**Περιεχόμενα Εκπαίδευσης**

* **Εισαγωγή**
* **Ενότητα 1η : Γενικές γνώσεις για τον εκφοβισμό.**
* Τί είναι εκφοβισμός
* Είδη εκφοβισμού
* Συνέπειες του εκφοβισμού
* Επιπτώσεις του Εκφοβισμού (βραχυπρόθεσμες/μακροπρόθεσμες)
* Πότε και πού εμφανίζεται
* Εκφοβισμός και Ταυτότητα
* **Ενότητα 2η: Εφηβεία: Έχει τις ιδιαιτερότητές της, αλλά εξαρτάται και πως την αντιμετωπίζουμε.**
* Τα στάδια της εφηβείας
* Αλλαγές στην περίοδο της εφηβείας
* Τα χαρακτηριστικά της εφηβείας
* **Ενότητα 3η: Πρακτικές πρόληψης του Σχολικού Εκφοβισμού. Βελτιώνω το κλίμα της τάξης.**
* Τι μπορώ να κάνω ως εκπαιδευτικός για την πρόληψη του εκφοβισμού;
* Είμαι συντονισμένος με τα παιδιά της τάξης μου (με παραδείγματα)
* Γενικές οδηγίες
* Σχολικός εκφοβισμός και ανθρώπινα δικαιώματα
* **Ενότητα 4η: Αντιμετωπίζοντας τον εκφοβισμό σε ατομικό επίπεδο**
* Αντίδραση πάλη-φυγή-πάγωμα
* Εγκέφαλος και Νευρολογία
* Αναγνωρίζω τα σημάδια χαμηλής αυτοεκτίμησης
* Προσπαθώ να ενισχύσω την αυτοπεποίθηση των μαθητών μου
* Προσπαθώ να ενισχύσω την ανθεκτικότητα των μαθητών μου
* **Ενότητα 5η: Αντιμετωπίζοντας με σεβασμό και υπευθυνότητα τους μαθητές που εκφοβίζονται και εκφοβίζουν**
* Για μαθητές που εκφοβίζονται
* Μέθοδοι υποστήριξης για μαθητές που εκφοβίζονται (με παράδειγμα)
* Μέθοδος Ομάδας Υποστήριξης, Robinson & Maynes
* Μέθοδοι υποστήριξης για μαθητές που εκφοβίζουν
* Μη Πειθαρχικές πρακτικές αποκατάστασης
* Μέθοδος Κοινής Φροντίδας, Pikas
* Μερικές ακόμα χρήσιμες πρακτικές προστάσεις
* Τι πρέπει να θυμόμαστε
* Τα έξι σημεία
* **Ενότητα 6η: Επικοινωνία εκπαιδευτικών με γονείς.**
* Οφέλη συνεργασίας μεταξύ εκπαιδευτικών και γονέων (για παιδιά)
* Οφέλη συνεργασίας μεταξύ εκπαιδευτικών και γονέων (για γονείς)
* Οφέλη συνεργασίας μεταξύ εκπαιδευτικών και γονέων (για εκπαιδευτικούς)
* Παράγοντες που επηρεάζουν τον βαθμό γονεϊκής εμπλοκής
* Παραδείγματα γονεϊκής εμπλοκής από την καθημερινότητα
* Επικοινωνία με γονείς παιδιών που δέχονται εκφοβισμό
* Επικοινωνία με γονείς παιδιών που ασκούν εκφοβισμό
* **Ενότητα 7η: Διαδικτυακός εκφοβισμός**
* Τι Είναι Ο Διαδικτυακός Εκφοβισμός;
* Χαρακτηριστικά Διαδικτυακού Εκφοβισμού
* Μορφές Διαδικτυακού Εκφοβισμού
* Ποια είναι τα κίνητρα αυτών που ασκούν εκφοβισμό;
* Πώς Να Είσαι Ασφαλής Στο Διαδίκτυο;
* Πρόσεχε τι μοιράζεσαι
* Αναφορά Ανάρμοστης, Ύποπτης, Ή Παράνομης Δραστηριότητας
* Χρήσιμες Διευθύνσεις Αναφοράς Περιεχομένου Στο Facebook
* Συμβουλές πρόληψης
* Ενημέρωση παιδιών
* Σημάδια του διαδικτυακού εκφοβισμού
* Συμβουλές διαχείρισης διαδικτυακού εκφοβισμού