理念篇

請在細閱理念篇的內容之前，根據你對欺凌的認識和了解，填寫以下問卷，並在適當的□內加上"✓"號。

『欺凌行為：謬誤與事實』問卷

	正確	不正確
1. 打架是一項常見的欺凌行為。	□	□
2. 欺凌是指身體暴力行為。	□	□
3. 欺凌是成長的一部分，沒有什麼大不了，亦不會做成什麼傷害。	□	□
4. 如果有學生被欺凌，這是他的錯，他應該自己負責及面對。	□	□
5. 欺凌者都是有違規紀錄的學生。	□	□
6. 我校並沒有欺凌問題。	□	□
7. 鼓勵學生舉報欺凌事件，只會引發更多欺凌行為。	□	□
8. 學校能夠制止欺凌行為。	□	□

理念篇

『欺凌行為：謬誤與事實』答案篇

『欺凌行為：謬誤與事實』問卷的設計，旨在加深教師對欺凌的理解。部分句子並非錯誤，但未能全面描繪欺凌的性質，因此被定為「不正確」。

1. 打架是一項常見的欺凌行為。(不正確)

打架是一個常見的違規行為，但同學之間由於爭執而引發的打架未必一定是欺凌行為。若果雙方的力量均等，則不被視為欺凌行為，因為欺凌是指強勢的一方屢次蓄意地欺壓弱勢的一方的行為(Beane, 1999; DEF,1994; Newman, Horne & Bartolomucci, 2000) 。

2. 欺凌是指身體暴力行為。(不正確)

身體上的攻擊例如碰撞、掌摑、拳打腳踢等是比較明顯的欺凌行為。除此之外，欺凌還包括了語言上的戲弄、譏笑、謾罵、詆毀、

散播謠言，社交上的排斥、孤立、敵視，以及心理上的折磨及脅迫性的索取金錢及物品等行為。

3. 欺凌是成長的一部分，沒有什麼大不了，亦不會做成什麼傷害。(不正確)

在成長過程中，欺凌別人及被欺凌的經驗均不利於學生的健康成長。受害者會出現情緒困擾，覺得緊張、惶恐、焦慮、無助、自卑、精神不能集中、不喜歡上學，嚴重的可能會萌生自毀念頭。長期的心理創傷會導致持續受欺凌的學生，於長大後產生抑鬱及自卑的現象（Olweus, 1993）。研究更指出，部分受害學生日後會欺負別人，從而製造更多欺凌者。不少追蹤研究亦發現欺凌者比同齡的學童，有更大機會在成年後作違法的事（Olweus, 1993）。目睹欺凌事件的學生亦會感到不安，恐怕自己會成為下一個受害者。當欺凌者可以橫行無忌而沒有相應後果的話，部分學生亦會模仿欺凌行為。

4. 如果有學生被欺凌，這是他的錯，他應該自己負責及面對。(不正確)

這是一個錯誤的假設，假定受害者是咎由自取，更要為欺凌問題負上全部責任。任何人皆不應因其個人喜好、性格、行為及特質而受欺凌。而且，在絕大部分的情形下，受害者往往是由於強弱懸殊及無力還擊，而成為欺凌的目標。但有部分受害者的言語、行為和態度具挑釁性，容易引起別人攻擊和欺凌。這類學生需要較深入的專業輔導和跟進服務。學校應該及早識別欺凌者、受害者及容易受欺凌的學生，並給予適當的協助，幫助他們投入和諧互重的校園生活。

5. 欺凌者都是有違規紀錄的學生。(不正確)

欺凌者有很多不同類型，不一定有違規紀錄。此外，形成欺凌行為的成因可與成長經驗、朋輩影響及社會風氣等因素有關。所以我們切勿將欺凌者定型。

6. 我校並沒有欺凌問題。(不正確)

每一所學校都存在不同形式和程度的欺凌問題。由於欺凌問題通常是在沒有成人監管的情況下發生，而受害者亦未必會舉報，所以欺凌可能是一個隱蔽及經常被低估的問題。假如你肯定校內沒有欺凌問題，學校也應採取適當的預防措施，防患未然。

7. 鼓勵學生舉報欺凌事件，只會引發更多欺凌行為。(不正確)

這是一個常見的謬誤。若學校對欺凌行為採取息事寧人的態度，或只勸喻受害者忍讓的話，會令欺凌者為所欲為，使欺凌問題更趨嚴重。相反來說，若學校鼓勵學生舉報欺凌事件及認真跟進每一個個案，初期，欺凌事件的舉報可能會有所增加，這是一個正常的現象。但長遠而言，欺凌事件會因為學校正視欺凌問題而大大減少。

8. 學校能夠制止欺凌行為。(正確)

