

ΝΤΑΗΛΙΚΙ

ΟΛΟΙ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΟΥΜΕ
ΝΑ ΣΤΑΜΑΤΗΣΕΙ



Οδηγός για Γονείς Μαθητών
Δημοτικού, Γυμνασίου
και Λυκείου

Greek

Οι συνέπειες του νταηλικιού εκτείνονται πέρα απο την σχολική αυλή. Ως γονιός, ορίστε για τι πρέπει να προσέχετε, τι μπορείτε να κάνετε, και που μπορείτε να απευθυνθείτε για βοήθεια.

Τι είναι το νταηλίκι;

Το νταηλίκι είναι χαρακτηριστικά μια μορφή επανειλημμένης, επίμονης και επιθετικής συμπεριφοράς κατά ενός ατόμου ή μερικών ατόμων, η οποία επιδιώκει να προκαλέσει (ή πρέπει να αναγνωριστεί ότι προκαλεί) φόβο και δυστυχία και/ή ζημιά στο σώμα, στα αισθήματα, στην αυτοεκτίμηση ή στην υπόληψη ενός άλλου ατόμου.

Το νταηλίκι συμβαίνει σε ένα πλαίσιο όπου υπάρχει μια πραγματική ή αντιληπτή ανισορροπία δύναμης.

Προσδιορισμός του νταηλίκι από τον Υπόμνημα 144 πολιτικής/προγράμματος

Νέες κανόνες για το νταηλίκι.

Είτε συμβαίνει σε άτομο είτε online, οι μαθητές που εμπλέκονται στο νταηλίκι, συμπεριλαμβανομένης την κυβερνο-εκφοβισμός, μπορούν να ανασταλούν. Αυτοί οι κανόνες εφαρμόζονται στους μαθητές πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης.

ΝΤΑΗΛΙΚΙ

ΟΛΟΙ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΟΥΜΕ ΝΑ ΣΤΑΜΑΤΗΣΕΙ

Πώς μπορώ να το διαπιστώσω αν το μικρό μου παιδί ή ο έφηβος είναι θύμα εκφοβισμού;

Ένα μικρό παιδί μπορεί να μην ξέρει τη λέξη "νταής," αλλά σίγουρα το αντιλαμβάνεται όταν κάποιος του φέρεται άσχημα, τον πληγώνει ή τον κάνει να νιώθει φόβο και θλίψη.

Υπάρχουν σημάδια όταν το παιδί εκφοβίζεται, ακόμα και αν δεν μιλάει γι'αυτό. Μπορεί να μη σας το φανερώσει επειδή μπορεί να ανησυχεί ότι θα χειροτερέψει τα πράγματα αν σας το πει ή αν "καρφώσει κάποιον."

Ούτε κι ο έφηβος θα σας πει αναγκαία ότι υπάρχει πρόβλημα. Οι έφηβοι συχνά προτιμούν να χειριστούν τα πράγματα μόνοι τους μπορεί να νομίσουν ότι θα αναστατωθείτε ή μπορεί να το θεωρήσουν ντροπιαστική την εμπλοκή ενός γονιού.

Αντί να περιμένετε να σας το πούν, μπορείτε να προσέχετε για ενδείξεις ότι το παιδί σας εκφοβίζεται ενδείξεις όπως αλλαγές στη συμπεριφορά, στη στάση, ή στην εμφάνιση.


Παιδιά τα οποία είναι θύματα νταηλικού μπορεί να μη θέλουν να πάνε στο σχολείο ή μπορεί να κλαίνε ή να αισθάνονται άρρωστα στις σχολικές ημέρες. Μπορεί να μη θέλουν να συμμετέχουν σε δραστηριότητες ή κοινωνικές εκδηλώσεις με άλλους μαθητές. Μπορεί να αρχίσουν ξαφνικά να χάνουν χρήματα ή προσωπικά αντικείμενα ή να έρθουν στο σπίτι με σχισμένα ρούχα ή σπασμένα υπάρχοντα, προσφέροντας εξηγήσεις που δε βγάζουν νόημα.

Έφηβοι οι οποίοι πέφτουν θύματα νταηλικού μπορεί να αρχίσουν επίσης να κάνουν λόγο να παρατήσουν σχολείο και να αρχίσουν να απέχουν από δραστηριότητες που περιλαμβάνουν άλλους μαθητές.

