



ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΚΑΙ ΜΕΣΩ ΤΟΥ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ

PINBALL

Δραστηριότητα 1 – "Μίλησέ μου περισσότερο γι' αυτό"

Γενική περιγραφή της δραστηριότητας

Στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να ενημερώσει τους νέους σχετικά με τον εκφοβισμό και τις συνέπειές του. Η δραστηριότητα αυτή είναι διττή: κατά πρώτον, στους νέους ζητείται έμμεσα να μοιραστούν το πώς αντιλαμβάνονται τον εκφοβισμό απεικονίζοντάς τον. Κατά δεύτερον, θα μπορούν να συγκεντρώσουν περισσότερες πληροφορίες γι' αυτό, ανακαλύπτοντας έτσι ότι ο εκφοβισμός περιλαμβάνει διάφορους παράγοντες (τον εκφοβίζων, το θύμα, παρατηρητές και συμμάχους), έχει συγκεκριμένα χαρακτηριστικά (π.χ. ανισορροπία ισχύος, επαναλαμβάνεται χρονικά, μπορεί να βασίζεται τόσο στα ατομικά χαρακτηριστικά του θύματος και/ή στη συμμετοχή τους σε μια συγκεκριμένη κοινωνική ομάδα...) και ότι μπορεί να οδηγήσει σε πολύ επικίνδυνες συνέπειες, όχι μόνο για το θύμα αλλά και για τον εκφοβίζοντα και τους εμπλεκόμενους παρατηρητές.

1



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών

Πληροφορίες για τον εκφοβισμό	60 λεπτά
-------------------------------	----------

ΒΗΜΑ 1 – Εάν ήμασταν ηθοποιοί

ΩΡΑ: 20 λεπτά

Για να ξεκινήσει η εκπαίδευση, ο προπονητής θα ζητήσει από μερικούς παίκτες (5-6 παίκτες: ένας εκφοβίζων, ένα θύμα και 3-4 παρατηρητές) να γίνουν ηθοποιοί αναπαριστώντας τρία σενάρια εκφοβισμού που μπορούν να συμβούν στο ποδόσφαιρο: μία ομάδα θα πρέπει να αναπαραστήσει ένα σενάριο εκφοβισμού κατά τη διάρκεια της προπόνησης (κοινωνικός αποκλεισμός: ένα παιδί αποκλείεται από συνομηλίκους που δεν του κάνουν πάσα), ένα δεύτερο σενάριο στα αποδυτήρια (λεκτικός εκφοβισμός: κοροϊδεύουν ένα παιδί) και ένα τρίτο σενάριο κατά τη διάρκεια ενός αγώνα (σωματικός εκφοβισμός: ένα μεγαλύτερο παιδί σπρώχνει ένα άλλο παιδί). Ο προπονητής πρέπει να είναι διαθέσιμος να παρέχει στήριξη και συμβουλές κατά τη διάρκεια της άσκησης και να εμπνέει την ομάδα να δοκιμάζουν τις προτάσεις τους, ούτως ώστε να μην δαπανήσουν υπερβολικό χρόνο προσπαθώντας να βρουν το "ιδανικό παιχνίδι". Επιπρόσθετα, ο προπονητής πρέπει να επιβλέπει όλα τα σενάρια, διασφαλίζοντας ότι δεν συμβαίνει τίποτα πραγματικά επιβλαβές στα παιδιά. Για να γίνει αυτό, πρέπει να τηρούνται ορισμένες προφυλάξεις:

- Στα τρία σενάρια, οι ρόλοι πρέπει να ανακατανέμονται ούτως ώστε οι ρόλοι εκφοβίζοντος/θύματος να ερμηνεύονται από διαφορετικά παιδιά.



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



- Στο δεύτερο σενάριο, ο προπονητής θα πρέπει να διασφαλίσει ότι το θύμα ερμηνεύεται από ένα παιδί το οποίο εν δυνάμει δεν θα πληγωθεί, ενδεχομένως ρωτώντας εκ των προτέρων: "Στο σενάριο αυτό, θα προσποιηθούμε ότι ο εκφοβίζων κοροϊδεύει έναν από εσάς. Δεν θέλω κανένας σας να αισθάνεται άβολα όταν παίζουμε αυτά τα παιχνίδια. Σκοπός μας εδώ είναι να σας δείξω πράγματα ώστε να μπορούμε να τα συζητήσουμε και να τα κατανοήσουμε καλύτερα, όχι να ενοχληθεί κάποιος από εσάς. Ποιος δεν έχει πρόβλημα να κάνει το θύμα;". (εφόσον κανένας δεν θέλει, ο προπονητής μπορεί να ζητήσει άλλους εθελοντές)
- Στο τρίτο σενάριο, ο προπονητής πρέπει να διασφαλίσει ότι οι παίκτες κατανοούν ότι το σπρώξιμο πρέπει να είναι προσποιητό και ότι κανείς δεν πρέπει να χτυπήσει.

Ενώ εκτυλίσσονται τα σενάρια, πρέπει να ζητηθεί από όλα τα άλλα παιδιά να τα παρακολουθούν με μεγάλη προσοχή και να προσπαθούν να παρατηρούν ομοιότητες και διαφορές. Μετά από αυτό, σε μια πεντάλεπτη συζήτηση, οι παίκτες θα πρέπει να συζητήσουν όλες τις ομοιότητες και διαφορές μεταξύ των σεναρίων, π.χ. "Πάντοτε υπήρχε κάποιος που τον κακομεταχειρίζονταν και πάντα υπήρχε ένας θύτης", ή "Ο εκφοβίζων ήταν μεγαλύτερος/δυνατότερος, κ.λπ.", καθώς και "Σε μία περίπτωση ένα παιδί αποκλείστηκε, σε μία άλλη του φώναξα και στην τελευταία περίπτωση, το έσπρωξαν αλλά συνέχισε να είναι εκφοβισμός". Ο προπονητής μπορεί να δώσει ερεθίσματα χρησιμοποιώντας τις παρακάτω ερωτήσεις:

- Ποιος/ποιοι εκτίθενται;
- Ποιος εκθέτει;



