


Εκφοβισμός

Μπορούμε να τον
σταματήσουμε όλοι μαζί



Ένας οδηγός για τους γονείς
μαθητών του δημοτικού και της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης

Άνοιξη 2013



Οι επιπτώσεις του εκφοβισμού δεν περιορίζονται στην αυλή του σχολείου. Τι πρέπει να προσέχετε, τι μπορείτε να κάνετε και πού θα βρείτε βοήθεια σαν γονέας ή κηδεμόνας.

Τι είναι ο εκφοβισμός;

Ο εκφοβισμός είναι μια επιθετική συμπεριφορά η οποία συνήθως επαναλαμβάνεται. Σαν στόχο έχει να προκαλέσει σωματική βλάβη, φόβο ή ανησυχία ή να δημιουργήσει αρνητικό κλίμα στο σχολείο σε ένα άλλο άτομο. Ο εκφοβισμός εμφανίζεται εκεί όπου υπάρχει μια πραγματική ή και αντιληπτή ανισορροπία δύναμης.

Τον πλήρη ορισμό μπορείτε να βρείτε στον Education Act [Εκπαιδευτικός Νόμος] στη διεύθυνση www.e-laws.gov.on.ca



Είδη εκφοβισμού

Εάν το παιδί μου δεν έχει τραυματιστεί σωματικά, μπορεί να θεωρηθεί θύμα εκφοβισμού;

Ο εκφοβισμός μπορεί να εκδηλωθεί με πολλές μορφές. Μπορεί να είναι:

- **σωματικός** – χτυπήματα, σπρωξίματα, καταστροφή ή κλοπή προσωπικών αντικειμένων
- **προφορικός** – προσβολές, εμπαιγμός ή σχόλια σεξιστικού, ρατσιστικού ή ομοφοβικού χαρακτήρα
- **κοινωνικός** – η εξαίρεση ατόμων από μια ομάδα ή η διάδοση κουτσομπολιών και φημών εις βάρος τους
- **γραπτός** – η συγγραφή σημειωμάτων ή η ανάρτηση πινακίδων σε κοινή θέα, με στόχο να πληγώσουν και να προσβάλλουν
- **ηλεκτρονικός** (κοινώς «κυβερνο-παρενόχληση») – η διάδοση φημών και προσβλητικών παρατηρήσεων μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, κινητού τηλεφώνου (π.χ., γραπτά μηνύματα), καθώς και σε ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης.

Τι είναι ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός ή κυβερνο-παρενόχληση;

Είναι η ηλεκτρονική επικοινωνία η οποία:

- χρησιμοποιείται για να στενοχωρήσει, να απειλήσει ή να φέρει σε δύσκολη θέση ένα άλλο άτομο.
- χρησιμοποιεί το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, τα κινητά τηλέφωνα, τα μηνύματα κειμένου και τις ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης για να απειλήσει, να παρενοχλήσει, να ντροπιάσει, να αποκλείσει κοινωνικά ή να βλάψει τη φήμη κάποιου και τις φιλικές του σχέσεις.
- συμπεριλαμβάνει ταπείνωση, ύβρεις και πιθανώς τη διάδοση φημών, την κοινοποίηση προσωπικών πληροφοριών, φωτογραφιών ή βίντεο ή απειλές για σωματική κακοποίηση.
- είναι πάντα επιθετική και προκαλεί επώδυνα συναισθήματα.

Στα σχολεία του Οντάριο, οι διευθυντές είναι υποχρεωμένοι να αντιμετωπίζουν την κυβερνο-παρενόχληση όταν επηρεάζει το σχολικό κλίμα. Για παράδειγμα, εάν ένας μαθητής έχει υπάρξει θύμα εκφοβισμού και ντρέπεται λόγω ενός μηνύματος ηλεκτρονικού ταχυδρομείου το οποίο τον αφορά και το οποίο κοινοποιήθηκε σε άλλους μαθητές, μπορεί να μην θέλει να ξαναπάει σχολείο.

Ο εκφοβισμός δεν είναι αποδεκτός, ανεξαρτήτως της μορφής που λαμβάνει.

Ο εκφοβισμός παρουσιάζεται όταν υπάρχει ανισορροπία δύναμης μεταξύ ατόμων. «Ανισορροπία» μπορεί να σημαίνει ότι ένας μαθητής είναι μεγαλύτερης ηλικίας, διαφορετικής φυλής ή έχει περισσότερους φίλους από έναν άλλον.

Pepler, D., Craig, W., Connolly, J., Yuile, A., McMaster, L., & Jiang, D. (2006). A developmental perspective on bullying. *Aggressive Behavior [Μια αναπτυξιακή προσέγγιση στον εκφοβισμό. Επιθετική συμπεριφορά.]*, 32, σελ. 376.

Είναι η σύγκρουση το ίδιο πράγμα με τον εκφοβισμό;

Συχνά υπάρχει σύγχυση ανάμεσα στις έννοιες της σύγκρουσης και του εκφοβισμού, ωστόσο πρόκειται για δύο διαφορετικά πράγματα.

