

# 樹德家商防制「校園霸凌」手冊－教師版

壹、了解霸凌	2
一. 什麼是霸凌	2
二. 發生霸凌的時間和場合	2
三. 霸凌的種類	3
四. 霸凌行為對學生的影響	8
貳、預防暴力霸凌	9
一. 哪類學生容易被霸凌	9
二. 哪些人較可能進行霸凌	9
三. 老師該如何預防霸凌	12
參、找出霸凌	14
一. 學生被霸凌時的徵兆	14
二. 找出霸凌的方式	15
肆、介入霸凌	16
一. 學校的組織、作為與處理流程	16
二. 老師可以做的事	19
三. 針對被霸凌同學的教育	20
四. 針對旁觀者的教育	20
五. 十招教孩子遠離霸凌	20
伍、案例分享	22
陸、有關教育人員（校長及教師）通報義務與責任	26
柒、有關學生為霸凌行為之法律責任部分	27

# 壹、了解霸凌

## 一. 什麼是霸凌

霸凌事件國內外皆有，不僅是校園的問題也是社會的問題。因此，國內外有許多探討與研究，根據資料顯示，學生間的暴力鬥毆行為並不一定就是霸凌。挪威學者 Olweus(1993, 1999)對霸凌的定義廣為學界採用，他認為霸凌是「一個學生長時間、重複地暴露在一個或多個學生主導的欺負或騷擾行為之中」，具有故意的傷害行為、重複發生、力量失衡等三大特徵。

教育部參考挪威學者 Olweus 霸凌定義，於 99 年 3 月 16 日及 99 年 4 月 23 日邀集學者專家、民間團體、家長團體及教師會代表召開霸凌定義與防制作為相關會議，初步訂定校園霸凌定義，引發社會各界廣泛討論，經再三諮詢，並於全國教育局處長會議、高中職校長及國中校長會議討論後，修正校園霸凌要件為：

1. 具有欺侮行為；
2. 具有故意傷害的意圖；
3. 造成生理或心理的傷害；
4. 雙方勢力（地位）不對等；
5. 其他經學校防制校園霸凌因應小組確認。

校園霸凌事件均應經過學校防制校園霸凌因應小組確認。

## 二. 發生霸凌的時間和場合

霸凌在許多種情況下都有可能發生，但主要是發生在當成人無法注意到每一位學童的時候：

1. 上下學途中
2. 午休時間及課程休息時間

3. 體育課時間、戶外課、社團活動
  4. 放學後
  5. 在廁所中
  6. 有些學校會有校車，有時在校車上也會發生
- ※ 另外有些學生報告指出，有時在課堂上也會發生霸凌事件，當老師的注意力放在大部份的學生上，而忽略小部份的學生時發生。

### 三. 霸凌的種類

校園霸凌按照欺凌手段、方式的不同，大致可區分為**關係霸凌、言語霸凌、肢體霸凌、性霸凌、反擊型霸凌、網路霸凌**六大類。在校受到欺凌的學生，可能發生逃學、輟學、成績下降、情緒低落，甚至帶武器到學校的負面行為，有些人會變得非常畏縮或沮喪，有些則會有暴力傾向出現，對人的一生活影響非常大，以下依照類別分述如後：

#### 1. 關係霸凌：最常見，容易被忽視

關係上的霸凌是最常見，也是最容易被忽視的，通常是透過說服同儕排擠某人，使弱勢同儕被排拒在團體之外，或藉此切斷他們的社會連結，讓他們覺得被排擠。這一類型的霸凌往往牽涉到言語的霸凌，常會牽涉散播不實的謠言，或是排擠、離間小團體的成員。值得一提的是，此類霸凌伴隨而來的人際疏離感，經常讓受害者覺得無助、沮喪。

#### ● 個案小故事(一)

每次小美只要成績比阿宏好，阿宏就會跟其他同學說是小美作弊的緣故，雖然不是事實，但大家卻都相信了，小美覺得自己被陷害又被班上同

學排擠，她想在最後一個月的小學生活留下美好的回憶，現在卻像是一個遙遠的夢。

### ●個案小故事(二)

小君認為小怡搶走她的男朋友，因此非常討厭她，還叫大家不要理她，如果有些同學私下跟小怡一起玩，就會被小君警告，久而久之，小怡再也沒有任何朋友了。

## 2. 言語霸凌：肉眼看不到傷口，心理傷害大

此類霸凌亦相當常見，主要是係透過語言來刺傷或嘲笑別人，這種方式很容易使人心理受傷，既快又刺中要害，雖然肉眼看不到傷口，但它所造成的心理傷害有時比身體上的攻擊來得更嚴重，而且言語上的欺負與嘲笑很可能是肢體霸凌的前奏曲。

### ●個案小故事(三)

曉玲自從戴牙套之後，就開始了一連串的夢靨，班上同學給她取了個「牙套妹」、「醜八怪」等一些難聽的綽號，而且不管她走到哪裡，這些綽號就會緊跟著她，曉玲覺得很生氣又難過。

### ●個案小故事(四)

文清因為家境清寒，家裡無水可用，常常沒辦法洗澡，因而身上發出異味，同學都會取笑他是「垃圾」、「髒鬼」。

## 3. 肢體霸凌：最令孩子恐懼

這是所有霸凌中最容易辨認的一種型態，它有著相當具體的行為表現，通常也會在受害者身上留下明顯的傷痕，包括踢打弱勢同儕、搶奪他們的東西等。另外，霸凌者通常是全校都認識的學生，他們對別人霸凌的行為也會隨著他們年紀的增長而變本加厲。

