**高雄市校園霸凌防制教案設計**

本市為維護學生之學習權、受教育權、身體自主權及人格發展權，全面受理校園霸凌事件通報，學生與家長透過多元管道通報，包括學校師長（導師、教官、行政人員等）、市政府1999專線、教育局反霸凌專線(0800-775885)、反霸凌調查小組信箱（rdec220000@kcg.gov.tw），亦可至市府（四維行政中心1F聯合服務中心）申訴，多元霸凌申訴管道不漏接，顯示本市積極推動校園反霸凌的決心與用心。

依據高雄市106年至110年校園霸凌通報案件數量統計，發現通報案件逐年增加。探究其因素可能係學校親師生對於校園霸凌防制之觀念已廣為建立，案件敏銳度提升，加上本市推動「全案受理機制」（市府多元管道+原受理管道），案件通報流程暢通，使校園霸凌案件現況能真實呈現，降低黑數存在。校園霸凌的範圍包含了語言霸凌、肢體霸凌、關係霸凌、性霸凌、網路霸凌、反擊型霸凌等樣態，分析本市110年1至10月的霸凌案件類別數據，以「肢體霸凌」、「關係霸凌」及「言語霸凌」類別居多，而國中生適逢身心發展劇變之青春期，故有較高之發生率，且多為衝動行為之「言語霸凌」及「肢體霸凌」型態。國小階段則是以「關係霸凌」最多，其次為「言語霸凌」和「肢體霸凌」。但不管何種霸凌樣態，對於被霸凌者、旁觀者、霸凌者都帶來無法抹滅的傷害。

學校教師作為校園第一線教育人員，是預防及減少校園霸凌發生之重要角色。霸凌成案前啟動調查程序，站在第一線的導師往往會承受來自雙方家長、學生們爆發的壓力及不滿；無論被認為是霸凌者、被霸凌者或旁觀者的學生，在調查的過程中常會累績更多的負面情緒，甚至演變成告上法院、投訴教育局或媒體的狀況。學務處、輔導處室的行政人員及教師們也經常在二、三級的輔導過程中耗費更多心力，協助學生及家長安穩並平復情緒。如果我們可以在霸凌發生之前，主動理解學生在班級所遇到的人際困難，協助學生對自己的情緒及班級發生的事有更多覺察，對身邊的同學所表現的行為有更多理解，透過鼓勵學生勇敢表達自己在班級感受到或觀察到的狀態、情緒及想法，我們會發現，許多可能被定義為霸凌行為的背後，學生們已經在人際互動的過程中受到許多負面情緒及行為之影響許久。教育的目的在成就每個孩子，所有學生在校園中的困擾均需給予同等的尊重及照顧，當學生能感受到教師對其人際困擾的理解與接納，會更有意願一同協助同學們在班級所面臨的困境，進一步透過同儕的力量及時伸出援手，帶動班級的良性互動，將降低導師需要耗費無數的心思與體力去糾正學生的不當互動行為的可能，進而鼓動更多「善的蝴蝶效應」。

近年來，國內積極推動校園霸凌防制工作，透過在職進修、校務會議、導師會議或教師研習等，來強化教職員工防制校園霸凌之意願、知能及處理能力。為有效預防校園霸凌，營造班級友善、尊重的學習環境，本市府第550次市政會議紀錄，邀請教育局與衛生局合作，針對各級學校研議設計心理衛生教育相關課程，以落實每學期1小時針對霸凌議題之心理衛生課程，就國高中階段(七至十二年級)、國小高年級(五至六年級)及中低年級(一至四年級)、設計三份適合各教育階段之校園霸凌防制教案設計。以下為國高中階段(七至十二年級)設計校園霸凌防制教案設計，以提供國高中各級學校導師立即上手使用。

