



Bắt nạt là gì?

Bắt nạt có ba đặc điểm chính. Đó là:

- có sự lạm dụng quyền lực trong mối quan hệ
- xảy ra liên tục và tái diễn, và
- gồm các hành vi mà có thể gây nguy hại.

Bắt nạt cũng có thể xảy ra trên mạng. Điều này được gọi là bắt nạt trên mạng (cyberbullying), là việc sử dụng công nghệ, chẳng hạn như dùng internet hoặc điện thoại di động để bắt nạt người nào. Điều này có thể gồm việc gửi đi các tin nhắn và email có nội dung xúc phạm, đăng các tin nhắn gây thương tổn và đăng các bình phẩm không thích đáng về hình ảnh của người khác.

Bắt nạt dù dưới bất kỳ hình thức nào đều không được chấp nhận tại các trường NSW, bất kể lý do nào. Các trường cam kết hợp tác với phụ huynh, nhân viên và học sinh để ngăn ngừa bắt nạt và đối phó nhanh chóng và hữu hiệu nếu việc đó xảy ra.

Quý vị có thể làm gì nếu con mình bị bắt nạt?

Điềm tĩnh lắng nghe và tìm hiểu đầy đủ câu chuyện

Con của quý vị cần biết rằng có người lắng nghe các em. Cảm nghĩ của các em là điều quan trọng và chúng ta cần hết sức quan tâm đến những điều lo ngại của các em. Nên khuyến khích các em nói về những gì đã xảy ra. Giải thích cho các em biết rằng nên báo cáo khi bị bắt nạt.

Sau khi lắng nghe những điều lo ngại của các em, quý vị nên hỏi các câu sau đây để có thêm chi tiết nếu cần: ai, điều gì, ở đâu, khi nào?

Trấn an các em rằng không ai trách móc các em

Trẻ em có thể tự trách móc chính mình và điều này làm cho các em càng cảm thấy tệ hại hơn. Hãy nói với các em những lời khuyến khích như: 'Việc đó có vẻ thật khó đối phó', hoặc 'Cha/mẹ hài lòng vì con đã kể lại cho cha/mẹ. Con phải được cảm thấy an toàn ở trường'.

Hỏi con rằng các em muốn làm gì – và các em muốn quý vị làm gì

Điều quan trọng là giúp con mình tự tìm ra giải pháp riêng vì điều này giúp em cảm thấy rằng em đã kiểm soát được tình huống phần nào.

Nếu con của quý vị cảm thấy tự tin và không bị nguy hiểm cận kề, thì các em có thể thử các phương cách sau:

- Làm lơ việc bắt nạt.
- Quay lưng và bỏ đi.
- Tô ra dừng dừng hoặc giả vờ không quan tâm.
- Nói 'Không' hoặc "Ngừng lại đi!" một cách quả quyết.

Nếu việc bắt nạt xảy ra ở trường, hãy khuyến khích con mình nên kể lại cho giáo viên biết. Nếu con của quý vị muốn nói với ai đó ngoài trường học, hoặc nếu quý vị nghĩ rằng việc hỗ trợ thêm sẽ hữu ích, quý vị có thể khuyên các em vào trang mạng của Đường dây hỗ trợ Trẻ em (Kids Helpline). Các em cũng có thể gọi miễn phí đến số 1800 55 1800.

Khi nào tôi nên liên lạc nhà trường?

Con của quý vị có thể ngần ngại không muốn quý vị thảo luận với nhân viên trường. Nên thảo luận về ý định này với các em và trấn an các em rằng nhà trường cũng cần biết và có thể giúp các em.

Nếu cần, quý vị có thể làm cuộc hẹn để gặp giáo viên của các em. Quý vị cũng có thể yêu cầu được thảo luận với hiệu trưởng.

Hãy liên lạc nhà trường ngay nếu quý vị có quan tâm gì về sự an toàn của con mình.

Hỗ trợ cho phụ huynh và người chăm sóc

Kids Helpline cũng có đường dây dành cho phụ huynh (parent line), do một đội ngũ đã được huấn luyện để cung ứng hỗ trợ, thông tin và tư vấn cho phụ huynh của những trẻ 0-18 tuổi. Quý vị có thể gọi đến họ với tổn phí chỉ bằng cuộc gọi địa phương, từ 9 giờ sáng đến 9 giờ tối từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, và từ 4 giờ chiều đến 9 giờ tối vào những ngày cuối tuần, qua số 1300 1300 52.

Dịch vụ thông dịch qua điện thoại

Nếu quý vị muốn liên lạc nhà trường hoặc Đường dây Phụ huynh NSW (Parent Line NSW) và cần được hỗ trợ thông dịch, hãy gọi đến dịch vụ thông dịch qua điện thoại số 131 450, cho họ biết rằng quý vị nói tiếng Việt (Vietnamese) và nhờ nhân viên tổng đài gọi đến trường. Nhân viên tổng đài sẽ có thông dịch viên giữ đường dây để giúp quý vị trong cuộc đàm thoại. Dịch vụ này miễn phí cho quý vị.