



ΛΥΚΕΙΟ ΑΙΤΩΛΙΚΟΥ
ΤΜΗΜΑ: Β2

STOP
BULLYING

Περιεχόμενα

Εισαγωγή	Σελ 3
Τι είναι το Bullying	Σελ 4
Ερμηνείες εμφάνισης του φαινομένου	Σελ 7
Μέτρα αντιμετώπισης	Σελ 10
Η βία γεννά βία	Σελ 15
Cyber Bullying	Σελ 16
Βιβλιογραφία – Ιστογραφία	Σελ 19

*Το εξώφυλλο σχεδίασε στο χέρι η μαθήτρια του Β2 Σέρβου Αλεξάνδρα

Εισαγωγή

Ο εκφοβισμός - bullying είναι ένα φαινόμενο νεανικής παραβατικότητας, κάθε χρόνο γίνεται ακόμη μεγαλύτερο πρόβλημα σε όλες τις γωνίες του κόσμου. Αναφέρεται στην χρήση βίας μεταξύ συνομηλίκων εφήβων ή παιδιών. Η έρευνα αυτή έχει ως σκοπό να ενημερώσει και να συμβάλλει σημαντικά στην απαλοιφή του προβλήματος αυτού. Αν και το φαινόμενο αυτό υπήρχε πάντα, τα τελευταία χρόνια έχει πάρει τεράστιες διαστάσεις. Κάθε μέρα διαβάζουμε για άτομα ίδιας ηλικίας με εμάς που έβαλαν τέλος στην ζωή τους ή στην χειρότερη χάθηκαν. Ένα στα τρία ελληνόπουλα δηλώνει πως έχει υπάρξει θύμα σχολικού εκφοβισμού. Είναι ένα από τα πλέον πιο πολυσυζητημένα κοινωνικά φαινόμενα.

Η παρακάτω έρευνα αφορά τα δύο σημαντικότερα παρακλάδια του εκφοβισμού, τον Ηλεκτρονικό και τον Σχολικό. Όπως καταλαβαίνετε, ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός, γενικότερα γίνεται κυρίως με την χρήση τεχνολογίας εις βάρος των θυμάτων. Ειδικότερα, μάλιστα, μέσω μέσων κοινωνικής δικτύωσης και για να ρεζιλέψουν, μειώσουν, αποθαρρύνουν τα θύματα του εκφοβισμού. Ο σχολικός εκφοβισμός είναι η χρήση έμμεσης ή άμεσης βίας μεταξύ συνομηλίκων ατόμων του χώρο του σχολείου.

Όσον αναφορά τις πηγές πληροφόρησής μας, θα λέγαμε πως είναι ιδιαίτερα επαρκείς, χωρίς βέβαια να μπορούν να χαρακτηριστούν και απόλυτα πλήρεις για την ανάλυση όλων των πτυχών του θέματός μας. Οι πηγές μας περιλαμβάνουν βιβλία σχετικά με τον σχολικό και ηλεκτρονικό εκφοβισμό, πληροφορίες από το διαδίκτυο καθώς και άρθρα από εφημερίδες και διεθνή περιοδικά.

Σε αυτή την έρευνα, υπάρχουν κατευθυντήριες γραμμές που απευθύνονται σε εκπαιδευτικούς και μαθητές για το πως πρέπει να συμπεριφέρονται προς τα θύματα και όταν το βλέπουν να συμβαίνει μπροστά τους. Έπειτα, κύριος σκοπός της έρευνας είναι η διερεύνηση της ύπαρξης ή της πιθανής έξαρσης του φαινομένου του σχολικού και ηλεκτρονικού εκφοβισμού. Έναν ακόμη σκοπό της μελέτης αποτελεί η απόκτηση γνώσης και ξεκάθαρης εικόνας πάνω στο θέμα του εκφοβισμού.

Η παρούσα, λοιπόν, εργασία απαρτίζεται από δύο μέρη: τον ηλεκτρονικό και τον σχολικό εκφοβισμό.

Στον ηλεκτρονικό εκφοβισμό – cyber bullying, θα διαβάσουμε για τους τρόπους με τους οποίους ο θύτης επιτίθεται μέσω της τεχνολογίας, πως αυτό επιδρά στην ψυχολογία του θύματος, τρόπους αντιμετώπισης καθώς και τα αίτια που σπρώχνουν τους νέους στην ηλεκτρονική παρενόχληση.

Στον σχολικό εκφοβισμό – school bullying, θα διαβάσουμε για την ψυχολογική υπόσταση θύματος και θύτη, τις επιπτώσεις πάνω στο θύμα, τα αίτια που οδηγούν τον θύτη σε τέτοιες αποτρόπαιες πράξεις και την προσέγγιση των εκπαιδευτικών πάνω στο θέμα αυτό.

Τι είναι το Bullying;

Το bullying είναι μια επαναλαμβανόμενη επιθετική συμπεριφορά, που μπορεί να είναι σωματική, λεκτική, ή σχεσιακή. Τα αγόρια συχνά φοβούνται με φυσικές απειλές και ενέργειες, ενώ τα κορίτσια είναι πιο πιθανό να εμπλακούν σε λεκτικό ή σχεσιακό εκφοβισμό. Τα αποτελέσματα είναι παρόμοια για τα παιδιά που δέχονται τέτοιες συμπεριφορές:



- Αισθάνονται πόνο, θυμό, φόβο, νιώθουν αβοήθητα, χωρίς ελπίδα, απομονωμένα, ντροπή, ακόμη και ενοχή ότι ο εκφοβισμός είναι κατά κάποιο τρόπο δικό τους σφάλμα. Μπορούν ακόμη να εκδηλώσουν αυτοκτονικές τάσεις.
- Η σωματική υγεία είναι πολύ πιθανό να υποφέρει εξίσου και τα παιδιά αυτά βρίσκονται σε μεγαλύτερο βαθμό εκτεθειμένα στον κίνδυνο να αναπτύξουν προβλήματα ψυχικής υγείας, όπως κατάθλιψη, άγχος, χαμηλή αυτοεκτίμηση ή ως ενήλικες να εμφανίσουν PTSD (διαταραχή μετα-τραυματικού στρες).
- Είναι πολύ πιθανό να χάσουν, να παραλείψουν ή ακόμα και να εγκαταλείψουν το σχολείο για να αποφύγουν να πέσουν θύματα σχολικού εκφοβισμού.

