

15 Ιουλίου 2017

## **Bullying (εκφοβισμός): Νέα έρευνα αλλάζει τα όσα πιστεύαμε - Ποια είναι τα σημάδια στο παιδί**

[/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Ο εκφοβισμός στο Διαδίκτυο είναι λιγότερο συνηθισμένος από τον «παραδοσιακό» κατ' ιδίαν εκφοβισμό, σύμφωνα με ακαδημαϊκή έρευνα που διεξήγαγε το Ινστιτούτο Διαδικτύου της Οξφόρδης στη Βρετανία σε αντιπροσωπευτικό δείγμα 120.000 παιδιών ηλικίας 15 ετών.

Από την έρευνα για το bullying στα παιδιά προκύπτει ότι ενώ το 30% των παιδιών δήλωσαν ότι έχουν υποστεί παρενόχληση κάποιας μορφής σε τακτική βάση, μόλις το 3% είπε ότι κάτι τέτοιο συμβαίνει και εκτός του Ίντερνετ. Επίσης, λιγότερο από το 1% δήλωσε ότι ο εκφοβισμός που δέχονται είναι αποκλειστικά μέσω Διαδικτύου.

Οι συγγραφείς της μελέτης, υποστηρίζουν ότι τα ευρήματά τους «έρχονται σε πλήρη αντίθεση με τις εκθέσεις των μέσων μαζικής ενημέρωσης και τις μοντέρνες αντιλήψεις ότι οι νέοι είναι πλέον πιο πιθανό να πέσουν θύματα ηλεκτρονικού εκφοβισμού παρά των παραδοσιακών μορφών αυτού».

Τα αποτελέσματα της έρευνας έχουν δημοσιευτεί στο ιατρικό περιοδικό The Lancet.

Η έρευνα σχεδιάστηκε ώστε να διαπιστωθεί εάν τα παιδιά ηλικίας 15 ετών έχουν πέσει θύματα κυβερνοεκφοβισμού μία με δύο φορές τους τελευταίους 2 μήνες ή συχνότερα. Όπως εξηγεί ο Άντριου Πρζιμπίλσκι, ένας από τους συγγραφείς της μελέτης, η έρευνα προτείνει ότι ο καλύτερος τρόπος για να αντιμετωπιστεί το πρόβλημα είναι οι γονείς και οι δάσκαλοι να κάνουν τα παιδιά να νιώθουν άνετα να μιλούν για τέτοιου είδους περιστατικά αντί να τα αποσιωπούν.

Ωστόσο, η βρετανική φιλανθρωπική οργάνωση για την προστασία των παιδιών, NSPCC, δήλωσε στο βρετανικό ειδησεογραφικό δίκτυο BBC ότι λαμβάνει όλο και περισσότερες κλήσεις σχετικά με περιστατικά κυβερνοεκφοβισμού και επιμένουν ότι η αύξηση του ηλεκτρονικού εκφοβισμού είναι ραγδαία.

«Έχουμε δει μια αύξηση της τάξης του 88% τα τελευταία 5 χρόνια στην παροχή συμβουλών σχετικά με θέματα που αφορούν τον ηλεκτρονικό εκφοβισμό», αναφέρει σε έκθεσή του το NSPCC.

«Γνωρίζουμε ότι ο κυβερνοεκφοβισμός μπορεί να είναι ιδιαίτερα επιζήμιος επειδή αυτός δεν σταματά στην πόρτα του σχολείου», δήλωσε η Κλερ Λίλι, επικεφαλής της γραμμής βοήθειας του NSPCC.

«Κάθε χρόνο λαμβάνουμε ολοένα και περισσότερες κλήσεις για τον εκφοβισμό στον κυβερνοχώρο. Είναι ζωτικής σημασίας τα παιδιά που δέχονται ηλεκτρονικό εκφοβισμό να μιλούν για το τι βιώνουν είτε σε κάποιον έμπιστο ενήλικα είτε σε μια γραμμή βοήθειας», πρόσθεσε η ίδια.

