

小朋友被取笑被欺負，家長要如何處理？



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/siblings-teasing-asian-little-girl-pulling-1998908411>

資料來源：心理治療師李偉堂

現在全面復課，小朋友有更多時間與同學相處。有時候在學校裡小朋友可能會被取笑或被欺負，當他不懂抒發這種情緒，可能會作出一些反擊行為，更可能會引來老師誤會。

例如一班小朋友在玩，其中有小朋友因做得不好而被取笑。就在這一刻，這個小朋友可能不知道怎樣承擔這種被人取笑或欺負的感覺，於是當有機會孩子會推他們或會踢東西，甚至會躺在地上大叫。就在這時候老師來到的時候，見到這樣的場面，很自然就會覺得問題在這個小朋友身上，便會教導他，跟他訓話。但事前發生的事，老師卻未必留意得到。



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/asian-schoolboy-getting-bullied-children-fighting-1402071608>

小朋友在面對被欺負或被取笑的情況下，他不懂得如何舒緩這刻的心情，也成為了很多家長一個頭痛的問題。其實很多時小朋友在生活中被欺負或被取笑，通常第一時間都都會找父母安慰。如果這時父母能適當地安慰他，例如他被人欺負，他會跟媽媽說：「媽媽，他們取笑我。」如果媽媽能在這刻安慰孩子的心情，例如拍拍他，跟他說：「是呀，有時候有些小朋友是會這樣，不要緊的。」其實這刻是一個關鍵的時候，孩子會將這一種安慰的感覺，內化在內心中。

而當小朋友回到學校再被人取笑時，由於之前得到父母的安慰，於是他在這刻就算被人取笑，但也能安慰自己或者甚至不理會別人的取笑，繼續玩或做自己的事。於是少了很多不必要被老師的誤會，以為他在搗蛋、推人、踢別人的東西或大叫。當然另一方面，如果老師能夠適時問小朋友整件事的前因後果，其實也是一個很好的方法，讓小朋友將內心的怨氣舒發出來，令他們心情平靜一些。