Η πιο καταστροφική πτυχή του εκφοβισμού είναι η επανάληψη του. Τα παιδιά ή οι έφηβοι που χρησιμοποιούν τη συμπεριφορά του εκφοβισμού συχνά είναι αμείλικτα και συνεχίζουν την παρενόχληση ξανά και ξανά για μεγάλες χρονικές περιόδους. Τα άτομα που παρενοχλούνται, ζουν με τον συνεχή φόβο του πότε θα ξαναπέσουν θύματα εκφοβισμού, με ποιο τρόπο και ως που θα φτάσει η κατάσταση την επόμενη φορά.

Είδη εκφοβισμού / παρενόχλησης

A) Σωματικός εκφοβισμός:

- Χτυπήματα, κλοτσιές, σπρωξίματα ή ακόμα και οι απειλές αυτών
- Κλοπές, κρύψιμο ή καταστροφή πραγμάτων κάποιου
- Καψόνια, παρενοχλήσεις, ταπείνωση. Κάνοντας κάποιος να κάνει πράγματα που αυτός ή αυτή δεν θέλει να κάνει.

B) Λεκτικός εκφοβισμός:

- Χαρακτηρισμοί
- Πειράγματα, χλευασμοί
- Προσβολές ή λεκτική κακοποίηση

Γ) Σχεσιακός εκφοβισμός:

- Άρνηση να μιλήσει σε κάποιον
- Εξαίρεση κάποιου από ομάδες ή δραστηριότητες
- Διάδοση ψεμάτων ή φήμες για κάποιον

Έρευνα δείχνει ότι περίπου 25% των παιδιών βιώνουν εκφοβισμό. Ενώ υπάρχουν πολλοί λόγοι για τους οποίους μπορεί ένα παιδί να γίνει στόχος εκφοβισμού, οι κύριοι λόγοι είναι συνήθως η φυσική του εμφάνιση ή η θέση που κατέχει μέσα στην κοινωνική του ομάδα.

Τα παιδιά ή οι έφηβοι που παρενοχλούν με αυτόν τον τρόπο άλλα παιδιά ή εφήβους, έχουν την τάση να "διαλέγουν" εκείνα που είναι "διαφορετικά" ή δεν ταιριάζουν με την επικρατούσα τάση. Μπορεί να είναι λόγω του τρόπου που ντύνονται, συμπεριφέρονται ή λόγω της φυλής τους, θρησκείας τους ή και του σεξουαλικού τους προσανατολισμού. Μπορεί ακόμη να είναι απλά επειδή ένα παιδί είναι καινούργιο στο σχολείο ή στη γειτονιά και δεν έχει κάνει ακόμα φίλους.

Εάν ένα παιδί είναι θύμα εκφοβισμού μπορεί να μην είναι προφανές σε έναν γονέα ή έναν δάσκαλο. Οι περισσότεροι εκφοβισμοί πραγματοποιούνται μακριά από τους ενήλικες, όταν τα παιδιά βρίσκονται μόνα σε διαδρόμους ή στο δρόμο από το σχολείο στο σπίτι, για παράδειγμα. Τα παιδιά που ασκούν τον εκφοβισμό οποιαδήποτε μορφής τείνουν να είναι έμπειρα στο να κρύβουν τη συμπεριφορά τους από τους ενήλικες και τα παιδιά που πέφτουν θύματα του bullying συχνά καλύπτουν στοιχεία, λόγω της αίσθησης της ντροπής της οποίας αισθάνονται.

Προειδοποιητικά σημάδια ότι ένα παιδί έχει πέσει θύμα σχολικού εκφοβισμού:

- Σωματικά ενοχλήματα
- Ανησυχία, θυμός, κυκλοθυμικότητα
- Εφιάλτες
- Μειωμένη σχολική απόδοση
- Απομάκρυνση από φίλους και δραστηριότητες

Από την άλλη πλευρά, μπορεί να είναι δύσκολο για κάθε γονέα να αντιληφθεί πως το παιδί του παρενοχλεί τους άλλους. Όσο πιο γρήγορα όμως μπορεί να αντιληφθεί και να αντιμετωπίσει το πρόβλημα, τόσο πιο πολλές πιθανότητες έχει να αποφύγει τις μακροπρόθεσμες επιπτώσεις που μπορεί να έχει αυτή η συμπεριφορά σε ένα παιδί.

⇒ Τα παιδιά που παρενοχλούν τους άλλους:

- Έχουν υψηλότερο κίνδυνο για κατάχρηση αλκοόλ και άλλων ναρκωτικών στην εφηβεία και ως ενήλικες.
- Είναι πιο πιθανό να μπλεχτούν σε καυγάδες, να βανδαλίσουν ιδιοκτησία και να εγκαταλείψουν το σχολείο.
- Είναι δύο φορές πιο πιθανό από τους συνομηλίκους τους να έχουν ποινικές καταδίκες ως ενήλικες και τέσσερις φορές πιο πιθανό να είναι παραβάτες πολλαπλές φορές.
- Είναι πιο πιθανό ως ενήλικες να είναι προσβλητικοί απέναντι στους συντρόφους τους, τους συζύγους τους ή τα παιδιά τους.

