

Παγκύπρια Σχολή Γονέων



Οικογένεια και Σχολείο

«Η ΕΚΦΟΒΙΣΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ
ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ
ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ»

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος	3
Εισαγωγή	5
Το φαινόμενο του εκφοβισμού.....	7
Παιδί-θύμα.....	8
Παιδί-θύτης	8
Παιδί-Παρατηρητής.....	9
Μορφές εκφοβιστικής συμπεριφοράς.....	10
Ο ρόλος της οικογένειας	12
Πρόληψη των εκφοβιστικών μορφών συμπεριφοράς	15
Αντιμετώπιση των εκφοβιστικών μορφών συμπεριφοράς.....	16
Ευρωπαϊκά Διακρατικά Προγράμματα Δάφνη II και Δάφνη III.....	17
Βιβλιογραφικές Πηγές	23

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η εκφοβιστική συμπεριφορά μεταξύ των μαθητών στο σχολείο αποτελεί ένα σοβαρό κοινωνικό πρόβλημα με αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία των μαθητών και στην ομαλή λειτουργία του σχολείου. Το φαινόμενο της εκφοβιστικής συμπεριφοράς στο σχολείο επηρεάζει ένα σημαντικό ποσοστό παιδιών και εφήβων (5-22 %) τόσο στο εξωτερικό όσο και στην Κύπρο, με αποτέλεσμα συχνά να δημιουργεί τραυματικές εμπειρίες και να επηρεάζει αρνητικά τη σχολική αλλά και τη μετέπειτα τους πορεία.

Στην Κύπρο, η έρευνα σε σχέση με την εκφοβιστική συμπεριφορά είναι ελλιπής και σαν αποτέλεσμα η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση των εμπλεκόμενων είναι συχνά ανεπαρκής. Σήμερα, η πολιτεία χρειάζεται να υιοθετήσει, να σχεδιάσει και να εφαρμόσει μια ενιαία στρατηγική ενάντια στην ενδοσχολική βία και στην εκφοβιστική συμπεριφορά που να συμπεριλαμβάνει όλες τις βαθμίδες εκπαίδευσης και όλα τα σχολεία σε παγκύπρια βάση.

Η Υπηρεσία Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού σε συνεργασία με τις Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων του Υπουργείου Υγείας, συμμετείχαν στο Διακρατικό Πρόγραμμα Δάφνη III, με τίτλο «Αύξηση της ενημερότητας και πρόληψη της εκφοβιστικής συμπεριφοράς μεταξύ μαθητών: ανάπτυξη και εφαρμογή ενός σχολικού προγράμματος κατάρτισης για εκπαιδευτικούς» (Awareness raising and prevention on bullying among students: development and implementation of a school based training program for teachers).

Το συγκεκριμένο πρόγραμμα έχει εφαρμοστεί πιλοτικά με επιτυχία σε δέκα σχολεία παγκύπρια (πέντε σχολεία ελέγχου και πέντε σχολεία πειραματικά) κατά τη σχολική χρονιά 2009-2010. Συντονιστής του προγράμματος ήταν η Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου της Ελλάδας και συγχρηματοδοτείτο από το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα Δάφνη III. Μαζί με την Ελλάδα και την Κύπρο, στο πρόγραμμα συμμετείχαν η Πολωνία (Πανεπιστήμιο Νικόλαος Κοπέρνικος-Τμήμα Ψυχιατρικής) και η Λιθουανία (Πανεπιστήμιο του Βίλνιους).

Το πρόγραμμα αυτό, αποτελούσε συνέχεια του προγράμματος «Διερεύνηση αναγκών και αύξηση της ενημερότητας για την εκφοβιστική συμπεριφορά μεταξύ των μαθητών στα σχολεία» (Needs Assessment and Awareness Raising Program for Bullying in Schools), το οποίο συγχρηματοδοτήθηκε από το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα Δάφνη II και στο οποίο επίσης συμμετείχαν με επιτυχία η Υπηρεσία Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας και οι Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων του Υπουργείου Υγείας. Το πρόγραμμα Δάφνη II περιλάμβανε ποσοτική και ποιοτική έρευνα η οποία επιβεβαίωσε ότι το φαινόμενο του εκφοβισμού παρουσιάζεται και στα κυπριακά σχολεία (σημειώνεται ότι ένα σημαντικό ποσοστό 20% των μαθητών δήλωσαν ότι έχουν υπάρξει θύτες ή θύματα εκφοβισμού τουλάχιστο μια φορά στη ζωή τους).

Η πρόληψη, ως έννοια και ως πρακτική, συνδέεται στενά με την προαγωγή της ψυχοκοινωνικής υγείας και ανάπτυξης. Η πρόωπη προληπτική παρέμβαση επιδιώκει τόσο την αποφυγή εμφάνισης δυσκολιών ή καθυστερήσεων στην ανάπτυξη όσο και την προώθηση των παραγόντων εκείνων που ενδυναμώνουν τις δυνατότητες και διευκολύνουν τα αναπτυξιακά επιτεύγματα του παιδιού και γενικότερα τη λειτουργικότητα της οικογένειας. Σ' αυτό το πνεύμα, **η πρόληψη και η προαγωγή αντιμετωπίζονται ως ευκαιρίες για θετική αλλαγή και για καλύτερη κατανόηση των δυσκολιών και των δυνατοτήτων που καθορίζουν την ανάπτυξη των παιδιών.** Μέσα στις σημερινές πραγματικότητες του σχολικού χώρου και της κοινωνίας, η ευαισθητοποίηση και η συνεχής επιμόρφωση των εκπαιδευτικών είναι απαραίτητη τόσο σε γενικά θέματα προαγωγής της ψυχικής υγείας και της μάθησης όσο και σε πιο ειδικά θέματα που αφορούν παιδιά, που μπορεί να εκδηλώσουν ή που εκδηλώνουν δυσκολίες και προβλήματα. Η συμμετοχή μάλιστα των εκπαιδευτικών αποτελεί ουσιαστικό παράγοντα για την ανάπτυξη και υλοποίηση προγραμμάτων πρόληψης και προαγωγής της ψυχικής υγείας στο σχολείο.

Το πρόγραμμα Δάφνη III στοχεύει στην πρόληψη της εκφοβιστικής συμπεριφοράς (bullying) μεταξύ των μαθητών στο σχολείο μέσω της ανάπτυξης και εφαρμογής ενός «προληπτικού προγράμματος που αυξάνει την ενημερότητα» για τους εκπαιδευτικούς της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης και οι οποίοι θα μπορούν να το χρησιμοποιούν α) για να πραγματευτούν το θέμα της εκφοβιστικής συμπεριφοράς με τους μαθητές, β) να ευαισθητοποιήσουν τους μαθητές για την αντιμετώπιση και πρόληψη επεισοδίων εκφοβισμού στο σχολείο και γ) για να αναπτύξουν την επικοινωνία μεταξύ των μαθητών και να αξιοποιήσουν τους συνομηλίκους ως μέσο αντιμετώπισης του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού.

Το πρόγραμμα Δάφνη III δίνει ιδιαίτερη έμφαση στην εκπαίδευση των εκπαιδευτικών μέσα από ένα δομημένο και συγκεκριμένο εγχειρίδιο. Οι εκπαιδευτικοί διδάσκουν τους μαθητές τους με βάση συγκεκριμένο εγχειρίδιο, ακολουθώντας μια σειρά από δομημένες και ιδιαίτερα ενδιαφέρουσες για τους μαθητές δραστηριότητες. Στο εγχειρίδιο αυτό περιλαμβάνονται μια σειρά από δραστηριότητες που πλαισιώνονται από το σχετικό θεωρητικό υπόβαθρο. Οι δραστηριότητες αναφέρονται σε θέματα διαφορετικότητας, αποδοχής, συνεργασίας, φιλίας, επικοινωνίας και καταπολέμησης του ρατσισμού και απαιτούν την ενεργό εμπλοκή των μαθητών.

