

跟霸凌說『不』

環安衛中心衛保組 鍾瑾瑜護理師編制

前言

霸凌(英語:Bullying),指的是一種長時間持續的、並對個人在心理、身體和言語遭受的攻擊,且通常霸凌者與被霸凌者之間存在不對等的權力關係,而不敢或無法有效的反抗。霸凌者可以是個人,也可以是群體,透過對受害人身心的壓迫,造成受害人感到憤怒、痛苦、羞恥、尷尬、恐懼、以及憂鬱。而霸凌所帶來的傷害往往是不可逆轉的。霸凌可能發生在校園、職場、甚至在網際網路上。[1]

近年來在媒體版面關於校園霸凌與職場不法侵害的相關新聞層出不窮,甚至有受害者自殘、或是死亡的悲傷結局。霸凌(Bully)的概念有時候容易與開玩笑、打鬧、玩耍混淆。校園或職場中的霸凌常是隱晦且難以證明的,一般來說,玩耍或嬉鬧是沒有惡意的,屬於團體內自然發生的行為,但霸凌則是惡意、具有攻擊性的,而且通常會持續一段時間。霸凌是一種反社會行為,通常會造成受害人心靈創傷、扭曲,也會造成課業成就低落、人際疏離,甚至有可能逼迫受害人產生報復性攻擊行為,或使受害人轉而霸凌他人。[1]

霸凌的種類有哪些?

- 一、言語霸凌：言語的羞辱、恐嚇、嘲笑，取綽號，或取笑或評論對方的身體、性別、性取向。值得注意的是取笑或評論對方的身體、性別、性取向，都屬於性霸凌，情節嚴重者甚至歸類為性侵害。
- 二、社交霸凌：孤立並排擠受害者、散播謠言，和公開羞辱。
- 三、身體霸凌：常見可能藉由推擠、踢、毆打等肢體動作，故意破壞別人的物品，下流或粗鄙的手勢等。[2]

另外依據教育部2010年12月27日所公布的「校園霸凌」之類型與具體型態：

- (1) 肢體霸凌：毆打身體、搶奪財物、.....
- (2) 關係霸凌：排擠孤立、操弄人際、.....
- (3) 語言霸凌：出言恐嚇、嘲笑污辱、.....
- (4) 網路霸凌：散佈謠言或不雅照片、...
- (5) 反擊霸凌：受凌反擊、「魚吃蝦米」...
- (6) 性霸凌：性侵害或性騷擾 [3]

常見霸凌的特徵

通常霸凌不會只是一次性的短期事件，而且欺凌者常常為一位以上的群體敵對行為，透過重複和持續地攻擊，可能是主動的肢體攻擊或言語挑釁、騷擾、嘲笑、羞辱，或是被動的忽略、壓抑，使得受害人感到生氣、痛苦、羞恥、或是恐懼。更糟的是，受害者通常權力、地位低於加害者，長期無力反擊或是週遭的同儕漠不關心，成為靜默的旁觀者，最後導致各種負面的身心靈傷害。[5]

- (1) 本質是口語、身體、心理的；
- (2) 故意使人覺得低劣、引起壓力的行為都算是霸凌行為，因此霸凌行為也可能是被社會所接受的行為，例如在學術、運動、社會的成就競爭；
- (3) 重複地攻擊而造成壓力，非單一的攻擊事件，而是未來也有被攻擊的威脅；
- (4) 權力較大者支配權力較弱的一方。有些學者認為霸凌行為可以放寬解釋為個人空間的侵犯，包括行為上、言語上以及財產破壞等。[4]

霸凌的影響

被害人長久累積下來的壓力，可能會出現煩惱和逃避、焦慮、憂鬱等健康的影響或精神疾患，甚至會將加害者的行為合理化，受害者面臨學業或是職涯的阻斷，或甚至萌生自殺念頭。職場霸凌相關的研究發現，當員工遭受職場霸凌程度愈高時，會導致工作投入的程度降低，造成的影響包括降低生產績效、甚至危害校園或職場工作安全。

面對霸凌的因應策略

防制霸凌需要從小地方做起，師長或行政主管應該主動要觀察、正視校園或職場中的偏差行為，即便只是微小事件，遇到問題應該要積極主動介入，預防遺憾發生。學生遭遇困難可以向導師、教官尋求協助或是透過家長反映。教育部亦成立全國性的24小時投訴專線0800-200-885，也可以透過縣市政府反霸凌投訴專線投訴，例如臺南市可以撥打教育局專線電話(06)295-9023。[6]