#### ●個案小故事(五)

小文的皮包被同學搶走了，而且還打他、恐嚇他，他也曾鼓起勇氣告訴導師，但導師的處理方式只是打那些同學，而且他們被打以後還是不斷的欺負小文。擔心又害怕的小文只能選擇四處躲避，每天都活在恐懼裡。

#### ●個案小故事(六)

全班同學都很討厭君君，常常把她關到廁所，並把燈關掉，直到放學才讓她出來，每次被關在廁所君君都非常害怕，不知道什麼時候才會被放出來，這樣的生活讓君君很痛苦。

### 4. 性霸凌：校園裡大開黃腔

類似性騷擾、性暴力，包括有關性或身體部位的嘲諷玩笑、評論或譏笑、對性別取向的譏笑、傳閱與性有關令人討厭的紙條或謠言、身體上侵犯的行為，如以性的方式摩擦或抓某人的身體，或是迫使某人涉入非自願的性行為等。根據 McMaster(1997)的研究，認為「性霸凌」的具體表現行為如下：

- 有關性或身體部位的有害玩笑、評論或譏笑：如黃色笑話、波霸、飛機場、矮冬瓜等。
- 對性取向的譏笑或是對性行為的嘲諷：男人婆、娘娘腔、同性戀都是常見對性取向、性行為的嘲笑。
- 傳遞與性有關令人討厭的紙條或謠言：孩子之間會流傳關於性的謠言，如誰和誰在廁所接吻，或是誰和誰發生性關係。
- 身體上侵犯的行為：以性的方式摩擦或抓某人的身體，或是迫使某人涉入非自願的性行為中；除嚴重的性侵害外，舉凡觸碰下體、屁股、胸部、脫褲子、掀裙子、偷看上廁所、偷看換衣服，或是學童間流行的遊戲俗稱「阿魯巴」、「草上飛」、「千年殺」皆屬此類。

### ●個案小故事(七)

小培很討厭班上的一個女生小珍，覺得她很三八而且屁股大，所以每次看到她就說：「大屁股，你好啊！」、「你的內褲都是訂作的吧！」。

### ●個案小故事(八)

同學都笑小志是娘娘腔，他覺得很難過，他只是不喜歡打籃球那種激烈的活動，也不喜歡跟女生打打鬧鬧，小志不了解為什麼這樣就要說他是娘娘腔，他心裡覺得很不舒服。

## 5. 反擊型霸凌：受害者與加害者一線之隔

這是受害者長期遭受欺壓之後的反擊行為。通常面對霸凌時他們生理上會自然的予以回擊；有的時候受害者則是為了報復，對著曾霸凌他的人口出威脅。也有部分受凌者會去欺負比他更弱勢的人，這都屬於反擊型霸凌。必須注意的是，有時此類霸凌的結果相當可怕，在美國甚至有學生因受不了長期被欺凌而攜槍至學校射殺同學與老師。

### ●個案小故事(九)

美惠常常帶新東西到班上去跟同學炫耀，小雅非常嫉妒，經常趁美惠不在時把那些東西偷偷拿去丟掉，後來被美惠發現，美惠盛怒之下打了小雅一巴掌並警告她：「下次再這樣，我就叫我哥揍你」。

### ●個案小故事(十)

敏敏是風紀股長，她管同學非常嚴厲，班上同學都很討厭她，常常全班一起嘲笑她的身材，說她是大胖子，敏敏也不甘示弱地回罵，並在眾目睽睽之下吐口水在愛玉湯中，讓全班都不能喝。

## 6. 網路霸凌：速度快、管道多、殺傷力大

隨著網路世界的發展，另一種新興的霸凌方式—網路霸凌 (cyber bully) 也開始出現；孩子身處資訊爆炸的環境，能以快速、多元且便利的管道來交

友、聊天、玩遊戲，而在網路的世界裡，由於隱匿性高、傳播範圍無遠弗屆，孩子很容易成為網路世界的霸凌者。網路霸凌行為包括：孩子使用網路散佈謠言、留下辱罵或嘲笑的字眼等，倘若孩子經常從事這些行為，就是網路世界的霸凌者，依霸凌程度可分為下列三種：

- 網路小搗蛋**：已經做出一些會對別人造成傷害的玩笑舉動，但自己可能毫無自覺。
- 網路小混混**：經常做一些危險、錯誤且應該受管教和約束的行為。
- 網路小霸王**：重複且多次在網路上做出各種傷害人的舉動，而且已有犯罪之虞，需特別注意。
- 個案小故事(十一)**

一名國小三年級男生，只因不滿同桌隔壁女生在課桌上越線，竟冒用她姓名及家中電話，上網散布援交消息「整人」，害女生家中接到大量詢問援交的電話，令家長困擾不已。

值得注意的是，上述六種方式不一定是單獨呈現，這些行為經常會重複出現在霸凌關係中，意味著即便是同一位受害者，可能會被肢體、言語所攻擊，並伴隨關係的排擠。

#### 四. 霸凌行為對學生的影響

霸凌事件對學生產生許多不良影響，嚴重者會毀掉學生的人生。不單單是受到霸凌的學生會產生情緒問題、課業問題，進行霸凌的學生亦有許多不良影響。

霸凌造成的影響	
霸凌者	被霸凌者
有暴力傾向，容易引起更多糾紛與打架事件。	喪失自信心
會有破壞公物行為	在學校常有害怕之情緒（害怕到廁所…）。
會有竊盜行為出現	因對學校產生恐慌症而曠課
較會出現吸菸行為	容易做惡夢，或者有睡眠不足情況
吸毒行為會比一般人高	易有憂鬱症的傾向
會曠課、逃學	會產生自殺的想法
會攜帶武器	學業成績下降
反社會行為傾向比一般人高	

