

「欺『零』何時」

從旁觀者角度 看中學欺凌問題

個個都唔鍾

意你! 睇吓你幾時退學! 快啲消失! 你好

唔好意思? 知唔知醜? 自己諗吓話畀人知會有咩後果啦?

邊個夠膽幫你? 咪咁小氣啦! 起佢底啦! 玩吓啫使乜咁認真! 放

佢上網! 公審佢!

係你唔啱! 改佢圖!

邊個夠膽幫你?

唔使問都知

講得笑! 咁好笑一定要forward俾人! 呢個化名好襯你! 你唔係想幫佢

吓嘛? 下個就到你! 個個都唔鍾意你! 睇吓你幾時退學! 快啲消失!

你好

人知會

放佢上網

已諗吓話畀

幫你? 咪

咁小氣啦! 起佢底啦! 玩吓啫使乜咁認真

! 放佢上網! 公審佢! 唔好同佢講嘢啦! 好

心

圖!

個個都唔鍾意你!

啱! 改佢

生! 乜你

咁唔講得笑! 咁好笑一定要forward俾人! 呢個

化名好襯你! 你唔係想幫佢吓嘛? 下個就到

你! 個個都唔鍾意你! 睇吓你幾時退學! 快

啲消失!

玩吓啫

唔知醜? 自己諗

吓話畀人

使乜咁認真!

咪咁小氣

認真! 放

講嘢啦! 好心你就咪出街啦! 唔使問

都知係你唔啱! 改佢圖! 一定係你

有問題先畀人恰! 花生花生!

乜你咁唔講得笑! 咁好笑

快啲消失!

人!

你

唔係想幫佢吓嘛?

下個就到你! 個個

都唔鍾意你! 睇吓

你幾時退學! 快啲

消失!

花生

意思

? 知

話畀

花生!

自己諗吓

咁後果

膽幫你? 咪

咁小氣啦! 起佢底啦!

玩吓啫使乜咁認真!

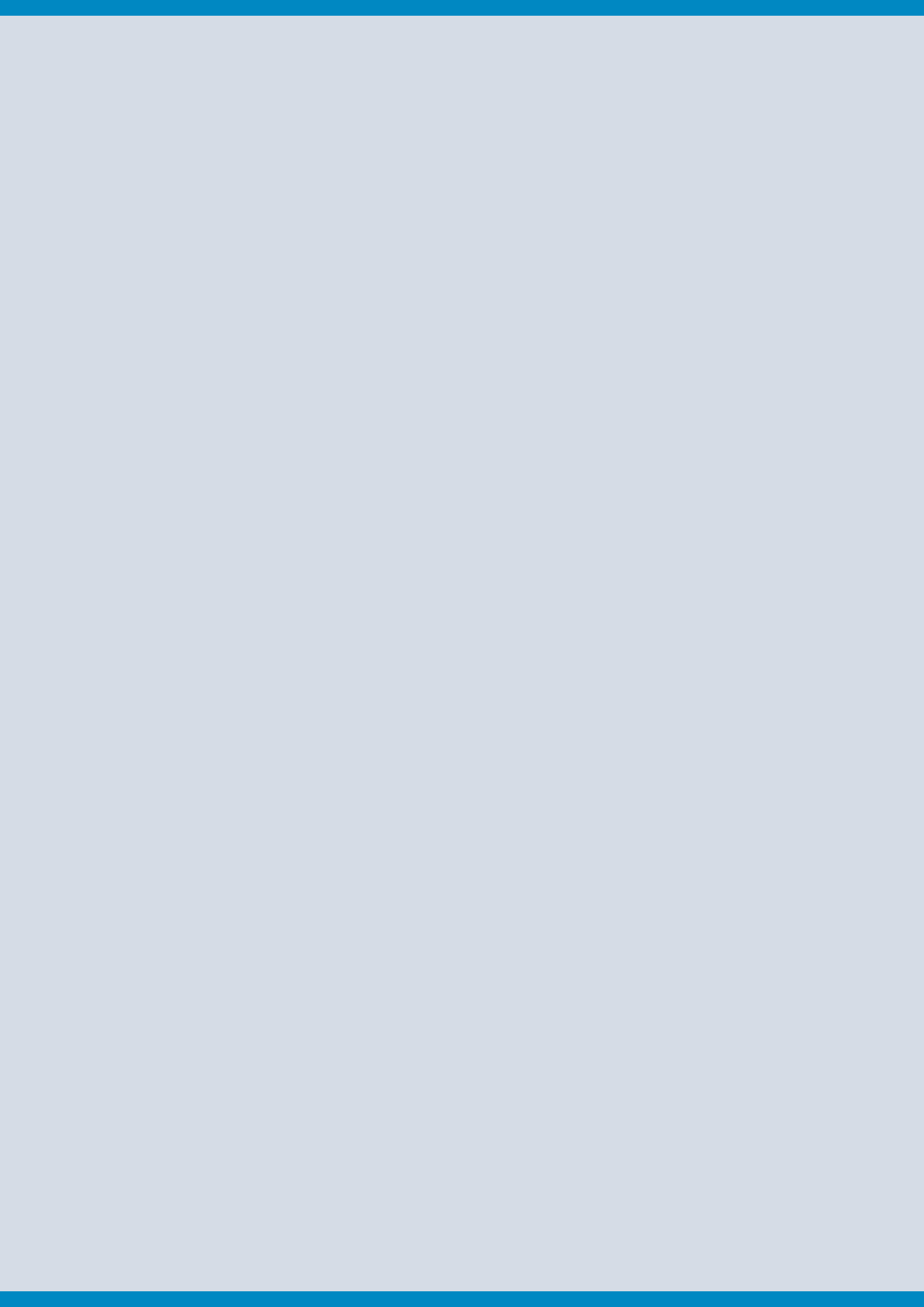
放佢上網! 公審佢!

唔好同佢講嘢啦!

下個就到你!



