

## ΔΕΝ ΦΤΑΙΣ ΕΣΥ

για ό,τι σου συμβαίνει



## ΑΣΦΑΛές ΣΧΟΛΕΙΟ

Για το σχολείο σου το θέμα του εκφοβισμού είναι σοβαρό. Γι' αυτό ...

Εφαρμόζει με συνέπεια τους κανόνες συμπεριφοράς και επιβάλλει συνέπειες όταν γίνεται παράβασή τους.

Συμπαραστέκεται τόσο στο άτομο που είναι στόχος εκφοβισμού όσο και στο άτομο που εκφοβίζει και διαχειρίζεται το θέμα με εχεμύθεια.

Ενημερώνει και συνεργάζεται με τους γονείς όλων των εμπλεκομένων αλλά και ειδικούς, για να λυθεί το θέμα.

**Οι εκπαιδευτικοί θέλουν και μπορούν να σε βοηθήσουν!!!**



Εάν βλέπεις να εκφοβίζουν άλλα άτομα...

**ΜΗΝ ΤΟ ΑΝΕΧΤΕΙΣ**

- Μην αγνοείς αυτό που συμβαίνει
- Μην δείχνεις ότι διασκεδάζεις
- Βοήθησε το άτομο που εκφοβίζεται με το να είσαι φιλικός/φιλική μαζί του
- Δείξε την αντίθεσή σου στο άτομο που εκφοβίζει
- Αν δεν είναι επικίνδυνο, πες στο άτομο που εκφοβίζει να σταματήσει
- Ανάφερε το γεγονός σε έναν ή μία ενήλικα που εμπιστεύεσαι
- Κάλυψε στην παρέα σου άτομα που μένουν μόνα τους στην αυλή του σχολείου
- Αυτό που συμβαίνει σήμερα στους άλλους μπορεί να συμβεί αύριο και σε σένα

Σπάσε τον κύκλο της βίας

Μη μένεις απλά θεατής



Μείνε μακριά από εκφοβιστικές συμπεριφορές

**Να θυμάσαι:**

- Δεν είμαστε όλοι ίδιοι, αλλά είμαστε ίσοι
- Οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί σου μπορούν και θέλουν να σε βοηθήσουν
- Να συμπεριφέρεσαι στους άλλους όπως θέλεις να σου συμπεριφέρονται
- Δεν είναι μαγκιά να ακολουθείς ή να μιμείσαι απαράδεκτες συμπεριφορές άλλων
- Μαγκιά είναι να λες ΟΧΙ σε άσχημες συμπεριφορές
- Μαγκιά είναι να μπορείς να μπεις στη θέση του άλλου
- Να σέβεσαι τη διαφορετικότητα των άλλων



**ΟΧΙ**  
σε συμπεριφορές εκφοβισμού και καταπίεσης

**ΑΥΤΕΣ**  
οι συμπεριφορές δεν είναι ανεκτές



Μπορείς να τηλεφωνήσεις ανώνυμα για βοήθεια



## ΣΧΟΛΙΚός ΕΚΦΟΒΙΣΜός

Εκφοβισμός ή αλλιώς Bullying είναι όταν ένα ή περισσότερα άτομα προβαίνουν επανειλημμένα σε πράξεις βίας προς ένα άλλο άτομο που έχει λιγότερη δύναμη, με σκοπό να το βλάψουν.



Πότε μία πράξη βίας είναι εκφοβισμός;



Ο εκφοβισμός μπορεί να είναι...



**ΣΩΜΑΤΙΚΟΣ**

Κτυπήματα, κλωτσιές, φτύσιμο, προσβλητικές χειρονομίες, καταστροφή περιουσίας.



**ΣΧΕΣΙΑΚΟΣ**

Διάδοση ψεύτικων σχολίων και φημών με σκοπό να βλάψουν και να απομονώσουν κάποιο άτομο από την παρέα.



**ΛΕΚΤΙΚΟΣ**

Φωνές, βρισιές, προσβολές, απειλές, κοροϊδία, προσβλητικά επίθετα και μηνύματα.



**ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΣ**

Προσπάθεια να βλάψουν κάποιο άτομο με τη χρήση ηλεκτρονικών συσκευών και του Διαδικτύου.

Εάν σε εκφοβίζουν...  
**ΜΗΝ ΤΟ ΑΝΕΧΤΕΙΣ**

**Φύγε**

Πες με αποφασιστικότητα:  
«Σταμάτα! Αυτό που κάνεις με ενοχλεί!»

Μην μένεις μόνος ή μόνη στην αυλή του σχολείου ή σε άλλους χώρους

**Αγνόησέ τους**

**Χρησιμοποίησε χιούμορ**

Περπάτα με έναν φίλο ή μία φίλη προς και από το σχολείο



**Μίλα...**

Σε κάποιον ή κάποια ενήλικα που εμπιστεύεσαι

Σε έναν φίλο ή μία φίλη

Σε έναν ή μία εκπαιδευτικό

Στους γονείς σου



ΠΑΡΑΤΗΡΗΤΗΡΙΟ ΓΙΑ ΤΗ ΒΙΑ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ (ΠΑ.ΒΙ.Σ.)

[www.pi.ac.cy/pavis](http://www.pi.ac.cy/pavis)