

14^ο Δημοτικό Σχολείο Ιλίου

**Παρουσίαση των δράσεων του σχολείου
για την πρόληψη
της βίας και του σχολικού εκφοβισμού**

Την παρουσίαση ετοίμασαν οι
Υπεύθυνες της
Ομάδας Δράσεων Πρόληψης, δασκάλες
Καλλιόπη Βλάχου και
Αφροδίτη Κωστοπούλου

Δευτέρα 30 Μαρτίου 2015

A. ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ

Τι σημαίνει σχολικός εκφοβισμός

Ένας μαθητής γίνεται αντικείμενο εκφοβισμού όταν υποβάλλεται

κατ' επανάληψη και κατ' εξακολούθηση,

σε αρνητικές ενέργειες

από έναν ή περισσότερους άλλους μαθητές

(Olweus, 1986 και 1991)

Αρνητικές ενέργειες: Λεκτική βία, σωματική βία, ψυχολογική βία

Ο Olweus (1995 στο Παπαστυλιανού, 2000, σ.116) ορίζει τον κύκλο «των αρνητικών πράξεων»

και των επιθετικών συμπεριφορών που λαμβάνουν χώρα κατά τον εκφοβισμό περιλαμβάνοντας

σε αυτόν τα ακόλουθα:

- ✓ όταν κάποιος εμπρόθετα συγκρούεται ή προσπαθεί να χτυπήσει ή να τραυματίσει ή να δυσχεράνει κάποιον
- ✓ τις λεκτικές επιθετικές πράξεις
- ✓ τις απειλές, τα πειράγματα, τα χτυπήματα, τα σπρωξίματα, τις κλωτσιές, τις προσβλητικές χειρονομίες
- ✓ τον εμπρόθετο αποκλεισμό κάποιου από την ομάδα
- ✓ την παρεμπόδιση ολοκλήρωσης των επιθυμιών κάποιου προσώπου

Βασικά στοιχεία που συνιστούν τον σχολικό εκφοβισμό:

Ο εκφοβισμός χαρακτηρίζεται από

1) Ανισότητα δύναμης. *Ο μαθητής που εκτίθεται στις αρνητικές ενέργειες δυσκολεύεται να αμυνθεί και είναι αβοήθητος.*

Αυτή η δύναμη μπορεί να πηγάζει από την υπεροχή σε:

- Σωματική διάπλαση και μέγεθος
- Στην κοινωνική τάξη
- Στο πλήθος της ομάδας των δραστών
- Στη λεκτική έκφραση -όχι απαραίτητα υβριστική- μέσω της οποίας ο δράστης μπορεί να πληγώσει τον άλλο
- Στο κύρος. *Με το αυξημένο κύρος επιτυγχάνεται η επιβολή έναντι των άλλων.*

2) Σκοπιμότητα

3) Επανάληψη – Διάρκεια

4) Πρόκληση πόνου (οποιασδήποτε μορφής)

5) Ο εκφοβισμός είναι ομαδικό φαινόμενο

Είδη εκφοβισμού

Άμεσος: Ανοιχτές επιθέσεις προς το θύμα

Έμμεσος: Έχει λιγότερο εμφανή μορφή, γι αυτό και χρήζει ιδιαίτερης προσοχής. Έχει τη μορφή κοινωνικής απομόνωσης και σκόπιμου αποκλεισμού από την ομάδα (συκοφαντία, χειραγώγηση φιλικών σχέσεων).

Ηλεκτρονικός εκφοβισμός



Ηλεκτρονικός εκφοβισμός (Cyber-bullying) είναι όταν το διαδίκτυο, το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο ή τα κινητά τηλέφωνα χρησιμοποιούνται **σκόπιμα και κατ' εξακολούθηση προκειμένου να βλάψουν κάποιο άτομο εκθέτοντάς το σε εχθρική συμπεριφορά.**

Τι περιλαμβάνει το Cyber-bullying

- ❖ Πειράγματα με στόχο τη διασκέδαση σε βάρος του θύματος
- ❖ Διάδοση προσβλητικών φημών on line
- ❖ Δυσφήμιση σε τρίτους μέσω e-mail, SMS, φωτογραφίες-βίντεο στο διαδίκτυο, ιστοσελίδες, μπλογκς, chat rooms κ.ά.
- ❖ Αποστολή ανεπιθύμητων μηνυμάτων (υβριστικά-προσβλητικά)

Ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός μπορεί να συμβεί στον καθένα, όχι μόνο σε ευάλωτα παιδιά και νεαρά άτομα.

