

Ημερίδα με θέμα «Σχολική βία και εκφοβισμός: Το θετικό σχολικό κλίμα ως παράγοντας προστασίας»



Το ΠΑ.ΒΙ.Σ. μέσω των δομών του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου Κύπρου παρέχει στήριξη στις σχολικές μονάδες για εφαρμογή προγραμμάτων, επιμορφώσεων και δράσεων στο πλαίσιο της Εθνικής Στρατηγικής για Πρόληψη και Διαχείριση της Βίας στο Σχολείο.

Σκοπός του ΠΑ.ΒΙ.Σ. είναι η προαγωγή και η διατήρηση ενός ασφαλούς και φιλικού σχολικού περιβάλλοντος για όλα τα μέλη της σχολικής κοινότητας.



Κύρια Ομιλία

Παράγοντες κινδύνου και προστασίας σχολικής βίας: Η σημασία του σχολικού κλίματος

Δρ Κώστας Φάντη, Αναπληρωτής Καθηγητής
Πανεπιστημίου Κύπρου - Τμήμα Ψυχολογίας

Παράλληλα Εργαστήρια

«Μη βίαιη επικοινωνία»

Γιώτα Παναγιώτου, Αθανασία Τροκκούδη Στεφάνου, Λειτουργοί ΠΑ.ΒΙ.Σ.

«Ανάπτυξη επικοινωνιακών δεξιοτήτων για διαχείριση δύσκολων περιστατικών στο σχολικό πλαίσιο»

Δρ Μαρία Πετρίδου, Κλινική Ψυχολόγος, Πανεπιστήμιο Κύπρου - Τμήμα Ψυχολογίας

«Ψυχική ενδυνάμωση των εκπαιδευτικών»

Κωνσταντίνος Παπαγεωργίου, Λειτουργός ΠΑ.ΒΙ.Σ.

«Δημιουργία κουλτούρας μηδενικής ανοχής της βίας στην τάξη»

Δρ Χαρά Δημητρίου, Σχολική και Κλινική Ψυχολόγος, Πανεπιστήμιο Κύπρου - Τμήμα Ψυχολογίας

«Σχολείο του σήμερα: Συμπερίληψη και υποστήριξη από και για όλους και όλες»

Μαργαρίτα Κυριάκου, Λειτουργός ΠΑ.ΒΙ.Σ.

«Τεχνικές ενδυνάμωσης των εκπαιδευτικών σχετικά με τον σχολικό εκφοβισμό: Αποτελεσματική επικοινωνία εκπαιδευτικών με γονείς παιδιού θύτη και θύματος»

Χριστιάνα Δίπλη, Εκπαιδευτική και Σχολική Ψυχολόγος και Ψυχοθεραπεύτρια Παιδιών - Εφήβων και Ενηλίκων

Κύρια Θέματα στα οποία αναφέρθηκε

- Σχολική βία ή εκφοβισμός (bullying) (τί θεωρείται μπουλινγκ και τί δεν θεωρείται, διαφοροποίηση των δύο, ποιες οι μορφές του)
- Αναφορά στην έρευνα (σε ποιες τάξεις)
- Μεταξύ άλλων...Διαδικτυακός εκφοβισμός ή Κυβερνο-εκφοβισμός;
- Ποιες είναι οι επιπτώσεις της σχολικής βίας;
Για ποιους λόγους οι μαθητές εκφοβίζουν συμμαθητές τους;
- Παράγοντες προστασίας
- Σημαντικότητα ευρημάτων
- Τρόποι αντιμετώπισης

Διαδικτυακός εκφοβισμός ή Κυβερνοεκφοβισμός

- Χρήση ηλεκτρονικών μέσων με σκοπό...
 - Εκφοβισμό
 - Παρενόχληση
 - Εξύβριση
 - Δυσφήμιση
 - Εξευτελισμό
 - Κοινωνικό αποκλεισμό
 - έκθεση και αποστολή σε άλλους χωρίς την έγκριση του «θύματος»
 - μυστικών, κουτσομπολιών, προσβλητικών φημών, βίντεο-φωτογραφιών με χλευαστικό περιεχόμενο
- Χρήση ή παραποίηση των προσωπικών δεδομένων κάποιου
- 1 στους 5 έφηβους στην Ευρώπη είναι θύμα κυβερνοεκφοβισμού





Ποιες είναι οι επιπτώσεις της σχολικής βίας;

- Συνέπειες – θύτες
- Σωματικές συνέπειες – θύμα
- Σχολικές συνέπειες – θύμα
- Πως νιώθει ένα παιδί θύμα
- Βία προς και από εκπαιδευτικούς
- Για ποιους λόγους οι μαθητές εκφοβίζουν συμμαθητές τους;

ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ – ΘΥΤΕΣ

Η εκδήλωση συμπτωμάτων βίας και παραβατικότητας αυξάνει σημαντικά τον κίνδυνο για...

