

The Bully Free Classroom: Over 100 Tips and Strategies for Teachers K-8

基础教育改革与发展译丛

德育与心理健康系列

没有威吓的教室

——113种有效的策略与技巧



【美】Allan L. Beane 著 陈如平 译

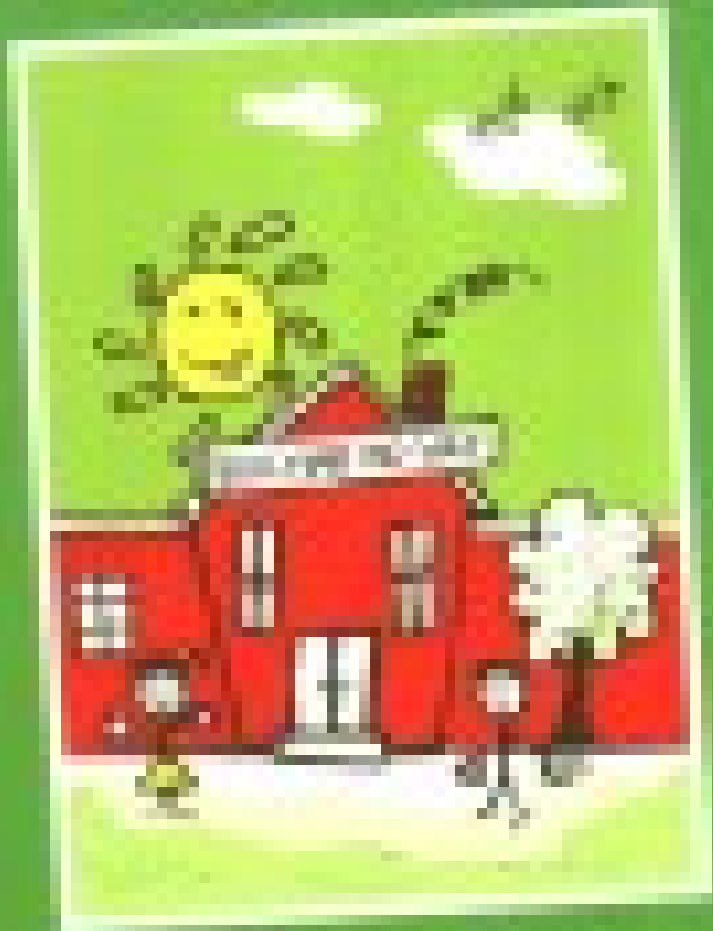


中国轻工业出版社

教师教育系列教材

没有**威吓**的教室

——115种有效的策略与技巧



作者：(美) R. L. 盖特纳 著 王明华 译



教育科学出版社

基础教育改革与发展译丛

德育与心理健康系列

The Bully Free Classroom:
Over 100 Tips and Strategies for Teachers K-8

没有威吓的教室

——113种有效的策略与技巧

【美】Allan L. Beane 著

陈如平 译



中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

没有威吓的教室: 113种有效的策略与技巧 / (美)
比恩(Beane, A. L.) 著; 陈如平译. —北京: 中国轻
工业出版社, 2003.7
(基础教育改革与发展译丛. 德育与心理健康系列)
ISBN 7-5019-3966-7

I. 没... II. ①比... ②陈... III. 中小学—教学管
理 IV. G637.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第048945号

版权声明

Copyright © 1999 by Allan L. Beane
版权 © 阿伦·L·比恩, 1999年
原著由美国 Free Spirit Publishing, Inc. 出版 (Minneapolis, Minnesota, USA.
<http://www.freespirit.com>).
Simplified Chinese language edition arranged through Amer-Asia Books, Inc.
All Rights Reserved.

