

ΒΙΑ ΚΑΙ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Η βία και ο εκφοβισμός είναι ένα σοβαρό πρόβλημα στις σχέσεις των ανθρώπων. Η 6η Μαρτίου αποτελεί μια αφορμή για εκπαιδευτικούς, μαθητές και γονείς να ανταλλάξουν σκέψεις και ιδέες για την πρόληψη και αντιμετώπιση της σχολικής βίας που εκδηλώνεται ανάμεσα στους μαθητές και να σχεδιάσουν προγράμματα πρόληψης και αντιμετώπισης, με στόχο την έγκαιρη παρέμβαση, ώστε να περιοριστούν οι εκδηλώσεις βίας στη ζωή των ανηλίκων και να αποτραπούν οι αρνητικές συνέπειες στις διαπροσωπικές τους σχέσεις.

Ο εκφοβισμός ασκείται από την παρέα και είναι μια μορφή κακοποίησης. Προέρχεται από την έλλειψη σεβασμού ανάμεσα στα παιδιά και από την ανάγκη για εξάσκηση δύναμης, με πρόθεση να προκαλέσουν πόνο ή να κάνουν τον άλλο να αισθανθεί άσχημα.

Τα παιδιά που εκφοβίζουν χρησιμοποιούν δύναμη και επιθετικότητα για να ελέγξουν και να εκνευρίσουν τους άλλους, ενώ τα παιδιά που πέφτουν θύματα εκφοβισμού γίνονται όλο και πιο αδύναμα και παγιδεύονται σε σχέσεις στις οποίες οι άλλοι τους φέρονται άσχημα.

Μερικές μορφές εκφοβισμού είναι:

Σωματικός (χτυπήματα, σπρώξιμο, φτύσιμο, κλοπές ή καταστροφή προσωπικών αντικειμένων)

Λεκτικός (βρισιές, κακόβουλα πειράγματα ή εκφράσεις, απειλές, ρατσιστικά σχόλια)

Κοινωνικός-ψυχολογικός (αποκλεισμός από την ομάδα, διάδοση φημών, γελιοποίηση)

Ηλεκτρονικός (μέσω κινητών τηλεφώνων, μηνυμάτων στο διαδίκτυο που παρενοχλούν)

Τι πρέπει να κάνει ένα παιδί που αισθάνεται ότι πέφτει θύμα εκφοβισμού:

Να μιλήσει στο γονέα ή το δάσκαλό του.

Να δείξει ότι δεν ενοχλείται και να κάνει τους άλλους να νομίζουν ότι δεν το νοιάζει.

Να γελάσει με αυτά που ακούει.

Να συμπεριφερθεί με αυτοπεποίθηση.

Να απομακρυνθεί και να μην αντεπιτεθεί, γιατί μπορεί να κάνει τα πράγματα χειρότερα.

Να ασχολείται με πράγματα που το κάνουν να νιώθει καλά με τον εαυτό του.

Να κάνει παρέα με μαθητές τους οποίους εμπιστεύεται.

Τι πρέπει να κάνει ένα παιδί που χρησιμοποιεί βία και επιθετικότητα στις σχέσεις του

Να μιλήσει στο γονέα ή το δάσκαλό του.

Να προσπαθεί να μένει ψύχραιμος.

Να καταλάβει ότι πρέπει να φέρεται με σεβασμό στους άλλους.

Να προσπαθήσει να μπει στη θέση των άλλων.

Να καταλάβει ότι αν οι άλλοι γελούν παρακολουθώντας τη σκηνή εκφοβισμού, ίσως να την σχολιάζουν αρνητικά.

Τι πρέπει να κάνουν οι γονείς για να αντιμετωπίσουν τον εκφοβισμό:

Να επικοινωνήσουν με τα παιδιά τους.

Να χρησιμοποιούν την ενθάρρυνση σε κάθε τους προσπάθεια, άσχετα με το αποτέλεσμα.

Να τα εμπιστεύονται.

Να τα μιλήσουν για τους φόβους και τις αγωνίες που έχουν σαν γονείς.

Να αποφύγουν τις κατηγορίες και τις συμβουλές, να κάνουν προτάσεις και να αφήσουν τα παιδιά να αποφασίσουν.

Να τους βάλουν όρια, να κάνουν συμφωνίες μαζί τους και να μην ενθαρρύνουν βίαιες συμπεριφορές μέσα και έξω από το σπίτι.

Να μιλήσουν με τον εκπαιδευτικό του παιδιού ή και με κάποιον ειδικό αν χρειαστεί.

Όλα αυτά θα βοηθήσουν τα παιδιά να αναπτύξουν με αυτοεκτίμηση την προσωπικότητά τους, έτσι ώστε να μπορούν να προστατευθούν και να μη γίνονται στόχοι. Επίσης, δε θα γίνονται θύτες εφόσον δε θα έχουν ανάγκη να μειώσουν κάποιον για να νιώσουν καλά, αλλά θα υπερασπίζονται αυτούς που θα έχουν ανάγκη.

Οικονόμου Ευδοκία Δούκαινα, Δασκάλα