

# Σχολικός εκφοβισμός: ένας οδηγός για γονείς μαθητών με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος



Ένα παιδί με διαταραχή αυτιστικού φάσματος (ΔΑΦ) κινδυνεύει περισσότερο να πέσει θύμα εκφοβισμού στο σχολείο σε σχέση με τους υπόλοιπους συμμαθητές του. Όμως είναι πολύ πιθανό να μη μπορεί να σας ενημερώσει γι' αυτό. Σ' αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο εξηγούμε τον όρο «Σχολικός Εκφοβισμός» (bullying), τα σημάδια που σας ειδοποιούν ότι το παιδί σας έχει πέσει θύμα εκφοβισμού και τις πιθανές επιπτώσεις μιας τέτοιας κατάστασης. Επίσης παρέχουμε μερικές πρακτικές ιδέες για το πώς θα διερευνήσετε αν το παιδί σας είναι θύμα σχολικού εκφοβισμού και για τι μπορείτε να κάνετε για να προλάβετε ή να αντιμετωπίσετε μια τέτοια κατάσταση.

## Τι είναι ο σχολικός εκφοβισμός

Οργανισμοί και επιστήμονες γενικά συμφωνούν ότι ο σχολικός εκφοβισμός είναι κακόβουλη συμπεριφορά που προκαλεί σωματικό και ψυχικό πόνο με απώτερο σκοπό την καταδυνάστευση του θύματος από τον «νταή». Ο σχολικός εκφοβισμός είναι ένα διάχυτο φαινόμενο της σχολικής ζωής και συμβαίνει σε κάθε χώρα ανεξάρτητα από το κοινωνικό και μορφωτικό επίπεδο των μαθητών. Αν και τα περισσότερα κρούσματα εμφανίζονται σε μαθητές με ΥΛΑ (Υψηλής Λειτουργικότητας Αυτισμό) ή σύνδρομο Άσπεργκερ που φοιτούν στο τυπικό σχολείο, έχουν αναφερθεί περιστατικά εκφοβισμού ακόμα και σε ειδικά σχολεία, σύμφωνα με τη National Autistic Society (NAS).

Τρία είναι τα κύρια χαρακτηριστικά μιας τέτοιας συμπεριφοράς:

- Είναι εσκεμμένα κακόβουλη
- Είναι επαναλαμβανόμενη
- Φέρνει το θύμα σε κατάσταση πλήρους αδυναμίας να αμυνθεί

Ο εκφοβισμός εκφράζεται με διάφορους τρόπους:

- **Σωματικός:** χτυπήματα, τραυματισμοί, κλοπές
- **Λεκτικός:** προσβολές, κοροϊδίες
- **Κοινωνικός:** αποκλεισμός, φήμες, διαδόσεις
- **Εξωλεκτικός:** μορφασμοί, χειρονομίες
- **Ηλεκτρονικός:** απειλές μέσω διαδικτύου και κινητών
- **Υποκίνηση** του θύματος σε παραβατικές συμπεριφορές

Εκτός από τον κλασσικό εκφοβισμό μέσα στο σχολείο, το παιδί σας μπορεί να γίνει θύμα εκφοβισμού μέσω του διαδικτύου ή του κινητού τηλεφώνου (cyberbullying).

Τα τελευταία χρόνια το φαινόμενο του ηλεκτρονικού εκφοβισμού παρουσιάζει σημαντική αύξηση σύμφωνα με μελέτες (DfES, 2005 – Anti-Bullying Alliance,

# Σχολικός εκφοβισμός: ένας οδηγός για γονείς μαθητών με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος



2006). Τα νέα μέσα επικοινωνίας επιτρέπουν στους ηλεκτρονικούς «νταήδες» να δρουν με πολλούς τρόπους και χωρίς τοπικούς ή χρονικούς περιορισμούς.

Ειδικότερα ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός συνήθως περιλαμβάνει: απειλητικά μηνύματα μέσω e-mails, chat forums, social media (πχ. Facebook), δημοσιοποίηση προσβλητικών videos στο YouTube, δημιουργία ψεύτικων προφίλ σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης, δημιουργία υβριστικών ιστότοπων. Αυτό σημαίνει ότι ο εκφοβισμός δεν περιορίζεται πλέον στο σχολικό περιβάλλον και ωράριο, αλλά μπορεί να γίνει και κατά τις απογευματινές ώρες και τα Σαββατοκύριακα.

