

越南專家提出如何終止校園精神霸凌之方法

駐胡志明市辦事處教育組

第二兒童醫院心理科日均就診患者有 100 人次，其中有精神健康問題的學齡患者佔 40%至 50%，甚至不少病例遭受精神暴力。第二兒童醫院心理科主任、第二級專科醫生阮清創（Nguyễn Thanh Sang）表示，許多患者遭受同學、家屬、教師的精神暴力。值得一提的是，病例人數與日俱增，同時患者年齡越來越小，不少小學生也受人霸凌。

由母親陪往第二兒童醫院心理科求診的胡志明市七年級學生瓊英（Quỳnh Anh）呈現奇特症狀，她學習各學科的成績優秀，卻無法接受數學和語文的知識。為她進行醫治的心理專家阮貴瓊（Nguyễn Quý Quỳnh）碩士認定，她患有恐懼性焦慮障礙，甚至變成一種身體疾病，全身抽搐及顫抖 5 至 10 分鐘，然後恢復正常。

阮碩士說：「據悉，瓊英學習各學科的成績很不錯，但吸收數學和語文學科知識的能力不佳。她中期考試的數學和語文分數不高，被父母多次重語譴責，導致她於是患有長期焦慮症。學習就全身抽搐及顫抖，完全忘記上述兩個學科的知識。場合下對待兒女的方法。」

同時，胡志明市九年級女生淑莊（Thục Trang）有很奇怪的表現。她沒有犯過的錯誤而被同學「開會評判」，故受到了心理創傷。這件事的陰影一直困擾著她，睡眠中也夢見同學「開會定罪」的景象。因她無法為自己聲冤，所以她不相信又不跟任何人交談。阮貴瓊碩認為，首次就診時，淑莊說話像似 4 至 5 歲小孩童一樣，表達簡單詞句困難，而她曾是一名說話流利、學習成績優秀的學生。這是遭受重度心理打擊者的分離性失憶症。

2024 年 11 月中旬，守德市一所國中學校的八年級學生芳珍（Phuong Trân）在市立精神醫院就醫。除了母親之外，她不肯與任何人對話。近一個多月來，她因無法忍受同學的惡意戲弄而輟學。她的母親胡氏蘭（Hò Thị Lan）表示，升讀七年級後，她難以跟同學交際，導致被同學孤立。今學年開課期間，她的胸部比班上其他女生還大，使她被同學們成群結隊戲弄。不僅如此，這群同學還給她改出「pi tiên」

綽號（胸圍超大的網紅女玩家），令她感到非常害羞，從而厭惡自己的身體。連續多個月，她每逢上學都被同學叫作「pi tiên」來嘲弄。更過分的是，有些同學還在她的書桌和書簿上寫下這個綽號。

她母親眼眶含淚訴說：「由於長期遭受凌辱，女兒害怕上學，無法集中精神，逐漸喪失自控能力，不能控制情緒行為，甚至割脈自盡，我要從速送她去急救。」市立精神醫院醫生認為，芳珍心靈一直被同學的惡意戲弄纏磨，使她陷入嚴重憂鬱，出現思覺失調的徵象。目前，醫院繼續監測病情和治療。

阮清創（Nguyễn Thanh Sang）醫師認為，六年級至九年級學生是最容易遭受校園精神暴力的對象。從小學升上國中的學習環境改變，學生認識新同學，也開始步入發育年齡，身心出現許多心生理變化，不少學生無法適宜新的轉變。在這個年紀，孩子表達自己的需求較高，想得到周遭人注意，所以容易受到外在因素的影響。因此，學生容易成為霸凌者和被霸凌者。

心理與教育科學應用院院長範文瑤（Phạm Văn Giào）碩士、醫生告知：校園暴力、尤其是精神暴力是會響起警鐘的問題。精神暴力形式多樣，如遭受同學抵抗、排斥、歧視、恐嚇、侮辱身材等。教師或父母責罵學生，將學生與同學進行比較，對孩子的能力施加過大壓力，都是一種精神暴力。

範院長強調，由於精神暴力暗中發生，學生可能在長期間受到傷害，而遺留後果是非常嚴重。遭受精神暴力的學生，有的設法自盡、有的陷入憂鬱狀態、喪失語言能力，或許身體出現手顫、腳抖、作悶欲嘔、失眠、頭痛等狀況。如想制止和提防上述情況出現，除了醫生提供的諮詢之外，父母和教師每日都須關注學生的情緒，並聆聽學生的心聲。另外，協助、指導、教育學生克服學生年齡常見困難也是非常必要的。

胡志明市第一郡恩斯特·台爾曼高中學校校長阮雄姜（Nguyễn Hùng Khương）認為，為了限制校園精神暴力狀況出現，家長與學校都要給學生教育友情誼、善良道德的價值。為學生組織娛樂事件、體操比賽、文藝表演等團體活動也很重要，給學生緩解壓力、減少緊

張和敦睦友誼。同時，舉辦專題演講以給予學生教育合情合理的待人接物方法。另外，阮校長成立「輿論掌握組」，指導組員暗中觀察每個群組的活動。一旦發覺任何學生有悲觀或不良的發言，教師就主動去了解以掌握事情，從而對學生作出適合的幫助。阮校長公佈其電話號碼，鼓勵學生如有困難就隨時來電求助。

撰稿人/譯稿人：陳和賢

資料來源：2024年12月10日，婦女電子報

<https://www.phunuonline.com.vn/lam-gi-de-ngan-chan-bao-luc-tinh-than-trong-truong-hoc-a1536277.html>

