

Họ và tên: Phạm Thị Thanh Ngân

Ngày, tháng, năm sinh: 17/7/2012

Giới tính: nữ

Trường: THCS Hải Dương, xã Hải Anh
Bình Định

SĐT: 0976 144 582, gmail: tinhht1810@gmail.com

Nỗi đau trong vết thương vô hình

Hiện nay, Bộ Giáo dục và Đào tạo Việt Nam đang thúc đẩy xây dựng trường học an toàn, lành mạnh, thân thiện, hạnh phúc giúp học sinh được tôn trọng, yêu thương, được học tập, phát triển toàn diện cả về tri thức, đạo đức và kỹ năng sống. Với em, tuổi học trò không hẳn là quãng thời gian đẹp nhất mà có những tháng ngày đầy tổn thương và nước mắt. Có những kỷ ức mà mỗi lần nhớ lại, tim em vẫn nhói đau. Em đã từng là nạn nhân của bạo lực học đường, không chỉ là những cú đánh đau điếng trên cơ thể mà còn là những vết thương âm thầm, rỉ máu trong tim, đó là sự bạo lực về thể chất và tinh thần.

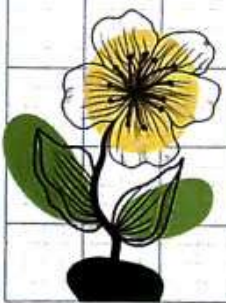
Cuộc sống của em thiệt thòi hơn các bạn: em sinh ra không có bố, từ nhỏ quen với việc chỉ có mẹ bên cạnh. Điều đó lại trở thành lý do để nhiều bạn trêu chọc và chế nhạo suốt một thời gian dài. Những câu nói như "Cái thằng mang họ mẹ", hay "Quê nội của mày ở đâu?"... cứ lặp đi lặp lại như những nhát dao cứa vào lòng em. Mỗi lần như thế, em chỉ biết cúi đầu, giả vờ như không



nghe thấy, nhưng trong lòng thì ghen lại tưởng như ai đang bóp nghẹt trái tim mình. Em chỉ nghĩ im lặng và nhẫn nhịn, không phản ứng gì thì mọi chuyện rồi sẽ qua đi. Em thu mình trong sự lặng lẽ...

Khi sự trêu chọc đã vượt quá giới hạn chịu đựng, không kìm được xúc cảm uất ức, tủi hờn, em đã đánh lại một bạn trong lớp. Đó là lần đầu tiên em phản kháng nhưng cũng là khởi đầu của những ngày cô đơn. Những cú đấm, cú đá liên tiếp giáng xuống. Mỗi ngày trôi qua lại là cái huých tay, cái búng tai, hất chân vấp ngã... Không bạn nào dám đứng ra bênh vực em nữa. Em cảm thấy mình bị tước quyền yêu thương và tôn trọng. Sự im lặng của bạn bè xung quanh, sự thờ ơ của một số người lớn đôi khi còn đáng sợ hơn cả kẻ chủ mưu. Choáng váng, đau đớn về thể xác thì em cố chịu đựng. Điều khiến em đau hơn là cảm giác bị cô lập, tuyệt vọng. Những lời xỉ nhục, miệt thị, sự cô lập tàn nhẫn từ bạn bè đã góp phần bóp nghẹt trái tim non nớt, khiến em cảm thấy mình trở nên nhỏ bé, yếu đuối và cô độc giữa đám đông. Một ánh mắt dò xét, một lời xì xào bàn tán cũng đủ làm em xót xa, cô đơn và trong lòng thì như có thứ gì đó vỡ vụn, nát tan.

Sau cơn mưa trời sẽ hừng nắng. Cầu vồng ở phía trước.

Sao em lại im lặng chịu đựng cách ứng xử như vậy? Trong em, trường học là thành trì của tri thức, là nơi nuôi dưỡng tâm hồn