除了上列問題之外，霸凌對青少年稍後的人生亦會產生重大影響。依據學者 Olweus(1993)的研究發現，在中學時期有霸凌行為的學生，其中有百分之六十的人會在 24 歲前，會有犯罪行為(如：偷竊、吸毒、傷害…)。

上述說明中，僅列出霸凌對當事者的影響，然而有更多的研究指出，霸凌對其他學生(旁觀者)造成的負面影響：霸凌會在校園中營造恐懼、不互相尊重的校園風氣。而這些負面的校園風氣會進一步影響學生的學習。(美國教育學會 NEA, 2003)

## 貳、預防霸凌

### 一. 哪類學生容易被霸凌

一般來說，有些類別的學生較容易受到霸凌及暴力霸凌，因此需要老師特別去注意。

- 該學生在人際與社交活動上是屬於被孤立的一群。
- 該學生個性比較內向害羞、敏感。
- 該學生在生理發展上比較遲緩或弱小。

另外特別要注意的是：霸凌者除了會欺負一般同儕外，同樣地也會欺負有身心障礙的同學。

因此，學校老師必須針對上述學生，特別給予關懷與注意。通常，學生遭受霸凌時不向老師報告的主要原因有：

1. 認為向老師報告後，情況不會有什麼改善。
2. 不想被同學當作只會打小報告的人。

因此，學校老師需針對此問題進行心理建議及觀念導正，建立起信賴心。讓學生相信老師會很積極處理霸凌問題，而且向老師報告並不是打小報告的行為，而是一種勇敢且幫助自己、幫助他人的行為。

### 二. 哪些人較可能進行霸凌

通常，暴力霸凌的進行方式是以團體進行 (Craig & Pepler, 1997; Espelage & Asidao, 2001)，通常團體中會有個領導者及其他的跟隨著一起進行暴力霸凌。

主要影響學生行為的因素有很多：社會風氣、學校教育(老師)、家庭教育(家長)、同儕及個人人格特質，我們相信，學生的人格發展及同儕影響是主要影響進行霸凌行為的因素(台大張欣戊)。

在個人、人格方面--霸凌者通常具有以下特質：

- 個性沒耐心、魯莽、且具支配力
- 容易感到挫敗的
- 對他人缺乏同理心
- 較不願意遵守規矩
- 霸凌者通常會視暴力行為為正向行為。(認為暴力可以有效解決問題、認為施暴者很酷…)
- 施暴的男生在生理發展上通常比其他孩童要壯碩

在同儕方面--青少年發展時期，其行為最容易受到同儕行為影響。由同儕團體產生的文化、認知、流行術語…等，都會影響青少年的行為。

在家庭因素方面--多數使用暴力霸凌的學生，其家庭多數有下列現象：

- 缺乏父親或母親的關愛與溫暖
- 雙親過度溺愛
- 雙親缺乏督導
- 雙親採用嚴厲、肢體性的紀律訓練進行教導
- 雙親經常在孩童面前使用暴力(家庭暴力)

上述是由各學者進行研究後發現的現象。因此，學校導師透過家庭連絡簿、週記、家長會、懇親會、平常觀察時，發現學童家庭有上述特徵時，宜

特別給予關懷，並適時給予觀念導正，讓學童能正確了解暴力行為的危害，進一步產生排斥使用暴力行為處理事情的態度。

～迷思 1～

很多人會認為：使用暴力，霸凌其他同學的人，多數是缺乏自信心、有自卑傾向的人。因此需要藉由霸凌行為來取得優越感與自尊、自信心。

但研究發現，雖然霸凌者通常可透過霸凌行為取得優越感，但只有少部份使用暴力霸凌者是屬於缺乏自信心、有自卑傾向的人。

～迷思 2～

多數人會認為：霸凌者通常是人際關係受到排擠的人，因此多數都是『獨行俠』。

實際上，在校園發生的大多數暴力霸凌事件是以團體方式進行。由一位學生帶頭，及其他團體裡的跟隨者一起進行。因此，很多學生旁觀到霸凌事件卻不阻止或向老師報告的原因之一是：他們不想要被眾人(指霸凌團體)討厭。

