

有關欺侮的事情, 父母須知

What parents should know about bullying

欺侮是學校內一種普遍的問題。當某孩子用武力、髒話罵人、嘲笑或對於某人的外表作出刻薄的批評來故意傷害另一個孩子或青少年, 那就是欺侮別人。這可能包括藉著排斥他們來‘迫害’某人、或甚至把有關他們的秘密資料或謠言轉告其他學生, 使他們感到尷尬。有時欺侮的事情包括性侵襲。

如果孩子被欺侮, 對他們有什麼影響?

有些人說: ‘欺侮的事情不會真的傷害兒童 -- 欺侮的事情會幫助他們成為堅強的人’。這其實並不是真的。記住: 雖然有些兒童的適應力非常強, 有些兒童卻較為脆弱。被欺侮的兒童和年輕人可能會受到下列方面的影響:

- 使他們感覺孤立
- 使他們感覺不快。兒童們很容易相信別人所講有關他們的話。即使父母對他們說了讚美的話, 但如果別人說他們是醜陋或愚蠢的, 他們可能會相信
- 影響兒童在學校的學習能力
- 可以導致兒童和年輕人抑鬱, 和在某些個案中, 甚至導致他們自殺。

兒童被欺侮, 有什麼徵兆?

由於下列的跡象也可能是其他問題的徵兆, 在未匆忙下結論之前, 必須先與你的孩子 (溫柔地) 講話。

- 孩子沒有提供解釋的瘀傷、擦傷或切傷
- 衣服或所有物被損壞
- 失去所有物
- 對上學的興趣減少了
- 學業退步
- 不願上學或避免乘學校的公共汽車
- 表現焦慮、生氣或好鬥
- 抱怨頭痛、胃痛或經常去學校的病室 (sick bay)
- 孩子沒有提供解釋的一般的不快
- 很少朋友
- 睡得不好, 包括尿床和做惡夢
- 不願談及在學校的事情
- 在週末後或學校假期完結要回校時感覺焦慮或‘情緒低落’

如果你的孩子告訴你他/她被欺侮, 該怎麼辦?

聆聽他們的話語。不要說: ‘不用擔心’ 或 ‘用拳頭回擊’。告訴他們你愛他們和支持他們。如果孩子繼續被欺侮, 就要與學校聯繫, 並且提供下列的資料:

- 發生了什麼事情
- 在何時何地發生

- 誰參與這些事情和有没有任何証人
- 孩子在什麼時候開始被欺侮
- 已嘗試過的解決辦法
- 知道這個問題的任何老師的姓名

與學校聯繫

讓你的孩子知道你正在與學校聯繫。他/她可能會擔心這會使事情弄得更糟--但記住:不投訴只會使恃強凌弱者更加變本加厲。如果你對於講英語没有多大的信心,可以請一位會講英語的親友或鄰居陪你去。你需要:

- 與適當的人預約。這可以是與你或你的孩子有良好關係的老師、校長或副校長、學校輔導員或(中學內的)你的孩子的級指導老師 (Year Advisor) (一位負責照顧某一年級的學生福利的老師)。

在開會時該怎麼做

- 表示願意合作 -- 說 '有關這個情形,我們可以做什麼?' 而不要指責別人或生氣。
- 問學校他們有什麼政策來處理欺侮的事情
- 問學校他們通常怎樣應付欺侮的事情
- 問你可以做什麼來予以協助
- 在你未離開之前,要弄清楚學校會做什麼和他們會在什麼時候與你聯繫。

同輩支持基金會可以幫助的方法

同輩支持基金會 (the Peer Support Foundation) 是一個為學校制定計劃的機構,以便改善年輕人和社區人士的幸福。該基金會有一些計劃,可以幫助學校意識到欺侮的事情和怎樣防止欺侮事情的發生。如果你對於你孩子學校內的欺侮情況感到關注,可以向該基金會查詢更多資料,電話: (02) 9905 3499。

如果你需要別人幫助你用英文打電話,請電翻譯及口譯服務 (Translating and Interpreting Service, 簡稱 TIS), 電話: 131 450。

你可以在多元文化通信的網址上找到更多有關健康方面的中文資料:

<http://mhcs.health.nsw.gov.au>

在這篇文章出版時,上述的電話號碼是對的,但沒有不斷地更新。你可能需要查看電話簿上的電話號碼。