Είναι νταηλικι αν δεν έχει Χρησιμοποιηθεί βία;

Το νταηλικι μπορεί να λάβει πολλές μορφές. Μπορεί να είναι:

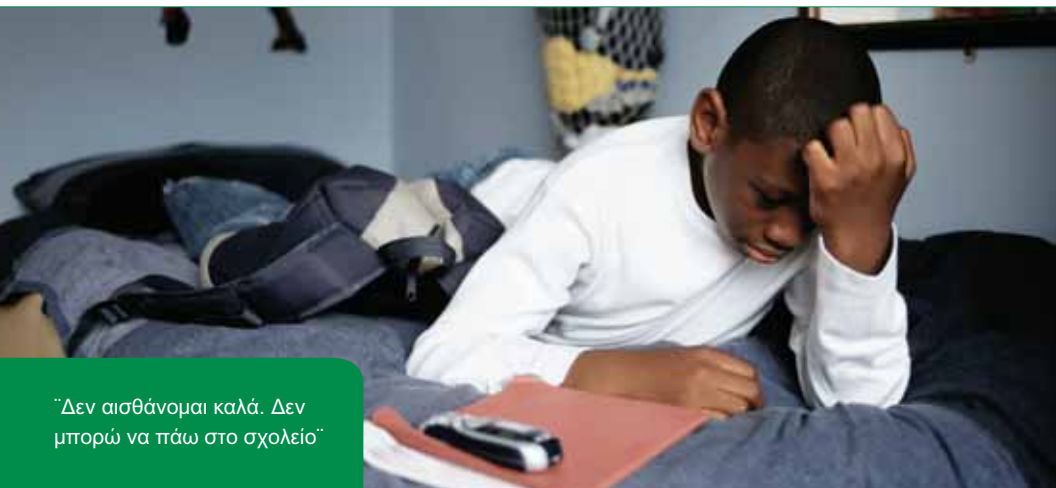
- **σωματικό:** χτυπήματα, σπρωξιματα, κλέψιμο, ή ζημίωση ιδιοκτησίας
- **λεκτικό:** βρισιές, κοροϊδίες, ή σεξιστικά, ρατσιστικά, ομοφοβικά σχόλια
- **κοινωνικό:** η εξαίρεση των άλλων από μία ομάδα ή η διάδοση κουτσομπολιού ή φημών περί εκείνων
- **ηλεκτρονικό** (γνωστό επίσης κι ως κυβερνο-εκφοβισμός (cyberbullying)): η διάδοση φημών και επίπονων σχολίων μέσω ηλεκτρονικής αλληλογραφίας, κινητών τηλεφώνων, και γραπτών μηνυμάτων



"Μείνε μακριά από μενα.
Δεν μπορείς να'ρθεις."

Το παιδί μου είναι θύμα νταηλικιού. Τί πρέπει να κάνω;

- Ακούστε το παιδί σας και διαβεβαιώστε το ότι δε φταίει.
- Να είστε ξεκάθαροι σχετικά με τα γεγονότα. Κρατήστε σημειώσεις σχετικά με το τι συνέβη και πότε συνέβη.
- Βοηθήστε το παιδί σας να δει ότι υπάρχει διαφορά μεταξύ του “να καρφώνεις κάποιον”, ή να αναφέρεις το πρόβλημα. Χρειάζεται θάρρος για να αναφέρει κανείς κάτι. Η αναφορά γίνεται όχι για να προκαλέσει προβλήματα σε ένα άλλο μαθητή, αλλά για την προστασία όλων των μαθητών.
- Κλείστε ένα ραντεβού ώστε να μιλήσετε στο δάσκαλο του παιδιού σας, σε έναν άλλο δάσκαλο τον οποίο το παιδί σας εμπιστεύεται, ή στον διευθυντή ή υποδιευθυντή του σχολείου.
- Ακόμα και αν είναι δύσκολο, προσπαθήστε να παραμείνετε ψύχραιμοι ώστε να μπορείτε να υποστηρίξετε το παιδί σας και να σχεδιάσετε μια πορεία δράσης.
- Παραμείνετε ενήμεροι. Παρακολουθήστε τη συμπεριφορά του παιδιού σας. Εάν οι συναντήσεις σας με το προσωπικό του σχολείου δεν σταματήσουν το νταηλίκι, επιστρέψτε και μιλήστε στο διευθυντή. Συνέχιση στα βήματα για το τελείωμα του νταηλίκι στα σχολεία που συμφωνήθηκαν στη συνεδρίαση.
- Μιλήστε στο γυμναστή ή προπονητή εάν το νταηλίκι λαμβάνει χώρα σε δραστηριότητες μετά το σχολείο ή αθλητικές εκδηλώσεις.
- Καλέστε την αστυνομία εάν το νταηλίκι περιλαμβάνει εγκληματική συμπεριφορά, όπως σεξουαλική επίθεση ή χρήση όπλου, ή εάν η απειλή της ασφάλειας του παιδιού σας είναι στην κοινότητα και όχι στο σχολείο.