### 三. 老師該如何預防霸凌

我們建議老師分別針對學生、家長及班級進行霸凌防制。

學生	<p>在以學生面向預防霸凌上，我們以教育行動為主。目的在於培育學生的同理心、對暴力行為、霸凌有正確的態度及良好的價值觀。</p>
	<p><b>策略一：觀念導正</b></p> <p>許多霸凌者對暴力行為有正向的態度。因此老師必須對學生進行觀念導正。讓學生了解到『暴力是無法解決問題』、『暴力行為除了傷害別人，也會傷害自己』、『使用暴力行為並不酷』。</p>
	<p><b>策略二：案例教學</b></p> <p>老師可以利用在社會上發生的暴力問題，進行機會教育與學生進行討論。討論內容可包含：因暴力所帶來的問題、除了暴力之外，還有沒有其他方式來解決問題…。</p>
	<p><b>策略三：同理心學習</b></p> <p>老師可以利用討論讓學生學習同理心。像是『如果你被欺負，心裡會怎麼想?』、『如果別人看到你被欺負時，你心理會怎麼想?』</p> <p>老師可以設計各種討論議題，讓學生分別將自己的想法寫在紙上，然後再一一討論，讓學生培養同理心。</p>
	<p><b>策略四：真正的酷</b></p> <p>在浮濫社會文化中，充斥了許多崇尚暴力的電影、影集等節目，這些都帶給學生錯誤的價值觀及不良偶像崇拜，使得學生會進行模仿。導師須讓學生了解，欺負弱小並不是「酷」，幫助弱小，才會真正受人尊敬。</p>
家長	<p>霸凌防制的推動需要家長積極配合，有些家長仍抱持著『同儕間的欺負行為，是成長必須的磨練』、『這是磨練兒童獨立自強的方式』，因此學校老師必須向家長溝通因霸凌對學童造成的嚴重影響。</p>

	<p>策略：利用懇親會（家長會/母姐會）</p> <p>導師可利用在懇親會的機會和家長進行面談溝通，請家長注重霸凌議題，並強調暴力行為示範效果對學童造成的嚴重影響，進一步請家長配合學校反霸凌政策。</p>
<p>班級</p>	<p>在班級面向中，以營造氣氛為主：</p> <p>策略一：強調反霸凌政策</p> <p>導師可以向學生宣導，強調學校對霸凌的處置，同時也強調老師對反霸凌的立場。讓學生可以確實了解，霸凌是不正確的行為，也同時是被禁止的行為。</p> <p>許多被霸凌的學生，會因為認為向師長報告並不會改變情況，因此被霸凌之後並不會向師長報告。藉由導師向班級強調霸凌的立場，讓學生知道可以向老師求助。</p> <p>策略二：制定班級公約</p> <p>我們可以藉由班級公約的制定，營造出互相尊重的班級風氣。班級公約的制定建議由學生參與完成。宜由老師引導，由學生互相討論、投票制定。</p> <p>導師可以參考以下公約，引導學生制定公約，建立使班級同學互相尊重、和諧的環境。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●我們尊重不同的做事方式及信念—儘管我們並不贊同。</li> <li>●我們會盡力和平地去解決問題。</li> <li>●當看見別人受到不公平的對待時，我們能挺身而出。</li> <li>●我們會養成說：請、謝謝、對不起。</li> <li>●禮儀是一種尊重，尊重他人也尊重自己。</li> <li>●我們以期待別人對待我們的方式善待他人。</li> <li>●我們尊重彼此。</li> </ul>

## 參、找出霸凌

### 一. 學生被霸凌時的徵兆

當學生行為有下列情況發生時，表示學生可能被霸凌，或是有被霸凌的危險。老師必須特別注意學生，雖然這些徵兆的出現並不代表學生一定處於被霸凌中，但是我們寧願誤判也不可讓學生被持續霸凌中。

- 學生的衣服、書本等個人物品，有所缺損時(撕痕、遺失)。
- 學生身上有難以解釋的傷口(割傷、瘀青)。
- 學生與朋友相處的時間變少。
- 學生會害怕到學校，或是害怕走路到學校，或者是害怕參加社團活動。
- 學生上下學的路徑變得不合理，或是花更久的時間在上下學。
- 學生對課程忽然變得沒興趣，或是表現變差。
- 當學生回家後，常表現情緒低落之情況。
- 學生會常常說自己頭痛、胃痛、或其他生理問題來缺課。
- 學生睡眠品質下降，或是常做惡夢。
- 學生忽然變得食慾不振。
- 學生的出席率有突然的變化。
- 學生缺乏自信及自我認同感。
- 學生有憂鬱徵兆。

當發現上述情況時，可以進一步進行訪談，試著向學生表達你的關心，及問一些問題：

我正在擔心你，在這個學校裡，有沒有人會欺負你？  
在這個學校裡，有沒有人對你並不友善？或是有其他偏見？

## 較巧妙的問題

你在學校裡有沒有比較要好的朋友，他們是誰？

在學校裡，有沒有你比較討厭的人？為什麼討厭他？

## 二. 找出霸凌的方式

我們可以利用不記名的問卷方式，調查班級中是否有暴力霸凌的現象。在進行問卷調查時，老師可強調『不記名』及結果保密，若被霸凌的同學願意在上面留下自己的名字，老師可以在事後找機會和他進一步商談。

霸凌問卷調查		
閱讀每個問題，並依實際情況回答。		
日期：		
你的名字(假如你願意寫下)_____		
1. 在教室裡，有沒有人對你不友善	是	否
2. 下課休息中，有沒有對你不友善	是	否
3. 你會不會覺得同學們不喜歡你	是	否
4. 你有沒有被其他人欺負過？	是	否
5. 你有沒有看過其他同學被欺負？	是	否
6. 如果你看到其他同學被欺負，你會不會去幫助他？	是	否
7. 如果你被欺負了，會告訴其他人嗎？	是	否
會告訴誰？ 老師            ; 父母            ; 同學		

