



ΣΧΟΛΗ  
ΜΩΡΑΪΤΗ

# Γενική πολιτική εναντίον του Σχολικού Εκφοβισμού

Ενημερωτικό φυλλάδιο για τους γονείς



Τμήμα Ψυχολογίας Δημοτικού

© Copyright ΣΧΟΛΗ ΜΩΡΑΪΤΗ Α.Ε.

Το παρόν έργο προστατεύεται σύμφωνα με τις διατάξεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας της ελληνικής νομοθεσίας (Ν. 2121/1993), όπως αυτή έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα, καθώς και από τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως, χωρίς γραπτή άδεια του εκδότη, ή με οποιονδήποτε τρόπο ή μέσο (ηλεκτρονικό, μηχανικό ή άλλο) αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή μέρους ή όλου του έργου.



# Γενική πολιτική εναντίον του Σχολικού Εκφοβισμού

Ενημερωτικό φυλλάδιο για τους γονείς





## Α. Γενική Αρχή

Γενική αρχή του Σχολείου είναι ότι κάθε παιδί έχει το δικαίωμα να μην υφίσταται οποιασδήποτε μορφής βία. Για να εξασφαλιστεί αυτό το δικαίωμα σε όλα τα παιδιά η Σχολή Μωραΐτη διαμόρφωσε τη Γενική Πολιτική Εναντίον του Σχολικού Εκφοβισμού. Με το πρόγραμμα αυτό επιδιώκουμε να ευαισθητοποιήσουμε και να κινητοποιήσουμε όλη τη σχολική κοινότητα - γονείς, παιδιά και προσωπικό.

Η Σχολή Μωραΐτη είναι το πρώτο Σχολείο που ανέπτυξε ένα τέτοιο πρόγραμμα καταπολέμησης της βίας από το 1994 με τρόπο ολοκληρωμένο και συντονισμένο. Το φυλλάδιο αυτό διαμορφώθηκε για να ενημερώσει και να ευαισθητοποιήσει τους γονείς σχετικά με το πρόγραμμα εναντίον του σχολικού εκφοβισμού και να ζητήσει τη συνεργασία τους.



## Β. Ορισμός του Σχολικού Εκφοβισμού (School Bullying)

Με τον όρο σχολικός εκφοβισμός αποδίδεται στα ελληνικά ο αγγλικός όρος school bullying, που αναφέρεται στην ειδική χρήση βίας, σκόπιμη και συχνά επαναλαμβανόμενη, που ασκείται από ένα παιδί ή μια ομάδα παιδιών, εναντίον ενός ή περισσότερων παιδιών. Χαρακτηριστικό της βίας αυτής είναι η ανισορροπία στη σχέση ανάμεσα στο παιδί που εκδηλώνει την επιθετική συμπεριφορά και στο παιδί που την υφίσταται. Κατά κανόνα οι ρόλοι είναι σταθεροί και είναι δύσκολο για το παιδί ή τα παιδιά που υφίστανται τέτοια αρνητική συμπεριφορά να αμυνθούν και να προστατεύσουν τον εαυτό τους, με αποτέλεσμα να βλάπτονται σοβαρά τόσο σωματικά όσο και συναισθηματικά.

Υπάρχουν οι εξής μορφές σχολικού εκφοβισμού που συχνά παρουσιάζονται και σε συνδυασμό:

- Η σωματική (κτυπήματα, σπρωξιές, κλωτσιές, κτλ.).
- Η λεκτική (κοροϊδία, προσβολές, παρατσούκλια, βρισιές, κτλ.).
- Ο διαδικτυακός εκφοβισμός που περιλαμβάνει οποιαδήποτε χρήση του διαδικτύου για να κυκλοφορήσουν αρνητικές φήμες και να διασυρθεί δημόσια κάποιο παιδί.
- Η έμμεση ή κοινωνική βία (διάδοση ψευδών φημών, αποκλεισμός από ομαδικές δραστηριότητες, απομόνωση, κτλ.).

Τέτοιου είδους συμπεριφορές έρχονται σε πλήρη αντίθεση με την ιδεολογία του Σχολείου και με το είδος της παιδείας που προσπαθούμε να προσφέρουμε. Είναι συνεπώς εντελώς απαράδεκτη.



