

友誼的堡壘—從女生關係霸凌談起

嚴仟芳

臺中市大安區永安國小教師

東海大學教育研究所碩士在職專班研究生

一、前言

近幾年常在新聞報導裡見到校園霸凌的事件，例如 2010 年桃園八德國中的校園霸凌事件（公視新聞網，2010），2011 年新竹象腿幫霸凌事件（今日新聞網，2011），2014 年國中生以童軍繩套身障生脖子（TVBS 網路新聞，2014），2015 年國中少女遭霸凌辱罵而自殘（中時電子報，2015）等，從以上每年層出不窮的校園霸凌事件，使校園安全亮起了紅燈。由此可見，「霸凌」是近年來臺灣校園常見的問題，為提高了對其的關注，教育部成立防制校園霸凌專區、專線和友善校園計畫，積極推動反霸凌，教育基本法第八條更明定禁止學生霸凌行為，可見校園霸凌已逐漸受到政府的重視，是目前教育界所關心的重要議題。

所謂的霸凌行為是在霸凌行為下的一種形式，Olweus（1993）認為霸凌是一個學生長時間、重複地暴露在一個或多個學生主導的欺負或騷擾行為之中。霸凌具有故意的傷害行為、重複發生、力量失衡等三大特徵，通常是指蓄意且具傷害性的行為，持續且重複的出現在固定的孩子間。Olweus 也指出權力不均是唯一區別霸凌行為與其他傷害行為的指標，不對稱的權力關係（上與下、大與小、強與弱）乃是強調弱勢一方無法自衛的嚴重情形。因為這才是導致受害學生

處於被侵犯的行為中，卻又無力抵抗持續被騷擾的原因。對於霸凌的定義，教育部（2012）參考 Olweus 的定義，經再三諮詢，並於全國教育局處長會議、高中職校長及國中校長會議討論後，將校園霸凌定義為具有欺侮行為、具有故意傷害的意圖、造成生理或心理的傷害、雙方勢力（地位）不對等、或其他經學校防制校園霸凌因應小組確認。由此定義可知，只要是行為人有了故意傷害被害人的意圖之後，繼而實施欺侮行為後導致被害人產生生理、心理、性方面的傷害均屬霸凌。

二、關係霸凌

兒童福利聯盟（以下簡稱兒福聯盟）在 2013 年指出，16.3% 學童有遭霸凌的經驗，而其中 94.8% 是跟「關係霸凌」有關，且發生的年紀從國中生往下延伸到國小五年級。根據兒福聯盟（2005）的界定關係霸凌，意旨透過說服同儕排擠某人，使弱勢同儕被排拒在團體之外，或藉此切斷他們的社會連結。這一類型的霸凌往往涉及到言語霸凌，常會牽涉散播不實謠言的情形，或是排擠離間小團體的成員。而 Hawker 與 Boulton 在 2000 年將關係霸凌定義為有目的性的不讓人成為團體中的一員、有意將人維持在團體之外排斥受關係霸凌者、告訴他人不要喜歡受關係霸凌者、希望受關係霸凌者成為被孤立且無人與他談話

的落單者、有目的性的讓受關係霸凌者感受到人際性的拒絕。因此可知關係霸凌是指透過排擠的方式，有意的切斷某人的社會連結，藉此讓對方感受到孤立無援。

多位學者認為關係霸凌是最常見、最容易被忽視、最難被察覺的類型，而且影響學童最深且最久，而認為關係霸凌的展現特別在青少年時期會達到高峰（YAHOO 新聞網，2013）。根據 Chen 與 Huang（2015）針對 1439 名臺灣大學生進行調查研究結果指出，統計出有 45.7% 的人在中小學時期曾遭受任一形的霸凌，其中最多為語言霸凌占 33.9%，其次為關係霸凌 23.4%。他們指出臺灣青少年霸凌現象較歐美普遍，而且不同的霸凌型態會對健康造成不同影響，因此言語和關係霸凌對心理健康影響最大。由以上研究可知關係霸凌雖然難以察覺，但卻是校園中最常見，且易影響孩童心理健康。尤其國小高年級正處於青少年前期，透過友誼的建立來發展自我概念，更容易發生關係霸凌，所以此議題值得探究。

