

ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΟΥ ΕΦΗΒΙΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ ΚΑΙ ΓΟΝΕΙΣ

Γεωργία Καυκά

Δρ. Ψυχολογίας

ΑΘΗΝΑ 2014

ΕΦΗΒΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ

Πράξη παρενόχλησης από έναν ή περισσότερους προς έναν ή περισσότερους εφήβους με σκοπό την επιβολή της βούλησης και την κυριαρχία.

Χαρακτηριστικά

- A. Στόχος να πληγώσει κάποιον.
- B. Επανάληψη της παρενόχλησης προς το ίδιο άτομο.
- Γ. Επίδειξη δύναμης προς αυτόν που θεωρεί πιο αδύναμο.

Ο εκφοβισμός είναι διαφορετικός από τη σύγκρουση, τον καυγά ή τη διαφωνία.

Έχει τα ανωτέρω χαρακτηριστικά.

Προκαλεί ψυχικό ή σωματικό πόνο.

Είναι ανεπίτρεπτος.

ΑΝΗΣΥΧΗΤΙΚΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΤΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Όταν οι έφηβοι εκφοβίζονται, παρουσιάζουν δυσκολία στην επικοινωνία ή δείχνουν ανήμποροι να εκφράσουν τι τους συμβαίνει. Πολλοί μαθητές φοβούνται ή αισθάνονται αμήχανα να μιλήσουν. Άλλοι πάλι πιστεύουν ότι οι ενήλικες δεν μπορούν να βοηθήσουν.

Είναι πολύ σημαντικό να παρατηρούν οι γονείς τα προειδοποιητικά σημάδια του εφηβικού εκφοβισμού.

Οι **προειδοποιητικές ενδείξεις** περιλαμβάνουν τα ακόλουθα:

1. Απέχθεια για το σχολείο ή άρνηση να πάνε στο σχολείο
 2. Στομαχόπονοι ή άλλα ψυχοσωματικά συμπτώματα
 3. Προβλήματα διατροφής και ύπνου
 4. Ανεξήγητη απώλεια ή καταστροφή ενδυμάτων ή άλλων προσωπικών αντικειμένων
 5. Αποδεικτικά σημάδια σωματικής κακοποίησης όπως γρατζουνιές κ.ά.
 6. Αρνητική αυτοκριτική, πολύ χαμηλή αυτοεκτίμηση
 7. Αλλαγές στους φίλους ή απομάκρυνση από παλαιούς φίλους
 8. Ξαφνική αλλαγή της συμπεριφοράς
 9. Κατάθλιψη, άγχος, φοβία
10. Επιθετικότητα

Προτάσεις-Τρόποι διαχείρισης εκφοβισμού στο σχολείο

- Άμεση ανταπόκριση στο συμβάν του εκφοβισμού
- Συστηματικός έλεγχος διαδρόμων και τουαλετών
- Αποτελεσματική εφημερία των διδασκόντων
- Αντι-εκφοβιστικά μηνύματα στο μάθημα τακτικά στην τάξη
- Δημιουργία ενός σχολικού κλίματος με σεβασμό, αποδοχή, ευγένεια και συνεργασία
- Άμεση παρέμβαση σε περιστατικά εκφοβισμού
- Άμεση αναφορά του περιστατικού στη Διεύθυνση του σχολείου
- Άμεσα συμβουλευτική και καθοδήγηση στο μαθητή που εκφοβίζεται
- Ψυχολογική στήριξη στο μαθητή που δέχθηκε εκφοβισμό
- Καλλιέργεια κοινωνικών δεξιοτήτων σε μαθητή που παρενοχλεί
- Εκπαίδευση-προετοιμασία μαθητών σε περίπτωση που τους παρενοχλήσουν ή γίνουν μάρτυρες περιστατικών εκφοβισμού
- Εμπλοκή γονέων σε πρόγραμμα έγκαιρης πρόληψης και παρέμβασης
- Ειδική εκπαίδευση για μαθητές με ιδιαιτερότητες ή μαθησιακές δυσκολίες
- Δημιουργία ασφαλούς σχολικού περιβάλλοντος χωρίς εκφοβισμό

Προτάσεις-Τρόποι διαχείρισης εκφοβισμού στην οικογένεια

Εάν υπάρχει η υποψία ότι ο έφηβος εκφοβίζεται, συζητήστε το μαζί του κι έπειτα συζητήστε με το Διευθυντή του σχολείου και-ή τους καθηγητές.

Όταν συζητάτε με τον έφηβο:

- Εξηγήστε στον έφηβο ότι η αναφορά ενός τέτοιου περιστατικού σε καθηγητές και γονείς είναι πολύ σημαντικό θέμα
- Εξηγήστε του ότι δεν φταίει εκείνος, επειδή κάποιος τον παρενοχλεί
- Ρωτήστε τον για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το συμβάν
- Ακούστε τον με προσοχή
- Δείτε πώς αντιδρά ο έφηβος
- Εάν υπάρχουν σημάδια σωματικής κακοποίησης, φωτογραφίστε τα, ώστε να υπάρχει το τεκμήριο σε περίπτωση που χρειαστεί μελλοντικά
- Μείνετε επικεντρωμένοι στον έφηβό σας και κάντε τον να αισθανθεί ασφαλής
- Καταγράψτε ό,τι ο έφηβος σας λέει ή δείχνει
- Βοηθήστε τον να καταλάβει τι σημαίνει παρενόχληση και τι να κάνει για να την προλαβαίνει και να την σταματά
- Δεχθείτε βοήθεια από τη διεύθυνση του σχολείου και από ειδικούς επιστήμονες

Ακούστε, καταγράψτε και βοηθήστε

Όταν μιλάτε με το Διευθυντή ή τους καθηγητές στο σχολείο ...

- Εξηγήστε τους το περιστατικό του εκφοβισμού
- Να είστε ακριβής στο πού και πότε συνέβη
- Ρωτήστε αν εφαρμόζουν κάποιο πρόγραμμα πρόληψης και παρέμβασης

Τα παραπάνω εφαρμόζονται ανάλογα με την περίπτωση, με στόχο τη διαμόρφωση ασφαλούς κλίματος στο σχολείο.

Γεωργία Καυκά, 2014

Απαγορεύεται η ολική ή μερική αναδημοσίευση και ανατύπωση αυτού του κειμένου χωρίς την άδεια του συγγραφέα.