「欺凌透視」筆記

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：

1. 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。
2. 具惡意 — 欺凌者蓄意地欺壓及傷害他人。
3. 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。

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。

欺凌行為的分析

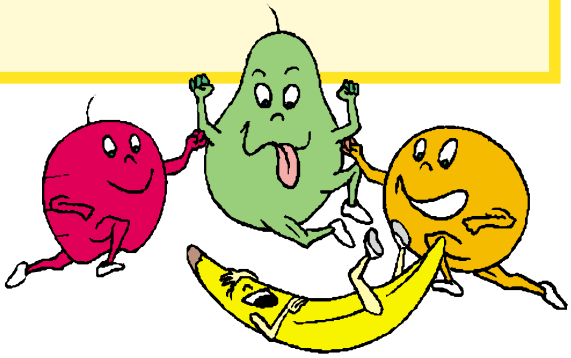
很多時，欺凌被視為「欺凌者」和「受害者」之間的問題，其他所有在旁目睹事件者，一般被稱為「旁觀者」。

表面上旁觀者雖然沒有直接參與欺凌，但研究指出旁觀者的反應和行為，對事件的發展有重要的影響。旁觀者的沈默，在欺凌者眼中，是對欺凌行為的默許；旁觀者的吶喊助威就更具煽動力，令欺凌者覺得威風而助長其氣焰（Sutton & Smith，1999)。相反地，若旁觀者對欺凌者的行為表示不滿並加以勸阻，或對受害者施以援手，是有助即時緩和或制止欺凌事件。

所以欺凌是一個過程，牽涉其中的學生是一個動態小組，當中蘊藏著一個複雜的互動狀態，而一些研究嘗試將涉及欺凌事件中的人物作出更細緻的分類（Sutton & Smith，1999)：

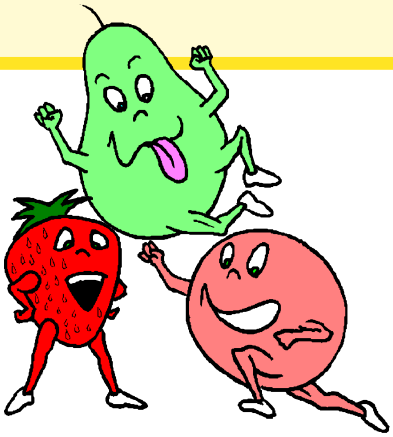
- 欺凌者（Bully）　發動欺凌行為，帶領其他同學參與其中。
- 協助者（Assistant）　跟隨帶領者，直接參與欺凌行動。
- 附和者（Reinforcer）　支持欺凌者的行為，例如在旁嬉笑或吶喊助威。
- 受害者（Victim）　受到欺凌。
- 保護者（Defender）　安慰及支持受害者，嘗試制止欺凌行為。
- 局外人（Outsider）　置身事外。

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）。



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。