



## **ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ**

### **ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**

#### **ΣΧΟΛΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2021**

#### **Τελική Εργασία**

Στην εκδήλωση για την Παγκόσμια Ημέρα κατά του Σχολικού Εκφοβισμού, που θα παρουσιάσει το Σχολείο σας με τη μορφή ημερίδας στην τοπική κοινωνία, καλείστε να παρουσιάσετε ένα σύντομο επιμορφωτικό πρόγραμμα.

ΕΛΕΝΗ ΜΑΡΙΑ

ΚΟΡΙΝΘΟΣ

Νοέμβριος 2021

## Περιεχόμενα

|                                                                              |          |
|------------------------------------------------------------------------------|----------|
| ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....                                                                | 2        |
| ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....                                                                | 2        |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι : ΕΝΝΟΙΑ ΚΑΙ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΣΧΟΛΙΚΟΥ<br>ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ.....       | 3        |
| <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙ : ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΑΙΤΙΩΝ ΚΑΙ ΣΥΝΕΠΕΙΩΝ ΤΟΥ<br/>ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΥ.....</b> | <b>6</b> |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ : ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΟΥ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ.....                          | 9        |
| ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙΙ : ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ.....                    | 10       |
| ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....                                                            | 13       |
| ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....                                                            | 13       |

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η παρούσα εργασίαείναι ένα σύντομο επιμορφωτικό πρόγραμμα που απευθύνεται στους συμμετέχοντες σε μια ημερίδα με θέμα τον σχολικό εκφοβισμό. Σκοπός της είναι να ενημερώσει , να διαφωτίσει και να ευαισθητοποιήσει γονείς , εκπαιδευτικούς και όλους τους συμμετέχοντες για την έννοια του σχολικού εκφοβισμού , τις μορφές του, τις αιτίες και τις συνέπειες του σοβαρού αυτού φαινομένου . Επίσης , παρουσιάζονται οι τρόποι πρόληψης και αντιμετώπισης του σχολικού εκφοβισμού από τους μαθητές , τους εκπαιδευτικούς , τους γονείς και το σχολείο . Είναι αδήριτη ανάγκη, λόγω αύξησης της συχνότητας του φαινομένου σε όλες της βαθμίδες της εκπαίδευσης, η προάσπιση των ατομικών δικαιωμάτων όλων των μαθητών και η προστασία τους από κάθε σκόπιμη , επιλαμβανόμενη βίαιη συμπεριφορά εναντίον τους .

### ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ

σχολικός εκφοβισμός , θυματοποίηση , πρόληψη , παρεμβάσεις

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το θέμα του σχολικού εκφοβισμού απασχολεί τα τελευταία χρόνια την επιστημονική κοινότητα σ'όλο τον κόσμο . Είναι πολύ ενδιαφέρον και επίκαιρο θέμα και αυτός ήταν ο λόγος που οδήγησε στη συγγραφή αυτής της εργασίας.Σκοπός της εργασίας

είναι μια βιβλιογραφική ανασκόπηση του φαινομένου , των μορφών του σχολικού εκφοβισμού, των χαρακτηριστικών των θυτών , των θυμάτων και των παρατηρητών του φαινομένου , των αιτίων και των συνεπειών του.

Ως ένας από τους βασικούς στόχους τέθηκε η αναζήτηση τρόπων πρόληψης του σχολικού εκφοβισμού και η εύρεση των παρεμβάσεων και των στρατηγικών για την αντιμετώπιση του φαινομένου . Πιο συγκεκριμένα , η παρούσα εργασία προσφέρει στον αναγνώστη τις βασικές γνώσεις και τις σημαντικότερες πληροφορίες για την εξοικειώσή του , την κατανόηση και την ευαισθητοποίησή του επί του θέματος .

Στο πρώτο κεφάλαιο επιχειρείται η εννοιολογική αποσαφήνιση του όρου , οι μορφές του , τα χαρακτηριστικά του θύτη , του θύματος και των παρατηρητών του φαινομένου. Στο δεύτερο κεφάλαιο προσεγγίζονται και αναλύονται οι αιτίες που οδηγούν στον σχολικό εκφοβισμό και οι συνέπειές του . Στο τρίτο κεφάλαιο παρουσιάζονται οι τρόποι πρόληψης και στο τέταρτο επισημαίνονται οι τρόποι αντιμετώπισης του φαινομένου από τους μαθητές , τους γονείς τους εκπαιδευτικούς και το σχολείο . Η εργασία ολοκληρώνεται με τα συμπεράσματα και τις βιβλιογραφικές αναφορές .

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι : ΕΝΝΟΙΑ ΚΑΙ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ**

### **Ορισμός σχολικού εκφοβισμού**

Το φαινόμενο του εκφοβισμού και της θυματοποίησης του παιδιού ή αλλιώς , το φαινόμενο του bullying , είναι ένα φαινόμενο που προσελκύει πολλούς μελετητές λόγω της ραγδαίας αύξησής του κυρίως τις τελευταίες δεκαετίες , αλλά και λόγω των μαθησιακών και ψυχολογικών προβλημάτων που εμφανίζουν τα «θύματα » (Rigby, 2008 )

Ο σχολικός εκφοβισμός και η ενδοσχολική βία ως έννοιες δεν ταυτίζονται , αλλά η πρώτη αποτελεί μέρος και έκφραση της δεύτερης . Πιο συγκεκριμένα, όταν μιλάμε για « σχολικό εκφοβισμό » εννοούμε το φαινόμενο κατά το οποίο ένας ή πολλοί μαθητές καθιστούν θύμα τους έναν άλλο μαθητή εκμεταλλευόμενοι μια προϋπάρχουσα ανισορροπία δύναμης , σωματικής , πνευματικής και κοινωνικής . (Τρίγκα, 2015)