- ▶ χαμηλές σχολικές επιδόσεις
- ▶ εμπλοκή σε εγκληματικές ενέργειες
- ▶ το 50% των θυτών εξελίσσονται σε ενήλικες με αντικοινωνική συμπεριφορά
- ▶ περισσότερες πιθανότητες να καταδικαστούν για ΠΟΙΝΙΚΑ αδικήματα
- ▶ ανάπτυξη άγχους και κατάθλιψης
- ▶ δημιουργία οικογενειακών προβλημάτων
- ▶ χαμηλή ποιότητα ζωής → Να δώσουμε το μήνυμα ότι πρέπει να αποφεύγονται τέτοιες συμπεριφορές

Σωματικές συνέπειες – Θύμα

- Γρατζουνιές, μώλωπες
- Πονοκέφαλοι, στομαχόπονοι, αυπνία, εφιάλτες
- Απώλεια όρεξης



Σχολικές συνέπειες – θύμα

- Μειωμένη ικανότητα συγκέντρωσης, δυσκολίες στη μάθηση
- Μειωμένη επικοινωνία – δε λένε τις σκέψεις τους από φόβο κοροϊδίας
- Σχολική άρνηση – φοβία
- Συχνές απουσίες
- **Μειωμένη ποιότητα ζωής**
 - Απομόνωση

→ προστατέψτε αυτούς τους μαθητές

Πως νιώθει ένα παιδί θύμα

- Θλιμμένο – μελαγχολία
- Ντρέπεται
 - Νιώθει ότι φταίει
- Φοβάται
- Σκέφτεται ότι θα απογοητεύσει τους γονείς του
- Βρίσκεται σε διαρκή κατάσταση άμυνας – Ανησυχία / Αγωνία
- **ΑΓΧΟΣ**
 - Κοινό στοιχείο θυμάτων / θυτών

Βία προς και από εκπαιδευτικούς

- Εκπαιδευτικοί δέχονται βία
 - από μαθητές
 - από γονείς

Ποιο συχνή μορφή – δυσφήμιση εκπαιδευτικών

Ποιες οι συνέπειες – εκπαιδευτικούς;

Οι εκπαιδευτικοί που είναι θύματα βίας δηλώνουν

- Αυξημένο άγχος
- Μειωμένη ποιότητα ζωής
- Μειωμένο Αίσθημα ασφάλειας
- Η σημαντικότητα που δείχνει το σχολείο στις παρεμβάσεις και στην πρόληψη συνδέεται με καλύτερη ποιότητα ζωής για τους εκπαιδευτικούς

Γιατί ο οποιοσδήποτε να εκφοβίζει;

- **Χαμηλή αυτοεκτίμηση**

- ανάγκη για επιβολή δύναμης
- ανάγκη για προσοχή
 - Γίνονται πιο δημοφιλείς (μέσα από το φόβο που προκαλούν σε όλους) → Δεν έχουν αληθινές φιλίες

- **Ναρκισσισμός**

- συνδέεται με υπέρμετρα εγωκεντρικές συμπεριφορές και τη χρήση μηχανισμών χειραγώγησης
 - αυξάνουν την εμπλοκή σε αντικοινωνικές και εκφοβιστικές συμπεριφορές

Γιατί ο οποιοσδήποτε να εκφοβίζει;

- **Παρορμητικότητα**

- αδυναμία στην αναστολή και στη ρύθμιση της συμπεριφοράς
 - οδηγούνται σε πράξεις που πληγώνουν τον ίδιο τους τον εαυτό ή τους γύρω τους

- **Χαρακτηριστικά σκληρότητας**

- έλλειψη ενσυναίσθησης, μεταμέλειας και ενδιαφέροντος για την ευημερία των άλλων
 - αυξάνονται οι πιθανότητες να εμπλέκονται σε εκφοβιστικές συμπεριφορές



Προληπτικά μέτρα (από νεαρή ηλικία-έγκαιρη αναγνώριση τους και προσπάθεια για ανάπτυξη κατάλληλων δεξιοτήτων διαχείρισης συμπεριφοράς)

Εκπαίδευση δεξιοτήτων ενσυναίσθησης

Μάθηση, αντίληψη και αντίδραση στα διάφορα συναισθήματα (χαρά, λύπη, θυμός, έκπληξη, φόβος, αηδία).