若是成大的教職員工受到職場霸凌、不法侵害，則可以向秘書室法制室通報，通報專線校內分機50025。無論是學生或是教職員，都可以撥打校安中心24小時專線電話，校內分機

55555，或是手機、外線電話撥打 (06) 238-1187。另外，成功大學的學生或教職員如果面臨學業或職場心理壓力，可以向學校的心理師諮詢，學校的心理健康與諮商輔導組成立諮商輔導服務e化系統網頁，可以隨時線上預約免費心理健康諮詢。[7]

霸凌的法律責任

包含傷害人之身體或健康、強制、恐嚇等依刑法視情節量刑。

侮辱

依刑法第309條，公然侮辱人者，處拘役或3百元以下罰金。以強暴公然侮辱人者，處1年以下有期徒刑、拘役或5百元以下罰金。

誹謗

依刑法第310條，意圖散布於眾，而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事者，為誹謗罪，處1年以下有期徒刑、拘役或5百元以下罰金。散布文字、圖畫犯前項之罪者，處2年以下有期徒刑、拘役或1千元以下罰金。對於所誹謗之事，能證明其為真實者，不罰。但涉於私德而與公共利益無關者，不在此限。[6]

※參考資源

1. 霸凌。(2018年12月04日)。取自：維基百科 <https://zh.wikipedia.org/wiki/%E9%9C%B8%E5%87%8C>
2. What is Bullying. (2018.12.05) 取自：
<https://www.stopbullying.gov/what-is-bullying/index.html>
3. 如何對付職場霸凌，用這五個動作起來反抗，別讓沉默害死自己。(2018.11.19)。取自：
<https://www.thenewslens.com/article/21922>
4. Glover, D., Gough, G., Johnson, M., & Cartwright, N. (2000). Bullying in 25 secondary schools: Incidence, impact and intervention. Educational Research, 42(2), 141-156.
5. 徐筱嵐(無日期)。校園霸凌行為初探。取自：
<http://www.nhu.edu.tw/~society/e-j/90/12.htm>
6. 教育部防制校園霸凌專區
<https://csrc.edu.tw/bully/>
7. 成功大學心理健康與諮商輔導組諮商輔導服務 e 化系統，預約免費心理健康諮詢：
http://140.116.249.175/CS_NCKU/index.aspx

校園霸凌 勇敢說出來

遇到霸凌，我該怎麼辦？

- 向導師及家長反映 (導師提供聯絡電話或電子信箱給學生及家長)
- 寫信給學校投訴信箱
- 在校園生活問卷中提出
- 打電話給縣市反霸凌專線
- 撥打教育部反霸凌專線0800-200-885
- 到教育部防制校園霸凌專區留言板，留言反映
- 其他管道 (好同學、好朋友、警察)

何謂校園霸凌？ 適用對象：相同或不同學校學生與學生間

行為： 個人或集體持續以言語、文字、圖畫、符號、肢體動作或其他方式，直接或間接對他人為貶抑、排擠、欺負、騷擾或戲弄等行為

結果： 使他人處於具有敵意或不友善之校園學習環境或使他人難以抗拒，產生精神上、生理上或財產上之損害或影響他人正常學習活動之進行

霸凌類型可分為：肢體霸凌、關係霸凌、言語霸凌、網路霸凌、反學霸凌

教育部 關心您

學生事務簡訊

Student Affairs Newsletter



【版權所有，未經同意請勿轉載】

敬請轉知分享或公告週知，謝謝。
如有任何意見或建議，歡迎提供。

發行 | 國立成功大學學生事務處

發行人 | 洪敬富

總編輯 | 林志勝

編輯委員 | 陳高欽 林呈鳳 羅丞巖 古承宗

| 陳孟莉 臧台安 樂鎔·祿璞峻岸

| 王琪珍

執行編輯 | 蘇鈴茱

美編排版 | 蘇鈴茱

校稿 | 鄭進財

地址 | 台南市 70101 東區大學路 1 號

電話 | (06) 2757575 轉 50300

傳真 | (06) 2753851

電子信箱 | em50300@email.ncku.edu.tw

網頁 | <http://osa.ncku.edu.tw/>

2000 年 3 月 5 日創刊 | 2001 年 11 月第一次改版 | 2005 年 02 月第二次改版 | 2007 年 11 月第三次改版 | 2010 年 11 月第四次改版 | 2013 年 2 月起停印紙本，全面採電子報方式發行