



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/μια μαθήτρια είναι «θύμα» εκφοβισμού όταν επανειλημμένα και συστηματικά δέχεται βία από έναν ή περισσότερους συμμαθητές του. 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	Ισότιμες 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 τον φόβο, το άγχος και το να βλάψει το άλλο άτομο
- Διάδοση φημών
- Εξευτελιστικά σχόλια



- Απομόνωση και αποκλεισμό από δραστηριότητες

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)

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 συμμαθητές του.
- 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; Poyhonen, Juvonen & Salmivalli, 2010).

Παιδί που παρατηρεί

Οι παρατηρητές/παρατηρήτριες έχουν πολύ σημαντικό ρόλο στο φαινόμενο του εκφοβισμού. Ανάλογα με τον ρόλο που διαδραματίζουν, 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 (Bullying)

Ο Εκφοβισμός (Bullying), 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, & Hirasing, 2003)
- Εμφάνιση ψυχιατρικών συμπτωμάτων (Kumpulainen, Rasanen, and Henttonen, 1999)
- Ψυχοκοινωνικές δυσκολίες (Sourander, Helstela, Helenious, and Piha, 2000)
- Μελαγχολική διάθεση και αίσθηση ανασφάλειας στο σχολείο (Glew, Fan, Katon, Rivara, and Kernic, 2005)
- Διατροφικές δυσκολίες και αυτοκτονικές τάσεις (Kim, Koh, and Leventhal, 2005)
- Ψυχοσωματικές δυσκολίες και υψηλότερα επίπεδα άγχους (Due et al., 2005; Bond, Carlin, Thomas, Rubin, and Patton, 2001)

Τι να κάνει ο γονιός όταν υποψιαστεί ότι το παιδί του δέχεται εκφοβισμό:

ΓΟΝΕΙΣ ΠΑΙΔΙΟΥ ΠΟΥ ΔΕΧΕΤΑΙ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ

- Διαχειριστείτε με ψυχραιμία τις πληροφορίες που σας δίνει το παιδί
- Ακούστε το παιδί σας όντας ενθαρρυντικοί



- Προσπαθήστε να μάθετε όσα περισσότερα γίνεται, χωρίς ωστόσο να πιέζετε το παιδί να μιλήσει
- Ενημερωθείτε για τον εκφοβισμό και για τις διαφορές του με την σύγκρουση ή/και την παρενόχληση
- Ενημερώστε άμεσα το σχολείο και τον/την δασκάλα του/της και πάρτε πληροφορίες
- Προγραμματίστε ένα πλάνο δράσης με τον/την εκπαιδευτικό
- Ενισχύστε την αυτοπεποίθηση του παιδιού σας με τακτική και ξεκάθαρη επιβράβευση
- Συζητήστε μαζί του/της σενάρια αντίδρασης
- Ενισχύστε τις εξωσχολικές και ομαδικές δραστηριότητες, εφόσον φυσικά συμφωνεί ο ίδιος/η ίδια, για να μπορέσει να ανοίξει τον κοινωνικό του περίγυρο
- Μην είστε επικριτικοί και μην του αποδίδετε ταμπέλες όπως «ευαίσθητος», «αδύναμος», «παθητικός»
- Μείνετε κοντά στο παιδί και συναποφασίστε
- Ενισχύστε το παιδί να μιλάει και να μην είναι παρατηρητής τέτοιων περιστατικών

Τι να κάνει ο γονιός όταν υποψιαστεί ότι το παιδί του εκφοβίζει:

ΓΟΝΕΙΣ ΠΑΙΔΙΟΥ ΠΟΥ ΕΚΦΟΒΙΖΕΙ

- Παραμείνετε ψύχραιμοι
- Ενημερωθείτε για τον εκφοβισμό, για τις μορφές και τις συνέπειες του
- Κάντε ξεκάθαρο στο παιδί ποιες συμπεριφορές είναι αποδεκτές και ποιες όχι
- Μην χρησιμοποιείτε σωματική τιμωρία
- Ακούστε το παιδί και τα συναισθήματα του
- Βάλτε όρια στις αντιδράσεις του και ορίστε τιμωρίες, στις οποίες θα είστε συνεπείς
- Συζητήστε με το παιδί την σημασία της ενσυναίσθησης
- Ενημερωθείτε από τον/την εκπαιδευτικό και συνεργαστείτε για ένα κοινό πρόγραμμα παρέμβασης



- Αν απαιτείται, ζητήστε βοήθεια και καθοδήγηση από ειδικούς ψυχικής υγείας

Τι να κάνει ο γονιός για να μην είναι το παιδί παρατηρητής/τρια φαινομένων εκφοβισμού

- Ενημερωθείτε για το φαινόμενο του εκφοβισμού και συζητήστε το μαζί του/της
- Ακούστε την γνώμη του παιδιού σας και μοιραστείτε τις σκέψεις του/της
- Αφηγηθείτε μια ιστορία εκφοβισμού και συζητήστε μαζί του πως θα αντιδρούσε
- Ενισχύστε την ενσυναίσθησή του/της καλώντας τον/την να συζητήσει τα συναισθήματα του παιδιού που μπορεί να εκφοβίζεται
- Συζητήστε μαζί του/της για την έννοια της ηθικής, του σεβασμού και της διαφορετικότητας και πως αυτά υπάρχουν στην φιλία, στην κοινωνία και στις διαπροσωπικές σχέσεις
- Επισημαίνετε την σημασία του να προσφέρεις, να προστατεύεις και να διεκδικείς τα δικαιώματά σου
- Ενημερώστε τον/την για το τι πρέπει να κάνει εάν παρατηρήσει συμπεριφορές εκφοβισμού προς συμμαθητή/τρια του (ΔΕΝ ΓΕΛΑΜΕ, ΔΕΝ ΑΔΙΑΦΟΡΟΥΜΕ, ΠΑΡΕΜΒΑΙΝΟΥΜΕ ΧΩΡΙΣ ΒΙΑ, ΕΝΗΜΕΡΩΝΟΥΜΕ ΤΟΝ/ΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ, ΕΝΗΜΕΡΩΝΟΥΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΜΑΣ, ΔΕΝ ΕΧΟΥΜΕ ΜΥΣΤΙΚΑ ΠΟΥ ΜΑΣ ΚΑΝΟΥΝ ΝΑ ΦΟΒΟΜΑΣΤΕ, ΝΑ ΣΤΕΝΑΧΩΡΙΟΜΑΣΤΕ ΚΑΙ ΝΑ ΜΗΝ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΚΟΙΜΗΘΟΥΜΕ ΤΑ ΒΡΑΔΙΑ)

