



Counselling and Research Centre
輔導暨研究中心

有特殊教育需要學生的 校園欺凌預防及處理

2022年1月3日(星期一)

香港樹仁大學輔導暨研究中心

註冊輔導心理學家 余鎮洋先生、章景輝先生

講者介紹

• 余鎮洋先生 (ISAAC)

- 現任香港樹仁大學輔導暨研究中心 輔導心理學家
 - 現任香港樹仁大學兼任講師 及 臨床督導
 - 現任亞洲專業輔導及心理協會 主席 (2019-現在)

 - 香港大學家庭研究院一級證書
 - 香港心理學會 副院士 及 註冊輔導心理學家
 - 亞洲專業輔導及心理協會 註冊臨床督導 及 輔導員
- 美國國際醫學及牙科催眠治療協會(IMDHA) 認可催眠治療師
- PEERS® Certified Provider

講者介紹

章景輝先生 (JACKY)

香港樹仁大學輔導暨研究中心 輔導心理學家

現任香港樹仁大學 臨床督導

香港學校輔導專業人員總工會 會長

香港心理學會 副院士 及 註冊輔導心理學家

亞洲專業心理及輔導協會 註冊臨床督導

亞洲專業心理及輔導協會 註冊輔導員 及 學校輔導員

MBTI® Step I™ and Step II™ 認證執行師

Prepare/Enrich 婚前婚後評估協談員

Brick by Brick™ Program (Former Lego® Based therapy) Certified Facilitator

香港現行執業的心理學家可分為四種:

1. 臨床心理學家
2. 教育心理學家
3. 工業與組織心理學家
4. 輔導心理學家

輔導心理學家

Counselling Psychologist

- 著重**預防**勝於治療(Preventive Work)
- 強調**優勢為本**(Strengths-Based Approach)
- 了解**多元文化**(Multi-Cultural)
- 重視**成長發展**歷程(Life Span Development)
- 擅長**生涯規劃輔導**(Vocational Counselling)
- **科學實證**(Evidence-Based)

欺凌定義

- 濫用權力
- 持續及重複發生
- 行為導致傷害

(Olweus, 1993)

欺凌種類

身體欺凌

關係／社交欺凌

言論欺凌

網路欺凌

在72 個國家及地區中，
香港是校園欺凌行為最嚴重的地方。

香港32.3% 的學生表示曾經遭受欺凌，
比台灣及美國分別高出三倍及一倍。

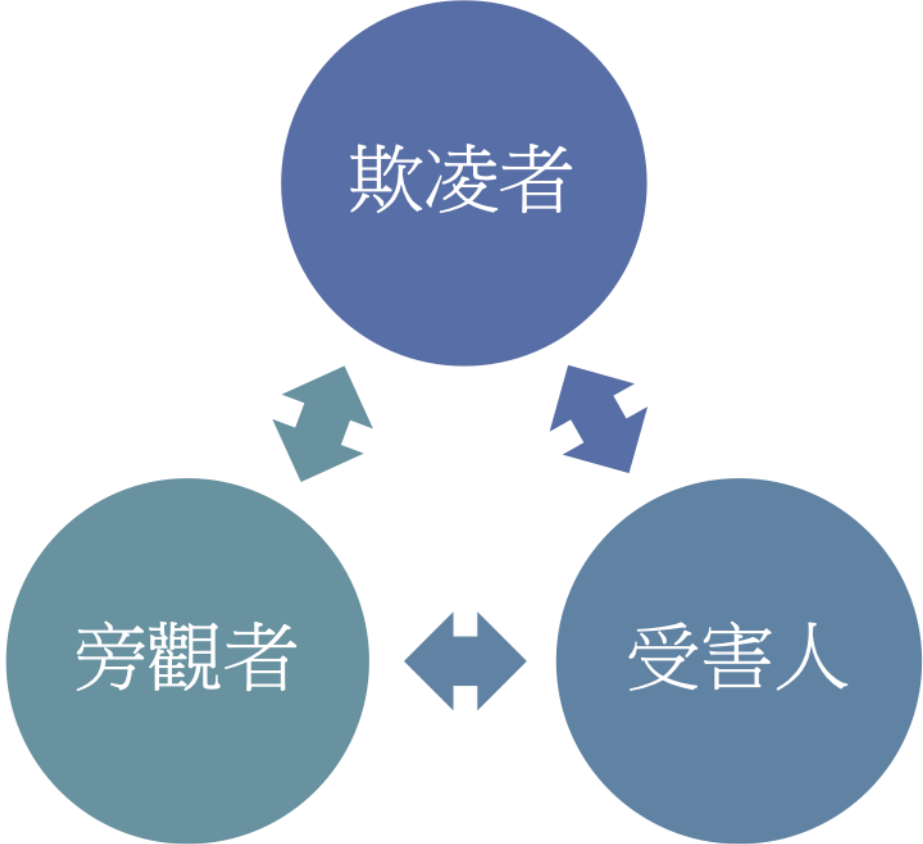
(國際學生能力評估計劃，2017)

欺凌發生比率遠超我們預計

欺凌如何發生？ 哪些學生更易捲入欺凌事件？

特殊教育需要學生特性
欺凌循環、角色及階段

欺凌循環



特殊需要學生的特性

自閉症學生

專注力不足／過度活躍症學生

讀寫障礙學生

情緒障礙學生

自閉症學生

- ✓ 不善於社交表達
- ✓ 容易錯誤表達及理解非語言溝通
- ✓ 對發展、理解、維繫關係感到困惑
- ✓ 固執
- ✓ 狹窄興趣
- ✓ 重複行為
- ✓ 過多／過少感官刺激反應