⇒ Προειδοποιητικά σημάδια ότι ένα παιδί μπορεί να προκαλεί σχολικό εκφοβισμό:

- Γίνεται συχνά βίαιο με τους άλλους
- Εμπλέκεται σε σωματικές ή λεκτικές διαμάχες με άλλους
- Καλείται στο γραφείο της διεύθυνσης του σχολείου ή μπαίνει τιμωρίες συχνά
- Έχει επιπλέον χρήματα ή νέα αντικείμενα, που δεν μπορεί να εξηγήσει πως τα απέκτησε
- Κατηγορεί γρήγορα άλλους
- Δεν αναλαμβάνει την ευθύνη για τις πράξεις του
- Έχει φίλους που παρενοχλούν τους άλλους
- Έχει την ανάγκη να κερδίζει ή να είναι καλύτερο σε όλα

Ο εκφοβισμός είναι συχνά μια συμπεριφορά που μαθαίνεται. Τα παιδιά μπορούν να μάθουν την επιθετική συμπεριφορά από τις εμπειρίες τους στο σπίτι. Έρευνα δείχνει ότι ορισμένα παιδιά και έφηβοι μπορεί να γίνουν πιο επιθετικά παίζοντας βίαια βιντεοπαιχνίδια. Ενώ είναι ένα αμφιλεγόμενο θέμα, οι γονείς θα πρέπει να παρακολουθούν την ποσότητα του βίαιου περιεχομένου που τα παιδιά τους εκτίθενται μέσω της τηλεόρασης, των ταινιών ή των βιντεοπαιχνιδιών.

Ως γονέας, μπορεί να είστε το κακό παράδειγμα για τα παιδιά σας χτυπώντας τα ως τιμωρία ή χρησιμοποιώντας λεκτική ή σωματική βία απέναντι στη σύζυγό σας ή ακόμη και παρουσιάζοντας εκφοβιστική συμπεριφορά, όπως:

- Παρενοχλώντας τον προπονητή του παιδιού σας, τους διαιτητές ή τα μέλη της αντίπαλης ομάδας.
- Βρίζοντας άλλους οδηγούς στο δρόμο
- Ταπεινώνοντας μια σερβιτόρα, μια πωλήτρια ή έναν οδηγό ταξί που έκανε ένα λάθος.
- Μιλώντας αρνητικά για άλλους μαθητές, γονείς ή δασκάλους, έτσι ώστε το παιδί σας να νομίζει ότι είναι αποδεκτή η χρήση λεκτικής βίας για να εκφοβίσει τους άλλους.

Οι δάσκαλοι και οι γονείς και των παιδιών που πέφτουν θύματα σχολικού εκφοβισμού αλλά και των παιδιών που παρενοχλούν με αυτή την συμπεριφορά, μπορούν να παίξουν σημαντικό ρόλο στην πρόληψη, τον εντοπισμό και τη διακοπή του bullying. Δημιουργώντας ένα ασφαλές, χωρίς άγχος περιβάλλον στο σπίτι και στο σχολείο μπορεί να βοηθήσει στην πρόληψη της έντασης και του άγχους που μπορεί να οδηγήσει σε bullying.

Ερμηνείες εμφάνισης του φαινομένου

Η ιστορία του σχολικού εκφοβισμού είναι μακρά και σε πολλές περιπτώσεις τραγική (αυτοκτονίες ή δολοφονίες παιδιών, το λεγόμενο *bullycide*). Όμως, η αναγνώριση του ως πρόβλημα και οι προσπάθειες για την αντιμετώπιση του βρίσκονται ακόμη σε νηπιακό στάδιο. Πολλοί δεν αναγνωρίζουν καν το πρόβλημα, άλλοι το θεωρούν μια «φυσιολογική» παράμετρο της σχολικής ζωής, και ορισμένοι – οι πιο τραγικοί – το αντιμετωπίζουν σαν αναγκαίο τρόπο κοινωνικοποίησης του παιδιού σε μια σκληρή και ανταγωνιστική κοινωνία.

Όμως, τίποτα από τα παραπάνω δεν ισχύει. Δεν είναι «φυσιολογικό» παιδιά να εκφοβίζουν παιδιά. Δεν υπάρχει κάποια δεδομένη ανθρώπινη φύση που να έχει βιολογικά εγγεγραμμένο στον κώδικα της τον κανόνα «δείξε ότι είσαι κάποιος εκβιάζοντας και χτυπώντας»! Ή για να το πούμε με άλλα λόγια, οι κοινωνικές επιστήμες εδώ και πολλά χρόνια έχουν δείξει ότι δεν υπάρχει κάποια εγγενώς βίαιη ανθρώπινη φύση. Δεν είμαστε όλοι «παιδιά του Κάιν» όπως προσπαθούν να μας πείσουν οι βιολογικές προσεγγίσεις που αντιμετωπίζουν τον άνθρωπο σαν ένα σύνολο από «εγωιστικά γονίδια», αθρώνοντας έτσι τις κοινωνικές ανισότητες και τις δομές που δημιουργούν τους όρους εκδήλωσης της βίας.

Εδώ αξίζει να προσθέσουμε, ως έμμεση απάντηση σε όσους θεωρούν ότι η ζωή είναι αγώνας στον οποίο κερδίζει ο πιο σκληραγωγημένος, προτρέποντας τα παιδιά τους να είναι ανταγωνιστικά και σκληρά, ότι δεν θα εκπλαγούν αν βρουν τον εαυτό τους στα παρακάτω λόγια: «Η ιδέα του αγώνα είναι τόσο παλιά όσο και η ίδια η ζωή, καθώς η ζωή διατηρείται μόνο επειδή άλλα πράγματα χάνονται μέσα από τον αγώνα. Σε αυτόν τον αγώνα, ο πιο ικανός κερδίζει, ενώ ο λιγότερο ικανός, ο αδύναμος, χάνει. Ο αγώνας είναι ο πατέρας όλων των πραγμάτων». Ενδεχομένως, να εκπλαγούν άσχημα όταν πληροφορηθούν ότι το απόσπασμα είναι από ομιλία του Χίτλερ στο Κάλενμπαχ το 1928.

Από την άλλη πλευρά, ένας γενικός και αφελής κοινωνιολογισμός που αποδίδει το πρόβλημα του σχολικού εκφοβισμού στις κοινωνικές δομές, τις ταξικές ανισότητες, τον καπιταλισμό κ.λπ. έχει ακριβώς τα ίδια πρακτικά αποτελέσματα με τον βιολογισμό: αποδίδει το πρόβλημα σε παράγοντες έξω και πέρα από το άτομο, οι οποίοι είναι τόσο γενικοί και τόσο μακρινοί με αποτέλεσμα να μην υπάρχει πεδίο παρέμβασης από τους εκπαιδευτικούς και τους μαθητές προκειμένου να αντιμετωπισθεί το πρόβλημα.