**高雄市防制校園霸凌教案設計國高中階段(七至十二年級)**

**友善校園“友”你“由”我**

1. **設計理念：在霸凌發生之前我們可以做什麼？**

平時班級人際互動的摩擦或衝突累積多了，再加上學生間的情緒發酵或群體激化的情況下，很容易演變為校園霸凌事件。導師長時間接觸班級學生，最常處理班級的衝突事件，也更容易發現班上隱微的霸凌行為。如能在班級經營時建立班級友善互助機制，使學生在遇到人際互動困難時能夠即時找信任的教師或同學求援，事件通常都會好轉。同時，若班級發生人際衝突事件，教師能在第一時間給予所有學生情緒支持、尊重及照顧，理解學生在班級所遇到的人際困難，引導學生尊重個別差異，覺察自己與他人情緒，營造友善氣氛，則此衝突事可以成為讓學生成長與懂事的轉機。

「反霸凌教育」應自日常生活紮根，在霸凌發生之前，導師透過班會進行時事分享、繪本或影片觀賞引發學生助人動機，經由活動設計協助學生認識霸凌現象、覺察班級氛圍及自己在班級中的狀況、情緒及想法，以促進班級友善氛圍為目標，建立陽光小天使制度，讓學生們能在善的蝴蝶效應中彼此關懷互助，當學生們能有「對你友善由我做起」的態度及行動，將有效杜絕校園霸凌的現象發生。

1. **活動設計**

|  |  |
| --- | --- |
| **活動名稱** | 友善校園“友”你“由”我 |
| **實施對象** | 7~12年級學生 |
| **實施時間** | 班會、彈性學習時間 |
| **總綱核心素養** | A1身心素質與自我精進　A2系統思考與解決問題　B1符號運用與溝通表達　B2科技資訊與媒體素養　C1道德實踐與公民意識　C2人際關係與團隊合作　 |
| **議題****實質內涵** | [安全教育]安J7了解霸凌防制的精神。[性別平等教育]性J5辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。[人權教育]人J6正視社會中的各種歧視，並採取行動來關懷與保護弱勢。[品德教育]品J1溝通合作與和諧人際關係[生命教育]生J7面對並超越人生的各種挫折與苦難，探討促進全人健康與幸福的方法。 | [安全教育]安U6落實霸凌防制行動。[性別平等教育]性U5探究性騷擾、性侵害與性霸凌相關議題，並熟知權利救濟的管道與程序。[人權教育]人U6探討歧視少數民族、排除異類、污名化等現象，理解其經常和政治經濟不平等、種族主義等互為因果，並提出相關的公民行動方案。[品德教育]品EJU9公平正義。[生命教育]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。 |
| **學習重點** | **學習表現** | **學習內容** |
| 秉持自發、互動、共好的理念，學生能夠覺察班級氛圍以及自己在班級中的狀態，理解透過建立班級友善環境的重要性，進而整合和運用所學，培養解決人際問題並建立自我認同及自助助人的能力。 | 1. 引發自助助人的動機。
2. 建立自我認同與價值。
3. 覺察班級人際線索及自我覺察。
4. 培養小天使之旁觀者介入知能。
 |
| **學習目標** | 認知︰能夠辨識生活中同儕間不友善的相處方式。技能︰面對不友善的對待或相處，能清楚表達自身情緒與想法。情意︰透過自我覺察，願意為營造班級友善環境一起盡心力。行為：透過陽光行動，建立小天使制度，建立班級自助互助系統。 |
| **活動流程** | **時間** | **教學資源及說明** |
| **一、引起動機**引起動機可依班級狀況挑選適合的方式的活動。**（一）**若班級尚未發生霸凌行為，教師在班級經營時可以鼓勵同學培養培養創造力、同理心及社交技能，並發展因應的互動及策略，並引發同學的同理心，提升助人動機，營造班級友善環境。**1.時事或事件**★教師提問: yes123求職網2021/10/29的報導:「20種工作」在10年後恐式微消失！　AI將取代四分之一人力。1. 你觀察到哪些工作容易被AI取代?(網站資訊: 「產線作業員」、「售票員」、「加油站人員」，以及「量販店、超商店員」、「客服人員」
2. 哪些工作不容易被AI 取代？