專注力不足 / 過度活躍症學生

- ✓ 專注力不足 (難於維持注意力)
- ✓ 過度活躍 (未能有效抑制行為)
- ✓ 衝動 (未能在行動前思考清楚)

讀寫障礙學生

- ✓ 智力及感官功能屬正常水平
- ✓ 認知能力如命名速度、字形結構意識、語素意識、語音意識和語音記憶可能有不同程度缺損
- ✓ 學業成績一般較同齡學童差

情緒障礙學生

焦慮障礙

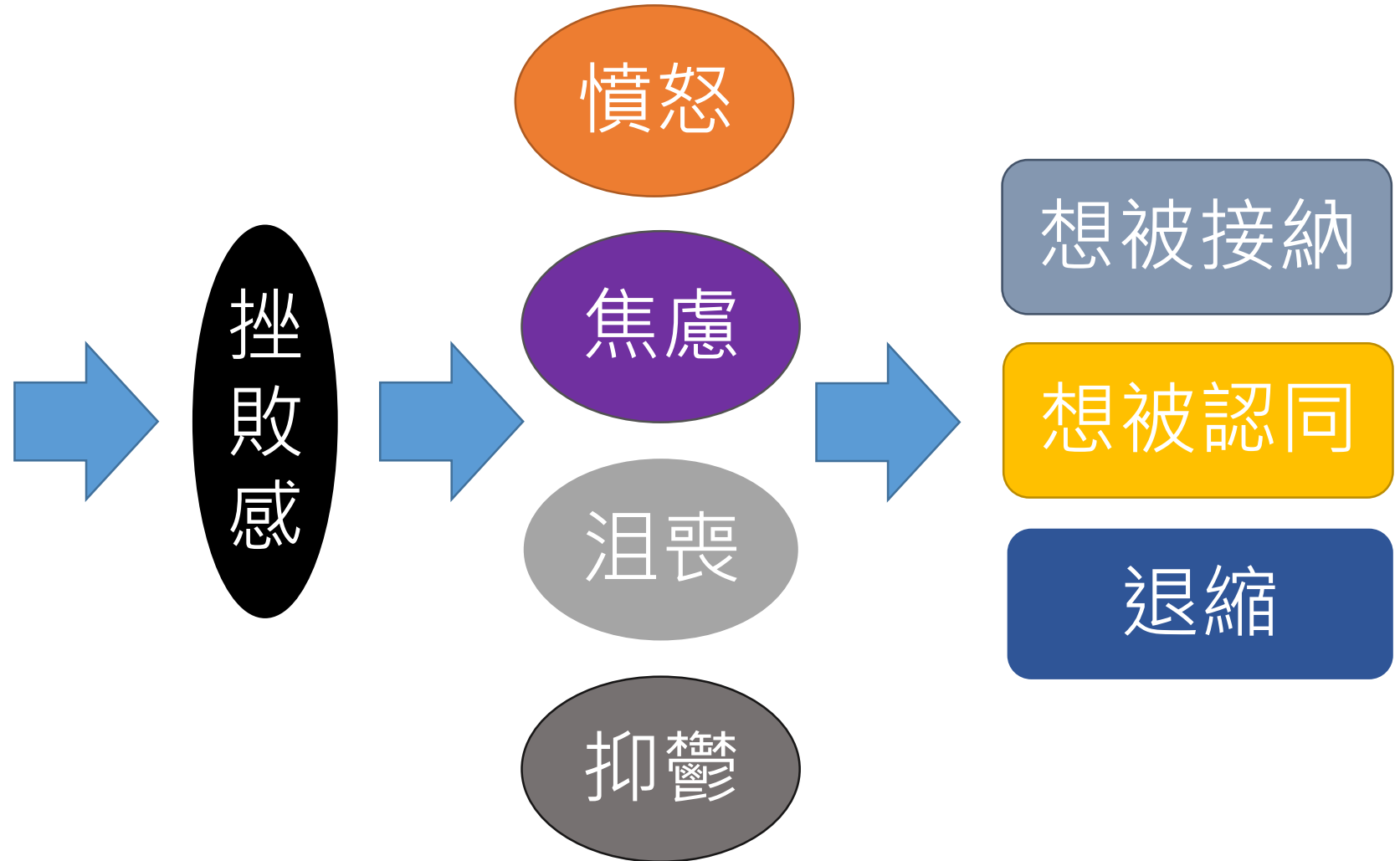
- ✓ 廣泛焦慮障礙
- ✓ 社交焦慮障礙
- ✓ 強迫症
- ✓ 恐懼症
- ✓ 驚恐症

抑鬱／躁狂障礙

- ✓ 抑鬱症
- ✓ 躁狂抑鬱症

事出必有因

特殊學習
需要學生



欺凌者 (The Bully)

- 故意濫用權力
- 反覆地傷害他人
- 錯誤解讀敵對意圖
- 脾氣暴躁、缺乏彈性、自大、表現衝動
- 主宰和控制他人
- 難以遵守規則
- 對模稜兩可的情況會很敏感
- 對暴力持正面態度
- 缺乏同理心，甚至可能喜歡對他人施加痛苦

