

ΛΥΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟ ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ ΚΑΙ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟ ΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ: Περιγραφή μίας αποτελεσματικής μεθοδολογίας σε μορφή διαλόγου

Από το Παράρτημα:

SOLUTIONS FOR BULLYING IN PRIMARY SCHOOLS

της **Sue Young** στο Βιβλίο:

Peter de Jong & Insoo Kim Berg (2008). Interviewing for Solutions. Belmont, CA: Thomson Brooks / Cole.

Μετάφραση: Δρ. Αδάμ Χαρβάτης, σχολικός ψυχολόγος, αφηγηματικός ψυχοθεραπευτής, επιστημονικά υπεύθυνος του Ινστιτούτου Αφηγηματικής Ψυχοθεραπείας, narrativetherapygr@gmail.com, www.narrativetherapy.gr

Το παρακάτω περιγράφει με γλαφυρό τρόπο τον τρόπο με τον οποίο η Sue Young, σύμβουλος σε σχολεία, έχει εργαστεί για την αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού. Η έρευνα που έχει κάνει στη μεθοδολογία αυτή είχε τα ακόλουθα αποτελέσματα.

Η έρευνα της Sue Young

50 περιπτώσεις	Άμεση επιτυχία	40	(80%)
	Καθυστερημένη επιτυχία	7	(14%)
	Περιορισμένη επιτυχία	3	(6%)

1. Επιτυχία μετά την πρώτη συνάντηση
2. Επιτυχία μετά από τρεις-πέντε συναντήσεις
3. Επαναπαραπομπή του παιδιού και ατομική υποστήριξη

Όταν είδα την Ιωάννα φαινόταν ανήσυχη και μιλούσε ψιθυριστά. Τη ρώτησα το όνομά της, την ηλικία της και για τα μαθήματα από τα οποία ήρθε.

Στην πρώτη αυτή συνάντηση δώσαμε εγώ και η Ιωάννα λίγα λεπτά για να νιώσει άνετα. Συνήθως ρωτάω σχετικά με το σε τι είναι καλό το παιδί στο σχολείο ή μπορεί να το συγχαρώ για κάτι που φοράει ή για τις όμορφες χάντρες στην πλεξούδα της, τα αγαπημένα του παιχνίδια, τα προγράμματα στην τηλεόραση κ.τ.λ. Θέλω να είναι σίγουρο ότι έχω αποφύγει να δώσω την εντύπωση ότι βλέπω το παιδί μόνο με όρους του προβλήματός του. Το να δώσω λίγο χρόνο για να γνωρίσω το παιδί

καλύτερα τείνει να ξεπληρώνεται με μεγάλα πλεονεκτήματα στο υπόλοιπο της συζήτησης.

Μετά ζητάω άδεια, κατά κάποιο τρόπο, για να επέμβω, τσεκάροντας ότι το παιδί θέλει κάποια βοήθεια και ότι θα χαίρονταν για μένα να δουλέψω μαζί του. Τα περισσότερα παιδιά το βρίσκουν δύσκολο να μιλήσουν για τις δυσκολίες τους, οπότε συνήθως τις πλησιάζω με έναν έμμεσο τρόπο, όπως έκανα με την Ιωάννα.

- Σ: Μιλούσα με τη μαμά σου, και φαίνεται να ανησυχεί για σένα, έτσι δεν είναι;
- Ιωάννα: Μμμ.
- Σ: Έχει δίκιο; Μήπως ανησυχείς και εσύ λίγο για κάποια πράγματα;
- Ιωάννα: Ναι.
- Σ: Νομίζω ότι μπορεί να μπορώ να βοηθήσω, είναι εντάξει αυτό με σένα.
- Ιωάννα: Μμμ.
- Σ: Θα χρειαστεί να σε ρωτήσω μερικές ερωτήσεις ακόμη. Πρόσεξα ότι είσαι καλή στο να απαντάς ερωτήσεις, οπότε ελπίζω ότι είσαι εντάξει με αυτό;
- Ιωάννα: Εντάξει.
- Σ: Άκουσα ότι υπάρχουν κάποια παιδιά με τα οποία έχεις δυσκολίες αυτό τον καιρό, έτσι είναι;
- Ιωάννα: Ναι.
- Σ: Με ποιους αντιμετωπίζεις δυσκολίες;
- Ιωάννα: Τη Μελίνα... και μερικές φορές... Το Γρηγόρη
- Σ: Μμμ... Κατάλαβα. (γράφοντας μόνο τα ονόματα). Και ποιοι άλλοι βρίσκονται τριγύρω, όταν έχεις δυσκολίες μαζί τους;
- Ιωάννα: Εε η Τζένη και ...ο Παύλος μερικές φορές...
- Σ: Εντάξει... Ποιοι είναι οι φίλοι σου στο σχολείο;
- Ιωάννα: Εε... Δεν ξέρω... η Τζένη μερικές φορές.
- Σ: Πολύ ωραία, ώστε η Τζένη είναι φίλη σου μερικές φορές . Ποιοι άλλοι θα ήθελες να είναι φίλοι σου;
- Ιωάννα: Παίζω με τον Ρασίντ και τη Σάρα μερικές φορές επίσης.
- Σ: Πολύ ωραία, ο Ρασίντ και η Σάρα επίσης λοιπόν. (γράφοντας τα ονόματα μόνο). Θα ρωτήσω αυτά τα παιδιά εάν μπορούν να βοηθήσουν. Είμαι σίγουρη πώς, από τη στιγμή που θα αρχίσουν να βοηθούν, θα είσαι πιο χαρούμενη στο σχολείο. Θέλω να παρατηρήσεις τι πηγαίνει καλύτερα στο σχολείο μέσα στην επόμενη εβδομάδα και θα ξανάρθω να δω πώς τα πάς. Είναι εντάξει αυτό με σένα;

