

# 拒绝霸凌 保护少年的你

编者按

近日，河北省邯郸市肥乡区初一学生王某某遭3名同学欺凌致死并被埋尸的事件引发广泛关注。这起校园欺凌事件令我们每个人不寒而栗，我们见证了青少年时期的“恶”能有多么恐怖，也衷心希望每一个“少年的你”能健康成长，远离校园欺凌。

为孩子建立“反校园欺凌”意识以及教会孩子保护自己，今天我们推荐适合孩子看的反霸凌书单、反霸凌影片，希望这些书籍和电影，帮助孩子们了解校园欺凌、识别校园欺凌，更重要的是学会保护自己，同时也避免伤害别人！

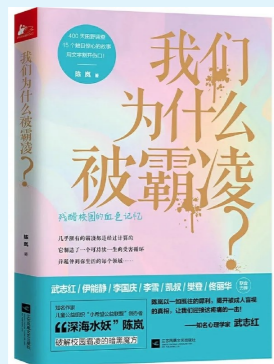
荐读

## 《什么都可以告诉妈妈》

韩梅梅/著 大灯/绘

内容简介：

建立亲子互信关系，是对孩子强有力的保护。本书围绕花栗鼠一家而展开。小花栗鼠蜜蜜和妈妈是好朋友。蜜蜜心里想什么，都可以告诉妈妈。有人让她感到不舒服了，可以告诉妈妈；犯了错，可以告诉妈妈；感到害怕，可以告诉妈妈；妈妈无心伤害了她，也可以告诉妈妈……因为什么都可以告诉妈妈，所以蜜蜜是一个很有安全感、也很快乐的孩子！不过，这本书中也不只有妈妈，什么都可以告诉妈妈，也可以告诉爸爸。



## 《我们为什么被霸凌？》

作者：陈岚

内容简介：

《我们为什么被霸凌？》经过400天田野调查，呈现了15个触目惊心的校园霸凌故事，横跨小学、初中、高中、大学四个阶段，涵盖武力霸凌、流言霸凌、性别霸凌、群体霸凌、校园霸凌等多种形式，揭示了99%的霸凌事件都可归因于家庭教育。本书用写实的笔触，将你遭遇过的、没遭遇过的、想得到的、想不到的霸凌事件做了全面且深刻的解剖，并为学校、家长和孩子提出了具体可行的解决方案。

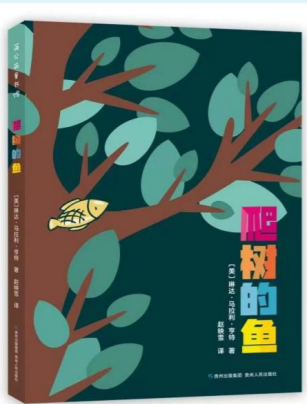
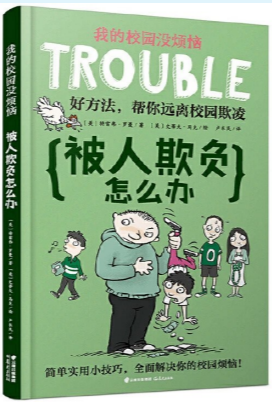
## 《被人欺负怎么办？》

特雷弗·罗曼/著 史蒂夫·马克/绘

译者：卢东民

内容简介：

在这本书中，作者首先对霸凌进行了明确的定义：如果一个人反复用某种刻薄或令人讨厌的行为来对待另一个人就是欺凌，这些行为包含肢体行为、语言行为和人际交往行为。然后，书中给出了具体的霸凌场景和常见的应对方法。特别的是，书中还讲到了网络霸凌，并破除了有关霸凌的刻板论调，比如霸凌者只有男孩，再比如欺凌是成长过程中正常的一部分。遇到霸凌时，及时告诉父母，寻求帮助，也很重要。



## 《爬树的鱼》

琳达·马拉利·亨特/著

译者：赵映雪

内容简介：

这是一本呈现校园霸凌的书。“霸凌”分为传统霸凌和流言霸凌。靠武力来欺凌的手段容易辨别，流言蜚语则具有更强的伤害性。在《爬树的鱼》一书中，传统霸凌和流言霸凌，都淋漓尽致地体现了出来。雪伊、洁西对艾莉和阿尔伯特的嘲笑让人印象深刻，从书中的语言描述可以判断出，遭遇流言霸凌一般有三种原因：不受家庭重视的，在某种方面身体或者能力有缺陷的孩子容易受到霸凌；太拔尖，太优秀的孩子，因他人的嫉妒，也容易遭遇霸凌。也有可能只是因为运气不好，偶然遇到一两个心理不正常的同学和老师，心里蒙受了阴影。除了语言霸凌，书中的阿尔伯特还遭受了传统霸凌，一群男孩总是把他当成肉沙包，正是因为他不反击。那么，究竟应该如何来对抗霸凌呢？书中给了我们最好的答案——有时候你能做的最勇敢的事就是求助。