## Παιδιά με ΔΑΦ: Εύκολοι στόχοι

Τα παιδιά που βρίσκονται στο φάσμα του αυτισμού κινδυνεύουν περισσότερο να γίνουν θύματα σχολικού εκφοβισμού. Πολλές μελέτες συγκλίνουν σ' αυτό το συμπέρασμα (π.χ. Attwood, 2005)

Η τριάδα των διαταραχών που εμφανίζουν τα άτομα με ΔΑΦ:

- Δυσκολίες στη κοινωνική αλληλεπίδραση
- Δυσκολίες στη λεκτική και εξωλεκτική επικοινωνία
- Στερεοτυπίες

σε συνδυασμό με πιθανά αισθητηριακά προβλήματα (υπερευαισθησία σε ήχους, φως, συγκεκριμένες υφές) κάνουν τα άτομα αυτά να εμφανίζουν περίεργες και συχνά ακατανόητες (για τους άλλους) συμπεριφορές με αποτέλεσμα να ξεχωρίζουν, ειδικά κατά την εφηβεία.

Επιπλέον τα άτομα με ΔΑΦ είναι κοινωνικά «αφελή» καθώς δυσκολεύονται να αποκωδικοποιήσουν τη γλώσσα του σώματος και τις εκφράσεις των άλλων και να αντιληφθούν τα απώτερα κίνητρά τους.

## Στο διάλειμμα

Οι μαθητές με ΔΑΦ είναι εύκολο να στοχοποιηθούν στην αυλή του σχολείου καθώς συνήθως προτιμούν να παίζουν μόνοι. Αν το σχολείο δεν τους παρέχει κάποια υποστηρικτική δομή (πχ. αίθουσα υπολογιστών, εναλλακτικός χώρος παιχνιδιού κλπ.) μπορούν εύκολα να γίνουν θύματα «νταήδων». Ακόμα καθώς μπορεί να συμπεριφέρονται «περίεργα» κάνοντας επαναλαμβανόμενες κινήσεις ή διατυπώνοντας κοινωνικά ακατάλληλα σχόλια, γίνονται αντικείμενο χλευασμού.

Για όλους τους παραπάνω λόγους οι μαθητές με ΔΑΦ «ξεχωρίζουν» και στοχοποιούνται.

# Σχολικός εκφοβισμός: ένας οδηγός για γονείς μαθητών με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος



## Το παιδί με ΔΑΦ ως «νταής»

Μερικές φορές οι μαθητές με ΔΑΦ μπορούν να γίνουν οι ίδιοι «νταήδες» ή να θεωρηθούν από τους άλλους ως τέτοιοι. Μερικά παιδιά μπορεί να γίνουν επιθετικά λόγω έλλειψης δόμησης ή αλλαγής στη ρουτίνα τους ή από μίμηση ή για να γίνουν αποδεκτά από την ομάδα των νταήδων. Μπορεί επίσης να εκνευριστούν εάν νιώσουν ότι αποκλείονται ή να επιδιώξουν να δημιουργήσουν φιλίες με κοινωνικά λανθασμένους τρόπους. Κάποιες φορές η συμπεριφορά τους μπορεί να γίνει πειστική και τα σχόλιά τους να ακουστούν προσβλητικά ή απειλητικά.

Καθώς εδώ απουσιάζει η κακόβουλη πρόθεση, η τιμωρία είναι διπλά αναποτελεσματική. Η ενημέρωση του σχολείου ούτως ώστε οι καθηγητές και οι συμμαθητές να μην παρεξηγούν αυτές τις συμπεριφορές καθώς και η εκπαιδευτική δουλειά μέσω κοινωνικών ιστοριών φέρνουν καλύτερο αποτέλεσμα.

## Σημάδια εκφοβισμού

Η δυσκολία για τον γονέα παιδιού στο φάσμα είναι να αναγνωριστεί έγκαιρα ο εκφοβισμός. Επομένως ο γονιός πρέπει να έχει το νου του για κάποια χαρακτηριστικά σημάδια που δείχνουν ότι το παιδί πιθανόν εκφοβίζεται.

