

# 校園霸凌事件的防治與輔導

雷新俊

台東大學教育研究所研究生

台東縣仁愛國民小學教師

## 壹、前言

兒童福利聯盟文教基金會自2004年投入霸凌議題的關注和倡導至今已經五年了！這段時間也喚起了老師、家長甚至教育有關當局的迴響和關注。（兒童福利聯盟，2007）隨著社會急遽變遷與家庭解構，家庭教育功能不彰，社會產生各種亂象，再加上媒體不當的渲染，暴力與色情充斥著各媒體平台，不僅影響學童的身心甚鉅，連價值觀也被嚴重扭曲，遇到問題動輒以暴力相向，因此，校園霸凌事件依舊層出不窮，甚至有日趨惡化的情形。

根據2007年兒童福利聯盟文教基金會發佈的「兒童校園霸凌者現況調查報告」，發現國中小學生有六成被霸凌過，經常霸凌欺壓同學的孩子有百分之七，合計約八萬餘人，而其中約二萬人是經常對同學肢體霸凌的校園小霸王。除了肢體霸凌行為之外，非肢體霸凌行為也很常見。學校應該是一個充滿歡笑，讓學生快樂學習與成長的地方，但現在卻變成了一個成人社會的縮影，學生必須提早學會如何在暴力的威脅中求生存，如何還給孩子純真快樂的成長環境？政府教育相關單位應該研擬有效的防治策略，而家長與學童也應該積極與教師和學校合作，共同營造一個溫馨和諧無暴力的友善校園。

本文採用文獻分析法，藉由蒐集與閱讀相關書籍及期刊論文，並加以整理分析，目的在探究我國中小學校園霸凌行為的成因、影響、防治與輔導策略，以供教育相關單位與家長在面對校園霸凌問題時之參考依據。

## 貳、何謂校園霸凌？

霸凌（bullying）一詞，是由霸凌行為研究領域先驅的挪威學者Dan Olweus於1978年所提出（李淑貞，2007），而之後國內外學者的相關研究皆指出，霸凌行為普遍存

在校園中，而且影響學童身心甚鉅，之所以無法根絕，有很大的因素是因為人們（教師、家長與學童）對於霸凌行為的定義不清楚，無法立即糾正與拒絕，因而縱容了霸凌行為。以下針對校園霸凌行為之涵義、類型、區別的方式、遭受霸凌的徵兆與形成霸凌行為的原因進行探討：

## 一、校園霸凌行為的涵義

### （一）校園霸凌行為的定義

「霸凌」是指孩子們之間權力不平等的欺凌與壓迫（張信務，2007）。校園霸凌（school bully），係指一個學生長期重複的被一個或多個學生欺負或騷擾，或是有學生被鎖定為霸凌對象，成為受欺凌學生，造成其身心痛苦的情形（吳清山、林天祐，2005），包括校園內與校園外的霸凌行為。

### （二）校園霸凌的類型

霸凌行為依霸凌手段與方式的不同，可大致分為下列六種類型（兒福聯盟，2004；李淑貞，2007；張信務，2007）：

1. 肢體霸凌：以肢體暴力行為霸凌他人，包括踢、打弱勢同儕、搶奪財物等，是最容易辨認的一種，會造成他人身體受到傷害。
2. 言語霸凌：運用語言刺傷或嘲笑別人，包括取綽號、用言語刺傷、嘲笑弱勢同儕、恐嚇威脅等，是校園中最常出現且最不易發現的霸凌行為，會造成他人心理受傷，傷害程度有時會比肢體霸凌還嚴重。
3. 關係霸凌：這一類型的霸凌往往牽涉到言語的霸凌，包括排擠弱勢同儕、散播不實謠言中傷某人等。
4. 反擊型霸凌：這是受凌學生長期遭受霸凌之後的反擊行為，包括受霸凌時生理上的自然回擊或去霸凌比自己更弱勢的人。
5. 性霸凌：類似性騷擾，包括以有關性、身體性徵及性別取向作為玩笑或嘲諷內容的行為或是以性的方式施以身體上的侵犯。
6. 網路霸凌：係指利用網路散播色情圖片、散佈謠言中傷他人、留言恐嚇他人等使人心理受傷或恐懼的行為，這是近年來新興的霸凌型態，而且程度相當嚴重。