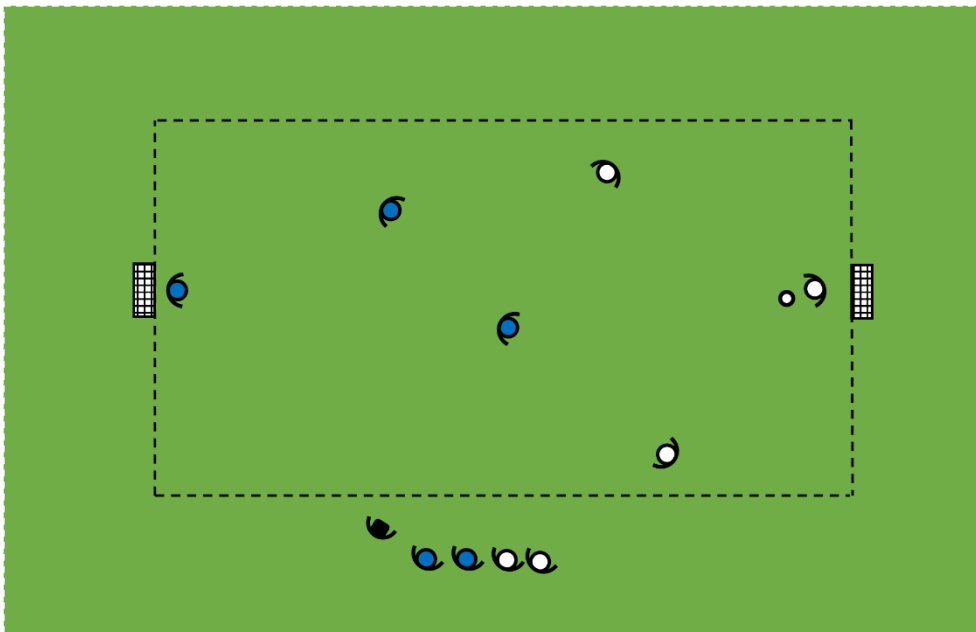
Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



- Ποιος/ποιοι συμπεριφέρονται παθητικά;

Τα σχόλια μπορούν να σημειωθούν σε έναν πίνακα, όπου ο προπονητής θα έχει σημειώσει κάθε θέμα [ΗΘΟΠΟΙΟΙ-ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ-ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ] και να διατηρηθούν προς χρήση στο δεύτερο βήμα της δραστηριότητας.

Η δραστηριότητα απεικονίζεται παρακάτω.



ΒΗΜΑ 2 – Χαρακτηριστικά του εκφοβισμού

ΩΡΑ: 30 λεπτά

Σε αυτό το 15λεπτο παιχνίδι, οι παίκτες χωρίζονται σε τρεις κατηγορίες και τους ζητείται να ολοκληρώσουν τρεις προκλήσεις για να κερδίσουν ένα βραβείο: οι προκλήσεις αυτές (καθώς η ομάδα στην οποία ανατίθεται κάθε πρόκληση) μπορούν να σχεδιαστούν από τον προπονητή βάσει του τι θεωρούν ότι πρέπει να βελτιώσει περισσότερο κάθε ποδοσφαιριστής (π.χ., για τη

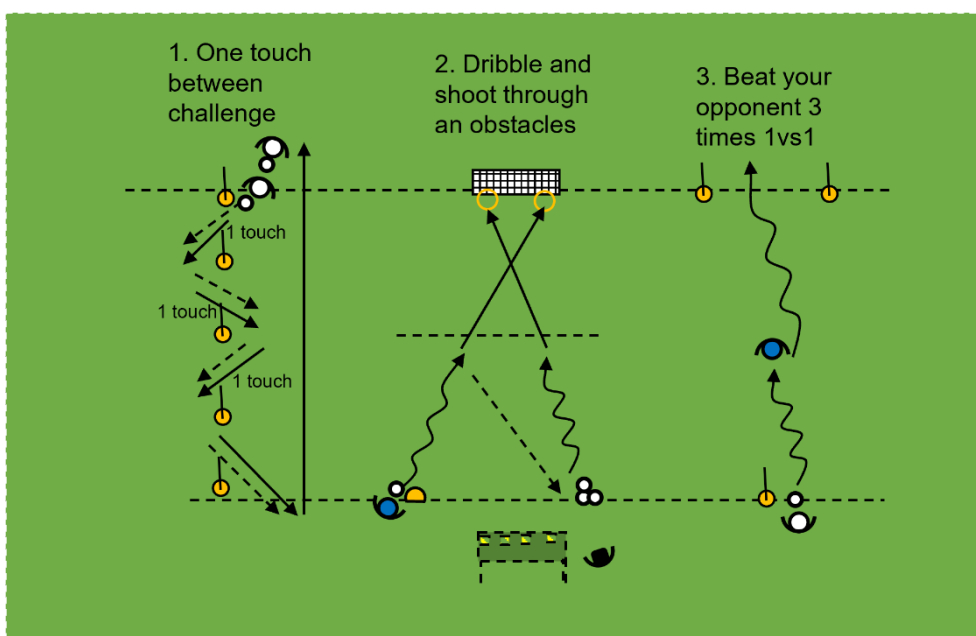


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



βελτίωση των γρήγορων αντιδράσεων, μια πρόκληση θα μπορούσε να περιλαμβάνει έναν συναθλητή να κλωτσάει την μπάλα από πίσω και να πρέπει να τη φτάσει και την σταματήσει πριν περάσει μια γραμμή και αυτό να γίνει σε τουλάχιστον τέσσερις από τις πέντε προσπάθειες). Όταν ένα μέλος μιας ομάδας επιτυγχάνει τον στόχο του, μπορεί να παίρνει το βραβείο του, μια κάρτα που αναφέρεται σε μια συγκεκριμένη κατηγορία εκφοβισμού (βλ. **Παράρτημα 1.1 – 10-14 ετών**), ήτοι ΗΘΟΠΟΙΟΙ, ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ή ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ, που θα τον βοηθήσει να μάθει περισσότερα για το θέμα.

Παρακάτω μπορείτε να δείτε μια γραφική απεικόνιση των πιθανών δραστηριοτήτων.



