

Η 6η Μαρτίου καθιερώθηκε το 2011 από το υπουργείο Παιδείας ως «Ημέρα κατά της Βίας στο Σχολείο», με πρωτοβουλία της ΕΨΥ-ΠΕ και άλλων φορέων που απαρτίζουν το Δίκτυο κατά της Βίας στο Σχολείο, όπως το υπουργείο Παιδείας, η ΓΓ Νέας Γενιάς, ο Συνήγορος του Πολίτη, το ΑΠΘ, το Ελληνικό Τμήμα του IBBY, το ΙΥΠ, το Ίδρυμα Μαραγκοπούλου, το Τμήμα Επικοινωνίας και ΜΜΕ του Πανεπιστημίου Αθηνών και η Παιδοψυχιατρική Κλινική του Πανεπιστημίου Αθηνών. Σύμφωνα με τον Olweus (1993), τον σκανδιναβό καθηγητή Κλινικής Ψυχολογίας, ο οποίος πρώτος ασχολήθηκε συστηματικά με το θέμα, ο σχολικός εκφοβισμός (ΣΕ) είναι μια μορφή βίας με τρία κύρια χαρακτηριστικά: α) συνειδητή επιθετική συμπεριφορά κάποιου/ων εναντίον άλλου/ων, β) έχει επαναλαμβανόμενο χαρακτήρα και γ) υπάρχει σαφής

διαφορά ισχύος (π.χ., σαφή υπεροχή φυσικής δύναμης ή κοινωνικής ισχύος του εκφοβιστή-θύτη σε σχέση με τον στόχο-θύμα).

#### ■ Πώς εκδηλώνεται;

Εκδηλώνεται είτε με άμεσο τρόπο (π.χ., λεκτικές επιθέσεις, ξυλοδαρμό) είτε με έμμεσο (π.χ., διάδοση ψευδών φημών, αποκλεισμό από ομάδα συνομηλίκων, κοινωνική απομόνωση, αποστολή ηλεκτρονικών υβριστικών ή απειλητικών μηνυμάτων κ.ά.). Τα παιδιά και οι έφηβοι που εμπλέκονται στον ΣΕ μπορεί να λειτουργούν είτε ως εκφοβιστές είτε ως παθητικά θύματα-στόχοι είτε ως θύματα με επιθετικότητα ή εκφοβιστές-θύματα.

#### ■ Ποια η έκταση του φαινομένου;

Από διάφορες μελέτες στη χώρα μας (Χατζή και συν. 2000, ΕΨΥΠΕ κ.τ.λ.), γνωρίζουμε ότι 10%-15% των μαθητών πέφτουν θύματα διαφόρων μορφών βίας στο σχολείο. Οι μαθητές που ασκούν βία (θύτες) υπολογίζεται ότι ξεπερνούν το 5% του συνόλου των μαθητών. Τα αγόρια εμπλέκονται περισσότερο σε περιστατικά σωματικής βίας σε σύγκριση με τα κορίτσια, τα οποία φαίνεται να εμπλέκονται πιο συχνά σε περιστατικά λεκτικής βίας, αποκλεισμού ή διάδοσης φημών. Τα περιστατικά ενδοσχολικής βίας και εκφοβισμού εκδηλώνονται με μεγαλύτερη συχνότητα στο δημοτικό και στο γυμνάσιο και μειώνονται στο λύκειο. Είναι σημαντικό ότι οι μισοί από τους μαθητές θύματα βίας δεν αναφέρουν πουθενά το γεγονός, ενώ οι υπόλοιποι μισοί συνήθως το αναφέρουν σε φίλους και λιγότερο στους εκπαιδευτικούς ή στους γονείς τους.

Ο κ. Γεράσιμος Κολαΐτης είναι αναπληρωτής καθηγητής, διευθυντής της Παιδοψυχιατρικής Κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών στο Γεν. Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία Σοφία».

#### ■ Ποια τα χαρακτηριστικά του σχολικού εκφοβισμού;

Ο ΣΕ συνήθως συμβαίνει μπροστά σε άλλους, σχεδόν ποτέ όμως μπροστά σε ενήλικους. Οι πιο πολλοί παρατηρητές θα ήθελαν να μπορούσαν να το εμποδίσουν. Αν οι παρατηρητές δείξουν δυσαρέσκεια, σε 75% των περιπτώσεων, σταματάει ο εκφοβισμός. Σε 54% των επεισοδίων οι θεατές ενισχύουν τον εκφοβισμό με το να παρακολουθούν παθητικά, σε 21% θεατές ενίσχυαν ενεργητικά τον θύτη και σε 25% οι θεατές παρεμβαίνουν για βοήθεια του θύματος (International Network for a Better School Climate, 2010).