*Από το ΑΠΕ-ΜΠΕ*

**Σχολικός εκφοβισμός: Τα σημάδια του bullying στο παιδί - Τι να κάνετε**

Ο σχολικός εκφοβισμός, ή αλλιώς bullying είναι ένα συχνό φαινόμενο που προκαλεί μεγάλο άγχος τόσο στα ίδια τα παιδιά-θύματα όσο και στους γονείς, που αντιμετωπίζουν συχνά το φόβο και την άρνηση του παιδιού τους να πάει στο σχολείο. Ερευνητές εκτιμούν ότι το 20 με 30% των νεαρών έφηβων μαθητών έχουν εμπλακεί σε τέτοιες επιθετικές συμπεριφορές είτε ως θύτες είτε ως θύματα.

### **Πως ξεκινάει το bullying;**

Ο σχολικός εκφοβισμός είναι κυρίαρχο πλέον φαινόμενο σε όλο τον κόσμο και ξεπερνάει κοινωνικοοικονομικά, φυλετικά και πολιτιστικά όρια. Ερευνητές εκτιμούν ότι το 20 με 30% των νεαρών έφηβων μαθητών έχουν εμπλακεί σε τέτοιες καταστάσεις είτε ως θύτες είτε ως θύματα.

Το bullying μπορεί να ξεκινήσει από αρκετά νωρίς, όπως στη νηπιακή ηλικία και να ενταθεί κατά τα μεταβατικά στάδια της ζωής του παιδιού, όπως η έναρξη της μαθητικής του πλέον ζωής στο δημοτικό, γυμνάσιο και μετέπειτα αρκετά πιο έντονα στο λύκειο.

Τα θύματα του bullying είναι συνήθως ντροπαλοί νέοι που τείνουν να είναι σωματικά πιο αδύναμοι από τους ομότιμους τους. Επίσης έχουν συχνά χαμηλή αυτοεκτίμηση και ανεπαρκής κοινωνικές δεξιότητες πράγμα που καθιστά δύσκολη την υπεράσπιση των εαυτών τους από τους θύτες. Οι τελευταίοι θεωρούν αυτά τα παιδιά ασφαλή στόχους επειδή συνήθως δεν αντεπιτίθενται.

### **Συνέπειες του bullying**

Αν το παιδί σας είναι θύμα bullying υποφέρει σωματικά και συναισθηματικά και η απόδοσή του στο σχολείο σίγουρα θα το δείξει. Οι βαθμοί σταδιακά πέφτουν καθώς αντί να είναι συγκεντρωμένο σε αυτά που ο δάσκαλος ή καθηγητής του λέει το ίδιο αναρωτιέται τι πήγε στραβά και αν κάποιος συμμαθητής τους θελήσει να συνεχίσει να το συναναστρέφεται.

Αν το bullying επιμείνει τότε μπορεί ακόμα και να φοβάται να πάει στο σχολείο.

Οι θύτες επηρεάζονται εξίσου στην προσωπική τους ζωή υιοθετώντας τέτοιες συμπεριφορές. Συναντούν δυσκολίες στο να δημιουργήσουν θετικές και ήρεμες διαπροσωπικές σχέσεις σε κάθε επίπεδο και είναι πιο επιρρεπής στο κάπνισμα και το αλκοόλ.

Επίσης έχουν συχνά προσβλητική συμπεριφορά απέναντι σε κόσμο. Κάποιες μελέτες έδειξαν επίσης και συσχέτιση με μετέπειτα εγκληματικές ενέργειες.