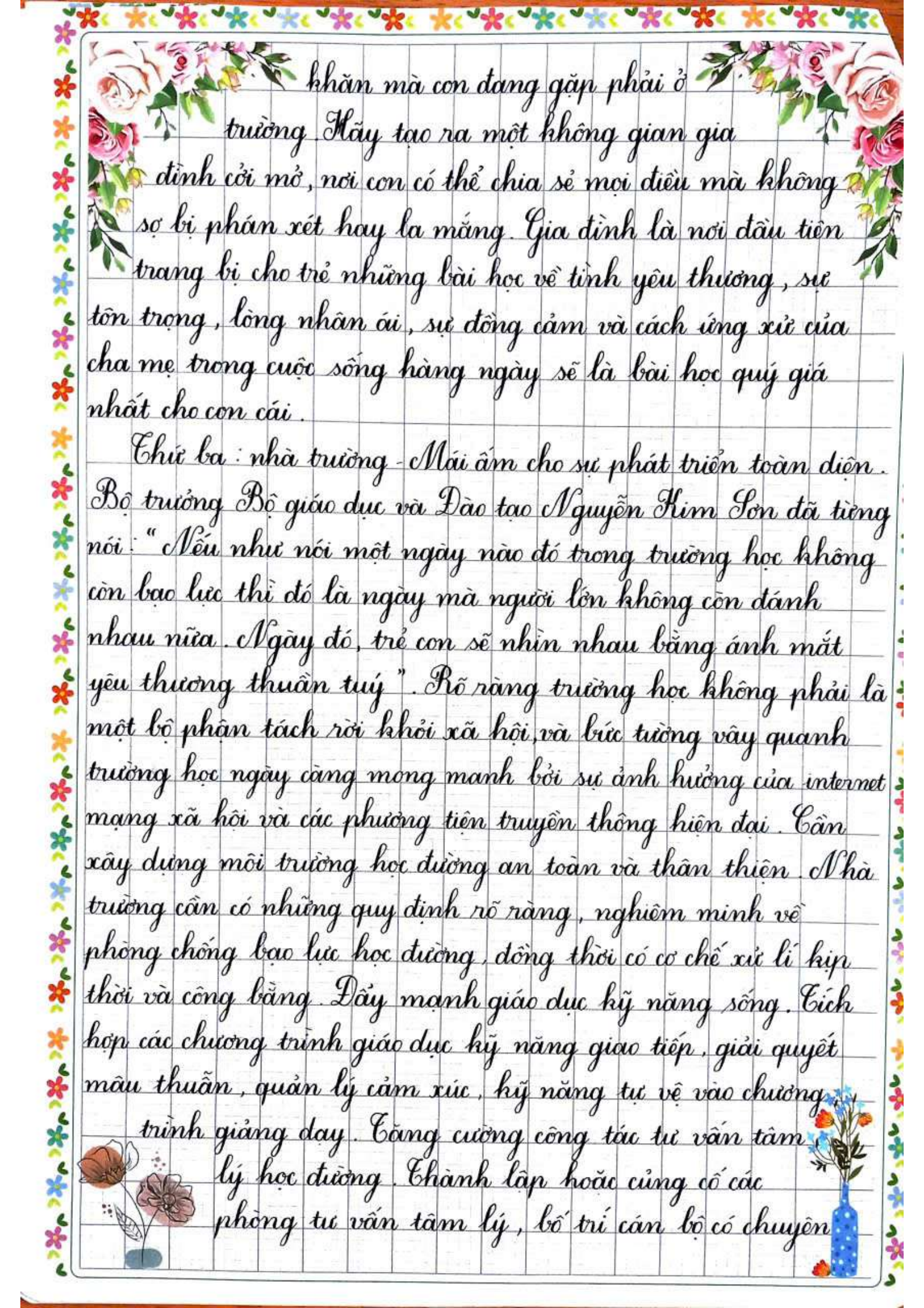


non nớt bằng tình yêu thương, trân trọng,
an toàn và thân thiện. Vậy mà tại sao em lại
phải chịu nỗi đau và sự cô đơn ngay trong chính nơi mà
lẽ ra phải là mái nhà thứ hai của mình? Trải qua những
ngày tháng tối tăm, sự thức tỉnh bùng cháy trong em. Em
không thể tiếp tục chìm đắm trong nỗi đau. Em phải mạnh
mẽ hơn, cần tìm cách đứng dậy, để đổi mới, để phòng ngừa
bạo lực học đường. Và thực hiện hoá ước vọng ấy, em tin rằng
cần có sự chung tay của tất cả mọi người, và em cũng sẽ là
một thành viên tích cực trong công cuộc ấy. Em xin mạnh
dạn đề xuất một số giải pháp, cách thức ngăn chặn bạo lực
học đường như sau:

Chức nhất: trang bị "lá chắn" cho bản thân. Nâng cao
nhận thức và kỹ năng tự bảo vệ. Xây dựng "bức tường"
tinh thần vững chắc. Em cần học cách kiểm soát cảm xúc,
không để những lời nói hay hành động tiêu cực của người
khác làm lung lay sự tự tin của mình. Dũng cảm lên
tiếng và tìm kiếm sự giúp đỡ. Nếu chẳng may rơi vào tình
huống bị bạo lực, em sẽ không im lặng. Em sẽ tìm đến
thầy cô, cha mẹ, bạn bè thân thiết hoặc cáo tổ chức hỗ trợ
tâm lý để chia sẻ và nhận được sự giúp đỡ kịp thời. Im lặng
chỉ khiến bề bặt nạt thêm đặc ý và tội ác thêm lớn.