在 Rachel Simmons（2011）的《為什麼她們都不跟我玩？：第一本探討女性霸凌真相的專書》一書中，提到對女生來說，人際關係比什麼都重要。因為女生渴望獲得認同，會以操縱親密感來獲得權力，擠入受歡迎的小團體內，迎合他人的意見和想法，彼此利用以提昇自己的社交地位。Besag（2006）提出親密的友誼關係，是造成女生霸凌的原因。女生以小團體的方式營造歸屬感，會排擠厭惡的

對象，只要有人破壞彼此的默契和團體規範，其他人就會聯合起來霸凌她，所以女生為了維持友誼而顯得小心翼翼。有時被霸凌了，還不清楚自己哪裡做錯，讓受害者痛苦萬分。故女生之間的關係霸凌是更為精細與微妙，透過散播謠言、排擠、成立小團體或冷戰達到操控友誼的目的，這種隱性看不見的傷害，更造成被霸凌者身心受創，影響時間也最久。

三、課室中的女生關係霸凌實例

筆者擔任過國小高年級的導師，從班級經營經驗中觀察到班上女學生們喜歡建立小團體，且小團體中的成員不斷更新。女學生們渴望獲得認同，友誼是她們的全部。女學生們被迫選邊站，為了迎合領導者（強勢者）而違背自己的良心，就算背叛自己的好友也在所不惜。在筆者的教學經驗中，國小女學生在關係霸凌中所扮演的角色可分為無奈的旁觀者和憤怒的（被）霸凌者。

（一）無奈的旁觀者

有的女學生發現班上搞很多小圈圈，扮演無奈的旁觀者，有的在表面上跟霸凌者很要好，但是會在背後說壞話，也有些人會利用別人，或是特別孤立冷落他人。有的女學生會認為關係霸凌破壞彼此的友誼，如果有人吵架、冷戰或絕交，會很苦惱、難過，希望大家可以合好，跟之前一樣當好朋友，希望不會再有這種事發生。

（二）憤怒的（被）霸凌者

有的女生扮演憤怒的（被）霸凌者，認為同學是雙面人，表面上裝得很喜歡對方，事實上卻不盡然，常常私底下批評，往往猜不到對方真正的心思，覺得被利用，對於彼此的友誼存疑，憤怒的情緒油然而生。

四、面對校園女生關係霸凌的處理

根據筆者觀察，高年級女生關係霸凌醞釀於五年級下學期，到六年級上學期達到高峰，最後會趨於平衡。教師的介入要非常小心，過猶不及都有可能釀成更大的災害。當被關係霸凌時「那該怎麼辦？」一直是女學生們心中的疑惑，不安全感，一直在女學生心中蔓延開來。曾有某一學期的期初，筆者帶領的五年級班級中小楨和小惠同學原本好朋友，因為一次意見不合而反目成仇，小楨以組小團體的方式，拉攏班上的女生，聯合起來排擠小惠，造成小惠孤立無援，尤其是分組時，總是冷落小惠，讓她孤伶伶的一個人，小惠甚至躲起來哭泣。研究者雖常常適時介入，尤其是科任課的分組，但一個禮拜至少兩次要協助處理小惠找不到組員的問題。長時間下來，筆者發現這樣關係霸凌的問題造成小惠身心受創，甚至有上學恐懼症，有幾次因此而請假不到校上課。