被欺凌，
一次也嫌多。



Page

4

4

5

6

7

7

8

8

9

10

11

11

12

12

13

14

15

16

1 研究背景及方法

1.1 研究背景及文獻回顧

1.2 研究目標和重要性

1.3 研究方法

1.4 研究問題

1.5 研究限制

2 研究結果

2.1 個人層面

2.2 朋輩層面

2.3 學校層面

2.4 社會層面

2.5 小結

3 政策建議

3.1 個人層面

3.2 朋輩層面

3.3 學校層面

3.4 社會層面

4 結語

大綱

1

研究背景及方法

「欺『零』何時」

1.1 研究背景及文獻回顧

對於學童在校園內或網上面對的欺凌，政府多年來均採取「零容忍」的態度，並為此給予學校不少支援和指引¹，主要是加強校內輔導及督導、增加舉報的渠道，以及列明舉報的處理步驟。透過這些措施，在防止校園欺凌上似乎取得一定成效：以2019/20學年推行的「一校兩社工」政策為例，政策實施後教育局的訓育及輔導個案問卷調查中涉及公營中學的校園欺凌個案由2018/19學年的290宗降至2020/21學年的155宗，減少約47%²。然而，在亮眼的官方數據背後，香港的校園欺凌問題依然嚴重。在過去一年其實有近25%的中學生經常或有時擔心會被欺負³，而在大部分時間均是網絡授課的情況下，2020/21學年訓育及輔導個案問卷調查中共有53宗網絡欺凌個案，較2018/19學年上升26%，亦是有紀錄以來的新高⁴。校園欺凌問題看似有所改善，但網絡欺凌個案上升，情況未言樂觀。

官方數據與學生在校園中所面對的現實出現明顯落差，與他們面對欺凌時不願求助有一定關係。有不少學生並不會尋找家人⁵、老師⁶或學校社工⁷的幫助，他們大多不會採取任何應對方法或告知他人⁸，並傾向以消極方法（如刪除有關訊息或圖片等）應對⁹。學生不願向老師求助的原因，或許與老師偏向以柔性手段而非實質行動制止欺凌行為有關¹⁰。這或會導致不少學生認為成人（包括老師和家長）的

¹ 社會福利署於2019/20學年在全港中學推行「一校兩社工」政策，當中一個目的便是「加強對學校社工在處理複雜個案方面的督導支援，有助學校為學生提供更多補救性、預防性及發展性的輔導服務，以預防及減少欺凌事件的出現」。（立法會（2021）《預防及處理校園欺凌的政策和支援策略》<https://www.legco.gov.hk/yr20-21/chinese/panels/ed/papers/ed20210225cb4-537-1-c.pdf>。最後瀏覽：2023年5月10日）；教育局在適用於資助學校的《學校行政手冊》中亦清楚表明校方應以「全校參與」的模式訂定及推行反欺凌策略，清楚列明針對欺凌行為的「舉報的渠道與處理步驟」，並以「積極認真的態度跟進每一件欺凌事件」（教育局（2021）《學校行政手冊2021/22學年》https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/sch-admin/regulations/sch-admin-guide/SAG_C.pdf 第67頁。最後瀏覽：2023年5月10日）

² MWYO青年辦公室向教育局索取的數據。

³ 香港救助兒童會（2021）《Young Voices：香港青少年的意見和觀點》https://savethechildren.org.hk/wp-content/uploads/2021/05/YV_report_202105_TC_page.pdf。最後瀏覽：2023年5月10日

⁴ 教育局由2017/18學年起，於訓育及輔導個案問卷調查加設網絡欺凌個案的分類項目。

⁵ Chan, H.C.O., and D.S.W. Wong (2017) Coping with cyberbullying victimization: An exploratory study of Chinese adolescents in Hong Kong. *International Journal of Law, Crime and Justice*, 50, 71-82.

⁶ 善導會（2007）《認識欺凌》；Chan, H.C.O., and D.S.W. Wong (2017) Coping with cyberbullying victimization: An exploratory study of Chinese adolescents in Hong Kong. *International Journal of Law, Crime and Justice*, 50, 71-82.

⁷ 善導會於2007年進行的問卷調查便發現當遇上欺凌，僅有29.8%和18.6%的中一至中三學生會尋找老師或學校社工的幫助。（善導會（2007）《認識欺凌》）

⁸ 2010年香港青年協會則指出在面對網絡欺凌時，有46.6%的中學生並不會採取任何應對方法或告知他人，表示會向老師求助的更只有2.6%。（香港青年協會（2010）《青少年問題研究系列：香港中學生網上欺凌研究》http://benetwise.hk/download/cyberbully_research.pdf 第35頁。最後瀏覽：2023年5月10日）

⁹ Chan, H.C.O., and D.S.W. Wong (2017) Coping with cyberbullying victimization: An exploratory study of Chinese adolescents in Hong Kong. *International Journal of Law, Crime and Justice*, 50, 71-82.

¹⁰ 根據香港教育工作者聯會2019年的問卷調查，分別有90%和85%的老師表示當有學生被欺凌時會「向欺凌者和被欺凌者了解情況」和「調和欺凌者與被欺凌者的衝突」，但只有48%和42%會「轉介個案予社工跟進」或「責罵及懲罰欺凌者」。（香港教育工作者聯會（2019）《「老師看校園欺凌」問卷調查》https://hkfew.org.hk/images/content_file/bullying_report.pdf。最後瀏覽：2023年5月10日）

介入無助解決欺凌的問題¹¹，繼而感到這是無可避免。此外，有學生會認為欺凌是「成長路上必經的階段」¹²，這種錯誤理解也是助長欺凌問題持續未能改善的原因之一。假如政策上只着重校內輔導和舉報方法，但忽略學生和其他支援者（包括老師、家長等）的主動性和心態，政策的效果只會事倍功半。

另外，欺凌事件的旁觀者的作用是不容忽視的。在校園內，最大機會目睹和了解欺凌情況，並為受害者提供支援的，往往是為數眾多的學生。外國更早有文獻指出旁觀者若能在遇見欺凌時提供幫助（如安慰被欺凌者、嘗試要求欺凌者停止）將有效減少校園欺凌行為¹³，亦有助增加學生的安全感¹⁴。在香港，認為自己在欺凌事件中是旁觀者的中學生佔比（33.9%）遠高於自認是被欺凌者（12.2%）或欺凌者（6.5%），如何令這群旁觀者願意在遇到欺凌時向受害者伸出援手，或是減少校園欺凌的關鍵因素之一¹⁵。可惜，仍有一部分旁觀者選擇不會阻止欺凌¹⁶，甚至會有「多事的人會被報復」的誤解，並會擔心成為下一個受害者¹⁷。

要提高學生在遇見欺凌時伸出援手的意願，南韓曾有研究發現師生關係（如老師願意回應求助）越融洽，中學生在遇見欺凌時更願意保護受害者¹⁸。另外亦有研究指出學生在選擇是否保護欺凌受害者時會考慮老師看待欺凌的態度¹⁹，因此學校對欺凌事件的取態和處理方式對學生的反應有重要影響。除此之外，亦有不少外國研究均指出旁觀者對欺凌受害者伸出援手的意願與欺凌的嚴重程度成正比²⁰，因此學生在遇見相對輕微的欺凌行為（如語言暴力）時未必願意介入。

