

欺凌行为

我们可以帮忙制止



家长指南

供中小学校学生家长参考

2011年春季新版

欺凌行为的影响不仅限于校园之内。作为家长，这里列出了您需要注意些什么，您可以做些什么，以及您可以从哪里获得帮助。

什么是欺凌行为？

教育厅(Ministry of Education)对欺凌行为正式作出以下定义：

欺凌行为的典型表现是一种针对一个或一群人的一种重复、连续和攻击性的行为，这种行为的用意在于引起（或令人感到会引起）恐惧和焦虑，以及/或者伤害他人的身体、感情、自尊、或名誉。欺凌行为是实际或意识上势力不均衡的结果。

摘自教育厅（Ministry of Education）政策/计划
备忘录 144关于欺凌行为的定义

学校如何应对欺凌行为？

无论是以面对面还是通过互联网欺凌他人的学生，均会面对种种不同的后果。

安大略省的积进式纪律政策让校长能够选择一系列的方法应对欺凌行为，同时帮助学生从他（她）的行为选择中吸取教训。包括以下事例：为一个伤害性或不礼的批评道歉；对学生进行期望审核或与家长见面。学生还可能被停课。这些规则对小学和中学均适用。

积进式纪律政策通过提倡学生的正面行为来帮助防止不恰当行为的恶化；在学校和与学校有关的活动中防止不安全或不恰当的行为。

欺凌行为

我们可以帮忙制止

我如何知道我的孩子或青少年子女是否受到欺凌？

年幼的孩子可能还不知道“欺凌”这个词，但是她知道有人恶意对她、伤害她或让她感到伤心或恐惧。她也许不会告诉您，因为她可能担心如果“告状”或“告密”会把事情弄得更糟。

您的青少年子女不一定会告诉您他有了麻烦，还会用类似“骚扰”之类的词，而不用“欺凌”来形容一些行为。青少年经常宁可自己处理问题 - 他们认为您可能会生气或者会觉得家长介入会使他们难堪。

即使您的孩子不告诉您，您还是可以通过一些迹象来确认她是否受到欺凌。与其等待孩子来告诉您，不如主动观察您的孩子是否有受到欺凌的迹象 - 例如：行为变化、态度变化、或外表变化。

受到欺凌的孩子会不想上学、哭泣或在上学的日子感到身体不适。他们会不愿意与其他学生一起参加活动或社交聚会。他们还会突然开始丢钱或遗失个人物品、或者回家时穿着撕破的衣服或带回来损坏的随身物品，并且还给出一些不合逻辑的解释。

受到欺凌和/或骚扰的青少年还会开始谈论退学而且开始不出席一些有其他学生参加的活动。



“走开。你不能过来。”

如果我的孩子没有受到身体上的伤害，还能算作欺凌吗？

欺凌行为以多种形式存在。包括：

- **身体欺凌** – 打、推、偷、或破坏物品
- **口头欺凌** – 骂人、恶意模仿、针对性别、种族或同性恋的恶意批评
- **社交欺凌** – 从小组中排除他人或传播有关某些人的是非或谣言
- **电子欺凌**（通常叫做电脑欺凌(*cyberbullying*)）– 通过电子邮件、手机、社交媒体网页和短信传播谣言和伤害性的批评。

我的孩子受到欺凌。我该怎么办？

- 倾听您的孩子诉说，向他保证他有得到安全的权利。
- 搞清事实。记录有关事情经过和发生的时间。
- 帮助您的孩子认识到“告状”、“告密”和报告的不同。报告需要勇气。报告不是要给另一个学生找麻烦，而是要保护所有的学生。
- 与您孩子学校的教师、您孩子信任的另一位教师、校长或副校长预约时间见面交谈。
- 即使很难做到，还是要保持冷静，以便协助您的孩子并且与他（她）一起制订行动计划。
- 贯彻后续计划，继续观察您的孩子的行为。如果您和学校人员见面后，欺凌行为还不停止，再回到学校与校长交谈。按照在会议上认可的制止欺凌行为的步骤。
- 如果欺凌行为出现在课后活动或体育活动场所，与教练或指导员交谈。
- 如果欺凌行为涉及犯罪成份，要联络警察局。这些情况包括：性侵犯、使用武器，或者威胁到您的孩子安全的行为发生在社区里，而不是在学校内。