### （三）如何辨識霸凌行為與打鬧行為

孩子們常會以打打鬧鬧的方式玩在一起，實在很難分辨是在玩鬧還是霸凌行為，

不知是否要介入，而這往往是校園霸凌行為蔓延的主因。因此，兒福聯盟（2004）在針對國小兒童校園霸凌現象調查報告中提出了以下幾個判斷的依據，可以協助大家辨識：

1. 面部表情：打鬧時臉部表情是自然愉悅的；霸凌時表情則是猙獰痛苦的。
2. 參與意願：打鬧是孩子可以自己決定是否參與；霸凌則是被迫或是因被挑釁而參加。
3. 用力程度：打鬧時的力道會控制，不會施全力傷害他人；霸凌時則是非常激動、失去理智的盡全力攻擊他人。
4. 角色是否轉換：打鬧時孩子們的角色會輪流轉換；霸凌時通常是固定角色。
5. 是否群聚：打鬧結束後孩子還是會一起玩樂；霸凌結束後大家則是一哄而散。
6. 蓄意程度：霸凌兒童有明顯而故意傷害受凌兒童的意圖。
7. 重複發生：霸凌的現象是指特定的孩子長期且重複的受到霸凌。

#### （四）遭受霸凌的徵候與症狀

遭受霸凌的學生的生理與心理方面都會受到嚴重傷害，若沒有及時發現並給予協助，對其身心發展將會有不良影響，以下列出受霸凌學童可能有的症狀（李淑貞，2007）：

1. 看起來沮喪或焦慮，但拒絕說明發生了什麼事。
2. 身上出現不明的傷口或瘀青。
3. 學用品或衣服常莫名毀損。
4. 學業明顯退步，藉口不去上學。
5. 經常要求額外的零用錢。
6. 經常頭痛、失眠與作惡夢

#### （五）校園霸凌行為的形成原因

為什麼會有學生想要霸凌別人呢？根據與學者的研究指出，霸凌行為的形成因素大致上有下列四種（朱玉，2002；兒福聯盟，2004）：

1. 家庭因素：霸凌者通常是來自於缺乏關注、疏於管教、威權式管教、家人間高度衝突與經常打罵孩子的家庭。孩子在耳濡目染之下，習慣以暴力來解決事情，這是造成校園霸凌行為增加的重要因素。
2. 個人因素：霸凌者的個人性格較為激動易怒的，亦或是患有生理、心理或神經方面的疾病，都是可能引發霸凌行為的個人因素。

3. 學校因素：學校未能營造溫馨和諧的友善校園，人權、法治與生命教育未能落實。此外，教師負向管教行為的影響，教師與同學對於霸凌行為的姑息態度，都會增加霸凌行為的發生頻率。
4. 社會因素：目前充斥暴戾之氣的社會環境與大眾傳播媒體的過度渲染，使孩子產生錯誤的認知，如：『有仇必報』以及『要欺負別人，才不會被欺負』，進而誤導孩子以霸凌行為來解決人際問題，使得校園霸凌事件日益增加。

### 參、校園霸凌行為的影響與因應策略

校園霸凌行為對霸凌者、受霸凌者與旁觀者的身心各方面都會造成重大且深遠的負面影響。當霸凌行為發生時，教師與家長若能即時介入處理，將可使傷害降至最低；茲將校園霸凌行為的影響與因應策略敘述如下（兒福聯盟，2004；程薇，2006；李淑貞，2007；張信務，2007）：

#### 一、霸凌者

##### （一）影響

兒童時期的霸凌行為與成年犯罪行為有高度相關，霸凌者經常以暴力來解決問題，導致其社交人際能力不佳，可能為了尋求歸屬感而加入幫派，因此，他們產生犯罪行為的機率較高，往往成為社會的邊緣人甚至是罪犯，嚴重影響社會治安。

##### （二）因應策略

1. 合理明確的規範：讓孩子了解什麼是霸凌行為，它是非法而且是不被允許的。
2. 多關懷少暴力：教導孩子時，多關懷少打罵，並讓他們遠離有關暴力的媒體資訊、電視節目與電玩內容。
3. 鼓勵正向的社交技巧：積極地教導及示範正向的社會技巧，如：接納、關懷與尊重，而且當孩子表現出所期待的行為時，則應馬上給予肯定與鼓勵。
4. 與專家合作：家長與學校應密切合作，必要時也可尋求心理輔導專家的協助，以矯正孩子的霸凌行為。

#### 二、受霸凌者

### （一）影響

受霸凌者通常具有：體型瘦弱、有特殊外表、功課不好、身上有異味、自尊心低，人緣不佳……等特徵，而成為同儕霸凌的對象。他們的自信心與情緒受到傷害，進而影響到學習，造成學業退步，嚴重的話，還會造成逃學、輟學或自殘等行為（吳清山、林天祐，2005；吳若女，2005）。