1.2 研究目標和重要性

透過這次研究，我們希望了解中學生選擇是否介入欺凌事件（如即時制止、向成人求助、安慰受害者）的考量，明白他們在向受害者伸出援手時有甚麼顧慮，特別是為何選擇不採取行動，藉此找出現時預防校園欺凌政策的不足之處（無論是政策/機制上的不完善或是中學生心態/知識上的不足），並提出改善建議。外國不少研究均指出校園欺凌對受影響學生的身心健康和成長帶來嚴重後果：受害學生的

¹¹ 有30.1%受訪學生認為「當看見同學被欺凌時，如果我告訴老師/家長，其實幫助不大」。（善導會（2007）《認識欺凌》第14頁）

¹² 有22.1%的中學生認為欺凌是「成長路上必經的階段」。（善導會（2007）《認識欺凌》第15頁）

¹³ Salmivalli, C., M. Voeten, and E. Poskipatra (2011) Bystanders Matter: Associations Between Reinforcing, Defending, and the Frequency of Bullying Behaviour in Classrooms. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 40, 5, 668-676.

¹⁴ Gini, G., T. Pozzoli, F. Borghi, and L. Franzoni (2008) The role of bystanders in students' perception of bullying and sense of safety. *Journal of School Psychology*, 46, 6, 617-638.

¹⁵ 善導會（2007）《認識欺凌》第13頁

¹⁶ 香港理工大學2019年的一項研究便發現中學生在得知同學或朋友被網絡欺凌時，有61%表示會密切關注事態發展，但僅有43.3%表示會舉報有攻擊性的帖文或帳戶，會向社工或老師求助的更只有40.8% (Chan, E. (2019) *Survey Study of Hong Kong High School Students' Attitude*, HKUST, Hong Kong. <https://www.hku.hk/fi/upload/18336/E-Chan.pdf> 第24頁。最後瀏覽：2023年5月10日)

¹⁷ 善導會的調查甚至提到部分中學生對欺凌持有一種「多事的人會被報復」的誤解，更有32.2%同意「當看見同學被欺凌時，如果我告訴老師/家長，我可能會成為下一個受害者」的說法。（善導會（2007）《認識欺凌》第14頁）

¹⁸ Yang, S.E., and D.H. Kim (2017) Factors associated with bystander behaviours of Korean youth in school bullying situations: A cross-sectional study. *Medicine*, 96, 32, e7757.

¹⁹ Forsberg, C., L. Wood, J. Smith, K. Varjas, J. Meyers, T. Jungert, and R. Thornberg (2016) Students' views of factors affecting their bystander behaviours in response to school bullying: a cross-collaborative conceptual qualitative analysis. *Research Papers in Education*, 33, 1, 127-142.

²⁰ Macaulay, P.J.R., M.J. Boulton, and L.R. Betts (2019) Comparing Early Adolescents' Positive Bystander Responses to Cyberbullying and Traditional Bullying: the Impact of Severity and Gender. *Journal of Technology in Behavioural Science*, 4, 253-261.

課堂出席率²¹和學校成績²²往往較低，而欺凌者和受害者出現抑鬱和焦慮症狀的紀錄亦較高²³。有見及此，我們希望鼓勵更多學生在目擊欺凌時能主動伸出援手，並改善老師和社工等角色在應對欺凌問題時的手法，進一步降低校園欺凌出現的頻率，為學生營造一個安全又愉快的學習環境。

此次研究焦點將集中在旁觀者的反應和心態上，主要是由於現時香港已有不少學者和機構探討受害者的心態和求助時遇到的困難，因此我們希望從另一個角度探討校園欺凌的問題。加上有研究指出欺凌者或會特意選擇在旁觀者眾多的情況下施害，以加強他們在群體中的地位²⁴，所以我們認為應改善旁觀者的心態，讓他們能夠制止欺凌，營造安全的校園環境。我們亦希望這次研究能推動社會從欺凌者和受害者以外的角度了解校園欺凌，提出能夠鼓勵所有學生共同打擊校園欺凌的措施，從而達到教育局在校園欺凌問題上所要求的「全校參與」。

我們期待藉着這次研究，加強社會及學校對校園欺凌的重視，並可不只以傳統的受害者和支援者（如老師、社工）的角度去應對問題，更加多從旁觀者的角度去思考及處理，或可加強現有措施的效果。此外，如果政府及學校能推行以旁觀者的角度出發的相應措施，某程度是鼓勵了每位學生一同參與打擊校園欺凌，集結團體的力量。在這氣氛下，也可間接刺激受害者及支援者更主動和積極地處理每宗欺凌個案，逐漸改變普遍被動和退縮的風氣，亦能對施害者起阻嚇作用。

隨着網絡和社交平台在學生的生活中越顯重要，我們注意到近年網絡欺凌的問題越趨嚴重，深深影響學生的學習及日常生活，因此我們亦在此研究中探討學校和其他持份者可以如何在這方面為學生提供協助。

1.3 研究方法

我們透過「欺『零』何時」作品徵集活動²⁵，從中邀請26位中學生在2022年8月23至9月14日期間參與七個焦點小組訪談，了解他們目擊校園欺凌時的反應和探討他們選擇是否幫助受害者時有甚麼考慮。在邀請訪談對象時，我們盡量涵蓋不同的學校背景（如不同獲資助模式、組別及宗教背景），以更全面地了解香港中學的校園欺凌情況。除此以外，我們亦邀請學校老師和社工於2023年2月23及24日接受深入訪談，了解現時校方對欺凌事件的態度和處理方式，並探討可如何進一步減少校園欺凌。

²¹ Chen, J.K., and L.M. Chen (2020) A Cross-National Examination of School Violence and Nonattendance Due to School Violence in Taiwan, Hong Kong, and Mainland China: A Rasch Model Approach. *Journal of School Violence*, 19, 2, 177-191.

²² Halliday, S., T. Gregory, A. Taylor, C. Digenis, and D. Turnbull (2021) The Impact of Bullying Victimization in Early Adolescence on Subsequent Psychosocial and Academic Outcomes across the Adolescent Period: A Systematic Review. *Journal of School Violence*, 20, 3, 351-373.

²³ Baldry, A.C. (2004) The Impact of Direct and Indirect Bullying on the Mental and Physical Health of Italian Youngsters. *Aggressive Behaviour*, 30, 343-355.

²⁴ Salmivalli, C., M. Voeten, and E. Poskipatra (2011) Bystanders Matter: Associations Between Reinforcing, Defending, and the Frequency of Bullying Behaviour in Classrooms. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 40, 5, 668-676.

