

## BẮT NẠT

### Định nghĩa

'Rõ ràng là việc bắt nạt gồm sự thiếu quân bằng về quyền lực, có ý gây hại (thể chất hay tinh cảm) và làm đối tượng bị đau khổ'.

(Attwood, 2004, p. 6)

### Bắt nạt là gì ?

Với trẻ tự kỷ, có thể rất khó cho em nhận ra việc bắt nạt. Có một số điểm mà trẻ cần hiểu về chuyện bắt nạt.

- Bắt nạt là xấu và có thể làm người ta bị đau lòng rất nhiều.
- Có nhiều loại bắt nạt khác nhau.
- Không có bắt nạt nào là phải cả.
- Nên luôn luôn báo cho người khác hay khi có bắt nạt.
- Người lớn coi đó là chuyện nghiêm trọng và sẽ làm hết sức mình để đối phó với nó.
- Không ai phải chịu bị bắt nạt, đó là hành vi không thể chấp nhận được.

### Ai là kẻ bắt nạt ?

Ai cũng có thể là kẻ bắt nạt. Kẻ bắt nạt có thể là bạn cùng lớp (hoặc học sinh khác ở trường), anh chị em, chính con của bạn hoặc là một người lớn. Nghiên cứu thấy là trai và gái dùng những cách khác nhau khi bắt nạt. Con trai có khuynh hướng hung bạo về thể chất và hăm dọa, trong khi con gái dùng phương cách tâm lý hơn gồm có việc gạt bỏ không chơi hoặc bạn bè tẩy chay.

### Trẻ là nạn nhân

Trẻ tự kỷ gặp hai vấn đề chính:

- Thứ nhất là tính dễ bị hại của em bị lợi dụng và em trở thành nạn nhân bị bắt nạt.
- Thứ hai, em thường hiểu lầm hành động của người khác và tự nghĩ lầm rằng mình là nạn nhân.

Điều quan trọng cần biết rõ là cả hai vấn đề đều thật và làm đầu óc trẻ bực bội, và cần phải được giải quyết.

### Trẻ là người bắt nạt

Trẻ tự kỷ khó thể kín đáo để bắt nạt người khác. Hành động của chúng có khuynh hướng tự nhiên hơn là có suy tính trước. Nhiều phần là trẻ là nạn nhân nhưng khi chúng là người gây chuyện thì dễ bị phát giác và bị phạt.

### **Dấu hiệu cho thấy trẻ bị bắt nạt**

Có nhiều dấu hiệu cho thấy con bạn là nạn nhân của việc bắt nạt. Vài dấu hiệu được ghi ra dưới đây:

### *Thẻ chất*

- Có vết bầm, vết cào, trầy, rách da không giải thích được
- Quần áo hay đồ dùng bị rách hay bị hư hại
- Bị đau không có gì rõ ràng, nhưc đầu, đau bụng

### *Tình cảm*

- Lo lắng nhiều hơn

### *Hành vi*

- Sợ phải đi bộ đến trường hay từ trường về
- Đổi lộ trình đi tới trường
- Không muốn đi học
- Muốn được chở đi học
- Việc học xuống dốc
- Đói meo khi về nhà (vì thức ăn trưa hay tiền mua ăn trưa bị lấy mất)
- 'Mất' đồ
- Hỏi xin tiền hay lấy trộm tiền (để nộp cho kẻ bắt nạt)
- Có ít bạn
- Ít khi được mời dự tiệc nhà bạn bè
- Đổi đề tài thích thú riêng biệt của chúng, từ điều vô hại (xe lửa, khủng long) sang điều đáng lo hơn (vũ khí, võ thuật)
- Thu người lại tách xa người chung quanh
- Cà lăm
- Tính tình thay đổi bất chợt
- Dễ bực bội và nổi xung
- Có vẻ không vui, cúi kính, dễ khóc, đau khổ
- Không chịu ăn
- Tìm cách quyên sinh
- Có vẻ lo lắng
- Có thể đái dầm
- Cắn móng tay
- Có vẻ sợ hãi
- Mặt có thể bị tật co giật
- Ngủ không ngon giấc
- La hoảng trong giấc ngủ
- Không chịu nói là có gì không ổn
- Cho lý do hay giải thích không hợp lý về bất cứ điều nào ở trên

