

## Σχολικός εκφοβισμός

Ο σχολικός εκφοβισμός (αγγλ. bullying) είναι ένα φαινόμενο νεανικής παραβατικότητας, που εμφανίζεται σε πολλές χώρες του κόσμου. Ο σχολικός εκφοβισμός αναφέρεται στη χρήση βίας μεταξύ μαθητών ή συνομηλίκων παιδιών με στόχο να προκληθεί πόνος ή αναστάτωση. Εμφανίζεται με τη μορφή του λεκτικού εκφοβισμού (κοροϊδία, διακρίσεις, σεξουαλικά σχόλια), του κοινωνικού εκφοβισμού (διάδοση φημών, καταστροφή προσωπικών αντικειμένων, απομόνωση από την ομάδα), του σωματικού εκφοβισμού (χτυπήματα, σπρωξίματα, κλωτσιές), του ηλεκτρονικού εκφοβισμού (εκβιασμός μέσω Διαδικτύου και ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, μέσω μηνυμάτων στο κινητό τηλέφωνο).



Με βάση τα αποτελέσματα μιας μελέτης που πραγματοποίησε η Εταιρία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου σε συνεργασία με την Παιδαγωγική σχολή του ΑΠΘ, το 25% των μαθητών έχει υποστεί κάποια μορφή εκφοβισμού εντός του σχολικού περιβάλλοντος με συχνότητα δύο ως τρεις φορές το μήνα ή και περισσότερο. Τα αγόρια είναι πιο συχνά θύτες και θύματα εκφοβιστικής συμπεριφοράς, που εμφανίζεται κυρίως στο σχολικό περιβάλλον σε χώρους χωρίς επίβλεψη από τους εκπαιδευτικούς, όπως η αυλή, ο διάδρομος και η τάξη κατά τη διάρκεια του διαλείμματος. Η κατάσταση αυτή μπορεί να επηρεάσει την ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού και τη διαδικασία της μάθησης. Πιο συγκεκριμένα, τα παιδιά που γίνονται θύματα σχολικού εκφοβισμού αρχικά νοιώθουν φόβο, απόγνωση και παρουσιάζουν τάσεις φυγής. Αισθάνονται ότι απειλούνται, τρομάζουν, αρνούνται να πάνε σχολείο και παρουσιάζουν συμπτώματα σχολικής φοβίας. Μπορεί επίσης να γίνουν επιθετικά και νευρικά, ενώ δεν είναι λίγες οι περιπτώσεις όπου τα ίδια τα παιδιά-θύματα μπορούν να γίνουν θύτες σε άλλα παιδιά ή στα αδέρφια τους στο σπίτι. Από την άλλη μεριά οι γονείς συνήθως δεν αντιλαμβάνονται το πρόβλημα και δηλώνουν άγνοια. Αυτό συμβαίνει γιατί τα θύματα εξομολογούνται το γεγονός του εκφοβισμού συχνότερα σε φίλους τους. Αν όμως οι γονείς εντοπίσουν κάποιο από τα προαναφερθέντα συμπτώματα και υποψιάζονται ότι το παιδί τους έχει πέσει θύμα εκφοβισμού κρίνεται αναγκαίο να προσεγγίσουν το παιδί και να αντιδράσουν απευθυνόμενοι αρχικά στους εκπαιδευτικούς και στις αρμόδιες Διευθύνσεις εκπαίδευσης. Είναι ιδιαίτερα σημαντικό το παιδί να αισθανθεί ότι έχει στήριγμα τους γονείς του και το σχολείο. Επιπλέον, οι ειδικοί επιμένουν ότι τα παιδιά πρέπει να μη φοβούνται, να έχουν το θάρρος της γνώμης και να μάθουν να «μιλούν».

Με βάση προτάσεις που παρουσιάστηκαν στο Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο τονίστηκε η ανάγκη εντοπισμού και επίλυσης των κοινωνικών προβλημάτων που σχετίζονται με τη νεανική εγκληματικότητα. Επισημάνθηκε ακόμα, ο ρόλος των

γονέων και των εκπαιδευτικών που καλούνται να ακολουθήσουν ενιαία γραμμή για την αντιμετώπιση της βίας, η ενθάρρυνση των νέων για συμμετοχή τους στα κοινά και στον αθλητισμό, η προβολή σωστών προτύπων συμπεριφοράς, αλλά και η συνεργασία με φορείς που αγωνίζονται για την εξάλειψη της νεανικής παραβατικότητας.