欺凌者 (The Bully)

- 不擅於與人分享、溝通，因此無法建立長久的友誼
- 隨著年紀漸長，欺凌者往往表現出以下行為：
 - 攻擊、反社會行為
 - 攜帶武器到學校
 - 缺課、拒課、輟學
 - 犯罪
 - 難以控制自己的情緒
 - 自殺

受害人 (The Victim)

- 體型較小
- 較弱
- 不安全
- 敏感、反應容易較大
- 與同輩「不同」

受害人 (The Victim)

- 自信心低
- 焦慮、恐懼、自責
- 順從
- 常表現抑鬱或悲傷
- 欠缺幽默感
- 身高、力量或協調較同輩稍遜
- 常表現無助的感覺
- 社會退縮和被孤立
- 社交能力差
- 低人氣 (不受歡迎)
- 很少或沒有朋友
- 過度依賴成年人
- 欺凌受害者：被欺負的孩子也欺負他人

負面旁觀者 (Unhelpful Bystander)

- 通過刺激、煽動或唆擺（例：取笑、歡呼或納喊助威）
欺凌者進行欺凌行為
- 一旦欺凌行為開始就會加入
- 在旁觀察和沉默被動地接受欺凌
- 通常這些旁觀者沒有意識到自己也間接導致欺凌，其無聲接受等於間接允許欺凌者繼續其傷害行為

正面旁觀者 (Helpful Bystander)

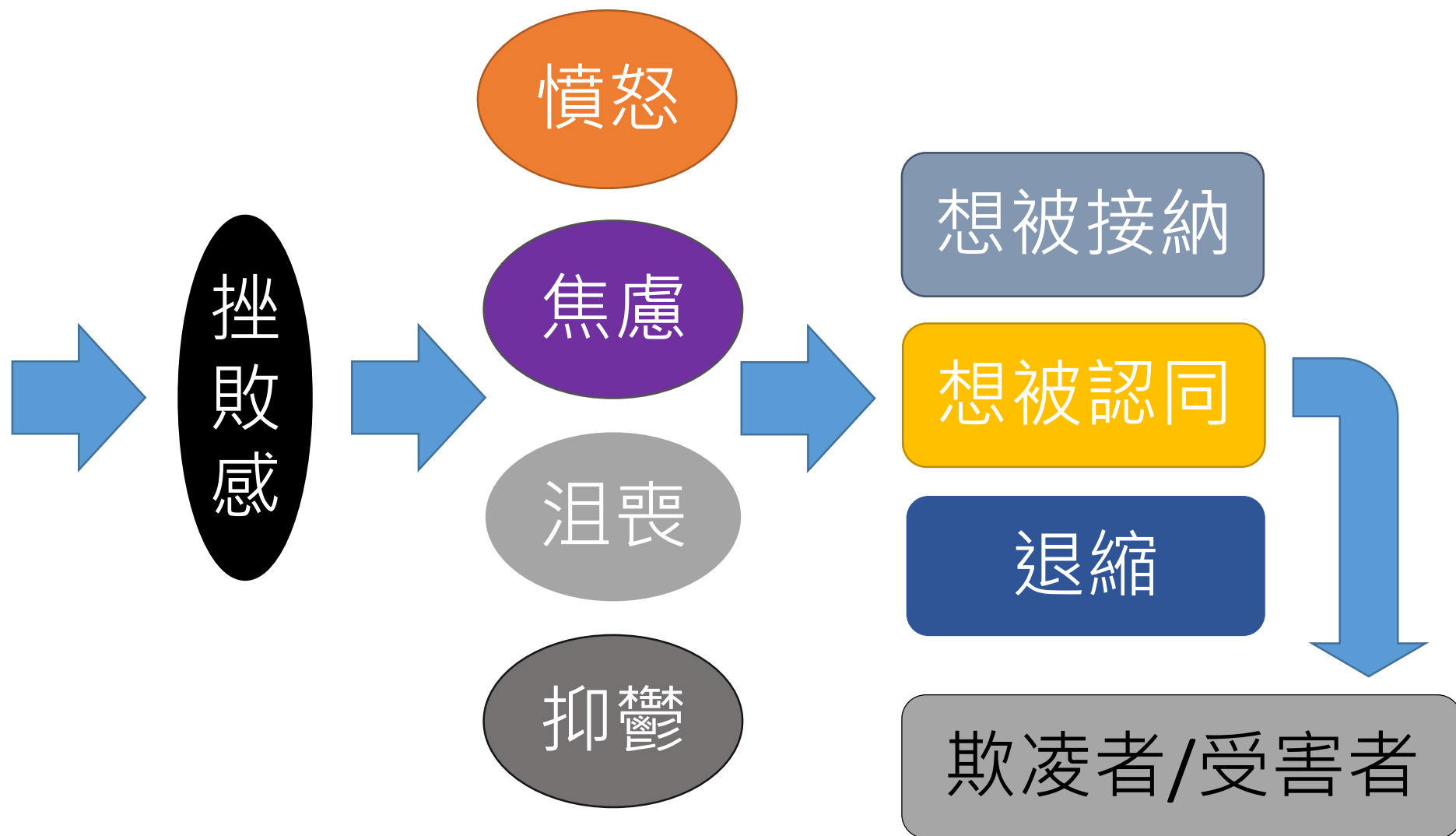
- 旁觀者也有能力防止或制止欺凌行為
- 一些旁觀者直接干預、勸阻欺凌者、保護受害者
- 通過其他同學的支持來制止欺凌或向師長報告欺凌行為，
會使受害者得到幫助