Στα πλαίσια του ίδιου ερευνητικού προγράμματος είναι και η έκδοση του περιοδικού αυτού που απευθύνεται σε γονείς και στοχεύει να τους ενημερώσει με σύντομο τρόπο, και βιβλιογραφικά και ερευνητικά, τι είναι η εκφοβιστική συμπεριφορά μεταξύ των μαθητών στα σχολεία, με ποιες μορφές εκδηλώνεται, σε ποιους χώρους του σχολείου συμβαίνει, τα χαρακτηριστικά των δραστών και των παιδιών-στόχων, καθώς και τις επιπτώσεις που υφίστανται στο σχολείο και γενικότερα. Επίσης στοχεύει στην ενημέρωση για τους τρόπους αντιμετώπισης, αλλά και πρόληψης του φαινομένου στο σχολικό χώρο.

*Μιχάλης Ιωάννου
Προϊστάμενος Υπηρεσίας
Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας*

*Δρ. Ερνεστίνα Σισμάνη-Παπακώστα
Ανώτερη Εκπαιδευτική Ψυχολόγος*

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το φαινόμενο του εκφοβισμού μεταξύ των μαθητών στο σχολείο έχει εξελιχθεί σε ένα από τα σοβαρότερα κοινωνικά προβλήματα. Η εκφοβιστική συμπεριφορά αποτελεί συμπεριφορά βίας και σε αυτήν εμπλέκονται, πέραν του θύτη και του θύματος, η οικογένεια και το σχολείο ως τα βασικότερα κοινωνικά συστήματα μέσα στα οποία τα παιδιά διαμορφώνουν τις αντιλήψεις και τις στάσεις τους.

Είναι σημαντικό οι εκφοβιστικές μορφές συμπεριφοράς να προλαμβάνονται και να αντιμετωπίζονται έγκαιρα, αφού στην ενήλικη ζωή οι συμπεριφορές αυτές μπορεί να πάρουν τη μορφή της εγκληματικότητας, της συζυγικής βίας, της κακομεταχείρισης και της κακοποίησης άλλων ατόμων, ενηλίκων και ανηλίκων.

Γιατί όμως κάποια παιδιά, δεν επιδεικνύουν ευαισθησία στις σχέσεις τους με τους άλλους; Γιατί δε δέχονται ότι κάποιος είναι διαφορετικός; Γιατί δεν υπερασπίζονται τα θύματα και συχνά ενώνονται με τους θύτες; Τις απαντήσεις θα πρέπει να τις ψάξουμε στη λειτουργία της σύγχρονης κοινωνίας, του σχολείου αλλά και στη λειτουργία του συστήματος της οικογένειας. Τα μέλη της κοινωνίας μοιράζονται την ευθύνη και πρέπει να είναι ενεργά μέλη στην εξεύρεση λύσεων.

Τα αποτελέσματα πολλών ερευνών που έχουν πραγματοποιηθεί σε διάφορες χώρες τόσο στις Η.Π.Α. όσο και στην Ευρώπη, έχουν επιβεβαιώσει ότι πολλά παιδιά πέφτουν θύματα επιθετικών ενεργειών, βίαιων εκφοβισμών, πειραγμάτων, απειλών, παρενοχλήσεων και άλλων μορφών συμπεριφοράς τέτοιου είδους. Οι έρευνες που εξετάζουν τη συχνότητα αυτών των φαινομένων αναφέρουν ποσοστά τα οποία κυμαίνονται από 5% έως και 22% (Houndoumadi & Pateraki, 2001, OIweus, 1993). Παρόλο που αυτές οι διακυμάνσεις επηρεάζονται από διάφορους παράγοντες, κοινή είναι η διαπίστωση πως ο αριθμός των παιδιών που σε κάποιο στάδιο της σχολικής τους ζωής αποτελούν στόχο κάποιας μορφής θυματοποίησης στο χώρο του σχολείου είναι πολύ μεγαλύτερος από ότι οι ενήλικες νομίζουν.

Είναι σημαντικό να τονίσουμε ότι με βάση τα αποτελέσματα διαχρονικών ερευνών, η χρόνια θυματοποίηση συνδέεται με ψυχολογικά προβλήματα όπως είναι η μοναξιά, η κατάθλιψη, το άγχος, η χαμηλή αυτοεκτίμηση, το μετατραυματικό σύνδρομο και άλλα συναισθηματικά προβλήματα. Επιπλέον η συστηματική θυματοποίηση συμβάλλει στη δημιουργία εχθρικών-εκδικητικών συμπεριφορών, που μπορεί να οδηγήσουν στην κοινωνική περιθωριοποίηση και απομόνωση.

Η οικογένεια μπορεί να αποτελέσει παράγοντα πρόληψης των διάφορων σύγχρονων κοινωνικών προβλημάτων. Η ποιότητα των οικογενειακών σχέσεων, οι πρώτες εμπειρίες του παιδιού, το είδος της επικοινωνίας που αναπτύσσεται στο οικογενειακό περιβάλλον, επηρεάζουν σημαντικά την ανάπτυξή του. Η οικογένεια, μέσα από την ανάπτυξη ποιοτικών σχέσεων με το παιδί, μπορεί να συμβάλει στη δόμηση θετικής εικόνας για τον εαυτό του, στην καλλιέργεια της αυτοεκτίμησής του, των συναισθηματικών και κοινωνικών του δεξιοτήτων. Είναι γνωστή η σημασία των πρώτων χρόνων στη ζωή του παιδιού καθώς και η σημασία της οικογενειακής λειτουργίας στην ψυχική υγεία των μελών της. Η οικογένεια, ως το πρώτο

κοινωνικό σύστημα, μπορεί να παίζει καθοριστικό ρόλο στις σχέσεις που θα αναπτύξει το παιδί με τους άλλους και στην κοινωνική του προσαρμογή.

Η επιβίωση στη σύγχρονη κοινωνία απαιτεί άτομα ανεξάρτητα, με δυνατές κοινωνικές δεξιότητες, με ανεπτυγμένη κριτική σκέψη και υψηλή αυτοεκτίμηση. Η ανάπτυξή τους αποτελεί πρόκληση και στόχο της σύγχρονης κοινωνίας και της οικογένειας ειδικότερα.

Το σχολείο, από την άλλη, πέραν από την καλλιέργεια γνώσεων, μπορεί και πρέπει να συμβάλλει στην ανάπτυξη της υπευθυνότητας, του σεβασμού, του αυτοελέγχου, της ανοχής της διαφορετικότητας, της δικαιοσύνης και της συνεργασίας. Η καλλιέργεια των αξιών αυτών αποτελεί την καλύτερη αντίσταση στην ανάπτυξη βίαιων και παραβατικών μορφών συμπεριφοράς.

Στη σύγχρονη εποχή, κοινωνικά προβλήματα όπως αυτό της εκφοβιστικής συμπεριφοράς, δεν μπορούν να αντιμετωπιστούν παρά μόνο αν γίνουν συντονισμένες προσπάθειες των γονιών, των εκπαιδευτικών και των ειδικών στο χώρο του σχολείου. Όλοι μαζί πρέπει να συνεργαστούν και να εργαστούν προς την ενδυνάμωση των παιδιών έτσι ώστε να είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά τις προκλήσεις της ζωής και των μεταβατικών της φάσεων.



ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΤΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Ορισμός

Το φαινόμενο του εκφοβισμού, όπως κάθε φαινόμενο σχολικής βίας αποτελεί ένα πολύπλοκο φαινόμενο εξουσίας και δύναμης που εκπηγάει από την επιθυμία του δράστη να ασκήσει ή να ασκεί συνεχώς εξουσία κάνοντας κατάχρηση της δύναμής του (Olweus & Alsaker, 1991). Διαπράττεται δηλαδή μια συστηματική κατάχρηση δύναμης, η οποία πηγάζει από την επιθυμία για κυριαρχία και εξουσία. Μέσα σε αυτή τη σχέση που αναπτύσσεται μεταξύ θύματος και θύτη υπάρχει πάντοτε ανισότητα σε ό,τι αφορά στη δύναμη των εμπλεκομένων.

