

## Πανελλήνια Σχολική Ημέρα κατά της Βίας στο Σχολείο



### **Μίλα μη φοβάσαι**

### **Τι είναι η ενδοσχολική βία και ο εκφοβισμός.**

Η ενδοσχολική βία και ο εκφοβισμός μεταξύ των μαθητών έχει αρχίσει να γίνεται αντικείμενο προσοχής, συζήτησης και μελέτης και στην Ελλάδα. Θεωρείται πλέον κοινωνικό πρόβλημα, σύμφωνα με τα αποτελέσματα σχετικών ερευνών που διεξάγονται σε σχολεία της χώρας μας.

Οι όροι που χρησιμοποιούνται για να περιγράψουν το φαινόμενο είναι: «ενδοσχολική βία», «εκφοβισμός» και «θυματοποίηση». Ορίζουν μια κατάσταση κατά την οποία ασκείται εσκεμμένη, απρόκλητη, συστηματική και επαναλαμβανόμενη βία και επιθετική συμπεριφορά με σκοπό την επιβολή, την καταδυνάστευση και την πρόκληση σωματικού και ψυχικού πόνου σε μαθητές από συμμαθητές τους, εντός και εκτός σχολείου.

Δυστυχώς, σε πολλές περιπτώσεις τα περιστατικά βίας και εκφοβισμού στα σχολεία δεν αντιμετωπίζονται κατάλληλα. Σε ορισμένες περιπτώσεις μάλιστα τα περιστατικά ενδοσχολικής βίας αποσιωπούνται διότι θεωρείται ότι εκθέτουν και στιγματίζουν τους θύτες, τα θύματα και το κύρος του σχολείου. Γενικά, παρατηρείται έλλειμμα ενημέρωσης, περιορισμένη ευαισθητοποίηση και σχετική άγνοια για τον τρόπο αντιμετώπισης του προβλήματος, καθώς οι γονείς μιλούν ελάχιστα για το πρόβλημα με τα παιδιά τους, οι μαθητές-θύματα συχνά αντιδρούν με απόσυρση και αποφεύγουν να ζητήσουν βοήθεια από τους ενήλικες και τέλος οι εκπαιδευτικοί συζητούν ελάχιστα στην τάξη τις συμπεριφορές βίας και εκφοβισμού.

### **Αιτίες του φαινομένου της ενδοσχολικής βίας**

Η ενδοσχολική βία και ο εκφοβισμός είναι σύνθετο φαινόμενο και στην εκδήλωσή του συμβάλλει η αλληλεπίδραση ατομικών και περιβαλλοντικών παραγόντων.

Για ποιούς λόγους ένα παιδί μπορεί να δέχεται επιθέσεις εκφοβισμού και βίας στο σχολείο;

Πάρα πολλοί μαθητές σε όλο τον κόσμο δέχονται επιθέσεις εκφοβισμού και βίας στο σχολείο. Το γεγονός, όμως, αυτό δεν σημαίνει ότι έχουν κάνει κάτι λανθασμένο που να δικαιολογεί την εκδήλωση τέτοιου είδους συμπεριφορών εναντίον τους. Πολλές φορές στόχος γίνεται το "διαφορετικό", το οποίο μπορεί να αφορά σε οποιοδήποτε ανθρώπινο γνώρισμα, είτε εξωτερικό είτε εσωτερικό.

Για παράδειγμα το χρώμα του δέρματος, η εθνικότητα, το φύλο, το βάρος, η σχολική επίδοση, η κοινωνική συστολή. Με την έννοια αυτή ο καθένας μπορεί να γίνει στόχος εκφοβιστικών και βίαιων συμπεριφορών σε κάποια φάση της ζωής του και συνεπώς το συγκεκριμένο φαινόμενο μας αφορά όλους.

**Για ποιους λόγους ένας μαθητής αναπτύσσει εκφοβιστικές και βίαιες συμπεριφορές;**

Υπάρχουν πολλοί λόγοι που μπορεί να συμβάλλουν ώστε ένα παιδί να εκδηλώνει επιθετικές και βίαιες συμπεριφορές. Η εκδήλωση εκφοβιστικών συμπεριφορών είναι σε μεγάλο βαθμό το αποτέλεσμα πολυποίκιλων εμπειριών και ερεθισμάτων στα οποία έχει εκτεθεί το παιδί που εκφοβίζει κατά τη διάρκεια της αναπτυξιακής του πορείας. Τα παιδιά που εκφοβίζουν μπορεί σε άλλο χώρο ή χρόνο να ήταν ή και να είναι ακόμα και τώρα αποδέκτες εκφοβιστικών και βίαιων συμπεριφορών.