旁觀者 (The Bystander)

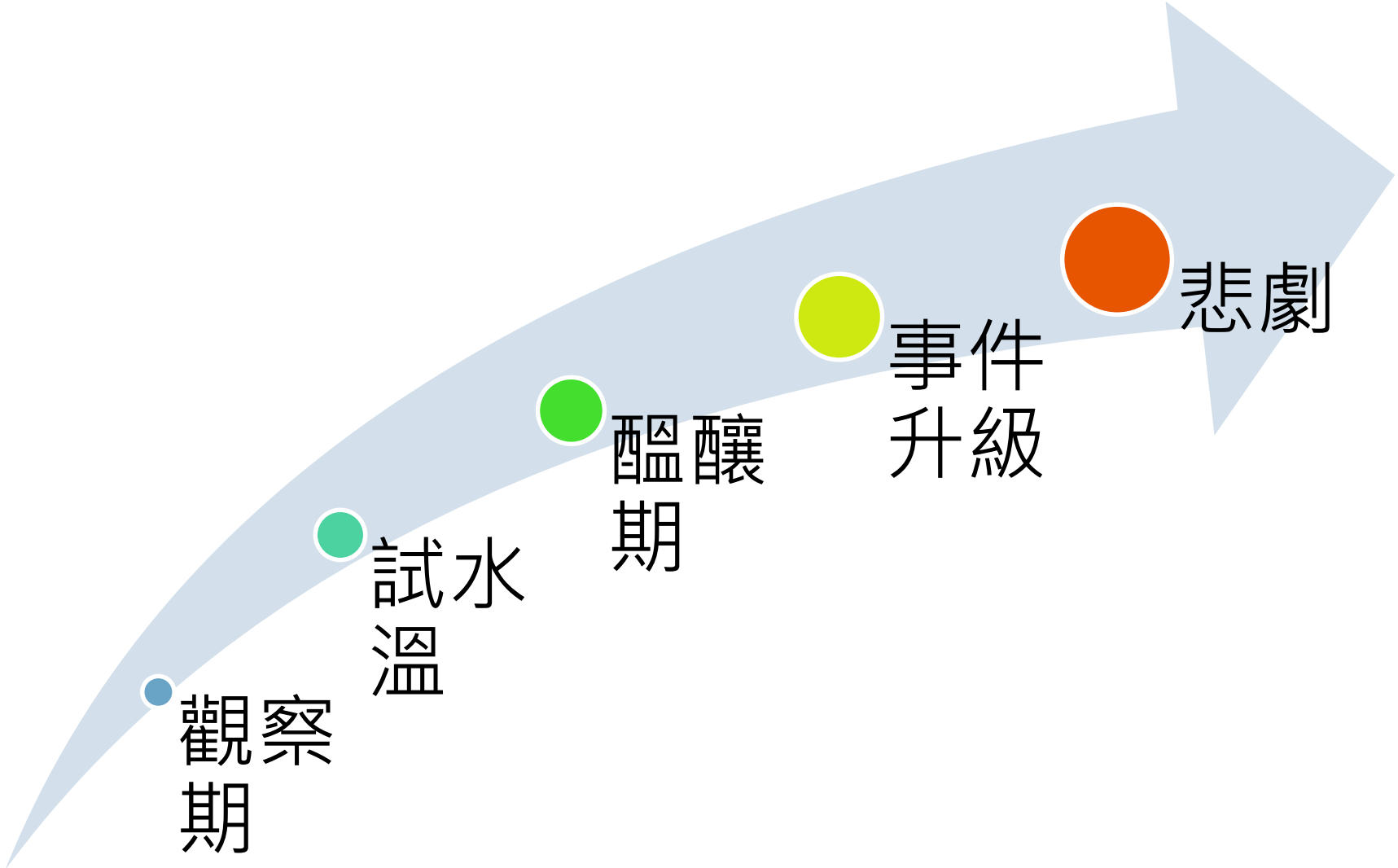
- 阻礙旁觀者舉報的潛在原因：
 - 參與欺凌的朋輩壓力
 - 舉報欺凌的焦慮
 - 對阻止欺凌感到無助／無力
 - 擔心會成為受害者
 - 害怕與受害者和欺凌者扯上關係
 - 沒有為受害者辯護而感到內疚