Η εκφοβιστική συμπεριφορά παρατηρείται όταν ένα άτομο γίνεται συχνά θύμα αρνητικών σχολίων ή συμπεριφορών από ένα ή περισσότερα άτομα και αδυνατεί να υπερασπιστεί τον εαυτό του (Olweus, 1993). Συνήθως είναι επίμονη, δηλαδή επαναλαμβάνεται και μπορεί να διαρκέσει για εβδομάδες, μήνες ή και χρόνια. Η εκφοβιστική συμπεριφορά μπορεί να είναι άμεση ή έμμεση. Δεν περιλαμβάνει μόνο τη σωματική βία αλλά περιλαμβάνει και άλλες μορφές όπως το λεκτικό και τον ψυχολογικό εκφοβισμό (π.χ. διάδοση φημών, κοροϊδίες, βρισιές, συκοφαντίες), τον κοινωνικό αποκλεισμό (π.χ. αποκλεισμός από την ομάδα των συνομηλίκων, το παιχνίδι κ.λπ.), το σεξουαλικό εκφοβισμό (χειρονομίες ή σχόλια με σεξουαλικό περιεχόμενο) και τον ηλεκτρονικό εκφοβισμό που διαπράττεται μέσα από τη χρήση της τεχνολογίας, κυρίως μέσω του διαδικτύου ή των κινητών τηλεφώνων (Olweus, Olweus & Limber, 1999). Η εκφοβιστική συμπεριφορά εμπεριέχει το στοιχείο της σκοπιμότητας και της βλαπτικότητας.

Ο εκφοβισμός είναι ένα φαινόμενο με σοβαρές αρνητικές συνέπειες τόσο για το θύμα, όσο και για το θύτη. Η πρόληψη και αντιμετώπισή του αποτελεί αναγκαιότητα για ένα υγιές σχολικό περιβάλλον.



*«Πάντα μου ήταν δύσκολο να κάνω φίλους γιατί πάντα ήμουν ντροπαλός. Φέτος στο σχολείο κανένας δεν μου μιλά και στο διάλειμμα με κοροϊδεύουν... Τα βράδια κλαίω και σκέφτομαι ότι κανένας δεν νοιάζεται για μένα, αφού κανένας δεν με βοηθά».
(Αγόρι 9 ετών)*

Παιδί-Θύμα

Τα παιδιά- θύματα είναι συνήθως περισσότερο ευάλωτα από τα υπόλοιπα παιδιά και έχουν αυξημένες πιθανότητες να παρουσιάσουν κατάθλιψη, άγχος, χαμηλή αυτοεκτίμηση, αρνητική αυτό-εικόνα, αισθήματα ανασφάλειας, σχολική φοβία και άλλα ψυχοσωματικά προβλήματα, όπως πονοκεφάλους, πόνους στην κοιλιά, διαταραχές ύπνου και φαγητού, μαθησιακές δυσκολίες και κοινωνική απόσυρση. Τα παιδιά - θύματα χαρακτηρίζονται συνήθως από άγχος και ανασφάλεια, είναι υπερβολικά ήσυχα και ευαίσθητα παιδιά και δύσκολα υπερασπίζονται τον εαυτό τους. Συχνά διαφέρουν από τα άλλα παιδιά, μπορεί να έχουν διαφορετικό χρώμα δέρματος, διαφορετική κουλτούρα, θρησκεία, να φοράνε διαφορετικά ρούχα, να έχουν μια σωματική αναπηρία ή μια οποιαδήποτε άλλη διαφορά.

Το είδος της θυματοποίησης συχνά διαφέρει ανάλογα με το φύλο του παιδιού. Τα αγόρια υφίστανται κυρίως σωματικές επιθέσεις και απειλές ενώ τα κορίτσια πέφτουν συχνότερα θύματα λεκτικών και έμμεσων μορφών παρενόχλησης (π.χ. πειράγματα, κουτσομπολιό, αποκλεισμός από την ομάδα των συνομηλίκων).

Οι ενδείξεις, που είναι δυνατόν να υποδηλώνουν ότι ένα παιδί μπορεί να είναι θύμα εκφοβισμού και σχολικής βίας, είναι πολλές, όπως ψυχοσωματικά προβλήματα, απότομη αλλαγή στη συμπεριφορά, κοινωνική απομόνωση, νυχτερινή ενούρηση, ονυχοφαγία, απομάκρυνση από κοινωνικές δραστηριότητες, μια γενικευμένη νευρική κατάσταση και καταθλιπτική διάθεση, φοβίες, ξαφνικές αλλαγές στη διάθεση με ξεσπάσματα θυμού, κλάματα, κόπωση, καθώς και σχολική άρνηση ή μείωση της σχολικής επίδοσης.

Παιδί-Θύτης

Τα παιδιά - θύτες, τα παιδιά που εμπλέκονται στη σχολική βία και την παραβατικότητα, ωρίς κατά την παιδική ηλικία, έχουν αυξημένες πιθανότητες να εξελιχθούν σε ενήλικες με προβλήματα κοινωνικοποίησης, προσαρμογής και τελικά να αναπτύξουν εγκληματικότητα κατά την ενήλικη ζωή τους. Επίσης, μπορεί να παρουσιάζουν έντονα παρορμητική συμπεριφορά, με στοιχεία σοβαρής υπερκινητικότητας, με χαμηλό επίπεδο ενσυναίσθησης (empathy), δυσκολίες διαλεκτικής επίλυσης των διαφορών τους, καθώς και διαχείρισης της επιθετικότητάς τους.

Ο βασικότερος λόγος που ένα άτομο ή μια ομάδα ατόμων εκφοβίζει άλλο άτομο είναι επειδή απολαμβάνει την αίσθηση της δύναμης και της εξουσίας πάνω στο θύμα. Τα παιδιά που χρησιμοποιούν τον εκφοβισμό έχουν γενικότερα θετική στάση προς τη βία και τη χρήση της. Τη χρησιμοποιούν για να νιώσουν δύναμη, για να εξουσιάσουν τα άλλα παιδιά. Τη χρησιμοποιούν ως μέσο για να δώσουν «λύση» σε προβληματικές καταστάσεις ή ακόμα και για να καταφέρουν να γίνεται πάντα αυτό που τα ίδια θέλουν. Δεν έχουν ανεπτυγμένη την ενσυναίσθηση και για το λόγο αυτό δύσκολα αισθάνονται τύψεις και ενοχές για τις δράσεις τους.

Έχει παρατηρηθεί ότι οι δράστες σκόπιμων επιθετικών ενεργειών συχνά διακατέχονται από αισθήματα ανεπάρκειας, κατωτερότητας και ανασφάλειας και χαρακτηρίζονται από χαμηλή αυτοεκτίμηση. Ωστόσο, για να εκδηλωθεί ένα περιστατικό θυματοποίησης, θα πρέπει να ευνοηθεί και από παράγοντες του περιβάλλοντος. Η ομάδα των συνομηλίκων μπορεί να παίξει καθοριστικό ρόλο αν υποβοηθά το θύτη είτε με το να επιβραβεύει τις πράξεις του είτε με το να παραμένει ουδέτερη και να αποδέχεται σιωπηλά την όλη κατάσταση.

Παιδί-Θεατής (Παρατηρητής)

Ο εκφοβισμός πέραν από τα παιδιά - δράστες και τα παιδιά - στόχους, περιλαμβάνει μια τρίτη ομάδα εξίσου σημαντική και καθοριστική, την ομάδα των παιδιών - θεατών (bystanders). Τα παιδιά αυτά παρακολουθούν την εκφοβιστική συμπεριφορά και αντιδρούν με διαφορετικούς τρόπους (στηρίζουν και ενθαρρύνουν το θύτη, δεν ασχολούνται, παραμένουν παθητικοί θεατές, τρομοκρατούνται ή στηρίζουν έμπρακτα το θύμα).