## Γ. Ο ρόλος του Σχολείου

Το Σχολείο μας, σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο του Λονδίνου και το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο, έχει διαμορφώσει και εφαρμόζει την Γενική Πολιτική Εναντίον του Σχολικού Εκφοβισμού που είναι ένα πλαίσιο κοινών στόχων και κατεύθυνσης για παιδιά, γονείς και προσωπικό, που στοχεύει στην:

- ευαισθητοποίηση της σχολικής κοινότητας
- αλλαγή αντίληψης και στάσης για το θέμα του εκφοβισμού
- μείωση των περιστατικών
- αύξηση των περιστατικών που γνωστοποιούνται (είτε από παιδιά, είτε από ενήλικες)

Πολύ σημαντική στην αντιμετώπιση του προβλήματος είναι η **πρόληψη** που γίνεται με την ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση όλων των ενηλίκων που συμμετέχουν στη ζωή του Σχολείου: των γονέων, των εκπαιδευτικών, της διεύθυνσης, και γενικά όλου του προσωπικού.

Επίσης κυκλοφορεί Ενημερωτικό Φυλλάδιο που απευθύνεται στο προσωπικό του Σχολείου - διδακτικό και άλλο. Σε αυτό περιέχονται κατευθύνσεις για τους τρόπους χειρισμού περιστατικών σχολικού εκφοβισμού από τους διδάσκοντες, τρόποι υποστήριξης των παιδιών που εμπλέκονται σε τέτοια περιστατικά και στρατηγικές που ενθαρρύνουν επιθυμητές αλλαγές στη συμπεριφορά.

Όσο για τα παιδιά, η **ευαισθητοποίησή** τους επιτυγχάνεται με ειδικά προγράμματα και δραστηριότητες που γίνονται μέσα στην τάξη με τον/την εκπαιδευτικό ή/και τις ψυχολόγους.

Όλα αυτά οδηγούν στη δημιουργία θετικού κλίματος στο Σχολείο και στην καλλιέργεια αρμονικών και συνεργατικών σχέσεων ανάμεσα



στα μέλη της σχολικής κοινότητας. Έτσι, τα παιδιά υιοθετούν τους παρακάτω κανόνες εναντίον του σχολικού εκφοβισμού:

- **Δε ασκούμε βία σε άλλα παιδιά.**
- **Βοηθούμε όσους και όσες δέχονται επιθετική συμπεριφορά.**
- **Ενημερώνουμε κάποιον ενήλικο, όποτε πέσει στην αντίληψή μας περιστατικό εκφοβισμού.**
- **Συμπεριλαμβάνουμε στις δραστηριότητές μας παιδιά που συχνά μένουν μόνα.**

Όσον αφορά την **αντιμετώπιση**, κάθε περιστατικό σχολικού εκφοβισμού το οποίο γίνεται γνωστό, αντιμετωπίζεται σε συνεργασία με τον/την υπεύθυνο/η εκπαιδευτικό, τη Διεύθυνση και το Τμήμα Ψυχολογίας.

Η αντιμετώπιση αυτή αποτελείται από έναν συνδυασμό συμβουλευτικής και συνεπειών ή και κυρώσεων, εφόσον κρίνεται απαραίτητο, και πάντοτε ανάλογα με την ηλικία των παιδιών που εμπλέκονται, τη σοβαρότητα των παραπτωμάτων και τη συχνότητά τους.

Στόχος κάθε τέτοιας παρέμβασης είναι να υποστηριχθεί το παιδί που δέχεται εκφοβισμό και να νιώσει ότι υπάρχουν άνθρωποι που μπορούν να το στηρίξουν και να το προστατεύσουν. Σημαντική είναι και η παρέμβαση που γίνεται και στο παιδί που ασκεί τη βία, γιατί είναι απαραίτητο να οριοθετηθεί και να μάθει διαφορετικούς, κοινωνικά αποδεκτούς τρόπους επικοινωνίας.

Θεωρούμε απολύτως απαραίτητη την καλή και στενή συνεργασία Σχολείου και οικογένειας για την αποτελεσματική αντιμετώπιση οποιουδήποτε θέματος σχολικού εκφοβισμού αφορά στα παιδιά.

Με το φυλλάδιο αυτό σας ενημερώνουμε για το πρόγραμμά μας και ελπίζουμε να χτίσουμε μια σχέση εμπιστοσύνης και αλληλοϋποστήρι-





ξης με κοινό στόχο.

