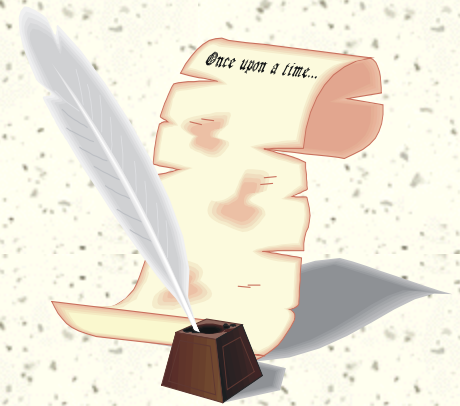


ΕΥΡΩΠΑΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΑΦΝΗ

Ανάπτυξη δράσεων για αντιμετώπιση του εκφοβισμού: Παραδείγματα Δραστηριοτήτων



Ανθή Χαραλάμπους
Πανεπιστήμιο Κύπρου



ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΕΞΩ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΑΞΗ

Πώς συνδέεται με την εκφοβιστική συμπεριφορά:

- ✓ Η συμπεριφορά των μαθητών έξω από την τάξη είναι μια πολύ σημαντική πτυχή της αντιμετώπισης του εκφοβισμού καθώς τα περισσότερα περιστατικά εκφοβισμού παρατηρούνται, όταν οι μαθητές είναι έξω από την τάξη (π.χ., κατά το διάλειμμα, πριν και μετά το σχολείο).
- ✓ Με την ανάπτυξη ξεκάθαρης πολιτικής για την συμπεριφορά των μαθητών έξω από την τάξη μπορούμε να συλλέξουμε πολύτιμες πληροφορίες τόσο για περιστατικά εκφοβισμού όσο και για μαθητές που εμπλέκονται συστηματικά σε αυτά (θύτες, θύματα, αυτόπτες μάρτυρες, απομονωμένοι μαθητές)

ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΕΞΩ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΑΞΗ

A. Συμπεριφορά των μαθητών κατά το διάλειμμα

B. Συμπεριφορά των μαθητών πριν από την έναρξη των μαθημάτων (νωρίς το πρωί)

Γ. Συμπεριφορά των μαθητών μετά την λήξη των μαθημάτων

Δ. Καθορισμός κώδικα συμπεριφοράς από το σχολείο

Α. Συμπεριφορά των μαθητών κατά το διάλειμμα

- # Πολιτική για την αποτελεσματική επιτήρηση των μαθητών κατά την ώρα των διαλειμμάτων. Χρειάζεται ένα προσεκτικά οργανωμένο σχέδιο επιτήρησης κυρίως στις περιοχές του σχολείου, που συστηματικά παρατηρούνται περιστατικά εκφοβισμού.
- # Οι δάσκαλοι παιδονόμοι θα πρέπει να παρατηρούν την συμπεριφορά των μαθητών, ώστε να εντοπίζουν τα όποια ψυχικά ή σωματικά χαρακτηριστικά εκφοβισμού ή ακόμα και συστηματικές αλλαγές στη συμπεριφορά των μαθητών.
- # Επιβάλλεται να είναι ορατοί σε κοινόχρηστες περιοχές του σχολείου, όπως οι διάδρομοι, οι σκάλες, η καντίνα, η αίθουσα αθλοπαιδιών, η αποθήκη, όπως επίσης και σε άλλα σημεία όπου εμφανίζονται συχνά κρούσματα εκφοβισμού. Πρέπει να είναι σε θέση να εντοπίζουν απομονωμένους μαθητές που ενδέχεται να είναι αποδέκτες εκφοβιστικής συμπεριφοράς.

A. Συμπεριφορά των μαθητών κατά το διάλειμμα

- # Ο ρόλος των δασκάλων που παιδονομούν πρέπει να εστιάζεται στη στήριξη των παιδιών που είναι **αυτόπτες μάρτυρες** σε περιστατικά εκφοβισμού.
- # **Μαθητές χαμηλών τόνων** (οι οποίοι πιθανόν να είναι δέκτες εκφοβισμού) πρέπει να ενισχύονται από τους εκπαιδευτικούς ώστε να αποκτήσουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και να αναφέρουν περιστατικά εκφοβισμού.
- # Μια πολύ καλή πρακτική για τους δασκάλους είναι να ευχαριστούν και να προστατεύουν παιδιά που **τολμούν** και αναφέρουν περιστατικά εκφοβιστικής συμπεριφοράς, είτε αυτά έχουν ως αποδέκτες τους ίδιους είτε άλλα παιδιά.
- # Απαιτείται να διασφαλίζεται η **εχεμύθεια**, και συγχρόνως να ληφθούν και μέτρα που να επιτρέπουν στους μαθητές να αναφέρουν περιστατικά εκφοβισμού, χωρίς να νιώθουν ότι απειλούνται.

A. Συμπεριφορά των μαθητών κατά το διάλειμμα

- # Η διοργάνωση δραστηριοτήτων-παιχνιδιών, όπως το παιχνίδι σε ομάδες συνεργασίας, μπορεί να αποτελέσει αποτρεπτικό παράγοντα για την εμφάνιση συμπεριφορών εκφοβισμού.
- # Η μουσική από τα μεγάφωνα κατά το διάλειμμα μπορεί να κατευνάσει τα επιθετικά ένστικτα και να ενδυναμώσει αισθήματα ασφάλειας, ευτυχίας και αγάπης του σχολείου.
- # Δημιουργία ενός πιο ελκυστικού φυσικού περιβάλλοντος (παγκάκια, τραπεζάκια) αφού αξιοποιηθούν κατάλληλα κάποια απομονωμένα σημεία του σχολείου. Με αυτό τον τρόπο, όλος ο εξωτερικός χώρος του σχολείου θα αξιοποιηθεί και θα καταστεί πιο ασφαλής για να παίζουν οι μαθητές και να περνούν ευχάριστα την ώρα τους έξω από την τάξη.

