



問 樵 57 期

發行人：巫春貴
本期主編：黃心儀
編輯小組：鄧崇英 張瓊文 黃心儀
期別：101 年 9 月
本月主題：校園霸凌
輔導工作推行委員會

校園霸凌類型

(一) **肢體霸凌**：推、踢、毆打以及搶奪財物等，這類霸凌最常出現在國中生身上，手段非常殘暴。例如：日前引起輿論譁然的花蓮某國中發生一群學生圍毆一名輕度智障同學的事件。

(二) **言語霸凌**：嘲笑、謾罵、言語刺傷、取不雅的綽號、威脅恐嚇等。

(三) **關係霸凌**：排擠自己討厭的同學，此為最常見的霸凌型式。

(四) **性霸凌**：取笑或評論對方的身體、性別、性取向等，或是性侵害。例如：日前媒體報導土城某國中發生一名女學生被加害女學生強脫衣物凌虐事件。



摘錄自：

校園霸凌之探討-國家政策研究基金會

網址：

<http://www.npf.org.tw/post/3/5930>

(五) **反擊型霸凌**：受凌學生不堪長期遭受同學欺負之後會出現反擊行為，可能從受霸凌者成為霸凌者，據調查國內約有 1/3 霸凌者為反擊型霸凌。例如：美國維吉尼亞州的一名韓裔學生不甘長期遭同學排擠欺負，遂開槍濫射造成嚴重傷亡的校園槍擊事件。

(六) **網路霸凌**：亦稱電子霸凌、簡訊霸凌、數位霸凌或線上霸凌，透過電子郵件、手機、簡訊或網站散布不雅照或辱罵言語，網路霸凌已日益嚴重，甚至國外已出現學生不堪其擾而自殺之事件。

反霸凌 YES-NO 原則

學生守則：

Yes—遇到被嘲笑或欺負的情形，要溫和但堅定地拒絕對方。例如：「我不喜歡這樣，請你停止。」並且多練習幾次。

Yes—遇到其他人被嘲笑、排擠或欺負，應該要想辦法阻止。

No—不要因為身體的特徵、成績、家庭背景等原因嘲笑別人。

No—不要因為其他人都這麼做，就只好跟著做。

No—不要因為一次的求助失敗就放棄，多嘗試幾次，你也可以變成校園反霸凌的和平大使。

父母守則：

Yes—培養孩子的正義感，避免孩子成為霸凌者或冷眼的旁觀者。

Yes—養成和孩子分享生活點滴的習慣，有助於及早發現問題，即時給予協助。

Yes—培養孩子平和而堅定表達意見的能力，可運用遊戲、故事或日常機會教育。

Yes—與學校老師聯繫，並討論幫助孩子遠離霸凌的辦法。

No—不允許霸凌行為，真誠而堅定地告訴孩子，並尋求導師或是輔導老師協助孩子。

No—不要急著責怪孩子。

No—切忌用以暴制暴的方式解決，霸凌事件發生時，積極處理，並與校方或專業單位配合。

No—言行一致，身教勝於言教，您面對弱勢族群的正負向態度，將影響孩子的行為與待人的尊重。

教師守則：

Yes—關心學生的互動生態，了解誰是班上的霸凌者和受凌者，運用輔導資源提供協助。

Yes—讓學生有求助的安全感，明確表達願意處理霸凌事件的開放態度。

Yes—在課程中融入互相尊重的生命教育議題。

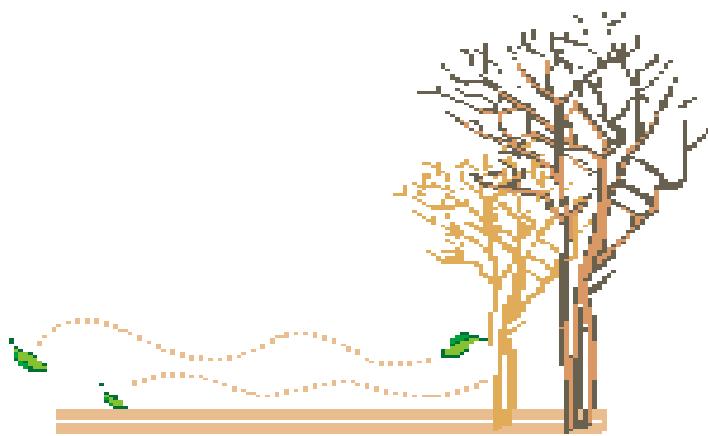
No—不容忍霸凌。

No—不要期待立竿見影。

No—不要把霸凌學生抓來打罵一頓或逼他向受凌者道歉，這只會助長霸凌惡性循環。

改編自—教育 wiki「校園霸凌」

["http://content.edu.tw/wiki/index.php/%E6%A0%A1%E5%9C%92%E9%9C%B8%E5%87%8C"](http://content.edu.tw/wiki/index.php/%E6%A0%A1%E5%9C%92%E9%9C%B8%E5%87%8C)