Σύμφωνα με τον Olweuso σχολικός εκφοβισμός αποτελεί μία μορφή επιθετικής συμπεριφοράς κατά την οποία ένα άτομο ή μια ομάδα ατόμων προκαλεί σκόπιμα βλάβη , υπονομεύει ή και αποκλείει κατ' επανάληψη και για αρκετό χρονικό διάστημα κάποιο άλλο άτομο , το οποίο γίνεται αντιληπτό ως σχετικά πιο αδύναμο και ανίκανο να υπερασπιστεί τον εαυτό του (Olweus, 2009 ). Άρα μια ενδοσχολική

διένεξη , ακόμα και αν είναι βίαιη , αν δεν υφίστανται οι παραπάνω προϋποθέσεις, δεν μπορεί να χαρακτηριστεί σχολικός εκφοβισμός .( Παρασκευόπουλος & Herbert, 2013)

### **Μορφές σχολικού εκφοβισμού**

Ο σχολικός εκφοβισμός μπορεί να πάρει διάφορες μορφές . Μπορεί να είναι **άμεσος** δηλαδή να είναι μια επίθεση ανοιχτή εναντίον του παιδιού – θύματος , αλλά και **έμμεσος** με την έννοια ότι το θύμα απομονώνεται , τίθεται στο περιθώριο και δεν το αφήνουν να συμμετάσχει σε ομαδικές δραστηριότητες .**Σε σχέση με τους τρόπους που εκδηλώνεται** , μπορεί ο εκφοβισμός να είναι : α) σωματικός ( γροθιές , κλωτσιές, χαστούκια , τρικλοποδιές , σπρωξιές και άλλες βίαιες πράξεις ), β) λεκτικός ( απειλές , βρισιές , εξευτελισμός λεκτικός ) , γ) κλοπές ή καταστροφές αντικειμένων που ανήκουν στο θύμα ,δ) σεξουαλικός εκφοβισμός του θύματος δηλαδή σχόλια σεξουαλικού περιεχομένου , παρενόχληση ή και σεξουαλική επίθεση , ε) εκβιασμός ή εξαναγκασμός του θύματος σε πράξεις που δεν επιθυμεί με το φόβο των αντιπoiώνων και στ ) ηλεκτρονικός εκφοβισμός που γίνεται με τη χρήση των επικοινωνιακών τεχνολογικών μέσων . Ο τελευταίος μπορεί να πραγματοποιηθεί μέσω μιας βιντεοσκοπήσης του θύματος και δημοσίευσης του υλικού με στόχο τον εξευτελισμό του θύματος . Επίσης με την αποστολή απειλητικών μηνυμάτων ή μηνυμάτων με υβριστικό περιεχόμενο , με την αποστολή εικόνων ή βίντεο στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ή με την αποστολή πλαστογραφημένων ή αλλοιωμένων φωτογραφιών του θύματος στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης . ( Νικολαΐδης Γ & Παπαστυλιανού Α, 2013).

**Σε σχέση με το ειδικό του περιεχόμενο** ο εκφοβισμός μπορεί να στηρίζεται σε διακρίσεις και να είναι : α) **έμφυλος** δηλαδή να έχει ως στόχο τα κορίτσια , αφού είναι πιο αδύναμα ή άτομα που δεν « συμμορφώνονται » με το ρόλο του κοινωνικού τους φύλου είτε πρόκειται για κορίτσια ή για αγόρια , β ) **ρατσιστικός** που στοχεύει στην υποτίμηση ατόμων από εθνικές μειονότητες , Ρομά , πρόσφυγες , αλλόθρησκους ή μετανάστες , Τέλος υφίσταται και γ) ο εκφοβισμός **με αφορμή διαφορές στυλ και ικανότητες** των ατόμων . Για παράδειγμα, θυματοποιούνται παιδιά με πολύ χαμηλές ή πολύ υψηλές επιδόσεις στα μαθήματα , παιδιά με προβλήματα σωματικής ή ψυχικής (Τρίγκα, 2015).

### **Ρόλοι και χαρακτηριστικά των παιδιών που εμπλέκονται στον σχολικό εκφοβισμό.**

Στη βιβλιογραφία το παιδί που εκφοβίζει αναφέρεται ως « θύτης» που έχει στόχο να προκαλέσει βλάβη σωματική ή ψυχική στο παιδί που υφίσταται τον εκφοβισμό και

θυματοποιείται ( « θύμα ») . Ο θύτης σχεδιάζει προσεκτικά τον εκφοβισμό του και εκφοβίζει επανειλημμένως και με πολλούς τρόπους το θύμα του .Ορισμένα παιδιά μπορεί να είναι και θύτες και θύματα δηλαδή και να εκφοβίζουν και να εκφοβίζονται . (Τρίγκα, 2015) . Εκτός από αυτά τα παιδιά, στο φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού υπάρχουν και οι παρατηρητές όπως είναι οι άλλοι μαθητές , οι εκπαιδευτικοί , το μη εκπαιδευτικό προσωπικό του σχολείου , οι γονείς , οι οποίοι τους δικούς τους ρόλους

Σύμφωνα με τον Παρασκευόπουλο(2013)ο θύτης , συνήθως , είναι εύσωμος με φυσικές δυνάμεις ολοφάνερες , εξωστρεφής , πολύ κοινωνικός , οξύθυμος , με δυσκολία στον αυτοέλεγχό του . Επίσης , εύκολα παραβαίνει τους κανόνες του σχολείου χωρίς να έχει ενοχές ή τύψεις για τις πράξεις του . Είναι παρορμητικός αυθόρμητος , με ετοιμότητα λόγου και έκδηλη εμπιστοσύνη στον εαυτό του .

