活動花絮+讀者回應欄

活動花絮

聖公會白約翰會督中學　學校社工吳美慧姑娘

駐校社工與學生輔導委員會合辦「朋輩互導計劃——午間適應活動」，由中五學長帶領一連串的午間活動，目的是透過學長訓練，協助中一、二學生適應新的學習環境，加強低年級同學的自我管理能力，及建立良好的人際關係。學長用心準備，低年級同學非常投入，反應良好。

明愛元朗陳震夏中學　學校社工曾玉英姑娘

學校社工與輔導組於10月26日至28日舉行了「B.E.S.T. Teen輔導學長訓練營」，目的是讓學生發揮個人潛能、增強個人正面思維及透過協作超越自我極限。活動地點為大嶼山貝澳營區，在活動中，學生學習了自我照顧，包括起帳幕，煮食等，亦透過彼此合作，製造木架橫過淺水區，及紮木筏在海中搶軍旗等。過程刺激有趣，同學們表現十分興奮及投入。活動未完結時，已有學生向學校社工要求再次舉辦，可見活動的成功！

南屯門官立中學　學校社工彭翠雲姑娘

學校社工與童軍知友社學校服務支援小組的社工在12月15日，為中三同學舉行了「挑戰無限FUN」。活動以城市定向形式進行，走訪全港多個與防止濫藥及犯罪有關的地點，引發同學探索和反思毒品及反社會行為的訊息，從而抗衡罪惡的誘惑。過程中，同學分小組按大會的要求自行設計走訪路線，及安排分工搜集資料，表現十分投入。他們不僅體驗了合作精神，而且對藥物濫用及犯罪行為的反思更獲益良多。

編輯小組

督印人：何淑華姑娘
編　輯：吳美慧姑娘　曾玉英姑娘　彭翠雲姑娘
印　量：4,200本　設計及承印：彩意設計27636712 www.cdpchk.com

互動校園 讀者回應欄

姓　　名：_____

聯絡電話：_____

聯絡地址：_____

電郵地址：_____

職　　業：教職人員/社工/家長/其他：_____

你對本期《互動校園》通訊的意見及回應：_____

_____

_____

請填妥以上各項後，傳真至 2443 2522 或郵寄至新界元朗水邊圍邨盈水樓平台201-203室，請註明學校社會工作服務《互動校園》編輯收。亦可將你的寶貴意見直接電郵至 fossswu@netvigator.com。

香港童軍總會童軍知友社
學校社會工作服務

地　址：新界元朗水邊圍邨盈水樓平台201-203室
電　話：2443 3640
傳　真：2443 2522
E-maill：fossswu@netvigator.com
網　址：http://fosssw.sahkfos.org

2013年3月　第26期（非賣品）

抱負：　成為香港最優秀的青少年服務機構之一，致力培育青少年健康成長、造福社會。
使命：　創造有利條件，以協助青少年建立自我、貢獻社群。

價值觀：我們重視：

- 青少年在發展自我的過程中，面對一些困難和阻力，這些困阻如處理得宜，可以成為他們成長的動力和助力。
- 青少年擁有獨特的潛能，在其成長與發展的過程中，必須透過體驗和實踐，不斷地探索和發揮。
- 青年人對社會發展的承擔，青少年須透過關懷別人，投入社群，以完善的人格，回饋社會。
- 良好的成年人榜樣，在青少年建立自我的過程中，擔當著正面而重要的角色。
- 家庭是培育青少年成長的地方，強化家庭功能有助培養積極正面、關懷社會的新一代。
- 社會工作的核心價值。
- 童軍運動的方法，有效地促進青少年身心發展。

