

# Χριστιανοί και bullying

/ [Πεμπτουσία](#)

Image not found or type unknown



Ο εκφοβισμός έχει ορισθεί ως μια επιθετική, σκόπιμη πράξη ή συμπεριφορά που εκδηλώνεται από ένα άτομο ή ομάδα ατόμων επαναλαμβανόμενα, έχει διάρκεια στο χρόνο και απευθύνεται σε ένα άτομο (θύμα) που δεν μπορεί να υπερασπιστεί εύκολα τον εαυτό του (Olweus, 1993). Ο ορισμός αυτός υπογραμμίζει τη σκοπιμότητα του εκφραστή της βίαιης συμπεριφοράς και την πρόκληση φυσικής ή ψυχολογικής βλάβης στα θύματα. Επιπλέον, η διαφορά του εκφοβισμού με τις συνηθισμένες διαμάχες μεταξύ των παιδιών είναι ότι αυτός εμφανίζει επαναληψιμότητα και ότι υπάρχει ανισορροπία ισχύος μεταξύ του θύτη και του θύματος, με την επιβεβαίωση της κυριαρχίας του θύτη πάνω στο θύμα (ως προς την ηλικία, τη φυσική δύναμη κ.λπ.) (Cullingford & Morrison, 1995).



## Διαφορετικές μορφές εκφοβισμού

Οι Sharp και Smith (1994), ανάλογα με τον τύπο και την ένταση της επιθετικής

συμπεριφοράς, επισημαίνουν τις ακόλουθες μορφές εκφοβισμού:

**Φυσικός εκφοβισμός** (χειρονομίες, σπρώξιμο, επίδειξη φυσικής δύναμης),

**Λεκτικός εκφοβισμός** (τραυματισμός, εκβιασμός, ταπείνωση, καταπίεση, προσβολή, βρίσιμο),

**Έμμεσος εκφοβισμός** (κοινωνική χειραγώγηση που αφορά στη χρησιμοποίηση των άλλων ως μέσα αντί για την άμεση επίθεση στο θύμα, για παράδειγμα, ενοχλητικά και επιθετικά σχόλια, συστηματική εξαίρεση ενός ατόμου από τις δραστηριότητες μιας ομάδας κ.λπ.).[1]

Επίσης μορφές bullying έχουμε στον εργασιακό χώρο, στο internet, στο σπίτι κ.α.

### **Τρόπος διαχείρισης**

Ο ανήλικος/η ή ενήλικας/η που δέχεται εκφοβισμό (το θύμα), οφείλει στον εαυτό του, να μη ντραπεί, αλλά να αποδεχτεί την αλήθεια της καταστάσεως στην οποία βρίσκεται και να **μιλήσει** σε κοντινά πρόσωπα που εμπιστεύεται. Με αυτή τη κίνηση το θύμα θα βρει, αλλά και θα νιώσει τη συμπαράσταση που χρειάζεται με σκοπό την ψυχολογική του ισορροπία και τους φυσιολογικούς τρόπους επίλυσης του προβλήματος. (Ο φόβος μήπως οι κοντινοί μας άνθρωποι (φίλοι, γονείς, σύντροφος) νευριάσουν ή απογοητευτούν από εμάς δε φέρνει την σωστή λύση, αλλά τη διαιώνιση του προβλήματος).

**ΟΛΑ ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΛΥΝΟΝΤΑΙ !!!**

**ΔΕΝ ΕΙΣΑΙ ΜΟΝΟΣ/Η**



**Χριστιανός vs bullying**

Ο χριστιανός συνήθως έχει πνευματικό πατέρα, όπου εξομολογείται και γενικά τον θεωρεί ως τον προπονητή του για την τέχνη της ζωής μαζί με τον Χριστό. Χρειάζεται λοιπόν, να μιλήσει στον πνευματικό του, ώστε να δουν το πρόβλημα και να αναζητήσουν την επίλυση του. Επίσης η ψυχολογία μιλά για την αναγκαιότητα ενός καλού φίλου στη ζωή μας, ώστε να μοιραζόμαστε τις χαρές και τους προβληματισμούς μας για την σωστή ωρίμανση μας και την έννοια της συνοδοιπορίας.

Ο/η χριστιανός/η γυρνά και το άλλο μάγουλο και σωπαίνει ή μιλά; Ο κάθε άνθρωπος είναι διαφορετικός και ανεπανάληπτος, έτσι και το πνευματικό επίπεδο στο οποίο βρίσκεται ο κάθε άνθρωπος διαφέρει. Μαζί με τον πνευματικό θα μετρήσουν τις αντοχές ώστε ο σκοπός του ταπεινού φρονήματος, να είναι εποικοδομητικός και όχι καταστροφικός για την ψυχική ισορροπία του θύματος.

Ο/η χριστιανός/η δε συμμετέχει εκφοβισμούς εναντίον συνανθρώπων του. Ο Απ. Πάυλος μας νουθετεί πως η ζωή εκείνων που οδηγούνται από το Άγιο Πνεύμα διακρίνεται για την αγαθότητα, τη δικαιοσύνη και την αλήθεια και μας συμβουλεύει να μη συμμετέχουμε στα σκοτεινά και ανώφελα έργα των άλλων, αλλά να τα ξεσκεπάζουμε[2].