Α. Συμπεριφορά των μαθητών κατά το διάλειμμα

- # Πολύ χρήσιμη είναι η χρήση συχνής περιγραφικής ενίσχυσης για τη θετική συμπεριφορά όταν παρατηρείται πως ένας επιθετικός μαθητής έχει αρχίσει να συμπεριφέρεται πιο υπεύθυνα και ευγενικά ή ακόμα όταν η επιθετικότητα είναι λιγότερο συχνή και έντονη σε μια χρονική περίοδο. Η ανατροφοδότηση, η οποία περιγράφει τη συμπεριφορά («Πρόσεξα ότι έπαιζες χωρίς να ενοχλείς κάποιο παιδί») είναι πιο αποτελεσματική από την ανατροφοδότηση που εστιάζεται σε κάποια χαρακτηριστικά της προσωπικότητας («Είσαι τόσο ευγενικός»).
- # Διπλώματα επαίνου μπορούν να σταλούν στο σπίτι μαθητών που επιδεικνύουν σωστή συμπεριφορά και οι μαθητές να κερδίζουν επιπλέον χρόνο στον ηλεκτρονικό υπολογιστή ή για παιχνίδι.
- # Το σχολείο μπορεί ακόμα να αποφασίσει κατά πόσον οι μαθητές θα κερδίζουν επιπλέον δώρα ή αντικείμενα (π.χ μουσικούς δίσκους, προσκλήσεις για αθλητικά γεγονότα, γλυκά, αυτοκόλλητα, ελεύθερη είσοδο στο θέατρο).

A. Συμπεριφορά των μαθητών κατά το διάλειμμα

- # Η ομάδα βιντεογράφησης του σχολείου (αποτελούμενη από μεγαλύτερους μαθητές και ένα δάσκαλο) μπορεί να αναλάβει να δημιουργήσει βίντεο, τα οποία να διδάσκουν συγκεκριμένες κοινωνικές δεξιότητες και να ενισχύουν θετικές συμπεριφορές έξω από την τάξη (π.χ, στο λεωφορείο, στις τουαλέτες, στην καντίνα, στη συγκέντρωση, κατά τη διάρκεια σχολικών επισκέψεων).
- # Ένας **συνομήλικος σε ρόλο συμβούλου** μπορεί να στηρίζει, να συμβουλεύει και να ενισχύει το θύμα. Όπως φαίνεται από τη βιβλιογραφία η κοινωνική πίεση από ομάδες συνομηλίκων μπορεί να συνεισφέρει σημαντικά στην καταπολέμηση του εκφοβισμού. Αυτοί οι μαθητές-σύμβουλοι μπορεί να τύχουν ειδικής εκπαίδευσης, ώστε να βελτιώσουν **δεξιότητες επικοινωνίας, εχεμύθειας, φιλίας και αποδοχής**.

Β. Συμπεριφορά των μαθητών πριν από την έναρξη των μαθημάτων (νωρίς το πρωί)

- # Εξεύρεση τρόπων πληροφόρησης για τη συμπεριφορά των μαθητών κατά τη διαδρομή προς το σχολείο με την συνεργασία του μη εκπαιδευτικού προσωπικού, των γονέων, των σχολικών τροχονόμων, του οδηγού λεωφορείου.
- # Μπορεί να γίνει σαφές στους μαθητές ότι, αφού μπουν στην τάξη και τοποθετήσουν τη τσάντα στη θέση τους, θα πρέπει να εξέλθουν από την αίθουσα.
- # Το σχέδιο παιδονομίας-επιτήρησης θα πρέπει να καλύπτει όχι μόνο το γήπεδο, την αυλή και τους εξωτερικούς χώρους, αλλά και τις τάξεις και τους διαδρόμους.

Β. Συμπεριφορά των μαθητών πριν από την έναρξη των μαθημάτων (νωρίς το πρωί)

- # Το σχολείο επίσημα μπορεί να ενημερώσει τους γονείς με ένα ενημερωτικό φυλλάδιο για την ακριβή ώρα, μέχρι την οποία όλοι οι μαθητές θα πρέπει να βρίσκονται στο σχολείο επεξηγώντας ξεκάθαρα στους γονείς πως η έγκαιρη προσέλευση των μαθητών μπορεί να περιορίσει την εμφάνιση απειθαρχίας και εκφοβιστικής συμπεριφοράς και να βοηθήσει στην εκπλήρωση των μαθησιακών στόχων.
- # Καθορισμός προσδοκιών για τους μαθητές: α) περπατώ και δεν τρέχω όταν εισέρχομαι στο σχολείο, β) μπαίνω στο σχολείο ήσυχα και γρήγορα, γ) δεν μιλώ δυνατά-δεν φωνάζω, ε) φτάνω στην τάξη έγκαιρα, στ) βάζω την τσάντα στη θέση μου και βγαίνω στην αυλή, ζ) σέβομαι την περιουσία του σχολείου (π.χ. αφίσες στους διαδρόμους), η) δεν συναναστρέφομαι με άτομα που δεν γνωρίζω έξω από το σχολείο και θ) δεν φέρνω πολύτιμα αντικείμενα στο σχολείο.

Γ. Συμπεριφορά των μαθητών μετά την λήξη των μαθημάτων

- # Πρέπει να καταστεί σαφές στους γονείς πως είναι ευθύνη τους να προβούν στις απαραίτητες διευθετήσεις και να παραλαμβάνουν τα παιδιά τους έγκαιρα από το σχολείο, μόλις τελειώσει το μάθημα.
- # Για τα παιδιά της επιτήρησης, το σχολείο θα πρέπει να εργοδοτήσει ένα υπεύθυνο άτομο (κατά προτίμηση εκπαιδευτικό) με συγκεκριμένα προσόντα (ικανότητες επικοινωνίας και αλληλεπίδρασης με τα παιδιά). και όχι οποιοδήποτε ενήλικα (π.χ γραμματέα ή ένα γονιό χωρίς οποιοδήποτε υπόβαθρο).
- # Πρόσληψη κάποιου φρουρού από το σχολείο για την ασφάλεια του σχολικού χώρου τις μη εργάσιμες μέρες και ώρες,
- # Το σχολείο μπορεί να καθορίσει συγκεκριμένες προσδοκίες για την έξοδο των μαθητών: α) φεύγω από το σχολείο ήσυχα και γρήγορα, β) δεν μιλώ δυνατά-δεν φωνάζω, γ) θυμάμαι να πάρω μαζί μου όλα τα πράγματά μου, πριν φύγω από την τάξη και δ) αποφεύγω τη συναναστροφή με άτομα που δεν γνωρίζω έξω από το σχολείο.

