

1. Τι ονομάζουμε ενδοσχολικό εκφοβισμό;

Ο όρος «εκφοβισμός και βία στο σχολείο» χρησιμοποιούνται για να περιγράψουμε 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.

2. Πώς θα μπορούσε ο εκπαιδευτικός να βοηθήσει έναν μαθητή του, εάν έχει υποστεί βία;

Ένας εκπαιδευτικός θα μπορούσε να βοηθήσει το παιδί που εκφοβίζεται με το να ακούει με προσοχή και σοβαρότητα αυτά που έχει να πει το παιδί. Επίσης, με το να διαβεβαιώνει το παιδί ότι θα ανταποκρίνεται άμεσα για να το προστατεύει και ότι θα είναι διαθέσιμος για να του εκφράζει τις ανησυχίες του ανά πάσα στιγμή χωρίς κριτική. Τέλος, θα πρέπει ο εκπαιδευτικός να εκπέμπει σιγουριά και να δείχνει αποφασισμένος να αναλάβετε δράση, εάν χρειαστεί.

3. Ποιες συμβουλές θα δίνετε σε ένα παιδί που έχει δεχθεί bullying;

Αρχικά, θα πρέπει να ακούσω πραγματικά όσα έχει να μου πει, χωρίς αντιδράσεις και σχόλια. Πρέπει να δείχνω ενδιαφέρον, αλλά και δυναμισμό, ώστε να αποτελέσω θετικό πρότυπο και να γίνω σύμμαχός του. Θα του ζητούσα να μου εξιστορήσει τα γεγονότα και μετά μαζί θα ψάχναμε να βρούμε λύσεις αποτελεσματικές και χρήσιμες τόσο για τώρα όσο και για το μέλλον.

4. Υπάρχει τρόπος να σταματήσει ή να περιοριστεί το φαινόμενο αυτό στα σχολεία;

Όσον αφορά στην περιορισμό του φαινομένου, σημαντικό ρόλο παίζει η πρόληψη. Πρόληψη, ώστε το κάθε παιδί να μπορεί να αντιμετωπίσει συμπεριφορές εκφοβισμού από άλλους. Χτίζοντας οι ενήλικοι μια σχέση εμπιστοσύνης, ελεύθερης έκφρασης και χωρίς κριτική, το παιδί μπορεί να μοιραστεί τα προβλήματα που αντιμετωπίζει. Ομοίως, χτίζοντας οι συνομήλικοι μια καλή σχέση μεταξύ τους που να διέπεται από τις αξίες του σεβασμού, της αλληλεγγύης και της αλληλοβοήθειας, προλαμβάνονται φαινόμενα

βίας ή, όταν εμφανίζονται, υποστηρίζονται κατάλληλα από το δίκτυο των συνομηλίκων. Η μετάδοση των παραπάνω αξιών τόσο στην οικογένεια όσο και στο σχολείο μπορεί να συμβάλει τα μέγιστα στην πρόληψη του φαινομένου του εκφοβισμού.

5. Ποια μορφή ενδοσχολικής βίας είναι η πιο συχνή;

Σύμφωνα με πρόσφατες έρευνες τα φαινόμενα βίας στο σχολείο εκδηλώνονται με διαφορετικό τρόπο στις επιμέρους βαθμίδες εκπαίδευσης και σε γενικές γραμμές η σοβαρότητα των περιστατικών τείνει να κλιμακώνεται με την ηλικία. Σύμφωνα με τις απαντήσεις των παιδιών η λεκτική βία εμφανίζεται συχνότερα και σε ποσοστό 28,25% και ακολουθούν η σωματική βία (27,20%), τα υποτιμητικά σχόλια (11,05%), οι απειλές (7,69%), η σεξουαλική παρενόχληση σε ποσοστό 2,64% και σε μικρά ποσοστά βανδαλισμοί, κλοπές και καταστροφή προσωπικών αντικειμένων.

6. Σας τυχαίνουν συχνά τέτοιες περιπτώσεις; Μπορούν να αντιμετωπιστούν αποτελεσματικά από εσάς;

Ως σχολικός ψυχολόγος έχω δεχθεί αιτήματα για υποστήριξη παιδιών που έχουν δεχθεί κάποιας μορφής ενδοσχολική βία. Τα περιστατικά που αναφέρονται σε εμένα δεν είναι αριθμητικά πολλά. Προέρχονται κυρίως από αιτήματα γονέων ή και εκπαιδευτικών. Σπάνια έχω δεχθεί πρώτη εγώ αίτημα κάποιου μαθητή που να είναι θύμα. Αυτό οφείλεται στην στενότερη σχέση-οικειότητας και εμπιστοσύνης που έχουν με τους γονείς ή και τους εκπαιδευτικούς τους. Το θετικό στοιχείο είναι πως πλέον φαίνονται καλύτερα ενημερωμένοι-ευαισθητοποιημένοι οι ίδιοι οι μαθητές ως προς το φαινόμενο και τους τρόπους αναζήτησης βοήθειας από ενηλίκους εμπιστοσύνης.