事出必有因

特殊學習
需要學生

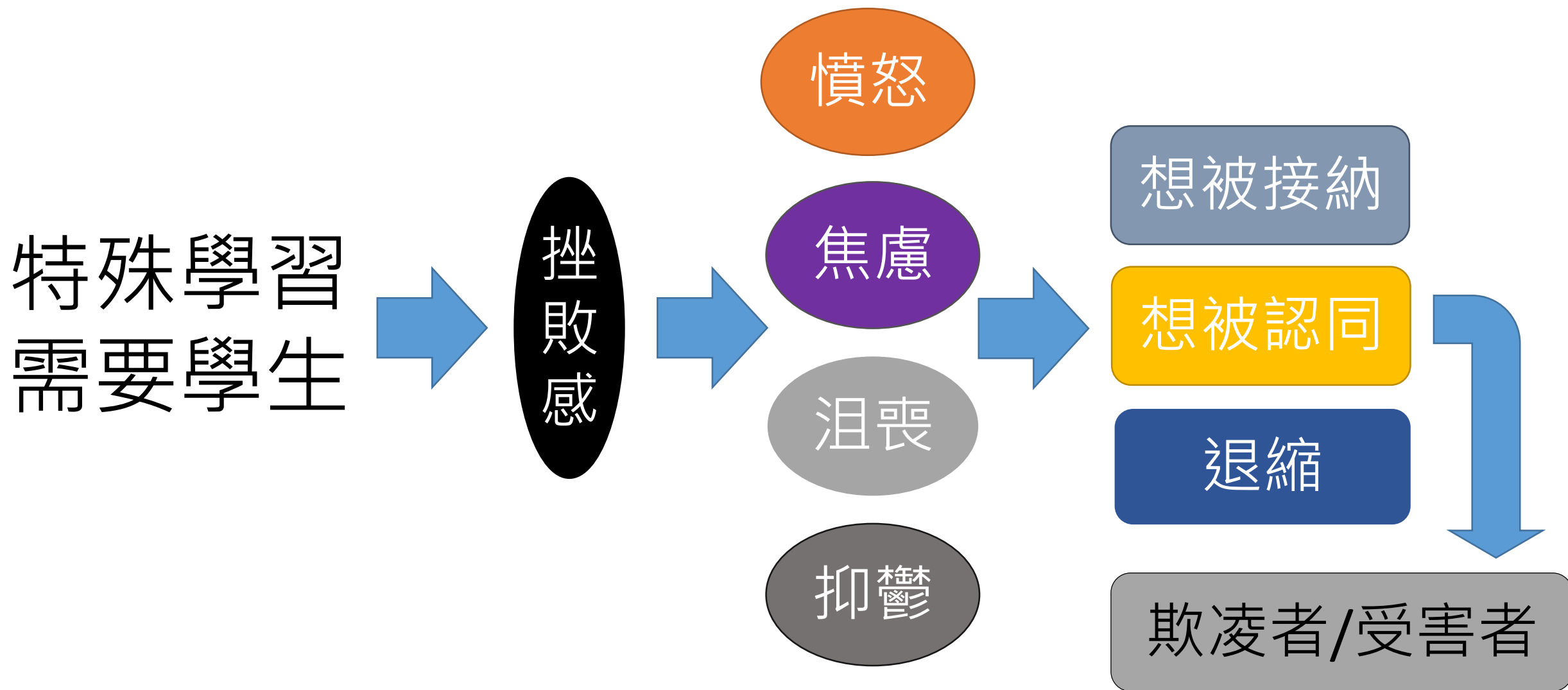


欺凌的五個階段



較難處理的欺凌種類

事出必有因



應對有特殊教育需要學生欺凌 師長應有的態度

積極聆聽

同理心

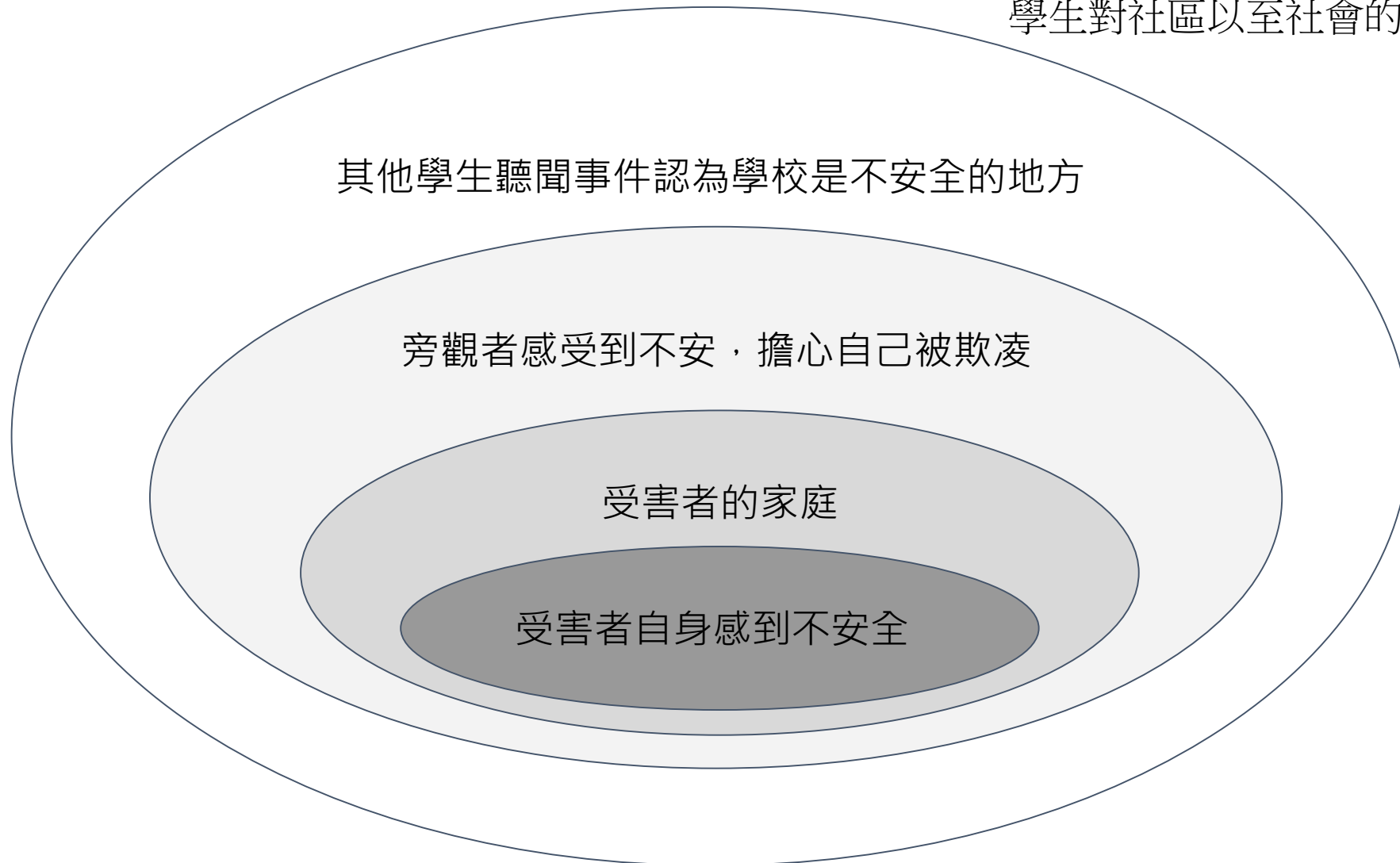
認真處理

應對欺凌策略

理論篇及資源分享

欺凌的漣漪性影響

學生對社區以至社會的看法受影響



Olweus(1993)校園欺凌防預計劃

The Olweus Bullying Prevention Program

- ✓ 此計劃已經發展和評估了 20 多年（Olweus, 1993, 2001）。
- ✓ 它旨在改善同伴關係，使學校更安全，讓學生更積極學習和發展。此計劃的目標包括：
 - 減少出現欺凌問題
 - 防止出現新的欺凌問題
 - 在學校建立更好的朋輩關係

Olweus(1993)校園欺凌防預計劃

The Olweus Bullying Prevention Program

四大關鍵原則：

1. 師長的積極參與
2. 嚴格規範不可接受的行為
3. 為不可接受的行為或違規行為訂下清晰的應對指引
4. 所有師長須作為權威和正向榜樣

Olweus(1993)校園欺凌防預計劃

The Olweus Bullying Prevention Program

成效

- ✓ 欺凌個案（被欺凌及欺凌）減少了 50% 或以上。
- ✓ 學生的違規行為顯著減少，例如欺凌、惡意破壞、暴力、打架、盜竊和逃學。
- ✓ 課堂氛圍及紀律得到顯著改善，朋輩關係更正面，學業成績有所提升。
- ✓ 為受欺凌的學生提供支持，並為欺凌者提供更有力、更有效的干預措施。

Olweus(1993)校園欺凌防預計劃

The Olweus Bullying Prevention Program



Olweus(1993)校園欺凌防預計劃

學校層面

- ❑ 成立預防欺凌協調委員會
(Bullying Prevention Coordinating Committee)