互動校園

編者的話　1
欺凌的類別及形式　2
欺凌行為之惡性循環　2
欺凌個案剖析　3-4
化解欺凌問題的方法　5-6
預防校園欺凌問題　7
活動花絮+讀者回應欄　8

編者的話

欺凌？No Way！

對於很多人來說，「欺凌」一詞絕不陌生，且經常發生在學童身上。據香港文匯報引述香港家庭福利會2010年的調查[1]，在接受訪問的一千八百名中學生中，高達70.8%受訪者曾在校園遭受各種形式的暴力對待。同時超過一半受訪者承認曾參與校園暴力，可見校園欺凌情況值得我們關注。筆者在學校工作十多年，發現當面對欺凌時，同學通常會啞忍，而旁觀者也不知如何處理，這樣導致欺凌行為加劇。到了他們忍無可忍時，為了宣洩內心的憤怒及鬱結，他們會以暴易暴，最後反而成為欺凌者。其實，欺凌者也值得我們關心，因為他們心底裡可能需要別人的認同及肯定，不過他們選擇了不洽當的方法去滿足，才作出欺凌行為。為了不讓欺凌事件變得越來越糟，我們需要深入探討此問題。

今期期刊以「欺凌？No Way！」為題，首先，我們了解欺凌的定義、類別及角色。然後透過個案的闡釋，讓讀者進一步探討事件中各當事人的心理狀態。最後，我們建議一些調解欺凌的方法，及預防校園欺凌的工作，好讓老師、家長及社工共建和諧校園，讓青少年健康地成長起來。

欺凌的定義

不同學者對於欺凌行為的界定各有差異，但大部分有關欺凌行為的定義皆包括以下三個元素[2]：

- ●持續性　欺凌行為在一段時間內重複發生，而不是單一的偶發事件
- ●具惡意　欺凌者蓄意地欺壓及傷害他人
- ●權力不平衡的狀態　有人恃強凌弱、以多欺寡或以年紀較長的欺負較小的

總括來說，欺凌是指一個人或一群人，以強凌弱或以眾欺寡，恃勢不斷蓄意傷害或欺壓別人的行為。

1　香港文匯報2010年5月24日報導
2　教統局「和諧校園齊創建資源套」http://peacecampus.edb.hkedcity.net/1_3.html

欺凌的類別及形式

欺凌行為大致可以包括以下三類[3]：

類別	事例
1. 身體／行為暴力的欺凌	例如拳打腳踢、掌摑拍打、推撞絆倒、拉扯頭髮，以及強索金錢或物品等
2. 言語攻擊的欺凌	例如恐嚇、粗言穢語、喝罵、中傷、譏諷、呼叫「花名」及針對身體特徵、能力、種族等個人特質，加以惡意嘲笑和侮辱等
3. 間接的欺凌	例如造謠、蓄意不友善、無視別人的存在、孤立、杯葛或排擠受害者等

隨著資訊科技日新月異，欺凌者可利用互聯網，例如透過電郵、網頁、網上聊天、或手提電話的短訊等，惡意造謠、發放侮辱性的訊息或人身攻擊的言論，以嘲弄及中傷受害者，形成「網上欺凌」的現象。

欺凌事件中的角色

每件欺凌事件牽涉的學生是一個動態組群，每人扮演了不同的角色及作出相關的行為表現[4]，當中蘊藏著一個複雜的互動狀態。

★欺凌者 (Bully)	發動欺凌行為，帶領其他同學參與其中
★協助者 (Assistant)	跟隨帶領者，直接參與欺凌行動
★附和者 (Reinforcer)	支持欺凌者的行為，例如在旁嬉笑或吶喊助威
★受害者 (Victim)	受到欺凌
★保護者 (Defender)	安慰及支持受害者，嘗試制止欺凌行為
★局外人 (Outsider)	置身事外

欺凌行為之惡性循環

根據黃成榮博士所說，一般欺凌事件的發生是包含以下三個元素[5]：

1. **有人持續地欺凌別人，但卻沒有被好好的處理，於是欺凌者變本加厲，形成了欺凌文化**
2. **有人持續地被欺凌，但卻忍氣吞聲，沒有適當地向有關人士反映。而家人或老師亦可能忽略了事件**
3. **有人目睹欺凌行為，但卻沒有揭發或作進一步行動，因害怕被報復或傷害朋友而默許事情發生下去**