1. Με μία επαφή ανάμεσα στους κώνους	2. Ντρίμπλα και σουτ μέσω εμποδίου	3. Περάστε τον αντίπαλο 3 φορές σε αναμετρήσεις 1 εναντίον 1
--------------------------------------	------------------------------------	--



Project supported
 by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



Στο τέλος της δραστηριότητας, όλες οι κάρτες θα συγκεντρωθούν και θα γίνει αντιστοίχισή τους στα θέματα που είχαν ήδη αναφέρει οι ποδοσφαιριστές κατά το βήμα 1. Ο προπονητής θα καθοδηγεί τη συζήτηση ρωτώντας:

- Γνωρίζετε όλες αυτές τις πληροφορίες για τον εκφοβισμό;
- Τις σας εκπλήσσει περισσότερο;
- Πιστεύετε ότι μάθατε κάτι καινούργιο για το φαινόμενο αυτό;

Ο προπονητής μπορεί να αυξήσει την επίγνωση για τη σοβαρότητα του προβλήματος δίνοντας ερέθισμα τους παίκτες με τις παρακάτω ερωτήσεις:

- Έχετε ακούσει ποτέ για τη Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού;
- Γνωρίζετε ότι η Σύμβαση δηλώνει ότι κάθε παιδί έχει το δικαίωμα να προστατεύεται από κάθε είδους βία, συμπεριλαμβανομένου του εκφοβισμού; Γιατί πιστεύετε ότι ισχύει αυτό;

Εφόσον οι παίκτες εμβαθύνουν περισσότερο, ακολουθούν μερικές πιο απαιτητικές ερωτήσεις και προβληματισμοί που μπορείτε να προτείνετε:

- Θεωρούσατε ότι ο εκφοβισμός συμβαίνει συχνά ή όχι; Έχει τύχει να έχετε δει επεισόδιο εκφοβισμού;
- Είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε ότι συμβαίνει περισσότερο συχνά απ' όσο γνωρίζουμε. Κάποιες φορές οι άνθρωποι δυσκολεύονται ακόμα και εάν δεν το γνωρίζουμε εμείς. Γι' αυτό είναι σημαντικό να είμαστε ευγενικοί και να επιδεικνύουμε σεβασμό.



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



Ενδεχόμενη προσθήκη. Εφόσον υπάρχει χρόνος μετά τη δραστηριότητα, ο προπονητής μπορεί να προτείνει να ξαναγίνει το παιχνίδι με μια παραλλαγή. Αυτή τη φορά, το κοινό μπορεί να αντικαταστήσει οποιονδήποτε από τους "παθητικούς" παρατηρητές στη σκηνή. Οι παίκτες στο κοινό μπορούν να φωνάζουν "στοπ" οποτεδήποτε και να αλλάζουν οποιονδήποτε παθητικό χαρακτήρα. Στη συνέχεια η σκηνή συνεχίζεται με έναν νέο ηθοποιό ο οποίος θα προσπαθήσει να βελτιώσει, αποφύγει ή αλλάξει την κατάσταση και να τη βελτιώσει για τα εκτιθέμενα πρόσωπα. Στο τέλος, ο προπονητής μπορεί να ολοκληρώσει τη συζήτηση λέγοντας κάτι τέτοιο: "Συζητάμε το θέμα αυτό γιατί εμείς, ως Ομάδα, πιστεύουμε ότι είναι πολύ σημαντικό να αντιμετωπίσουμε τον εκφοβισμό και θέλουμε να καταλάβετε αυτό το φαινόμενο και πώς καταπολεμείται. Εφόσον κάποιος από εσάς επηρεάζεται από το ζήτημα αυτό ή αισθάνεται ότι θέλει να μιλήσει με κάποιον, μπορείτε να έρθετε να μου μιλήσετε οποιαδήποτε στιγμή. Εάν δεν έχω απαντήσεις, θα προσπαθήσω να σας παραπέμψω σε κάποιον που τις έχει" [κάθε προπονητής θα πρέπει εκ των προτέρων να αναζητήσει τα στοιχεία επικοινωνίας ενός εγγύριου φορέα καταπολέμησης του εκφοβισμού].

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Για την επόμενη εβδομάδα: πριν κάνετε ένα αστείο, προσπαθήστε να σκεφτείτε εάν μπορεί να πληγωθεί κάποιος που είναι παρών.

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΡΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ: ΜΕΡΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Ακολουθούν μερικές πρακτικές προτάσεις από προπονητές οι οποίοι έχουν ήδη εφαρμόσει τις δραστηριότητες στις ομάδες τους.

- 1. Στο ΒΗΜΑ 1, εφόσον η ομάδα είναι μεγάλη (30 παίκτες ή περισσότεροι), καλό θα ήταν να τους μοιράσετε σε μικρότερες ομάδες που μπορούν να παίξουν παράλληλα παιχνίδια ρόλων.**



Project supported
by





2. Είναι σημαντικό να παρέχεται ισχυρή καθοδήγηση κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας ούτως ώστε οι ποδοσφαιριστές να αισθάνονται ασφαλείς κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού ρόλων: Κάντε αισθητή την παρουσία σας και τη φωνή σας.
3. Στο ΒΗΜΑ 2, μπορείτε να προσαρμόσετε το υλικό εφόσον η εκτύπωση και το κόψιμο των καρτών είναι δύσκολο να γίνει. Για παράδειγμα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μάρκες τις οποίες θα συγκεντρώνουν κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού και εκτυπώστε ένα απλό σετ καρτών που θα "ανταλλάσσονται" στο τέλος του παιχνιδιού. Με τον τρόπο αυτό, θα μπορείτε ακόμα να συζητήσετε το υλικό, χωρίς να χρειάζεται να κόψετε κάρτες ή να τις κατασκευάσετε.

Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών

Πληροφορίες για τον εκφοβισμό	50 λεπτά
-------------------------------	----------

ΒΗΜΑ 1 – Παιχνίδι ρόλων για τον εκφοβισμό

ΩΡΑ: 20 λεπτά

Ο προπονητής θα ζητήσει από 4-5 παίκτες να αναπαραστήσουν ένα σενάριο εκφοβισμού στο ποδόσφαιρο για τους συναθλητές τους: το σενάριο θα πρέπει να περιλαμβάνει έναν εκφοβίζοντα, ένα θύμα και μερικούς παρατηρητές. Επιπρόσθετα, θα πρέπει να φαίνεται πώς αισθάνονται όλοι οι "ηθοποιοί" και πώς συμπεριφέρονται ΜΕΤΑ το ίδιο το επεισόδιο εκφοβισμού. Θα έχουν 5 λεπτά να το προετοιμάσουν και 5 να το ερμηνεύσουν. Στο ενδιάμεσο, από τους άλλους παίκτες θα ζητηθεί να απαντήσουν στις παρακάτω ερωτήσεις:

1. Ποιοι είναι οι ηθοποιοί που εμπλέκονται σε αυτό το σενάριο;
2. Τι επιτρέπει στον εκφοβίζοντα να ενεργεί όπως ενεργεί;
3. Ποιες είναι οι συνέπειες του εκφοβισμού για όλους τους εμπλεκόμενους;

Εφόσον οι παίκτες εμβαθύνουν περισσότερο, ακολουθούν μερικές πιο απαιτητικές ερωτήσεις και προβληματισμοί που μπορείτε να προτείνετε:



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



- Θεωρούσατε ότι ο εκφοβισμός συμβαίνει συχνά ή όχι; Έχει τύχει να έχετε δει επεισόδιο εκφοβισμού;
- Είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε ότι συμβαίνει περισσότερο συχνά απ' όσο γνωρίζουμε. Κάποιες φορές οι άνθρωποι δυσκολεύονται ακόμα και εάν δεν το γνωρίζουμε εμείς. Γι' αυτό είναι σημαντικό να είμαστε ευγενικοί και να επιδεικνύουμε σεβασμό.

Στη συνέχεια, μια δεκάλεπτη συζήτηση θα επιτρέψει στους παίκτες να εντοπίσουν τις ομοιότητες μεταξύ των απαντήσεών τους, οι οποίες θα καταγραφούν και στον πίνακα.

ΒΗΜΑ 2 – Χαρακτηριστικά του εκφοβισμού

ΩΡΑ: 30 λεπτά

Αντίστοιχα με παραπάνω, σε αυτό το παιχνίδι διάρκειας 20 λεπτών, οι παίκτες χωρίζονται σε τρεις ομάδες και τους ζητείται να ολοκληρώσουν τρεις προκλήσεις προκειμένου να κερδίσουν έπαθλα. Οι προκλήσεις μπορούν να σχεδιαστούν από τον προπονητή με βάση το τι θεωρούν ότι πρέπει να βελτιώσει περισσότερο κάθε παίκτης: στην περίπτωση αυτή, ο παίκτης θα έχει τη δυνατότητα να θέσει τον δικό του στόχο (π.χ. να ολοκληρώσει 15 around-the-world ντρίμπλες). Όταν ένα μέλος μιας ομάδας επιτυγχάνει τον στόχο του, μπορεί να παίρνει το βραβείο του, μια κάρτα που αναφέρεται σε μια συγκεκριμένη κατηγορία εκφοβισμού (βλ. **Παράρτημα 1.1 – 15-18 ετών**), ήτοι ΗΘΟΠΟΙΟΙ, ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ή ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ, με περισσότερες πληροφορίες για το θέμα. Κάθε παίκτης μπορεί να έχει την ευκαιρία να ολοκληρώσει την πρόκληση πολλαπλές φορές εντός του εικοσαλέπτου, ανεβάζοντας έτσι τον πήχη της άσκησης (π.χ. 20 around-the-world ντρίμπλες).



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



Στο τέλος της δραστηριότητας, όλες οι κάρτες θα συγκεντρωθούν και θα γίνει αντιστοίχισή τους με τις απαντήσεις που είχαν ήδη συγκεντρωθεί κατά το βήμα 1. Ο προπονητής θα καθοδηγεί τη συζήτηση ρωτώντας:

- Γνωρίζατε όλες αυτές τις πληροφορίες για τον εκφοβισμό; Το έχετε βιώσει ποτέ;
- Τι καινούργιο παρατηρείτε; Τι σας προκαλεί μεγαλύτερη έκπληξη από όλες αυτές τις πληροφορίες;
- Πώς νιώθετε τώρα που τα μάθατε όλα αυτά;

ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟ ΥΛΙΚΟ	
10-14 ετών	15-18 ετών
Παράρτημα 1.1	Παράρτημα 1.1
Δείκτης	Δείκτης
Φάκελοι	Χαρτιά και στυλό
Μπάλες ποδοσφαίρου	Φάκελοι
Υλικό για τις ασκήσεις	Μπάλες ποδοσφαίρου
	Υλικό για τις ασκήσεις

1.3.3 Δραστηριότητα 2 – "Πώς αισθάνεται κάποιος;"

Γενική περιγραφή της δραστηριότητας

Στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να καλλιεργηθεί η αίσθηση της προοπτικής και της συναισθηματικής εμπάθειας προς αυτούς που βιώνουν εκφοβισμό. Με το να τους ανατεθεί μια τυχαία "ταμπέλα", οι παίκτες θα βιώσουν πώς είναι να παίζεις με φίλους που



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



συμπεριλαμβάνουν και στηρίζουν ή με συνομηλίκους που ασκούν εκφοβισμό και προσβάλλουν. Όλοι οι παίκτες θα δοκιμάσουν και τις δύο πλευρές ούτως ώστε να αισθανθούν και να μπορούν να συγκρίνουν τη διαφορά ανάμεσα στο να τους συμπεριφέρονται με ευγένεια ή να τους παρενοχλούν και να τους κακομεταχειρίζονται. Η μετέπειτα συζήτηση θα τους επιτρέψει α) να κατανοήσουν πώς αισθάνονται τα άτομα που βιώνουν εκφοβισμό (είτε μέσω άμεσης λεκτικής βίας και/ή κοινωνικού αποκλεισμού), και β) να αναλογιστούν πώς η συμπεριφορά μας μπορεί να επηρεάσει την ψυχοσωματική κατάσταση των άλλων.

Ηλικιακή ομάδα: 10-14 ετών

Καλλιέργεια της εμπάθειας προς τα θύματα	50 λεπτά
--	----------

ΒΗΜΑ 1 – Δες το μέτωπό μου!

