



ΝΙΚΑΜΕ  
ΤΟΝ  
ΘΥΧΟΛΙΚΟ  
ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ



ΣΠΕΑ  
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ  
ΕΛΛΗΝΩΝ ΑΙΜΟΡΡΟΦΙΛΙΚΩΝ

Με την ευγενική χορηγία της



L.GR.MKT.SM.06.2016.0241

ISBN: 978-618-82380-0-8



9 786188 238008

# Ο ΚΕ & Η ΑΝ ΝΙΚΟΥΝ ΤΟΝ ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ



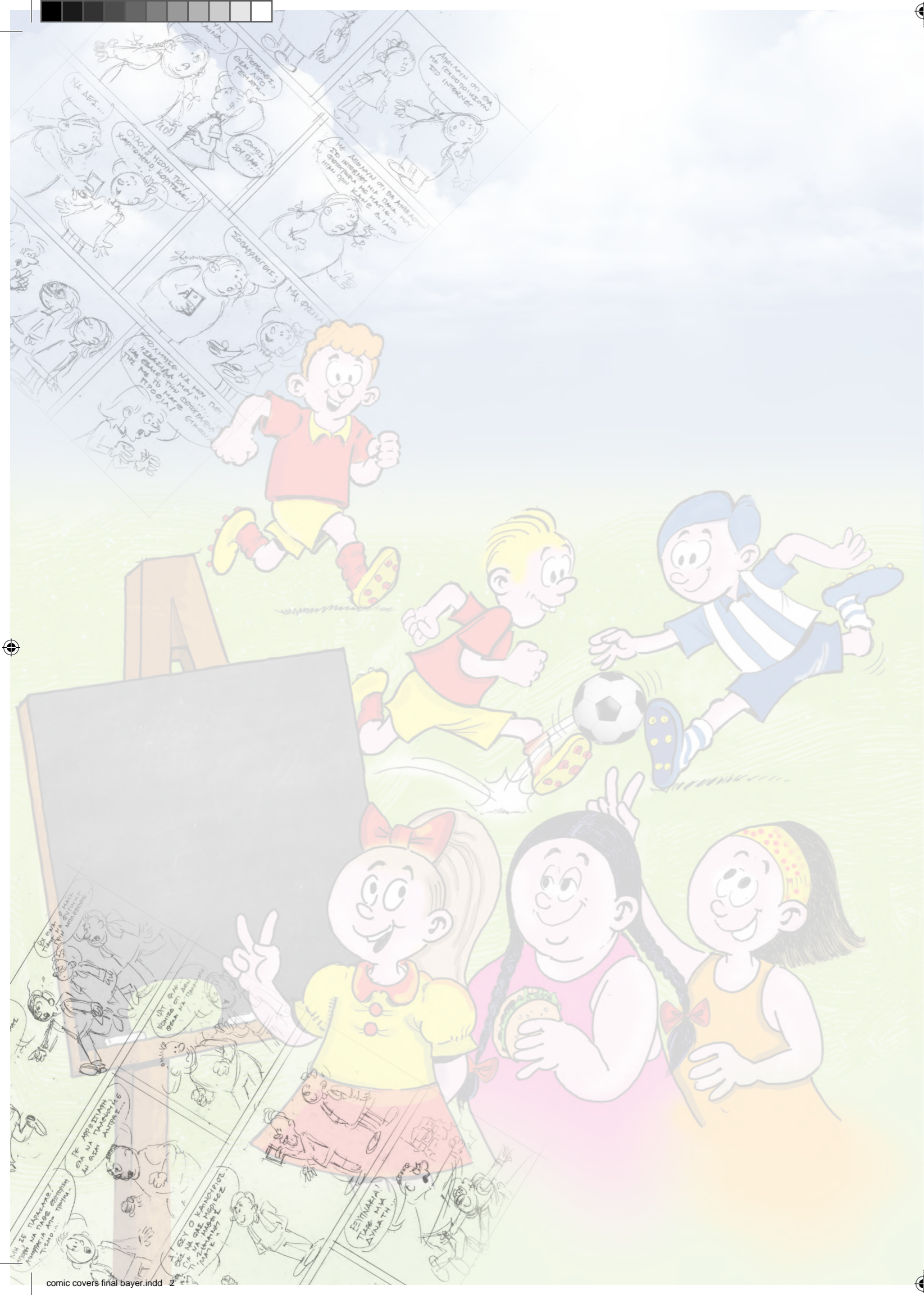
Προώθηση ενός  
δημοκρατικού  
σχολείου χωρίς  
σχολική βία



Με την ευγενική χορηγία της



ΣΠΕΑ  
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ  
ΕΛΛΗΝΩΝ ΑΙΜΟΡΡΟΦΙΛΙΚΩΝ



### Σε εκφοβίζουν:

- Αγνόησε εντελώς όσα ακούς ή απομακρύνσου από το χώρο που συνέβη το περιστατικό, όχι βάζοντάς το στα πόδια αλλά κάνοντας πως δεν συνέβη τίποτα
  - Σε καμία περίπτωση μην ανταποδώσεις στη βία με βία
- Μίλησε σε κάποιον που εμπιστεύεσαι, στους γονείς σου, στο δάσκαλο σου, στα αδέρφια σου ή σε κάποιον φίλο. Οι ενήλικες γνωρίζουν τρόπους για να σε βοηθήσουν
  - Μην προσπαθήσεις να το αντιμετωπίσεις μόνος/μόνη σου

### Εάν ο εκφοβισμός λαμβάνει χώρα μέσω του κινητού τηλεφώνου ή του internet:

- Μην απαντήσεις στα μηνύματα, μην τα σβήσεις και μίλα σε κάποιον που εμπιστεύεσαι, στους γονείς σου, στους φίλους σου, στο δάσκαλό σου ή σε κάποιον άλλο ενήλικα.



### Εκφοβίζεις άλλα παιδιά:

- Ο εκφοβισμός είναι μία άσχημη συμπεριφορά, δεν είναι επίδειξη δύναμης, γενναιότητας ή εντυπωσιασμού.
- Προσπάθησε να μην αποκλείεις άλλα παιδιά ή συμμαθητές σου από την παρέα ή την ομάδα σου.
- Να συμπεριφέρεσαι στους γύρω σου όπως θα ήθελες να σου συμπεριφέρονται και εκείνοι.
- Μίλα σε κάποιον που εμπιστεύεσαι ώστε να σε βοηθήσει να σταματήσεις να εκφοβίζεις άλλα παιδιά.
- Όλοι θυμώνουμε, όμως δεν πρέπει να ξεσπάμε τον θυμό μας στους άλλους.
- Υπάρχουν άλλοι τρόποι, χωρίς τη χρήση βίας, για να λύσουμε τα προβλήματά μας.



### Εάν δεις κάποιο άλλο παιδί να εκφοβίζεται:

- Μην συμμετέχεις στον εκφοβισμό και μην σταθείς για να παρακολουθήσεις το περιστατικό.
- Μίλησε στο παιδί που εκφοβίζει και πες του να σταματήσει και προσπάθησε να συμπαρασταθείς στο παιδί που εκφοβίζεται.
- Μίλησε εσύ στο δάσκαλό σου ή σε κάποιον ενήλικα που εμπιστεύεσαι γιατί πολλές φορές τα παιδιά που εκφοβίζονται φοβούνται να μιλήσουν για αυτό.

