



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ**

**ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ**

**ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ:**

**«ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ, ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΣΗ ΚΑΙ ΙΔΙΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΗ»**

**«ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ. ΤΡΟΠΟΙ ΚΑΙ ΕΡΓΑΛΕΙΑ  
ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ»**

**ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**Τζώρτζη Μαρίνα Α.Μ: 3032201401414**

**Επιβλέπουσα Καθηγήτρια :**

**Δέσποινα Καρακατσάνη**

## Περιεχόμενα

Ευχαριστίες.....	3
Εισαγωγή .....	3
ΠΕΡΙΛΗΨΗ .....	6
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ</b> .....	7
ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΟΥ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΥ ΤΟΥ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ.....	7
Η έννοια του σχολικού εκφοβισμού .....	7
1.1.2 Το προφίλ των εμπλεκόμενων μερών στον σχολικό εκφοβισμό.....	9
1.1.3 Ερμηνείες του σχολικού εκφοβισμού .....	11
1.1.4 Μορφές σχολικού εκφοβισμού.....	12
1.1.5 Η κρυφή διάσταση του σχολικού εκφοβισμού.....	14
1.2 Σχολικός εκφοβισμός και αντιμετώπιση μέσω της εκπαιδευτικής πράξης.....	15
1.2.1 Συναισθηματική Εκπαίδευση .....	16
1.3 Πρόληψη και διαχείριση περιστατικών σχολικού εκφοβισμού .....	18
1.3.1 Η Οικοσυστημική Προσέγγιση .....	20
1.3.2 Η Ολιστική προσέγγιση του σχολείου.....	21
1.3.3 Η «φωνή του παιδιού».....	22
1.3.4 Προσέγγιση της Επανορθωτικής Δικαιοσύνης.....	23
1.4 Τρόποι και τεχνικές διαχείρισης περιστατικών σχολικής βίας και εκφοβισμού στο πλαίσιο της τάξης.....	23
1.4.1 Συναισθηματική αγωγή.....	23
1.4.2 Σχολική Διαμεσολάβηση .....	28
1.5 Μη τιμωρητικές μέθοδοι διαχείρισης περιστατικών σχολικού εκφοβισμού.....	31
1.5.1 Μέθοδος Ομάδα Υποστήριξης.....	31
1.5.2 Μέθοδος Επανορθωτική Δικαιοσύνη .....	33
1.5.3 Μέθοδος Πίκας .....	34
1.6 Διεθνή προγράμματα αντιμετώπισης του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού .....	35
1.6.1 Το Πρόγραμμα Olweus της Νορβηγίας.....	36
1.6.2 Το Πρόγραμμα Kiva της Φινλανδίας .....	39
1.6.3 Πρόγραμμα Ολικής Απάντησης από το σχολείο.....	43
1.6.4 Το πρόγραμμα «Δεύτερο Βήμα» .....	44
1.6.5 Εθνικό πλαίσιο δράσης .....	46

<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ</b> .....	47
2.1 Συμμετέχοντες στην έρευνα.....	48
2.2 Μέσα συλλογής δεδομένων .....	49
2.3 Σχεδιασμός .....	50
2.3.1 ΟΔΗΓΟΣ ΗΜΙΔΟΜΗΜΕΝΗΣ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗΣ.....	51
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ</b> .....	52
3.1 Μέτρα πρόληψης του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού στο πλαίσιο του σχολείου .....	52
3.1.1 Η Πολιτική του σχολείου .....	52
3.1.2 Συνεργατικές σχέσεις .....	53
3.1.3 Σχολική Επιτροπή .....	54
3.1.4 Σχολική ημερίδα.....	56
3.1.5 Επιτήρηση στους χώρους του σχολείου .....	60
3.1.6 Ο Ρόλος του εκπαιδευτικού .....	61
3.1.7 Συναντήσεις εκπαιδευτικών-γονέων .....	62
3.1.8 Υποστήριξη από τους σχολικούς συμβούλους .....	63
3.2 Μέτρα πρόληψης του σχολικού εκφοβισμού στο πλαίσιο της τάξης .....	64
3.2.1 Κανόνες της τάξης για τον σχολικό εκφοβισμό .....	65
3.2.2 Τεχνικές για την αύξηση των θετικών συμπεριφορών .....	67
3.2.3 Συμβουλευτική γονέων .....	68
3.2.4 Βιωματικά εργαστήρια.....	70
3.2.5 Συνεργατική μάθηση.....	73
3.3 Μέθοδοι αντιμετώπισης του σχολικού εκφοβισμού στο πλαίσιο της τάξης .....	75
3.3.1 Μέτρα αντιμετώπισης.....	76
<b>Συμπεράσματα</b> .....	80
<b>ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ</b> .....	86

## Ευχαριστίες

Μετά την ολοκλήρωση αυτής της εποικοδομητικής προσπάθειας, θέλω να ευχαριστήσω θερμά την καθηγήτρια του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου Δέσποινα Καρακατσάνη για την επίβλεψη και την υποστήριξή της καθ' όλη την διάρκεια διεκπεραίωσης της παρούσας μεταπτυχιακής εργασίας. Επίσης, θα ήθελα να ευχαριστήσω τον διευθυντή, τους εκπαιδευτικούς, την σύμβουλο ψυχικής υγείας και την σχολική σύμβουλο οι οποίοι συμμετείχαν στην έρευνα, για τις χρήσιμες γνώσεις που μου παρείχαν.

## Εισαγωγή

Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού δεν είναι ένα καινούριο φαινόμενο στην χώρα μας, και παρά το γεγονός ότι το πρόβλημα της σχολικής βίας δεν κατέχει υψηλή θέση στην Ελλάδα σε σύγκριση με άλλες χώρες του κόσμου όπως είναι η Αυστραλία, η Μεγάλη Βρετανία, η Ιαπωνία, η Ιταλία και οι Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής, έχει αρχίσει να λαμβάνει ανησυχητικές διαστάσεις προκαλώντας ιδιαίτερη ανησυχία σε μαθητές, εκπαιδευτικούς και γονείς, αλλά και στην ελληνική κοινωνία γενικότερα(Μανιάτης,2008).

Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού έχει αρχίσει από τις αρχές της δεκαετίας του 2000, να γίνεται αντικείμενο προσοχής, συζήτησης και μελέτης στην Ελλάδα και αναγνωρίζεται ως κοινωνικό πρόβλημα. Έχει απασχολήσει ακόμα και την Επιτροπή Μορφωτικών Υποθέσεων της Ελληνικής Βουλής το 2007, χωρίς όμως σήμερα να αναληφθούν δράσεις και να εφαρμοστούν προγράμματα σε εθνικό επίπεδο για την πρόληψη του φαινομένου (Οίweis,2009:15).

Για πρώτη φορά ο σχολικός εκφοβισμός μελετήθηκε ως κοινωνικό φαινόμενο στην Σουηδία και τη Νορβηγία την περίοδο 1970-1993, από το Νορβηγό καθηγητή D.Olweus (Olweus,1994). Την ιδιαίτερη προσοχή και το ενδιαφέρον των μελετητών τράβηξαν οι αρνητικές επιπτώσεις του προβλήματος στην ψυχική υγεία και στη συμπεριφορά των παιδιών. Επομένως, η Σκανδιναβική κοινωνία ήταν η πρώτη που ευαισθητοποιήθηκε σε θέματα σχολικής βίας και θυματοποίησης, με αφορμή την αυτοκτονία τριών νεαρών αγοριών, έπειτα από συνεχή εκφοβισμό που υπέστησαν από συμμαθητές τους στο χώρο του σχολείου στις αρχές της δεκαετίας του 1980(Olweus,1994).Τα περιστατικά αυτά οδήγησαν σε μια εθνική κινητοποίηση εναντίον του σχολικού εκφοβισμού και στη δημιουργία του πιο γνωστού προγράμματος πρόληψης και αντιμετώπισης του προβλήματος «Olweus Bullying Prevention Program».

Ο σχολικός εκφοβισμός δεν είναι δυνατόν να οριστεί με σαφήνεια, διότι δεν είναι ξεκάθαρος για όλους, αφού το τι μπορεί να θεωρηθεί ως κακοποίηση από τους ενήλικες διαφέρει πολύ συχνά από αυτό που πραγματικά βιώνουν οι μαθητές. Ο σχολικός εκφοβισμός είναι επίσης δύσκολο να παρατηρηθεί και να εντοπιστεί, και για αυτό πολλές φορές είναι δύσκολο να αντιμετωπιστεί ή να προληφθεί με αποτελεσματικό τρόπο (Olweus, 2009).

Ο όρος «σχολικός εκφοβισμός» στην συγκεκριμένη έρευνα χρησιμοποιείται για να εκφράσει την εσκεμμένη βία που ασκείται από ένα παιδί ή μια ομάδα παιδιών προς κάποιο άλλο και επιβάλλεται από θέση ισχύος. Η θέση ισχύος του θύτη μπορεί να είναι η σωματική υπεροχή του σε σχέση με το θύμα ή ακόμα και η κοινωνική θέση που κατέχει στην ομάδα των συνομηλίκων (Olweus, 2009). Σε αυτό το σημείο, θα πρέπει να τονίσουμε πως ο σχολικός εκφοβισμός χαρακτηρίζεται από επαναλαμβανόμενη βία και όχι από ένα μεμονωμένο περιστατικό βίας. Επιπλέον, χαρακτηρίζεται από την αδυναμία του θύματος να υιοθετήσει αμυντική στάση προκειμένου να προστατέψει τον εαυτό του, με συνέπεια, η επαναλαμβανόμενη σχέση που αναπτύσσεται μεταξύ θύτη και θύματος να σταθεροποιείται και να παγιώνεται (Olweus, 2009).

Η συγκεκριμένη έρευνα πραγματοποιήθηκε στο χώρο ενός ιδιωτικού εκπαιδευτηρίου της Κορίνθου, το οποίο λόγω του μεγάλου προβλήματος σε σχέση με την συμπεριφορά των μαθητών, που αντιμετώπιζε τα τελευταία χρόνια όπως και

τα περισσότερα σχολεία της χώρας μας, αποφάσισε να λάβει συστηματικά μέτρα κατά του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού. Το φαινόμενο του εκφοβισμού στο συγκεκριμένο σχολείο, όπως και σε κάθε σχολείο καθρεφτίζει την κοινωνία μας στην οποία η έννοια της βίας έχει ενσωματωθεί σε κάθε πτυχή της δημόσιας και ιδιωτικής ζωής των πολιτών. Οι σχέσεις εξουσίας, οι συγκρούσεις και η βία αποτελούν συνέπειες της υποβάθμισης και υποτίμησης των αξιών και των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Η αντιμετώπιση της βίας και του εκφοβισμού στο σχολείο θα πρέπει οπωσδήποτε να αποτελεί μέρος των πολιτικών του σχολείου ως μια προσπάθεια για ενδυνάμωση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και της έννοιας της πολιτειότητας και ενίσχυση των κοινωνικών αξιών του σεβασμού, της ισότητας, της αλληλεγγύης(Βασιλείου,2005). Μέσα από οργανωμένες πρακτικές και εντατικά προγράμματα θα πρέπει το σχολείο και οι εκπαιδευτικοί όλων των βαθμίδων να προάγουν τον διάλογο μεταξύ των μελών της σχολικής κοινότητας, να ενδυναμώσουν τις σχέσεις συνεργασίας μεταξύ μαθητών και μαθητών και εκπαιδευτικού, ώστε ενωμένοι να δημιουργήσουν ένα ασφαλές σχολικό κλίμα, καθώς και θετικά πρότυπα κοινωνικής συμβίωσης και συμπεριφοράς(Βασιλείου,2005).

Στόχος της παρούσας έρευνας είναι να απαντήσει στο πώς το σχολείο και οι εκπαιδευτικοί προλαμβάνουν και αντιμετωπίζουν περιστατικά σχολικού εκφοβισμού, και πώς λειτουργεί και εφαρμόζεται το πρόγραμμα κατά του σχολικού εκφοβισμού που ακολουθούν. Η έρευνα στοχεύει στο να αναδείξει μέσα από το πρόγραμμα το οποίο εφαρμόζεται, τις ενέργειες των εκπαιδευτικών οι οποίοι καλούνται να διαχειριστούν περιστατικά εκφοβισμών στο χώρο του σχολείου, να περιγράψει τις αντιδράσεις τους απέναντι στους θύτες και τα θύματα και να αναλύσει καθημερινές πρακτικές παρέμβασης που ακολουθούν για την αντιμετώπιση του φαινομένου.

Σε διεθνές επίπεδο, στη διάρκεια της τελευταίας δεκαετίας έχουν αναπτυχθεί και εφαρμοστεί σημαντικές ενέργειες που στοχεύουν στο σύνολο του μαθητικού πληθυσμού και αποκτούν όλο και μεγαλύτερη σημασία, επειδή με άμεσο ή έμμεσο τρόπο εμπλέκονται στη βελτιστοποίηση των κοινωνικών, γνωστικών και συναισθηματικών δυνατοτήτων και δεξιοτήτων των μαθητών ,στη

συναισθηματική τους ευεξία και στη βελτίωση των διαπροσωπικών τους σχέσεων και αλληλεπιδράσεων (Κέντρο Ευρωπαϊκού Συνταγματικού Δικαίου,2015).

Η προαγωγή των παραπάνω δυνατοτήτων αποτελεί πολύ σημαντικό παράγοντα τόσο για τη σχολική επιτυχία, όσο και για την ομαλή ψυχοκοινωνική ανάπτυξη των μαθητών. Τέτοιου είδους προγράμματα εφαρμόζονται στο πλαίσιο της σχολικής τάξης ή στο πλαίσιο όλου του σχολείου, με την ανάπτυξη συγκεκριμένων σχολικών πολιτικών-πρακτικών για την πρόληψη και την αντιμετώπιση των προβλημάτων βίας και εκφοβισμού.

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η παρούσα ερευνητική εργασία πραγματοποιήθηκε στον χώρο ενός ιδιωτικού σχολείου το οποίο έχει λάβει σημαντικά μέτρα πρόληψης και αντιμετώπισης του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού. Τα στοιχεία της έρευνας έδειξαν ότι το προσωπικό του σχολείου έχει καταβάλλει αξιόλογες προσπάθειες προκειμένου κάθε μαθητής να αισθάνεται ασφαλής στο σχολείο και χρήσιμος στην κοινωνία, προστατεύοντας τα δικαιώματά του να μη βιώνει περιθωριοποίηση, καταπίεση και σκόπιμη, επαναλαμβανόμενη ταπείνωση. Η αντίδραση και η ενεργητική δράση των εκπαιδευτικών στα προβλήματα του εκφοβισμού λειτουργεί και προς όφελος των επιθετικών μαθητών οι οποίοι με τον τρόπο αυτό είναι δυνατόν να βοηθηθούν να ξεπεράσουν τα πρότυπα αντικοινωνικής συμπεριφοράς και να κατευθυνθούν σε πιο αποδεκτές οδούς.

Οι παρεμβάσεις κατά του φαινομένου τις οποίες θα αναλύσουμε στο τρίτο μέρος της εργασίας, πραγματοποιούνται στο πλαίσιο του σχολείου, στο πλαίσιο της τάξης και ορισμένες φορές σε προσωπικό επίπεδο. Ενισχύουν τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών, αναπτύσσουν την συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών και ισχυροποιούν ηθικές αξίες όπως ο σεβασμός προς τον άλλον.

Οι εκπαιδευτικοί οι οποίοι εργάζονται στο συγκεκριμένο σχολείο, όπως διαπιστώθηκε έχουν καθοριστικό ρόλο στην συμπεριφορά των μαθητών τους,

καθώς είναι αυτοί που διδάσκουν στους μαθητές τους εποικοδομητικούς τρόπους με τους οποίους είναι δυνατόν να επιλύουν τις μεταξύ τους διαφορές και συγκρούσεις. Φυσικά, ο ρόλος των γονέων είναι επίσης πολύ σημαντικός για αυτό και οι ίδιοι συνεργάζονται με τους εκπαιδευτικούς, τον διευθυντή και τη σύμβουλο ψυχικής υγείας του σχολείου, έχοντας την ευθύνη να ασκούν και αυτοί έλεγχο στην συμπεριφορά των παιδιών τους σε μια κοινή γραμμή μεταξύ σχολείου-σπιτιού προκειμένου να αντιμετωπιστεί το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού.

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ**

### **ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΟΥ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΥ ΤΟΥ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ**

#### **Η έννοια του σχολικού εκφοβισμού**

Ο όρος «εκφοβισμός και βία στο σχολείο» όπως και ο όρος «θυματοποίηση» χρησιμοποιούνται για να περιγράψουν μια κατάσταση κατά την οποία ασκείται εσκεμμένη, απρόκλητη, συστηματική και επαναλαμβανόμενη βία και επιθετική συμπεριφορά με σκοπό την επιβολή, την καταδυνάστευση και την πρόκληση σωματικού και ψυχικού πόνου σε μαθητές από συμμαθητές τους, εντός και εκτός σχολείου (Olweus,1994).

Με άλλα λόγια ο σχολικός εκφοβισμός αφορά την χρήση της δύναμης ή της θέσης κάποιου για να εκφοβίζει, να πληγώσει ή να ταπεινώσει ένα άλλο άτομο με λιγότερη δύναμη και κατώτερη θέση ισχύος. Χαρακτηρίζεται από επαναλαμβανόμενη βία και όχι από ένα μεμονωμένο περιστατικό βίας. Χαρακτηρίζεται επίσης από την ανικανότητα του θύματος να αμυνθεί και να προστατέψει τον εαυτό του. Επομένως, με κάθε επαναλαμβανόμενο περιστατικό η



σχέση του δυνατού-αδύναμου που έχει δημιουργηθεί μεταξύ του θύτη και του θύματος, σταθεροποιείται και παγιώνεται. Ο σχολικός εκφοβισμός προϋποθέτει την ανισομέρεια μεταξύ του ατόμου που εκφοβίζει και του ατόμου που δέχεται τον εκφοβισμό(Οlweus,1994).

Ο Olweus παραθέτει επίσης τη διαφορά του εκφοβισμού από το «πείραγμα» στα πλαίσια του παιχνιδιού(Οlweus,1994). Το πείραγμα στο οποίο αναφερόμαστε συνήθως συμβαίνει μεταξύ φίλων και δεν περιλαμβάνει την πρόκληση σωματικού ή ψυχικού πόνου των άλλων. Από την άλλη μεριά, ο σχολικός εκφοβισμός συμβαίνει ανάμεσα στα παιδιά τα οποία δεν είναι φίλοι. Η χαρακτηριστική ανισορροπία δύναμης που υφίσταται, οφείλεται στο γεγονός ότι ένα παιδί τυχαίνει να είναι πιο δημοφιλές ή ακόμα στο γεγονός ότι κάποια παιδιά μπορεί να συνομωτούν εναντίον κάποιου άλλου. Ωστόσο, πρέπει να επισημάνουμε ότι το πείραγμα μπορεί εύκολα να μετατραπεί σε εκφοβισμό αν συμβαίνει για πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα και ειδικά όταν το παιδί αισθανθεί ότι οι πράξεις των άλλων δεν διέπονται από αστείο και δεν γίνονται εντός των ορίων του παιχνιδιού.

Ο εκφοβισμός και η βία ανάμεσα στους μαθητές μπορούν να πάρουν σωματική, λεκτική, ψυχολογική και κοινωνική μορφή(Οlweus,1994). Σε κάθε περίπτωση, ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο αποτελούν πράξεις επιθετικότητας, σχετίζονται δηλαδή με ένα οικουμενικό χαρακτηριστικό της ανθρώπινης φύσης, που εκφράζεται με διαφορετικούς τρόπους ανάλογα με την ηλικία και το φύλο. Τα μικρότερα παιδιά εκφράζονται περισσότερο με το σώμα τους, ενώ τα μεγαλύτερα χρησιμοποιούν περισσότερο το λόγο και σταδιακά πιο συγκαλυμμένες μορφές επιθετικότητας, όπως η υπονόμηση και η απομόνωση. Επίσης, τα αγόρια γενικά είναι πιο άμεσα και σωματικά επιθετικά, ενώ τα κορίτσια πιο έμμεσα(Οlweus,1994).

Είναι σημαντικό να τονίσουμε πως ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο είναι και ομαδικό φαινόμενο. Συνεπώς, δεν αφορά μόνο το θύμα και το θύτη, αλλά και όλους όσοι είναι παρόντες ή γνωρίζουν την ύπαρξή του, δηλαδή τους παρατηρητές. Ο ρόλος των μαθητών-παρατηρητών είναι πολύ σημαντικός. Ακόμα κι αν δε συμμετέχουν ενεργά σε περιστατικά εκφοβισμού, μπορεί να ενθαρρύνουν το θύτη ή και με την παθητική στάση τους να δίνουν το μήνυμα ότι αυτό που συμβαίνει είναι αποδεκτό. Έτσι τροφοδοτούν το φαινόμενο(Οlweus,1994). Η επιθετικότητα, βέβαια, δε στοχεύει πάντα στην εμπρόθετη και επαναλαμβανόμενη τρομοκράτηση

των αδύναμων. Αντίθετα, όταν καλλιεργείται μέσα από υγιείς σχέσεις φροντίδας και από την παιδεία, η επιθετικότητα μπορεί να αξιοποιηθεί θετικά και κοινωνικά (π.χ., στις γλωσσικές ικανότητες, στον αθλητισμό, στη μάθηση, στην πρωτοβουλία, στο θάρρος της γνώμης κ.α.)

### 1.1.2 Το προφίλ των εμπλεκόμενων μερών στον σχολικό εκφοβισμό

Με τον όρο «θύτης» εννοούμε τον αρχηγό του εκφοβισμού ο οποίος συνήθως μέσα από τις πράξεις του αντλεί ευχαρίστηση και κύρος διότι ασκεί επιρροή σε μια ομάδα ατόμων η οποία ακολουθεί την συμπεριφορά του για να πάρει δύναμη και αναγνώριση(Οίweis,2009:53). Χαρακτηρίζεται έτσι το άτομο με εσωτερικευμένο θυμό και επιθετικότητα, την οποία βγάζουν σε ένα άλλο άτομο που θεωρούν αδύναμο σε σχέση με τους ίδιους.

Οι θύτες είναι επιθετικοί όχι μόνο προς τους συνομηλίκους τους αλλά και προς τους ενήλικες, εκπαιδευτικούς και γονείς. Γενικά έχουν πιο θετική στάση προς τη βία και τη χρήση βίαιων μέσων από ότι οι υπόλοιποι μαθητές. Συχνά είναι παρορμητικοί και έχουν την ανάγκη να κυριαρχούν επί των άλλων. Κάποια άλλα χαρακτηριστικά που διακρίνουν τους «θύτες» είναι η εξωστρέφεια, η έλλειψη ενσυναίσθησης, δηλαδή η έλλειψη της ικανότητας να γνωρίζει κάποιος τι ακριβώς είναι αυτό που πληγώνει τον άλλον, συνήθως η υψηλή αυτοεκτίμηση, η μη ανοχή της διαφορετικότητας και ο δυναμισμός. Οι «θύτες» τείνουν να είναι δημοφιλείς και συνήθως και απολαμβάνουν να είναι κυρίαρχοι διότι νιώθουν την ανάγκη να υποτάσσουν τους άλλους(Οίweis,2009).

Ένα άλλο χαρακτηριστικό είναι ότι στο οικείο περιβάλλον τους συναναστρέφονται με ανθρώπους που χρησιμοποιούν τη βία ως μέσο για να λύνουν τυχόν διαφορές ή προβλήματα που καλούνται να αντιμετωπίσουν. Τις περισσότερες φορές, τα άτομα που εκφοβίζουν έχουν γονείς που έμμεσα ή άμεσα ενθαρρύνουν την επιθετικότητα, που δεν έχουν μάθει να οριοθετούν τα παιδιά τους ή πρόκειται για απορριπτικούς γονείς.

Σε αντίθεση με τον θύτη, το θύμα είναι το παιδί με κάποια αδυναμία, κάποια ιδιαιτερότητα ή κάποιο χαρακτηριστικό που το διαφοροποιεί από το μέσο όρο (αν είναι, για παράδειγμα πολύ ψηλό, παχουλό ή πολύ καλός μαθητής), παιδί ευαίσθητο στα πειράγματα που αντιδρά έντονα, θυμώνει, κλαίει, απομονώνεται, παιδί αδιάλλακτο στις διαφωνίες με εριστικό και επιθετικό πνεύμα κλπ(Οίweis,2009:51). Τα χαρακτηριστικά των «θυμάτων» διαφέρουν από αυτά του θύτη. Είναι κυρίως η ανασφάλεια, η μοναχικότητα, η χαμηλή αυτοεκτίμηση, το άγχος, η έντονη παρουσία/υπερκινητικότητα. Τα παιδιά αυτά ανήκουν συνήθως σε μειοψηφικές ομάδες ως προς την εθνικότητα, την εμφάνιση, το σεξουαλικό προσανατολισμό ή άλλα προσωπικά χαρακτηριστικά. Συνήθως, τα άτομα που εκφοβίζονται έχουν υπερπροστατευτικούς γονείς ή μια γενική προδιάθεση για αναστολή(Καραβόλτσου,2013).

Τα τυπικά θύματα είναι ανασφαλή και αγχώδη σε μεγαλύτερο βαθμό σε σχέση με το μέσο όρο των μαθητών και συνήθως είναι επιφυλακτικά, ευαίσθητα και ήσυχα. Τα θύματα παρουσιάζουν επίσης χαμηλή αυτοπεποίθηση, και έχουν αρνητική άποψη για τον εαυτό τους και την κατάσταση στην οποία βρίσκονται. Συχνά θεωρούν τον εαυτό τους αποτυχημένο, ωστόσο δεν έχουν επιθετική ή ενοχλητική συμπεριφορά. Αυτό το είδος θύματος ονομάζεται παθητικό ή υποτακτικό θύμα , σε αντίθεση με ένα άλλο είδος θύματος που θα περιγράψουμε παρακάτω. Συνοπτικά, φαίνεται ότι η συμπεριφορά του παθητικού θύματος, αλλά και η στάση του, εκπέμπουν εκπέμπουν ένα σήμα στους άλλους ότι πρόκειται για ανασφαλή και ανάξια άτομα που και να τους επιτεθούμε ή να τα προσβάλλουμε, δεν θα μας ανταποδώσουν την επίθεση(Οίweis,2009:52).

Όπως ήδη αναφέραμε υπάρχει άλλη μια κατηγορία θυμάτων, πολύ μικρότερη. τα προκλητικά θύματα που χαρακτηρίζονται από έναν συνδυασμό αγχώδους και επιθετικής συμπεριφοράς. Οι μαθητές αυτοί παρουσιάζουν συνήθως προβλήματα ελλειμματικής προσοχής και υπερκινητικότητας και η συμπεριφορά τους ενδέχεται να προκαλέσει εκνευρισμό και ένταση στους γύρω τους, οδηγώντας σε αρνητικές αντιδράσεις από ένα μεγάλο μέρος της τάξης ή και από το σύνολό της.

«Σημάδια» του παιδιού ή του εφήβου που εκφοβίζεται μπορεί να είναι η εξωτερική επιθετικής συμπεριφοράς(Τσικρικά,2009). Δεν έχει διαπιστωθεί λίγες φορές το γεγονός ότι όταν το παιδί βιώνει τις συνέπειες και τα αρνητικά

συναισθήματα του εκφοβισμού αντιδρά με ανάλογο τρόπο. Η μελαγχολική ή απότομη αλλαγή διάθεσης, οι δυσκολίες στη συγκέντρωση, στο διάβασμα και στο σχολείο, στη συμμετοχή σε παλιότερα ευχάριστες δραστηριότητες, η απουσία αντικειμένων (π.χ. χρημάτων), τα σημάδια βίας στο σώμα και τα ρούχα, η αϋπνία (με ή χωρίς εφιάλτες), η απουσία όρεξης, κ.ά. είναι και αυτά μερικά από τα σημάδια που αποδεικνύουν ότι το παιδί έχει πέσει θύμα εκφοβισμού.

Όσον αφορά στη χρήση των όρων θύτης και θύμα, πρέπει να σημειώσουμε παρόλο που αυτοί χρησιμοποιούνται εδώ για την διευκόλυνση της περιγραφής των στοιχείων της έρευνας που συλλέχθηκαν, όπως και σε πολλές άλλες δημοσιεύσεις, δεν είναι βοηθητικό να χρησιμοποιούνται ως ταμπέλες στο χώρο του σχολείου, καθώς είναι αρνητικά φορτισμένοι και επηρεάζουν την αυτοεικόνα των μαθητών. Πιο δόκιμοι θεωρούνται οι όροι: μαθητής που ασκεί εκφοβισμό και μαθητής που δέχεται εκφοβισμό (Olweus,2009:53).

Τέλος, όσον αφορά στα άτομα που παρατηρούν τη δράση του εκφοβισμού, είτε συμμετέχοντας άμεσα ή έμμεσα είτε όχι, είναι κυρίως άτομα που φοβούνται μήπως γίνουν και αυτά παιδιά-στόχοι(Olweus,2009). Με τον όρο «παιδιά-στόχοι» εννοούμε τα παιδιά τα οποία φοβούνται μήπως γίνουν και αυτά θύματα σχολικού εκφοβισμού. Ανησυχούν για την αυτοεκτίμησή τους και δε θέλουν να χάσουν την ασφάλεια που νιώθουν πως έχουν ανήκοντας σε μία ομάδα, ακόμα κι αν αυτή εκφοβίζει ή εκφοβίζεται. Η ευθύνη για την πράξη διαχέεται σε άλλο ή άλλα μέλη της ομάδας που ανήκουν (είτε του «θύματος» είτε του «δράστη») αφού οι ίδιοι δεν δρουν ενεργά ως παρατηρητές ή δεν υφίστανται άμεσα και αποκλειστικά τον εκφοβισμό. Επίσης, έχουν άγνοια της πλειοψηφίας, μιας και οι υπόλοιποι της ομάδας δεν αντιδρούν σε αυτό που συμβαίνει. Εξάλλου είναι γεγονός ότι η συνοχή της ομάδας ενισχύει την ταυτότητά της και ενθαρρύνει τους παρατηρητές να συνεχίσουν να μένουν αμέτοχοι στην κακοποίηση που ουσιαστικά βιώνουν και οι ίδιοι(Olweus,2009).

### 1.1.3 Ερμηνείες του σχολικού εκφοβισμού

Ο βασικός εκπρόσωπος της θεωρίας της κοινωνικής μάθησης ο Albert Bandura, επεσήμανε τον ρόλο του προτύπου για τη μάθηση των διαφόρων τρόπων συμπεριφοράς και, κατά συνέπεια, και της παραβατικής. Σύμφωνα με τον Bandura (Woolfolk,2007), το άτομο στην παιδική του ηλικία παρατηρεί τη συμπεριφορά των ατόμων του περιβάλλοντός του, με τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς να αποτελούν σε αυτή τη φάση το ισχυρό πρότυπο και μαθαίνει να τη μιμείται.

Η θέση αυτή υποστηρίζει ότι η ανθρώπινη φύση είναι κατά βάθος καλή και κατά συνέπεια τα παιδιά δεν γεννιούνται κακά ή επιθετικά, αλλά αναπτύσσουν επιθετικές συμπεριφορές ως αποτέλεσμα της πίεσης που δέχονται από το περιβάλλον τους, όπως είναι η οικογένεια, οι συνομήλικοι και το σχολείο. Έχουν μεγάλη σημασία όπως φαίνεται τα αποτελέσματα της έκθεσης του παιδιού σε διάφορες αξίες, νόρμες και πρότυπα συμπεριφοράς των άλλων(Woolfolk,2007). Το είδος και η ποιότητα ζωής που έχει το παιδί εντός του περιβάλλοντος στο οποίο μεγαλώνει καθορίζει σε μεγάλο βαθμό την τάση του για τον σχολικό εκφοβισμό. Οι αξίες, οι κανόνες, τα πρότυπα συμπεριφοράς που έχει διδαχθεί επηρεάζουν σημαντικά τον τρόπο με τον οποίο αξιολογεί τον κόσμο και δομεί την συμπεριφορά και τον χαρακτήρα του. Έχει αποδειχθεί ερευνητικά ότι όσο πιο επιθετικά συμπεριφέρονται οι γονείς και οι δάσκαλοι στα παιδιά είτε για να τα τιμωρήσουν είτε για να τα συμμορφώσουν, τόσο πιο επιθετικά γίνονται(Woolfolk,2007).