Η σύγκρουση εκδηλώνεται μεταξύ δύο ή περισσότερων ανθρώπων οι οποίοι διαφωνούν ή έχουν διαφορετικές γνώμες ή απόψεις. Η σύγκρουση, όμως, μεταξύ μαθητών δεν συνεπάγεται απαραίτητα εκφοβισμό. Τα παιδιά μαθαίνουν από μικρή ηλικία να καταλαβαίνουν ότι οι άλλοι μπορεί να έχουν διαφορετική άποψη από τη δική τους, ωστόσο η ανάπτυξη της ικανότητας μιας γενικότερης αντίληψης απαιτεί χρόνο και η διαδικασία συνεχίζεται έως την πρώιμη ενήλικη ζωή (*Stepping Stones: A Resource on Youth Development [Μεταβατικά στάδια: Μια πηγή για την ανάπτυξη των νέων]*, σελίδα 26).

Στην περίπτωση της σύγκρουσης, κάθε άτομο έχει την ελευθερία να εκφράσει τις απόψεις του και δεν τίθεται θέμα ανισορροπίας δύναμης. Κάθε άτομο μπορεί να εκφράσει την προσωπική του γνώμη. Ο τρόπος με τον οποίο αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι τη σύγκρουση είναι εκείνος που την κάνει θετική ή αρνητική.

Η σύγκρουση γίνεται αρνητική όταν ένα άτομο συμπεριφέρεται επιθετικά, προκαλώντας επώδυνα συναισθήματα, είτε με τα λόγια του, είτε με τις πράξεις του. Τότε η σύγκρουση αποτελεί μια επιθετική αλληλεπίδραση. Η σύγκρουση γίνεται εκφοβισμός μόνο όταν επαναλαμβάνεται τακτικά και υπάρχει ανισορροπία δύναμης. Με την πάροδο του χρόνου, ενδέχεται να δημιουργηθεί ένα μοτίβο συμπεριφοράς στο οποίο το άτομο που συμπεριφέρεται επιθετικά στη σύγκρουση συνεχίζει ή και αυξάνει την επιθετικότητά του. Ο αποδέκτης της επιθετικής συμπεριφοράς μπορεί να αισθάνεται ότι χάνει ολοένα και περισσότερο την ελευθερία του στο να εκφράσει την άποψή του, και μπορεί να νιώθει ολοένα και πιο ανίσχυρος. Σε αυτό το σημείο είναι που μια αρνητική σύγκρουση μπορεί να μετατραπεί σε εκφοβισμό.

Το σχολείο αντιμετωπίζει διαφορετικά τον εκφοβισμό και τη σύγκρουση. Για παράδειγμα, στην περίπτωση μιας σύγκρουσης, ένα μέλος του προσωπικού μπορεί να συγκεντρώσει τους μαθητές με στόχο να εκφράσουν ο καθένας την άποψή του, καθοδηγώντας τους σε μια αμοιβαία επίλυση της κατάστασης.

Στην περίπτωση του εκφοβισμού, ο διευθυντής θα εξετάσει το ενδεχόμενο λήψης μέτρων προοδευτικής πειθαρχίας, η οποία μπορεί να περιλαμβάνει την προσωρινή ή και την οριστική αποβολή.

Πόσο σοβαρό είναι το πρόβλημα του εκφοβισμού;

Ο εκφοβισμός δεν είναι αποδεκτός. Δεν πρέπει να θεωρείται ότι είναι «μέσα στα πλαίσια της ενηλικίωσης». Η έρευνα και η εμπειρία έχουν αποδείξει ότι ο εκφοβισμός είναι ένα σοβαρό πρόβλημα, με εκτεταμένες συνέπειες για τους εμπλεκόμενους μαθητές, τις οικογένειές τους και τους συνομηλίκους τους, καθώς και για την κοινωνία.

Τα παιδιά που έχουν υπάρξει θύματα, που εκφοβίζουν άλλα παιδιά ή που έχουν βρεθεί και στις δύο θέσεις έχουν πολλές πιθανότητες να αποκτήσουν συναισθηματικά προβλήματα, συμπεριφοριστικά προβλήματα και προβλήματα στις σχέσεις τους. Θα χρειαστούν τη στήριξη και την καθοδήγηση των ενηλίκων ώστε να μπορέσουν να αναπτύξουν υγιείς σχέσεις εντός και εκτός σχολείου.

Σύμφωνα με μελέτη του 2011 του Κέντρου Εθισμού και Ψυχικής Υγείας (CAMH), σχεδόν ένας στους τρεις μαθητές στο Οντάριο (ποσοστό 29%) δηλώνει ότι έχει υπάρξει θύμα εκφοβισμού στο σχολείο.

Οι μαθητές που έχουν υπάρξει θύματα εκφοβισμού συχνά αντιμετωπίζουν κοινωνικό άγχος, μοναξιά, εσωστρέφεια, σωματικές ασθένειες και χαμηλή αυτοεκτίμηση. Μπορεί επίσης να αναπτύξουν φοβίες, να υιοθετήσουν επιθετικές συμπεριφορές ή να παρουσιάσουν κατάθλιψη. Κάποιοι μαθητές κάνουν απουσίες, η βαθμολογία τους πέφτει ή και εγκαταλείπουν το σχολείο επειδή έχουν πέσει θύματα εκφοβισμού.

