預防篇

預防勝於治療，學校可以透過班級及全校的層面開展預防工作，一方面可防患於未然，另一方面亦可防止欺凌事件再發生或惡化。本篇共分為以下三章：

第一章：「教學活動」的配合

反欺凌、彼此尊重及朋輩互助的訊息，可以滲透在日常教學活動中，以喚起學生對欺凌的關注、加強他們友愛關懷的意識。此章提供八個適合中小學中文、英文及美勞等科目的教案，供教師參考，以鼓勵教師們發揮其創意，在其他科目，以不同形式滲入和諧校園的訊息。

第二章：「課堂活動」的配合

於班主任課、成長輔導課、生活教育課或倫理課等課節進行有關反欺凌的活動，既可建立學生間彼此尊重接納、和衷共濟的態度，亦可加強學生認識及應付欺凌的能力，是預防欺凌的有效方法。此外，旁觀者的態度對欺凌事件的發展有很大影響，若旁觀者不再沉默，主動協助受害者並向師長報告欺凌事件，當能發揮朋輩之力量以遏

止及預防校園欺凌。此章提供九個課堂活動，教師可因應學生的需要彈性選用。

第三章：校園管理

本章探討如何就操場環境的設計和管理、午膳時段的活動安排及風紀/領袖生訓練的配合，來預防校園欺凌。

預防篇

- 第一章：「教學活動」的配合
- 第二章：「課堂活動」的配合
- 第三章：校園管理

第一章 —— 教學活動的配合

教案一：小學四年班中文科—可恥的行為

教案二：小學四年班中文科—班上小霸王

教案三：小學五年班中文科—課室的暴躁王

教案四：小學六年班美勞科—受欺凌者的內心世界

教案五：中學一年班中文科—貓捕雀

教案六：中學二年班中文科—荀巨伯遠看友人疾

教案七：中學二年班英文科—Don't laugh at me

教案八：中學三年班英文科—Bad Girls

第二章 —— 課堂活動的配合

活動一：認識欺凌（一）欺凌知多少

活動二：認識欺凌（二）欺凌解碼

活動三：認識欺凌（三）校園交叉點

活動四：認識欺凌（四）伸出援手

活動五：平等尊重（一）人人平等

活動六：平等尊重（二）班中的新同學

活動七：和諧關愛（一）關懷大使行動

活動八：和諧關愛（二）校園生活點滴

活動九：和諧關愛（三）和諧共處

第三章 —— 校園管理

一. 引言

根據外國的調查，有四分之三的校園欺凌事件都是發生在午膳後的時段，而且多在學校操場、洗手間及課室內發生。由於午膳後學生閒暇的時間較長，學生無所事事，容易發生爭執。加上在午膳時段，老師的監管較上課時弱，容易給欺凌者有可乘之機。

此外，外國調查亦顯示，校園管理與學生行為有直接的關係，欠理想的學校操場環境會導致更多的欺凌行為 (Higgins, 1994)，原因如下：

1. 環境過分擠迫：學生因爭奪活動空間和資源，容易發生衝突，強者或人數眾多者常會把弱者或人少者摒於場外。

2. 缺乏多元化的活動機會：有很多操場環境只容許球類活動，不喜歡或不擅長此類活動的同學，容易被排擠於場外。部分學生會因無聊而進行粗野的嬉鬧遊戲。

3. 操場環境沉悶：學生無所事事，容易引起反社會行為，例如欺凌弱小或破壞公物以宣洩沉悶的心情。

4. 監管困難：操場上學生眾多，又有不少隱蔽之處，而當值老師及風紀／領袖生的人數有限，導致監管困難。

基於上述原因，要有效預防校園欺凌行為，學校可因應本身的文化及發展方向，改善操場環境的設計和管理及午間時段的活動安排。

二. 操場環境的設計和管理

作為使用者，教職員及學生可共同參與校園環境的改善計劃。學校首先透過觀察或問卷調查，檢視校園現有的環境及使用情況，搜集學生及教職員對於一個理想校園環境及改善場地用途的意見。在分析所得資料時，就校園改善計劃應考慮的因素包括：欺凌事件發生的熱點、引致欺凌的原因、師生的觀感、財力及人力資源等。以下是一些改善操場環境的設計和管理的建議：

1. 將校園劃分成不同用途的區域，創造更多不同類型的活動或休息的空間，以減低學生因爭奪活動場地而產生的糾紛。
2. 在課餘安排多元化及具創意的活動，既可滿足學生的不同需要，亦能避免學生因沉悶或無聊而引發的欺凌行為。
3. 提供充足的機會讓學生參與不同類型的活動，學生除了可以享受不同活動所帶

來的樂趣外，亦可從中學習相處之道，互相尊重及與人合作的態度。

4. 訂立明確的操場規則，讓學生有規可從，長遠而言有助改善校園的秩序。
5. 提高教師及風紀/領袖生當值時的警覺性。有效的監管既可杜絕欺凌行為，亦能增強校園的安全及和諧氣氛。
6. 鼓勵學生直接參與操場環境的設計、管理、保養及計劃的檢討，這樣既可增加學生對學校的歸屬感，亦能強化學生愛護校園及愛護同學的意識。

三. 午膳時段的活動安排

學校如能有效地利用午膳時段，安排多元化的活動，可讓學生建立和諧的關係，大大減少欺凌事件。各項活動可因應學校資源、文化、人力及發展重點等情況來編排，務求讓學生渡過一個愉快、充實有序的午間時段。例如：

1. 開放電腦室、圖書館、玩具室、遊戲室、乒乓球室、自然閣和校園農莊等，以發展學生不同的興趣。
2. 在午膳時段推行不同的訓練，如朗誦、講故事、數學速算、風紀、升旗、合唱團、中樂團、制服隊伍等，令學生更能善用空檔時間。
3. 邀請家長於午間時段為學生講故事，教學生玩魔術、雜耍、編織、遊戲，或分享各行各業的知識。

四. 風紀/領袖生訓練的配合

學校應考慮在風紀/領袖生的培訓活動中加入「校園欺凌」及「校園管理」有關的課題。讓風紀/領袖生協助推行反欺凌計劃，遏止欺凌行為，建立和諧安全的校園環境。

反欺凌課題訓練內容建議：

1. 認識欺凌
2. 欺凌對有關同學的影響
3. 校內欺凌問題的情況
4. 學校的反欺凌政策
5. 風紀/領袖生在反欺凌政策中扮演的角色
6. 風紀/領袖生職務的配合
7. 處理欺凌事件的技巧