ΩΡΑ: 30 λεπτά

11

Στο παιχνίδι αυτό, το οποίο θα είναι ένας συνήθης αγώνας ποδοσφαίρου διάρκεια 10+10 λεπτών (με ένα πεντάλεπτο διάλειμμα στο ενδιάμεσο), όλοι οι παίκτες θα φοράνε μια μπαντάνα στο μέτωπό τους. Πριν την έναρξη του αγώνα, κάθε παίκτης θα πάει στον προπονητή ο οποίος θα κολλήσει μια ετικέτα στην μπαντάνα του (**βλ. Παράρτημα 2.1**), που θα υποδεικνύει έναν κανόνα συμπεριφοράς που θα υιοθετήσουν οι άλλοι παίκτες. Οι ενδεχόμενες ετικέτες θα είναι ως εξής (μισές είναι "ετικέτες εκφοβισμού" και οι άλλες μισές είναι "ετικέτες συμπερίληψης και στήριξης"):

- Μην μου πασάρεις ποτέ την μπάλα.
- Μου πασάρεις την μπάλα όσο το δυνατόν συντομότερα.



Project supported
by

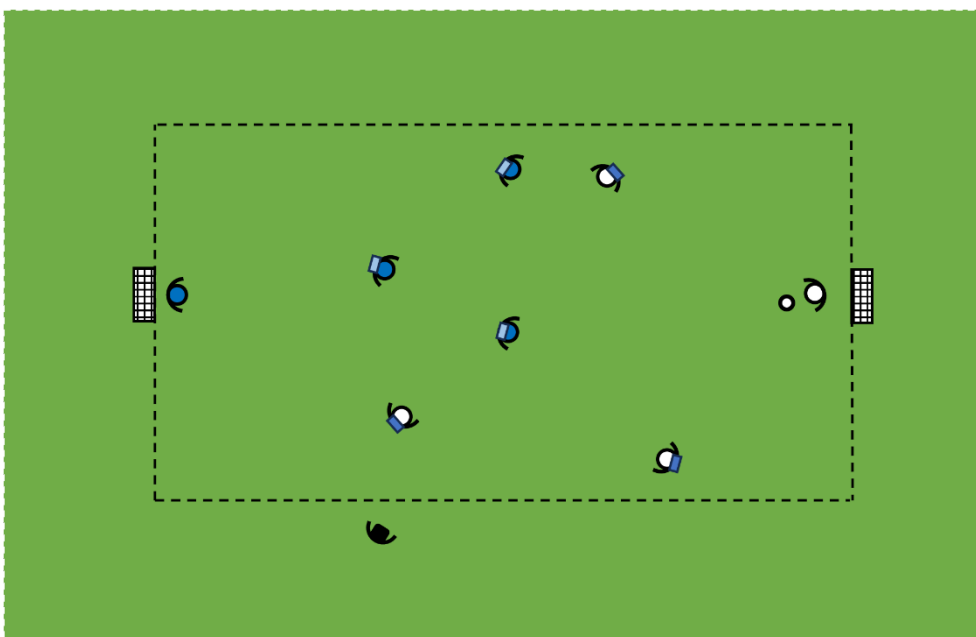


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



- Κάνε άσχημα σχόλια για τις κινήσεις μου.
- Κάνε μου πολλές φιλοφρονήσεις για την προσπάθειά μου.
- Παρηγόρησέ με εάν κάνω ένα λάθος.
- Εάν κάνω ένα λάθος, κάνε με να νιώσω πιο άσχημα.

Στους παίκτες θα δοθεί λίγος χρόνος για να δουν τις ετικέτες των άλλων, ο δε κανόνας θα είναι ότι κανένας δεν αποκαλύπτει την ετικέτα του άλλου. Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, οι παίκτες θα πρέπει να συμπεριφέρονται προς έναν συγκεκριμένο παίκτη σύμφωνα με την ετικέτα που φοράει. Μετά το διάλειμμα, οι ετικέτες θα αλλάξουν και όσοι είχαν ετικέτα εκφοβισμού, θα πάρουν μια ετικέτα συμπερίληψης και το αντίστροφο. Η δραστηριότητα απεικονίζεται παρακάτω.



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



ΒΗΜΑ 2 – Ας μιλήσουμε για συναισθήματα

ΩΡΑ: 20 λεπτά

Μετά την ολοκλήρωση του παιχνιδιού, οι νέοι θα παίξουν ένα πεντάλεπτο παιχνίδι πριν ξεκινήσει η συζήτηση. Σκοπός του παιχνιδιού είναι να γίνει εξάσκηση σε τεχνικές για την προώθηση μιας καλής ατμόσφαιρας, καθώς και για την επίδειξη των συνεπειών της αφάνειας και του αποκλεισμού. Στο παιχνίδι οι παίκτες θα αναλαμβάνουν διαφορετικούς ρόλους ούτως ώστε να απεικονίζεται τόσο η αφάνεια όσο και η προβολή. Πώς παίζεται:

- Χωρίστε την ομάδα σε ζευγάρια.
- Ένα μέλος του ζευγαριού αρχίζει να μιλάει (για οτιδήποτε, π.χ. τις καλοκαιρινές διακοπές, ένα αγαπημένο φαγητό, ένα καλό βιβλίο κ.λπ.) για ένα λεπτό. Το άλλο μέλος πρέπει να επιδεικνύει αδιαφορία όσο διαρκεί το λεπτό κατά το οποίο μιλάει ο παρτενέρ του.
- Αλλάξτε ρόλους. Το μέλος που μίλησε πρώτο, τώρα θα επιδείξει αδιαφορία για το επόμενο λεπτό.
- Επαναλάβετε (μιλήστε για το ίδιο πράγμα), ωστόσο αυτή τη φορά ο παρτενέρ που δεν μιλάει, θα δείχνει ότι ενδιαφέρεται πραγματικά.

