

### 影片三、《校園霸凌，壓垮青少年的致命稻草？！》

<https://youtu.be/4EtwKms4t5c>

國立羅東高級中學 胡敏華老師

#### (一)影片摘要

根據自殺防治中心統計，臺灣有超過 300 萬人曾有被霸凌的經驗，其中一半發生在 10-14 歲，且約有 30 多萬人曾因霸凌想自殺。本片就進入「雲林樟湖生態中小學」拍攝，實地了解中學生對此問題的看法與經驗。

自願報名錄影的同學，都是 15、16 歲，八到九年級的學生。一開始教師播放 17 歲少年西西的故事，是一位被排擠、想自殺的學生真實故事。之後透過小團體，該校教師讓同學們分享經驗(被霸凌、旁觀者)，也嘗試理解霸凌者的想法。最後教師引導大家想想現在已經長大，會如何看待當年的自己？自己還可以怎麼做？是一段非常誠懇對話的過程。

#### (二)核心概念

- 1.霸凌(意義與類型)
- 2.霸凌者的想法
- 3.旁觀者的想法
- 4.霸凌的困境與因應

#### (三)核心提問(根據上述概念設計可能問題)

- 1.霸凌是什麼意思？跟大欺小有什麼不同？
- 2.哪些狀況就叫霸凌？有不同形式的霸凌嗎？
- 3.霸凌是怎麼發生的？
- 4.我看到霸凌事件會怎麼做？我害怕什麼？擔心什麼？
- 5.我為什麼會跟這些人站在同一邊？為什麼我只能旁觀？
- 6.霸凌事件的處理，需要注意哪些問題？

#### (四)相關學科領域與影片之聯結

- 1.社會領域

##### 第二學習階段

主題軸：A.互動與關聯

項目：a.個人與群體

學習內容：

Aa-II-2 不同群體（可包括年齡、性別、族群、階層、職業、區域或身心特質等）應受到理解、尊重與保護，並避免偏見。

##### 第三學習階段

Aa-III-2 規範（可包括習俗、道德、宗教或法律等）能導引個人與群體行為，並維持社會秩

序與運作。

Aa-III-3 個人的價值觀會影響其行為，也可能會影響人際關係。

Aa-III-4 在民主社會個人須遵守社會規範，理性溝通、理解包容與相互尊重。

國民中學階段(公民與社會科)

主題：A.公民身分認同及社群

項目：b.權力、權利與責任

條目：公 Ab-IV-2 學生們在校園中享有哪些權利？如何在校園生活中實踐公民德性？

## 2.綜合活動領域

主題軸 2：生活經營與創新

主題項目：a.人際互動與經營

第二學習階段

學習內容：Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。

第三學習階段

學習內容：Ba-III-2 同理心的增進與實踐。

Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。

國民中學階段

主題軸 1：自我與生涯發展

主題項目：d.尊重與珍惜生命

學習內容：輔 Da-IV-1 正向思考模式、生活習慣與態度的培養。

輔 Da-IV-2 情緒與壓力的成因、影響與調適。

輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。

輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。

主題軸 2：生活經營與創新

主題項目：a.人際互動與經營

學習內容：輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。

## (五)影片運用時機建議

- 1.導師班級經營
- 2.相關學科課程
- 3.教師研習
- 4.親職講座
- 5.情緒教育、自傷防治、生命教育、人際教育等主題之成長團體

## (六)與生命教育議題實質內涵的相關聯結

本片涉及校園霸凌的思考與討論。霸凌本身究竟基於哪些因素？是暴力或是權力不對等的問題？是情緒處理或是公平正義的問題？教師可以在理性上先引導大家思辨霸凌的本質與迷思，其次在霸凌事件中的相關角色，各自都有複雜的期待與內在感受，從加害人、被害人、

國教署生命教育專業發展中心(LEPDC)/公視兒少教育資源網

「以生命教育為本的自我傷害因應與公視影片整合課程」資源手冊 112.07

⑧旁觀者、群眾等都需要理解其可能的心理機制與結構性因素，最後再談到尊重、愛與同理等如何實踐，因為知行合一是最困難的事。

其次基於人是可以思考與改變的，有感受別人痛苦的能力，只是有時會被蒙蔽？如何把道德情感給引發出來？如何真正的實踐愛與同理，本片的真實對話是一種分享，可由此起點做開端引發討論。(參考高中教案三)

