ισλανδία, το Λιχτενστάιν και τη Νορβηγία, στο πλαίσιο του Προγράμματος «**Είμαστε όλοι Πολίτες**», το οποίο είναι μέρος του συνολικού Χρηματοδοτικού Μηχανισμού του ΕΟΧ για την Ελλάδα, γνωστού ως **EEA Grants**. Διαχειριστής Επιχορήγησης του Προγράμματος είναι το **Ίδρυμα Μποδοσάκη**. Στόχος του Προγράμματος είναι η ενδυνάμωση της κοινωνίας των πολιτών στη χώρα μας και η ενίσχυση της κοινωνικής δικαιοσύνης, της δημοκρατίας και της βιώσιμης ανάπτυξης.



Το παρόν εγχειρίδιο εκπονήθηκε από το ΚΕΑΝ-Κύτταρο Εναλλακτικών Αναζητήσεων Νέων, στο πλαίσιο του έργου «Bullying - Free : Προώθηση ενός δημοκρατικού σχολείου χωρίς σχολική βία», με στόχο την ευρύτερη χρήση του από σχολεία μετά το πέρας του προγράμματος.

## ΤΟ ΈΡΓΟ

Το έργο «Bullying - Free : Προώθηση ενός δημοκρατικού σχολείου χωρίς σχολική βία» επιδιώκει να δράσει συμπληρωματικά στις εθνικές και ευρωπαϊκές πρωτοβουλίες ενάντια στη σχολική βία και τον εκφοβισμό και να μεταφέρει τις καλές πρακτικές σε τοπικό επίπεδο ώστε να συμβάλλει θετικά στην αντιμετώπιση του φαινομένου τόσο εντός όσο και εκτός του σχολείου. Παράλληλα μέσα από τις δράσεις του στοχεύει στην ανάπτυξη ενός υποστηρικτικού δικτύου, το οποίο θα συνεχίσει να λειτουργεί και μετά την ολοκλήρωση του έργου.

Ειδικότερα, ένας από τους πιο σημαντικούς στόχους του έργου, δεν είναι μόνο η βαθύτερη κατανόηση της έννοιας του σχολικού εκφοβισμού αλλά και η προώθηση ενός σχολείου το οποίο διακατέχεται και εμπνέεται από αξίες όπως η δημοκρατία, η ισότητα, η ομαδικότητα και ο σεβασμός στην διαφορετικότητα.

Το έργο αποσκοπεί στην εξάλειψη όλων των ειδών διακρίσεων και των φαινομένων ρατσισμού και ξενοφοβίας, μέσα από την προώθηση ευαισθητοποίησης για τα ανθρώπινα δικαιώματα.

Ομάδες στόχου του έργου είναι μαθητές, εκπαιδευτικοί και γονείς σχολείων Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης της Περιφέρειας Αττικής, οι οποίοι θα καθοδηγηθούν στην σωστή εφαρμογή τρόπων πρόληψης και αντιμετώπισης του φαινομένου του εκφοβισμού με βασικό γνώμονα την προώθηση της μη βίαιης επικοινωνίας.

Αθήνα, Ιανουάριος 2016

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

<b>1. ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ</b> .....	4
1.1 Ας δούμε μερικούς ορισμούς του όρου ‘Σχολικός Εκφοβισμός’ .....	4
1.2 Οι μορφές του Σχολικού Εκφοβισμού.....	6
1.3 Το παιδί που βιώνει εκφοβισμό.....	7
1.4 Το παιδί που εκφοβίζει.....	8
1.5 Το παιδί που παρατηρεί .....	9
<b>2. ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ</b> .....	10
2.1 Σε επίπεδο σχολείου.....	11
2.2 Σε επίπεδο τάξης.....	13
2.3 Είσαι γονέας ; .....	14
2.4 Είσαι γονέας του παιδιού που εκφοβίζει ; .....	14
2.5 Είσαι γονέας του παιδιού που εκφοβίζεται ; .....	15
2.6 Σε εκφοβίζουν; .....	16
2.7 Εκφοβίζεις άλλα παιδιά; .....	16
2.8 Εάν δεις κάποιο άλλο παιδί να εκφοβίζεται .....	17
<b>3. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΟΕΚΥΨΑΝ ΑΠΟ ΤΑ ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ</b> .....	17
<b>4. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΟΕΚΥΨΑΝ ΑΠΟ ΤΑ ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΤΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ</b> .....	19
<b>5. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΟΕΚΥΨΑΝ ΑΠΟ ΤΑ ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ</b> .....	20
<b>6. ΠΑΡΑΠΟΜΠΕΣ &amp; ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ</b> .....	21

## 1. ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ

Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού, ή αλλιώς το φαινόμενο του “Bullying”, όπως συνηθίζουν να το αποκαλούν οι περισσότεροι, μελετήθηκε για πρώτη φορά το 1978 στη Νορβηγία, από τον Dan Olweus, ο οποίος είναι Νορβηγός ερευνητής, καθηγητής ψυχολογίας και συχνά θεωρείται ο «πρωτοπόρος» στην έρευνα αναφορικά με το φαινόμενο του εκφοβισμού. Ο Dan Olweus για περίπου 40 χρόνια έχει εμπλακεί στην έρευνα και σε εργασίες παρέμβασης αναφορικά με την εκδήλωση εκφοβιστικής συμπεριφοράς μεταξύ μαθητών και νέων.

### 1.1. Ας δούμε μερικούς ορισμούς του όρου ‘Σχολικός Εκφοβισμός’

Στην προσπάθεια να ερμηνευθεί και να κατανοηθεί το φαινόμενο αυτό έχουν διατυπωθεί αρκετοί ορισμοί και αυτό γιατί κάθε πολιτισμός διαφέρει και κάθε χώρα ή περιβάλλον διακρίνεται από διαφορετικές πολιτικές και κοινωνικές συνθήκες.

Ο **σχολικός εκφοβισμός** (school bullying) είναι ένα φαινόμενο νεανικής παραβατικότητας, που εμφανίζεται σε πολλές χώρες του κόσμου και αναφέρεται στη χρήση βίας μεταξύ μαθητών ή συνομηλίκων παιδιών με στόχο να προκληθεί πόνος ή αναστάτωση.