Έτσι λοιπόν οι μαθητές που εκφοβίζονται, μπορεί να έχουν αυταρχικούς γονείς, αλλά από την άλλη πλευρά μπορεί να έχουν πολύ ελαστικούς και ανεκτικούς γονείς οι οποίοι δεν θέτουν όρια στην συμπεριφορά του παιδιού τους(Olweus,2009). Η πολύ λίγη αγάπη ή η πολύ μεγάλη ελευθερία στην παιδική ηλικία συμβάλλουν σημαντικά στην ανάπτυξη της επιθετικής συμπεριφοράς ενός παιδιού. Ωστόσο, ο ισχυρός δεσμός μεταξύ παιδιού και γονέων και μεταξύ παιδιού και εκπαιδευτικού λειτουργεί ως προστατευτικός παράγοντας στην εκδήλωση επιθετικής και εκφοβιστικής συμπεριφοράς των παιδιών.

#### **1.1.4 Μορφές σχολικού εκφοβισμού**

Οι μορφές που μπορεί να πάρει το bullying είναι διάφορες και μπορούν να συνυπάρχουν ακόμα και συνδυαστικά. Η λεκτική μορφή γίνεται με την συστηματική χρήση υβριστικών εκφράσεων και φραστικών επιθέσεων, με προσβολές αλλά και απειλές, με ειρωνεία, με πειράγματα και ταπεινωτικούς χαρακτηρισμούς, χρήση παρατσουκλιών, με κοροϊδία ή καζούρα, με εκβιασμό για απόσπαση προσωπικών ειδών του θύματος(Τσικριά,2009).

Ο εκφοβισμός είναι δυνατόν να πάρει και σωματική μορφή η οποία συνεπάγεται φυσικούς τραυματισμούς ή ακόμα και απειλές σοβαρού τραυματισμού, μέσα από σπρωξίματα, χτυπήματα, σκουντήματα, αγκωνιές, γροθιές και κλοτσιές, χτυπήματα με αντικείμενα, τσιμπήματα και δαγκωνιές, μαλλιοτραβήγματα ή καταστροφή προσωπικών ειδών του θύματος.

Το φαινόμενο είναι δυνατόν να λάβει και κοινωνική μορφή , κάτι το οποίο συμβαίνει στην προσπάθεια να απομονωθεί και να αποκλειστεί κοινωνικά το θύμα μέσα από την αγνόηση ατόμου, την πρόκληση αντιπάθειας, τη δυσφήμιση και τη συκοφαντία, μέσα από τη διάδοση κουτσομπολιών και γενικότερα κακόφημων, ψευδών στοιχείων, την αποκάλυψη ακόμα και τη διαστρέβλωση όσων εκμυστηρεύτηκε το θύμα(Τσικριά,2009).

Η ρατσιστική μορφή γίνεται με την χρήση και την διάδοση αρνητικών σχολίων λόγω της καταγωγής του θύματος, του κοικωνικο-οικονομικού επιπέδου του, του σεξουαλικού προσανατολισμού, κάποιου σωματικού ελαττώματος ή ασθένειας και άλλα. Γενικότερα γίνονται "επιθέσεις" λόγω της διαφορετικότητας των ατόμων(Καραβόλτσου,2013).

Επίσης, η σεξουαλική παρενόχληση αποτελεί μια ακόμη μορφή εκδήλωσης εκφοβισμού, η οποία χαρακτηρίζεται από σεξουαλικά υποτιμητικά υπονοούμενα/σχόλια, ανεπιθύμητα αγγίγματα, εξαναγκασμός του θύματος να παρακολουθεί ή να συμμετέχει ενεργά σε σεξουαλικές πράξεις και βιασμό ,ανήθικες χειρονομίες, υβριστικό λεξιλόγιο, σεξουαλικά υπονοούμενα, πειράγματα για τον σεξουαλικό προσανατολισμό, εικόνες με σεξουαλικό περιεχόμενο και μπορεί να φτάσει ακόμα και σε σοβαρές σεξουαλικές επιθέσεις(Καραβόλτσου,2013).

Τέλος, μια πιο σύγχρονη μορφή θυματοποίησης και εκφοβισμού στην παιδική και εφηβική ηλικία είναι αυτή του ηλεκτρονικού ή διαδικτυακού

εκφοβισμού. Ο όρος αυτός αναφέρεται στις διάφορες μορφές ψυχολογικής κακοποίησης, οι οποίες συνδέονται με το συμβατικό εκβιασμό, μέσω του διαδικτύου ή άλλης παρεμφερούς τεχνολογίας, με σκοπό τη σκόπιμη ζημιά ενός ατόμου ή μιας ομάδας. Ο σύγχρονος τρόπος με τον οποίο ασκείται το φαινόμενο του εκφοβισμού γίνεται μέσα από την αποστολή υλικού με υβριστικό ή και απειλητικό ακόμα περιεχόμενο με μηνύματα ή και βίντεο στο κινητό, με e-mails, στο facebook, σε chat rooms, χρήση ή και παραποίηση των προσωπικών δεδομένων του θύματος, δημιουργία ιστοσελίδων ή και προφίλ στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης με παραποιημένα και ψεύτικα χαρακτηριστικά, παραποιημένες φωτογραφίες, βίντεο, αποκλεισμό του από δικτυακές ομάδες, απειλητικές κλήσεις στο κινητό του συνήθως από άγνωστα νούμερα(Τσικρικά,2009).

Όποια μορφή και αν έχει ο εκφοβισμός, το μόνο σίγουρο είναι ότι κακοποιεί το θύμα προκαλώντας μεγάλο ψυχοσυναισθηματικό αντίκτυπο. Το θύμα αρχίζει και αναπτύσσει αγχώδεις και φοβικές καταστάσεις που μπορεί να οδηγήσουν σε διαταραχές, καθώς τα τραύματα αυτά μπορούν να παραμείνουν ανοιχτά για πολλά χρόνια, αν ο εκφοβισμός διαρκεί επίσης πολλά χρόνια ή αν είναι τόσο έντονος και βίαιος στον ψυχισμό του θύματος.

### **1.1.5 Η κρυφή διάσταση του σχολικού εκφοβισμού**

Ο σχολικός εκφοβισμός θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ως ένα πολυδιάστατο και πολύπλευρο πρόβλημα, διότι παίρνει ποικίλες μορφές. Υπάρχουν ωστόσο δύο όψεις της σχολικής κακοποίησης, η φανερή όψη και η κρυφή διάστασή της(Καραβόλτσου,2013). Υπάρχουν οι εκδηλώσεις βίαιης και επιθετικής συμπεριφοράς οι οποίες είναι εμφανείς, όπως για παράδειγμα η σωματική θυματοποίηση ή η άμεση λεκτική θυματοποίηση , αλλά και οι λιγότερο εμφανείς εκδηλώσεις όπως η έμμεση θυματοποίηση που αφορά την διάδοση φημών, τον αποκλεισμό του παιδιού θύματος από την ομάδα των συνομηλίκων κ.α. Συνεπώς ο άμεσος εκφοβισμός περιλαμβάνει πράξεις φυσικής ή λεκτικής βίας. Ο έμμεσος εκφοβισμός περιλαμβάνει πράξεις και συμπεριφορές κοινωνικού αποκλεισμού και συκοφαντίας(Καραβόλτσου,2013).

Ο έμμεσος εκφοβισμός αφορά μια κρυφή μορφή βίας που στοχεύει να βλάψει τις σχέσεις του παιδιού με τους συνομηλίκους του. Αυτή η μορφή εκφοβισμού επικεντρώνεται στα αισθήματα αποδοχής, τις φιλίες και την αυτοεκτίμηση του μαθητή θύματος. Οι έμμεσες μορφές εκφοβισμού είναι οι μορφές που δεν εντοπίζονται εύκολα από τους εκπαιδευτικούς. Αυτό συμβαίνει διότι τέτοιες μορφές εκφοβισμού δεν λαμβάνονται συνήθως σοβαρά υπόψη από τους ενήλικες και ειδικότερα από τους εκπαιδευτικούς. Το αποτέλεσμα της αδιαφορίας των ενηλίκων είναι η αποδοχή της κατάστασης από τον μαθητή-θύμα με έναν παθητικό τρόπο, που καταλήγει στην συνέχιση του εκφοβισμού. Όταν ο μαθητής που υφίσταται εκφοβισμό νιώθει πως χρειάζεται την υποστήριξη του εκπαιδευτικού και ο εκπαιδευτικός δεν αντιδρά, τότε ο μαθητής αυτομάτως νιώθει απρόθυμος λόγω της αδράνειας του εκπαιδευτικού, να αναφερθεί στο γεγονός και έτσι ανέχεται τον εκφοβισμό (Τσικρικά, 2009).

Όπως έχουμε ήδη αναφέρει, με κάθε επαναλαμβανόμενο περιστατικό η σχέση του δυνατού- αδύναμου που έχει δημιουργηθεί μεταξύ του θύτη και του θύματος σταθεροποιείται και παγιώνεται. Επομένως η αδιαφορία των εκπαιδευτικών ενδυναμώνει την σχέση μεταξύ θύτη και θύματος.

## **1.2 Σχολικός εκφοβισμός και αντιμετώπιση μέσω της εκπαιδευτικής πράξης**

Η έκταση του σχολικού εκφοβισμού σε συνδυασμό με την κρισιμότητα των συνεπειών του καθιστούν επιτακτική ανάγκη άμεσης αντιμετώπισης. Στη περίπτωση του εκφοβισμού η παρέμβαση και η πρόληψη είναι αλληλένδετες. Έτσι η πολιτική για την απαλοιφή του φαινομένου πρέπει να στοχεύει τόσο στη πρόληψη όσο και στη διαχείριση της εκφοβιστικής συμπεριφοράς (Καραβόλτσου, 2013).

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 αντιεκφοβιστική πολιτική του σχολείου θα πρέπει να περιλαμβάνει μια σαφή και



σταθερή δήλωση όσον αφορά τη στάση του σχολείου, τον ορισμό της εκφοβιστικής συμπεριφοράς καθώς και των διαφόρων μορφών που εκδηλώνεται, την υιοθέτηση προληπτικών στρατηγικών όπως είναι η διαμόρφωση κανόνων συμπεριφοράς, η επίβλεψη χώρων και η εφαρμογή προληπτικών προγραμμάτων(Καραβόλτσου,2013).

Για την πρόληψη του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο ο εκπαιδευτικός πρέπει να συζητά με τους μαθητές του για τα δικαιώματά τους, τους κανόνες συμπεριφοράς και τους τρόπους αντιμετώπισης του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, να παρέχει από νωρίς στους μαθητές κατάλληλους τρόπους έκφρασης της επιθετικότητας τους 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 καταλληλότερο μέσο για την αντιμετώπιση περιστατικών εκφοβισμού και βίας στο σχολείο. Επιπλέον, ο εκπαιδευτικός πρέπει να ευαισθητοποιεί τους γονείς για οποιοδήποτε πρόβλημα, να αντιμετωπίζει τις αιτίες απομόνωσης και περιθωριοποίησης μαθητών, να δείχνει ιδιαίτερο ενδιαφέρον για την ένταξη στη σχολική ομάδα ανεξαιρέτως όλων των μαθητών και ακόμα να ασκεί ουσιαστική εποπτεία των χώρων του σχολείου στους οποίους πιθανολογείται εκδήλωση εκφοβισμού και βίας μεταξύ των μαθητών(Καραβόλτσου,2013).

### **1.2.1 Συναισθηματική Εκπαίδευση**

Η συναισθηματική εκπαίδευση αναφέρεται σε όλες εκείνες τις ικανότητες που αποτελούν την συναισθηματική νοημοσύνη στα πλαίσια των συναισθηματικών αλληλεπιδράσεων των παιδιών στην οικογένεια και στο σχολείο. Η συναισθηματική αγωγή λοιπόν, αναφέρεται στην ικανότητα αντίληψης, έκφρασης και χειρισμού των συναισθημάτων, στον αυτοέλεγχο, την ενσυναίσθηση, στην διαδικασία επίλυσης συγκρούσεων και προβλημάτων, στην ποιοτική επικοινωνία, στην προσωπική υπευθυνότητα, στην αυτοεκτίμηση και στην αυτοπειθαρχία(Κακαβούλη,1990).

Αναφερόμενοι στην έννοια της αυτοπειθαρχίας, προσδιορίζουμε ένα σύνολο δεξιοτήτων το οποίο οι μαθητές δεν κατέχουν πάντοτε. Το εκπαιδευτικό σύστημα είναι αυτό που θα πρέπει να τους το διδάξει χρησιμοποιώντας συγκεκριμένα μέσα και τρόπους όπως ακριβώς κάνει και με τα γνωστικά αντικείμενα. Το σύνολο των δεξιοτήτων που θα πρέπει να διδαχτούν οι μαθητές αποτελεί την κοινωνική μάθηση. Λέγοντας κοινωνική και συναισθηματική αγωγή εννοούμε τη διαδικασία μέσω της οποίας οι μαθητές μαθαίνουν να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους, να νοιάζονται για τον εαυτό τους και τους άλλους, να λαμβάνουν ορθές αποφάσεις, να συμπεριφέρονται με υπευθυνότητα και σύμφωνα με ηθικούς κανόνες, να αναπτύσσουν θετικές σχέσεις και να αποφεύγουν αρνητικές-αντικοινωνικές συμπεριφορές(Κακαβούλη,1990). Η αγωγή αυτή είναι απαραίτητη για την ανάπτυξη της ψυχικής υγείας των μαθητών, καθώς αποσκοπεί στην μεταξύ τους υγιή διαμόρφωση διαπροσωπικών σχέσεων. Το παιδί εξάλλου μέσω της κοινωνικής-συναισθηματικής αγωγής, μαθαίνει να προσαρμόζεται με επιτυχία στο χώρο του σχολείου, μαθαίνει να εντάσσεται στην ομάδα των συνομηλίκων του έχοντας την ικανότητα να αντιμετωπίζει μόνο του διάφορες καταστάσεις ή τυχόν προβλήματα που προκύπτουν. Μαθαίνει επίσης να συνεργάζεται με τους συνομηλίκους του ως ισότιμο, δημιουργικό και υπεύθυνο μέλος της ομάδας, να καλλιεργεί τις ψυχικές του δυνάμεις και να ικανοποιεί τις ανάγκες του ώστε να αισθάνεται χαρούμενο και ευτυχισμένο(Κακαβούλη,1990).

Η ικανότητα ενός παιδιού να εκδηλώνει τα συναισθήματά του με κοινωνικά αποδεκτό τρόπο απαιτεί την ρύθμιση της έκφρασης των συναισθημάτων που νιώθει. Τα παιδιά μέσω της συναισθηματικής αγωγής μαθαίνουν να διαμορφώνουν τις συναισθηματικές τους εκφράσεις, να αποκτήσουν αυτοέλεγχο και να αποφεύγουν να δρουν παρορμητικά. Με άλλα λόγια, η συναισθηματική ανάπτυξη απαιτεί από τα παιδιά να καταλαβαίνουν τα συναισθήματά τους και τα συναισθήματα των άλλων, να ρυθμίζουν τα συναισθήματά τους και να ελέγχουν τον τρόπο με τον οποίο τα εκδηλώνουν. Πρέπει σε αυτό το σημείο να προσθέσουμε πως η νόηση και το συναίσθημα είναι στενά αλληλένδετες ψυχολογικές διεργασίες. Για το λόγο αυτό τα συναισθήματα διαμορφώνουν τον τρόπο με τον οποίο σκεφτόμαστε και ενεργούμε και τα γνωστικά μας σχήματα διαμορφώνουν τα συναισθήματα που βιώνουμε(Cole,2001).

Η κοινωνική-συναισθηματική αγωγή αποτελεί μια πολύ σημαντική διαδικασία κατά την οποία οι μαθητές μαθαίνουν να εντάσσονται στην κοινότητα, ενώ διαφοροποιούνται ως ξεχωριστά άτομα(Cole,2001:256). Τα παιδιά είναι εκτεθειμένα σε ποικίλες κοινωνικές επιδράσεις και πολιτισμικές επιταγές οι οποίες δομούν τις καθημερινές τους εμπειρίες. Ωστόσο, αποκτώντας μέσω της εκπαίδευσης έναν ξεχωριστό τρόπο συναλλαγής με τους άλλους, αποκτούν την ικανότητα να λαμβάνουν υπόψη τους τις μοναδικές προσωπικές πληροφορίες για τους άλλους, όταν συμπεραίνουν την συναισθηματική τους κατάσταση και να χρησιμοποιούν κυρίως αυτορρυθμιστικές στρατηγικές για να τροποποιήσουν συναισθηματικές καταστάσεις(Cole,2001). Η ανάπτυξη όλων των δεξιοτήτων, των αξιών και των στάσεων που σχετίζονται με τη συναισθηματική εκπαίδευση αποτελεί ουσιαστικά το κίνητρο που ενεργοποιεί τα παιδιά να αντιστέκονται σε αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές, ενώ συγχρόνως θα τα καθιστά πιο υπεύθυνα και ικανά να παίρνουν συνετές αποφάσεις και να αναζητούν ευκαιρίες για πρόοδο και μάθηση στη ζωή τους. Τα εκπαιδευτικά προγράμματα που στοχεύουν στην ανάπτυξη της ικανότητας διαχείρισης των συναισθημάτων των παιδιών, τα βοηθούν να εξασκούνται σε δεξιότητες αντιμετώπισης της καθημερινής ζωής μέσω της απόκτησης ικανοτήτων καλύτερης διαχείρισης των συναισθημάτων τους, ενσυναίσθησης, χειρισμού των προκλήσεων από τους συνομηλίκους τους, ουσιαστικότερης επικοινωνίας, καθώς και επίλυσης των διαφορών και των συγκρούσεών τους με τους άλλους.

### **1.3 Πρόληψη και διαχείριση περιστατικών σχολικού εκφοβισμού**

Σε κάθε περιστατικό σχολικού εκφοβισμού, τόσο το θύμα όσο και ο θύτης χρειάζονται βοήθεια, ώστε να αναπτυχθεί και να αποκατασταθεί η ειρηνική σχέση και η επικοινωνία μεταξύ τους. Ο ρόλος του εκπαιδευτικού είναι σαφώς καταλυτικός για την εκτόνωση του φαινομένου (Κουτή,Ποταμιάνου,2010).

Για να αντιμετωπιστεί το φαινόμενο χρειάζεται να έχουμε υπόψη μας ότι η σχολική κοινότητα αποτελείται από άτομα με διαφορετικό κοινωνικο- πολιτισμικό, οικογενειακό ή ατομικό υπόβαθρο. Συνεπώς το σχολικό κλίμα θα πρέπει να βασίζεται σε κοινές αξίες και όρια σχετικά με την ανεκτικότητα και τον σεβασμό που θα διαποτίζουν κάθε σχολική δραστηριότητα.

Είναι απαραίτητο να αναπτυχθεί σε όλα τα σχολεία ένα σύνολο προσεγγίσεων που θα προστατεύουν αποτελεσματικά τα μέλη της σχολικής κοινότητας από τη βία και τον εκφοβισμό αλλά και τρόποι διαχείρισης περιστατικών εκφοβισμού. Ορισμένες παρεμβάσεις χρειάζεται να στοχεύουν στην βελτίωση του γενικού σχολικού κλίματος ή στην ασφάλεια της σχολικής κοινότητας και άλλες να στοχεύουν στην διαμόρφωση ειρηνικών στάσεων, απόψεων και κινήτρων μεταξύ των μελών που συναπαρτίζουν την σχολική κοινότητα και στην εκμάθηση στρατηγικών αντιμετώπισης του φαινομένου (Κουτή,Ποταμιάνου,2010). Θα πρέπει να τονίσουμε ότι η διαχείριση των περιστατικών του σχολικού εκφοβισμού δεν αφορά μόνο τους άμεσα εμπλεκόμενους. Ένα σύνολο ενδιαφερομένων είναι απαραίτητο για την αποτελεσματική αντιμετώπιση του φαινομένου. Υπάρχουν δύο πεδία ανάπτυξης πρακτικών κατά της σχολικής βίας και του εκφοβισμού, η πρόληψη του φαινομένου και η διαχείριση των περιστατικών. Ένα σύνολο υποστηρικτικών πρακτικών θα πρέπει να αναπτύσσεται εγκαίρως για την αντιμετώπιση περιστατικών σχολικής βίας και εκφοβισμού, καθώς και ένα σύνολο προσεγγίσεων που θα προστατεύουν αποτελεσματικά τα μέλη που συναπαρτίζουν την σχολική κοινότητα. Σε κάθε περίπτωση, τέτοιες πρακτικές και προσεγγίσεις θα πρέπει να έχουν μια ποικιλία στοιχείων που να ανταποκρίνονται στις διαφορετικές ανάγκες των μελών της σχολικής κοινότητας (Κέντρο Ευρωπαϊκού Συνταγματικού Δικαίου,2015).

Τέλος, είναι σημαντικό να προσθέσουμε ότι πολλά διαφορετικά είδη παρεμβάσεων και προληπτικών πρακτικών θα πρέπει να λειτουργούν συμπληρωματικά μεταξύ τους (Κέντρο Ευρωπαϊκού Συνταγματικού Δικαίου,2015). Ορισμένες παρεμβάσεις χρειάζεται να στοχεύουν στη βελτίωση του γενικού σχολικού κλίματος ή στην ασφάλεια της σχολικής κοινότητας και άλλες να στοχεύουν στη διαμόρφωση ειρηνικών στάσεων, απόψεων και κινήτρων μεταξύ των μελών της σχολικής κοινότητας και στην εκμάθηση στρατηγικών αντιμετώπισης

του φαινομένου. Η ύπαρξη πολλών παρεμβάσεων και η δυνατότητα συνδυασμού τους, είναι πιο πιθανό να έχει περισσότερα ποσοστά επιτυχίας σε σύγκριση με την εφαρμογή μεμονωμένων πρακτικών κατά του φαινομένου. Οι παρακάτω προσεγγίσεις που θα αναλύσουμε αποτελούν την βάση για την ανάπτυξη των κατάλληλων στρατηγικών για την εξάλειψη του φαινομένου.

### 1.3.1 Η Οικοσυστημική Προσέγγιση

Σύμφωνα με την προσέγγιση αυτή, ο σχολικός εκφοβισμός ερμηνεύεται μέσα σε ένα πλαίσιο αλληλεπίδρασης διαφόρων παραγόντων που συντελούν στη συντήρηση του φαινομένου. Πολλές φορές αυτοί οι παράγοντες δεν είναι εμφανείς. Στο πλαίσιο αυτό, οι στάσεις που υιοθετούν οι εκπαιδευτικοί και οι αντιδράσεις τους, οι στάσεις και οι συμπεριφορές των μαθητών και των γονέων απέναντι στη βία και στην επιθετικότητα παίζουν σημαντικό ρόλο, καθώς δύνανται να συντηρούν, να ενισχύουν ή να βοηθούν στην αντιμετώπιση του φαινομένου (Κέντρο Ευρωπαϊκού Συνταγματικού Δικαίου,2015).

Οι εύκολες λύσεις που υποβαθμίζουν το πρόβλημα όπως είναι τα αρνητικά σχόλια και οι παραινέσεις ενάντια στους θύτες και τα θύματα είναι δυνατό να χειροτερέψουν την κατάσταση στην οποία ήδη βρίσκονται. Η παθητική στάση των μελών της σχολικής κοινότητας και η αποδοχή της βίαιης συμπεριφοράς των μαθητών μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα την συντήρηση του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού. Επομένως, η αντιμετώπιση των περιστατικών βίας και εκφοβισμού συσχετίζεται σε μεγάλο βαθμό με την αλλαγή των παθητικών στάσεων και αντιδράσεων που τη συντηρούν στο πλαίσιο της σχολικής κοινότητας (Κέντρο Ευρωπαϊκού Συνταγματικού Δικαίου,2015).

Η αλλαγή του σχολικού κλίματος συμβάλλει στην αντιμετώπιση του φαινομένου και ο ρόλος των μελών της σχολικής κοινότητας ,διευθυντών, εκπαιδευτικών, μαθητών, γονέων είναι καθοριστικός για την επίτευξη αυτής της αλλαγής. Όλοι αυτοί μπορούν να αναπτύξουν και να αξιοποιήσουν στρατηγικές με τις οποίες μπορεί να αντιμετωπιστεί αποτελεσματικά το φαινόμενο.

### 1.3.2 Η Ολιστική προσέγγιση του σχολείου

Η Ολιστική προσέγγιση βασίζεται στον ανοιχτό διάλογο, στην αμοιβαία εμπιστοσύνη και στην συμμετοχή όλων των μελών της σχολικής κοινότητας στην πρόληψη και αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού. Τέτοιες προσεγγίσεις λαμβάνουν υπόψη τις σχέσεις εξουσίας, τις διακρίσεις λόγω φύλου, την κοινωνικοοικονομική θέση, την ιδεολογία κ.τλ., καθώς και την δομική ιεραρχία του σχολείου (Κέντρο Ευρωπαϊκού Συνταγματικού Δικαίου,2015).

Για την επίτευξη μιας ολιστικής προσέγγισης , η διοίκηση του σχολείου πρέπει να κατανοεί τις ανάγκες της σχολικής κοινότητας, για αυτό και η ανάπτυξη των πολιτικών και των στρατηγικών κατά της σχολικής βίας και του εκφοβισμού χρειάζεται να προσαρμόζεται στις εκάστοτε ανάγκες της σχολικής κοινότητας με την συνεργασία όλων των μελών. Η υιοθέτηση πολιτικών και μέτρων προσαρμοσμένων στις εκάστοτε ανάγκες του σχολείου θεμελιώνεται στην βάση των αρχών των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Επιδιώκει την πρόληψη του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού εντός της σχολικής κοινότητας, μέσα από την αντιμετώπιση των προσωπικών αντιλήψεων των ατόμων για την διαφορετικότητα. Στόχος είναι να μάθουν όλοι να αποδέχονται την διαφορετικότητα, να συνυπάρχουν, να αναγνωρίζουν και να σέβονται τους άλλους και την αξιοπρέπεια κάθε ανθρώπου να την υπολογίζουν. «Η καλλιέργεια του σεβασμού στους μαθητές γίνεται με σκοπό να προλάβουμε την εκδήλωση αντικοινωνικών συμπεριφορών»(Γκότοβος,2002).

Η προσέγγιση αυτή ενθαρρύνει την δημιουργική και καταλυτική συμμετοχή των παιδιών στην καθημερινότητα του σχολείου, ενδυναμώνοντας τη φωνή του μαθητή και την επιρροή του στην λήψη αποφάσεων και στην διαμόρφωση πολιτικών. Η συγκεκριμένη προσέγγιση στηρίζεται στην ανθρωποκεντρική παιδεία που σέβεται τα δικαιώματα όλων των μελών της σχολικής κοινότητας, συμπεριλαμβανομένων και των παιδιών πρωτίστως, στις βάσεις της δημοκρατίας(Γκότοβος,2002).Με άλλα λόγια οι πολιτικές, στρατηγικές και πρακτικές αντιμετώπισης του φαινομένου θα πρέπει να καλύπτουν τις ανάγκες όλου του μαθητικού πληθυσμού του σχολείου. Οφέλη της προσέγγισης είναι η ενδυνάμωση της προσωπικότητας των μαθητών και η ανάπτυξη των δεξιοτήτων

τους για την διαχείριση και αντιμετώπιση των περιστατικών σχολικού εκφοβισμού (Γκότοβος,2002).

### 1.3.3 Η «φωνή του παιδιού»

Αυτή η προσέγγιση ενθαρρύνει τη δημιουργική και καταλυτική συμμετοχή των παιδιών στην καθημερινότητα του σχολείου, ενδυναμώνοντας τη φωνή του μαθητή και την επιρροή του στη λήψη αποφάσεων και στη διαμόρφωση πολιτικών. Η προσέγγιση αυτή βασίζεται στην ατομοκεντρική ψυχολογία και στην ανθρωποκεντρική παιδεία που σέβονται τα δικαιώματα όλων των μελών της σχολικής κοινότητας, συμπεριλαμβανομένων και των παιδιών στις βάσεις της δημοκρατίας (Κέντρο Ευρωπαϊκού Συνταγματικού Δικαίου,2015).Τα οφέλη αυτής της προσέγγισης είναι αφενός η ενδυνάμωση της προσωπικότητας των μαθητών μέσα από την ανάπτυξη δεξιοτήτων και ικανοτήτων για τη διαχείριση, την αναφορά και την αντιμετώπιση περιστατικών σχολικής βίας και εκφοβισμού και αφετέρου η εύκολη και αποτελεσματική αποδοχή και προθυμία των μαθητών στην εφαρμογή των μέτρων πρόληψης και αντιμετώπισης της σχολικής βίας και του εκφοβισμού.

Η προσέγγιση αυτή υποστηρίζει ότι οι στρατηγικές και οι πρακτικές αντιμετώπισης του φαινομένου θα πρέπει να καλύπτουν τις ανάγκες όλου του μαθητικού πληθυσμού του σχολείου. Εξάλλου, τα παιδιά είναι πιο πρόθυμα να αναφέρουν ένα περιστατικό σχολικής βίας και εκφοβισμού στους ενήλικες, όταν γνωρίζουν ότι υπάρχει ένα ικανό πλαίσιο στήριξης και διαχείρισης των περιστατικών, εντός του οποίου υπάρχει εμπιστοσύνη και προστασία και κυρίως η διασφάλιση ότι το πλαίσιο αυτό αποδίδει. Η έλλειψη πλαισίου εμπιστοσύνης και η μη αποδοτικότητα των μέτρων είναι αποτρεπτικοί παράγοντες για την αναφορά περιστατικών σχολικής βίας (Κέντρο Ευρωπαϊκού Συνταγματικού Δικαίου,2015). Η ποινικοποίηση και η ιατρικοποίηση των καταστάσεων και των ατόμων σίγουρα δεν βοηθούν στην αντιμετώπιση του φαινομένου. Αντιθέτως, δημιουργούν μεγαλύτερα προβλήματα σιγματίζοντας βαθύτερα τους εμπλεκόμενους στον σχολικό εκφοβισμό.

### 1.3.4 Προσέγγιση της Επανορθωτικής Δικαιοσύνης

Η Επανορθωτική Δικαιοσύνη είναι μια έννοια η οποία περιλαμβάνει ένα σύνολο αρχών, αξιών και πρακτικών που στοχεύουν στην επανόρθωση της βλάβης ή ζημιάς και την αποκατάσταση των σχέσεων μεταξύ των εμπλεκόμενων μερών (Αρτινοπούλου, 2010).

Στο πλαίσιο αυτό, η επίλυση των συγκρούσεων εντάσσεται σε ένα πλαίσιο θετικής αναπλαισίωσης και περιβάλλεται από τις αρχές του σεβασμού, της ισότητας, των ίσων ευκαιριών, της ολιστικής προσέγγισης του προβλήματος, της ενδυνάμωσης, του αυτοελέγχου και αυτορρύθμισης.

Για την επίτευξη των στόχων της, η εκπαίδευση σε πρακτικές της Επανορθωτικής Δικαιοσύνης περιλαμβάνει την αναγνώριση των αρχών και των αξιών της Επανορθωτικής Δικαιοσύνης, τεχνικές επικοινωνίας και διαλόγου, ενεργητικής ακρόασης, εκπαίδευση μέσω της βιωματικής μάθησης, παιχνίδια ρόλων. Η χρήση των πρακτικών της στο σχολικό περιβάλλον συμβάλλει στη διαχείριση περιστατικών σχολικής βίας, στη βελτίωση της ποιότητας της επικοινωνίας μεταξύ των μελών της σχολικής κοινότητας και στη σταδιακή ενσωμάτωση των αρχών της στο ήθος και την κουλτούρα του σχολείου (Αρτινοπούλου, 2010).

## 1.4 Τρόποι και τεχνικές διαχείρισης περιστατικών σχολικής βίας και εκφοβισμού στο πλαίσιο της τάξης

### 1.4.1 Συναισθηματική αγωγή

Η συναισθηματική εκπαίδευση όπως προείπαμε αναφέρεται σε όλες εκείνες τις ικανότητες που αποτελούν την συναισθηματική νοημοσύνη στα πλαίσια των



συναισθηματικών αλληλεπιδράσεων των παιδιών στην οικογένεια και στο σχολείο. Η συναισθηματική αγωγή λοιπόν, αναφέρεται στην ικανότητα αντίληψης, έκφρασης και χειρισμού των συναισθημάτων, στον αυτοέλεγχο, την ενσυναίσθηση, στην διαδικασία επίλυσης συγκρούσεων και προβλημάτων, στην ποιοτική επικοινωνία, στην προσωπική υπευθυνότητα, στην αυτοεκτίμηση και στην αυτοπειθαρχία( Γκότοβος,2002).