Είτε το παιδί σας είναι άμεσα εμπλεγμένο σε περιστατικά εκφοβισμού, είτε όχι, η στάση που θα κρατήσετε εσείς ως γονείς είναι σημαντική και καθοριστική, ώστε να διαμορφώσει τη σωστή αντίληψη και συμπεριφορά.

### **α) Αν το παιδί σας είναι αποδέκτης βίας**

Πολλά παιδιά που είναι θύματα επιθετικής συμπεριφοράς δεν το ομολογούν σε κανέναν και υποφέρουν μόνα τους, συχνά για μεγάλο χρονικό διάστημα. Δείχνουν, όμως, σχεδόν πάντα κάποια συγκεκριμένα συμπτώματα που είναι ενδεικτικά. Αν λοιπόν το παιδί σας παρουσιάζει κάποια από τα παρακάτω συμπτώματα είναι πιθανό να δέχεται εκφοβιστική συμπεριφορά:

- **Ιδιαίτερο άγχος, εκνευρισμό και ανησυχία, χωρίς να σας λέει το λόγο**
- **Απροθυμία να μιλάει γενικότερα για τη ζωή στο Σχολείο**
- **Απότομες αλλαγές στη διάθεση**
- **Αδικοιολόγητη απροθυμία ή άρνηση να έρθει στο Σχολείο**
- **Ξαφνική ή σταδιακή πτώση στην επίδοση**
- **Συχνές "αδιαθεσίες" όπως πόνος στο στομάχι ή πονοκέφαλος**
- **Δυσκολίες στον ύπνο (αϋπνίες, εφιάλτες)**
- **Αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες**
- **Νυχτερινή ενούρηση, στα μικρότερα παιδιά**
- **Ανεξήγητα κτυπήματα, γρατζουνιές, μελανιές**
- **Ανεξήγητες απώλειες ή καταστροφές σε προσωπικά αντικείμενα (ρούχα, βιβλία, τσάντα)**
- **Συχνή απώλεια χρημάτων ή απαίτηση για μεγαλύτερο χαρτζιλίκι**
- **Επιθετικότητα σε μέλη της οικογένειάς του.**



## Δ. Ο ρόλος των γονέων

Αν το παιδί σας εμφανίζει κάποια από τα παραπάνω συμπτώματα υπάρχει πιθανότητα να είναι θύμα εκφοβισμού. Παρ' όλα αυτά μη βιαστείτε να βγάλετε συμπεράσματα. Βρείτε το χρόνο να συζητήσετε με το παιδί σας για να καταλάβετε τι συμβαίνει. Αν μετά από τη συνομιλία αυτή ξέρετε ή έστω υποπτευέστε ότι το παιδί σας δέχεται οποιαδήποτε μορφή σχολικού εκφοβισμού, είναι σημαντικό να δράσετε υπεύθυνα, γρήγορα αλλά και ψύχραιμα όσο ταραγμένοι και να νιώθετε. Εσείς είστε ο ενήλικας και πρέπει να συμβάλετε προς τη λύση της κατάστασης έχοντας πάντα τη συμπαράσταση του Σχολείου.

Γι' αυτό πρέπει πριν από όλα να του πείτε ότι είστε μαζί του σε αυτή τη δύσκολη κατάσταση, ότι το υποστηρίζετε και, σε συνεργασία με το Σχολείο, θα βρείτε τον κατάλληλο τρόπο αντιμετώπισης. Είναι σημαντικό να καταλάβει ότι αναγνωρίζετε και αποδέχεστε τα συναισθήματα φόβου, οργής, απόρριψης ή και ντροπής που μπορεί να έχει. Έτσι θα αισθανθεί ότι μπορεί να ανοιχτεί περισσότερο για οποιοδήποτε θέμα. Είναι επίσης πολύ σημαντικό να του μεταφέρετε πόσο καλά κάνει που σας το λέει και ότι σε καμιά περίπτωση αυτό δεν αποτελεί "κάρφωμα" αλλά αυτοπροστασία.

Ακολουθούν κάποιες πρακτικές συμβουλές που μπορείτε να δώσετε στο παιδί σας, ώσπου να επικοινωνήσετε με το Σχολείο:

- «**Δοκίμασε να αντιδράς όσο πιο ψύχραιμα μπορείς και να μη δείχνεις τα συναισθήματά σου μπροστά στο επιθετικό παιδί.**»
- «**Ζήτησε τη βοήθεια κάποιου ενήλικα ή άλλου παιδιού που εμπιστεύεσαι.**»
- «**Φρόντισε να είσαι κοντά σε άλλους και να μην απομονώνεσαι.**»
- «**Φύγε!**».