Σύμφωνα με τον Olweus (1993), ο σχολικός εκφοβισμός ορίζεται ως η εσκεμμένη επιθετική συμπεριφορά, απρόκλητη και επαναλαμβανόμενη από ένα πρόσωπο ή ομάδα ατόμων. Αποτελεί κατάχρηση εξουσίας και εμπεριέχει ανισότητα στη δύναμη - αντικειμενική ή αντιληπτή. Περιλαμβάνει πειράγματα, χτυπήματα, απειλές, προσβολές, αγνόηση και αποκλεισμό. Εν ολίγοις, κατευθύνεται προς εκείνα τα θύματα που εκλαμβάνονται από τους θύτες ως αδύναμα σωματικά ή ψυχολογικά. Ο Olweus πραγματοποιεί έναν διαχωρισμό ανάμεσα στο ‘bullying’ και το ‘πείραγμα’ στα πλαίσια του παιχνιδιού. Το ‘πείραγμα’ συνήθως συμβαίνει μεταξύ φίλων όμως δεν περιλαμβάνει την πρόκληση σωματικού πόνου των άλλων. Από την άλλη μεριά, ο σχολικός εκφοβισμός συμβαίνει ανάμεσα σε παιδιά τα οποία δεν είναι φίλοι. Η χαρακτηριστική ανισορροπία δύναμης που υφίσταται οφείλεται στο γεγονός ότι ένα παιδί τυχαίνει να είναι πιο μεγαλόσωμο ή δημοφιλέστερο ή ακόμη στο ότι μπορεί κάποια παιδιά να συνωμοτούν εναντίον κάποιου άλλου.



Βέβαια το 'πείραγμα' μπορεί εύκολα να μετατραπεί σε εκφοβισμό αν συμβαίνει για πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα και όταν το παιδί αισθανθεί ότι οι πράξεις των άλλων δεν διέπονται από αστεία διάθεση και δεν γίνονται μέσα στα όρια του παιχνιδιού.

Οι έννοιες σχολικός εκφοβισμός και βία μπορούν να ερμηνευθούν ως μορφές κακοποίησης και ως 'αντικοινωνικές συμπεριφορές' που εκδηλώνονται στον χώρο του σχολείου (Dawkins, 1995).

Ο Άγγλος εγκληματολόγος Farrington απέδωσε έναν ιδιαίτερα πειστικό ορισμό το 1993 όπου σχολικός εκφοβισμός ορίζεται η επαναλαμβανόμενη καταπίεση, ψυχολογική ή σωματική, που ασκούν οι ισχυροί επάνω στους λιγότερο ισχυρούς, χωρίς καμία αιτιολόγηση.

Αυτό βέβαια αναφέρεται σε εκφοβισμό που πραγματοποιείται από μεμονωμένα πρόσωπα, αλλά θα πρέπει να έχουμε κατά νου ότι πραγματοποιείται συχνά και από ομάδες. Έτσι ο αναθεωρημένος ορισμός που δίνει καθορίζει τον σχολικό εκφοβισμό ως επαναλαμβανόμενη καταπίεση, ψυχολογική ή σωματική, που ασκείται επάνω σε ένα λιγότερο ισχυρό άτομο από ένα πιο ισχυρό άτομο ή από μια ομάδα ατόμων.

Προκειμένου να μιλήσουμε όμως για σχολικό εκφοβισμό κρίνεται αναγκαία η συνύπαρξη συγκεκριμένων στοιχείων, τα οποία συνιστούν τα κύρια χαρακτηριστικά του σχολικού εκφοβισμού :

- Πρόθεση από το παιδί-δράστη να βλάψει το παιδί – στόχο – θύμα
- Επαναλαμβανόμενος χαρακτήρας και διάρκεια της επιθετικής αυτής συμπεριφοράς
- Ανισορροπία δύναμης ή εξουσίας
- Μπορεί να προκληθεί από ένα άτομο ή από ομάδα ατόμων. Δεν είναι πάντα μια υπόθεση που έχει δυαδικό χαρακτήρα!

Ένα άτομο ●————→ Ένα άτομο

Ένα άτομο ●————→ Μία ομάδα ατόμων

Μία ομάδα ατόμων ●————→ Ένα άτομο

Μία ομάδα ατόμων ●————→ Μία ομάδα ατόμων

Μία συμπεριφορά δεν μπορεί να χαρακτηριστεί ως « βίαηη » και να συνιστά εκφοβισμό όταν οριοθετείται μέσα σ' ένα κοινό σύστημα νοήματος που δημιουργούν οι ίδιοι μαθητές και οι συνομήλικοι, οι οποίοι ταυτόχρονα ορίζουν αν μία πράξη είναι αποδεκτή ή όχι. Έτσι εκφοβισμός δεν είναι :

- Όταν τα συμμετέχοντα μέρη είναι ίσης δύναμης και όχι άνισης. Τότε μιλάμε για σύγκρουση και όχι για εκφοβιστική συμπεριφορά.
- Όταν τα συμμετέχοντα μέρη είναι ίσης δύναμης και έχουν όμοια συναισθηματική αντίδραση, σε αντίθεση με τον εκφοβισμό όπου το παιδί-στόχος φοβάται και αδυνατεί να υπερασπιστεί τον εαυτό του.
- Όταν τα συμμετέχοντα μέρη ανταλλάσσουν πειράγματα και αστεία.

## 1.2 Οι μορφές του Σχολικού Εκφοβισμού

Η χρήση βίας μπορεί να λάβει ποικίλες μορφές καθώς και να εκδηλωθεί με διάφορους τρόπους. Ανάλογα με τα μέσα που χρησιμοποιεί ένα μεμονωμένο άτομο ή ένα σύνολο ατόμων για να βλάψει το θύμα, ο σχολικός εκφοβισμός παίρνει διάφορες μορφές.

Διακρίνουμε λοιπόν τις εξής μορφές σχολικού εκφοβισμού:

### ΣΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ

Ο σωματικός εκφοβισμός αποτελεί την συχνότερη και πιο άμεση μορφή εκδήλωσης του φαινομένου. Περιλαμβάνει τον τραυματισμό και την πρόκληση της σωματικής βλάβης του θύματος. Εκδηλώνεται με χτυπήματα, σπρωξίματα, τσιμπήματα, δαγκωματιές, γροθιές, κλωτσιές, τρικλοποδιές, την κλοπή ή την καταστροφή προσωπικής περιουσίας.

Η συγκεκριμένη μορφή εκφοβισμού είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την μυϊκή δύναμη και συνεπώς και με την σωματική διάπλαση έτσι επιλέγεται συχνότερα από τα αγόρια παρά από τα κορίτσια.

### ΛΕΚΤΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ

Πρόκειται και εδώ όπως και στον σωματικό εκφοβισμό για άμεση μορφή εκφοβισμού και αποτελεί επίσης την πιο συχνή μορφή εκφοβισμού. Ο λεκτικός εκφοβισμός αναπτύσσεται με την χρήση υβριστικών εκφράσεων, πειραγμάτων, επιθέτων, προσβολών, απειλών, σχολίων και ποικίλων κοροϊδευτικών ή σαρκαστικών εκφράσεων.



## ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟΣ ή ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ

Πρόκειται για μία έμμεση μορφή εκφοβισμού η οποία εξωτερικεύεται με την πρόκληση ψυχολογικού πόνου μέσω του σκόπτιμου αποκλεισμού του θύματος, της διάδοσης φημών, της εκτόξευσης απειλών ή μέσω του εξαναγκασμού σε συμμετοχή σε αντικοινωνικές πράξεις.

## ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΣ ή ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ

Ο διαδικτυακός ή ηλεκτρονικός εκφοβισμός ο οποίος είναι γνωστός και ως «Cyber Bullying» συνιστά τη νεώτερη μορφή του εκφοβισμού η οποία μπορεί να εκδηλωθεί είτε μέσω της χρήσης κινητού τηλεφώνου είτε μέσω της χρήσης ηλεκτρονικού υπολογιστή.

Χαρακτηριστικά παραδείγματα συνιστούν η αποστολή υβριστικών ή απειλητικών μηνυμάτων, η δημοσιοποίηση πληροφοριών και εικόνων χωρίς άδεια, η δημιουργία ψεύτικου λογαριασμού, η δημιουργία ψεύτικης ταυτότητας για εκμείωση πληροφοριών και γελοιοποίηση.

## 1.3 Το παιδί που βιώνει εκφοβισμό

Τα παιδιά που εκφοβίζονται δεν επιλέγονται τυχαία από τα παιδιά που εκφοβίζουν. Τα παιδιά που εκφοβίζονται μπορεί να διαφέρουν σε σχέση με τα υπόλοιπα της ομάδας. Για παράδειγμα ενδέχεται να στοχοποιηθούν λόγω εμφάνισης και εξωτερικών χαρακτηριστικών, λόγω καταγωγής, θρησκείας, προβλημάτων υγείας, συμπεριφοράς ή ακόμη και λόγω ιδιαίτερων σχολικών επιδόσεων (Είναι πολύ καλοί μαθητές, ή αντίθετα είναι αδύναμοι μαθητές).

Άλλες φορές και τα ίδια τα στοιχεία της προσωπικότητάς τους συνάδουν στην στοχοποίησή τους. Τα θύματα των εκφοβιστικών συμπεριφορών και πράξεων ενδέχεται να διαθέτουν :

- Προφίλ 'χαμηλών τόνων'
- Εσωστρέφεια
- Ευαισθησία
- Μοναχικότητα
- Αδυναμία καλλιέργειας βασικών κοινωνικών δεξιοτήτων (συnergασία, διεκδίκηση, ικανότητα ανάπτυξης φιλικών σχέσεων)
- Άγχος
- Ανεσφάλεια
- Χαμηλή αυτοεκτίμηση



### Πώς μπορούμε να αντιληφθούμε εάν ένα παιδί υφίσταται σχολικό εκφοβισμό;

- Ανάπτυξη αισθήματος άγχους, νευρικότητας και ανασφάλειας
- Ανάπτυξη αισθήματος φόβου
- Μειωμένη διάθεση
- Αποφυγή δραστηριοτήτων
- Κοινωνική απόσυρση
- Άρνηση για το σχολείο
- Χαμηλές σχολικές επιδόσεις με αποτέλεσμα την σχολική αποτυχία
- Έχει ανεξήγητα σημάδια στο σώμα, σκισμένα ρούχα, σπασμένα αντικείμενα
- Απομόνωση
- Διαταραχές ύπνου
- Διαταραχές στη διατροφή
- Απόκρυψη των δραστηριοτήτων που αφορούν την χρήση του κινητού και του internet

### 1.4 Το παιδί που εκφοβίζει

Η χρήση βίας και η επαναλαμβανόμενη ψυχολογική ή σωματική καταπίεση που ασκούν τα παιδιά που εκφοβίζουν είναι απόρροια πολλών αλληλένδετων παραγόντων. Παρ' όλα αυτά υπάρχουν κάποιοι λόγοι που ωθούν ένα παιδί στη χρήση βίας και συναντούνται συχνότερα.

Το παιδί που εκφοβίζει είναι πιθανό να συναναστρέφεται με παρέες που ασκούν εκφοβισμό ή απλά επιδεικνύουν θετική στάση απέναντι στο φαινόμενο. Σε αρκετές περιπτώσεις ενδέχεται να έχει πέσει το ίδιο θύμα βίας και εκφοβισμού, είτε στο παρελθόν, είτε εκφοβίζεται ενώ παράλληλα ο ίδιος εκφοβίζει άλλο ή άλλα παιδιά.

Επίσης, η χρήση βίας αλλά και η θέασή της αναπόφευκτα οδηγεί στη βία και σε συνδυασμό με την απουσία σωστών προτύπων και την έλλειψη ορίων, τα παιδιά αδυνατώντας να κατανοήσουν τις επιπτώσεις προχωρούν σε βίαιες συμπεριφορές και πράξεις που ταπεινώνουν και προσβάλλουν τους αποδέκτες τους.

Από την άλλη η αυστηρή και σκληρή πειθαρχία ή ακόμα και αλλαγές στον πυρήνα της οικογένειας μπορεί να συμβάλλουν θετικά στην εμφάνιση και ανάπτυξη επιθετικής συμπεριφοράς.

Εκφοβίζοντας άλλα παιδιά προσπαθούν να επιδείξουν την δύναμη, την υπεροχή τους και να ικανοποιήσουν την ανάγκη τους για άσκηση ελέγχου. Τα παιδιά που εκφοβίζουν μπορεί να υστερούν σε κοινωνικές δεξιότητες όπως η συνεργατικότητα και η τήρηση κανόνων ή αντίθετα να είναι εξαιρετικά κοινωνικά και δημοφιλή στα πλαίσια της ομάδας τους.

