

学生，家长和教员一起的努力，
我们可创造安全和彼此关怀的环境。

车士活公立小学 提供下列课程或活动 协助学生学习

Chatswood Public School

ESTABLISHED 1883



绝不容许 欺凌

学生们！ 你们可用以下方法掌控局势：

- 按照应付欺凌的行动和步骤来处理
- 不要用肢体或语言来报复
- 向大人报告

家长们！ 您可用以下方法掌控局势：

- 留意您孩子是否有难过不安的现象
- 倾听您孩子的诉说
- 提供安抚和协助
- 与您孩子讨论应付欺凌的行动和步骤
- 建议您的孩子向教员报告
- 将可疑的欺凌事件，通知您孩子的老师
- 出席校方的会谈

教师们！ 您可用以下方法掌控局势：

- 在语言和行动上作好榜样
- 确保孩子们在班上感到安全和被重视
- 倾听学生的诉说
- 留意学生是否有难过不安的现象
- 鼓励学生需要时寻求协助
- 教学生使用应付欺凌的行动和步骤
- 将欺凌事件，通知行政管理师员或支援学习小组
- 促进学生的正面自我形象和自尊心
- 培养学生的雅量和能力建立良好友谊

- 活跃的公民课
- 教室为基础的自我成长课
- 学童保护课，培养学生的能力，去辨别和应对不安全的情况，并如何寻求协助
- 支援学习小组活动
- 学生代表会活动
- 关切和有责任感的教员们，确保孩子们的权利和责任被重视

帮助制止欺凌

站起来，说出来！ 如果你看到或知道
欺凌发生在朋友身上，协助他们，
并报告欺凌事件。
你也会希望他人为你做同样的事。



车士活公立小学认为本校是：

- 每个人都关心自己和他人
- 每个人都彼此接受，并感到被接纳
- 每个人都是不同的，这能强化我们的优势
- 每个人都能学习和成长
- 每个人都能开心和分享快乐

您有能力掌握局势！



Excellence in a caring and enriching environment

Tel: 94196127
Fax: 94151241

Email: chatswood-p@det.nsw.edu.au
Website: www.chatswood-p.schools.nsw.edu.au

什麼是欺凌？

欺凌的定义是指个人或一个团体有意的和重复的行为,使得他人感受不必要的压力。这行为是含有恶意地去伤害、威胁或恐吓他人,其方式可能是透过肢体、语言、心理或科技。下列为某人被欺凌的情况:

- 被辱骂
- 被威胁
- 被羞辱
- 被無情地捉弄
- 被取笑
- 物品被藏、被损坏、被偷、被毁
- 肢体被伤害
- 被涂鸦打击
- 被排挤
- 被字条、电子邮件中伤
- 被孤立地受不公平的待遇
- 被挑剔
- 被谣言宣传
- 被跟踪和遭受白眼

网络欺凌可透过:

- 电子邮件
- 聊天室
- 讨论或小组论坛
- 快讯
- 社交网站,例如Bebo, Facebook等
- 文字和图片讯息
- 视频剪辑和电话

当某人被欺凌时:

- 可能会很困惑、不知所措
- 可能会感到悲伤,恐惧,不安全,恶心,尴尬,生气或感到不公平的待遇

欺凌 / 骚扰

欺凌是一种行为,可以用来建立群体的特性、优势和地位。当欺凌发生时,惩办欺凌者是必要的。然而,当过了一段惩办期,欺凌行为可能会再度的发生。

最理想的方式是培养个人内在的转变。所以,我们提倡高度的价值观,例如同情心,为他人着想和无私的心态。让学生依据此价值观,皆能主动地采取友善的行为,而不是怕受到惩办的后果才表现好行为。

您能做些什么来保护您的孩子 不受网络上的欺凌?

- 多与您的孩子交谈
- 讨论网络安全,和当有需要时您会全力的协助
- 提供可靠和能监督的网站
- 将您的家用电脑放在一个家人随时可经过的地方,以便关看孩子之使用
- 将您的家用电脑,装上安全软件
- 常监督科技应用
- 有兴趣参与您孩子上网的活动
- 提醒您孩子“危险的陌生人”,因为其所交谈的网友可能是成年人伪装成孩子的
- 积极参与和留意
- 您孩子的行为近来改变了吗?其上网的时间变多或变少?
- 鼓励您孩子向您诉说,如果有人说些或做些事情,使其感到不自在

你可以依据

下列行动和步骤来掌控局势

当你被欺凌或骚扰时...

- 先深呼吸
- 直接地看着试图欺负你的人
- 用坚定、明确的声音,大声说:
“请停止,我不喜欢这样!”
- 如果你无法阻止欺凌者,直接找你的老师(在操场上,找值班老师),报告所发生的事情

任何欺凌者重复其欺负和威胁的行为,将导致他被处置於...

- 有段隔离时间,独坐在操场上或教室里
- 用隔离时间来想,如何表现好行为
- 交由行政管理教员,或支援学习小组处理
- 校方联络欺凌者的父母,并告之其不良行为
- 校内停课或停学一段时间

**如果你目睹欺凌行为,
向其挑战或报告之。**

**请记住... 这是你的决定!
掌握局势。**