



## Τι είναι παρενόχληση;

Παρενόχληση (bullying) είναι η επιθετική συμπεριφορά από πρόθεση, που επαναλαμβάνεται με τον καιρό και περιλαμβάνει μια ανισορροπία δύναμης και εξουσίας. Τα παιδιά που γίνονται αντικείμενο παρενόχλησης αντιμετωπίζουν δυσκολίες στο να υπερασπιστούν τον εαυτό τους.

Παρενόχληση είναι όταν κάποιος συνεχίζει να κάνει ή να λέει πράγματα για να έχει δύναμη πάνω σε κάποιο άλλο άτομο. Μερικοί τρόποι να φοβηρίσει κανείς τους άλλους είναι με το να τους βρίζει, να λέει ή να γράφει δυσάρεστα πράγματα για αυτούς, να τους αφήνει έξω από δραστηριότητες, να μην τους μιλάει, να τους απειλεί, να τους κάνει να νιώθουν άβολα ή φοβισμένοι, να παίρνει ή να καταστρέφει τα πράγματά τους, να τους χτυπά ή να τους κλωτσά ή να τους ωθεί να κάνουν πράγματα παρά τη θέλησή τους.



## Πώς εκδηλώνεται;

Περιστατικά παρενόχλησης μεταξύ παιδιών και εφήβων μπορούν να συμβούν με πολύ διαφορετικές μορφές. Δεν εκδηλώνονται μόνο μέσω καυγάδων και επιθετικότητας, αλλά και μέσω διαφορετικών τύπων εκφοβισμού που αφήνουν το θύμα εκτεθειμένο. Αυτοί μπορεί να είναι:

- Λεκτικοί εκφοβισμοί (προσβολές, βρισιές, διάδοση φημών...)
- Ψυχολογικοί εκφοβισμοί (απειλές με σκοπό την πρόκληση φόβου στο θύμα, την απόσπαση χρημάτων και άλλων αντικειμένων ή απλά τον εξαναγκασμό του θύματος να κάνει πράγματα που δεν θέλει).
- Σωματική επιθετικότητα (καυγάδες και ξύλο), καταστροφή προσωπικών αντικειμένων και μικροκλοπές.
- Κοινωνική απομόνωση, είτε με την αποτροπή της συμμετοχής του ατόμου σε ορισμένες δραστηριότητες είτε με αγνόηση της παρουσίας του.



## Η παρενόχληση είναι μέρος της ανάπτυξης;

Μερικοί άνθρωποι θέλουν να πιστεύουν ότι η παρενόχληση είναι απλά μέρος της ανάπτυξης και ότι είναι ένας τρόπος να μάθουν τα παιδιά και οι νέοι να υπερασπίζονται τον εαυτό τους. Ωστόσο, η παρενόχληση μπορεί να κάνει τα νέα άτομα να νιώθουν μοναχικά, δυστυχή και φοβισμένα, να αισθάνονται ανασφαλή και να πιστεύουν ότι κάτι δεν πάει καλά με αυτά. Χάνεται η εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και μπορεί να μην θέλουν να ξαναπάνε στο σχολείο. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε εκπαιδευτική αποτυχία, ανάμεσα σε άλλα προβλήματα. Επιπλέον, συνεχής, επίμονη και έντονη παρενόχληση έχει οδηγήσει σε τρομερές συνέπειες όπως η αυτοκτονία παιδιών σε πολλές Ευρωπαϊκές χώρες.



## Τι είναι η ρατσιστική παρενόχληση;

Ρατσιστική παρενόχληση προκύπτει όταν άτομα παρενοχλούνται εξαιτίας της φυλής τους, της κουλτούρας ή της θρησκευτικής τους πίστης. Τα θύματα αυτού του τύπου παρενόχλησης είναι πολιτισμικές, φυλετικές ή θρησκευτικές μειονότητες. Σε αυτές τις περιπτώσεις οι ρατσιστικές βρισιές και η χρήση στερεοτυπικών εκφράσεων είναι πολύ διαδεδομένη.



