

## ΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗ ΠΑΙΔΙΩΝ ΑΠΟ ΣΥΝΟΜΗΛΙΚΟΥΣ: «Ο σιωπηλός εφιάλτης»



**Ντολφές Πρωταγόρα-Λιανού**  
**Αναπληρώτρια Διευθύντρια**  
**«Α» Παιδιατρικού Τμήματος**  
**Νοσοκομείο Παιδών «Αγία Σοφία»**

### ΟΡΙΣΜΟΣ

Οι προστριβές μεταξύ παιδιών αποτελούν φυσιολογικό, αποδεκτό φαινόμενο στα πλαίσια ισορροπημένων, ισότιμων σχέσεων. Όμως όταν ένα άτομο εκτίθεται επανειλημμένα και για μακρό χρονικό διάστημα σε αρνητικές πρακτικές εκ μέρους ενός ή περισσότερων άλλων μιλάμε για εκφοβισμό, «bullying» κατά την αγγλική ορολογία. Σε αυτές τις περιπτώσεις:

- Δεν υπάρχει ισορροπία δυνάμεων. Εμπλέκεται κάποιο επιβλητικό, επιθετικό άτομο (ή άτομα) κι άλλο άτομο το οποίο αδυνατεί να αμυνθεί.
- Συνήθως δεν προκαλείται από το θύμα
- Η επίθεση είναι εσκεμμένη και έχει σκοπό να προκαλέσει οδύνη

### ΜΟΡΦΕΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ

Ο εκφοβισμός μπορεί να εκδηλωθεί με ποικίλους τρόπους.

- Η σωματική επίθεση είναι η πιο προφανής και επικίνδυνη μορφή. Η σοβαρότητα κυμαίνεται από ήπιες κακώσεις μέχρι βαρείς, ακόμη και θανατηφόρους τραυματισμούς.
- Με τη λεκτική επίθεση εκτοξεύονται προσβολές και απειλές. Τα τελευταία χρόνια, τα κινητά τηλέφωνα και το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο χρησιμοποιούνται συχνά για αυτό το σκοπό
- Με τον κοινωνικό αποκλεισμό οι συνομήλικοι δεν ξεχνούν απλώς να περιλάβουν το παιδί στις παρέες τους, αλλά το αποκλείουν σκόπιμα. Τα επιθετικά παιδιά συχνά κάνουν συστηματικές προσπάθειες να διασπάσουν τις φιλίες του θύματος.
- Υλικές ζημιές όπως η αφαίρεση ή φθορά προσωπικών αντικειμένων και εκβιασμός για χρήματα.

### ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΕΣ

Εάν υποψιάζεστε ότι το παιδί σας πέφτει θύμα εκφοβισμού από συνομήλικους, δεν είσαστε μόνοι. Σε έρευνα σε σχολεία της Αττικής, 37% των μαθητών του δημοτικού και 17% μαθητών του γυμνασίου/ λυκείου δήλωσε ότι υπήρξε θύμα σωματικής επίθεσης στο χώρο του σχολείου.

### ΠΑΙΔΙΑ ΨΗΛΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ

Οι ακόλουθες κατηγορίες παιδιών κινδυνεύουν περισσότερο να κακοποιηθούν από συνομήλικους:

- Παχύσαρκα παιδιά
- Παιδιά με κοντό ανάστημα
- Αγόρια με μικρή μυϊκή δύναμη
- Ομοφυλόφιλοι έφηβοι
- Κοινωνικές μειονότητες (εθνικές ή θρησκευτικές)
- Παιδιά με χρόνια προβλήματα υγείας (άσθμα, σακχαρώδης διαβήτης)
- Παιδιά με ειδικές ανάγκες

Επίσης, ο κίνδυνος για εκφοβισμό από συνομήλικους είναι αυξημένος σε παιδιά με τα ακόλουθα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας:

- Είναι ιδιαίτερα ανασφαλής σε καινούργια περιβάλλοντα.
- Φοβάται εύκολα.
- Υποτιμά τις δυνάμεις του, αφήνοντας ακόμη και μικρότερα παιδιά να το δέρνουν.
- Δυσκολεύεται να δημιουργήσει κοινωνικές επαφές και φιλίες, είναι απομονωμένο.
- Έχει δυσκολία στη διαχείριση συγκρούσεων: όταν δέχεται επιθέσεις αντιδρά παθητικά, κλαίει ή παραδίδει τα πράγματά του.