## 肆、介入霸凌

### 一. 學校的組織、作為與處理流程

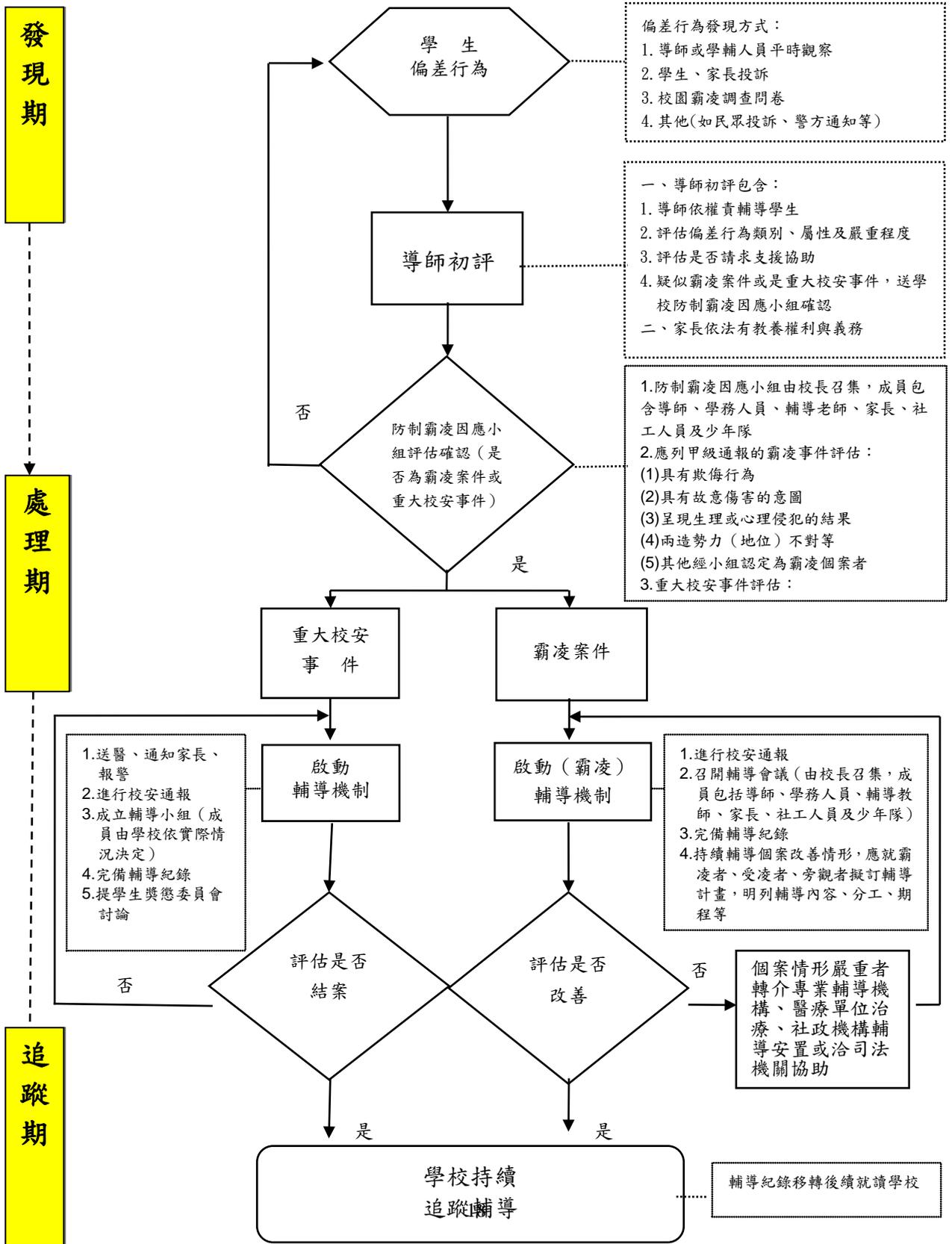
#### 高雄市私立樹德家商防制校園霸凌因應小組

職 稱	級 職	職 掌
召集人	校長	指揮、綜理校園霸凌事件及全般事宜
副召集人	學務主任	協助校長綜理校園霸凌事件及全般事宜
小組成員	主任秘書	負責有關校園霸凌事件新聞連繫與發布，並提供媒體相關報導。
小組成員	主任教官	協助校園霸凌事件處理及協調與執行事宜。
小組成員	家長會長	協助校園霸凌事件處理及與家長協調事宜。
小組成員	教務主任	協助調查及審理校園霸凌事件暨與事件相關學生課程調整事宜。
小組成員	總務主任	協助所需相關監視系統等設備及調閱影像並協助調查及審理校園霸凌事件。
小組成員	輔導主任	協助調查及釐清校園霸凌事件、加害者及受害者心理輔導與諮商後續事宜。
小組成員	輔導老師	協助調查及釐清校園霸凌事件、加害者及受害者心理輔導與諮商後續事宜。
小組成員	生輔組長	受理有關校園霸凌事件及因應小組會議召開及全程掌握事宜。
小組成員	導師代表	協助調查及審理校園霸凌事件。
小組成員	學生代表	協助調查及審理校園霸凌事件。
小組成員	專家學者	具防制霸凌相關專業、法律素養之專業人員，協助調查及審理校園霸凌事件。

學校的各項反霸凌活動：

1. 校務會議宣導，行政會報，導師會報，親師座談宣導。
2. 週會、升旗、班會、品德教育宣導
3. 學生反霸系列競賽
4. 學校反霸凌網站
5. 學校反霸凌環境佈置學校監視系統
6. 校園巡護，課中巡堂
7. 學務處主任、組長、教官上放學校內外巡邏
8. 簽訂校外愛心服務站
9. 與警察局共同簽署「校園安全維護支援約定書」
10. 實施反霸凌安全校園問卷
11. 寒、暑假家長聯繫函
12. 學生志工校內不定時巡查
13. 教職員、學生幹部防制霸凌知能研習

