

Τα Ασφαλή Σχολεία είναι Αποτελεσματικά Σχολεία

Μια Στρατηγική Για Γονείς

Η ανακάλυψη ότι το παιδί σας είναι θύμα εκφοβισμού ή ότι το παιδί σας εκφοβίζει άλλους δημιουργεί πολύ άγχος και αναστάτωση. Οι περισσότεροι γονείς αρχικά αισθάνονται θυμό, σύγχυση και ενοχή.

Οι ακόλουθες πληροφορίες έχουν δημιουργηθεί για να σας παρέχουν χρήσιμες στρατηγικές στην αντιμετώπιση περιστατικών εκφοβισμού.

Τι είναι Εκφοβισμός;

Εκφοβισμός είναι όταν κάποιος, ή μια ομάδα ατόμων, που έχουν περισσότερη δύναμη κατά τη συγκεκριμένη στιγμή σκόπιμα στενοχωρούν ή βλάπτουν ένα άλλο άτομο σε περισσότερες από μία περιπτώσεις. Ο εκφοβισμός περιλαμβάνει σωματικό εκφοβισμό όπως χτύπημα· προφορικό εκφοβισμό όπως βρισιές και έμμεσο εκφοβισμό όπως διάδοση φημών.

Εκφοβισμός Δεν είναι

- κατάσταση όπου υπάρχει αμοιβαία σύγκρουση - δηλ. ισορροπία δύναμης όπου οι μαθητές είναι και οι δύο αναστατωμένοι και συνήθως θέλουν επίλυση του προβλήματος.
- Κοινωνική απόρριψη ή απέχθεια (εκτός αν είναι επαναλαμβανόμενη πράξη και απευθύνεται προς συγκεκριμένο πρόσωπο).



- Μοναδικά επεισόδια αγριότητας ή κακίας ή τυχαίες πράξεις επιθετικότητας ή τρομοκράτησης.

Πώς μπορώ να γνωρίζω αν το παιδί μου είναι θύμα εκφοβισμού;

Μερικά από τα σημάδια ότι το παιδί σας είναι θύμα εκφοβισμού περιλαμβάνουν:

- να είναι απρόθυμο ή να αρνείται να πηγαίνει στο σχολείο
- να αισθάνεται άρρωστο τα πρωινά
- να κάνει σκασισαρχείο
- να πηγαίνει άσχημα με τη σχολική του εργασία
- να γίνεται ακοινωνήτο, ν' αρχίζει να τραυλίζει, να του λείπει η αυτοπεποίθηση
- να αποκοιμάται κλαίγοντας, να έχει εφιάλτες
- να ζητά χρήματα ή να αρχίζει να κλέβει (για να πληρώνει τον εκφοβιστή)
- να αρνείται να μιλήσει για το τι δεν πάει καλά
- να έχει ανεξήγητους μώλωπες, τραύματα, γρατσουνιές
- να αρχίζει να εκφοβίζει άλλα παιδιά ή αδέρφια του
- να γίνεται επιθετικό και παράλογο

Διασκευή από το *Kidscape*, που διατίθεται στο www.kidscape.org.uk/parents/signsof.shtml



Τι μπορώ να κάνω αν το παιδί μου είναι θύμα εκφοβισμού;

Βήμα 1: Ακούστε προσεκτικά το παιδί σας και δείξτε ενδιαφέρον και υποστήριξη.

Βήμα 2: Δώστε λογικές συμβουλές - μην ενθαρρύνετε το παιδί σας να προβάλει αντίσταση, αυτό είναι πολύ πιθανό να αυξήσει τον εκφοβισμό.

Βήμα 3: Βοηθήστε το παιδί σας να αναπτύξει θετικές στρατηγικές συμπεριλαμβανομένων:

- να λέει άσε με ήσυχο και ήρεμα να απομακρύνεται
- να αποφεύγει καταστάσεις που θα μπορούσαν να το εκθέσουν σε περαιτέρω εκφοβισμό
- να κάνει νέους φίλους.

Βήμα 4: Κάνετε στο παιδί σας τις ακόλουθες ερωτήσεις για να καταλάβετε αν υπάρχει επαναλαμβανόμενο πρότυπο:

- Τι, πού και πότε συνέβη το επεισόδιο;
- Ποιος εμπλεκόταν σε κάθε περίπτωση;
- Το είδε κανένας άλλος, και, αν ναι, ποιος;
- Ποιες λύσεις έχουν δοκιμαστεί μέχρι τώρα;
- Τα ονόματα οποιονδήποτε δασκάλων που είναι ενήμεροι του προβλήματος.

Βήμα 5: Συνεργαστείτε με το σχολείο του παιδιού σας για να λύσετε το πρόβλημα. Τα σχολεία παίρνουν τις υποχρεώσεις τους σε σχέση με εκφοβιστική συμπεριφορά πολύ σοβαρά και έχουν περισσότερη επιτυχία όταν οι γονείς συνεργάζονται με το σχολείο για να λύνουν το πρόβλημα του εκφοβισμού.