Αντίθετα το θύμα του σχολικού εκφοβισμού συνήθως είναι ένα παιδί σωματικά αδύναμο σε σχέση με το θύτη , εσωστρεφές , μοναχικό , με συστολή , με υπερβολικές αναστολές και μια έντονη τάση για ενοχοποιείται . Είναι ένα άτομο παθητικό , χωρίς τόλμη και , συνήθως , δε μπορεί να υπερασπιστεί τον εαυτό του . Κατά τονΟΙweus(2009 )εκτός από τα παθητικά θύματα, υπάρχουν και τα « προκλητικά θύματα » και μάλιστα σε ποσοστό 14% , σύμφωνα με τις έρευνές του . Αυτά τα παιδιά παρουσιάζουν δυσκολίες στη συνεργασία , εκδηλώνουν υπερκινητικότητα, είναι προκλητικά στη συμπεριφορά τους και ενοχλούν τα άλλα παιδιά . Όταν , όμως, αντιληφθούν υπάρχει γύρω τους μεγάλη ένταση , τότε θυματοποιούνται (Τρίγκα, 2015).

Υπάρχουν και τα παιδιά – παρατηρητές τα οποία βλέπουν τους συμμαθητές τους να εκφοβίζονται . Άλλα από αυτά υπερασπίζονται το θύμα , άλλα παίρνουν το μέρος του θύτη τον οποίον βοηθούν ή τον επαινούν ή άλλα δεν παίρνουν καμία θέση . Όλα αυτά τα παιδιά , ως αυτόπτες μάρτυρες του σχολικού εκφοβισμού, επηρεάζονται ψυχολογικά . Πιο συγκεκριμένα , νιώθουν άγχος ,γιατί νομίζουν ότι κάποια στιγμή ενδέχεται να κακοποιηθούν και αυτά .

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ II : ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΑΙΤΙΩΝ ΚΑΙ ΣΥΝΕΠΕΙΩΝ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΥ ΤΟΥ**

### **Αιτίες του σχολικού εκφοβισμού**

Πολλοί είναι οι παράγοντες που οδηγούν στον σχολικό εκφοβισμό και έχουν σχέση με το ίδιο το άτομο, με την οικογένειά του , το φιλικό του κύκλο , το ψυχολογικό κλίμα του σχολείου , το εκπαιδευτικό σύστημα αλλά και το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον.

Πιο συγκεκριμένα , οι συνθήκες ανατροφής μέσα στην οικογένεια σε συνάρτηση με την μίμηση των οικογενειακών προτύπων επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό το παιδί . Για παράδειγμα , παιδιά που βιώνουν ένα αρνητικό οικογενειακό περιβάλλον με συνεχείς διαπληκτισμούς και συγκρούσεις , των γονιών , σωματικές τιμωρίες από βίαιους και επιθετικούς γονείς , με απουσία διαλόγου, ανυπαρξία ορίων , έλλειψη ενσυναίσθησης και τρυφερότητας , είναι πολύ πιθανό μεγαλώνοντας να γίνουν εχθρικά προς τους άλλους και να εκδηλώσουν βίαιη συμπεριφορά .Αυτό συμβαίνει , γιατί το παιδί εκτίθεται από μικρό σε επιθετική συμπεριφορά και τη θεωρεί όχι μόνο αποδεκτή , αλλά και ως μέσο αντιμετώπισης των συγκρούσεων που προκύπτουν (Τρίγκα, 2015).

Επίσης , σύμφωνα με έρευνες , όσον αφορά στις επιρροές από τους φίλους ,είναι τεκμηριωμένη η επιρροή της ομάδας συνομηλίκων ως προς την εκδήλωση ή μη βίαιων συμπεριφορών . Τα παιδιά συνήθως , κάνουν φιλίες με άτομα που τους μοιάζουν ως προς την ιδιοσυγκρασία , τις αξίες , τη συμπεριφορά δημιουργώντας έτσι μια αντίστοιχη ομάδα συνομηλίκων . Τα παιδιά που είναι περισσότερο επιθετικά λαμβάνουν κεντρικό ρόλο σε παρέες ανάλογες αποκτώντας επιρροή και σε άλλα μέλη. Αν η παρέα δεν έχει επενδύσει στην σχολική επιτυχία , προσανατολίζεται σε αντικοινωνικές και επικίνδυνες εξωσχολικές δραστηριότητες με πιθανή εμπλοκή του παιδιού σε περιστατικά σχολικού εκφοβισμού. Αυτό , συνήθως , συμβαίνει με παιδιά που από ανασφάλεια και μειονεξία οδηγούνται σε μη αποδεκτές συμπεριφορές για να κερδίσουν την εύνοια της ομάδας των συνομηλίκων και να γίνουν αποδεκτοί και δημοφιλείς λόγω του ότι τα χαρακτηριστικά τους αποκλίνουν από τα πρότυπα της ομάδας . (Παπαλαζάρου Α & Αθανασιάδου Χ , 2017). Έτσι ,μπορεί να γίνουν θύτες ή θύματα σε περιστατικό σχολικού εκφοβισμού .