²⁵ 「欺『零』何時」是由MWYO於2022年5月至8月主辦的作品徵集活動，透過學校、非政府機構、社交媒體等途徑邀請中學生以相片、繪畫、影片等形式分享他們目擊欺凌的經驗。透過此活動徵集焦點小組受訪者將有效物色曾目擊欺凌的受訪者，亦有助我們接觸到一些在我們現有中學網絡以外的受訪者。

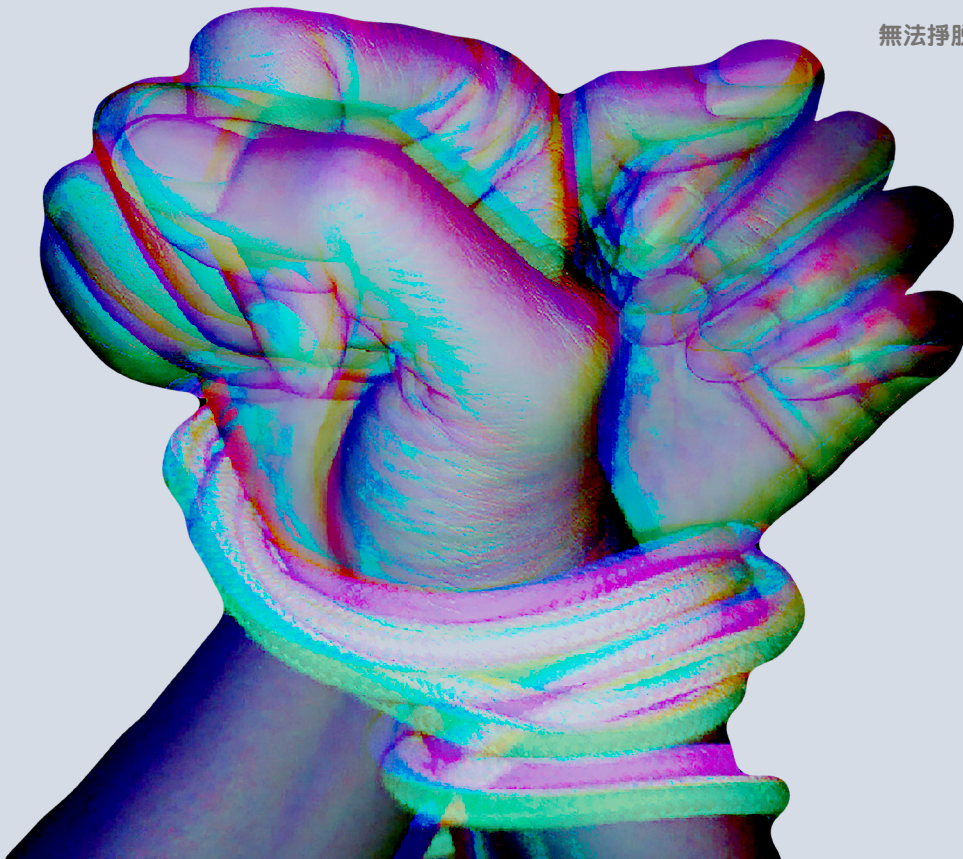
1.4 研究問題

我們從四個層面探討中學生在面對欺凌時的反應和想法：

1. 個人層面（中學生是否因擔心成為下一個受害者而不制止欺凌？他們是否認為自己不具備制止欺凌的能力？為甚麼？）
2. 朋輩層面（學生是否認為班上人緣較差的學生被欺凌是事出有因？為甚麼？）
3. 學校層面（為制止欺凌而尋求協助時，老師及社工是否可靠？師長有否給予足夠的引導/支援，讓他們明白旁觀者可如何幫助欺凌受害者？為甚麼？）
4. 社會層面（學校以外的機構在制止欺凌上有否為學生提供足夠的支援？為甚麼？）

1.5 研究限制

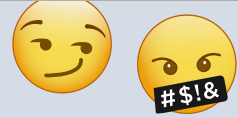
此研究僅通過與中學生的焦點小組及老師和社工的深入訪談獲得質性資料和數據，並透過對其進行分析而得出研究結果。即使在邀請訪談對象時我們儘量涵蓋不同的學校背景，亦難以確保研究所得出的結論能夠客觀代表香港所有中學的校園欺凌情況。因此我們建議教育局或相關政府部門可以按我們的研究結果為基礎設計一份向全港中學生派發的問卷，收集量化數據，以進一步了解他們遇見校園欺凌時的反應與想法。



無法掙脫（創作者：Hins）

2 研究結果

學生則指出若說話方式太過傲慢（「串」），或是太喜歡炫耀自己、貶低他人，也會增加被欺凌的機率



2.1 個人層面

學生對欺凌的定義及成因

根據教育局的資料，一個行為須同時擁有「重複發生、惡意、權力不平衡的狀態」三個表徵²⁶，才能算是欺凌。不過大部分受訪學生對欺凌的定義更為寬廣，只要一個行為帶有惡意，即使沒有重複發生，亦不存在權力不平衡的狀態，也已經構成欺凌。但由於「惡意」難以透過客觀標準量度，學生們因此大多會以當事人的看法為依歸。若一個行為令當事人感到不開心，便會將其視為欺凌。然而以受害者的主觀感受補充對欺凌的定義，往往取決於當事人向外界求助的意願。姑勿論學生以何種方式定義欺凌，他們也一致認為這是一種錯誤的行為，並同意自己在遇到別人被欺凌時有責任向受害者提供幫助。

學生主要將欺凌的成因分為欺凌者和受害者因素兩類，反映在他們眼中，雙方對事件的發生均有一定的責任。欺凌者因素方面，學生主要強調欺凌在校園社交中的影響：不少受訪者相信欺凌者是希望透過這類行為「立威」，藉由欺負學生而強化自己在班上的地位。除此以外，他們亦會將欺凌解讀為一種不成熟的行為，認為欺凌者缺乏妥善處理人際關係的能力，因此與學生發生衝突時只能訴諸暴力或惡言。在受害者因素方面，學生則指出若說話方式太過傲慢（「串」），或是太喜歡炫耀自己、貶低他人，也會增加被欺凌的機率。

這兩類因素在衝突中所佔的比重，往往會影響學生對惡意行為的定性：若他們認為受害者因素佔比較重（即受害者的行為冒犯他人在先），他們更傾向將衝突歸類為正常社交的一部分而不是欺凌。

欺凌三個表徵



學生對欺凌成因的理解與海外的一份研究大致相似。該研究發現，中學生會把重複而帶有惡意的行為解讀為不同社交角色互動之間的合理結果（reasonable results of different social roles），把受害者標籤為異常或錯誤（deviant or wrong），從而將這些行為合理化，亦令欺凌與正常社交之間的界線變得模糊²⁷。

²⁶ 教育局（2020年）《認識欺凌》https://www.edb.gov.hk/tc/teacher/student-guidance-discipline-services/gd-resources/anti_bullying1/index.html。最後瀏覽：2023年5月10日

²⁷ Thornberg R., and H. Delby (2019) How do secondary school students explain bullying? *Educational Research*, 61, 2, 142-160.