Οι μαθητές συχνά εκφοβίζουν για να νιώσουν ανώτεροι από τους άλλους καθώς αντλούν ισχύ και δύναμη από τη συγκεκριμένη μορφή συμπεριφοράς. Επίσης, μέσα από την εκδήλωση εκφοβιστικών συμπεριφορών μπορεί να στοχεύουν στο να τραβήξουν την προσοχή, να τύχουν αποδοχής και να γίνουν περισσότερο δημοφιλείς από ότι ήταν στο παρελθόν. Στην πραγματικότητα, όμως, δεν γίνονται περισσότερο δημοφιλείς, αλλά αντίθετα η πλειοψηφία της μαθητικής κοινότητας τους φοβάται και προσπαθεί να τους αποφύγει. Ακόμα, οι μαθητές που εκφοβίζουν σε αρκετές περιπτώσεις είναι δυστυχημένοι και προσπαθούν να μεταφέρουν το έλλειμμα χαράς που νιώθουν στους άλλους. Ένα άλλο στοιχείο που συνδέεται με την εκδήλωση εκφοβιστικών συμπεριφορών είναι και τα συναισθήματα ζήλιας που μπορεί να νιώθει το παιδί που εκφοβίζει για τον αποδέκτη της εκφοβιστικής συμπεριφοράς. Οι μαθητές που εκφοβίζουν στοχεύουν στη "διαφορετικότητα" του άλλου για να τον κάνουν να νιώσει άσχημα για τον εαυτό του και να τον απαξιώσουν.

## **Μορφές ενδοσχολικής βίας**

Η ενδοσχολική βία μπορεί να πάρει διάφορες μορφές:

- απειλή τραυματισμού ή φυσικός τραυματισμός κάποιου. Εκδηλώνεται με χειρονομίες, σπρωξίματα, ξυλοδαρμούς.
- συστηματική χρησιμοποίηση υβριστικών εκφράσεων, φραστικών επιθέσεων, προσβολών και απειλών, ειρωνείας, χρήση παρατσουκλιών.
- εκβιασμοί για απόσπαση χρημάτων ή προσωπικών αντικειμένων.

- προσπάθεια για κοινωνική απομόνωση, για άσκηση επιρροής στην ομάδα των συνομηλίκων ώστε να αισθανθούν αντιπάθεια για κάποιο συγκεκριμένο συμμαθητή τους.
- αποστολή απειλητικού ή υβριστικού υλικού μέσω του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, των υπηρεσιών MMS και SMS που παρέχουν τα κινητά τηλέφωνα και των διαδικτυακών τόπων κοινωνικής δικτύωσης, χρήση ή παραποίηση των προσωπικών δεδομένων κάποιου ατόμου.
- διάδοση αρνητικών σχολίων εξαιτίας της καταγωγής, της κοινωνικής τάξης, της οικονομικής κατάστασης, της διαφορετικότητας.
- σεξουαλική παρενόχληση και κακοποίηση με ανήθικες χειρονομίες, ανεπιθύμητο άγγιγμα, μέχρι και σοβαρές σεξουαλικές επιθέσεις.

## **Ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις της ενδοσχολικής βίας και του εκφοβισμού στα παιδιά**

Οι συνέπειες της ενδοσχολικής βίας και του εκφοβισμού στα παιδιά είναι σοβαρές και καθοριστικές για την ψυχοκοινωνική τους ανάπτυξη και εξέλιξη.

Τα παιδιά που γίνονται θύματα εκφοβισμού και βίας είναι δυνατόν να νοιώσουν έντονο άγχος και αισθήματα ανασφάλειας, να έχουν φοβίες, να παρουσιάσουν σχολική άρνηση, να απουσιάζουν συχνά από το σχολείο, να οδηγηθούν σε σχολική αποτυχία, να εμφανίσουν μαθησιακές δυσκολίες, ψυχοσωματικά προβλήματα όπως πονοκέφαλους, πόνους στην κοιλιά, διαταραχές ύπνου, καθώς και κατάθλιψη.

