

HÃY LÀ "UPSTANDER" - NGƯỜI PHẢN ỨNG LẠI HÀNH ĐỘNG BẮT NẠT

Bắt nạt (Bullying) học đường là vấn nạn lớn ở nhiều nơi, gây hậu quả nghiêm trọng khi tạo ra môi trường không an toàn cho trẻ hay thậm chí đe dọa đến tính mạng. Việc chống nạn bắt nạt học đường là mối quan tâm lớn bên cạnh kết quả học tập, thi cử hay chất lượng đào tạo.

Bắt nạt (bullying) là hành vi hung hăng (aggressive behavior), sự mất cân bằng về quyền lực (imbalance of power), những hành vi lặp đi lặp lại (repeated behaviors). Có hai dạng thức (modes) bắt nạt chính là trực tiếp (khi có mặt nạn nhân) và gián tiếp (khi không có mặt nạn nhân hay không giao tiếp trực tiếp với nạn nhân, chẳng hạn bắt nạt qua mạng). Hai dạng thức trên bao gồm bốn loại. Một là bắt nạt về thể xác (physical), ví dụ đánh đấm, giật tóc, đẩy xô ngã. Hai là bắt nạt bằng lời nói (verbal), ví dụ nói xấu, đặt biệt danh, chửi rủa. Ba là làm tổn hại danh dự hay quan hệ của nạn nhân (relational), ví dụ rao tin đồn, tạo dư luận xấu, cô lập, xa lánh bạn bè, tạo bè phái chống lại những ai khác biệt, không giống mình. Bốn là phá hoại tài sản (damage to property), ví dụ làm hỏng cặp sách hay đồ dùng của bạn, phá hỏng xe cộ hay sách vở. [Định nghĩa năm 2014 của Bộ Giáo dục Mỹ cùng Trung tâm Đối phó dịch bệnh (Centers for Disease Control-CDC)]

Có rất nhiều cách để chống nạn bắt nạt học đường. Chẳng hạn như việc tổ chức những hoạt động chung trong toàn trường hoặc từng khối, lớp; biểu diễn, phát động các dự án (như "Bye Bye 3B!)", cuộc thi và chiến dịch bài trừ vấn nạn này, thành lập câu lạc bộ tư vấn, giúp đỡ, kết hợp với các tổ chức hội đoàn trong và ngoài nhà trường...

Học sinh được giáo dục từ nhỏ thông qua luật/quy định của lớp, của trường và tham dự những buổi hội họp nói về anti-bullying. Các buổi hội họp này thường có tiết mục biểu diễn (hát, kịch, đọc thơ,...) giải thích cho các em các dạng bắt nạt, cũng như dạy làm thế nào để ngăn chặn kẻ bắt nạt.

Một số cách góp phần ngưng hành động của kẻ bắt nạt:

- **Đưa ra ánh sáng:** Vạch mặt kẻ gây ra hành động bắt nạt, như nói thẳng cho họ biết...
- **Nói về việc mình bị bắt nạt:** Ngay khi cảm thấy mình bị bắt nạt, các em cần nói ngay với ai đó, bạn bè hay thầy cô giáo hay anh chị em, hoặc bố mẹ...
- **Nói cho người lớn biết:** Người lớn sẽ giúp các em giải quyết trước khi sự việc đi quá xa.

Để cùng ngăn chặn hành vi bắt nạt, học sinh cần hiểu và làm những điều sau:

- **Empathy & Compassion:** Cảm thông và quan tâm đến cảm xúc của người khác.
- **Respect:** Tự trọng đối với bản thân và tôn trọng người khác. Lòng tự trọng như con đường hai chiều, hay như lúc hai người cúi đầu chào, bắt tay nhau trước khi đấu võ.
- **Tolerance:** Có lòng dung thứ, coi sự khác biệt không phải là cái sai, đơn giản chỉ là khác biệt.
- **Courage:** Có lòng dũng cảm, gan dạ, vẫn làm những việc đúng đắn, chính trực, ngay cả khi mình thấy sợ phải làm điều đó; dám đối mặt với những tình huống nguy khó.

Ngoài những cách trên, để tự bảo vệ mình và bảo vệ bạn bè mình, học sinh được dạy phải luôn trở thành "upstander" - người dám lên tiếng, người phản ứng lại hành động bắt nạt, chứ đừng thành "bystander" - người bàng quan, chứng kiến mà không hành động!

•(Nguồn: Tham khảo từ bài viết của Th.S Đinh Thu Hồng, VnExpress)