### (七)資源推薦(書籍/網站/電影)

- 1.林凱雄譯(2020)。《為什麼好人總是袖手旁觀：揭開讓我們選擇沉默的人性機制》。(原作者：Catherine A. Sanderson)。台北市：商周出版。
- 2.陳宗琛譯(2011)。《漢娜的遺言 13 Reasons Why》(原作者：Jay Asher)。臺北：春天。
- 3.陳嵐(2018)。《霸凌者：從兒童到成人、從校園到社會，15個觸目驚心的血色告白》。臺北：高寶。
- 4.蘇麗娟譯(2018)。《壞種子：THE BAD SEED》(原作者：Jory John, Pete Oswald)。臺北：格林。
- 5.想自殺的孩子怎麼了？——請重視孩子的心理健康 | 親子天下 (parenting.com.tw)  
想自殺的孩子怎麼了？——請重視孩子的心理健康 2017-07-27 留佩瑩
- 6.8 本書替情緒找出口，預防霸凌/主題書單/閱讀/親子天下 (parenting.com.tw)
- 7.電影：《少年的你》，2019年中國青春愛情校園暴力犯罪電影，改編自玖月晞小說《少年的你，如此美麗》，由曾國祥執導，周冬雨、易烱千璽主演。

### (八)參考教案(高中教案三)

課程名稱	不是我的錯？思考旁觀者	設計者	羅東高中胡敏華老師	
使用影片	《校園霸凌，壓垮青少年的致命稻草?!》 <a href="https://youtu.be/4EtwKms4t5c">https://youtu.be/4EtwKms4t5c</a>	實施時間	50分鐘	
適用時機/對象	導師於班級活動時進行反霸凌宣導課程	教學設備	單槍、投影機、	
生命教育議題融入	<p><b>學習主題：</b>價值思辨、靈性修養</p> <p><b>實質內涵：</b></p> <p>生U5 覺察生活與公共事務中的各種迷思，在有關道德、美感、健康、社會、經濟、政治與國際等領域具爭議性的議題上進行價值思辨，尋求解決之道。</p> <p>生U6 覺察人之有限與無限，體會人自我超越、追求真理、愛與被愛的靈性本質。</p> <p>生U7 培養在日常生活中提升靈性的各種途徑，如熱愛真理、擇善固執、超越小我、服務利他。</p>			
學習目標	分析霸凌事件中的旁觀者角色、反思助人的意義與策略			
學習活動設計			時間	學習評量
一、影片觀賞《校園霸凌，壓垮青少年的致命稻草?!》			00:00-01:30	50分鐘
二、思考霸凌事件的旁觀者				

<p>(一)每個人都有兩張不同顏色便利貼，請書寫以下提問(不具名)：</p> <p>1.黃色：寫下自己曾經有過<b>被霸凌或霸凌別人</b>的經驗？對自己有哪些影響？ 若沒有相關經驗，就寫下曾經耳聞的經驗。</p> <p>2.粉色：你曾經有<b>旁觀別人被霸凌的經驗</b>嗎？那時候旁觀的原因？若無經驗也可想想可能是何原因)</p> <p>(二)將每個人的便利貼回收分兩邊不同顏色放置。隨機分給各組：</p> <p>1.拿到黃色便利貼者請<b>歸納</b>霸凌或被霸凌的相關類型與影響。</p> <p>2.拿到粉色便利貼者請歸納旁觀者的理由。</p> <p>(三)各組報告。</p> <p>(四)小結：針對各組報告回應，適度補充霸凌類型與傷害。</p> <p>三、旁觀、錯了嗎？</p> <p>(一)自由提問：旁觀者的理由、及旁觀類型中，哪一項是你最無法接受的，為什麼？(起鬨的、一起動手的、事後安慰的、不敢看躲得遠遠的...)</p> <p>(二)價值移動(請依據你所認為的是或否站到左右兩邊)： 在霸凌事件中，我們一定要拔刀相助；如果袖手旁觀一定就是錯的？</p> <p>(三)分別詢問兩邊的理由。</p> <p>(四)兩邊各 2-3 人歸納理由，並報告。</p> <p>(五)師生討論：義務與超義務的區別，以及助人行為的界線與迷思。</p> <p>(一)補充社會心理學中的旁觀者效應(Bystander effect)，與學生討論看法。</p> <p>(一)補充社會心理學中的旁觀者效應(Bystander effect)，與學生討論看法。</p> <p>(二)根據大家的回應，引導思考真正的幫助與界限。</p> <p>五、反思作業：為了減少霸凌事件，請具體列出你可以在生活中努力做到的三件事，並說明理由、作法與預期效果。</p>		<p>高層次紙 筆評量</p>
<p><b>附錄</b></p>		
<p>附錄一：旁觀者效應 為什麼當意外發生時，旁觀者越多、願意伸出援手的人卻越少？——《哇賽心理學》- PanSci 泛科學</p>		
<p><b>教學提醒</b></p>		
<p>☞本教案可單獨做為教師班級經營或反霸凌宣導討論用。</p> <p>☞以生命教育的內涵融入，可以透過影片引發感受或經驗的回顧，再進一步釐清霸凌事件的影響與相關迷思，建議不是直接進入校規、法令或規訓的教導，也不要只是要求大家維護公理正義，有許多內在的恐懼或掙扎需要跟學生討論，也需要集思廣益想出適合的具體策略與作法。包括什麼才是真正的幫助？我是否能意識到這是危機？我是否覺得我有責任？我有方法？等都需要逐步覺察。</p>		