為解決存在的關係霸凌問題，筆者決定在分組時，採取抽籤，打散小團體的方式。私底下也採漸進的方式，建立小惠的自信心，讓小惠意識

到自己不是孤單一人，身旁還是有幾位好朋友。筆者分析小楨為何成為霸凌者，有一部分原因是因為小楨為班上的風雲人物，身材高大，功課好，又是班上的風紀股長。所以筆者採取削弱其權力的作法，例如取消其風紀股長的職責，並找出其弱點。班上其他總是依附在小楨身旁的女生，並不全然喜歡小楨的作法，只是害怕小楨，害怕小楨的權力會對自己不利。所以研究者私下請其他旁觀者釐清事實，建立正確的價值觀。同學逐漸不再成為小楨壯大聲勢的附屬品，慢慢也和小惠做朋友，讓小楨意識到朋友逐漸遠離她。

最後，筆者更定時分別關心小惠，也適時糾正小楨錯誤的行為。到了學期末雖然無法完全改善關係霸凌的問題，但發現情況已逐漸好轉。筆者分析整個處理關係霸凌過程，教師扮演的角色非常重要，是否能採取中立的態度，不被女孩們所左右，以循序漸進的方式，慢慢將孩子的觀念翻轉，建立正確的價值觀。另外，教師在學生心中的地位如何，也會影響事情的結果。而教師必須了解學生是很敏感，一點風吹草動，就能感受到班級權力運作的不同。因此身為一名教師最基本的課題，必須知道女孩們間的關係每日都有微妙的變化，必須靈敏的覺察，採取中立的態度，並且運用同儕的壓力進行有效的處理。

五、建議與結語

如何改善女生關係霸凌的方法，筆者提出幾點建議：首先，教師要能

和學生建立良好的師生關係，營造和諧的班級氣氛。其次，打破小團體，不斷更新小組成員，讓學生學習與每者，認為同學是雙面人，表面上裝得很喜歡對方，事實上卻不盡然，常常私底下批評，往往猜不到對方真正的心思，覺得被利用，對於彼此的友誼存疑，憤怒的情緒油然而生。

六、面對校園女生關係霸凌的處理

根據筆者觀察，高年級女生關係霸凌醞釀於五年級下學期，到六年級上學期達到高峰，最後會趨於平衡。教師的介入要非常小心，過猶不及都有可能釀成更大的災害。當被關係霸凌時「那該怎麼辦？」一直是女學生們心中的疑惑，不安全感，一直在女學生心中蔓延開來。曾有某一學期的期初，筆者帶領的五年級班級中小楨和小惠同學原本好朋友，因為一次意見不合而反目成仇，小楨以組小團體的方式，拉攏班上的女生，聯合起來排擠小惠，造成小惠孤立無援，尤其是分組時，總是冷落小惠，讓她孤伶伶的一個人，小惠甚至躲起來哭泣。研究者雖常常適時介入，尤其是科任課的分組，但一個禮拜至少兩次要協助處理小惠找不到組員的問題。長時間下來，筆者發現這樣關係霸凌的問題造成小惠身心受創，甚至有上學恐懼症，有幾次因此而請假不到校上課。

為解決存在的關係霸凌問題，筆者決定在分組時，採取抽籤，打散小團體的方式。私底下也採漸進的方式，建立小惠的自信心，讓小惠意識

到自己不是孤單一人，身旁還是有幾位好朋友。筆者分析小楨為何成為霸凌者，有一部分原因是因為小楨為班上的風雲人物，身材高大，功課好，又是班上的風紀股長。所以筆者採取削弱其權力的作法，例如取消其風紀股長的職責，並找出其弱點。班上其他總是依附在小楨身旁的女生，並不全然喜歡小楨的作法，只是害怕小楨，害怕小楨的權力會對自己不利。所以研究者私下請其他旁觀者釐清事實，建立正確的價值觀。同學逐漸不再成為小楨壯大聲勢的附屬品，慢慢也和小惠做朋友，讓小楨意識到朋友逐漸遠離她。