Δίνω την ευκαιρία στο παιδί πριν το τέλος της κουβέντας να πει οτιδήποτε πιθανά επιθυμεί να μου πει. Φαίνεται ότι το να ρωτήσω τα παιδιά, εάν υπάρχει κάτι που θέλουν να πουν, τους δίνει την άδεια να μην μου πουν πράγματα που θα τα τρόμαζε ότι μπορεί να τα άνοιγα και για τα οποία δεν θα ήθελαν να μιλήσουν. Τελειώνω τη συζήτηση με μία επιβεβαίωση ότι τα πράγματα θα πάνε καλύτερα και ότι θέλω να μου πει την επόμενη εβδομάδα τι βελτιώνεται.

- Ιωάννα: Υπάρχει τίποτα άλλο που θέλεις να μου πεις ή νομίζεις ότι χρειάζεται να ξέρω;
- Σ: Όχι, δεν νομίζω.
- Ιωάννα: Θα σε δω, λοιπόν, την επόμενη Παρασκευή περίπου την ίδια ώρα.
- Σ: Ναι.

Συναντήθηκα με την ομάδα υποστήριξης μετά, η οποία φτιάχτηκε από τα ονόματα που έφτιαξε η Ιωάννα.

- Σ: Γειά σας, περάστε και καθίστε εδώ, ώστε να μπορώ να σας βλέπω...

Ευχαριστώ πολύ που ήρθατε. Νιώθετε άνετα;... Θέλω να ζητήσω τη βοήθειά σας, αν είναι εντάξει αυτό με εσάς. Η δουλειά μου είναι να βοηθώ παιδιά που δεν είναι χαρούμενα στο σχολείο. Η Ιωάννα είναι δυστυχισμένη αυτή τη στιγμή. Ξέρω ότι όλοι μπορείτε να βοηθήσετε. Είσαστε εντάξει με αυτό; (Μέλη της ομάδας κουνάν το κεφάλι και αρχίζουν να νιώθουν πιο άνετα). Δεν θέλουμε κανέναν να είναι δυστυχισμένος στο σχολείο, έτσι δεν είναι;... Υπήρξε ποτέ κανένας από εσάς στεναχωρημένος στο σχολείο;

- Ρασίντ: Εγώ στεναχωρήθηκα όταν κάποια παιδιά με κορόιδευαν.
 Σ: Ω καλέ μου είσαι εντάξει τώρα;
 Ρασίντ: Ναι είναι εντάξει τώρα.
 Σ: Αυτό είναι καλό. Χαίρομαι που κατάφερες να βρεις μια λύση..... Όλοι σας ξέρετε την Ιωάννα, έτσι δεν είναι; (Τα μέλη της ομάδας γνέφουν η μουρμουρίζουν καταφατικά). Έτσι σκέφτομαι ότι όλοι σας θα έχετε κάποιες ιδέες για το τι θα μπορούσατε να κάνετε, απλά ένα μικρό πράγμα ίσως, το οποίο θα βοηθούσε την Ιωάννα στο σχολείο μέσα στην επόμενη εβδομάδα; Ποιος μπορεί να σκεφτεί κάτι;
 Τζένη: Μπορώ να παίξω μαζί της στο διάλειμμα.
 Σ: Αυτή είναι μία πολύ ωραία πρόταση. Ποιο είναι το όνομά σου;... σωστά, Τζένη (καταγράφοντάς το) οπότε θα παίξεις μαζί της... Είμαι σίγουρη ότι θα της άρεσε αυτό και ότι θα τη βοηθήσει να νιώθει πιο χαρούμενη. Σε ευχαριστώ πολύ... Ποιος άλλος έχει κάποια ιδέα... ίσως ένα μικρό πράγμα που μπορεί να κάνει;

Η κουβέντα συνεχίστηκε κάπως έτσι μέχρι που είχα τα περισσότερα ονόματα και τις προτάσεις τους στο χαρτί.

