

# Χαρούμενο και ασφαλές σχολείο!

15. Βοηθήστε το παιδί σας να αναπτύξει τις κοινωνικές του δεξιότητες.
16. Υιοθετήστε θετικές κοινωνικές σχέσεις και δραστηριότητες: Βοηθήστε το παιδί σας να αποκτήσει φίλους, εντός και εκτός σχολείου, με τους οποίους να ταιριάζει. Προτείνετε δραστηριότητες να κάνουν μαζί.
17. Εξασφαλίστε για τα μικρά παιδιά εικονογραφημένα βιβλία με θέμα τον σχολικό εκφοβισμό μέσω ιστοριών.

5. Επαινείτε και ενισχύετε το όταν επιδεικνύει συνεργατικές και φιλικές σχέσεις προς άλλα παιδιά.
6. Υποβάλετε ερωτήσεις αναφορικά με τα βιώματά του στο σχολείο (φίλους, παιχνίδια, θυμό - ζήλεια - φόβο, εάν το εκφοβίζουν, αν το αναγκάζουν άλλοι να εκφοβίζει).
7. Συνεργαστείτε με το σχολείο για εξεύρεση κοινών τρόπων αντιμετώπισης της συμπεριφοράς του παιδιού.

## Συμβουλές προς γονείς των οποίων το παιδί είναι θεατής περιστατικού εκφοβιστικής συμπεριφοράς

1. Ακούστε το παιδί σας προσεκτικά και επιβραβεύστε το για την αναφορά του περιστατικού.
2. Συζητήστε με το παιδί σας τον τρόπο με τον οποίο η στάση του επηρεάζει: α) το παιδί που θυματοποιείται και β) το παιδί που ασκεί εκφοβισμό.
3. Ενθαρρύνετε το να αναφέρει το περιστατικό σε ενήλικα και να στηρίζει το παιδί που δέχεται τον εκφοβισμό, χωρίς να δρα εκδικητικά και χωρίς τη χρήση βίας. Να αποδοκιμάσει τον θύτη, χωρίς να θέτει σε κίνδυνο τον εαυτό του.

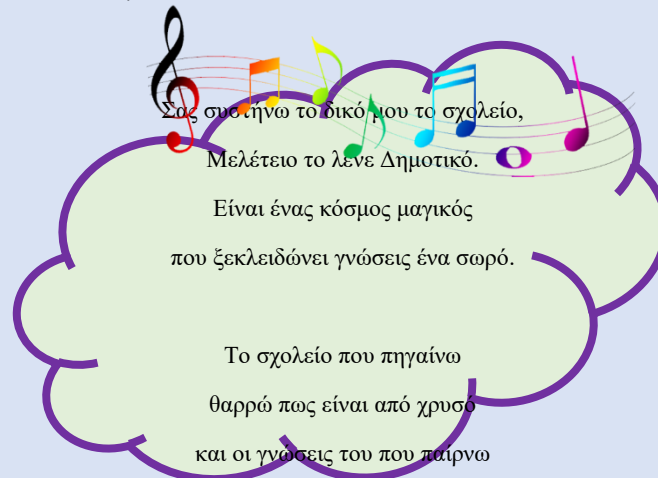
## Συμβουλές προς γονείς των οποίων το παιδί παρουσιάζει εκφοβιστική συμπεριφορά

1. Ακούστε το παιδί σας προσεκτικά.
2. Βοηθήστε το να αντιληφθεί ότι η συμπεριφορά του έχει επιπτώσεις για το ίδιο και για τους άλλους.
3. Μην κτυπάτε το παιδί ως τιμωρία για τις επιθετικές συμπεριφορές του. Προτιμήστε την αφαίρεση προνομίων ως τιμωρία.
4. Διδάξτε το εναλλακτικές τεχνικές για επίλυση συγκρούσεων, που δεν περιλαμβάνουν βία (π.χ. διεκδίκηση με ευγενικό τρόπο).