## 《最低年级里个子最小的女孩》

贾斯廷·罗伯茨/著 克里斯蒂安·鲁滨逊/绘

译者：柯倩华

内容简介：

这本书其实是一首叙事歌谣，讲述了一个反抗欺凌和不公的小人物的力量。小莎莉在学校里是个没人会注意到的小姑娘，但她会“超级——特别——注意”发生在身边的许多“可怕的事情”。有一天，她终于忍受不了了，于是她决定站出来：“我不想再看到这些可怕的事情了，大家停止互相伤害吧！够了！”



## 《对小学社交霸凌说不》绘本·全八册

特鲁迪·路德维格 等/著 阿尔盖比·马布尔 等/绘

译者：梅静

内容简介：

这套《对小学社交霸凌说不》绘本共八册，包括《这不是真朋友》《我不喜欢这种玩笑》《对不起啦！》《我同学是大嘴巴》《别再炫耀了》《说不停的欧文》《班里的小团体》《好朋友守则》。这套书直接揭露8种隐藏的社交霸凌以及应对方式。过分的玩笑、小团体、言语贬低、八卦谣言……帮助孩子处理很实际的问题。以写实的细腻故事，还原孩子那些隐秘复杂的困境和微妙难言的感受，孩子读起来会感同身受。例如：什么是真正的朋友？什么是打着朋友旗号的霸凌？面对他人过分的玩笑该怎么办？如何在保护自身安全的前提下，阻止谣言的传播？帮助孩子识别和预防隐形伤害，有办法应对，保护自己，帮助遭遇校园霸凌困扰的学生有步骤地采取自助行动，走出心理阴影；同时也弄清楚哪些言行可能让别人不舒服，把握分寸，维系友谊。也为家长、老师和学校管理者提供了逐步实施的建议措施，对校园欺凌进行预防和处理。



## 《杨梅》

黄春华/著

内容简介：

杨梅是一个自卑、自闭的女孩，绰号“哑巴”。在家里，她从未曾体会过亲情温暖，父亲不知所踪，母亲暴虐；在校园，她受尽同学们的歧视、嘲笑和捉弄。直到有一天，新来的班主任送给杨梅一本《简·爱》，并对她倍加关注和鼓励，慢慢地，她的生活发生了巨大变化……作者用敏锐的文字描绘出了主人公面对校园霸凌时内心的挣扎、疼痛和绝望，真实展现了特殊家庭环境中成长的孩子所面临的心理困境。

本文综合自“远川阶梯阅读”微信公众号、“百班千人”微信公众号、“科讲讲故事”微信公众号

荐片

## 少年的你

导演：曾国祥

主演：易烊千玺/周冬雨

豆瓣评分：8.4

陈念（周冬雨饰）是一名即将参加高考的高三学生，同校女生胡晓蝶（张钰凡饰）的跳楼自杀让她对生活陷入了困顿之中。胡晓蝶死后，陈念遭到了以魏莱（周也饰）为首的三人组的霸凌，魏莱虽然表面上看来是乖巧的优等生，实际上却心思毒辣，胡晓蝶的死和她有着千丝万缕的联系。一次偶然的机会，陈念邂逅了名为小北（易烊千玺饰）的混混，随着时间的推移，心心相惜的两人之间产生了真挚的感情。小北答应陈念在暗中保护她免受魏莱的欺凌，没想到这一决定引发了一连串的连锁反应。负责调查胡晓蝶死因的警官郑易（尹昉饰）隐隐察觉到校园里的古怪气氛，可他的调查却屡屡遭到校方的阻挠。电影中展示了胡晓蝶被欺凌的种种细节，如被同学嘲笑、排挤，甚至被暴力相向。陈念在面对欺凌时，选择了勇敢地站出来，与欺凌者对抗，保护自己和身边的人。