Είναι φυσικό πως ο εκφοβισμός μπορεί να προξενήσει συναισθήματα φόβου, άγχους και αμηχανίας στα παιδιά- θεατές μέσα στο σχολικό πλαίσιο, όταν δεν υπάρχει ξεκάθαρη πολιτική για το χειρισμό τέτοιων περιστατικών. Συχνά, επίσης, περιορίζει το δικαίωμα των μαθητών για ένα υγιές και ασφαλές μαθησιακό περιβάλλον. Έχει επιπλέον διαπιστωθεί μέσα από τη βιβλιογραφία ότι αν δεν ληφθούν μέτρα για τερματισμό του εκφοβισμού (να τίθενται συνέπειες και επιπτώσεις), τότε υπάρχουν αυξημένες πιθανότητες τα παιδιά - θεατές να μετακινηθούν κάποια στιγμή από το ρόλο των θεατών και να γίνουν ενεργητικοί δράστες.

Αντίθετα, η ομάδα αυτή, με την ανάπτυξη δράσεων στα σχολεία και την κατάλληλη επιμόρφωση και ευαισθητοποίησή της, μπορεί να βοηθήσει στην πρόληψη του προβλήματος της εκφοβιστικής συμπεριφοράς αφού η στάση της μπορεί να διαδραματίσει καθοριστικό ρόλο στην πρόληψη και αντιμετώπιση του φαινομένου.



ΜΟΡΦΕΣ ΕΚΦΟΒΙΣΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Πώς εκδηλώνεται η εκφοβιστική συμπεριφορά

Η εκφοβιστική συμπεριφορά μεταξύ των μαθητών στο σχολείο μπορεί να εκδηλωθεί με διάφορους τρόπους. Η πιο συνηθισμένη μορφή εκφοβισμού είναι ο *λεκτικός εκφοβισμός*. Ο θύτης προσβάλλει το θύμα του με πειράγματα, εξευτελιστικές βρισιές και χαρακτηρισμούς.

Μια άλλη διαδεδομένη μορφή εκφοβιστικής συμπεριφοράς είναι ο *σωματικός εκφοβισμός*. Συμβαίνει όταν ο θύτης είναι άτομο παρορμητικό. μπλέκεται εύκολα σε καυγάδες και αντιδρά με τρόπο που προκαλεί σωματικό πόνο στα θύματα, όπως χτυπήματα, κλωτσιές, σπρωξίματα και απρεπείς χειρονομίες. Παρουσιάζεται συχνότερα στα αγόρια.

Πολύ συχνά, κάποια παιδιά αφήνονται σκόπιμα εκτός παιχνιδιού ή αγνοούνται ή εξαναγκάζονται να αναλαμβάνουν αρνητικούς ρόλους στην ομάδα. Στην περίπτωση αυτή αναφερόμαστε στον *κοινωνικό αποκλεισμό*.

Μια σύγχρονη μορφή εκφοβισμού είναι ο *ρατσιστικός εκφοβισμός*. Το θύμα εκφοβίζεται λόγω φυλής ή χρώματος. Η μη αποδοχή της διαφορετικότητας οδηγεί στο ρατσιστικό εκφοβισμό.

Ο *ηλεκτρονικός εκφοβισμός*, ακόμα μια σύγχρονη μορφή, οδηγεί κι αυτός στη θυματοποίηση και τον εξευτελισμό του θύματος μέσα από τη χρήση της τεχνολογίας (του διαδικτύου και των κινητών τηλεφώνων).



Συνέπειες Θυματοποίησης

Διαχρονικές έρευνες καταδεικνύουν ότι η χρόνια θυματοποίηση συνδέεται με ψυχολογικά προβλήματα, όπως η υπερβολική αναστολή, η μοναξιά, η κατάθλιψη, το άγχος και το μετα-τραυματικό σύνδρομο αγχώδους διαταραχής.

Τα παιδιά που θυματοποιούνται τείνουν να αναπτύσσουν αρνητική αυτοεικόνα, να βλέπουν τους εαυτούς τους σαν αποτυχημένους και να ντρέπονται. Αυτό αυξάνει την απομόνωσή τους καθώς και την πιθανότητα να ξαναγίνουν θύματα.

Το παιδί που θυματοποιείται μπορεί να παρουσιάσει:

- Άρνηση για το σχολείο.
- Φόβο για ανάπτυξη σχέσεων με τα άλλα παιδιά.
- Αλλαγές στη διάθεσή του και έντονη παρουσία απογοήτευσης, λύπης, μελαγχολίας και άγχους.
- Σωματικά παράπονα, πονοκεφάλους, πόνους στην κοιλιά.
- Μαθησιακά προβλήματα, εξαιτίας του γεγονότος ότι η σχολική ζωή βιώνεται ως μια ανυπόφορη εμπειρία.
- Απομόνωση.
- Ξαφνικές αλλαγές στη διάθεση και γενικά στην προσωπικότητά του.



Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Οι γονείς και τα μέλη της οικογένειας συχνά είναι οι πρώτοι δέκτες ενδείξεων ότι το παιδί τους πιθανό να αποτελεί στόχο και να υφίσταται σχολική βία, αφού γνωρίζουν το παιδί τους καλύτερα από οποιονδήποτε άλλο. Οι γονείς χρειάζεται να δίνουν την απαραίτητη σημασία σε τυχόν ενδείξεις θυματοποίησης που έχουν προαναφερθεί; σχισμένα ρούχα, πληγές και μελανιές, άσχημη ψυχική διάθεση, απομόνωση, επιθετικότητα και θυμός, άρνηση για το σχολείο και απότομη αλλαγή συμπεριφοράς.

Οι τρόποι που οι γονείς χρησιμοποιούν για να θέσουν όρια στα παιδιά τους συσχετίζονται άμεσα με τις μορφές αντιμετώπισης και επίλυσης συγκρουσιακών καταστάσεων που αυτά θα χρησιμοποιήσουν στη συνέχεια. Έρευνες αποδεικνύουν ότι οι θύτες έχουν συχνά γονείς που λειτουργούν στις σχέσεις με τα παιδιά τους με επιθετικότητα και εχθρότητα και συχνά έχουν αυταρχικές προσωπικότητες. Οι τιμωρίες, και οι ποινές, οι συγκρούσεις καλλιεργούν την αντιπαράθεση ανάμεσα στους γονείς και τα παιδιά. Όταν τα παιδιά υποχρεώνονται δια της βίας να υπακούσουν στους κανόνες των γονιών τους, οι πιθανότητες να εμπλακούν σε εκφοβιστική συμπεριφορά είναι πολύ περισσότερες. Η αυταρχικότητα και η βία στην οικογένεια διδάσκει στα παιδιά να δρουν παρορμητικά χωρίς να αναπτύσσουν αυτοπειθαρχία και αυτοέλεγχο, απαραίτητα συστατικά για ανάπτυξη υγιών κοινωνικών σχέσεων.

Επιπλέον, η όλη οικογενειακή λειτουργία συσχετίζεται άμεσα με την εμφάνιση εκφοβιστικών μορφών συμπεριφοράς. Οι συγκρούσεις ανάμεσα στους γονείς κατά την πρώιμη παιδική ηλικία, η ασυμφωνία των γονιών, η χαλαρή σύνδεση ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας και κυρίως ανάμεσα στα παιδιά και τους γονείς αποτελούν μερικούς από τους παράγοντες που ευνοούν την ανάπτυξη τέτοιων συμπεριφορών. Για παράδειγμα, σε οικογένειες που υπάρχουν αδύνατοι οικογενειακοί δεσμοί και περιορισμένη επικοινωνία, τα παιδιά καταλήγουν να μη συμμορφώνονται σε κανόνες. Αντίθετα, στις περιπτώσεις που τα παιδιά αναπτύσσουν από νωρίς δυνατούς δεσμούς με τους γονείς, οδηγούνται στην αποδοχή των κοινωνικών κανόνων και ως εκ τούτου εκδηλώνουν περιορισμένη ή και καθόλου εκφοβιστική συμπεριφορά.