### Tai hại mà chuyện bắt nạt có thể gây ra.

Bắt nạt có thể gây ra ảnh hưởng đáng nói cho bất cứ trẻ nào, cho ra các hệ quả sau:

- Lòng tự tin và tự quý chuộng mình bị sút giảm
- Hóa ra buồn lo và thu người lại tránh mọi ai khác
- Trở nên giận dữ và thù nghịch
- Mức lo lắng và căng thẳng tăng lên
- Lòng hăng hái thúc đẩy giảm xuống
- Học kém

## Huyền thoại về sự bắt nạt và trẻ tự kỷ

Có nhiều huyền thoại về trẻ tự kỷ và chuyện bắt nạt. Sau đây là những thảo luận về vài chuyện:

### **Chờ tới khi con lên trung học rồi biết, học trò sẽ thẹn nó cho xem.**

Câu này tượng trưng cho huyền thoại là trẻ tự kỷ sẽ bị bắt nạt và là chuyện không tránh được. Nếu tin điều ấy, bạn sẽ khiến nó xảy ra. Ngược lại nên biết là mọi chuyện bắt nạt, bất kể nạn nhân dễ bị hại ra sao, đều có thể được giải quyết hữu hiệu.

### **Nếu Joshua không có khăng khăng đòi nói về xe lửa, và cứ luôn luôn mặc quần áo có hình phim hoạt họa thì hẳn là em sẽ không bị bắt nạt.**

Đề tài về bắt nạt thì không phải là lý do để bắt nạt. Hầu hết mọi học sinh có điều gì đó về mình có thể là đề tài cho việc bắt nạt. Nó có thể là cách em ăn mặc, chuyện em nói về, một đặc điểm của thân hình, việc gì đó trong gia đình. Không phải tất cả những trẻ này đều bị bắt nạt. Lý do bắt nạt trẻ tự kỷ thì cũng là lý do bắt nạt bất cứ trẻ nào khác. Người bắt nạt lợi dụng sự thiếu quân bằng về quyền lực và nhắm vào trẻ nào đơn độc, có ít bạn để hỗ trợ em. Trẻ bị bắt nạt thường gặp khó khăn về kỹ năng giao tiếp, và khó mà có tình bạn.

### **Nói nghe hay lắm, nhưng cứ cho Joshua mặc quần áo mới và dạy em đừng nói về xe lửa nữa.**

Khi chúng ta bắt đầu dạy cho Joshua ngưng nói về xe lửa và không mang vật mà em ưa thích đến trường, ta làm Joshua hiểu rằng để em tự nhiên là em thì không ổn. Khi làm vậy, bạn nói cho con biết là phải làm gì, cư xử ra sao và chọn lựa riêng của em là điều không quan trọng. Làm vậy có thể khiến lòng tự quý chuộng của em bị suy giảm; thay vào đó điều quan trọng hơn là dạy em hiểu sự việc để giảm ảnh hưởng của những hành vi này. Thí dụ dạy Joshua kỹ năng trò chuyện. Em cần biết thay phiên và có sự quân bình về các đề mục khi trò chuyện. Nói về xe lửa không sao cả – đó có thể là cơ hội cho nghề nghiệp tương lai, tuy nhiên người khác cũng thích nói về những chuyện khác nữa.