策划编辑: 卫云
责任编辑: 朱玲 卫云 责任终审: 杜文勇 封面设计: 陈子平
版式设计: 刘智颖 责任监印: 吴维斌

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)
印刷: 北京天竺顺华印刷厂
经销: 各地新华书店
版次: 2003年7月第1版 2003年7月第1次印刷
开本: 850 × 1168 1/32 印张: 8.50
字数: 160千字
书号: ISBN 7-5019-3966-7/G·385 定价: 16.00元
著作权合同登记 图字: 01-2002-3850
发行电话: 010-65128898
网 址: <http://www.chlip.com.cn>
E-mail: club@chlip.com.cn
如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换



译者序

“Bullying”（威吓）一词，如今在许多西方国家，可谓家喻户晓。很难给“Bullying”下一个确切的定义，一般认为，“威吓是指体格强壮的、权势很大的人故意和重复地伤害或打击弱小者的行为”（见本书第27页）。从表面上看，威吓行为既可能表现为言语上的污辱，也可能是情感上的伤害，还可能是身体上的侵犯。从深层次看，人们对威吓行为的格外关注，不只在于其行为的多样性和复杂性，更主要的是，威吓确实是一种能造成极其严重的消极后果的行为，不仅对受威吓者的身体造成伤害，更对其心理产生极大的负面影响，甚至影响终生。

近年来，西方国家校园暴力事件屡见不鲜，不仅造成学校教育秩序的混乱，也导致社会的不安定。这些校园暴力事件中的相当部分起自威吓行为，因此，学校中的威吓问题逐渐受到重视，有关这方面的研究和实践工作也大量开展。美国、英国、澳大利亚等国家的教育工作者先行一步，出版专著、编辑杂志、建立专业网站、开通咨询热线，以期有效解决学校中的威吓问题，共同营造一个安全、健康、充满关爱的学校环境。他们甚至呼出“威吓无门！”（Bullying. No way!）的口号，以表明对抗学校威吓行为的坚定信念和坚强决心。

《没有威吓的教室——113种有效的策略与技巧》（*The Bully*



Free Classroom : Over 100 Tips and Strategies for Teachers K-8) 可谓西方国家学校威吓问题研究的经典之作。该书的作者阿伦·比恩 (Allan L. Beane) 于 1977 年毕业于南伊利诺伊大学, 获哲学博士学位, 现为美国肯塔基州立默里大学教育学院特殊教育系教授。自 20 世纪 90 年代开始, 比恩就率先开发了学校威吓预防研究项目, 并建立若干实验室, 致力于学校威吓问题的研究, 为受到学校威吓影响的人提供专业援助。他于 1999 年完成的《没有威吓的教室》一书, 更使他声名远扬, 被奉为美国学校威吓问题研究的权威。

《没有威吓的教室》主要是写给中小学教师们的。该书共分四个部分, 第一部分 (绪论) 主要阐述西方国家有关威吓问题研究的最新成果, 以及人们对于威吓的新的认识和新的理念。第二部分 (第一章) 告诉教师如何更好地了解和关注自己的学生, 为他们营造积极的教室环境。第三部分 (第二章) 和第四部分 (第三章) 重点介绍了解决学校中各种复杂的威吓问题的技巧、策略和活动, 以及如何帮助威吓者和受威吓者的问题, 并且配有许多便于教师操作的、实用的活页。总的来看, 该书具有很强的可读性和实用性, 因此深受中小学教师的欢迎。该书曾连续数月名列美国亚马逊网上书店 (www.amazon.com) 的销售榜首, 其受欢迎程度由此可见一斑。

作为一名教育工作者, 在我刚拿到这本书的时候, 便被它深深吸引。全书始终贯穿着一位教育工作者对每一个学生的爱, 并以此为起点来帮助每一个威吓者和受威吓者, 让所有的学生都能在一个健康、积极的环境中愉快地成长和发展, 非常难能可贵。未来是属于青少年的, 因为他们有无尽的成长、发展的潜力与空间。希望本书的翻译出版能为以塑造一个个鲜活的生命为己任的教师

们提供一些值得借鉴的理念、策略和技巧，能为教师们解决学校中存在的威吓问题提供有益的参考，同时也希望书中的一些理念能引起大家进一步的思考。

本书最终能如期出版，要特别感谢我的妻子钱丽欣女士，在翻译本书的日子里，她不辞劳苦地校对译稿、与出版社联系，还时时督促我以负责的态度完成翻译任务。中国轻工业出版社的编辑们非常认真地审校译稿，提出了许多修改意见和建议，以使本书更加符合中国读者的阅读需要。北京科技大学的徐莉芳女士在专业术语的翻译方面也提供了重要帮助，在此谨表谢意。

