



財團法人中華民國兒童福利聯盟文教基金會

改變從我開始-反霸凌校園宣導服務 報名簡章

壹、前言

「霸凌」是一個長期存在於校園的問題，係指蓄意且具傷害性的行為，通常會持續重複出現在固定孩子之間的一種欺凌現象。兒童福利聯盟（以下簡稱兒盟）自民國 93 年提供哎啲喂呀兒童專線服務以來，經常接到孩子在學校被欺負、排擠的求助電話，發現霸凌問題一直是孩子們最大的困擾，嚴重時甚至會影響就學意願，有鑑於此，兒盟自 93 年開始，每年持續對校園霸凌現象進行調查與研究，不斷提出呼籲與倡導，希望藉此喚起社會大眾對霸凌議題的認識與重視，在 103 年的調查中更發現約一成五的孩子在最近一年內曾處在霸凌威脅中，推估至少有四萬名以上的兒少過去一年仍深受霸凌傷害中，可知霸凌現象仍普遍存在校園中且對兒少具有重大深遠影響。

霸凌不會自動消失，有人的地方就可能會有霸凌，因為霸凌是一個人際互動下所產生的結果，所以，校園霸凌不只是個人的問題，和學校、家庭、社會都有關聯，而我們也必須以心理動力及系統觀點來解讀霸凌的定義、成因和不同角色及行為背後的需求，才能有效處理霸凌問題。此外，國內外許多霸凌研究皆強調「旁觀者」教育的重要性，一方面可從建立友善的校園文化來制止霸凌，另一方面，發展情緒教育也能有助於孩子發展同理心、正義感、懂得覺察自己的情緒並梳理，進而改善行為和人際關係。

是故，兒盟立基於歷年霸凌相關調查研究基礎及國內外研究發現，期待將霸凌預防及處遇觀念帶進校園與一線教師進行分享，於 104 起，開始與教育部合作辦理防制校園霸凌教師研習課程，運用兒盟北中南東之種子教師進行全省校園教師研習巡迴輔導，截至 106 年止已服務約 137 所學校 3,550 位教師，平均有八成以上教師均認同課程對於防制校園霸凌有所助益，亦有許多教師提出對於實作課程之期待與需求；而 106 年更首次將服務擴及國小學童，將情緒教育與霸凌主題結合，並運用兒盟從國外引進之「終結霸凌繪本」，設計具體可操作之教案，於中部地區試行辦理「校園宣導」及「班級輔導」兩項服務，共計服務 60 所學校 10,983 位學童，學童及教師多給予正向肯定與支持，反應熱烈、試辦效果良好，然就現有服務執行人力，實難滿足廣大需求，故仍有許多學校未能錄取，實屬遺憾。

107 年，考量服務需求及方案執行人力與成本，兒盟將整理三年來教師研習服務經驗及教師回饋意見，重新調整及編撰教師研習課程內容，規劃基礎及進階課程，以符合教師不同需求與期待；同時亦將持續辦理及累積學童校園宣導及班級輔導經驗，亦將持續辦理及累積學童校園宣導及班級輔導經驗，期將學童服務模式發展為具體可操作之教案，提供教師於校園中進行反霸凌教育可運用之參考與媒介，進而培養並提升教師霸凌預防與處遇工作之專業知能與能力，共同為孩子營造尊重、友愛、正義的友善校園環境。

貳、目標

- 一、增進教師對校園霸凌的認知，學習以同理及情緒教育為基礎的霸凌處遇與預防之專業知能，提升其面對校園霸凌事件之能力與技巧。
- 二、協助學童瞭解霸凌者、被霸凌者、旁觀者的情緒，學習紓解情緒及面對霸凌的方法，進而瞭解互助合作發揮正向影響力的重要性。
- 三、提升社會大眾對反霸凌的重視與認識，進而宣傳兒盟反霸凌觀點與服務。

參、辦理時間

107 年 1 月至 12 月

肆、辦理內容

一、教師研習基礎課程

辦 理 內 容	
課程時間	90-120 分鐘
辦理對象	全臺國小、國中、高中職學校教師。
課程簡介	主題：「從情緒教育出發~談降低霸凌的班級經營」 1. 情緒教育與霸凌的關係 2. 霸凌事件不同角色的情緒心理需求 3. 降低霸凌的班級經營方法 4. 4F 對話模式的霸凌處理方法
進行方式	利用 PPT 演說方式，並透過影片、書籍等媒材，互相交流服務經驗，協助教師對防制校園霸凌有更進一步的認識。