- Γρηγόρης: Εγώ μπορώ να τη βοηθήσω στα μαθηματικά της όταν κολλάει.
 Σ: Αυτή είναι μια υπέροχη ιδέα, Γρηγόρη, να τη βοηθήσεις με τα μαθηματικά της. Είμαι σίγουρη ότι θα ευχαριστηθεί αν το κάνεις αυτό. Είναι πολύ ευγενικό.... Έχουν τώρα όλοι κάτι να κάνουν για να βοηθήσουν;
 Ρασίντ: Εγώ δεν ξέρω τι να κάνω
 Σ: Ω, μη στεναχωριέσαι..... Ίσως μπορείς να βοηθήσεις κάποιον με την ιδέα του; (Κουνά το κεφάλι του).... Ποιον θα ήθελες να βοηθήσεις;
 Ιωάννα: Θα μπορούσα να βοηθήσω τη Τζένη.
 Σ: Θα το ήθελες αυτό Τζένη, αν ο Ρασίντ βοηθούσε με το να παίζει με την Ιωάννα κάποιες φορές στα διαλείμματα επίσης;
 Ιωάννα: Ναι, έτσι και αλλιώς παίζουμε πολλές φορές μαζί.
 Σ: Ωραία, αυτό είναι θαυμάσιο. Σε ευχαριστώ πολύ, Ρασίντ, είμαι σίγουρη ότι αυτό θα βοηθήσει την Ιωάννα και τη Τζένη επίσης! Σας ευχαριστώ όλους για το ότι φτιάξατε ένα τόσο ωραίο σχέδιο! Είμαι σίγουρη ότι αυτά τα πράγματα που πρόκειται να κάνετε θα κάνουν τη διαφορά και θα βοηθήσουν την Ιωάννα να είναι πιο χαρούμενη στο σχολείο μέσα στην εβδομάδα. Θα σας πείραζε αν σας έβλεπα όλους ξανά την επόμενη εβδομάδα; Μπορείτε να μου πείτε πώς πήγαν τα πράγματα.
 Όλη η ομάδα: (Κουνώντας το κεφάλι). Ναι! Σίγουρα! Μμμ, ναι.

Τηλεφώνησα στη μαμά της Ιωάννας για να της πω ότι όλα δείχνουν εντάξει και ότι η ομάδα των παιδιών ήταν όλα πρόθυμα να βοηθήσουν. Θα ξαναρχόμουν σε επαφή μαζί της σε μία εβδομάδα, όταν πιθανά θα έχει παρατηρήσει κάποια βελτίωση. Ακουγόταν να αμφιβάλει αλλά με ευχαρίστησε που προσπάθησα έτσι και αλλιώς.

Την επόμενη εβδομάδα είδα την Ιωάννα, όπως είχα κανονίσει. Μπήκε στο δωμάτιο χαμογελώντας πλατιά. Της έκανα κοπλιμέντο για το υπέροχο χαμόγελό της και τη ρώτησα πώς πήγαιναν τα πράγματα.

Ιωάννα: Είναι εντάξει τώρα.
 Σ: Πολύ ωραία! Τι έκανες για να γίνουν τα πράγματα εντάξει;
 Ιωάννα: Έπαιζα με το Ρασίντ και τη Τζένη.
 Σ: Ω, αυτό είναι καλό. Χαίρομαι που το ακούω. Τι άλλο έκανες;
 Ιωάννα: Ο Γρηγόρης μου έδωσε ένα μπισκότο σοκολάτας.
 Σ: Ω, αυτό ήταν ευγενικό...δε νομίζεις;
 Ιωάννα: Ναι και εγώ του πήγα μερικά γλυκά...
 Σ: Πολύ καλή σκέψη... Φαίνεται πώς ήσουν περισσότερο χαρούμενη στο σχολείο, λοιπόν;
 Ιωάννα: Ναι, είμαι εντάξει τώρα.
 Σ: Νομίζω ότι θα ήθελα να σε δω ξανά μέσα στην επόμενη εβδομάδα για να ακούσω τι άλλο έκανες, είναι εντάξει αυτό;
 Ιωάννα: Ναι, είναι εντάξει.
 Σ: Εντάξει, θα σε δω, λοιπόν.

Αν και η Ιωάννα φαινόταν χαρούμενη, φυσιολογικά θα κανόνιζα μία ακόμη επίσκεψη, μήπως η ομάδα ή ο γονέας είχαν κάποια ανησυχία.

