

Pikaajalise kiusamise tagajärjed

Depressioon, ärevushäired, seletamatud ebamäärased hirmud.

Minu praktikas on olnud juhtumeid, kus vastuvõtule on pöördunud täiskasvanud inimesed, kes on kogu põhikooli vältel kannatanud psüühilise vägivalla all koolis.

Tagajärjeks on sageli **tõsised psüühikahäired**, mille ravi võtab aastaid.

Pikaajalise vaimse ja/või füüsilise vägivalla tagajärjel kannatab oluliselt inimese **enesehinnang**.

Sageli tekivad lastel erinevad **kehalised kaebused**, nagu kõhu- ja peavalu, iiveldus, oksendamise, unehäired. Vanemad pöörduvad lapsega arsti poole ning arst ei leia ühtegi haigust, millega need kaebused oleksid seletatavad. Mõnikord tekivad sellised kaebused ülepingest koolis, vahel on selle taga aga just koolivägivald. Kui asjad lahenevad positiivselt, taanduvad ka kehalised vaevused.

Lastel võib kiusamise tagajärjel välja kujuneda **depressioon** või mõni **ärevushäire**.

Psüühikahäire tekkel ja säilimisel mängivad rolli nii individuaalne haavatavus kui ka ümbritsevad olukord. Mitte kõigil, keda kunagi on kiusatud või kiustatakse, ei teki psüühikahäiret ja mitte iga depressiooni põhjuseks ei ole kiusamine.

Depressioon on psüühikahäire, mille peamisteks tunnusteks on meeleolu alanemine, huvi ja elurõõmu vähenemine ning energia vähenemine. Koolilastel avaldub see eelkõige õppe edukuse halvenemises ning suutmatuses oma tavapäraste asjadega hakkama saada. Samuti muutuvad lapsed sageli pahuraks, pessimistlikuks ja sõnakuulmatuks. Miski ei paku enam huvi, ennast peetakse saamatuks ja koledaks ning kõike ümbritsevat nähakse mustades toonides.

Ärevushäirete puhul võib olla tegemist paanikahoogudega, mille puhul inimesel tekivad äkiliselt südameklõppimine, õhupuudustunne, nõrkus ja soov sellest kohast kus hoog tekkis, kiiresti lahkuda.