

苏明进  
看教育

## 老师， 我孩子被欺凌了……

文/ 苏明进

学生们昵称他为“老苏”。毕业于台中教育大学自然科学教育系硕士班。除了任教，目前正在台湾师范大学研究所攻读博士班，著有《希望教室》和《让孩子潜能大大发光》等书。

转载自：《交心—启动孩子的内在动机》（教总简体版）

我说他进步很多，  
这一年来，都跟那些曾经真正言语欺凌他的人相处得不错。那么难搞的人都有办法相处了，更何况是这几位小女生……



中午，一位妈妈气呼呼地站在教室外，说想和我谈一谈。

她说孩子长期上学都不开心，一直被同学针对、欺凌，每回开学前男孩都表示他不想来上学。

妈妈说，上回跟老师电话沟通后，状况不知怎的，反而愈来愈严重了；她觉得有必要来学校当面和我表达清楚，希望我能好好处理班上同学的行为，让男孩能有安全的学习环境。

### 家长和老师，理解不一样时

我先表达我的立场：“平时我在班上，就非常要求同学之间的言语表达，应该要彼此有礼，绝对不可以有伤害他人、乱取绰号、言语欺凌的状况。这些行为是我很在乎且严格禁止的。”

我说：“其实男孩每天在校都笑咪咪的，他并没有向我反应在班上有任何不舒服的情形，在联络簿里的文字也都蛮正向的。我们关系很好，他其实可以先告诉我发生什么事。”

妈妈说：“他就是一个不敢跟老师说的孩子，但他每天都跟我讲同学又怎么弄他，一直跟我说他不想来学校上学。”

我说：“可是他昨天才写说他舍不得毕业耶！而且一整天下来，我看他跟同学玩得有说有笑的。”

谈了很久，感觉这些对话不太有交集，我们谈的孩子仿佛处在平行时空里。我请妈妈给我一点时间和孩子聊一聊，我会调查清楚是哪些同学、哪些行为，我才有办法后续处理。

我把孩子找出来，和他聊了一节半的时间。除了想了解他与同学的互动情形，也辅导孩子如何和同学相处、怎么样做好课题分离，不要用别人的问题来伤害自己。

## 觉察自我，看清自己

晚上，我拨了一通电话给这位妈妈，妈妈一接起电话就说：“谢谢老师有跟孩子聊，他回来后很开心，明显松了一口气。”

“很开心孩子回去后变得开心，看来今天的聊天很有成效。”

不过我还是耐着性子的再把内容再解释一遍：“我有问了他，他说在班上其实有不少好朋友，每天来上学也算开心。他说即使想到那些女生就不快乐，但在寒假期间他还是会想念上学。”

“我询问男孩女生们如何排挤他，他举了几个例子：这学期某位女生对他翻了白眼，还有某两位男同学在谈他带了很像幼儿园的包包，就没有其他的状况了……再问到上学期，他说有几位女生一直躲他，或不跟他互动往来，或误会他在挖鼻屎……就这些，其他就没有了，我一再向他确认，但都是一些感受的问题，而不是真实的欺负行为。”

“我对男孩说，在班上他是很疼爱的学生，因为我觉得他跟我小时候很像。个性很纤细、高敏感、很看重别人对我们的看法，很认真，怕别人不喜欢我们……”

## 人我问题，分辨清楚

“但我跟他解释，这些女孩，对待其他人其实也都是这样，包括连跟我相处，也一直躲着我，或用冷淡的表情与我互动。她们这些行为，都源自于她们的家庭出了一些状况，她们只能用‘躲’或用‘冷漠’来武装自己……我向男孩举了很多的例子，他才恍然大悟，女孩们平时就是这样与人相处，而不是针对他个人。”

“我向男孩解释，男孩的心情应该是受伤，因为他有主动释出善意，但那些女生借完东西后就继续对他不理不睬。但我对男孩说明，她们就是这样对待其他同学的。她们本身在人际关系上就有状况，一直处在小圈圈里，到最后也把自己弄得遍体鳞伤，搞得人缘很差。那真的是她们自己的课题，而不是针对你。”

“我对男孩说，每个人都有他自己过不去的问题，因而衍生出一些课题。我请

男孩不要把别人的问题，变成是自己的问题，揽在自己身上伤害自己。”

## 课题分离，非常重要

妈妈听完后，也发出恍然大悟的一声“哦”。妈妈表示她听闻亲戚的小孩被伤害过后，长大后变得很极端。她也提及在公司或家里，自己也曾经被别人这样以冷漠伤害过，所以她才会坚持要来学校找我处理此事。

我都懂。

男孩的家庭破碎了，妈妈无法接受而重度忧郁症发作，数度送医。男孩天天担心着妈妈会出事，他整天心神不宁。他过于高敏感的个性，复制着妈妈个性上的自卑与不安，让他在面对来自他人不喜欢自己的眼光时，只能一直用最负面消极的想法往心里最深处钻……

我说：“我问男孩聊完开心吗？他回答我心情好很多，我又问能撑多久？他回答我一天。”

妈妈苦笑着。

我说：“所以我告诉他，心要强壮啊！因为人生的路上，会遇到无数不喜欢我们的人。我向他举例：在学校也有不少不喜欢我的同事，但人生就是这样，我们无法指着他们叫他们不可以讨厌我们、不可以在背后弄我们。我们只能一次又一次地做好课题分离的练习，告诉自己心脏要强壮。”

妈妈再度“哦”了一声。

其实，这些话不单单只是在说给男孩

听，也在说给心灵受苦的妈妈听。

“我赞美男孩，我说他进步很多，这一年来，都跟那些曾经真正言语欺凌他的人相处得不错。那么难搞的人都有办法相处了，更何况是这几位小女生？”

“我在他离开前，让他做了一些练习，要他反复练习说出：‘别把别人的问题，当成是自己的问题，拿来伤害自己。心脏要练习强壮一些。’”

“所以我有跟他说，只要有心情不舒服，尽管来找老师。如果老师在忙，或觉得没什么，或没有安抚好他的话，一定要隔天再来找我聊聊。我一定会好好地开导他。”

“之后，我也会每个礼拜找他来聊一聊，希望他好好地学习人际关系的课题。”

妈妈说：“我就是怕他在这个阶段没处理好，到下个阶段会出现更大的问题。”

妈妈再三道谢后，就挂了电话。挂完电话后，我的心里极度复杂。

开心的是，这事可以告一段落。深叹了一口气，是因为这男孩、这家庭，并不会那么容易就松开这许多死结。

但肯定的是，我感受到阿德勒的课题分离是如此的重要。课题分离，是终于愿意好好地爱着自己，是喜欢在每分每秒做出任何反应的每个自己。

不管大人、小孩，不管几岁的人类，都真的要好好地学习这门课。