Τα παιδιά και οι έφηβοι που μαθαίνουν να χρησιμοποιήσουν τη δύναμη και την επιθετικότητά τους σε βάρος των άλλων πιθανότατα θα σταματήσουν να ενδιαφέρονται για τη διαφορά μεταξύ σωστού και λάθους. Και τελικά, ως ενήλικες, μπορεί να κακοποιούν τους άλλους. Για τον λόγο αυτό, είναι πολύ σημαντικό να τα βοηθήσουμε να σταματήσουν τον εκφοβισμό όσο πιο νωρίς γίνεται.

Τα αγόρια και τα κορίτσια έχουν την ίδια συμπεριφορά εκφοβισμού;

Εκφοβιστικές συμπεριφορές μπορεί να εκδηλώσουν τόσο τα αγόρια όσο και τα κορίτσια. Τα αγόρια συνήθως απειλούν σωματικά, ενώ τα κορίτσια γενικά χρησιμοποιούν πιο έμμεσες προσεγγίσεις, όπως το κουτσομπολιό για τους συμμαθητές τους ή την απομόνωσή τους με αποκλεισμό από δραστηριότητες ή ομάδες. Ωστόσο, καθώς αυξάνεται η ηλικία, τόσο τα αγόρια όσο και τα κορίτσια έχουν την τάση να εκφοβίζουν με τρόπο προφορικό και κοινωνικό.

Πώς μπορώ να καταλάβω εάν το παιδί μου έχει υπάρξει θύμα εκφοβισμού;

Ένα μικρό παιδί μπορεί να μην ξέρει τη λέξη «εκφοβισμός». Καταλαβαίνει όμως όταν κάποιος του συμπεριφέρεται με κακία, προσπαθεί να το πληγώσει ή το κάνει να νιώθει φόβο ή θλίψη. Πιθανώς να μην σας το πει επειδή φοβάται τις συνέπειες εάν «μιλήσει» ή «μαρτυρήσει» ή «καρφώσει» κάποιον.

«Καρφώνω» και «ενημερώνω»	
«Καρφώνω»	«Ενημερώνω»
Όταν «καρφώνω» κάποιον το κάνω με σκοπό να τον φέρω σε δύσκολη θέση.	Το να ενημερώσω κάποιον σημαίνει να ζητήσω βοήθεια όταν εγώ ή ένα γνωστό μου πρόσωπο έχει πάθει κάτι κακό ή όταν θίγονται τα δικαιώματα στην ασφάλεια.

(Ομοσπονδία Εκπαιδευτικών του Οντάριο (OTF) και Κέντρο Πρόληψης Επιθετικής Συμπεριφοράς του Οντάριο (COPA), *Creating Safe Schools [Δημιουργία ασφαλών σχολείων]*, Ιανουάριος 2012, σελ. 56)

Το παιδί σας είναι πιθανό να μην σας αναφέρει ότι έχει κάποιο πρόβλημα και να χρησιμοποιεί τον όρο «παρενόχληση» αντί για «εκφοβισμό», για να περιγράψει τη συμπεριφορά. Συχνά οι έφηβοι προτιμούν να χειριστούν τα πράγματα μόνοι τους. Μπορεί να νομίζουν ότι θα θυμώσετε και θα τους στερήσετε κάποια προνόμια, όπως το κινητό τηλέφωνο, ή ίσως να ντρέπονται με την ιδέα ότι θα εμπλακεί ο γονιός τους.

Ακόμα και εάν το παιδί σας δεν πει κάτι, εσείς μπορείτε να παρατηρήσετε εάν παρουσιάζει ενδείξεις εκφοβισμού. Κάποιες από αυτές που μπορείτε να δείτε είναι:

- Τα παιδιά που έχουν υπάρξει θύματα εκφοβισμού μπορεί να μην θέλουν να πάνε σχολείο ή μπορεί να κλαίνε ή να αισθάνονται άρρωστα τις ημέρες σχολείου.
- Μπορεί να μην θέλουν να συμμετέχουν σε κοινωνικές δραστηριότητες ή εκδηλώσεις με άλλους μαθητές.
- Μπορεί να συμπεριφέρονται διαφορετικά απ' ό,τι συνήθως.
- Μπορεί να αρχίσουν ξαφνικά να χάνουν χρήματα ή προσωπικά αντικείμενα, να έρχονται στο σπίτι με τα ρούχα σκισμένα ή με σπασμένα προσωπικά αντικείμενα και να σας δίνουν παράλογες εξηγήσεις.
- Οι έφηβοι που έχουν υπάρξει θύματα εκφοβισμού ή/και παρενόχλησης μπορεί επίσης να αρχίσουν να λένε ότι θα παρατήσουν το σχολείο και να απέχουν από δραστηριότητες στις οποίες συμμετέχουν άλλοι μαθητές.