在這三個因素交互影響下，會產生以下惡性循環的結果：

1. **有人持續地欺凌別人，校方卻沒有好好處理；**
2. **有人持續被欺凌，但卻不懂正確面對**
3. **有人目睹欺凌行為卻不去干預。**

3 教統局「和諧校園齊創建資源套」http://peacecampus.edb.hkedcity.net/1_3.html
4 同上
5 黃成榮 (2003)《學童欺凌研究及對策—以生命教育為取向》，花千樹出版有限公司，頁74-75。

欺凌個案剖析

阿強的家庭背景：

阿強與父母及一名就讀小學二年級的弟弟同住。父母關係疏離，原本已計劃分開，但後來發現懷有阿強，為了兒子，二人勉強一起生活。母親對此決定感到後悔，埋怨阿強令她斷送了幸福。阿強亦認為母親視他為代罪羔羊，自弟弟出生後，表現寵愛及偏袒他，阿強對母更感憤怒。夫妻倆人經常因金錢發生磨擦，母親常出外打麻雀以逃避留在家庭的不愉快。父親為人暴躁，在處理阿強的行為問題時，常以暴力解決，令阿強內心產生很多恐懼及仇恨。

阿強外型健碩，為人霸道，對於不喜歡的人或事會出言譏諷。他喜歡欺凌弱小同學，有一群追隨者跟他作威作福，其他同學對他的行為敢怒而不敢言，只有敬而遠之。

阿軒的家庭背景：

軒仔家境不俗，是家中獨子，由於父母上了年紀才得兒子，所以對軒仔寵愛有加。父親從事時裝出入口工作，因工作關係常中港兩邊走，很少時間陪伴兒子，多用物質滿足他的慾望以作補償。母親是家庭主婦，對兒子百般呵護備至，凡事也會為軒仔出頭。

軒仔為人依賴退縮，不善交際，沒有要好的朋友。由於他言談舉止有點娘娘腔，是同學的嘲笑對象，被同學冠以「蚺型軒」的花名，並杯葛排斥他。

欺凌事件的背景及經過：

阿強與阿軒是就讀中二的同班同學，阿強每天總以玩弄阿軒為樂，有時會大聲嘲笑他、有時經過故意碰碰他、有時把紙屑文具擲向他身體。阿軒雖然感到憤怒，但害怕表達不滿會令阿強變本加厲，他只好逆來順受，以傻笑作回應。不過當不能忍受時，他會以粗口還擊。由於他慌張時說話有點口吃，阿強乘機火上加油，令情況更為失控，最後總要同學或老師介入才停止。在老師眼中，阿軒是一個活炸彈，阿強是一個藥引，不時為他們帶來麻煩。

有一次，這個活炸彈真的被引爆了。午膳過後，阿強與他的追隨者在班房玩耍。當時阿軒不在班房內，他們把阿軒的書包碰跌了，把內裡的東西散在地上。大家玩到忘形，混亂間阿強更拿出水樽玩，把地上的書本及文具弄濕了。當阿軒回到班房看見「災情」時，憤怒得大喊大罵起來。當他知悉是阿強幹的好事時，他更想撲向阿強向他揮拳，嚇得阿強也驚惶走避，幸好被同學及正值經過的老師阻止。

- 調解完結時，要達至一些雙方認同的協議，協議是要清楚寫明雙方的權利和責任
- 如一次的調解會議未能達成協議，調解員可暫時終止調解，然後分別接觸雙方，處理阻攔達致調解的因素。若時機成熟，可進行第二次調解

調解會議後的跟進：

- 如欺凌是牽涉協助者參與，要讓他們知道欺凌者及受害者已經願意和解。在適當時候要引導他們向受害者（阿軒）道歉
- 若調解會議能達至協議，必要跟進協議是否執行或完成
- 如有需要，調解員可接見雙方的家長，跟進他們日後的行為