**Επιπλέον μπορεί να διαθέτουν τα εξής χαρακτηριστικά :**

- **Αδυναμία αναγνώρισης και αποδοχής της διαφορετικότητας**
- **Έλλειψη ενσυναίσθησης**
- **Χαρακτηριστικά σκληρότητας, επιθετικότητας και παρορμητικότητας**
- **Συνήθως χαμηλές σχολικές επιδόσεις**
- **Μυϊκή δύναμη**

Πώς μπορούμε να αντιληφθούμε εάν ένα παιδί εμπλέκεται / συμμετέχει σε σχολικό εκφοβισμό;

- **Επιθετική συμπεριφορά**
- **Αλλαγή στις παρέες**
- **Αλλαγή στις στάσεις και τις αντιλήψεις του σε σχέση με την βία και την επιθετικότητα**
- **Απόκρυψη των δραστηριοτήτων που αφορούν την χρήση του κινητού και του internet**

## 1.5 Το παιδί που παρατηρεί

Οι παρατηρητές αποτελούν ιδιαίτερα καθοριστικό ρόλο στην εμφάνιση του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού. Με την συμπεριφορά και την στάση τους συμβάλλουν είτε στην διευκόλυνση και ανάπτυξη του φαινομένου, είτε στην καταστολή του.

Έτσι ως παρατηρητές εάν γελάσουν, χειροκροτήσουν, απομακρυνθούν τρομοκρατημένοι ή αδιαφορήσουν τότε συνεργούν στην εμφάνιση του φαινομένου και το ενισχύουν.

Ενώ αντίθετα, σε περιπτώσεις όπου αποδοκιμάζουν το παιδί που εκφοβίζει και προσπαθήσουν να βοηθήσουν το παιδί που εκφοβίζεται, τότε λειτουργούν ως ανασταλτικοί παράγοντες του φαινομένου του εκφοβισμού.

Η βία και ο εκφοβισμός έχουν βραχυπρόθεσμες αλλά και μακροπρόθεσμες συνέπειες. Εάν οι βίαιες συμπεριφορές δεν ελεγχθούν εγκαίρως είναι ιδιαίτερα πιθανό να προκαλέσουν σοβαρές δυσλειτουργίες σε επίπεδο κοινωνικής ενσωμάτωσης και να οδηγήσουν ακόμη και σε παραβατικότητα και εγκληματικές συμπεριφορές, μελλοντικά.

## 2. ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ

Με αφετηρία τις επιτυχημένες παρεμβάσεις του πρωτοπόρου Νορβηγού Dan Olweus (Olweus, 1978, 1986, 1993; Olweus & Limber, 2007) αλλά και σύμφωνα πλέον και με διεθνείς οργανισμούς όπως ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας και το Συμβούλιο της Ευρώπης, το σχολείο καλείται για την αντιμετώπιση του εκφοβισμού, να δημιουργήσει μία ολοκληρωμένη πολιτική, μέσα από μία ενεργητική και αναστοχαστική διαδικασία, που να περιλαμβάνει τα εξής:

### 1. Ενημέρωση για το φαινόμενο μέσω σχετικής βιβλιογραφίας

### 2. Εμπλοκή όλων των παρακάτω παραγόντων στην αντιμετώπιση του εκφοβισμού:

Διευθυντής/ντρια

Σχολική επιτροπή

Σύλλογος διδασκόντων

Σύλλογος γονέων και κηδεμόνων

Μαθητικά συμβούλια

### 3. Συγκρότηση συντονιστικής επιτροπής

### 4. Σχεδιασμός ολοκληρωμένης πολιτικής, με βάση την ανάλυση των αναγκών του σχολείου, που θα περιλαμβάνει:

Συλλογή στοιχείων

Σχεδιασμός στόχων

Εντοπισμός φορέων για πληροφόρηση και τεχνογνωσία

Εντοπισμός πιθανών δυσκολιών και τρόπων αντιμετώπισης

Επιλογή και σχεδιασμός των παρεμβάσεων

## 5. Εφαρμογή της πολιτικής με τα εξής στάδια

### A. Συλλογή στοιχείων

Ερωτηματολόγια για το είδος και την έκταση της βίας, τους τρόπους αντίδρασης των θυμάτων, των παρατηρητών και των εκπαιδευτικών, σε όλα τα μέλη της σχολικής κοινότητας, γονείς, μαθητές, εκπαιδευτικούς

Συνεντεύξεις με μέλη της σχολικής κοινότητας για εμβάθυνση στο φαινόμενο

Παρατηρήσεις των εκπαιδευτικών ή/και ειδικών σε διάφορους χώρους του σχολείου σε περιστατικά βίας

### B. Εφαρμογή των παρεμβάσεων σε όλα τα επίπεδα, ατομικό, τάξης, σχολικής Μονάδας

### Γ. Διάχυση της πολιτικής, σε μαθητές, γονείς και ευρύτερη κοινότητα, όπου θα

αναφέρονται τα εξής:

- Ορισμός βίας: τι είδους συμπεριφορές αφορά αυτή η πολιτική
- Αρχές του σχολείου: πως σχετίζονται με το θέμα της βίας
- Ρόλοι και ευθύνες εκπαιδευτικών, γονέων, μαθητών
- Στήριξη στους μαθητές-θύματα: σε ποιον αναφέρουν το περιστατικό, διαδικασία που θα ακολουθηθεί, υποστήριξη που θα δοθεί
- Συμβουλές για τους θεατές-μαθητές: πως παρεμβαίνουν, που αναφέρουν
- Συμβουλές για τους γονείς θυτών, θυμάτων και θεατών: διαδικασίες

Παρακάτω παρουσιάζονται κάποιοι τρόποι αντιμετώπισης, αλλά και πρόληψης του σχολικού εκφοβισμού, σε επίπεδο σχολείου και τάξης :

### 2.1 Σε επίπεδο σχολείου

#### ● Δημιουργία συγκεκριμένου πλαισίου κώδικα συμπεριφοράς

Μπορεί να περιλαμβάνει :

- καθολικούς κανόνες αναφορικά με την ενδοσχολική βία και τον εκφοβισμό
- τα δικαιώματα, τις υποχρεώσεις και τα καθήκοντα όλων των μελών της σχολικής κοινότητας
- διαδικασίες για το πως και σε ποιον θα αναφέρονται τα περιστατικά βίας και εκφοβισμού
- διαδικασίες για τα βήματα που θα ακολουθηθεί το σχολείο

Τέλος θα πραγματοποιείται κοινοποίηση και γνωστοποίησή του πλαισίου αυτού στους μαθητές αλλά και στους γονείς.