03  
株洲日报  
文艺

2024年3月25日

星期一

责任编辑：罗玉珍

美术编辑：左骏

校对：贺天鸿



## 青春派

导演：刘杰

主演：秦海璐/董子健

豆瓣评分：7.4

在这部电影中，主角居然（董子健饰）在高考前夕因为一场表白闹剧而被学校开除，转学到新的学校后，他遇到了一群性格各异的同学。其中，有一个名为贾迪（蒋奇鸣饰）的同学因为自己的家庭背景而被其他同学欺凌。电影通过居然和贾迪的互动，展示了校园欺凌对受害者学习和生活的影响，以及他们如何共同面对挑战、赢得尊重的过程。



## 十三棵泡桐

导演：吕乐

主演：刘雅瑟/段博文

豆瓣评分：7.1

电影中的泡桐中学里面大多是问题学生，旷课、打架、霸凌同学，毫无疑问他们是问题学生，导演也没有完全把他们的恶行归咎于学校和家庭，很多问题根源于人格或者人性的恶。但几乎他们都有一个破碎的家庭，亲情的缺失必然导致进入青春期的孩子寻找爱情的慰藉和替代，甚至不惜飞蛾扑火……许许多多的事情，在那个汗流浹背的夏天欢乐着、疼痛着……



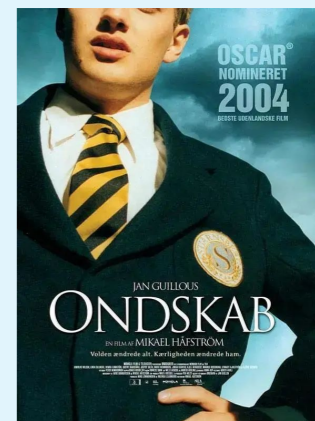
## 无声

导演：柯贞年

主演：刘子铨/陈妍霏

豆瓣评分：7.8

听障男生张诚转学到特殊教育学校，以为终于找到了可以不被歧视的集体，然而第二天，他就看到了被校服蒙住头、正在被男同学欺凌的贝贝。《无声》讲述了发生在特殊教育学校的霸凌事件，片名的玄机也体现在这里，侮辱和受辱几乎都是无声的，反抗和呐喊也都“被无声”，“每次他们欺负我，我都会大叫，但是他们听不见，我跟他们说我不，他们还是继续这样做。”乍看之下，除了是发生在听障世界之外，这里的故事似乎和其他的校园霸凌案件没有太大不同。大部分的校园霸凌，都是出于羞耻感和被孤立的可能性，被受害者隐瞒下来，这导致了霸凌者更加猖狂。本片在金马奖斩获8项奖项，是一部佳作。



## 校园规则

导演：米凯尔·哈夫斯特罗姆

主演：安德鲁斯·威尔森/古斯塔·斯卡斯加德

豆瓣评分：8.1

这是一部最震撼人心、结局爽爆了瑞典电影，获奥斯卡最佳外语片奖提名。讲述的是一个男孩与校园暴力斗争的故事，影片中弥漫着一种人性之恶的紧张气息，远比明确的暴力更加惊人。导演用艾里克和校园暴力的较量推动情节的发展，但深深触动每个人的，是艾里克自身的挣扎。他该如何才能在不出手打架、不被开除的前提下，还能保护自己、保护尊严、保护自己的朋友和爱人？



## 蚯蚓

导演：尹学烈

主演：金正均/吴艺雪

豆瓣评分：7.3

得了脑瘤的父亲李元术和女儿李子若相依为命，女儿考上首尔的贵族艺术高中，因为在唱诗班长大，音域很高，很快在学校崭露头角，也因此被以惠善为首的女同学们嫉恨。于若坚强好胜，反抗着校园暴力，却不断遭到更加残酷的回击，最后受不了无休止地折磨而自杀。父亲元术为查明事情的真相，在社会各界中冤，但这个社会不理睬弱者的呻吟，于是元术决定用自己的方式惩治了这些欺负过女儿的人们，当校园暴力事件向着杀人复仇演变，折射出很多社会问题，值得人们深思。



## 本X

导演：尼克·巴斯阿扎

主演：格雷格·提姆曼斯/劳拉·沃林登

豆瓣评分：8.0

本X是本在游戏《霸王》里的名字，游戏里他技压群雄、所向披靡。然而现实中的本却是一个患有自闭症的少年，沉默寡言的他在同学们眼中犹如异类，并且受尽那帮同学的欺负和侮辱。本时常幻想着自己就是游戏里面的勇士，可是现实的残酷却将一切幻想纷纷击碎。本游走于现实和游戏之间，两者的界限逐渐模糊起来。本在游戏中结识一个叫斯嘉莱的女孩，女孩用她的真诚和勇气鼓舞着本重拾自我，最终在本的鼓励和勇气鼓舞下他走上了一条“置之死地而后生”的道路……