★教師說明:工商時報書房編輯2021.07.19報導，未來AI 可能仍然無法完全掌握的能力，包含:創造力、同理心、靈活性、社交技能及高度策略的活動。人跟AI最大的差異是，人有溫度，當我們可以讓自己在人際互動上具有同理心、社交技能、並有創造力地發展因應策略，將讓自己在未來具備AI無法取代的能力。**2.短片**★教師提問:從短片中，同學們感受到甚麼?★教師說明:看見別人的困難時願意伸出援手，我們就在理解別人的困難中發揮了同理心，讓善的心念傳遞出去。善的心念就像個迴力鏢一樣，不知不覺地會影響身邊的人，同學們在善的循環中讓彼此成為更好的人。或許有一天，善的行動也會回到我們身上，我們可以一起讓善的心念、善的行動擴大。**（二）**若班級已有發生人際衝突、或可能會演變成霸凌事件，教師在班級經營時可以選擇1.播放或舉例時事、新聞事件、學校事件鼓勵同學培養創造力、同理心、社交技能，並發展人際因應的互動及策略；2.透過助人的短片引發同學的同理心，提升助人動機，營造班級友善環境。3.透過人際關係或霸凌繪本，協助同學覺察、理解負面的人際互動，了解霸凌事件會造成的負面影響。**1.時事或事件(如前述說明)****2.短片(如前述說明)****3.繪本**★教師提問:從繪本《是誰搶走了我的名字》中，請問同學們認為最後的空白結局發生了甚麼事?★教師說明:繪本中的主角，最後因為有你的關心，而可能做了不一樣的選擇。真誠的關心、溫暖的問候，都可能讓正面臨困難的同學得到支持與力量。 | 10分鐘 | 建議教師可依班級狀況持續收集時事、繪本和短片，建立適合引起動機的活動資源。**1.時事範例**播放或舉例時事、新聞事件、學校事件，鼓勵同學培養自我認同及自助助人的能力。1. yes123求職網2021.10.29

「20種工作」在10年後恐式微消失！　AI將取代四分之一人力[https：//finance.ettoday.net/news/2112139](https://finance.ettoday.net/news/2112139)1. 工商時報 書房編輯2021.07.19

哪些工作不容易被AI 取代？[https：//ctee.com.tw/bookstore/selection/488487.html](https://ctee.com.tw/bookstore/selection/488487.html)**2. 短片範例**依班級情況挑選適合的影片，鼓勵同學培養同理心及自助助人的能力。1. 泰國動人廣告，短短3分鐘卻如此感人

[https：//www.youtube.com/watch?v=ViwrdrmVqBU](https://www.youtube.com/watch?v=ViwrdrmVqBU)1. Erste Christmas Ad 2018： What would Christmas be without love?

[https：//www.youtube.com/watch?v=Icx7hBWeULM](https://www.youtube.com/watch?v=Icx7hBWeULM)1. Noah and the Whale, Give a Little Love-把愛傳出去-善的良性循環

 <https://www.youtube.com/watch?v=zb-uggZAF1o>1. 善的迴力標 One Day

[https：//www.youtube.com/watch?v=OuG8qvYVrEI](https://www.youtube.com/watch?v=OuG8qvYVrEI)1. Lead India - The Tree

[https：//www.youtube.com/watch?v=GPeeZ6viNgY](https://www.youtube.com/watch?v=GPeeZ6viNgY)1. 無名英雄-施比受更有福

