

## Τί είναι εκφοβισμός

Εκφοβισμός είναι η θηλεημένη, απρόκλητη και επαναλαμβανόμενη άσκηση βίας (ψυχολογικής, σωματικής, λεκτικής, κοινωνικής ή σεξουαλικής) από ένα άτομο προς ένα άλλο, με σκοπό να το «μειώσει», να το εξευτελίσει ή να το εξαναγκάσει σε κάποια πράξη. Η σχέση μεταξύ του ατόμου που εκφοβίζει και του ατόμου που εκφοβίζεται χαρακτηρίζεται από μια ασυμμετρία δυνάμεις.

Η βία, που ασκείται στο σχολικό πλαίσιο, χαρακτηρίζεται ως σχολικός εκφοβισμός. Με άλλα λόγια, ο σχολικός εκφοβισμός συμβαίνει όταν κάποιος μαθητής ή μαθήτρια χρησιμοποιεί επανειλημμένα τη δύναμή του/της, με σκοπό να προκαλέσει σωματικό ή ψυχικό πόνο σε κάποιο άλλο παιδί.

## Είναι ΛΑΘΟΣ να πιστεύουμε ότι ο εκφοβισμός:

- Είναι ένα φυσιολογικό φαινόμενο της ζωής και της ανάπτυξης των παιδιών και των εφήβων
- Είναι ένα αναπόφευκτο φαινόμενο της σχολικής ζωής - συνέβαινε ανέκαθεν
- Ενδυναμώνει το παιδί για να αντιμετωπίσει μελλοντικές δυσκολίες
- Ταυτίζεται με την παραβατικότητα

Έχει συμβεί το παιδί σας ή κάποιος μαθητής, από την ίδια τάξη ή μεγαλύτερη, να αναφέρει ή να παραπονιέται ότι στο σχολείο κάποιο παιδί...

- χτυπάει και σπρώχνει ξανά και ξανά...
- μιλάει άσχημα ή διώχνει από την παρέα και τα αθλητικά παιχνίδια...
- κοροϊδεύει ή απειλεί...
- παίρνει ή χαλάει πράγματα που ανήκουν σε...
- διαδίδει άσχημες φήμες και βρίζει μέσω κινητού τηλεφώνου ή internet...
- απομονώνει επειδή είναι «διαφορετικό»...

...κάποιο άλλο παιδί ή το ίδιο το παιδί σας;

Όλα τα παραπάνω είναι μορφές εκφοβισμού και βίας που συμβαίνουν ανάμεσα στα παιδιά, μέσα και έξω από το σχολείο.

[www.antibullying.gr](http://www.antibullying.gr)

**Εάν θέλετε να μάθετε περισσότερα για το σχολικό εκφοβισμό και τους τρόπους με τους οποίους μπορεί να αντιμετωπισθεί, επισκεφθείτε το site της Ε.Ψ.Υ.Π.Ε. «Stop στην Ενδοσχολική Βία-Bullying».**

Εκεί μπορείτε:

- να ενημερωθείτε για τον εκφοβισμό
- να διαβάσετε και να γράψετε ιστορίες που ζήσατε, ακούσατε ή είδατε
- να μοιραστείτε σκέψεις και συναισθήματα
- να ανεβάσετε βίντεο και μουσική
- να μάθετε πως μπορείτε να βοηθήσετε ή να αντιμετωπίσετε καταστάσεις εκφοβισμού.

Χωρίς τη βοήθειά σας, ο σχολικός εκφοβισμός δεν αντιμετωπίζεται αποτελεσματικά.



**Μιλήστε  
σας ακούμε!**

**801 801 1177**  
[www.antibullying.gr](http://www.antibullying.gr)

Γραμμή υποστήριξης  
για γονείς και  
εκπαιδευτικούς

Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου  
**Ε.Ψ.Υ.Π.Ε.**



801 801 1177  
www.antibullying.gr



ΔΙΚΤΥΟ  
ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΒΙΑΣ  
ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

www.antibullyingnetwork.gr

Τηλεφωνικές Γραμμές Υποστήριξης Ε.Ψ.Υ.Π.Ε.:

**801 801 1177**

Για γονείς & εκπαιδευτικούς  
(Οι κλήσεις είναι ανώνυμες και εμπιστευτικές  
με κόστος μία αστική μονάδα)

**116 111**

Αποκλειστικά για παιδιά & εφήβους  
(Οι κλήσεις είναι ανώνυμες και εμπιστευτικές  
και δεν υπάρχει χρέωση από σταθερά και κινητά)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
"ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ"  
www.espaad.gov.gr



ΕΣΠΑ  
www.espa.gr



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΤΙΚΗΣ  
www.ypsia-pronoia.gr



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

Με την συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου  
Επιστημονικός Υπεύθυνος: Ι. Τσιάντης,  
Αν. Καθηγητής Παιδοψυχιατρικής  
Ιατρικής Σχολής Παν/μίου Αθηνών

Το πρόγραμμα υλοποιείται από την Ε.Ψ.Υ.Π.Ε. και χρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο και το Ελληνικό Δημόσιο, στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος "Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού" 2007-2013.

Σχολεία ανοιχτά στη γνώση  
όχι στη βία



Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου  
Η Ε.Ψ.Υ.Π.Ε είναι μέλος του "Δικτύου κατά της Βίας στο Σχολείο".