- ❑ 進行委員會和員工培訓
- ❑ 推行欺凌行為篩檢問卷
- ❑ 召開教師討論小組會議
- ❑ 推行學校反對欺凌的政策
- ❑ 檢討及完善學校監察制度 (supervisory system)
- ❑ 舉辦學校啟動活動以啟動該計劃 (例: 預防欺凌周)
- ❑ 讓家長積極參與

Olweus(1993)校園欺凌防預計劃

班房層面

- ❑ 討論並執行預防欺凌的班規
- ❑ 定期舉行班級會議
- ❑ 與學生家長會面

班級會議可涵蓋的內容

- 什麼是欺凌？欺凌有哪些不同的形式？
- 欺凌可包括甚麼角色？
- 被欺凌的學生有什麼潛在影響？
- 旁觀者如何影響欺凌？
- 學校為欺凌訂下了甚麼規範？
- 如果欺凌發生在你身上，你該怎麼辦？
- 如果你看到或經歷欺凌事件，你應該找誰尋求協助？
- 你該如何支援一個被欺負的人？
- 如何接納被排擠的學生？
- 有哪些方法可以拒絕參與任何欺凌事件？

Olweus(1993)校園欺凌防預計劃

個別層面

- 觀察學生的活動
- 確保發生欺凌事件時，所有教職員都知悉介入流程
- 與參與欺凌的學生進行面談
- 與參與欺凌事件的學生家長進行面談
- 為參與欺凌事件學生訂立個人介入計劃

Olweus(1993)校園欺凌防預計劃

社區層面

- 讓社區成員參與預防欺凌協調委員會
- 與社區成員建立夥伴關係以支持學校的計劃
- 協助在社區宣傳反欺凌信息及其實踐原則

教育局資源

- 認識欺凌
- 了解欺凌行為
- 預防欺凌
- 處理欺凌及跟進
- 電子海報：有關正面行為、防止欺凌、社群關係及個人成長
- 培育子女小錦囊單張2009
- 「和諧校園齊創建」資源套
- 「協助子女與同學和諧共處」單張
- 預防網絡欺凌及網絡安全資源
- 「和諧校園--尊重友愛 拒絕欺凌」運動
- 2022年度「理智NET」校園嘉許計劃



預防及介入策略範例

學校及班房篇

1. 學校層面介

《和諧校園齊創建之反欺凌日/週》資源套
《和諧校園齊創建》資源套 - 校政篇

2. 班房層面

《和諧校園齊創建》資源套

a. 如何識別和強化學生的行為 (評估篇)