- **Σύνταξη Σχολικής Επιτροπής ενάντια στον εκφοβισμό & την ενδοσχολική βία**
- **Σύσταση συγκεκριμένης ομάδας εκπαιδευτικών, η οποία θα είναι υπεύθυνη για τη διαχείριση συγκρούσεων**
- **Διατήρηση αρχείου καταγραφής των περιστατικών**

Στο αρχείο αυτό, θα πρέπει να καθίσταται εύκολη η πρόσβαση από όλα τα μέρη της εκπαιδευτικής κοινότητας του σχολείου και μέσω αυτού να μπορεί να προσδιοριστεί εάν πρόκειται για επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά παραβίασης των κανόνων ενάντια στη βία και τον εκφοβισμό

- **Διαρκής αναζήτηση ευκαιριών επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών σχετικά με το θέμα του εκφοβισμού και της ενδοσχολικής βίας.**

Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μέσω της συμμετοχής των εκπαιδευτικών σε εργαστήρια, ημερίδες, ομιλίες, ή ακόμη και με την πληροφόρηση μέσω έντυπου υλικού όπως φυλλάδια, εγχειρίδια και έρευνες

- **Τακτικές συνελεύσεις των εκπαιδευτικών για το θέμα**
- **Αύξηση της επίβλεψης του σχολικού χώρου**
- **Στενή συνεργασία με το σύλλογο γονέων**
- **Αναβάθμιση του σχολικού περιβάλλοντος**

Ένας απλός και εύκολος τρόπος είναι να διακοσμήσετε τον χώρο του σχολείου και των τάξεων με δημιουργίες των ίδιων των μαθητών όπως με αφίσες, ζωγραφιές, κολάζ, χειροτεχνίες)

- **Πρώθηση και ενίσχυση της δημιουργικότητας όλων των μαθητών του σχολείου, μέσα από σχέδια εργασίας και πολιτιστικές δραστηριότητες**



## 22 Σε επίπεδο τάξης

Οι εκπαιδευτικοί προτείνεται να:

- Εφαρμόζουν σε σταθερή βάση προγράμματα ή βιωματικά εργαστήρια για τη διαχείριση συναισθημάτων, συγκρούσεων, φιλίας και για την πρόληψη του εκφοβισμού, οργανώνοντας παιχνίδια ρόλων, συζητήσεις, βιντεοπροβολές και ομαδικές εργασίες
- Συναποφασίζουν και δημιουργούν με τους μαθητές, στην αρχή της χρονιάς, έναν κώδικα συμπεριφοράς – συμβόλαιο συνεργασίας

Στην συνέχεια ο κώδικας, το συμβόλαιο αυτό μπορεί να τοποθετηθεί στην εκάστοτε αίθουσα διδασκαλίας και να ακολουθείται από όλους τους μαθητές καθ' όλη τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς

- Δημιουργούν μία διαδικασία αναφοράς περιστατικών από τους μαθητές

Ένα κουτί προβλημάτων για παράδειγμα, το οποίο θα βρίσκεται μέσα σε κάθε τάξη και εκεί θα μπορεί ο κάθε μαθητής να αναφέρει περιστατικά βίας ή εκφοβισμού, τα οποία είτε βίωσε ο ίδιος, είτε παρακολούθησε ως παρατηρητής

- Ερευνούν ενδελεχώς τα περιστατικά

Αυτό περιλαμβάνει την αναζήτηση μαρτυριών θυμάτων και θεατών από τους εκπαιδευτικούς καθώς και την αντιμετώπιση των θυτών κατ' ιδίαν, αποφεύγοντας τη δημόσια διαπόμπευσή τους και τη χρήση απειλών

- Υιοθετούν ένα σύστημα ανοιχτής και εμπιστευτικής επικοινωνίας με τους μαθητές
- Αφιερώνουν χρόνο στην καλλιέργεια και προώθηση ενός υγιούς σχολικού κλίματος και όχι μόνο στην κάλυψη της ύλης
- Ενημερώνουν συχνά τους γονείς όχι μόνο για την σχολική επίδοση των παιδιών αλλά και για θέματα συμπεριφοράς



### Είναι σημαντικό να:

- **Μιλήσετε στο παιδί και να ακούσετε με προσοχή και σοβαρότητα αυτά που έχει να πει**
- **Εξακριβώσετε εάν το παιδί είναι αυτό που εκφοβίζεται ή αυτό που εκφοβίζει**
- **Αποφύγετε την επιβολή αποβολών και γενικότερα την ποινικοποίηση της πράξης** εφόσον δεν συντελούν στο να αντιληφθεί ο θύτης τη βλάβη που προκαλεί και συχνά οι ποινές δημιουργούν αισθήματα εκδίκησης στους θύτες. Το παιδί που εκφοβίζει αφού έχει τιμωρηθεί με αποβολή θα συνεχίσει να παρενοχλεί το θύμα του εκδικητικά για την ποινή που του επιβλήθηκε.
- **Μην επιζητάτε άμεσα τη συμφιλίωση μεταξύ του παιδιού που εκφοβίζει και του παιδιού που εκφοβίζεται**, καθώς σε περίπτωση επανάληψης, ο εκφοβιστής θα επιβεβαιώσει την «δύναμη» και την «κυριαρχία» του, ενώ το θύμα θα βρεθεί σε ακόμα δυσμενέστερη θέση, ψυχολογικά αν όχι και σωματικά.

### 2.3 Είσαι γονέας;

- Καλλιέργησε σχέση επικοινωνίας και εμπιστοσύνης με το παιδί
- Συζήτησε για το θέμα του εκφοβισμού μαζί του
- Καλλιέργησε στο παιδί θετικά, υπεύθυνα κοινωνικά πρότυπα
- Παρατήρησε την συμπεριφορά του για αλλαγές στην καθημερινότητά του ή στις συνήθειές του
- Παρατήρησε τις δραστηριότητές του κατά τη διάρκεια χρήσης ηλεκτρονικού υπολογιστή
- Θέσπισε όρια και κανόνες
- Προσπάθησε να εμπλακείς ενεργά στη ζωή του παιδιού και στη σχολική ζωή μέσα από την από κοινού συμμετοχή σε δραστηριότητες

### 2.4 Είσαι γονέας του παιδιού που εκφοβίζεται;

- Προσδιόρισε και εκτίμησε το περιστατικό, διερευνώντας μέσω συζήτησης
- Συζήτησε στοχεύοντας στην κατανόηση-συνειδητοποίηση της συμπεριφοράς του αλλά και των σχετικών συνεπειών
- Απόφυγε την ενοχοποίηση
- Απόφυγε την δραματοποίηση ή την υποτίμηση του περιστατικού
- Ενημέρωσε το σχολείο και συζήτησε σχετικά με την διαχείριση του περιστατικού



- Συνεργάσου με το σχολείο για την εξέλιξη και την αντιμετώπιση του περιστατικού
- Ενίσχυσε θετικά πρότυπα που δεν βασίζονται στη βία
- Εάν κρίνεται αναγκαίο αναζήτησε θεραπευτική υποστήριξη και παρέμβαση

