



## Ενδοσχολική Βία κι Εκφοβισμός(Bullying)

### Τι είναι η Ενδοσχολική βία;

Η *Ενδοσχολική Βία (school violence)* είναι ένα υποσύνολο της βίας που εκδηλώνεται στο σχολικό περιβάλλον (Andershed et. al., 2001; Samivalli and Nieminen, 2002).

Ένας μαθητής/μία μαθήτρια είναι «θύμα» εκφοβισμού όταν επανειλημμένα και συστηματικά δέχεται βία από έναν ή περισσότερους συμμαθητές του/της. Η βία μπορεί να είναι *σωματική, λεκτική, συναισθηματική, σεξουαλική ή/και διαδικτυακή* (Olweus, 1973, 1991).

### Τι είναι Εκφοβισμός:

Για να θεωρηθεί εκφοβισμός (Bullying) μία συμπεριφορά πρέπει να έχει τέσσερα χαρακτηριστικά :

- Να γίνεται συστηματικά
- Να γίνεται από πρόθεση
- Να έχει στόχο να πληγώσει κάποιον
- Να υπάρχει ανισορροπία δύναμης των ατόμων που εμπλέκονται  
(Olweus, 1973, 1991; Smith, 1991)

### Διαφορές Εκφοβισμού και Πειράγματος

ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ	ΠΕΙΡΑΓΜΑ
Δεν διατηρούνται φιλικές σχέσεις	Φίλοι/Φίλες/Παρέα
Επανειλημμένα γεγονότα	Μεμονωμένα περιστατικά
Πρόθεση για βλάβη	Χωρίς πρόθεση για βλάβη
Ανισορροπία δύναμης	Ισότητες σχέσεις
Τραυματικές εμπειρίες, μακρόχρονες επιπτώσεις	Πρόσκαιρες συνέπειες στα παιδιά

### Ποιες μορφές μπορεί να πάρει ο Εκφοβισμός;

Οι συμπεριφορές εκφοβισμού μπορούν να περιλαμβάνουν (Farrington, 2011):

- Σωματική Βία
- Λεκτική Βία
- Ψυχολογική επίθεση ή εξευτελισμό, που έχει σαν στόχο το φόβο, το άγχος και να βλάψει το άλλο άτομο
- Διάδοση φημών
- Εξευτελιστικά σχόλια
- Απομόνωση και αποκλεισμό από δραστηριότητες και παρέες



## Χαρακτηριστικά παιδιού που εκφοβίζεται

Δύο είδη «θύματων» (Salmivalli & Nieminen, 2002):

- Τα επιθετικά θύματα, όπου μπορούν να είναι και θύματα και δράστες
- Τα παθητικά θύματα
- *Πλειοψηφία: Τα παθητικά «θύματα»* (Reijntjes et. al., 2010)
  - ✓ εσωτερικεύουν τα συναισθήματά τους
  - ✓ δυσκολεύονται να προσαρμοστούν
  - ✓ νιώθουν πιο μοναχικά
  - ✓ έχουν χαμηλότερη αυτοπεποίθηση
  - ✓ εμφανίζουν παραπάνω άγχος (πιθανόν κλαίνει πιο εύκολα)

## Ενδείξεις που οφείλουν να μας προβληματίσουν

Δεν υπάρχει σχέση αιτίου-αιτιατού. Πρόκειται για ενδείξεις που οφείλουν να προβληματίσουν.

- Ρούχα ή αντικείμενα κατεστραμμένα ή χαμένα
- Αδικαιολόγητες πληγές/τραύματα
- Παράπονα συχνά για πονοκέφαλο, πονόκοιλο ή για γενικότερη αδιαθεσία
- Δυσκολίες στον ύπνο ή/και εφιάλτες
- Αποφυγή κοινωνικών επαφών (επισκέψεις σε φίλους, κουβέντες)
- Αποφεύγει συγκεκριμένα μέρη
- Αίσθημα φόβου στο σχολείο ή στη συμμετοχή σε σχολικές δραστηριότητες
- Πτώση στη σχολική απόδοση
- Ασυνέπεια ως προς τις υποχρεώσεις του/της
- Φαίνεται λυπημένος/η, αγχωμένος/η, ευερέθιστος/η, θυμωμένος/η
- Φέρεται «περίεργα»



### Χαρακτηριστικά παιδιού που εκφοβίζει

- ✓ Μπορεί να είναι ηγετική φυσιογνωμία και δημοφιλής στο σχολείο
- ✓ Αυτή η δημοτικότητα του/της ωστόσο, συστηματικά μπορεί να περιορίζεται και να είναι αρνητική λόγω της κακής συμπεριφοράς απέναντι στους/τις συμμαθητές/τριες του/της
- ✓ Μπορεί να έχει ανεπτυγμένες κοινωνικές δεξιότητες
- ✓ Μπορεί να έχει περιορισμένες δεξιότητες ενσυναίσθησης
- ✓ Μπορεί να παρουσιάζει προβλήματα στο συναίσθημα του/της και στην διαχείριση αυτού
- ✓ Μπορεί να παρουσιάζει δυσκολίες στην κατανόηση κανόνων και ορίων
- ✓ Μπορεί και στην καθημερινότητά του/της να εμφανίζει επιθετική συμπεριφορά

(Caravita & Blasio, 2009; Poyhoven, Juvonen & Salmivalli, 2010)

### Ενδείξεις που οφείλουν να μας προβληματίσουν

Δεν υπάρχει σχέση αιτίου-αιτιατού. Πρόκειται για ενδείξεις που οφείλουν να προβληματίσουν.