二、教師研習進階課程

辦 理 內 容	
課程時間	90-120 分鐘
辦理對象	以臺中、彰化地區國小、國中、高中職學校教師，申請者必須先上過基礎課程。
課程簡介	主題：「以同理為基礎的 4F 對話模式~校園霸凌處理技巧」 1. 同理心的原則/方法介紹 2. 4F 對話模式的技巧示範與演練 3. 案例研討
進行方式	利用 PPT 演說方式，並透過影片、書籍等媒材，互相交流服務經驗，協助教師對防制校園霸凌有更進一步的認識。
備註	進階課程開課時間為 107 年 9 -11 月。

三、「改變從我開始」反霸凌校園宣導

辦 理 內 容	
課程時間	40 分鐘
辦理對象	中部地區國小中年級以上及國中學生
課程簡介	教導學童認識、覺察、紓解情緒出發，進而學習同理、尊重、互相幫忙的重要性，並提供反霸凌的方法與資源，此外也提出要接納、要拒絕、要求援、要幫忙，反霸凌就 4 要的呼籲與宣導。國中以上宣導內容則將更著重於情緒行為分開以及法律責任的說明。
進行方式	以演講方式進行，並輔以反霸凌宣導品的發送，以加強宣導效益；另將透過有獎徵答與學童互動，瞭解學童對於內容的理解與吸收。 

四、「終結霸凌從我開始」班級輔導

辦 理 內 容	
課程時間	每堂課 40 分鐘，每週進行一堂課，共計三堂課
辦理對象	中部地區國小高年級(五~六年級)學童
課程簡介	協助學童理解情緒與霸凌的關聯，強調同理及情緒紓解方法的重要性，進而認識不同角色對於減少霸凌事件可以有的努力，學習以正向態度與方法因應霸凌事件，並強調互相合作的影響力。
進行方式	以進班帶領的方式進行，課程內容以兒盟引進之「終結霸凌繪本」為基礎，運用影片與情境設定，進行小組討論與腦力激盪，促使並引導學童思考因應霸凌事件的態度與方法，此外亦同步規劃豐富多元的體驗活動以加深反霸凌重要觀念的認知與學習。  ★本課程教案及繪本已取得大穎文化出版社授權使用

伍、活動聯絡人及報名方式

- 一、辦理單位：兒童福利聯盟文教基金會中區辦事處親子維繫組
- 二、聯絡方式：(04) 2225-1700 分機 32 陳虹樺小姐
- 三、報名方式：請填寫線上報名表 <http://goo.gl/Tzk47r>
- 四、報名時間：即日起，至各場次額滿為止(所有宣導服務皆以報名優先順序進行場次時間登記，額滿為止)
- 五、課程費用：免費(原課程費用為 1600 元/小時，107 年兒盟反霸凌校園宣導服務已獲補助，故不予收費)



財團法人中華民國兒童福利聯盟文教基金會

改變從我開始-反霸凌校園宣導服務

報名表

報名時間	年 月 日		
學校名稱			
學校地址			
學校聯絡人		職稱	
電話		E-mail	
報名項目 (可同時報名多項)	教師	<p>◎教師研習課程</p> <p><input type="checkbox"/>基礎課程「從情緒教育出發~談降低霸凌的班級經營」</p> <p>●對象：全省國小、國中、高中職學校教師</p> <p>●授課時間：90-120 分鐘</p> <p>●欲申請日期：_____月_____日 _____時_____分 ~ _____時_____分</p> <p><input type="checkbox"/>進階課程（申請者必須先上過基礎課程）</p> <p>「以同理為基礎的 4F 對話模式~校園霸凌處理技巧」</p> <p>●對象：臺中、彰化地區國小、國中、高中職學校教師</p> <p>●授課時間：90-120 分鐘(開課時間為 107 年 9-11 月)</p> <p>●欲申請日期：_____月_____日 _____時_____分 ~ _____時_____分</p>	
	學童	<p><input type="checkbox"/>「改變從我開始」反霸凌校園宣導</p> <p>●對象：中部地區國小中年級以上及國中學童</p> <p>●授課時間：40 分鐘</p> <p>●欲申請日期：_____月_____日 _____時_____分 ~ _____時_____分</p> <p><input type="checkbox"/>「終結霸凌從我開始」班級輔導</p> <p>●對象：中部地區國小高年級(五~六年級)學童</p> <p>●授課時間：每堂課 40 分鐘，每週進行一堂課，共計三堂課</p> <p>●欲申請日期：_____月_____日、_____月_____日、 _____月_____日 _____時_____分 ~ _____時_____分</p>	
需求說明/ 其他			
備註說明	<p>●設備需求：活動場地須備有電腦、投影機、布幕和播音設備</p> <p>●報名方式：請填寫線上報名表 http://goo.gl/Tzk47r</p> <p>●聯絡人：陳虹樺 小姐 (04) 2225-1700 分機 32</p>		