Ο προπονητής θα συλλέξει τις πρώτες αντιδράσεις των παικτών:

- Πώς ένιωθε να μιλάει σε κάποιον που επιδείκνυε αδιαφορία; Τι αντίκτυπο είχε σε σένα, στην ιστορία;

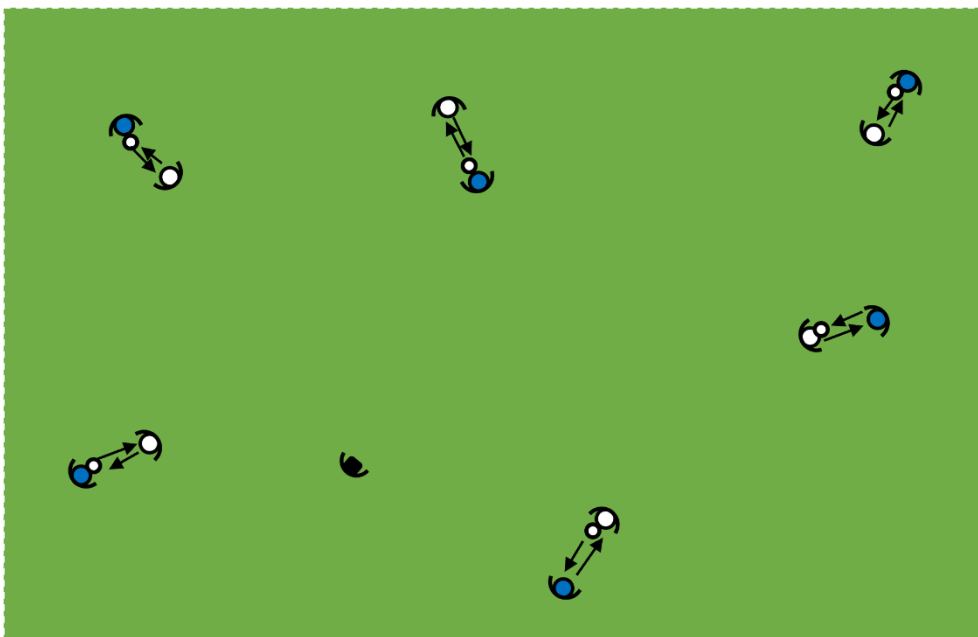


Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



- Πώς ένιωθε να μιλάει σε κάποιον που επιδείκνυε ενδιαφέρον; Τι αντίκτυπο είχε σε σένα, στην ιστορία;

Η δραστηριότητα απεικονίζεται παρακάτω.



14

Στη συνέχεια ζητείται από τους παίκτες να συνδέσουν αυτό το γρήγορο παιχνίδι με την ποδοσφαιρική δραστηριότητα και να συζητήσουν τα συναισθήματά τους σε σχέση με το να βιώνουν εκφοβισμό και με το να τους φέρονται ευγενικά. Ο προπονητής θα είναι σε θέση να συλλέξει σκέψεις και απόψεις (εφόσον το επιθυμεί, καταγράφοντας στον πίνακα).

- Πώς ένιωθε όταν βίωνε εκφοβισμό ή κανείς δεν του έκανε πάσα;
- Πώς ένιωθε όταν όλοι ήταν ευγενικοί και υποστηρικτικοί;



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



- Θεωρείτε ότι είναι σημαντικό να φερόμαστε με ευγένεια στους άλλους; Γιατί;
- Μπορείτε να αναφέρετε συγκεκριμένα παραδείγματα του τι μπορείτε να κάνετε ή να πείτε για να επιδείξετε υποστήριξη ή ευγένεια προς έναν άλλο παίκτη;
- Σύμφωνα με τη Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού, όλοι οι νέοι έχουν δικαίωμα **να είναι αυτοί που είναι**. Πώς θεωρείτε ότι μπορείτε να κάνετε τη διαφορά για τους συνομηλίκους σας έχοντας αυτό στο μυαλό σας;

ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Για την επόμενη εβδομάδα, δεσμευτείτε ότι θα λέτε μια ευγενική κουβέντα σε ένα άτομο κάθε μέρα - και παρατηρήστε την αντίδρασή τους.

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΠΡΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ: ΜΕΡΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Ακολουθούν μερικές πρακτικές προτάσεις από προπονητές οι οποίοι έχουν ήδη εφαρμόσει τις δραστηριότητες στις ομάδες τους.

1. Εφόσον απαιτείται, αντί να εκτυπώσετε και να κολλήσετε τις ετικέτες στο μέτωπο των παικτών, μπορείτε να κολλήσετε ταινία στην πλάτη τους και να γράψετε τον "ρόλο" με έναν μαρκαδόρο.
2. Οι εργασίες στο σπίτι είναι σημαντικές! Βοηθούν τους παίκτες να έχουν τις πληροφορίες στο μυαλό τους στο διάστημα ανάμεσα στις δραστηριότητες.

Ηλικιακή ομάδα: 15-18 ετών

Καλλιέργεια της εμπάθειας προς τα θύματα

45 λεπτά

Το παιχνίδι αυτό θα είναι ίδιο με το παιχνίδι για την ηλικιακή ομάδα 10-14 ετών. Ωστόσο, οι ερωτήσεις της συζήτησης θα είναι πιο ενδελεχείς;

- Πώς ένιωθε όταν όλοι ήταν ευγενικοί και υποστηρικτικοί;



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



- Πώς ένιωθε όταν βίωνε εκφοβισμό ή κανείς δεν του έκανε πάσα;
- Έχει νιώσει πότε έτσι παίζοντας ποδόσφαιρο; Έχει νιώσει πότε έτσι εκτός ποδοσφαίρου;
- Πώς εύχεται να του συμπεριφέρονται οι άλλοι εντός και εκτός ποδοσφαίρου;
- Πώς αισθάνεται όταν βλέπει κάποιον που βιώνει εκφοβισμό;
- Σκέφτεται ποτέ πώς αισθάνονται οι άλλοι από τη ΔΙΚΗ ΤΟΥ συμπεριφορά;
- Πώς θεωρεί ότι μπορεί να κάνει τη διαφορά για τους άλλους;

ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟ ΥΛΙΚΟ	
10-14 ετών	15-18 ετών
Μπάλες ποδοσφαίρου	Μπάλες ποδοσφαίρου
Γιλέκα για να χωριστούν σε ομάδες	Γιλέκα για να χωριστούν σε ομάδες
Τέρματα	Τέρματα
Σφυρίχτρα	Σφυρίχτρα
Μπαντάνες (μία για κάθε παίκτη)	Μπαντάνες (μία για κάθε παίκτη)
Παράρτημα 2.1	Παράρτημα 2.1
Δείκτης	Δείκτης



