欺凌的迹象

受欺凌和欺凌人的每個學生都會做出不同的反應和行動。學生的行為和情緒也會受多種因素的影響而發生變化。不過，以下一些跡象可能表示學生在經歷欺凌。

教師可能注意到的迹象：

* 變得有攻擊性且不講理
* 開始打架
* 拒絕討論錯誤行為
* 學習成績開始下降。

有時候欺凌不那麼明顯，跡象包括：

* 學生在學校常常獨處或被排斥在朋友圈外
* 學生在學校常常受到嘲笑、模仿或愚弄
* 學生在課堂上發言的能力或意願發生變化，有不安全感或恐懼感。

家長可能注意到的跡象：

* 不願上學
* 上學方式或路線改變，或怕步行去學校
* 睡覺規律發生變化
* 飲食規律發生變化
* 常常流淚、生氣、情緒波動
* 原因不明的瘀青、割傷、抓傷
* 個人物品或衣服遺失或損壞
* 回家時很餓。

最可能受到欺凌的學生也最有可能：

* 感到與學校無關，不喜歡上學
* 在學校沒有好朋友
* 高度情緒化，顯示出脆弱，適應力低
* 不被同學接受，躲避衝突，不願接觸別人
* 自尊低
* 不果斷
* 與別人不同。

欺凌者可能：

* 不斷嘲笑、恐嚇或捉弄同一些人
* 感到需要壓住或控制別人
* 對受欺凌者沒有同情心
* 反复排斥或忽視同一人
* 經常在別人背後說他們的壞話。

經常欺凌別人的人最有可能：

* 感到與學校無關，不喜歡上學
* 展示出良好的領導能力
* 說話能力強，能替自己解圍。

本信不同的資料來源，其中包括：

The Australian Psychological Society Tip Sheets [http://www.psychology.org.au/publications/tip\_sheets/bullying/#s9](http://www.psychology.org.au/publications/tip_sheets/bullying/#s9  )

和Working Together: A Toolkit for parents to Address Bullying

<http://behaviour.education.qld.gov.au/bullying-and-violence/schools/Pages/qsaav.aspx#toolkit>