由于译者水平有限，虽然尽全力做好这项工作，但译稿中难免有不妥之处，请读者批评指正。

陈永年

2003年5月10日

序 言

提到“威吓”(bully)这个词几乎人人都知道,相关的故事也是层出不穷。有威吓行为的四年级学生往往是把同伴绊倒在课桌旁或墙边;有威吓行为的二年级学生常会使女生哭哭啼啼;有威吓行为的六年级学生则经常表现为躲在同学回家路上的某个墙角,把同学打个鼻青脸肿或把同伴的书撕得满地乱飞。如果威吓行为果真像某些人所认为的是儿童发展的一个“正常的、自然的”阶段,那么,为什么我们记忆中的威吓事件还是如此地特别甚至是带着痛苦的呢?

自从凯恩(Cain)因嫉妒将其哥哥埃布尔(Abel)杀死,或者自从第一个行为野蛮的人将另一个人打得头破血流,威吓行为已经成为一个严重的问题。由于青少年大部分时间呆在学校里,脱离了成人的视线和耳目,因此学校已成为大多数威吓行为的发生场所。尽管最近人们努力将威吓问题公之于众,但大多数的威吓行为仍然未能引起人们足够的关注,也并未做过公开报道。

虽然,我们通过媒体听到和读到过有关威吓的故事(足以引起家长和教育工作者的警觉),但这些故事充其量只不过是冰山之一角,它们还会渐渐地牵涉到一些敏感的话题,如枪支、刀具等,当儿童感到孤立无援或绝望透顶时就会用此来自杀。当然,这种极端的故事在大多数学校的日常生活里是个例外,但值得注意的



是，学校里的这种威吓行为已不是偶发事件而是相当普遍的。

威吓行为开始于学前，似乎到初中达到了一个顶峰，至高中逐渐减少。在大学里，除了欺侮外，我们还没有听说过更多的有关威吓行为的事情。与此同时，我们确实听说过家庭暴力和工作场所中的一些威吓行为，这些问题强调了这样一个事实：威吓行为是一种习得行为。威吓者并非天生的，而是逐渐养成的。

这就是你需要阅读本书的原因。作为一名教师，你应该了解一天之内或一周之内哪个孩子受到过威吓。也许你曾亲眼目睹过威吓行为，或者听说过有关威吓事件的报道或传闻，但是，我们应该坚信青少年应该在学校里获得安全感、受到帮助、为人接受和受人重视，而免受奚落、恶意地取绰号、侵扰、威胁、胁迫、暴力和恐惧等形式的威吓。

阅读本书，有助于教师为学生创设一个积极的环境。贯穿全书的焦点是你的教室——你密切接触的环境和与你朝夕相处的学生。

如有可能的话，你的学校或学区可以采用一项或多项有关威吓预防、冲突解决、同伴调解、社会技能训练、自尊、安全、压力管理等方面的计划，还可以选定其他主题以帮助学生与他人和谐相处并认识到他们的全部潜力。《没有威吓的教室》不是一项单一计划，相反，它是解决学校中各种复杂威吓问题的技巧、策略和活动的集成。你可以运用本书提供的一些策略充实已经或正在实施的计划，使行动更加明确、更具目的性，以弥补计划的不足，或者设计和开发其他的计划来满足你的教室或学校的特定需要。

无论有计划或无计划，你都会对学生的行为以及对整个学校的气氛产生深远的影响。绝不要低估你创造奇迹的能力。作为一名教师，你正在塑造年轻的生命。当你关注你的学生，亲近并友

善相待与尊重他们时，那么你就正在给予他们所需要的东西——来自一个成人的有益的关爱。当你表现出了接纳和宽容，那么你也正在引导学生学习接纳和宽容。总之，本书主要讲述如何与学生相处，并通过事例来表明你对学生的要求以及你对他们的期望。

因为本书内容覆盖的年级范围较广（K~8），因此并非所有的活动都适合于各个年级。其中的一些活动比较简单，无须花费太多的时间；有一些则需要较多时间来介绍、展示和实际操练。但大多数内容比较容易理解和执行，无须太多的准备，也不需要特殊的材料。

