



ΤΟΥ ΓΕΡΑΣΙΜΟΥ Α. ΚΟΛΑΪΤΗ

Όταν οι έφηβοι αισθάνονται ανασφαλείς στο σχολείο τους

Η θυματοποίηση εξαιτίας σχολικού εκφοβισμού και βίας (bullying) αποτελεί παγκόσμιο φαινόμενο, η έκταση του οποίου επιβεβαιώθηκε και από την Ευρωπαϊτική Ομάδα Μελέτης της Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων. Το Δίκτυο δημιουργήθηκε προ δετίας, με συμμετοχή 13 χωρών της Ευρώπης (μεταξύ αυτών και η Ελλάδα) και της Ασίας (πρόσφατα διευρύνθηκε σε Αφρική και Ν. Αμερική) με σκοπό τη μελέτη σημαντικών προβλημάτων ψυχικής υγείας ανηλίκων σε παγκόσμιο επίπεδο. Επιλέξαμε να ξεκινήσουμε με το bullying αφού και οι δύο μορφές του (παραδοσιακό και διαδικτυακό) έχουν συσχετιστεί με δυσμενείς επιπτώσεις στην ψυχική υγεία μεταξύ των θυμάτων ενώ το συνδυασμένο bullying με ακόμη πιο σοβαρά ψυχιατρικά προβλήματα. Ο εκφοβισμός μπορεί να έχει σοβαρές μακροχρόνιες επιπτώσεις στα θύματα όπως π.χ. άγχος και κατάθλιψη, αυτοκτονικές συμπεριφορές, προβλήματα σωματικής υγείας, κακή ποιότητα ζωής και οικονομικές απώλειες.

Η πρώτη λοιπόν μελέτη του Δικτύου αφορούσε το παραδοσιακό και διαδικτυακό bullying σ' ένα μεγάλο δείγμα 21.688 εφήβων, ηλικίας 13-15 ετών σε χώρες με διαφορετικό επίπεδο κοινωνικοοικονομικής ανάπτυξης και δημοσιεύτηκε στο επιστημονικό περιοδικό *European Child and Adolescent Psychiatry* (2021). Τα ποσοστά οποιασδήποτε θυματοποίησης κυμαίνονταν από 16,1% (Ιαπωνία) έως 43,9% (Ινδονησία). Τα ποσοστά γενικής θυματοποίησης ήταν 28,1% για όλο το δείγμα, της παραδοσιακής θυματοποίησης 17,5%, της διαδικτυακής μόνο 4,7% και της συνδυασμένης 5,8%. Η Ελλάδα κατείχε τη δεύτερη καλύτερη θέση μεταξύ των 13 χωρών με ποσοστά 16,2%, 11,5% 2,7% και 2% αντίστοιχα. Σε όλες τις περιπτώσεις, η μη ύπαρξη προγραμμάτων αντιμετώπισης σχετιζόταν με αυξημένες πιθανότητες όλων των ειδών θυματοποίησης.

Αναφορικά με το διαδικτυακό bullying, διαπιστώσαμε ότι αποτελεί διαφορετικό φαινόμενο, το οποίο συμβαίνει τόσο ανεξάρτητα όσο και μαζί με τον παραδοσιακό

εκφοβισμό, με ποικίλα ποσοστά στις συμμετέχουσες χώρες (από 1% στην Ιαπωνία έως 12,3% στη Ρωσία). Μ' άλλα λόγια, το cyberbullying μπορεί να δημιουργήσει νέα θύματα και να επιδεινώσει τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν όσοι είναι ήδη θύματα παραδοσιακού bullying και εκφοβίζονται και διαδικτυακά.

Νεότερη δημοσίευσή μας (2022), στο επιστημονικό περιοδικό *Frontiers in Psychiatry*, στο πλαίσιο της ίδιας μελέτης, έδειξε πως τα ποσοστά των εφήβων που αισθάνονταν ανασφαλείς στο σχολείο διέφεραν ευρέως, με μέσο ποσοστό 31,4% για το συνολικό δείγμα. Και στα δύο φύλα παρατηρήθηκε σημαντική σχέση μεταξύ της αίσθησης ανασφάλειας και εκφοβισμού – είτε παραδοσιακού είτε συνδυαστικού. Το cyberbullying φαίνεται να ήταν σημαντικός παράγοντας μόνο για τα κορίτσια, που ήδη γνωρίζουμε ότι είναι πιο ευάλωτα. Τόσο το να είσαι μάρτυρας, όσο και να είσαι θύμα βίας στο σχολείο, μπορούσαν να προβλέψουν μεταγενέστερα συμπεριφορικά και συναισθηματικά προβλήματα. Οι έφηβοι που αντιμετώπιζαν προβλήματα ψυχικής υγείας ή εκφοβισμού είχαν υψηλότερο κίνδυνο να αισθάνονται ανασφαλείς στο σχολείο στις διάφορες χώρες.

Συμπερασματικά, το πλέον αποτελεσματικό μέσο για να εμποδίσει την ενδοσχολική βία και τον εκφοβισμό είναι το ίδιο το σχολείο, αυτό που αναγνωρίζει το πρόβλημα, ευαισθητοποιείται και αναπτύσσει σταθερά τακτικές αντιμετώπισης. Θετικά σχολικά περιβάλλοντα, που είναι δίκαια και αξιόπιστα και κάνουν τους μαθητές να αισθάνονται συνδεδεμένοι και ασφαλείς, έχουν αναφερθεί ότι παρέχουν προστασία κατά του εκφοβισμού. Οι έφηβοι θα πρέπει να αξιολογούνται τόσο για θυματοποίηση όσο και ψυχοπαθολογία δεδομένου ότι συχνά αναπτύσσεται ένας φαύλος κύκλος, στον οποίο η θυματοποίηση συσχετίζεται με υψηλότερα επίπεδα ψυχιατρικών συμπτωμάτων και αυτά τα συμπτώματα διαιωνίζουν τη θυματοποίηση.