[https：//www.youtube.com/watch?v=B0kK90lSPjg](https://www.youtube.com/watch?v=B0kK90lSPjg)**3.繪本範例**依班級情況挑選適合的繪本，鼓勵同學對霸凌事件有所覺察，並培養同理心及關懷同學的善念。1. 是誰搶走了我的名字
2. 不是我的錯
 |
| **二、發展活動****填寫班級溫度計****(一)人際互動線索覺察**★教師說明:老師很關心每一位同學在班級和同學們互動的狀況，很希望有機會可以跟大家一起討論，如何彼此互相關心及支持打氣。你在班級的狀況如何呢?請先勾選符合自己狀況的選項。填寫人際互動線索覺察，協助學生覺察班級及自己的狀態。**(二)情緒覺察**★教師說明:同學在班級的狀態及會採取的行動、感受都需要被理解。當你對自己在班級的人際互動線索覺察後，感受一下，你通常會有哪些情緒?老師很重視你的情緒及想法，請你依自己實際感覺圈選:非常不符合圈1、大部分不符合圈2、普通圈3、大部分符合圈4、完全符合圈5填寫「情緒覺察」，同理同學在人際互動中可能會遇到的人際困擾，寫下自己的情緒及想法。**(三)陽光行動：小天使邀請**★教師說明:人際間的相處一開始大部分都只是很單純、很不經意的言行舉動，如果我們在一開始就對身邊發生的事有更多的覺察，對身邊的人有更多的理解，我們可以透過同學們的力量、及時伸出援手，鼓動更多「善的蝴蝶效應」，營造班級友善、尊重的學習環境。填寫「陽光行動」，鼓勵同學透過自我覺察，願意為營造班級友善環境一起盡心力，成為班級小天使，在表單中勾選願意擔任小天使的意願。 | 30分鐘（國中）35分鐘（高中） | **附件一：「班級溫度計」*** 進行**「人際互動線索覺察」**時不定義學生是霸凌者、旁觀者、被霸凌者，以鼓勵學生覺察班級人際互動線索為主。
* 當學生勾選左邊欄位的狀況時，表示該學生在班級的適應屬於較良好的狀況。
* 中間及右邊欄位的1-6題，分別為關係霸凌、語言霸凌、肢體霸凌、網路霸凌、性霸凌、反擊型霸凌等樣態的舉例或霸凌行為前期可能會有的情況，當學生有勾選中間及右邊欄位時，班級可能已有人際衝突或霸凌狀況發生；但許多可能被定義為霸凌行為的背後，學生們已經在人際互動的過程中被彼此的負面情緒及行為影響、干擾許久，所有學生在班級中感受到的困擾均需要給予同等的尊重及照顧。
* **「情緒覺察」**以理解學生在班級所遇到的人際困難為主軸，協助學生表達自己感受到的狀態、情緒及想法。
* 當學生能感受到老師對其人際困擾的理解後，會更有意願參與陽光行動。
* 如果教師發現學生有嚴重情緒困擾或表達需要有人可以聊聊時，可尋求學務處、輔導室協助，必要時進入二、三級輔導。
* 小天使的類別視班級狀況及需要調整。
1. 若班上有高關懷學生，如自閉症、過動、精神疾患、情緒障礙、情緒困擾、人際困擾等個別需要協助的學生，初期時安排陪伴小天使即可。必要時可請輔導老師或特教老師進行入班宣導。
2. 若班級已發生霸凌、嚴重人際衝突、危機事件，可徵求下列三種小天使：

＊陪伴小天使（協助高關懷學生穩定）。＊通報小天使（有衝突時負責通報導師、輔導室與學務處）。＊安定小天使（安撫情緒受影響的其他同學）。 |
| **三、總結活動**1. 如果覺察自己有不舒服的感覺，勇敢求助，以進行後續的心理輔導與情緒照顧。
2. 感謝同學願意對班級及自己的狀態有更多的覺察，透過班級溫度計活動，鼓勵大家一起加入陽光行動，讓自己及同學們都能在友善的班級中彼此關懷協助，培養創造力、同理心、社交技能，並能發展高度策略性活動，讓自己在未來具備自助助人的能力。
3. 願意擔任陽光小天使的同學，之後將依照意願進行任務分組進行訓練，一起為營造班級友善環境盡份心力。
 | 5分鐘 |  |
| **四、延伸活動****(一)短片**透過國內外的相關短片，肯定同學們的助人動機及行為，創造更多善的循環。**(二)小天使訓練****1.陪伴小天使+通報小天使+安定小天使任務訓練**針對班級發生衝突或危機事件時，各組小天使可依照需求，立即進行任務的訓練。**2.高關懷學生+陪伴小天使**針對高關懷學生在班級容易引發同學們感到不舒服的狀態，讓陪伴小天使與高關懷學生進行人際互動技巧訓練。**(三)小天使表揚**讓所有小天使及班級同學的陽光行動得以被看見並表揚，同時也讓高關懷學生感受到班級友善氛圍，共同創造班級友善環境，善的循環“友”你“由”我。 |  | **短片範例**1. Noah and the Whale, Give a Little Love-把愛傳出去-善的良性循環

<https://www.youtube.com/watch?v=zb-uggZAF1o>1. Lead India - The Tree

[https：//www.youtube.com/watch?v=GPeeZ6viNgY](https://www.youtube.com/watch?v=GPeeZ6viNgY)1. 無名英雄-施比受更有福