“创设积极的教室”（第21~126页）的特色在于提出各种改变个体的态度和行为的诀窍、策略和技巧。“帮助受威吓者”（第127~192页）主要关注学生当中那些实际的或潜在的受威吓者。“帮助威吓者”（第193~248页）则集中关注那些似乎喜欢给他人添麻烦的小家伙，与受威吓者一样，他们也需要你的帮助，你必须想出一大堆主意来改变他们。

书中设计的许多活动都包括多种选择，还可以根据学生的特点采取相应的方法。在此基础上，“进一步行动”中所提出的建议则是提供扩大活动或者深度开发主题的方法。你还会看到很多活页，这些便于教师使用和复印以后分发给学生或家长。

教师最了解自己的学生，因此，你可以根据自己学生的特点，选择合适的活动来满足你的和学生的需要。一些学生也许需要“提高年龄”（aging up）或“降低年龄”（aging down）；特殊年龄水平不是由某人指定的，因为学生准备做的和有能力做的并不仅仅取决于年龄因素。

快速浏览本书，然后确定你想从哪个方面入手。虽然一些策



略有固定的程序，但大多数都可以单独操作。一些策略包含在“另见”栏目和本书的参考文献中。因为威吓是一个很复杂的问题，也就是说，环境、受威吓者和威吓者之间是相互联系的。因此，在这一部分中的活动也许恰好也非常适合另一部分。

如果在与学生开始尝试这些策略前，你想了解有关威吓行为的背景，请阅读“有关威吓的10个重要观点”（第1~20页）。当你准备就绪时，你就会发现“创设积极的教室”中所提出的策略是相当有效的。这些策略有助于确定行动的步骤，使大家对威吓行为有着共同语言并取得共识。如果你认为它对于迅速救助受威吓者或者即刻阻止威吓行为非常重要，可以先转到那些章节。

在整个过程中，与家长和监护人保持联系是至关重要的。在序言的末尾，你会看到一封信。如果需要你可以复制和采用，这样也能表明本书对你的作用和你选读本书的原因。根据这个方法在任何时候都要与家长保持联系。你可以将正在与学生使用的活页的复印件交给家长，给家长发送简要信息，或者通过电话这一迅捷的方式。尤为重要的是，与学生家长联系，告知他们谁是威吓者和谁是受威吓者。

本书强调两个重点：干预（intervention）和预防（prevention）。制止已经发生的威吓行为是相当困难的。无论学生是威吓者还是受威吓者，我们都要让他们远离威吓。如果你的教室里没有威吓问题，你就要把握机会，使威吓行为难以生存的教室环境得以强化。如果确实有威吓问题，那么你就得采取具体措施来对付引起和支持威吓行为的态度、行为和意识。

我希望本书能对教师有所帮助，使教室成为一个全体学生无所畏惧、自由学习的场所，成为一个教师自由教学而无须为威吓者和受威吓者担心的场所。我非常希望书中的这些策略和技巧对

教师有用。我欢迎批评、来函、交换故事和发电子邮件。你还可以通过本书的出版者与我联系。

Free Spirit Publishing

217 Fifth Avenue North, Suite 200

Minneapolis, MN 55401-1299

Email: help4kids@freespirit.com

Web site: www.freespirit.com

阿伦·L·比恩博士



致家长 / 监护人的一封信

亲爱的家长 / 监护人：

当我回首上学的日子时，我会记起孩提时代受到威吓时的情景。你可能也会这样。虽然威吓行为最近才引起人们的广泛关注，但它并不是全新的问题。威吓者及他们的受害者以前一直就存在。

要说有新的东西，那就是我们对威吓行为的态度。过去通常被人们广泛接受的，诸如“孩子毕竟是孩子”，或者“男孩毕竟是男孩”（尽管女孩也会是威吓者），这一观念已经发生改变。我们现在已经认识到威吓行为非常严重。年轻的威吓者长大后惹是生非，而年轻的受害者也会受到伤害。在很多情况下，威吓逐渐演变成暴力。而且并不仅仅是威吓者和受威吓者受到影响，他们周围的人都受到困扰、威胁并因之变得十分沮丧。教室里的威吓行为严重影响了学生的学习和教师的教学。

