



一、背景

本校致力為學生提供一個安全、和諧、關愛及互助的愉快學習環境讓學生健康成長。欺凌行為不但破壞校園的和諧氣氛，更深遠影響學生的心靈成長。因此，本校絕不會容忍及輕視暴力及欺凌事件在校內發生，如校方發現相關或懷疑個案，定必迅速及認真處理。任何人士如知悉欺凌事件發生，均有責任向校方舉報，以便學校及早介入調查及跟進。

二、制定反欺凌政策的目的

1. 為學生提供一個安全、和諧、關愛及互助的學習環境。
2. 遏止校園內的欺凌及暴力行為。
3. 提升師生對「校園欺凌」的警覺性。
4. 提供指引讓學校人員有效應對欺凌行為。

三、欺凌的定義

欺凌指一個人或一群人有計劃地使用肢體暴力、言語威嚇或排斥別人等攻擊行為來得到利益（例如：金錢、物質、權力等）。同時擁有以下三個元素的行為，即會被界定為欺凌：

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. 具惡意意圖：欺凌者蓄意地欺壓及傷害他人。
3. 權力不平衡狀態：欺凌者明顯比受害者強，而欺凌是在受害者未能保護自己的情況下發生。

欺凌行為可分為以下五種：

1. 身體欺凌：受害人的身體遭到刻意傷害，如衣服、文具或物件遭扔掉及毀壞。
2. 言語欺凌：受害人遭到言語攻擊，被改難聽的花名或長期被惡意取笑。
3. 關係欺凌：受害人遭到惡意中傷，在群體中受到惡意排擠及孤立。
4. 強索欺凌：-刻意地強取或收藏他人之物品，或以威嚇方法去強迫別人為自己服務
5. 網上欺凌：欺凌者在網絡上發佈針對性言論、圖片、短訊等，或未經受害者同意向他人轉發其私人資料。

四、受欺凌者的特徵

學生受欺凌後會出現以下一個或多個的行為表徵，家長或老師需留意及跟進調查：

1. 往返學校途中感到恐懼	2. 抗拒回校上課
3. 變更往返學校路線	4. 要求家長接送上學
5. 開始曠課、逃學	6. 功課表現不佳、欠交功課
7. 學業成績倒退	8. 失眠、發惡夢
9. 變得焦慮、緊張、缺乏自信	10. 衣衫或物品無故損壞或遺失
11. 經常索取或偷取金錢	12. 有不能解釋的身體受傷或瘀傷
13. 變得暴躁不安、暴戾、不講理	14. 欺凌其他兒童或兄弟姐妹
15. 食慾不振	16. 與同學關係惡劣

17. 口吃	18. 感到無助／無能
19. 表現不開心	20. 對以上行為無法作合理解釋

五、處理欺凌事件的程序

1. 校方得悉欺凌事件。
2. 校方即時制止欺凌行為，並詳細調查欺凌事件。
3. 老師詳細紀錄嚴重欺凌事件，包括日期、時間、地點、人物、事發經過等。
4. 若遇嚴重欺凌事件，老師將知會及約見欺凌及受害同學的家長交代及處理事件。
5. 若有需要，校方將轉介社工／教育心理學家／諮詢警方。
6. 欺凌事件經調查後，校方將與家長共同合作，盡力幫助欺凌者糾正錯誤行為，改善人際關係，務使欺凌事件不再發生。同時亦會促進欺凌者及受害者雙方和解及修復關係，重建和諧。

六、欺凌者承擔的責任

1. 欺凌者必須真誠道歉及承諾悔改。
2. 嚴重欺凌事件可能會受到學校處分，包括記缺點、停課等。
3. 校方及家長盡量協助欺凌及被欺凌雙方重新建立互相尊重的關係。
4. 經調查及處理後，校方仍會跟進個案，確保同類事件不再發生。

七、校園欺凌的預防方法

1. 透過輔導／小組／成長課，提升學生自尊感、社交技巧及情緒管理技巧，讓學生學習處理憤怒情緒及正確價值觀，減少欺凌及暴力行為出現。
2. 推行校本性活動，建立和諧及關愛的校園氣氛。
3. 向風紀及服務生進行反欺凌的相關訓練。
4. 加強家長教育，協助父母掌握教導子女的方法，減低子女以暴力行為解決問題的可能性。