### **Đã có chương trình chống bắt nạt rồi. Nếu em bị bắt nạt thì đó là chuyện của em.**

Người lớn có thể giả dụ là chỉ có thể làm bấy nhiêu để bảo đảm cho sự an toàn về thể chất và tình cảm của trẻ. Một khi đạt tới mức này thì phần còn lại là chuyện của trẻ. Điều ta cần nhớ là những việc này kéo dài cả đời. Dạy một chương trình chống bắt nạt thì chưa đủ. Người ta nhận ra là việc bắt nạt thay đổi tính chất theo thời gian, nên điều gì trẻ học ở tiểu học có thể không còn ý nghĩa gì ở trung học. Chúng ta cần liên tục theo dõi và tăng cường việc học của trẻ để cho phép em thích nghi theo với thời gian.

### **Trường cần có giám thị nhiều hơn ở sân chơi.**

Nghiên cứu thấy là với trẻ bình thường, việc gia tăng mức giám thị của người lớn ở những nơi dễ có bắt nạt tỏ ra hữu hiệu. Chuyện không may cho trẻ tự kỷ là điều này có thể gây ra thêm khó khăn. Nếu người lớn giám thị không có đủ hiểu biết, hành động và tình trạng có thể bị diễn dịch lầm, khiến trọn câu chuyện hóa tệ hơn. Tăng số nhân viên trông coi có thể tăng nguy cơ là trẻ bị hiểu sai. Thí dụ đưa ra như sau (Gray, 2000):

*Tôi là cô giáo về giáo dục đặc biệt. Hôm nọ vào giờ ăn trưa, tôi để ý thấy người phụ tá phòng ăn trưa dẫn Jacob vào văn phòng, nắm áo kéo em đi. Jacob có lỗi là 'đi vòng vòng' quá gần những học sinh khác. Chúng bảo em ba lần là 'đi chỗ khác'. Rồi không nói nữa, chúng ngáng cho em té. Jacob té xuống sàn và khóc. Người phụ tá phòng ăn 'thấy trọn câu chuyện'. Khi tôi hỏi em nào ngáng chân Jacob thì cô không chắc chắn. Điều đó không cần vì cô bảo 'Jacob không có quyền làm trẻ khác bực bội'.*

Nếu việc giám thị được tăng gia, nó cần phải có với người lớn có sự hiểu biết sâu rộng về việc bắt nạt, tính chất đặc biệt của tật này và hệ quả đối với trẻ tự kỷ.

## Những cách khởi động

Hai tác giả Attwood (2004) và Gray (2000) đưa ra một số đề nghị thực tế để làm giảm chuyện bắt nạt.

### **Nhóm soạn cách đối phó chung.**

Việc đối phó chung gồm các thầy cô, nhân viên hỗ trợ, nhân viên hành chính, cha mẹ và những trẻ khác; đây là cách thiết yếu để làm giảm mức độ bắt nạt trong trường.

### **Thái độ của tất cả nhân viên**

Người lớn cần phải làm gương cho hành vi ta muốn trẻ con có. Nếu người lớn có hành vi coi khinh hoặc hăm dọa trẻ nhỏ là họ tán đồng hành vi ấy nơi trẻ nhỏ.

### **Nội qui**

Trường nên lập ra nội qui cho hành vi mà trẻ cần có. Nếu người lớn có hành vi khinh thường hoặc hăm dọa trẻ nhỏ là họ tán đồng cho các trẻ có hành vi ấy.

### **Công bằng đồng đều**

Chuyện xảy ra là khi bị bắt nạt, trẻ tự kỷ hay đáp ứng lại một cách không thích hợp. Nếu trẻ tự kỷ phản ứng hung bạo với việc bị bắt nạt thì em cũng phải chịu hậu quả cho hành động của mình.

### **Soạn ra bản đồ cho nơi em sinh hoạt**

Bản đồ hữu dụng để xác định những chỗ mà trẻ tự kỷ dễ bị hại, và chỗ mà em không bị bắt nạt. Dùng hình rõ ràng thí dụ chia ra vùng màu đỏ và màu xanh lục; biến nó thành dụng cụ hữu ích cho trẻ cũng như cho nhân viên trường.

### **Kế hoạch chống bắt nạt**

Tất cả trẻ nên dự vào việc soạn kế hoạch chống bắt nạt, gồm có việc nhận ra những hậu quả thích hợp.