### 2.5 Είσαι γονέας του παιδιού που εκφοβίζεται;

- Προσδιόρισε και εκτίμησε το περιστατικό, διερευνώντας μέσω συζήτησης
- Απάλλαξε το παιδί από ενοχές
- Συζήτησε με το παιδί σχετικά με τη διαχείριση του περιστατικού
- Ενημέρωσε το σχολείο και συζήτησε σχετικά με την διαχείριση του περιστατικού
- Συνεργάσου με το σχολείο για την εξέλιξη και την αντιμετώπιση του περιστατικού
- Καλλιέργησε κοινωνικό δίκτυο, ένα δίκτυο φίλων που μπορούν να δράσουν υποστηρικτικά
- Ενίσχυσε τα θετικά πρότυπα του παιδιού
- Προώθησε τη συμμετοχή του παιδιού σε εξωσχολικές δραστηριότητες, στις οποίες έχει κλίση, προκειμένου να ενισχυθεί η αυτοαποτελεσματικότητά του και η αυτοεκτίμησή του
- Εάν κρίνεται αναγκαίο αναζήτησε άμεση βοήθεια/θεραπευτική υποστήριξη και παρέμβαση

### Είναι σημαντικό να:

- Καλλιεργήσετε στα παιδιά το αίσθημα της αυτοεκτίμησης και της ενσυναίσθησης
- Προωθήσετε και ενισχύστε στα παιδιά βασικές κοινωνικές δεξιότητες και κοινωνικούς κανόνες
- Καλλιεργήσετε στα παιδιά την έννοια και τον σεβασμό στη διαφορετικότητα
- Ενισχύσετε στα παιδιά την σημασία της παρέμβασης  
Δεν είναι προδοσία η αναφορά μίας μη αποδεκτής συμπεριφοράς



## 2.6 Σε εκφοβίζουν;

- Αγνόησε εντελώς όσα ακούς ή απομακρύνσου από το χώρο που συνέβη το περιστατικό, όχι βάζοντάς το στα πόδια αλλά κάνοντας πως δεν συνέβη τίποτα
- Σε καμία περίπτωση μην ανταποδώσεις στη βία με βία
- Μίλησε σε κάποιον που εμπιστεύεσαι, στους γονείς σου, στο δάσκαλο σου, στα αδέρφια σου ή σε κάποιον φίλο. Οι ενήλικες γνωρίζουν τρόπους για να σε βοηθήσουν
- Μην προσπαθήσεις να το αντιμετωπίσεις μόνος/μόνη σου

Εάν ο εκφοβισμός λαμβάνει χώρα μέσω του κινητού τηλεφώνου ή του internet:

- Μην απαντήσεις στα μηνύματα, μην τα σβήσεις και μίλα σε κάποιον που εμπιστεύεσαι, στους γονείς σου, στους φίλους σου, στο δάσκαλό σου ή σε κάποιον άλλο ενήλικα.

Είναι σημαντικό να :

- **Θυμάσαι πως είναι δύσκολο έως ακατόρθωτο να αντιμετωπίσεις μόνος σου ή μόνη σου τον εκφοβισμό**
- **Μην δείχνεις πανικόβλητος/η και αναστατωμένος/η, ακόμη κι αν είσαι, διότι αυτό προσφέρει ευχαρίστηση στον 'δράστη' και αυξάνει τις πιθανότητες να συνεχίσει να σε ενοχλεί**
- **Δείχνεις σίγουρος/η για τον εαυτό σου**
- **Θυμάσαι πως κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός**
- **Καταλάβεις πως ο 'δράστης' έχει το πρόβλημα και όχι εσύ**



## 2.7 Εκφοβίζεις άλλα παιδιά;

- Ο εκφοβισμός είναι μία άσχημη συμπεριφορά και δεν είναι επίδειξη δύναμης, γενναιότητας ή εντυπωσιασμού
- Προσπάθησε να μην αποκλείεις άλλα παιδιά ή συμμαθητές σου από την παρέα ή την ομάδα σου
- Να συμπεριφέρεσαι στους γύρω σου όπως θα ήθελες να σου συμπεριφέρονται και εκείνοι
- Μίλα σε κάποιον που εμπιστεύεσαι ώστε να σε βοηθήσει να σταματήσεις να εκφοβίζεις άλλα παιδιά
- Όλοι θυμώνουμε, όμως δεν πρέπει να ξεσπάμε τον θυμό μας στους άλλους
- Υπάρχουν άλλοι τρόποι, χωρίς τη χρήση βίας, για να λύσουμε τα προβλήματά μας

Είναι σημαντικό να :

- Συμπεριφερόμαστε στους άλλους με ευγένεια και σεβασμό, όπως άλλωστε θα θέλαμε να μας συμπεριφέρονται
- Κατανοείς και να σέβεσαι πως ο κάθε άνθρωπος είναι διαφορετικός, σκέφτεται και αισθάνεται διαφορετικά
- Ελέγχουμε τον θυμό μας

2.8 Εάν δεις κάποιο άλλο παιδί να εκφοβίζεται :



- Μην συμμετέχεις στον εκφοβισμό και μην σταθείς για να παρακολουθήσεις το περιστατικό
- Μίλησε στο παιδί που εκφοβίζει και πες του να σταματήσει και προσπάθησε να συμπαρασταθείς στο παιδί που εκφοβίζεται
- Μίλησε εσύ στο δάσκαλό σου ή σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι γιατί πολλές φορές τα παιδιά που εκφοβίζονται φοβούνται να μιλήσουν για αυτό

Είναι σημαντικό να βοηθάμε τους άλλους!

### 3. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΟΕΚΥΨΑΝ ΑΠΟ ΤΑ ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

Έως σήμερα πραγματοποιήθηκαν 43 βιωματικά εργαστήρια κατά του σχολικού εκφοβισμού σε 11 σχολεία Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης της Περιφέρειας Αττικής καθώς και συμμετείχαν και ενημερώθηκαν 641 μαθητές, από τους οποίους, οι 334 μαθητές ήταν αγόρια και οι 307 ήταν κορίτσια.

Τα βιωματικά εργαστήρια είχαν διαδραστικό χαρακτήρα και βασίζονταν σε βιωματικές δραστηριότητες, μέσα από τις οποίες οι μαθητές ενημερώθηκαν για θέματα αντιμετώπισης του σχολικού εκφοβισμού και τρόπους αντιμετώπισης διαδικτυακού εκφοβισμού. Επιπρόσθετα ευαισθητοποιήθηκαν αναφορικά με τον ρόλο και τη στάση των παρατηρητών δράσεων εκφοβισμού και σχετικά με την προαγωγή ανεκτικότητας και ανθρωπίνων δικαιωμάτων.