Το σχολείο είναι ένας ακόμη παράγοντας που εντάσσεται στο αιτιολογικό πλέγμα για την εκδήλωση του σχολικού εκφοβισμού . Πιο συγκεκριμένα , το χαμηλό επίπεδο συνεργασίας μεταξύ δασκάλου και μαθητή μέσα στην τάξη , το χαμηλό επίπεδο απόδοσης των μαθητών , η αδιαφορία του μαθητή για την τήρηση των κανόνων μέσα στην τάξη , ο χαρακτήρας των σχολικών προγραμμάτων που στοχεύουν στη μετάδοση γνώσεων και δεν εμπλέκουν το μαθητή σε συμμετοχική διαδικασία μάθησης μετατρέποντάς τον σε παθητικό δέκτη , δημιουργούν ένα αρνητικό σχολικό κλίμα που κάνει το μαθητή να απεχθάνεται το σχολείο και τον οδηγεί πιθανή εκδήλωση βίαιης συμπεριφοράς . Αντίθετα , όταν στο σχολείο επικρατεί θετικό κλίμα με συμμετοχή των παιδιών σε ομαδικές σχολικές δραστηριότητες , συνεργατική και βιωματική μάθηση μειώνεται η εκδήλωση επιθετικής συμπεριφοράς . (Πετρόπουλος Ν & Παπαστυλιανού Α, 2000)

Ο ρόλος του δασκάλου είναι πολύ σημαντικός, αφού ενθαρρύνει ή αποτρέπει την εκδήλωση περιστατικών σχολικού εκφοβισμού. Αναλυτικότερα, δάσκαλοι που χρησιμοποιούν τη βία για να ελέγξουν τη συμπεριφορά των παιδιών και με τιμωρίες, επιπλήξεις, και αυστηρές ποινές προσπαθούν να έχουν τον έλεγχο της τάξης τους, λειτουργώντας ως πρότυπο, ωθούν τους μαθητές τους σε αρνητικές επιθετικές συμπεριφορές. Αντίθετα, ο εκπαιδευτικός που προσπαθεί να κρατήσει το ενδιαφέρον των μαθητών κατά τη διάρκεια του μαθήματος, που ενθαρρύνει τη διαπροσωπική επικοινωνία στην τάξη με ομαδοσυνεργατική διδασκαλία, με παιχνίδια ρόλων, με παιδοκεντρικές μεθόδους διδασκαλίας, που ενθαρρύνει και στηρίζει ψυχολογικά αδύναμους μαθητές και θέτει ξεκάθαρους κανόνες συμπεριφοράς, αποτελεί θετικό πρότυπο και το ψυχολογικό κλίμα στην τάξη του είναι θετικό για την ψυχοκοινωνική ανάπτυξη των μαθητών του (Τρίγκα, 2015).

Τέλος, οι κοινωνικές αντιλήψεις και οι κοινωνικές συνθήκες ωθούν σε επιθετική συμπεριφορά και εκφοβισμό. Η κοινωνία που δεν δέχεται τη διαφορετικότητα και τη στιγματίζει, που δεν παρουσιάζει υψηλό βαθμό ενσωμάτωσης μειονοτικών πληθυσμών υιοθετώντας πολιτικές αποκλεισμού και απαξίωσης του διαφορετικού, συμβάλλει στην εκδήλωση και την αύξηση του ενδοσχολικού εκφοβισμού. Όταν, σε μια κοινωνία επικρατούν αξίες που επιβραβεύουν τη βία, την καταπίεση των κοινωνικά αδυνάτων, την περιθωριοποίησή τους και την εκμετάλλευσή τους από τους δυνατούς, λογικό είναι όλες αυτές οι ιδέες να επηρεάζουν και τους μαθητές και να περνούν στο σχολικό περιβάλλον αυξάνοντας τα περιστατικά σχολικού εκφοβισμού. (Νικολαΐδης Γ & Παπαστυλιανού Α, 2013). Επίσης, η οικονομική κρίση, η φτώχεια, η εξαθλίωση, η ανεργία, οι πόλεμοι, η αστυνομική καταστολή είναι χαρακτηριστικά του κοινωνικού γίνεσθαι που επιδρούν άμεσα στα παιδιά και τα επηρεάζουν. Έτσι, μεγάλες οικονομικές διαφορές ανάμεσα σε έφηβους μαθητές στο σχολείο μπορεί να οδηγήσουν σε φαινόμενα σχολικού εκφοβισμού πιο αδύναμων οικονομικά μαθητών. (Τρίγκα, 2015)

### **Συνέπειες του σχολικού εκφοβισμού**

Οι συνέπειες του σχολικού εκφοβισμού είναι αρνητικές για την γνωστική και την ψυχοκοινωνική ανάπτυξη όλων των ατόμων που εμπλέκονται σ' αυτόν, αλλά και για το σχολείο και την ευρύτερη κοινωνία αφού τα παραπάνω άτομα είναι μαθητές και μέλη του ευρύτερου κοινωνικού συνόλου.