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



Παράρτημα

Υλικό για τη δραστηριότητα 1 "Πες μου κι άλλα"

Παράρτημα 1.1 (ηλικία 10-14)



Project supported
by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



Λεκτικός εκφοβισμός	Εκφοβίζων	Θύμα	Παρατηρητές
Άσχημες λέξεις, προσβολές, γελοιοποίηση κάποιου για το ντύσιμό του, τη σωματική εμφάνιση ή τις οικογενειακές καταστάσεις – για παράδειγμα	Κάποιος ισχυρός που είναι επιθετικός προς πιο αδύναμους συνομηλίκους του, προσπαθώντας να επιδείξει δύναμη ή να πάρει κάτι από αυτούς	Κάποιος ο οποίος υφίσταται επανειλημμένα κακομεταχείριση από τον εκφοβίζοντα και αισθάνεται αδύναμος και φοβισμένος	Άνθρωποι οι οποίοι είναι μάρτυρες του εκφοβισμού. Μπορεί είτε να στηρίζουν τον εκφοβίζοντα, να είναι σιωπηλοί παρατηρητές ή σύμμαχοι του θύματος ("υπερασπιστές")
Σωματικός εκφοβισμός	Κοινωνική απομόνωση	Διαπροσωπικός εκφοβισμός	Εκφοβισμός με βάση προκαταλήψεις
Κλωτσιές, μπουιές, σπρωξίματα, αλλά και καταστροφή των προσωπικών αντικειμένων άλλων επίτηδες	Το να μιλάς άσχημα για κάποιον πίσω από την πλάτη του ή το να τον απομονώνεις	Ο εκφοβισμός βασίζεται στα προσωπικά χαρακτηριστικά κάποιου (όπως το να είναι υπέρβαρος ή ντροπαλός)	Ο εκφοβισμός γίνεται γιατί το θύμα ανήκει σε μια συγκεκριμένη ομάδα (για παράδειγμα επειδή είναι αλλοδαπός)

Verbal bullying

Bad words, insults, making fun of someone for their dressing, physical appearance, or family situations - for example

Bully

Someone strong that is aggressive towards weaker peers trying to show power or to obtain something from them

Victim

Someone who is repeatedly mistreated by the bully and feels weak and scared

Bystanders

People that witness bullying. They can either be supporters to the bully, silent observers or victims allies («defenders»)

Physical bullying

Kicks, punches, pushes but also ruining other people's belongings on purpose

Social isolation

Speaking badly of someone behind their back to isolate them

Interpersonal bullying

Bullying is based on someone's personal features (such as being overweight or shy)

Bias-based bullying

Bullying happens because the victim belongs to a certain group (for example, because they are foreign)



Project supported by



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



Consequences for victims (1)	Consequences for bullies (1)	Consequences for victims (2)	Consequences for bullies (2)
 Victims of bullying can feel very sad and scared to the point they cannot leave their homes on their own	 When grown up, bullies have less friends and worse jobs than other people	 Victims of bullying tend to feel insecure and stop going to school	 When grown up, bullies are more likely to have illnesses than other people

Consequences for bystanders



People who witness bullying tend to feel worse than peers in their everyday life

Συνέπειες για τα θύματα (1)	Συνέπειες για τους εκφοβίζοντες (1)	Συνέπειες για τα θύματα (2)	Συνέπειες για τους εκφοβίζοντες (2)
-----------------------------	-------------------------------------	-----------------------------	-------------------------------------



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



Τα θύματα του εκφοβισμού μπορεί να αισθάνονται πολύ λυπημένα και φοβισμένα στον βαθμό που δεν μπορούν να βγουν μόνα τους από το σπίτι	Όταν μεγαλώσουν, οι εκφοβιζόμενοι έχουν λιγότερους φίλους και χειρότερες δουλειές από τους άλλους	Τα θύματα εκφοβισμού τείνουν να αισθάνονται ανασφάλεια και σταματούν να πηγαίνουν στο σχολείο	Όταν μεγαλώσουν, οι εκφοβιζόμενοι είναι πιο πιθανό να ασθενούν σε σύγκριση με άλλους
			Συνέπειες για τους παρατηρητές
			Όσοι γίνονται μάρτυρες εκφοβισμού τείνουν να αισθάνονται χειρότερα από τους συνομηλίκους τους στην καθημερινότητα



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



Παράρτημα 1.1 (ηλικία 15-18)



Project supported by



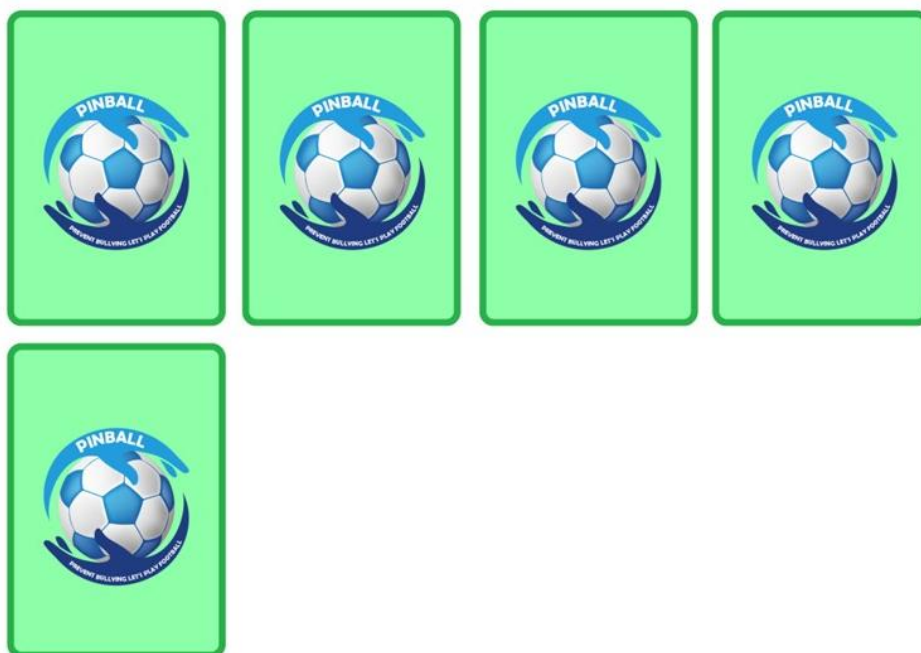
Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



