

欺負行為與學習障礙：家長指南

定義

安大略省教育部為欺負行為給出如下定義，即欺負是力量較強的一方對力量較弱的個人或群體實施的一種具有重複性、持續性和攻擊性的行為。目的是為了引發力量較弱一方的恐懼和痛苦，或者給對方造成身體、心理、自尊和名譽的傷害。欺負行為常常發生在力量不均衡的兩方之間。

數據

根據由“兒童和成人注意力缺陷多動症”組織（CHADD）針對學校紀律所進行的一項全國性調查顯示，32%有ADHD的兒童會因受到同伴鼓動而惹上麻煩，這會漸漸導致一方成為被攻擊對象而另一方成為實施者。

- 16%的7-9年級學生一年內會經歷12次以上的欺負。
- 65%的被調查者報告他們至少一次成為網絡暴力的攻擊對象。
- 當被攻擊對象的一位朋友出現時，57%的欺負行為會在10秒以內停止。
- 大約9.4%的學生報告他們每天或每週都會被欺負。另外大約17.9%的學生稱他們每月會被欺負。
- 多數（24.5%）的欺負行為是語言攻擊。另外2.6%為身體衝突，1.4%偷竊行為和惡意破壞。
- 在過去的十年中，從小學至高中欺負行為的發生概率急劇上升，每7分鐘就有一起發生。

如何報告欺負行為？

1. 為您和您的孩子與學校的相關人員一起安排一次會議。
2. 準備一份書面報告并帶到會議上。報告包括日期、時間、地點、參與人員及一些其他的相關信息。同時要闡明該行為對您孩子的影響和有沒有採取措施進行阻止。
3. 和您的孩子、學校相關人員一起制定一個計劃。計劃包括能如何能讓您孩子感覺安全、避免被欺負的措施、如何保護自己，以及能向誰求助。
4. 找出欺負的具體行為和影響。
5. 如果您覺得學校不能解決問題，告訴學校管理人員必要的話您會向教育局通報。
6. 如果您覺得您孩子的情況很嚴重，例如涉及到暴力、種族主義或者性別歧視，請通報警察。

網絡暴力

家長可以通過讓孩子們知道網絡暴力并教他們如何預防來組織網絡暴力的發生。以下是一些建議：

- 在家中，把電腦放在大家都能看見的地方。

- 和您的孩子一起創建網絡賬戶，您要知道他們的用戶名和密碼，這樣可以檢查他們是否有發佈個人信息。
- 和孩子一起看看他們手機中的通訊錄。問問孩子他們都是誰，是怎麼認識的。
- 和孩子討論一下網絡暴力，看看他們是否經歷過或者知道有誰經歷過。
- 如果您的孩子告訴您他有經歷過網絡暴力，請不要沒收他的電子設備。要記住，如果家長們沒收電子設備，孩子們就不會再告訴他們受過網絡暴力了。

表現和徵兆

如果您的孩子被欺負	如果您的孩子欺負別人
<ul style="list-style-type: none"> ● 喜怒無常、悶悶不樂，不願與家人交流互動 ● 不願參加學校和家庭活動 ● 有抑鬱表現 ● 對作業沒有興趣或成績下降 ● 不願使用學校衛生間而是要等到回家用家裡的衛生間 ● 衣衫不整得回到家 ● 為了學校的午餐和學習用品要額外的錢 ● 不願意上學（15%的缺勤都與害怕被欺負有關） ● 繞路去學校 ● 身上由與孩子自己解釋不相符的擦傷或傷口 ● 想要攜帶諸如刀具的保護用具 	<ul style="list-style-type: none"> ● 將孩子的情況報告給學校工作人員 ● 配合學校對孩子在家裡進行的懲罰 ● 和孩子討論這種行為的短期和長期影響 ● 向學校尋求幫助來改變孩子的負面行為 ● 幫助您的孩子學會與人溝通 ● 支持您的孩子學習如何彌補已犯下的錯誤 ● 和學校保持長期聯繫，并從家庭的角度配合學校的工作