Οι συνέπειες για τα θύματα του σχολικού εκφοβισμού μπορούν να κατηγοριοποιηθούν σε βραχυχρόνιες και μακροχρόνιες (Λιόλιου, 2017). Οι βραχυχρόνιες υφίστανται όσο διαρκεί ο σχολικός εκφοβισμός και διακρίνονται σε

σωματικές , πνευματικές και ψυχολογικές . Πιο συγκεκριμένα , το θύμα του εκφοβισμού είναι πιθανό να παρουσιάσει μώλωπες , διαστρέμματα και άλλες σωματικές κακουχίες ή παρουσιάζει αυτοάνοσα νοσήματα . Επίσης , διασπάται η προσοχή , η συγκέντρωσή του στο σχολικό του έργο με αποτέλεσμα να μειώνεται η σχολική του επίδοση και να νιώθει το αίσθημα της αποτυχίας . Αισθάνεται ανασφάλεια, νευρικότητα , ανησυχία και γενικευμένο άγχος που υπάρχει μεγάλη πιθανότητα να σωματοποιηθεί και να παρουσιάσειεμετούς , πονοκεφάλους , αϋπνίες και απώλεια όρεξης. Αποτέλεσμα όλων αυτών είναι να χάνει την αυτοεκτίμησή του , να βρίσκεται συνεχώς σε κατάσταση άμυνας , φόβου, συνεχούς αυτοκατάκρισης και χαμηλής έως μηδενικής αυτοπεποίθησης για οποιοδήποτε έργο . Σε πολλές περιπτώσεις σχολικού εκφοβισμού τα θύματα αρνούνται ή είναι απρόθυμα να πάνε στοσχολείο,απομονώνονται , πέφτουν σε κατάθλιψη ή κάνουν απόπειρες αυτοκτονίας(Τρίγκα, 2015).

Οι μακροχρόνιες συνέπειες για τα παιδιά – θύματα είναι και αυτές σοβαρές . Αφού βιώνουν μια τόσο αρνητική σχολική εμπειρία , η επίδρασή της συνεχίζεται και μετά τη λήξη της φοίτησής τους στο σχολείο . Ως ενήλικες , αυτά τα παιδιά είναι πιθανό να εκδηλώσουν μελαγχολία και να έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση. Επίσης , μπορεί συχνά να αποσύρονται κοινωνικά και να αισθάνονται μεγάλη μοναξιά ή κατάθλιψη (Λιόλιου, 2017) .

Για τα παιδιά – θύτες οι συνέπειες είναι εξίσου σοβαρές και επιζήμιες για το παρόν και το μέλλον τους . Πιο συγκεκριμένα τα παιδιά αυτά στιγματίζονται από τις πράξεις τους και τους ακολουθεί η κακή φήμη τους . Οι αντικοινωνικές τους πράξεις , οι βιαιοπραγίες και οι εμπλοκές τους σε καυγάδες μπορεί να τους οδηγήσουν σε τραυματισμούς ή σε ακραίες περιπτώσεις ακόμα και στο θάνατο (Τρίγκα, 2015). Επιπλέον , οι μαθησιακές τους επιδόσεις είναι χαμηλές και πολλά από αυτά τα παιδιά εγκαταλείπουν το σχολείο με αποτέλεσμα να δυσχεραίνεται η ενήλικη ζωή τους. Σύμφωνα με τον Olweus(2009 )το 60% των θυτών σχολικού εκφοβισμού στα 11-15 έτη , είχαν εμπλοκή με το νόμο ως τα 24 χρόνια τους με μία τουλάχιστον καταδίκη , ενώ το 30% είχε περισσότερες από μία καταδίκες .

Οι παρατηρητές του σχολικού εκφοβισμού ως αυτόπτες μάρτυρες εκφοβισμού υφίστανται ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις . Πιο αναλυτικά , έχουν συμπτώματα μετατραυματικού στρες και χρειάζονται ψυχολογική βοήθεια από ειδικό για να το ξεπεράσουν . Πολύ συχνά νιώθουν φόβο και ανησυχία νομίζοντας ότι αυτό που είδαν υπάρχει πιθανότητα να το ζήσουν και οι ίδιοι και, ίσως , γι' αυτό το λόγο είναι παρατηρητές των περιστατικών και δεν επεμβαίνουν παίρνοντας θέση . Τέλος ,

γεννιέται η ιδέα μέσα τους ότι πολλές φορές στη ζωή κάποιος κάνει το κακό χωρίς να τιμωρείται , μια ιδέα που τους ακολουθεί και στην ενήλικη ζωή τους .

### **ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ : ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΟΥ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ**

Κάθε σχολείο πρέπει να αποτελεί ένα ασφαλές περιβάλλον για όλους τους μαθητές του ανεξάρτητα από το φύλο , την κοινωνική θέση , την εθνικότητα , τη θρησκεία , την ηλικία του κάθε μαθητή . Κανένας μαθητής δεν πρέπει να φοβάται να πάει στο σχολείο του , να φοβάται μήπως κάποιος επιχειρήσει να τον μειώσει , να τον ενοχλήσει , να τον υποβαθμίσει ή να του ασκήσει βία . Επίσης, κανένας γονιός δεν πρέπει να φοβάται πως το παιδί του στο σχολείο του υπάρχει η πιθανότητα να κακοποιηθεί σωματικά , συναισθηματικά ή ψυχολογικά , αλλά θα πρέπει να είναι σίγουρος πως το σχολείο θα διασφαλίζει τα δικαιώματα των μαθητών και θα φροντίζει οι μαθητές του να είναι συνεπείς στις υποχρεώσεις τους , όπως συμβαίνει σε κάθε δημοκρατική κοινωνία .

