

投稿類別：教育類

篇名：欲霸不能

作者：

陳羿華。光復中學。綜 261

陳卉芹。光復中學。綜 261

羅子娟。光復中學。綜 261

指導老師：

古淑瑩老師

## 目錄

### 表目錄

#### 壹●前言

一、研究動機

二、研究目的

三、研究方法

四、研究範圍

五、研究步驟

#### 貳●正文

一、霸凌的定義

二、霸凌的種類

三、霸凌的成因

四、霸凌的影響

五、霸凌的防治

六、訪談結果分析

#### 參●結論

一、結論

二、建議

三、省思

#### 肆●引註資料

附錄

次目錄

圖 1 研究步驟圖-----1

## 壹●前言

### 一、研究動機：

兒童福利聯盟文教基金會針對國小到高中職的學生進行「2014年台灣校園霸凌狀況調查」，結果發現26.4%的學生曾經有被欺負的經驗，而目前仍然在霸凌陰影下的比例高達15.2%，長期被霸凌的比例是3.5%，也就是至少有四萬名以上的兒少過去一年仍深受霸凌傷害中。(引自2014年臺灣校園霸凌狀況調查報告)，由此數字顯示校園霸凌問題的嚴重性，所以紫錐花運動在校園內推行，其目的就是要喚起大眾對反霸凌的重視。所以，我們很關切為何會發生霸凌事件呢？怎樣的人會對他人施霸呢？

### 二、研究目的：

- (一) 探討誘發霸凌的因素。
- (二) 分析霸凌者與被霸凌者的優劣比較。
- (三) 找出應對霸凌的方法。

### 三、研究方法：

利用訪談法，了解霸凌事件的起因、過程以及事後對當事人的影響。

### 四、研究步驟：

本研究之步驟，如圖 1 所示：

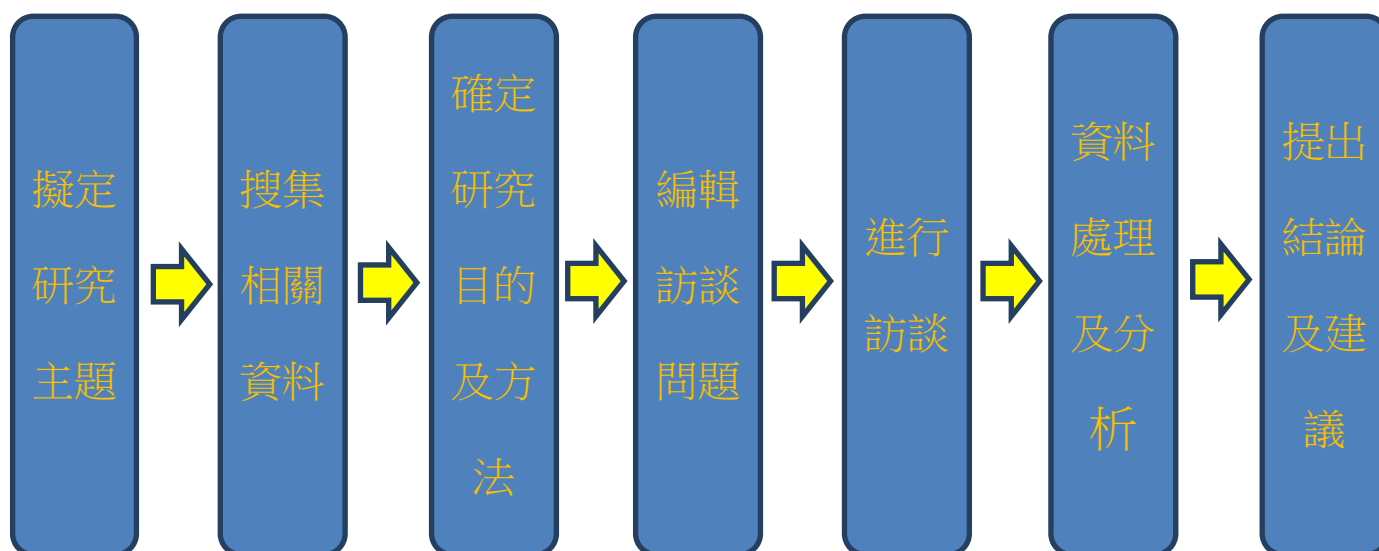


圖 1 研究步驟圖

## 貳●正文

### 一、霸凌的定義：

廣義霸凌通指「一位學生一直被重覆的暴露在一個或更多人的負面行為之中」，但其細節在國家之間有不同見解，且此見解有（自校園霸凌--維基百科）：

- 1.指一個學生長期重複的被一個或多個學生欺負或騷擾，或是學生被鎖定為霸凌對像而成為受凌虐學生，導致其身心受到嚴重傷害的情形。
- 2.具有欺侮行為。
- 3.具有故意傷害的意圖。
- 4.造成生理或心理的傷害。
- 5.雙方勢力（地位）不對等。