好書推薦



書名：告白

作者：湊佳苗

譯者：丁世佳

出版社：時報出版

出版日期：

2010 年 10 月 15 日

當倫理和正義分歧，你該選哪邊？

一位中學女老師在校園游泳池內發現自己的四歲女兒意外溺斃，後來經她私下調查，原來是班上兩位學生謀殺的，但殺人動機實在荒唐。痛失愛女的老師辭職，不向警方申請重新調查，而在結業式那天向全班學生告白真相，並透露了她的復仇計畫，在學生們的心底種下恐懼的因子…

預防霸凌，老師該怎麼做？

校園霸凌幾乎每天都在上演，從言語傷害、關係排擠到肢體衝突，若情節不重，身為教師的你的確可以憑藉一些技巧來處理。但如果只能被迫在後端處理已發生的霸凌，總讓人疲於奔命，許多案例也超出教師的專業能力。教師可以積極作為的是，帶領出良善的班級氣氛，預防霸凌的發生。以下針對整體環境、霸凌者、被霸凌者及旁觀者四部分給予建議。

◎ 整體環境

營造溫暖、支持的班級風氣。讓孩子知道，無論如何老師是值得信任的、維持正義的最後一道防線。

校園中發生霸凌，最常見家長第一時間就找老師與師問罪。但在整個事件中，有時候最需要力量和支持的反而是老師。面對校園霸凌，尤其是青少年的暴力事件，要求老師單兵作戰並不合理。學校必須有一套健全的處理流程，讓老師知道什麼情況，可以在班級內處理？什麼情況必須呈報學校，讓輔導、訓導系統介入？介入後學生會得到什麼樣的協助？

東部某國中教師方依瑋認為，就算老師單獨處理，校方的支持也很重要。學校曾發生過，老師處理完後，被有背景的家長告到校長室，因而遭受指責。許多老師見狀反而產生「多一事不如少一事」的心態。

經營正向班級氣氛

只處理霸凌的後端其實緩不濟急。教師最好的方法，就是經營正向的班級氣氛，讓學生感受到，在班上所有人都受到尊重，大家會包容彼此的差異，一起合作。

有許多班級經營或預防霸凌的書籍，都有具體可用的教案。例如《無暴力校園》一書就建議班級內可放一個「行善盒」，請孩子每週至少寫下一次自己做的或是看見的友善行為。書中也提出「優點卡」的點子，將學生的名字寫在小卡片上，隨機發給班上同學，請同學寫下這個孩子的優點，確認所有學生寫下的句子都是正向後，再發還給本人。

許多孩子在成長過程一直被粗暴的對待，有時候，光是「把他當一個人來尊重」就是很寶貴的體驗，他也會因此學到尊重別人。去年獲教育正向管教績優的台北市重慶國中教師鍾滿振分享，他從不讓學生罰站。他認為，罰站等於公告「這個人犯了錯」，但沒有孩子願意變壞，老師需要做的是，去了解為什麼，幫他解決困難。老師可以透過教學、對話等方式讓學生意識到自己的行為及處境。諮商心理師黃心怡認為，「演戲」是很好的團體輔導方式。老師先編好劇情，設定幾個角色，然後將全班分為幾組，抽牌討論自己抽到的角色：受害人、加害人，受害者父母、導師……。要如何呈現？說什麼話？

這不需要專業技巧，就讓孩子去玩、去體驗。但是，心理劇最大功用就是「角色替換」，有機會去擴充另一個角色的處境。因此黃心怡特別提醒，絕對不要讓學生扮演現實生活中實際的自我。

教師必須清楚宣示：「老師不允許任何人被欺負」。當大人宣誓捍衛正義的決心，孩子也會學到其價值。當老師目睹霸凌，無論何種形式，都應馬上介入，這行為也會鼓勵孩子向你通報，你不知情的霸凌事件。

◎ 對霸凌的孩子

人本教育基金會執行長馮喬蘭強調，當霸凌發生時，老師要提醒自己，孩子會霸凌別人一定是需要幫忙。「老師的敏感度應該要更強，當孩子出現不妥當的行為，無論是霸凌或欺負，老師第一個念頭是：他怎麼了？他有什麼需要嗎？他有什麼困難嗎？他有什麼不足？他只是為了反抗，還是真的聽不懂？我們需要更深入的了解，而不直接叩上『他不聽話』、『他就是這樣』的帽子。」