Τα κυριότερα σημάδια είναι:

- Επιστρέφει σπίτι με βρώμικα ή σχισμένα ρούχα ή/και χωρίς βιβλία, τσάντα ή άλλα προσωπικά αντικείμενα
- Έχει μώλωπες, αμυχές, διαστρέμματα
- Έρχεται αργοπορημένο ή από διαφορετικό δρόμο
- Αρνείται να πάει στο σχολείο ή/και βρίσκει δικαιολογίες για να το αποφύγει
- Είναι αδικαιολόγητα αγχωμένο ή/και ανήσυχο και εμφανίζει κρίσεις πανικού
- Εμφανίζει μειωμένη, σε σχέση με τη συνηθισμένη, συγκέντρωση προσοχής
- Η σχολική του επίδοση σημειώνει πτώση
- Δυσκολεύεται να κοιμηθεί

Κάποια παιδιά με ΔΑΦ που εκφοβίζονται στο σχολείο «μεταφέρουν» τη συμπεριφορά αυτή στο σπίτι προς τα αδέρφια τους, μιμούμενοι αυτό που βλέπουν να κάνουν οι «νταήδες».

# Σχολικός εκφοβισμός: ένας οδηγός για γονείς μαθητών με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος



Επειδή υπάρχουν κι άλλοι λόγοι που μπορούν να προκαλέσουν τέτοιες συμπεριφορές είναι σημαντικό ο γονέας να διερευνήσει το θέμα συστηματικά και με ψυχραιμία. Αυτό δεν είναι πάντα εύκολο αφενός μεν λόγω των δυσκολιών του ίδιου του παιδιού να εξηγήσει το πρόβλημα και αφετέρου λόγω της έμφυτης δυσκολίας του ατόμου με αυτισμό να κατανοήσει τις προθέσεις των άλλων. Ίσως θα ήταν καλό να χρησιμοποιηθούν έμμεσοι τρόποι ανίχνευσης του προβλήματος. Μερικές ιδέες:

- Καταγράψτε σε ένα χαρτί τη σχολική ρουτίνα (πχ. 8:15 – 9:00 μαθηματικά, 9:00 – 9:10 διάλειμμα). Δώστε στο παιδί 3 κάρτες (χαρούμενος, λυπημένος, θυμωμένος). Ο γονέας διαβάζει τη δραστηριότητα και το παιδί ανταποκρίνεται με μια κάρτα. Εάν το παιδί επιλέξει τις κάρτες θυμωμένος ή λυπημένος προσπαθήστε να ανιχνεύσετε την αιτία.
- Κρατήστε επαφή με το δάσκαλο ή τη δασκάλα ούτως ώστε να έχετε μια ενημέρωση για το πώς πήγε η εβδομάδα.
- Μιλήστε διακριτικά με συμμαθητές του παιδιού σας που γνωρίζετε καλά για το αν έχουν εντοπίσει κάτι ανησυχητικό. Πείτε πχ. «Ανησυχώ τον τελευταίο καιρό για τον Κ. Τον βλέπω στενοχωρημένο. Έχετε παρατηρήσει κάτι;»
- Ο Tony Attwood προτείνει τη δημιουργία ενός «βιβλίου παραπόνων» όπου το παιδί μπορεί να καταγράφει αυτά που τον ενοχλούν. Μεταξύ αυτών και περιστατικά εκφοβισμού.
- Εναλλακτικά αν οι ικανότητες του παιδιού το επιτρέπουν ενθαρρύνετε τη δημιουργία ενός ημερολογίου.

## Τι μπορώ να κάνω για να προστατέψω το παιδί μου

Τα παρακάτω χαρακτηριστικά των παιδιών με ΔΑΦ τα καθιστούν ιδανικούς στόχους εκφοβισμού:

1. Στερεοτυπίες, περίεργες κινήσεις, διατύπωση σκέψεων φωναχτά, περίεργη στάση σώματος. Αντιμετώπιση:
  - Μάθετε το παιδί να μην σκέφτεται φωναχτά
  - Δείξτε του πώς να κρύβει τα χέρια του κάτω από το θρανίο εάν κάνει κάποια «περίεργη» κίνηση, κρατώντας λίγο *blu tac* ή ένα μολύβι
  - Ενημερώστε με απλά λόγια τους συμμαθητές ότι αυτές οι κινήσεις δείχνουν άγχος και ζητήστε τους να το βοηθούν