Το παιδί μου είναι θύμα εκφοβισμού. Τι πρέπει να κάνω;

- Ακούστε το παιδί σας και διαβεβαιώστε το ότι έχει το δικαίωμα να είναι ασφαλές.
- Μάθετε ακριβώς ποια είναι τα γεγονότα. Σημειώστε τι έχει συμβεί και πότε.
- Βοηθήστε το παιδί σας να καταλάβει τη διαφορά μεταξύ του «καρφώνω» και του «ενημερώνω» κάποιον. Η υποβολή μιας καταγγελίας απαιτεί θάρρος. Η καταγγελία δεν έχει σκοπό να θίξει έναν άλλο μαθητή. Γίνεται για την προστασία όλων.
- Κλείστε ένα ραντεβού με τον δάσκαλο του παιδιού σας, έναν άλλο δάσκαλο τον οποίο το παιδί σας εμπιστεύεται, τον διευθυντή ή τον υποδιευθυντή του σχολείου.
- Όσο δύσκολο κι αν είναι, προσπαθήστε να παραμείνετε ψύχραιμοι ώστε να μπορείτε να υποστηρίξετε το παιδί σας και να σχεδιάσετε μια πορεία δράσης μαζί του.
- Μην παρεκκλίνετε από τον στόχο σας. Παρακολουθήστε τη συμπεριφορά του παιδιού σας. Εάν οι συναντήσεις σας με το προσωπικό του σχολείου δεν σταματήσουν τον εκφοβισμό, μιλήστε με τον διευθυντή. Ζητήστε να μάθετε εάν ακολουθήθηκαν τα βήματα που συμφωνήθηκαν στη συνάντηση.
- Μιλήστε με τον εκπαιδευτή ή τον προπονητή εάν ο εκφοβισμός λαμβάνει χώρα κατά τη διάρκεια εξωσχολικών δραστηριοτήτων ή αθλητικών αγώνων.
- Καλέστε την αστυνομία εάν ο εκφοβισμός περιλαμβάνει εγκληματική συμπεριφορά, όπως σεξουαλική επίθεση ή χρήση όπλου, ή εάν η απειλή της ασφάλειας του παιδιού σας εκδηλώνεται στην κοινότητα και όχι στο σχολείο.

Η συναισθηματική ταύτιση είναι η ικανότητα να αναγνωρίζει κανείς και να συμμερίζεται αυτό που βιώνει ένα άλλο άτομο. Αυτή αναπτύσσεται κατά τα τελευταία στάδια της εφηβείας και συνήθως δεν εξελίσσεται πλήρως μέχρι την πρώιμη ενήλικη ζωή. Κατά την παιδική ηλικία, μια πρώτη μορφή αυτής εμφανίζεται όταν τα παιδιά αρχίζουν να βιώνουν συναισθήματα ταραχής όταν ταραάζονται οι άλλοι γύρω τους.

Stepping Stones: A Resource on Youth Development [Μεταβατικά στάδια: Μια πηγή για την ανάπτυξη των νέων], σελίδα 25

Πώς μπορώ να βοηθήσω το παιδί μου να αντιμετωπίσει τον εκφοβισμό;

Όταν συνεργάζεστε με το σχολείο για να βοηθήσετε το παιδί σας να χειριστεί το πρόβλημα του εκφοβισμού, δίνετε το παράδειγμα, καθώς και το σαφές μήνυμα ότι ο εκφοβισμός είναι επιλήψιμος.

Ανεξαρτήτως ηλικίας, μπορείτε να βοηθήσετε ενθαρρύνοντας το παιδί σας να σας μιλήσει για τον εκφοβισμό δίνοντας τις ακόλουθες συμβουλές:

- Κράτα τη ψυχραιμία σου και **φύγε** από το σημείο της σύγκρουσης.
- **Ενημέρωσε έναν ενήλικα** που εμπιστεύεσαι –έναν δάσκαλο, τον διευθυντή, τον οδηγό του σχολικού λεωφορείου, ή τον υπεύθυνο του μεσημεριανού γεύματος– για ό,τι συνέβη ή κάμε μια ανώνυμη καταγγελία.
- **Συζήτησέ το** με τα αδέρφια σου, με τους φίλους σου, έτσι ώστε να μην νιώθεις μόνος.
- **Κάλεσε στη γραμμή Kids Help Phone** στο 1-800-668-6868 ή επισκέψου τη διεύθυνση www.kidshelpphone.ca

Υπάρχει περίπτωση το παιδί μου να εκφοβίζει άλλα παιδιά;

Τα παιδιά που εκφοβίζουν κάποιες φορές κάνουν το ίδιο στο σπίτι όπως και στο σχολείο. Παρατηρήστε και ακούστε τι γίνεται στο σπίτι σας. Υπάρχουν ενδείξεις ότι ένα από τα παιδιά σας εκφοβίζει κάποιο από τα αδέρφια του;

Τα παιδιά που εκφοβίζουν κάποιες φορές μπορεί να είναι επιθετικά και αντιδραστικά στο σπίτι και να μην σέβονται τους κανόνες του σπιτιού. Εάν ανησυχείτε ότι το παιδί σας εκφοβίζει άλλα παιδιά, παρακολουθήστε με ποιον τρόπο αλληλεπιδρά με τα αδέρφια του, μαζί σας, καθώς και με φίλους του όταν έρχονται στο σπίτι σας. Εάν φαίνεται να είναι επιθετικό, να μην τα πηγαίνει καλά με τους άλλους ή να μην δείχνει κατανόηση προς αυτούς, αυτά μπορεί να είναι ενδείξεις εκφοβισμού προς άλλα παιδιά στο σχολείο.