还有一样新东西，就是我们对威吓行为所做出的承诺。如果它不是一个难题，我们想确信它不会发生，此称之预防。如果它是一个难题，我们就下决心阻止它，这叫做干预。

作为您孩子的教师，我们准备预防和干预教室里的威吓行为。这就是我们开始使用《没有威吓的教室》一书的缘由。它是用来帮助教师创设一个人人感到安全、被接受和有价值的积极环境的。

偶尔，我将会给家里送发与我们在教室里正在做的事情有关的材料。您的孩子或许会告诉您班里正在开展的一些相关的活动与讨论。如果您有疑问或建议，我希望您亲自与我联系。

致

礼！

（姓名）_____

（电话）_____

目 录

绪 论	有关威吓的 10 个重要观点	1
	威吓比当场侮辱更严重	1
	任何人都可能变成威吓者	2
	任何人都可能成为受威吓者	4
	威吓不是现代问题	5
	威吓对每个人都有影响	6
	威吓是一种严重问题	7
	我们共同努力寻找解决办法	9
	综合性计划将产生最佳结果	11
	使处于危险中的孩子可以得到帮助	14
	学校有责任保护学生	19
第一章	创设积极的教室	21
	1. 揭穿神话	23
	2. 给威吓下定义	23
	3. 营造接纳的氛围	27
	4. 讨论威吓行为	30
	5. 共同研究威吓现象	31
	6. 界定威吓行为	32



没有威吓的教室

7. 交流有关威吓的故事	35
8. 展开调查	37
9. 订立规则	47
10. 设计没有威吓的教室	50
11. 教学生控制怒气的技能	50
12. 对威吓报告做出有效反应	53
13. 见到威吓行为立即介入	54
14. 传授交友技能	54
15. 欢迎新同学	58
16. 建立班级名册	59
17. 探究期望	59
18. 深入了解学生	61
19. 认清角色榜样	63
20. 寻找对付威吓者的方法	66
21. 启用教师便条箱	72
22. 开展有组织的活动	73
23. 实施监督	73
24. 培养同情心	74
25. 奖励合作	78
26. 保守评分秘密	80
27. 充分利用名言警句	81
28. 鼓励任何友善的行为	82
29. 教学生使用“我告诉你”	85
30. 传授果断行事技能	85
31. 促进团队学习	89
32. 合作解决问题	92

33. 培养理解力	92
34. 确立和评估每周目标	94
35. 分配相关的阅读材料	95
36. 传授解决冲突的技能	96
37. 创设一个“和平之地”	99
38. 举办著名和平人士的生平展览	100
39. 传授同伴调解的技能	100
40. 变换座位安排	103
41. 说“茄子”！	103
42. 教学生识别帮派团伙和滋事团伙	104
43. 注意电视里的威吓行为	105
44. 肯定你的学生	108
45. 教学生肯定自己	111
46. 教学生相互肯定	112
47. 评估一周工作	115
48. 系上“禁止威吓”扣	118
49. 教学生积极的自述	118
50. 运用幽默	121
51. 引导学生参与服务	122
52. 控制你发出的信息	124
 第二章 帮助受威吓者	 127
53. 保持警觉	129
54. 识别受威吓者和潜在的受威吓者	130
55. 与其他教职员工交流	136
56. 检查你自己的信念	136



57. 打破沉默是金的原则	139
58. 立即行动	142
59. 做一个好听众	145
60. 发出清晰的信息	148
61. 提供咨询	149
62. 给家长施加影响	150
63. 调动目击者的积极性	155
64. 鼓励积极的态度	157
65. 培养学生的自尊	157
66. 教学生积极的想像	162
67. 玩“积极自述”游戏	163
68. 帮助学生接受差异	164
69. 通过学生的眼睛观察你的教室	166
70. 分享免遭威吓的诀窍	167
71. 尝试分享关注的方法	167
72. 尝试无责备的方法	175
73. 鼓励稳固的家庭关系	177
74. 鼓励与其他成人建立亲密关系	177
75. 提供安全的场所	179
76. 演练“万一……怎么办”	180
77. 使权力平等	181
78. 引导学生参与小组活动	182
79. 给学生表现的机会	183
80. 要求学生记周记	183
81. 传授制定计划的技能	184
82. 传授有力的反驳技能	186