### （二）因應策略

1. 鼓勵孩子說出心事：當孩子被霸凌時，周遭人應給予他支持，並讓他知道做錯事的人是霸凌者而不是他，勇敢的說出心事與遭遇。
2. 教導孩子如何面對霸凌行為：教導孩子以堅決果斷的態度來面對，比如說是離開現場或向大人求助，但絕對不要回擊，事件會較快落幕。
3. 增進人際關係：教導孩子正確的社交技巧，改善人際關係，結識更多朋友，不僅可減少被霸凌的機會，也可撫平被霸凌所造成的傷害。

## 三、旁觀霸凌者

### （一）影響

旁觀者目睹霸凌事件內心會產生害怕與焦慮感，擔心自己會不會成為下一位受害者，而在充滿暴力的環境下成長的學童，則可能學會以暴力攻擊的方式來解決問題。

### （二）因應策略

1. 要通報，不要圍觀：透過教育宣導讓孩子了解霸凌行為與因應策略，讓他們了解，圍觀或是發出笑聲等，會更助長了霸凌行為的進行。唯有主動通報成人，尋求協助處理，才可以預防事件再發生，也可以保護自己的安全。
2. 培養同理心及正義感：落實法治、人權與生命教育，教導孩子相互尊重，珍惜生命，進而培養孩子的正義感與同理心，進而願意向成人通報。

## 肆、校園霸凌行為的輔導策略

霸凌者的霸凌行為是整個校園霸凌事件的源頭，不僅影響學生的學習與身心的發展，更危害了校園治安，若不即時加以輔導，矯正其暴力行為，將來甚至會成為影響社會治安的罪犯，茲將輔導策略敘述如下（洪福源，2004；程薇，2006）：

### 一、與霸凌者無威脅性的談話

以協助者的角色與溫和理性的態度來處理霸凌行為，提供孩子為其行為辯護的機會，使其了解自己的行為是否適當，進而學習對自己的行為負責，也可讓協助者了解整個霸凌事件的過程。

### 二、用心傾聽霸凌者言談中的含意

存在於虛張聲勢與攻擊面具的背後隱藏著真正的情緒。輔導要有成效，就必須了解造就霸凌行為的真正原因，因此，藉由與霸凌者無威脅性談話的過程中，來了解其對於霸凌行為描述的是否屬實？是否極力狡辯？是否是經常性的霸凌行為？再根據這些答案，並對應其個人的家庭生活背景、父母管教方式，探究原因進而研擬適當的輔導策略。另外亦應了解霸凌者有關疏離感、自尊、害怕、憤怒等的感覺，這些資訊亦可供未來用以輔導孩童的重要參考。

### 三、給予霸凌者學習自我理解及創造改變的機會

霸凌者必須學會正向的社交技巧，讓霸凌者知道以霸凌他人做為一種與人互動的方式或因應挫折的方法是不能被接受、非法的。透過教師、家長與霸凌者契約的規範，形成學校與家庭環境雙面的支持，使其了解所有的人均有意制止這種負向行為。當其達到所期待的行為表現時，也應立即給予適時鼓勵，這不僅有助於偏差行為的改正，也可增強個人的自尊心與自信心。此外，應盡量提供孩子機會，讓他在與人的良性互動中體驗到成功與失敗的滋味，學到正確的社交技巧。

### 四、訂定明確的行為規範

學校應將霸凌行為明確定義，如此將有助於教師與學生對霸凌行為的理解，也讓霸凌者知道自己的偏差行為是不被允許的，同時宣示學校反霸凌行為的決心。另外，透過師生共同參與制定霸凌行為規範的過程，形成同儕間的約束力，亦能有效教導學生正確處理霸凌行為的方法。

### 五、注意個別差異並給予適時的支持

造成霸凌行為的原因有很多，有的是源自於家庭霸凌者角色的模仿、有的則是反擊性霸凌，因此進行輔導時，必須顧及個別差異，採用適當的策略，並給予適時的支持。

## 六、長期的追蹤輔導

霸凌行為的輔導成效並不是一蹴可幾，學校應進行長期的追蹤輔導，而家長也應與學校密切合作，共同來協助孩童改正其偏差行為；必要時也可尋求專家的協助。

## 伍、校園霸凌行為的防治策略

校園霸凌事件所造成的負面影響甚鉅，防治校園霸凌行為是每個人的責任，唯有家庭、學校與社會三方密切合作，共同努力，方能有效預防與處理校園霸凌事件，茲將防治策略敘述如下（柯清心，1995；洪福源，2004；兒福聯盟，2004；李淑貞，2007；張信務，2007）：