- ✓ 教師觀察問卷
- ✓ 學生相處問卷
- ✓ 我的學校生活問卷
- ✓ 我的小報告問卷

b. 處理及跟進學生欺凌行為 (處理及跟進篇)

- ✓ 即時介入事件技巧
- ✓ 對受害者、欺凌者及班級的跟進
- ✓ 承責改進法



《和諧校園齊創建之反欺凌日/週》資源套



《和諧校園齊創建》資源套

預防及介入策略範例

個別(學生)層面

1. 《和諧校園齊創建之「校不容凌」》資源套

- ✓ 戲劇教育 (小四至中三學生的教案)
- ✓ 家長教育

2. 建議學校可推行：

- ✓ 正向旁觀者介入計劃
- ✓ 學生調解衝突解決計劃
- ✓ 強化（潛在）欺凌者「優勢」計劃



《和諧校園齊創建之「校不容凌」》資源套

預防及處理校園欺凌策略

如何能夠成為學生的
多啦A夢？

法寶？

信任？

接納？

處理嘲笑策略

處理嘲笑策略

- 利用簡短口頭反駁
- 善用非語言反駁
- 讓對方感到所說的話愚蠢不好玩
- 表現不受影響的樣子

口頭反駁

- 利用「簡短」(Short Verbal Comeback)反駁來回應嘲笑者
- 語調顯得輕鬆、無所謂、不太在乎
 - 啊……是但啦…… 啊……原來係咁……
 - 係咩？咁呢？
 - 跟住呢？ 然後呢？
 - 你嘅重點係？
 - 我需要知道㗎？
 - 我係咪需要笑㗎？
 - 請問笑點係邊？
 - 我諗無咩人在乎
 - 我好鍾意㗎

非語言反駁

- 目的表示不太在乎、不太贊同對方
- 可選動作：
 - 聳聳肩
 - 搖搖頭
 - 輕輕皺眉頭
 - 瞪大眼睛表示詫異

角色扮演及訓練建議

- 選擇**3種**口頭反駁與學生練習
- 避免用引致情緒的嘲諷內容
 - 建議例子：「你的球鞋很難看。」
- 避免鼓勵學生自創反駁方式
- 提醒學生嘲諷者一般不會很快放棄
- 鼓勵學生先向你示範**非語言反駁**以觀察是否合適
- **先**嘲諷反駁，**後**離開現場

處理嘲笑策略

- 不要忽略嘲笑
- 不要立刻走開
- 不要立刻告訴別人
- 不要反過來嘲笑對方
- 不要互相挖苦
- 避免對行為暴力者運用**嘲笑反駁**
- 避免對權威者運用**嘲笑反駁**

其他工具

- 工序分析與視覺提示
- 連環漫畫
- 利用繪本

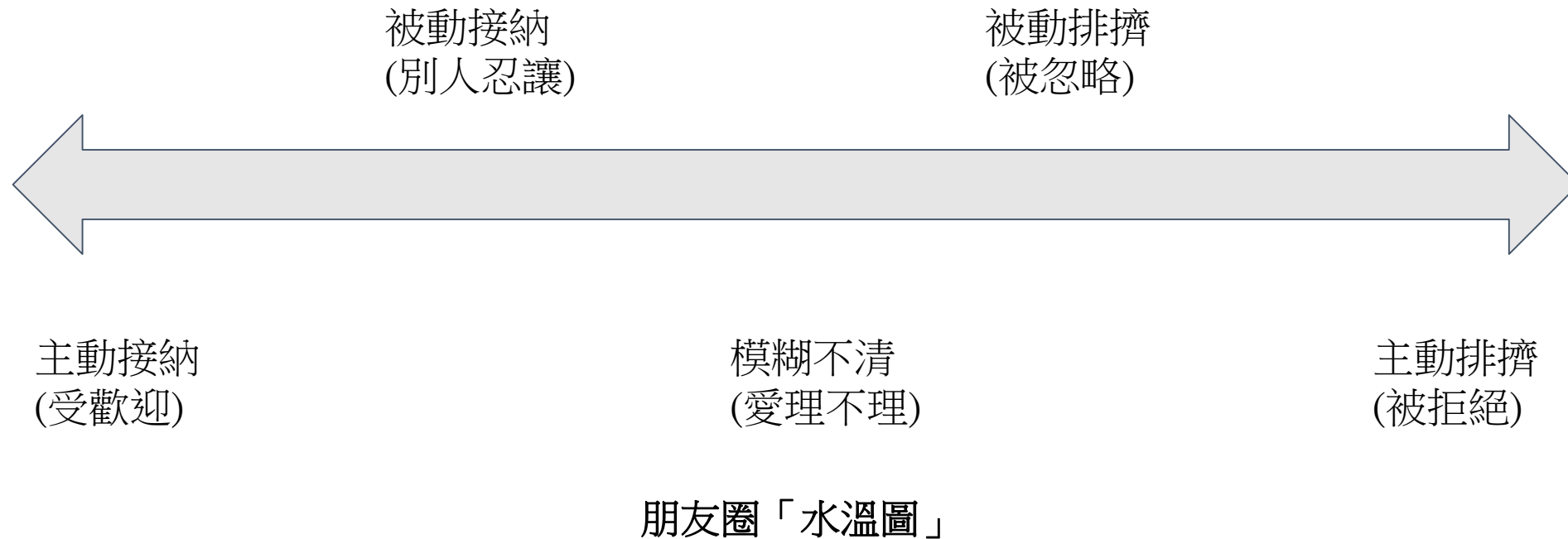
結合社交故事

- 以第一身「我」撰寫
- 描述句
 - 描述事實
- 透視句
 - 形容別人的觀點、想法和感受
- 指示句
 - 指出恰當的行為，讓學生依從或選擇
- 肯定句
 - 表達共有的意見或價值