# Σχολικός εκφοβισμός: ένας οδηγός για γονείς μαθητών με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος



2. Προτιμά να μένει μόνο στο διάλειμμα ή δυσκολεύεται να κάνει φίλους.  
Αντιμετώπιση:
  - Προσπαθήστε να φτιάξετε εσείς ένα κύκλο φίλων κανονίζοντας συναντήσεις πχ. για κάποιο project ή δραστηριότητα μετά το σχολείο ή το Σαββατοκύριακο
  - Συνεννοηθείτε με το σχολείο για το αν είναι δυνατόν το παιδί να έχει έναν χώρο όπου θα απασχολείται στα διαλείμματα πχ. βιβλιοθήκη ή αίθουσα υπολογιστών
  - Εξηγήστε του πως πρέπει να βρίσκεται κοντά σε μεγάλες παρέες και να μην απομονώνεται
  
3. Αντιδρά με λανθασμένο τρόπο στις προσβολές από τους «νταήδες» είτε με επιθετικότητα είτε με υπερευαισθησία πχ. κλάματα.  
Αντιμετώπιση:
  - Βρείτε μερικές ψύχραιμες απαντήσεις σε προσβλητικά σχόλια και κάνετε πρόβα με το παιδί στο σπίτι για το πώς πρέπει να απαντά στους νταήδες, πχ. ο νταής λέει: «Βρωμάς». Το παιδί απαντά: «Και βέβαια όχι, αφού κάνω μπάνιο κάθε μέρα». Αυτή η άσκηση δεν στοχεύει τόσο στο να αποστομωθεί ο νταής όσο στο να αποδώσει ένα μέρος του ελέγχου της κατάστασης στο θύμα.
  
4. Δυσκολεύεται να καταλάβει τα κίνητρα πίσω από τον εκφοβισμό και μπορεί ακόμα και να θεωρεί ότι ο νταής είναι φίλος του. Αντιμετώπιση: Διδάξτε του τα χαρακτηριστικά του καλού φίλου και το τι θα πρέπει να αποφεύγει, πχ. κάντε μια γενική λίστα όπως:

Καλός φίλος είναι κάποιος που:

- Είναι ευγενικός
- Είναι ειλικρινής
- Προσφέρεται να σε βοηθήσει
- Σε προσκαλεί να συμμετέχεις σε ότι κάνει
- Σε καλωσορίζει στο σχολείο
- Μοιράζεται πράγματα μαζί σου
- Είναι δίκαιος
- Σε παρηγορεί όταν έχεις κάποιο πρόβλημα
- Σε ακούει

# Σχολικός εκφοβισμός: ένας οδηγός για γονείς μαθητών με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος



5. Αντιλαμβάνεται κυριολεκτικά ότι του λένε και έτσι δίνει ευκαιρίες για χλευασμό, πχ. του λένε: «Φύγε από δω!» και απαντά: «Που να πάω;». Αντιμετώπιση: Βοηθήστε το δίνοντας συγκεκριμένα παραδείγματα για τη σημασία κάποιων φράσεων, πχ. «Όταν σου λένε φύγε από δω αυτό που εννοούν είναι να απομακρυνθείς». Δημιουργείστε τη δική σας λίστα φράσεων.

## Όταν ο δάσκαλος γίνεται, άθελά του, εκφοβιστής

Συχνά στα πλαίσια της πειθαρχίας ο δάσκαλος μπορεί να κάνει παρατήρηση σε κάποιο μαθητή μπροστά σε όλη τη τάξη. Αυτό μπορεί να λειτουργεί με νευροτυπικούς μαθητές καθώς τους αναγκάζει να σταματήσουν την ενοχλητική συμπεριφορά κυρίως εξαιτίας της αμηχανίας ή της ντροπής που αισθάνονται. Ένας μαθητής με ΔΑΦ μπορεί να μην ενδιαφέρεται να ικανοποιήσει τον δάσκαλο ή να μην νιώθει ντροπή οπότε θα μπερδευτεί από μια παρατήρηση. Μπορεί να καταλάβει ότι υπάρχει κάποιο πρόβλημα, αλλά να μην καταλαβαίνει τι έκανε λάθος. Σκεφτείτε το παρακάτω παράδειγμα:

*«Άκου νεαρέ», λέει ο δάσκαλος με έντονη φωνή, «βαρέθηκα αυτή τη συμπεριφορά. Όταν απευθύνεσαι σε μένα θα με αποκαλείς Κύριε, κατάλαβες;». Ο Δ. μπερδεύτηκε. Τι σημαίνει «απευθύνομαι»; Γιατί να μην αποκαλεί τον δάσκαλο με το όνομά του; Δεν ξέρει τι πρέπει να κάνει επομένως δεν αντιδρά με τον αναμενόμενο τρόπο.*

Εξαιτίας των εγγενών χαρακτηριστικών του αυτισμού ο μαθητής που βρίσκεται στο φάσμα μπορεί να φανεί παραβατικός και προκλητικός. Μπορεί να μην καταλαβαίνει τι του ζητείται ή να διορθώνει τον δάσκαλο με διδακτικό ύφος ή να εκλαμβάνει κυριολεκτικά τα λόγια του δασκάλου.