Δ. Καθορισμός κώδικα συμπεριφοράς από το σχολείο αναφορικά με τη συμπεριφορά των μαθητών έξω από την τάξη

- # Οι κανόνες θα πρέπει να είναι σύντομοι, σαφείς και να περιλαμβάνουν άμεσες συνέπειες για την επιθετική συμπεριφορά και εξίσου άμεση επιβράβευση για την επιθυμητή συμπεριφορά.
- # Ενίσχυση αξιών όπως, *ο σεβασμός, η δικαιοσύνη, το ενδιαφέρον για τους άλλους και η προσωπική ευθύνη.*
- # Ταυτόχρονα, θα πρέπει ξεκάθαρα να ορίζεται τι θεωρείται *μη αποδεκτή συμπεριφορά, επιθυμητή συμπεριφορά και συνέπειες για παραβάσεις.*

Δ. Καθορισμός κώδικα συμπεριφοράς από το σχολείο αναφορικά με τη συμπεριφορά των μαθητών έξω από την τάξη

Για την ανάπτυξη του κώδικα συμπεριφοράς οι πιο κάτω πτυχές χρήζουν ιδιαίτερης σημασίας αφού μπορούν να ενισχύσουν τόσο τη θετική και αποδεκτή συμπεριφορά από τους μαθητές, αλλά και να προωθήσουν το σεβασμό στις πράξεις τους:

- # ξεκάθαρος και κατανοητός **ορισμός** της εκφοβιστικής συμπεριφοράς,
- # **προτάσεις-κανόνες** για όλους τους μαθητές:
 - Δεν εκφοβίζουμε άλλους μαθητές.
 - Βοηθούμε μαθητές που τους εκφοβίζουν.
 - Κάνουμε παρέα με παιδιά που είναι μόνα τους.
 - Όταν γνωρίζουμε ότι κάποια παιδιά ενοχλούν ένα παιδί, το αναφέρουμε σε ένα μεγάλο στο σχολείο και σε ένα μεγάλο στο σπίτι.
- # **προσδοκίες από τα θύματα και ευθύνες των αυτοπτών μαρτύρων,**
- # σειρά στην καντίνα

Δ. Καθορισμός κώδικα συμπεριφοράς από το σχολείο αναφορικά με τη συμπεριφορά των μαθητών έξω από την τάξη

- # είσοδος των μαθητών στο σχολείο, έξοδός τους από το σχολικό χώρο και συμπεριφορά των μαθητών μέσα στο λεωφορείο κατά τη διάρκεια των σχολικών εκδρομών.
- # κατάλληλη και ορθή συμπεριφορά κατά την ώρα της **σχολικής συγκέντρωσης**.

ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ ΤΙΜΩΡΙΑΣ

Η τιμωρία πρέπει να επιβάλλεται σε διαπροσωπικό πλαίσιο μεταξύ δασκάλων και μαθητών, ούτως ώστε να έχει προσωπικό νόημα για τους θύτες. Πριν την επιβολή της τιμωρίας μπορεί να προηγηθεί μια σοβαρή συζήτηση με το θύτη, που θα τον βοηθήσει να κατανοήσει γιατί τιμωρήθηκε. Οι θύτες δεν πρέπει να θεωρήσουν την τιμωρία ως εκδίκηση ή απόρριψη από τους ενηλίκους. Πρέπει να είναι ξεκάθαρο πως απορρίπτουμε τη συμπεριφορά τους και όχι τους ίδιους ως άτομα.

ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΙ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΔΑΣΚΑΛΩΝ

Πώς συνδέεται με την εκφοβιστική συμπεριφορά:

- ✓ Αποτελεσματικά σχολεία στην αντιμετώπιση και τη μείωση του εκφοβισμού είναι τα σχολεία εκείνα, όπου οι δάσκαλοι συνεργάζονται όχι μόνο για τη διδασκαλία αλλά και για τη μείωση του εκφοβισμού.

ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΙ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΔΑΣΚΑΛΩΝ

- # Ένας εκπαιδευτικός που έχει πείρα σε σχέση με προβλήματα εκφοβιστικής συμπεριφοράς και κατάφερε σε προηγούμενα χρόνια να χειριστεί αποτελεσματικά τέτοιες καταστάσεις, μπορεί να δώσει συγκεκριμένες εισηγήσεις σε άλλους συναδέλφους για **τρόπους αποτελεσματικής πειθαρχίας (σύστημα μεντόρων-πιο έμπειροι εκπαιδευτικοί όσον αφορά στην εκφοβιστική συμπεριφορά)**.
- # Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να ενθαρρύνονται να ανταλλάσσουν επισκέψεις μεταξύ τους στις τάξεις τους και μετά να αναστοχάζονται για αποτελεσματικούς και λιγότερο αποτελεσματικούς τρόπους και στρατηγικές για μείωση των προβλημάτων απειθαρχίας και των περιστατικών εκφοβιστικής συμπεριφοράς σε επίπεδο τάξης.

ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΙ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΔΑΣΚΑΛΩΝ

- # Κάποιες υπευθυνότητες, όπως για παράδειγμα η παιδονομία κατά την ώρα του διαλείμματος, μπορούν να ορίζονται όχι μόνο σε μεμονωμένα άτομα, αλλά σε ζεύγη *εκπαιδευτικών* (ανάθεση ανά δύο).
- # Στην ανάπτυξη της πολιτικής του σχολείου, πρέπει να δοθεί προσοχή στην *παροχή στήριξης και διευκολύνσεων* στις ομάδες εκπαιδευτικών, που αντιμετωπίζουν τα περισσότερα περιστατικά εκφοβισμού στην τάξη τους. Αυτοί οι εκπαιδευτικοί, για παράδειγμα, θα μπορούσαν να έχουν *λιγότερους μαθητές* στην τάξη τους, προκειμένου να έχουν την ευκαιρία να αντιμετωπίζουν πιο αποτελεσματικά τον εκφοβισμό.

ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΕ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑ ΑΛΛΟΥΣ ΕΜΛΕΚΟΜΕΝΟΥΣ ΦΟΡΕΙΣ

Πώς συνδέεται με την εκφοβιστική συμπεριφορά:

- ✓ Οι σχέσεις με την κοινότητα, τους γονείς και τους συμβούλους είναι εξαιρετικά σημαντικές, αφού οι φορείς αυτοί μπορούν να προσφέρουν ηθική και υλική βοήθεια στο σχολείο.
- ✓ Τα ερευνητικά δεδομένα καταδεικνύουν πως αυτός ο παράγοντας είναι ένας από τους πιο σημαντικούς παράγοντες για την αποτελεσματικότητα του σχολείου.
- ✓ Δημιουργώντας καλές σχέσεις με τους γονείς και την κοινότητα του σχολείου, γίνεται αξιοποίηση όλων των διαθέσιμων ανθρώπινων πόρων όχι μόνο για επίτευξη των μαθησιακών στόχων (γνωστικών και συναισθηματικών), αλλά και για επίτευξη των ποικίλων προκλήσεων που δέχεται το σχολείο, όπως τα περιστατικά εκφοβισμού.

A. Συνεργασία με τους γονείς

- # Οι γονείς θα πρέπει να εμπλακούν ενεργά στην πρωτοβουλία για μείωση του εκφοβισμού.
- # Στα αρχικά στάδια των προσπαθειών, το σχολείο πρέπει να ενημερώσει πλήρως τους γονείς για το θέμα. Η σχολική κοινότητα απαιτείται να πείσει τους γονείς ότι το πρόγραμμα θα λειτουργήσει και ότι εκείνοι μπορούν να κάνουν την διαφορά.
- # Το σχολείο θα πρέπει να εκπαιδεύσει τους γονείς σε τρόπους αναγνώρισης της εκφοβιστικής συμπεριφοράς και της θυματοποίησης. Κάποια από τα *σημάδια που καταδεικνύουν ότι ένα παιδί είναι αποδέκτης εκφοβιστικής συμπεριφοράς* μπορούν να ανιχνευτούν μετά τις σχολικές ώρες, στο σπίτι όταν ξαφνικά οι γονείς παρατηρούν αλλαγές στην συμπεριφορά του παιδιού τους [π.χ. απροθυμία ή άρνηση να πάει στο σχολείο, ξαφνική αδιαθεσία τα πρωινά, φτωχή κατοίκον εργασία, εφιάλτες το βράδυ, μεγαλύτερες απαιτήσεις για χρήματα ή κλοπή (πιθανόν για να «πληρώσουν» το θύτη) αφηρημάδα, ξαφνικός τραυλισμός, έλλειψη αυτοπεποίθησης, άρνηση να μιλήσει για το τι συμβαίνει].

Α. Συνεργασία με τους γονείς

- # Πολύ σημαντικό είναι να ξεκαθαριστεί στους γονείς ότι είναι ευθύνη τους να αναφέρουν στη διεύθυνση του σχολείου **όλα τα περιστατικά εκφοβισμού** που έχουν υποπέσει στην αντίληψή τους και όχι μόνο εκείνα που έχουν ως αποδέκτη το δικό τους παιδί.
- # Εκπαιδευτικά εργαστήρια για τους γονείς/κηδεμόνες που να αφορούν αποτελεσματικές τεχνικές/στρατηγικές που μπορούν να επαναλαμβάνουν στο σπίτι.
- # Το σχολείο μπορεί ακόμη να προσκαλέσει τους γονείς (και κυρίως εκείνους που έχουν παιδιά σε ρόλους θύτη ή θύματος) να επισκέπτονται τις τάξεις των παιδιών τους και να παρακολουθούν τη διδασκαλία. Οι εκπαιδευτικοί μπορεί να καλέσουν τους γονείς να αναλάβουν ενεργό ρόλο, όπως να ελέγχουν και να βοηθούν μαθητές, που είχαν προβλήματα μεταξύ τους (θύτης-θύμα), να διεκπεραιώσουν από κοινού ένα έργο με θετικό χαρακτήρα.
- # Η οργάνωση «κύκλου γονέων» στο σχολείο για τους γονείς θυμάτων και θυτών μπορεί να βοηθήσει τους γονείς να ανοιχτούν σε σχέση με το ζήτημα του σχολικού εκφοβισμού.

Β. Συνεργασία με ψυχολόγους

- # Η κοινότητα του σχολείου θα πρέπει να αναπτύξει συνεργασία με λειτουργούς ψυχικής υγείας και κλινικούς ψυχολόγους αναφορικά με σημαντικά κλινικά προβλήματα για ιδιαίζουσες περιπτώσεις μαθητών. Τέτοιες περιπτώσεις αφορούν μαθητές με κατάθλιψη, μη φυσιολογική συμπεριφορά, ελλειμματική προσοχή και υπερκινητικότητα (ΔΕΠΥ). Οι κλινικοί ψυχολόγοι και οι λειτουργοί ψυχικής υγείας μπορούν να προσφέρουν πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με τη λήψη φαρμάκων (δοσολογία) εάν κάποιος μαθητής παίρνει φάρμακα.
- # Επίσης, μπορεί να ζητηθεί από τους ψυχολόγους να προσφέρουν σεμινάρια σε επίπεδο σχολείου. Αυτά τα μαθήματα-σεμινάρια μπορεί να αφορούν σε σημαντικά θέματα όπως τη διαχείριση του θυμού, δεξιότητες ελέγχου των συναισθημάτων, την ικανότητα να είσαι καλός ακροατής, δεξιότητες επικοινωνίας, στάση αποδοχής και όχι κριτικής διάθεσης, εθνική ταυτότητα και αποφυγή προκαταλήψεων, στρατηγικές αντιμετώπισης του μετατραυματικού άγχους και δημιουργία εμπιστοσύνης.