Τα παιδιά θύτες, δηλαδή αυτά που ασκούν τη βία και τον εκφοβισμό, αντιμετωπίζουν τον κίνδυνο να απομακρυνθούν από το σχολείο, να διακόψουν τη σχολική φοίτηση, να εμφανίσουν τάσεις φυγής από το σπίτι και να εξελιχθούν σε ενήλικες με αντικοινωνική και παραβατική συμπεριφορά.

## **Ενδείξεις ότι ένα παιδί έχει γίνει θύμα ενδοσχολικής βίας και εκφοβισμού**

Ορισμένες ενδείξεις που πιθανόν να υποδηλώνουν ότι το παιδί έχει πέσει θύμα βίας και εκφοβισμού στο σχολείο είναι:

- η μειωμένη διάθεσή του ή η άρνησή του να πάει στο σχολείο με πρόσχημα κάποια αδιαθεσία,
- οι αδικαιολόγητες απουσίες του,
- η απροσδόκητη μαθησιακή του πτώση που αποτυπώνεται με βαθμούς που πέφτουν,
- το γεγονός ότι περνά το χρόνο του στα διαλείμματα κοντά στους εκπαιδευτικούς και τα γραφεία,
- το ότι καθυστερεί να πάει στο σχολείο ή αργεί να επιστρέψει στο σπίτι,
- το ότι τα ρούχα του είναι συχνά σκισμένα και κατεστραμμένα,
- το ότι έχει σημάδια και μελανιές στο σώμα ή άλλες ενδείξεις επίθεσης και αποφεύγει να εξηγήσει πώς συνέβησαν,

- το ότι χάνει συχνά τα πράγματά του,
- το ότι ζητάει συχνά χρήματα από τους γονείς του γιατί χάνει αυτά που του δίνουν,
- το ότι υπάρχουν ξαφνικές αλλαγές στη διάθεσή του που επιμένουν,
- το ότι παραπονιέται για ψυχοσωματικά προβλήματα,

Εάν ισχύουν κάποια από τα προηγούμενα, τότε ίσως να υπάρχει περιστατικό βίας και εκφοβισμού και το παιδί να χρειάζεται άμεση βοήθεια και υποστήριξη.

## **Τρόποι πρόληψης και αντιμετώπισης της ενδοσχολικής βίας και εκφοβισμού**

Στα πλαίσια της πρόληψης έχουν εφαρμοστεί κάποια προγράμματα κατά του εκφοβισμού και της ενδοσχολικής βίας. Η αποτελεσματικότητα των προγραμμάτων αυτών οφείλεται κυρίως στην υιοθέτηση της κοινωνικής 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:

### **σε επίπεδο σχολείου:**

- διαμόρφωση καλού σχολικού κλίματος και επικοινωνίας, διαλόγου και εμπιστοσύνης ανάμεσα σε εκπαιδευτικούς και μαθητές
- δημιουργία ξεκάθαρων κανόνων, που θα συνοψίζονται στο Σχολικό Κανονισμό. Ο Κανονισμός θα είναι προϊόν της συνεργασίας εκπαιδευτικών, μαθητών και γονέων. Μέσω του Σχολικού Κανονισμού θα προβλέπονται μεταξύ άλλων και οι βασικοί τρόποι διαχείρισης βίαιων συμπεριφορών στην καθημερινή σχολική ζωή.
- αξιοποίηση του θεσμού των μαθητικών συμβουλίων έτσι ώστε να επιτευχθεί η κατανόηση, η διαμόρφωση και η τήρηση των σχολικών κανόνων.
- δημιουργία σε κάθε σχολική μονάδα «ομάδας εκπαιδευτικών συμβούλων», που με κατάλληλη εκπαίδευση, ειδικές γνώσεις και δεξιότητες θα παρεμβαίνουν ύστερα από την εκδήλωση βίαιων ενεργειών, με σκοπό τη συμφιλίωση των μαθητών.
- δημιουργία «ομάδας μαθητών φιλίας» που αντιμετωπίζει περιστατικά ενδοσχολικής βίας
- αύξηση της επίβλεψης του σχολικού χώρου
- ευαισθητοποίηση και συνεργασία με τους γονείς, προκειμένου να σταματήσει ο κύκλος αναπαραγωγής και ενθάρρυνσης της ενδοσχολικής βίας
- συμμετοχή υποστηρικτικών μηχανισμών (ψυχολόγων, κοινωνικών λειτουργών κλπ), για την επίλυση σοβαρών ζητημάτων που σχετίζονται και με παράγοντες εξωτερικούς των σχολείων, όπως προσωπικά ή οικογενειακά προβλήματα.