Μετά συναντήθηκα με την ομάδα υποστήριξης.

Σ: Είναι πολύ ωραίο που σας βλέπω όλους ξανά, ευχαριστώ που ήρθατε. Μόλις είδα την Ιωάννα, αλλά πείτε μου: πώς πάνε τα πράγματα;
 Σάρα: Είναι εντάξει τώρα.
 Γρηγόρης: Ναι, είναι εντάξει.
 Σ: Αυτό είναι υπέροχο... πώς το καταφέρατε;
 Τζένη: Έπαιζα μαζί της στο διάλειμμα, το ίδιο και ο Ρασίντ.
 Σ: Αυτό είναι πολύ ωραίο, σας ευχαριστώ πολύ και τους δύο. Νομίζετε ότι αυτό βοήθησε;
 Τζένη: Ναι, βοήθησε.
 Σ: Ω, ωραία, χαίρομαι. Πώς ξέρετε ότι βοήθησε;
 Τζένη: Χαμογελάει περισσότερο και παίζει περισσότερο.
 Ρασίντ: Και γελάει περισσότερο
 Σ: Αυτό ακούγεται πολύ όμορφο, μπράβο. Υπάρχει κανείς άλλος που κατάφερε να βοηθήσει;
 Σάρα: Κάθισα μαζί της στο γεύμα στο ολοήμερο...
 Γρηγόρης: Της έδωσα λίγο από το δικό μου γεύμα
 Σ: Ουάου! Τα πήγατε πολύ καλά. Νομίζετε ότι είναι πιο χαρούμενη τώρα;
 Σάρα: Ναι, σίγουρα!
 Σ: Ξέρετε, σκέφτηκα ότι είχατε ένα καλό σχέδιο και είχα δίκιο! Αναρωτιέμαι.... Ποιος θα ήθελε να συνεχίσει να βοηθά την επόμενη εβδομάδα;
 (Όλη η ομάδα κοιτάχτηκε αναμεταξύ τους και κούνησαν το κεφάλι και χαμογέλασαν)

Τηλεφώνησα στη μαμά της Ιωάννας, η οποία ήταν πολύ ανακουφισμένη που τα πράγματα πήγαιναν καλά.

Σ: Γεια σας...Αν θυμάστε είχα πει ότι θα έπαιρνα τηλέφωνο για να δω εάν παρατηρήσατε κάποια βελτίωση αυτή την εβδομάδα.
 Μαμά: Ω, ναι τα πράγματα είναι πολύ καλύτερα, έχω μείνει έκπληκτη.
 Σ: Ω, αυτό είναι υπέροχο, πώς βελτιώθηκαν τα πράγματα;

- Μαμά: Η Ιωάννα είναι πολύ πιο χαρούμενη να πηγαίνει στο σχολείο το πρωί, στην πραγματικότητα δεν είχα κανένα πρόβλημα να την κάνω να πάει αυτή την εβδομάδα.... και φαίνεται να έχει κάποιους φίλους στο διάλειμμα.
- Σ: Αυτό είναι πολύ ωραίο. Μόλις μίλησα με την Ιωάννα και μου έλεγε, όπως και η ομάδα, ότι είναι πολύ πιο χαρούμενη.
- Μαμά: Φαίνεται ότι δούλεψε πραγματικά πολύ καλά... μέχρι τώρα τουλάχιστον... Ανησυχώ όμως μήπως ξαναξεκινήσει...
- Σ: Καταλαβαίνω, τα πράγματα φαίνονται καλά και σε μένα μέχρι τώρα. Θα ξανάρθω να μιλήσω μαζί της την επόμενη εβδομάδα να δω πώς πάει. Θα σας ξανατηλεφωνήσω τότε, αν είναι εντάξει αυτό με εσάς;
- Μαμά: Είναι καλό, ευχαριστώ.
- Σ: Εντάξει, ευχαριστώ για το χρόνο σας, ήταν πολύ βοηθητικό.

Στη δεύτερη ανασκόπηση ήταν σαφές ότι η Ιωάννα ήταν ευτυχισμένη και η ομάδα ήταν ευχαριστημένη με αυτό που κατάφερε. Το προσωπικό του σχολείου δεν είχε παρατηρήσει περαιτέρω δυσκολίες και ήταν χαρούμενοι να τους δώσει όλους έναν σχολικό έπαινο για την «πολύ καλή συνεργασία τους». Ο γονέας ήταν τελικά χαρούμενη για την εμπλοκή μου, όταν μάλιστα της δόθηκε η επιβεβαίωση ότι εάν υπήρχαν περαιτέρω δυσκολίες, θα μπορούσε να απευθυνθεί και πάλι σε μένα για βοήθεια στο μέλλον.