遇到欺凌時的反應

學生大多認為欺凌的成因複雜，眼前所見的衝突背後往往隱藏着大量不為人知的恩怨情仇，貿然介入只會令事情更糟。正因如此，他們在遇到欺凌時大多抱着「清官難斷家務事」的心態，不願意隨便干涉，以免進一步激化矛盾。只有當完全了解事情的始末，並確定受害者並非「罪有應得」，他們才會考慮以甚麼方式制止其所遇見的欺凌。受此思維模式影響，學生若遇到不熟悉的人（如學弟/學妹）被欺凌時，他們一般會對是否介入衝突有猶豫，更傾向甚麼也不做。這種心態在學生遇到非肢體欺凌（如言語欺凌、孤立）時更明顯。不少受訪學生也指在這種情況下，作為旁觀者很難分辨眼前的到底是欺凌還是同學間的玩笑，所以除非受害者明確表示不滿並向其他同學求助，否則不會選擇干涉。

旁觀的學生與欺凌者及受害者的關係亦會影響他們遇到欺凌後的反應。旁觀者與受害者的關係較好，他們制止欺凌的意願亦相對較高；即使沒有辦法在當下伸出援手，也會更傾向在事後安慰受害者或向老師或駐校社工求助。值得注意的是，即便學生與欺凌者的關係緊密，也不代表他們會對欺凌視而不見。相反，他們往往會藉着與欺凌者的關係而勸說對方停止相關行為。

儘管學生認為旁觀欺凌時，挺身而出制止加害者是最有效和正確的做法，但要做到這一點並不容易。在大部分受訪學生眼中，挺身而出意味着需要與欺凌者正面衝突，承受被遷怒的風險，因此不是任何人也有足夠的能力和資格充當欺凌事件中的「和事佬」。要能勝任此角色，學生認為需要擁有過人的調解能力，能夠客觀地分析事件，在緩解矛盾的同時又不偏袒任何一方。

除了在當下制止欺凌，在事後為受害者提供安慰，幫助他們收集證據向老師告發加害者，亦是學生認為旁觀者可以提供幫助的方式。然而安慰受害者往往要一定的心理輔導技巧，以免造成二次傷害，向老師或駐校社工舉報則須承擔被加害者報復的風險，因此很多學生在遇到欺凌時也會猶豫自己能否向受害者提供幫助。

在理智層面上，學生普遍認同自己有責任在遇見欺凌時挺身而出。然而當欺凌真的發生時，他們卻會因擔心欺凌者的報復或自身能力不足等原因，未能向受害者伸出援手。這種理論和實際行動間的差距往往會令學生為未能幫忙感到自責，進而出現內疚、焦慮等負面情緒。此外，他們亦會擔心自己會成為下一個被欺凌的目標，並因此感到不安。

2.2 朋輩層面

欺凌者的社交地位對旁觀者的影響

談起欺凌者的特質，受訪學生普遍指出會欺凌別人的一般是班上較受歡迎的學生。這令欺凌者往往能夠與其朋友一起欺負別人，令受害者難以反抗，亦令旁觀者不敢輕易插手。事實上，不少受訪者均表示自己在校園內的社交地位對遇到欺凌時的反應有直接關係。若自己的社交地位和朋友數量與欺凌者相若，其制止或舉報欺凌的意願會增加。反之，若旁觀者認為自己的社交地位不如欺凌者，則會因為擔心招來報復而不敢制止欺凌。而鑑於校園欺凌中大部分情況為多人一同欺負某位學生，即使旁觀的學生願意介入，他們也傾向使用較柔和的方式淡化衝突，如將被欺負學生帶離現場，並避免與欺凌者們產生正面衝突。

朋友對欺凌受害者的保護作用

欺凌事件中，旁觀者選擇干預大多是因為被欺凌的對象是其朋友。旁觀者與受害者的關係，除了影響他們的即時反應，亦會影響他們事後如何支援受害者。若旁觀者與受害者是朋友，受訪學生均表示更大機會會向老師或駐校社工舉報欺凌，並關注校方對欺凌者的處理方式。

除了更願意舉報欺凌，若遇到朋友被欺凌，學生亦更傾向在欺凌發生後主動關注受害者的心理狀況，並給予適當的陪伴及安慰。縱使大部分學生也自認缺乏足夠的能力為被欺負的學生提供正確的心理輔導，但其支援對欺凌受害者依然有一定作用。外國一份研究曾發現被欺凌學生出現抑鬱症狀的機率與其所獲得的朋輩支持（peer support）成反比，反映朋友的陪伴，能有效減低欺凌對青年的心理創傷，令受害者不感到被遺棄²⁸。

2.3 學校層面

欺凌相關資訊不足

不少受訪學生均表示校方會定期舉辦講座（多為一年一次），邀請校外機構派員分享與欺凌相關的資訊，但內容大多流於強調「欺凌是錯的」、「被欺凌應向老師求助」等基本信息，較少提及旁觀者在欺凌事件中可擔當的角色，亦鮮有教授一些實用的調解衝突技巧。在這些講座以外，學生在校園內接觸到與欺凌相關資訊的機會可謂少之又少。有受訪學生指出老師只有在發生欺凌後才會在班上討論此話題，但也僅是強調事件的嚴重性，沒有進一步講解欺凌發生時作為旁觀者可以如何伸出援手，或應向誰求助。

老師不懂如何處理欺凌

訊息的缺乏，往往令學生在遇到欺凌時不知所措。一般來說，他們會將情況告訴相熟的老師，然而不少受訪學生也表示沒有信心老師能夠妥善處理欺凌。這些學生大多指出老師缺乏與欺凌相關的訓練，令他們在收到舉報後不知道該如何處理。有老師會選擇將欺凌淡化為學生間的玩笑，不作任何跟進；有的則只會要求事件中的雙方和解，不對欺凌者作出處分，亦未有安撫受害者的情緒。在一些極端的情況中，老師甚至會指責向其舉報欺凌的學生多管閒事，並反問被欺凌者是否做錯了事情得罪別人。這些不理想的處理手法，很容易讓學生覺得校方並不重視欺凌，降低他們遇見欺凌後向老師求助的意願。

事實上，學生普遍理解老師已有不少事情需要處理，未必有足夠的時間和精力處理欺凌，因此他們並不期望老師的介入能令欺凌完全絕跡。不過他們仍希望校方對這類行為顯示出足夠的重視，將其控制在一定範圍內，令大部分學生不被影響。

面對欺凌，懲罰未必最有效

在欺凌事件上，不少學生均強調一味懲罰欺凌者並非最理想的處理辦法，並指出停課及記缺點等處分的阻嚇性有限，不但未能制止欺凌者日後繼續有類似行為，甚至有可能令其心生不忿，將怒氣發洩於其他同學身上。有見及此，學生認為校方在處理欺凌事件時應以教育欺凌者為主，讓其明白欺凌

²⁸ Du, C., K. DeGuisto, J. Albright, and S. Alrehaili (2018) Peer Support as a Mediator between Bullying Victimization and Depression. *International Journal of Psychological Studies*, 10, 1, 59-68.