Το αμέσως επόμενο βήμα είναι η ενημέρωση και η συνεργασία με το Σχολείο. Είναι απαραίτητο να ενημερώνετε το Σχολείο για κάθε τέτοιο περιστατικό που πέφτει στην αντίληψή σας. **Σε καμιά περίπτωση δεν πρέπει να "πάρτε τα πράγματα στα χέρια σας"** επικοινωνώντας κατευθείαν με το παιδί που ασκεί τη βία στο δικό σας ή με τους γονείς του. Τέτοιες ενέργειες σχεδόν πάντα **ανακυκλώνουν τη βία** και ποτέ δεν λύνουν οριστικά το πρόβλημα. Είναι επίσης σημαντικό να ειδοποιήσε-

τε το Σχολείο και για κάποιο περιστατικό που τυχαίνει να γνωρίζετε και αφορά άλλο παιδί, ενθαρρύνοντας το δικό σας παιδί να κάνει το ίδιο.

### **β) Αν το παιδί σας ασκεί βία σε άλλα παιδιά**

Αν λοιπόν ξέρετε ή απλώς υποψιάζεστε πως το παιδί σας εκδηλώνει βίαιη συμπεριφορά εναντίον άλλου παιδιού, είναι φυσικό να νιώσετε δύσκολα και συχνά αντιφατικά συναισθήματα. Διατηρήστε την ψυχραιμία σας και αποφύγετε υπερβολικά τιμωρητικές αντιδράσεις. Συζητήστε όμως ανοιχτά το θέμα χωρίς υπεκφυγές, θέστε σαφή όρια και βοηθήστε το να επανορθώσει με κάποιο τρόπο.

Μάθετέ του **να μπαίνει στη θέση του άλλου** και να μην κάνει πράγματα που δεν θα ήθελε να του κάνουν.

Ελάτε άμεσα σε επαφή με το Σχολείο για να ενημερωθείτε σωστά και για να διαμορφωθεί μια κοινή στάση και αντιμετώπιση.

### **γ) Αν το παιδί σας δεν είναι άμεσα εμπλεγμένο σε περιστατικό βίας στο Σχολείο**

Η πλειονότητα των παιδιών δεν είναι ούτε "θύματα" ούτε "θύτες".

Ωστόσο, είναι πιθανόν να έρχονται σε καθημερινή επαφή με το πρόβλημα επειδή παρατηρούν να συμβαίνει σε συμμαθητές τους στην



τάξη, στο διάλειμμα, στο σχολικό λεωφορείο, εκτός Σχολείου, ή μέσω διαδικτύου. Έρευνες έχουν δείξει ότι η **στάση των παρευρισκόμενων/παρατηρητών είναι καθοριστική**. Τα ποσοστά βίας στο Σχολείο μειώνονται όταν οι μαθητές λειτουργούν αποτρεπτικά. Εκτός από τη δουλειά που γίνεται στο Σχολείο προς αυτή την κατεύθυνση, η συμβολή της οικογένειας είναι επίσης καθοριστική. Γι' αυτό είναι σημαντικό να βρίσκετε ευκαιρίες να συζητάτε με το παιδί σας και να υπογραμμίζετε τη σημασία της παρέμβασης των παρατηρητών. Με αυτό τον τρόπο το παιδί συνειδητοποιεί ότι το πρόβλημα του σχολικού εκφοβισμού αφορά όλους, είτε εμπλέκονται άμεσα, είτε έμμεσα, ως παρατηρητές.

Σας ευχαριστούμε που διαβάσατε αυτό το φυλλάδιο και σας τονίζουμε:

**Η βία αυξάνει στο βαθμό που την ανεχόμαστε και δεν την αποκαλύπτουμε.**

**Είναι προσωπική ευθύνη του καθενός να παρεμβαίνει εναντίον της βίας.**

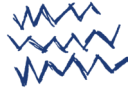
**Όταν οι Γονείς και το Σχολείο συνεργάζονται, μειώνονται τα περιστατικά σχολικού εκφοβισμού.**







Y



T



E



H



3

±



2



Αλ. Παπαναστασίου & Αγ. Δημητρίου

15452 Ψυχικό

T: +30 210 6795000

dimotiko@moraitis.edu.gr, www.moraitis.edu.gr