Ο σχολικός εκφοβισμός δεν είναι παιδί της «κακής ανθρώπινης φύσης» ή του «καπιταλισμού». Ο σχολικός εκφοβισμός είναι ένα κοινωνικό συμβάν που εκδηλώνεται μέσα και έξω από το σχολείο, ανάμεσα σε μαθητές, και μπορεί μέσω μιας συστηματικής και συλλογικής αντιμετώπισης να περιορισθεί.

Με άλλα λόγια ο εκφοβισμός έχει να κάνει με ένα πλέγμα σχέσεων:

- Την σχέση του δράστη με το σχολείο και τους συμμαθητές του.
- Την σχέση του θύματος με το σχολείο και τους συμμαθητές του.
- Την σχέση του συλλόγου διδασκόντων με τους γονείς και τους μαθητές.

Έτσι, η προσπάθεια ανάλυσης και αντιμετώπισης του εκφοβισμού πρέπει να κατευθύνεται:

- Στην αναζήτηση των όρων και του τρόπου συγκρότησης αυτών των σχέσεων.

- Την εξέταση του περιεχομένου των σχέσεων.
- Την αντιμετώπιση του προβλήματος του σχολικού εκφοβισμού μέσω της ενδυνάμωσης των σχέσεων αλλά και της αναδιαμόρφωσης των ήδη υπαρκτών.

Η εμπειρία δείχνει ότι όσο πιο αδύναμες είναι οι σχέσεις των παραγόντων της σχολικής ζωής (εκπαιδευτικοί, μαθητές, γονείς) τόσο καλύτερα διαμορφωμένοι είναι οι όροι για την εμφάνιση του σχολικού εκφοβισμού.

Τα Χαρακτηριστικά του Θύματος

Α) Το παιδί που εκφοβίζεται συνήθως έχει ανασφαλή προσωπικότητα

Τα παιδιά που είναι παθητικά και αγωνιώδη είναι πιθανότερο να είναι θύματα του σχολικού εκφοβισμού. Τείνουν επίσης να αισθάνονται ανασφάλεια, να έχουν αρνητική εικόνα για τον εαυτό τους και να κλαίνε συχνά. Στην πραγματικότητα, μερικοί ερευνητές θεωρούν ότι η ανασφάλεια και η έλλειψη αυτοπεποίθησης που χαρακτηρίζουν μερικά παιδιά, μπορεί να τα βάζουν στην θέση του «τέλειου θύματος» αφού η αδυναμία τους φαίνεται να προκαλεί τα παιδιά θύτες. Τα παιδιά που είναι θύματα του σχολικού εκφοβισμού είναι συνήθως πιο ήσυχια και ευαίσθητα από άλλα παιδιά.

Β) Το παιδί που εκφοβίζεται είναι λιγότερο αποδεχτό από συνομήλικους

Τα θύματα του σχολικού εκφοβισμού έχουν λιγότερους φίλους από τα παιδιά που δεν εκφοβίζονται. Είναι λιγότερο αποδεχτά από συνομήλικους, δεν είναι καθόλου δημοφιλή και μπορεί να έχουν δεχτεί και την απόρριψη. Αυτά τα παιδιά είναι συνήθως μόνα τα διαλείμματα. Αυτή η απόρριψη από τους συνομήλικους εμφανίζεται πολύ πριν να αρχίσει ο εκφοβισμός.

Δυστυχώς, τα παιδιά με ειδικές ικανότητες έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες να γίνουν θύματα του σχολικού εκφοβισμού. Για παράδειγμα, τα παιδιά με μαθησιακά προβλήματα συχνά αναφέρουν ότι εκφοβίζονται. Τα παιδιά με προφανή φυσικά ή διανοητικά προβλήματα έχουν περισσότερες πιθανότητες να είναι θύματα εκφοβισμού.

Γ) Το παιδί που εκφοβίζεται είναι σωματικά αδύναμο

Τα παιδιά που είναι κοντύτερα, λεπτότερα, ή με λιγότερη μυϊκή δύναμη από τους συνομήλικους αποτελούν συχνότερα στόχο για εκφοβισμό.

Τα Χαρακτηριστικά του Θύτη

Α) Το παιδί που εκφοβίζει είναι δημοφιλές

Είναι συνήθως δημοφιλή παιδιά με πολύ καλές κοινωνικές δεξιότητες που προσελκύουν υποστηρικτές, τους οποίους μπορούν εύκολα να χειριστούν. Η θέση που έχουν μέσα στην ομάδα συνομήλικων είναι σημαντική αφού ενισχύει την δύναμη τους.

B) Το παιδί που εκφοβίζει τείνει να είναι πιο επιθετικό

Τα παιδιά που εκφοβίζουν έχουν συχνότερα επιθετικές προθέσεις απέναντι στο κοινωνικό τους περιβάλλον και έχουν πιο θετικές απόψεις για την βία. Είναι παρορμητικά άτομα, έχουν την ανάγκη να εξουσιάζουν άλλα παιδιά και δεν παρουσιάζουν εν συνείδηση για τα θύματα τους.

Ποια μέτρα μπορούμε να πάρουμε σε επίπεδο σχολείου/τάξης/ατομικό για να μειώσουμε τα φαινόμενα σχολικού εκφοβισμού;

Ο σχολικός εκφοβισμός χρήζει ολιστικής αντιμετώπισης ο οποίος πρέπει να είναι κοινός και ενιαίος. Είναι καλό να συνεργαστούν γονείς, εκπαιδευτικοί και παιδιά για να την προλάβουν ή να την αντιμετωπίσουν. Η εκδήλωση επιθετικότητας είναι μια προειδοποίηση, η οποία αν γίνει αντιληπτή εγκαίρως μπορεί να πάρει το δρόμο της θεραπείας. Ένα από τα συμπεράσματα της έρευνας, που πραγματοποιήθηκε από την Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου (ΕΨΥΠΕ / Association for the Psychosocial Health of Children and Adolescents (APHCA) και της Παιδαγωγικής Σχολής του Αριστοτέλειου. Στα πλαίσια της πρόληψης έχουν εφαρμοστεί κάποια προγράμματα κατά του εκφοβισμού και της ενδοσχολικής βίας (π.χ. Νορβηγικό μοντέλο Dan Olweus, φινλανδικό μοντέλο ΚΙΝΑΚΟΥΛΟΥ, στην Ελλάδα το πρόγραμμα της Ε.Ψ.Υ.Π.Ε. «Stop στην ενδοσχολική βία» κ.α.).