# 校園霸凌事件處理流程圖



## 二. 老師可以做的事

- 立即介入：一看到霸凌事件就立刻去阻止它。
- 將霸齡者與受害者分開談，如果加害者不只一位，應快速地將每個人分開談。
- 跟其他的教職員討論以取得更周延的資訊，並檢視學校可運用之資源。
- 運用校規或班規告訴霸凌者他的行為是不可接受的，告訴霸凌者將受到的懲罰，而且通知他的家長到學校處理。如果他對受害者採取任何報復行動，將會受到最嚴厲的懲處。
- 向被害孩子保證會採取措施，避免霸凌情況再度發生。
- 講究時效：盡速通知霸凌者與受霸凌者的家長，最好是事發的當天就打通電話到家裡，之後立即安排與家長的面談。
- 發展被霸凌者同儕支持的網絡、社會技巧以及自信心，特別是果斷表達的技巧這一項。
- 對於霸凌者的特別再教育相當重要，除處罰之外，更要重新將他的社會技巧塑形、減低他的攻擊性並且增強其同理心。
- 後續與家長以及相關人等溝通，直到事情已經完全解決。
- 持續監督霸凌者行為以及注意受害者的安危。
- 如果學生內向害羞而缺少社交，可多幫他安排興趣相符的社團活動—培養學生適當的社交技巧並且建立自信心，相信對於霸凌事件與往後的生活都有相當大的幫助。
- 找出班上較有愛心、耐心的同學多做陪伴，讓他建立自信與安全感。

若加害者的行為沒有改善甚至危害被害者的安全，最終要轉學轉班或移至另一方案進行再教育的應該是霸凌者而不是受害者，霸凌者因霸凌行為而造成的後果會是所有學生的借鏡。

### 三. 針對被霸凌同學的教育

- 果斷力：研究顯示，孩子面對霸凌的態度對於事件的後果是有所影響的，當孩子運用問題解決策略並表現果斷，霸凌事件會比較快落幕。透過經常性的角色演練，教導孩子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。
- 友誼建立：此技巧在霸凌事件中扮演相當重要的角色，可預防霸凌發生也可在發生後協助孩子復原；研究顯示至少有一個朋友的小孩比較不易被霸凌；如果孩子有「最要好的朋友」，他們被霸凌之後也很少出現情緒與問題行為。因此教導孩子學習建立與維持友誼的技巧是相當有效的。

### 四. 針對旁觀者的教育

孩子的同學最常扮演旁觀者的角色，因此改變他們對霸凌的態度是解決霸凌問題的關鍵，但不幸的是，孩子們無心的反應通常都助長了霸凌的進行，像是圍觀或是發出笑聲，都會使霸凌者感覺被鼓舞而助長其霸凌行為。但事實上，霸凌對旁觀者而言其實非常煎熬，大部分的學生都承認霸凌「不忍卒睹」。孩子們在旁觀時經歷了矛盾的感覺，包括困惑、缺乏該如何因應的知識，以及擔心自己成為下一個目標。故針對改變旁觀者我們提出的具體作為包括：

- 提升並發展其對受害者的同理心及正義感。
- 提升孩子對霸凌問題的認知，並使其了解自己在問題中扮演的角色。

### 五. 十招教孩子遠離霸凌

透過角色扮演、不斷練習、遊戲等方式加強孩子面對霸凌的情境時怎麼應對。

- 第一招 認識霸凌：霸凌者與受凌者的特質、各種不同型態的霸凌。
- 第二招 我的孩子被霸凌！？我的孩子是霸凌者！？ 早期介入是解決霸凌的關鍵：傾聽、回應、發展反霸凌計畫、操作演練
- 第三招 降低霸凌從同理心開始：瞭解自己和他人感受、接納多元包容差異。
- 第四招 孩子要學的人際溝通：用字遣辭、聲音語調、面部表情、溝通背景。
- 第五招 傾聽和解讀人際訊號的能力：正確解讀溝通訊息、有效傾聽。
- 第六招 堅定自信的態度：直接但非威脅或試圖操弄他人的方式溝通感受、需求和意見。
- 第七招 衝突解決的能力沒有固定的招數：解決衝突、不強調對錯；界定衝突；想辦法解決；指出他人反應；選擇方法。
- 第八招 交朋友的能力：同儕對孩子的重要性，因此需要學習人際關係技巧，例如，分享全力與主導權、不要參與八卦流言…等等。
- 第九招 網路霸凌：網路安全基本規則，如何與孩子討論。
- 第十招 維護正義的能力：抓扒子/告密者 vs. 正義使者。

## 伍、案例分享

### ◎案例分享一

#### 正確的協助來自於用心觀察

恩恩是個胖胖的、笑起來很可愛的小三學生。他跟同學玩的時候，往往不在狀況內，他常無故地笑別人，或在不清楚遊戲規則時就加入大家，讓其他人都玩不下去。一開始，有幾位同學越來越討厭他，笑他：「笨蛋！」「白癡！」，並且排擠他，跟他說：「你走開啦！」「你不要玩了啦！」。慢慢地，其他人也越來越不想找他一起玩，連班上要分組的時候，也不想跟他同組…。這是兒盟社工員曾經輔導過的一位被霸凌孩子，在班上的生活寫照。