[https：//www.youtube.com/watch?v=B0kK90lSPjg](https://www.youtube.com/watch?v=B0kK90lSPjg)**附件二「陽光行動教戰守則」*** 協助高關懷學生在信任的陪伴小天使陪同下進行人際互動技巧訓練，降低對班級同學的干擾行為，亦可促進正向的班級氛圍。
* 學生在理解班級發生人際衝突或危機事件時可以有策略地採取行動，並有效率地尋求導師、學務處、輔導室資源，進行系統合作，會更有動力及創造力執行各項任務。

**附件三:「小天使表揚」紀錄單*** 在進行小天使訓練及人際互動技巧訓練1-2週後，可再集合所有小天使，各組分別填寫「小天使表揚」紀錄單，了解各組執行任務的困難，並讓小天使公開念出所有善的舉動，給予掌聲肯定。
* 建議期末時，擔任陽光小天使的同學可以記嘉獎或給予志工時數
 |

1. **霸凌防制相關資源**

|  |
| --- |
| 【霸凌防制宣導網站】 |
| ❖教育部防制校園霸凌專區 [https：//bully.moe.edu.tw/index](https://bully.moe.edu.tw/index)❖我有我的罷免權（兒福聯盟） [https：//antibullying.children.org.tw/activity/video](https://antibullying.children.org.tw/activity/video)❖停指吧！別用手指霸凌人！（兒福聯盟FB） [https：//www.facebook.com/childfirst/videos/1035384916978473/](https://www.facebook.com/childfirst/videos/1035384916978473/)❖你以為你有做就對 （兒福聯盟FB） [https：//www.facebook.com/childfirst/videos/762665024164439](https://www.facebook.com/childfirst/videos/762665024164439)[/](https://www.facebook.com/childfirst/videos/762665024164439/) |
| 【霸凌防制宣導影片】 |
| ❖教育部防制霸凌影音專區 [https：//bully.moe.edu.tw/activity/123](https://bully.moe.edu.tw/activity/123)❖「你曾遭受霸凌嗎？」被霸凌者的真實告白 [https：//www.youtube.com/watch?v=6OosDHjRg7w](https://www.youtube.com/watch?v=6OosDHjRg7w)❖教你如何停止言語霸凌? [https：//www.youtube.com/watch?v=bNrWxl4MtyI](https://www.youtube.com/watch?v=bNrWxl4MtyI)❖為什麼，我們會指責受害者，而非加害者呢？ [https：//www.youtube.com/watch?v=jHZ7faTTaqA](https://www.youtube.com/watch?v=jHZ7faTTaqA)❖如何走出霸凌傷痛？ [https：//www.youtube.com/watch?v=Ta3w6caVN18](https://www.youtube.com/watch?v=Ta3w6caVN18)❖關於霸凌：一個要親身經歷才能體會的事 [https：//www.youtube.com/watch?v=BZD0zL-uqGE](https://www.youtube.com/watch?v=BZD0zL-uqGE)❖請你不要太過份 （從kuso到校園霸凌）（愛學網） [https：//stv.naer.edu.tw/video.jsp?p=256745](https://stv.naer.edu.tw/video.jsp?p=256745)❖青年發展基金會（蕭敬騰-反霸凌,我挺你） （上）[https：//www.youtube.com/watch?v=r1qeo17ig44](https://www.youtube.com/watch?v=r1qeo17ig44) （中）[https：//www.youtube.com/watch?v=M7q\_WRupzl8](https://www.youtube.com/watch?v=M7q_WRupzl8) （下）[https：//www.youtube.com/watch?v=erfzd-XnrGI](https://www.youtube.com/watch?v=erfzd-XnrGI)❖你如何定義你自己？麗滋（Lizzie Velasquez）TED演講 [https：//www.youtube.com/watch?v=rN9Qjaj3CYw](https://www.youtube.com/watch?v=rN9Qjaj3CYw) |