Τα εκπαιδευτικά προγράμματα που βοηθούν τους μαθητές να χτίσουν την συναισθηματική τους ικανότητα έχουν αναμφίβολα ευεργετικά αποτελέσματα όπως αύξηση της συνεργατικής συμπεριφοράς και μείωση των αντικοινωνικών δραστηριοτήτων (Παρασκευά, Παπαγιάννη,2008). Αυτό συμβαίνει γιατί τα άτομα τα οποία μπορούν να αντιλαμβάνονται και να καταλαβαίνουν τα αισθήματα των άλλων, αντιδρώντας κατάλληλα, είναι πιο επιτυχημένα στη συνεργασία τους με τους άλλους, ενώ οι ίδιοι ξέρουν πώς να ενσωματώνουν τα δικά τους συναισθήματα στον τρόπο με τον οποίο σκέφτονται για τις καταστάσεις και για αυτό το λόγο μάλιστα πολλές φορές επιλέγουν να αναλαμβάνουν ηγετικούς ρόλους.

Προγράμματα που αποσκοπούν στην παροχή βοήθειας σε επιθετικά παιδιά ώστε να μαθαίνουν να ερμηνεύουν τις προθέσεις των άλλων, περιλαμβάνουν μεθόδους υπόδυσης ρόλων, εξάσκηση στην ανάγνωση των συναισθημάτων των άλλων κ.α. και βοηθούν τους μαθητές να αποκτούν περισσότερη ενσυναίσθηση. Επίσης, οι μαθητές μέσω των δραστηριοτήτων αυτών μαθαίνουν να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους, κυρίως τα αρνητικά συναισθήματα όπως είναι ο θυμός που εκδηλώνεται τις περισσότερες φορές μέσω της επιθετικής συμπεριφοράς ή ακόμα και η κατάθλιψη. Στόχος δεν είναι η καταπίεση των συναισθημάτων, αλλά η ικανότητα του ατόμου να εστιάζει στην ενέργειά του, να ελέγχει τις παρορμήσεις του και να ελέγχει την άμεση ευχαρίστηση(Κακαβούλη,1990).

Τα εκπαιδευτικά οφέλη της μείωσης της επιθετικότητας των μαθητών και της αύξησης της ενσυναίσθησής τους και της ικανότητας διαχείρισης των συναισθημάτων προετοιμάζουν τους μαθητές για να αντιμετωπίσουν την ζωή εντός αλλά και εκτός σχολείου. Εξάλλου, για να επιτύχει κανείς στη ζωή του, δεν είναι απαραίτητο να έχει απλώς γνωστικές δεξιότητες, είναι σημαντικό να είναι και συναισθηματικά «ευφυής» (Olweus, 2003).

Βασικότερο στοιχείο ανάδειξης της ανάγκης για ανάπτυξη συναισθηματικών δεξιοτήτων στα παιδιά αποτελεί αδιαμφισβήτητη η εμφάνιση του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού. Το φαινόμενο αυτό που αφορά την συστηματική και επαναλαμβανόμενη βία με σκοπό την πρόκληση ψυχικού ή σωματικού πόνου μαθητών σε συμμαθητές τους εμφανίζεται με μεγάλη συχνότητα στην σημερινή κοινωνία, θέτοντας την ανάγκη άμεσης παρέμβασης του σχολείου και των εκπαιδευτικών για την ουσιαστική πρόληψη και αντιμετώπισή του» (Οίλντες,2003).

Οι δάσκαλοι είναι αυτοί που μπορούν να βοηθήσουν τους μαθητές τους να αναπτύξουν την συναισθηματική νοημοσύνη τους. Δεν είναι λίγες οι φορές που οι συγκρούσεις μεταξύ των μαθητών στον χώρο του σχολείου καθιστούν το περιβάλλον μη ασφαλές. Πολύ συχνά, όπως έχει διαπιστωθεί, πολλά παιδιά αρνούνται να πάνε στο σχολείο ή να μπουν μέσα στην τάξη επειδή αισθάνονται φόβο εξαιτίας του ότι έχουν πέσει θύματα εκφοβιστικών συμπεριφορών ή έχουν εμπλακεί σε κάποια σύγκρουση παρά την θέλησή τους. Ο εκπαιδευτικός είναι αυτός που με εποικοδομητικό τρόπο, όπως είναι για παράδειγμα ο διάλογος σε φιλικό κλίμα ,πρέπει να βοηθήσει τα παιδιά αυτά να μάθουν τα ίδια πώς να διαχειρίζονται τις συγκρούσεις, στις οποίες αναπόφευκτα εμπλέκονται (Δενδάκη, 2007). Ο εκπαιδευτικός ωστόσο, είναι σε θέση ευθύνης της ψυχικής υγείας ανεξαιρέτως όλων των μαθητών για αυτό και πρέπει να διδάσκει σε αυτούς συμπεριφορές εναλλακτικές στη βία και να προσφέρει το βίωμα ότι οι συμπεριφορές μας έχουν συνέπειες. Ο εκπαιδευτικός επίσης θα πρέπει να αναλαμβάνει το ρόλο του διαμεσολαβητή ώστε να διαχειρίζεται εποικοδομητικά τις συγκρούσεις, με σεβασμό, με ανοχή και ενδιαφέρον για όλους τους μαθητές του (Δενδάκη,2007). Αυτό σημαίνει ότι ο ίδιος σε περίπτωση που καλείται να αντιμετωπίσει μια βίαιη σύγκρουση μεταξύ μαθητών, δεν προσπαθεί να εξαλείψει απλώς την σύγκρουση, αλλά επιχειρεί να ασχοληθεί με την σύγκρουση με εποικοδομητικό τρόπο. Εντάσσει δηλαδή τα αντίπαλα μέρη σε μια συνεργατική διαδικασία, έχοντας σχεδιάσει ένα πρακτικό, εφαρμόσιμο σύστημα για την εποικοδομητική διαχείριση της διαφοράς.

Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να αναπτύξουν δραστηριότητες μέσα στην τάξη για την καλλιέργεια της ενσυναίσθησης και την διαχείριση του θυμού όπως για παράδειγμα θέτοντας ερωτήσεις προς το παιδί χρησιμοποιώντας την ενσυναίσθηση (Δενδάκη,2007). Τίθενται ερωτήσεις όπως «πώς αισθάνεσαι» ή «γιατί αισθάνεσαι

έτσι», που δείχνουν πραγματικό ενδιαφέρον και ενθαρρύνουν το παιδί να αιτιολογήσει τον πραγματικό λόγο για τον οποίο έχει θυμώσει. Τα παιδιά έχουν ανάγκη πάνω από όλα να εμπιστευτούν έναν ενήλικα για να εξωτερικεύσουν τα συναισθήματά τους. Σημαντικό είναι λοιπόν ο εκπαιδευτικός να δίνει τη δυνατότητα και το περιθώριο στο θυμωμένο παιδί να χαλαρώσει με την βοήθεια ήρεμης μουσικής ή να εκφράσει τα συναισθήματά του μέσα από τις τέχνες . Θα μπορούσε για παράδειγμα να παρακινήσει το παιδί να ζωγραφίσει το περιστατικό που του προκάλεσε το συγκεκριμένο συναίσθημα και να το περιγράψει στην συνέχεια στους συμμαθητές του. Έπειτα, καλό θα ήταν να ακολουθήσει μια επικοδομητική συζήτηση ώστε να δοθούν λύσεις διαφορετικού και καλύτερου χειρισμού της κατάστασης (Κουτή, Ποταμιάνου,2010).

Ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει την λογοτεχνία για να διαβάσει στους μαθητές του ιστορίες που δίνουν το έναυσμα να ανοίξουν συζητήσεις μέσα από τις οποίες είναι δυνατόν να καλλιεργηθεί η ενσυναίσθηση στα παιδιά. Μέσα από τον διάλογο που γίνεται ο εκπαιδευτικός θέτει ερωτήματα όπως «γιατί ο ήρωας αισθάνεται έτσι» «Τι θα κάνατε αν βρισκόσασταν στη θέση του» «Πώς πιστεύετε ότι είναι δυνατόν να λυθεί το πρόβλημα». Οι ιστορίες μπορούν επίσης να αναπαραχθούν μέσα από το κουκλοθέατρο, το θεατρικό παιχνίδι, ώστε τα παιδιά να βιώσουν τα συναισθήματα του ήρωα και να προτείνουν λύσεις για ένα αισιόδοξο τέλος της ιστορίας. Χρειάζεται λοιπόν να αγωνιστούν οι εκπαιδευτικοί για να μπορέσουν να διδάξουν περισσότερα στους μαθητές τους (Κουτή, Ποταμιάνου,2010).

Σε αυτό το σημείο πρέπει να επισημάνουμε ότι η προβληματική συμπεριφορά ενός παιδιού έγκειται στο γεγονός ότι αυτό δεν μπορεί να κατανοήσει και να τηρήσει γενικώς αποδεκτούς κανόνες στο σχολείο, στο παιχνίδι, στην αλληλεπίδραση με τους συνομηλικούς και τους ενήλικες. Ο μαθητής αυτό που πρέπει να κάνει είναι να μάθει να σέβεται τους κανόνες αυτούς (Κουτή, Ποταμιάνου, 2013). Αυτό θα το καταφέρει με την βοήθεια του δασκάλου και εφόσον κατανοήσει από μόνος του την σημασία της πειθαρχίας, της προσαρμογής και της προσωπικής του επιτυχίας. Ο σεβασμός της προσωπικότητας των μαθητών από τους εκπαιδευτικούς και από συμμαθητές τους είναι στοιχείο πολύ σημαντικό για την εφαρμογή της πειθαρχίας (Κουτή, 2009). Επίσης είναι σημαντικό να

διαμορφώνουν οι εκπαιδευτικοί προϋποθέσεις θερμού, υποστηρικτικού και δημιουργικού κλίματος και να αποτελούν αρχικά οι ίδιοι πρότυπο συμπεριφοράς. Οι εκπαιδευτικοί χρειάζεται να αγωνιστούν για να δημιουργήσουν ουσιαστικές σχέσεις με τα παιδιά, σχέσεις αλληλοσεβασμού και αλληλοκατανόησης (Κουτή,2009). Οι συνειδητές συναισθηματικές καταστάσεις εξάλλου στις οποίες εμπλέκονται οι μαθητές περιλαμβάνουν πάντα παρωθητικές ιδιότητες που δραστηριοποιούν τον οργανισμό και κατευθύνουν την συμπεριφορά του σε επιθυμητό αντικείμενο ή απομακρύνουν το άτομο από απειλητικές καταστάσεις. Εδώ βασικό ρόλο παίζει και η αυτοεκτίμηση που επιδρά σε πολλούς τομείς στην προσωπικότητα του ατόμου όπως για παράδειγμα στην νόηση, την κοινωνική επάρκεια και συναισθηματική του νοημοσύνη. Έρευνες έχουν δείξει ότι τα παιδιά με υψηλή αυτοεκτίμηση εμφανίζουν κοινωνικές δεξιότητες , όπως είναι η εύκολη συμμόρφωση σε κανόνες, η σύναψη φιλικών σχέσεων, η συναισθηματική ισορροπία. Συνήθως τα παιδιά αυτά πειθαρχούν και αποφεύγουν να κατακτούν τους στόχους τους μέσω της χρήσης βίας(Gottman,2000).

Η ζωή μας χωρίς συναισθήματα θα ήταν μονότονη και βαρετή. Η αλήθεια είναι ότι τα πολύ έντονα συναισθήματα, όταν ξεφεύγουν από τον έλεγχό μας , καταστρέφουν την αυτοπεποίθησή μας, συσκοτίζουν την κρίση μας και μειώνουν τις πιθανότητες επιτυχίας μας σε όλους τους τομείς. Με άλλα λόγια, λειτουργούν ως αρνητικοί ενισχυτές της ψυχικής υγείας μας. Για τον λόγο αυτό κάθε άνθρωπος θα πρέπει να εκφράζει τα συναισθήματα που νιώθει και να μην καταπιέζεται. Συναισθηματικά υγιές είναι το άτομο είναι αυτό που μπορεί να διατηρήσει την ισορροπία ανάμεσα στην έκφραση των συναισθηματικών του παρορμήσεων και στον έλεγχο πάνω σε αυτές (Κουτή, Ποταμιάνου,2010). Καθοριστικό ρόλο σε αυτό όπως προαναφέραμε παίζουν οι εκπαιδευτικοί και το σχολείο που με συγκεκριμένα μέσα και τρόπους δημιουργούν τις κατάλληλες προϋποθέσεις για την καλλιέργεια και τον έλεγχο των συναισθημάτων των παιδιών. Επομένως το μυστικό της επιτυχημένης ανατροφής των παιδιών είναι ο τρόπος με τον οποίο οι εκπαιδευτικοί πρέπει να αντιμετωπίζουν και να στηρίζουν τα παιδιά, είναι τα βαθιά συναισθήματα αγάπης για το παιδί που εκφράζονται με την ενσυναίσθηση, την κατανόηση, τον σεβασμό της προσωπικότητάς του. Είναι γεγονός ότι η συναισθηματική κάλυψη των παιδιών και η καλή σχέση και επικοινωνία των μελών

του σχολείου οδηγούν στην σωστή εφαρμογή ορίων μέσα στο σχολικό περιβάλλον. Είναι λοιπόν πολύ σημαντικό να εμπιστευτούν τα παιδιά τους εκπαιδευτικούς και να καταλάβουν πως είναι σύμμαχοί τους στον δύσκολο αγώνα της ζωής τους (Κουτή, Ποταμιάνου,2010).

Οι συναισθηματικές αλληλεπιδράσεις παιδιών και εκπαιδευτικών είναι δυνατόν να ασκήσουν μεγάλη επίδραση στην ευημερία και ψυχική υγεία των παιδιών. Οι εκπαιδευτικοί μέσω της συναισθηματικής αγωγής δεν σκοπεύουν να δημιουργήσουν υπάκουα και υποχωρητικά παιδιά, αλλά επιθυμούν να αναθρέψουν υπεύθυνα άτομα, ηθικά άτομα, που θα έχουν το θάρρος και τη δύναμη να κάνουν τις δικές τους επιλογές στη ζωή, που θα ικανοποιούνται με αυτά που προσφέρουν στην κοινωνία και με αυτά που θα πετυχαίνουν αξιοποιώντας τις ικανότητές τους και που θα είναι ικανά να οικοδομούν καλές σχέσεις με τους άλλους στον χώρο όπου βρίσκονται (Gottman,2000). Όταν οι εκπαιδευτικοί εφαρμόζουν την συναισθηματική αγωγή στα παιδιά, τότε τα παιδιά γίνονται πιο ανθεκτικά και ευπροσάρμοστα. Φυσικά και βιώνουν αρνητικά συναισθήματα όπως όλα τα παιδιά σε μια δύσκολη στιγμή, όμως είναι πιο ικανά και ξέρουν πώς να χαλαρώνουν, να ηρεμούν, να βγαίνουν από την δύσκολη θέση και να συνεχίζουν τις παραγωγικές τους ιδιότητες (Gottman,2000).

#### 1.4.2 Σχολική Διαμεσολάβηση

Είναι μια διαδικασία που αποτελεί έναν αποτελεσματικό τρόπο προσέγγισης στην επίλυση και την διαχείριση του προβλήματος του σχολικού εκφοβισμού μέσα σε ένα πλαίσιο φιλελεύθερο και δημοκρατικό. Η σχολική διαμεσολάβηση γίνεται με σκοπό την ειρηνική επίλυση των συγκρούσεων που προκύπτουν μεταξύ μαθητών με την βοήθεια εκπαιδευτικών ή ακόμα και μαθητών-μεσολαβητών που συμβάλλουν ώστε οι εμπλεκόμενοι να συζητήσουν, να ακούσουν με προσοχή ο ένας τον άλλον και να δείξουν αλληλοκατανόηση(Αρτινοπούλου,2010).

Ο θύτης και το θύμα αντιμετωπίζονται από τον εκπαιδευτικό και από τους συμμαθητές τους με αντικειμενικότητα και σεβασμό. Ο εκπαιδευτικός δημιουργεί

ένα κλίμα συνεργασίας και εποικοδομητικού διαλόγου που συνήθως καταλήγει στην εύρεση κοινά αποδεκτών λύσεων στο πρόβλημα. Ο εκπαιδευτικός-διαμεσολαβητής απελευθερώνεται από την αστυνόμευση των μαθητών και δίνει έμφαση στην όσο το δυνατόν μεγαλύτερη ικανοποίηση και των δύο πλευρών, του θύτη και του θύματος(Μαυροσκούφης,2008). Αυτό που πρέπει να τονίσουμε είναι ότι οι εμπλεκόμενοι στο περιστατικό βίας, συμμετέχουν ισότιμα στην διαδικασία και εκφράζουν ο καθένας ξεχωριστά την δική του θέση, τα συναισθήματα και τις ανάγκες του, χωρίς να κατακρίνονται , χωρίς να στιγματίζονται ή να περιθωριοποιούνται. Η σχολική διαμεσολάβηση εξάλλου, είναι μια διαδικασία κατά την διάρκεια της οποίας έχει μεγάλη σημασία το κλίμα ασφάλειας, ισότητας και δικαιοσύνης που εξασφαλίζεται από τον εκπαιδευτικό με σκοπό να καλλιεργήσει στους μαθητές θετικά συναισθήματα και να τους βοηθήσει να συνειδητοποιήσουν τις πράξεις τους. Με αυτό τον τρόπο οι θύτες δεν αισθάνονται ότι γίνονται αντικείμενο εκδίκησης, αλλά με την βοήθεια του εποικοδομητικού διαλόγου κατανοούν τα λάθη τους και προσπαθούν να βρουν μια κοινώς αποδεκτή λύση(Αρτινοπούλου,2010).

Η σχολική διαμεσολάβηση δεν είναι απλώς ένας παθητικός τρόπος διαχείρισης των συγκρούσεων, αντιθέτως αποτελεί μια ενεργητική διαδικασία κατά την οποία ο θύτης και το θύμα προσπαθούν να βρουν μια λύση στο πρόβλημα. Ο εκπαιδευτικός-διαμεσολαβητής θα πρέπει να δείχνει από τον τόνο της φωνής του, την επιλογή των λέξεών του και τον ρυθμό ομιλίας του ότι πιστεύει στην επίλυση του προβλήματος, διατηρώντας όμως ο ίδιος μια ουδέτερη στάση και λειτουργώντας αντικειμενικά χωρίς να διακατέχεται από στερεότυπα ή προκαταλήψεις. Ο διαμεσολαβητής εξάλλου για να λειτουργήσει επιτυχημένα στο ρόλο του, οφείλει να έχει την ικανότητα της ενεργητικής ακρόασης(Μαυροσκούφης,2008). Είναι λοιπόν σημαντικό ο δάσκαλος να είναι καλός ακροατής, να ακούει δηλαδή προσεκτικά τους διαφωνούντες, προσπαθώντας να κατανοήσει τα λεγόμενά τους και την συμπεριφορά τους προκειμένου να τους βοηθήσει να βρουν από κοινού τη λύση στο πρόβλημα(Αρτινοπούλου,2010).

Η ενεργητική ακρόαση των εμπλεκόμενων μερών στο περιστατικό του εκφοβισμού είναι μια διαδικασία που ξεφεύγει από το στενό πλαίσιο της ακοής, διευρύνεται και εμπεριέχει την ερμηνεία, τη διαμόρφωση νοήματος και την

ανταπόκριση του εκπαιδευτικού-μεσολαβητή στην επικοινωνία με τους μαθητές του(Μαυροσκούφης,2008). Ακρόαση σημαίνει αναγνώριση από τον εκπαιδευτικό-μεσολαβητή ότι ο μαθητής έχει άποψη την οποία μπορεί να εκφράσει χωρίς να χρησιμοποιήσει απαραίτητα τον προφορικό του λόγο, είτε με τη γλώσσα του σώματος, είτε με την έκφραση, είτε με τις ενέργειες και την συμπεριφορά του είτε με τη φωνή του. Με αυτή την έννοια η ενεργητική ακρόαση δεν είναι μια παθητική διαδικασία, ούτε μια απλή συλλογή πληροφοριών από τους μαθητές σε μια συγκεκριμένη στιγμή, αλλά μια ενεργητική, συνεχής και δυναμική διαδικασία που επιδιώκει την συνδημιουργία νοήματος. Στενά συνδεδεμένη με την ακρόαση είναι η συμμετοχή(Μαυροσκούφης,2008). Η συμμετοχή αφορά την ενεργητική εμπλοκή των μαθητών στην λήψη αποφάσεων σχετικά με το πρόβλημα που τους απασχολεί. Η ενεργητική ακρόαση είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την συμμετοχή του θύτη και του θύματος στην λήψη μιας από κοινού απόφασης που αφορά το πρόβλημά τους. Με άλλα λόγια, είναι η διαδικασία κλειδί για την διαμόρφωση του κατάλληλου περιβάλλοντος μέσα στο οποίο παρέχεται ο χρόνος και ο χώρος στους μαθητές να εκφράσουν τις απόψεις, τις ανησυχίες και τα συναισθήματά τους σχετικά με το συμβάν στο οποίο ενεπλάκησαν. Η ακρόαση των παιδιών από τον εκπαιδευτικό-μεσολαβητή είναι πολύ σημαντική, καθώς δείχνει πως ο ίδιος αναγνωρίζει το δικαίωμά τους να ακούγεται η φωνή τους. Οι απόψεις και οι εμπειρίες τους λαμβάνονται σοβαρά υπόψη, καθώς ο εκπαιδευτικός ανάλογα με αυτές μπορεί να επιλέξει τον κατάλληλο τρόπο διδασκαλίας για να ενισχύσει την αυτοπεποίθηση ή την συναισθηματική τους ανάπτυξη(Μαυροσκούφης,2008).

Η σχέση εκπαιδευτικού και μαθητή έχει ορισμένα από τα χαρακτηριστικά που περιγράφουν μία «θεραπευτική σχέση». Καταρχήν, προϋποθέτει ένα κλίμα εμπιστοσύνης ανάμεσα στις δύο πλευρές. Είναι σημαντικό ο μαθητής να αισθάνεται ότι ο εκπαιδευτικός θα τηρήσει εχεμύθεια για όλες τις πληροφορίες που ο μαθητής θα του εμπιστευτεί.

Ακόμη, η συνομιλία του εκπαιδευτικού και του μαθητή στηρίζεται στην «ενσυναίσθηση», δηλαδή την ικανότητα του εκπαιδευτικού να κατανοεί τα συναισθήματα και κίνητρα του μαθητή και να χρησιμοποιεί λεκτικούς τρόπους που επιβεβαιώνουν αυτή την κατανόηση. Αξίζει να τονιστεί η διάκριση ανάμεσα στην κατανόηση των συναισθημάτων και την ταύτιση με τη ψυχική κατάσταση του

μαθητή. Η αληθινή «ενσυναίσθηση» δεν σημαίνει ότι η δασκάλα συμφωνεί και μπαίνει στη θέση του μαθητή, αλλά τον ακούει προσεκτικά και ενεργητικά(Αρτινοπούλου,2010).

## **1.5 Μη τιμωρητικές μέθοδοι διαχείρισης περιστατικών σχολικού εκφοβισμού**

### **1.5.1 Μέθοδος Ομάδα Υποστήριξης**

Δύο Άγγλοι εκπαιδευτικοί ο Τζώρτζ Ρόμπινσον και η Μπάρμπαρα Μείνς εισήγαγαν τη μέθοδο τη δεκαετία του 1990. Αρχικά ο εκπαιδευτικός συναντά το θύμα με σκοπό να εξηγήσει σε αυτό τη συγκεκριμένη μέθοδο που πρόκειται να ακολουθήσει και να πάρει άδεια να συνεχίσει. Η συνάντηση αυτή γίνεται για να παροτρύνει το θύμα να εκφράσει τα συναισθήματά του και να συζητήσει για την σύνθεση της ομάδας υποστήριξης. Καλό είναι να τονίσουμε ότι δεν πρόκειται για μια διαδικασία εξεύρεσης ενόχων που συνεπάγεται την απονομή δικαιοσύνης μέσω της επιβολής τιμωριών στους θύτες(Καραβόλτσου,2013).

Στη συνέχεια, αφού ο εκπαιδευτικός συγκροτήσει την ομάδα υποστήριξης, μοιρασμένη όσο το δυνατόν ισόποσα σε θύτες, φανερούς υποστηρικτές του θύτη, απλούς παρατηρητές και υποστηρικτές του θύματος, τους καλεί προσωπικά χωρίς να δίνει εξηγήσεις για τη συνάντηση. Κατά την διάρκεια της συζήτησης που ακολουθεί, ο εκπαιδευτικός αρχικά μιλά για τα δικά του συναισθήματα και προβλήματα και κατόπιν, εκφράζει τις ανησυχίες του και εξηγεί ότι καθήκον του είναι να διασφαλίζει την ασφάλεια όλων των μαθητών ανεξαιρέτως μέσα στο σχολείο. Αποφεύγει να προσδιορίσει τους θύτες και σε καμία περίπτωση δεν αποδίδει κατηγορίες σε αυτούς.

Σκοπός της συνάντησης είναι να βοηθήσουν όλοι τον συμμαθητή τους που υποφέρει και να σταματήσει η επιθετική συμπεριφορά προς αυτόν. Το μη απειλητικό κλίμα μέσα στο οποίο γίνεται η συζήτηση ανακουφίζει συνήθως τους θύτες που δεν έχουν έτσι λόγους να αμυνθούν ή να φοβηθούν για κάτι, εφόσον κανείς δεν επιτίθεται εναντίον τους. Κύριος σκοπός της συνάντησης είναι η



καλλιέργεια της ενσυναίσθησης σε θύτες, υποστηρικτές και παρατηρητές(Καραβόλτσου,2013).

Η συγκεκριμένη μέθοδος δίνει έμφαση στα συναισθήματα του θύματος και όχι στο τι ακριβώς συνέβη ή ποιος έκανε τι. Στην συνάντηση αυτή δεν προσδιορίζονται οι θύτες αν και όλοι γνωρίζουν ποιοι είναι. Η όλη προσέγγιση όμως τους βάζει στην διαδικασία να σκεφτούν τα αρνητικά αποτελέσματα της συμπεριφοράς τους και τους ενθαρρύνει να την εγκαταλείψουν. Το αίσθημα ντροπής είναι αυτό που συντελεί στην αλλαγή της συμπεριφοράς τους. Κάθε προσπάθεια δημιουργίας ενόχων δεν θα ήταν καθόλου βοηθητική, καθώς θα οδηγούσε σε αντεκδίκηση(Καραβόλτσου,2013).

Η μέθοδος αυτή αξιοποιεί επίσης την δυναμική της ομάδας, αφού οι δηλώσεις υποστήριξης του θύματος από τα μέλη της ομάδας, αποδυναμώνουν τους θύτες οι οποίοι δυσκολεύονται να συνεχίσουν την επιθετική συμπεριφορά εναντίον του θύματος το οποίο δεν είναι πλέον μόνο του απέναντί τους. Αναλυτικότερα, κάθε μέλος της ομάδας υποστήριξης, καλείται από τον εκπαιδευτικό να συνεισφέρει με τις ιδέες του, για το τι μπορεί να γίνει για να νιώσει καλύτερα το θύμα και συγκεκριμένα τι θα μπορούσε να κάνει ο κάθε συμμαθητής του για αυτό(Καραβόλτσου,2013). Με τον τρόπο αυτό η διαδικασία εξελίσσεται σε συνάντηση μιας ομάδας που συνεργάζεται για να λύσει ένα πρόβλημα, ενώ οι προτάσεις που ακούγονται σε πρώτο πρόσωπο από τους συμμετέχοντες συντελούν στην ανάληψη ευθύνης και πρωτοβουλίας από τους μαθητές.

Στόχος της μεθόδου είναι να επηρεάσει τους θύτες να αφήσουν ήσυχο το θύμα και να μάθουν να αναλαμβάνουν τον εσωτερικό έλεγχο της συμπεριφοράς τους. Το κλίμα συμπαράστασης και η «επίθεση νοιαξίματος» που ορίζουν τα πλαίσια της συγκεκριμένης συζήτησης επηρεάζει θετικά την συμπεριφορά των θυτών οι οποίοι ενθαρρύνονται να αλλάξουν την στάση και την συμπεριφορά τους απέναντι στο θύμα(Καραβόλτσου,2013). Μετά από μια εβδομάδα ο εκπαιδευτικός συναντά ξανά τα μέλη της ομάδας υποστήριξης ένα-ένα ξεχωριστά. Εδώ ο εκπαιδευτικός διερευνά την εξέλιξη της υπόθεσης με σκοπό να ελέγξει αν η επιθετικότητα που εκδηλώνουν οι θύτες προς το θύμα έχει σταματήσει. Συνήθως βέβαια, ο εκπαιδευτικός έχει διαπιστώσει από μόνος του αν η κατάσταση του θύματος έχει καλύτερεύσει, για αυτό και οι συναντήσεις κατ' ιδίαν είναι αρκετά

σύντομες. Στην περίπτωση που διαπιστωθεί βελτίωση της κατάστασης, ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τα μέλη της ομάδας να συνεχίσουν την δράση, και καλεί και άλλους μαθητές να υποστηρίξουν με τον τρόπο τους το θύμα. Στην περίπτωση που δεν υπάρχει βελτίωση, τότε ο εκπαιδευτικός καλεί σε συνάντηση την ομάδα υποστήριξης με τα ίδια μέλη(Καραβόλτσου,2013).

### 1.5.2 Μέθοδος Επανορθωτική Δικαιοσύνη

Το μοντέλο αυτό για την αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού εφαρμόστηκε για πρώτη φορά στην Αυστραλία το 1993 με αφορμή βίαιων περιστατικών που συνέβαιναν κατ' επανάληψη σε αρκετά σχολεία .Είναι μια μέθοδος ομαδικής επίλυσης προβλημάτων και αποκατάστασης των θυμάτων μέσω της συμμετοχής μελών της σχολικής κοινότητας, μαθητών, εκπαιδευτικών, γονέων και ειδικών συμβούλων(Καραβόλτσου,2013).

Σκοπός της συγκεκριμένης μεθόδου είναι να αναλαμβάνει σε κάθε περίπτωση ο θύτης την ευθύνη των πράξεών του, να καταλαβαίνει το λάθος του και να προσπαθεί να αποκαταστήσει το θύμα. Επικρατεί και εδώ ένα κλίμα σεβασμού ώστε να βγουν όλοι κερδισμένοι από την διαδικασία. Το θύμα εξάλλου, μετά το πέρας της διαδικασίας, πρέπει να νιώσει ασφαλές και ο θύτης επανεταγμένος στην σχολική κοινότητα ως μέλος ισότιμο με τα υπόλοιπα ,το οποίο δεν προκαλεί πλέον βλάβη σε αυτά(Καραβόλτσου,2013).

Ας δούμε λοιπόν, με τη σειρά τα βήματα που ακολουθεί η συγκεκριμένη μέθοδος. Πραγματοποιείται αρχικά μια συνάντηση του εκπαιδευτικού με κάθε έναν από τους συμμετέχοντες ξεχωριστά, κατά την οποία είναι απαραίτητο να διερευνήσει ο ίδιος τις συμπεριφορές και τα συναισθήματά τους, να τους ενημερώσει για τη διαδικασία και τα όρια που θα πρέπει να τηρηθούν και να εξασφαλίσει την εθελοντική συμμετοχή όλων. Έπειτα ο εκπαιδευτικός συγκεντρώνει όλους τους ενδιαφερόμενους και τους συμμετέχοντες προκειμένου να ακουστούν οι απόψεις τους, οι σκέψεις και τα συναισθήματά τους για τα περιστατικά βίας που συνέβησαν. Ζητάει από τους συμμετέχοντες να περιγράψουν τα γεγονότα, ποιες

ήταν οι συνέπειες για αυτούς, τους βοηθά να διακρίνουν πώς ένιωσαν τότε και πώς νιώθουν τώρα(Καραβόλτσου,2013). Είναι σημαντικό να μην υπάρχει κάποια βίαιη μορφή επικοινωνία όσο διαρκεί η συζήτηση. Κατόπιν, ο εκπαιδευτικός παροτρύνει τους συμμετέχοντες στην διαδικασία να προτείνουν λύσεις στο πρόβλημα και τρόπους μέσω των οποίων το θύμα είναι δυνατόν να αποκατασταθεί. Στο τέλος όλοι καλούνται να πουν τι αποκόμισαν από τη διαδικασία και ποια αλλαγή επήλθε στα συναισθήματά τους.