「我會先去瞭解孩子不被喜歡的原因，觀察他跟其他人的互動，瞭解他被排擠的原因」兒盟社工這麼說著。在觀察過後，社工員開始跟恩恩約談，詢問他的感受，但他卻笑著說：「還好阿。」由於社工員曾經仔細觀察過恩恩被同學罵的情景，從他當時的表情看來，確實是不舒服的；因此，社工員向恩恩表達她的關心，並讓恩恩知道，他的情緒是可以被接納的。

在接收到社工員關懷、接納後，恩恩慢慢可以承認，自己其實不喜歡別人罵自己，對於別人不想跟自己同組，也會感到傷心。社工員幫助他更瞭解自己的感受、想法和行為之間的關連性；跟他討論，如何在玩遊戲的時候控制自己的力氣，陪著他不斷練習；並與他一起模擬，如果又不小心取笑了別人時，如何跟同學道歉。

「最重要的是，大人要調整自己的態度和眼光。我們能否在這個過程中，看到孩子問題的『減少』，而非心急地覺得問題『仍存在』」，社工員這麼說著。在陪伴孩子的路上，大人可以用「放大鏡」去觀察他們的進步和改變，因為能真正協助孩子的輔導，來自於仔細與正確的觀察！

## ◎案例分享二

### 創意思維引領教學設計

桃園北勢國小的溫雅惠老師與學生製作了紀錄片「我的同學—來雄」，用孩子最簡單、直率的語言作為旁白，感動了許許多多的人。來雄是個學習障礙的孩子，在校成績不好，人際關係也不好，同學嫌他上課製造噪音，常說髒話，但溫老師帶著班上同學拍攝紀錄來雄的故事。過程中，同學觀察到來雄繪畫的天份，了解其弱勢背景，他雖然成績不好，但是勤快地幫助姑姑作很多家事，來雄除了課業不好之外，他還有好多優點被大家忽略！影片製作完成後，同學真正認識來雄，欣賞他的優點，也願意與他作朋友，當然也就影響來雄的正向發展，他慢慢建立自信，發展自我，在老師的協助下，慢慢摸索出一個適合自己的生涯發展。

這就是創意思維的力量！溫老師不是用傳統教學模式，向同學灌輸道德觀的友愛情操，而是運用紀錄片，成功營造友善班級氣氛，讓孩子學習愛人，以及正確的人際互動。這樣的教育過程，或許耗時耗力，但絕對是比授課告知的方式有效，這就是創意教學。

## ◎案例分享三

### 跟別人相處，也是需要學習的

小齊的體型比別人壯、力氣也比別人大，跟其他成員玩時，有時因為心急，用了比較大的力氣而讓別人不舒服。某次團體進行前，團體成員玩起了分組的枕頭大戰，而較晚來的小齊一進團體室，就興奮地拿起枕頭，大力地攻擊其他人；結果，其他成員決定他們所有人要同一國，跟小齊對抗…。當團體領導者進入團體室時，只剩下小齊一個人，流著淚說：「他們都背叛我。」

那次團體，沒有進行原本預定的活動內容，團體領導者在那段時間中，跟所有成員討論這件事。除了再度提醒小齊，要控制自己的力氣外，也跟其他成員討論，除了不跟小齊同一國之外，如何用更直接的方式進行溝通，以及如何接納跟自己不同的人。

反霸凌團體輔導，乃期待藉由團體活動，讓成員學習認識、表達自己的情緒，發展出正向的自我概念，提升自我價值；並透過團體動力，協助團體成員建構人我界限，發展出正向的支持網絡。根據兒盟的經驗，成功的團體需要有充足的時間（每週一次，進行12-15次，每次1.5-2小時），且能根據每位成員的特質，或該次團體的事件，來調整團體內容。

兒盟觀察到，由於容易讓老師頭痛的孩子，大部分是衝動、欺負別人的類型，因此坊間開辦的多為「霸凌者團體」，而「被霸凌者」在班級中，卻往往是容易被忽略的一群，然而，「被霸凌者團體」也是相當值得重視的。透過團體，可以讓孩子練習表達自己的情緒、學習與同儕的相處方式，在兒盟的經驗中，孩子於參加團體後，其自我價值、同理心、情緒調節、人際互動等能力都可以提升。對一些孩子來說，這些能力並不是天生就會，但是透過學習，他們能夠更加瞭解與自己、與別人的良好相處之道！

#### ◎案例分享四

##### 讓「衝突」到此為止

每個班級都一定會有讓老師特別頭痛的人物，這類孩子經常是衝突的來源或是始作俑者，他們往往令老師疲於奔命，光是處理同學間的告狀、紛爭，就磨掉了多數老師的教學熱情。其實「衝突」是很常見的現象，不僅存在於學童，成年人之間也是會有，將衝突視為正常事件，並教導所有孩子學習解決衝突的方法，可以化阻力為助力，有效改善班級的衝突問題。

## 對「衝突」的正確認知

衝突的定義是「一種想法、慾望或行動上對立的情況，或是爭奪地位、權勢、資源的結果」。事實上，衝突不代表不好，它只是突顯或顯示兩方緊張的局面。衝突也可以提供人們面對挑戰的機會，從中尋找新的解決方法，並且改變對事情的看法。然而，有些衝突長期下來，是會帶來不良的影響，它會一步一步加重問題嚴重性。衝突會帶來亢奮、激動、挫折等情緒，大家很難保持中立，有時隨著衝突事件逐漸複雜且難以解決。

