

## 师生家长必读! 防校园欺凌指导手册

近期,有关“校园欺凌”的话题引发大众关注。青少年处于成长的关键阶段,校园欺凌很可能成为影响青少年一生的梦魇。如何保护“少年的你”,这些我们都要了解。拒绝校园欺凌,守护安全成长。下面这份防校园欺凌指导手册,师生家长请查收。

### 哪些行为属于校园欺凌?

学生之间,在年龄、身体或者人数上占优势的一方蓄意或者恶意对另一方实施下述行为,或者以其他方式欺压、侮辱另一方,造成人身伤害、财产损失或者精神损失的,可以认定为构成欺凌。

打:打架、斗殴  
骂:辱骂、中伤、讥讽、贬低受害者  
毁:损害书本、衣物等个人财产  
传:网上传播谣言,人身攻击  
吓:恐吓、威胁逼迫受害者

### 校园欺凌行为主要表现?

殴打、脚踢、掌掴、抓咬、推撞、拉扯等侵犯身体或者恐吓威胁的行为。  
以辱骂、讥讽、嘲弄、挖苦、起侮辱性绰号等方式侵犯人格尊严的行为。  
抢夺、强拿硬要或者故意毁坏他人财物。

恶意排斥、恐吓、威胁、逼迫、孤立他人,影响他人参加学校活动或者社会交往。  
通过网络或者其他信息传播方式捏造事实诽谤他人、散布谣言或者用错误信息诋毁他人、恶意传播他人隐私。

### 孩子可能正遭受欺凌的表现?

**突然不愿意上学:**原本并不排斥学校的孩子突然不愿上学。  
**无端情绪变化:**孩子闷闷不乐,有厌学的念头,原本活泼开朗的孩子突然变得情绪不稳定,胆小怕人。  
**抱怨有同学针对他:**这是孩子寻求

帮助的信号。  
**身上出现伤痕:**孩子放学回家全身脏兮兮,身上还有伤痕,千万不能忽视。  
**睡眠出现问题:**失眠、噩梦、尿床等问题也是孩子遭受校园欺凌的表现之一。

### 如何应对校园欺凌?

**学生应该这样做**  
★保持镇定。  
★求救。向路人呼救求助,采用异常动作引起周围人注意。  
★把人身安全放在第一位。试着通过警示性的语言击退对方,或者通过有策略的谈话和借助环境来使自己摆脱困境,但是不要去激怒对方。  
★寻求帮助。遇到校园欺凌及时向老师求助。  
★一定要告诉家长。不管遭遇了怎样的恐吓,都要告诉家长。  
**家长应该这样做**  
★教会孩子自尊自爱和自我保护,鼓励孩子建立有益的人际关系。  
★当孩子讲述欺凌发生的情形时,保持冷静,倾听并作出回应,告诉孩子无论发生什么样的事情,父母都会站在他这一边,支持他。  
★不要一味安慰孩子不要和同学计较,这可能让孩子误以为遭受欺凌是因

为自身问题,让他陷入更深的痛苦与自责。  
★安抚孩子的情绪,共情和接纳孩子,同时对孩子愿意将事情讲出来表示感谢。  
**学校应该这样做**  
★救助为主:  
对于校园欺凌受害者,校方应立即组织医疗救助、心理干预、司法协助等。  
★适度惩戒:  
对校园欺凌的加害者,校方一定要通报其家长,给予严肃批评教育,绝不姑息。总体原则是确保教育挽救的宗旨,在法律范围之内予以适当惩处。  
★快速反应:  
学校要及时关注学生动态,立刻开展救助工作,合理处置欺凌事件。  
★低调弥补:  
在处置过程中,校方要从受害人角度出发,多关注孩子、家长的利益,保护未成年人隐私,客观回应社会关切。

### 如何预防校园欺凌?

★不携带较多的钱和手机等贵重物品,不公开显露自己的财物。  
★前往厕所、楼道拐角或者学校附近巷子等校园欺凌多发地时尽量结伴而行。  
★与同学友好相处,宽容、理性、平和地解决矛盾,不采用过激方式。  
★提升自我防护意识和防护能力,平时加强身体素质训练,以便在危险的时刻进行自保。  
★拒绝煽风点火,拒绝成为欺凌者的“帮凶”。

★拒绝当事不关己的旁观者,适当对被欺凌者表达同情与关心。  
★在能力范围内施以援手,帮助被欺凌者。  
★及时向老师、家长报告,甚至报警。  
抵制校园欺凌,让每个孩子都沐浴在法治的阳光下,我们需要告诉孩子们既不要做施暴者,也不要做受害者。让我们共同努力,对校园欺凌说不,愿所有青春都能被温暖对待。

来源:广东省教育厅、广东教育传媒