(Gray & Garand, 1993)

處理謠言的策略

理解友誼的親密程度



理解印象：觀感相簿

(參考資料：Jockey Club Autism Support Network)

錯誤一：證明謠言是錯的

此地無銀三百兩

錯誤二：表現出惱怒

強烈防衛只會火上加油

錯誤三：質問造謠者

只會讓對方更「理直氣壯」地
相信你「此地無銀」

正確做法一：表現出謠言對你絲毫無損

樣子輕鬆，不動怒、不防衛

正確做法二：對於有人會「相信」表現驚訝

可以語氣平淡地說：

「竟然咁都有人信？」

「我好驚訝有人相信」

「可能大家太得閒」

「應該有其他更重要的事值得關心」

表現詫異竟然有人相信

自然介入

(Naturalistic Intervention)

處理網絡欺凌的策略

6大網絡欺凌 Types of Cyberbullying

1. 惡意中傷 Insulting
 2. 騷擾 Harrasment
 3. 被鎖定 Targeting
 4. 身份盜用 Identify Theft
 5. 上載不雅/尷尬照片 Uploading
 6. 排擠 Excluding
- 還有其他嗎？

處理網絡欺凌的策略

- 不要作反應，避免筆戰 (Don't feed the trolls, don't react)
 - 智慧地應付「網絡無賴、酸民」(Trolling)
- 找支持自己的真實朋友
- 暫時「潛水」，低調處理 (Lay low online)
- 封鎖(Block)網絡霸凌者
- 保存證據
- 適當時以通報/舉報為最後處理方法

處理身體欺凌的策略

處理身體欺凌的策略：安全至上

- 遠離欺凌者
- 盡量與其他人站在一起
- 靠近權威者（老師、社工）
- 保持低調，不要讓欺凌者發現
- 不要和欺凌者做朋友
- 不要嘲笑欺凌者
- 不要挑釁欺凌者
- 不要糾正欺凌者

適時申訴，尋求協助！

積極處理尷尬

衣著品味

體味

頭皮

口腔清潔

故作幽默

不尋常行為

應對校園欺凌的 系統支援策略

與家長溝通的小技巧

- 留意重要的**第一印象**
- 注意**面談的人數**
- 退後一步，先聆聽家長的**感受**
- **鼓勵**家長分享對學生之了解
- **避免指責**家長及相關學生錯誤
- 尋找**雙方同意**的想法
- 確保家校**溝通渠道**

製訂欺凌行為的跟進程序

1. 避免立即對質，讓孩子在安全的情況下能聽到更全面的事實
2. 以積極的方法保護受影響的學生
3. 尋找專業的支援

建立正向的校園氛圍

由班級經營開始

強化班內的凝聚力

訂立班級目標

給予班上學生不同的職務、身份

鼓勵班上有不同的聲音

發展健康的朋輩關係

建立不同的人際網絡

- 宗教團體
- 師生關係
- 小組活動
- 校隊活動
- 與輔導員及社工的關係

以關係治癒欺凌的傷口

- 改善受害者對人的信心
- 增加他們對人認知上的彈性 (Flexibility)

參考資料

- Gray, C. A., & Garand, J. D. (1993). Social stories: Improving responses of students with autism with accurate social information. *Focus on Autistic Behavior*, 8(1), 1–10.
- OECD. (2017). *PISA 2015 Results, vol. 3: Students' well-being*. OECD Publishing.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school : What we know and what we can do* (Understanding children's worlds). Blackwell.
- Olweus, D. (2001). Bullying at school: Tackling the problem. *The OECD Observer*, 24.
- Laugeson, E. (2013). *The science of making friends: Helping socially challenged teens and young adults* (1st ed.). Jossey-Bass.
- Laugeson, E. (2017). *PEERS for young adults : Social skills training for adults with autism spectrum disorder and other social challenges*. Routledge.
- 簡意玲（譯）（2018）。《交友的科學：幫助青少年與青年改善社交技巧》（原作者：Elizabeth A. Laugeson）。心靈工坊文化事業股份有限公司。（原作出版年：2013）
- 陳玠婷（2021年11月21日）。《10歲自閉症女童不堪學校霸凌 向媽說「我愛妳」後走絕路身亡》。《Yahoo!新聞》。取自 <https://tw.news.yahoo.com/10%E6%AD%B2%E8%87%AA%E9%96%89%E7%97%87%E5%A5%B3%E7%AB%A5%E4%B8%8D%E5%A0%AA%E5%AD%B8%E6%A0%A1%E9%9C%B8%E5%87%8C-%E5%90%91%E5%AA%BD%E8%AA%AA-%E6%88%91%E6%84%9B%E5%A6%B3-%E5%BE%8C%E8%B5%B0%E7%B5%95%E8%B7%AF%E8%BA%AB%E4%BA%A1-095600435.html>