欺凌者及受害者的長遠跟進

冰封三尺，非一日之寒。根據沙維雅模式(Satir Model)，人們的行為表現與原生家庭有莫大的關係。這件持續欺凌事件中的兩位主角——恃強凌弱的阿強及怯懦怕事的阿軒，他們的行為表現受父母的影響。母親對阿強的埋怨、忽視及父親對他的暴力管教，令他內心產生恐懼、憤怒及仇恨，認為自己比人差，形成很重的自卑感。為了好好保護自己、建立一個強者及成功的形象，他學會先下手為強，使用暴力去解決問題。對於阿軒來說，父母過份的保護及溺愛，讓他學會了凡事依賴，認為自己沒有能力，以致做事怯懦及不敢負責任，形成很重的自卑感。長遠而言，要協助他們建立正面的自我形象及改善與人相處的問題，社工要從他們的成長背景入手。

其他涉案人士的跟進

在這件欺凌事件中，牽涉的除了阿強及阿軒外，社工及老師亦要著手處理參與欺凌的協助者，以及在旁圍觀的附和者和局外人。因應他們不同的行為及情緒反應，有以下的建議：

協助者及附和者的處理

由於他們跟隨或支持阿強的行為，在旁不斷指責及恥笑阿軒，認為他是咎由自取，這已是直接或間接參與了欺凌行為。社工或老師可分別召見他們，除了了解他們對欺凌事件的看法及感受外，還要向他們說明學校的規則及期望，他們的行為對阿軒及其他同學造成的影響。對於一些接受教導的同學，不損害自尊的訓斥可以教育他們明白錯誤及學習改善自己。社工及老師需向他們強調尊重及接納別人的重要，並提出他們如何為自己的行為負責任，包括對阿軒作出道歉、賠償他的損失、接受學校的罰處等。社工及老師亦可與他們討論如下次出現類似的事件，他們應如何回應。如有需要，學校可通知家長，以便他們多加管教。社工及老師亦可提供輔導或人際處相的課程，好讓他們學習如何與人相處。

局外人的處理

雖然局外人在旁只是圍觀，並沒有參與欺凌，但這種置身事外的態度亦無形中助長了欺凌者的氣燄，故校方是需要跟進的。同學目睹校園欺凌事件可能感到害怕、情緒不安，故班主任一方面要留心學生的情緒，以便轉介給學校社工及輔導老師跟進。另一方面，要向同學講解有關欺凌行為的嚴重性，及校方對欺凌行為是零容忍的立場，讓學生明白要互相守望相助，教導他們當遇見別人被欺凌時可以如何處理，以便共同創建和諧的校園。

總的來說，面對校園欺凌問題，學校除了處理欺凌者及受害者之間的衝突外，亦要處理在事件中的協助者、附和者及局外人等不同的行為及情緒反應。要建立一個和諧校園，社工及校內不同組別的老師要互相合作，才可達致事半功倍的效果。

預防校園欺凌問題

學校方面

- 提供老師培訓，讓他們認識學童欺凌現象，藉此提高對學生的敏感度及對欺凌事件的警覺性，並在問題上及早作出辨識及處理
- 營造校園和諧氣氛，培養師生和同學之間的融洽關係，例如舉辦師生活動等
- 留意校內有可能發生欺凌事件的場所，亦勸喻學生對易遭侵害的地點提高警覺，及避免行經偏遠及幽靜的地方，例如樓梯暗角位等
- 學校需訂立明確清晰的紀律制度，讓學生清楚明白獎賞懲罰的界線，例如運用週會與學生保持溝通，說明學校的期望，鼓勵學生積極參與預防欺凌問題
- 訓練高年級學生照顧和支援新入學學生，例如：協助適應新環境，留意有否受到欺凌問題困擾
- 設立有效的溝通機制，班主任可以主動關心學生，讓學生可反映意見
- 增加學校和家長的溝通，讓彼此建立互信關係