Έχει επίσης παρατηρηθεί ερευνητικά ότι γονείς με ιδιαίτερα υπερπροστατευτική συμπεριφορά προς τα παιδιά τους έχουν αυξημένες πιθανότητες να λειτουργήσουν αρνητικά αναγκάζοντας τα παιδιά να υποτάσσονται στην εξουσία και τη δύναμη και συχνά να καταλήγουν θύματα εκφοβιστικής συμπεριφοράς. Η υπερπροστασία στην οικογένεια αποτελεί παράγοντα κινδύνου για θυματοποίηση στο σχολείο και γενικότερα. Δεν παρέχει την ευκαιρία στα παιδιά να αναπτύξουν τις δυνατότητές τους, να ανεξαρτητοποιηθούν, να αποκτήσουν δεξιότητες αντίστασης και άμυνας. Αντίθετα, διδάσκει στα παιδιά η υπερπροστασία την παθητική αντιμετώπιση της ζωής και την υποταγή στην εξουσία, γεγονός που διευκολύνει τα παιδιά να γίνουν θύματα εκφοβιστικής συμπεριφοράς.



Εκδήλωση εκφοβιστικής συμπεριφοράς σε σχέση με τα αδέρφια

Ο επαναλαμβανόμενος εκφοβισμός ενός παιδιού από τον αδελφό/ή του αποτελεί δυνατό δείκτη πρόβλεψης θυματοποίησής του από τα συνομήλικα παιδιά στο σχολείο. Επίσης, έχει παρατηρηθεί ότι τα μικρότερα αδέρφια αντιγράφουν τα μεγαλύτερα και οι συχνές συγκρούσεις ανάμεσά τους καλλιεργούν αρνητική διάθεση και παραβατική συμπεριφορά. Ένας μεγάλος αριθμός παιδιών που είναι θύματα εκφοβισμού από τα αδέρφια τους στο σπίτι εμπλέκονται σε εκφοβιστικές συμπεριφορές.

Εντοπίζοντας τα σημάδια του εκφοβισμού Αντιμετωπίζοντας το παιδί -θύμα

Είναι δύσκολο ν' αναγνωρίσεις ότι το παιδί σου είναι θύμα εκφοβισμού. Οι πληγές στο σώμα είναι σπάνιες. Πιο συχνά θα παρατηρηθούν αλλαγές στη συμπεριφορά του, όπως είναι η άρνηση να πηγαίνει σχολείο, ο φόβος και το άγχος για το σχολείο, η εμφάνιση συναισθημάτων λύπης και ανασφάλειας, η μείωση της σχολικής του επίδοσης, η παραίτηση από χόμπι και ενδιαφέροντα, η επιθυμία να κάμει «κακό» σε άλλο παιδί.

Τα θύματα του εκφοβισμού χρειάζονται την υποστήριξη των γονιών τους. Ζητείται από τους γονείς να ακούσουν προσεχτικά το παιδί τους και να προσπαθήσουν να αντιληφθούν τα όσα βιώνει και τις συνθήκες κάτω από τις οποίες δέχεται τους εκφοβισμούς. Τα παιδιά που γίνονται θύματα συχνά το κρύβουν από τους γονείς τους. Φοβούνται τις αντιδράσεις τους. Αν το παιδί σας αποτελεί θύμα εκφοβιστικής συμπεριφοράς, χρειάζεται την κατανόηση και την εμπιστοσύνη σας. Ακούστε το παιδί σας, εμπιστευτείτε το. Δώστε την ανάλογη συμβουλή συζητώντας διάφορους τρόπους αντιμετώπισης του συγκεκριμένου προβλήματος.

Είναι πολύ σημαντικό να καταφέρουν οι γονείς να ενισχύσουν την αυτοεκτίμησή του, πείθοντάς το ότι αξίζει και μπορεί να αντεπεξέλθει στις δυσκολίες με τη δική τους συμπαράσταση και στήριξη. Ενισχύστε την ικανότητά του να δοκιμάζει και να χειρίζεται από μόνο του καινούριες καταστάσεις. Ενθαρρύνετέ το να κάνει νέες φιλίες εντός και εκτός του σχολείου. Η εμπλοκή του παιδιού σε ομαδικές δραστηριότητες κατά τη διάρκεια του απογεύματος βοηθά σημαντικά στην επίτευξη

του στόχου αυτού. Αν το παιδί σας θυματοποιείται στο σχολείο, επικοινωνήστε με κάποιον εκπαιδευτικό του σχολείου και συζητήστε το μαζί του. Το καταλληλότερο άτομο για να μιλήσετε είναι κάποιος που γνωρίζετε και εμπιστεύεστε.

Αντιμετωπίζοντας το παιδί -θύτη

Τα παιδιά θύτες βρίσκονται και αυτά σε ψυχολογικό αδιέξοδο. Συχνά το κρύβουν από τους γονείς τους ή τους παρουσιάζουν μια ψευδή εικόνα των καταστάσεων. Όπως και στην περίπτωση του παιδιού που θυματοποιείται και σ' αυτή την περίπτωση το παιδί χρειάζεται την κατανόηση και την εμπιστοσύνη των γονιών του. Ακούστε προσεχτικά το παιδί και στηρίξτε το συναισθηματικά. Ασχοληθείτε με το θυμό που κουβαλά μέσα του. Οι γονείς μπορούν να το βοηθήσουν ν' αναγνωρίσει τη διαφορά που υπάρχει ανάμεσα στην επιθετική και εξαναγκαστική συμπεριφορά και τη συνεργατική συμπεριφορά διαπραγμάτευσης.

Επιπλέον οι γονείς μπορούν να βοηθήσουν το παιδί να αντιληφθεί τις επιζήμιες επιπτώσεις της εκφοβιστικής συμπεριφοράς τόσο στο ίδιο όσο και στους άλλους. Είναι προς το συμφέρον του να αφηθεί να βιώσει απογοήτευση και δυσαρέσκεια για τη συμπεριφορά του, χωρίς τη χρήση της τιμωρίας και των προσβολών. Οι τακτικές που αποδίδουν περισσότερο είναι αυτές που χρησιμοποιούν τον έπαινο και το θετικό παράδειγμα.

Συνεργασία με το σχολείο

Για αποτελεσματικό χειρισμό των εκφοβιστικών συμπεριφορών χρειάζεται ενεργή συνεργασία των γονιών και των εκπαιδευτικών. Αν το παιδί σας δεν αποδέχεται την παρέμβασή σας στο σχολείο, συζητήστε μαζί του και προσπαθήστε να καταλήξετε σε συμφωνία. Είναι πολύ σημαντικό να κουβεντιάσετε με το παιδί σας πριν και αφού ξεκινήσετε συνεργασία με το σχολείο.

Στο σχολείο, το καταλληλότερο άτομο για να απευθυνθείτε είναι ο εκπαιδευτικός τον οποίο γνωρίζετε καλύτερα και στον οποίο έχετε εμπιστοσύνη. Στα Δημοτικά σχολεία μπορείτε να μιλήσετε με το διευθυντή και με το δάσκαλο της τάξης. Στα Γυμνάσια, στα Λύκεια και στις Τεχνικές Σχολές μπορείτε να απευθυνθείτε στον υπεύθυνο για το τμήμα εκπαιδευτικό ή και στον σύμβουλο του σχολείου. Θα ήταν επίσης χρήσιμο να μιλήσετε με κάποιον που έχει διοικητικά καθήκοντα. Το σημαντικότερο είναι να μιλήσετε με κάποιον ο οποίος κατά την άποψή σας θα λάβει σοβαρά υπόψη τους προβληματισμούς σας. Προσπαθήστε να μεταδώσετε στους εκπαιδευτικούς τις αρνητικές συνέπειες που έχει στο παιδί σας η θυματοποίησή του.

Επιπλέον, οι γονείς είναι σε θέση να βρουν τρόπους ποιοτικής εμπλοκής τους στα όσα διαδραματίζονται στις σχολικές τάξεις. Θα μπορούσαν, για παράδειγμα, να βοηθήσουν μαθητές που αντιμετωπίζουν μαθησιακά ή άλλα προβλήματα να συμμετέχουν σε κοινωνικές δραστηριότητες του σχολείου κ.ά.