注：表現和徵兆因人而異。

欺負行為的具體形式

- 身體——碰撞、亂推、捏、吐口水、絆倒，或者毀壞物品
- 語言——直呼姓名、起不恰當的綽號、譏諷、威脅
- 社交——散佈謠言、排斥，或者挑撥離間
- 電子產品/網絡——在社交網站、手機短信、郵件等網絡媒介上傳播謠言或中傷他人的言論

欺負行為對有學習障礙/注意力缺陷多動癥學生的影響

有學習障礙/注意力缺陷多動癥的兒童尤其會成為欺負行為的受害者，原因如下：

- 和其他的同伴有不同之處
- 因為參加一些特殊教育的項目而受到同伴的奚落

- 有學習障礙的兒童會覺得自己沒有能力和自信為自己辯護或很好地表達他們的想法和感受
- 有學習障礙的兒童在與同伴互動時會覺得尷尬（例如，他們也許會常常不遵守遊戲或談話的規則）
- 一些兒童也許會很難控制他們的行為和情緒，這會讓他們的同伴感到沮喪或者生氣
- 一些兒童也許會太過誠實而不會奉承他人，這會使他們和不了解情況的同伴們之間產生矛盾

建議

- 在試圖找到解決方法時保持樂觀
- 幫助您的孩子學習建立自信并且反抗欺負行為
- 不要忽視問題；向學校、家庭和社區尋求幫助
- 向您的孩子解釋什麼是欺負行為、應該如何應對
- 教您的孩子認識到擁有同情心的重要性
- 反思一下您自己的行為；成為孩子的榜樣
- 和孩子一起設立一套行為準則
- 倡導多元化和包容心
- 鼓勵您的孩子有情況要與家長說
- 學會傾聽
- 成為您孩子的倡導者
- 和孩子討論一下為什麼有的孩子要欺負別人。這會幫助他們認識到被別人欺負並不是他們自己的錯

其他幫助方法

- 家長要為孩子樹立榜樣，用一種積極、富有同情心，并且關心的態度對待他人（不斷地提醒孩子包容的重要性和多元化的價值）
- 幫助孩子的同伴了解有學習障礙的兒童需要什麼
- 與您的孩子保持開放的溝通關係，這樣當他們有個人問題時會自然地找您尋求幫助
- 認識到導致孩子被欺負的各種情況并制定相應的應對計劃
- 報告欺負行為，并且要不斷地報告直到問題被解決
- 保持聯繫，跟進情況的最新進展
- 通過幫助您的孩子建立他們的自信來解決被欺負，通過告訴實施者“停止”并且走開來抵制欺負行為

約克地區學習障礙協會 (Learning Disabilities Association of York Region-LDAYR)

協會的宗旨是在學習障礙的知識普及、研究、教育和服務方面起到領導作用，並且讓有學習障礙的兒童、青少年以及成人能夠完全參與到社會活動中去。

我們致力於在以下幾個方面取得積極的改變：

- 創新
- 戰略性合作夥伴
- 有影響力的倡導
- 公共政策
- 高質量的項目和服務

協會代表有學習障礙的群體尋求公眾的支持和行動。以下是我們發起的一些活動：

- 組織講習班/會議/討論會來為家長、教師和其他與學習障礙群體一起工作和接觸的人提供幫助
- 出版並派發刊物
- 常設資源中心作為活動的主要信息來源
- 設立一個配備圖書、影像資料和研究資料的圖書館
- 為學齡兒童的家長提供培訓
- 參與到社區中，代表診斷有學習障礙的群體說出他們的心聲
- 擴大服務範圍到社區合作夥伴

在您的幫助和支持下，您有學習障礙的孩子可以：

- 建立自信並且有一個積極的自我認識
- 利用他們的長處來認識自我價值
- 學會如何解決在學校以及家庭中產生的問題