ΠΑΡΟΧΗ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΠΗΓΩΝ-ΠΟΡΩΝ

Πώς συνδέεται με την εκφοβιστική συμπεριφορά:

- ✓ Αυτή η πτυχή, η οποία αναφέρεται στην παροχή πηγών μάθησης, συμπεριλαμβανομένων των ανθρώπινων πηγών, είναι πολύ σημαντική για την ανάπτυξη των δράσεων και των στρατηγικών για την αντιμετώπιση και τη μείωση της εκφοβιστικής συμπεριφοράς αφού η διαθεσιμότητα και κυρίως η καλή χρήση των πηγών μάθησης συνεισφέρουν σημαντικά στη μάθηση, έχοντας θετικά αποτελέσματα τόσο σε γνωστικό όσο και σε συναισθηματικό επίπεδο.
- ✓ Επίσης οι πηγές μάθησης οδηγούν στην εμφάνιση εκφοβισμού μεταξύ των μαθητών, καθώς, όταν είναι περιορισμένες (π.χ κάποια διδακτικά μέσα δεν επαρκούν για όλους τους μαθητές), η απόκτησή τους είναι πιθανόν να προκαλέσει συγκρούσεις μεταξύ των μαθητών.

ΠΑΡΟΧΗ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΠΗΓΩΝ-ΠΟΡΩΝ

- # Το σχολείο πρέπει να ενθαρρύνει τους εκπαιδευτικούς να κάνουν χρήση των διαθέσιμων πηγών. Έτσι, όχι μόνο βελτιώνεται η καθημερινή πρακτική στη διδασκαλία, αλλά, συγχρόνως, μπορούν να αναγνωρίζουν αποδοτικούς τρόπους χρησιμοποίησης αυτών των πηγών.
- # Θα πρέπει να αναπτυχθεί ένα σχέδιο για τη δίκαιη κατανομή των πόρων μεταξύ των δασκάλων (και μεταξύ μαθητών διαφορετικών ηλικιακών ομάδων).
- # Τα σχολεία θα πρέπει να αναπτύξουν πολιτική σε σχέση με το πώς να διακρίνουν και κατόπιν να αγοράζουν-εξασφαλίζουν κατάλληλα λογισμικά και διάφορα άλλα διδακτικά μέσα, τα οποία θα συμβάλουν στη μείωση του εκφοβισμού.

ΠΑΡΟΧΗ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΠΗΓΩΝ-ΠΟΡΩΝ

- # Ο εμπλουτισμός των πηγών, οι οποίες είναι ιδιαίτερα ελκυστικές στους μαθητές (π.χ υπολογιστές, εξοπλισμός φυσικής αγωγής, μουσικά όργανα), μπορεί να μειώσει τις συγκρούσεις, καθώς θα μειωθούν τα περιστατικά εκφοβισμού, τα οποία οφείλονται στην ανεπάρκεια των πηγών. Οι δάσκαλοι, προκειμένου να αποφύγουν την εκδήλωση επιθετικής συμπεριφοράς και τα παράπονα των μαθητών τους, θα πρέπει να είναι πολύ προσεκτικοί, σωστοί και δίκαιοι στο μοίρασμα των πόρων που έχουν στη διάθεσή τους.
- # Η χρησιμοποίηση ανθρώπινου δυναμικού (π.χ βοηθοί, εκπαιδευτικοί σύμβουλοι) μπορεί να θεωρηθεί ως μια εξαιρετικά σημαντική πρακτική βοήθεια στην αντιμετώπιση και μείωση του εκφοβισμού.

ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ

Πώς συνδέεται με την εκφοβιστική συμπεριφορά:

✓ Αναπτύσσοντας ένα ασφαλές μαθησιακό περιβάλλον στην τάξη μπορούμε να αντιμετωπίσουμε αποτελεσματικά αλλά και να μειώσουμε τον εκφοβισμό.

Οι τρεις πτυχές αυτού του τομέα είναι:

- α) η παροχή ευκαιριών μάθησης,
- β) η ποσότητα-έκταση της διδασκαλίας και
- γ) η ποιότητα της διδασκαλίας.

ΠΑΡΟΧΗ ΕΥΚΑΙΡΙΩΝ ΜΑΘΗΣΗΣ

Πώς συνδέεται με την εκφοβιστική συμπεριφορά:

- ✓ Η παροχή ευκαιριών μάθησης στους μαθητές αποτελεί τη βασικότερη πτυχή της πολιτικής του σχολείου για τη διδασκαλία σχετικά με το ζήτημα της αντιμετώπισης της εκφοβιστικής συμπεριφοράς.
- ✓ Η ανάπτυξη αυτής της πτυχής μπορεί να ενθαρρύνει τους εκπαιδευτικούς να εισαγάγουν νέους γνωστικούς και, κυρίως, νέους συναισθηματικούς στόχους, οι οποίοι να αποσκοπούν στη μείωση του εκφοβισμού. Αποτελεσματικά σχολεία στην αντιμετώπιση της εκφοβιστικής συμπεριφοράς είναι σχολεία στα οποία **οι εκπαιδευτικοί ενεργοποιούν τους μαθητές τους παρέχοντας τους κατάλληλες και καλά σχεδιασμένες μαθησιακές ευκαιρίες που αποσκοπούν στην επίτευξη σχετικών γνωστικών και συναισθηματικών στόχων.**