Οι γονείς παιδιών με τα παραπάνω χαρακτηριστικά είναι καλά να παρακολουθούν τις κοινωνικές σχέσεις του παιδιού τους με ιδιαίτερη προσοχή.

Φυσικά, κάποιες καταστάσεις όπως η παρουσία συμμοριών, μπορεί να υπερβούν τις δυνάμεις ακόμη και του πιο αθλητικού ή θαρραλέου παιδιού.

### ΠΩΣ ΝΑ ΑΝΤΙΛΗΦΘΕΙ ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ Ο ΓΟΝΙΟΣ;

Τα παιδιά συνήθως δεν αναφέρουν στους γονείς ή δασκάλους ότι κακοποιούνται από συνομήλικους. Οι λόγοι είναι πολλοί. Μπορεί να ντρέπονται, να μη θέλουν να στενοχωρήσουν τους γονείς τους, ή να φοβούνται μήπως χαρακτηριστούν ως «καρφιά» και υποστούν ακόμη χειρότερα λόγω αδιάκριτων παρεμβάσεων ενηλίκων. Υπάρχουν πολλά σημεία ενδεικτικά ότι το παιδί κακοποιείται από συμμαθητές, ειδικά όταν αρχίζουν να εκδηλώνονται σταδιακά κατά τη διάρκεια του σχολικού έτους:

- Τακτικά παρουσιάζει τραυματισμούς που δεν φαίνεται να είναι ατυχήματα
- Έρχεται σπίτι με σκισμένα ρούχα ή φθαρμένα προσωπικά αντικείμενα
- Δεν έχει στενές φιλίες
- Δεν το καλούν σε πάρτυ και άλλες κοινωνικές εκδηλώσεις
- Βρίσκει δικαιολογίες να μην πάει σχολείο, συχνά επικαλούμενο αδιαθεσία
- Συχνά δείχνει μελαγχολικό ή ανήσυχο και ευερέθιστο
- Έχει αϋπνία, εφιάλτες ή νυχτερινή ενούρηση
- Έχει συχνά πονοκέφαλους ή πόνους στην κοιλιά, χωρίς να βρίσκεται ιατρικό πρόβλημα
- Έχει χάσει το ενδιαφέρον για την σχολική εργασία, με επακόλουθη πτώση επιδόσεων.

Μπορεί να χρειαστεί να ρωτήσετε το παιδί ευθέως για τις σχέσεις του με τα άλλα παιδιά:

- Μήπως σε πειράζουν τα παιδιά στο σχολείο? Πως?

- Τι σου λένε? Σου έχουν δώσει κάποιο παρατσούκλι?
- Όταν σε πειράζουν, τι κάνεις?
- Το έχεις πει σε κάποιους μεγάλους? Τι έκαναν?
- Πειράζουν και άλλα παιδιά?
- Στα διαλείμματα παίζεις με φίλους ή είσαι μόνος/μόνη σου?

## **ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΕΑΝ ΔΙΑΠΙΣΤΩΣΕΤΕ ΟΤΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ ΚΑΚΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΣΥΝΟΜΗΛΙΚΟΥΣ**

### **1. Πάνω από όλα , επικεντρωθείτε στο παιδί.**

- Συλλέξτε στοιχεία για τα συγκεκριμένα συμβάντα: τι συνέβη, ποιοι εμπλέκονταν ως δράστες και μάρτυρες, πότε, σε ποιους χώρους.
- Ποτέ μην του λέτε να αγνοήσει τις επιθέσεις, αυτό συχνά οδηγεί σε κλιμάκωση.
- Μην ενοχοποιείτε το παιδί σας υποθέτοντας ότι το ίδιο προκαλεί το πρόβλημα.
- Εκφράστε τη συμπάρασταση σας. Εξηγήστε του ότι η κακομεταχείριση ενός ανθρώπου από άλλον είναι απαράδεκτη και ότι καλώς έκανε και βρήκε το θάρρος να σας το πει.
- Εάν διαφωνείτε με τον τρόπο που αντιμετώπισε την κατάσταση, μην το κριτικάρετε. Συζητήστε μαζί για πιθανούς εναλλακτικούς χειρισμούς
- Οπωσδήποτε η κατάσταση αυτή θα σας αναστατώσει συναισθηματικά αλλά προσπαθήστε να σκεφτείτε ψύχραιμα τι θα κάνετε.

