

# BẮT NẠT - LÀM GÌ ĐÂY?

## BỊ BẮT NẠT?

Bắt nạt là một hành động hoặc lời đe dọa lặp đi lặp lại gây ra sự sợ hãi, đau khổ hoặc tổn hại cho một người. Bắt nạt có thể là về thể chất, lời nói và / hoặc tâm lý. (1)

## VIỆC GỌI TRẺ NHỎ BẰNG BIỆT HIỆU XẤU CÓ LÀ HÀNH ĐỘNG BẮT NẠT?

Có, việc gọi một người bằng tên hoặc từ xấu có thể gây bắt nạt nếu điều đó được lặp đi lặp lại và gây ra sự sợ hãi, tổn hại hoặc đau khổ cho trẻ. (1)

## VIỆC BẮT NẠT CÓ GÂY ẢNH HƯỞNG NGƯỜI KHÁC KHÔNG?

Tất nhiên! Bắt nạt dựa trên sự khác biệt được nhận thức bao gồm chủng tộc, tôn giáo, khuyết tật, tình trạng nhập cư, quốc gia xuất xứ, khuynh hướng tình dục, ngoại hình, v.v. Bắt nạt không chỉ gây hại cho cá nhân trẻ mà tất cả những người khác chứng kiến hoặc trải qua sự việc. (1)

### Khi tôi có thể nói chuyện với ban giám hiệu nhà trường, tôi nên nói gì?

Nói chuyện với ban giám hiệu nhà trường và giáo viên của trẻ là điều quan trọng.

- Mang theo danh sách chi tiết về các vụ bắt nạt.
- Gặp gỡ giáo viên của trẻ. Hỏi thêm thông tin về những gì họ thấy. Đặt câu hỏi về cách trẻ hòa đồng với các bạn trong lớp. Hẹn lịch gặp lại. Giữ liên lạc với tình hình tiến triển như thế nào.  
Nếu bạn lo lắng về việc bắt nạt ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần hoặc hành vi của trẻ như thế nào, hãy liên hệ với cố vấn của trường hoặc bác sĩ gia đình của bạn.  
Nếu bạn không nhận thấy bất kỳ sự cải thiện nào sau cuộc gặp với giáo viên hoặc cố vấn của học sinh, hãy liên hệ với hiệu trưởng của trường.
- Giữ các ghi chú chi tiết của tất cả các cuộc họp với các viên chức trường học để lưu vào hồ sơ của bạn. (3)
- 

### Ban giám hiệu thường giải quyết các vấn nạn bắt nạt như thế nào?

- Các viên chức nhà trường nên phản hồi ngay khi có vấn đề về bắt nạt.  
Các viên chức trường học không nên tổ chức một cuộc họp giữa học sinh bị bắt nạt và kẻ gây hấn. Xử lý dựa trên sự chênh lệch quyền lực và dàn xếp giải hòa không phải là cách tiếp cận chính xác.
- Các quan chức nên gặp riêng từng học sinh để giải quyết vấn đề. Họ nên lập kế hoạch hành động để giữ an toàn cho đứa trẻ bị bắt nạt và cũng phải nói lên sự không khoan dung của mình đối với hành vi bắt nạt xảy ra trong trường học. (2)

#### Nguồn:

1. Learning for Justice. (n.d.). Bullying Basics. Retrieved July 17, 2025, from <https://www.learningforjustice.org/professional-development/bullying-basics>
2. Cyberbullying Research Center. (n.d.). Cyberbullying Research Center. Retrieved July 17, 2025, from <https://cyberbullying.org/>

## Nếu một đứa trẻ bị bắt nạt, người lớn có thể làm gì?

Là người lớn, bạn có thể giúp trẻ khi chúng bị bắt nạt hoặc chứng kiến cảnh bắt nạt bằng các bước sau:

**Do hành vi bắt nạt thường xảy ra khi không có sự giám sát của người lớn nên việc trò chuyện với trẻ về các sự kiện có thể xảy ra với những trẻ khác là rất quan trọng.**

Thảo luận về hành vi bắt nạt là gì và liệu những đứa trẻ khác có ác ý hay không là một cách tốt và quan trọng để bắt đầu cuộc trò chuyện.

**Khi bạn nói chuyện với trẻ, hãy giữ một danh sách bằng văn bản với các chi tiết về từng vụ bắt nạt và tên của những đứa trẻ khác có liên quan.**

Khuyến khích trẻ thông báo cho người lớn đáng tin cậy ở trường về những gì đang xảy ra.

Nói chuyện với giáo viên của trẻ và nhân viên trường học về những gì đang xảy ra.

Đề nghị đào tạo chống bắt nạt trong trường.

**Khuyến khích trẻ làm bạn với những người đang bị bắt nạt, cho dù chúng có quen biết hay không. Khuyến khích chúng trở thành bạn của những đứa trẻ khác thay vì phán xét chúng. (1) (2)**

## Bản thân trẻ có thể làm gì?

**Chúng có thể sát cánh với những đứa trẻ bị bắt nạt và hỗ trợ như một người bạn hoặc bạn cùng lớp.**

Trẻ có thể tìm kiếm một người lớn đáng tin cậy và nói cho họ biết điều gì đang xảy ra.

**Chúng có thể làm quen với những đứa trẻ khác và trở nên thân thiện hơn là đánh giá chúng về sự khác biệt của chúng.**

Trẻ em có thể là một người bạn cả trực tiếp và trực tuyến. (2)

Tìm hiểu thêm bằng cách nhấn vào đường dẫn bên dưới

[Nebraska Department of Education](#)

[Learning for Justice](#)

[Education Week](#)

[National Bullying Prevention Center](#)

[The Trevor Project](#)

[Facing History & Ourselves](#)