

Περιλαμβάνονται 2 έγκυρα επιστημονικά άρθρα για σχολικό εκφοβισμό (bullying)

## 1. Σχολικός εκφοβισμός

Μαρία Θεοφίλου, Σχολική Ψυχολόγος

### Τι είναι ο σχολικός εκφοβισμός;

Η εκφοβιστική συμπεριφορά είναι μια συνειδητή επιθετική πράξη, στάση ή χειρισμός εναντίον ενός ατόμου ή αριθμών ατόμων και επιχειρείται από ένα ή περισσότερα άτομα. Μπορεί να διαρκεί για σύντομη χρονική περίοδο ή για ολόκληρα χρόνια και χαρακτηρίζεται από κατάχρηση εξουσίας. Ο δράστης έχει σκοπό να βλάψει το παιδί –στόχο και δεν φοβάται την αντεκδίκηση διότι βασίζεται στην αδυναμία του παιδιού. Τα κύρια χαρακτηριστικά της εκφοβιστικής συμπεριφοράς είναι ότι ο δράστης συνήθως υπερέχει του παιδιού-στόχου σε ότι αφορά τη σωματική δύναμη, υπάρχει δηλαδή ανισότητα στη δύναμη. Επίσης είναι σκόπιμη συμπεριφορά και συνήθως οι εκφοβιστικές πράξεις είναι επαναλαμβανόμενες. Υπάρχουν διάφορες μορφές εκφοβισμού. Ο λεκτικός εκφοβισμός περιλαμβάνει τη συστηματική χρησιμοποίηση υβριστικών εκφράσεων και χρησιμοποίησε σταθερά ένα άτομο ως στόχο πειραγμάτων, κάνοντάς το περίγελο. Ο σωματικός εκφοβισμός και βία περιλαμβάνει σπρωξίματα, σκουνητάκια, αγκωνιές, κλοτσιές, τρικλοποδιές κτλ. Ο εκφοβισμός με εκβιασμό περιλαμβάνει την εκούσια απόσπαση χρημάτων ή προσωπικών αντικειμένων, η οποία συνοδεύεται από απειλές, ή και τον εξαναγκασμό σε αντικοινωνικές πράξεις – για παράδειγμα, να διαπράξει κλοπή ή βανδαλισμό ιδιοκτησίας. Ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός (cyber-bullying) περιλαμβάνει την αποστολή απειλητικού ή υβριστικού υλικού μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ή μηνυμάτων SMS. Επίσης υπάρχουν πολλές μορφές έμμεσου εκφοβισμού κατά τον οποίο ο θύτης προσπαθεί να απομονώσει κοινωνικά κάποιο άτομο ή το αγνοεί ή ακόμα επιχειρεί να πείσει τους άλλους να αισθανθούν αντιπάθεια γι' αυτό, διαδίδοντας κακόβουλες φήμες και ψεύδη.

Σχολικός εκφοβισμός συνιστά η διαρκής βία -σωματική ή ψυχολογική που διεξάγεται από ένα παιδί ή μία ομάδα παιδιών εναντίον κάποιου παιδιού το οποίο δεν μπορεί να υπερασπιστεί τον εαυτό του στην παρούσα κατάσταση. Ο σχολικός εκφοβισμός (bullying) με άλλα λόγια είναι μια μορφή επιθετικής συμπεριφοράς κατά κανόνα εσκεμμένη και επιζήμια. Συχνά είναι επίμονη, κάποιες φορές συνεχιζόμενη επί εβδομάδες, μήνες ή χρόνια. Αυτοί που υφίστανται το σχολικό εκφοβισμό είναι πολύ δύσκολο να υπερασπιστούν τον εαυτό τους.

### Τα κύρια χαρακτηριστικά του σχολικού εκφοβισμού είναι τα εξής:

1. πρόθεση από το παιδί - δράστη να βλάψει, να κάνει ζημιά στο παιδί - στόχο – θύματος,
2. έλλειψη συχνά δικαιολογίας για την πράξη
3. επανάληψη της συμπεριφοράς
4. ικανοποίηση που αντλεί ο δράστης από τη βλάβη του θύματος.

### Τύποι εκφοβισμού

Ο σχολικός εκφοβισμός, ανάλογα με τα μέσα που χρησιμοποιεί το παιδί - δράστης για να βλάψει το θύμα, παίρνει διάφορες μορφές. Έτσι διακρίνουμε τους εξής τύπους εκφοβισμού:

**α. Τον άμεσο ή σωματικό εκφοβισμό (physical bullying):** Το παιδί - θύτης μεταχειρίζεται φυσική βία, όπως γρονθοκοπήματα, κλωτσιές, σπρωξιές, καθώς επίσης άρπαγμα ή φθορά ατομικής ιδιοκτησίας.