### 二、霸凌的種類：

- 〈一〉言語霸凌：譏笑、謾罵、言語刺傷、取綽號、威脅恐嚇。
- 〈二〉肢體霸凌：推、踢、毆打、搶奪財物。
- 〈三〉關係霸凌：排擠弱勢同儕、散播不實謠言或中傷。
- 〈四〉網路霸凌：電子郵件、即時通散播威脅辱罵言語，散播不實謠言訊息。
- 〈五〉反擊霸凌：受虐後的反擊行為，對欺負他的人反擊，或欺負更弱的人。
- 〈六〉性霸凌：以身體、性別、性取向、性徵做為取笑或評論，或是性侵害。

### 三、霸凌的成因：

#### 〈一〉家庭因素：

父母親對孩子缺乏關注和溫暖、疏於管教，或是經常發生家庭暴力、使孩子在家中有學習模仿暴力行為的機會等。

#### 〈二〉個人因素：

較為激進衝動的個人性格、神經生理方面的疾病，或者是在人際與社交活動上是屬於被孤立的一群，個性比較內向害羞、敏感及在生理發展生比較遲緩或弱小都是引發霸凌行為的可能個人因素。

#### 〈三〉學校因素：

學校尊重他人與生命的風氣不佳、老師對於攻擊行為的態度和處理的技巧、管教方式不當、老師與同學對於霸凌行為抱持姑息的態度，敢怒不敢言、不願意揭發他們的惡行 及學生受生命教育的程度等，都是影響霸凌行為的關鍵，增加霸凌行為的發生頻率。

〈四〉社會文化因素：

社會刻板化的性別角色觀念、過度的競爭文化、暴力的社會風氣加上影視及大眾媒體的過度渲染扭曲等。在同儕方面：青少年發展時期，其行為最容易受到同儕行為影響。由同儕團體產生的文化、認知、流行術語…等，都會影響青少年的行為。

四、霸凌的影響：

〈一〉在霸凌環境中生活的學生，都具有負面的想法，原因是：

- 1.他們很慚愧遭受霸凌。
- 2.他們害怕若告訴成人會遭到報復。
- 3.他們不認為有人能夠幫助他們。
- 4.他們不認為有人願意幫助他們。
- 5.他們相信文化的謊言，認為霸凌是成長的必要過程。
- 6.他們也許相信成人是謊言的一部分，因為不僅是孩童對他們霸凌，有些成人可能也霸凌他們。
- 7.他們學到「告密」是錯的、不酷、「幼稚」的一就算同儕對他們霸凌。

〈二〉被霸凌者所呈現的問題：

- 1.心情容易低落。
- 2.會有負面的行為產生。
- 3.不和其他同學說話。
- 4.總是散發難以接近的氣息。

五、校園霸凌行為的防治策略：

（一）學校方面

- 1.營造溫馨和諧的友善校園，有效預防校園霸凌。
- 2.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。
- 3.辦理進修活動，增進教師處理霸凌事件的專業知能。
- 4.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。
- 5.建構完善的校園霸凌事件通報機制與處理流程，及時處理。
- 6.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

- 1.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。
- 2.提升教師輔導專業知能，妥善處理學生霸凌問題。
- 3.訂定明確的行為規範，掌握關鍵時機及時處理。

4.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

- 1.尊重他人，要有同理心，不要霸凌他人。
- 2.學習正向的社交技巧，改善人際關係。
- 3.有效管理自我情緒，以正面的方式發洩精力。
- 4.認識霸凌行為的本質，積極面對霸凌，避免長期受凌。
- 5.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

- 1.改善親子關係，增加親子互動，可有效覺察孩子問題。
- 2.增進親師溝通聯繫，適時處理霸凌事件。
- 3.身教勝於言教，管教子女應以關懷鼓勵代替責罵體罰。
- 4.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

- 1.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）。
- 2.立法規範大眾傳播媒體傳遞暴力內容。
- 3.提供專業完整的諮詢服務與一切必要的協助。

六、訪談：

〈一〉訪談對象

我們訪問了兩個人，是一位男高中生，名字叫小明，頂著一顆平頭，常常對人面帶微笑，總是不擅於拒絕別人的請求，身高矮小，成績處於中上的程度，他憨厚的性格也受到老師和同學的喜愛。