Για να συμβαίνουν αυτά θα πρέπει κάθε σχολείο να είναι σε θέση και ετοιμότητα για να προλαμβάνει τα φαινόμενα σχολικού εκφοβισμού ανάμεσα στους μαθητές. Έχοντας , λοιπόν , ως στόχο κάθε σχολείο να μην αναγκαστεί να φτάσει σε προσπάθειες καταστολής του σχολικού εκφοβισμού , θα πρέπει να δίνει ευκαιρίες στα παιδιά να αποκτήσουν δεξιότητες θετικής διαπροσωπικής συμπεριφοράς μεταξύ τους και με το προσωπικό του σχολείου καθημερινά . Επίσης, να ωθεί τους μαθητές να ασκηθούν ώστε να λύνουν τις διαφορές τους χρησιμοποιώντας το διάλογο με ενσυναίσθηση μπαίνοντας ο ένας στη θέση του άλλου για να καταλάβουν τα συναισθήματα του συμμαθητή τους . Με άλλα λόγια , το γενικό ψυχολογικό κλίμα του σχολείου να είναι ήρεμο , ευχάριστο και να ελκύει τα παιδιά . Τέλος , είναι απαραίτητη η συνεργασία οικογένειας και σχολείου για την πρόληψη του εκφοβισμού, αφού ο μαθητής αναπτύσσεται μέσα και στα δύο περιβάλλοντα .

Τα σχολικά προγράμματα πρόληψης του σχολικού εκφοβισμού πρέπει να περιλαμβάνουν μια σειρά από δραστηριότητες που κοινωνικοποιούν τους μαθητές , τους ασκούν στην ενσυναίσθηση και τους γνωρίζουν σημαντικές κοινωνικές αξίες όπως η άμιλλα , η συνεργασία , η ομαδικότητα , η αλληλοβοήθεια , ο σεβασμός στον συνάνθρωπο , η αλληλεγγύη , η ενσυναίσθηση . Για τους μαθητές της προσχολικής ηλικίας πολύ θετικό ρόλο παίζουν προγράμματα πρόληψης που περιλαμβάνουν δραστηριότητες , όπως ανάγνωση ιστοριών , παιχνίδι ρόλων , παιχνίδια συνεργασίας , σχέδια δράσης για όλη την τάξη , αφίσες , κουκλοθέατρο , επιθεώρηση ή σατιρικές ιστορίες (Τρίγκα, 2015) Για τους μεγαλύτερους σε ηλικία

μαθητές πολύ βοηθητικές είναι δραστηριότητες , όπως παιχνίδια ρόλων , ομαδοσυνεργατικές εργασίες , συμμετοχή σε προγράμματα περιβαλλοντικά , πολιτιστικά , καλλιτεχνικά , πολιτιστικά με σχέδια δράσης ομάδων ή όλης της τάξης , ανέβασμα θεατρικών παραστάσεων από τους μαθητές , διοργάνωση συναυλίας από τους μαθητές , ημερίδες με θέματα ανθρωπιστικού ενδιαφέροντος , δημιουργία αφίσας , λέσχη ανάγνωσης βιβλίων με μηνύματα ισότητας , αλληλεγγύης και ανθρωπισμού (Τσιάντης, 2010 ).

### **ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ : ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ**

Εκπαιδευτικοί , γονείς , μαθητές , μαθητικές κοινότητες είναι συνυπεύθυνοι για τη σωστή αντιμετώπιση του κοινωνικού αυτού προβλήματος . Το σχολείο είναι υποχρεωμένο να προλαμβάνει και να αντιμετωπίζει το πρόβλημα αυτό , ώστε να εξασφαλίζει ασφάλεια στα παιδιά , και , όταν δεν προλαμβάνει καταστάσεις , να βοηθάει τους μαθητές που εμπλέκονται στον εκφοβισμό .

Πιο συγκεκριμένα , πρέπει να ενημερωθούν και να ευαισθητοποιηθούν οι μαθητές κάθε σχολείου γι' αυτό το πρόβλημα ώστε να αφυπνιστεί η συνείδηση όλων των παιδιών , αφού ο ρόλος τους είναι πολύ σημαντικός στην επίλυση τέτοιων προβλημάτων . Πρέπει να συνειδητοποιήσουν ότι κανένας συμμαθητής τους δεν πρέπει να υφίσταται βία από άλλο συμμαθητή , ότι είναι πολύ χρήσιμο να δίδεται βοήθεια σε όποιον υφίσταται επιθέσεις και πως δεν πρέπει ποτέ να αποκλείουν συμμαθητές ή συμμαθήτριές τους από ομαδικές δραστηριότητες, αλλά να συμπεριλαμβάνονται όλοι στις κοινές δραστηριότητες για να μην αισθάνονται κάποια παιδιά περιθωριοποιημένα.

Τα **παιδιά – παρατηρητές** περιστατικών σχολικού εκφοβισμού , συνήθως , δεν θέλουν να εμπλακούν είτε γιατί πιστεύουν ότι δεν τα αφορά είτε γιατί μπορεί να συμπαθούν τον θύτη είτε γιατί φοβούνται μήπως δεχτούν και αυτά βία από το θύτη μελλοντικά , αν επέμβουν στο περιστατικό αυτό . Η ουδετερότητα αυτή , δυστυχώς , δεν επιφέρει κάτι θετικό στη σχολική κοινότητα . Οι θεατές θα μπορούσαν να προσπαθήσουν να πείσουν με επιχειρήματα το θύτη να σταματήσει την ανάρμοστη συμπεριφορά ή να ζητήσουν τη βοήθεια κάποιου καθηγητή ή κάποιου από το βοηθητικό προσωπικό του σχολείου με στόχο τους να σταματήσει η κακοποιητική συμπεριφορά του θύτη προς το θύμα του .