**β. Το λεκτικό εκφοβισμό (verbal bullying):** Στο λεκτικό εκφοβισμό το παιδί - δράστης πειράζει κατ' επανάληψη το παιδί - στόχο σε ενοχλητικό για το δεύτερο βαθμό. Κοροϊδεύει, κολλάει παρατσούκλια, βρίζει, γενικότερα προσβάλλει με λόγια και βωμολοχίες το παιδί - θύμα.

**γ. Τον έμμεσο ή κοινωνικό εκφοβισμό (indirect/social/relational bullying):** σε αυτήν τη μορφή σχολικού εκφοβισμού τα μέσα που μεταχειρίζεται το παιδί - δράστης, ή κατά κανόνα οι δράστες, είναι η κοινωνική απομόνωση του θύματος και ο αποκλεισμός από την παρέα, μέσω της χειραγώγησης της ομάδας ομηλικών. Πιο συγκεκριμένα, τα παιδιά - δράστες συσπειρώνονται σε μία κλίκα και πολύ συντονισμένα αγνοούν το συμμαθητή ή τη συμμαθήτριά τους. Κάνουν τα παιδιά - θύματα να αισθάνονται αόρατοι, δεν τους επιτρέπουν να παίξουν ή τους αναθέτουν τα πιο δυσάρεστα καθήκοντα στις ομαδικές δραστηριότητες. Τα παιδιά - θύτες τρέχουν να κρυφτούν (δείχνοντας επιδεικτικά ότι θα ήθελαν να εγκαταλείψουν τα παιδιά - θύματα). Γενικά τα παιδιά - θύτες περιφρονούν τα παιδιά - θύματα. Ο έμμεσος εκφοβισμός πλήττει κυρίως τις διαπροσωπικές σχέσεις του θύματος καθώς με ύπουλα μέσα, όπως είναι το κουτσομπολιό και η διάδοση κακών φημών, το αποκλείουν σταδιακά από όλες τις παρέες. Αυτή μάλιστα είναι η μορφή που δυσκολεύονται τα παιδιά - θύματα περισσότερο να αναφέρουν, ακριβώς διότι εκφράζεται έμμεσα, συγκαλυμμένα.

Η χρόνια θυματοποίηση συνδέεται με ψυχολογικά προβλήματα, όπως η υπερβολική αναστολή, η μοναξιά, το **άγχος**, η **κατάθλιψη**. Το παιδί που θυματοποιείται μπορεί να παρουσιάσει άρνηση για το **σχολείο**, φόβο για **ανάπτυξη** σχέσεων, αλλαγές στη διάθεση, σωματικά παράπονα και **μαθησιακά προβλήματα** επειδή η σχολική ζωή είναι μια ανυπόφορη εμπειρία.

Όσον αφορά τα σημάδια του εκφοβισμού είναι δύσκολο να 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 πάει σχολείο, το άγχος για το σχολείο, η εμφάνιση συναισθημάτων λύπης, η μείωση της σχολικής επίδοσης και η παραίτηση από χόμπι.

Τα παιδιά - 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. Τα παιδιά που είναι θύματα τυχαίνει συχνά να το κρύβουν από τους γονείς τους. Φοβούνται τις αντιδράσεις των γονιών. Το σημαντικότερο είναι να καταφέρουν οι γονείς να ενισχύσουν την αυτοεκτίμηση του παιδιού, πείθοντας το παιδί ότι δεν διαφέρει και δεν του αξίζει να θυματοποιείται. Γενικότερα ενθαρρύνεται το παιδί να κάνει νέες **φιλίες** εντός και εκτός σχολείου. Η εμπλοκή του παιδιού σε ομαδικές δραστηριότητες κατά τη διάρκεια του απογεύματος βοηθά στην επίτευξη του στόχου αυτού. Γονείς, αν το παιδί σας θυματοποιείται στο σχολείο, επικοινωνήστε με κάποιον εκπαιδευτικό στο σχολείο. Επίσης απευθυνθείτε σε κάποιο επαγγελματία Ψυχολόγο για βοήθεια.

