

TỜ MÁCH BẢO GIA ĐÌNH

## Bắt Nạt bằng Thiết Bị Điện Tử

Những gì làm cho bắt nạt bằng thiết bị điện tử rất độc hại, xâm phạm, và nguy hại? Các thanh thiếu niên nghĩ thế nào về bắt nạt bằng thiết bị điện tử — và làm cách nào các em có thể giúp trở thành một phần của giải pháp thay vì một phần của vấn đề? Bắt nạt bằng thiết bị điện tử đã là một từ thông dụng chánh trong vài năm qua, với một số lượng tiêu đề đau buồn kêu gọi sự chú ý đến những cơn ác mộng tẻ nhạt của mọi phụ huynh: đuổi học khỏi trường, bắt giữ, nạn quỳ sinh tuổi trẻ. Rất may thay, nhiều trường học và người trẻ tuổi hiện đang tranh đấu chống lại bắt nạt bằng thiết bị điện tử, và trẻ em đang tiến lên để chứng tỏ sự thấu cảm và ân cần.

- **Hãy xây dựng một mạng lưới hỗ trợ cho các con em.**

Có thể dễ dàng nghĩ rằng quý vị sẽ là người hỗ trợ con em trong những lúc hoạn nạn. Nhưng các trẻ con thường ngần ngại tìm đến các phụ huynh trong những lúc khó khăn nhất. Hãy khuyến khích các trẻ con tìm đến bất cứ người lớn nào khả tín — giáo viên, huấn luyện viên, anh chị ruột lớn tuổi — nếu các em ở đâu bên đang bị nhận hành vi trực tuyến tác hại. Hãy nhắc nhở con trẻ là quý vị hiểu những tình huống này rất phức tạp, và quý vị không muốn các em ứng phó một mình. Hãy chia sẻ những câu chuyện cá nhân khi quý vị cần sự hỗ trợ của người khác. Đôi khi các trẻ con lo lắng các phụ huynh sẽ phản ứng quá mức, vì vậy sẽ rất hữu ích khi giải thích là quý vị sẽ cùng nhau suy nghĩ chín chắn giải pháp. Hãy thử truyền đạt cam kết của quý vị để giúp các em tìm ra những giải pháp mà cảm thấy thoải mái, an toàn, và hỗ trợ nếu và khi những tình huống này phát sinh.

- **Hãy khuyến khích các con trẻ đương đầu đối phó kẻ bắt nạt — hay tối thiểu ít ra là đứng một bên với nạn nhân.**

Trong một thế giới lý tưởng, chúng tôi hy vọng các con trẻ sẽ đương đầu đối phó những kẻ bắt nạt — và điều này chắc chắn là một hàm ý to lớn cho các trẻ con. Nếu cảm thấy an toàn, hãy khuyến khích con em nói chuyện với kẻ bắt nạt trực tuyến hay, tốt hơn nữa, ngoại tuyến. Mặc dù vậy, không phải lúc nào cũng cảm thấy an toàn, về giao tiếp hay mặt khác, để đương đầu đối phó những kẻ bắt nạt. Hãy khẩn giục các con trẻ ít ra là đứng một bên với nạn nhân bằng cách truyền đạt (1) là các em không chia sẻ quan điểm của kẻ bắt nạt và (2) là các em có mặt ở đó để hỗ trợ. Ví dụ, một trẻ con có thể nói, “Này, tôi chỉ muốn cho bạn biết rằng tôi đã thấy những gì đang diễn ra trực tuyến và tôi chỉ muốn nói với bạn rằng tôi thực sự rất tiếc chuyện này xảy ra cho bạn. Tôi không cảm thấy như vậy về chuyện đó và tôi nghĩ rằng thực sự có nghĩa là người ta đang nói chuyện đó. Nếu bạn cần nói chuyện với người nào hay nếu có bất cứ điều gì tôi có thể làm, hãy cho tôi biết.”

- **Hãy có chiến lược trong sự hỗ trợ của quý vị.**

Nếu quý vị cảm thấy con em hay người nào quý vị biết đang bị bắt nạt bằng thiết bị điện tử “hay còn được biết là mục tiêu,” hãy biết là có những bước cụ thể quý vị có thể thực hiện. Đầu tiên, hãy lắng nghe nạn nhân và với đôi tai thiện cảm. Hãy chỉ cho nạn nhân cách ngăn chặn những kẻ bắt nạt trực tuyến; nhiều nền tảng có tính năng “kết khối” hay có cách báo cáo việc sử dụng không phù hợp. Hãy khuyến khích nạn nhân chụp ảnh màn hình và/hay in bằng chứng về tin nhắn văn bản ác ý. Và cuối cùng, hãy tìm những phương cách khuyến khích lòng tốt ngay ở trường các con em hay nội trong cộng đồng. Làm thế nào quý vị có thể làm nổi bật những cung cách tích cực mà các trẻ con đang sử dụng phương tiện truyền thông và công nghệ những ngày nay?