7. Πώς μπορεί ένα παιδί να αντιμετωπίσει από μόνο του τα φαινόμενα βίας στο σχολείο;

Καλύτερα μπορεί να το αντιμετωπίσει με την συμβολή και την υποστήριξη άλλων. Οι σημαντικοί άλλοι στην ζωή του παιδιού (στενοί φίλοι, γονείς, εκπαιδευτικοί) μπορούν να δυναμώσουν την φωνή του παιδιού που εκφοβίζεται και να τονώσουν τις δεξιότητες

αυτό-υποστήριξης με την συναισθηματική υποστήριξη που μπορούν να του παρέχουν.

8. Πόσος καιρός απαιτείται, για να λυθεί ένα τέτοιο θέμα;

Ανάλογα την περίπτωση και την αποτελεσματικότητα του προτεινόμενου τρόπου χειρισμού.

9. Ποιες είναι οι αιτίες αυτού του φαινομένου;

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 δε 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.

10. Γιατί τα μεγαλύτερα παιδιά, ιδιαίτερα τα αγόρια, κάνουν bullying στα μικρότερα παιδιά;

Επειδή νιώθουν πιο δυνατά λόγω σωματικής διάπλασης ή φύλου.

11.Γιατί κάποια παιδιά είναι τόσο βίαια; Τι προκαλεί αυτήν τη συμπεριφορά;

Η επιθετικότητα των παιδιών μπορεί να οφείλεται σε ένα ή σε περισσότερα αίτια από τα παρακάτω. Συγκεκριμένα, μπορεί να οφείλεται στις υπερβολικές στερήσεις και απαγορεύσεις που τους επιβάλλουν είτε οι γονείς και τα συγγενικά πρόσωπα, είτε οι δάσκαλοι ή οι συνομήλικοι. Υπάρχει, τότε, ενδεχόμενο αυτή η απογοήτευση να φέρει την έκρηξη τους, τη βίαιη αντίδραση τους. Οι υπερβολικά αυστηροί γονείς, οι οποίοι τιμωρούν συχνά το παιδί ανάλογα με τη δική τους συναισθηματική κατάσταση και δεν αφήνουν περιθώρια συναισθηματικής αντίδρασης και έκφρασης από μέρος του παιδιού, ενισχύουν άθελά τους τις επιθετικές του τάσεις. Αλλά και το αντίθετο έχει τα ίδια αποτελέσματα, οι υπερβολικά παραχωρητικοί γονείς που δεν θέτουν όρια στη συμπεριφορά του παιδιού συμβάλλουν σε τέτοιου είδους συμπεριφορές. Με τον ίδιο εκρηκτικό τρόπο αντιδρούν αρκετά παιδιά, όταν οι γονείς, για διάφορους λόγους τα παραμελούν, τα απορρίπτουν ή τα υποβάλλουν σε σκληρούς ανταγωνισμούς. Η στέρηση της αγάπης των γονιών γεννά σε ορισμένα παιδιά εσωτερική ανασφάλεια και δυστυχία. Έτσι, προσπαθούν να ξανακερδίσουν την αγάπη και την προσοχή των αγαπημένων τους προσώπων, προβαίνοντας σε βίαιες ενέργειες, που θα μονοπωλήσουν το ενδιαφέρον τους.

12.Ποιες είναι οι ηλικίες που δέχονται πιο συχνά ενδοσχολικό εκφοβισμό;

Σε όλες τις βαθμίδες υπάρχει ο σχολικός εκφοβισμός.

13.Συνήθως το φαινόμενο αυτό παρατηρείται ανάμεσα σε παιδιά της ίδιας ή διαφορετικής ηλικίας;

Συνήθως παρατηρείται μεταξύ παιδιών διαφορετικής ηλικίας.

14.Αυτός που ασκεί βία στους συμμαθητές του νιώθει ευχαρίστηση;

Συνήθως, ο «δράστης» αποζητά να νιώσει ένα αίσθημα επιβεβαίωσης της δύναμής του και επιδιώκει να επιβληθεί στην ομάδα συνομηλίκων με αποτέλεσμα να ευχαριστείται και να ικανοποιείται, όταν κακομεταχειρίζεται άλλους. Τέλος, σωματικά

υπερέχει από τον μέσο μαθητή της τάξης του αλλά πολύ περισσότερο από το θύμα που επιλέγει.