## Γενικότερα

Ενισχύστε την αυτοεκτίμηση του παιδιού σας:

- ❖ Αφιερώστε χρόνο στο παιδί.
- ❖ Εντοπίστε τα θετικά στοιχεία του κάθε παιδιού, εστιάζοντας την προσοχή σας στις δυνατότητες παρά στις αδυναμίες του.
- ❖ Δώστε ευκαιρίες επιτυχίας στο παιδί.
- ❖ Ενθαρρύνετε το να συμμετέχει στη λήψη αποφάσεων για θέματα που το αφορούν.
- ❖ Δώστε του ευκαιρίες να κάνει επιλογές και να αναλαμβάνει πρωτοβουλίες.
- ❖ Σεβαστείτε την ελευθερία να ενεργεί, αρκεί να είναι σε συγκεκριμένα πλαίσια και όρια συμπεριφοράς.
- ❖ Προωθήστε το παιδί να εκφράζεται θετικά για τον εαυτό του.



- ❖ Πρόγραμμα «Αναγνώριση και Διαχείριση Περιστατικών Εκφοβιστικής Συμπεριφοράς» - Παρατηρητήριο για τη Βία στο Σχολείο (ΠΑ.ΒΙ.Σ.)
- ❖ Εφαρμογή Κώδικα Συμπεριφοράς κατά του Ρατσισμού - Πολιτική του ΥΠΠ
- ❖ Σχέδιο Δράσης Αγωγής Υγείας Και Πρόληψης Παραβατικότητας

## ΣΤΟΧΟΣ

Αναγνώριση, ευαισθητοποίηση και διαχείριση περιστατικών Σχολικού Εκφοβισμού και Ρατσισμού μέσα από βιωματική μάθηση, καλλιέργεια θετικού κλίματος στο σχολείο και σεβασμού καθώς και εφαρμογή συγκεκριμένου πρωτόκολλου.

## Κάποιες από τις δράσεις μας!

- ❖ Σύνθεση στίχων τραγουδιού για το σχολείο μας
- ❖ Δημιουργία του δικού μας Ουράνιου Τόξου
- ❖ Μουσική και παιχνίδια τα διαλείμματα
- ❖ Εβδομάδα Χαμόγελου



- ❖ Παγκάκι Φιλίας
- ❖ Δημιουργία κάρτας καλωσορίσματος για επισκέπτες
- ❖ Ενεργοποίηση μαθητών σε δράσεις σχετικές με το περιβάλλον (εμπλοκή κοινότητας στο πρόγραμμα Τηγανόκινησης, δένδροφύτευση, δημιουργία λαχανόκηπου)
- ❖ Εμπλοκή γονιών στη μάθηση των παιδιών - γονείς και παιδιά στο ίδιο θρανίο
- ❖ Συμμετοχή ομάδας παιδιών στο πρόγραμμα «Ταξίδι Ζωής» - Σταθμός «ΙΘΑΚΗ»
- ❖ Διαλέξεις σχετικές με «Κάπνισμα», «Εφηβεία»
- ❖ Επιμόρφωση εκπαιδευτικών για αναγνώριση και διαχείριση περιστατικών Σχολικού Εκφοβισμού και Ρατσισμού