我要如何参与？

- 要求查阅教育局防止欺凌和介入政策，以及孩子学校的防止欺凌和介入计划。
- 要求查阅您孩子学校的学生对于学校气氛的调查结果。这份匿名调查帮助学校评估学生的安全感和如何决定防止欺凌和增进学校安全。这项调查必须每两年进行一次。
- 考虑加入“安全学校”小组。这个小组负责学校安全，包括至少一名家长，加上学校工作人员，一名学生（根据需要）和一名社区合作伙伴。

我能怎样帮助我的孩子应对欺凌行为？

通过与学校合作来帮助您的孩子或青少年子女应对欺凌问题，您将树立榜样，鲜明地指出欺凌行为是错误的。

无论孩子的年龄大小，您都可以通过鼓励您的孩子告诉您发生了什么，以及给他们以下建议来帮助他们：

- 离开欺凌现场。
- 不要还手，还口，不要回复短信。
- 告诉一个你信任的成年人发生了什么事，这个成年人可以是老师、校长、校车司机、或午餐监督员。
- 和你的兄弟姐妹谈谈，这样你就不会感觉孤单无助。
- 当你要去一个你觉得不安全的地方时，找一个朋友一起去。
- 给儿童帮助热线 **Kids Help Phone** 打电话，号码是：1-800-668-6868，或浏览他们的网页：www.kidshelpphone.ca。



“我觉得不舒服。
我不能上学。”

我的孩子有可能欺凌其他人吗？

欺凌他人身体的孩子本身也会带着淤青，划伤和撕破的衣服回家。他们可能会突然有很多钱可花或拥有平时买不起的新物品。他们还可能在谈论其他学生时“言辞轻蔑”。

在学校欺凌他人的孩子有时在家也会表现出同样的行为。在家注意观察和倾听。您的孩子是否有被兄弟姐妹欺凌的迹象？

欺凌行为会经过长时间发展而成，这也可能是孩子或青少年生活中出现严重变化、损失或伤心的结果。您的孩子是否最近经历过这些呢？

想一想在您的家里问题和冲突是如何解决的。您的一家是不是以积极探讨的方式来解决？抵制欺凌行为的一个重要方法就是做一个好榜样，让您的孩子看到如何不靠武力或攻击来解决困难。

告诉您的孩子什么是欺凌行为也很重要。您应该描述不同形式的欺凌行为，并解释这是伤害别人的举动。让您的孩子了解欺凌行为是错误的，是在任何情况下都不能被接受的行为。

学校应对欺凌行为和其它事件的方法有哪些变化？

直接与学生接触的学校员工必须对学校气氛产生负面影响的恰当或无礼的行为做出反应。这些行为包括欺凌、针对种族或性别的恶意评论或破坏物品。

所有学校员工必须将可能导致停课的事件报告给校长，例如：欺凌行为或更加严重的可能导致除名的事件。

校长必须联络受到这些伤害事件的学生的家长，告诉他们：

- a) 导致学生受到伤害的行为的性质
- b) 对学生造成的伤害；以及
- c) 保护学生安全的步骤，包括应对伤害行为所采取的任何惩戒手段。

如需获取更多有关学校工作人员如何应对在学校发生事件的信息，请参阅教育厅网页www.ontario.ca/safeschools“报告和回应 (Reporting and Responding)”部分或如果您希望了解更多有关校内的服务，请与校长交谈。

男孩和女孩的欺凌行为相同吗？

男孩和女孩都可能有欺凌行为。男孩的欺凌行为多为身体上的，女孩通常使用不直接的手段，例如传播有关同学的谣言或在活动或小组中排挤他们，孤立他们。男孩通常受到其他男孩的欺凌，女孩会受到男孩和女孩的欺凌。

任何形式的欺凌行为都是不能被接受的。



“当我路过她们身边时，她们在低声窃语...
告诉我的朋友不要再跟我讲话。”