Έλεγχος επιθετικότητας μέσω της λογικής

Μαθαίνουν να ερμηνεύουν σωστά τις προθέσεις των άλλων
Ερμηνεία κοινωνικών καταστάσεων με εναλλακτικούς τρόπους
δεν προσπαθούν όλοι να μας κάνουν κακό

Ικανότητα ρύθμισης συναισθημάτων:

επιτρέπει στα άτομα να επεξεργαστούν και να ρυθμίσουν συναισθήματα όπως είναι ο θυμός ή η ματαιώση πριν συμπεριφερθούν αντιδραστικά ή και επιθετικά



Σημαντικότητα ευρημάτων της έρευνας

- Ο πιο αποτελεσματικός τρόπος για την καταπολέμηση της βίας στα σχολεία είναι η συνεχής εμπλοκή όλων των σχετιζόμενων μελών της σχολικής κοινότητας
- Είναι σημαντικό να κυριαρχεί πνεύμα συνεργασίας ανάμεσα σε όλα τα μέλη του σχολείου-εκπαιδευτικοί, μαθητές και γονείς.

Παράγοντες προστασίας

Σχολικό περιβάλλον

- Το σχολικό πλαίσιο μπορεί να δράσει ως σημαντικός προστατευτικός παράγοντας για τη μείωση του φαινομένου της βίας
- Σχολικό κλίμα
 - ποιότητα του σχολικού περιβάλλοντος, η οποία βιώνεται από μαθητές (και εκπαιδευτικούς)
 - δυναμικές αλληλεπιδράσεις: επικοινωνία - συνεργασία
 - επηρεάζει τη συμπεριφορά και συναισθήματα

Σχολικό κλίμα

- Το σχολικό κλίμα επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό:
 - την ψυχική διάθεση
 - τη ποιότητα ζωής
 - την επίτευξη των στόχων
 - την απόδοση στο εκπαιδευτικό έργο
 - των μαθητών / εκπαιδευτικών
- την ικανότητα των εκπαιδευτικών να προσφέρουν βοήθεια προς τα θύματα έκφοβισμού

Σημασία στην Πρόληψη/ Αντιμετώπιση της σχολικής βίας → σχολικό κλίμα

- ▶ Η αντιμετώπιση της σχολικής βίας κρίνεται από την πλειοψηφία των μαθητών, εκπαιδευτικών και γονέων ως σημαντικό μέρος της αποστολής ενός σχολείου
- ▶ Αποτελέσματα: δίνοντας σημασία στην πρόληψη μπορούμε να έχουμε
 - μείωση σχολικής βίας
 - μείωση της πιθανότητας περιθωριοποίησης μαθητών από συμμαθητές
 - αύξηση ενσυναίσθησης
 - αυξημένη ποιότητα ζωής → εκπαιδευτικών / μαθητών
 - μειωμένη βία από και προς εκπαιδευτικούς.

Τρόποι αντιμετώπισης

Τι μπορούμε να κάνουμε

- Μαθητές, συμμαθητές, εκπαιδευτικοί εισηγούνται ότι τα θύματα:
 - Φαίνονται φοβισμένα / αδύναμα
 - Δέχονται εύκολα τον εκφοβισμό / κλαίνε εύκολα
 - Έχουν χαμηλή ένταση φωνής
 - Φαίνονται δυστυχισμένοι
 - εύκολοι στόχοι
- Εντοπισμός αυτών των παιδιών και παροχή βοήθειας

Ανίχνευση της θυματοποίησης

- Ο σχολικός εκφοβισμός συμβαίνει με τέτοιο τρόπο που συχνά οι ενήλικες δεν συνειδητοποιούν την ύπαρξη του.
- Οι περισσότερες περιπτώσεις σχολικού εκφοβισμού συμβαίνουν εν αγνοία των γονέων και των δασκάλων
 - Τα περισσότερα θύματα διστάζουν να ενημερώσουν κάποιο ενήλικα λόγω αισθημάτων ντροπής, ματαίωσης, φόβου για μη κατανόηση από τους ενήλικες, φόβου για εκδίκηση από τους θύτες, ακόμη και ενοχών
 - **Νιώθουν αβοήθητα**

**Σημαντικότητα των συμμαθητών
Να μην είναι απλά παρατηρητές**

Τι μπορούμε να κάνουμε;

- Ενίσχυση των μαθητών/τριών που θυματοποιούνται με δράσεις που συμβάλουν στην
 - ενδυνάμωση της αυτοεκτίμησης
 - αποφυγή περιθωριοποίησης
- Ομάδα υποστήριξης – θύμα
 - Εκπαιδευτικούς (υπεύθυνος τμήματος – ασπίδα προστασίας)
 - Συμμαθητές
 - Σε περίπτωση ψυχοπαθολογίας – εκπαιδευτικό ψυχολόγο / σύμβουλο
 - ψυχολογική και συμβουλευτική στήριξη των άμεσα εμπλεκομένων, με στόχο την αποφυγή μελλοντικών επεισοδίων, αλλά κυρίως τη λήψη ουσιαστικής βοήθειας στη βάση των εξατομικευμένων αναγκών του θύτη και του θύματος
 - Αίτημα των εκπαιδευτικών – Αύξηση αριθμού των εκπαιδευτικών ψυχολόγων