Να θυμάστε, αν εσείς δεν ήσαστε ενήμεροι ότι το παιδί σας ήταν θύμα εκφοβισμού, τότε ίσως ούτε και οι δάσκαλοι του παιδιού σας να μην το γνώριζαν.

Εσείς θα πρέπει:

- Να κλείσετε ραντεβού με το δάσκαλο του παιδιού σας και να κάνετε σημειώσεις σχετικά με τα σημεία που θέλετε να συζητήσετε πριν τη συνάντηση.
- Στη συνάντηση να προσπαθήσετε να παραμείνετε ήρεμοι και να παρουσιάσετε τις πληροφορίες με τρόπο που να καθιστά σαφές ότι εσείς και το σχολείο εργάζεστε ως συνεργάτες στην προσπάθεια να διορθώσετε αυτό το πρόβλημα.

Το σχολείο θα χρειαστεί χρόνο για να διερευνήσει και να μιλήσει σε δασκάλους και, πιθανόν, άλλους μαθητές.

Βήμα 6: Μπορείτε να κάνετε μετέπειτα τηλεφώνημα για να δείτε τι έχει γίνει ή εναλλακτικά να ρωτήσετε το σχολείο πότε μπορείτε να περιμένετε ότι θα επικοινωνήσει εκ νέου μαζί σας.



safe schools are
effective schools

Βήμα 7: Συνεργαστείτε με το σχολείο για να καθιερώσετε ένα σχέδιο για αντιμετώπιση της παρούσας κατάστασης και μελλοντικών επεισοδίων εκφοβισμού. Πριν φύγετε, ζητήστε διευκρίνιση σχετικά με τα επόμενα βήματα στο σχέδιο.

Βήμα 8: Αν χρειάζεται, ζητήστε να συμμετάσχει και ο/η σύμβουλος του σχολείου.

Βήμα 9: Ενθαρρύνετε το παιδί σας να αναφέρει οποιαδήποτε περαιτέρω επεισόδια εκφοβισμού σε δάσκαλο που εμπιστεύεται στο σχολείο.

Τι ΔΕΝ θα πρέπει να κάνω αν το παιδί μου είναι θύμα εκφοβισμού;

- Μην πλησιάζετε άμεσα οποιοδήποτε άλλο μαθητή που πιστεύετε ότι μπορεί να έχει εμπλακεί στον εκφοβισμό του παιδιού σας.
- Μην προσπαθείτε να ξεκαθαρίσετε τα θέματα με τους γονείς του/της. Αυτό συνήθως δεν αποφέρει αποτέλεσμα και κάνει την κατάσταση πολύ χειρότερη.

Τι γίνεται αν το παιδί μου εκφοβίζει άλλους;

- Αντιδράστε ήρεμα και όχι απολογητικά, και δεσμευθείτε να συνεργαστείτε με το σχολείο για να αντιμετωπίσετε το πρόβλημα με χρήσιμο τρόπο.
- Δείτε την κατάσταση σαν μια ευκαιρία για να μάθει το παιδί σας σημαντικά αναπτυξιακά μαθήματα.

Τι ΔΕΝ θα πρέπει να κάνω αν το παιδί μου εκφοβίζει άλλους;

- Μην πλησιάζετε άμεσα το μαθητή που ήταν θύμα εκφοβισμού ή την οικογένειά του και μην προσπαθήσετε να κάνετε άλλους γονείς να ταχθούν με το μέρος του παιδιού σας.

Τι μπορώ να κάνω εγώ για να μειωθεί η εκφοβιστική συμπεριφορά στο σχολείο;

- Αναφέρετε όλα τα επεισόδια εκφοβισμού στο σχολείο, όχι απλώς επεισόδια που συμβαίνουν στο δικό σας παιδί.

- Κάνετε γνωστό στο παιδί σας πόσο πολύ αποδοκιμάζετε τον εκφοβισμό και γιατί.
- Οποιοδήποτε είδος εκφοβισμού στο σπίτι θα πρέπει να αποφεύγεται, και ο σεβασμός προς άλλους θα πρέπει να διαπλάθεται και να ενθαρρύνεται.
- Μιλάτε στο παιδί σας για τις ποιότητες που σχετίζονται με στοργικές φιλίες και αποθαρρύνετε το από το να μένει σε 'φιλίες' όπου το κακομεταχειρίζονται ή δεν το σέβονται.

Χρήσιμοι ιστοχώροι:

Τα Ασφαλή Σχολεία είναι Αποτελεσματικά Σχολεία (Safe Schools are Effective Schools):

www.sofweb.vic.edu.au/wellbeing/safeschools/bullying/index.htm

Κώδικας Διαγωγής Μαθητών (Student Code of Conduct):

www.sofweb.vic.edu.au/wellbeing/welfare/conduct.htm

Εκφοβισμός. Αποκλείεται! (Bullying. No Way!):

www.bullyingnoway.com.au



safe schools are
effective schools