### 一、學校方面

- （一）營造溫馨和諧的友善校園，有效預防校園霸凌。
- （二）辦理多元團隊活動，提供學生情緒紓解的管道，培養團隊精神。
- （三）辦理進修活動，增進教師處理霸凌事件的專業知能。
- （四）訂定校園反霸凌政策，並透過教育宣導讓學童瞭解如何因應霸凌行為。
- （五）建構完善的校園霸凌事件通報機制與處理流程，及時處理。
- （六）提供完整的輔導諮商服務，必要時可尋求專家協助。

### 二、老師方面

- （一）落實生命、人權與法治教育，教導孩子互相尊重，增進法律知識，培養孩子的同理心和正義感。
- （二）提升教師輔導專業知能，妥善處理學生霸凌問題。
- （三）訂定明確的行為規範，掌握關鍵時機及時處理。
- （四）教導孩子正確的應付霸凌行為的技巧：要通報，不要反擊。

### 三、學生方面

- （一）尊重他人，要有同理心，不要霸凌他人。
- （二）學習正向的社交技巧，改善人際關係。
- （三）有效管理自我情緒，以正面的方式發洩精力。
- （四）認識霸凌行為的本質，積極面對霸凌，避免長期受凌。

(五) 瞭解「反霸凌」政策，不要姑息霸凌行為，要通報，不要圍觀。

#### 四、家長方面

- (一) 改善親子關係，增加親子互動，可有效覺察孩子問題。
- (二) 增進親師溝通聯繫，適時處理霸凌事件。
- (三) 身教勝於言教，管教子女應以關懷鼓勵代替責罵體罰。
- (四) 管控孩子接觸具暴力內容的媒體與電玩，以減少不良的示範。

#### 五、社會方面

- (一) 設立反霸凌專線，並加以宣導，如：
  - 教育部去霸凌高關懷專線：0800-200-885（凌霸零零-耳鈴鈴-幫幫我）
  - 警察局保護少年專線：080-005-95-95（零霸凌-理理我-救我-救我）。
- (二) 立法規範大眾傳播媒體傳遞暴力內容。
- (三) 提供專業完整的諮詢服務與一切必要的協助。

#### 陸、結語

學校是一個教育的場所，也是發展學生潛能的園地，校園霸凌行為，必須遏阻，不容許部分學生橫行霸道，危害校園安寧，影響同學學習，掃除校園霸凌，還給學生安全快樂的學習環境，實屬學校經營重要課題（吳清山、林天祐，2005）。

霸凌行為可以被改變，但需要學校、教師和家長共同合作與努力，大人在這過程中扮演關鍵性的角色。細心的家長可以敏銳察覺出孩子的變化，及時給予適當的協助與關懷。而學校與教師更可以在霸凌事件中擔任仲裁的角色，糾正施暴者不好的行為，也可輔導受害者的心靈（吳若女，2005）。此外，透過正確的教育與政策，如：訂定積極明確的反霸凌政策；落實法治教育，培養青少年法治觀念；良好的品格教育，教導學生為自己的行為負責、尊重他人與他人和平相處，不以惡語或暴力相向。唯有如此，才能將校園霸凌行為消除於無形。

## 參考文獻

- 朱玉（譯）（2002）。Michele Elliott著。拒絕校霸 快樂上學。臺北市：新苗。
- 吳若女（2005）。你不可忽視的校園霸凌 誰來救救孩子?。康健雜誌，84，164-178。
- 吳清山、林天祐（2005）。校園霸凌。教育研究月刊，130，143。
- 李淑貞（譯）（2007）。O'Moore Mona & Minton Stephen James著。無霸凌校園—給學校、教師和家長的指導手冊。臺北市：五南。
- 兒童福利聯盟文教基金會（2004）。國小兒童校園霸凌（bully）現象調查報告。2009年3月28日，取自<http://www.children.org.tw>。
- 兒童福利聯盟文教基金會（2007）。兒童校園「霸凌者」現況調查報告。2009年3月28日，取自[http://www.children.org.tw/database\\_report.php?id=204&typeid=4&offset=0](http://www.children.org.tw/database_report.php?id=204&typeid=4&offset=0)。
- 柯清心（譯）（1995）。Kim Zarzour著。校園暴力：別讓孩子成為沈默的受害者。臺北市：遠流。
- 洪福源(2003)。校園欺凌行為的本質及其防治策略。教育研究月刊，110，88-98。
- 張信務(2007)。營造友善校園-「從去霸凌開始」。北縣教育，61，31-35。
- 程薇（2006）。校園暴力及霸凌事件的相關輔導策略。2009年3月28日，取自<http://www.exam-point.com.tw/htm/EDU/0020/d/d02.pdf>。