最後，筆者更定時分別關心小惠，也適時糾正小楨錯誤的行為。到了學期末雖然無法完全改善關係霸凌的問題，但發現情況已逐漸好轉。筆者分析整個處理關係霸凌過程，教師扮演的角色非常重要，是否能採取中立的態度，不被女孩們所左右，以循序漸進的方式，慢慢將孩子的觀念翻轉，建立正確的價值觀。另外，教師在學生心中的地位如何，也會影響事情的結果。而教師必須了解學生是很敏感，一點風吹草動，就能感受到班級權力運作的不同。因此身為一名教師最基本的課題，必須知道女孩們間的關係每日都有微妙的變化，必須靈敏的覺察，採取中立的態度，並且運用同儕的壓力進行有效的處理。

七、建議與結語

如何改善女生關係霸凌的方法，筆者提出幾點建議：首先，教師要能

和學生建立良好的師生關係，營造和諧的班級氣氛。其次，打破小團體，不斷更新小組成員，讓學生學習與每一個人相處，透過定期舉辦不同的活動，例如海報製作、班際躲避球賽、話劇表演等，讓學生能團結一致，一起完成目標，學會尊重與欣賞每一個人。再者，教師要能找出關係霸凌中的關鍵人物，然後對症下藥，給予適時的輔導與關懷。接著，教師要將權力下放、分散，不要集中在少數人身上。最後，教師要有開放、包容的心胸，接納每個孩子，平日要廣泛閱讀班級經營的相關書籍，並且多和有經驗的人士請教。因為關係霸凌像漣漪效應，會帶給班上不良的風氣，且是一種群體效應，值得老師深思並妥善處理。

參考文獻

- 王莉莉（譯）（2011）。**為什麼她們都不跟我玩：第一本探討女性霸凌真相的專書**。（原作者R. Simmons）。臺北：旺旺。（原著出版年：2003）。
- 兒童福利聯盟文教基金會（2005）。2005年兒童校園「非肢體霸凌」現況調查報告。兒童福利聯盟文教基金會，未出版。
- 兒童福利聯盟文教基金會（2013）。2013年臺灣校園關係霸凌調查報告。兒童福利聯盟文教基金會，未出版。
- 孫偉倫（2013年3月17日）。兒盟：學童「關係霸凌」不易察覺受排擠大人無法掌握。**YAHOO新聞網**。取自：<https://tw.news.yahoo.com/兒盟-學童-關係霸凌-不易察覺-受排擠大人無法掌握-100252552.html>
- 校園霸凌防制準則（2012年7月26日）
- 教育部反霸凌專區。取自<https://csrc.edu.tw/bully/>
- 張力天（2011年3月27日）。「象腿幫」受害者有後援會 網友力挺「小粉妹」。**Nownews今日新聞網**。取自<http://www.nownews.com/n/2011/03/27/543324#ixzz1HmDaTzvz>
- 劉錦源（2014年3月11日）。童軍繩套脖子 國中校園再傳霸凌！**TVBS網路新聞**。取自<http://news.tvbs.com.tw/old-news.html?nid=523990>
- 陳宜加（2015年12月19日）。遭霸凌辱罵「廢渣」 國中少女自殘。**中時電子報**。取自<http://www.chinatimes.com/realtimenews/20151219003730-260402>
- 陳姝君 劉漢麟（2010年12月21日）。涉隱匿校園霸凌 八德國中校長停職。**公視新聞網**。取自http://web.pts.org.tw/php/news/pts_news/detail.php?NEENO=166881

- Besag, E. V. (2006) . *Understanding girl's friendships, fights and feuds: A practical approach to girl's bullying*. New York: Open University Press.
- Hawker, D. S. J. 、 Boulton, M. J. (2000) . Twenty year's research on peer victimization and psychosocial maladjustment : A meta-analytic review of cross-sectional studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41 (4) ,441-455.
- Olweus, D. (1993). *What we know about bullying. Bullying at school: What we know and what we can do*. Cambridge, England: Blackwell.
- Yu-Ying Chen and Jiun-Hau Huang. (2015) . Precollege and in college bullying experiences and health related quality of life among college students. *Pediatrics*, 135 (1) ,18-25.