Ωστόσο ηλεκτρονικός εκφοβισμός είναι πολύ πιθανό να συμβεί σε παιδιά που υφίστανται εκφοβισμό και εκτός διαδικτύου.

Αλλαγή στη συμπεριφορά μπορεί να είναι ενδεικτική ότι το παιδί σας, ή κάποιο άτομο που γνωρίζετε, υφίσταται ηλεκτρονικό εκφοβισμό. Αυτές οι αλλαγές μπορεί να περιλαμβάνουν προβλήματα υγείας, αλλαγή διάθεσης, διαταραχές του ύπνου, αποφυγή του σχολείου ή της συναναστροφής φίλων.

Χαρακτηριστικά θυμάτων-θυτών

ΘΥΜΑΤΑ

Είναι συνήθως:

- Αγχώδη και ανασφαλή
- Επιφυλακτικά ,ευαίσθητα και ήσυχα
- Αντιδρούν συχνά με κλάμα και απόσυρση
- Έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση
- Δεν έχουν φίλους

Όλα τα παραπάνω χαρακτηριστικά γίνονται εντονότερα με την επαναλαμβανόμενη παρενόχληση.

Η στάση των παθητικών θυμάτων εκπέμπει ένα σήμα ανασφάλειας, **χαμηλής αυτοεκτίμησης**, **φόβου** και **υποταγής** προς τους άλλους.

Χαρακτηριστικά θυμάτων-θυτών

ΘΥΤΕΣ

Είναι συνήθως:

- Επιθετικοί και προς τους ενήλικες, εκπαιδευτικούς, και γονείς.
- Έχουν θετική στάση προς τη βία.
- **Έχουν ανάγκη να κυριαρχούν επί των άλλων.**
- Δεν διαθέτουν ενσυναίσθηση.
- Είναι παρορμητικοί.
- Έχουν σχετικά θετική άποψη για τον εαυτό τους.
- Δεν μπορείς πάντα να τους ξεχωρίσεις από την εμφάνιση. Ωστόσο, όλοι τους έχουν κάτι κοινό: **Τους αρέσει να είναι αρχηγοί. Και όσο περισσότερο «ρουφούν» την αυτοπεποίθηση των άλλων τόσο πιο καλά νιώθουν με τον εαυτό τους.**
- Τα αγόρια –συνήθως- έχουν μεγαλύτερη σωματική δύναμη.

Αίτια

- ✓ Ατομικά χαρακτηριστικά των παιδιών (ιδιοσυγκρασία, τραυματικές εμπειρίες)
- ✓ Οικογενειακό περιβάλλον. Ειδικότερα για τους θύτες παίζουν σημαντικό ρόλο:
 - α) Η συναισθηματική στάση των γονιών απέναντι στο παιδί τους
 - β) Οι ελαστικές μέθοδοι ανατροφής (*Ανεκτικότητα και μη σαφής οριοθέτηση στην επιθετική συμπεριφορά προς συνομήλικους, αδέρφια, ενηλίκους*)
 - γ) Η σωματική τιμωρία και τα βίαια συναισθηματικά ξεσπάσματα
- ✓ Το ψυχολογικό κλίμα του Σχολείου
- ✓ Οι στάσεις των ίδιων των παιδιών, των γονέων, των εκπαιδευτικών απέναντι στη βία.
- ✓ Ο τρόπος προβολής της βίας από τα ΜΜΕ

Επιπτώσεις- Ενδείξεις

Επιπτώσεις:

Σωματικές-Ψυχοκοινωνικές

Ενδείξεις:

Εσωστρέφεια, άρνηση για οτιδήποτε σχετίζεται με το σχολείο, μαθησιακή πτώση, ενδείξεις επίθεσης που αποφεύγει να πει πώς συνέβησαν, ξαφνικές αλλαγές στη διάθεσή του που επιμένουν, ψυχοσωματικά συμπτώματα.