“Δεν αισθάνομαι καλά. Δεν μπορώ να πάω στο σχολείο”

Πώς μπορώ να βοηθήσω το παιδί μου να αντιμετωπίσει το νταηλικί;

Δουλεύοντας με το σχολείο ώστε να βοηθήσετε το παιδί σας ή τον έφηβο να χειριστεί το πρόβλημα του νταηλικιού, εσείς καθοδηγείτε προσφέροντας το παράδειγμα.

Ανεξάρτητα απο την ηλικία του/της, μπορείτε να βοηθήσετε ενθαρρύνοντας το παιδί σας να σας μιλήσει γι'αυτό και προσφέροντάς του/της τις ακόλουθες συμβουλές:

- **Να αποφεύγεις** την κατάσταση
- **Μην ανταποδίδεις το χτύπημα**, μην απαντάς, ο διευθυντής, μην απαντάς μέσω ηλεκτρονικής αλληλογραφίας.
- **Πές σε ένα ενήλικο** τον οποίον εμπιστεύεσαι έναν καθηγητή, τον οδηγό του σχολικού λεωφορείου, ή τον επόπτης δωματίων μεσημεριανού γεύματος - το τι συνέβη.
- **Συζήτησέ το** με τα αδέρφια ή τις αδερφές σου, ή με φίλους, ώστε να μη νιώθεις ότι είσαι μόνος.
- **Βρές ένα φίλο** με τον οποίο να βρίσκεσαι σε μέρη όπου δεν νιώθεις ασφαλής.
- **Τηλεφώνησε στη Γραμμή Βοήθειας παιδιών (Kids Help Phone)**, στο 1-800-668-6868, ή επισκέψου την ιστοσελίδα τους στο www.kidshelpphone.ca.

Είναι δυνατόν το παιδί μου να εκφοβίζει άλλους;

Παιδιά που καταδυναστεύουν σωματικά άλλους μαθητές μπορεί επίσης να έρχονται σπίτι με μελανιές, γδαρσίματα, και σχισμένα ρούχα. Μπορεί ξαφνικά να έχουν περισσότερα χρήματα να ξοδέψουν απ'ό,τι συνήθως, ή νέα υπάρχοντα, τα οποία δεν θα μπορούσαν να πληρώσουν, υπό κανονικές συνθήκες. Μπορεί επίσης να "μιλάνε σκληρά" για άλλους μαθητές.

Παιδιά που φέρονται ως νταήδες, μερικές φορές κάνουν το ίδιο στο σπίτι, όπως και στο σχολείο. Παρατηρήστε και ακούστε στο σπιτικό σας. Υπάρχουν σημάδια ότι ένα απο τα παιδιά σας εκφοβίζεται από τα αδέρφια του;

Η συμπεριφορά του νταή μπορεί να αναπτυχθεί ως αποτέλεσμα μεγάλων αλλαγών, απωλειών, ή αναστατώσεων στη ζωή του παιδιού ή έφηβου. Είχε κάποιο απο τα παιδιά σας μια πρόσφατη εμπειρία αυτού του είδους;

Σκεφτείτε το πως αντιμετωπίζονται τα προβλήματα και οι διαμάχες στο σπίτι σας. Συζητάτε τα προβλήματα ως οικογένεια; Ένας σημαντικός τρόπος να αποθαρρύνετε το νταηλικί είναι να είστε ένα καλό πρότυπο και να δείξετε στα παιδιά σας πως να ξεπερνούν δυσκολίες χωρίς βία ή επιθετικότητα.

Είναι επίσης σημαντικό να τονίσετε ρητά στα παιδιά σας ότι το νταηλικί δεν είναι σωστό.