Το **παιδί – θύμα** είναι δύσκολο να αντιμετωπίσει αποτελεσματικά το θύτη , αλλά πρέπει να προσπαθήσει από την πρώτη στιγμή να απαντήσει σε κάθε πρόκληση με

τρόπο που να φανερώνει ότι δε θα ανεχτεί τον εκφοβισμό . Δεν πρέπει να απαντήσει με αντεπίθεση και να χτυπήσει ή να βρίσει το παιδί που του έκανε επίθεση . Να είναι ήρεμο και να κοιτάει στα μάτια το θύτη όταν του λέει ότι δεν του αρέσει ο τρόπος που του συμπεριφέρεται . Πρέπει να κρατήσει την ψυχραιμία του και να βρει βοήθεια από κάποιον εκπαιδευτικό ή από άλλα παιδιά που παρακολούθησαν το περιστατικό . Μόλις φτάσει σπίτι του, πρέπει να ενημερώσει τους γονείς του και αυτοί θα το βοηθήσουν με το διάλογο και επικοινωνώντας με το σχολείο (Τρίγκα, 2015).

Οι **γονείς** στις περιπτώσεις σχολικού εκφοβισμού έχουν πολύ σημαντικό ρόλο .Θα πρέπει να είναι σε θέση να καταλάβουν τα σημάδια που δείχνουν ότι το παιδί τους έχει υποστεί σωματική ή ψυχολογική βία . Οφείλουν να είναι πάντα διαθέσιμοι να συζητήσουν να ακούσουν ενεργητικά το παιδί τους , να του συμπαρασταθούν και να του δώσουν τις συμβουλές τους χωρίς να το κρίνουν αρνητικά για τον τρόπο με τον οποίο χειρίστηκε την κατάσταση και κυρίως να δείξουν ψυχραιμία και νηφαλιότητα . Επίσης, πρέπει να έχουν χρόνο , διάθεση και προθυμία να είναι σε στενή επαφή και συνεργασία με το σχολείο του παιδιού τους και για να προλαμβάνουν δυσάρεστες καταστάσεις και για να βοηθήσουν το παιδί τους , όταν χρειάζεται (Παπαδόπουλος, 1992).

Οι **εκπαιδευτικοί** οφείλουν να δρουν προληπτικά και θεραπευτικά ως προς το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού . Αυτό θα επιτευχθεί με την ενίσχυση κάθε μαθητή τους, ώστε να προλάβει την ενδοσχολική βία . Πιο συγκεκριμένα , είναι απαραίτητη μια οικεία και ζεστή παιδαγωγική σχέση με τους μαθητές που βοηθάει τους μαθητές να αναπτύξουν κοινωνικές αξίες . Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να καλλιεργήσει τις προσωπικές του διαπροσωπικές δεξιότητες και την ενσυναίσθηση, να τηρεί τα όρια που είναι απαραίτητα στην αποτελεσματικότητα της παιδαγωγικής σχέσης και να είναι αφοσιωμένος στο έργο του , διαθέσιμος και αξιόπιστος για τους μαθητές του,για να τον πλησιάζουν εύκολα, όταν έχουν κάποιο πρόβλημα . Επίσης, να αναγνωρίζει τη θετική συμπεριφορά των μαθητών του και να την επιβραβεύει με τέτοιο τρόπο ώστε η επιβράβευση να μην προκαλέσει ζήλεια και γίνει αφορμή για θυματοποίηση του μαθητή . Να δίνει ίσες ευκαιρίες και να αντιμετωπίζει δίκαια τους μαθητές χωρίς διακρίσεις και προκαταλήψεις . Σε περίπτωση που ο εκπαιδευτικός παρατηρήσει ότι παρενοχλείται ένα παιδί μέσα στην τάξη του , πρέπει να το σταματήσει αμέσως με προσωπική σύσταση στο παιδί που παρενοχλεί αναφερόμενος στον κανόνα του σχολείου ή της τάξης που παραβαίνει η συμπεριφορά του . Να είναι ψύχραιμος και με το βλέμμα του να δείξει ότι δεν δίνει περιθώρια για συνέχιση της

αρνητικής συμπεριφοράς . Αργότερα , πρέπει να μιλήσει κατ'ίδιαν με τους εμπλεκόμενους ώστε να μην ξανασυμβεί παρόμοια συμπεριφορά ( Νικολαΐδης Γ & Παπαστυλιανού Α, 2013).

Οι παρεμβάσεις **σε επίπεδο σχολικής μονάδας** πρέπει να γίνουν με βάση διάφορους παράγοντες , όπως τον κανονισμό του σχολείου , τη θεσμοθέτηση επιτροπής για θέματα βίας στο σχολείο , τη θεσμοθέτηση ενημέρωσης και δράσεων για εκπαιδευτικούς, γονείς και μαθητές , την καταγραφή περιστατικών εκφοβισμού σε αρχείο εντός σχολείου , την έρευνα μεταξύ μαθητών με ερωτηματολόγια ανώνυμα , την αυξημένη επιτήρηση των χώρων που συνήθως συμβαίνουν περιστατικά σχολικού εκφοβισμού. Τέλος , είναι απαραίτητες οι συνεχείς επιμορφώσεις των καθηγητών και επιμορφωτικές δράσεις για τους εμπλεκόμενους στο σχολικό σύστημα δηλαδή προβολή ταινιών , ημερίδες , πρόσκληση καλλιτεχνών για συντονισμό καλλιτεχνικών δράσεων και ανοιχτές συζητήσεις για θέματα που αφορούν το σχολείο( Νικολαΐδης Γ & Παπαστυλιανού Α, 2013).