#### ■ Ποια τα χαρακτηριστικά των θυμάτων και των θυτών;

Όταν υφίστανται βία αντιδρούν με έλλειψη αυτοπεποίθησης και αδυναμία αντιπαράθεσης, παθητική αποδοχή της βίας, σύγχυση, απόγνωση, έντονο άγχος, πανικό, απόσυρση και κλάμα. Συχνά επίσης προέρχονται από υπερπροστατευτικές οικογένειες. Σε αμερικανικές μελέτες 1/3 των παιδιών με χρόνιο σωματικό πρόβλημα ανέφεραν ότι είχαν λεκτικά ή σωματικά εκφοβιστεί λόγω της ιατρικής τους κατάστασης. Οι θύτες είναι παιδιά που έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση, είναι επιθετικά και επιρρεπή σε παραβίαση κανόνων και αντικοινωνικές συμπεριφορές. Υπάρχουν όμως και εκφοβιστές που αποσκοπούν στην υπερίσχυση του άλλου και οι ίδιοι συχνά έχουν υποστεί bullying ή κακοποίηση στη ζωή τους.

#### ■ Ποιες οι ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στα παιδιά;

Τα παιδιά που γίνονται θύματα εκφοβισμού και βίας είναι δυνατόν να νιώσουν έντονο άγχος και αισθήματα ανασφάλειας, να έχουν φοβίες, να κάνουν πολλές αποουσίες από το σχολείο και να οδηγηθούν σε σχολική αποτυχία, να εμφανίσουν μαθησιακές δυσκολίες, ψυχοσωματικά προβλήματα όπως πονοκέφαλος, πόνους στην κοιλιά, διαταραχές ύπνου, ενούρηση και κατάθλιψη. Ο ΣΕ μπορεί να προκαλέσει την εμφάνιση συμπτωμάτων μετατραυματικής διαταραχής στρες, εύρημα που υποστηρίζεται και από πρόσφατη κυπριακή μελέτη-διατριβή (Παραδεισιώτου, 2015).

## Σχολικός εκφοβισμός: οι γονείς, οι θύτες και τα θύματα

#### ■ Ποιες οι μακροχρόνιες επιπτώσεις σε θύματα και θύτες;

Τα θύματα bullying μπορεί να αναπτύξουν κοινωνικές δυσκολίες, άγχος, κατάθλιψη, αυτοκτονικό ιδεασμό, διαταραχές διατροφής, καθώς και σωματικά συμπτώματα, όπως π.χ. ανορεξία, κεφαλαλγίες, διαταραχές ύπνου, κοιλιακά άλγη και κόπωση, μερικά από τα οποία μπορεί να επιμείνουν στην ενήλικη ζωή. Τα παιδιά θύτες βρίσκονται σε μεγάλο κίνδυνο να απομακρυνθούν από το σχολείο, να διακόψουν τη σχολική φοίτηση, να εμφανίσουν τάσεις φυγής από το σπίτι και να εξελιχθούν σε ενήλικους με αντικοινωνική και παραβατική συμπεριφορά, υψηλότερα επίπεδα χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών κ.τ.λ.

#### ■ Τι πρέπει να κάνουν γονείς και εκπαιδευτικοί;

Οι γονείς του θύματος bullying χρειάζεται, μεταξύ άλλων, να ακούσουν ενεργητικά το παιδί τους, να ενημερώσουν τον εκπαιδευτικό και τον διευθυντή του σχολείου, να προτείνουν στο παιδί πρακτικούς τρόπους για την αντιμετώπιση δύσκολων καταστάσεων και να ζητήσουν συμβουλευτική υποστήριξη από ειδικό ψυχικής υγείας, εφόσον χρειαστεί. Αλλά και οι γονείς του παιδιού θύτη χρειάζεται να κάνουν κάτι, ξεκινώντας από την κατανόηση ότι η ανάγκη του παιδιού τους να επικρατήσει των άλλων προέρχεται από δικά του αισθήματα ανασφάλειας. Να μιλήσουν με τους εκπαιδευτικούς και να αναζητήσουν βοήθεια από ειδικούς ψυχικής υγείας. Είναι απαραίτητη η επιμόρφωση των εκπαιδευτικών για την αναγνώριση και τη διαχείριση του προβλήματος. Οι εκπαιδευτικοί είναι το βασικό κλειδί για τη μείωση της επιθετικότητας στα σχολεία. Χρειάζεται να αναπτυχθούν προγράμματα προαγωγής της ψυχικής υγείας των μαθητών, τα οποία να εντάσσονται στο σχολικό πρόγραμμα με διαθεματικό χαρακτήρα και να είναι συνδεδεμένα με το πρόγραμμα σπουδών.