

ΤΟ ΠΡΟΦΙΛ ΤΟΥ ΘΥΤΗ ΚΑΙ ΤΟΥ ΘΥΜΑΤΟΣ ΣΤΟΝ ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ

ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ

Όλα ξεκινούν από την οικογένεια και δη τους γονείς. Ο λόγος για τα ψυχολογικά προβλήματα που αντιμετωπίζουν πολλά παιδιά και τον σχολικό εκφοβισμό. Μελέτες δείχνουν ότι τόσο οι θύτες όσο και τα θύματα έχουν προβλήματα επικοινωνίας με το οικογενειακό περιβάλλον τους. Οι θύτες έχουν αυταρχικούς γονείς· τα θύματα δυσκολία στην επικοινωνία με τους γονείς τους.

Μελέτη του Ερευνητικού Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγιεινής (ΕΠΙΨΥ) του 2010 δείχνει ότι το 8,5% των μαθητών βιώνει εκφοβισμό δύο ως τρεις φορές τον μήνα. Ο εκφοβισμός αφορά κυρίως λεκτικά πειράγματα ή σεξουαλικού περιεχομένου, διάδοση φημών, ενοχλήσεις μέσω Διαδικτύου και κινητού τηλεφώνου.

Το ένα στα τέσσερα αγόρια (24%) «ήρθε στα χέρια» τουλάχιστον τρεις φορές τον χρόνο. Στα κορίτσια το αντίστοιχο ποσοστό είναι 8,3%. Περίπου ο ένας στους τρεις αναφέρει ότι ο εκφοβισμός έγινε από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Σύμφωνα με την κλινική ψυχολόγο - ψυχοθεραπεύτρια στην Ψυχιατρική Κλινική του Αιγινήτειου κυρία **Θεοτοκά**, στους θύτες, ως επί το πλείστον, δεν αρέσει το σχολείο, έχουν πολλές απουσίες και αυταρχικούς γονείς· τα δε θύματα έχουν μειωμένη κοινωνικότητα και δύσκολη επικοινωνία με τους γονείς τους.

Ο σχολικός εκφοβισμός επηρεάζει έντονα τα παιδιά-θύματα. Νιώθουν άσχημα και μπορεί να οδηγηθούν σε κατάθλιψη, φοβική ή αγχώδη διαταραχή, απώλεια ενδιαφέροντος για το σχολείο, επιθετική συμπεριφορά προς τους άλλους ή τον εαυτό τους.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

- Ανάπτυξη κοινωνικότητας του παιδιού (όταν έχεις φίλους, έχεις καλύτερη εικόνα για τον εαυτό σου).
- Ενθάρρυνση του παιδιού να έχει ενδιαφέροντα και χόμπι και εκτός του σχολείου. Βοηθάμε το παιδί να βρει τομείς δραστηριότητας ή παρέες όπου νιώθει αποδεκτό και ασφαλές.
- Τόνωση της προσωπικότητας και του αυτοσεβασμού.
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων αύξησης της εμπιστοσύνης στον εαυτό του (να κοιτάζουν τον άλλον στα μάτια και να μιλάνε δυνατά, όταν χρειάζεται).
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων υπεράσπισης του εαυτού, έκφρασης της προσωπικής γνώμης, διαχείρισης δύσκολων καταστάσεων.
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων ως προς τα θέματα φιλίας (συζητήστε μαζί του τι κάνει κάποιον καλό φίλο, τι νομίζει το ίδιο το παιδί πάνω σε αυτό το θέμα). Τονίστε ότι οι φίλοι θα πρέπει να τον σέβονται και να τον εκτιμούν και κανείς δεν έχει το δικαίωμα να του φέρεται άσχημα.
- Ενθάρρυνση να υποστηρίζει το ένα παιδί το άλλο.