Chức hai: gia đình - Nền tảng yêu thương và giáo dục.

Lắng nghe và thấu hiểu. Cha mẹ cần dành
thời gian để lắng nghe con cái, quan tâm
đến những tâm tư, tình cảm, những khó



khẩn mà con đang gặp phải ở trường. Hãy tạo ra một không gian gia đình cởi mở, nơi con có thể chia sẻ mọi điều mà không sợ bị phán xét hay la mắng. Gia đình là nơi đầu tiên trang bị cho trẻ những bài học về tình yêu thương, sự tôn trọng, lòng nhân ái, sự đồng cảm và cách ứng xử của cha mẹ trong cuộc sống hàng ngày sẽ là bài học quý giá nhất cho con cái.

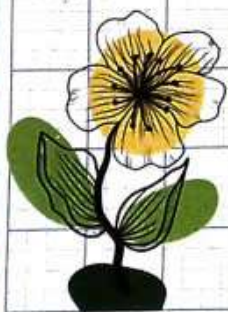
Chức ba: nhà trường - Mái ấm cho sự phát triển toàn diện. Bộ trưởng Bộ giáo dục và Đào tạo Nguyễn Kim Sơn đã từng nói: "Nếu như nói một ngày nào đó trong trường học không còn bạo lực thì đó là ngày mà người lớn không còn đánh nhau nữa. Ngày đó, trẻ con sẽ nhìn nhau bằng ánh mắt yêu thương thuần túy". Rõ ràng trường học không phải là một bộ phận tách rời khỏi xã hội, và bức tường vây quanh trường học ngày càng mong manh bởi sự ảnh hưởng của internet mạng xã hội và các phương tiện truyền thông hiện đại. Cần xây dựng môi trường học đường an toàn và thân thiện. Nhà trường cần có những quy định rõ ràng, nghiêm minh về phòng chống bạo lực học đường, đồng thời có cơ chế xử lý kịp thời và công bằng. Dẩy mạnh giáo dục kỹ năng sống. Tích hợp các chương trình giáo dục kỹ năng giao tiếp, giải quyết mâu thuẫn, quản lý cảm xúc, kỹ năng tự vệ vào chương trình giảng dạy. Tăng cường công tác tư vấn tâm lý học đường. Thành lập hoặc củng cố các phòng tư vấn tâm lý, bố trí cán bộ có chuyên

