

## **Εκφοβισμός- bullying**

Αναρτήθηκε από τον/την Βασιλειάδη Γεώργιο

Τετάρτη, 13 Φεβρουάριος 2013 20:13 - Τελευταία Ενημέρωση Τετάρτη, 13 Φεβρουάριος 2013 10:13

---

**bullying=εκφοβισμός , εξαναγκασμός, νταηλικι ουσ. ουδ.**

**Ο Γιάννης ζητάει όλο και περισσότερα χρήματα για να φάει κάτι στο διάλειμμα. Όταν όμως γυρίζει σπίτι είναι πάντα πεινασμένος και δείχνει να έχει χάσει βάρος. Ο Γιάννης είναι θύμα σχολικού εκφοβισμού από μεγαλύτερα παιδιά που τον απειλούσαν να τον χτυπήσουν αν δεν τους έδινε τα χρήματα του.**

**Η Κατερίνα άρχισε να αισθάνεται ντροπή για την εμφάνισή της. Τον τελευταίο καιρό δύο συμμαθητές της την κοροϊδεύουν άσχημα για τα γυαλιά της, και της κόλλησαν το παρατσούκλι «τυφλοπόντικας». Κάθε φορά που φεύγει από το σπίτι, κρύβει τα γυαλιά της στην τσάντα της και σταμάτησε να συμμετέχει στο μάθημα γιατί δε βλέπει καλά στον πίνακα.**

**Η Μαρία ήταν πολύ ευχαριστημένη στο νέο της σχολείο και είχε κάνει αρκετές φίλες. Μετά όμως από κάποιο διάστημα οι φίλες της δεν της μίλαγαν και την απέφευγαν. Δεν την άφηναν να παίζει μαζί τους και ένοιωθε πάρα πολύ μόνη. Η Μαρία έμαθε ότι κάποια κορίτσια διέδιδαν αβάσιμες φήμες για εκείνη. Αυτό την στεναχώρησε πάρα πολύ και μετά κάποιο διάστημα είχε αρχίσει να έχει έντονο πόνο στην κοιλιά, έκλαιγε όταν ήταν μόνη της και δεν ήθελε να πάει σχολείο.**

**Μήπως σου θυμίζουν κάτι αυτές οι ιστορίες; Έχεις ζήσει παρόμοιες; Ξέρεις τι είναι ο εκφοβισμός;**

**Άκουσε δύο ιστορίες για τον εκφοβισμό, γραμμένες και εικονογραφημένες από παιδιά.**

## Εκφοβισμός- bullying

Αναρτήθηκε από τον/την Βασιλειάδη Γεώργιο

Τετάρτη, 13 Φεβρουάριος 2013 20:13 - Τελευταία Ενημέρωση Τετάρτη, 13 Φεβρουάριος 2013 10:13

---



["Τα μπαλόνια της φιλίας" & "Η Μόνα σε καινούριο σχολείο"](#)

Διαβάει η ηθοποιός **Ευδοκία Στατήρη**.

a

## **Εκφοβισμός- bullying**

Αναρτήθηκε από τον/την Βασιλειάδη Γεώργιο

Τετάρτη, 13 Φεβρουάριος 2013 20:13 - Τελευταία Ενημέρωση Τετάρτη, 13 Φεβρουάριος 2013 10:13

---

a

**Ακόμα και αν δεν έχεις πέσει θύμα εκφοβισμού είναι πολύ σημαντικό να ξέρεις τι πρέπει να κάνεις αν σου συμβεί και με ποιο τρόπο μπορείς να βοηθήσεις τους φίλους σου ή τους συμμαθητές σου που μπορεί να εκφοβίζονται.**

**Τι είναι ο εκφοβισμός**

**Ένας μαθητής εκφοβίζει όταν χωρίς λόγο και για μεγάλο διάστημα επιτίθεται σε συμμαθητές του με σκοπό να τους προκαλέσει σωματικό ή ψυχικό πόνο. Ο εκφοβισμός ανάμεσα στους μαθητές μπορεί να πάρει διάφορες μορφές.**

**Πώς εκδηλώνεται**

- χειρονομίες, σπρωξιές, ξυλοδαρμούς, μπουιές, χτυπήματα
- βρισιές, προσβολές, απειλές και κοροϊδίες
- καταστροφή προσωπικών αντικειμένων και κλοπές
- αποκλεισμό και απομόνωση από παρέες, ομαδικά παιχνίδια και κοινωνικές δραστηριότητες
- με απειλητικά μηνύματα στο κινητό ή στο e-mail σου

**Τι μπορείς να κάνεις**

**Μπορεί να είναι δελεαστικό το να εκδικηθείς το παιδί που σε εκφοβίζει. Αλλά αυτό σίγουρα δεν είναι η λύση γιατί αυτή η συμπεριφορά θα προκαλέσει και άλλη βία.**

**Ο καλύτερος τρόπος είναι να αποχωρίσεις από το περιστατικό, να είσαι μαζί με άλλα παιδιά και να ενημερώσεις έναν ενήλικα (δάσκαλο και/ή γονέα)**

**Αυτοί είναι κάποιοι τρόποι για να χειριστείς τον εκφοβισμό.**

- Ενημέρωσε έναν ενήλικα. Δάσκαλοι, διευθυντές και γονείς όλοι μπορούν να βοηθήσουν στο να σταματήσει ο εκφοβισμός.
- Να αποφεύγεις το παιδί που σε εκφοβίζει και έχει πάντα μαζί σου ένα φίλο σου. Κάνε μια προσπάθεια να είσαι πάντα με ένα φίλο σου ή με μια παρέα. Κάνε και εσύ το ίδιο για κάποιο άλλο παιδί που μπορεί να είναι και αυτό θύμα εκφοβισμού.
- Κράτα το θυμό σου. Είναι φυσικό να θυμώνεις, αλλά τα παιδιά που εκφοβίζουν λαμβάνουν ικανοποίηση από αυτό. Στο βαθμό που μπορείς κάνε μια προσπάθεια να μην δείχνεις ότι έχεις θυμό σου.
- Απομακρύνσου και αγνόησε το παιδί που σε εκφοβίζει. Πες του ξεκάθαρα να σταματήσει αμέσως και απομακρύνσου. Όταν αγνοείς τον εκφοβιστή αυτό σημαίνει ότι δεν ενδιαφέρεσαι και δεν σε νοιάζει. Τελικά ο εκφοβιστής θα σταματήσει να σε εκφοβίζει, όταν βλέπει ότι δεν του δίνεις σημασία.
- Να θυμάσαι ότι , δεν φταις εσύ! Και να μην νιώθεις ντροπή για αυτό που σου συμβαίνει.

**Πηγή:** [http://www.mikrosanagnostis.gr/thema\\_6.asp](http://www.mikrosanagnostis.gr/thema_6.asp)