Η σπουδαιότητα όμως στη ζωή του χριστιανού είναι η αγάπη για όλους που εμπνέεται από τον Σταυρό του Χριστού. Έτσι ο Κύριος μας Ιησούς Χριστός μας τονίζει να προσέξουμε ώστε να μη περιφρονήσουμε κανένα από αυτούς τους μικρούς (θύτες), γιατί ο Υιός του ανθρώπου ήρθε να σώσει τους πλανημένους[3]. Εδώ ο χριστιανός βλέπει τον εχθρό του, αυτόν που τον ταλαιπωρεί ως δημιουργήμα του Θεού, που έχει πλανηθεί μέσα από τις δικές του εμπειρίες της ζωής και πολλές φορές γίνεται καταστροφικός για εκείνον και τους άλλους. Αυτή είναι η λύτρωση της ψυχής. Η γαλήνη του νου.

Να μιλήσουμε για το κακό που συμβαίνει γύρο μας, αλλά να μη μισούμε του φταίχτες γιατί και αυτοί είναι θύματα. Αυτή είναι η αγάπη του Χριστού. Όταν βάλουμε στη προσευχή μας αυτόν που μας κάνει κακό, τότε και ο Θεός θα ενεργήσει και η ψυχή μας θα μαλακώσει για αυτό τον άνθρωπο γιατί θα αποκτήσουμε ένα πνευματικό δεσμό. Η Εκκλησία εύχεται πρώτα υπέρ των μισούντων και έπειτα υπέρ των αγαπόντων ημάς. Έτσι μέσα στην έδρα μας, στη ψυχή μας θα κυριαρχήσει η αγάπη και η γαλήνη, και συναισθήματα όπως ο φθόνος και το μίσος δε θα έχουν χώρο πια. Γιατί το bullying αυτό είναι, να κλονίζει την ηρεμία μας. Να μισήσουμε τους ανθρώπους και να πάψουμε να πιστεύουμε στις δικές μας δυνάμεις. Ο Θεός πάντοτε όμως μας ευλογεί και μας στηρίζει, ακόμα και στις πιο δύσκολες στιγμές. Με τον Χριστό, ο Σταυρός της ζωής (οι δυσκολίες

της) είναι ελαφρύτερος και αυτό γιατί μας λέει ο Κύριος μας: «Ελάτε σε μένα όλοι όσοι κοπιάζετε και είστε φορτωμένοι, και εγώ θα σας αναπαύσω. Σηκώστε επάνω σας τον ζυγό μου, και μάθετε από μένα· επειδή, είμαι πράος και ταπεινός στην καρδιά· και θα βρείτε ανάπαυση μέσα στις ψυχές σας. Επειδή, ο ζυγός μου είναι καλός, και το φορτίο μου ελαφρύ».[4]

Ο Χριστός ως Θεός δέχτηκε να φανερώσει αδυναμία ώστε να σηκώσει τον Σταυρό του μαζί με τον Σίμωνα τον Κυρηναίο, για να μας δείξει πως μας καταλαβαίνει, γιατί και Εκείνος πέρασε δύσκολες στιγμές και για αναζητήσουμε βοήθεια στους ανθρώπους και να μη κλειστούμε στον εαυτό μας. Ο Χριστός λοιπόν σηκώνει μαζί με εμάς τον Σταυρό μας. Είναι δίπλα μας. Χαρακτηριστικά παραδείγματα οι προτύψεις του Τίμιου Σταυρού για την ζωή μας στην Παλαιά Διαθήκη. α. Στο Ξύλο που, με υπόδειξη του Θεού, έβαλε ο Μωυσής μέσα στο νερό της πηγής Μερράς κι από πικρό που ήταν το μετέβαλε σε γλυκό . β. Στο περιστατικό με τον προφήτη Ελισσαίο, που είχε πάει μαζί με άλλους στο Ιορδάνη ποταμό να κόψουν ξύλα για να φτιάξουν καλύβες. Εκεί λοιπόν που κάποιος προφήτης έκοβε ξύλα, του' φυγε το στειλιάρι απ' την αξίνα και τούπεσε η αξίνα στο ποτάμι. Τότε ο προφήτης Ελισσαίος έριξε στο ποτάμι ένα ξύλο ελαφρύ που πήγε στον πάτο ,και η βαριά αξίνα ανέβηκε πάνω και την πιάσανε. Έτσι λοιπόν ο Σταυρός του Χριστού μας δυναμώνει, μας ελαφρύνει τα βάρη, μας γλυκαίνει τα προβλήματα και μας στηρίζει. Για αυτό και εμείς ευλογούμε το κάθε τι στη ζωή μας με το σημάδι του Σταυρού.

ΠΕΣ ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΣΟΥ

ΕΜΠΙΣΤΕΥΣΟΥ ΤΟΝ ΘΕΟ

ΚΑΙ ΛΥΣΕ ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΠΑΝΤΟΤΕ ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΕΝΑ

Σημειώσεις:

[1] Πηγή: [www.bullyingandcyber.net](http://www.bullyingandcyber.net)

[2] Προς Εφεσίους κεφάλαιο 5, στίχοι 8-19

[3] Κατά Ματθαίον Ευαγγέλιο, κεφάλαιο 18, στίχοι 10-20

[4] Κατά Ματθαίον Ευαγγέλιο, Κεφάλαιο 20, στίχοι 11-30

Πηγή: **I.N. Ευαγγελισμού της Θεοτόκου, Χαροκόπου Καλλιθέας**