

重新打造沒有恐懼的校園

文／番紅花（親職作家）

兩個孩子從小就跟著我看卡通和各種不同類型的劇情片、紀錄片，上了高中以後，非但不再仰賴媽媽選片，還經常推薦我「必看好片」。日劇《法醫女王》就是其一，確實每一集都高潮起伏又緊湊，既有高度娛樂性，又緊扣當代社會面貌，難怪在日本獲得多項大獎肯定。

多關心暗角哭泣的孩子

有一集是關於初中校園霸凌的悲劇。過去我們多認為霸凌局限在肢體霸凌和言語霸凌，但隨著網際網絡的改變，「關係霸凌」也成為孩子們在學校最恐懼、最擔憂的霸凌型態之一。

根據兒童福利聯盟從二〇〇四年開始對校園霸凌現況做調查，連續五年的調查數據顯示，國內約有一成的中小學生處於被霸凌的困境中。當孩子被霸凌時，他們不一定會告訴父母，霸凌可能為孩子帶來逃家、逃學、自殺、飲食不正常、自尊降低、時常焦慮不安、悲觀等傷害隱憂，不知情的父母不能及時伸出援助，許多孩子日復一日在被霸凌的幽暗中驚懼度日。

當父母發現孩子被霸凌時，一定心痛憤怒、寢食難安。一個被霸凌的孩子，表示在班上至少群集了好幾個加害者。霸凌情況不受控制的話，有可能剝奪人命，所以我們不能只關心自己的孩子會不會被霸凌，我們也應該高度關注我們的孩子在學校裡，是否友善、關懷身邊的同學，我們必須經常提醒孩子「在精神和肢體上都不



可以成為施暴的人」，「別把霸凌當作只是開個玩笑」。

我身邊好幾個好友的孩子，都在小學和國中階段無辜成為被霸凌的對象，這社會上普遍存在著一個謬誤的思維：「你必然是做錯了什麼，所以同學才會看不順眼，聯合起來排擠你。」

當父母或其他人有這種想法時，對於被霸凌的孩子，又形成了二度傷害。「霸凌」是一種暴力的、不可取的行為，所以它不應該被合理化，人們也不應該去檢討或懷疑被霸凌者究竟做錯了什麼而招致霸凌。

阻止霸凌別再袖手旁觀

我們不妨和孩子討論，就算別人做錯了什麼，就可以成為霸凌他的理由嗎？更多時候，那個被看上、被嘲笑、被欺負的孩子，往往是因為他像是一顆軟柿子般最沒有反擊

的力道，一如那善良、貼心的玫瑰少年葉永鈺，他什麼也沒做錯，卻在校園生活裡受盡同儕的歧視與霸凌。

「當孩子遇到校園霸凌時，父母如何做適當的處理？又如何教導孩子正確保護自己的觀念呢？」這幾年我收到不少此類來自父母椎心的求救訊息，學校早已不再是理所當然的安全場域，「校園霸凌」在全球各角落正以隱形、殘酷、折磨的慢節奏，摧毀無數中小學生本應燦如黎明的人生。如果你夠「幸運」，你會知道你的孩子正被霸凌。根據學者專家的研究與統計，多數被霸凌的孩子因為受要脅與深度的恐懼，往往將「被霸凌」的種種深埋在心底，他獨自承受這巨大傷害，像身體裡躲著一隻又一隻的鼠，冷酷無聲地啃齧他幼小的心靈。

我們不能不關心「霸凌」這議題，不僅是為了保護自己的孩子免於被霸凌，同時，霸凌現象的嚴重，也高度意味著正有許多孩子成為霸凌的加害者，而那會不會就是我的孩子呢？如果我的孩子不是霸凌的加害者，那麼他會不會是一個冷漠、選擇忽視不介入的旁觀者呢？更或者，他有沒有可能是一個隨波逐流的助勢者？

當班級的霸凌現象發生，我是要鼓勵我的孩子獨善其身、避免惹怒勢力盛大的那一方，還是應該鼓勵孩子成為一個「挺身者」，選擇站在雞蛋的那一邊，出面制止霸凌、跟師長報告呢？愛孩子、保護孩子的你，會怎麼做？

站出來發揮正義的力量

孩子被霸凌的方式不再僅限於教室內的關係孤立，隨著網路科技和通訊工具、軟體的發達，讓霸凌的戰場從上課時間拉長到放學後的每一刻，透過 Line、IG 和臉書，使成群結黨的學生持續在網路上展開言語的霸

凌。我曾經觀察過，那些在社群上戲謔嘲諷弱勢同學者，其中也有備受父母疼愛的孩子，他們外表乾淨有禮，在鍵盤上毀壞同學的力道卻毫無猶豫地殘酷……。

多與孩子討論，最近班上有沒有同學正被排擠、被霸凌？如果有，那是誰？加害者又是誰、有多少人？他們用哪些方式霸凌？老師知不知道？你怎麼做？你有沒有出面制止、伸出援手？你覺得大人能提供哪些協助嗎？更重要的，孩子你是否正面臨被霸凌的痛苦而不敢說、不能說……？

美國自一九九九年制定「反霸凌法」至今，歐美國家將「校園霸凌」視為公民議題的展現，加拿大自二〇〇八年發起「粉紅T恤日」(Pink Shirt Day)運動，許多孩子自發性地在二月某天，穿戴粉紅色衣服或配件到學校，以此宣示自己「反霸凌」的態度。

這是一股由孩子自身所展現出來的相對強悍的正義力量，不僅不加害他人、也不當一個沉默冷漠的旁觀者。只有當「反霸凌」成為全民運動，「校園友善」的理想才有可能實現，才不會有數以萬計的孩子在暗夜噩夢中驚駭哭泣，帶著低自尊與恐懼，痛苦成長，甚至提早殞落。 ❀

北區生涯導航講座

時間：110年4月16日(五)晚上7:00-9:00

講題：**陪孩子走對的路**

講師：盧蘇偉 潛能激發專業講師

地點：新北市汐止國中 汐止區大同路二段394號

時間：110年5月4日(二)晚上7:00-9:00

講題：**生命之旅—找到天賦才華所在**

講師：樊雪春 臺灣師大學生輔導中心諮商督導

地點：新北市新泰國中 新莊區新泰路359號

洽詢：泰山文化基金會02-25017722

公務人員可認證2小時終身學習時數