### **Tạo môi trường cho thấy trẻ có sức mạnh**

Điều quan trọng là khuyến khích tất cả các trẻ mạnh dạn nói về chuyện bắt nạt, và hỗ trợ trẻ nào là mục tiêu bị bắt nạt.

Hãy đem việc 'ban khen' và hệ quả vào luật ở trường về việc học sinh tích cực can thiệp hoặc không có hành động gì.

Bắt nạt thường xảy ra trong những tình trạng có kẻ dạn dày. Chuyện quan trọng là phải đặt ra trách nhiệm của nhóm về không hành động khi có bắt nạt xảy ra.

## Những cách phản ứng

Tuy phương pháp khởi động có thể cho hiệu quả là ngăn không cho có sự bắt nạt ngay từ đầu, vẫn có thể còn những lúc trẻ bị bắt nạt. Những đề nghị dưới đây sẽ giúp bạn đối phó được các tình trạng ấy nếu nó xảy ra.

### **Lắng nghe – đừng vội đi tới kết luận.**

Không có gì thay thế được việc lắng nghe con bạn. Nó gồm luôn việc 'lắng nghe hành vi'. Hãy để ý xem có thay đổi về hành vi mà không có lời giải thích. Hãy cẩn thận đừng vội kết luận nếu con thuật là bị bắt nạt. Hãy xem chắc là bạn có mọi dữ kiện trước khi hành động. Xin nhớ là trẻ tự kỷ có thể hiểu lầm sự việc. Bất kể con bạn đưa ra lý do nào về việc bắt nạt, bạn cần có đáp ứng, tuy nhiên kết quả việc tìm hiểu sẽ ấn định cách bạn đáp ứng.

### **Dùng hình để nhắc nhở**

Dùng hình có thể giúp trẻ nói về cảm xúc của em. Hình đặc biệt hữu dụng cho trẻ nào khó diễn tả bằng lời. Bạn còn có thể đưa vào đó biểu tượng về kẻ bắt nạt cho con sử dụng.

### **Tìm bạn cho con**

Nói chuyện với trường về việc tìm bạn cho con. Trẻ làm bạn này có thể là trẻ lớn hơn hoặc là bạn thân thiện cùng lớp, chững chạc. Vai trò của trẻ ấy không phải là 'bảo vệ' con bạn mà là để mắt trông chừng em, và giúp em dựa vào trò chơi v.v.

### **Giữ liên lạc với trường**

Thảo luận với trường về bất cứ mối quan tâm nào mà bạn có. Điều này sẽ giúp họ trong việc soạn ra cách đối phó với vấn đề. Trường học có nhiều phương tiện đối với việc bắt nạt.

### **Giảng trong lớp về việc bắt nạt**

Đến thăm trường của con bạn và đề nghị có giờ giảng trong lớp về việc bắt nạt. Giảng về ý niệm bắt nạt cho cả lớp có thể là chuyện hữu ích, nó không cần phải vạch mặt ai là người bắt nạt và ai là nạn nhân. Tất cả học sinh có thể được dạy để nhận ra thế nào là bắt nạt, và học cách đáp ứng hữu hiệu với nó.

### **Tìm cách giải quyết**

Đừng bảo con rằng hành vi của chúng là sai, mà thay vào đó khuyến khích chúng thích ứng hành vi cho đỡ lộ liễu hơn. Thí dụ hỏi con có thể vào chỗ kín đáo phẩy tay khi em thấy hứng chí, và bóp trái banh cầm tay thay vì vịn vẹo hai tay? Điều quan trọng là em hiểu mình không có làm gì sai, và đây là những cách thay thế có thể giúp cho em.