如果我的孩子受到欺凌，学校会为我做些什么？

- 如果学校员工知道您的孩子受到欺凌，学校会与您联络。
- 您孩子的教师或她信任的另一位教师可以解决问题或提供建议，推荐您的孩子需要的帮助。学校的教师和校长均接受过防止欺凌行为的培训。
- 如果您希望了解更多有关校内提供的服务，可以与校长交谈。
- 作为学校防止欺凌计划的一部分，教师应该公开在课堂上讨论欺凌行为，并帮助学生理解尊重、关心别人感情、友谊和包容的重要性。
- 要求查阅您孩子学校的行为准则，这份行为准则规定学生、教师、校区的其他成员在对待他人方面应有的规则。
- 要求查阅您孩子所在教育局的防止欺凌政策和学校的防止欺凌计划。这些文件概述了学校员工可以如何解决问题。
- 学校员工应该就您的担忧，在保护学生隐私的同时展开全力调查。
- 如果一段合理的时间以后，您对学校的回应不满意，您可以联络您所在学校教育局的主管官员。

幸好我的孩子没有介入欺凌行为...

其实当欺凌行为发生时，每个人都受到困扰，而且每个人都可以帮助防止欺凌。百分之八十五的情况下，欺凌现象都是在证人面前发生的。旁观者通常避免介入，因为他们害怕自己会成为欺凌的目标，或使受到欺凌的人情况更糟。

您可以帮助您的孩子理解，欺凌行为是不能被接受的，而且他可以向成年人报告来帮助停止欺凌。

欺凌的问题有多么严重？

欺凌行为在任何情况都是不能被接受的。欺凌行为不应该被认为是“成长的一部分”。研究和经验不断显示欺凌行为是一个严重的问题，对欺凌和被欺凌的学生、他们的家庭和同龄人、以及他们周围的社区会产生深远的后果。

安大略省内很多儿童和青少年都曾经介入欺凌现象，不是欺凌别人，就是被欺凌，或两者兼有。这些孩子会有更大的风险面临种种情绪、行为和人际关系方面的问题，他们需要成年人的帮助 - 帮助他们发展健康的人际关系，不只在上学期间，而是在他们的一生。

受到欺凌的学生经常出现社交恐惧、寂寞感、孤独感、身体疾病和缺乏自信。他们还会出现恐惧症，行为过激、或陷入忧郁情绪。一些学生会逃学、成绩退步、或者甚至于离开学校。

欺凌别人的学生其前途同样不平坦。学会用武力和攻击行为伤害他人的孩子和青少年会从此不再关心对与错的区别。他们最终会可能成为有虐待倾向的成年人。

安大略省内几乎三分之一的学生在学校经历过欺凌现象，四分之一的学生报告曾欺凌过他人。

Centre for Addiction and Mental Health, 2009
戒毒和精神健康中心, 2009

我们如何帮助安大略省的学校更安全

积极的学校气氛和安全的学习和教学环境是学生在学校取得成功的关键。

了解更多有关：

- **安全学校策略**

这项综合策略包括每一所学校成立“安全学校”小组、学校资源、培训教师和校长、以及与儿童帮助热线Kids Help Phone建立合作关系。

- **安大略省纪律方案**

“积进式纪律”包括全校参与促进正面的学校气氛。这使得校长可以选择适当的纪律方式处理学生的不正当行为，并为学生提供多方位的支持，以促进积极的行为。政策/计划备忘录 145对这项政策有详细的解释。

- **行为准则**

我们的安大略省行为准则指南概述了校区内每一个人的角色和责任，包括学生、家长、学校员工、以及社区合作者。

- **防止欺凌行为和干预行动**

政策/计划备忘录144概述了对教育局开发和履行防止欺凌行为和干预政策的期望。

- **了解和防止欺凌行为周**

安大略省制订每年11月的第三周为“了解和防止欺凌行为周”，用以鼓励学校关注这一问题和促进安全的学习环境。

- **省长安全学校奖**
这项奖励表扬最多10个“安全学校”小组，奖励他们在创造安全和包容的学校环境方面杰出和创新的工作表现。
- **学校气氛家长问卷调查**
这项调查提供22种语言的版本。
www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/climate.html
- **儿童帮助热线*Kids Help Phone***
这项保密咨询服务7天24小时随时提供服务。
请浏览www.kidshelpphone.ca 或致电**1-800-668-6868**。

需要更多这份宣传册？

提供22种语言版本。请到下面列出的“安全学校”
(safe schools)的网页查找，或从ServiceOntario的
Publications(出版物)部分订阅印刷本，网页地址：
www.serviceontario.ca/publications

如需更多信息，请浏览：
www.ontario.ca/safeschools