他的家庭成員有五人，而他的家人有：媽媽、阿公、阿嬤、弟弟和妹妹，他對他的家人都非常的好，所以他和他的家人都相處的很融洽，家境小康。

而另外一位女高中生，名字叫小亮，是個樂觀的人，待人處事友善，即使自身能力有限但對待事物都會盡力做到最好，喜歡幫助人，身邊也有著支持她的知心良友。

家庭成員有五人：爸爸、媽媽、姐姐、姑姑和阿嬤，與家人相處融洽，家境小康，姐姐總會為她解答課業上的煩惱，同時也是她的”心靈顧問”常聽她述說心事。

## 〈二〉訪談內容

### Q1.你從什麼時候開始被霸凌的，你是怎麼被霸凌的

小明說：「國中二年級下學期開始的，通常都發生在下課時間居多，也會在上課時，老師尚未進入教室時，而且發生的地點經常是在班級教室中，在大家眾目睽睽下發生。加霸者是一位長的凶神惡煞的人，且因為個子嬌小的緣故，就開始被班上的人欺負，當初在國小時都沒被欺負的現象，與同學的相處都還很好，但是到了國中就開始有霸凌的產生了，而對方當初的霸凌行動是剛開始原本是風平浪靜的，但是自從霸凌我的人，結交了班上的男同學之後，我發現他常常利用班上的男同學，用肢體動作的方式來欺負我，比如說：故意撞我和叫我們不是最慘的，最慘的是在某一天的午休，霸凌我的人，走到我的座位前，一直看我，讓班上的男同學的其中四人，一人一邊把我扛起來，並且拖我的鞋子等等，其實這我無法休息」。

小亮說：「從國中二年級上學期發生的，時常都出現在上課的時候，在班級教室的地點發生，且因為得罪到霸凌者所產生出來的，而對象是屬於功課不好的類型，當時在國小的時候，我跟同學的相處都很融洽，但到了國中的時候卻開始有霸凌纏身，剛開始我的生活，相當的平靜，但自從同學們，看到我抓鼻子的時候，以為我在挖鼻子，就叫我「鼻屎王」，因為這個事件，後續我一直被班上的同學，用同樣的方式來霸凌，長達了一個月」。

小明在國小過的還算愉快，有時他的同班同學還會邀他一起來打樂樂棒球，那時的他覺得每天都過的很快樂，但是好景維持不了多久，在他升上國中的時候，他原本以為國中的生活會跟他國小的生活一樣快樂，結果這件事情卻出乎了他的意料之外，因為他發現到了有很多人開始在欺負他，讓他天天都苦不堪言，因此他處境是非常痛苦的。

### Q2.你被霸凌了多久，為什麼會發生

小明說：「我被霸凌傷害了有一年半的時間，是因為他們覺得我很小隻就欺負，所以從那個時候開始，我就一直被霸凌，直到畢業後的幾天才結束」。

小亮說：「我被霸凌了長達一個禮拜的時間，霸凌我的原因或許是因為我的五官長的不好看，所以開始有這種霸凌行為的發生吧」。

小亮從國一開始都過著很快樂的校園，但是到了國二因為五官不好看所以被大家取笑，因為他在班上有時候會弄鼻子，大家就以為他在挖鼻子，他們就罵她“鼻屎”和“鼻屎王”，害她覺得很生氣，想著自己就連一個抓癢的機會都沒有，就覺得很討厭，很想回嘴，但不敢去嘗試這個行為，因此這個波動長達一個月，班導說要看情況而定，所以小亮也忍了很久，覺得被班上同學這樣的被欺負，心



裡就覺得很難過，希望可以快點解決，因為被欺負是很不好受的。

#### Q3.通常在哪裡發生霸凌的

小明說：「有時在教室發生也有時在操場發生，但幾乎都是在教室下課時，老師不在的時候」。

小亮說：「全部都在教室發生的，通常都是下課時間，發生的時候老師都是不在的」。

小亮在過這幾個禮拜都是在教室出現言語上攻擊，更希望老師可以常常來班上看同學的狀況如何，也不會出現這一個霸凌，讓小亮覺得有安全感，每天快樂的過生活，同學之間也會比較好不會有爭吵，和平相處在生活中很重要的，一旦不合就會出現爭吵的現象，所以就要每天跟同學好好的溝通，關係也會慢慢變好，努力一點給別人也會有好的印象。

