

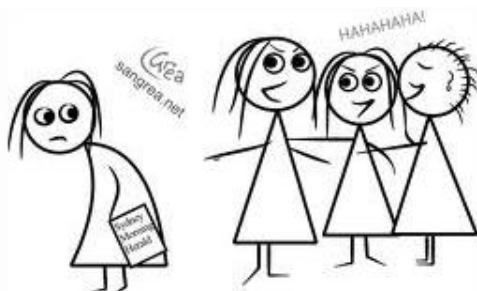
Βία και σχολικός εκφοβισμός

Ο **σχολικός εκφοβισμός**, γνωστός και ως **School Bullying**, είναι η **βία** που λαμβάνει χώρα εντός ή εκτός της εκπαιδευτικής κοινότητας, κατά τη διάρκεια των σχολικών χρόνων και προκαλεί σωματικό ή/και ψυχικό πόνο.

Υπάρχουν διάφορα είδη εκφοβισμού, τα οποία μπορεί να συνδυάζονται και να εναλλάσσονται:

ΣΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ

- Σωματικός τραυματισμός
- Κλοπή προσωπικών αντικειμένων
- Επιθετική συμπεριφορά
- Μπουνιές/κλωτσιές
- Φάρσες
- Τσακωμοί
- Πειράγματα



ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ

- Διάδοση ψεύτικων φημών
- Αποκλεισμός ανθρώπων από ένα συγκεκριμένο γκρουπ/παρέα
- Προκλητική λεκτική συμπεριφορά
- Μυστικοπάθεια σε πολύ στενά άτομα



ΛΕΚΤΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ

- Χρήση προσβλητικής γλώσσας
- Λεκτική παρενόχληση
- Αρνητικά σχόλια σε σχέση με το στιλ, τα ρούχα, το σώμα και τη νοημοσύνη κάποιου
- Εκβιασμός

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ (Cyber Bullying)

- Αποστολή μηνυμάτων αρνητικού περιεχομένου μέσω κινητού τηλεφώνου (SMS /MMS), e-mail, ή instant messenger.
- Ανάρτηση αρνητικών σχολίων ή/και φωτογραφιών σε blogs, forums, sites κοινωνικής δικτύωσης (Facebook κ.λπ.) και άλλα websites.

Τι επιπτώσεις έχει ο σχολικός εκφοβισμός στο παιδί;

Ο σχολικός εκφοβισμός μπορεί να αλλάξει τη ζωή ενός κατά τα άλλα υγιούς παιδιού. Οι επιπτώσεις μπορεί να είναι ψυχολογικές και σωματικές, ενώ η απόδοσή του στο σχολείο καθώς και η συνέπειά του ως μαθητή μπορεί να επηρεαστούν. Έρευνες κάνουν αναφορά στα παρακάτω συμπτώματα: Θυμός, Κατάθλιψη, Αγχώδεις Διαταραχές, Διαταραχές Ύπνου, Διαταραχές Όρεξης και πολλά άλλα.

Πώς να βοηθήσετε το παιδί σας

- Αν το παιδί σας παραπονιέται ότι είναι θύμα, οφείλετε να πάρετε στα σοβαρά τα λεγόμενά του και να του δείξετε πως θα είστε στο πλάι του ό,τι και να γίνει.
- Βεβαιώστε το παιδί σας πως όλα θα πάνε καλά.
- Εξηγήστε στο παιδί σας πως δεν ευθύνεται το ίδιο για αυτό που συμβαίνει, αλλά η δυσλειτουργία του παιδιού - θύτη.
- Αναλάβετε τις ευθύνες σας σαν γονιός, αλλά μάθετε το παιδί σας πώς να αντιμετωπίσει χωρίς τη συνεχή παρουσία σας το πρόβλημά του.
- Ρωτήστε το παιδί σας πώς έχει αντιμετωπίσει μέχρι στιγμή τον εκφοβισμό και συζητήστε μαζί τι άλλο μπορείτε να κάνετε για να καταπολεμήσετε το πρόβλημα αυτό. Βεβαιώστε το παιδί σας πως

Θα είστε εκεί σε όλη τη διαδικασία για στήριξη, αλλά όχι για να πάρετε όλο το πρόβλημα πάνω σας αφού η λύση εξαρτάται από το ίδιο.

- Κάντε παιχνίδι ρόλων βίας και εξασκήστε το παιδί σας με πολλές πρόβες για να είναι πιο σίγουρο την επόμενη φορά που θα προσπαθήσει κάποιος να του ασκήσει βία ή εκφοβισμό.
- Μιλήστε με τους δασκάλους του παιδιού και δείτε πως μπορούν να βοηθήσουν την κατάσταση.
- Διδάξτε στο παιδί σας να είναι πιο θαρραλέο για να αντιμετωπίζει τους εκφοβιστές.
- Καθίστε μαζί του και δείξτε του πώς να προστατεύσει τα δεδομένα του στο Διαδίκτυο.
- Ελέγξτε αν είναι κοινωνικό και αν δεν έχει αρκετούς φίλους ενθαρρύνετε τη διεύρυνση του κύκλου του.
- «Χτίστε» την ηθική του νοημοσύνη, την ικανότητα, δηλαδή, να ξεχωρίζει το καλό απ' το κακό.
- Επιβραβεύστε το σε κάθε του βήμα.
- 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, χωρίς να το κατακρίνετε.
- Ακούστε προσεκτικά τι έχει να σας πει το παιδί σας για τα συναισθήματά του και για τις ανάγκες του.
- Παρακολουθείτε 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, επισκεφθείτε έναν ειδικό Ψυχικής Υγείας για παιδιά.

Γονείς παιδιού που εκφοβίζει

- Συζητήστε με το διευθυντή του σχολείου για το περιστατικό εκφοβισμού που προκλήθηκε από το παιδί σας.
- Συνεργαστείτε με το σχολείο, για την αντιμετώπιση του προβλήματος του παιδιού σας σχετικά με τη βία.
- Συνεργαστείτε με το διευθυντή και τον δάσκαλο 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 με το διευθυντή και το δάσκαλο της τάξης και συνεργαστείτε μαζί τους για να πάρετε βοήθεια.

Όλα τα παραπάνω αποτελούν συμβουλές για την ευαισθητοποίηση και την επαγρύπνηση όλων σε επίπεδο πρόληψης και αντιμετώπισης. Από μόνες τους, οι άμεσες αυτές δράσεις, δε μπορούν να δώσουν λύση στο πρόβλημα του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.

Χρειάζεται ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα παρέμβασης, στο οποίο να συμμετέχει το σύνολο της σχολικής κοινότητας, οι γονείς αλλά και ευρύτεροι κοινωνικοί φορείς, προκειμένου να υπάρξει αποτελεσματική πρόληψη και αντιμετώπιση του φαινομένου.

Ιστοσελίδες που παρέχουν συμβουλές για την πρόληψη και αντιμετώπιση του φαινομένου είναι οι παρακάτω:

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

<http://mhbiacrete.blogspot.gr/>

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

http://www.antibullyingnetwork.gr/page.aspx?id=96&main_menu=287&parent_id=161