### 1.5.3 Μέθοδος Πίκας

Την μέθοδο αυτή εισηγήθηκε ο Σουηδός ψυχολόγος Ανατόλ Πίκας το 1989. Σε περίπτωση εκδήλωσης του φαινομένου, ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να συγκεντρώσει πληροφορίες με έμμεσο τρόπο και όχι από το ίδιο το θύμα, αλλά από αναφορές τρίτων ή ακόμα και από παρατηρήσεις δικές του, προκειμένου να αποφευχθούν αρνητικά συναισθήματα και πράξεις εκδίκησης εναντίον του θύματος(Καραβόλτσου,2013).

Το επόμενο βήμα που πρέπει να ακολουθήσει ο εκπαιδευτικός είναι να συναντηθεί με κάθε έναν από τους θύτες που υποψιάζεται και να προσπαθήσει να εγκαθιδρύσει μια σχέση αλληλοσεβασμού πριν γίνει η ομαδική συνάντηση μαζί τους. Ο εκπαιδευτικός πρέπει να τονίσει το πώς αισθάνεται το θύμα και να ρωτήσει αν γνωρίζουν κάτι για την κατάστασή του οι θύτες(Καραβόλτσου,2013). Όταν αναγνωριστεί το πρόβλημα που έχει προκληθεί στο θύμα από τους θύτες, χωρίς κατηγορίες και απόδοση ευθυνών, επιζητείται η κατάθεση προτάσεων από τους θύτες για το πώς μπορεί να λυθεί το πρόβλημα.

Ακολούθως, ο εκπαιδευτικός απευθύνεται στο θύμα για να καταθέσει την δική του θέση για το πρόβλημα. Αναφέρει και εξηγεί ότι σκοπός του είναι να βοηθήσει και να βελτιώσει την κατάσταση και ζητά επίσης την γνώμη του και τις προτάσεις του. Έπειτα από ένα μικρό χρονικό διάστημα ο εκπαιδευτικός συναντάται με τους θύτες προκειμένου να ελέγξει με την βοήθεια ερωταποκρίσεων την πρόδο τους στο θέμα. Σε περίπτωση που η συμπεριφορά τους προς το θύμα έχει αλλάξει,

τότε επαιούνται και ενθαρρύνονται να δεχτούν μια συνάντηση με το θύμα(Καραβόλτσου,2013).

Η συνάντηση αυτή είναι το τελικό στάδιο της μεθόδου αντιμετώπισης του προβλήματος και προβλέπει μια οριστική συμφωνία μεταξύ θυτών και θύματος ως επιβεβαίωση ότι ο εκφοβισμός έχει σταματήσει. Η οριστική αυτή συμφωνία δεν αφορά απλώς το συγκεκριμένο περιστατικό αλλά και γενικότερα το πώς θα συμπεριφέρονται οι μαθητές από εδώ και στο εξής(Καραβόλτσου,2013).

## **1.6 Διεθνή προγράμματα αντιμετώπισης του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού**

Ο σχολικός εκφοβισμός όπως προαναφέραμε, δεν είναι ένα νέο χαρακτηριστικό της εποχής μας που άρχισε να εκδηλώνεται τα τελευταία έτη. Πολλοί από εμάς έχουμε βιώσει κάποια μορφή εκφοβισμού στην παιδική μας ηλικία, ενώ άλλοι μπορεί να υπήρξαμε απλώς παρατηρητές εκφοβιστικών συμπεριφορών. Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού μελετήθηκε για πρώτη φορά ως κοινωνικό φαινόμενο την περίοδο 1970-1993, στην Σουηδία και στη Νορβηγία, ενώ το ενδιαφέρον των ερευνητών επικεντρώθηκε στις ιδιαίτερα αρνητικές επιπτώσεις στον ψυχισμό και στη συμπεριφορά των παιδιών που επέφερε το πρόβλημα της σχολικής βίας. Η Σκανδιναβική λοιπόν κοινωνία ήταν η πρώτη που ευαισθητοποιήθηκε σε θέματα σχολικής επιθετικότητας, με αφορμή την αυτοκτονία τριών αγοριών νεαρής ηλικίας, έπειτα από συνεχή και επαναλαμβανόμενη βία που υπέστησαν από συμμαθητές τους στις αρχές της δεκαετίας του 1980(Τσικρικά, 2009).

Αυτά τα περιστατικά έγιναν η αφορμή για να ακολουθήσει μια εθνική εκστρατεία εναντίον του σχολικού εκφοβισμού η οποία κατέληξε στην δημιουργία ενός προγράμματος πρόληψης και αντιμετώπισης του προβλήματος, γνωστού ως Olweus Bulling Prevention Program, το οποίο εφαρμόζεται σήμερα κυρίως στην Νορβηγία, Σουηδία και στις ΗΠΑ και αποτελεί πρότυπο σύστημα αντιμετώπισης του προβλήματος και για πολλές άλλες χώρες του κόσμου (Τσικρικά,2009:65).

Όλο το πρόγραμμα βασίζεται στην ανάμειξη όλων των ενδιαφερομένων για το ζήτημα του εκφοβισμού, μέσω της κινητοποίησης μαθητών, γονέων και προσωπικού του σχολείου με στόχο την ενημέρωση για το πρόβλημα, τη μεσολάβηση για την εξάλειψη του φαινομένου, την θέσπιση σαφών κανόνων κατά του bullying και την υποστήριξη και προστασία των θυμάτων.

Κύριο ρόλο στο πρόγραμμα κατά του εκφοβισμού παίζουν οι εκπαιδευτικοί οι οποίοι ερευνούν με ερωτηματολόγια την φύση και τη διάδοση του προβλήματος, αυξάνουν την επιτήρηση των μαθητών στα διαλείμματα και διεξάγουν τακτικές συνελεύσεις για τη συζήτηση του προβλήματος. Επιπλέον, ορίζουν κανόνες κατά του εκφοβισμού στο πλαίσιο της τάξης και μεσολαβούν μεταξύ των θυμάτων, των θυτών και των οικογενειών τους προκειμένου να βρεθεί λύση στο πρόβλημα και να σταματήσει το bullying (Τσικρικά,2009).

### **1.6.1 Το Πρόγραμμα Olweus της Νορβηγίας**

Το γνωστότερο πρόγραμμα πρόληψης και καταπολέμησης του φαινομένου είναι αυτό που έχει προτείνει ο Νορβηγός καθηγητής Dan Olweus(1994) το «Olweus Bulling Prevention Program»(Τσικρικά,2009:65).Το πρόγραμμα παρουσιάστηκε, τελειοποιήθηκε και εφαρμόστηκε συστηματικά στο Bergen της Νορβηγίας στα μέσα της δεκαετίας του 80.Επιπλέον, εφαρμόστηκε σε πολλά σχολεία πέρα από τη Νορβηγία, Σουηδία και τις ΗΠΑ(Olweus,2009:41). Το βασικό στοιχείο του προγράμματος είναι η ανάμειξη όλων των ενδιαφερομένων για το ζήτημα. Ως στρατηγική αναφέρεται η κινητοποίηση όλων, των μαθητών, των γονέων και του προσωπικού του σχολείου.

Η εφαρμογή του προγράμματος Olweus στη Νορβηγία αποδείχτηκε αποτελεσματικό, καθώς οδήγησε σε περίπου 50% μείωση του σχολικού εκφοβισμού και της θυματοποίησης (Γαλανάκη, 2010). Δικαίως το πρόγραμμα του Olweus κατά του σχολικού εκφοβισμού έχει κερδίσει τη διεθνή αναγνώριση. Επιπλέον, είναι το μόνο πρόγραμμα καταπολέμησης διαφόρων μορφών προβληματικής συμπεριφοράς στο σχολείο που προτάθηκε για συνεχή εφαρμογή

από μια νορβηγική επιτροπή εμπειρογνομόνων, η οποία αξιολόγησε πολλά διαφορετικά τρέχοντα προγράμματα στα νορβηγικά σχολεία το έτος 2000(Οίweis,2009). Συνεπώς, με παραπάνω από 35 έτη επιστημονικής έρευνας κι επιτυχούς εφαρμογής σε όλον τον κόσμο, το παραπάνω πρόγραμμα αντιμετωπίζει επιτυχώς τη σχολική βία και τον εκφοβισμό.

Αναλυτικότερα, στο πρόγραμμα αυτό συμμετέχουν μαθητές, αλλά και ενήλικες. Είναι σχεδιασμένο για μαθητές 5 έως 15 ετών, ωστόσο οι έρευνες έχουν δείξει ότι είναι εξίσου αποτελεσματικό και σε μαθητές λυκείου με κάποια σχετική προσαρμογή του. Όλοι οι μαθητές συμμετέχουν στις περισσότερες πτυχές και δράσεις του προγράμματος, ενώ οι μαθητές που αποτελούν τους «θύτες» ή τα «θύματα» λαμβάνουν επιπλέον εξατομικευμένη παρέμβαση(Γαλανάκη,2010).

Το πρόγραμμα στοχεύει στην ενημέρωση για το πρόβλημα του σχολικού εκφοβισμού, στην μεσολάβηση για την εξάλειψη του φαινομένου, στην θέσπιση σαφών κανόνων κατά του εκφοβισμού και στην υποστήριξη και την προστασία των θυμάτων. Σημαντικό ρόλο για την σωστή λειτουργία του προγράμματος έχουν οι εκπαιδευτικοί και το προσωπικό του σχολείου όπου ο σχολικός εκφοβισμός δεν θα είναι από κανέναν ανεκτός. Το πρόγραμμα εφαρμόζεται σε τρία επίπεδα στο σχολείο, την τάξη και σε ατομικό επίπεδο(Οίweis,2009). Στο πλαίσιο του σχολείου, θέτει την ανάγκη σύνταξης μιας συντονιστικής επιτροπής πρόληψης σχολικού εκφοβισμού η οποία είναι υπεύθυνη για την διασφάλιση της εφαρμογής των δράσεων και των ενεργειών του προγράμματος στο σχολείο. Αποτελείται συνήθως από τον διευθυντή του σχολείου, εκπαιδευτικούς, από έναν επαγγελματία ψυχικής υγείας ή σχολικό σύμβουλο, και από όποιον γονέα επιθυμεί να γίνει μέλος. Στους μαθητές του σχολείου στο οποίο εφαρμόζεται το πρόγραμμα παρέχεται από τους υπεύθυνους του προγράμματος το ερωτηματολόγιο Οίweis για τον σχολικό εκφοβισμό το οποίο είναι ένα πιστοποιημένο ερωτηματολόγιο το οποίο διερευνά και αξιολογεί τις εμπειρίες των μαθητών και τις προθέσεις και απόψεις τους σχετικά με συμπεριφορές εκφοβισμού (Οίweis,2007). Το ερωτηματολόγιο αυτό χορηγείται πριν από την εφαρμογή του προγράμματος, συνήθως ανώνυμα, σε μαθητές της πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Στη συνέχεια, διανέμεται σε τακτά (συνήθως ετήσια) χρονικά διαστήματα. Το ερωτηματολόγιο παρέχει λεπτομερή ορισμό του εκφοβισμού και, μεταξύ άλλων ερωτημάτων, ζητά από

τους μαθητές να αποκαλύψουν τη συχνότητα με την οποία έχουν βιώσει ή συμμετάσχει σε περιστατικά εκφοβισμού το τελευταίο δίμηνο. Τα σχολεία χρησιμοποιούν τα αποτελέσματα αυτά για την ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση των μαθητών, του προσωπικού και των γονέων σχετικά με τον σχολικό εκφοβισμό. Τα αποτελέσματα χρησιμεύουν κατά κύριο λόγο στη δημιουργία συγκεκριμένων σχεδιασμών υλοποίησης του προγράμματος *Oiweus*, ενώ, παράλληλα, βοηθούν και στην αξιολόγηση των αλλαγών σε όλες τις τάξεις, σε αγόρια και κορίτσια, με την πάροδο του χρόνου.

Οι εκπαιδευτικοί και το υπόλοιπο προσωπικό του σχολείου συναντώνται σε τακτική βάση, διαμορφώνοντας ομάδες συζήτησης, ώστε να πληροφορηθούν και να ανταλλάξουν απόψεις και προτάσεις σχετικά με το πρόγραμμα *Oiweus* και να προβληματιστούν σχετικά με τις προσπάθειες που γίνονται στο σχολείο για την πρόληψη και την αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού (*Oiweus*, 2009).

Σε κάθε σχολείο η συντονιστική επιτροπή αξιολογεί και βελτιώνει το εποπτικό σύστημα του σχολείου με στόχο τη μείωση του σχολικού εκφοβισμού. Αυτή η αξιολόγηση περιλαμβάνει τον προσδιορισμό των «θερμών σημείων» στα οποία λαμβάνει χώρα ο εκφοβισμός βάσει των αποτελεσμάτων του ερωτηματολογίου.

Στο πλαίσιο της τάξης το πρόγραμμα επιδιώκει την πρόληψη του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού, μέσα από την αντιμετώπιση των προσωπικών αντιλήψεων των ατόμων για την διαφορετικότητα. Στόχος είναι να μάθουν όλοι να αποδέχονται την διαφορετικότητα, να συνυπάρχουν, να αναγνωρίζουν και να σέβονται τους άλλους και την αξιοπρέπεια κάθε ανθρώπου να την υπολογίζουν. «Η καλλιέργεια του σεβασμού στους μαθητές γίνεται με σκοπό να προλάβουμε την εκδήλωση αντικοινωνικών συμπεριφορών» (Γκότοβος, 2002).

Οι εκπαιδευτικοί στο πλαίσιο της τάξης εισάγουν και επιβάλλουν κανόνες κατά του σχολικού εκφοβισμού. Οι κανόνες αυτοί καλύπτουν τόσο τις άμεσες όσο και τις έμμεσες μορφές σχολικού εκφοβισμού, συμπεριλαμβανομένης της κοινωνικής απομόνωσης και του σκόπιμου αποκλεισμού από την ομάδα των συνομηθίκων. Συζητούν διεξοδικά με τους μαθητές τους (για παράδειγμα, στις συνεδριάσεις στην τάξη) τους κανόνες σχετικά με τον σχολικό εκφοβισμό, για να βεβαιωθούν ότι οι μαθητές έχουν κατανοήσει τη σημασία τους.

Ένα άλλο σημαντικό στοιχείο του προγράμματος Οίweis είναι τα τακτικά συμβούλια της τάξης, στα οποία εκπαιδευτικοί με τους μαθητές συζητούν θέματα σχετικά με τον σχολικό εκφοβισμό(Οίweis,2009). Οι εκπαιδευτικοί συγκαλούν σε συχνές συναντήσεις τους μαθητές για τη διδασκαλία εναλλακτικών τρόπων αντίδρασης σε περιπτώσεις που βρίσκονται αντιμέτωποι κάποιο πρόβλημα ή ένα βίαιο περιστατικό. Σκοπός των συναντήσεων αυτών είναι η οικοδόμηση της συνοχής της τάξης, η συζήτηση σχετικά με τους κανόνες για τον εκφοβισμό και τα μέτρα που στοχεύουν στην οριοθέτηση της συμπεριφοράς των μαθητών. Επιπλέον, τέτοια συμβούλια βοηθούν τους μαθητές να κατανοήσουν τον ρόλο τους στην πρόληψη και τον τερματισμό του σχολικού εκφοβισμού και να αναπτύξουν στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων σχετικών με τη βία και τον εκφοβισμό. Στο πλαίσιο των συναντήσεων αυτών, οι μαθητές συμμετέχουν σε παιχνίδια ρόλων, τα οποία έχουν ως στόχο να τους βοηθήσουν στην οικοδόμηση της ενσυναίσθησης και στην ανάπτυξη δεξιοτήτων οπτικής των γεγονότων από διαφορετικές πλευρές. Επιπρόσθετα, μέσω των παιχνιδιών αυτών οι μαθητές εξασκούνται στην εξεύρεση ειρηνικών και θετικών λύσεων για περιστατικά εκφοβισμού.

Σημαντική είναι και η συνεργασία των εκπαιδευτικών με τους γονείς, τόσο για την πρόληψη όσο και για την αντιμετώπιση του φαινομένου. Οι γονείς θα πρέπει να ενημερώνονται και να συμβουλευονται τους εκπαιδευτικούς και συμβούλους ψυχικής υγείας σχετικά με τα βήματα που πρέπει να ακολουθούν για την οριοθέτηση της συμπεριφοράς των παιδιών τους. Στόχοι των συναντήσεων αυτών είναι να αυξηθεί η πληροφόρηση των γονέων για το πρόβλημα, να καταδειχθεί η σημαντικότητα ανάμειξής τους για την επιτυχία του προγράμματος και να ενθαρρυνθεί η υποστήριξη του προγράμματος και από τους γονείς.

### 1.6.2 Το Πρόγραμμα Κίνα της Φινλανδίας



Είναι γεγονός ότι υπάρχουν πολυάριθμα προγράμματα κατά του σχολικού εκφοβισμού, αλλά μόνο λίγα από αυτά έχουν δοκιμαστεί με αυστηρές επιστημονικές μελέτες. Το Πρόγραμμα Κίνα της Φινλανδίας είναι ένα καινοτόμο πρόγραμμα βασισμένο στην πρόληψη και στην αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού και της βίας. Αναπτύχθηκε βασιζόμενο σε νέες έρευνες σχετικά με τον εκφοβισμό και τους μηχανισμούς του. Το συγκεκριμένο πρόγραμμα αναπτύχθηκε στο Πανεπιστήμιο του Τούρκου της Φινλανδίας, υπό την χρηματοδότηση από το Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού της Φινλανδίας (Ministry of education and culture,2014). Τα αποτελέσματα του προγράμματος Κίνα έχουν αξιολογηθεί σε πολυάριθμες μελέτες. Είναι ένα πρόγραμμα βασισμένο σε στοιχεία για την πρόληψη του εκφοβισμού και για την αποτελεσματική αντιμετώπισή του. Είναι γεγονός πως η πρόληψη του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού είναι ζωτικής σημασίας, αλλά και η αντιμετώπιση είναι εξίσου σημαντική, καθώς μόνο οι προσπάθειες πρόληψης δεν θα κάνουν τον εκφοβισμό να εξαφανιστεί μια για πάντα. Θα πρέπει να υπάρχουν επίσης εργαλεία τα οποία θα είναι δυνατόν να χρησιμοποιηθούν στην περίπτωση εμφάνισης ενός περιστατικού σχολικού εκφοβισμού.

Κύριο χαρακτηριστικό της λειτουργίας του προγράμματος Κίνα είναι η συνεχής παρακολούθηση της κατάστασης στο εκάστοτε σχολείο και των αλλαγών που λαμβάνουν χώρα κατά τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς (Ministry of education and culture,2014). Αυτό επιτυγχάνεται μέσω διαδικτυακών εργαλείων που συμπεριλαμβάνονται στο πρόγραμμα. Τα εργαλεία αυτά παρέχουν ετήσια ενημέρωση για κάθε σχολείο ξεχωριστά σχετικά με την εφαρμογή του προγράμματος και τα αποτελέσματα που προκύπτουν από αυτή.

Το Πρόγραμμα περιλαμβάνει τόσο καθολικές όσο και εξειδικευμένες δράσεις. Οι καθολικές δράσεις αφορούν το πρόγραμμα σπουδών, τα μαθήματα και τα διαδικτυακά παιχνίδια, τα οποία απευθύνονται σε όλους τους μαθητές και εστιάζουν, κυρίως, στην πρόληψη του εκφοβισμού. Οι καθολικές ενέργειες απευθύνονται σε όλους τους μαθητές του σχολείου. Αναφέρονται στις προσπάθειες που καταβάλλονται από τους εκπαιδευτικούς για την ανάπτυξη ικανοτήτων σε όλα τα παιδιά να συμπεριφέρονται με εποικοδομητικούς τρόπους και να αναλαμβάνουν ευθύνες για την αποτροπή της βίας και του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού,

καθώς και την υποστήριξη των αδύναμων μαθητών σε περίπτωση που βρεθούν στη θέση του θύματος σε κάποιο περιστατικό βίας (Ministry of education and culture,2014) .

Το Κίνα πρόγραμμα αποτελείται από 10 μαθήματα (2 συνεδρίες των 45 λεπτών) με εργασίες που εκτελούνται κατά τη διάρκεια ενός ακαδημαϊκού έτους. Οι μαθητές έχουν μαθήματα μία ή δύο φορές κάθε μήνα στα οποία γίνονται συζητήσεις σχετικά με την κακομεταχείριση και τον σεβασμό προς τους άλλους. Μιλούν για το πώς μπορούν να εργαστούν σε ομάδες σε ήρεμο και συνεργατικό κλίμα. Οι μαθητές συμμετέχουν σε συζητήσεις, ομαδικές εργασίες, ασκήσεις και παιχνίδια ρόλων. Παρακολουθούν επίσης ταινίες μικρού μήκους για τον εκφοβισμό.

Κάθε μάθημα είναι κατασκευασμένο γύρω από ένα κεντρικό θέμα, και έναν κανόνα που σχετίζεται με αυτό το θέμα. Μετά το μάθημα, η τάξη υιοθετεί τον κανόνα αυτόν ως μια ταξική κυριαρχία. Στο τέλος του έτους, όλοι οι κανόνες συνδυάζονται σε ένα συμβόλαιο, το οποίο όλοι οι μαθητές καλούνται στη συνέχεια να υπογράψουν. Ένα εγχειρίδιο του προγράμματος παρέχει κατευθυντήριες γραμμές για τους εκπαιδευτικούς σχετικά με το πόσο χρόνο θα πρέπει να αφιερώνεται σε κάθε θέμα (Ministry of education and culture,2014).

Για τα παιδιά του δημοτικού σχολείου, ένα παιχνίδι στον υπολογιστή, το λεγόμενο «antibullying», έχει αναπτυχθεί και οι μαθητές μπορούν να παίξουν κατά τη διάρκεια και μεταξύ των μαθημάτων Κίνα. Για τους μαθητές της δευτεροβάθμιας, ένα εικονικό περιβάλλον μάθησης, το «Kiva Street», έχει αναπτυχθεί ώστε οι μαθητές να μπορούν να έχουν πρόσβαση σε πληροφορίες σχετικά με τον εκφοβισμό από μια «βιβλιοθήκη», ή για να μπορούν να πάνε στο «σινεμά» για να παρακολουθήσουν ταινίες μικρού μήκους για τον εκφοβισμό (Ministry of education and culture,2014).

Το πρόγραμμα ασχολείται ενεργά με το σχολείο και τους γονείς. Μια παρουσίαση PowerPoint έχει αναπτυχθεί από τα σχολεία τα οποία μπορούν να την χρησιμοποιήσουν για να παρουσιάσουν όλο το πρόγραμμα στο προσωπικό του σχολείου και στους γονείς, και οι γονείς να λαμβάνουν κάθε χρόνο έναν οδηγό που περιλαμβάνει πληροφορίες σχετικά με τρόπους και συμβουλές για την αντιμετώπιση του εκφοβισμού (Ministry of education and culture,2014).

Από την άλλη μεριά, οι εξειδικευμένες ενέργειες τίθενται σε λειτουργία, όταν προκύπτουν συμβάντα σχετικά με σχολικό εκφοβισμό ή τη βία. Είναι δράσεις που στοχεύουν ειδικά σε παιδιά και εφήβους που έχουν εμπλακεί σε περιστατικά εκφοβισμού ως δράστες ή θύματα, καθώς και σε πολλούς συμμαθητές οι οποίοι παρακινούνται να στηρίξουν το θύμα μέσα σε οργανωμένες ομάδες υποστήριξης. Εκτός από τα μηνύματα πρόληψης λοιπόν που δέχονται οι μαθητές στο πλαίσιο του σχολείου, οι ομάδες υποστήριξης που αναπτύσσονται σε κάθε σχολική τάξη είναι σε θέση να ασχοληθούν με προσδιορισμένες περιπτώσεις εκφοβισμού. Η ομάδα τριών ατόμων συναντιέται με το δάσκαλο της τάξης για να συζητήσουν το διαπιστωμένο κρούσμα. Στη συνέχεια, ένα ή δύο μέλη της ομάδας κανονίζουν μια συνάντηση με το θύμα ή τα θύματα και μια συνάντηση με τον νταή και έπειτα ξεκινούν μια σειρά συνεδριών μαζί τους προκειμένου να βρεθεί μια κοινή λύση στο πρόβλημα. Το εγχειρίδιο εκπαίδευσης παρέχει καθοδήγηση σχετικά με το πώς είναι δυνατόν και πώς πρέπει να διεξάγονται αυτές τις συζητήσεις (Ministry of education and culture,2014).

Οι δράσεις του προγράμματος στηρίζονται στην κοινωνικο- γνωστική θεωρία η οποία πιστεύεται ότι αποτελεί το καταλληλότερο πλαίσιο για την κατανόηση της κοινωνικής συμπεριφοράς των ατόμων. Εξάλλου, είναι γεγονός, ότι η εκφοβιστική συμπεριφορά πηγάζει από την επιδίωξη της υψηλής θέσης μέσα σε μια ομάδα των συνομηλίκων και συνεπώς η διατήρηση του εκφοβισμού εξαρτάται από την ομαδική συμπεριφορά. Το πρόγραμμα Κίνα λοιπόν, προβλέπει ότι οι αλλαγές στις συμπεριφορές της ομάδας είναι δυνατόν να μειώσουν τον εκφοβισμό, και κατ' επέκταση να μειώσουν τα «οφέλη» που νομίζει ότι αποκτά το πρόσωπο που εκφοβίζει.

Ο βασικός στόχος του προγράμματος είναι να τεθεί ένα τέλος στον εκφοβισμό, για αυτό και περιλαμβάνει μια εκτεταμένη ποσότητα υλικού για εκπαιδευτικούς, μαθητές και γονείς, συμπεριλαμβανομένων των εγχειριδίων για τους δασκάλους, βίντεο, διαδικτυακών παιχνιδιών, ερευνών στο προσωπικό και τους μαθητές, αφισών, οδηγών γονέων κ.λπ. Επιπρόσθετα, το υλικό είναι διαθέσιμο σε αρκετές γλώσσες προκειμένου να γίνεται κατανοητό από όλους.

Το πρόγραμμα Κίνα δεν προορίζεται για εφαρμογή ενός μόνο έτους, αλλά ως ένα μόνιμο κομμάτι της προσπάθειας των σχολείων για την αντιμετώπιση

της ενδοσχολικής βίας. Επιπλέον, χαίρει ευρείας δημοσιότητας και έξω από τα σύνορα της Φινλανδίας, ενώ διαδίδεται με ταχείς ρυθμούς σε νέες χώρες και περιοχές. Αυτή τη στιγμή, το πρόγραμμα Κίνα έχει εξουσιοδοτημένους εταίρους για την εφαρμογή του στο Βέλγιο, Λουξεμβούργο, Ολλανδία, Νέα Ζηλανδία και Ηνωμένο Βασίλειο (Ministry of education and culture,2014).

### 1.6.3 Πρόγραμμα Ολικής Απάντησης από το σχολείο

Ένα άλλο πρόγραμμα κατά του σχολικού εκφοβισμού το οποίο αξίζει να σημειωθεί, εφαρμόζεται στα δημόσια σχολεία της Αμερικανικής πολιτείας του Μέριλαντ και ονομάζεται πρόγραμμα «Ολικής απάντησης από το σχολείο», το οποίο προτάθηκε από τον Tatum. Είναι παρόμοιο με το πρόγραμμα Olweus και έχει τρία στάδια( Μπογιατζόγλου, Βίλλη, Γαλάνη,2012). Το πρώτο στάδιο αναφέρεται στην διαχείριση της κρίσης, όπου γίνεται χρήση τιμωριών ώστε να γίνει ξεκάθαρο στους μαθητές ότι ο εκφοβισμός σημαίνει την εκδήλωση μιας μη αποδεκτής συμπεριφοράς. Σε αυτό το σημείο γίνεται συζήτηση με τους θύτες, με στόχο την καλλιέργεια της ενσυναίσθησής τους ή τη χρήση θετικής πίεσης από τους συνομηλίκους για την μείωση των περιστατικών εκφοβισμού ή την υποστήριξη των θυμάτων. Αυτό που καθορίζει την επιτυχία του σταδίου αυτού είναι η ικανότητα του εκπαιδευτικού και των μαθητών στην συμβουλευτική και διαχείριση των συγκρούσεων.

Κατά την διάρκεια του δεύτερου σταδίου οι μαθητές διδάσκονται απαραίτητες διαπροσωπικές δεξιότητες με την βοήθεια συμμαθητών τους, ιδίως από μεγαλύτερους που κατανοούν σε βάθος την αξία της ενθάρρυνσης των θυμάτων. Το τρίτο στάδιο δίνει έμφαση στην πρόληψη μέσω των δράσεων, βραχυπρόθεσμων ή μακροπρόθεσμων, στοχεύοντας την ανάπτυξη της ενσυναίσθησης των μαθητών ,την ανάληψη ευθυνών και τον καταμερισμό των ρόλων σε αυτούς που εμπλέκονται άμεσα, την ανταμοιβή της καλής συμπεριφοράς και τη δημιουργία θετικού κλίματος για την εξάλειψη του φαινομένου.

#### 1.6.4 Το πρόγραμμα «Δεύτερο Βήμα»

Το πρόγραμμα «Δεύτερο Βήμα πρόληψης εκφοβισμού» που έχει ως βάση το σχολείο είναι άλλο ένα αξιόλογο και ολοκληρωμένο πρόγραμμα που έχει αναπτυχθεί από την Επιτροπή προστασίας των δικαιωμάτων των παιδιών των Ηνωμένων Εθνών, η οποία αναπτύσσει συνεργασίες με οργανώσεις σε όλη την Ευρώπη( Μπογιατζόγλου, Βίλλη, Γαλάνη,2012). Τρία ξεχωριστά, διαφορετικά για κάθε ηλικία, αναλυτικά προγράμματα είναι διαθέσιμα από το νηπιαγωγείο μέχρι και τις τάξεις του λυκείου. Τα αναλυτικά προγράμματα είναι σχεδιασμένα ώστε να είναι φιλικά προς τους δασκάλους και κατάλληλα για χρήση μέσα στη τάξη. Το αναλυτικό πρόγραμμα κάθε σχολικής βαθμίδας συνοδεύεται από έναν οδηγό για τον διευθυντή. Ο οδηγός βοηθάει τους διευθυντές ή τους συντονιστές του προγράμματος να σχεδιάσουν ένα σχολικό περιβάλλον που υποστηρίζει ευνοϊκά την υλοποίηση του προγράμματος συνενώνοντας την κοινωνικό-συναισθηματική μάθηση με τους ακαδημαϊκούς στόχους (Μπογιατζόγλου, Βίλλη, Γαλάνη,2012).

Αυτό που αξίζει να αναφερθεί είναι ότι οι γονείς των μαθητών εισάγονται στις δεξιότητες του προγράμματος και μαθαίνουν πώς να προωθούν την ανάπτυξη και την χρησιμοποίηση των δεξιοτήτων στα παιδιά τους. Ο πρωταρχικός σκοπός του προγράμματος εξάλλου είναι να μειώσει την επιθετικότητα των παιδιών, βοηθώντας τα να αναπτύξουν συνήθειες προκοινωνικής συμπεριφοράς. Η προκοινωνική συμπεριφορά αφορά ένα σύνολο δραστηριοτήτων και σχετίζεται με τρυφερά συναισθήματα που συνδέονται με το γονεϊκό ένστικτο. Έχει ποικίλες επιδράσεις στη συμπεριφορά του ατόμου και αναφέρεται στο όφελος που αποκομίζουν οι άλλοι από αυτή (Μπογιατζόγλου, Βίλλη, Γαλάνη, 2012)..