Η αποτελεσματικότητα των προγραμμάτων αυτών οφείλεται κυρίως στην υιοθέτηση της Κοινωνικής-Οικολογικής προσέγγισης, μιας ολιστικής προσέγγισης, που στοχεύει στην αλλαγή του κλίματος του σχολείου, ώστε να μην αναπαράγει τη βία. Στα πλαίσια της ολιστικής προσέγγισης οι παρεμβάσεις αφορούν όλους: το σχολείο, την τάξη, τον εκπαιδευτικό, τους μαθητές, τους γονείς τους και ολόκληρη την τοπική κοινωνία.

Κάποιες αποτελεσματικές πρακτικές, σε επίπεδο σχολείου και τάξης, για εφαρμογή μιας στρατηγικής ενάντια στη βία, είναι:

A) Σε επίπεδο σχολείου:

- σύνταξη Σχολικής Επιτροπής ενάντια στον εκφοβισμό & την ενδοσχολική βία
- σύνταξη Διακήρυξης του σχολείου ενάντια στη βία: δικαιώματα-υποχρεώσεις-καθήκοντα για όλα τα μέλη της σχολικής κοινότητας
- αύξηση της επίβλεψης του σχολικού χώρου
- ευαισθητοποίηση και συνεργασία με τους γονείς, προκειμένου να σταματήσει ο κύκλος αναπαραγωγής και ενθάρρυνσης της ενδοσχολικής βίας
-

B) Σε επίπεδο τάξης:

- συζήτηση στην τάξη για τον ορισμό & τις μορφές της ενδοσχολικής βίας και του εκφοβισμού
- συζήτηση για τις επιπτώσεις του εκφοβισμού
- ενημέρωση σχετικά με το γιατί η ενδοσχολική βία και ο εκφοβισμός δεν είναι αποδεκτά από το σχολείο
- τρόποι & προτάσεις για πρόληψη και αντιμετώπιση από τους μαθητές: σύνταξη των κανόνων της τάξης ενάντια στη βία
- παροχή βοήθειας από μαθητές σε άλλους, για την επίλυση των συγκρούσεων που θα μπορούσαν να οδηγήσουν σε εκφοβισμό
- προαγωγή των συνεργατικών αλληλεπιδράσεων

- παροχή ευκαιριών για θετική έκφραση της επιθετικότητας (π.χ. μέσω των αθλημάτων)

Δεν είναι λίγες οι φορές που ο θύτης, είναι και θύμα. Οι μικροί μιμούνται τους μεγαλύτερους, από τον περίγυρό τους. Συγκεκριμένα, αν ένα παιδί στην οικογένειά του δεν ακούγεται και όλοι τον αγνοούν είναι και αυτό που θα φωνάζει μέσα στην παρέα περισσότερο. Μάλιστα, τον συναντάμε σε μορφή αρχηγού της παρέας. Αν είναι θύμα ενδοοικογενειακής βίας, εκδηλώνεται και αυτό μέσα από βία. Στα περιστατικά βίας πέραν του θύματος και του θύτη συναντάμε και μια ομάδα θεατών που συμβάλλουν σημαντικά στην ενθάρρυνση του θύτη και την σιωπηρή αποδοχή των πράξεων του. Θύτες συχνότερα -κυρίως σε πράξεις άσκησης σωματικής βίας- είναι αγόρια δυνατά, με ισχυρό προφίλ στην ομάδα της τάξης αλλά χαμηλή αυτοπεποίθηση στον πυρήνα της προσωπικότητάς τους. Οι μαθητές αυτοί επιλέγουν ως θύματα μαθητές που φαίνονται αδύναμοι και ανίσχυροι να υπερασπιστούν τον εαυτό τους, με χαμηλούς τόνους, εσωστρεφή συμπεριφορά και επίσης χαμηλή αυτοεκτίμηση στον πυρήνα της προσωπικότητάς τους. Οι χώροι που συμβαίνουν περιστατικά βίας είναι συνήθως οι αυλές, οι διάδρομοι, οι βρύσες, οι τουαλέτες και γενικά όπου δεν υπάρχει επίβλεψη ενήλικα γιατί εν μέρη, διακατέχεται από φόβο.

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Κάθε μέλος της σχολικής κοινότητας έχει ρόλο και ευθύνη για την αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού. Ο βαθμός εμπλοκής κάθε μέλους, σχετίζεται τόσο με την ιδιότητά του, όσο και με τη σοβαρότητα, τη συχνότητα και την ένταση του περιστατικού εκφοβισμού. Άλλος είναι ο ρόλος και η ευθύνη του διευθυντή του σχολείου, άλλος του δασκάλου, άλλος των συμμαθητών, άλλος των γονιών.

Ωστόσο, θα πρέπει όλοι να συνεργαστούν σε ένα πλαίσιο παράλληλων δράσεων, διότι, αφού η αιτιολογία του εκφοβισμού είναι πολυπαραγοντική και η αντιμετώπισή του θα πρέπει να είναι πολυεπίπεδη.