15. Πώς αντιμετωπίζονται φαινόμενα βίας, στα οποία εμπλέκονται από διαφορετικά σχολεία;

Θα πρέπει, εκτός από γονείς και εκπαιδευτικούς, να ενημερώνονται οι διευθυντές των σχολείων των εμπλεκομένων όπως και η αστυνομία.

16. Γιατί οι θύτες συχνά μένουν ατιμώρητοι;

Συνήθως επειδή τα θύματα δεν αποκαλύπτουν τα περιστατικά που βιώνουν.

17. Αν δεχόμαστε βία στο σχολείο και, ενώ το αναφέρουμε στους καθηγητές μας ή στους γονείς μας, αυτοί δεν κάνουν κάτι για να αντιμετωπιστεί, ποια μέτρα πρέπει να πάρουμε εμείς ως μαθητές;

Θα πρέπει με σοβαρότητα να απευθυνθούν στους ενήλικες παραθέτοντας τα περιστατικά που έχουν βιώσει. Ομοίως μπορούν να αναζητήσουν για αυτά μάρτυρες που θα αποδεικνύουν την αλήθεια των περιστατικών.

18. Αν ένα θύμα ενδοσχολικής βίας είναι κλεισμένο στον εαυτό του και δε ζητάει βοήθεια, πώς μπορούμε να το βοηθήσουμε;

Τα παιδιά-στόχοι συνήθως παρουσιάζουν υψηλές ηθικές αρχές και αποστροφή προς τη βία, ευαισθησία, συμπόνια, υπευθυνότητα, ανεκτικότητα, ενδεχόμενα χαμηλή αυτοεκτίμηση, εσωστρέφεια και ευαλωτότητα. Επίσης, συγχωρούν εύκολα, έχουν σε υψηλό ποσοστό υπερπροστατευτικούς γονείς, έχουν ανάγκη την αποδοχή και έγκριση και πολλές φορές συνεχίζουν να κάνουν άκαρπες προσπάθειες συμφιλίωσης με το θύτη. Αυτά τα παιδιά θα πρέπει να τα πλησιάσουμε με ενδιαφέρον και κατανόηση. Πρώτα θα πρέπει να κερδίσουμε την εμπιστοσύνη τους και μετά να ενισχύσουμε την πίστη στον εαυτό τους και στο δικαίωμα που έχουν να υποστηρίζουν τον εαυτό τους.

19. Πώς πρέπει να αντιδράσουμε, εάν δεχτούμε λεκτική βία;

Να ζητήσουμε από αυτόν που μας ασκεί λεκτική βία να σταματήσει να μας μιλά με αυτόν τον τρόπο. Με σταθερό τόνο φωνής, ευθεία βλεμματική επαφή και δυναμισμό να του μεταφέρουμε λεκτικά και μη το μήνυμα πως δεν δεχόμαστε να μας μιλά με αυτόν τον τρόπο. Εάν το συνεχίζει, θα του δείξουμε αδιαφορία και έλλειψη διάθεσης για επικοινωνία με αυτόν τον προσβλητικό τρόπο.

20. Γιατί κάποιες φορές ένα θύμα ενδοσχολικής βίας αποζητά τη φιλία του ατόμου που το κακοποιεί;

Γιατί έχουν χαμηλή πίστη στον εαυτό τους και στις ικανότητές τους και έχουν ανάγκη από αποδοχή και έγκριση από άλλους.

21. Συχνά τα θύματα της σχολικής βίας αντιμετωπίζουν μια γενικότερη απόρριψη από τους συμμαθητές τους. Τι μπορούμε να κάνουμε για να σταματήσουν οι διακρίσεις και η περιθωριοποίηση όσων δέχονται κάποια μορφή βίας στο σχολείο;

Θα πρέπει να υμνείται η διαφορετικότητα και η μοναδικότητα κάθε ατόμου και το σχολείο να είναι ένας χώρος θετικής ενίσχυσης αυτών.

22. Συχνά τα παιδιά που ασκούν βία στους συμμαθητές τους επικαλούνται προσωπικές διαφορές με το θύμα. Τι γίνεται σε αυτές τις περιπτώσεις;

Υπενθυμίζουμε σε αυτά τα παιδιά τους λειτουργικούς τρόπους επίλυσης κοινωνικών προβλημάτων, οι οποίοι σε καμία περίπτωση δεν περιλαμβάνουν πρακτικές σωματικής βίας.

23. Υπήρχαν πάντοτε περιστατικά βίας και εκφοβισμού στα σχολεία ή είναι ένα φαινόμενο της εποχής μας;

Πάντα υπήρχαν, όπως αναφέρεται στην βιβλιογραφία, αλλά στις μέρες μας εμφανίζεται σε μεγαλύτερη συχνότητα.