

STOP

Αποφυγή

θυματοποίησης

απειλές

εκφ

πίτση

ΑΠΟΜΟΝΩΣΗ

κουτσουμάτιο

DAMAGING
PROPERTY

BULLYING

gossiping

καταστροφή πραγμάτων

Bullying

Γλώσσα του σώματος



**(Γλώσσα με θεμελιώδη σημασία.
Το 70% των πληροφοριών
παρέχονται με τη γλώσσα του
σώματος και το 30% λεκτικά.)**

**Η στάση του σώματος ενός
θύματος είναι χαρακτηριστική**



Η στάση του σώματος ενός θύματος είναι χαρακτηριστική

- Χέρια κοντά στον κορμό
- Σκυμμένο κεφάλι
- Συσπείρωση κοντά στο σώμα («μάζεμα για να γίνει όσο μπορεί «αθέατος»)
- Βλέμμα φοβισμένο, πλάγιο
- Αποφυγή βλεμματικής επαφής

Κάνουμε προσπάθεια να «μιλήσουμε με άλλη γλώσσα». Αυτό μπορεί να είναι δύσκολο αλλά πιάνει.

Πρόβα στον καθρέφτη επιτρέπεται!

- Στεκόμαστε με το κεφάλι ψηλά και κοιτάμε τον θύτη καταπρόσωπο.
- Ακόμα κι αν φοβόμαστε ΔΕΝ το δείχνουμε.
- ΔΕΝ οπισθοχωρούμε. Αντίθετα κάνουμε Ένα βήμα μπροστά
- Δείχνουμε με το χέρι το όριο.
- Σταθερά και δυνατά λέμε αυτό που θέλουμε
- Αφήνουμε να γίνει κατανοητό πως αυτό που κάνει θα μαθευτεί ΣΕ ΟΛΟΥΣ (ακόμα και στην περίπτωση που δεν θέλουμε ή φοβόμαστε να το ανακοινώσουμε)
- Δείχνουμε ήρεμοι



Χρησιμοποιούμε σαν όπλο το χιούμορ