Άμεσες Δράσεις:

A) Διευθυντής:

- Καταγράψτε το περιστατικό, δίνοντας πληροφορίες για το πού και πότε συνέβη το περιστατικό, για το ποιοι συμμετείχαν, ποιοι παρατηρούσαν, τι μορφή εκφοβισμού ασκήθηκε και περιγράφοντας το τι ακριβώς έγινε.
- Διατηρείστε αρχείο καταγραφής των περιστατικών, ώστε να μπορούν να έχουν εύκολη πρόσβαση σε αυτό και τα υπόλοιπα ενδιαφερόμενα μέρη
- Προσδιορίστε αν πρόκειται για επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά παραβίασης των κανόνων ενάντια στη βία
- Αν πρόκειται για επαναλαμβανόμενη εκφοβιστική συμπεριφορά, επικοινωνήστε με τους γονείς του παιδιού τηλεφωνικά και κανονίστε μια συνάντηση για να συζητήσετε
- Καθορίστε τις συνέπειες για το παιδί που εκφοβίζει, ύστερα από τη συζήτηση με τους γονείς, το παιδί που εκφοβίζεται, τα παιδιά-υποστηρικτές του παιδιού που εκφοβίζει, και τη Σχολική Επιτροπή
- Σχεδιάστε τον τρόπο παρακολούθησης του προβλήματος ώστε να έχετε εποπτεία της εξέλιξης της κατάστασης

B) Εκπαιδευτικοί:

- Μιλήστε στο παιδί που εκφοβίζεται και ακούστε με προσοχή και σοβαρότητα αυτά που έχει να σας πει. Διαβεβαιώστε το παιδί ότι θα ανταποκριθείτε άμεσα για να το προστατεύσετε και ότι είστε διαθέσιμος να παράσχετε κάθε δυνατή βοήθεια. Πείτε στο παιδί, να σας κρατά ενήμερο σχετικά με οποιαδήποτε εξέλιξη
- Συζητήστε με τους γονείς του παιδιού, εκφράστε τις ανησυχίες σας και δείξτε ότι είστε αποφασισμένος να αναλάβετε δράση
- Εξακριβώστε ποιο παιδί είναι αυτό που εκφοβίζεται ή αυτό που εκφοβίζει
- Εξακριβώστε αν υπάρχει ομάδα παιδιών η οποία ενθαρρύνει ή/και υποστηρίζει το παιδί που εκφοβίζει
- Οδηγήστε το παιδί που εκφοβίζει στο γραφείο του Διευθυντή και συζητήστε σοβαρά μαζί του για το περιστατικό
- Υποστηρίξτε το παιδί που εκφοβίζεται σε συνεργασία με τον Διευθυντή

Η στάση των εκπαιδευτικών στα διαλείμματα

Η άγνοια και η αδιαφορία των εκπαιδευτικών απέναντι σε αυτά τα φαινόμενα συμβάλλει αρνητικά, αφού το πρόβλημα δεν λύνεται αλλά μεγαλώνει. Πέραν των θεατών είναι και αυτή μια μέθοδος σιωπηρής ενθάρρυνσης και αποδοχής του συμβάντος. Τα θύματα χρειάζονται προσοχή, βοήθεια και υποστήριξη. Οι θύτες, όταν δουν πως προστατεύεται, η αλήθεια είναι πως ψάχνουν αφορμές για να στριμώξουν το θύμα ώστε να είναι ξανά ανήμπορο και ανυπεράσπιστο, αλλά ακόμη και έτσι, αποδυναμώνονται σημαντικά. Πρέπει, λοιπόν, να δημιουργηθεί μία επιτροπή για να υποστηρίξει τις εμπαιθείς ομάδες όπου το χρειάζεται. Ή να οδηγηθεί ο παιδί στο γραφείο του διευθυντή όπου θα μιλήσει ανοιχτά και σοβαρά για το περιστατικό, θα επικοινωνήσει με τους γονείς του, για να οδηγηθούν στην επίλυση του προβλήματος. Τα ευάλωτα αυτά παιδιά χρειάζονται υποστήριξη στο χώρο του σχολείου. Ένας ψυχολόγος, ένας εκπαιδευτικός ή ακόμη και ο διευθυντής, ο ίδιος, να συζητά και να υποστηρίζει το παιδί όταν χρειάζεται. Άτομα με εξουσία στο σχολείο, φοβούνται πιο πολύ οι θύτες.

Γ) Συμμαθητές μέσα στην τάξη:

- Προσδιορίστε ποιοι συμμαθητές σας ήταν παρόντες στο περιστατικό εκφοβισμού
- Ξεκαθαρίστε αν συμμετείχαν ως ουδέτεροι παρατηρητές ή αν ενθάρρυναν το παιδί που εκφοβίζεται
- Συζητήστε μαζί τους για το ποια θα ήταν η κατάλληλη συμπεριφορά σε μια τέτοια περίπτωση (π.χ. να μιλήσουν σε κάποιον ενήλικα για να βοηθήσει) και για το ποιες ευθύνες έχουν όταν παρατηρούν να συμβαίνει περιστατικό εκφοβισμού
- Συζητήστε σχετικά με το τι θα μπορούσαν να είχαν κάνει για να αποφευχθεί ο εκφοβισμός και να εξασφαλίσουν ένα ασφαλές περιβάλλον τόσο για τους ίδιους όσο και για τους συμμαθητές τους

Κάποια μοντέλα συνομηλίκων, που αποτελούν στρατηγικές αντιμετώπισης των περιστατικών εκφοβισμού από μαθητές προς μαθητές στο πλαίσιο του σχολείου, είναι επιγραμματικά:

- Η προσέγγιση που δεν εστιάζει στο φταίξιμο
- Προσεγγίσεις υποστήριξης μεταξύ των συνομηλίκων
- Το μοντέλο του «συνομηλίκου πρότυπο»
- Το μοντέλο της «συμβουλευτικής μεταξύ συνομηλίκων»
- Το μοντέλο της «Διαμεσολάβησης»

Δ) Γονείς παιδιού που εκφοβίζεται:

- Συνεργαστείτε στενά με το σχολείο για να πληροφορηθείτε για την έκταση και τη σοβαρότητα του περιστατικού καθώς και για τους τρόπους αντιμετώπισής του
- Παρέχετε στο παιδί σας υποστήριξη και ασφάλεια, χωρίς να το κατακρίνετε
- Ακούστε προσεκτικά τι έχει να σας πει το παιδί σας για τα συναισθήματά του και για τις ανάγκες του

- Παρακολουθείτε την εξέλιξη της κατάστασης αλλά και την υγεία του παιδιού σας
- Αν το παιδί σας παραπονιέται για μεγάλο χρονικό διάστημα ότι έχει σωματικούς πόνους, αν παρατηρείτε ότι έχει δυσκολίες στον ύπνο ή αν αρνείται επίμονα να πάει στο σχολείο, επισκεφτείτε έναν ειδικό ψυχικής υγείας για παιδιά.