Αντί επιλόγου

Σημαντικό είναι να μην ξεχνάμε ότι **η αρνητική αντίδραση σε μία δυσκολία είναι απολύτως φυσιολογική**, καθώς κανείς δε μένει ανεπηρέαστος από τις αντιξοότητες της ζωής. Μάλιστα, η αναγνώριση της δυσκολίας και η αποδοχή τόσο των δικών μας αντιδράσεων μας όσο και των παιδιών με συμπόνια και όχι επικριτικότητα, αποτελεί σημαντικό στήριγμα σε καιρούς δυσκολίας.



Βιβλιογραφία

- Andershed, H., Kerr, M. & Stattin, H. (2001). Bullying in School and Violence on the Streets: Are the Same People Involved? *Journal of Scandinavian Studies in Criminology and Crime Prevention*, Vol 2, pp 31-49
- Bond, L., Carlin, J.B., Thomas, L., Rubin, K., & Patton, G. (2001). Does bullying cause emotional problems? A prospective study of young teenagers. *British Medical Journal*, 323, 480–484
- Bosworth, K., Espelage, D. L., & Simon, T. R. (1999). Factors associated with bullying behavior in middle school students. *Journal of Early Adolescence*, 19, 341–362
- Caravita, S.C.S & Blasio, P. D. (2009). Unique and Interactive Effects of Empathy and Social Status on Involvement in Bullying. *Social Development*, 18 (1)
- Due, P., Holstein, B.E., Lynch, J., Diderichsen, F., Gabhain, S.N., Scheidt, P., Currie, C. & Health Behaviour in School-Aged Children Bullying Working Group. (2005). Bullying and symptoms among school-aged children: international comparative cross sectional study in 28 countries. *European Journal of Public Health*, 15, 128–132
- Farrington, D.P. & Ttofi, M. M. (2011). Bullying as a predictor of offending, violence and later life outcomes. *Criminal Behaviour and Mental Health* 21: 90–98
- Glew, G.M., Fan, M.Y., Katon, W., Rivara, F.P., & Kernic, M.A. (2005). Bullying, psychosocial adjustment, and academic performance in elementary school. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 159, 1026–1031
- Kärnä, A., Voeten, M. & Poskiparta (2010). Vulnerable Children in Varying Classroom Contexts Bystanders' Behaviors Moderate the Effects of Risk Factors on Victimization. *Merrill-Palmer Quarterly*, 56(3), 261-282
- Kim, Y.S., Koh, Y-J., & Leventhal, B. (2005). School bullying and suicidal risk in Korean middle school students. *Pediatrics*, 115, 357–363
- Kumpulainen, K., Rasanen, E., & Henttonen, I. (1999). Children involved in bullying: Psychological Disturbance and the persistence of the involvement. *Child Abuse & Neglect*, 23, 1253–1262
- Olweus D. (1991). Bully/victim problems among schoolchildren: basic facts and effects of a school based intervention program. In: Pepler D, Rubin K, editors. *The development and treatment of childhood aggression*. Hillsdale, NJ: Erlbaum. p 411–448



ΦΡΟΝΤΙΔΑ.
ΑΞΙΟΠΡΕΠΕΙΑ.
ΙΣΟΤΗΤΑ.

- Pöyhönen, V., Juvonen, J., & Salmivalli, C. (2010). What does it take to stand up for the victim of bullying?: The interplay between personal and social factors. *Merrill-Palmer Quarterly*, 56, 143–163
- Reijntjes, A., Kamphuis, J. H., Prinzie, P., & Telch, M.J. (2010). Peer victimization and internalizing problems in children: A meta-analysis of longitudinal studies, *Child Abuse & Neglect*, 244-252
- Salmivalli, C. & Nieminen, E. (2002). Proactive and Reactive Aggression Among School Bullies, Victims, and Bully-Victims. *Aggressive Behavior*, 28, 30–44
- Smith PK. (1991). The silent nightmare: bullying and victimization in school peer groups. *Psychologist* 4: 243–248
- Sourander, A., Helstela, L., Helenius, H., & Piha, J. (2000). Persistence of bullying from childhood to adolescence: A longitudinal 8-year follow-up study. *Child Abuse and Neglect*, 24, 873–881
- Thornberg, R., Tenenbaum, L., Varjas, Meyers, J., Jungert, T., & Vanegas, G. (2012). Bystander Motivation in Bullying Incidents: To Intervene or Not to Intervene? *Western Journal of Emergency Medicine*, 13(3), 247-252
- Van der Wal, M.F., De Wit, C.A.M., & Hirasing, R.A. (2003). Psychosocial health among young victims and offenders of direct and indirect bullying. *Pediatrics*, 111, 1312–1317.