Οι μηχανισμοί της ομάδας- Ο ρόλος των παρατηρητών

Ο εκφοβισμός είναι ομαδικό φαινόμενο

Μηχανισμοί που τίθενται σε λειτουργία όταν αρκετά άτομα συμμετέχουν σε πράξη εκφοβισμού:

✓ *Το φαινόμενο της κοινωνικής μόλυνσης*

Αυξάνεται η επιθετικότητα των παρατηρητών όταν βλέπουν ένα «πρότυπο» να έχει επιθετική στάση. Περισσότερο επηρεάζονται εκείνοι που είναι λίγο ανασφαλείς και εξαρτημένοι (οι παθητικοί νταήδες, τα πρωτοπαλίκαρα) οι οποίοι δεν διαθέτουν το φυσικό κύρος για να επιβληθούν.

✓ *Εξασθένιση του ελέγχου και των αναστολών έναντι των επιθετικών τάσεων.*

Η ανταμοιβή που δέχεται το πρότυπο για την επιθετική του στάση, τείνει να μειώνει τη τις «αναστολές» του ίδιου του παρατηρητή.

✓ *Μειωμένο αίσθημα ατομικής ευθύνης.*

Όταν σε μια αρνητική πράξη συμμετέχουν πολλά άτομα, η ευθύνη διαχέεται με αποτέλεσμα να μειώνονται τα συναισθήματα ενοχής. (**Safety in the numbers**)

B. ΠΡΟΛΗΨΗ

Σύστημα αξιών και φαινόμενα βίας

Ο συσχετισμός των αξιών αφενός και των φαινομένων βίας και της επιθετικότητας εμφανίζεται όλο και συχνότερα στη προβληματική των ερευνών για την βία.

Το πολιτισμικό υπέρ Εγώ (σχολείο), ιδιαίτερα κατά τη διάρκεια της εφηβείας, μέσω της ανάληψης κοινωνικών ρόλων, συγχωνεύεται με το κοινωνικό υπέρ Εγώ (οικογένεια, περίγυρος) και σχηματίζει τη συνείδηση που διαμορφώνει τη στάση και τη συμπεριφορά του ατόμου.



Επιτακτική η ανάγκη σύγκλισης των αξιών που πρεσβεύουν οι παραπάνω φορείς.



Σχολείο

Σχολική κουλτούρα

Ομάδα συνομηλίκων
(κοινωνικός περίγυρος)

**Κοινό
αξιακό
σύστημα**

Οικογένεια
Οικογενειακή
κουλτούρα

Τι συμβαίνει όταν δεν υπάρχουν σημεία τομής;

- ✓ **Δημιουργία διαφορετικών συστημάτων αξιών** που αποτελούν υποκουλτούρα, δεν έχουν καθολική ισχύ, κινούνται περιφερειακά-σε αντίθεση με τις κυρίαρχες αξίες που κινούνται κεντρικά **-και αποτελούν υπόβαθρο για την συγκρότηση και την διατήρηση υποομάδων με βίαιη και επιθετική συμπεριφορά.**
- ✓ **Έλλειψη επικοινωνίας (μιλάμε άλλη γλώσσα)** η απουσία της οποίας έχει ως συνέπεια μια κρίση αξιών .

Παρέμβαση σε επίπεδο σχολείου-τάξης-οικογένειας

✓ **Να βοηθήσει τον μαθητή να διαμορφώσει την ταυτότητά του**, η οποία σε μια λειτουργική ομάδα σαν αυτή που είναι η τάξη, στηρίζεται σε ένα κοινό **αξιακό σύστημα** και στην ανάπτυξη κοινών στάσεων από τα μέλη. Το αξιακό αυτό σύστημα **ισχυροποιείται** όταν συνυπάρχει και στους τρεις φορείς.

✓ **Η ένταξη** προϋποθέτει αποδοχή κανόνων συμπεριφοράς οι οποίοι προκύπτουν από το παραπάνω σύστημα. Οι κοινά αποδεκτοί κανόνες συμπεριφοράς, οι λεγόμενες «νόρμες», παίζουν σημαντικό ρόλο στην ένταξη.