#### Q4.是否有向外界尋求協助

小明說：「我有去向班導求助，班導的反應是立刻到教室，對那群霸凌者訓話，然後懲罰他們」。

小亮說：「我有向班導請求協助，班導當時的反應是立刻叫那群霸凌者過來了解事情經過，然後記過處分」。

小亮當初被霸凌時沒有去告知班導，忍了第五天才去和老師說有同學霸凌她，當時也請了霸凌者，說說看為什麼要欺負小亮，結果問出的答案竟然是為了好玩，老師也記了他們過，也教他們以後不要再做不好的事了，她就沒有再被霸凌了，所以以後不管遇到任何困難都可以請教老師或家人，越快解決對他也會比較好過日子，心情就會變得更好，所以可以多問、多看、多學，去如何避免霸凌的發生。

#### Q5.對當事人未來的影響

小明說：「雖然我想起過去被霸凌的事情時，會有一點不甘心，但是事情已經過去，而我也選擇了“活在當下”，所以我也不再去追究過去的事了」。

小亮說：「我不會特別的去在意這件事，因為已經過了很久，事情過去了就算了，不會再去想太多，自己反而感覺輕鬆了不少」。

小明經過了長久的霸凌之後，每天都不想要去面對這件事情，而且時常去躲避霸凌他的那一群人，永遠都不敢解決他的恐懼，所以他就一直被霸凌吞入黑暗的深淵中，無法動彈，但是在他來到未來時，他發現，原來未來的情境和過去的情境式截然不同的，但是因為他在過去被傷害的那麼重，以至於他對未來情境的行為，也是難以去融入的。

Q6.在你的想法中，霸凌者的特質是什麼

小明說：「對方的特質是體型比較高大、身材也很壯碩，功課或考試的成績都不太好,人品也不好還有兇神惡煞的個性，是一位形象非常不好的學生」。

小亮說：「對方的特質是身材壯碩，然後功課也很差、還有不好的個性和人品，是一個不被看好的學生」。

小亮被霸凌的人，長的很壯而且又會說不好的字眼，所以我對她的印象非常不好，所以老師也告訴我不要和他們太近遠離是最好的，個性可以看出他人的所作所為，讓我發現她是壞學生，慢慢的不接近有好轉，小亮可以在這一件事發現不管遇到任何的相同事件都要快點處理，特質和長相都是很好的記憶，講出來也會有很大的幫助快速找到兇手。

Q7. 你最想對被霸凌者的話是甚麼

小明說：「傷害你的那些人你不一定要在意，因為他們根本就不知道，甚麼叫禮義廉恥，所以你根本就不用跟他們計較」。

小亮說：「做人不要欺人太甚，適可而止就好，要做好人最要從現在開始，提升能力自己，相當的朋友也會靠過來和你一起學習」。

小明在那幾個月也常常想跟霸凌者的同學說，為什麼要欺負他，而且還取笑他，覺得做人不要過分，適可而止就好，況且大家都是同學在幾個月就要畢業了，和平相處不記仇是最美好的，也可以想想看自己做錯了甚麼，如何去悔改只要有心甚麼事情都可以做好，不要放棄自己的能力，可以讓自己進步學業會更好。

Q8.如果有霸凌發生在周邊的人身上，你會怎麼處理

小明說：「我會去告訴老師，並且請求協助我，幫我解決我現在面臨的霸凌事件」。

小亮說：「我會直接跟班導說有人被霸凌,請班導讓霸凌者不要再欺負人了」。

由於小明常常被霸凌已久，所以他時常會跑到導師辦公室躲起來不敢出去，而小亮則是用推縮、不講話的方式，去遠離那群霸凌者，雖然他們用的方式不同，但是使用的種類卻非常的相近，所以就算那群霸凌者再怎麼的去攻擊他們，他們都會在第一時間才取防衛行動。

Q9.如果回到當時你會怎麼做

小明說：「我會去和師長說我被霸凌，然後請師長幫助我處理霸凌的事，讓我能夠開心的去上學」。

小亮說：「我會和老師反應說，同學霸凌我，或許就能更快的就得到幫助」。

在小明還是國中時，他會和老師說被同學霸凌了，也請霸凌者過來述說實情，老師也叫他要悔改，但是那位霸凌者，不但沒有確實的做到悔改的動作，反而還越做越過分，所以每次小明都一直往導師辦公室跑，後來小明發現就算我一直告狀也無法解決這件事，因為每天老師叫他要悔改，他都把老師的話耳邊風，最後小明也只能一直被霸凌壓迫到他畢業為止，才結束這個如此恐怖的回憶，但是他受到霸凌的傷害太重，以至於小明因為在高中時壓力太大，回想到以前被霸凌的事情，而導致他在學校，突然崩潰的哭了。