八、校園欺凌的跟進工作

當有欺凌事件發生，教師需引導學生反思個人行為。此外對於事件中不同角色的學生，教師在輔導過程中需注意以下的重點：

1. 如果學生是欺凌者
 - a. 處理學生的憤怒或其他負面情緒。
 - b. 與他/她們一同討論欺凌事件對自身及他人的影響，協助學生反思己責和承擔責任。
 - c. 與他/她們探討解決問題的不同選擇、以強化欺凌者解決問題的能力。
 - d. 強化他/她們的正面行為，藉以減少欺凌行為。
 - e. 有需要時，轉介學生予輔導人員／社工或其他專業人士跟進。
2. 如果學生是被欺凌者
 - a. 處理學生的負面情緒。
 - b. 糾正他/她們對欺凌的謬誤看法，協助學生調教內心想法。有部份受欺凌者當受到別人欺負時，往往歸因於個人的外貌、行為、宗教或國籍等，而忽視欺凌別人這行為本身是不對的。
 - c. 如學生曾以暴力還擊，須協助學生認識用以暴易暴的方法是不能解決問題的，因為暴力行為只會不斷升級，最後造成雙方身體受傷害，而且更可能被誤以為受害人是問題製造者。

- d. 鼓勵學生肯定自己的價值並採取積極方法應付同學的欺凌，以防欺凌事件重演。如果學生面對言語的挑釁，鼓勵學生以非暴力方法處理，包括不作回應、一笑置之或以冷靜態度表達不接受挑釁。讓欺凌者明白你不會因他/她的行為而受困擾，令他/她們知難而退。
 - e. 如遭到身體/行為暴力的欺凌或受其他欺凌問題困擾，教導學生必須告知家人、教職員及社工有關事件，目的是停止欺凌事件再發生及蔓延，並可以讓學校關注這種風氣，及早處理和提供適當的支援。
 - f. 有需要時，轉介學生予輔導人員/社工或其他專業人士跟進。
3. 如果學生是旁觀者，教師需引導她/他們
 - a. 不要欺凌別人。
 - b. 懂得妥善處理自己的情緒。
 - c. 了解及尊重他人的感受。
 - d. 不要袖手旁觀，應在安全的情況下勸阻欺凌事件。
 - e. 如未能成功勸阻，主動尋求教師或家長的幫助。
 4. 教導所有學生認識欺凌行為的嚴重後果
 - a. 向聽聞事件的學生作全面的交代及重申學校的反欺凌的立場。
 - b. 協助全體學生明白欺凌行為並不是一時貪玩或者是一般嬉戲的行為，嚴重的欺凌事件中，欺凌者及旁觀者同樣需要為行為負上刑責。

九、處理網上欺凌行為

近年資訊科技急劇發展，網上欺凌行為是一個須關注的議題。網上欺凌一般指發生在資訊科技通訊平台上的欺凌事件，例如透過電郵、短訊、網頁、網上討論區等發放侮辱性的訊息或作人身攻擊的言論，以嘲弄及中傷別人。網上欺凌的訊息除文字外，還包括照片、短片、聲音等使受害人感到尷尬、受威脅的訊息。事實上很多網上欺凌行為難以杜絕，教師應教導學生善用資訊科技及小心保護自己個人資料，並且培養學生互相尊重及接納的態度。教師可以考慮以下建議來教導學生：

1. 小心保護個人資料：經常轉變登入密碼；切勿在網上公開個人資料如電話號碼和地址，如參加社交網站或開設個人網誌，須提升私隱程度。
2. 做個負責任的網民：避免網上欺凌事件的發生，最佳的方法由個人做起，各人學懂尊重及接納不同的意見，不去惡意攻擊別人，維持一個和諧的網絡世界。
3. 不作回應/報復：若果不幸遇上網上欺凌事件，應避免刺激欺凌者的情緒，吸引更多網上人身攻擊的行為出現。
4. 善用上網工具：可以利用軟件攔截不受歡迎的訊息、直接取消留言板或網頁。
5. 做個網絡好公民：如果發現網上欺凌時，不要加入欺凌行列，例如協助「人肉搜尋」或轉寄欺凌的訊息；不要袖手旁觀，應舉報有關的欺凌事件。
6. 保存欺凌者的訊息：保留欺凌者的訊息，以便通知家長和校方作出適當的跟進。
7. 舉報事件：如果網上欺凌事件在學校內聯網發生，學生可以通知家長或校方；如果網上欺凌事件在校外的互聯網發生，學生除了可以通知家長或校方外，有需要時可以聯絡互聯網服務供應商或流動電話服務供應商尋求協助；若果情況嚴重，便需要考慮向警方求助。
8. 情緒支援：若果學生遇上網上欺凌事件而情緒受到困擾，應聯絡家長或校方尋求協助。與家

長合作處理子女欺凌問題 家長與學校合作是正面解決欺凌問題的重要因素。

十、校園欺凌的教師培訓：

1. 教職員需要時常進行反思，保持平穩的個人情緒。
2. 學校定期安排有關的教師（例如訓輔組老師）參加提升處理欺凌事件技巧的訓練，包括有關個人及小組輔導的訓練、溝通技巧訓練、調解技巧訓練等。