ΠΡΟΛΗΨΗ

Κάθε γονιός μπορεί να αναγνωρίσει τις αρνητικές συνέπειες των κοινωνικών προβλημάτων όπως αυτό του εκφοβισμού και να καθοδηγήσει το παιδί του μακριά από την υιοθέτηση τέτοιων συμπεριφορών.

- Βοηθήστε το παιδί σας να βελτιώσει την αυτοεικόνα-αυτοεκτίμησή του και τις δεξιότητες αντίστασης σε εξωτερικές πιέσεις, όπως είναι η πίεση της παρέας των συνομηλίκων.
- Ενισχύστε τις σχέσεις μεταξύ σας με ανοικτή επικοινωνία, τοποθέτηση ξεκάθαρων ορίων συμπεριφοράς και υιοθέτηση δημοκρατικών τρόπων επίλυσης των μεταξύ σας συγκρούσεων.
- Μιλήστε με τα παιδιά σας για τον εκφοβισμό και βοηθήστε τα να δουν μια τέτοια κατάσταση από τη σκοπιά του θύματος (ανάπτυξη ενσυναίσθησης).
- Αποφύγετε την αγορά παιχνιδιών βίας.
- Περιορίστε την παρακολούθηση σκηνών βίας στην τηλεόραση και στον ηλεκτρονικό υπολογιστή.
- Γίνετε θετικά πρότυπα συμπεριφοράς στο σπίτι.
- Αναπτύξτε συχνή επαφή και συνεργασία με το σχολείο.



ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

- Συζητήστε με το παιδί σας: Αναπτύξτε ικανότητες καλού ακροατή.
- Διαβεβαιώστε το παιδί σας ότι είστε πάντα διαθέσιμοι να σας μιλήσει όσο σοβαρό πρόβλημα και αν θεωρεί ότι αντιμετωπίζει.
- Επικοινωνήστε με το σχολείο αμέσως μόλις υποπτευθείτε ότι υπάρχει κάποιο πρόβλημα (αφού ενημερώσετε το παιδί σας προηγουμένως).
- Μιλήστε με το δάσκαλο της τάξης ή με οποιοδήποτε άτομο έχετε εμπιστοσύνη στο χώρο του σχολείου.
- Ενθαρρύνετε τα παιδιά σας να διευρύνουν τον κύκλο των φίλων τους.
- Διαβεβαιώστε το παιδί σας ότι αγνοώντας το πρόβλημα, αυτό δεν πρόκειται να επιλυθεί αλλά, ενδεχομένως, θα επιδεινωθεί.
- Μην επιτρέπετε στο παιδί σας να απέχει από τα μαθήματα του.





Ευρωπαϊκά Διακρατικά Προγράμματα Δάφνη II & III κατά του φαινομένου της εκφοβιστικής συμπεριφοράς

Πρόγραμμα Δάφνη II - Needs Assessment and Awareness Raising Program for Bullying in Schools

Το πρόγραμμα Δάφνη III, αποτελεί συνέχεια του προγράμματος Δάφνη II, Διερεύνηση Αναγκών και Αύξηση της Ενημερότητας για την Εκφοβιστική Συμπεριφορά (Bullying) μεταξύ των Μαθητών στα Σχολεία. (Needs Assessment and Awareness Raising Program for Bullying in Schools) και εφαρμόστηκε στα σχολεία κατά τη σχολική χρονιά 2006-2007. Τα δύο αυτά προγράμματα αναπτύχθηκαν και εφαρμόστηκαν με επιτυχία από την Υπηρεσία Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού και τις Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων του Υπουργείου Υγείας.

Στα πλαίσια της προσπάθειας ώστε και στη χώρα μας να διεξαχθεί έρευνα και να αυξηθεί η ενημερότητα για το πρόβλημα, η Υπηρεσία Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού συμμετέχει μαζί με τις Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων του Υπουργείου Υγείας στο Διακρατικό Πρόγραμμα «Διερεύνηση αναγκών και αύξηση της ενημερότητας για την εκφοβιστική συμπεριφορά μεταξύ των μαθητών στα σχολεία» (Needs Assessment and Awareness Raising Program for Bullying in Schools), το οποίο συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα ΔΑΦΝΗ.

Συντονιστής του Προγράμματος είναι ο κ. Ι. Τσιάντης, Αν. Καθηγητής Παιδοψυχιατρικής της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών. Συντονιστικός Φορέας είναι η Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου της Ελλάδας, η οποία μέσω ομάδας συνεργατών εφάρμοσε πρόγραμμα διερεύνησης αναγκών και ευαισθητοποίησης σε σχολεία της Αθήνας. Από την Ελλάδα, στο Πρόγραμμα συμμετέχει και το Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης. Στο Πρόγραμμα συμμετέχουν επίσης το Πανεπιστήμιο του Lueneburg της Γερμανίας και το Πανεπιστήμιο του Βίλνιους της Λιθουανίας.

Στην Κύπρο, στα πλαίσια του Προγράμματος, διεξήχθη παγκύπρια επιδημιολογική έρευνα και έγινε ερευνητική παρέμβαση στο Δημοτικό Σχολείο Περγέρα στο Στρόβολο.

Η επιδημιολογική έρευνα, που είναι η πρώτη στο είδος στην Κύπρο, είχε ως δείγμα 1200 μαθητές ηλικίας 11 μέχρι 15 χρόνων. Με βάση τα αποτελέσματα της έρευνας, ένα σημαντικό ποσοστό 17% περίπου των μαθητών ανέφεραν ότι έχουν υποστεί εκφοβιστική συμπεριφορά ή ήταν οι ίδιοι θύτες. Εξίσου σημαντικό ποσοστό, πάνω από το 15%, φοβάται ή αγωνιά πολύ συχνά, συχνά ή αρκετά συχνά ότι μπορεί να

υποστεί κάποιο είδος εκφοβισμού. Τα ευρήματα της έρευνας θα βοηθήσουν στη διαπίστωση της έκτασης αλλά και άλλων πτυχών του προβλήματος στην Κύπρο, έτσι ώστε να, ληφθούν όλα τα απαραίτητα μέτρα τόσο για την αντιμετώπιση, όσο και την πρόληψη του.

Σε ό,τι αφορά την ερευνητική παρέμβαση, το Δημοτικό Σχολείο Περνέρα αποτέλεσε το πειραματικό σχολείο, ενώ το Δημοτικό Σχολείο Αγίας Μαρίας Στροβόλου το σχολείο ελέγχου. Η παρέμβαση στο πειραματικό σχολείο απευθύνθηκε στους μαθητές της Στ' τάξης, τους γονείς τους και όλους τους εκπαιδευτικούς του σχολείου. Διήρκεσε από τον Ιανουάριο '07 μέχρι το Μάιο '07.

Κατά τη διάρκεια της παρέμβασης, ένας Λειτουργός της Υπηρεσίας Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας (Υ.Ε.Ψ.) και ένας των Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων είχαν έξι συναντήσεις με τα παιδιά, κατά τις οποίες συζήτησαν και ανέλυσαν το θέμα της εκφοβιστικής συμπεριφοράς με βάση ιστορίες, εικόνες και άλλο εποπτικό υλικό. Ισάριθμες συναντήσεις είχαν δύο άλλοι Λειτουργοί (ένας της ΥΕΨ και ένας των Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων) με τους εκπαιδευτικούς του σχολείου με τους οποίους συζήτησαν διεξοδικά το θέμα του εκφοβισμού. Τέλος, ένας Λειτουργός της ΥΕΨ είχε δύο συναντήσεις με τους γονείς των παιδιών που συμμετείχαν στο πρόγραμμα.