### 衝突發生的三階段

- ◎潛伏期—當一些不均衡的權力存在，但是當事者未覺察有權力濫用的情形。
- ◎萌發期—一些當事人逐漸了解霸凌已經發生。
- ◎爆發期—被霸凌者已經受害，且霸凌者與旁觀者也清楚發生此事。

衝突的發生是階段性的，很可惜的是，通常大家發現的時候已經進展到最後一個階段了，其實「預防重於治療」，臨床研究發現，如果孩子可以辨識這三個階段，懂得及時介入，對於解決衝突是相當有幫助。

### 一對三十，還是三十對一的戰爭

解決衝突絕不是單一老師的責任，所以事件的參予者，如：霸凌者、被霸凌者、旁觀者等，都應該要學會解決衝突的步驟。讓這場衝突戰爭，不是只有老師孤軍奮戰，面對 30 個學生的問題，而是要所有孩子一同來面對衝突事件。

老師可詳記下列步驟，並教導孩子如何將五步驟融入生活之中。

### Tips 解決衝突五大步驟

Step1 Freeze moment～所有人都冷靜下來

Step2 使用我訊息(“I” messages)，避免動用權力和責備性的口吻

Step3 發生了什麼事，而不是誰的錯

Step4 同理—我的感覺?你的感覺?同理大家的感受

Step5 問題解決—未來發生同樣的事情，我們應該要怎麼辦

## 陸、有關教育人員（校長及教師）通報義務與責任部分

義 務	責 任
<p>一、兒童及少年福利法第 30 條第 2 款規定，任何人對於兒童及少年不得有身心虐待之行為。</p> <p>二、兒童及少年福利法第 34 條第 1 項規定，教育人員知悉兒童及少年遭受身心虐待者，應立即向直轄市、縣（市）主管機關通報，至遲不得超過 24 小時。</p>	<p>校園霸凌行為，如已達身心虐待程度者，校長及教師身為教育人員，應依法通報，未依規定通報而無正當理由者：</p> <p>一、依兒童及少年福利法第 61 條規定，處新臺幣 6 千元以上 3 萬元以下罰鍰。</p> <p>二、依公立高級中等以下學校校長成績考核辦法第 7 條第 1 項第 2 款、公立高級中等以下學校教師成績考核辦法第 6 條第 1 項第 2 款規定，其如屬違反法令，而情節重大者，得記大過。</p>

## 柒、有關學生霸凌行為之法律責任

責任性質	行為態樣	法律責任	備註
刑罰	傷害人之身體或健康	依刑法第 277 條，傷害人之身體或健康者，處 3 年以下有期徒刑、拘役或 1 千元以下罰金。因而致人於死者，處無期徒刑或 7 年以上有期徒刑；致重傷者，處 3 年以上 10 年以下有期徒刑。	依少年事件處理法規定，7 歲以上未滿 12 歲之人，觸犯刑法者，可能以保護處分代替刑罰，12 歲以上 18 歲未滿之人，則視案件性質依規定課予刑責或相關處分。
		依刑法第 278 條，使人受重傷者，處 5 年以上 12 年以下有期徒刑。因而致人於死者，處無期徒刑或 7 年以上有期徒刑。	
	強制	依刑法第 304 條，以強暴、脅迫使人行無義務之事或妨害人行使權利者，處 3 年以下有期徒刑、拘役或 3 百元以下罰金。未遂犯亦處罰之。	
	恐嚇	依刑法第 305 條，以加害生命、身體、自由、名譽、財產之事，恐嚇他人致生危害於安全者，處 2 年以下有期徒刑、拘役或 3 百元以下罰金。	

		依刑法第 346 條，意圖為自己或第三人不法之所有，以恐嚇使人將本人或第三人之物交付者，處 6 月以上五年以下有期徒刑，得併科 1 千元以下罰金。其獲得財產上不法之利益，或使第三人得之者，亦同。未遂犯亦處罰之。	
	侮辱	依刑法第 309 條，公然侮辱人者，處拘役或 3 百元以下罰金。以強暴公然侮辱人者，處 1 年以下有期徒刑、拘役或 5 百元以下罰金。」	
	誹謗	依刑法第 310 條，意圖散布於眾，而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事者，為誹謗罪，處 1 年以下有期徒刑、拘役或 5 百元以下罰金。散布文字、圖畫犯前項之罪者，處 2 年以下有期徒刑、拘役或 1 千元以下罰金。對於所誹謗之事，能證明其為真實者，不罰。但涉於私德而與公共利益無關者，不在此限。	
民事 侵權	一般 侵權 行為	依民法 184 條第 1 項，故意或過失，不法侵害他人之權利者，負損害賠償責任。故意以背於善良風俗之方法，加損害於他人者亦同。	

	<p>侵害 人格 權之 非財 產上 損害 賠償</p>	<p>依民法 195 條第 1 項，不法侵害他人之身體、健康、名譽、自由、信用、隱私、貞操，或不法侵害其他人格法益而情節重大者，被害人雖非財產上之損害，亦得請求賠償相當之金額。其名譽被侵害者，並得請求回復名譽之適當處分。</p>	
<p>行政罰</p>	<p>身心 虐待</p>	<p>依兒童及少年福利法第 58 條第 1 項，處新臺幣 6 萬元以上 30 萬元以下罰鍰，並公告其姓名。</p>	<p>未滿 14 歲人之行為，不予處罰。14 歲以上未滿 18 歲之人行為，得減輕處罰。</p>