

Ποια είναι η διαφορά μεταξύ πειράγματος και σχολικής βίας;

Το πείραγμα:

- Γίνεται μεταξύ ανθρώπων που συμπαθούν ο ένας τον άλλον.
- Επιτρέπεται μόνο όταν όλοι το διασκεδάζουν.
- Σταματάει αμέσως μόλις κάποιος από την παρέα αισθανθεί άσχημα.



Σχολική βία:

- Ασκει κάποιος όταν σκόπιμα σε κάνει δυστυχισμένο ή σε απειλεί.



Αν τύχει σε μένα τι να κάνω;

Αν ένα πρόσωπο ή μια ομάδα προσπαθεί να σε φοβίσει, φρόντισε με κάθε τρόπο να μιλήσεις σε κάποιον γι' αυτό. Μην το κρατάς για τον εαυτό σου! Πες το σ' έναν φίλο, σε δάσκαλο ή στη μαμά σου, προτού η κατάσταση βγει εκτός ελέγχου. Η φράση «ένα πρόβλημα που το συζητάμε με κάποιον, γίνεται μισό πρόβλημα», είναι πολύ σοφή.

Να θυμάσαι!

- Μη σκέφτεσαι σαν θύμα.
- Πάντα να μιλάς και να ζητάς βοήθεια. Είναι δύσκολο να αντιμετωπίζεις τέτοιου είδους καταστάσεις μόνος σου.
- Το να αποκαλύψεις ότι απειλείσαι δεν είναι θέμα δειλίας. Είναι θέμα αυτοπροστασίας.

Τα πειράγματα στο σχολείο εξελίχθηκαν τόσο άσχημα, ώστε κάθε βράδυ έκλαιγα μέχρι να με πάρει ο ύπνος. Μισούσα το σχολείο και φοβόμουν τρομερά να μιλήσω σε κάποιον γι' αυτό που μου συνέβαινε. Ήταν μόνο δυο κορίτσια, αλλά με ακολουθούσαν παντού και με κορόιδευαν όλη την ώρα. Οι φίλοι μου έλεγαν να μην τους δίνω σημασία, αλλά αυτό δεν γίνεται έτσι απλά. Με είχαν πραγματικά στο χέρι. Μια μέρα, κατά τη διάρκεια του μεσημεριανού, ξέσπασα σε κλάματα και μια από τις τραπεζοκόμους μου μίλησε. Της είπα τα πάντα και με βοήθησε να μιλήσω στη δασκάλα μου. Δεν ήξερα τι να κάνω. Τώρα είναι πολύ καλύτερα. Αυτές οι δυο δεν έγιναν φίλες μου, αλλά με αφήνουν τώρα πια στην ησυχία μου.

Μαίρη, 10



«Η γλώσσα κόκκαλα δεν έχει και κόκκαλα τσακίζει!»

Τέτοιες λέξεις είναι ικανές να προκαλέσουν πολύ μεγαλύτερα τραύματα απ' ό,τι η σωματική βία, και μάλιστα τραύματα με μονιμότερες συνέπειες στην ψυχή.

Εικόνες και αποσπάσματα από το βιβλίο της Michele Elliott «Τι να κάνεις όταν σ' έχουν βάλει στο μάτι!» από τις εκδόσεις Αδελφοί Βλάσσου.

