

# 如何預防 和面對校園欺凌

編輯先生 / 小姐：

您好！我兒子今年升讀初中一，由去年九月開學至今都見他不開心。當我問他為什麼時，他就說有同學排擠他，一有機會就欺凌他，說他是“朱古力”，叫同學不要和他玩。有時兒子不理睬他們，這些人就聲稱要打他。雖然不是真有行動，但已令兒子十分害怕，近期他常借故說自己有病，不想上學。我不知該怎樣處理，希望得到您的一些提示，謝謝！

瑪利亞 上

瑪利亞家長：

您好！

首先多謝您的來信！您能積極尋求協助，正視兒子受到排擠的處境，希望能協助他解決所遇到的問題，這是正確的態度。

港澳近年有關青少年欺凌行為的調查顯示，本地區有約六成(香港59.7%，澳門61.8%)被訪青少年表示過去三個月曾被人欺凌（資料來自澳門街坊會聯合總會網頁），這表明欺凌問題不容忽視。對校園欺凌事件若掉以輕心，被欺凌者有可能受到長遠不良的影響。

但我覺得澳門是一個文化多元的社會，主張和諧、共融，只要能適當地處理，您兒子的問題是可以解決的。筆者在學校從事教育工作多年，對解決學校欺凌事件亦有家校合作的經驗，現提供以下一些處理問題的方向，請您參考：

1.有關近期您的兒子不想上學，常借故說自己有病，我明白您的擔心，您需要和他傾談，

先了解他的情況。可能您已這樣問過他，不過有些技巧需要注意，例如讓他知道您這樣做是對他關心，而不是責備他，您務必耐心地聆聽他的感受。

2.您和他傾談之前，自己先要穩定情緒，心平氣和。不要因為一些不必要的假設，認定別人歧視自己而影響了情緒。

3.對於是否通知學校方面，您先不要著急，孩子已是初中一的中學生，你可以和他商量。若他不想通知學校，您亦要聆聽他的理由，與他一同分析和討論，化解他的擔心。

4.若能與學校合作解決是最好的，可能學校就您兒子的情況亦想與您溝通呢，您不用擔心因不懂廣東話而不與班主任聯絡，學校一定有安排的。

5.在和學校傾談時，建議您最好抱以相互合作的態度，要正視欺凌者的惡劣行為，但不要強求學校一定要如何嚴厲地懲處對方。

6.同學間的紛爭，以復和的手法即透過中間人作調解，會處理得較為理想。給人起花名、稱同學是“朱古力”的學生，若透過老師或輔導員的介入，是能糾正過來的。

7.初中一的學生若非來自一條龍式的學校，可能是從不同的小學升上來的，需要多一些時間互相認識。您可建議學校的老師加強反歧視教育，這樣可以減少排擠及欺凌事件。

8.在處理這事件的過程中，不要忘記您兒子的角色。他要透過這件事去思考和學習，這是他人生的一課。他要經過自主的學習，才可以總結經驗的。要教導孩子不逃避，以積極的態度面對問題，告訴他您將與他一同面對挑戰，但您不要有過多的指令，而適宜多與孩子討論，增強他對自己的信心，鼓勵他相信自己有能力走出被欺凌的處境，最終解決人際糾紛。

9.值得您注意的是，被欺凌者通常都有一些個人的問題需要正視，例如人際關係較差、自我肯定不足或者表達能力欠佳等，長遠來說這些都是需要改善的。家長需要協助孩子建立正面的自我概念，相信自己是有價值的人。

10.建議您藉著此事加深與孩子的親子關係，陪同孩子成長，讓孩子在有安全感的環境下學會信任，使您和他的關係更加親密。

11.除了您個人的努力之外，還建議您盡量發揮整個家庭的正向作用，讓他得到其他家人的支持。

學校欺凌事件需要家庭、學校和社會的力量共同關注，我們應取零容忍的態度。只有預防與救失兼顧，我們才可能讓子女健康成長。

祝您  
身體健康，家庭幸福！



本刊編輯：黃艷蘭老師