Παιδιά που κακομεταχειρίζονται σωματικά άλλους μαθητές μπορεί επίσης να έρχονται στο σπίτι με μελανιές, γδαρσίματα και σκισμένα ρούχα. Μπορεί ξαφνικά να έχουν περισσότερα χρήματα απ' ό,τι συνήθως ή νέα προσωπικά αντικείμενα τα οποία κανονικά δεν θα ήταν σε οικονομική θέση να αποκτήσουν. Ενδέχεται επίσης να χρησιμοποιούν «σκληρή γλώσσα» μιλώντας για τους άλλους μαθητές.

Η συμπεριφορά του εκφοβισμού μπορεί να αναπτυχθεί σε βάθος χρόνου ή ως αποτέλεσμα μεγάλων αλλαγών, απωλειών ή διαταραχών στη ζωή ενός παιδιού ή εφήβου. Είχε ένα από τα παιδιά σας κάποια εμπειρία αυτού του είδους πρόσφατα;

Σκεφτείτε με ποιον τρόπο αντιμετωπίζονται τα προβλήματα και οι διαμάχες στο σπίτι σας. Σαν οικογένεια, συζητάτε με θετικό τρόπο τα προβλήματα; Ένας αποτελεσματικός τρόπος για να αποθαρρύνετε τον εκφοβισμό είναι να δείξετε το καλό παράδειγμα και να μάθετε στο παιδί σας πώς να λύνει τα προβλήματα χωρίς τη χρήση βίας ή επιθετικότητας.

Είναι επίσης σημαντικό να εξηγήσετε στα παιδιά σας τι σημαίνει εκφοβισμός. Θα πρέπει να περιγράψετε τα διάφορα είδη εκφοβισμού και να εξηγήσετε ότι κάνουν κακό και πληγώνουν τους άλλους. Πείτε στο παιδί σας ότι ο εκφοβισμός είναι επιλήψιμος και απαράδεκτος κάτω από οποιοδήποτε συνθήκες.

Πώς αντιμετωπίζουν τα σχολεία τον εκφοβισμό και άλλα συμβάντα;

Οι μαθητές που εκφοβίζουν άλλους μαθητές, είτε αυτοπροσώπως είτε ηλεκτρονικά, μπορεί να αντιμετωπίσουν διαφορετικές συνέπειες.

Κατά την αντιμετώπιση του εκφοβισμού, οι διευθυντές χρησιμοποιούν την προσέγγιση της προοδευτικής πειθαρχίας. Η πολιτική της προοδευτικής πειθαρχίας του Οντάριο επιτρέπει στον διευθυντή να επιλέξει από μια σειρά μέτρων αντιμετώπισης συμπεριφοράς, βοηθώντας τον μαθητή να μάθει να αναλαμβάνει τις ευθύνες του. Ενδεικτικά παραδείγματα περιλαμβάνουν:

- μια συγγνώμη για ένα προσβλητικό ή ασεβές σχόλιο
- μια αναθεώρηση των προσδοκιών για τον μαθητή
- μια συνάντηση με τους γονείς/τους κηδεμόνες
- συμβουλευτική διαχείριση θυμού
- την προσωρινή αποβολή του μαθητή από το σχολείο.

Σε σοβαρότερες περιπτώσεις, ο διευθυντής μπορεί να προτείνει την οριστική αποβολή του μαθητή από το σχολείο, εάν αυτός έχει ήδη λάβει μια προσωρινή αποβολή για εκφοβισμό και εξακολουθεί να είναι επικίνδυνος για την ασφάλεια κάποιου άλλου ατόμου. Οι κανόνες αυτοί ισχύουν για μαθητές της πρωτοβάθμιας και της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης.

Η προοδευτική πειθαρχία περιορίζει την ανάρμοστη συμπεριφορά ώστε να μην επιδεινωθεί και να μην προκαλέσει αρνητικό αντίκτυπο σε όλους τους μαθητές και τις αντιλήψεις τους για την ασφάλεια και το σχολείο. Προάγει επίσης τη θετική συμπεριφορά των μαθητών και βοηθάει τον μαθητή να αναλάβει την ευθύνη για τη συμπεριφορά του και να μάθει πιο θετικούς τρόπους αλληλεπίδρασης με τους άλλους.

Τα σχολεία παρέχουν υποστήριξη σε όλους τους μαθητές που εμπλέκονται στον εκφοβισμό: στους μαθητές που έχουν υπάρξει θύματα εκφοβισμού, στους μαθητές που έχουν εκφοβιστική συμπεριφορά, καθώς και σε όσους είναι παρόντες σε τέτοιου είδους συμπεριφορές.

Όλα τα σχολεία και τα διοικητικά συμβούλια οφείλουν να έχουν:

- πολιτικές πρόληψης και αντιμετώπισης του εκφοβισμού
- σχέδια πρόληψης του εκφοβισμού και παρέμβασης
- πολιτικές προοδευτικής πειθαρχίας, ισότητας και συμμετοχικής εκπαίδευσης.