Στόχος των εργαστηρίων ήταν οι μαθητές να αναπτύξουν ανοχή και αμοιβαία κατανόηση της πολυπολιτισμικότητας και να συμβάλλουν έμπρακτα στην αποδοχή της διαφορετικότητας και στην αποτροπή της αδιαλλαξίας, του ρατσισμού, της ξενοφοβίας και της βίας.

Σε αυτήν την ενότητα θα συνοψίσουμε τα σημαντικότερα συμπεράσματα που προέκυψαν από τα βιωματικά εργαστήρια των μαθητών αναφορικά με το θέμα του σχολικού εκφοβισμού.



## ΟΡΙΣΜΟΣ & ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Όσον αφορά τον ορισμό και τα χαρακτηριστικά του σχολικού εκφοβισμού οι περισσότεροι από τους ερωτηθέντες μαθητές γνώριζαν τη σημασία του όρου, όπως επίσης και αντιλαμβάνονταν ότι μία πράξη ή συμπεριφορά θα πρέπει να διαθέτει συγκεκριμένα χαρακτηριστικά ώστε να συνιστά εκφοβισμό, όμως κατείχαν μερικώς τα χαρακτηριστικά αυτά. Ειδικότερα, αντιλαμβάνονταν ότι για να φτάσουμε στο συμπέρασμα ότι πράξεις ή συμπεριφορές αποτελούν εκφοβισμό θα πρέπει να χαρακτηρίζονται από επανάληψη. Ωστόσο αγνοούσαν ότι τέτοιου είδους συμπεριφορές συνοδεύονται όχι μόνο από επανάληψη αλλά και από πρόθεση για πρόκληση βλάβης.

## ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Οι δημοφιλέστερες απαντήσεις στην ερώτηση που αφορούσε ενέργειες που διαπράττει κανείς με σκοπό να μας εκφοβίσει περιελάμβαναν πράξεις που συνιστούν σωματικό ή λεκτικό εκφοβισμό, ενώ σπάνια γινόταν αναφορά σε ενέργειες που συγκαταλέγονται στον Κοινωνικό/Συναισθηματικό/ Ψυχολογικό ή Ηλεκτρονικό/ Διαδικτυακό εκφοβισμό. Επίσης κατά την διάρκεια της κατηγοριοποίησης οι μαθητές μπορούσαν να διακρίνουν ευκολότερα τον σωματικό, τον λεκτικό και τον διαδικτυακό εκφοβισμό ως κατηγορίες, ενώ αντίθετα παρουσίαζαν δυσκολία αναγνώρισης του Κοινωνικού/Συναισθηματικού/ Ψυχολογικού εκφοβισμού.

## ΠΟΙΟΣ - ΠΟΥ - ΓΙΑΤΙ - ΓΙΑ ΠΟΙΟΥΣ ΛΟΓΟΥΣ

Όλοι οι μαθητές απάντησαν με ευκολία και ευστοχία στις ερωτήσεις «Ποιος θα μπορούσε να μας εκφοβίσει ;» και «Πού θα μπορούσε κάποιος να μας εκφοβίσει ;». Πιο ειδικά αντιλαμβάνονταν ότι ο καθένας θα μπορούσε να μας εκφοβίσει και όχι μόνο ένας συμμαθητής μας και σε οποιοδήποτε μέρος θα μπορούσε να λάβει χώρα ο εκφοβισμός και όχι μόνο στον χώρο του σχολείου.

Αντίθετα η πλειονότητα των μαθητών μπερδευαν τις αιτίες που ωθούν ένα παιδί στην υιοθέτηση εκφοβιστικής συμπεριφοράς με τους λόγους για τους οποίους μπορεί κάποιος να στοχοποιηθεί και να γίνει θύμα εκφοβισμού.

## ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ

Η πλειονότητα των μαθητών γνώριζε μόνο τα βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα που μπορούν να προκύψουν από μία εκφοβιστική συμπεριφορά και δεν μπορούσαν να αντιληφθούν τα μακροπρόθεσμα αποτελέσματα που μπορεί να επιφέρει το συγκεκριμένο φαινόμενο. Ακριβέστερα απαντούσαν ότι μπορεί κανείς να αισθανθεί πόνο, θλίψη, άγχος και σπάνια ανέφεραν ότι κάποιος που εκφοβίζεται μακροπρόθεσμα θα μπορούσε να παρουσιάσει διαταραχές στον ύπνο του, στην διατροφή του ή κακή σχολική επίδοση.

Εν κατακλείδι ένα γενικό συμπέρασμα στο οποίο οδηγηθήκαμε, μέσα από τα βιωματικά εργαστήρια, είναι ότι μεγάλος αριθμός μαθητών γνώριζε μερικώς και όχι επαρκώς πληροφορίες για τον σχολικό εκφοβισμό, γεγονός που συνάδει στην αδυναμία αναγνώρισης του φαινομένου, όταν αυτό υφίσταται αλλά και στην αδυναμία διάκρισής του από άλλες συμπεριφορές.

## 4. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΟΕΚΨΑΝ ΑΠΟ ΤΑ ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΤΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ

Όπως αναδείχθηκε από τα εργαστήρια, οι εκπαιδευτικοί ήταν ενημερωμένοι για το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού και αναζητούν μια πρακτική προσέγγιση στον τρόπο αντιμετώπισης του σχολικού εκφοβισμού, με βασική προϋπόθεση την στήριξη της πολιτείας. Τα ζητήματα των εκπαιδευτικών, όπως αναφέρθηκαν μέσα από τα βιωματικά εργαστήρια αφορούν στα εξής θέματα:

### Ελλιπής συνεργασία με τους γονείς σε θέματα σχολικού εκφοβισμού

Τις περισσότερες φορές οι γονείς αντιδρούν επιθετικά ή αμυντικά όταν τους εφιστάται η προσοχή από το σχολείο. Σε γενικότερα πλαίσια υπάρχει άρνηση των γονέων να διακρίνουν και να επισημάνουν μια επιθετική και βίαιη συμπεριφορά από πλευράς των παιδιών που ενδέχεται να οδηγήσει σε εκφοβισμό.

### Ελλιπής συμμετοχή των γονέων σε θέματα ενημέρωσης

Από την πλειονότητα των εκπαιδευτικών αναφέρθηκε ότι υπάρχει ελλιπής συμμετοχή/μικρή προσέλευση των γονέων σε ενημερώσεις που σχετίζονται με θέματα της σχολικής ζωής των παιδιών, όπως για παράδειγμα ο σχολικός εκφοβισμός. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα οι γονείς είτε να δραματοποιούν είτε να υποτιμούν περιστατικά σχολικού εκφοβισμού.