Ε) Γονείς παιδιού που εκφοβίζει:

- Συζητήστε με τον Διευθυντή του σχολείου για το περιστατικό εκφοβισμού που προκλήθηκε από το παιδί σας
- Συνεργαστείτε με το σχολείο, για την αντιμετώπιση του προβλήματος του παιδιού σας σχετικά με τη βία
- Συνεργαστείτε με τον Διευθυντή και τον δάσκαλο του παιδιού σας για την εφαρμογή των κανόνων, των συνεπειών και την πρόληψη τέτοιων συμπεριφορών
- Παρακολουθήστε την εξέλιξη της κατάστασης και συνεργαστείτε στενά με το σχολείο. Παρατηρήστε αν το παιδί σας εμπλέκεται συχνά σε καβγάδες ή εκδηλώνει εκφοβιστική συμπεριφορά και με τα παιδιά της γειτονιάς ή και με εσάς στο σπίτι. Μιλήστε γι' αυτά στο Διευθυντή και το δάσκαλο της τάξης και συνεργαστείτε μαζί τους για να πάρετε βοήθεια

Όλα τα παραπάνω αποτελούν κάποιες άμεσες δράσεις σε επίπεδο πρόληψης και αντιμετώπισης στις οποίες μπορεί να προβεί το σχολείο, από μόνες τους όμως δε μπορούν να δώσουν λύση στο πρόβλημα του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.

Χρειάζεται ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα παρέμβασης, στο οποίο να συμμετέχει το σύνολο της σχολικής κοινότητας αλλά και ευρύτεροι κοινωνικοί φορείς, προκειμένου να υπάρξει αποτελεσματική πρόληψη και αντιμετώπιση του φαινομένου.

Η βία γεννά βία

Όπως προαναφέρθηκε, το φαινόμενο του εκφοβισμού ξεκινά, συνήθως, από τους γονείς. Πολλοί γονείς ασκούν λεκτική ή σωματική βία στους συνανθρώπους τους με ποικίλους τρόπους, όπως βρίζοντας οδηγούς στο δρόμο ή ασκώντας βία στη σύντροφο ή στο παιδί τους για τιμωρία. Τα παιδιά παρακολουθώντας αυτή τη συμπεριφορά την αφομοιώνουν και την υιοθετούν θεωρώντας την δεδομένη. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα την εφαρμογή αυτής της συμπεριφοράς στους συμμαθητές τους όταν ξεκινούν τη μαθητική τους ζωή.

Σύμφωνα με έρευνες, τα παιδιά τα οποία αποτελούν θύματα σχολικού εκφοβισμού, όταν φτάνουν στην εφηβεία και αργότερα στην ενηλικίωση, έχουν αρκετές πιθανότητες να παρουσιάσουν και αυτά με τη σειρά τους τάσεις άσκησης βίας καταστρέφοντας δημόσιες ή ιδιωτικές περιουσίες ως μέσον έκφρασης της αγανάκτησης και απογοήτευσής τους ή συμπεριφέροντας επιθετικά απέναντι στους εργοδότες ή εργαζομένους τους. Πιθανά σενάρια είναι επίσης η απομάκρυνση και εγκατάλειψη των σπουδών τους, η ένταξή τους σε συμμορίες ή η χρήση ναρκωτικών. Όλα αυτά έχουν σαν αποτέλεσμα τα άτομα αυτά να εφαρμόζουν παρόμοια συμπεριφορά και στα παιδιά τους, στο ενδεχόμενο δημιουργίας οικογένειας, τα οποία με τη σειρά τους την υιοθετούν "διατηρώντας στη ζωή" το φαινόμενο του εκφοβισμού.

Κάπως έτσι δημιουργείται ένας φαύλος κύκλος και διαβιβάζεται το φαινόμενο του εκφοβισμού, και γενικώς της βίας, από γενιά σε γενιά προκαλώντας σοβαρές συνέπειες στην παιδεία και στην κοινωνία.

CYBER BULLYING

Ο όρος "διαδικτυακός εκφοβισμός" ή "ηλεκτρονικός εκφοβισμός" (cyber bullying) περιγράφει πράξεις πίεσης, ταπείνωσης, παρενόχλησης, δυσφήμισης, έμμεσες επιθετικές ενέργειες μέσω υπολογιστή, που συνδέεται με το διαδίκτυο, και το κινητό τηλέφωνο.

Για τον ηλεκτρονικό εκφοβισμό μπορεί να χρησιμοποιηθούν:

- το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο (email)
- τα μηνύματα κειμένου ή εικόνας (SMS, MMS)
- τα Chat rooms
- οι ιστοσελίδες
- σελίδες κοινωνικής δικτύωσης (Facebook, Twitter κ.α.)



Με ποιες μορφές εμφανίζεται ο σχολικός εκφοβισμός;

- Flaming: βίαια και προσβλητικά μηνύματα σε πραγματικό χρόνο με στόχο να προκαλέσουν την απάντηση σε ένα forum ή blog.
- Παρενόχληση (harassment): επαναλαμβανόμενη αποστολή ενοχλητικών ή προσβλητικών μηνυμάτων σε κάποιον.
- Συκοφαντία: μιλώ άσχημα για κάποιον, μέσα από μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, μηνυμάτων κ.α. με σκοπό να βλάψω κάποιον.
- Αντικατάσταση προσώπου (impersonation): στέλνω μηνύματα ή δημοσιεύω κείμενα υποκρινόμενος κάποιον άλλον ή δημιουργώ ψεύτικα διαδικτυακά προφίλ και στέλνω απειλητικά μηνύματα.
- Έκθεση προσωπικών δεδομένων: δημοσιεύω προσωπικές πληροφορίες ή φωτογραφίες για κάποιον χωρίς να έχω την άδειά του.
- Παραπλάνηση (trickery): κερδίζω την εμπιστοσύνη κάποιου και μετά δημοσιεύω εμπιστευτικές πληροφορίες.
- Ηλεκτρονική καταδίωξη (cyber stalking): επαναλαμβανόμενες και απειλητικές παρενοχλήσεις με σκοπό την πρόκληση φόβου.