- Συμμετέχει σε καβγάδες
- Οι φίλοι του/της εκφοβίζουν άλλα παιδιά
- Εμφανίζει έντονη επιθετικότητα
- Επισκέπτεται συχνά το γραφείο του διευθυντή ή του/της επιβάλλονται ποινές, όπως αποβολή
- Έχει χρήματα ή αντικείμενα στην κατοχή του/της που δεν μπορεί να εξηγήσει
- Επιρρίπτει τις ευθύνες στους άλλους για τα προβλήματά του/της
- Δεν αναλαμβάνει την ευθύνη για τις πράξεις του/της
- Είναι ανταγωνιστικός/ή και ανησυχεί για τη δημοτικότητά του/της



## Παιδί που παρατηρεί

Οι παρατηρητές/παρατηρήτριες διαδραματίζουν πολύ σημαντικό ρόλο στο φαινόμενο του εκφοβισμού. Ανάλογα με τον ρόλο που υιοθετούν, μπορούν να σταματήσουν ένα περιστατικό εκφοβισμού ή να ενισχύσουν την εκδήλωση και συντήρησή του.

Τρεις τύποι παρατηρητών (Salmivalli et. al., 1996; Karna, Voeten & Poskiparta, 2010):

- Αυτοί που ενισχύουν το άτομο που εκφοβίζει (reinforcers)
  - Αυτοί που παραμένουν αμέτοχοι (outsiders)
  - Αυτοί που υποστηρίζουν το άτομο που εκφοβίζεται (defenders)
- Σε σχολεία όπου οι παρατηρητές ενισχύουν, είτε χωρίς να αντιδρούν, είτε με το να υποστηρίζουν το παιδί που εκφοβίζει, έχει παρατηρηθεί πως υπάρχουν πιο συχνά και πιο έντονα περιστατικά εκφοβισμού (Thornberg, et. al., 2012), καθώς είναι και διαφορετικό το κλίμα της τάξης απέναντι στο φαινόμενο του εκφοβισμού (Karna, Voeten & Poskiparta, 2010).

## Συνέπειες Εκφοβισμού

Ο Εκφοβισμός, είτε από την πλευρά του παιδιού που εκφοβίζεται ή του παιδιού που εκφοβίζει συνδέεται με την εμφάνιση δυσκολιών στην ομαλή ανάπτυξη των παιδιών:

- Καταθλιπτική συμπτωματολογία (Bosworth, Espelage & Simon, 1999; Van der Wal, De Wit & Hirasings, 2003)
- Εμφάνιση ψυχιατρικών συμπτωμάτων (Kumpulainen, Rasanen & Henttonen, 1999)
- Ψυχοκοινωνικές δυσκολίες (Sourander, Helstela, Helenious & Piha, 2000)
- Μελαγχολική διάθεση κι αίσθηση ανασφάλειας στο σχολείο (Glew, Fan, Katon, Rivara & Kernic, 2005)
- Διατροφικές δυσκολίες και αυτοκτονικές τάσεις (Kim, Koh & Leventhal, 2005)
- Ψυχοσωματικές δυσκολίες και υψηλότερα επίπεδα άγχους (Due et al., 2005; Bond, Carlin, Thomas, Rubin & Patton, 2001)



## Πώς μπορούμε να προστατέψουμε τα παιδιά - Βασικά μηνύματα πρόληψης

- ✚ Ό,τι και να έχεις κάνει, ό,τι και να έχεις πει, όπως και να είσαι εξωτερικά, δεν έχει κανένας το δικαίωμα να σε χτυπήσει, να σε βρῖσει ή να σε αγγίξει με τρόπο που δεν είναι σωστός. Εάν συμβεί σίγουρα δεν φταις εσύ.
  
- ✚ Δεν υπάρχει κανένα μυστικό που να με κάνει να ντρέπομαι, να φοβάμαι και να μην μπορώ να κοιμηθώ τα βράδια. Δεν υπάρχει κανένα μυστικό από τη μαμά, τον μπαμπά, το δάσκαλο ή τη δασκάλα μου. Αν κάποιος μου ζητήσει να κρατήσω ένα τέτοιο μυστικό, είναι επικίνδυνος και πρέπει να το πω σε:
  - ✓ Γονείς
  - ✓ Εκπαιδευτικούς
  - ✓ 1056 (Το Χαμόγελο του Παιδιού)
  
- ✚ Το να μιλήσετε σε κάποιον (γονέα - εκπαιδευτικό) δεν είναι «κάρφωμα». Είναι βοήθεια και στα δύο παιδιά.
  
- ✚ Μην επιτρέπετε με γέλια και κουβέντες να συνεχίζεται αυτή η κατάσταση.
  
- ✚ Πες με σιγουριά ΣΤΑΜΑΤΑ.
  
- ✚ Μην τους κοροϊδεύεις. Απόφυγέ τους.
  
- ✚ Αν συνεχίσουν φύγε και πήγαινε με τους φίλους σου, μην είσαι μόνος.
  
- ✚ Αν συνεχίσουν πες το στους δασκάλους σου ή σε άλλους ενήλικες που εμπιστεύεσαι.
  
- ✚ Κάλεσε στην Εθνική Τηλεφωνική Γραμμή για τα Παιδιά SOS 1056, δωρεάν και ανώνυμα, για να μιλήσεις με κάποιον ψυχολόγο.