Τα μαθήματα του συγκεκριμένου προγράμματος αυξάνουν την κοινωνική επάρκεια ,ενώ βασίζονται σε μια ποικιλία στρατηγικών διδασκαλίας που ενδυναμώνουν την μάθηση των μαθητών, προωθούν ένα υποστηρικτικό κλίμα στην αίθουσα και ενθαρρύνουν την γενίκευση των δεξιοτήτων. Η μίμηση προτύπων είναι ίσως η πιο ισχυρή στρατηγική διδασκαλίας που περιλαμβάνει το πρόγραμμα, καθώς ξεπερνά τους περιορισμούς της διδασκαλίας ενός μαθήματος (Μπογιατζόγλου, Βίλλη, Γαλάνη, 2012). Η παρατήρηση των δεξιοτήτων των ενηλίκων, παρέχει στους μαθητές πληροφορίες για αποτελεσματικές προσεγγίσεις και καταδεικνύει τις αξίες

και τις νόρμες του σχολικού προσωπικού, θέτοντας τη βάση για τις προκοινωνικές νόρμες των μαθητών. Η συζήτηση, άλλη μια μεγάλης σημασίας στρατηγική μείωσης της επιθετικής συμπεριφοράς, αποτελεί επίσης αναπόσπαστο κομμάτι των μαθημάτων που πραγματοποιούνται. Για το λόγο αυτό, τα αναλυτικά προγράμματα προσφέρουν αρκετές υποδείξεις που βοηθούν τις συζητήσεις να γίνουν ευχάριστες και διδακτικές, όπως για παράδειγμα συμβουλές που ενθαρρύνουν τη συμμετοχή και ανοιχτού τύπου ερωτήσεις (Μπογιατζόγλου, Βίλλη, Γαλάνη, 2012).

Πρέπει να αναφέρουμε πως οι κοινωνικές και συναισθηματικές δεξιότητες που διδάσκονται βάσει προγράμματος εντάσσονται σε τρεις ευρύτερες κατηγορίες: ενσυναίσθηση, επίλυση προβλημάτων και διαχείριση συναισθημάτων. Αρχικά, λαμβάνει χώρα η εκμάθηση της ενσυναίσθησης, καθώς αποτελεί το θεμέλιο πάνω στο οποίο στηρίζονται η επίλυση προβλημάτων και η ικανότητα διαχείρισης των συναισθημάτων. Στα μαθήματα συναισθηματικής διαχείρισης οι μαθητές μαθαίνουν να αναγνωρίζουν σημάδια θυμού και προκλητικά ερεθίσματα, καθώς και να χρησιμοποιούν τεχνικές μείωσης του στρες για να διαχειρίζονται ή να περιορίζουν τα συναισθήματα θυμού που βιώνουν. Με άλλα λόγια, παιδιά μαθαίνουν πώς να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους, όταν έρχονται αντιμέτωπα με μια κοινωνική σύγκρουση και πώς να ακολουθούν συγκεκριμένα και αποτελεσματικά βήματα για την επίλυση των προβλημάτων τους. Γενικώς γίνεται μια προσπάθεια διευθέτησης των συμπεριφορών, των σκέψεων και των συναισθημάτων, καθώς και της αλληλεπίδρασης των μαθητών μεταξύ τους (Μπογιατζόγλου, Βίλλη, Γαλάνη, 2012).

Όσον αφορά τα μαθήματα επίλυσης προβλημάτων, μαθαίνουν μία βήμα προς βήμα στρατηγική για την επίλυση κοινωνικών προβλημάτων. Κατά την διάρκεια υλοποίησης του προγράμματος, οι μαθητές εφαρμόζουν τα βήματα επίλυσης προβλήματος σε υποθετικές καταστάσεις και σε παραδείγματα από δικές τους εμπειρίες.

Τέλος, το πρόγραμμα περιλαμβάνει εργαλεία αξιολόγησης για την αποτίμησή του. Με την διαδικασία αυτή γίνεται εκτίμηση των χαρακτηριστικών του σχολείου στο οποίο υλοποιήθηκε το πρόγραμμα, όπως είναι η υποστήριξη για τη μεταφορά της μάθησης των μαθητών και η ικανοποίηση του προσωπικού και των μαθητών. Επιπλέον, μέσα από την διαδικασία αξιολόγησης εκτιμάται η κοινωνική

και συναισθηματική μάθηση και οι στάσεις που σχετίζονται με την επιθετικότητα και την κοινωνικώς ευπρεπή συμπεριφορά (Μπογιατζόγλου, Βίλλη, Γαλάνη,2012).

### 1.6.5 Εθνικό πλαίσιο δράσης

Στην Ελλάδα δεν υπάρχει στην πραγματικότητα εθνικό σχέδιο δράσης κατά του σχολικού εκφοβισμού, παρότι έχουν σημειωθεί αξιόλογες αλλά μεμονωμένες προσπάθειες για την ευαισθητοποίηση της εκπαιδευτικής κοινότητας σχετικά με το πρόβλημα. Ωστόσο, θα πρέπει να επισημάνουμε ότι στην χώρα μας γίνονται αξιόλογες προσπάθειες εφαρμογής του Ευρωπαϊκού Ερευνητικού Διακρατικού προγράμματος ΔΑΦΝΗ III, με συντονίστρια χώρα την Ελλάδα μέσω της Ε.Ψ.Υ.Π.Ε. και με συμμετέχουσες χώρες την Κύπρο, τη Λιθουανία και την Πολωνία. Στόχος του προγράμματος είναι η πρωτογενής και δευτερογενής πρόληψη του εκφοβισμού και της βίας μεταξύ των μαθητών στα σχολεία (Αντωνοπούλου,2014). Η συγγραφή του εγχειριδίου των εκπαιδευτικών πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης είναι ένα σημαντικό βήμα για την πρόληψη του εκφοβισμού και της βίας μεταξύ των μαθητών και περιέχει θεωρητικές γνώσεις για το φαινόμενο του εκφοβισμού (Bullying), μεθοδολογικές οδηγίες και αναλυτική παρουσίαση 11 βιωματικών εργαστηρίων που μπορούν να αναπτύξουν οι εκπαιδευτικοί με τους μαθητές τους μέσα στην τάξη (ΕΨΥΠΕ,2014).

Το σχολείο, βάσει προγράμματος, αναγνωρίζεται ως ζωτικός χώρος για να παρέχει στους μαθητές ευκαιρίες προσωπικής ανάπτυξης και ενδυνάμωσης, καθώς και να τους υποστηρίζει στην απόκτηση κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων. Ο σχεδιασμός και η υλοποίηση σχεδίων εργασίας για την προαγωγή της ψυχοκοινωνικής υγείας των μαθητών στο χώρο του σχολείου και η παρέμβαση στη σχολική ηλικία αποτελούν ίσως τα πλέον επιτυχημένα μοντέλα πρωτογενούς και δευτερογενούς πρόληψης (ΕΨΥΠΕ, 2014). Η σύγχρονη μεθοδολογία των σχεδίων εργασίας, γενικότερα για την προαγωγή της ψυχοκοινωνικής υγείας και ειδικότερα για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο, δε στηρίζεται απλώς στη μεταφορά

γνώσεων στους μαθητές. Αντιθέτως, βασίζεται και δίνει έμφαση στις σχέσεις και στην αλληλεπίδραση, στην συναισθηματική αγωγή των παιδιών, στην ανάπτυξη δεξιοτήτων βελτίωσης της αυτοπεποίθησης των μαθητών, στη δυνατότητα της ενδυνάμωσης των ικανοτήτων τους να διαπραγματεύονται, να θέτουν όρια και να προβαίνουν στις σωστές επιλογές (ΕΨΥΠΕ,2014).

Ειδικότερα, η κοινωνική-συναισθηματική αγωγή των παιδιών που έχει ως στόχο την αντιμετώπιση του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού στηρίζεται σε βιωματικές, ενεργητικές, συνεργατικές μεθόδους διδασκαλίας που χρησιμοποιούν οι εκπαιδευτικοί . Αυτό σημαίνει πως οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να είναι σε θέση να οργανώνουν κάθε φορά μια ανοιχτή ψυχοεκπαιδευτική διαδικασία για την πρόληψη και αντιμετώπιση του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού, χωρίς αυστηρώς καθορισμένα όρια, που εξελίσσεται ανάλογα με τις εκάστοτε συνθήκες, τα προβλήματα και τα ενδιαφέροντα των συμμετεχόντων στην εκπαιδευτική πράξη (ΕΨΥΠΕ, 2014).

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ**

Για την διεξαγωγή της κοινωνικής έρευνας χρησιμοποιήθηκε η ποιοτική μέθοδος η οποία αποτέλεσε την καταλληλότερη επιλογή για να διερευνηθούν σε βάθος οι αναπαραστάσεις, οι στάσεις, οι αντιλήψεις, τα κίνητρα, καθώς και τα συναισθηματικά και συμβολικά δεδομένα της συμπεριφοράς των ατόμων σε σχέση με το θέμα που μας ενδιέφερε να μελετήσουμε (Ιωσηφίδης-Σπυριδάκης, 2006).

Πιο συγκεκριμένα διερευνήσαμε τις διδακτικές μεθόδους που επιλέγουν να χρησιμοποιούν οι εκπαιδευτικοί σε συνεργασία με τον διευθυντή και την ψυχολόγο του σχολείου για να προλαμβάνουν και να αντιμετωπίζουν περιστατικά σχολικού εκφοβισμού. Εστίασαμε το ενδιαφέρον μας στον οργανωμένο τρόπο με τον οποίο λειτουργεί το αποτελεσματικό πρόγραμμα του σχολείου κατά του σχολικού εκφοβισμού που εφαρμόζεται στην καθημερινή πρακτική. Τα μέλη της σχολικής κοινότητας απάντησαν στις ερωτήσεις που τους θέσαμε, αναλύοντας πρακτικές παρέμβασης που επιλέγουν να ακολουθούν τόσο για την πρόληψη όσο και για την



αντιμετώπιση του φαινομένου. Μιλώντας για πρόληψη εννοούμε την κάθε προσπάθεια που γίνεται από το προσωπικό του σχολείου με τη βοήθεια ενός οργανωμένου προγράμματος κατά του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού για να προλάβει εκ των προτέρων και να αποτρέψει τις αρνητικές και ανεπιθύμητες συνέπειες που είναι δυνατόν να επιφέρει το συγκεκριμένο φαινόμενο. Από την άλλη, κληθήκαμε να εξετάσουμε πώς ενεργούν τα μέλη που διοικούν την σχολική κοινότητα και είναι υπεύθυνα για την διατήρηση της τάξης και της ασφάλειας των μαθητών, εστιάζοντας έτσι στην προσπάθειά τους να επιλύουν με συγκεκριμένους τρόπους τις δύσκολες καταστάσεις κατά τις οποίες έχει ήδη εκδηλωθεί και βρίσκεται σε εξέλιξη το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού.

Στόχος της ποιοτικής αυτής έρευνας δεν αποτέλεσε απλά η περιγραφή μιας στάσης ή μιας συμπεριφοράς σε σχέση με το θέμα που μελετήσαμε, αλλά η ολιστική κατανόησή τους. Η ποιοτική έρευνα εξάλλου, προσπαθεί να ανακαλύψει ποιά είναι τα υποκειμενικά νοήματα που συγκροτούν τις εμπειρίες των ατόμων, εστιάζοντας πάντα στο ευρύτερο πολιτισμικό και κοινωνικό (αξιακό και ιδεολογικό) πλαίσιο στο οποίο εγγράφεται (Ιωσηφίδης-Σπυριδάκης, 2006).

Τα λόγια των κοινωνικών υποκειμένων (συνομιλητών) ως δεδομένα καταγράφηκαν κατά την διάρκεια την συνέντευξης, κατηγοριοποιήθηκαν, συγκρίθηκαν, ερμηνεύτηκαν και διαχωρίστηκαν ανάλογα με την εγκυρότητά τους. Για να προχωρήσουμε σε μια σειρά συμπερασμάτων της έρευνας, κληθήκαμε να συνδέσουμε τις υποκειμενικές εμπειρίες και αναπαραστάσεις των υποκειμένων με ευρύτερες κοινωνικές δομές και διαδικασίες.

## 2.1 Συμμετέχοντες στην έρευνα

Για την αξιοπιστία της έρευνας, τα άτομα τα οποία συμμετείχαν στην έρευνα ασκούν νόμιμα το επάγγελμα του εκπαιδευτικού της υποχρεωτικής πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης και έχουν αρκετή εμπειρία σε θέματα παιδαγωγικής και διδασκαλίας.

Στις ερωτήσεις της συνέντευξης κλήθηκαν να απαντήσουν συνολικά 8 εκπαιδευτικοί εκ των οποίων οι 4 παρακολουθούν μεταπτυχιακά προγράμματα επιμόρφωσης σε σχέση με το αντικείμενό τους. Στην έρευνα συμμετείχε ο διευθυντής του σχολείου ως υπεύθυνος και συντονιστής του προγράμματος κατά του σχολικού εκφοβισμού, η σχολική σύμβουλος και η ψυχολόγος η οποία ειδικεύεται στον κλάδο της συμβουλευτικής ψυχολογίας γονέων, παιδιών και εφήβων. Η ψυχολόγος είναι βασικό πρόσωπο της έρευνας. Διαχειρίζεται μαθησιακές δυσκολίες και προβλήματα συμπεριφοράς. Συνεργάζεται με δασκάλους, καθηγητές και το προσωπικό του σχολείου, προτείνοντας αποτελεσματικές στρατηγικές αντιμετώπισης μαθησιακών προβλημάτων σε μαθητές και γονείς. Βοηθά χαρισματικά παιδιά να εξελίξουν τις δυνατότητες τους και αξιολογούν ακαδημαϊκά προγράμματα μάθησης.

## 2.2 Μέσα συλλογής δεδομένων

Για την διεξαγωγή της ποιοτικής έρευνας επιλέξαμε ως ερευνητικό εργαλείο την ημιδομημένη συνέντευξη. Η επιλογή αυτή βασίστηκε στο γεγονός ότι η ημιδομημένη συνέντευξη θα μπορούσε αδιαμφισβήτητα να χαρακτηριστεί ως η καταλληλότερη τεχνική στα πλαίσια μιας προκαταρκτικής μελέτης προκειμένου να εντοπιστούν τα κύρια θέματα του φαινομένου που μελετάμε. Ξεκινώντας από το αρχικό θέμα που μας ενδιέφερε να εξετάσουμε, τις μεθόδους που χρησιμοποιούν οι εκπαιδευτικοί για την πρόληψη και την αντιμετώπιση του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού, δεν κατευθύναμε τις απαντήσεις των ερωτώμενων, αντιθέτως καθοδηγηθήκαμε εμείς ως ερευνητές από τις απαντήσεις των ερωτώμενων για να συνεχίσουμε την επόμενη ακολουθία θεμάτων.

Η συνέντευξη εξελίχθηκε ως συζήτηση και ανταλλάχθηκαν απόψεις και αντιλήψεις σχετικές με το θέμα. Αποκτήσαμε μια πλήρη εικόνα του τρόπου με τον

οποίο εργάζονται οι εκπαιδευτικοί του σχολείου στην καθημερινότητά τους για την εξάλειψη του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού και την κατάργηση της βίας από το σχολείο. Επιπλέον, κατανοήσαμε τις στάσεις των ερωτηθέντων σε σχέση με το φαινόμενο που έχει εκδηλωθεί στο και τον τρόπο με τον οποίο εργάζονται οι εκπαιδευτικοί και τα μέλη της σχολικής κοινότητας προκειμένου να εξαλειφθεί.

Με την βοήθεια του οδηγού της ημιδομημένης συνέντευξης, δόθηκε η δυνατότητα να γίνει επίσης έλεγχος των ορίων της γνώσης των αποκρινόμενων, καθώς και να παραχθούν απρόσμενες απαντήσεις από αυτούς. Επιπλέον, η συγκεκριμένη μέθοδος προτιμήθηκε λόγω της προσδοκίας μας να ενθαρρύνουμε τη συνεργασία μας με τους συνεντευξιαζόμενους και να προβούμε με αυτόν τον τρόπο σε μια πιο αληθινή αξιολόγηση αυτού που πραγματικά πιστεύουν.

### 2.3 Σχεδιασμός

Οι άξονες διακρίθηκαν με βάση τον ιδιαίτερο τρόπο δράσης των εκπαιδευτικών και του προσωπικού του σχολείου κατά του φαινομένου ανάλογα με τους στόχους που έχουν τεθεί και με τις συνθήκες που επικρατούν στο συγκεκριμένο σχολικό περιβάλλον. Τα μέτρα πρόληψης του φαινομένου, ως πρώτος βασικός άξονας, δημιουργούν τις προϋποθέσεις που μειώνουν την έκταση του εκφοβισμού στο σχολείο και αναπτύσσουν στους μαθητές τις κατάλληλες στάσεις προκειμένου να μάθουν πώς να αποφεύγουν να προβαίνουν σε βίαιες και εκφοβιστικές ενέργειες. Με άλλα λόγια μέσω της βοήθειας των εκπαιδευτικών οι μαθητές μαθαίνουν τρόπους για να επιλύουν τα προβλήματά τους χωρίς την χρήση βίας. Φυσικά, τα μέτρα πρόληψης εμποδίζουν την ανάπτυξη νέων προβλημάτων εκφοβισμού και θυματοποίησης.

Τα μέτρα αντιμετώπισης του φαινομένου του σχολικού, ως ο δεύτερος βασικός άξονας με βάση τον οποίο διαμορφώθηκαν τα ερωτήματα του οδηγού συνέντευξης, έχουν να κάνουν με τον τρόπο δράσης του προσωπικού του σχολείου ο οποίος στοχεύει στο να εξαλείψει την δυσάρεστη κατάσταση στην οποία βρίσκονται τα εμπλεκόμενα μέρη στο φαινόμενο που ήδη έχει αρχίσει να συμβαίνει και βρίσκεται σε εξέλιξη.

Τα μέτρα πρόληψης και αντιμετώπισης διαφοροποιούνται ανάλογα με το πλαίσιο στο οποίο εφαρμόζονται. Χρησιμοποιούνται διδακτικές στρατηγικές γενικού τύπου που αφορούν ολόκληρη την σχολική κοινότητα και στρατηγικές ειδικού χαρακτήρα που απευθύνονται σε έναν συγκεκριμένο αριθμό μαθητών και στοχεύουν στο να ευαισθητοποιήσουν κάθε μαθητή σε προσωπικό επίπεδο (όπως μια τάξη).

### 2.3.1 ΟΔΗΓΟΣ ΗΜΙΔΟΜΗΜΕΝΗΣ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗΣ

- **Άξονας 1<sup>ος</sup>: Μέτρα πρόληψης του φαινομένου στο πλαίσιο του σχολείου**
  - Με ποιόν τρόπο έχετε διαμορφώσει την πολιτική του σχολείου προκειμένου να αντιμετωπίσετε το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού; Στηρίζεται σε κάποιο από τα διεθνή προγράμματα ή σε κάποιο εθνικό πλαίσιο δράσης;
  - Με ποιόν τρόπο ασκείτε έλεγχο στην συμπεριφορά των μαθητών σας κατά την διάρκεια των διαλειμμάτων;
  - Με ποιόν τρόπο διατηρείτε το ήρεμο και ασφαλές κλίμα που επικρατεί στο σχολείο σας ;
- **Άξονας 2<sup>ος</sup>: Μέτρα πρόληψης του φαινομένου στο πλαίσιο της τάξης**
  - Ποιες μεθόδους ακολουθείτε για να αποφύγετε την εκδήλωση του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού;
  - Πώς οριοθετείτε την συμπεριφορά των μαθητών σας μέσα στην τάξη;
  - Με ποιόν τρόπο ενθαρρύνετε τους μαθητές σας να υιοθετούν θετικές συμπεριφορές μέσα στην τάξη όπως είναι η υπακοή στους κανόνες κατά του σχολικού εκφοβισμού;
  - Υπάρχει συνεργασία σχολείου-σπιτιού; Αν ναι, πώς επιτυγχάνεται;/Ποιους τρόπους προτείνετε στους γονείς με τους οποίους είναι δυνατόν να συμβάλλουν στην πρόληψη του φαινομένου;
  - Πώς αξιοποιείτε το αναλυτικό πρόγραμμα προκειμένου να αναπτύξετε στους μαθητές σας ικανότητες διαχείρισης των συναισθημάτων τους;/Με ποιούς τρόπους τα παιδιά μαθαίνουν να ελέγχουν παρορμητικά συναισθήματα;

- Πώς καλλιεργείτε στους μαθητές σας το αίσθημα σεβασμού στα δικαιώματα των άλλων;
- **Άξονας 3<sup>ος</sup>: Μέτρα αντιμετώπισης του φαινομένου στο πλαίσιο της τάξης**
- Ποιες στρατηγικές χρησιμοποιείτε προκειμένου να αντιμετωπίσετε το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού την στιγμή κατά την οποία εκδηλώνεται;
- Πώς αντιμετωπίζετε ένα περιστατικό βίας και θυματοποίησης την στιγμή που συμβαίνει;
- Πώς αντιδράτε απέναντι στον θύτη και πώς απέναντι στο θύμα;
- Ποιες τεχνικές χρησιμοποιείτε για να αποδυναμώσετε την συμπεριφορά του θύτη και να επιλύσετε το πρόβλημα;

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ**

### **3.1 Μέτρα πρόληψης του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού στο πλαίσιο του σχολείου**

#### **3.1.1 Η Πολιτική του σχολείου**

Το σχολείο υιοθετεί κατά βάση μια ολιστική-συστημική πολιτική κατά του εκφοβισμού. Αυτό σημαίνει πως όλα τα μέλη που συναπαρτίζουν την σχολική κοινότητα συνεχώς αυξάνουν την επίγνωσή τους σχετικά με την σοβαρότητα και την έκταση του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού και ευαισθητοποιούνται για την εφαρμογή των σχετικών μέτρων πρόληψης.

Στο σχολείο εφαρμόζεται ανεξαιρέτως σε κάθε τάξη και βαθμίδα εκπαίδευσης ένα πρόγραμμα παρεμφερές με το πρόγραμμα OIews το οποίο χρησιμοποιήθηκε ως πρότυπο για την διαμόρφωση των μέτρων των οποίων έχουν ληφθεί. Επιδιώκει την πρόληψη του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού εντός

της σχολικής κοινότητας, μέσα από την αντιμετώπιση των προσωπικών αντιλήψεων των ατόμων για την διαφορετικότητα. Στόχος είναι να μάθουν όλοι να αποδέχονται την διαφορετικότητα, να συνυπάρχουν, να αναγνωρίζουν και να σέβονται τους άλλους και την αξιοπρέπεια κάθε ανθρώπου να την υπολογίζουν. *«Η καλλιέργεια του σεβασμού στους μαθητές γίνεται με σκοπό να προλάβουμε την εκδήλωση αντικοινωνικών συμπεριφορών»* επισημαίνει ο διευθυντής του σχολείου. Συνεχίζει λέγοντας ότι: *«Το πρόγραμμα λοιπόν επιδιώκει την συγκρότηση και την ισχυροποίηση ενός συστήματος αξιών και πεποιθήσεων, το οποίο αν εφαρμοζόταν σε κάθε σχολείο θα ήταν δυνατόν να οδηγήσει σε έναν μετασχηματισμό της κουλτούρας του ευρύτερου σχολικού περιβάλλοντος και κατ' επέκταση όλων των εμπλεκόμενων συστημάτων στο σχολικό περιβάλλον όπως είναι για παράδειγμα η οικογένεια ή η γειτονιά».*

Για την αποτελεσματική αντιμετώπιση φαινομένων επιθετικής και βίαιης συμπεριφοράς των μαθητών και μαθητριών το σχολείο έχει μία συνολική πολιτική και εφαρμόζει κατάλληλες δράσεις που αφορούν όλα τα παιδιά. Παράλληλα, με ενεργητικό, σταθερό και ουσιαστικό τρόπο εμπλέκονται στη λειτουργία του εκτός από τους μαθητές/μαθήτριες, οι εκπαιδευτικοί καθώς και οι γονείς.

### **3.1.2 Συνεργατικές σχέσεις**

Ο διευθυντής του σχολείου και οι εκπαιδευτικοί είναι σημαντικά πρόσωπα τα οποία συμβάλλουν είτε θετικά είτε αρνητικά στην συμπεριφορά των μαθητών τους, ανάλογα με τον τρόπο που δημιουργούν και αναπτύσσουν τις σχέσεις μεταξύ τους και με τα μέλη της σχολικής κοινότητας. Οι εκπαιδευτικοί και ο διευθυντής του σχολείου αποτελούν πρότυπα μίμησης των μαθητών τους, για αυτό το λόγο γίνεται προσπάθεια ώστε να διατηρούνται οι μεταξύ τους σχέσεις υγιείς. *«Όταν υπάρχει επαγγελματική συνεργασία μεταξύ εκπαιδευτικών, τα κρούσματα του σχολικού εκφοβισμού είναι περιορισμένα».*

Ο Διευθυντής της σχολικής μονάδας γίνεται αποτελεσματικός στην πρόληψη και αντιμετώπιση της σχολικής βίας και άλλων δυσλειτουργικών καταστάσεων για αυτό και υιοθετεί την έννοια του ηγέτη στη Διοίκηση Ολικής Ποιότητας, δηλαδή στοχεύει στη δημιουργία σχέσεων εμπιστοσύνης μεταξύ όλων των εμπλεκομένων φορέων μέσα στο σχολείο, προκειμένου να ενδυναμώσει το προσωπικό του σχολείου και να το καταστήσει ικανό να εντοπίζει εν δυνάμει προβλήματα, αλλά και να αποτρέπει την εκδήλωσή τους. Με άλλα λόγια δίνει έμφαση στην πραγματοποίηση των όποιων διαδικασιών οδηγούν στη συνεχή βελτίωση του επικοινωνιακού κλίματος μεταξύ όλων των μελών της εκπαιδευτικής κοινότητας.

Οι καλές σχέσεις λοιπόν δημιουργούν ένα κλίμα στο σχολείο το οποίο ως συνήθως αποτυπώνει τον ιδεολογικό προσανατολισμό και τις κοινές αντιλήψεις συμπεριφοράς που μοιράζονται τα μέλη της σχολικής κοινότητας. *«Μέσα σε αυτό το πλαίσιο, όπου ενισχύεται η συνεργασία και η συναδελφικότητα μεταξύ των εκπαιδευτικών και των εκπαιδευτικών με τον διευθυντή τους, ισχυροποιούνται ηθικές αξίες όπως είναι ο σεβασμός προς τον άλλον, κάτι το οποίο λειτουργεί θετικά και στις σχέσεις μεταξύ των μαθητών»* απάντησε ο διευθυντής όταν τον ρωτήσαμε πώς καλλιεργείται στους μαθητές το αίσθημα σεβασμού στα δικαιώματα των άλλων.

Η καλλιέργεια αυτού του υγιούς κλίματος που συνάδει με τον χαρακτήρα διαπαιδαγώγησης του σχολείου, προάγει την εσωτερίκευση των σχολικών κανονισμών από τους μαθητές και συμβάλλει στην απόκτηση από τους μαθητές του αισθήματος συνοχής, αμοιβαίας κατανόησης και σεβασμού προς τον άλλον, θεραπεύοντας ή αναστέλλοντας τις αποκλίνουσες συμπεριφορές. Οι καλές σχέσεις μεταξύ των εκπαιδευτικών, αλλά και του διδακτικού προσωπικού με τον διευθυντή έχουν ως αποτέλεσμα την εύρυθμη λειτουργία του σχολείου και τη συνέπεια στην τήρηση των κανονισμών λειτουργίας του σχολείου από τους ίδιους αλλά και τους μαθητές τους, ενώ η επικοινωνία μεταξύ τους γίνεται πιο αποτελεσματική για τις προσδοκίες τους σχετικά με την συμπεριφορά των μαθητών.

### 3.1.3 Σχολική Επιτροπή

Το προσωπικό του σχολείου πριν αποφασίσει να δημιουργήσει το πρόγραμμα κατά των εκφοβιστικών συμπεριφορών και κατά της σχολικής βίας και θυματοποίησης παιδιών στο σχολείο, δημιούργησε μια ομάδα ανθρώπων για τον συντονισμό της εφαρμογής του προγράμματος κατά τις διάφορες φάσεις. Η ομάδα αυτή απαρτίζεται από την σχολικό ψυχολόγο, την σχολική σύμβουλο και εκπροσώπους εκπαιδευτικών αλλά και μαθητών. *«Η δημιουργία της ομάδας αυτής βοηθάει στην αποτελεσματικότερη κατά το δυνατόν εφαρμογή του προγράμματος και έχει την ευθύνη να διασφαλίσει την επιμονή στις προσπάθειες κατά του εκφοβισμού και προστασίας δικαιωμάτων του παιδιού»* μας εξήγησε η ψυχολόγος του σχολείου. Η επιτροπή αυτή στην αρχή της σχολικής χρονιάς ανέλαβε να συγκεντρώσει λεπτομερείς πληροφορίες για την κατάσταση που επικρατεί στο σχολείο αυτό μέσω του ερωτηματολογίου OIweus. Διεξήγαγε με αυτό τον τρόπο μια ανώνυμη έρευνα με το ερωτηματολόγιο θύτη-θύματος για να λάβει πληροφορίες σχετικά με την έκταση των προβλημάτων εκφοβισμού και θυματοποίησης στο σχολείο. *«Είναι ο καλύτερος τρόπος για να ξεκινήσουμε τον σχεδιασμό του προγράμματος παρέμβασης στο σχολείο. Και πάντα έχουμε κατά νου ότι ακόμα κι αν το φαινόμενο είναι περιορισμένης έκτασης δεν θα πρέπει να εφησυχάζουμε. Ο απώτερος στόχος είναι να εξαλείψουμε τον εκφοβισμό από το σχολείο»* υποστήριξε η Σχολική Σύμβουλος.

Η επιτροπή έχει την ευθύνη να επιτηρεί τους μαθητές οι οποίοι έχουν κινήσει υποψίες ότι εμπλέκονται σε περιστατικά εκφοβισμού, διεξάγει έρευνες στο χώρο του σχολείου συνήθως με παρατήρηση και καταγραφή των σημείων που λαμβάνουν χώρα περιστατικά εκφοβισμού, και κρατάει ένα αρχείο καταγραφής των συμβάντων όπου συγκεντρώνει πληροφορίες σχετικά με τον τόπο, το χρόνο και τα άτομα που συμμετείχαν.

Το πρωτόκολλο καταγραφής των συμβάντων διανέμεται στο σχολείο και στις τάξεις, και ενημερώνονται οι γονείς και οι κηδεμόνες των μαθητών. Σε περίπτωση που κάποιο περιστατικό αφορά επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά παραβίασης κανόνων από κάποιο μαθητή ή ομάδα μαθητών, η επιτροπή κανονίζει συναντήσεις με τους γονείς των παιδιών που εμπλέκονται ώστε να τους ενημερώσει και να συνεργαστεί μαζί τους. Καθορίζει από κοινού με τους γονείς τις συνέπειες του παιδιού που εκφοβίζει και γενικότερα ασκεί εποπτεία κατά την διάρκεια



εξέλιξης της κατάστασης. Το πρόβλημα παρακολουθείται από την επιτροπή πάντοτε σε συνεργασία με τον εκπαιδευτικό του θύτη και του θύματος, ώστε η αντιμετώπισή του να είναι πιο αποτελεσματική.

### 3.1.4 Σχολική ημερίδα

Το σχολείο είναι αποφασισμένο και λαμβάνει κάθε χρόνο συστηματικά μέτρα κατά του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού για αυτό και στην αρχή της σχολικής χρονιάς οργανώνει μια αυτοτελή ημερίδα αφιερωμένη στο φαινόμενο αυτό. Η ημερίδα που πραγματοποιήθηκε φέτος με θέμα «Η βία στον χώρο του σχολείου και ο ρόλος του εκπαιδευτικού» είχε ως στόχο να αποφασιστεί ένα μακροπρόθεσμο πρόγραμμα δράσης για το σχολείο. Για να οριστούν οι λεπτομέρειες του προγράμματος δράσης αξιοποιήθηκε αρκετός χρόνος για συζήτηση των μέτρων τα οποία προτάθηκαν γιατί ορισμένα από αυτά χρειάζονταν προσαρμογή στις συνθήκες που επικρατούν στο συγκεκριμένο σχολείο. Κάθε πρακτική που τίθεται σε εφαρμογή οφείλει να διαπνέεται από ψυχοπαιδαγωγικές προσεγγίσεις.