ΠΑΡΟΧΗ ΕΥΚΑΙΡΙΩΝ ΜΑΘΗΣΗΣ

- # Στα πλαίσια της παροχής μαθησιακών ευκαιριών στους θύτες, θα μπορούσαν να τεθούν οι πιο κάτω συναισθηματικοί στόχοι οι οποίοι δεν περιλαμβάνονται στο επίσημο αναλυτικό: α) δεξιότητες ακρόασης, β) εκπαίδευση για θετικότητα στη συμπεριφορά, γ) διαχείριση συγκρούσεων, δ) διαχείριση του θυμού, ε) δεξιότητες ελέγχου συναισθημάτων, και στ) σεβασμός, συνεργασία. Όμως, εκτός από τους συναισθηματικούς στόχους, ένας άλλος πολύ βοηθητικός γνωστικός στόχος είναι *η κατανόηση των κοινωνικών αξιών.*
- # Για τα θύματα μπορούν να εισαχθούν οι ακόλουθοι συναισθηματικοί στόχοι: α) ανάπτυξη-ενίσχυση αυτοπεποίθησης, β) ανάπτυξη ικανότητας για λήψη αποφάσεων, και γ) δεξιότητες επικοινωνίας. Επίσης, μπορούν να τεθούν και στόχοι **γνωστικής φύσεως**, όπως: α) κατανόηση των συναισθημάτων του εαυτού και των άλλων (συναισθηματική νοημοσύνη), και β) δεξιότητες αυτοέκφρασης.

ΠΑΡΟΧΗ ΕΥΚΑΙΡΙΩΝ ΜΑΘΗΣΗΣ

- # Πέρα, όμως, από την εισαγωγή αυτών των στόχων, επιβάλλεται και η εισαγωγή σχετικών **δραστηριοτήτων**, οι οποίες σταδιακά θα βοηθήσουν στην επίτευξη των στόχων. Οι δραστηριότητες αυτές δεν θα σχετίζονται μόνο με τη μείωση του εκφοβισμού, αλλά και πρέπει να εξυπηρετούν τους στόχους του αναλυτικού προγράμματος μαθημάτων.
- # Συνδέσεις με δραστηριότητες που αφορούν στη μείωση του εκφοβισμού μπορούν να γίνονται **όποτε κρίνει ο εκάστοτε δάσκαλος** ότι είναι εφικτό για την τάξη, το μάθημα και τους μαθητές του.
- # Τέτοιες δραστηριότητες δεν πρέπει να γίνονται μόνο σε καθορισμένη χρονική περίοδο (π.χ μία ολόκληρη εβδομάδα αφιερωμένη στην εκφοβιστική συμπεριφορά), αφού μια τέτοια προσέγγιση δεν θα είχε κανένα αποτέλεσμα στη μάθηση. Αντιθέτως, απαιτείται **συστηματική και τακτική ενασχόληση** των μαθητών με τους στόχους αυτούς.

ΠΑΡΟΧΗ ΕΥΚΑΙΡΙΩΝ ΜΑΘΗΣΗΣ

Παραδείγματα δραστηριοτήτων που μπορούν να γίνουν στην τάξη:

-Στα **Ελληνικά**, ο εκπαιδευτικός μπορεί να εμπλουτίσει το μάθημα, επιλέγοντας να διδάξει όχι οποιοδήποτε κείμενο κατανόησης, αλλά ένα που να προάγει τους προκαθορισμένους στόχους για μείωση της εκφοβιστικής συμπεριφοράς μεταξύ των μαθητών. Επίσης μπορεί να γίνει **διαγωνισμός ποίησης** ενάντια στην εκφοβιστική συμπεριφορά είτε σε επίπεδο τάξης είτε με τη συμμετοχή όλου του σχολείου

-Στη **Μουσική**, μπορεί να γίνει ακρόαση τραγουδιών που αναφέρονται σε παιδιά που είναι θύματα εκφοβιστικής συμπεριφοράς και αισθάνονται μόνα και ανασφαλή. Τα παιδιά μπορούν, επίσης, να συνεργαστούν για να συμμετέχουν σε **διαγωνισμό σύνθεσης τραγουδιού** με μηνύματα εναντίον του εκφοβισμού.

-Στην **Τέχνη**, οι μαθητές μπορούν να δημιουργήσουν **αφίσες** με μηνύματα εναντίον του εκφοβισμού.

ΠΑΡΟΧΗ ΕΥΚΑΙΡΙΩΝ ΜΑΘΗΣΗΣ

-Στα **Μαθηματικά**, οι μαθητές της έκτης τάξης μπορούν να ψάξουν στο διαδίκτυο και να παρουσιάσουν σε άλλους μαθητές δεδομένα προηγούμενων ερευνών για την εκφοβιστική συμπεριφορά, χρησιμοποιώντας τις γνώσεις τους στην επεξεργασία δεδομένων (π.χ. **δημιουργία διαφορετικών τύπων γραφικών παραστάσεων**).

-Το **Θεατρικό παιχνίδι** βοηθά στη συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών (αλλά και στη γνωστική) ενισχύοντας τις ικανότητες τους στη διαπραγμάτευση και τη μεταβίβαση ιδεών σε μια νέα κατάσταση. Μια προτεινόμενη δραστηριότητα είναι οι μαθητές να συζητήσουν και να συγκρίνουν τα συναισθήματα των ηρώων, αφού παρακολουθήσουν ένα **Θεατρικό έργο** με μηνύματα εναντίον του εκφοβισμού.

ΠΑΡΟΧΗ ΕΥΚΑΙΡΙΩΝ ΜΑΘΗΣΗΣ

- # Όσον αφορά δραστηριότητες πέραν του αναλυτικού προγράμματος μαθημάτων, η διοργάνωση μιας εκδήλωσης εναντίον του εκφοβισμού μπορεί να εμπλέξει όλους τους μαθητές και να οδηγήσει στην επίτευξη των στόχων.
- # Οι μαθητές μπορούν να παρουσιάσουν εργασίες σε διάφορα είδη καλλιτεχνικής έκφρασης: α) **ποιήματα και τραγούδια** εναντίον της εκφοβιστικής συμπεριφοράς, β) **ιστορίες** με μηνύματα εναντίον της εκφοβιστικής συμπεριφοράς, γ) **βίντεο** εναντίον της εκφοβιστικής συμπεριφοράς, δ) **αφίσες**, και ε) **θεατρικά δρώμενα** για τον εκφοβισμό.
- # Για να δοθεί ιδιαίτερη σημασία στο γεγονός, στην εκδήλωση μπορούν να προσκληθούν και οι γονείς.