很多研究指出，學校在訂立「反欺凌」政策及措施後，確能有效地減少欺凌，而訂定一套全校反欺凌的政策是最有效處理及預防欺凌問題的策略（DEFS, 2002; Newman, Horne & Bartolomucci, 2000; Smith, 1999）。

一. 欺凌的定義

不同學者對於欺凌行為的界定有一些差異，但大部分有關欺凌行為的定義，皆包括下列三個元素：

- 重複發生－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－欺凌者明顯地比受害者強，而欺凌是在受害者未能保護自己的情況下發生。

(Beane, 1999; DFES, 2002; Newman, Horne & Bartolomucci, 2000; Olweus, 1993)

同時擁有以上三個元素的行為，才會被界定為欺凌，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。

二. 欺凌的類別和形式

欺凌行為大致可以包括以下三類 (DFES, 2002)：

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。

隨著資訊科技的進步，欺凌者可利用互聯網上的途徑，例如透過電郵、網頁、網上聊天、或手提電話的短訊，惡意造謠、發放侮辱性的消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。

三. 欺凌行為的分析

- 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。

這些角色並非持久不變，相反來說，它們會因應不同

情況或隨著事件的發展而有所變動。例如「附和者」受到當時氣氛的感染，若把持不定，會成為「協助者」。值得注意的是，「局外人」最常扮演的次角色（Secondary Role）是「保護者」(Sutton & Smith, 1999)。研究顯示透過適當的教育，令學生認識欺凌的禍害，明白朋輩間互相支援的重要，「局外人」會不再沈默，並採取積極的行動，支援受害者，協助制止欺凌（Cowie & Sharp, 1996)。

四. 欺凌者的類型

1. 典型欺凌者 (Typical Bullies)

具有以下特質(Olweus, 1999)：

- 霸道和衝動，傾向使用暴力欺壓他人。
- 比較自我中心，對受害同學缺少同理心。
- 社交能力及自尊感並不遜於其他人。
- 得到部分朋輩的認同。
- 男性欺凌者一般頗為強壯。

2. 被動型欺凌者 (Passive Bullies)

具有以下特質(Newman, Horne & Bartolomucci, 2000)：

- 看見欺凌者的暴力行為得逞，於是協助及附和欺凌者；有些則藉此保護自己免受欺凌。
- 在朋輩間不受重視。

- 缺乏安全感。
- 部分社交能力弱、容易焦慮和自信心偏低。

男女學生皆有欺凌行為，一般情況下，經常欺凌他人的，以男生較多。男生多採用較直接的方式，如推撞、恐嚇等，受害者包括男女同學；女生則較多用間接的方式，如造謠、排擠等，而受害者則以女同學為多。

五. 受害者的特徵

綜合多個學者的意見，被選定為欺凌對象的學生，可能擁有一項或多項以下的特質（Beane, 1999; DFES, 2002; Newman, Horne & Bartolomucci, 2000）：

- 性格比較內向、害羞和怕事。
- 沈默、表達能力不佳。
- 在同學間不受重視，只有很少朋友，在學校中十分孤單。
- 缺乏與朋輩相處的社交技巧，容易引起同學不滿和反感。
- 不擅於處理衝突或解決問題，容易作出過激或挑釁的反應。
- 擁有某種特徵或行為習慣，與一般同學有異。
- 有特殊需要，如弱智、弱能、過度活躍、自閉及其他學習、情緒及行為上有困難的學生。

六. 欺凌的禍害

任何形式的欺凌，都會帶來不同程度的傷害，令受害者情緒不安、社交生活減少、在學校各方面的表現倒退、自信心及自我概念受損，而影響其性格的發展。更甚的是，外國有因欺凌而導致受害者自殺的例子。此外，長期的創傷會令受害者於長大後產生抑鬱及自卑的現象（Olweus, 1999）。

欺凌問題如果沒有得到適當的處理，欺凌者暴力逞強的傾向可會更加嚴重。不少追蹤研究發現欺凌者比同齡的學生有更大的機會在成年後步入歧途，作違法的事(Olweus, 1993)。所以，欺凌者所受到的傷害是不容忽視的。

至於旁觀者，他們目睹欺凌行為，可能會感到不安及無助。部分可能會因沒有幫助受害者而感到內咎。另一方面，他們也可能礙於群體壓力，或害怕成為欺凌對象，而參與欺凌，又或受到欺凌者的感染，以暴力解決問題。

七. 結語

任何形式的欺凌行為都是不可接受的，欺凌對「受害者」、「欺凌者」及「旁觀者」都會造成傷害，而對學校的整體紀律和風氣亦會構成一定程度的影響。所以，欺凌是學校須正視並加以制止及預防的問題。