Τί μπορώ να περιμένω απο το σχολείο;

- Ο δάσκαλος του παιδιού σας ή ένας άλλος δάσκαλος που το παιδί σας εμπιστεύεται μπορεί να είναι ικανός να λύσει το πρόβλημα, ή μπορεί να έχει προτάσεις για το τι είδους βοήθεια το παιδί σας χρειάζεται. Οι καθηγητές και οι διευθυντές έχουν εκπαιδευθεί στην παρεμπόδιση του νταηλικιού.
- Εάν θέλετε να μάθετε περισσότερα για τις διαθέσιμες υπηρεσίες του σχολείου, μπορείτε επίσης να μιλήσετε στον διευθυντή.
- Οι καθηγητές θα πρέπει να συζητούν ανοιχτά στην τάξη και να βοηθούν τους μαθητές να καταλάβουν τη σημασία του σεβασμού, να νοιάζονται για τα συναισθήματα των άλλων, και της φιλίας, στα πλαίσια του προγράμματος του σχολείου για την παρεμπόδιση του νταηλικιού.
- Ζητήστε να δείτε τον κώδικα συμπεριφοράς του σχολείου σας, ο οποίος καθορίζει το πως πρέπει οι μαθητές, οι δάσκαλοι, και τα άλλα μέλη της σχολικής κοινότητας να συμπεριφέρονται ο ένας στον άλλον.
- Ζητήστε να δείτε την πολιτική πρόληψης από το νταηλίκι στο σχολείο σας. Αυτή καθορίζει τι μπορεί να κάνει το προσωπικό του σχολείου ώστε να λύσει το πρόβλημα.
- Το προσωπικό του σχολείου αναμένεται να κάνει κάθε προσπάθεια ώστε να διερευνήσει τις ανησυχίες σας, προστατεύοντας την μη παραβίαση της ιδιωτικής ζωής των μαθητών.
- Εάν μετά απο ένα εύλογο χρονικό διάστημα, δεν είστε ικανοποιημένοι με τις ενέργειες του σχολείου, μπορείτε να έρθετε σε επαφή με τον εποπτικό αξιωματικό του σχολικού διοικητικού συμβουλίου σας.



“Ψιθυρίζουν πότε περπατώ κοντά τους. ...
είπαν στους φίλους μου για να μην μου
μιλήσουν άλλο”

Τουλάχιστον το δικό μου παιδί δεν εμπλέκεται σε νταηλίκια ...

Όλοι υποφέρουν όταν το νταηλίκι συμβαίνει, και όλοι μπορούν να βοηθήσουν να παρεμποδιστεί. Στο 85 τοις εκατό των περιπτώσεων, το νταηλίκι λαμβάνει χώρα μπροστά σε μάρτυρες. Οι τυχαίοι θεατές συνήθως αποφεύγουν να εμπλακούν επειδή φοβούνται ότι μπορεί οι ίδιοι να γίνουν στόχοι ή ότι μπορεί να κάνουν τα πράγματα χειρότερα για το άτομο που το πειράζουν.

Μπορείτε να βοηθήσετε το παιδί σας να καταλάβει ότι το νταηλίκι δεν είναι αποδεκτό και ότι μπορεί να συμβάλλει στο σταμάτημά του, αναφέροντάς τό σε έναν ενήλικο.

Πόσο σοβαρό πρόβλημα είναι το νταηλίκι;

Το νταηλίκι δεν είναι ποτέ αποδεκτό. Δεν πρέπει να θεωρείται απλά "φαινόμενο ενηλικίωσης". Έρευνα και εμπειρία δείχνουν με συνέπεια ότι το νταηλίκι είναι σοβαρό πρόβλημα με εκτεταμένες επιπτώσεις για τα εμπλεκόμενα άτομα, τις οικογένειές τους και τους συνομήλικούς τους, και την περιβάλλουσα κοινότητα.

Μαθητές που πέφτουν θύματα νταηλικιού συχνά αντιμετωπίζουν κοινωνικό άγχος, μοναξιά, εσωστρέφεια, σωματικές αρρώστιες, και χαμηλό αυτοσεβασμό. Μπορεί επίσης να αναπτύξουν φοβίες, να υιοθετήσουν επιθετική συμπεριφορά, ή να αποκτήσουν κατάθλιψη. Μερικοί μαθητές χάνουν μαθήματα, βλέπουν τους βαθμούς τους να πέφτουν, ή ακόμα παραιτούν το σχολείο εντελώς.

