



Κυριακή 6 Μαρτίου: Πανελλήνια Σχολική Ημέρα κατά της Βίας στο σχολείο

06.03.2022 - 07:00

Σχολικός Εκφοβισμός: Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς – Πώς πρέπει να τον αντιμετωπίζουν οι εκπαιδευτικοί

<https://www.alfavita.gr/authors/alfavita-newsroom>

Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς για να προστατεύσουν τα παιδιά τους από τον σχολικό εκφοβισμό ή Bullying – Πώς αισθάνονται τα θύματα και οι θύτες

Σήμερα, Κυριακή 6 Μαρτίου, είναι η **Πανελλήνια Σχολική Ημέρα κατά της Βίας στο σχολείο**.

Δεν είναι λίγα **τα περιστατικά ενδοσχολικής βίας** που απασχολούν κατά καιρούς την ελληνική κοινωνία.

Οι ειδικοί της επιστημονικής ομάδας της γραμμής 11525 της Ένωσης «**Μαζί για το Παιδί**» μιλούν στο **alfavita.gr** και προσφέρουν κάποιες **συμβουλές σε γονείς και εκπαιδευτικούς**, αλλά και κάποιες **πληροφορίες για την ψυχοσύνθεση των παιδιών που έχουν πέσει θύματα bullying** και των παιδιών που είναι οι **θύτες** σε τέτοια περιστατικά:

Ενδοσχολικός εκφοβισμός - Bullying: Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς για να προστατεύσουν τα παιδιά τους;

Η **ενδοσχολική βία** ή **εκφοβισμός** αποτελεί ένα φαινόμενο που απαντάται εντός και εκτός του σχολικού πλαισίου στις μέρες μας. Ο όρος «εκφοβισμός» περιγράφει μια κατάσταση κατά την οποία ασκείται απρόκλητη, εσκεμμένη και επαναλαμβανόμενη βίαη και επιθετική συμπεριφορά με σκοπό την πρόκληση σωματικού ή και ψυχικού πόνου μεταξύ συμμαθητών εντός και εκτός του σχολικού πλαισίου.

Όταν οι γονείς παρατηρούν ανησυχητικά σημάδια όπως για παράδειγμα: άρνηση να πάει σχολείο, απόσυρση από κοινωνικές δραστηριότητες, απότομες αλλαγές στην συμπεριφορά, ξαφνική εκδήλωση επιθετικότητας προς τους οικείους του, εμφάνιση ξαφνικών ψυχοσωματικών συμπτωμάτων (πονόκοιλος, πονοκέφαλος, εμετός) κ.ά. είναι σημαντικό να **πλαισιώνουν το παιδί**.

- Χρειάζεται να **συζητά με το παιδί για την καθημερινότητά του**
- Να παρέχει ένα **πλαίσιο ασφάλειας** προκειμένου να ενισχύσει την έκφραση του παιδιού σχετικά με ότι το απασχολεί και να **βοηθήσει να διαχειριστεί αμφιθυμικά συναισθήματα** που μπορεί να προκύπτουν από την κοινοποίηση του περιστατικού
- **Να συζητά με το παιδί για τους κανόνες συμπεριφοράς** του στο σχολείο και για τα δικαιώματά του
- Να **διαβεβαιώσει το παιδί - θύμα** ότι δεν ευθύνεται **το ίδιο** για ό,τι έχει συμβεί
- Να **επικοινωνεί με τους εκπαιδευτικούς** και την διεύθυνση του σχολείου
- **Να ζητήσει την βοήθεια ειδικού ψυχικής υγείας** εφόσον υπάρχει η ανάγκη.

Για την **καλύτερη αντιμετώπιση αλλά και πρόληψη περιστατικών εκφοβισμού, η συνεργασία του οικογενειακού πλαισίου και του σχολείου** είναι υψίστης σημασίας. Αποτελούν τα δύο πιο σημαντικά πλαίσια κοινωνικοποίησης στην ζωή ενός παιδιού και έχουν μεγάλη επίδραση στην διαμόρφωση της ιδιοσυγκρασίας αλλά και της συμπεριφοράς ενός παιδιού αναπτυξιακά.

Ποιος θα ήταν ο ιδανικός τρόπος να αντιμετωπίσουν τέτοια περιστατικά οι εκπαιδευτικοί;

Το **εκπαιδευτικό πλαίσιο**, εφόσον παρέχει μια αίσθηση ασφάλειας στα παιδιά, λειτουργεί **ανασταλτικά** στην εκδήλωση φαινομένων εκφοβισμού. Είναι σημαντικό, **συμπεριφορές που προβληματίζουν να αντιμετωπίζονται έγκαιρα** και να **πλαισιώνονται έγκαιρα, τόσο σε ατομικό επίπεδο όσο και σε ομαδικό και για τα παιδιά - θύματα και για τα παιδιά- θύτες.**

Σε τι ψυχική κατάσταση βρίσκονται τα θύματα και οι θύτες τέτοιων περιπτώσεων;

Συνήθως **το παιδί – θύμα αισθάνεται ενοχή**, πιστεύοντας ότι με κάποιο τρόπο έχει προκαλέσει τη συγκεκριμένη συμπεριφορά. Μπορεί να αισθάνεται ντροπή και να δυσκολεύεται να το επικοινωνήσει στους γονείς ή στους εκπαιδευτικούς του.

Οι επιπτώσεις μπορεί να είναι **μια σειρά από ψυχοσωματικά συμπτώματα** κάθε φορά που πρέπει να πάει στο σχολείο ή κάθε φορά που βρίσκεται σε αυτό (έντονο άγχος και αγωνία, πόνος στο στομάχι, κεφαλαλγία, τάση για εμετό).

Μπορεί να **εμφανίσει ή να υιοθετήσει επιθετική συμπεριφορά** απέναντι σε μικρότερα παιδιά ή σε μέλη της οικογένειάς του. Μπορεί να **εμφανίσει σημάδια απόσυρσης και απομόνωσης**. Να υπάρχει δυσκολία στον ύπνο και νυχτερινή ενούρηση. Σε ορισμένες περιπτώσεις παρατηρείται **αυτοτραυματισμός, αυτοκτονικές σκέψεις, καθώς και σχολική άρνηση.**

Το παιδί-θύτης συνήθως, κατά τη διάρκεια των περιστατικών εκφοβισμού, χαρακτηρίζεται από **ψυχική ένταση** την οποία δεν γνωρίζει πώς να τη διαχειριστεί και να τη διοχετεύσει με λειτουργικό τρόπο, **έλλειψη ενσυναίσθησης, θυμό και αίσθηση έντονης ανάγκης για επιβολή και κυριαρχία** στον άλλον.

Μετά το περιστατικό **αισθάνεται ικανοποίηση και σπάνια ενοχές** (πρόσκαιρα), αλλά και ντροπή. **Τα παιδιά θύτες συνήθως είναι παιδιά τα οποία έχουν δεχτεί και τα ίδια εκφοβιστικές συμπεριφορές** στο παρελθόν ή εντός του οικογενειακού περιβάλλοντος. Είναι παιδιά τα οποία έχουν **ψυχικά τραύματα** τα οποία είναι απαραίτητο να γίνονται αντικείμενο επεξεργασίας προκειμένου να μην συνεχίζουν να μετουσιώνονται σε μη λειτουργικές και βίαιες συμπεριφορές και πράξεις.