學生方面：

- 積極參與推動校內、同班關愛、溝通、合作和和諧的氣氛和文化
- 同學之間互相支援、遇到不能處理的情況時可聯絡班主任
- 了解學校政策及措施，有需要時可提出建議

家長方面：

- 與校方保持緊密的聯絡，如對學校政策及措施提出建議，可運用學校的溝通渠道提出關注，例如學校電郵或聯絡班主任等
- 多了解及關心子女的校園生活及交友情況，尤其是與同學相處的狀況，亦可教導他們待人相處之道
- 留意子女情緒、行為或身體方面有否出現異常情況，例如無故傷痕
- 每天與孩子溝通，建立良好的親子關係，並鼓勵子女若受欺凌要向老師及家長求助，亦教導子女若目睹有人受欺凌要告訴老師
- 注意及培育子女身心發展，加強其解決問題的能力，不只著重於學業成績，例如：家長可陪同子女一起或限制子女太早接觸暴力的電影、電視、遊戲及玩具，並給予適當的講解
- 家長應以身作則，檢視自己的行為，在子女面前勿輕易動怒或以暴力處理事件，以免子女學習有關模式，亦應教導子女如何正確地表達情緒，不可以動不動便惡言相向，甚至使用暴力，並教導子女暴力行為的嚴重後果，和可能須負起的法律責任
- 家長亦可以幫助子女戒除欺負人的習慣，最好先了解子女作出欺凌行為的原因，針對原因，對症下藥，例如子女希望獲得權力，可建議在活動中或其他任務中得到權力、自尊和友誼，有助子女與人相處和訓練其耐力。倘若遇上恃強凌弱事件，家長應立刻制止，如果在許可情況下，應即時讓有份參與者明白被欺壓者的感受，然後才慢慢討論如何處罰及跟進

社工方面：

- 參與學校制訂有效政策和措施，並在適當時候給予意見
- 支援老師、家長及學生有關處理欺凌培訓工作，並協調各方面的溝通
- 加強推展關愛校園和諧及文化的工作，例如支援學校舉辦全級或全校性的活動
- 透過舉辦不同的活動提升學生自尊感和抗逆力，鼓勵以正面、積極態度處理問題

參考資料

1. 黃成榮博士(2003)，《學童欺凌研究及對策—以生命教育為取向》，花千樹出版有限公司
2. 香港明愛 2005 http://family.caritas.org.hk/antibullying/01/home1.htm
3. www.hkcss.org.hk/cy/JJS%20(Oversea).doc
4. 教統局「和諧校園齊創建資源套」http://www.hkedcity.net/article/teacher_classroom/040211-005/
5. 香港校園欺凌現象與面對策略 黃成榮 http://www.me.icac.hk/upload/doc/j391.htm

面對欺凌事件，當事人內心狀態的分析：

在這件持續的欺凌事件中，牽涉的除了主角阿強及阿軒外，還有那些追隨阿強、有份參與欺凌阿軒的協助者，及沒有參與欺凌但目擊事件經過的同學，包括那些在旁嬉笑的附和者及置身事外的局外人。根據沙維雅模式(Satir Model)的冰山理論，個人的外顯行為背後隱藏了更大部份不為人所見的內在狀態，恰如一座冰山。以下是當事人內心狀態的分析：

	欺凌者（阿強）	受害者（阿軒）	協助者及附和者	局外人
行為	帶領同學以言語攻擊及輕微的身體暴力欺凌阿軒	主要是傻笑或忍受同學的欺凌、偶然會以粗言穢語反擊	吶喊助威、推波助瀾、參與欺凌行為、在旁嬉笑	觀察、不出聲、不介入
應對模式	指責	表面討好、內裡指責	指責	超理智／打岔
感受	開心、興奮、自豪、憤怒、害怕	怯懦、驚慌、憤怒、孤單、委屈、羞恥	開心、興奮、憤怒、害怕	無奈、害怕、憤怒
觀點	◆弱肉強食，適者生存 ◆先下手為強 ◆強權出真理 ◆別人要聽命於我 ◆我是強者，阿軒是弱者，我比他優越 ◆阿軒行為可笑，咎由自取	◆多一事不如少一事 ◆息事寧人 ◆忍一時風平浪靜 ◆敵眾我寡，不能應付 ◆如果正面對抗阿強，他會變本加厲 ◆同學、老師幫不了我	◆我只是玩，不是全心欺凌阿軒 ◆跟隨著阿強才不被人排斥 ◆人人也要自保 ◆要支持朋友的行為 ◆阿軒行為可笑，咎由自取	◆阿軒行為可笑，咎由自取 ◆事不關己，己不勞心 ◆阿強恃強凌弱是不對的 ◆阿軒要為自己的行為負責任 ◆敵眾我寡，無能為力 ◆人人也要自保 ◆幫助阿軒只會被阿強報復
期望	對自己：要保護自己、做一個強人 對別人：擁戴我、跟隨我、聽命於我、尊重及接納我	對自己：有能力保護自己、要堅強 對別人：不要嘲笑及戲弄我、幫助我、尊重及接納我	對自己：要保護自己、不要惹禍上身、有朋友 對別人：不要排斥我、尊重及接納我	對自己：要保護自己、不要惹禍上身 對別人：不要排斥我、尊重及接納我
渴求	能力感、被認同、被尊重、被接納、安全感	能力感、被尊重、被接納、安全感	被認同、被尊重、被接納、安全感	安全感、被尊重、被接納
自我	◆我表面是一個強者，但內心卻很懼怕 ◆自我形象低	◆我是一個弱者 ◆我是一個無用的人 ◆自我形象低	◆我是一個小角色 ◆自我形象低	◆我是一個小角色 ◆自我形象低