ΠΑΡΟΧΗ ΕΥΚΑΙΡΙΩΝ ΜΑΘΗΣΗΣ

Ακόμα μπορεί να οργανωθεί μια διάσκεψη στο σχολείο για τον εκφοβισμό, ούτως ώστε όλοι οι μαθητές να ενημερωθούν για το θέμα. Οι συσκέψεις αυτές μπορούν να έχουν δύο μορφές:

α) **συσκέψεις σε μικρές ομάδες μαθητών και ένα δάσκαλο.** Αυτές οι συσκέψεις αφορούν ατομικές περιπτώσεις μαθητών οι οποίοι έχουν εμπλακεί σε επεισόδιο εκφοβισμού. Αυτού του τύπου οι συσκέψεις χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση εκφοβισμού μικρής έντασης πριν η κρίση κλιμακωθεί.

β) **συσκέψεις της ολομέλειας της τάξης για αντιμετώπιση ζητημάτων,** τα οποία επιδρούν αρνητικά στη μάθηση και τη διδασκαλία, όπως είναι για παράδειγμα η απειθαρχία ή ο εκφοβισμός.

ΠΟΣΟΤΗΤΑ ΔΙΔΑΚΑΛΙΑΣ

Πώς συνδέεται με την εκφοβιστική συμπεριφορά:

- ✓ Η πολιτική του σχολείου για την έκταση (ποσότητα) της διδασκαλίας πρέπει σίγουρα να αναπτυχθεί, καθώς μέσω καλής διαχείρισης του διδακτικού χρόνου, μπορούν να επιτευχθούν ευκολότερα οι γνωστικοί και συναισθηματικοί στόχοι που θεσπίστηκαν από το σχολείο για την αντιμετώπιση της εκφοβιστικής συμπεριφοράς. Έτσι, αυξάνεται ο διαθέσιμος χρόνος για την πραγματοποίηση δραστηριοτήτων, οι οποίες σχετίζονται με τη μείωση του εκφοβισμού.
- ✓ Η έκταση (ποσότητα) της διδασκαλίας περιλαμβάνει, επίσης, και τις απουσίες των μαθητών. Όταν οι μαθητές δεν παρουσιάζονται έγκαιρα στην τάξη και χάνουν μέρος του μαθήματος, οι γνωστικοί και συναισθηματικοί στόχοι δεν μπορούν εύκολα να επιτευχθούν.

ΠΟΣΟΤΗΤΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

- # Το σχολείο θα πρέπει να αναπτύξει πολιτική για τις απουσίες των μαθητών. Το επόμενο βήμα πρέπει να είναι η ανακοίνωση της πολιτικής σε γονείς και μαθητές, ξεκαθαρίζοντας τους **ότι ο διδακτικός χρόνος δεν πρέπει να μειώνεται και επομένως πρέπει να υπάρχει πολύ σημαντικός λόγος για να απουσιάζουν οι μαθητές.**
- # Μέσα από τα απουσιολόγια μπορούν να αναζητηθούν γενικές τάσεις στις απουσίες των μαθητών και να συζητηθούν κατά τις συνεδριάσεις προσωπικού. Τα αρχεία ίσως αποκαλύπτουν πότε απουσιάζουν οι περισσότεροι μαθητές (π.χ οι περισσότερες απουσίες γίνονται Παρασκευή ή Δευτέρα). Σε αυτή την περίπτωση θα πρέπει να ειδοποιηθούν οι γονείς και να ακολουθήσει συζήτηση μαζί τους, κατά την οποία να εξηγείται γιατί είναι σημαντικό να μη χάνουν μαθήματα τα παιδιά.

ΠΟΣΟΤΗΤΑ-ΕΚΤΑΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

Μέσα από τα απουσιολόγια, μπορούμε να δούμε εάν κάποιοι μαθητές απουσιάζουν επειδή είναι αποδέκτες εκφοβιστικής συμπεριφοράς και προσπαθούν να αποφεύγουν τους θύτες τους, καθώς αισθάνονται ανασφαλείς και φοβούνται στο σχολείο. Για παράδειγμα, εάν ένας μαθητής ήταν πολύ συστηματικός και ***ξαφνικά ξεκίνησε να απουσιάζει χωρίς συγκεκριμένο λόγο και για μεγάλα χρονικά διαστήματα ή φεύγει ξαφνικά από το σχολείο στο ενδιάμεσο της μέρας***, παρουσιάζοντας συγχρόνως σημάδια θυματοποίησης, τότε υπάρχουν σοβαροί λόγοι να ελέγξουμε την κατάσταση.

ΠΟΣΟΤΗΤΑ-ΕΚΤΑΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

- # Παράλληλα, συχνά παρατηρείται το φαινόμενο κάποιοι διευθυντές να μεγαλώνουν το διάλειμμα για να συζητήσουν κάποιο σημαντικό θέμα με το προσωπικό και να λάβουν σημαντικές αποφάσεις. Ωστόσο, κατά την επέκταση του διαλείμματος μπορεί να εμφανιστεί **απειθαρχία** και κυρίως όταν ζητηθεί από τους επιτηρητές να αφήσουν τα πόστα τους και να πάρουν μέρος στη συνεδρία.
- # Τέτοιες συνήθειες θα πρέπει να αποφεύγονται, καθώς πολύ σπάνια ο διευθυντής δεν μπορεί να περιμένει μέχρι το τέλος της μέρας (όταν όλα τα μέλη μπορούν να συναντηθούν και δεν έχουν υπευθυνότητες διδασκαλίας) για να συζητήσει με το προσωπικό του και να λάβει αποφάσεις.