### **Σχολικός εκφοβισμός - Αίτια**

Το φαινόμενο του εκφοβισμού και της **βίας** στο σχολείο είναι σύνθετο, ενώ στην εκδήλωσή του συμβάλλει η αλληλεπίδραση ψυχολογικών, οικογενειακών, κοινωνικών, γνωστικών και συναισθηματικών παραγόντων. Το οικογενειακό περιβάλλον αποτελεί κλειδί την ανάπτυξη επιθετικών συμπεριφορών ανάμεσα στα παιδιά. Οι τρόποι που οι γονείς χρησιμοποιούν για να πειθαρχήσουν τα παιδιά τους συσχετίζονται άμεσα με τις μορφές αντιμετώπισης και επίλυσης συγκρουσιακών καταστάσεων που αυτά θα χρησιμοποιήσουν στη συνέχεια. Έρευνες αποδεικνύουν ότι οι γονείς των θυτών λειτουργούν συχνά οι ίδιοι στις σχέσεις τους με τα παιδιά τους με **επιθετικότητα** και εχθρότητα και έχουν αυταρχικές προσωπικότητες. Οι **τιμωρίες**, οι ποινές, οι συγκρούσεις καλλιεργούν την αντιπαράθεση ανάμεσα στους γονείς και στα παιδιά. Οι συγκρούσεις ανάμεσα στους γονείς κατά την πρώιμη παιδική ηλικία, η ασυμφωνία γονιών, η χαμηλή σύνδεση ανάμεσα στα μέλη της **οικογένειας** αποτελούν παράγοντες που ευνοούν την ανάπτυξη συμπεριφορών. Άλλοι παράγοντες που συντελούν είναι τα ατομικά χαρακτηριστικά των παιδιών (ιδιοσυγκρασία, έλλειψη ενσυναίσθησης) καθώς και σχολικοί παράγοντες.

Το γεγονός ότι η έκταση του φαινομένου είναι μεγαλύτερη σε κάποια **σχολεία** υποδεικνύει ότι ίσως υπάρχουν κάποιοι παράγοντες στο επίπεδο του σχολείου, οι οποίοι επηρεάζουν την συχνότητα εκφοβισμού. Σχολεία όπου υπάρχει ανεπαρκής εποπτεία, καθηγητές με ελλιπείς δεξιότητες για έγκαιρη αναγνώριση ατόμων που εμπλέκονται σε φαινόμενα σχολικού εκφοβισμού. Σημαντικό είναι και το ψυχολογικό κλίμα του **σχολείου** (ανταγωνιστικό, ελεγκτικό, απρόσωπο, οριο-θετεί με εχθρικό τρόπο, προσανατολισμένο στην επίδοση και όχι στις σχέσεις) καθώς και οι πολιτικές του εκπαιδευτικού συστήματος (υπερβολική χρήση της **τιμωρίας** και της αποβολής ως μέσο **πειθαρχίας**, δυσανάλογη **επιβράβευση** κοινωνικά θετικών συμπεριφορών κτλ.). Δεν πρέπει να ξεχνάμε και την επίδραση των Μ.Μ.Ε καθώς και την επίδραση των συνομήλικων.

### **Μπορούμε να πούμε ότι υπάρχει σοβαρό πρόβλημα στην Κύπρο σε σχέση με τον σχολικό εκφοβισμό;**

Ο σχολικός εκφοβισμός αποτελεί σε διεθνές επίπεδο ένα ανησυχητικό φαινόμενο με σοβαρές επιπτώσεις και επηρεάζει ένα σημαντικό ποσοστό παιδιών και εφήβων στα σχολεία της Δημοτικής και Μέσης Εκπαίδευσης. Στην Κύπρο η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση των εμπλεκόμενων είναι αν όχι μηδαμινή τουλάχιστο ανεπαρκής. Παγκύπρια έρευνα για το φαινόμενο της εκφοβιστικής συμπεριφοράς στα σχολεία της Κύπρου (2006-2007), Υπηρεσία Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας και Παιδοψυχιατρικές Υπηρεσίες) με μαθητές 11-14 χρονών έδειξε ότι: 44,9 % δεν βίωσαν καμία μορφή εκφοβισμού κατά τους τελευταίους δύο –τρεις μήνες, από μια μέχρι τρεις φορές έχουν βιώσει εμπειρίες εκφοβισμού 35,2% των μαθητών και 19,9% δήλωσαν ότι είναι συστηματικά θύματα κάποιας μορφής εκφοβισμού. Επίσης στοιχεία της Υπηρεσίας Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού για τη σχολική χρονιά 2008-2009 παραπέμφθηκε ποσοστό 12,7 % με προβλήματα συμπεριφοράς

και βίας. Στην Κύπρο δυστυχώς βρισκόμαστε σε πρώιμα στάδια και πολλά πρέπει να γίνουν, ώστε η πολιτεία να υιοθετήσει, να σχεδιάσει και να εφαρμόσει σε παγκύπρια βάση μια ενιαία εκφοβιστική στρατηγική που να συμπεριλάβει όλα τα σχολεία του νησιού.