### **Nếu con bạn là kẻ bắt nạt thì sao?**

Trẻ con đôi khi bắt nạt như là cách để cho bằng chúng bạn. Chúng cảm thấy được chấp nhận, nhất là khi chúng có liên hệ với nhóm nào coi trọng hành vi này. Chuyện không may là đôi khi trẻ tự kỷ bị lợi dụng trong hoàn cảnh như vậy, và thường là kẻ bị gạt để trẻ khác chạy tội. Những trẻ tự kỷ này thấy khó mà hiểu là bạn của em lại không phải là bạn đúng nghĩa.

## **Nếu kẻ bắt nạt là người lớn thì sao ?**

Hành vi này cần phải được báo cho hiệu trưởng ngay tức khắc, và nếu cần thì luôn cả cho cảnh sát. Các nhóm như là Parent Advocacy (Biện hộ cho Cha mẹ) có thể hỗ trợ phụ huynh làm những loại báo cáo này.

## **Đề nghị những điểm thảo luận.**

Muốn tìm xem trẻ tự kỷ hiểu tới mức nào và nhìn ra được những điểm gì em chưa biết thì không phải chuyện dễ. Những câu hỏi tiếp đây có thể là cách hữu ích để khơi mào cuộc thảo luận với con của bạn. Nên có luôn những người khác trong gia đình để tránh không riêng nêu trường hợp của con tự kỷ.

- Con cho thí dụ việc bắt nạt và hành vi xấu tách được không ?
- Có lúc nào cảm thấy bị bắt nạt không ?
- Con có nghĩ là có khi nào con đã bắt nạt ai không ?
- Bắt nạt có phải luôn luôn là về thể chất không ?
- Có khi nào bắt nạt là chuyện đúng không ?
- Phần nào của trường và sân chơi mà con không thích ?
- Làm sao con biết khi nào thì là 'bắt nạt' và khi nào thì là 'tai nạn' ?
- Nói về những gì phải làm và đừng làm về chuyện bắt nạt.

## **Nên làm và Đừng làm gì về việc Bắt nạt.**

Tác giả Boyd (2004) có soạn ra một bảng gồm những việc Nên làm và Đừng làm để cung cấp thông tin và cách đối phó cho trẻ tự kỷ về việc bắt nạt.

### **Nên Làm**

- Khi có bắt nạt thì mau lẹ bỏ đi một cách bình tĩnh, và tìm người giúp đỡ
- Giữ bình tĩnh, có tự tin, và đáp ứng một cách vững chãi một mực không thay đổi. Đây có thể là chuyện khó làm.
- Hãy nhớ là nếu có ai bắt nạt con thì đó không phải là lỗi của con.
- Kể cho người lớn nào đáng tin cậy như cha mẹ hay thầy cô biết chuyện gì xảy ra.
- Nếu thấy làm việc này có ích thì đi cùng với người bạn đáng tin cậy để giúp báo về chuyện gì xảy ra.
- Nếu lo lắng rằng có thể bị trẻ khác bắt nạt lúc đi xe bus, hãy tìm cách ngồi gần tài xế hay người lớn nào khác.
- Nếu con thấy ai bị bắt nạt thì hãy báo chuyện đó và tìm người giúp đỡ.
- Hãy nhớ rằng bắt nạt là không đúng, và báo cho người khác hay không phải là 'thèo lẻo'.

### **Đừng làm**

- Cho ai bắt nạt con thấy là con tức bực. Rất khó mà làm được việc này.
- Phản ứng lại một cách giận dữ hoặc hung hăng, vì con có thể bị rắc rối khi làm vậy.
- Đi trốn. Ngược lại, đứng gần những trẻ khác thì tốt hơn.
- Làm ngơ chuyện bắt nạt

## **Đến gặp trường về chuyện bắt nạt**

Điều quan trọng cho cha mẹ / người chăm sóc là cùng với trường giải quyết những vụ bắt nạt. Tự bạn tìm cách giải quyết thì không giúp ích chi, mặt khác tới trường nói chuyện về những

chuyện này có thể làm bạn e ngại. Sau đây là vài gợi ý về những điều bạn có thể xem xét khi tới họp ở trường.

