

# 管理孩子在照管服务机构的 挑衅行为——霸凌

受到一个或一群儿童的霸凌，会让孩子的身心健康受到伤害。家长和教师要携手预防霸凌行径，并在出现霸凌时，共同处理好此事。

## 学会成为集体中的一员

孩子入托后，就会与其他孩子和大人组成一个新的集体，成为其中的一员。

孩子可能需要一些时间适应，而且可能需要大人的一些帮助：

- 大人要给孩子展示社交技巧，教孩子如何有礼貌地带着包容的心态跟别人打交道；
- 教导孩子，让他们知道可以有强烈的情感，但也要管控这些情感。例如，在生气的时候，要使用语言来表达愤怒，像“你要是拿走我的玩具，我会发火的”，而不是在恼火的时候动手打人或者推搡；
- 每天给孩子提供帮助集体成员的机会，并表扬孩子乐于助人。例如，“你能在我们出门前帮弟弟找到帽子，我很开心”。

霸凌指的是在人际关系中不断蓄意乱用权力，多次在语言、肢体和/或社交方面给受害者造成身体、社交和/或心理方面的打击。霸凌可以是一个人或一群人乱用权力或自以为拥有权力，对一人或多人进行压迫，而受害者却无力阻止。

任何形式或出于任何原因的霸凌行为，对牵扯到的人，包括旁观者，都会产生近期、中期和长期影响。力量对等的人群之间的独立事件、矛盾或斗殴，不论是当面还是在网上，都不符合[拒绝霸凌](#)网站上有关霸凌的定义。

## 霸凌行径有以下几种形式：

- 身体霸凌：打人、推搡或用拳头打人，这在年幼的儿童中更常见；
- 言语霸凌：辱骂、取笑、散播某个孩子的负面谣言，或者辱骂带着种族或性别歧视；
- 社交孤立：将单个或几群孩子排除在游戏或社交活动之外；
- 网络霸凌：使用短信或电子邮件等技术手段嘲讽、侮辱、恐吓或骚扰别的孩子。

## 儿童受到霸凌的迹象

- 身体方面：擦伤或划伤，又或者孩子开始尿床、做噩梦或者没有胃口；
- 社交方面：孩子抱怨没有朋友，或者非常不愿意去教育与照管服务机构；
- 情绪方面：孩子在家表现异常，不开心、害怕、不安、焦虑，或者情绪时好时坏；
- 认知方面：孩子不能集中精力，或者似乎在学习上退步了。



## 教师使用的策略

教师会采取一系列办法预防霸凌，妥善处理发生的霸凌事件，包括：

- 对霸凌采取零容忍政策；
- 示范如何跟同事、儿童和家长互动体现尊重，展示与人交往时，如何举止得体，符合文化习惯；
- 确保孩子一直得到充分的监管，以便教师能够处理发生的霸凌事件，并及时介入，确保人人都有安全感；
- 在完全习惯霸凌行径之前，教导孩子反击霸凌的策略。例如，对言语羞辱表达不满时说：“我不喜欢你那样叫我。”

教师有责任与霸凌或受霸凌儿童的家长进行沟通，交流要坦诚并能照顾对方情绪，与家长一起寻找合适的解决方案和策略，从而在家或在服务机构能够帮助到涉事儿童。



## 家长的策略

在怀疑或得知孩子受到霸凌时，大人需要采取行动，因为孩子通常没有能力自己解决问题。如果您认为孩子正受到霸凌，可以通过以下方式帮助您家孩子：

- 鼓励孩子交代事情。认同他们的感受，并明确表示您相信他们，并会帮助他们处理这个情况。
- 继续聆听或者与孩子交谈。鼓励孩子就如何反击或制止霸凌行径踊跃发表意见
- 通过认同积极正面的行为和关注孩子表现好的事情，帮助孩子重获自信心和身心健康。

如果您家孩子霸凌了他人，上文提及的一些策略会有帮助。此外，以下策略也值得考虑：

- 留意家里的竞争，因为竞争性太强的家庭环境可能会让孩子很难学会与他人合作；
- 在您谈到霸凌的恶性循环时，要认真聆听孩子的意见，以便您帮助他们找到合适的方式应对未来会出现的霸凌行径；
- 为帮助您家孩子了解他们的行为会对别人产生的影响，可以问诸如“你觉得每天被你嘲笑的那个孩子会有什么感受？”或者“如果没人想让你加入他们的小组一起玩，你有什么感受？”之类的问题；

家长跟教育与照管服务机构的教师合作可以很好地指导孩子的行为。跟教育与照管服务机构的教师谈论您的担忧，并与他们一起找到解决办法。解决方案可能需要家长、教师和孩子本人共同行动。