Ποια είναι η ψυχολογική κατάσταση του θύματος;

Άτομα που συνήθως έχουν δεχθεί κάποια είδους επίθεσης μέσω διαδικτύου τείνουν να είναι περισσότερο εσωστρεφής και απομονωμένα απ' ότι έδειχναν να ήταν πριν. Δυσκολεύονται να ενταχθούν σε μία ομάδα και να κάνουν νέους φίλους. Συνήθως

φαίνονται να είναι ανίκανα να προστατεύσουν τους εαυτούς τους για αυτό κρατούν ένα χαμηλό προφίλ, δεν προκαλούν, είναι ήσυχα και τις περισσότερες φορές αγχώνονται είναι πολύ ευαίσθητα πράγμα που δείχνει την ανασφάλεια και τον φόβο που αισθάνονται.

Από πού πηγάζει ο διαδικτυακός εκφοβισμός;

Οι νέοι οδηγούνται στον Διαδικτυακό εκφοβισμό εξαιτίας της βίωσης έντονων συναισθημάτων όπως θυμός, απόγνωση είτε πάλι και εκδίκηση, που μπορεί να προέρχεται τόσο από τις προβληματικές σχέσεις που υπάρχουν στο οικογενειακό περιβάλλον όσο και εξαιτίας μιας ευρύτερης κοινωνικής δυσλειτουργικότητας που παρουσιάζει το άτομο. Σε μερικές περιπτώσεις ο Διαδικτυακός εκφοβισμός αποτελεί μορφή ψυχαγωγίας στοχεύοντας στην εκδήλωση ποικίλων αντιδράσεων και στην ικανοποίηση αναγκών που σχετίζονται με την επιβολή εξουσίας και ελέγχου. Σπανιότερα, η αποστολή μηνυμάτων σε λάθος παραλήπτες μπορεί να αποτελέσει αιτία του φαινομένου.



Ποιος είναι ο ρόλος του γονέα;

- Να προτρέπουν το παιδί τους να μιλά για αυτό που βιώνει: Τα άτομα που βιώνουν τον εκφοβισμό συχνά δεν αναφέρονται στην κατάσταση που έχουν βρεθεί. Οι γονείς θα πρέπει να τα παροτρύνουν να εκφράσουν τον φόβο τους και να απευθυνθούν σε κάποιον ειδικό.
- Να τοποθετούν τον Η/Υ σε σημείο που να είναι προσβάσιμο στους γονείς άμεσα έτσι ώστε να μπορούν εύκολα να ελέγξουν τις ιστοσελίδες που επισκέπτονται και τα άτομα με τα οποία συνομιλούν. Έτσι ώστε αν το παιδί βρεθεί αντιμέτωπο με κάποιον θύτη να απευθυνθούν στον παροχέα διαδικτυακής σύνδεσης ή την εταιρεία κινητής τηλεφωνίας.
- Επιπροσθέτως θα πρέπει να ενημερώσουν την δίωξη ηλεκτρονικού εγκλήματος για άμεση παρέμβαση και προστασία του παιδιού καθώς και του ηλεκτρονικού του λογαριασμού.
- Οι γονείς συνιστάται να απευθυνθούν σε ειδικούς ψυχικής υγείας αν το παιδί αντιμετωπίζει ύστερα από το περιστατικό προβλήματα ψυχολογικής φύσεως.

Ποιος είναι ο ρόλος του σχολείου;

- Θα πρέπει να προετοιμάζει τους νέους ανθρώπους να έχει ξεκάθαρη θέση απέναντι σε περιστατικά ηλεκτρονικού εκφοβισμού.
- Συνιστάται να υπάρχει ένας κανονισμός που να περιέχει τις απόψεις του σχολείου σχετικά με τον ηλεκτρονικό εκφοβισμό.

- Το σχολείο μπορεί να εφαρμόσει προγράμματα Εκπαίδευσης στα ΜΜΕ με τα οποία οι μαθητές να έχουν γνώση του φαινομένου του ηλεκτρονικού εκφοβισμού.

Βιβλιογραφία – Ιστογραφία

Ιστογραφία

<http://www.antibullyingnetwork.gr/page.aspx?id=106>

http://el.wikipedia.org/wiki/Σχολικός_Εκφοβισμός

http://www.hfcbeatbullying.info/σχολικός_εκφοβισμός/

<http://www.hamogelo.gr/4-1/909/Sxolikos-ekfobismos>

<http://www.e-abc.eu/gr/sholikos-ekfovismos/>

<http://www.neaygeia.gr/page.asp?p=1353>

<http://www.imommy.gr/paidia/education/article/106/mhpws-to-paidi-sas-exei-pesei-thyma-sxolikoy-ekfobismoy--bullying/>

<http://mamadesmpampades.gr/2012/02/01/sholikos-ekfovismos-otan-to-peiragma-stamataei-na-einai-haritomeno/>

Βιβλιογραφία

«Delete στον σχολικό εκφοβισμό», Βαγγέλης Ηλιόπουλος, εκδόσεις ΕΨΥΠΕ, 2011

«Εκφοβισμός και βία στο σχολείο», Dan Olweus, εκδόσεις ΕΨΥΠΕ, 2009 (μετάφραση από: Bullying at school: what we know and what we can do, 1993)

«Σχολικός εκφοβισμός, θυματοποίηση σε παιδιά προσχολικής ηλικίας: Ενδοπροσωπικοί και οικογενειακοί παράγοντες» Μαρία Βλάχου, Βόλος 2011 (Διδακτορική διατριβή)

«Η αντίληψη και η συμβουλευτική παρέμβαση του εκπαιδευτικού της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης γύρω από το σχολικό εκφοβισμό», Βεγιάννη Ειρήνη, Πάτρα 2011 (Διπλωματική εργασία)