Για να είναι επιτυχημένη μια πρακτική του σχολείου, οι εκπαιδευτικοί του σχολείου εκπαιδεύονται και ευαισθητοποιούνται, ερχόμενοι σε επαφή με επαγγελματίες ψυχικής υγείας, ώστε να μπορούν να προχωρούν στην ξεκάθαρη διατύπωση οδηγιών και συμβουλών για την πρόληψη και την αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού. Ο ρόλος τους εξάλλου πρέπει να είναι ενεργός, συμβουλευτικός και διευκολυντικός και να εμπνέει τη διαμεσολάβηση μαθητών για την επίλυση προβλημάτων που έχουν παρατηρηθεί.

Αρχικά στην συνάντηση αυτή προβλήθηκε ένα βίντεο σχετικά με το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού για να αποσαφηνιστούν τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του. Έπειτα, η ψυχολόγος του σχολείου σε συνεργασία με την σχολική σύμβουλο έδωσαν συμβουλές προς τους εκπαιδευτικούς όλων των βαθμίδων οι οποίοι εργάζονται στο σχολείο για το πώς μπορούν να δράσουν για να αποφύγουν την εκδήλωση βίαιων περιστατικών στο χώρο του σχολείου και να

αντιμετωπίσουν το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού σε περιπτώσεις που συμβαίνει.

Η ψυχολόγος έθεσε τις προτάσεις της σε ένα πρώτο επίπεδο παροτρύνοντας τους εκπαιδευτικούς να εργαστούν είτε προληπτικά από τη μια μεριά είτε κατασταλτικά αντιμετωπίζοντας το φαινόμενο την στιγμή που συμβαίνει. Οι εκπαιδευτικοί ενίοτε διοργανώνουν διάφορες δράσεις όπως είναι για παράδειγμα οι επισκέψεις στο θέατρο, οι αθλητικές δράσεις κ.α προκειμένου να εκφυσήσουν την αγάπη του παιδιού και να του δείξουν άλλους τρόπους εναλλακτικούς στη βία με τους οποίους είναι δυνατόν να λάβουν αξία για τον εαυτό τους και να αποκτήσουν αυτοεκτίμηση.

Οι εκπαιδευτικοί είναι έως ένα αρκετά μεγάλο βαθμό υπεύθυνοι για την εκδήλωση των εκφοβιστικών συμπεριφορών από τα παιδιά. *« Όταν ο εκπαιδευτικός δεν κάνει το μάθημα τόσο ενδιαφέρον και δεν λαμβάνει υπόψην του τις ανάγκες των μαθητών του είναι λογικό να επικρατεί ένα είδος ανίας μέσα στην τάξη. Τότε η συγκέντρωση των μαθητών αρχίζει συνεχώς να χάνεται. Αυτό πολλές φορές έχει ως αποτέλεσμα να αναζητούν οι μαθητές τρόπους εκδήλωσης του συναισθήματος απογοήτευσης που βιώνουν τη δεδομένη στιγμή και εκεί που κάθονται ξαφνικά να αισθανθούν την ανάγκη να παρενοχλήσουν κάποιο παιδί για να κεντρίσουν την προσοχή των συμμαθητών τους ή να νιώσουν ευχαρίστηση. Πολύ συχνά λέω στους εκπαιδευτικούς ότι ο ρόλος της εκπαίδευσης δεν είναι να μεταδώσω γνώσεις αλλά να εμπνεύσω τους μαθητές, να δίνω σε αυτούς κίνητρα για μάθηση, να δημιουργήσω υπεύθυνους ανθρώπους, ολοκληρωμένους όχι μόνο γνωστικά αλλά και συναισθηματικά και κοινωνικά»* είπε η ψυχολόγος ως συντονίστρια του προγράμματος κατά του σχολικού εκφοβισμού. Η συνάντηση αυτή λοιπόν επιδίωξε να αλλάξει τις παθητικές στάσεις των εκπαιδευτικών προς τις συμπεριφορές που εκδηλώνουν τα παιδιά και να τους βάλει στην διαδικασία να αξιολογήσουν το έργο τους και να αναθεωρήσουν κάποια πράγματα σχετικά με τις μέχρι τώρα διδακτικές μεθόδους που ακολουθούσαν.

Ο εκπαιδευτικός οφείλει, με τη χρήση κατάλληλων στρατηγικών, να διασφαλίσει ένα ασφαλές και ελκυστικό μαθησιακό περιβάλλον για τη διεξαγωγή του διδακτικού του έργου, αλλά και για την ικανοποίηση της προσωπικής ανάγκης των μαθητών για ψυχολογική και φυσική ασφάλεια. *« Τα παιδιά συνήθως έχουν μια*

αλλοιωμένη εικόνα για το πόσο αξίζουν ή για το αν είναι άνθρωποι που έχουν δυνατότητες. Έχουμε δει ακόμα κι αν εκπλήσσει αυτό ότι τα παιδιά που προβαίνουν σε επιθετικές πράξεις επιζητούν αξία και προσοχή μέσα από την πράξη αυτή. Ψάχνουν δηλαδή να βρουν τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να γίνουν σημαντικά ως άτομα» μας εξήγησε η ψυχολόγος. «Σκοπός όλων των προτεινόμενων προληπτικών παρεμβάσεων είναι να καταφέρουμε μέσα από την ενεργητική εμπλοκή του μαθητή στην εκπαιδευτική διαδικασία να μπορέσουμε να καλλιεργήσουμε σε αυτό ικανότητες που προσδίδουν αξία στην προσωπικότητά του. Πρέπει να τον βοηθήσουμε να πάρει αξία ως παιδί, όχι όμως μέσα από το να βρίζει, να ασκεί βία εναντίον κάποιου άλλου ή να γίνεται νταής. Χρειάζεται να οργανώνουμε θετικές δράσεις ώστε να παίρνει το παιδί αξία μέσα από μια κατασκευή που μπορεί να δημιουργήσει, μέσα από ένα μετάλλιο που μπορεί να κατακτήσει ή μέσα από οτιδήποτε δημιουργικό και ευχάριστο προσπαθεί να κάνει είτε μόνος του είτε σε συνεργασία με τα άλλα παιδιά» υποστηρίζει η ψυχολόγος.

Ένα δεύτερο σημαντικό στοιχείο το οποίο οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να προσέχουν είναι να διασφαλίζουν στην κάθε τάξη το κατάλληλο κλίμα προκειμένου να μην υπάρξουν άνισα επίπεδα μεταχείρισης των μαθητών. Η ψυχολόγος στην ερώτηση που της θέσαμε με ποιόν τρόπο οι εκπαιδευτικοί είναι δυνατόν να διασφαλίσουν ένα ήρεμο κλίμα μέσα στην τάξη και πώς μπορούμε να αποφύγουμε την «Όταν έναν μαθητή τον ονοματίζω πολύ συχνά και τον ξεχωρίζω από τα υπόλοιπα παιδιά ή κάποιο άλλο αντίστοιχα το βλέπω ως ανίκανο και αργόσχολο, εκεί είναι σαν να τον στιγματίζω αυτόματα». Αυτό που πρέπει να επιτύχουν οι εκπαιδευτικοί είναι να προσπαθούν να διασφαλίσουν ένα κλίμα μέσα στην τάξη χωρίς ανταγωνισμό. Πρέπει να στηρίζουν το παιδαγωγικό τους έργο στην συνεργατική μάθηση, να προσπαθούν να αναπτύξουν φιλικές σχέσεις μεταξύ των μαθητών και να τους μαθαίνουν να αποδέχονται την διαφορετικότητα. «Σίγουρα δεν υπάρχει μόνο μια συνταγή για να επιτύχουμε μια καλή συνεργασία μεταξύ εκπαιδευτικού και μαθητή και μαθητών μεταξύ τους. Μπορεί για παράδειγμα ο εκπαιδευτικός μέσα από συγκεκριμένες δράσεις που αφορούν την συναισθηματική αγωγή να μάθει στο παιδί να αναγνωρίζει τα συναισθήματά του, να ξέρει πώς αντιδράει κάθε φορά που βιώνει ένα συγκεκριμένο συναίσθημα, να μάθει τρόπους

να ελέγχει παρορμητικά συναισθήματα, να καλλιεργήσει την ενσυναίσθηση για να μπορεί να καταλάβει την θέση του άλλου».

Όσον αφορά το δεύτερο σκέλος της ημερίδας «κληθήκαμε να συναποφασίσουμε ποια θα είναι τα μέτρα αντιμετώπισης του φαινομένου. Σίγουρα δεν προτείναμε την τιμωρία ως μέσο αντιμετώπισης της επιθετικής συμπεριφοράς ενός παιδιού» μας εξήγησε η ψυχολόγος. Η τιμωρητική πολιτική την οποία ακολουθούν άλλα σχολεία ίσως λόγω έλλειψης χρόνου ή διάθεσης ή εκπαίδευσης δρα πολύ κατασταλτικά στην ψυχολογία του παιδιού που ασκεί βία. «Το να πάρουμε το παιδί να το απομονώσουμε και να το τιμωρήσουμε δεν θα σταματήσει το φαινόμενο. Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού έχει πολύ βαθιές ρίζες. Πηγάζει στο άτομο, στο κάθε παιδί ξεχωριστά και όπως προείπαμε φανερώνει την εικόνα που έχει το παιδί για τον εαυτό του. Συνεπώς σε μια κατάσταση η οποία κοχλάζει και είναι έτοιμη να εκραγεί είναι σαν να κλείνω και τη βαλβίδα». Τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζεται ο θύτης από τον εκπαιδευτικό θα τον αναλύσουμε παρακάτω.

Από την άλλη πλευρά θέλει πολύ μεγάλη προσοχή το πώς αντιμετωπίζουν οι εκπαιδευτικοί το θύμα για να μην γίνει η θυματοποίηση του θύματος εκείνη την στιγμή. «Τον υποστηρίζουμε αλλά δεν τον βλέπουμε σαν να είναι ο αδύναμος». Οι ταμπέλες θύτης και θύμα καλό είναι να αναφέρονται μόνο στις έρευνες για να ξέρουμε σε τι αναφερόμαστε και για ποιο πράγμα μιλάμε, όμως στις δράσεις που γίνονται για να αποφύγουμε ένα εκφοβιστικό φαινόμενο δεν είναι καθόλου βοηθητικές. Καλύτερα να περιγράφεται η κατάσταση και να προβούμε εκείνη την στιγμή σε μια ενέργεια διευκολυντική παρά σε μια ενέργεια κατασταλτική. Εξάλλου δεν επιθυμούμε να διαιωνίσουμε τις ήδη υπάρχουσες συμπεριφορές, αλλά προσπαθούμε να τις εξαλείψουμε με τους κατάλληλους τρόπους.

Για την χρήση των αρχών και των μέτρων τα οποία θα παρουσιαστούν παρακάτω υπήρξε ομόφωνη απόφαση, ακόμα κι αν κάποιοι εκπαιδευτικοί επέλεξαν να εστιάσουν σε διαφορετικές συνιστώσες του προγράμματος. Η ημερίδα αυτή κατάφερε να δημιουργήσει την συλλογική δέσμευση στο επιλεγμένο πρόγραμμα και υπευθυνότητα ως προς την εκτέλεσή του κάτι το οποίο πιστεύουν πως θα λειτουργήσει προς όφελος του σχολείου.

### 3.1.5 Επιτήρηση στους χώρους του σχολείου

Τα πιο πολλά περιστατικά συμβαίνουν συνήθως στους χώρους του σχολείου και όχι τόσο στην διαδρομή προς και από αυτό. *«Στο σχολείο μας η πυκνότητα των εκπαιδευτικών είναι μεγάλη κυρίως τις ώρες του ελεύθερου χρόνου των μαθητών, τις ώρες των διαλειμμάτων και του φαγητού. Είναι σημαντικό το ότι υπάρχει στην διάρκεια του ελεύθερου χρόνου των μαθητών επαρκής αριθμός ενηλίκων οι οποίοι επιτηρούν τις δραστηριότητές τους»* μας απάντησε ο διευθυντής του σχολείου στην ερώτηση που του θέσαμε αναφορικά με τα μέτρα πρόληψης του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού.

Φυσικά, οι εκπαιδευτικοί οι οποίοι επιτηρούν είναι προετοιμασμένοι κατάλληλα για να παρεμβαίνουν γρήγορα και αποφασιστικά σε περιπτώσεις όπου υπάρχει η υποψία εκφοβιστικών συμπεριφορών. Η επιτήρηση των μαθητών είναι ένας τρόπος για να εντείνουμε την προσοχή μας στην συμπεριφορά κάποιων παιδιών που βλέπουμε ότι δυσκολεύονται να επιλύσουν τα προβλήματα με τους συμμαθητές τους χωρίς την χρήση βίας. Οι εκπαιδευτικοί καταλαβαίνουν αν υπάρχει ζήτημα εκφοβισμού από τις εκφράσεις του προσώπου και του σώματος των παιδιών, από τον τόνο της φωνής τους, από την γενικότερη ατμόσφαιρα και τις δραστηριότητές τους. Οι ίδιοι υποστηρίζουν ότι *«Είναι καλύτερα να παρεμβαίνουμε νωρίτερα, πριν εκδηλωθεί το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού, παρά αργότερα»*.

Για την ασφάλεια των μαθητών και για την πρόληψη του φαινομένου οι εκπαιδευτικοί οι οποίοι επιτηρούν, ανταλλάσσουν πληροφορίες σχετικά με τα γεγονότα που συμβαίνουν στο διάλειμμα. Αυτό γίνεται γιατί κάθε εκπαιδευτικός ο οποίος παρατηρεί ή υποπτεύεται ένα περιστατικό εκφοβισμού οφείλει και να παρέμβει εγκαίρως, αλλά και να αναφέρει το περιστατικό στην ψυχολόγο και στους υπεύθυνους της τάξης των εμπλεκόμενων μαθητών.

Επιπλέον, *«επειδή ακριβώς πολλές φορές έχουμε δει ότι οι πράξεις εκφοβισμού συντελούνται από τους μεγαλύτερους μαθητές προς τους μικρότερους ηλικιακά μαθητές, διευθετήσαμε τις ώρες των διαλειμμάτων με τέτοιο τρόπο ώστε*

οι μικρότεροι να μπορούν να κάνουν διάλειμμα διαφορετικές ώρες και σε διαφορετικούς χώρους από τους μεγαλύτερους» μας γνωστοποίησε η Σχολική Επιτροπή .

Εκτός από την επιτήρηση των χώρων, σύμφωνα με όσα μας είπαν τα μέλη της Σχολικής Επιτροπής και ο διευθυντής του σχολείου, παρέχεται στα παιδιά ένα εξοπλισμένο και ελκυστικό περιβάλλον με αθλητικούς χώρους και εγκαταστάσεις που τα ωθεί σε θετικές δραστηριότητες. *«Είναι ένας τρόπος να βοηθάμε τους μαθητές να αισθάνονται δημιουργικοί και χαρούμενοι ,ένας τρόπος για να αποτρέψουμε το αίσθημα της πλήξης που μπορεί να οδηγήσει τους μαθητές σε πράξεις εκφοβισμού».*

### 3.1.6 Ο Ρόλος του εκπαιδευτικού

Οι εκπαιδευτικοί συζητούν με τους μαθητές τους για τα δικαιώματά τους, τους κανόνες συμπεριφοράς του σχολείου και τους τρόπους αντιμετώπισης της σχολικής βίας και του εκφοβισμού. Ενισχύεται με τον τρόπο αυτό η φιλία μεταξύ των μαθητών αλλά και αναδεικνύεται η αλληλεγγύη της παρέας των φίλων ως μέσο για την αντιμετώπιση περιστατικών βίας. Επιπλέον, τόσο οι εκπαιδευτικοί, όσο και ο διευθυντής και η ψυχολόγος του σχολείου συνεργάζονται με τους γονείς των μαθητών, τους ενημερώνουν ανά τακτά χρονικά διαστήματα για την πρόοδο των παιδιών τους , αλλά και για την στάση και την συμπεριφορά των μαθητών που έχουν οι ίδιοι παρατηρήσει ότι υιοθετούν μέσα στην τάξη.

Όλοι μαζί με τη βοήθεια της Σχολικής Επιτροπής κατά του εκφοβισμού αναζητούν τις αιτίες που προκαλούν την περιθωριοποίηση ή την απομόνωση κάποιων μαθητών και προσπαθούν να βρουν λύσεις στο πρόβλημα. Επιπλέον, η ουσιαστική εποπτεία στους χώρους του σχολείου όπου είναι πιθανό να εκδηλωθεί κάποια μορφή βίας μεταξύ των μαθητών, είναι πολύ σημαντική και τηρείται αυστηρώς από όλους τους εκπαιδευτικούς στο σχολείο προκειμένου να αποφευχθεί η έξαρση του φαινομένου.

### 3.1.7 Συναντήσεις εκπαιδευτικών-γονέων

Όταν στοχεύουμε να επιλύουμε τα προβλήματα εκφοβισμού η στενή σχέση μεταξύ σχολείου-σπιτιού είναι αναμφίβολα απαραίτητη. Στην αρχή του σχολικού έτους, είναι πολύ σημαντικό το γεγονός ότι το σχολείο ενημερώνει τους γονείς για την πολιτική του για την εκφοβιστική συμπεριφορά, παρέχει ανάλυση και ζητάει ανατροφοδότηση και σχόλια από τους γονείς. Σε αρχικό στάδιο, οι προσπάθειες του σχολείου περιλαμβάνουν την πλήρη ενημέρωση των γονέων για το θέμα και την παροχή όλων των πληροφοριών για το πλάνο δράσης.

Κατά τη διάρκεια υλοποίησης του προγράμματος, είναι ιδιαίτερα χρήσιμο το γεγονός ότι παρέχεται ανατροφοδότηση στους γονείς οι οποίοι ενημερώνονται για τη μείωση των ποσοστών εκφοβισμού. Με αυτόν τον τρόπο ενισχύονται οι προσπάθειές τους για την εφαρμογή και την υλοποίηση της πολιτικής του σχολείου ενάντια στον εκφοβισμό. Ακόμη, παρέχεται στους γονείς λεπτομερής πληροφόρηση για την ενδοσχολική βία και τους τρόπους αντιμετώπισης του προβλήματος, ενώ παράλληλα τους παρέχεται ενθάρρυνση για επικοινωνία με το σχολείο όταν υποπτεύονται την ύπαρξη περιστατικών εκφοβισμού.

*«Οργανώνουμε τακτικά συναντήσεις γονέων-δασκάλων στις οποίες προσκαλούνται όλοι οι γονείς. Επιπλέον, λύσεις είναι οι ατομικές συναντήσεις μεταξύ γονέων-εκπαιδευτικού και η τηλεφωνική επικοινωνία που μπορεί να έχουν».* Μας είπε ο διευθυντής του σχολείου. Χρησιμοποιούνται αρκετές μορφές επικοινωνίας σε διαφορετικές περιόδους. Κάποιες φορές παρίστανται στις συνελεύσεις και οι μαθητές.

Η ψυχολόγος του σχολείου η οποία έχει πολλές γνώσεις σχετικά με το πρόβλημα σε συνεργασία με τους εκπαιδευτικούς κάνει μια γενική παρουσίαση προς όλους τους γονείς στην αρχή της χρονιάς όπου αναφέρεται στην έκταση, τους μηχανισμούς και τα αίτια του εκφοβισμού. Ενημερώνει τους γονείς για το σχέδιο δράσης του σχολείου προκειμένου να εξαλείψει το φαινόμενο και τους ενθαρρύνει να επικοινωνούν με τους δασκάλους των παιδιών σε περίπτωση που υποψιάζονται ότι το παιδί τους έχει πέσει θύμα εκφοβισμού ή έχει αρχίσει να εκδηλώνει επιθετική συμπεριφορά προσπαθώντας να επιβληθεί στους άλλους.

Φυσικά όταν οι δάσκαλοι και η ψυχολόγος μιλούν για εκφοβισμό συζητούν με τους γονείς για αυτά που μπορούν να κάνουν οι γονείς για να αντιμετωπίσουν το φαινόμενο. Για παράδειγμα, μεταξύ άλλων οι γονείς θα πρέπει να επικοινωνούν με τα παιδιά τους και να προσπαθήσουν να τους πείσουν ότι ο εκφοβισμός δεν αποτελεί λύση σε ένα πρόβλημα. Έχει μεγάλη σημασία επίσης οι γονείς να μιλούν με τα παιδιά τους για την ευθύνη της παθητικής συμμετοχής στον εκφοβισμό όπως και για το πόσο η καταγγελία μιας πράξης εκφοβισμού είναι δίκαιος τρόπος εύρεσης λύσης στο πρόβλημα. Συζητώντας με τα παιδιά τους σίγουρα αποκτούν ενδιαφέρον και γνωρίζουν περισσότερα πράγματα για τη ζωή του παιδιού τους μέσα στο σχολείο, κάτι το οποίο αποτελεί μια θετική εικόνα από την συνεργασία μεταξύ σχολείου-σπιτιού.

Στις συναντήσεις των γονέων όπως και στις ατομικές συζητήσεις οι εκπαιδευτικοί και η ψυχολόγος προσπαθούν να ενθαρρύνουν πάντοτε τους γονείς να μιλήσουν για τα βιώματα των παιδιών τους στο σχολείο. *«Αυτό που όλοι κυρίως θέλουμε είναι να έρχονται οι ίδιοι οι γονείς σε επαφή με το σχολείο αν γνωρίζουν ή υποψιάζονται ότι το παιδί τους έχει προβλήματα στο σχολείο. Οι πιθανότητες να εξασφαλίσουμε θετικά αποτελέσματα αυξάνονται σημαντικά, όταν τόσο το σχολείο όσο και οι γονείς είναι προετοιμασμένοι να έρθουν σε επαφή και να ανταλλάξουν πληροφορίες»* υποστηρίζουν οι εκπαιδευτικοί.

### **3.1.8 Υποστήριξη από τους σχολικούς συμβούλους**

Η σχολική σύμβουλος δεν εμφανίζεται ως καθοδηγήτης ή ως ο ειδικός που αναλαμβάνει το πρόβλημα και προτείνει συγκεκριμένους τρόπους επίλυσής του. Η σχολική σύμβουλος δεν είναι αυτή που αναλαμβάνει να υπαγορεύει «ενδεδειγμένες συμπεριφορές» στους εκπαιδευτικούς, αλλά αντιλαμβάνεται το ρόλο της τελείως διαφορετικά. Προσπαθεί να στέκεται δίπλα στον εκπαιδευτικό με βοηθητικό τρόπο, εφόσον θεωρεί ότι ο μόνος ειδικός που είναι δυνατόν να επιλύσει το οποιοδήποτε πρόβλημα που αφορά την συμπεριφορά των μαθητών είναι ο ίδιος



ο εκπαιδευτικός. Εκείνος είναι το κατάλληλο πρόσωπο που θα επεξεργαστεί τη λύση του και θα οδηγηθεί στα επιδιωκόμενα και επιθυμητά αποτελέσματα.

Οι εκπαιδευτικοί αξιοποιούν από τη σύμβουλο και τη συμβουλευτική τα στοιχεία εκείνα που τους είναι χρήσιμα και βοηθητικά. *«Έτσι, η σχέση συμβούλου και εκπαιδευτικού παραμένει ισότιμη και η έννοια «συμβουλευτική» αποκτά την πραγματική της διάσταση, όπως αυτή καταδεικνύεται και από την ετυμολογία της λέξης σύμφωνα με την αρχαία ελληνική σημασία: Συμβουλεύομαι σημαίνει σκέπτομαι μαζί με κάποιον, δίπλα του και όχι καθοδηγώ μέσα σε ένα ιεραρχημένο πλαίσιο. Αυτή η αντίληψη για το βοηθητικό ρόλο του συμβούλου έχει σε πρακτικό επίπεδο καλύτερα αποτελέσματα»* μας εξήγησε η σχολική σύμβουλος.

Η προσέγγιση του προβλήματος και οι τρόποι αντιμετώπισής του συνάδουν με την προσωπικότητα του εκπαιδευτικού, τις δεξιότητές του, τις γενικότερες αντιλήψεις του και κυρίως με τον τρόπο που αντιλαμβάνεται ο ίδιος το ρόλο του. Σε ένα τέτοιο επίπεδο διεύρυνσης της αντίληψης και, κατά συνέπεια, διαφοροποίησης της προσέγγισης μπορεί να βοηθήσει ο σύμβουλος. Επίσης, ο σύμβουλος, επειδή δεν αποτελεί μέρος του προβλήματος, μπορεί να δείξει στον εκπαιδευτικό μια διαφορετική οπτική γωνία μια «άλλη ματιά» και ένα διαφορετικό πλαίσιο μέσα στο οποίο θα τοποθετήσει το ρόλο του, τη σχέση του με το μαθητή και να προσεγγίσει αλλιώς το πρόβλημα. Ό, τι δηλαδή ονομάζουμε αναπλαισίωση ρόλων, σχέσεων και προβλημάτων που ανακύπτουν από αυτές. *«Με τον όρο αναπλαισίωση δεν εννοούμε ακύρωση κάθε προηγούμενης αντίληψης των πραγμάτων, αλλά τοποθέτηση ρόλων, σχέσεων και προβλημάτων σε ένα άλλο, συνήθως ευρύτερο συναισθηματικό και αντιληπτικό πλαίσιο, το οποίο μας δίνει τη δυνατότητα να αποδώσουμε διαφορετικό νόημα και σημασία στα πράγματα και συνεπώς να τα αξιολογήσουμε καλύτερα»* μας εξήγησε η σχολική σύμβουλος .

### **3.2 Μέτρα πρόληψης του σχολικού εκφοβισμού στο πλαίσιο της τάξης**

### 3.2.1 Κανόνες της τάξης για τον σχολικό εκφοβισμό

Η πρόληψη του σχολικού εκφοβισμού απαιτεί την συν-δημιουργία ενός κοινωνικού κλίματος μέσα στην τάξη από εκπαιδευτικούς και μαθητές και την αποδοχή κάποιων απλών κανόνων. Διαμορφώνονται σε συνεργασία με τους μαθητές σαφείς κανόνες για την πρόληψη του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού, αλλά και γενικότερα για την οριοθέτηση της συμπεριφοράς τους προκειμένου να μην εκδηλωθούν φαινόμενα σχολικής βίας και επιθετικότητας. Οι κανόνες συμπεριφοράς αναρτώνται σε εμφανές σημείο της τάξης, ώστε να υπάρχει ένας κοινός κώδικας για τις προσδοκίες των μελών της. Στις περιπτώσεις που κάποιος μαθητής αντιβαίνει στους κανόνες της τάξης και εκδηλώνει επιθετική συμπεριφορά, δεν επιβάλλονται σε αυτόν κυρώσεις οι οποίες στρέφονται ενάντια στην προσωπικότητά του και υποβαθμίζουν την αξία του ως άνθρωπο. Στις ενέργειες στις οποίες προβαίνουν οι εκπαιδευτικοί όταν οι μαθητές αρνούνται να υπακούσουν στους κανόνες και εκδηλώνουν τον θυμό τους ενεργώντας βίαια απέναντι σε συμμαθητές τους θα αναφερθούμε παρακάτω.

Το σύνολο των κανόνων κατά του σχολικού εκφοβισμού καθορίζεται έπειτα από την συζήτηση μεταξύ μαθητών- εκπαιδευτικών και μαθητών μεταξύ τους. Οι μαθητές είναι καλό να εμπλέκονται ενεργά στην διαδικασία καθορισμού των κανόνων, διότι έτσι αισθάνονται μεγαλύτερη υπευθυνότητα στην τήρησή τους. Κατά την σύνταξη των κανόνων αποφασίζουμε στους μαθητές σε ποιο είδος συμπεριφοράς αντιστοιχεί ο καθένας. Διευκρινίσεις μπορούν να γίνουν με διάφορους τρόπους όπως για παράδειγμα μέσα από συζητήσεις, προβολή βίντεο, παιχνίδια ρόλων κ.α

*«Συνήθως ευαισθητοποιούμε τους μαθητές στην τήρηση των κανόνων χρησιμοποιώντας αποσπάσματα από την παιδική και νεανική λογοτεχνία, διαβάζοντάς τα μέσα στην τάξη. Σκοπός της ανάγνωσης των λογοτεχνικών αποσπασμάτων είναι να αυξήσουμε την ενσυναίσθηση των μαθητών για τα θύματα του εκφοβισμού και να δείξουμε κάποιους από τους εμπλεκόμενους μηχανισμούς, χωρίς όμως να τους διδάξουμε νέους τρόπους εκφοβισμού»* μας λένε οι εκπαιδευτικοί.

Μια άλλη ευχάριστη και αποτελεσματική μέθοδος ευαισθητοποίησης είναι τα παιχνίδια ρόλων που σχετίζονται με τον εκφοβισμό στα οποία χρησιμοποιούν συγκεκριμένες καταστάσεις από την τάξη ή από γενικότερα περιστατικά. Μέσα από τα παιχνίδια ρόλων δίνεται μάλιστα στον εκπαιδευτικό η δυνατότητα να δείξει τι μπορούν να κάνουν οι αυτόπτες μάρτυρες, οι «ουδέτεροι» μαθητές για να εξαλείψουν τις τάσεις του κοινωνικού αποκλεισμού και να σταματήσουν τον εκφοβισμό. *«Οι μαθητές πρέπει να καταλάβουν ότι ακόμα κι όταν συμμετέχουν παθητικά δεν παύουν να είναι συνένοχοι για ό,τι συμβαίνει στο παιδί-θύμα. Ένας βασικός κανόνας που θέτουμε μέσα στην τάξη είναι να προσπαθούμε όλοι να βοηθάμε τους μαθητές που πέφτουν θύματα εκφοβιστικών συμπεριφορών».* Πολλές φορές οι μαθητές αισθάνονται ότι αν καταγγείλουν ένα περιστατικό εκφοβισμού, είναι σαν να προδίδουν τους φίλους τους ή φοβούνται μη τυχόν και οι μαθητές που ασκούν τον εκφοβισμό τους στοχοποιήσουν προκειμένου να τους εκδικηθούν. Οι εκπαιδευτικοί προσπαθούν να αλλάξουν αυτή την αντίληψη και να εξαλείψουν το αίσθημα φόβου που καταλαμβάνει τις ψυχές των μαθητών, στηριζόμενοι στους κανόνες της τάξης. Καταρχάς τονίζουν ότι στόχος όλων των κανόνων είναι να μην γίνεται αποδεκτός ο σχολικός εκφοβισμός. Επομένως, θα πρέπει όλοι να αντιληφθούν ότι η καταγγελία ενός περιστατικού εκφοβισμού, δεν σημαίνει κουτσομπολιό ή προδοσία μιας φιλίας, αλλά συμπαραστάση προς το θύμα το οποίο βιώνει αρνητικά συναισθήματα και υποφέρει. Έπειτα από τα παιχνίδια ρόλων ακολουθούν πάντα συζητήσεις μέσα στην τάξη και αναφέρεται η σχέση παιχνιδιού και πραγματικότητας.

Ο κανόνας «Προσπαθούμε να συμπεριλάβουμε στην παρέα μας μαθητές που συνήθως μένουν μόνοι» τίθεται προκειμένου να εξαλείψει τάσεις αποκλεισμού και κοινωνικής απομόνωσης. Σύμφωνα με τον κανόνα αυτό οι εκπαιδευτικοί παροτρύνουν τους μαθητές τους να προτείνουν τρόπους μέσα από τους οποίους δίνεται η δυνατότητα να εμπλακούν σε κοινές δραστηριότητες και οι μαθητές οι οποίοι μένουν εύκολα εκτός παιχνιδιού. Ο κανόνας αυτός ορίζει ότι όλοι θα πρέπει να παρέχουν στους μοναχικούς μαθητές ευκαιρίες για συμμετοχή σε ομαδικά παιχνίδια και συνεχή ενθάρρυνση προκειμένου αυτοί να αποβάλλουν αρνητικά συναισθήματα και να αλλάξουν την δύσπιστη στάση τους προς τους συμμαθητές τους.

Οι εκπαιδευτικοί μέσα από συζητήσεις με τους μαθητές στην σχολική τάξη σχετικά με τον ορισμό, τις μορφές και τις επιπτώσεις του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού προσπαθούν να βοηθήσουν τους μαθητές τους να κατανοήσουν τη σοβαρότητα και τις διαστάσεις του προβλήματος και συνεπώς να τους ευαισθητοποιήσουν και να τους ωθήσουν στην τήρηση των κανόνων.