ΠΟΣΟΤΗΤΑ-ΕΚΤΑΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

- # Ένα άλλο μέτρο για αύξηση του διδακτικού χρόνου είναι και η συμφωνία μεταξύ δασκάλων και διεύθυνσης του σχολείου ότι τα μαθήματα δεν θα διακόπτονται από κανένα (π.χ άλλους δασκάλους, βοηθούς διευθυντές) και για οποιοδήποτε γραφειοκρατικό λόγο. Έτσι, όταν τα μαθήματα ξεκινούν και τελειώνουν σε καθορισμένο χρόνο και δεν χάνεται πολύτιμος διδακτικός χρόνος είναι λιγότερο πιθανό να εμφανιστεί απειθαρχία.
- # Όταν κάποιος μαθητής παρουσιάζεται συστηματικά αργοπορημένος στην τάξη, ο δάσκαλος θα πρέπει να επικοινωνήσει με τους γονείς και να τους ζητήσει να διευθετήσουν την έγκαιρη προσέλευση του παιδιού στο σχολείο. Ο δάσκαλος θα πρέπει να κρατήσει σχετικό αρχείο και να σημειώσει την αργοπορία στο μαθητολόγιο. Μπορεί να ζητηθεί από τον αργοπορημένο μαθητή να μείνει μέσα στην τάξη το διάλειμμα και να συζητήσει με τον εκπαιδευτικό το πώς θα καλύψει τις δραστηριότητες που έχασε.

ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

Πώς συνδέεται με την εκφοβιστική συμπεριφορά:

- ✓ Η ποιότητα διδασκαλίας αναφέρεται στη συμβολή των δασκάλων στη δημιουργία του μαθησιακού περιβάλλοντος της τάξης τους.
- ✓ Για τη δημιουργία μαθησιακού περιβάλλοντος στην τάξη θεωρούνται σημαντικά τα ακόλουθα στοιχεία: α) αλληλεπίδραση δασκάλου-μαθητών, αλληλεπιδράσεις μεταξύ των μαθητών, β) μεταχείριση των μαθητών από το δάσκαλο, γ) συναγωνισμός μεταξύ των μαθητών, και δ) απειθαρχία στην τάξη.
- ✓ Κατά το σχεδιασμό της πολιτικής του σχολείου σας για την αντιμετώπιση του εκφοβισμού, πρέπει να δώσετε μεγάλη σημασία σε αυτό τον παράγοντα, αφού πολλά περιστατικά εκφοβισμού παρουσιάζονται εξ' αιτίας αρνητικών συνθηκών που υπάρχουν στην τάξη.

ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

Πρέπει να **αποφεύγουμε τις αρνητικές πτυχές του ανταγωνισμού** μεταξύ των μαθητών στη τάξη, αφού ο ανταγωνισμός μπορεί να αποτελέσει αιτία άσκησης βίας. Μπορεί να δημιουργήσει σε κάποιο μαθητή, ο οποίος δεν επιτυγχάνει σε κάποιες δραστηριότητες που θεωρούνται σημαντικές στην τάξη, την αίσθηση ότι είναι «χαμένος» και ότι δεν θα καταφέρει ποτέ κάτι σημαντικό. Ένα τέτοιο συναίσθημα μπορεί να αποτελέσει **κίνητρο να εκφοβίζει ο «ηττημένος» τους νικητές.**

Προώθηση **θετικών αλληλεπιδράσεων** μεταξύ των μαθητών και μεταξύ εκπαιδευτικού-μαθητών: μπορούμε να αναθέσουμε στους μαθητές μας να εργαστούν συνεργατικά σε μικρές ομάδες, ούτως ώστε να επιτύχουν κοινούς μαθησιακούς στόχους. Τέτοιες στρατηγικές οδηγούν στην ένταξη μαθητών μειονοτήτων, αλλόγλωσσων, μαθητών από διάφορα κοινωνικό-οικονομικά στρώματα και νεοεισερχόμενων παιδιών στο σχολείο.

ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

- # Για ενδυνάμωση των αλληλεπιδράσεων μεταξύ των μαθητών, θα πρέπει να δημιουργήσουμε συνεργατικές εμπειρίες στην τάξη (ενίσχυση αξιών 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).
- # Στην τάξη θα πρέπει να καθοριστούν **ξεκάθαροι κανόνες, ρουτίνες και συνέπειες απειθαρχίας.**
- # Απαραίτητη είναι και η συζήτηση του κώδικα συμπεριφοράς, ούτως ώστε να **προσαρμόζεται στις ειδικές ανάγκες κάθε τάξης.**
- # Χρειάζεται **ευελιξία** στις στρατηγικές μείωσης της απειθαρχίας. Κάποιες φορές είναι περισσότερο πιθανό να σταματήσει η απειθαρχία εάν αγνοήσουμε το περιστατικό εσκεμμένα. Ωστόσο, σε τάξεις-τμήματα, που η αταξία έχει σοβαρή μορφή και σοβαρές συνέπειες, η τιμωρία μπορεί να είναι απαραίτητη για την αποτελεσματική αντιμετώπιση της δυσχερούς κατάστασης.

ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

- # Ο τρόπος συμπεριφοράς του δασκάλου προς τους μαθητές πρέπει να στοχεύει στην προαγωγή της ευαισθητοποίησης των μαθητών προς τα θύματα και στην καλλιέργεια ενός ασφαλούς μαθησιακού κλίματος για όλους τους μαθητές. Με αυτό τον τρόπο τα παιδιά ενθαρρύνονται να αναστοχάζονται σε σχέση με τα αισθήματα τους και να προστατεύουν τα θύματα. Πρέπει να επαινούμε μαθητές που ανταποκρίνονται θετικά στις προσδοκίες όχι μόνο της τάξης, αλλά και του σχολείου. Επίσης, επιβάλλεται η παροχή διαφοροποιημένης ανατροφοδότησης σε όλους τους μαθητές αφενός για την επίδοση και αφετέρου για τη συμπεριφορά τους.

**Ευχαριστώ για την
προσοχή σας**