Όλα τα μέλη του εκπαιδευτικού προσωπικού υποχρεούνται να αναφέρουν σοβαρά επεισόδια μαθητών, όπως π.χ. εκφοβισμό, στον διευθυντή. Οι διευθυντές οφείλουν να διερευνήσουν όλα τα καταγεγραμμένα περιστατικά εκφοβισμού.

Τα μέλη του εκπαιδευτικού προσωπικού οι οποίοι συνεργάζονται άμεσα με τους μαθητές, όπως οι δάσκαλοι, οι κοινωνικοί λειτουργοί και οι σχολικοί σύμβουλοι, δεν πρέπει να παραβλέπουν κάθε ακατάλληλη ή ασεβή συμπεριφορά που έχει αρνητικό αντίκτυπο στο σχολικό κλίμα, συμπεριλαμβανόμενου του εκφοβισμού.



Τα σχολικά συμβούλια υποχρεούνται να παρέχουν προγράμματα, παρεμβάσεις ή άλλα μέσα στήριξης για τους μαθητές που έχουν υπάρξει θύματα του εκφοβισμού, τους μαθητές που είναι μάρτυρες του εκφοβισμού, καθώς και τους μαθητές που προβαίνουν σε εκφοβισμό.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο αντιμετώπισης των περιστατικών στο σχολείο από το προσωπικό, ανατρέξτε στην ενότητα "Reporting and Responding" (Καταγγελία και αντιμετώπιση) στην ιστοσελίδα του υπουργείου www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/reportingResponding.html ή μιλήστε με τον διευθυντή του σχολείου σας, εάν θέλετε να μάθετε περισσότερα για τις υπηρεσίες που διατίθενται μέσω του σχολείου.

Οι διευθυντές πρέπει να επικοινωνήσουν με τους γονείς/τους κηδεμόνες των μαθητών που έχουν δεχθεί εκφοβισμό και των μαθητών που έχουν ασκήσει εκφοβισμό, και να τους εξηγήσουν:

- τι έχει συμβεί
- τι έχει υποστεί ο μαθητής
- ποια μέτρα έχουν ληφθεί για την προστασία της ασφάλειας του μαθητή, συμπεριλαμβανομένων τυχόν πειθαρχικών μέτρων που λαμβάνονται για την αντιμετώπιση του περιστατικού
- ποια μέτρα υποστήριξης θα παρασχεθούν στον μαθητή για την αντιμετώπιση του περιστατικού.

Επίσης:

- οι διευθυντές πρέπει να καλέσουν τους γονείς για να συζητήσουν σχετικά με την υποστήριξη που παρέχεται στο παιδί τους.

Εάν το παιδί μου έχει υπάρξει θύμα εκφοβισμού, τι μπορώ να περιμένω από το σχολείο;

Το σχολείο οφείλει να διαθέτει μια διαδικασία η οποία επιτρέπει σε εσάς, στους μαθητές, καθώς και σε άλλα άτομα, να υποβάλλουν καταγγελίες περιστατικών εκφοβισμού με ανώνυμο τρόπο.

Εάν ανησυχείτε για το παιδί σας ή απλά θέλετε περισσότερες πληροφορίες, ζητήστε να δείτε:

- Την πολιτική παρέμβασης και πρόληψης του εκφοβισμού του σχολικού συμβουλίου.
- Τον κώδικα συμπεριφοράς, ο οποίος καθορίζει τον τρόπο με τον οποίο οι μαθητές, οι δάσκαλοι, και τα άλλα μέλη της σχολικής κοινότητας συμπεριφέρονται ο ένας στον άλλον.
- Το σχέδιο παρέμβασης και πρόληψης του εκφοβισμού του σχολείου, καθώς και του διοικητικού συμβουλίου. Αυτό το έγγραφο περιγράφει τι μπορεί να κάνει το προσωπικό του σχολείου για να επιλύσει το πρόβλημα.
- Τα στατιστικά του σχολείου σύμφωνα με την School Climate Survey [Έρευνα Σχολικού Κλίματος]. Αυτή η ανώνυμη έρευνα βοηθάει τα σχολεία να αξιολογήσουν το γενικότερο κλίμα σχετικά με την ασφάλεια και να λάβουν αποφάσεις για τον τρόπο αποτροπής του εκφοβισμού, καθώς και για την προαγωγή ενός ασφαλούς και φιλικού περιβάλλοντος. Οι έρευνες πραγματοποιούνται κάθε δύο χρόνια τουλάχιστον.

Εάν το προσωπικό αντιληφθεί ότι το παιδί σας έχει υπάρξει θύμα εκφοβισμού, το σχολείο θα επικοινωνήσει άμεσα μαζί σας. Ο δάσκαλος του παιδιού σας ή ένας άλλος δάσκαλος που το παιδί σας εμπιστεύεται μπορεί να είναι σε θέση να βοηθήσει βρίσκοντας κάποιες στρατηγικές επίλυσης του προβλήματος.

Τα σχολεία οφείλουν να καταβάλλουν κάθε δυνατή προσπάθεια για την πλήρη διερεύνηση των ζητημάτων που σας απασχολούν, προστατεύοντας παράλληλα την ιδιωτική ζωή των μαθητών.