Q10.你認定的弱小者，會有哪些舉動

小明說：「遇到霸凌的事情，也只能忍耐，因為怕如果去反抗霸凌者的話，只會讓他們採取更激烈的手段去報復而已」。

小亮說：「只能一直不斷的退縮，不敢反抗，因為覺得反抗是無效的，所以就會覺得這樣做也無法改善霸凌者的行為」。

小明說在這幾個用被同學霸凌的同時，只能不斷的忍耐，如果去反駁後果會不堪設想所以決定不回復他們的攻擊，小亮又覺得害怕不敢反駁所以只好像小明一樣忍耐他們，無法改變霸凌者的行為舉止，讓我們都很煩希望他們不要再來干涉我的生活，所以在這種情形要自我防衛很重要，雖然小明逃離了他的國中霸凌事件，但是在他的高中生活又受到了一些人的排擠，而導致他天天都苦不堪言。

## 參●結論

### 一、結論

#### (一)產生霸凌的原因

- 1.雙方的想法或意見不同所產生的衝突。
- 2.成長環境所帶來的影響。
- 3.同儕之間的行為。

#### (二)霸凌者與被霸凌者的個性

- 1.霸凌者：較強勢的一方。
- 2.被霸凌者：體型比較弱小、個性比較軟弱、在人際上被孤立。

#### (三)防範霸凌的方法

- 1.主動跟同學做朋友。
- 2.對家長宣導反霸凌知識。
- 3.教師加強班級管理，防範霸凌的發生。

### 二、建議

- 1、在問訪談者問題，要問的詳細一點，才能夠得到充實的答案。
- 2、政府多實施關於反霸凌的宣導，並解決霸凌事件的發生。
- 3、多關心被霸凌者的心情，讓他們能夠有多一點的安全感。
- 4、利用反霸凌影片來讓所有人更了解被霸凌者是如何去面對這一件事。

### 三、省思

(一)當我們做完了這份小論文之後，它讓我更充分的了解到了霸凌的所有相關知識，因此這份小論文讓我擁有了我不知道的資訊。

(二)經過了這次的訪談之後，我發現許多我不知道的霸凌資訊，比如說：原來霸凌不一定只會在校園內發生、霸凌不只是有家庭因素的影響，還有負面情緒的產生，以及原來霸凌的影響是那麼的廣泛。

(三)所以這次的小論文讓我更加深入的了解霸凌的種種事項、方式，以及霸凌的種種成因。

肆●引註資料

參考文獻：

青少年低頭族的潛在危機：手機霸凌。2012年11月27日，檢索自  
<http://techorange.com/2012/11/27/rebuzz-phone-bullying/>

談霸凌。2014年3月5日，檢索自  
<http://home.gamer.com.tw/creationDetail.php?sn=2365877>  
拒絕網路霸凌。2012年02月14日，檢索自  
[https://isafe.moe.edu.tw/news\\_detail.php?sn=88](https://isafe.moe.edu.tw/news_detail.php?sn=88)

電台討論網絡欺凌。2009年6月8日，檢索自  
<http://life.mingpao.com/cfm/language3.cfm?File=20090608/language01/gfp4.txt>

正視網路霸凌之嚴重性,建立良好網路禮儀。2009年04月23日，檢索自  
<http://www.mobile01.com/topicdetail.php?f=37&t=1027356>

林嘉東(西元2014年5月29日)。遭師生霸凌 17歲少年返校持刀報復。自由時報。  
西元2014年5月29日，取自：<http://news.ltn.com.tw/news/society/breakingnews/1019472>

林金聖(西元2014年6月2日)。遭霸凌憤世 母嚴管仍出事。蘋果日報。  
西元2014年6月2日，取自：  
<http://appledaily.com.tw/appledaily/article/headline/20140602/35867228/applesearch/>

3人圍毆砸石撒尿 少年遭虐9分鐘(西元2014年5月27日)。蘋果日報。西元2014  
年11月14日，取自：  
<http://appledaily.com.tw/appledaily/article/international/20140527/35854866/applesearch/>

一位作者的著作：范浚(2013)。毒型人物——毀掉你美好人生的十三種人際毒害。  
台北市：方智。

一位作者的著作：陳俊欽(2014)。黑羊效應——心理醫師帶你走出無所不在的霸  
凌現象。新北市：凱特。

一位作者的著作：賴庭筠(2014)。一個沒有霸凌的教室。台北市：時報。

2014年臺灣校園霸凌狀況調查報告