Πριν από την παρέμβαση χορηγήθηκαν ερωτηματολόγια στους μαθητές της Στ' τάξης και στους δασκάλους των δύο σχολείων. Τα ίδια ερωτηματολόγια χορηγήθηκαν και αμέσως μετά τη λήξη της παρέμβασης. Μετά τις τελικές συγκρίσεις έχει διαπιστώθηκε σημαντική θετική επίδραση στους μαθητές του πειραματικού σχολείου.



Πρόγραμμα Δάφνη III «Awareness raising and prevention on bullying among students: Development and implementation of a school based training program for teachers»

Κατά τη σχολική χρονιά 2009-2010, στα πλαίσια του ευρωπαϊκού ερευνητικού προγράμματος Δάφνη III, αναπτύχθηκε παρεμβατικό πρόγραμμα σε πέντε σχολεία Δημοτικής Εκπαίδευσης (ένα σε κάθε επαρχία). Ακόμη πέντε σχολεία ανά επαρχία λειτούργησαν ως σχολεία ελέγχου. Το πρόγραμμα είχε σαν στόχο την πρόληψη και αντιμετώπιση του φαινομένου του εκφοβισμού (Bullying) στο χώρο του σχολείου και ενέπλεξε όλους τους εκπαιδευτικούς συνεταίρους – μαθητές, εκπαιδευτικούς, γονείς. Σκοπός του προγράμματος ήταν η επιμόρφωση και η ευαισθητοποίηση όλων των εμπλεκόμενων στο σοβαρό θέμα του εκφοβισμού στο σχολείο και η εφαρμογή ενός συστηματικού και δομημένου προγράμματος δραστηριοτήτων στην Ε΄ και Στ΄ τάξη του Δημοτικού Σχολείου. Ταυτόχρονα έγινε και ενημέρωση ολόκληρου του προσωπικού του σχολείου με στόχο την ευαισθητοποίηση της σχολικής μονάδας στο σύνολό της. Το πρόγραμμα προϋπέθετε εμπλοκή και εκπαίδευση των οικείων εκπαιδευτικών ψυχολόγων των σχολείων που επρόκειτο να εφαρμοσθεί.

Οι εκπαιδευτικοί που εφάρμοσαν το πρόγραμμα στις τάξεις τους (Ε΄ και Στ΄ τάξη) είχαν τύχει συστηματικής εκπαίδευσης τόσο σε θεωρητικό όσο και σε πρακτικό επίπεδο. Οι γενικότεροι στόχοι των προτεινόμενων δραστηριοτήτων που συμπεριλαμβάνονταν στην εκπαίδευση αυτή και πραγματοποιήθηκαν με τη μορφή εργαστηρίων, ήταν η ευαισθητοποίηση και πρόληψη του φαινομένου του εκφοβισμού στο σχολείο καθώς και η ανάπτυξη ψυχοπαιδαγωγικών παρεμβάσεων διαχείρισης περιστατικών εκφοβισμού στο σχολείο.

Για την υλοποίηση των γενικών αυτών στόχων οι εκπαιδευτικοί οργάνωσαν και εφάρμοσαν 10 εργαστήρια (με συγκεκριμένη θεματολογία, δομή και δραστηριότητες) για μαθητές, διάρκειας 90΄ το καθένα, όπου ανέπτυξαν ισάριθμα σχέδια εργασίας για το φαινόμενο του εκφοβισμού στο σχολείο.

Το πρόγραμμα, εμπλέκει επίσης και τους γονείς με ερωτηματολόγια και συντελεί στην ευαισθητοποίησή τους στο θέμα του εκφοβισμού. Η γενικότερη ευαισθητοποίηση και ενημέρωση της κοινότητας στο σοβαρό αυτό θέμα αποτελεί και το στόχο του προγράμματος.

Στο τελικό δείγμα έλαβαν μέρος 681 μαθητές, από αυτούς 325 (ποσοστό 48.3%) ήταν κορίτσια και 348 (51.7%) αγόρια. Οι μαθητές συμπλήρωσαν συνολικά τρία ερωτηματολόγια καθώς και ερωτηματολόγια αξιολόγησης του προγράμματος μετά τη λήξη του (μόνο η πειραματική ομάδα συμπλήρωσε την αξιολόγηση).

Το πρώτο ερωτηματολόγιο **SDQ «The Goodman’s Strengths and Difficulties Questionnaire (Goodman, 1994, 1997) : For teachers and students»** συμπληρώθηκε τόσο από τους μαθητές όσο και από τους εκπαιδευτικούς της τάξης. Οι εκπαιδευτικοί συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο για κάθε μαθητή/τρια της τάξης τους ατομικά.

Το δεύτερο ερωτηματολόγιο συμπληρώθηκε από τους μαθητές (πειραματικών και ελέγχου) πριν και μετά την εφαρμογή του προγράμματος στην τάξη και πρόκειται για το «**The Post-Traumatic Stress Questionnaire (Frederich, Pynoow, & Nader, 1992): For students**».

Το τρίτο ερωτηματολόγιο συμπληρώθηκε από τους μαθητές και τους εκπαιδευτικούς και πρόκειται για το «**The Olweus Bully and Victim Questionnaire (Olweus, 1996): For teachers and primary school children**»

Βάση των απαντήσεων των 532 μαθητών της Ε΄ και Στ΄τάξης και από τα 10 Δημοτικά που συμμετείχαν παγκύπρια και συμπλήρωσαν επαρκώς και τα τρία ερωτηματολόγια (ποσοστό 5% περίπου επί του γενικού πληθυσμού των μαθητών της Ε΄ και Στ΄τάξης) βρέθηκε ότι:

- πέραν του ενός πέμπτου των μαθητών αναφέρει ότι παρουσιάζει συναισθηματικές δυσκολίες
- πέραν του ενός τετάρτου αναφέρει ότι παρουσιάζει προβλήματα διαταραχής διαγωγής
- πέραν του ενός πέμπτου αναφέρει προβλήματα στις σχέσεις τους με τους συνομηλίκους
- μόνο το 4% δηλώνει δυσκολίες στις προ-κοινωνικές τους δεξιότητες
- στο γενικό δείκτη μέτρησης των δυσκολιών που διαθέτει το ερωτηματολόγιο, προκύπτει βάσει των δηλώσεων των ιδίων των μαθητών ότι το 50% των μαθητών παρουσιάζει δυσκολίες

Τα ποσοστά αυτά καταδεικνύουν ότι ένα σημαντικό ποσοστό μαθητών στο γενικό πληθυσμό αναφέρει ότι έχει ψυχοκοινωνικές δυσκολίες που πιθανόν να εξελιχθούν σε παγιωμένες ψυχικές διαταραχές, να παρεμποδίσουν την ακαδημαϊκή τους εξέλιξη, λειτουργικότητα και παραγωγικότητα και να μειώσουν γενικά το επίπεδο της ψυχικής ευεξίας και ποιότητας ζωής τους.

Το ερωτηματολόγιο **PTSD** ανιχνεύει το ποσοστό των παιδιών που βιώνουν το φαινόμενο του Σχολικού Εκφοβισμού (για το οποίο έχουν προσωπική εμπειρία) σαν τραυματική εμπειρία. Είναι πολύ ενδιαφέρον ότι το 10% των μαθητών αναφέρουν ότι παρουσιάζουν σοβαρή έως πολύ σοβαρή μορφή μετατραυματικής διαταραχής άγχους, για την οποία χρειάζονται εξειδικευμένη θεραπευτική βοήθεια μετά από την έκθεσή τους σε εκφοβιστική συμπεριφορά.