### 3.2.2 Τεχνικές για την αύξηση των θετικών συμπεριφορών

Η επιβράβευση και η φιλική προσοχή του εκπαιδευτικού είναι το σημαντικότερο μέσο για να επηρεαστεί θετικά η συμπεριφορά του μαθητή. Ο εκπαιδευτικός είναι δυνατόν να επαινέσει μεμονωμένους μαθητές, μια ομάδα μαθητών ή και ολόκληρη την τάξη κάθε φορά που παρατηρεί ότι εκδηλώνουν θετικές συμπεριφορές και υπακούνε στους κανόνες. Αν για παράδειγμα οι μαθητές αρχίσουν να συμμετέχουν σε δραστηριότητες που εμπλέκουν όλα τα παιδιά της τάξης χωρίς τον αποκλεισμό κανενός τότε είναι καλό να επιβραβεύονται. *«Πρέπει να τονίσουμε ότι όταν ο μαθητής ξέρει ότι τον αποδέχεται και τον συμπαθεί ο δάσκαλός του, τότε θα δεχτεί ευκολότερα την κριτική για την ανεπιθύμητη συμπεριφορά του και θα προσπαθήσει να την διορθώσει»* μας είπε η δασκάλα της πέμπτης δημοτικού. Οι επιθετικοί μαθητές και ιδιαίτερα όσοι επηρεάζονται εύκολα από τους άλλους επίσης επαινούνται όταν δεν αντιδρούν επιθετικά σε καταστάσεις που συνήθως τους προκαλούν, καθώς και για τη μη συμμετοχή τους σε πράξεις εκφοβισμού.

Για την επιλογή των επαίνων παρακολουθούν οι εκπαιδευτικοί τι κάνουν οι μαθητές στον ελεύθερο χρόνο τους προκειμένου να προσδιορίσουν τους ενισχυτές οι οποίοι θα έχουν αποτέλεσμα. *«Ενισχύουμε πάντα την θετική συμπεριφορά με τρόπους που οι μαθητές εκτιμούν. Εξάλλου είναι γεγονός ότι η πρόσβαση σε μια συμπεριφορά υψηλής συχνότητας λειτουργεί ως ενισχυτής για την παρουσία της συμπεριφοράς χαμηλής συχνότητας»* μας εξήγησαν οι εκπαιδευτικοί. Επομένως, οι δραστηριότητες που προτιμά να κάνει ένας μαθητής μπορούν να χρησιμοποιηθούν από τον εκπαιδευτικό ως θετικός ενισχυτής της επιθυμητής συμπεριφοράς.

### 3.2.3 Συμβουλευτική γονέων

Μια σημαντική παράμετρος για την ανάπτυξη ενός θετικού περιβάλλοντος μέσα στην τάξη είναι η συμμετοχή των γονέων στην προσπάθεια που κάνει το σχολείο για την πρόληψη του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού. Οι εκπαιδευτικοί και η ψυχολόγος μέσα από συνελεύσεις που πραγματοποιούνται συχνά στο χώρο του σχολείου απευθύνονται στους γονείς και τους ενημερώνουν για το πρόβλημα του εκφοβισμού, την έκταση που μπορεί να πάρει, τους μηχανισμούς και τα αίτια που τον προκαλούν. Επιπλέον, στο πλαίσιο της στενής συνεργασίας σχολείου- σπιτιού οι εκπαιδευτικοί προτείνουν τρόπους με τους οποίους οι γονείς είναι δυνατόν να ευαισθητοποιήσουν τα παιδιά τους με σκοπό να αποφευχθούν φαινόμενα σχολικής βίας και παραβατικής συμπεριφοράς στο πλαίσιο της τάξης.

Η ψυχολόγος και οι εκπαιδευτικοί συμβουλεύουν τους γονείς και τους βοηθούν να αντιληφθούν ότι για να καταφέρουν τα παιδιά τους να συγκροτήσουν μια υγιή προσωπικότητα, πρέπει οι ίδιοι να αρχίσουν να οριοθετούν τις ανάγκες, τις απαιτήσεις και κατά συνέπεια τις συμπεριφορές των παιδιών τους. Η οριοθέτηση της συμπεριφοράς των παιδιών, βοηθάει τα παιδιά να εντοπίσουν και να κατανοήσουν τα όρια που υπάρχουν και που πρέπει να τηρούνται όχι μόνο στο σπίτι, αλλά και σε άλλους χώρους κοινωνικής παρουσίας τους, όπως είναι το σχολείο. Έτσι, προσαρμόζονται ευκολότερα και αναλαμβάνουν με μεγαλύτερη υπευθυνότητα το ρόλο τους ως μαθητές.

Οι γονείς θα πρέπει να κατανοήσουν ότι τα όρια δεν ταυτίζονται με τις προσδοκίες τους για τα παιδιά τους, οι οποίες εστιάζονται στο τι θέλουν εκείνοι με αποτέλεσμα να απειλούν τη συναισθηματική ασφάλεια των παιδιών, αλλά είναι κανόνες που λαμβάνουν υπόψη τις ανάγκες τους. Τα όρια προλαμβάνουν συγκρούσεις, μειώνουν το στρες και τον ανταγωνισμό, συμβάλλουν στον αμοιβαίο

σεβασμό, ενισχύουν την υπευθυνότητα και συνεπώς μπορούν να βελτιώσουν συμπεριφορές. Για να έχουν αποτέλεσμα πρέπει να είναι σαφή, σταθερά και να τηρούνται πρώτα από τους ίδιους τους γονείς. *«Η οριοθέτηση αφορά πρώτα από όλα τους ίδιους τους γονείς. Δεν μπορώ να λέω στο παιδί « μην βαράς» και στην προσπάθειά μου να αποτρέψω αυτή την συμπεριφορά να χρησιμοποιήσω το ξύλο ή τη φωνή. Μέσα από την στάση μου δείχνω πράγματα για το παιδί. Χρειάζεται η στάση μου και η δική μου συμπεριφορά να αποτελεί πρότυπο και πάντοτε να συνάδει με αυτό που θέλω να του καλλιεργήσω»* μας λέει η ψυχολόγος. *«Συμβουλευόμε λοιπόν τους γονείς ότι πρέπει να δείχνουν πρώτοι αυτοί συνέπεια στην εφαρμογή των κανόνων που έχουν θέσει. Η στάση τους θα πρέπει να λειτουργεί ως παράδειγμα»*. Ιδιαίτερα στην εφηβική ηλικία τα παιδιά αναζητούν εναγωνίως πρότυπα για να ταυτιστούν. Η αναζήτηση προτύπων και η ταύτιση με αυτά είναι μια ψυχολογική διεργασία καθοριστική για την διαμόρφωση της ταυτότητας του παιδιού.

*«Επιπλέον, είναι σημαντικό να αναφέρουμε ότι οι κανόνες και η οριοθέτηση των παιδιών όχι μόνο συμβιβάζονται με την αυτοεκτίμηση αλλά και επιβάλλονται. Όμως τα όρια και οι κανόνες για να είναι αποτελεσματικά πρέπει να μπαίνουν κάτω από όρους. Ποιοι είναι αυτοί; Ορίζουμε με σαφήνεια τους κανόνες που θέλουμε το παιδί να τηρεί και είμαστε βέβαιοι ότι τους κατανόησε. Οι κανόνες θα πρέπει να το προστατεύουν σωματικά και συναισθηματικά από κακοτοπιές, να το κάνουν υπεύθυνο και να συμβάλουν στην αποδοχή του από το περιβάλλον, ώστε να του δημιουργήσουμε αίσθημα ασφάλειας και σιγουριάς»*.

Οι γονείς πρέπει πάντα να καθορίζουν τις αρμοδιότητες και τις υποχρεώσεις του παιδιού. Έτσι το παροτρύνουν να αναλάβει ευθύνες, να θεωρεί τον εαυτό του υπεύθυνο μέλος της οικογένειας ή της σχολικής κοινότητας. Με τον τρόπο αυτό το βοηθούν να συναισθανθεί τις ικανότητές του και την αξία των ικανοτήτων αυτών. Για να νιώσουν υπερήφανοι ή για να στρέψουν το παιδί σε στόχους που θα ενισχύσουν την αυτοπεποίθησή του και για να το βοηθήσουν να αποκτήσει μια επιτυχημένη εμπειρία κεντρίζοντάς του το ενδιαφέρον πρέπει να έχουν απαιτήσεις. Ωστόσο, οι απαιτήσεις των γονέων από το παιδί θα πρέπει να είναι λογικές. *« Δεν αναλαμβάνουμε εμείς τις υποχρεώσεις των παιδιών. Τα καθοδηγούμε ευγενικά και τους αφήνουμε περιθώριο σφάλματος και επανόρθωσης. Δεν υποχωρούμε και δεν*

αναιρούμε τους περιορισμούς» μας είπε ο δάσκαλος της έκτης τάξης του δημοτικού. Συχνά το παιδί νομίζει ότι έχει τρόπους να μας κάνει ό,τι θέλει. Κι αυτοί είναι συνήθως κλάμα, επιμονή, γκρίνια, εκβιασμοί. Συνέχισε να λέει: «Δε συγκρουόμαστε μαζί του για το ποιος θα επιβληθεί. Γιατί μια τέτοια σύγκρουση δίνει έμφαση στη δύναμη και όχι στα συναισθήματα». Το παιδί λόγω της μειονεκτικότερης θέσης γνωστικά και ηλικιακά σε σχέση με τον γονιό ή τον εκπαιδευτικό νιώθει ανίσχυρο. Δεν απαιτούμε τυφλή υπακοή. Αν εξηγούμε κάθε φορά στο παιδί το λόγο για τον οποίο ζητάμε να κάνει κάτι, νιώθει καλύτερα και γίνεται πιο συνεργάσιμο.

Επίσης καλό θα είναι οι γονείς να βοηθούν το παιδί να δημιουργήσει φιλίες, να γίνει αξιαγάπητο, να συμμετέχει σε ομαδικές εκδηλώσεις (αθλητικές ομάδες, εξόδους, επισκέψεις σε σπίτι). Εξίσου σημαντικό είναι να του διδάξουν τρόπους με τους οποίους θα είναι ικανό να λύνει μόνο του τα προβλήματά του χωρίς την χρήση βίας, αφήνοντας περιθώρια για λάθη και συμπαραστεκόμενοι στις αποτυχίες του. *«Θέλουμε να ενισχύσουμε το παιδί με την ικανότητα χειρισμού των παρορμητικών συναισθημάτων του και το προτρέπουμε να βρίσκει κάθε φορά τις δικές του δικλίδες ασφαλείας»*. Στόχος είναι πάντα να μην εγκαταλείπει τις προσπάθειες που κάνει, να συνεχίζει, να ξέρει ότι τα λάθη είναι ανθρώπινα και ότι η αξία του ανθρώπου δε μειώνεται από τα λάθη του και την παραδοχή τους.

### **3.2.4 Βιωματικά εργαστήρια**

Οι εκπαιδευτικοί σε συνεργασία με την ψυχολόγο γενικότερα καταβάλλουν προσπάθειες με ποικίλους τρόπους προκειμένου να βελτιώσουν το κοινωνικο-συναισθηματικό κλίμα της τάξης. Στο πλαίσιο κάθε τάξης πραγματοποιούνται 10 ειδικές δράσεις διάρκειας 40-45 λεπτών εβδομαδιαία οι οποίες στοχεύουν να αναπτύξουν την συναισθηματική νοημοσύνη των μαθητών. Η συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών αναφέρεται στην ικανότητα του ατόμου να διατηρεί την ισορροπία ανάμεσα στην έκφραση των συναισθηματικών του παρορμήσεων και στον έλεγχο πάνω σε αυτές.

Κατά την διάρκεια της υλοποίησης του πρώτου βιωματικού εργαστηρίου οι μαθητές ενημερώνονται για το πρόγραμμα που θα ακολουθήσουν και γενικότερα

γίνεται μια προσπάθεια ενίσχυσης του κλίματος εμπιστοσύνης και ασφάλειας που θα λειτουργήσει υποστηρικτικά για την επίτευξη των επιθυμητών στόχων του προγράμματος. Κάθε τάξη έχει έναν χώρο στον οποίο οι εκπαιδευτικοί και η ψυχολόγος μιλούν με τα παιδιά για το τι είναι εκφοβισμός, ποια είναι η φύση του προβλήματος, ποιες είναι οι συνέπειες που προκαλούνται, τι θα έπρεπε να κάνουμε για να αντιμετωπίσουμε το φαινόμενο.

Κατά την διάρκεια του δεύτερου εργαστηρίου υπογράφεται ένα συμβόλαιο μεταξύ των μαθητών προκειμένου να διασφαλιστεί και να ενισχυθεί η εμπιστοσύνη και η ασφάλεια για ολόκληρη την τάξη. Παράλληλα διατυπώνονται οι βασικοί κανόνες για την λειτουργία της ομάδας και εξασφαλίζεται η συναίνεση των παιδιών στην προσπάθεια επίτευξης των διδακτικών στόχων του προγράμματος.

Κατά τη διάρκεια του τρίτου βιωματικού εργαστηρίου τα παιδιά κατονομάζουν τις αρνητικές επιπτώσεις του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού και προσπαθούν να κατανοήσουν το φαινόμενο με αφορμή τα κατάλληλα ερεθίσματα που τους παρέχονται.

Στο τέταρτο εργαστήριο οι μαθητές μιλούν για τους ρόλους που πρέπει να υιοθετούν κάθε φορά που βρίσκονται παρόντες σε ένα περιστατικό εκφοβισμού. Στα βιωματικά εργαστήρια μιλάμε κυρίως για τα συναισθήματα με τα παιδιά. Μέσα από την αγωγή των συναισθημάτων μπορούν τα παιδιά να κατανοήσουν ευκολότερα την μοναδικότητα του κάθε ανθρώπου, την διαφορετικότητα και μαθαίνουν να την σέβονται. Παύουν να την κατακρίνουν. Η ζωή εξάλλου δεν έχει νόημα χωρίς συναισθήματα. Οι ενέργειες στις οποίες προβαίνει κάθε άνθρωπος συνοδεύονται πάντα από συναισθήματα. Όταν τα παιδιά μαθαίνουν να αναγνωρίζουν και να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους συμπεριφέρονται με υπευθυνότητα, αποφεύγουν να προβαίνουν σε βίαιες πράξεις. Είναι λοιπόν ιδιαίτερα σημαντικό το γεγονός ότι παρέχεται σε αυτούς η δυνατότητα συζήτησης και καλλιέργειας της ενσυναίσθησης μέσω της συναισθηματικής αγωγής.

Στα βιωματικά εργαστήρια που ακολουθούν δεν χρησιμοποιούν οι εκπαιδευτικοί διδακτικές μεθόδους όπως είναι η παρουσίαση πληροφοριών όπου ο μαθητής δεν έχει την δυνατότητα συμμετοχής στην εκπαιδευτική διαδικασία. Οι δραστηριότητες θέτουν στο επίκεντρο τον μαθητή ο οποίος εμπλέκεται ενεργά και με βιωματικό τρόπο στην μαθητική διαδικασία. *«Μέσα σε ένα κλίμα εμπιστοσύνης*



και εχεμύθειας που πάντοτε διασφαλίζουμε από τις μικρές ηλικίες κάθε παιδί ενθαρρύνεται να σκεφτεί ποια είναι τα δυνατά και αδύνατά του σημεία, να μιλήσει για τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του προκειμένου να γνωρίσει καλύτερα τον εαυτό του» μας είπαν οι εκπαιδευτικοί.

Ένας-ένας μαθητής μιλάει για την εικόνα που έχει για τον εαυτό του, ενώ οι υπόλοιποι μαθητές οι οποίοι τον ακούν προσεκτικά τον βοηθούν να τον περιγράψει. Μέσα από αυτή την διαδικασία όλοι μπορούν να αντιληφθούν πώς ο κάθε μαθητής βλέπει τον εαυτό του και τους γύρω του. «Δίνουμε χώρο και χρόνο σε κάθε παιδί να γνωρίσει καλύτερα τον εαυτό του και μαθαίνουμε να σεβόμαστε την μοναδικότητα του κάθε παιδιού. Είναι διαδικασίες μέσα από τις οποίες τα παιδιά μαθαίνουν να διαχειρίζονται το θυμό τους και να αποκτούν την ικανότητα του αυτοελέγχου» μας εξήγησε .

Αναπτύσσονται επίσης δραστηριότητες για την καλλιέργεια της ενσυναίσθησης και την διαχείριση του θυμού. «Χρησιμοποιούμε αποσπάσματα από την παιδική λογοτεχνία και διαβάζουμε ιστορίες όπως τα χέρια δεν είναι για να δέρνουνε και μέσα από τον διάλογο που θα ακολουθήσει τίθενται ερωτήματα όπως: «Γιατί ο ήρωας αισθάνεται έτσι;» ή «τι θα κάνατε εσείς αν βρισκόσασταν στην θέση του;» «Πώς μπορεί να λυθεί το πρόβλημα;» κτλ». Οι ιστορίες αναπαράγονται μέσα από το θεατρικό παιχνίδι ή το κουκλοθέατρο στις μικρές ηλικίες, ώστε τα παιδιά να βιώσουν τα συναισθήματα του ήρωα και να προτείνουν λύσεις για ένα αισιόδοξο ή διαφορετικό τέλος της ιστορίας. Όλο αυτό βέβαια χρειάζεται μια ουσιαστική επικοινωνία ανάμεσα στα παιδιά και στους εκπαιδευτικούς.

Με την βοήθεια του γυμναστή του σχολείου τα παιδιά μπαίνουν στην διαδικασία να σκεφτούν τρόπους χαλάρωσης του θυμού, ενώ διδάσκονται τρόπους χαλάρωσης μέσα από ομαδικά- συνεργατικά ή και ατομικά κινητικά παιχνίδια και με «διαφραγματική αναπνοή», ξαπλώνοντας δηλαδή ανάσκελα, αναπνέοντας από την κοιλιά και τοποθετώντας το χέρι τους επάνω ώστε να αισθάνονται την κίνησή της.

Σημαντική επίσης είναι η έκφραση των συναισθημάτων μέσα από τις τέχνες. Μπορούν οι μαθητές να ζωγραφίσουν ένα περιστατικό που τους προκάλεσε θυμό ή κάποιο άλλο αρνητικό συναίσθημα, ύστερα να το περιγράψουν στους συμμαθητές τους και τέλος να ακολουθήσει μια εποικοδομητική συζήτηση ώστε να δοθούν

λύσεις διαφορετικού και καλύτερου χειρισμού της κατάστασης. Η μουσική για παράδειγμα είναι ένας τρόπος ξεσπάσματος του θυμού.

### 3.2.5 Συνεργατική μάθηση

Η συνεργατική μάθηση είναι μια μέθοδος διδασκαλίας η οποία βοηθάει τους μαθητές που συμμετέχουν σε συνεργατικές ομάδες να αποδέχονται ο ένας τον άλλον, να είναι πιο θετικοί προς τον άλλον, να σέβονται ο ένας τον άλλον, να αλληλοβοηθούνται και να αλληλοϋποστηρίζονται. Συνεργάζομαι, σημαίνει εργάζομαι μαζί με κάποιον άλλο. Η συνεργατική μάθηση σημαίνει ότι τόσο οι εκπαιδευτικοί όσο και οι μαθητές είναι ενεργοί συμμετοχοί στη μαθησιακή διαδικασία .

Η γνώση μέσα από αυτή τη διαδικασία δεν είναι κάτι που παραδίδεται στους μαθητές, παρά κάτι που προκύπτει από τον ενεργό διάλογο μεταξύ αυτών που προσπαθούν να κατανοήσουν και να χρησιμοποιήσουν έννοιες και τεχνικές. Η εκπαίδευση, όπως μας είπαν οι εκπαιδευτικοί που συμμετείχαν στην συνέντευξη, δεν περιλαμβάνει απλά το ξεχείλισμα του μαθητή με γνώσεις από τον εκπαιδευτικό. *«Η απόκτηση γνώσης είναι μια διαδραστική διαδικασία και όχι απλώς η συσσώρευση απαντήσεων σε απορίες. Έχουμε μάλιστα παρατηρήσει από την εμπειρία μας ότι τα παιδιά που συμμετέχουν σε ομαδικές εργασίες αναπτύσσουν λιγότερες προκαταλήψεις προς αλλοεθνείς μαθητές της τάξης»* υποστήριξαν οι εκπαιδευτικοί.

Στην συνεργατική μάθηση οι μαθητές εργάζονται ανά μικρές ομάδες, ενώ το μέγεθος κάθε ομάδας μπορεί να κυμαίνεται από δύο έως έξι μαθητές ανάλογα με τον βαθμό δυσκολίας και το είδος της εργασίας. Τα μέλη της ομάδας κάθονται κυκλικά ώστε να έχουν καλή οπτική επαφή ο ένας με τον άλλον και να μπορούν να μιλούν μεταξύ τους χωρίς να ενοχλούν τις υπόλοιπες ομάδες. *«Αυτό που τονίζουμε στα παιδιά εξ' αρχής είναι ότι δεν μας ενδιαφέρει να αξιολογήσουμε την απόδοση του κάθε ατόμου ξεχωριστά, αλλά μας ενδιαφέρει να αξιολογήσουμε την απόδοση του συνόλου, της ομάδας. Επίσης, είναι σημαντικό να αναφέρουμε στους μαθητές ότι το κάθε μέλος της ομάδας εκτός του ότι πρέπει να είναι υπεύθυνο για την*

*μάθηση των υπόλοιπων μελών της ομάδας στην συγκεκριμένη εργασία, θα πρέπει να είναι σε θέση να παρουσιάσει τα αποτελέσματα της εργασίας ή την λύση του προβλήματος».*

Το χαρακτηριστικό της μεθόδου που συμβάλλει σημαντικά στην πρόληψη των προβλημάτων εκφοβισμού είναι ότι ο εκπαιδευτικός σχεδιάζει με τέτοιο τρόπο την εργασία ώστε να δημιουργείται μεταξύ των μελών της ομάδας αμοιβαία θετική εξάρτηση. Με άλλα λόγια, στο πλαίσιο της ομάδας τα μέλη της εργάζονται με κοινό στόχο και συμφωνημένους ρόλους, κάτι που συμβάλλει στην ανάπτυξη του αισθήματος κοινής ευθύνης, αλληλοϋποστήριξης και καλλιέργειας ενός φιλικού κλίματος που ενθαρρύνει τη μάθηση. Ένα τέτοιο πλαίσιο ευνοεί την κοινωνικοποίηση των ατόμων και μπορεί να έχει ιδιαίτερα ευεργετικές επιδράσεις στα μέλη εκείνα που για διάφορους λόγους (π.χ. μειωμένη αυτοεκτίμηση) διστάζουν να εκφράσουν τις απόψεις τους. Η αμοιβαία θετική εξάρτηση μεταξύ των μελών επιτυγχάνεται με αρκετούς τρόπους όπως για παράδειγμα με το να ζητήσουμε από τα παιδιά να παρουσιάσουν μια κοινή γραπτή εργασία όπου κάθε μέλος θα πρέπει να είναι σε θέση να στηρίξει τις απόψεις, τις ιδέες και την απόφαση της ομάδας του και ταυτόχρονα να είναι σε θέση να την εξηγήσει. Τα παιδιά χωρισμένα σε μικρές ομάδες μπορούν να κάνουν ασκήσεις μαθηματικών, γλώσσας, διαθεματικές δραστηριότητες και να βαθμολογηθούν και να αξιολογηθούν ομαδικά. Φυσικά οι ομάδες οι οποίες φτάνουν στο επιθυμητό αποτέλεσμα ανταμοίβονται με διάφορους τρόπους όπως για παράδειγμα με την μορφή ελεύθερου χρόνου ή πρόσβαση σε ελκυστικές δραστηριότητες.

Για να αποφευχθούν οι συγκρούσεις και να εργάζονται οι μαθητές μέσα σε ένα ειρηνικό και ήρεμο κλίμα οι ομάδες είναι ανάμεικτες ως προς τις ικανότητες των μαθητών. *«Ως δάσκαλοι πρέπει να προνοήσουμε και να λάβουμε υπόψη τις κοινωνικές σχέσεις μεταξύ των μαθητών ώστε να μειώσουμε τις πιθανές τάσεις εκφοβιστικών συμπεριφορών».*

Αυτό που επιθυμούν οι εκπαιδευτικοί είναι η σύνθεση μιας ομάδας θετικών και φιλικών μαθητών . Δεν θα ήταν σωστό τουλάχιστον στην αρχή να βάλουν στην ίδια ομάδα με ένα επιθετικό παιδί ένα πιθανό θύμα. Προσέχουν και προσπαθούν να πλαισιώσουν το επιθετικό παιδί με μερικούς δυνατούς και σίγουρους για τον εαυτό τους μαθητές που δεν θα υποκύψουν στις εκφοβιστικές ενέργειες στις οποίες

ενδεχομένως να προβεί. Ωστόσο, ως εκπαιδευτικοί παρακολουθούν στενά τι συμβαίνει μέσα και έξω από την ομάδα και σε περίπτωση που καταλάβουν ότι υπάρχει πρόβλημα πιστεύουν ότι είναι έτοιμοι να το αντιμετωπίσουν.

Το μάθημα αυτής της μορφής αποβάλλει καταστάσεις αδιαφορίας και έλλειψης συμμετοχής. Οι μαθητές συμμετέχουν ενεργά στη μαθησιακή διαδικασία, χωρίς να χρειάζεται ενίσχυση με εξωγενή κίνητρα. Επιπλέον, μια τέτοια στρατηγική δημιουργεί θετικά συναισθήματα στους μαθητές, καθώς συμβάλλει στην ένταξη μαθητών μειονοτήτων, αλλόγλωσσων, μαθητών από διάφορα κοινωνικό-οικονομικά στρώματα και νεοεισερχόμενων παιδιών στο σχολείο. Επίσης, αυτός ο τρόπος εργασίας των μαθητών ενισχύει αξίες όπως η δέσμευση στην ομάδα, η ευθύνη για συνεισφορά στην εργασία των συνεργατών, ο σεβασμός στις προσπάθειες των άλλων, η ένταξη, και η αποδοχή της διαφορετικότητας.

Η συνεργατική μάθηση είναι αυτή η διαδικασία που συμβάλλει στο να μειώνονται οι συγκρούσεις μεταξύ των μαθητών μέσα στην τάξη και να αυξάνονται η συνοχή και η ικανοποίηση των μαθητών. Αποτελεί μια μέθοδος πρόληψης του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού, όμως σε καμία περίπτωση δεν αναιρεί την αξία των μέτρων τα οποία έχουμε αναλύσει παραπάνω.

### **3.3 Μέθοδοι αντιμετώπισης του σχολικού εκφοβισμού στο πλαίσιο της τάξης**

Οι μέθοδοι διαχείρισης περιστατικών του σχολικού εκφοβισμού που θα παρουσιαστούν σε επίπεδο ατομικό, περιλαμβάνουν συναντήσεις των εκπαιδευτικών με τους θύτες, τα θύματα, τους θεατές και τους γονείς θυτών και θυμάτων. Όλες οι παρακάτω μέθοδοι αποσκοπούν στο να σταματήσει ο σχολικός εκφοβισμός χωρίς την χρήση τιμωρητικής πολιτικής και χωρίς να απευθυνθούν κατηγορίες στους θύτες.

Μέσω των μεθόδων αυτών γίνεται προσπάθεια να αυξηθεί η ενσυναίσθηση των θυτών για τα θύματα και να εμπλακούν και άλλοι συμμετέχοντες όπως είναι οι απλοί παρατηρητές ή άλλοι ενδιαφερόμενοι όπως είναι οι γονείς, σε μια διαδικασία επίλυσης προβλημάτων μέσα σε ένα κλίμα αλληλοσεβασμού. Θα πρέπει σε αυτό το

σημείο να τονίσουμε ότι σε περιπτώσεις σχολικής βίας όπου η σύγκρουση μεταξύ μαθητών είναι έντονη και η αντιμαχόμενες πλευρές είναι ίσης δύναμης, προτείνεται η μέθοδος της διαχείρισης συγκρούσεων από τον εκπαιδευτικό- διαμεσολαβητή ή και από τους ίδιους τους μαθητές την οποία θα εξηγήσουμε παρακάτω. Ωστόσο, στις περιπτώσεις θυτών που δείχνουν να μην μπορούν να δείξουν καμία ενσυναίσθηση για την κατάσταση και τα συναισθήματα που βιώνει το θύμα, αλλά ούτε και αντιλαμβάνονται τη βλάβη που του προκαλούν, συνιστάται η παραπομπή σε υπηρεσίες υποστήριξης.

Συνεπώς, η σωστή διαπαιδαγώγηση για την αποφυγή των περιστατικών βίας και σχολικού εκφοβισμού ξεκινά από την καρδιά και συνεχίζεται με την ενασχόληση του εκπαιδευτικού με τα παιδιά όταν αυτά βιώνουν αρνητικά συναισθήματα όπως φόβο, λύπη, θυμό. Σωστή διαπαιδαγώγηση γίνεται όταν ο εκπαιδευτικός βρίσκεται δίπλα στο παιδί και η παρουσία του έχει πραγματική σημασία για αυτό.

### **3.3.1 Μέτρα αντιμετώπισης**

Όταν καλούνται οι εκπαιδευτικοί να αντιμετωπίσουν ένα περιστατικό σχολικού εκφοβισμού την στιγμή που συμβαίνει, προσπαθούν να δράσουν όσο το δυνατόν πιο προσεκτικά και αποτελεσματικά προκειμένου να αποφύγουν λάθη που ενδεχομένως να έχουν σημαντικό αντίκτυπο στην ψυχολογία και των δύο εμπλεκόμενων μερών. Ως εκπαιδευτικοί αν δουν ότι κάτι δεν πάει καλά με την σχολική ζωή κάποιου παιδιού άμεσα επιδιώκουν να κερδίσουν την εμπιστοσύνη του ώστε να τους μιλήσει για το πρόβλημα που αντιμετωπίζει. *«Δεν είναι λύση το να πάρουμε το ένα παιδί που ασκεί εκφοβισμό να το απομονώσουμε και να το τιμωρήσουμε προκειμένου να σταματήσει. Γνωρίζουμε ότι οι πράξεις στις οποίες προβαίνει κάθε παιδί και ο τρόπος με τον οποίο προσπαθεί να επιλύσει τα προβλήματά του αντανakλούν την ψυχοσύνθεσή του»*. Άρα καταλαβαίνουμε πως το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού έχει πολύ βαθιές ρίζες οι οποίες σχετίζονται με τα βιώματα κάθε παιδιού και φανερώνει την εικόνα που έχει το ίδιο το παιδί για

τον εαυτό του. «Συνεπώς όταν έχω να αντιμετωπίσω την δυσάρεστη συναισθηματικά κατάσταση στην οποία βρίσκεται το παιδί που ασκεί εκφοβισμό και το παιδί που δέχεται τον εκφοβισμό, προσπαθώ να προβώ σε μια ενέργεια περισσότερο διευκολυντική, παρά σε μια ενέργεια κατασταλτική».