## **Μορφές Εκφοβιστικής Συμπεριφοράς**

- Εκφοβιστική συμπεριφορά σωματικού τύπου: Κλωτσιές, τσιμπήματα, τράβηγμα μαλλιών, γροθιές, δαγκώματα, σπρωξίματα, χτυπήματα, κλείδωμα μέσα στο δωμάτιο κτλ., καταστροφή ή βλάβη στα προσωπικά αντικείμενα του θύματος.
- Εκφοβιστική συμπεριφορά λεκτικού και ψυχολογικού τύπου: Βρισιές, πειράγματα, κοροϊδίες, υπονοούμενα, απειλητικά τηλεφωνήματα, σκληρά, ή ρατσιστικά σχόλια, διάδοση ψεύτικων φημών κτλ.
- Αποκλεισμός: Ενέργειες και πράξεις ώστε το παιδί-στόχος να απομονώνεται από τους συμμαθητές και φίλους, αποκλείοντάς το από δραστηριότητες ή αγνοώντας το.
- Εκφοβιστική συμπεριφορά σεξουαλικού τύπου: Χειρονομίες ή σεξουαλικά σχόλια.
- Εκφοβιστική συμπεριφορά μέσω κινητού τηλεφώνου ή διαδικτύου: Η μορφή αυτή τα τελευταία χρόνια έχει λάβει ανησυχητικές διαστάσεις διότι τα παιδιά-στόχος εκτίθενται πλέον σε πλήθος ανθρώπων ξεφεύγοντας από τα στενά πλαίσια του σχολικού πληθυσμού.

## **Γιατί κάποια παιδιά εκφοβίζουν τα άλλα**

- Κερδίζουν κάτι είτε αυτό είναι το χαρτζιλίκι είτε άλλα αντικείμενα των συμμαθητών και συμμαθητριών τους.
- Γίνονται συχνά πιο δημοφιλή.
- Αποκτούν μεγαλύτερη δύναμη.
- Κυριαρχούν στην ομάδα των συνομηλίκων.
- Νιώθουν πολλές φορές μια ευχαρίστηση από τον πανικό που προκαλούν.
- Σπάνε τη μονοτονία, γιατί, συχνά, βαριούνται στο χώρο του σχολείου.

- Μιμούνται επιθετικές συμπεριφορές ατόμων από την οικογένεια ή το σχολείο.
- Πολλές φορές, ακόμα, κάποια παιδιά εκφοβίζουν, γιατί δεν αποδέχονται τα παιδιά που είναι με κάποιο τρόπο διαφορετικά. Συχνά, τα ακούμε να λένε: «Φυσικά τον κοροϊδεύουμε. Δεν είναι φυσιολογικός!»
- Πιέζονται από την ομάδα των συνομηλίκων ή υπακούν στις εντολές άλλων παιδιών δυνατότερων από αυτά.
- Πολλά παιδιά φτάνουν στο σημείο να εκφοβίζουν ή να γίνονται θύματα εκφοβισμού, εξαιτίας κάποιων χαρακτηριστικών που έχουν ή εξαιτίας προβλημάτων που υπάρχουν στην οικογένεια, στο σχολείο, στην κοινωνία γενικότερα, αφού μας επηρεάζουν είτε αρνητικά είτε θετικά όλα όσα συμβαίνουν γύρω μας.

## **Τι να κάνει ένα παιδί αν το εκφοβίζουν αλλά παιδιά**



Μίλησε γι' αυτό που σου συμβαίνει σε έναν

ενήλικα:

Αν σε εκφοβίζουν και θες αυτό να σταματήσει, πρέπει να μιλήσεις σε ένα μεγαλύτερο άτομο που εμπιστεύεσαι: σε ένα μέλος της οικογένειάς σου, σε κάποιον που σε φροντίζει ή σε κάποιον δάσκαλο ή δασκάλα στο σχολείο. Το να μιλήσεις σε κάποιον, που τα πηγαίνεις καλά μαζί του, είναι πολύ σημαντικό και αναγκαίο, αν και μερικές φορές φαίνεται πολύ δύσκολο!