Λεκτικός εκφοβισμός	Εκφοβίζων	Θύμα	Παρατηρητές
Ταπείνωση μέσω προσβολών για παράδειγμα για το ντύσιμο, τη σωματική εμφάνιση, το φύλο ή την οικογενειακή κατάσταση	Ένα άτομο, συνήθως πιο σωματικά δυνατό από το θύμα, που συμπεριφέρεται επιθετικά για να επιβεβαιώσει τη δύναμή του, εκμεταλλευόμενο την κατάσταση	Ένα άτομο που χαρακτηρίζεται από σωματικές ή διανοητικές αδυναμίες, που δεν μπορεί να υπερασπιστεί τον εαυτό του και υφίσταται την επιθετικότητα του εκφοβίζοντος	Άτομα που γίνονται μάρτυρες του φαινομένου του εκφοβισμού. Μπορεί είτε να υποστηρίζουν τον εκφοβίζοντα, είτε να είναι σιωπηλοί παρατηρητές ή να είναι σύμμαχοι του θύματος ("υποστηρικτές")
Σωματικός εκφοβισμός	Κοινωνική απομόνωση	Διαπροσωπικός εκφοβισμός	Εκφοβισμός με βάση προκαταλήψεις
Απευθείας σωματικές πράξεις (π.χ. κλωτσιές, μπουνιές, σπρωξίματα), αλλά και κλοπή αντικειμένων και/ή ηθελημένες καταστροφές στα προσωπικά αντικείμενα άλλων	Απομόνωση, διάδοση κουτσομπολιών και συκοφάντηση	Η επιθετική συμπεριφορά τελείται λόγω των μεμονωμένων χαρακτηριστικών των θυμάτων (π.χ. το να είναι υπέρβαροι/ντροπαλοί)	Η επιθετική συμπεριφορά τελείται επειδή το θύμα ανήκει σε κοινωνικές ομάδες (π.χ. εθνοτική μειονότητα, σεξουαλικός προσανατολισμός, αναπηρία ή θρήσκευμα)



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



Consequences for victims (1)	Consequences for bullies (1)	Consequences for victims (2)	Consequences for bullies (2)
 Victims of bullying tend to develop anxiety and depression	 Research shows that bullies are more likely, when adults, to work failure, poor relationships and physical illness	 Victims of bullying tend to have a deterioration in school performance and can even end up abandoning their studies prematurely	 Bullies, when adults, can manifest very aggressive behaviours and have mental illnesses (more than average)
Consequences for bystanders  A recent study showed that bystanders of bullying are more likely to report lower satisfaction than youngsters who are not bystanders			

Συνέπειες για τα θύματα (1)	Συνέπειες για τους εκφοβίζοντες (1)	Συνέπειες για τα θύματα (2)	Συνέπειες για τους εκφοβίζοντες (2)
-----------------------------	-------------------------------------	-----------------------------	-------------------------------------



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/τους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.



Τα θύματα του εκφοβισμού τείνουν να αναπτύσσουν άγχος και κατάθλιψη	Η έρευνα δείχνει ότι είναι πιο πιθανό για τους εκφοβιζόμενους, όταν ενηλικιωθούν, να αποτυγχάνουν στις δουλειές τους και να έχουν άσχημες σχέσεις και σωματικές ασθένειες	Τα θύματα εκφοβισμού τείνουν να παρουσιάζουν επιδείνωση στη σχολική τους απόδοση και μπορεί και να εγκαταλείψουν πρόωρα τις σπουδές τους	Οι εκφοβιζόμενοι, όταν ενηλικιωθούν, μπορεί να εκδηλώσουν πολύ επιθετικές συμπεριφορές και έχουν ψυχικές ασθένειες (παραπάνω από τον μέσο όρο)
			Συνέπειες για τους παρατηρητές
			Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα, οι παρατηρητές του φαινομένου του εκφοβισμού είναι πιθανότερο να αναφέρουν χαμηλότερη ικανοποίηση από τους νέους που δεν είναι παρατηρητές



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.



Υλικό για τη δραστηριότητα 2 "Πώς αισθάνεται κάποιος;"

Παράρτημα 2.1

NEVER PASS ME THE BALL
COMMENT UNPLEASANTLY ON MY PLAYS
IF I MAKE A MISTAKE, MAKE ME FEEL WORSE
GIVE ME LOTS OF COMPLIMENTS ON HOW MUCH EFFORT I PUT INTO MY PLAY
ALWAYS PASS ME THE BALL AS SOON AS POSSIBLE
CONSOLE ME IF I MAKE A MISTAKE

25

ΜΗΝ ΜΟΥ ΠΑΣΑΡΕΙΣ ΠΟΤΕ ΤΗΝ ΜΠΑΛΑ
ΚΑΝΕ ΑΣΧΗΜΑ ΣΧΟΛΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΜΟΥ
ΕΑΝ ΚΑΝΩ ΕΝΑ ΛΑΘΟΣ, ΚΑΝΕ ΜΕ ΝΑ ΝΙΩΣΩ ΠΙΟ ΑΣΧΗΜΑ
ΚΑΝΕ ΜΟΥ ΠΟΛΛΕΣ ΦΙΛΟΦΡΟΝΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΠΟΥ ΚΑΝΩ ΣΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΜΟΥ
ΔΙΝΕ ΜΟΥ ΠΑΝΤΟΤΕ ΤΗΝ ΜΠΑΛΑ ΟΣΟ ΤΟ ΔΥΝΑΤΟΝ ΠΙΟ ΓΡΗΓΟΡΑ
ΠΑΡΗΓΟΡΗΣΕ ΜΕ ΕΑΝ ΚΑΝΩ ΕΝΑ ΛΑΘΟΣ



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν, μολαταύτα, στον συγγραφέα/στους συγγραφείς και δεν απεικονίζουν απαραίτητα τις απόψεις και γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για αυτές.