所帶來的傷害，令其不再作出類似行為。在事件過後，學生亦期望校方能夠繼續監察情況，防止欺凌再次出現。

社工作用有限

社會福利署於2019/20學年在全港中學推行「一校兩社工」政策時，其中一個目的是「加強對學校社工在處理複雜（欺凌）個案方面的督導支援」，然而在學生的眼中，社工在處理校園欺凌上能夠擔當的角色可謂非常有限。不少受訪者均表示駐校社工缺乏處理欺凌事件的權力，既不能要求各方（即欺凌者、受害者、旁觀者）交代來龍去脈，又不能向欺凌者進行教育或懲罰。有見及此，學生大多僅將社工視為輔助角色，將其作用局限於為欺凌中的受害者提供心理支援，鮮有在遇到欺凌時向他們求助。

2.4 社會層面

網絡欺凌影響大，但難以處理

與其他欺凌模式相比，網絡欺凌傳播速度快、跨越地域限制、難以完全刪除等特質令其所造成的影響更大，但受訪學生普遍認為這是旁觀者最難伸出援手的一種欺凌。這是因為在遇見網絡欺凌時，學生往往欠缺有效的方式幫助受害者。當他們嘗試向校方舉報時，老師或會以事件並非發生在校園內而拒絕跟進；而在社交媒體上舉報欺凌內容亦難以將其刪除，阻止惡意訊息繼續散播。

警方對制止欺凌有幫助，惟學生報案意願低

受訪學生們普遍認為只有警方才有足夠的能力找出網絡欺凌的始作俑者，並責成社交媒體平台將有問題的帖文刪除，但他們並不願意透過此途徑處理網絡欺凌。這是因為報案需要接受警方的盤問，並很大機會牽涉到家長，對學生來說太過麻煩，令他們對此有所抗拒。

2.5 小結

從以上研究結果，我們可歸納出十個重點：

1. 學生對欺凌的定義較教育局寬廣，主要考慮行為是否帶有惡意，以及受害者的情緒。
2. 學生將欺凌成因分為欺凌者和受害者因素，兩者在衝突中所佔的比重會影響他們對惡意行為的定性。若後者佔比較重，學生傾向將衝突視為正常社交而非欺凌。
3. 旁觀者是否了解事情始末、與欺凌者和受害者的關係、是否具能力調解衝突，均影響其介入欺凌的意願。學生亦對應否為受害者提供安慰及協助舉報感到猶豫。
4. 欺凌者和旁觀者的社交地位高低不同會影響後者是否願意介入欺凌以及其介入的方式。
5. 若受害者是其朋友，旁觀者會更願意舉報欺凌並關注校方的處理方式，以及陪伴和安慰受害者。
6. 學校較少提供有關旁觀者的角色和實用調解技巧等資訊。
7. 老師缺乏時間和技巧處理欺凌，減低學生的求助意願。
8. 學生認為校方應以教育而非懲罰為主的方式處理欺凌者，並應持續監察情況。
9. 社工缺乏權力處理欺凌，只能提供心理支援。
10. 學生缺乏有效渠道幫助網絡欺凌受害者。此外，雖然他們認為警方有能力制止欺凌，但因感麻煩而抗拒報案。

3

政策建議

按上文的研究發現，我們提出八項具針對性的建議，期望在個人層面教授學生應對欺凌的技巧及提升其自身抗逆力；在朋輩層面建立關愛的支援團隊和增加彼此凝聚力；在學校層面強化相關培訓內容和要求，並設立有效的處理機制；在社會層面加強學校、警方和社交媒體打擊網絡欺凌的合作。

3.1 個人層面

建議一

教授學生基礎心理輔導及衝突調解技巧，助緩解同學間矛盾，給予受害者精神支持

不少學生均表示他們遇見欺凌不敢干涉，往往也是因為自覺能力不足，介入只會令事件越來越糟，甚至被牽連其中。除此以外，學生亦會憂慮自己不善言辭而不敢安慰欺凌事件中的受害者，唯恐說錯了話，對其造成二次傷害。這些顧慮反映學生在遇到欺凌時並非不願伸出援手，而是缺乏相關的能力和信心。

鑑於不少學生在焦點訪談中反映，現時學校安排、與欺凌相關的講座大多只是重複一些基本資訊，並非能提升他們應對欺凌的能力。因此校方可考慮更好地利用這些時間，為學生提供培訓，幫助他們掌握基礎的心理輔導及衝突調解技巧，讓他們有信心在遇到欺凌時能夠作出正確的行動，緩解同學間的矛盾，並給予被欺凌者精神上的支持。若有需要，校方可委託相關專業團體制訂內容以至安排課程。

建議二

以「全校參與」理念增強學生抗逆力，減低欺凌所造成的影響

要增加學生遇到欺凌時向他人求助的意願外，提升其抗逆力（resilience）亦是重要的一環。正如美國一份研究指出，學生的抗逆力越高，欺凌對其造成的影響越小²⁹。儘管近年本港教育界越發重視青年的抗逆力，並積極推動正向教育，但受課堂時間緊迫以及學校傳統重紀律的訓育及輔導模式所限，相關概念仍未融入至課程當中，教育制度以外的其他持份者亦難以參與培養學生的抗逆力³⁰。我們建議學校可考慮按照《價值觀教育課程架構》，培養學生情緒表達及管理能力，並改變現時以訓導為主的教育模式，採用更重視與學生建立良好互信關係的「全校參與」教育理念。

²⁹ Hinduja, S., and J.W. Patchin (2017) Cultivating youth resilience to prevent bullying and cyberbullying victimization. *Child Abuse and Neglect*, 73, 51-62.