### **Γι' αυτό να θυμάσαι τα παρακάτω:**

Τα παιδιά που πέφτουν θύματα εκφοβισμού χρειάζονται τη βοήθεια της οικογένειας και του σχολείου. Είναι δύσκολο να αντιμετωπίσεις τον εκφοβισμό μόνος σου ή μόνη σου!

Το να ελπίζεις πως ο εκφοβισμός θα σταματήσει κάποια στιγμή από μόνος του δεν βοηθά. Αν μείνεις σιωπηλός ή σιωπηλή είναι σίγουρο πως η κατάσταση θα χειροτερέψει, γιατί ο δράστης θα πιστέψει πως θα τη γλιτώσει και θα συνεχίσει να σε εκφοβίζει.

Κανείς δεν μπορεί να σε βοηθήσει, παρά μόνο αν ζητήσεις βοήθεια. Κανείς δεν μπορεί να διαβάσει τη σκέψη των άλλων, γι αυτό πρέπει να λέμε αυτά που αισθανόμαστε!

Οι δράστες συνήθως δεν εκφοβίζουν ένα μόνο παιδί. Μιλώντας, λοιπόν, γι' αυτό

που σου συμβαίνει, δεν βοηθάς μόνο τον εαυτό σου αλλά και τα άλλα παιδιά που εκφοβίζονται.

Δεν είναι καθόλου κακό να πεις πως κάποιος εκφοβίζει εσένα ή άλλα παιδιά.

Αντίθετα, με το να μιλήσεις, φέρεσαι πολύ υπεύθυνα!

Πολλά παιδιά (περίπου το 50% μας λένε οι έρευνες) δεν μιλούν γι' αυτό που τους συμβαίνει κι έτσι ο εκφοβισμός συνεχίζεται. Ένας από τους πιο σημαντικούς λόγους είναι ότι τα παιδιά-θύματα φοβούνται πως η κατάσταση θα χειροτερέψει, αν μιλήσουν. Πιστεύουν πως το παιδί-δράστης θα μάθει πως μίλησαν και θα θελήσει να εκδικηθεί. Δέχονται μεγάλη πίεση να μην αποκαλύψουν αυτό που συμβαίνει στους εκπαιδευτικούς, ιδίως στο γυμνάσιο, αλλιώς θα πιστέψουν όλοι πως είναι «καρφιά» και θα τους βάλουν ακόμα περισσότερο στο περιθώριο.

Κι όμως δεν είναι έτσι! Σκέψου λίγο ποιον λέμε «καρφί»: έναν άνθρωπο που λέει κάτι για να δημιουργήσει προβλήματα σε κάποιον άλλον. Πολλοί μάλιστα αυτό το βρίσκουν πολύ διασκεδαστικό. Σίγουρα, το να είσαι «καρφί» δεν είναι κάτι καλό. Όμως, όταν λες σε έναν ενήλικα πως κάποιος σε εκφοβίζει δεν είσαι σε καμία περίπτωση «καρφί». Το λες για να σταματήσεις τον εκφοβισμό και όχι για να δημιουργήσεις προβλήματα στο δράστη. Και αν ο δράστης βρει τον μπελά του, δεν θα φταίει το ότι το είπες, αλλά το ότι εκείνος κάνει κάτι που δεν είναι ούτε σωστό, ούτε δίκαιο.

Αν δεν είσαι σίγουρος ή σίγουρη για το πώς θα αντιδράσει το σχολείο, σε περίπτωση που μιλήσεις γι' αυτό που συμβαίνει, τότε καλύτερα μίλα πρώτα σε κάποιον στην οικογένειά σου. Ένας γονιός ή αυτός που σε φροντίζει μπορεί να ζητήσει από το σχολείο να μην αποκαλυφθεί το όνομά σου.