Τα εν δυνάμει θύματα αισθάνονται ασφαλή και προστατευμένα.

Οι εν δυνάμει θύτες αντιδρούν λιγότερο επιθετικά και επιβάλλονται με κοινωνικά περισσότερο αποδεκτούς τρόπους.

Για ποιο σύστημα αξιών μιλάμε;

Ένα σύστημα που στηρίζεται στα παρακάτω:

- **αμοιβαίο σεβασμό**
- **εμπιστοσύνη**
- **κατανόηση συναισθημάτων**
- **έμφαση στις θετικές ενέργειες**
- **αποδοχή των μειονεκτημάτων και των αδυναμιών.**

ΣΥΜΒΟΛΑΙΟ ΤΑΞΗΣ

- ✓ Ακούμε προσεκτικά ο ένας τον άλλον.
- ✓ Ακούγονται όλες οι απόψεις. Δε διακόπτει ο ένας τον άλλον.
- ✓ Συμμετέχουμε όλοι στις εργασίες που μας ανατίθενται.
- ✓ Δεν τσακωνόμαστε.
- ✓ Έχουμε υπομονή.
- ✓ Σεβόμαστε τα μέλη της ομάδας μας και συνεργαζόμαστε.
- ✓ Βοηθάμε τα μέλη που δυσκολεύονται.
- ✓ Κάνουμε σωστή κατανομή των αρμοδιοτήτων μας. (Μοιραζόμαστε τις εργασίες μας)
- ✓ Δεν αφήνουμε χώρο για προσβολές και κοροϊδίες.
- ✓ Δεν απορρίπτουμε τις διαφωνίες που υπάρχουν, αλλά τις συζητάμε αναζητώντας την καλύτερη λύση.
- ✓ Δεν θέτουμε κανένα μέλος εκτός ομάδας.
- ✓ Δεν θεωρούμε ότι η δική μας άποψη είναι πάντα η καλύτερη.
- ✓ Βγαίνουμε από τη μοναξιά μας (Δουλεύουμε μαζί και όχι μόνοι).
- ✓ Δείχνουμε κατανόηση, πολλές φορές υποχωρούμε και δεν προβάλλουμε συνέχεια το εγώ μας.
- ✓ Προσπαθούμε να κάνουμε ενδιαφέροντα πράγματα για να μη βαριόμαστε.
- ✓ Κρατάμε χαμηλούς τους τόνους (ησυχία).

Η ένταξη

Με ένα τέτοιο σύστημα αναφοράς το παιδί θα αναπτύξει τις κοινωνικές του δεξιότητες που θα το βοηθήσουν στην ομαλή του ένταξη:

- επικοινωνία συνεργασία
- ενσυναίσθηση
- χειρισμός συγκρούσεων
- διατήρηση καλών σχέσεων

Απόρριψη

Στο διαμορφωμένο σύστημα αξιών μέσα στο οποίο «χτίζονται» οι κοινωνικές δεξιότητες, το κύρος κάθε μέλους δεν προσδίδεται με βάση τις φυσικές του ικανότητες τη σωματική του υπεροχή, την ικανότητά του να επιβάλλεται στον άλλον επιδεικνύοντας τη δύναμή του, αλλά με βάση την ικανότητά του να:

- μπαίνει στη θέση του άλλου
- να αναγνωρίζει να αποδέχεται και να κατανοεί τα συναισθήματά του ίδιου και των άλλων
- να συνεργάζεται
- να καταρρίπτει πρότυπα και προκαταλήψεις



Πολύ σημαντικό ρόλο έχει το γεγονός ότι στο παραπάνω σύστημα ελαχιστοποιούνται οι πιθανότητες δημιουργίας υποομάδων και «κλικών» που δρουν παραβατικά.

Μέτρα σε ατομικό επίπεδο

Κάθε «Αυτό είναι το παιδί μου...» είναι ΕΜΠΟΔΙΟ στην ωριμότητα του.

Ελέγξτε τον εαυτό σας ως ποιο βαθμό είστε προσκολλημένοι στις παρακάτω φράσεις

1. «Αυτό είναι το παιδί μου.»
2. «Πάντα ήταν έτσι.»
3. «Δεν μπορώ να κάνω αλλιώς.»
4. «Αυτός είναι ο χαρακτήρας του.»