**Hỏi nhà trường họ có để ý thấy gì, và đề nghị hành động gì.**

Đa số các trường đã có sẵn chính sách về việc bắt nạt. Nó sẽ hướng dẫn cách đáp ứng của họ. Hãy cẩn thận đừng đòi hỏi trường phải làm điều chi, mà hỏi họ có chính sách hay không và nếu có, bạn có thể xem được không.

**Đưa đề nghị của riêng bạn.**

Bạn biết con mình hơn ai hết. Bạn có thể đưa đề nghị trợ giúp cho tình trạng. Làm vậy cũng cho trường thấy rằng bạn sẵn lòng hợp tác và làm việc chung với họ.

**Có chủ đích.**

Hãy ghi ra giấy những điều gì bạn muốn thảo luận và đem theo tới buổi họp. Giấy sẽ giúp bạn nhớ để nêu ra tất cả các điều này.

**Có người đi cùng với bạn.**

Người này có thể là chồng / vợ, thân hữu hoặc người biện hộ cho bạn. Vai trò của họ là hỗ trợ bạn, và nếu cần thì giúp bạn nhớ chuyện gì đã nói. Thường khi có nhiều điều được nêu ra ở buổi họp và không phải tất cả được ghi vào biên bản buổi họp.

**Hãy cứng rắn mà nhã nhặn**

Bạn có quyền nêu lên quan điểm của mình và biện hộ cho quyền của con. Tuy nhiên, gây ra tranh luận thì khó mà giúp cho chuyện, và dễ tạo liên hệ có xung khắc không lợi gì cả.

**Đừng trách móc, phóng đại hoặc có kết luận vội vàng.**

Loại hành vi này cũng không ích gì. Hãy giữ cái nhìn khách quan và xem chắc là bạn có mọi dữ kiện.

**Nếu biết trẻ nào gây chuyện, hãy đề nghị là theo dõi sự tiếp xúc một thời gian.**

Nó có thể cho bằng chứng rõ ràng về dính xác chuyện gì xảy ra. Được trang bị với thông tin này, bạn có thể soạn kế hoạch để giải quyết vấn đề.

**Xem kỹ là bạn hiểu rõ ràng hành động mà trường muốn có**

Điều quan trọng là có sự hiểu biết về kết cục khi rời buổi họp. Nhắc lại sự hiểu biết của bạn trước khi buổi họp chấm dứt có thể có ích, nó sẽ giúp làm sáng tỏ những kết cục này cho tất cả ai can dự, và cho nhân viên trường biết rằng bạn hiểu chuyện gì đã được thảo luận.

**Xếp đặt để gặp tiếp về sau nhằm theo dõi sự việc.**

Cũng giống như trên, hành động này sẽ cho trường hiểu là bạn thật tình chú ý đến kết cục và bạn là tham dự viên tích cực. Khi xếp đặt để gặp tiếp về sau, bạn cũng cho trường biết là cần phải có hành động – mà không phải chỉ có thảo luận suông.

Phương tiện hữu ích

National Safe Schools Framework (MCEETYA)

[www.curriculum.edu.au/verve/resources/natsafeschoolsfile.pdf](http://www.curriculum.edu.au/verve/resources/natsafeschoolsfile.pdf)

[www.dest.gov.au/sectors/schooleducation/policyinitiatives/keyissues/safeschools.htm](http://www.dest.gov.au/sectors/schooleducation/policyinitiatives/keyissues/safeschools.htm)

Bullying. No Way website [www.bullyingnoway.com.au](http://www.bullyingnoway.com.au)

[www.bullyingnoway.com.au/resources/search.asp?t=3&k=Disability](http://www.bullyingnoway.com.au/resources/search.asp?t=3&k=Disability)



**Australian Government**  
**Department of Education, Employment  
and Workplace Relations**

**peac**  
Partnerships between  
Education and the  
Autism Community

Autism Spectrum Australia (Aspect)  
Autism SA  
Autism Queensland  
Flinders University SA  
[www.positivepartnerships.com.au](http://www.positivepartnerships.com.au)