Τα σχολεία παρέχουν βοήθεια σε όλους τους μαθητές που εμπλέκονται στον εκφοβισμό, συμπεριλαμβανομένων των μαθητών που τον ασκούν, των θυμάτων και των μαθητών που είναι παρόντες.

Το σχολείο διαθέτει μια διαδικασία την οποία μπορείτε να ακολουθήσετε εάν ανησυχείτε για την υποστήριξη που παρέχεται στο παιδί σας. Σε περίπτωση που δεν είστε ικανοποιημένοι με τους χειρισμούς του σχολείου, μπορείτε να επικοινωνήσετε με τον επόπτη του διοικητικού συμβουλίου του σχολείου σας.

Μπορείτε επίσης να συμμετέχετε στην Safe and Accepting Schools Team [Ομάδα Σχολικής Ασφάλειας και Φιλικού Περιβάλλοντος] του σχολείου σας. Η ομάδα είναι υπεύθυνη για την προαγωγή ενός ασφαλούς και φιλικού σχολικού περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς. Περιλαμβάνει τον διευθυντή, τουλάχιστον έναν γονέα, το προσωπικό του σχολείου, έναν μαθητή και έναν συνεργάτη από την κοινότητα.

Ευτυχώς που το δικό μου παιδί δεν έχει σχέση με τον εκφοβισμό...

Όλοι πλήττονται όταν εκδηλώνονται εκφοβιστικές συμπεριφορές και όλοι μπορούν να βοηθήσουν για να τις αποτρέψουν. Στο 85% των περιπτώσεων, ο εκφοβισμός λαμβάνει χώρα ενώπιον τρίτων. Αυτοί οι τρίτοι επηρεάζονται από αυτό που βλέπουν. Ακόμα κι αν αυτοί φοβούνται και δεν θέλουν να εμπλακούν επειδή φοβούνται ότι θα γίνουν και οι ίδιοι στόχος ή ότι θα κάνουν τα πράγματα χειρότερα για το θύμα του εκφοβισμού, μπορούν να καταγγείλουν τον εκφοβισμό ανώνυμα.

Μπορείτε να βοηθήσετε το παιδί σας να καταλάβει ότι ο εκφοβισμός δεν είναι αποδεκτός και ότι μπορεί να τον σταματήσει μιλώντας σε έναν ενήλικα ή κάνοντας μια ανώνυμη καταγγελία.

Η καλλιέργεια υγιών σχέσεων βοηθάει στο να σταματήσει ο εκφοβισμός

Η παρέμβαση και η πρόληψη του εκφοβισμού δεν σημαίνει μόνο εξάλειψη του εκφοβισμού.

Προάγει επίσης την ανάπτυξη υγιών σχέσεων. Οι υγιείς σχέσεις προϋποθέτουν την αλληλεπίδραση με σεβασμό μεταξύ των ατόμων, είτε αυτοπροσώπως είτε ηλεκτρονικά. Ο στόχος είναι η διασφάλιση ότι όλοι οι μαθητές έχουν υγιείς, ασφαλείς σχέσεις με σεβασμό και ενδιαφέρον για τα άτομα γύρω τους.

Οι εκπαιδευτικοί, οι γονείς και άλλοι ενήλικες υποστηρίζουν και λειτουργούν ως πρότυπα για τα παιδιά, δείχνοντάς τους με ποιον τρόπο λειτουργούν οι υγιείς σχέσεις. Οι θετικές σχέσεις μεταξύ των παιδιών εξαρτώνται από τις θετικές σχέσεις που έχουν με τους ενήλικες.

Οι μαθητές που βιώνουν υγιείς σχέσεις έχουν λιγότερες πιθανότητες να εκφοβίσουν τους άλλους και περισσότερες πιθανότητες να υποστηρίξουν μαθητές που είναι θύματα εκφοβισμού, ενώ βρίσκονται σε πιο ευνοϊκή θέση για την επίτευξη των εκπαιδευτικών στόχων τους. Η προαγωγή υγιών σχέσεων είναι ένας καίριος παράγοντας για την πρόληψη του εκφοβισμού και τη δημιουργία ενός ασφαλούς και φιλικού σχολικού περιβάλλοντος.



Πώς συμβάλλουμε σε ασφαλή και φιλικά σχολεία στο Οντάριο

Για την επιτυχία των μαθητών στο σχολείο, είναι απαραίτητο ένα θετικό κλίμα με ένα ασφαλές περιβάλλον μάθησης και διδασκαλίας.

Μάθετε περισσότερο σχετικά με:

- **την Safe Schools Strategy [Στρατηγική Ασφαλών Σχολείων]**. Αυτή η εκτεταμένη στρατηγική περιλαμβάνει μια ομάδα σχολικής ασφάλειας και φιλικού περιβάλλοντος σε κάθε σχολείο, σχολικούς πόρους, κατάρτιση των εκπαιδευτικών και των διευθυντών, καθώς και συνεργασία με τη γραμμή Kids Help Phone. ontario.ca/acceptingschools
- **την School Climate Survey [Έρευνα Σχολικού Κλίματος] για τους γονείς**. Η έρευνα διατίθεται σε 22 γλώσσες. www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/climate.html
- **την προσέγγιση του Οντάριο περί πειθαρχίας**. Η «προοδευτική πειθαρχία» αφορά το σχολείο στο σύνολό του και προάγει ένα θετικό σχολικό περιβάλλον. Δίνει τη δυνατότητα στον διευθυντή να επιλέξει τα κατάλληλα μέτρα για την αντιμετώπιση της ανάρμοστης συμπεριφοράς των μαθητών. Προσφέρει επίσης στους μαθητές πολλαπλή υποστήριξη για την προαγωγή της θετικής συμπεριφοράς. Η πολιτική αυτή αναλύεται λεπτομερώς στη διεύθυνση www.edu.gov.on.ca/extra/eng/ppm/145.pdf
- **τον Code of Conduct [Κώδικας Συμπεριφοράς]**. Αυτός ο οδηγός για τον κώδικα συμπεριφοράς του Οντάριο περιγράφει τους ρόλους και τις ευθύνες για όλα τα μέλη της σχολικής κοινότητας, συμπεριλαμβανομένων των μαθητών, των γονέων, του προσωπικού του σχολείου και των συνεργατών της κοινότητας. www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/code.html
- **την Ontario's Policy on Bullying Prevention and Intervention [Πολιτική του Οντάριο περί Πρόληψης του Εκφοβισμού και Παρέμβασης]**. Η πολιτική αυτή οριοθετεί τις προσδοκίες των σχολικών συμβουλίων για την ανάπτυξη και την εφαρμογή της πολιτικής παρέμβασης και πρόληψης του εκφοβισμού. www.edu.gov.on.ca/extra/eng/ppm/144.pdf
- **την Equity and Inclusive Education Strategy [Στρατηγική Ισότητας και Συμμετοχικής Εκπαίδευσης]**. Περιγράφει με ποιον τρόπο το υπουργείο, τα σχολικά συμβούλια και τα σχολεία υποστηρίζουν την ισότητα και τη συμμετοχική εκπαίδευση στα σχολεία του Οντάριο. www.edu.gov.on.ca/eng/policyfunding/equity.html
- **τα βραβεία Premier για Φιλικά Σχολεία**. Το βραβείο αναγνωρίζει έως 10 ομάδες σχολικής ασφάλειας και φιλικού περιβάλλοντος οι οποίες έχουν κάνει σπουδαίο και πρωτοποριακό έργο στη δημιουργία ενός ασφαλούς και φιλικού σχολικού περιβάλλοντος. www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/award.html
- **τη γραμμή Kids Help Phone**. Η εμπιστευτική αυτή συμβουλευτική υπηρεσία είναι διαθέσιμη όλο το 24ωρο, 7 ημέρες την εβδομάδα. Επισκεφθείτε τη διεύθυνση www.kidshelpphone.ca ή καλέστε στο **1-800-668-6868**.

Πρόσθετες πληροφορίες:

- Πηγές σχετικά με τον εκφοβισμό για τους γονείς, μια πρωτοβουλία του PREVNet [Δίκτυο Προώθησης Σχέσεων και Εξάλειψης της Βίας] www.prevnet.ca/BullyingResources/ResourcesForParents/tabid/390/Default.aspx
- **Parent Tool Kit Teen Edition: What Parents Can Do To Help Their Teens Succeed [Εργαλεία για τους γονείς, Έκδοση Έφηβοι: Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς για να βοηθήσουν τους έφηβους να πετύχουν]**. Η «εργαλειοθήκη» αυτή είναι μια συλλογή προτάσεων, συμβουλών και πηγών για τους γονείς, για την υποστήριξη και την ενθάρρυνση των εφήβων στο σχολείο. www.ontariodirectors.ca/Parent_Engagement/Parent_Engagement.html
- **Safe@School**. Αυτή η ιστοσελίδα παρέχει πληροφορίες σχετικά με την πρόληψη του εκφοβισμού, την ισότητα, την εκπαίδευση χωρίς αποκλεισμούς, ενώ συμπεριλαμβάνει πηγές κατάρτισης για τους εκπαιδευτικούς και το προσωπικό του σχολείου. www.safeatschool.ca
- **Stepping Stones: A Resource on Youth Development [Μεταβατικά στάδια: Μια πηγή για την ανάπτυξη των νέων]**. Συντάχθηκε από το Ministry of Children and Youth Services [Υπουργείο Υπηρεσιών Παιδιών και Νέων] και παρέχει μια επισκόπηση των σταδίων ανάπτυξης των νέων ηλικίας 12 έως 25 ετών, καθώς και τρόπους με τους οποίους μπορούμε να εστιάσουμε στις ανάγκες τους και να ανταποκριθούμε σε αυτές. Διατίθεται στη διεύθυνση ontario.ca/steppingstones

Μάθετε περισσότερα σχετικά με τα ασφαλή και φιλικά σχολεία στη διεύθυνση ontario.ca/acceptingschools

Παραγγείτε δωρεάν αντίγραφα αυτού του φυλλαδίου στα Αγγλικά και τα Γαλλικά μέσω του ServiceOntario στη διεύθυνση ontario.ca/publications

Βρείτε αυτό το φυλλάδιο και περισσότερες πληροφορίες για τους γονείς σε πολλές γλώσσες ontario.ca/EDUparents