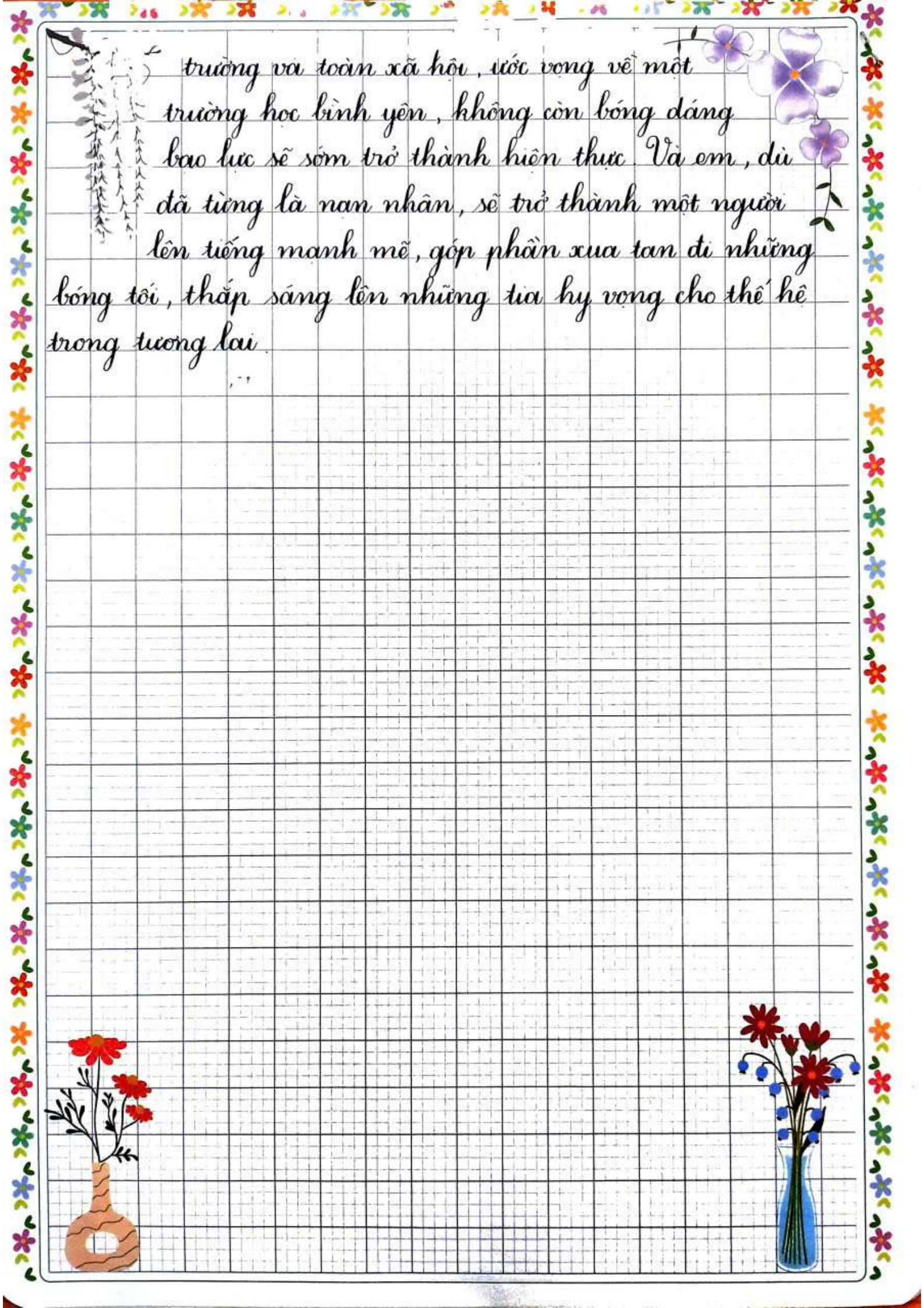


môn để hỗ trợ học sinh gặp
khó khăn, khủng hoảng tâm lý. Các
kênh tiếp nhận thông tin kín đáo để học sinh
có thể chia sẻ về các vấn đề nhạy cảm như "Hòm
thư an toàn", ...

Chức tử: xã hội - Cùng nhau tạo nên sức mạnh. Lên
án mạnh mẽ hành vi bạo lực. Tất cả mọi người phải có thái
độ nghiêm khắc, lên án mạnh mẽ mọi hành vi bạo lực, đặc
biệt là bạo lực học đường. Các phương tiện truyền thông
cần tích cực tuyên truyền về phòng chống bạo lực học đường,
đưa tin về các tấm gương tích cực và các giải pháp hiệu
quả. Quản lý chặt chẽ nội dung độc hại trên mạng xã hội.
Cần có các biện pháp quản lý chặt chẽ các nội dung bạo lực,
phản cảm trên internet, tránh ảnh hưởng tiêu cực đến tâm
lý và hành vi của học sinh. Hãy mạnh dạn gọi đến tổng
đài quốc gia 111 để lên tiếng, báo về khi chúng ta bị xâm
hại, hoặc bạn bè, người thân gặp những tình huống vi
phạm đến quyền trẻ em.

Những trải nghiệm đau thương về bạo lực học đường đã
để lại trong em những vết sẹo khó phai. Nhưng chính nó
cũng đã hun đúc nên một ý chí kiên cường, một khát khao
mãnh liệt về một môi trường học đường trong lành, nơi mỗi
học sinh đều có thể tự do khát vọng, phát triển, được yêu
thương và được là chính mình. Em tin
rằng, với sự nỗ lực không ngừng của mỗi
cá nhân, sự đồng hành của gia đình, nhà





trường và toàn xã hội, ước vọng về một trường học bình yên, không còn bóng dáng bạo lực sẽ sớm trở thành hiện thực. Và em, dù đã từng là nạn nhân, sẽ trở thành một người lên tiếng mạnh mẽ, góp phần xóa tan đi những bóng tối, thắp sáng lên những tia hy vọng cho thế hệ trong tương lai.