### **Ποιες αρνητικές συνέπειες μπορεί να προκαλέσει στο σχολικό χώρο και στην κοινωνία γενικότερα ο σχολικός εκφοβισμός**

Διαχρονικές έρευνες καταδεικνύουν ότι η χρόνια θυματοποίηση συνδέεται με ψυχολογικά προβλήματα, όπως η υπερβολική αναστολή, η μοναξιά, η κατάθλιψη και το άγχος. Οι μαθητές που υπόκεινται σε εκφοβισμό συνήθως είναι απομονωμένοι, με φτωχές κοινωνικές δεξιότητες και μπορεί να παρουσιάσουν ψυχοσωματικά προβλήματα, όπως δυσκολίες ύπνου, πονοκεφάλους, στομαχόπνοους κτλ. Επίσης μπορεί να παρουσιάσουν μείωση της ακαδημαϊκής επίδοσης, αποφυγή ή άρνηση του σχολείου. Μια σοβαρή επιπλοκή είναι οι απόπειρες αυτοκτονίας που μερικές φορές δυστυχώς είναι πετυχημένες. Υπάρχουν έρευνες που δείχνουν ότι όσο παιδιά ασκούν εκφοβισμό έχουν αυξημένες πιθανότητες να παρουσιάζουν και άλλες μορφές αντικοινωνικής συμπεριφοράς, όπως κλοπές, βανδαλισμούς. Επίσης υπάρχει ισχυρή σχέση μεταξύ εκφοβιστικής συμπεριφοράς στο σχολείο και της εγκληματικότητας σε μεγαλύτερες ηλικίες. Τα παιδιά-θύτες, αυτά που ασκούν τον εκφοβισμό και τη βία, βρίσκονται σε μεγάλο κίνδυνο να διακόψουν και τη σχολική φοίτηση και να απομακρυνθούν από το σπίτι.

### **Σχολικός εκφοβισμός - Μέτρα αντιμετώπισης του**

Η έκταση του σχολικού εκφοβισμού σε συνδυασμό με την κρισιμότητα των συνεπειών καθιστούν επιτακτική ανάγκη άμεσης αντιμετώπισης. Στη περίπτωση του εκφοβισμού παρέμβαση και πρόληψη είναι αλληλένδετες. Έτσι η πολιτική για την απαλοιφή του φαινομένου πρέπει να στοχεύει τόσο στη πρόληψη όσο και στη διαχείριση της εκφοβιστικής συμπεριφοράς. Οι παρεμβάσεις που αποσκοπούν στη μείωση του σχολικού εκφοβισμού επιβάλλεται να είναι ολιστικές και να συμπεριλαμβάνουν την οικογένεια, τα παιδιά, το σχολείο και την κοινότητα. Η παραδοχή του γεγονότος ότι η εκφοβιστική συμπεριφορά υπάρχει σε κάθε σχολείο αποτελεί το πρώτο βήμα της κάθε προσπάθειας για αντιμετώπιση και πρόληψη. Η υιοθέτηση πολιτικής κατά της εκφοβιστικής συμπεριφοράς θα πρέπει να είναι μέρος της πολιτικής του σχολείου που αφορά στην τήρηση πειθαρχίας γενικά και πρέπει να συνάδει προς τους κανονισμούς λειτουργίας των σχολείων. Η αντικεκφοβιστική πολιτική του σχολείου θα πρέπει να περιλαμβάνει μια σαφή και σταθερή δήλωση όσον αφορά τη στάση του σχολείου, ορισμό της εκφοβιστικής συμπεριφοράς καθώς των διαφόρων μορφών που εκδηλώνεται, υιοθέτηση προληπτικών στρατηγικών (διαμόρφωση κανόνων συμπεριφοράς, επίβλεψη χώρων, εφαρμογή προληπτικών προγραμμάτων), διαδικασίες διαχείρισης περιστατικών εκφοβιστικής συμπεριφοράς.