| 【同理心/助人影片】 |
| ❖泰國動人廣告，短短3分鐘卻如此感人[https：//www.youtube.com/watch?v=ViwrdrmVqBU](https://www.youtube.com/watch?v=ViwrdrmVqBU)❖Erste Christmas Ad 2018： What would Christmas be without love?[https：//www.youtube.com/watch?v=Icx7hBWeULM](https://www.youtube.com/watch?v=Icx7hBWeULM)❖ Noah and the Whale, Give a Little Love-把愛傳出去-善的良性循環 <https://www.youtube.com/watch?v=zb-uggZAF1o>❖善的迴力標 One Day[https：//www.youtube.com/watch?v=OuG8qvYVrEI](https://www.youtube.com/watch?v=OuG8qvYVrEI)❖Lead India - The Tree[https：//www.youtube.com/watch?v=GPeeZ6viNgY](https://www.youtube.com/watch?v=GPeeZ6viNgY)❖無名英雄-施比受更有福[https：//www.youtube.com/watch?v=B0kK90lSPjg](https://www.youtube.com/watch?v=B0kK90lSPjg)❖遺產小故事<https://www.youtube.com/watch?v=TtvUn2PR8cs&list=PLBm0YXkn2qu5HdqPdKOAD2e0JcWA9WYlJ&index=4> |
| 【霸凌議題相關繪本】 |
| ❖ TÀSSIES(2019)。是誰搶走了我的名字。(小天下)❖[雷．克里斯強森](https://search.books.com.tw/search/query/key/%E9%9B%B7%EF%BC%8E%E5%85%8B%E9%87%8C%E6%96%AF%E5%BC%B7%E6%A3%AE/adv_author/1/)(2016)。不是我的錯。([和英](https://www.books.com.tw/web/sys_puballb/books/?pubid=develop))❖亞歷山卓. 桑納(2014)。我很壞很壞。(小熊文化)。❖Kroll S.(2011)。我不喜歡妳這樣對我!。(大穎文化)。 ❖盧慶實(2021)。我不喜歡妳這樣對我 ︰遠離言語傷害、肢體暴力、網路攻擊與威脅的校園 霸凌。采實文化 。(原著出版於2020)。 ❖你不可以欺負我!【大穎文化出版】 ❖Higgins M .(2019)。不!我不喜歡被捉弄。和平國際文化。(原著出版於 2016年) ❖Doering A.(2019)。不!我不喜歡被恐嚇 。和平國際文化。(原著出版於 2015年) ❖Higgins M.(2020) 。不!我不喜歡這種玩笑。和平國際文化。(原著出版於 2016年)❖Higgins M.(2020)。不!我不喜歡被推撞。和平國際文化。(原著出版於 2016年) ❖Kinde J. D.(2014)。欺負別人一點也不好玩。大穎文化。(原著出版於2014年) ❖Frankel E.(2014)。遇見霸凌，我要裝作沒看見嗎? 。大穎。(原著出版於2012年)。❖Frankel E.(2014)。我被霸凌了，怎麼辦? 。大穎。(原著出版於 2012年)。 ❖Frankel E.(2014)。其實，我不想霸凌別人。大穎。(原著出版於 2012年) |

|  |
| --- |
| **【情緒與人際相關繪本】** |
| ❖康娜莉雅‧史貝蔓(2018)。我的感覺系列。親子天下。❖Louise G.(2020)。史賓奇生悶氣。台灣東方。❖Katja R.(2000)。是蝸牛開始的。三之三出版。❖Anna W.(2017)。烏雲先生。三之三出版。❖Didier l.(2014)。菲力的17種情緒。米奇巴克。❖[布里姬特．溫尼格](https://search.books.com.tw/search/query/key/%E5%B8%83%E9%87%8C%E5%A7%AC%E7%89%B9%EF%BC%8E%E6%BA%AB%E5%B0%BC%E6%A0%BC/adv_author/1/)(2001)。波利為什麼要吵架。上人。❖[Manuela](https://search.books.com.tw/search/query/key/Manuela%2BOlten/adv_author/1/) O.(2008)。好友朋友就是這樣嘛。大穎文化。❖Farideh K.(2008)。隱形男孩:我會守規矩。飛寶。❖Nadine B.(2011)。不能沒有你。小天下。❖Eva M.(2011)。誰來晚餐。格林文化。❖David C.(2016)。打架的藝術。上誼文化。 |