³⁰ MWYO (2020) 《香港青年抗逆力政策研究》 <https://mwyo.org/attachment/cms1/cms1Pdf/1621842610sOnYy.pdf>。最後瀏覽：2023年5月10日

3.2 朋輩層面

建議三

設立「朋輩支援小組」，以化解衝突、提供情緒輔導及建立友好關係

學生面對欺凌時的反應往往取決於受害者有否向其求助。然而不少本地調查均發現學生在遇到欺凌時的求助意願不強³¹，所以旁觀者很多時候也不知道自己應否給予幫助，只能選擇沉默以對。正因如此，推動學生被欺凌時主動向其他人士尋求幫助，將能有效地驅使旁觀者在遇見欺凌時伸出援手，降低欺凌所造成的傷害。鑑於澳洲有研究曾發現社交能力 (prosocial skills) 較弱的學生被欺凌後較少向別人求助³²，我們建議學校設立「朋輩支援小組」，挑選班長及學生代表等在班上擔當領導角色的學生，由社工或心理學家教授基本的情緒輔導及處理人際衝突技巧。在接受培訓後，這批學生將在校園內擔當同伴支持者 (peer supporter) 的角色，在遇到欺凌事件時主動化解雙方的衝突，並為受害者提供情緒輔導。此外，「朋輩支援小組」的成員亦應主動接觸班上社交能力較弱的學生，與他們建立友好關係，讓他們知道自己並不孤單，在被欺凌時可向支援小組的成員求助。

同伴支持者能夠有效幫助被欺凌的學生面對欺凌，令學生在校園內感到更安全和更有歸屬感³³；亦能發揮領導者的作用，帶動班上其他學生對欺凌的認識和重視，增強學生的同理心，令他們遇見欺凌時更願意舉報和保護受害者^{34、35}。以英國一項研究為例，研究人員發現引入同伴支持者制度 (peer support system) 的學校裏，只有15%的學生在被欺凌後不會向他人舉報，比率遠低於其他學校的30-50%，反映此制度有效將舉報欺凌這一行為正常化，令無論受害者還是旁觀者都願意反抗欺凌³⁶。

此政策建議與教育局的「和諧大使」計劃³⁷有一定相似之處，但與該計劃不同的是，我們認為大使並不局限於高年級的學生。事實上，高中學生需要面對繁重的課業，未必有足夠的時間與低年級的學生建立關係，而面對這些素未謀面的高年級學生，被欺凌的學生或不願意向其傾訴，因此讓一定數量的初中學生成為同伴支持者也有必要。此外「朋輩支援小組」亦更重視成員在支援欺凌受害者以外所能發揮的作用，如增加班上的凝聚力，讓更多同學知道遇到欺凌時可如何伸出援手。當然，若遇上更嚴重的情況，支援小組有責任上報校方，務求儘快處理問題。

³¹ 善導會 (2007)《認識欺凌》；Chan, H.C.O., and D.S.W. Wong (2017) Coping with cyberbullying victimization: An exploratory study of Chinese adolescents in Hong Kong. *International Journal of Law, Crime and Justice*, 50, 71-82；香港青年協會 (2010)《青少年問題研究系列：香港中學生網上欺凌研究》

³² Matuschka, L.K., J.G. Scott, M.A. Campbell, D. Lawrence, S.R. Zubrick, J. Bartlett, and H.J. Thomas (2022) Correlates of Help-Seeking Behaviour in Adolescents Who Experience Bullying Victimization. *International Journal of Bullying Prevention*, 4, 99-114.

³³ Cowie H., P.K. Smith (2010) Peer support as a means of improving school safety and reducing bullying and violence. In: *Handbook of Youth Prevention Science*. B. Doll, W. Pfohl, and J. Yoon (eds.). Routledge: New York; 179-195.

³⁴ Cowie, H., and N. Hutson (2005) Peer Support: A Strategy to Help Bystanders Challenge School Bullying. *Pastoral Care in Education*, 23, 2, 40-44.

³⁵ Cowie, H. (2014) Understanding the Role of Bystanders and Peer Support in School Bullying. *International Journal of Emotional Education*, 6, 1, 26-32.

³⁶ Naylor, P. and H. Cowie (1999) The effectiveness of peer support systems in challenging school bullying: the perspectives and experiences of teachers and pupils. *Journal of Adolescence*, 22, 467-479.

³⁷ 香港城市大學 (2011)《有教無『戾』——校園欺『零』計畫：和諧大使服務手冊》

建議四

透過各類型班際活動提升凝聚力，增加學生的互動與互信

是次研究顯示學生和被欺凌者的關係越好，其伸出援手的意願越高。瑞典亦曾有研究指出，當學生將被欺凌者視為其社交圈子的其中一員（in-group）時，他們更願意主動保護及幫助受害者³⁸。我們因此相信提升班級的凝聚力，讓學生把班上同學視為其社交圈的一員，將有助增加他們制止欺凌的主動性。

我們建議學校可舉辦更多各類型的班際活動（如運動會），培養學生的集體榮譽感和班級的凝聚力，增強學生之間的互動與互信，令他們視其他學生為社交圈子的一員，讓他們更願意在遇見欺凌時伸出援手。

3.3 學校層面

建議五

加強教育局資源套內與旁觀者相關的內容，協助師生共同應對欺凌

現時教育局在其網站上提供了一系列與欺凌相關的資源套以供學校參考，當中最詳盡的應屬《和諧校園齊創建》資源套。此文件共分為八個部分，包含了如何評估校內欺凌情況、如何預防及處理欺凌事件等內容，具有很強的參考價值。然而在預防及處理欺凌上，資源套往往聚焦於受害者及欺凌者身上，詳細地描述老師可如何與他們交流，減少欺凌行為的出現，鮮有提及如何協助旁觀者在欺凌中擔任更積極的角色。以資源套的《預防篇》為例，當中提到「袖手旁觀就等於助紂為虐，令欺凌者變本加厲」及旁觀者應「對欺凌者的行為表示不滿，並向受害者施以援手」等觀點，但卻沒有提到在向師長舉報以外，旁觀者可以如何做得更多，亦沒有教導旁觀者應以甚麼方法制止欺凌。

有見及此，我們建議教育局更新《和諧校園齊創建》資源套，在裏面加入更多與旁觀者相關的內容，讓學生懂得在遇到欺凌時可以使用甚麼方法緩解衝突，或在事後可如何給予被欺凌者適當的心理輔導。此外，資源套亦應為校方提供建議，讓其了解旁觀者在遇見欺凌時的掙扎與猶豫，提升學生向師長舉報欺凌的意願（如提供匿名舉報渠道、設立清晰的欺凌跟進程序）。