Για την πρόληψη του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο ο εκπαιδευτικός πρέπει να συζητά με τους μαθητές για τα δικαιώματά τους, τους κανόνες συμπεριφοράς, στο σχολείο και τους τρόπους αντιμετώπισης του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, να παρέχει από νωρίς στους μαθητές κατάλληλους τρόπους έκφρασης της επιθετικότητας (όπως τα αθλήματα, οι τέχνες κτλ.) και ανάλογες ευκαιρίες για επιτεύγματα και καταξίωση, να ενισχύει τη φιλία μεταξύ των μαθητών και να αναδεικνύει την αλληλεγγύη της παρέας των φίλων ως το πλέον κατάλληλο μέσο για την αντιμετώπιση περιστατικών εκφοβισμού και βίας στο σχολείο, να ευαισθητοποιεί τους γονείς για το πρόβλημα, στις ατομικές και στις ομαδικές συνεργασίες, να αντιμετωπίζει τις αιτίες απομόνωσης και περιθωριοποίησης μαθητών, να δείχνει ιδιαίτερο ενδιαφέρον για την ένταξη στη σχολική ομάδα των νεοφερμένων μαθητών ή των μαθητών με ειδικά προβλήματα και ανάγκες, να ασκεί ουσιαστική εποπτεία των χώρων του σχολείου στους οποίους πιθανολογείται εκδήλωση εκφοβισμού και βίας μεταξύ των μαθητών.

-0-

## **2. Σχολικός εκφοβισμός: Αίτια και συνέπειες του bullying**

Ποια είναι τα χαρακτηριστικά του σχολικού εκφοβισμού; Πώς μπορούν να τον αντιμετωπίσουν οι γονείς.

**Κωνσταντοπούλου Φρίντα** Ψυχίατρος παιδιών και εφήβων

Ως σχολικός εκφοβισμός ή bullying, όπως συχνά αναφέρεται, ορίζεται η εσκεμμένη και επαναλαμβανόμενη βία, (σωματική, λεκτική, ψυχολογική), με σκοπό την πρόκληση σωματικού ή ψυχικού πόνου σε μαθητές, από έναν ή περισσότερους συμμαθητές τους. Τα περιστατικά αναφέρονται εντός, εκτός του σχολικού πλαισίου ή τα τελευταία χρόνια ευρέως και μέσω του Διαδικτύου. Πιο συγκεκριμένα, ο εκφοβισμός συμπεριλαμβάνει σωματική βία, απειλές, εκβιασμούς, διάδοση φημών, σαρκαστικά παρατσούκλια, αποκλεισμό από σχολικές και κοινωνικές δραστηριότητες, σεξουαλική παρενόχληση, βιντεοσκόπηση ιδιωτικών στιγμών, κλοπή και καταστροφή αντικειμένων του θύματος.

Τα ποσοστά του σχολικού εκφοβισμού έχουν αυξηθεί σημαντικά τα τελευταία χρόνια, ενώ χαρακτηριστικά ένα στα δύο παιδιά αναφέρει ότι κάποια στιγμή στη ζωή του έχει πέσει θύμα εκφοβισμού. Τα αγόρια συμμετέχουν πιο συχνά στη σωματική βία, σε αντίθεση με τα κορίτσια που συμμετέχουν συχνότερα στη λεκτική και ψυχολογική βία.

### **Αίτια**

Η διαφορετικότητα, οτιδήποτε δηλαδή ξεφεύγει από το μέσο φυσιολογικό μπορεί να μην είναι εύκολα αποδεκτή. Διαφορές στο χρώμα, την εθνικότητα, τα ευρέως διαδεδομένα πρότυπα ομορφιάς, το νοητικό και συναισθηματικό επίπεδο ενός ατόμου αποτελούν αντικείμενο χλευασμού όταν δεν υπάρχει παιδεία, καλλιέργεια σε ατομικό και κοινωνικό επίπεδο. Τα παιδιά συχνά αντιγράφουν από τους γονείς απαξιοτικές συμπεριφορές σε άτομα που απλά διαφέρουν.

- Συχνά οι ίδιοι οι γονείς, ειδικά των αγοριών προσπαθούν να μάθουν στα παιδιά τους να μην έχουν ευαισθησίες και να είναι δυνατά, διεκδικητικά και κάποιες φορές επιθετικά.
- Η οικονομική κρίση των τελευταίων ετών ωθεί τους γονείς προσπαθώντας να εξασφαλίσουν την επιβίωση της οικογένειας να είναι ουσιαστικά ή συναισθηματικά απόντες από την ανατροφή και τον έλεγχο των παιδιών τους.
- Το Διαδίκτυο, που ευρέως χρησιμοποιείται από την πλειοψηφία των παιδιών, αποτελεί έναν ασφαλή χώρο για τους θύτες, νιώθοντας ασφάλεια και αυτοπεποίθηση, να εκτονώσουν τα αρνητικά τους συναισθήματα. (cyber bullying).