Στο εκτεταμένο ερωτηματολόγιο του Olweus που ανιχνεύει μεταξύ άλλων τις αντιλήψεις, τάσεις και συχνότητες των διαφόρων μορφών εκφοβισμού αλλά και της γενικής συχνότητας σχολικού εκφοβισμού, έχει βρεθεί, βάσει των δηλώσεων των μαθητών και των δέκα σχολείων παγκύπρια, ότι:

- 17% των μαθητών υπήρξαν θύματα σχολικού εκφοβισμού τουλάχιστον μια φορά την εβδομάδα
- 7,7% των μαθητών ήταν θύτες με την ίδια συχνότητα
- 6,3% των μαθητών ήταν και θύτες και θύματα

Σύμφωνα με τις δηλώσεις των θυμάτων, η πιο συχνή μορφή σχολικού εκφοβισμού είναι:

- **ο λεκτικός εκφοβισμός (8%)**, εύρημα που συμφωνεί με προηγούμενα ευρήματα παγκύπριας επιδημιολογικής έρευνας που διεξήχθη το 2007 και χρησιμοποιήθηκε το ίδιο ερωτηματολόγιο. Ακολουθεί η **διαβολή και η συκοφαντία (6,9%)** και ο **κοινωνικός αποκλεισμός (6%)**.
- Το ποσοστό μέσω διαδικτύου και κινητών τηλεφώνων, που είναι οι πιο σύγχρονες μορφές εκφοβισμού είναι σε χαμηλά επίπεδα, ίσως γιατί σε αυτή την ηλικιακή φάση τα επικοινωνιακά αυτά μέσα δεν είναι τόσο διαδεδομένα στο σχολικό πληθυσμό (0,8%).

Σύμφωνα με τις δηλώσεις των θυτών **ο λεκτικός εκφοβισμός (4%)**, **η διαβολή και η συκοφαντία (3,8%)** καθώς και **ο κοινωνικός αποκλεισμός (3%)** είναι οι πιο δημοφιλείς μορφές εκφοβισμού μεταξύ των θυτών σε χαμηλότερα ποσοστά σε σχέση με τη συχνότητα που αναφέρουν τα θύματα. Ο εκφοβισμός **μέσω κινητών και διαδικτύου είναι πολύ χαμηλής συχνότητας (1,4%)** (πιθανό να οφείλεται στο γεγονός ότι οι μαθητές είναι μικρής ηλικίας και όχι ακόμη στην εφηβεία, χωρίς έντονη χρήση των υπολογιστών ή των κινητών τηλεφώνων).

Το εξειδικευμένο πρόγραμμα παρέμβασης φαίνεται να έχει επιδράσει σημαντικά στο να μειωθεί ο αριθμός των θυμάτων εκφοβισμού σε στατιστικά σημαντικό βαθμό στην πειραματική ομάδα που διεξήχθη. Ο αριθμός των θυτών από την άλλη αυξάνεται, όχι όμως σε στατιστικά σημαντικό βαθμό, γιατί φαίνεται ότι τα παιδιά μετά το πρόγραμμα παρέμβασης είναι πιο έτοιμα να αναγνωρίσουν τις πράξεις τους.

Το Διακρατικό Πρόγραμμα «Αύξηση της ενημερότητας και πρόληψη της εκφοβιστικής συμπεριφοράς μεταξύ μαθητών: ανάπτυξη και εφαρμογή ενός σχολικού προγράμματος κατάρτισης για εκπαιδευτικούς» (Awareness raising and prevention on bullying among students: development and implementation of a school based training program for teachers), φάνηκε με την εφαρμογή του στο χώρο της Δημοτικής Εκπαίδευσης να έχει θετικά αποτελέσματα. Η συγκεκριμένη έρευνα έχει καταδείξει ότι τα παιδιά θύματα μετά από την εφαρμογή ενός δομημένου εργαλείου και μέσα από σειρά βιωματικών εργαστηρίων μειώθηκαν σημαντικά. Ταυτόχρονα, το φαινόμενο του εκφοβισμού έγινε πιο κατανοητό και πιο αναγνωρίσιμο τόσο από τους εκπαιδευτικούς όσο και από τους μαθητές.

Η συγκεκριμένη έρευνα επιβεβαιώνει προηγούμενες μελέτες (Daphne II, ISRD-2) σε σχέση με την εκφοβιστική συμπεριφορά στα σχολεία στην Κύπρο. Μέσα από την έρευνα διαφαίνεται ότι το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού αποτελεί πραγματικότητα στα σχολεία και αποτελεί σοβαρό επιβαρυντικό παράγοντα στην ψυχική υγεία του σχολικού πληθυσμού επηρεάζοντας πολλούς τομείς της ανθρώπινης συμπεριφοράς και την ψυχική ευεξία.

Επιπλέον, η έρευνα επιβεβαιώνει ότι το φαινόμενο του Σχολικού Εκφοβισμού, ένα φαινόμενο σχολικής βίας μπορεί να προκαλέσει στα θύματα συμπτωματολογία Μετατραυματικής Αγχώδους Διαταραχής, με αποτέλεσμα σοβαρά προβλήματα στην ψυχική τους υγεία και τη γενικότερη λειτουργικότητά τους.

Το σχολείο, οφείλει να παρέχει προστασία και ασφάλεια σε όλα τα παιδιά έτσι ώστε να μπορούν να αναπτύξουν τις δεξιότητές τους σε ένα υγιές και ανθρώπινο περιβάλλον.

Με βάση τα ερευνητικά δεδομένα που προέκυψαν από τη συγκεκριμένη έρευνα προτείνουμε όπως:

1. Να αναπτυχθούν προληπτικά και παρεμβατικά προγράμματα στα σχολεία Δημοτικής και Μέσης Εκπαίδευσης με στόχο την αύξηση της ενημέρωσης και την κατανόηση του φαινομένου της εκφοβιστικής συμπεριφοράς.
2. Τα προγράμματα αυτά πρέπει να ενταχθούν στο αναλυτικό πρόγραμμα για να μπορούν να έχουν λειτουργούν αποτελεσματικά.
3. Κάθε πρόγραμμα στο χώρο του σχολείου χρειάζεται να αναφέρεται σε όλους τους εκπαιδευτικούς εταίρους (γονείς, μαθητές, εκπαιδευτικούς) για να είναι αποτελεσματικό.
4. Οι εκπαιδευτικοί να τύχουν συστηματικής επιμόρφωσης σε θέματα εκφοβιστικής συμπεριφοράς και τρόπων αντιμετώπισής τους.
5. Οι εκπαιδευτικοί χρειάζεται να αναπτύξουν τις απαραίτητες δεξιότητες για έγκαιρη και πρώιμη αναγνώριση και αντιμετώπιση των προβλημάτων εκφοβιστικής συμπεριφοράς με στόχο να προλαμβάνονται σοβαρές διαταραχές και αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία των παιδιών.
6. Αποτελεί αναγκαιότητα η επιμόρφωση των εκπαιδευτικών για αναγνώριση των αναγκών της σχολικής ομάδας καθώς και για την απόκτηση δεξιοτήτων αναγνώρισης των δυσκολιών και ικανοτήτων του κάθε μαθητή τους σε ατομικό επίπεδο.



Βιβλιογραφία

Carney G. A. and Merrell W. K. (2001) Bullying in Schools: Perspectives on Understanding and Preventing an International Problem. *School Psychology International*, Vol. 22(3): 364-382.

Focus Adolescent Services. Bullying: What Parents and Teachers Should Know (WWW)
<http://www.focusas.com.ca/Bullying.html>

Grant D. J. (2001). Schoolyard bullying: It needs to be addressed, *Paediatrics and Child Health, Official Journal of The Canadian Paediatrics Society*, Vol. 6, No 7

Houndoumaki A. and Pateraki L. (2001). Bullying and bullies in Greek Elementary Schools: Pupils Attitudes and teachers' / parents' awareness, *Educational Review*, 53: 19-26 Στο: Νάστου Α. (2005). *Η αντικοινωνική-επιθετική συμπεριφορά μεταξύ μαθητών (bullying) και σχολείο: μια δυναμική σχέση*, Διπλωματική Εργασία, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τμήμα Εκπαίδευσης και Αγωγής στην Προσχολική Ηλικία, Αθήνα

Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What We Know and What We Can Do*. Oxford: Blackwell

Suckling, A. and Temple, C. (2002). *Bullying – A Whole School Approach*, London: Kingsley Publishers Ltd

Sullivan, K. (2001). *The Anti-bullying Handbook*. London: Oxford University Press