Τι μπορούμε να κάνουμε;

- Αν το παιδί είναι θεατής:
 - Ενθάρρυνε το να:
 - Αποτρέπει το σκόπιμο αποκλεισμό κάποιου παιδιού από την παρέα.
 - Μην χαμογελά ή γελά όταν ένα παιδί εκφοβίζεται.
 - Αναφέρει το περιστατικό σε ενήλικες στο σχολείο.
 - Ενθαρρύνει το παιδί-θύμα να μπει στην δική του παρέα.
 - Δείχνει αποδοκιμασία των πράξεων του παιδιού θύτη.

Τα μηνύματα που πρέπει να δώσουμε



- Μη δέχεσαι τη βία → **Μίλα**
- Μη μένεις παρατηρητής → **Μίλα**
- Φέρσου στους άλλους όπως θέλεις να σου φέρονται
- Σεβάσου τη διαφορετικότητα των άλλων
 - Δεν είμαστε όλοι ίδιοι, αλλά είμαστε ίσοι
- Οι γονείς και οι δάσκαλοι / καθηγητές σου μπορούν **(και θέλουν)** να σε βοηθήσουν
- Θύτης – πρέπει να καταλάβει τις συνέπειες των πράξεων του
 - **Μηδενική ανοχή** σε συμπεριφορές εκφοβισμού και καταπίεσης
 - **Όλοι** πρέπει να δώσουμε το μήνυμα ότι αυτή η συμπεριφορά δεν είναι ανεκτή

Τι μπορεί να κάνει το σχολείο

- Πέραν από τη κάλυψη της ύλης
 - Να εφαρμόζει προγράμματα προαγωγής ψυχικής υγείας
 - Να αφιερώνει χρόνο στην εμπέδωση ενός υγιούς σχολικού κλίματος
 - Να αντιμετωπίζει τους θύτες
 - Να ενημερώνει συχνά τους γονείς για θέματα συμπεριφοράς
 - Να ακούει τις ανησυχίες όλων των εμπλεκομένων για πιθανό εκφοβισμό

Τι μπορεί να κάνει το σχολείο

- Ενδυνάμωση της φωνής των μαθητών
 - Να αξιοποιεί τα μαθητικά συμβούλια - να αναλύονται τα προβλήματα και να προτείνονται λύσεις από κοινού
 - Να συναποφασίζει με τους μαθητές ένα κώδικα συμπεριφοράς στην αρχή της χρονιάς
- Σύστημα **ανοιχτής** και **εμπιστευτικής** επικοινωνίας με τους μαθητές
 - Να δημιουργηθεί μια διαδικασία αναφοράς των περιστατικών από τους μαθητές
 - Π.χ., κουτί προβλημάτων τάξης

Ανακεφαλαίωση

- Οι σχολικές συγκρούσεις εμπλέκουν εκπαιδευτικούς, γονείς και μαθητές.
- **Έκταση βίας:** Η σχολική βία και επιθετικότητα αποτελούν ένα μεγάλο πρόβλημα που αντιμετωπίζουν οι μαθητές στην Κύπρο
- Σύμφωνα με ερευνητικά δεδομένα η **ποιότητας ζωής** τόσο των μαθητών όσο και των εκπαιδευτικών επηρεάζεται αρνητικά από τη σχολική βία.
- Μελλοντικές προσπάθειες για αντιμετώπιση της σχολικής βίας πρέπει να περιλαμβάνουν όλους τους εμπλεκόμενους
 - Επιμόρφωση εκπαιδευτικών / γονέων / μαθητών
- Το σχολείο χρειάζεται να αποτελεί ένα ασφαλές χώρο, που θα προάγει
 - την ψυχική υγεία / ανθεκτικότητα των μαθητών και των εκπαιδευτικών
 - δυνατότητα ανάπτυξης δεξιοτήτων ζωής

«Το σχολείο είναι μια μικρογραφία της κοινωνίας, κατά συνέπεια είναι το κατάλληλο πλαίσιο για την εκπαίδευση των μαθητών/μαθητριών σε κοινωνικές δεξιότητες.

Είναι εκπληκτικά μεγάλο το χρονικό διάστημα που περνούν τα παιδιά στο σχολείο για να μην εκμεταλλευτούμε μια τέτοια ευκαιρία.»

Frank M. Gresham