## **ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ**

Μέσα από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση εξάγονται αρκετά συμπεράσματα . Πιο συγκεκριμένα , η μελέτη του εκφοβισμού ξεκίνησε από τη Σκανδιναβία κατά τη διάρκεια της δεκαετίας του 1970 από τον DanOlweusπου επισημαίνει τα βασικά χαρακτηριστικά του εκφοβισμού . Οι κυριότερες μορφές του είναι ο λεκτικός , ο σωματικός , ο ψυχολογικός , ο κοινωνικός και ο ηλεκτρονικός . Τα κυριότερα χαρακτηριστικά του θύτη είναι η επιθετικότητα , ο μειωμένος αυτοέλεγχος , η έλλειψη ενσυναίσθησης και οι χαμηλές επικοινωνιακές δεξιότητες , ενώ του θύματος η χαμηλή αυτοεκτίμηση , η αδυναμία επίλυσης προβλημάτων και οι συναισθηματικές δυσκολίες.

Ως προς τους παράγοντες που οδηγούν στον σχολικό εκφοβισμό , πολύ σημαντικός είναι το αποδιοργανωμένο και παθολογικό οικογενειακό περιβάλλον , η δυναμική της ομάδας συνομηλίκων σε συνδυασμό με την ανάγκη των παιδιών να ανήκουν σε μια ομάδα και το ψυχολογικό περιβάλλον του σχολείου . Οι σοβαρές συνέπειες του φαινομένου δεν είναι μόνο βραχυχρόνιες , αλλά ακολουθούν τους εμπλεκόμενους και στην ενήλικη ζωή τους .

Η πρόληψη και η αντιμετώπιση του φαινομένου είναι επιτακτική ανάγκη λόγω της μεγάλης συχνότητάς του τα τελευταία χρόνια . Για αυτό το λόγο , είναι απαραίτητη η συνεργασία γονέων και σχολείου για καλύτερα αποτελέσματα . Ο εκπαιδευτικός

καλείται να αναλάβει ρόλο προληπτικό , εκπαιδευτικό και θεραπευτικό ,γεγονός που καθιστά απαραίτητη τη δια βίου επιμόρφωσή του . Πρέπει να λειτουργεί ως αντικειμενικός διαμεσολαβητής μεταξύ των εμπλεκομένων δίνοντας έμφαση στις αιτίες και στην δημιουργία αμφίδρομης επικοινωνίας .

## Βιβλιογραφία

- Λιόλιου, Α. (2017). *Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού και ο συμβουλευτικός ρόλος των εκπαιδευτικών στην προσπάθεια αντιμετώπισής του ΑΣΠΑΙΤΕ (διπλωματική εργασία)* . Αθήνα .
- Νικολαΐδης ,Γ.& Παπαστυλιανού, Α. (2013). *Αντιμετώπιση της ενδοσχολικής βίας και παραβατικότητας*. Αθήνα: ΥΠΑΙΘ , Κέντρο Ανάπτυξης Εκπαιδευτικής Πολιτικής ΕΣΠΑ , 2007-2013.
- Παρασκευόπουλος, Ι & Herbert , D. (2013). *Ψυχολογικά προβλήματα παιδιών και εφήβων*. Αθήνα: Πεδίο.
- Olweus, D. (2009 ). *Εκφοβισμός και βία στο σχολείο* . Αθήνα : ΕΨΥΠΕ .
- Rigby, K. (2008 ). *Σχολικός εκφοβισμός : Σύγχρονες απόψεις* . Αθήνα : Τόπος .
- Λιόλιου, Α. (2017). *Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού και ο συμβουλευτικός ρόλος των εκπαιδευτικών στην προσπάθεια αντιμετώπισής του . ΑΣΠΑΙΤΕ ( διπλωματική εργασία )* . Αθήνα .
- Παπαδόπουλος, Ν. (1992). *Η επιθετικότητα στην οικογένεια , στο σχολείο και στην κοινωνία* . Αθήνα : Ελληνικά Γράμματα .
- Παπαλαζάρου, Α.& Αθανασιάδου, Χ . (2017). *Αιτίες Σχολικού Εκφοβισμού και Ρόλος των Εκπαιδευτικών : Απόψεις Εκπαιδευτικών Γυμνασίου* . Θεσσαλονίκη : ΙΑ΄ Επιστημονική Επετηρίδα του Τμήματος Ψυχολογίας Α.Π.Θ.
- Πετρόπουλος, Ν.& Παπαστυλιανού, Α. (2000). *Μορφές επιθετικότητας , βίας και διαμαρτυρίας στον σχολικό χώρο. Μονογραφία* . Αθήνα : Παιδαγωγικό Ινστιτούτο . ΕΠΕΑΕΚ .
- Τρίγκα, Ε. (2015). *Ενδοσχολική βία και σχολικός εκφοβισμός. θεωρητικό πλαίσιο και παρέμβαση* . Αθήνα: Παπαζήση.
- Τσιάντης, Ι. (2010 ). *Δραστηριότητες στην τάξη για την πρόληψη του εκφοβισμού και της βίας μεταξύ των μαθητών* . Αθήνα : Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου . ΕΨΥΠΕ .