Και κάθε φορά που χρησιμοποιείτε μία από τις τέσσερις παραπάνω φράσεις, στην πραγματικότητα λέτε: «Κι έχω σκοπό να μην κάνω τίποτα για να βοηθήσω το παιδί να μην είναι αυτό που θεωρώ ότι είναι και θα εξακολουθήσει να είναι αυτό που είναι».

Το να βάζουμε ετικέτες μπορεί να είναι κάτι ιδιαίτερα καταστροφικό για την ωρίμανση

1. *Είναι απότομος, αυταρχικός, πιεστικός... κ.τ.λ. (για τους θύτες)*

Εδώ το «είναι» μάλλον βοηθά το παιδί να διατηρήσει την εχθρική του διάθεση, παρά να προσπαθήσει ν' αναπτύξει αυτοπειθαρχία. Επικαλύπτετε τη συμπεριφορά του αυτή μ' ένα «Δεν μπορεί να κάνει αλλιώς, έτσι ήταν πάντα.»

2. *Είναι ντροπαλός. Είναι φοβισμένος Είναι αδέξιος. Είναι αγχώδης. Είναι ξεχασιάρης. Είμαι ανώριμος. Είμαι ανεύθυνος... κ.τ.λ. (για τα θύματα)*

Αυτές οι περιπτώσεις των «είναι» είναι ιδιαίτερα ωφέλιμες όταν θέλουμε να δικαιολογηθούμε για κάποια αναποτελεσματική συμπεριφορά.

Πρακτικές συμβουλές

A. Προλαμβάνω το υποψήφιο θύμα

1ο Λάθος: Δεν θέλω να μιλάω γι αυτό το θέμα
(αναγνώριση –έκφραση συναισθημάτων –βοήθεια)

Κρατήστε ανοιχτό διάλογο.

Γίνετε καλός ακροατής και καλός παρατηρητής.

Τα μικρά παιδιά μπορεί να μην είναι σε θέση να εκφραστούν λεκτικά.

Δώστε προσοχή σε αλλαγές στη συμπεριφορά τους στο σπίτι ή στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις τους.

Πρακτικές συμβουλές

A. Προλαμβάνω το υποψήφιο θύμα

2^ο Λάθος: Αντιδρώ επιθετικά

Η ικανότητα να επιλέγεις πώς θα αντιδράσεις λέγεται υπευθυνότητα.

- ✓ Όταν κάποιος σου φέρεται άσχημα, σκέψου την κακία του σαν να σου έδινε να κρατήσεις καυτές πατάτες. Πρέπει να την ανταποδώσεις όχι στη λογική των αντιποίνων αλλά στη λογική του να μην επιτρέπεις στους άλλους να ξεσπούν την κακία τους επάνω σου. Κατηγορώντας τους και δρώντας επιθετικά δεν ξεκαθαρίζεις τα πράγματα, γιατί οι ενδυνάμει θύτες είναι εξαιρετικά έξυπνοι και θα ρίξουν την ευθύνη πάνω σου.
- ✓ Όταν αποφασίσεις να δράσεις και εσύ επιθετικά, τότε η επιλογή δεν είναι δική σου, αλλά ακολουθείς πιστά την τακτική του θύτη ή του υποψήφιου θύτη. Τι συμπέρασμα νομίζεις ότι θα βγάλει για το χαρακτήρα σου; Μήπως ότι δεν έχεις δική σου διαμορφωμένη στάση και συμπεριφορά απέναντι στα προβλήματα αλλά επηρεάζεσαι και υιοθετείς τις συμπεριφορές των άλλων; Επομένως ότι αποτελείς εύκολο στόχο γι' αυτόν, αφού δείχνεις άτομο με χαμηλή αυτοπεποίθηση;
- ✓ Μην πέφτεις λοιπόν στην παγίδα των άλλων και προσπάθησε να αντιδράσεις με το δικό σου τρόπο, που όμως **να εκπέμπει σιγουριά και αυτοπεποίθηση**. Από εσένα εξαρτάται το πώς θα συμπεριφέρεσαι στους άλλους. Όταν συμπεριφέρεσαι με σιγουριά και στέλνεις ξεκάθαρα μηνύματα, εσύ είσαι ο κυρίαρχος του παιχνιδιού και αυτομάτως συνειδητοποιείς ότι η επιθετικότητα των άλλων δεν είναι δικό σου φταίξιμο αλλά δική τους ευθύνη.