- ❖ Ανάπτυξη Πρωτόκολλου Διαχείρισης Περιστατικών Σχολικού Εκφοβισμού και Ρατσισμού
- ❖ Δημιουργία Ομάδας Διαχείρισης Περιστατικών Σχολικού Εκφοβισμού και Ρατσισμού από Εκπαιδευτικούς
- ❖ Εφαρμογή σε όλες τις τάξεις δραστηριοτήτων/μαθημάτων γύρω από τον Σχολικό Εκφοβισμό και τον Ρατσισμό
- ❖ Δημιουργία και εκπαίδευση Ομάδας Μαθητών/τριών Παρατηρητών/τριών της αυλής για σωστή παρέμβασή τους και πρόληψη της βίας
- ❖ Διαγωνισμός αφίσας με σχετικό σύνθημα και εκτύπωσή της για αξιοποίηση στην κοινότητα
- ❖ Παρουσίαση από μαθητές Ομάδας Μαθητών/τριών Παρατηρητών/τριών για τον Σχολικό Εκφοβισμό (6 Μαρτίου 2019 -Πανελλήνια Μέρα κατά του Σχολικού Εκφοβισμού)
- ❖ Αγορά και επεξεργασία λογοτεχνικών βιβλίων
- ❖ Παρακολούθηση θεατρικής παράστασης με σχετικό θέμα («Η πεντάμορφη και το τέρας», «Ο τυχερός στρατιώτης»)
- ❖ Ημερίδα με μήνυμα κατά του Σχολικού Εκφοβισμού και κατά του Ρατσισμού (29 Μαΐου 2019)
- ❖ Ενημέρωση γονέων με επιστολή από το σχολείο
- ❖ Επιμόρφωση γονέων από λειτουργό του ΠΑ.ΒΙ.Σ
- ❖ Ενημέρωση γονέων για την αντιρατσιστική πολιτική του ΥΠΠ από εκπαιδευτικό



- ❖ Ενημέρωση προς μαθητές και εκπαιδευτικούς για τον ηλεκτρονικό εκφοβισμό από λειτουργό της CYTANET

## Συμβουλές προς γονείς ...

### Συμβουλές προς γονείς των οποίων τα παιδιά δέχονται Εκφοβισμό

1. Προσέξτε για αλλαγές στη συμπεριφορά και τη στάση του παιδιού σας.
2. Ακούστε το προσεκτικά. Αποκτήστε μια ξεκάθαρη αντίληψη του περιστατικού.
3. Απνεοχοποιήστε το και επιβραβεύστε το για την αποκάλυψη.
4. Εξηγήστε ότι κανείς δεν έχει το δικαίωμα να του φέρεται έτσι.
5. Ζητήστε του να σας πει πώς αντιμετωπίζει το πρόβλημα. Διερευνήστε μαζί και άλλους τρόπους.
6. Μη ζητήσετε να κάνει στο άλλο παιδί «τα ίδια».
7. Ενθαρρύνετε το να αναφέρει το περιστατικό στον/στη δάσκαλο/δασκάλα του.
8. Εξηγήστε τη διαφορά του 'προδίδω/καταγγέλω' από το 'ζητάω' βοήθεια.
9. Επικοινωνήστε με τον/τη δάσκαλο/δασκάλα του.
10. Ζητήστε βοήθεια/στήριξη από τον/την εκπαιδευτικό ψυχολόγο του σχολείου ή και από τις Γραμμές Στήριξης.
11. Διδάξτε το παιδί να αντιμετωπίζει τον εκφοβισμό αντιδρώντας λεκτικά, λέγοντας π.χ. «δε μου αρέσει αυτό που είπες ή έκανες», να απομακρύνεται από τον δράστη και να χρησιμοποιεί χιούμορ.
12. Υπενθυμίζετε στο παιδί σας να χρησιμοποιεί τη γλώσσα του σώματος, που θα του δώσει περισσότερη αυτοπεποίθηση (όρθιος, ανοικτοί ίσιοι ώμοι, διατήρηση οπτικής επαφής).
13. Ενθαρρύνετε το να χρησιμοποιεί το πρώτο πρόσωπο στην έκφραση, ώστε να είναι διεκδικητικό: «εγώ πιστεύω ότι αυτό που κάνεις δεν είναι σωστό/δίκαιο...».
14. Διδάξτε το παιδί σας να σκέφτεται θετικές εικόνες για τον εαυτό του, ώστε να ενισχύει την αυτοεκτίμησή του, να μένει σε χώρους που υπάρχουν ενήλικες ως επιτηρητές και να μένει με ομάδα από φίλους.