Όταν ο δάσκαλος δεν γνωρίζει για το φάσμα του αυτισμού και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά των ατόμων που βρίσκονται σ' αυτό είναι πιθανόν να καταφύγει στις συστηματικές παρατηρήσεις ή ακόμα και στις επανειλημμένες τιμωρίες προκειμένου να «πειθαρχήσει» το παιδί με αποτέλεσμα να μετατρέπεται άθελά του σε εκφοβιστή.

Αντιμετώπιση: Ενημερώστε έγκαιρα και πλήρως χωρίς ωραιοποιήσεις και φροντίστε η ενημέρωση να φτάσει σε όλους όσοι εμπλέκονται με το παιδί.

# Σχολικός εκφοβισμός: ένας οδηγός για γονείς μαθητών με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος



*Προσοχή: Οι διαμάχες μεταξύ συμμαθητών και οι τυχαίες συγκρούσεις όπως και τα φιλικά πειράγματα ή ένα τυχαίο σπρώξιμο δεν αποτελούν εκφοβισμό.*

*Ο παρακάτω πίνακας μπορεί να χρησιμεύσει στο καθορισμό του εάν ένα περιστατικό αποτελεί «απλή διαμάχη μεταξύ συμμαθητών» ή εκφοβισμό.*

<b>Απλή διαμάχη μεταξύ συμμαθητών</b>	<b>Σχολικός εκφοβισμός</b>
<i>Ισοδυναμία μεταξύ των μαθητών</i>	<i>Ασυμμετρία μεταξύ των μαθητών</i>
<i>Οι εμπλεκόμενοι μπορεί να είναι φίλοι</i>	<i>Οι εμπλεκόμενοι δεν είναι φίλοι</i>
<i>Η αρνητική συμπεριφορά δεν είναι συστηματική</i>	<i>Η αρνητική συμπεριφορά επαναλαμβάνεται συστηματικά</i>
<i>Η σύγκρουση δεν είναι προμελετημένη ούτε υπάρχει κακόβουλη πρόθεση</i>	<i>Η πράξη είναι προμελετημένη</i>
<i>Ακολουθείται από μεταμέλεια και τύψεις</i>	<i>Ο νταής μεταθέτει την ευθύνη, δεν υπάρχει πραγματική μεταμέλεια</i>
<i>Η σχέση μεταξύ των μαθητών αποκαθίσταται</i>	<i>Δεν επιδιώκεται η αποκατάσταση της σχέσης μεταξύ των μαθητών</i>
<i>Και οι δύο εμπλεκόμενοι έχουν ενεργητική συμμετοχή</i>	<i>Μόνο ο ένας εμπλεκόμενος συμμετέχει ενεργά</i>
<i>Οι εμπλεκόμενοι έχουν συνήθως υποστηρικτές</i>	<i>Το θύμα δεν έχει καμιά υποστήριξη</i>
<i>Επιδιώκεται η επίλυση της διαφοράς</i>	<i>Επιδιώκεται η απόκτηση του ελέγχου</i>

**Σ. Μαγνήσαλης – Σ. Σαγιά**

## ΠΗΓΕΣ

**National Autistic Society, Interactive Autism Network, Fact Sheets for Autism**

*Η «ΑΥΤΙΣΜΟΣ – ΑΣΠΕΡΓΚΕΡ ΕΛΛΑΣ» εργάζεται ούτως ώστε το φάσμα του αυτισμού να γίνει κατανοητό και αποδεκτό από την ευρύτερη κοινωνία και ως εκ τούτου τα αυτιστικά άτομα να έχουν τη στήριξη που χρειάζονται για να απολαμβάνουν τα βασικά ανθρώπινα δικαιώματα και τις ίσες ευκαιρίες κοινωνικοοικονομικής ενσωμάτωσης, που όλοι οι άνθρωποι δικαιούνται, χωρίς διακρίσεις.*