Πρακτικές συμβουλές

A. Προλαμβάνω το υποψήφιο θύμα

**3° Λάθος: Κάτι πρέπει να πηγαίνει στραβά με εμένα
άρα είναι δικό μου το φταίξιμο.**

**Βοηθάμε το άτομο να αγαπήσει τις δύο όψεις του, να αποδεχτεί τον
εαυτό του και να ενεργοποιήσουμε τα αρνητικά του ώστε να γίνουν
όσο το δυνατό θετικά (ενίσχυση της αυτοεκτίμησης).**

4° Λάθος: Δεν αντιδρώ εξαιτίας του ΦΟΒΟΥ.

**Νιώσε τον φόβο σου και αντιμετώπισέ τον.
Ξεκίνα από αυτά που σε φοβίζουν λιγότερο.**

Πρακτικές συμβουλές

B. Προλαμβάνω τον υποψήφιο θύτη

- ✓ Ξεκάθαρη συναισθηματική στάση μέσα από την οποία πρέπει να εκπέμπονται μηνύματα αγάπης. Έχει διαπιστωθεί ότι το παιδί θα εγκαταλείψει πολύ πιο εύκολα την επιθετική του συμπεριφορά εάν νιώθει ότι το αγαπούν και το εκτιμούν.
- ✓ Μιλάμε για τα αίτια της συμπεριφοράς του και το βοηθάμε να καταλάβει τη διαφορά ανάμεσα στην αυτοπεποίθηση και την επιθετικότητα.
- ✓ Το μαθαίνουμε να ελέγχει το θυμό του (ίσως και με τη βοήθεια ειδικού).
- ✓ Συχνά τα επιθετικά παιδιά δυσκολεύονται να υπακούσουν σε κανόνες ενώ η οικογενειακή κατάσταση ενδέχεται να είναι χαοτική και αποδιοργανωμένη. Είναι σημαντικό για τους γονείς να δουλέψουν με το παιδί και να καταλήξουν σε κάποιους απλούς οικογενειακούς κανόνες.

Πρακτικές συμβουλές

B. Προλαμβάνω τον υποψήφιο θύτη

- ✓ Να επαινούν το παιδί τους όταν ακολουθεί αυτούς τους κανόνες και να προβλέπεται κάποιου είδους συνέπεια αν το παιδί τους παραβιάζει.
- ✓ Επειδή οι επιθετικές ενέργειες εκδηλώνονται εκτός σπιτιού, είναι πολύ σημαντικό να γνωρίζουμε τους φίλους των παιδιών και να γνωρίζουμε επίσης τι κάνουν όταν βρίσκονται μεταξύ τους.
- ✓ Η έντονη δραστηριότητα, η σωματική δύναμη και η ανάγκη για κυριαρχία που χαρακτηρίζουν τα παιδιά με αυξημένη επιθετικότητα μπορούν να χρησιμοποιηθούν εποικοδομητικά π.χ. με τη μορφή αυστηρής πειθαρχίας στα πλαίσια κανονισμών σε διάφορες αθλητικές δραστηριότητες.

Μέτρα σε επίπεδο σχολείου

- ✓ Αυξημένη επιτήρηση
- ✓ Ανοιχτή γραμμή επικοινωνίας (Εκπαιδευτικοί – Γονείς – Παιδιά)
- ✓ Στενή συνεργασία: Σχολείο – Σπίτι
- ✓ Τακτικές Συνεδριάσεις του Συλλόγου Διδασκόντων
- ✓ Ενημέρωση - Διαμόρφωση ενιαίου κοινωνικού πλαισίου για την ανάληψη δράσεων πρόληψης και αντιμετώπισης του φαινομένου.
- ✓ [Προγράμματα Αγωγής Υγείας](#)
- ✓ [Δράσεις του Σχολείου για την πρόληψη της βίας και του σχολικού εκφοβισμού \(2015\)](#)
- ✓ Σχολικές ημερίδες