## Τι είναι η παρενόχληση στον κυβερνοχώρο;

Η παρενόχληση στον κυβερνοχώρο προκύπτει όταν παιδιά ή έφηβοι παρενοχλούνται μεταξύ τους μέσω του Διαδικτύου ή μέσω κινητών τηλεφώνων και άλλων ηλεκτρονικών τεχνολογιών. Πρόκειται δε για μια εξελισσόμενη μόδα. Οι συμπεριφορές που μπορεί να προκύψουν περιλαμβάνουν:

- Αποστολή κειμένων, e-mail, ή άμεσων μηνυμάτων με κακό περιεχόμενο.
- Η δημοσίευση δυσάρεστων φωτογραφιών ή μηνυμάτων για άλλους σε ιστολόγια (blogs) ή άλλες ιστοσελίδες.
- Χρήση του ονόματος ξένου χρήστη με σκοπό τη διάδοση φημών και ψεμάτων για κάποιον τρίτο (κλοπή ταυτότητας).
- Νεκρές κλήσεις.
- Προσβλητικά προφορικά μηνύματα.

Μερικές φορές προσβλητικά γραπτά μηνύματα προς κινητά τηλέφωνα στέλνονται μέσω ιστοσελίδων χρησιμοποιώντας ονόματα και τηλέφωνα ανθρώπων που δεν έχουν καμία σχέση με το μήνυμα αυτό, αλλά καταλήγουν να κατηγορούνται ότι το έστειλαν οι ίδιοι.

Μια άλλη τεχνική που χρησιμοποιείται από όσους παρενοχλούν ηλεκτρονικά είναι η δημιουργία ιστοσελίδων που στοχοποιούν συγκεκριμένα άτομα καλώντας άλλους να δημοσιεύσουν μηνύματα μίσους.



## Πού μπορούν να ζητήσουν βοήθεια οι γονείς και τα παιδιά;

Το δίκτυο γραμμών βοήθειας INHOPE, επικεντρώνεται στον εντοπισμό παράνομου περιεχομένου στο Διαδίκτυο. Σε πολλές χώρες το ρατσιστικό και ξενοφοβικό υλικό θεωρείται παράνομο και κατά συνέπεια καταγγέλλεται σε αυτές τις γραμμές. Επιπλέον, το δίκτυο INHOPE έχει θεμελιώσει νόμιμες και επίσημες διαδικασίες για την καταγγελία των εν λόγω περιστατικών στους αρμόδιους κυβερνητικούς φορείς. Στην Ελλάδα η ανοιχτή γραμμή επικοινωνίας για καταγγελίες τέτοιων προβλημάτων είναι η Safeline.

Η SafeLine δέχεται καταγγελίες για ιστοχώρους (websites) ή υπηρεσίες νέων (newsgroups) που περιέχουν:

- Εικόνες κακομεταχείρισης των παιδιών, οπουδήποτε στον κόσμο.
- Ρατσιστικό και ξενοφοβικό περιεχόμενο που, κατά την άποψή σας, παραβαίνει την Ελληνική νομοθεσία.
- Άλλο περιεχόμενο, παράνομο, κατά την άποψή σας.

Μπορείτε να επικοινωνείτε με την Safeline στο τηλέφωνο 211 9558450, μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου στη διεύθυνση [report@safeline.gr](mailto:report@safeline.gr) ή μέσω του ιστοχώρου [www.safeline.gr](http://www.safeline.gr).

Επίσης, υπάρχει και το Διεθνές Δίκτυο κατά του Διαδικτυακού Μίσους (INCHACH) που επίσης δέχεται καταγγελίες μέσω e-mail στο [complaints@inach.net](mailto:complaints@inach.net) ή μέσω του website <http://www.inach.net>.