建議六

要求學校訂立清晰的欺凌處理機制，給予旁觀者更多支援

現時不少學校均沒有公開其欺凌處理程序，令學生即使遇見欺凌後希望舉報，也不清楚應向誰求助，只將情況反映予相熟的教職員。這導致學生在舉報欺凌時要面對一定的不確定性：校方如何處理事件，甚至會不會處理，往往也取決於收到舉報的教職員的個人態度。而在缺乏正確知識以及標準處理程序下，教職員大多傾向讓衝突的雙方達成和解，低調處理欺凌，避免處罰欺凌者，但這處理方式卻容易令學生感到校方不重視欺凌，令他們遇見欺凌後不願意向師長反映。

我們建議學校按照其辦學宗旨及學生的需要訂立清晰的欺凌處理機制，並將其公開予學生、家長及其他持份者查閱。機制應列明學生在遇見欺凌後可如何向校方反映、由哪些教職員專責處理欺凌事件、發生欺凌事件後校方將如何向各持份者（包括旁觀者、

³⁸ Jungert, T., and S. Perrin (2019) Trait Anxiety and bystander motivation to defend victims of school bullying. *Journal of Adolescence*, 77, 1-10.

欺凌者、受害者）跟進等資訊。此外，校方亦應透過機制設立匿名的舉報渠道（如電郵、WhatsApp），讓希望舉報欺凌的旁觀者能夠不用擔心身份被揭露而被報復。

此外，本研究及外國文獻皆發現，欺凌事件中未能伸出援手的旁觀者會感受到煎熬、後悔等負面情緒³⁹，因此校方的欺凌機制除了鼓勵學生透過不同方式干預欺凌（如即時制止、向師長舉報、事後安慰受害者）外，亦應顧及旁觀者的需要，在必要時為他們提供心理支援。

建議七

規定指定教職員及準老師須接受若干時數的處理欺凌訓練，助他們為學生提供正確支援。現時校內欺凌事件主要由社工、班主任和訓導主任負責處理，不過這些教職員未必接受過相關的訓練，令他們收到旁觀者的舉報時未必能夠做出適當的跟進，甚至會指責舉報者多管閒事。

適當的培訓，對教職員能否為欺凌的旁觀者提供正確的支援可謂至關重要，然而現時教育局並未有提供專門應對欺凌的專業訓練課程，而是將相關的內容分散在校園危機應對等課程中。我們因此建議教育局與非政府組織及心理學家等持份者合作，制訂合適的老師培訓課程，內容應涵蓋如何處理旁觀者的求助以及照顧他們的心理需要。

為確保教職員應對欺凌的能力，教育局可考慮規定在工作上較容易接觸到欺凌事件的教職員（如班主任、駐校社工等）每一至兩年須接受若干時數的培訓課程，並與高等院校的教育系商討如何為準老師提供適切的欺凌處理培訓。

3.4 社會層面

建議八

設立青年網絡安全專員，加強學校、警方和社交媒體平台合作

現時當學生遇到網絡欺凌時，他們很難找到合適的途徑獲得援手。若他們選擇向師長舉報，校方往往會以事情並非在校園內發生而拒絕處理，而網絡欺凌者匿名的特點亦令學生難以找到背後的始作俑者，要求他們停止欺凌行為。有學生會選擇向社交媒體平台舉報惡意帖文，但作用亦非常有限。對學生來說，報案或是遇見網路欺凌時應採取的最佳做法，但他們普遍對聯絡警方有一定程度的戒心和抗拒，因此這算不上是最可行的渠道。

要讓網絡欺凌中的旁觀者發揮保護者的作用，學校、警方和社交媒體平台三方的合作至關重要。政府可考慮參考澳洲的做法，設立青年網絡安全專員，專責處理青年網絡欺凌。由於青年網絡安全專員須與學校合作，以便跟進學生的舉報及求助，因此我們建議此角色可與警方的學校聯絡主任配合。青年網絡安全專員的職責有三：一、跟進學校轉介的網絡欺凌個案，要求社交平台/互聯網服務商刪除內容、禁止繼續發布及向受影響青年道歉；二、與學校合作，向學生講解遇到網絡欺凌時可以如何幫助受害者；三、當網絡欺凌行為觸犯法律（如在未獲同意下披露個人資料——起底罪）時，將案件轉交適當警方部門跟進。

³⁹ Hutchinson, M. (2012) Exploring the impact of bullying on young bystanders. *Educational Psychology in Practice: theory, research and practice in educational psychology*, 28, 4, 425-442.

4 結語

「欺凌，一次也嫌多」，這是學生、老師、社工等持份者均極為同意的一句話。然而在口號背後，這次研究中的受訪學生普遍認為欺凌是校園生活中不可避免的一環，即使自己有幸不是受害者，也會認識一些被欺凌的人。遇見欺凌，學生大多期待自己能夠挺身而出，保護受害者，但卻往往因自身（缺乏技巧）或環境（沒有人支援自己）因素而未能伸出援手。透過這次研究，我們對學生在遇見欺凌時不願意干涉的原因有了更深入的了解，並提出了一系列的政策建議，從不同層面提升學生的應對技巧及提供支援的意願，增強學生將來遇到別人被欺凌時能夠給予幫助的能力。

被欺凌者的內心（創作者：雪晴）





關於我們



Thought Leadership on Youth Development

MWYO青年辦公室於2015年成立，是一個以青年為本、獨立運作的民間智庫。在青年教育、生涯規劃、身心健康、公民參與和香港未來五個範疇下，撰寫研究報告和文章、推動社區項目、舉辦工作坊等。團隊積極與不同青年持份者緊密合作，引領各方以新思維促進香港青年發展。

如欲了解更多，或提供意見，請聯絡：

陳宇謙先生 | 研究員

✉ angus.chan@mwyo.org

傳媒聯絡

謝瑋倫 (Alan)

☎ +852 2508 5177

☎ +852 9736 9067

✉ alan.tse@mwyo.org

出版日期：2023年6月

欺「零」何時——從旁觀者角度看中學欺凌問題：

https://bit.ly/MWYO_Jun23_nobullying852



🌐 mwyo.org



📘 facebook
MWYO



📷 instagram
MWYO



放佢上網
起佢底啦!
公審佢!
一定係你有問題先畀人恰!
玩吓啫使乜咁認真!
咁好笑一定要forward俾人!
起佢底啦!
花生!花生!花生!
呢個花名好襯你!
咪咁小氣
咁好笑一定要forward俾人!
乜你咁唔講得笑!
快啲消失
乜你咁唔講得笑!
邊個夠膽幫你?
公審佢!
放佢上網
花生!花生!