施暴的孩子可能是班級經營上的「大麻煩」，但是貼標籤或以暴制暴等方式，非但不能幫助孩子，反而與他站在敵對的一方。利用一些技巧，例如請他幫忙管理班上秩序或是幫助某同學，讓他感覺自己受重視。

更重要的，你要真的看見他的優點，關懷、重視他，會使這個長久被忽視、暴力相向、感情封閉的孩子恢復對生命的基本感受。如此一來，改變才有可能發生。與家長合作也是關鍵。孩子生活在「家庭系統」之中，很多孩子的暴力行為是向大人「學來的」。有必要的話，邀請父母一起改變，心理師黃心怡提醒，向父母說明時，用語要很小心。比如，「孩子會這樣一定和父母有關，我建議爸媽要先改變。」類似的描述會令當事人不舒服，不如轉個彎：「依我之前的經驗，要幫助這樣的孩子真的不容易，不過有幾個成功的案例，後來父母的改變往往比孩子更大。」善盡告知責任，想改變的父母會問：「那我們可以怎麼改變？」

教導正確發洩怒氣的方式

很多霸凌者不知如何宣洩憤怒，他們需要學習控制脾氣，不把怒氣宣洩在別人身上。你可以個別和學生討論管理情緒的方式，也可以建議學校輔導室為孩子開情緒管理團體，許多沒有暴力傾向的孩子其實也需要這樣的課程。

馮喬蘭提醒，面對霸凌者，除了接納同理外，教師也不能放棄「教育」的職責。面對班級衝突時，教師必須勇於介入，重新建構現場，讓施暴的學生去面對他對別人造成的影響，他必須認識到「錯在哪裡」，不是錯在「老師會生氣」，而是錯在他會傷害自己和別人，錯在他違反了一般人「想好好活著」的基本權利。教師好好引導學生學習，比打他或記過都有用。另外，讓孩子知道霸凌是「非法」的。警察單位是處理校園霸凌無計可施時的「最後防線」，但必須先教導孩子法律知識及規則，有些孩子因為有趣與無知，犯了法卻不自知。明確的規範也會使每每挑戰老師界線的孩子，稍有遲疑。

如果孩子的家庭情況牽涉過廣，甚至有家暴、性侵等，就應引進更專業的協助、更多的資源。

◎ 對被霸凌的孩子

面對被霸凌者，老師需要了解他和同學的人際互動模式。首先要教導學生學習拒絕暴力、勇敢說「不」的表達技巧。這些技巧包括：關掉害怕表情、說話時態度堅定、眼睛直視對方等。

霸凌者總是挑看起來比較弱的人來欺負，他沒想過被霸凌者會反抗，而且強悍有自信。勇敢堅定可以有效遏止霸凌行為。

從事近二十年社會工作的林麗玲提醒，光「眼睛直視對方」，可能需要反覆練習幾十次，孩子才稍稍做得到，過程需要大人的支持與陪伴。每個孩子被霸凌的原因不同，有時老師扮演「裁決」的角色，非但無法解決問題，也讓孩子永遠看不清自己的處境與問題。比較好的方式是，陪他一起看看「為什麼同學針對我？我要改變嗎？要怎麼改變？」例如孩子因為過胖被取笑，如果他也不喜歡自己的身材，就和他一起想辦法解決。林麗玲提醒，唯有孩子自己想出方法，自己做得好，即使改變很小，都能產生力量。

讓孩子知道，他會被欺負，有些是自己的問題，有些不是。林麗玲建議，比起大人一味的口頭肯定，若能帶著孩子做一些改變，改善他也不滿意的現況，才有機會強化學生的信心。

◎ 對旁觀的孩子

至於大多數的「旁觀者」，他們的心情可能有兩種：一是擔心自己如果出言制止，就會成為下一個被修理的人。另一個可能是，他也討厭被霸凌的同學，霸凌者剛好為他出了一口氣。

你必須讓孩子知道，「霸凌」是一串生態鏈，就算你不欺負人也沒被欺負，也是這串生態鏈的一個環節。任何環節出面反抗或制止，都可以終止欺負行為。

更重要的是，要提供孩子「可以保護自己的伸張正義方式」。例如霸凌現場寡不敵眾時，他不必當下制止，可以事後私下告訴大人。如果擔心被視為告密者，可寫字條給老師，老師必須保密並對學生的通報立即做出回應，否則這些通報就會停止，你也失去學生的信任。

作者：張瀨文 親子天下雜誌10期（2010-02）

校園活動花絮



本校志工協助「九歌兒童戲劇公益公演」服務工作 101.9.8



飢餓三十體驗活動說明—台灣世界展望會吳錦伊老師 101.9.19



文化道暨解說志工培訓 101.9.22-9.23