### **σε επίπεδο τάξης:**

- συζήτηση στην τάξη για τον ορισμό, τις μορφές και τις επιπτώσεις της ενδοσχολικής βίας και του εκφοβισμού
- τρόποι και 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 συγκρούσεων που θα μπορούσαν να οδηγήσουν σε βία
- διεξαγωγή προγραμμάτων και βιωματικών εργαστηρίων που στόχο θα έχουν τη βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων και των σχέσεων συνύπαρξης - συνεργασίας.
- παροχή ευκαιριών για θετική έκφραση της επιθετικότητας (π.χ. μέσω των αθλημάτων)

### **Σε επίπεδο των γονέων**

Εάν αντιληφθείτε ότι το παιδί σας είναι θύμα εκφοβισμού και βίας από συμμαθητές του στο σχολείο πρέπει να αποφύγετε παρορμητικές αντιδράσεις και να αντιμετωπίσετε όσο το δυνατόν πιο ψύχραιμα την κατάσταση:

- 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
- Να του πείτε ότι τα πράγματα μπορούν να αλλάξουν μόνο αν «σπάσει η σιωπή»
- Να του εξηγήσετε ότι το να μιλήσει στους ενήλικες για περιστατικά βίας και εκφοβισμού δεν αποτελεί «κάρφωμα»
- Ακούστε προσεκτικά τι έχει να σας πει το παιδί σας για τα συναισθήματά του και για τις ανάγκες του
- Παρακολουθείστε 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.

### **Εάν είστε γονείς παιδιού που ασκεί βία και εκφοβίζει συμμαθητές του στο σχολείο:**

- Συνεργαστείτε με το σχολείο, για την αντιμετώπιση του προβλήματος του παιδιού σας σχετικά με τη βία
- Συνεργαστείτε με τον Διευθυντή και τον υπεύθυνο εκπαιδευτικό του τμήματος 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 τον υπεύθυνο εκπαιδευτικό του τμήματος και συνεργαστείτε μαζί τους για να πάρετε βοήθεια

Όλα τα παραπάνω αποτελούν κάποιες άμεσες δράσεις σε επίπεδο πρόληψης και αντιμετώπισης του προβλήματος του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο. Χρειάζεται όμως ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα παρέμβασης, στο οποίο να συμμετέχει το σύνολο της σχολικής κοινότητας αλλά και οι ευρύτεροι κοινωνικοί φορείς, προκειμένου να υπάρξει αποτελεσματική πρόληψη και αντιμετώπιση του φαινομένου.

**Πηγή: «Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου»**

Σχετικοί σύνδεσμοι:

<http://www.paidorama.com/%CE%95%CE%BA%CF%80%CE%B1%CE%AF%CE%B4%CE%B5%CF%85%CF%83%CE%B7/%CE%A3%CF%87%CE%BF%CE%BB%CE%B5%CE%AF%CE%BF/%CE%A4%CE%BF-%CF%86%CE%B1%CE%B9%CE%BD%CF%8C%CE%BC%CE%B5%CE%BD%CE%BF-%CF%84%CE%B7%CF%82-%CE%B2%CE%AF%CE%B1%CF%82-%CF%83%CF%84%CE%BF-%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%B7%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CF%8C-%CF%83%CF%87%CE%BF%CE%BB%CE%B5%CE%AF%CE%BF.html>

<http://www.tanea.gr/latestnews/article/?aid=4700230>

<http://www.scoop.it/t/school-bulling>

<http://tvxs.gr/taxonomy/term/26075>

[http://www.astynomia.gr/index.php?option=ozo\\_content&perform=view&id=1860&Itemid=400&lang=](http://www.astynomia.gr/index.php?option=ozo_content&perform=view&id=1860&Itemid=400&lang=)

<http://www.antibullyingnetwork.gr/>

<http://www.daniilidou.gr/?p=556>

**Πανελλήνια Ημέρα Κατά της  
Σχολικής Βίας και του Εκφοβισμού**

η Διευθύντρια

Σακαρέλλου Ευθυμία