### **2. Να έρθετε σε επαφή με το σχολείο.**

- Οι γονείς συχνά είναι απρόθυμοι να «ενοχλήσουν» τις σχολικές αρχές αλλά ενδέχεται να μην σταματήσει το πρόβλημα χωρίς την παρέμβαση τους.
- Ελέγξτε τα συναισθήματα σας. Δώστε συγκεκριμένα στοιχεία για τα συμβάντα.
- Τονίστε ότι θέλετε να συνεργαστείτε με το σχολείο για την καταπολέμηση του προβλήματος, για καλό του δικού σας παιδιού αλλά και των άλλων.
- Μην έρχεστε σε σύγκρουση με τα παιδιά που πειράζουν το παιδί σας ή τους γονείς τους. Είναι προτιμότερο να τους μιλήσουν οι σχολικές αρχές.
- Μάθετε εάν άλλα παιδιά αντιμετωπίζουν το ίδιο πρόβλημα και απαιτήστε από κοινού να ληφθούν μέτρα από το σχολείο.

### **3. Βοηθήστε το παιδί σας να γίνει πιο ανθεκτικό στον εκφοβισμό.**

- Βρείτε τρόπους να αναπτύξει τις ικανότητες του σε δραστηριότητες όπως η μουσική, οι καλές τέχνες και προπαντός ο αθλητισμός.. Τα επιτεύγματα του μπορεί να ενισχύσουν την αυτοπεποίθηση του γενικώς.
- Ενθαρρύνετε τις κοινωνικές επαφές με συμμαθητές, φιλοξενώντας τα στο σπίτι κλπ.
- Βοηθήστε το παιδί σας να αποκτήσει καινούργιες φίλιες έξω από το σχολείο, σε περιβάλλον που δεν έχει χαρακτηριστεί ως θύμα.
- Κάνετε μαζί στο σπίτι «προπόνηση» στην αντιμετώπιση υποθετικών σεναρίων.
- Συμβουλευέστε το σε ποιόν να απευθύνετε όταν απειλείται από επιθετικά παιδιά. Διαβεβαιώστε το ότι η αναφορά ενός πραγματικού γεγονότος δεν είναι «κάρφωμα».
- Αναρωτηθείτε εάν το παιδί σας είναι πολύ υπερκινητικό και παρορμητικό, προκαλώντας αρνητικές αντιδράσεις από άλλους. Αυτό δε δικαιολογεί τις επιθέσεις αλλά μπορεί εν μέρει να εξηγήσει γιατί συμβαίνουν. Σε αυτές τις περιπτώσεις μπορεί να επωφεληθεί από συμβουλές ψυχολόγου για να βελτιώσει τις κοινωνικές δεξιότητες του.
- Εάν βλέπετε ότι η ψυχική διάθεση του παιδιού έχει επηρεαστεί δυσμενώς, μπορεί να χρειαστεί συμβουλευτική από υπηρεσίες ψυχικής υγείας. Ο παιδίατρος είναι σε θέση να σας παραπέμψει στο πιο κατάλληλο άτομο ή κέντρο στην περιοχή σας..

## **ΕΙΝΑΙ ΖΗΤΗΜΑ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ**

Ο Νορβηγός καθηγητής ψυχολογίας Dan Olweus, πρωτοπόρος στην έρευνα του φαινομένου της κακοποίησης παιδιών από συνομήλικους, έχει δηλώσει το εξής: «Κάθε άτομο έχει το δημοκρατικό δικαίωμα να είναι ελεύθερο από εκφοβισμό και επανειλημμένη, εσκεμμένη ταπείνωση, τόσο στο σχολείο όσο και στην ευρύτερη κοινωνία. Κανένας μαθητής δεν πρέπει να φοβάται να πάει σχολείο λόγω απειλούμενης παρενόχλησης ή ταπείνωσης, και κανένας γονιός δεν πρέπει να έχει αγωνία ότι κάτι τέτοιο μπορεί να συμβεί στο παιδί του!»

Πηγή:Παιδων "Αγία Σοφία"