## Προειδοποιητικά σημάδια

Αν ανησυχείτε ότι το παιδί σας έχει πέσει θύμα bullying τότε παρατηρήστε για τις εξής ενδείξεις:

Αυξημένη παθητικότητα και απόσυρση

Συχνά ξεσπάσματα σε κλάματα

Επαναλαμβανόμενα παράπονα ή σωματικά συμπτώματα όπως στομαχόπονοι ή συχνοί πονοκέφαλοι χωρίς εμφανές αίτιο

Ανεξήγητες μελανιές

Ξαφνική πτώση στους βαθμούς του παιδιού ή άλλα μαθησιακά προβλήματα

Άρνηση να πάει στο σχολείο

Σημαντικές αλλαγές στην κοινωνική ζωή

Ξαφνικές αλλαγές στο πως το παιδί μιλάει - υποτιμάει τον εαυτό του

Πώς να βοηθήσετε

Πρώτα απ' όλα δώστε στο παιδί χώρο να εκφραστεί. Αν σας διηγηθεί περιστατικά εκφοβισμού προσπαθήστε να είστε όσο το δυνατόν πιο συμπνετικοί και με κατανόηση. Αν έχει πρόβλημα να εκφράσει με λόγια τα συναισθήματά του διαβάστε του μια ιστορία με αντίστοιχο περιεχόμενο. Μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε πλαστικές κούκλες ώστε το παιδί να μπει στη διαδικασία μέσα από την αναπαράσταση να εκφραστεί.

Μιας και ανοίξατε το θέμα βοηθήστε στην επίλυσή του. Διδάξτε το πώς να απαντάει σε αντίστοιχες προκλήσεις. Μπορεί να χρειαστεί επίσης να το ενθαρρύνετε να προσπαθήσει να επικοινωνήσει και να κάνει νέους φίλους. Σε αυτό θα βοηθούσε να ξεκινήσει κάποιο άθλημα ώστε να διευρύνει τον κύκλο του.

Αν αποφασίσετε σαν γονιός να μιλήσετε απευθείας στο γονιό του θύτη κάντε το κατ'ιδίαν και όχι μέσω τηλεφώνου. Μην κάνετε αντιπαράθεση και μία εξιστόρηση των όσων συνέβησαν με θυμό αλλά βάλτε τις βάσεις για ένα συνεργατικό και ήρεμο κλίμα.

Ψάξτε βοήθεια σε ειδικά κέντρα ή σε επαγγελματίες ψυχολόγους και κοινωνικούς λειτουργούς ακόμα και μέσα από το ίδιο το σχολείο ώστε να πάρετε μία πιο εμπειριστατωμένη άποψη σχετικά με την κατάσταση και αν το παιδί σας χρειάζεται κάποια παραπάνω βοήθεια απευθυνθείτε σε αυτούς.

Όλοι οι γονείς ανησυχούν για τα παιδιά τους.

## **Ακολουθήστε τις εξής οδηγίες:**

Μοιραστείτε με το δάσκαλο του τι σας είπε το παιδί σας. Περιγράψτε κάθε τι που μάθατε.

Ρωτήστε τους καθηγητές του αν οι ίδιοι ήταν μάρτυρες αντίστοιχων περιστατικών και στρατολογήστε τους στο να σας βοηθήσουν με το θέμα.

Αν δεν έχουν δει κάτι επιστάστε τους την προσοχή.

Αν ο δάσκαλος σας πει ότι έχει παρατηρήσει κάτι ρωτήστε τον ποια η αντίδραση του παιδιού σας και βοηθήστε το να αναπτύξει νέους πιο αποτελεσματικούς τρόπους απέναντι σε αυτό το φαινόμενο.

Συνεχίστε ακόμα και μετά την πρώτη επαφή με το δάσκαλό του συνεχίστε τις συναντήσεις μαζί του.

Αν συνεχιστεί το πρόβλημα προσεγγίστε ένα ψυχολόγο. Πιθανά να χρειαστεί το παιδί ή ακόμα και εσείς βοήθεια από κάποιον ειδικό.

Πηγή: [iatropedia.gr](http://iatropedia.gr)