化解欺凌問題的方法

要徹底及有效地解決欺凌問題，學校可採用復和調解的手法，由社工或老師充當調解員，安排阿強及阿軒出席調解會議，幫助雙方化解衝突，學習和諧相處之道。

調解會議

調解員的角色：

- 必須保持中立，才獲得雙方的信任
- 要平衡雙方的權力及利益

會議前的準備：

- 在調解會議舉行前，調解員要先分別接見阿強及阿軒，表明調解員會以中立的角度去解決事件
- 細心聆聽他們對欺凌事件的感受、看法及期望
- 用同理心去明白他們的感受，並給予情緒的支援
- 處理他們一些錯誤的觀點，如阿強的「強權出真理」及阿軒啞忍等於解決問題等。在適當情況下，以不損害自尊的訓斥可以教育他們明白錯誤，並學習改善自己
- 要讓雙方明白解決問題必須雙方的合作，缺一不可
- 如欺凌者的行為是持續及嚴重，調解員可安排家長出席調解會議，以便日後共同合作協助他

調解會議進行的原則及步驟：

- 在調解會議開始時，向阿強及阿軒表明此會議的目的是在雙方同意下，以和平方法解決問題。欣賞雙方為此作出勇氣及努力去解決，強調解決問題必須雙方合作，缺一不可
- 向雙方表示調解員在會議中以中立的角度去處理事件
- 提醒出席者有關會議的規則：言行要尊重對方、聆聽別人說話，及不可攻擊他人
- 一般而言，調解會議由受害者（阿軒）先說出事件發生的過程，然後再由欺凌者（阿強）發言
- 鼓勵雙方說出事實，並說出衝突時及衝突後的感受
- 調解員盡量協助雙方找出最接近事實的真相，或一個最為雙方接受的故事才開始進行調解
- 帶領雙方回到渴求的人性共同需要的部份（即大家都想被尊重及被接納），一則加強雙方的連繫；另外，亦可令他們設身處地看自己的行為如何對對方造成影響（包括阿強對阿軒造成身心的傷害、以及阿軒不適當的回應，如何激發阿強的情緒及強化他的行為），從而加強雙方明白及了解對方的感受及反應
- 引導雙方察覺及承認自己在事件中要負上的責任，如阿強不應言語及行為上欺凌阿軒；阿軒也要清楚向阿強表明不接受他的行為
- 啟導欺凌者（阿強）先向受害者（阿軒）作出真誠的道歉，調解員要提點他們要言行一致地表達歉意
- 受害者（阿軒）接受了欺凌者（阿強）的道歉後，調解員引導受害者（阿軒）作出寬恕，使彼此關係復和
- 調解的目標不單是口頭道歉，亦包括了物件賠償或心理上之補償。調解員可按欺凌者的能力、受害者損傷程度與他們達成共識。如阿強賠償給阿軒弄濕了的書本及文具，是購買新的或是幫他弄乾清潔等