Το μονοπάτι είναι επίσης αβέβαιο για αυτούς που φέρονται ως νταήδες. Παιδιά και έφηβοι που μαθαίνουν να θεωρούν την επιθετικότητα ως δύναμη μπορεί να σταματήσουν να νοιάζονται για τη διαφορά μεταξύ σωστού και λάθους γενικότερα. Σταδιακά, μπορεί να γίνουν βάνανσοι ενήλικοι.

Το ένα τρίτο των σπουδαστών έχουν πέσει θύματα νταηλικιού στο σχολείο, και σχεδόν το ένα τρίτο τους έχουν αναφέρει ότι έχουν συμπεριφερθεί ως νταήδες.

Centre for Addiction and Mental Health, 2005

Κέντρο για Εξάρτηση και Πνευματική Υγεία, 2005

Τα αγόρια και τα κορίτσια φέρονται με τον ίδιο τρόπο ως νταήδες;

Και τα αγόρια και τα κορίτσια μπορεί να είναι νταήδες. Τα αγόρια τείνουν να φέρονται ως νταήδες σωματικά, ενώ τα κορίτσια γενικά χρησιμοποιούν πιο έμμεσες προσεγγίσεις, όπως κουτσομπολεύοντας τους συμμαθητές τους ή απομονώνοντας τους με αποκλεισμό από δραστηριότητες ή ομάδες.

Συνήθως τα αγόρια πέφτουν θύματα νταηλικιού από άλλα αγόρια, ενώ τα κορίτσια πέφτουν θύματα νταηλικιού και από αγόρια και από κορίτσια.

Πως βοηθάμε στο να κάνουμε πιο ασφαλή τα σχολεία στο Οντάριο.

Ένα θετικό κλίμα στο σχολείο και ένα ασφαλές περιβάλλον μάθησης και διδασκαλίας είναι απαραίτητα για την επιτυχία των μαθητών στο σχολείο.

Μάθετε περισσότερα για:

- **Τη στρατηγική των Ασφαλών Σχολείων.** Αυτή η περιεκτική στρατηγική συμπεριλαμβάνει πρόγραμμα πρόληψης από το νταηλικί σε κάθε σχολείο, τρόπους διασκέδασης στο σχολείο, εκπαίδευση για τους καθηγητές και τους διευθυντές, και συνεργασία με την τηλεφωνική γραμμή Kids Help Phone.
- **Τη νέα προσέγγιση της πειθαρχίας στο Οντάριο.** “Η προοδευτική πειθαρχία” περιλαμβάνει όλο το σχολείο και προάγει ένα θετικό κλίμα στο σχολείο. Δίνει τη δυνατότητα στον διευθυντή να επιλέξει τις κατάλληλες συνέπειες, να αντιμετωπίζει την ακατάλληλη συμπεριφορά των μαθητών και παρέχει στους μαθητές πολλαπλά στηρίγματα για την προώθηση θετικής συμπεριφοράς.
- **Τον Κώδικα Συμπεριφοράς.** Ο οδηγός μας στον κώδικα συμπεριφοράς του Οντάριο περιγράφει τους ρόλους και τις ευθύνες του προσωπικού του σχολείου και των κοινοτικών συνεργατών.
- **Τον Υπόμνημα 144 πολιτικής/προγράμματος.** Αυτό το υπόμνημα περιγράφει τις προσδοκίες για σχολικές επιτροπές σχετικά με τη πρόληψη από το νταηλικί και την παρέμβασή.
- **Την τηλεφωνική γραμμή Kids Help Phone.** Αυτή η εμπιστευτική συμβουλευτική υπηρεσία είναι διαθέσιμη 24/7. Επισκεφθείτε www.kidshelpphone.ca ή τηλεφωνήστε στο 1-800-668-6868
- **Το πως να έχουμε περισσότερα αντίγραφα αυτού του φυλλαδίου.** Είναι διαθέσιμο σε 22 γλώσσες. Βρείτε το online στην ιστοσελίδα στον παρακάτω κατάλογο ή παραγγείλετε αντίγραφα από τις εκδόσεις Publications Ontario στο [at www.servicelontario.ca/publications](http://at.www.servicelontario.ca/publications) ή τηλεφωνήστε χωρίς χρώση στο 1-800-668-9938.

Μάθετε περισσότερα στο:

www.ontario.ca/safeschools