## Έλλειψη σεβασμού απέναντι στους κανονισμούς του σχολείου

Αρκετοί εκπαιδευτικοί ανέφεραν το θέμα της έλλειψης σεβασμού από πλευράς των γονέων (και κατά συνέπεια των παιδιών) στους κανονισμούς του σχολείου. Ως χαρακτηριστικό παράδειγμα αναφέρθηκε η χρήση των κινητών τηλεφώνων εντός του σχολείου. Η έλλειψη σεβασμού απέναντι στους κανονισμούς του σχολείου από τους γονείς και από τα παιδιά δυσχεραίνει την αποτελεσματική διαχείριση φαινομένων όπως ο σχολικός εκφοβισμός.

Τα παραπάνω ζητήματα αποτελούν θεμελιώδη θέματα στη συνεργασία μεταξύ γονέων και εκπαιδευτικών, όπου η επίλυσή τους συνιστά απαραίτητη παράμετρο για την αποτελεσματική διαχείριση του σχολικού εκφοβισμού

## 5. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΟΕΚΥΨΑΝ ΑΠΟ ΤΑ ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ

Στην περίπτωση των γονέων, θα πρέπει να τονισθεί ότι υπήρχε επαρκής αριθμός συμμετοχής με βάση τα κριτήρια του προγράμματος. Σε αναλογία όμως με τον αριθμό των παιδιών που είχαν λάβει μέρος στα βιωματικά εργαστήρια η συμμετοχή των γονέων ήταν μικρότερη από αυτή των παιδιών. Οι γονείς που συμμετείχαν στα εργαστήρια δεν είχαν ως επί το πλείστον πρότερη ενημέρωση σε σχέση με τον σχολικό εκφοβισμό και αναζητούν κυρίως μια πρακτική προσέγγιση σχετικά με τη διαχείριση του φαινομένου. Συγκεκριμένα τα ζητήματα των γονέων, όπως αναφέρθηκαν μέσα από τα εργαστήρια αφορούν στα εξής θέματα:

### Επέκταση των δράσεων ευαισθητοποίησης στα παιδιά

Υπήρχαν αρκετοί γονείς που συμμετείχαν στα εργαστήρια παρόλο που τα παιδιά τους δεν είχαν συμμετάσχει στο πρόγραμμα. Οι γονείς εξέφρασαν την ανάγκη για επέκταση των δράσεων ευαισθητοποίησης σχετικά τον σχολικό εκφοβισμό σε όλες τις σχολικές τάξεις.

### Ενημέρωση/εκπαίδευση σχετικά με τον διαδικτυακό εκφοβισμό και με την ασφαλή χρήση του διαδικτύου

Αρκετοί γονείς υπήρξαν προβληματισμένοι σχετικά με την χρήση του διαδικτύου από τα παιδιά. Σε γενικές γραμμές οι γονείς δεν είχαν εικόνα των διαδικτυακών παιχνιδιών και των κινδύνων που ελλοχεύουν για τα παιδιά κατά την ανεξέλεγκτη χρήση του διαδικτύου. Επίσης αναφέρθηκαν από κάποιους γονείς παραδείγματα διαδικτυακού εκφοβισμού. Για το λόγο αυτό εξέφρασαν την ανάγκη για περισσότερη ενημέρωση και εκπαίδευση σχετικά με την ασφαλή και υπεύθυνη χρήση του διαδικτύου.

Τα ζητήματα των γονέων επικεντρώνονται στην πρακτική διαχείριση θεμάτων που καλούνται να αντιμετωπίσουν κυρίως σε σχέση με την ασφαλή και υπεύθυνη χρήση του διαδικτύου προκειμένου να προλαμβάνεται το φαινόμενο του διαδικτυακού εκφοβισμού. Επιπλέον οι γονείς θεωρούν απαραίτητη την ευαισθητοποίηση των παιδιών σε όλες τις ηλικίες σχετικά με θέματα βίας και σχολικού εκφοβισμού.

## 6. ΠΑΡΑΠΟΜΠΕΣ & ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

**Swearer, S. & Hymel, S. (2015)** Understanding the Psychology of Bullying: Moving Toward a Social- Ecological Diathesis-Stress Model. *American Psychologist*, 70 (4), 344-353.

**Olweus, D. (1995).** Bullying or Peer Abuse at School: Facts and Intervention. *Current Directions in Psychological Science*, Vol. 4 (6), 196-200.

**Graham, S. & Juvonen, J. (1998).** Self-blame and peer victimization in middle school: An attributional analysis. *Developmental Psychology*, Vol 34(3), 587-599.

**Sutton, J., Smith, P. K., & Swettenham, J. (1999).** Social cognition and bullying: social inadequacy or skilled manipulation? *British Journal of Developmental Psychology*, 173, 435-450.

**Olweus, D. (2007).** Bullying Prevention Program, Olweus Bullying Questionnaire- Standard School Report. U.S.A: Hazelden- PDA.

**Ken Rigby (2007).** Bullying in Schools : And what to do about it

**Rigby, K. (2008).** Children and bullying: How parents and educators can reduce bullying at school. Blackwell Publishing.

**Ίδρυμα Θεμιστοκλή και Δημήτρη Τσάτσου-Κέντρο Ευρωπαϊκού Συνταγματικού Δικαίου (2015)** Φάκελος Υλικού για γονείς στα πλαίσια του προγράμματος «Εκπόνηση επιμορφωτικού εκπαιδευτικού ενημερωτικού υλικού και προγράμματος σπουδών επιμόρφωσης». <http://stop-bullying.sch.gr/wp-content/uploads/2014/06/goneis.pdf>

## Ηλεκτρονικές πηγές

**Καρκανάκη, Μ. & Καφφετζή, Π. (2009).** Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού - Bullying σε δημοτικά σχολεία του Δήμου Ηρακλείου. Πτυχιακή εργασία, Σχολή επαγγελματιών υγείας και πρόνοιας - Κοινωνικής εργασίας, Ηράκλειο.

**Καραβόλτσου, Α. (2013).** Σχολικός εκφοβισμός. Συνοπτικό εγχειρίδιο αντιμετώπισης σχολικού εκφοβισμού εκπαιδευτικών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης.

<http://www.e-abc.eu/gr/>

<http://www.epsype.gr/index.php/el/>

<http://www.antibullyingnetwork.gr/Default.aspx>