### **Χαρακτηριστικά όσων εμπλέκονται σε σχολικό εκφοβισμό**

Θύματα είναι τα παιδιά που ξεφεύγουν από το μέσο όρο είτε στις επιδόσεις, είτε στην εμφάνιση, είτε στη συμπεριφορά. Συνήθως είναι παιδιά εσωστρεφή, που απομονώνονται και δεν επικοινωνούν εύκολα με τους γονείς, τους εκπαιδευτικούς ή άλλα άτομα του περιβάλλοντός τους. Θα πρέπει να ανησυχήσουμε αν παρατηρήσουμε αλλαγή στη διάθεση τους, τη συμπεριφορά τους, αποφυγή να πάνε σχολείο, να κάνουν πράγματα που πριν τα ευχαριστούσαν. Επίσης, όταν παραπονιούνται συχνά για σωματικά ενοχλήματα, πέφτουν οι σχολικές τους επιδόσεις και δείχνουν συνεχώς φοβισμένα.

Οι θύτες είναι άτομα με μέτριες σχολικές επιδόσεις, χαμηλή αυτοεκτίμηση, που συχνά μεγαλώνουν σε δυσμενές οικογενειακό περιβάλλον. Στο μεγαλύτερο ποσοστό τους αντιμετωπίζουν προσωπικές δυσκολίες, κάτι που φορτίζει αυτά τα παιδιά με αρνητικά συναισθήματα, όπως θυμό, θλίψη, απογοήτευση. Για το λόγο αυτό, ο όρος θύτης δεν είναι πάντα ο πιο κατάλληλος για αυτά τα παιδιά.

### **Συνέπειες**

Τα παιδιά που πέφτουν επαναλαμβανόμενα θύματα σχολικού εκφοβισμού εμφανίζουν καταθλιπτική συμπτωματολογία και συχνά αυτοκτονικό ιδεασμό. Δυστυχώς, πολλά παιδιά στον κόσμο έχουν οδηγηθεί στην αφαίρεση της ζωής τους και παρά την ενημέρωση των τελευταίων ετών, τέτοια φαινόμενα εξακολουθούν να υπάρχουν.

Συχνά ακούγεται η ένσταση ότι στο σχολικό περιβάλλον ανέκαθεν υπήρχαν ανώδυνα περιπαικτικά περιστατικά συνομηλίκων. Η απάντηση είναι ότι ποτέ αυτά τα περιστατικά δεν ήταν ανώδυνα. Πάντα επηρέαζαν και επηρεάζουν την ψυχική υγεία των παιδιών και κατά συνέπεια των ενηλίκων.

### **Αντιμετώπιση**

Οι γονείς κυρίως, αλλά και οι εκπαιδευτικοί επικουρικά, έχουν καθοριστικό ρόλο στην αντιμετώπιση του φαινομένου. Οφείλουν να βρίσκονται κοντά στα παιδιά τους, να επικοινωνούν μαζί τους και να αντιλαμβάνονται άμεσα οποιαδήποτε αλλαγή στη συμπεριφορά τους.

Οι γονείς των παιδιών που υφίστανται σχολικό εκφοβισμό, θα πρέπει να ανακουφίσουν το παιδί τους, να το απενοχοποιήσουν και να το βοηθήσουν ουσιαστικά, αποφεύγοντες εκδικητικές συμπεριφορές, που συνήθως δεν έχουν αποτέλεσμα.

Οι γονείς των παιδιών που ασκούν σχολικό εκφοβισμό, θα πρέπει αρχικά να αναγνωρίσουν, να αποδεχτούν το πρόβλημα, και να βοηθήσουν και αυτοί τα παιδιά τους να αντιμετωπίσουν τις προσωπικές τους δυσκολίες.

Τέλος, οι γονείς όλων των παιδιών, θα πρέπει να μάθουν στα παιδιά τους να σέβονται τη διαφορετικότητα, αλλά και να υπερασπίζονται τα παιδιά που πέφτουν θύματα σχολικού εκφοβισμού. Έτσι, διαδραματίζοντας ενεργό ρόλο, βοηθάνε και αυτά σημαντικά στην αποτροπή των συγκεκριμένων φαινομένων.