«Όσον αφορά τον θύτη για παράδειγμα, έχει που έχει το θυμό του, με το να του θυμώσω και να τον τιμωρήσω είναι πολύ πιθανό να τον κάνω ακόμα πιο θυμωμένο». Εξάλλου, είναι γεγονός ότι όταν ένα παιδί αντιμετωπίζεται με εχθρότητα μαθαίνει να επιτίθεται ή όταν αντιμετωπιστεί με επικρίσεις και επίρριψη ευθυνών μαθαίνει να καταδικάζει. «Επιπλέον, αντιμετωπίζοντας το παιδί που ασκεί εκφοβισμό ως εκφοβιστή τον στιγματίζω αυτόματα κι όσο χαρακτηρίζεται και παίρνει την ταμπέλα του εκφοβιστή, τόσο πιο εύκολα τον ωθούμε στο να προβεί πάλι στην ίδια εκφοβιστική συμπεριφορά». «Από την άλλη πλευρά, χρειάζεται να προσέχουμε το πώς αντιδράμε απέναντι στο θύμα. Φυσικά και δεν αγνοούμε την ψυχολογική κατάσταση του θύματος, αλλά προσέχουμε κυρίως το λεξιλόγιο που χρησιμοποιούμε για να του συμπαρασταθούμε και να τον βοηθήσουμε». Οι εύκολες λύσεις του τύπου «αγνόησέ τους» όχι μόνο δεν λύνουν το πρόβλημα αλλά και οδηγούν το παιδί που ήδη νιώθει άσχημα σε πλήρη αποξένωση και απόγνωση. «Από την άλλη πλευρά, δεν τον υποστηρίζουμε ως αδύναμο. Δεν μπορούμε να πούμε «κακόμοιρο εσύ έπεσες θύμα, έλα εδώ να σε φροντίσω». Εκεί είναι σαν να δαιωνίζω την ήδη υπάρχουσα κατάσταση θύτη και θύματος. Είναι σαν να πιστεύω και εγώ ότι ο δυνατός είναι ο θύτης και ο κακός της υπόθεσης, ενώ το θύμα είναι ανήμπορο και αδύναμο σε σχέση με το θύτη. Δεν θέλω εκείνη την στιγμή να επιβεβαιώσω την αρνητική σχέση που έχει αναπτυχθεί μεταξύ θύτη και θύματος». Ο ρόλος του δασκάλου είναι βοηθητικός προκειμένου να βρεθεί λύση στο πρόβλημα. Το πρόβλημα φυσικά θέλει αρκετό χρόνο για να επιλυθεί, πολύ συζήτηση με επιμονή και υπομονή. Ωστόσο, πολλές φορές η συζήτηση έχει την παγίδα να μιλάω μόνο και να μην ακούω. Το να μην ακούω δεν βοηθά. Έχουμε λοιπόν στο μυαλό μας πάντα ως εκπαιδευτικοί ότι η αλήθεια των πραγμάτων έχει πολλές όψεις και για αυτό θα πρέπει να αντιμετωπίζουμε τα πράγματα από διαφορετικές θέσεις, χωρίς διάθεση ποδηγέτησης και καταναγκασμού. Προσπαθούμε λοιπόν να είμαστε καλοί ακροατές, να έχουμε υπομονή αλλά και ενδιαφέρον να ακούσουμε τις απόψεις και των δύο εμπλεκόμενων μερών στο

φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού, ώστε να μπορούμε να γνωρίσουμε την οπτική γωνία των πραγμάτων από άλλη σκοπιά.

Ο θύτης και το θύμα είναι ανάγκη και πρέπει να αντιμετωπίζονται με σεβασμό και αντικειμενικότητα. « Υπάρχει η τεχνική της σχολικής διαμεσολάβησης την οποία ακολουθούμε. Μέσω της τεχνικής αυτής στοχεύουμε στην ειρηνική επίλυση των συγκρούσεων που προκύπτουν μεταξύ μαθητών με την βοήθεια εκπαιδευτικών ή ακόμα και με τη βοήθεια μαθητών-μεσολαβητών που συμβάλλουν ώστε οι εμπλεκόμενοι να συζητήσουν, να ακούσουν με προσοχή ο ένας τον άλλον και να δείξουν αλληλοκατανόηση». Με άλλα λόγια, η διαμεσολάβηση αποτελεί μία μορφή ειρηνικής επίλυσης επιθετικών συμπεριφορών, η οποία οργανώνεται και εφαρμόζεται εντός του σχολικού πλαισίου, μεταξύ των μαθητριών, μαθητών, ως εναλλακτική πρακτική που αντικαθιστά το πειθαρχικό σύστημα τιμωρίας. Η διαμεσολάβηση γίνεται σε συγκεκριμένη αίθουσα στο χώρο του σχολείου. Συνήθως επιλέγεται κάποιο χρονικό διάστημα από την τελευταία ώρα ή κάποια διαλείμματα. Ολοκληρώνεται με την επανεξέταση της κατάστασης μετά από δύο εβδομάδες περίπου.

Κατά τη διαδικασία επίλυσης των συγκρούσεων, προσπαθεί να διαπιστώσει ο διαμεσολαβητής τις ανάγκες των συγκρουομένων, προκειμένου να μπορεί, στη συνέχεια, να βρει και να προτείνει λύσεις που να ικανοποιούν τα συμφέροντα όλων. Η επίλυση των συγκρούσεων συνδυάζεται με την επανορθωτική προσέγγιση, με στόχο την αποκατάσταση των σχέσεων που έχουν ζημιωθεί μέσω του εκφοβισμού. Ειδικότερα, μέσω της επανορθωτικής προσέγγισης, ο εκπαιδευτικός ή ο μαθητής διαμεσολαβητής επιδιώκει να επιφέρει μια αίσθηση τύψεων στο μαθητή που εκφοβίζει, και στη συνέχεια, την θέληση επανόρθωσης εκ μέρους του, ώστε να τον συγχωρέσει ο μαθητής που έπεσε θύμα του εκφοβισμού.

Ως διαμεσολαβητές όπως ήδη αναφέραμε λειτουργούν και οι ίδιοι οι μαθητές. Υπάρχει πολύς κόσμος τελικά που εμπλέκεται σε ένα φαινόμενο σχολικού εκφοβισμού. Ενδεικτικά ας αναφέρουμε τον θερμό υποστηρικτή του θύτη, αυτόν δηλαδή που διασκεδάζει με ό, τι συμβαίνει και επιδοκιμάζει την κατάσταση, τον παρατηρητή, αυτόν δηλαδή που αδιαφορεί πλήρως, τον ενεργό υποστηρικτή του θύματος, αυτόν δηλαδή που αποδοκιμάζει τη βία. Όλοι αυτοί μπορούν να

αναπτύξουν δεξιότητες και να διδαχτούν τεχνικές τις οποίες αν τις αξιοποιήσουν κατάλληλα είναι δυνατόν να αντιμετωπιστεί το πρόβλημα.

Η σχολική διαμεσολάβηση έχει θεαματικά αποτελέσματα ως προς την μείωση της ενδοσχολικής βίας, την ένταση, τη συχνότητα και τη διάρκειά της, επειδή παρέχει χώρο και χρόνο στα παιδιά να μιλήσουν και κυρίως να ακουστούν. Τα περιστατικά για διαμεσολάβηση έχουν τη δυνατότητα να τα καταγράφουν τα ίδια τα παιδιά και να τα ρίχνουν επώνυμα ή ανώνυμα στο Κουτί της Σχολικής Διαμεσολάβησης που υπάρχει κοντά στο γραφείο των δασκάλων, τα αναφέρουν προφορικά σε εκπαιδευτικούς, ενώ τις περισσότερες φορές τα αντιλαμβάνονται οι ίδιοι οι εκπαιδευτικοί. Η ψυχολόγος του σχολείου εκπαιδεύει μαθητές με πολύωρα σεμινάρια για να γίνονται διαμεσολαβητές. Περιλαμβάνει την εκπαίδευση συνολικά του μαθητικού πληθυσμού και δίνει τη δυνατότητα σε όλους τους μαθητές να λειτουργήσουν ως διαμεσολαβητές. Η εκπαίδευση στην υποστήριξη συνομηλίκων γενικά εμπεριέχει την ενεργό ακρόαση και την ικανότητα να αντιδράς γνήσια και αυθεντικά στις ανάγκες και στα συναισθήματα αυτών που ζητάνε βοήθεια. Αλλά οι συνομήλικοι υποστηρικτές πρέπει να πάνε πέρα από την ενσυναίσθηση και να προσανατολιστούν σε μία λογική επίλυσης προβλήματος έτσι ώστε οι εμπλεκόμενοι να προχωρήσουν σε μία μορφή επίλυσης ή αποκατάστασης. Για το λόγο αυτό οι συνομήλικοι υποστηρικτές καλλιεργούν πάντα τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες.

Ως πιο βασικές ικανότητες που οφείλει να έχει ένας διαμεσολαβητής είναι η ενεργητική ακρόαση, η ενσυναίσθηση, η θετική αναγνώριση, η ουδετερότητα, η συνεργασία. Στη σχολική διαμεσολάβηση εκπαιδεύονται ανήλικοι μαθητές διαφόρων ηλικιών. Επομένως, πέρα από τις θεωρητικές γνώσεις οι μαθητές προσεγγίζουν τη διαδικασία βιωματικά μέσα από αντίστοιχες ασκήσεις, παιχνίδια ρόλων, ομαδικά παιχνίδια, δραστηριότητες που καλλιεργούν τον αυτοσεβασμό, την ενσυναίσθηση, την υπομονή και την αμεροληψία. Παράλληλα, μέσα στην εκπαιδευτική διαδικασία εντάσσονται και συζητήσεις με εκπαιδευτικούς. Στο δημοτικό η εκπαίδευση διαρκεί 12 ώρες, στο γυμνάσιο 12-16 ώρες και στο λύκειο 15-18 ώρες. Ο διαμεσολαβητής χρειάζεται να διαθέτει ικανότητες ενεργητικής ακρόασης, να μπορεί δηλαδή να καθήσει απέναντι από τον θύτη και το θύμα και όχι απειλητικά, όχι με τη βία να τους μιλήσει σε προσωπικό επίπεδο στο χώρο που είναι δυνατόν και μπορεί να αξιοποιηθεί για αυτό τον σκοπό. Το πρόσωπο που



λειτουργεί ως διαμεσολαβητής εξηγεί αρχικά ότι δεν παρουσιάζεται με σκοπό να κρίνει κάποιον από τους δύο, ότι δεν βρίσκεται εκεί ηθικοπλαστικά για να κάνει κήρυγμα ή να καταδικάσει. Εξηγεί ότι θέλει να βοηθήσει στο να βρεθεί μια λύση στο πρόβλημα που τους απασχολεί. Γίνονται έτσι τακτικές συνεδρίες μεταξύ του θύτη με τον μαθητή που λειτουργεί ως διαμεσολαβητής και μεταξύ θύματος και διαμεσολαβητή και ακολουθεί μια συνάντηση στην οποία συμμετέχουν όλοι.

Στόχος της συνάντησης είναι να καταλάβει ο καθένας την δική του κυρίως πλευρά και έπειτα να συναισθανθεί τον συμμαθητή του. Είναι μια διαδικασία κατά την οποία γίνονται προσπάθειες να ενδυναμώσουμε την αυτοεκτίμηση του καθενός και να παρακινήσουμε τα εμπλεκόμενα μέρη να εκφράσουν τα συναισθήματά τους προκειμένου να δοθεί λύση στο πρόβλημα. Οι τέσσερις βασικές ερωτήσεις που καλούνται να διερευνηθούν από το διαμεσολαβητή κατά τη διάρκεια της συζήτησης με τον θύτη και το θύμα είναι: τι συνέβη, πως νιώθεις για αυτό, τι θα ήθελες να γίνει και τι πιστεύεις ότι πραγματικά μπορεί να γίνει; *«Κάνουμε ερωτήσεις ανοιχτού τύπου που η απάντηση δεν είναι με ένα ναι ή όχι αλλά αναλυτική».*

*« Όταν ο μαθητής, που ήρθε στη διαμεσολάβηση, ολοκληρώσει όσα έχει να πει, επαναλαμβάνουμε με δικά μας λόγια, σε μία περίληψη όλα όσα μας είπε. Δείχνουμε τι καταλάβαμε, επεξηγούμε και καθρεφτίζουμε ό, τι μας είπε. Λέμε με δικά μας λόγια αυτά που μας είπε για να σιγουρευτούμε ότι δεν έχουμε παρερμηνεύσει τα λεγόμενά του» . Στο τέλος, προσφέρουν οι μεσολαβητές βοήθεια, ρωτώντας για παράδειγμα: «εσύ πως θα ήθελες να σε βοηθήσουμε, τι θα ήθελες να γίνει και τι πιστεύεις ότι πραγματικά μπορεί να γίνει;» Έπειτα βρίσκουν μία κοινή λύση και από τις δύο πλευρές και συνυπογράφουν ένα συμβόλαιο μη επανάληψης του περιστατικού.*

## **Συμπεράσματα**

Οι συνέπειες της σχολικής βίας και του εκφοβισμού είναι δυνατόν να καθορίσουν τη μελλοντική πορεία ενός μαθητή και να οδηγήσουν στη δημιουργία αρνητικών συναισθημάτων και κατά συνέπεια ψυχολογικών προβλημάτων που

μπορεί να συνοδεύουν το θύμα σε όλη του τη ζωή. Ο σχολικός εκφοβισμός είναι ένα επικίνδυνο φαινόμενο της σύγχρονης εποχής που διαμορφώνει μια στρεβλή αντίληψη περί ανθρωπίνων σχέσεων τόσο από μέρους των θυμάτων όσο και από μέρους των θυτών. Η ισχύς γίνεται κριτήριο κοινωνικής επιβίωσης και συνύπαρξης. Οδηγεί στην αδυναμία της σωστής κοινωνικοποίησης και των θυμάτων και των θυτών, αλλά και όλων των μαθητών που διάγουν τη μαθητική τους ζωή σε ένα πλαίσιο βίας.

Η έξαρση του φαινομένου στις μέρες μας και η επικινδυνότητα των συνεπειών θέτουν την ανάγκη οργάνωσης και λειτουργίας των κατάλληλων προγραμμάτων από μέρους των εκπαιδευτικών, του διευθυντή των σχολικών μονάδων και ειδικευμένων προσώπων όπως είναι οι ψυχολόγοι και οι σχολικοί σύμβουλοι στο πλαίσιο του σχολείου και της τάξης.

Στο ιδιωτικό σχολείο όπου πραγματοποιήσαμε την έρευνα εφαρμόζεται το πρόγραμμα *olews* με κάποιες παραλλαγές. Το πρόγραμμα παρέμβασης που έχει αναπτυχθεί στο συγκεκριμένο σχολείο είναι σχεδιασμένο με τέτοιο τρόπο ώστε να εξουδετερώνει τα ήδη υπάρχοντα προβλήματα εκφοβισμού και θυματοποίησης αλλά και να προλαμβάνει την ανάπτυξη νέων προβλημάτων στο πλαίσιο πρόληψης και αντιμετώπισης των αντικοινωνικών συμπεριφορών.

Ο σχεδιασμός του συγκεκριμένου προγράμματος ξεκίνησε με την καταγραφή της έκτασης των προβλημάτων θυματοποίησης που υπάρχουν στο συγκεκριμένο σχολείο. Εξάλλου, η έγκαιρη ανίχνευση προβλημάτων και η έγκαιρη παρέμβαση αποτελούν ασπίδες προστασίας για τη μετέπειτα ανάπτυξη αντικοινωνικών συμπεριφορών. Το σχολείο αφού πραγματοποίησε έρευνα με ερωτηματολόγια και απέκτησε πλήρη εικόνα της κατάστασης και της έκτασης έχει του προβλήματος, αποφάσισε να λάβει συστηματικά μέτρα αρχικά σε επίπεδο πρόληψης. Οργάνωσε λοιπόν μια ημερίδα όπου συμμετείχαν όλα τα μέλη της σχολικής κοινότητας για να ενημερωθούν και να συμφωνήσουν για το μακροπρόθεσμο πρόγραμμα δράσης που επρόκειτο να εφαρμοστεί. Ορισμένα από τα μέτρα του προτεινόμενου προγράμματος, όπως αποφασίστηκε, τροποποιήθηκαν ή προσαρμόστηκαν ανάλογα με τις συνθήκες που επικρατούν στο συγκεκριμένο σχολείο έπειτα από ομόφωνη απόφαση.

Το πρόγραμμα OIweus που έχει τεθεί σε εφαρμογή στηρίζεται στην ολιστική προσέγγιση του σχολείου σε συνδυασμό με την προσέγγιση της επανορθωτικής δικαιοσύνης . Αυτό σημαίνει πως όλα ανεξαιρέτως τα μέλη που συναπαρτίζουν την σχολική κοινότητα συνεχώς αυξάνουν την επίγνωσή τους σχετικά με την σοβαρότητα και την έκταση του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού και ευαισθητοποιούνται και μεριμνούν για την εφαρμογή των σχετικών μέτρων πρόληψης.

Ο Διευθυντής της σχολικής μονάδας, ως γενικός συντονιστής της σχολικής κοινότητας, έχει απαλλαχτεί από την αντίληψη ότι καλή διοίκηση σημαίνει διεκπεραίωση της γραφειοκρατίας και έχει αναλάβει τον παιδαγωγικό του ρόλο μέσα από το συντονισμό δράσεων που αφορούν την πρόληψη και αντιμετώπιση αντικοινωνικών συμπεριφορών των μαθητών. Για να το καταφέρει αυτό, έχει αναπτύξει πρώτα από όλα, καλές σχέσεις με τα μέλη που συναποτελούν την σχολική κοινότητα ώστε να δημιουργήσει στο σχολείο ένα κλίμα σεβασμού και αμοιβαίας εμπιστοσύνης. Στο σχολείο, για να εξασφαλίσει την σωστή λειτουργία του προγράμματος κατά του σχολικού εκφοβισμού προσπαθεί να ενισχύει τη συνεργασία και την συναδελφικότητα μεταξύ των εκπαιδευτικών και των εκπαιδευτικών με τον διευθυντή τους. Με αυτόν τον τρόπο ισχυροποιούνται ηθικές αξίες όπως είναι ο σεβασμός προς τον άλλον, κάτι το οποίο λειτουργεί θετικά και στις σχέσεις μεταξύ των μαθητών.

Έχει συντάξει στη σχολική του μονάδα μια επιτροπή ενάντια στον εκφοβισμό και την ενδοσχολική βία η οποία έχει αναλάβει καθήκοντα επιτήρησης των μαθητών και καταγραφής των συμβάντων στους χώρους και στον χρόνο που γίνονται προκειμένου να τα αντιμετωπίσει σε συνεργασία με το υπόλοιπο προσωπικό του σχολείου και τους γονείς των παιδιών.

Παράλληλα, το πρόγραμμα αναγνωρίζει την αναγκαιότητα διαρκούς επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών σε ψυχοπαιδαγωγικά θέματα. Οι εκπαιδευτικοί όλων των βαθμίδων διδάσκονται και συμβουλευούνται από την ψυχολόγο, την σχολική επιτροπή και την σχολική σύμβουλο σύγχρονες μεθοδολογικές προσεγγίσεις προκειμένου να βελτιώσουν το παιδαγωγικό τους έργο και να αυξήσουν τις ικανότητές τους για την στήριξη των μαθητών που έχουν πέσει

θύματα εκφοβισμού και την παροχή βοήθειας στους μαθητές που προβαίνουν σε εκφοβιστικές ενέργειες.

Ο διευθυντής καθώς και οι εκπαιδευτικοί έχουν θέσει ως προτεραιότητα τη συνεργασία με τους γονείς, προκειμένου να σταματήσει ο κύκλος αναπαραγωγής και ενθάρρυνσης της ενδοσχολικής βίας. Βασική γραμμή του σχολείου είναι η οργάνωση των τακτικών συναντήσεων γονέων-δασκάλων στις οποίες προσκαλούνται όλοι οι γονείς. Επιπλέον, λύσεις είναι οι ατομικές συναντήσεις μεταξύ γονέων-εκπαιδευτικού και η τηλεφωνική επικοινωνία που μπορεί να έχουν. Χρησιμοποιούμε αρκετές μορφές επικοινωνίας σε διαφορετικές περιόδους. Κάποιες φορές παρίστανται στις συνελεύσεις και οι μαθητές.

Η ψυχολόγος του σχολείου η οποία έχει κεντρικό ρόλο ως καθοδηγητής του προγράμματος έχει πολλές γνώσεις σχετικά με το πρόβλημα και κάνει μια γενική παρουσίαση στην αρχή της χρονιάς όπου αναφέρεται στην έκταση, τους μηχανισμούς και τα αίτια του εκφοβισμού. Ενημερώνει τους γονείς για το σχέδιο δράσης του σχολείου προκειμένου να εξαλείψει το φαινόμενο και τους ενθαρρύνει να επικοινωνούν με τους δασκάλους των παιδιών σε περίπτωση που υποψιάζονται ότι το παιδί τους έχει πέσει θύμα εκφοβισμού ή έχει αρχίσει να εκδηλώνει επιθετική συμπεριφορά προσπαθώντας να επιβληθεί στους άλλους.

Η ανάπτυξη προληπτικών παρεμβάσεων, στο χώρο του σχολείου ,αποτελεί προτεραιότητα σε μια ολοκληρωμένη πολιτική πρόληψης. Η ολοκληρωμένη πολιτική απαιτούσε ακόμα ένα ισχυρό μέτρο, την επίβλεψη του σχολικού χώρου, ενεργοποιώντας ουσιαστικά το θεσμό των εφημεριών, ώστε να υπάρχει σε κάθε στιγμή εποπτεία του χώρου, αλλά και η παρουσία εκπαιδευτικών στους χώρους του σχολείου να λειτουργεί αποτρεπτικά για την εκδήλωση βίαιων συμπεριφορών. Για την ασφάλεια των μαθητών και για την πρόληψη του φαινομένου οι εκπαιδευτικοί οι οποίοι επιτηρούν, ανταλλάσσουν πληροφορίες σχετικά με τα γεγονότα που συμβαίνουν στο διάλειμμα και σε διάφορους χώρους του σχολείου στους οποίους συναντώνται οι μαθητές στον ελεύθερο χρόνο τους. Αυτό γίνεται γιατί κάθε εκπαιδευτικός ο οποίος παρατηρεί ή υποπτεύεται ένα περιστατικό εκφοβισμού οφείλει και να παρέμβει εγκαίρως, αλλά και να αναφέρει το περιστατικό στην ψυχολόγο και στους υπεύθυνους της τάξης των εμπλεκόμενων μαθητών.

Οι εκπαιδευτικοί από την πλευρά τους στο πλαίσιο της τάξης , για να προλάβουν την εκδήλωση της σχολικής βίας, έχουν υιοθετήσει θετικά κίνητρα μάθησης για όλους τους μαθητές όπως είναι για παράδειγμα η επιβράβευση των θετικών και δημιουργικών συμπεριφορών, έτσι ώστε να ενθαρρύνουν τους μαθητές να αναπτύξουν τις ικανότητες και δυνατότητές τους στο μέγιστο δυνατό βαθμό και να μετατρέψουν με αυτό τον τρόπο τη διαδικασία της μάθησης σε μια ευχάριστη εμπειρία. Η τάξη δεν αποτελεί έναν απαγορευμένο χώρο, μέσα στον οποίο δε τίγεται όποιο θέμα δημιουργεί πρόβλημα στη σχολική κοινότητα. Αντίθετα, συζητώνται στην τάξη ο ορισμός και οι μορφές της ενδοσχολικής βίας και του εκφοβισμού, οι επιπτώσεις του εκφοβισμού, και γενικότερα ενημερώνονται όλοι οι μαθητές και οι γονείς σχετικά με το γιατί η ενδοσχολική βία και ο εκφοβισμός δεν είναι αποδεκτά από το σχολείο. Για το λόγο αυτό μάλιστα η συμπεριφορά των μαθητών οριοθετείται βάσει των κανόνων κατά του εκφοβισμού που έχουν συνδημιουργήσει οι μαθητές και ο εκπαιδευτικός σε κάθε σχολική τάξη. Όλοι οι μαθητές συζητούν τρόπους και μιλούν για τις προτάσεις τους σχετικά με την πρόληψη και αντιμετώπιση του φαινομένου.

Οι εκπαιδευτικοί προσπαθούν να μυούν τους μαθητές στην παροχή βοήθειας προς τους συμμαθητές τους, για την επίλυση των συγκρούσεων που θα μπορούσαν να οδηγήσουν σε εκφοβισμό. Η συνεργατική μάθηση είναι μια μέθοδος διδασκαλίας η οποία βοηθάει τους μαθητές που συμμετέχουν σε συνεργατικές ομάδες να αποδέχονται ο ένας τον άλλον, να είναι πιο θετικοί προς τον άλλον, να σέβονται ο ένας τον άλλον, να αλληλοβοηθούνται και να αλληλοϋποστηρίζονται. καθώς και στις σύγχρονες προσεγγίσεις της μάθησης για τη συνικοδόμηση της γνώσης μέσα από τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και μέσα από τις συνεργατικές δραστηριότητες. Μάλιστα μέσα από τα βιωματικά εργαστήρια που έχουν οργανώσει συμβάλλουν στην προαγωγή των συνεργατικών αλληλεπιδράσεων και στην παροχή ευκαιριών για θετική έκφραση της επιθετικότητας π.χ. μέσω των αθλημάτων, ή της ενασχόλησης με την τέχνη. Ζωγραφική, θέατρο, κ.ά. Στα βιωματικά εργαστήρια αναπτύσσονται επίσης κατάλληλες δραστηριότητες για την καλλιέργεια της ενσυναίσθησης και την διαχείριση του θυμού.

Οι διδάσκοντες εκτός από την αλληλεπίδραση και την συνεργασία σε καθημερινή βάση με τους μαθητές τους, προσεγγίζουν τους γονείς και καλλιεργούν

την απαραίτητη συνεργασία μαζί τους. Η όποια επαφή με τους γονείς, είτε σε επίπεδο συνάντησης με όλους τους γονείς μιας τάξης, είτε σε επίπεδο ατομικής συνεύρεσης με γονείς συγκεκριμένων μαθητών θεωρείται πολύ σημαντική. Η επικοινωνία με τους γονείς δεν είναι μια σύντομη συζήτηση και διαδικασία, δεν εξαντλείται μόνο σε έναν περιγραφικό και ενημερωτικό λόγο για τις ανάγκες του σχολείου, για την επίδοση των μαθητών και για την εν γένει συμπεριφορά τους, αλλά αναδεικνύει το σημαντικό ρόλο των γονέων στη συνολική παρουσία των μαθητών στο σχολείο και στην πρόληψη των φαινομένων της σχολικής βίας και του εκφοβισμού. Οι εκπαιδευτικοί ενημερώνουν, συζητούν αλλά και συμβουλεύουν τους γονείς με άξονα την αναγκαιότητα οριοθέτησης και την επεξεργασία των συναισθημάτων των παιδιών ως παράγοντα επίλυσης συγκρούσεων που ενέχει τη δυνατότητα ενδυνάμωσης του γονεϊκού ρόλου, ώστε να καταστούν και οι γονείς ενεργοί συμμετέχοντες της εκπαιδευτικής διαδικασίας.

Τέλος, ως αναφερθούμε στον τελικό άξονα της έρευνας που πραγματοποιήσαμε ο οποίος αφορά τα μέτρα αντιμετώπισης που έχουν λάβει οι εκπαιδευτικοί στο πλαίσιο της τάξης. Ως κατάλληλο τρόπο αντιμετώπισης περιστατικών βίας την στιγμή που συμβαίνουν οι εκπαιδευτικοί στο συγκεκριμένο σχολείο προωθούν τη διαμεσολάβηση μέσω του προγράμματος ως παιδαγωγική διαδικασία και εργαλείο για την αντιμετώπιση του εκφοβισμού. Η διαμεσολάβηση συνιστά το συντομότερο και αποτελεσματικότερο τρόπο επίλυσης διαφορών. Μυεί στη συμμετοχική αντιμετώπιση, εστιάζει στο πρόβλημα, όχι στα πρόσωπα και καλλιεργεί το διάλογο και την αλληλεγγύη. Στόχος της είναι να αναπτύσσει τις διαπραγματευτικές ικανότητες των εμπλεκόμενων μερών και την υπευθυνότητα.

Ο διαμεσολαβητής είναι πρόσωπο κοινής αποδοχής, ουδέτερος και ανεξάρτητος, αντικειμενικός, αμερόληπτος και εχέμυθος, και εμπνέει εμπιστοσύνη και ασφάλεια. Ο διαμεσολαβητής μπορεί να είναι ακόμα και ένας μαθητής και είναι το πρόσωπο που έχει συνειδητοποιήσει ότι δεν είναι δικαστής, ότι δε διατυπώνει αξιολογικές κρίσεις, αλλά οφείλει μόνο να διαθέτει ικανότητες ενεργητικής ακρόασης. Τα εμπλεκόμενα μέρη διευκρινίζουν το θέμα, αναγνωρίζουν το πρόβλημα, εστιάζονται στο πρόβλημα, όχι στον «αντίπαλο», λεκτικοποιούν τα συναισθήματά τους και προτείνουν τρόπους επίλυσης του προβλήματος (καταιγισμός ιδεών). Η διαδικασία τους βοηθά να συμφωνούν στην καλύτερη λύση

και να δεσμεύονται στην τήρηση της συμφωνίας. Έτσι, αναδεικνύονται τα κοινά συμφέροντα, οι ανάγκες και οι επιθυμίες και των δύο, τονίζονται οι ομοιότητες, και δεν λαμβάνονται υπόψη οι αντιθέσεις. Συνεπώς, καταπραΰνονται τα αρνητικά συναισθήματα και διενεργείται εποικοδομητικός διάλογος μεταξύ των μαθητών που καταλήγει στην εύρεση λύσης στο πρόβλημα.

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

Αρτινοπούλου(2010).*Η σχολική διαμεσολάβηση. Εκπαιδεύοντας τους μαθητές στη διαχείριση της βίας και του εκφοβισμού*, Αθήνα, Νομική Βιβλιοθήκη

Βασιλείου(2005). *Το σχολείο ως κοινωνικό πλαίσιο για την κατανόηση του φαινομένου του εκφοβισμού*, Αθήνα, Πάντειο Πανεπιστήμιο

Ασημακόπουλος, Χατζηπέμπος, Σουμάκη, Διαρεμέ, Γιαννακοπούλου, Τσιάντης(2000).*Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού στο δημοτικό σχολείο. Απόψεις μαθητών, απόψεις εκπαιδευτικών*, Αθήνα, Καστανιώτη

Gottman(2000).*Η συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών*, Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα

Γκότοβος(2002).*Παιδαγωγική Αλληλεπίδραση. Επικοινωνία και Κοινωνική Μάθηση στο Σχολείο*, Αθήνα, Gutenberg

Δενδάκη(2010).*Η ανθρωπιστική προσέγγιση στην συμπεριφορά στο σχολείο. Αντιμετωπίζουμε προβλήματα*, Αθήνα

Ε.Ψ.Υ.Π.Ε(2010).*Δραστηριότητες στην τάξη για την πρόληψη του εκφοβισμού και της βίας μεταξύ των μαθητών*, Εγχειρίδιο εκπαιδευτικών Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης

Ιωσηφίδης-Σπυριδάκης(2006).*Ποιοτική κοινωνική Έρευνα: Μεθοδολογικές Προσεγγίσεις και Ανάλυση Δεδομένων*, Αθήνα, Κριτική

Καραβόλτσου(2013).*Σχολικός Εκφοβισμός, Συνοπτικό εγχειρίδιο αντιμετώπισης του σχολικού εκφοβισμού εκπαιδευτικών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης*, Αθήνα

Κακαβούλη(1990).*Ψυχοπαιδαγωγική-Συναισθηματική Ανάπτυξη και Αγωγή*, Αθήνα, αυτοέκδοση

Ίδρυμα Θεμιστοκλή και Δημήτρη Τσάτσου- Κέντρο Ευρωπαϊκού Συνταγματικού Δικαίου(2015), *Οδηγός διαχείρισης περιστατικών σχολικής βίας και εκφοβισμού*, Αθήνα

Κουτή,Ποταμιάνου(2010).*Προβλήματα συμπεριφοράς στην προσχολική και πρωτοσχολική ηλικία, Τεχνικές και Στρατηγικές αντιμετώπισης. Από την θεωρία στην πράξη*, Αθήνα, Ελλήν

Μανιάτης(2008).*Σχολική βία και εκφοβισμός. Η Ευρωπαϊκή προσέγγιση του ζητήματος, οι διεθνείς οργανισμοί και παραδείγματα της Ελλάδας, Συγκριτική και Διεθνής Εκπαιδευτική Επιθεώρηση*

Μαυροσκούφης, Δ. (2008). *Στρατηγικές για τη διαχείριση συγκρουσιακών καταστάσεων και προβληματικών συμπεριφορών στη σχολική τάξη. Στο Β. Αρτινοπούλου, Κοινωνική Διαμεσολάβηση , Πάντειο Πανεπιστήμιο, 2007-2008.*

Μπογιατζόγλου,Βίλλη,Γαλάνη(χ.χ).*Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού και προγράμματα πρόληψής του*, e-Περιοδικό Επιστήμης και Τεχνολογίας

Ministry of Education and Culture(2014).Kiva International,University of Turku

Οίweis(2009).*Εκφοβισμός και βία στο σχολείο. Τί γνωρίζουμε και τι μπορούμε να κάνουμε*, Αθήνα, Ε.Ψ.Υ.Π.Ε

Τσικρικά(2009).*Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού*, Θεσσαλονίκη, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο



