

# 訓輔專訊

教育局訓育及輔導組

香港太古城太古灣道 14 號 6 樓 601 室

電話：2863 4705 傳真：2575 8251

---

第三十二期

請把這專訊傳閱

2023 年 10 月

---

教育局訓育及輔導組希望透過「訓輔專訊」，向教育同工提供學生訓育及輔導的相關資訊，包括培訓活動、訓練課程及資源教材等，以便大家在校內推行訓育和輔導工作時作參考。

## 編者的話

---

疫情過後，學生重回實體課堂及活動已有一段時間。然而，學生在適應全面復常的校園生活仍會面對一定的挑戰，當中包括學習重新建立穩定的人際關係等。我們相信，有效的溝通及處理衝突的技巧，能促進朋輩間的和諧相處，建立關愛的校園文化，同時避免因誤解而造成各種問題，如校園或網絡欺凌事件。

有鑑於此，今期專訊誠邀香港樹仁大學輔導暨研究中心的輔導心理學家、香港家庭福利會青少年服務的社工及香港學校訓輔人員協會的理事與大家分享預防及處理校園欺凌事件的策略，包括如何培育學生成為見義勇為的旁觀者。我們希望藉着多角度的分享，為大家提供一串開啟和諧校園的鑰匙。

## 主題文章

---

### 如何培育學生成為見義勇為的旁觀者

香港樹仁大學輔導暨研究中心

輔導心理學家

余鎮洋先生及章景輝先生

校園欺凌一般共分為四種類型，包括肢體欺凌、言語欺凌、關係欺凌和網絡欺凌(Wang 等，2009)。然而，隨着科技的發展，香港的學生物質豐富，使用各種電腦媒體為學習活動的機會大增，因此網絡欺凌在網絡世界中變得更加普遍，包括惡意留言、改圖、散播謠言、集體杯葛、揭露他人私隱等，因此，許多學生因而遭受網絡欺凌的困擾。

有關欺凌的定義，最廣為人知的是由挪威心理學家 Dan Olweus(1991)提出。傳統欺凌行為包括肢體、言語及關係欺凌，當中有三個重要元素：權力不平衡(Imbalance of power)、重複地侵害(Repeated of abuse)和意圖傷害(Intent to harm)。涉及網絡欺凌與傳統欺凌事件的參與者大致相似，包括攻擊者(Aggressor)、受害者(Victims)和不同類型的旁觀者(Bystander)(Polanin 等，2021)。

### 如何培育學生成為見義勇為的旁觀者

在任何欺凌事件中，旁觀者扮演着一個舉足輕重的角色，不少傳統欺凌事件也是受到旁觀者主動或被動的行為催化所致。旁觀者在網絡欺凌與傳統欺凌帶來不同程度的影響，網絡攻擊者較少受到旁觀者的催化，反之網絡旁觀者如抱有正面的態度，對阻止更多的加害行為及減低欺凌事件的嚴重性，有極大的幫助。Polanin 及 Espelage 等關注欺凌問題的美國學者，於 2012 年進行一項與網絡旁觀者行為有關的研究，發現有八成的網絡欺凌事件，當有旁觀者介入時，超過一半機會能制止欺凌行為發生。由此推斷，若學校加強培育學生成為有助益的旁觀者，能有效地減低欺凌事件對受害者的影響。香港城市大學學者 Wang(2021)發現網絡旁觀者的同理心越強，他們就越有可能公開或私下介入和干預網絡欺凌，成為事件中重要的保護者。

要有效地打擊校園欺凌事件，需要從社區、學校、教師、家庭及個人各方面制訂完善的支援系統(Olweus, 1993)。我們可以利用以下方式鼓勵學生成為見義勇為的旁觀者(余鎮洋, 2022)：

#### 一)利用同理心讓年青人明白網絡欺凌對他人的傷害

教師需加強年青人對預防網絡欺凌的教育，讓他們明白**欺凌是一個嚴肅的話題**，跟一般開玩笑和打鬧不同，惡意嘲笑、嘲諷他人會為當事人帶來極大痛苦。在網絡世界中，年青人難以在溝通過程中察覺對方的表情及反應，同時亦較難察覺自己的行為是否「過火」。因此，教師應該教育年青人在網絡世界也要將心比心，以**同理角度理解他人的感受**，讓他們明白真正的幽默，不是在人身攻擊，而是建立在尊重的基礎上。

#### 二)鼓勵學生成為有助益的旁觀者

教師要鼓勵年青人成為有助益的旁觀者，尤其當目睹以多欺少的情況時，更必須為受害者挺身而出，使用簡單的回應阻止加害行為。例如說：「請大家唔好咁過分！」、「講笑都要尊重別人！」。若果發現情況未能得到控制，他們應及早通報學校或社區的專業輔導人員介入事件，將受害者的傷害減到最低。

#### 三)以認真的態度了解受害者的情況

若年青人向教師求助，表示自己遭到網絡攻擊時，教師們要以**認真的態度處理**，千萬不要淡化事件。例如說：「人咁係唔係同你玩吓咋？」、「唔好諗咁多就無事！」。反之，教師應先細心聆聽及**同理學生的感受**，利用開放式探問技巧(Open-ended Questions)了解他們的困擾從何時開始(When)、如何被傷害(How)、造成了甚麼程度的傷害(What)等，讓他們感到被重視，才開始理性地商討應對的方法。

#### 四)協助受網絡欺凌影響的學生學懂保護自己

當學生遇上網絡欺凌時，**教師要鼓勵他們學習挺身而出**，不要啞忍，而非勸諭他們「忍一時風平浪靜」。教師要教導年青人以**簡短的回應保護自己**，堅定地向欺凌者說「我唔鐘意你咁做，我亦唔會受你影響。」，使欺凌者未能達到預期的反應而停止加害行為。如有需要，教師可建議受害者暫時停用社交媒體或即時通訊軟件，甚至封鎖欺凌者，避免再受到任何攻擊行為。若果教師發現加害情況

已發展成大規模的網絡欺凌，更必須與他們一同面對，並通報學校或轉介社區的專業輔導人員跟進。

### 如何建構網絡欺凌及欺凌行為的通報系統

為了培育學生成為具有見義勇為精神的旁觀者，學校必須建立一個全面的預防校園欺凌與通報系統。參考 Olweus 於 1993 年發表的《The Olweus Bullying Prevention Program》，以下措施能夠協助學校和教職員更有效地識別、預防和應對欺凌行為，同時亦為受害者和旁觀者提供支持與保護，從而營造一個安全、尊重和融洽的學習環境。

#### 一) 成立預防欺凌協調委員會 (Bullying Prevention Coordinating Committee)

學校應成立一個專責的協調委員會，負責統籌和回應學生的求助，確保預防欺凌的政策能順利推展。該委員會應強化校內的德育及成長教育，並在每年學期初進行預防校園欺凌講座或班級活動，培養學生的倫理觀念、社交技巧、同理心與自我價值感，使他們了解如何成為見義勇為的旁觀者，從而減少欺凌行為的發生。

#### 二) 委任專職教師及輔導專業人士負責統籌和回應學生的求助

預防欺凌協調委員會應制定有關欺凌的通報機制，並在每年學期初向學生宣布有關通報和求助系統的信息。如果情況允許，學校可以考慮接受匿名通報，但同時需要向學生解釋匿名通報或對調查造成限制與不確定。為了有效回應學生的求助，增加學生對通報系統的信心，學校應委任專職的教師、社工和學校輔導員負責統籌和回應學生的求助。

#### 三) 強化學校對欺凌行為的認識

學校應為學生進行欺凌行為的篩檢問卷，以了解欺凌行為在學校的情況，並根據問卷結果制定相應的預防措施。同時，學校應加強教師對網絡發展、電子遊戲和社交媒體的了解和認識，定期為教職員舉辦培訓，以便更有效地應對各類欺凌行為。

### 分享回應家長的求助與查詢的技巧

家長作為學校三大持份者之一，面對校園欺凌上有着不可或缺的角色，良好的家校溝通，讓學校更有效處理校園欺凌事件。面對校園欺凌事件所帶來的沉重壓力，教師或許未能有效回應家長的需要，稍有

不慎，更可能引發家校衝突。我們希望分享回應家長求助的三大原則，讓學校在校園欺凌事件中更有效地與家長建立互信關係。

### 一) 先情緒 後事情

無論子女是事件中的欺凌者、受害者或旁觀者，家長往往帶着複雜的情緒面對教師，他們可能對自己子女的行為感到羞愧、難堪，對子女所受的傷害感到憤怒、難過，甚至可能對未能阻止事件發生而感到內疚、自責。家長正經歷如此複雜而混亂的情緒，如教師選擇急於處理事情，忽略家長的感受，換來的很可能只是迴避或對抗，教師亦難以與家長合作。因此，面對求助家長的第一原則是「**先情緒，後事情**」，面談中教師不用急於交待處理問題的方法，而是先細心聆聽家長的說話，讓家長能有機會表達自己的想法和感受，開放的交流能讓學校掌握更全面的資訊，從而提出更有效的解決方法。

### 二) 先解決現況 後追究責任

看到子女受到傷害，家長向學校追究欺凌學生的責任實屬人之常情，面對家長的要求，學校容易側重懲處肇事學生，希望給家長一個交待。懲罰能回應家長的要求及減低他們的怒氣，但卻未能撫平學生所受到的傷痛。而當憤怒和悲傷交纏在一起時，很多時候連當事人也未能好好處理自己的情緒。因此在追究責任前，學校應主動提出如何保護受害學生，關顧其情緒需要；如何避免事件再度發生，並減輕已造成的傷害，才是學校當刻應積極處理的事情。「**先解決現況，後追究責任**」，有助學校與家長建立共識，維持理性的討論，尋找解決方法。

### 三) 了解欺凌潛在問題 主動提出跟進方案

校園欺凌問題可能對學生的情緒、社交、行為甚或是精神健康造成深遠的影響，同時也可能反映家庭支援的不足，師生關係疏離或家校欠缺溝通等情況。學校可嘗試深入了解欺凌事件潛在的問題，**主動提出針對性的跟進方案**，如協助家長加強親子溝通、改善雙方的關係、教導家長如何觀察子女在情緒行為出現的變化、建立家校聯絡平台、或加強教師對班級經營的培訓等。學校主動向求助的家長交待相關事件的跟進方案，讓家長感受學校真誠積極處理問題的態度，避免欺凌事件再次出現，均有助提升家長對學校的信任。

## 總結

隨着社會發展及變遷，校園欺凌問題變得隱性和複雜，學校及教師面對的挑戰日益增加，複雜的問題不能期望有簡單的解決方法，面對欺凌問題，學校需要在教職員、家長和學生等不同層面及系統上作出優化，以預防校園欺凌作為學校發展的恆常政策，而不是待問題出現後才在毫無充足準備下匆忙處理。各地有關校園欺凌問題越趨複雜，我們期望大家開始積極面對問題，讓學生活在充滿關愛的環境中。

Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2009). *Bullying beyond the schoolyard: Preventing and responding to cyberbullying*. Corwin Press.

Polanin, J., Espelage, D. L., & Pigott, T. D. (2012). A meta-analysis of school-based bullying prevention programs' effects on bystander intervention behavior and empathy attitude. *School Psychology Review, 41*(1), 47–65.

Polanin, J. R., Espelage, D. L., Grotzinger, J. K., Ingram, K., Michaelson, L., Spinney, E., Valido, A., El Sheikh, A., Torgal, C., & Robinson, L. (2021). A systematic review and meta-analysis of interventions to decrease cyberbullying perpetration and victimization. *Prevention Science*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s11121-021-01259-y>

Olweus, D. (1991). Bully/victim problems among school children: some basic facts and effects of school-based intervention program. In D. Pepler, & K. Rubin (Eds.), *The development and treatment of childhood aggression* (pp 411-448). Erlbaum.

Olweus, D. (1993). *Bullying at school : What we know and what we can do*. Blackwell.

Wang, L., & Ngai, S. S. (2021). Understanding the effects of personal factors and situational factors for adolescent cyberbullying perpetration: The roles of internal states and parental mediation. *Journal of Adolescence, 89*(C), 28-40.

余鎮洋(2022)。〈如何成為見義勇為的旁觀者〉。載於香港心理學會輔導心理學部(主編)，《青春的歷練：20個青少年成長的心理挑戰》(頁 49-60)。萬里機構。

## 焦點分享

---

衝突化解培育在校園

香港家庭福利會

高級經理(青少年服務)

李夏儀女士

自去年全港學校逐步恢復全日面授課堂後，學生不單要趕上學習進度，還需要重新建立與人相處的初心和信心。筆者嘗試將「調解」的

概念引入校園，藉以收拋磚引玉之效，集思廣益，以達致培育學生優良的品格、建立良好師生關係及創建和諧校園的氛圍。

調解往往源於衝突，各人因着不同成長背景、生活習慣和價值觀，容易引起衝突。如果雙方只追求輸贏，缺乏求同存異和包容的精神，往往會造成更多的負面態度、情緒和行為，最後形成惡性循環，使衝突升級。校園衝突處理不當，不僅對個人身心健康造成傷害，人際關係破裂，甚至引發言語和非言語暴力、欺凌等問題。因此，在校園推行調解教育可以培養青少年正面品格和重塑正確的生活態度。學生能建立同理心及學會互相尊重，尋求「雙贏」的心態，同時也能提升有效處理衝突的生活技能。儘管存在差異，最終雙方可以和氣收場，繼續和平共處，甚至修補彼此關係，達成和解，實現和而不同的目標。

學校面對不同的衝突，包括學生、教師或學校其他持份者之間不同的意見和紛爭，教師可以扮演橋樑的角色，運用以下小貼士在不同的衝突階段，讓雙方在持有不同觀點的同時，亦能夠以和平及非暴力的方式處理分歧的意見：

### **1. 認清衝突的本質，接受人人有所不同**

由於每個人的背景和經歷都是獨特的，出現衝突是無可避免的。只要對衝突有更多的認識，包括其成因、種類、階段、衍生的情緒反應和行為，那麼當面對衝突時就不用害怕及憤怒。托馬斯-基爾曼(Thomas-Kilmann)衝突模式評量工具(Kilmann, Ralph H., and Kenneth W. Thomas, 2009)將個人在衝突狀態下出現的行為，分為

以下五種類型：

- 逃避型：不表達自己的需要，也不理會對方要求，不太在意輸贏。遇到衝突時會悄悄逃跑，導致雙方的關係也較疏離。
- 支配型：不太理會別人的感受，求勝心切，有時會用激烈的行為或說話表達。通常未能解決衝突及問題，雙方關係也會變得惡化。
- 遷就型：不表達自己的需要，不想讓對方不開心，願意遷就別人。往往未能解決衝突及問題，雙方關係表面和諧，但自己承受較多的負面情緒。
- 妥協型：可以有時贏有時輸。相信只要雙方願意付出一點犧牲，便

能取得初步共識，這就算是成功了。

- 合作型：雙方有同等的機會表達個人立場和需要，以冷靜平和的氣氛去謀求雙贏的結局。最終可增加大家對事件的了解，問題也有解決的方法。

透過認清自己對處理衝突的模式，掌握其特性和適用的情況，不僅可以加強面對衝突時的信心，同時也可以幫助理解衝突雙方在面對分歧時的想法和感受。

## **2. 了解情緒背後的需要，避免負面情緒升溫**

很多時候，衝突持續惡化往往是基於衝動或累積負面情緒所致。如果發現雙方未能以理性的態度處理分歧，可以應用「先處理心情，後處理事情」的原則。不管衝突雙方是否已表現出強烈的情緒及反應，還是其實只是壓抑着個人的情緒，或是仍然不太了解自己的感受，教師可以嘗試用理解的態度和溫和的語氣，鼓勵大家「停一停、想一想」— 引導學生覺察自己當刻的情緒，以及其背後所反映出的深層需要，鼓勵雙方多表達自己的感受。因為當我們的情緒能先被理解，心情才得以緩和，其後才能以較恰當的方式表達感受，冷靜地討論問題。最終可以做到以理智駕馭負面情緒，自己有能力控制衝突的結果，而非被情緒牽引。

## **3. 學懂互換角度，強化人際溝通能力**

當雙方的情緒穩定下來時，教師可以促使大家互換角度，透過表述事情達到相互理解。要明白別人表面及深層的訊息和感受，最重要的是抱持尊重和包容的態度，並加上有效的溝通和洞察能力才能了解他人的感受。教師可以在雙方溝通的過程中，提醒和教導學生如何提高對別人需要的敏感度，保持良好的觀察力，識別對方面部表情、姿勢、肢體語言、行為等非語言訊息，同時通過留意別人說話的節奏、音量、音調和內容，準確地掌握對方的感受、觀點和期望。

## **4. 尋找共同關注，鼓勵創造解決方案**

當彼此願意對自己和對方有更多了解時，便可以有機會尋找共同點。教師可鼓勵雙方先冷靜地思考，避免因衝口而出的說話對別人造成不必要的傷害。同時也可以教導他們將焦點由「你輸我贏」轉



移到「雙贏」，由「自己的需要」轉移到「共同關注」，以恰當的溝通技巧尋求不同的解決方法。在尋找共同關注的過程中，可以針對問題的癥結進行討論，提出適合雙方的解決方案，並評估每個方案的優缺點。通過共創解決方案，可以幫助雙方達成共識，化解衝突。當雙方能夠合作解決問題，提高彼此的尊重和信任，衝突的負面影響便可以減少，人際關係也得以改善。

學校是社會的縮影，中小學生既要面對不同的人際關係，亦希望要在有衝突的環境中以和諧的關係健康地成長，建立良好的自尊感。我們樂見香港特區政府一直重視推廣調解文化，律政司亦於 2022 年在其政策措施中強調積極培養社會各界人士(例如醫護界、保險界、教育界及私人機構等)，在日常生活中運用調解技巧的文化。根據香港家庭福利會在學校推行超過 20 年調解教育的經驗和數據(香港家庭福利會, 2013)，切實反映年青人有能力掌握和應用調解概念和技巧，對衝突的看法和處理衝突的信心都有正面的迴響。事實上，調解教育不僅對學生有正面的影響，並有助建立健康的校園文化，也對未來的社會和平發展有着積極的作用。

參考資料:

Kilmann, Ralph H., and Kenneth W. Thomas. (2009). *Conflict Mode Instrument*. CPP.

立法會 CB(4)888/2022(03)號文件.(2022). “2022 年《施政報告》- 律政司的政策措施.” 立法會.

香港家庭福利會.(2013).”香港高小與初中學生人際關係與衝突研究”. 香港家庭福利會

## 活動消息及精粹分享

---

有關訓育及輔導組舉辦的研討會及講座內容，請瀏覽教育局網頁：

[主頁](#) > [教師相關](#) > [學生訓育及輔導服務](#) > [講座及工作坊講義](#) > [講座及工作坊講義 2022/23 學年](#)

### 「和諧大使朋輩調解計劃」2022/23

本組於 2022/23 學年委託香港家庭福利會推行「和諧大使朋輩調解計劃」，計劃已於 2023 年 3 月順利完成。透過「朋輩調解員培訓工作坊」及校本培訓活動，讓學生擔任朋輩調解員，認識調解的方式、技巧和理念，體會如何在理性的情況下處理校內的衝突問題。學生於提升與

人溝通的技巧及改善人際關係，均有所獲益。活動中，學生表現積極投入，於實習環節，例如如何處理校園衝突、個案討論等，均以認真的態度演練，並能運用調解技巧處理日常遇上的衝突。參與的學校更安排學生於活動後繼續宣傳「和諧校園」的訊息，將調解的知識與師弟妹分享，鼓勵他們學以致用將有關技巧應用於處理平日的職務，增加他們的自信心及成功感。

### 「和諧校園網絡」計劃2022/23

本組委託香港善導會推行「和諧校園網絡」計劃，於2022年9月至2023年5月期間，共為五間中學及五間小學培訓學生領袖，以「和諧大使」身份協助推動和諧校園，實踐和諧友愛的精神。透過舉辦培訓工作坊及校本支援服務，除了能協助「和諧大使」從活動中提升對欺凌的認識，他們亦能從中學習團隊合作、多角度思考及籌備活動的技巧。計劃嘉許禮已於2023年5月10日順利舉行。嘉許禮以攤位形式展示各校的校本活動，讓「和諧大使」互相分享在校內推廣和諧校園活動的經驗，同時亦嘉許學生的努力，對各參與的師生表達謝意，並強化學生「和諧大使」的身份，在日常生活中繼續推動預防欺凌訊息的重要。

### 「支援網絡成癮學生」研討會

隨着電子產品及社交媒體應用日益普及，學生網絡成癮問題備受關注。有見及此，本組於2023年2月10日為中、小學的同工舉辦了「支援網絡成癮學生」研討會。是次研討會邀請了東華三院「心瑜軒」隊長、註冊社工鄭依玲姑娘作主講嘉賓。鄭姑娘由學生成長需要角度出發，講解網絡成癮及遊戲障礙的現況及成因，讓同工從不同角度探討引發網絡成癮的各種因素，從而由根源解決問題。在研討會中，鄭姑娘亦介紹了不同的學校支援策略及社區資源，以培養學生建立自律的態度及協助學生預防網絡成癮。是次研討會共80多位參加者出席，大部分參加者都認為研討會讓他們更了解學生網絡成癮的心理因素及協助學生的策略，並能掌握有效的預防及介入措施。

### 「辨識和處理懷疑受性侵犯的學童個案及預防方法」研討會

本組於2023年3月23日為特殊學校、幼稚園及中、小學的教師和社工舉辦「辨識和處理懷疑受性侵犯的學童個案及預防方法」研討會。研討會由社會福利署家庭及兒童福利科社會工作主任關慧儀女士、香

港警務處刑事部家庭衝突及性暴力政策組高級督察郭詩慧女士及明愛小學學生輔導服務高級督導主任王潔裔姑娘主講及分享。關女士向學校介紹性侵犯兒童的定義、學校處理相關個案的原則和程序，以及當中需要注意的事項，並闡述事件對兒童的心理與成長的影響。參加者亦透過郭女士的分享，了解個案的刑事調查以及相關司法程序。在分享環節中，黃姑娘講述教師與社工在相關個案中之合作。研討會提升了參加者識別懷疑受性侵犯學童的警覺性，亦讓他們從不同角度了解相關個案的預防及支援工作。

### 「驕陽伴成長 逆風齊飛翔」—成長的天空計劃(小學)簡介暨分享會 2023/24

隨着社會全面復常，學校積極運用不同的策略，以加強培養學生的能力感(Competence)、聯屬感(Belongingness)及樂觀感(Optimism)，提升學生的抗逆力。有見及此，本組於2023年3月24日舉行的2023/24年度「驕陽伴成長 逆風齊飛翔」—成長的天空計劃(小學)簡介暨分享會，邀請了中華基督教會全完第二小學駐校社工簡倩萍姑娘，就「校本推展—如何發揮協同效應」的講題，與同工分享經驗。同場亦有東華三院李賜豪小學及東華三院學生輔導服務的團隊為參加者分享如何從資源的整合到抗逆文化的建立。是次活動有超過100位學校同工出席，參加者均認為講者的分享有助學校相關工作的推行。此外，本次活動亦為參加者介紹了有關2023/24學年成長的天空計劃(小學)的最新發展及安排。

### 2022/23 第三次「小學學校社工／學生輔導教師／學生輔導主任／學生輔導人員聯網會議」

2022/23 第三次「小學學校社工／學生輔導教師／學生輔導主任／學生輔導人員聯網會議」已於2023年5月5日順利完成。聯網會議的目的是為加強參加者的聯繫，提升他們推行全方位學生輔導服務的效能，並為他們提供最新的訓輔資訊。是次活動的主題為「處理懷疑虐待兒童個案實戰篇：初步評估及提問技巧」，由社會福利署保護家庭及兒童福利科社會工作主任關慧儀女士，何綺玲女士和鍾嘉謙先生擔任主講及分享嘉賓。講者透過重溫保護兒童工作的基礎知識、分享他們豐富的前線經驗及帶領分組討論個案等環節，鞏固參加者對相關個

案進行初步評估的知識及提問技巧，加強他們處理個案及支援有關學生的能力。

### 「運用調解及復和技巧處理學生衝突」中學教師工作坊(基礎及進階課程)

本組與基督教香港信義會圓融綜合服務中心合作，於2023年5月12日及19日假葵涌基督教香港信義會天恩堂為中學的教師、學校社工及輔導人員舉辦「運用調解及復和技巧處理學生衝突」教師工作坊，讓參加者認識調解及復和概念，掌握「和解會議」的有關技巧及步驟，並嘗試應用於處理學生之間的衝突和糾紛。導師透過示範、分組討論、角色扮演、個案分享及演練等方式進行培訓，讓參加者在掌握調解及復和理論後，有機會即時實踐所學的技巧，學以致用。參加者學習投入，態度認真。他們認為課程實用，理論及實務兼備，並會嘗試用所學得的技巧，以處理校內的衝突事件。

### 「WE」正向動力計劃分享會(2022/23)

「WE」正向動力計劃分享會已於2023年5月25日舉行，由香港城市大學正向教育研究室服務督導郭啟晉先生及聖雅各福群會正向教育服務計劃經理馬子健先生分享在中、小學推行「WE」正向動力計劃的策略，透過分享機構於學校推廣正向教育的服務經驗，讓教師們了解推動正向教育的策略，營造正向校園氣氛。

### 2022 年度「關愛校園獎勵計劃」榮譽

由香港基督教服務處及香港輔導教師協會主辦、教育局協辦的「關愛校園獎勵計劃」已邁進第18屆，2022年度的主題為「關愛身心靈 盡顯校園情」。學前單位、小學、中學及特殊學校各有一所學校榮獲主題大獎；11所學校獲得主題優異獎；而獲頒「關愛校園」榮譽的學校更達歷來新高的433所。

2022 年度關愛校園獎勵計劃得獎名單如下：

「逆境新常態 校園顯關愛」主題大獎	
學前單位組	新界婦孺福利會博康幼兒學校
小學組	樂善堂梁銶琚學校(分校)
中學組	衛理中學

特殊學校組	明愛培立學校
<b>「逆境新常態 校園顯關愛」優異獎</b>	
學前單位組	仁濟醫院永隆幼稚園 香港基督教服務處大坑東幼兒學校 東華三院高德根紀念幼稚園
小學組	閩僑小學 香港道教聯合會純陽小學 基督教香港信義會葵盛信義學校
中學組	保良局李城璧中學 香港道教聯合會圓玄學院第三中學
特殊學校組	香港四邑商工總會陳南昌紀念中學 救世軍石湖學校 基督教中國佈道會聖道學校

「2022 年度關愛校園獎勵計劃主題分享會暨頒獎禮」已於 2023 年 5 月 27 日舉行，主題大獎及優異獎獲獎學校均派代表出席，大會並邀請著名精神科醫生曾繁光醫生主講專題「校園裡，如何關顧身心靈」。曾醫生除了分享一些如何關顧自己身心靈的貼士外，更提醒參與者「有快樂的教師，才有快樂的學生」，強調教師需要先照顧自己的身心靈，才有力量關顧學生。四所獲得主題大獎的學校代表亦分享了他們在網課和實體課、上學日和假期之間，如何關顧學生、家長及老師的身心靈，建立關愛的校園文化。

### 「訓育及輔導工作巡禮」中、小學教師交流日 2022/23

本組於 2023 年 6 月 9 日舉辦「訓育及輔導工作巡禮」中、小學教師交流日，主題為「尋找面對逆境的幸福路」。由香港城市大學社會及行為科學系教授及正向教育研究室召集人郭黎玉晶教授擔任主題演講嘉賓，從情緒、認知及行為的角度探討如何面對逆境，並分享如何運用成長思維模式、解難技巧、自我關懷等方法去拆解逆境中遇見的挑戰。此外，四所中、小學校的同工亦分享學校如何在訓育及輔導層面上加強學生的幸福感，從而提升他們的抗逆力以面對成長中的挑戰，讓他們邁向幸福成長之路。是次活動反應十分熱烈，共有 300 多位同工參與，參加者均表示在活動中獲益良多。

## 「感恩與惜福」短講暨「愈感恩 愈寬恕 愈快樂」計劃分享會2022/23

「感恩與惜福」短講暨「愈感恩 愈寬恕 愈快樂」計劃分享會於2023年6月14日順利進行，共有接近100位參加者出席。是次分享會邀請到明愛學校社會服務(家庭服務)高級臨床督導主任伍偉溢博士分享「感恩與惜福」。伍博士淺析感恩與學生身心成長的關聯，帶出品格優勢，並引用教育局價值觀課程架構及香港不同學校的訓輔點子，展示如何善用品格優勢中之感恩、希望、仁慈及善待自己等價值觀，讓自己擁有喜樂及幸福感。此外，我們亦邀請了基督教培恩小學及九龍三育中學，分享他們在學校所推行的「正向感恩」、「幸福校園」及「復和理論」等計劃的實務經驗及成果。他們所分享的校本活動內容豐富，為參加者提供具體的例子作參考。

## 「正向思維」教師工作坊：建立抗逆力和正向品格

工作坊已於2023年6月20日在喇沙書院舉行。工作坊的目的是希望提升參加者對「正向思維」理念的掌握，並配合「多元智能躍進計劃」的活動，把有關的概念和技巧，應用在校本政策上。

是次工作坊由明愛家庭服務高級臨床督導主任伍偉溢博士主講。當天伍博士除了講解「正向思維」及品格優勢的理論外，也與喇沙書院的梁浩賢副校長和其他老師向參加者介紹他們如何將「正向思維」融入課程，同時還邀請了禮賢會彭學高紀念中學鄧文偉校長，分享有關「建立全校參與模式的正向品格」的校本經驗，及透過參與「多元智能躍進計劃」所訓練的積極態度，強化學生的品格優勢。

此外，參加者在工作坊中藉着小組討論環節，在小組導師的指導及回饋下，了解如何撰寫「校本正向思維、抗逆能力及正向品格活動計劃書」，增強在課堂及課外活動的應用性。各參加者在工作坊完成後均表示獲益良多，期望能透過有效實踐「正向思維」的理論，有助帶領「多元智能躍進計劃」的營後活動，提升校園正向文化及培養學生更積極的生活態度。

## 「學生大使—積極人生」計劃分享會(2022/23)

「學生大使—積極人生」計劃分享會已於2023年6月23日順利舉行。當日邀得負責此計劃的五間機構，包括黑暗中對話(香港)基金會、香港中

華基督教青年會新界會所、香港神託會靈基營、浸信會愛羣社會服務處及香港青少年服務處同工，分享如何透過多元化的體驗活動，培養學生建立正向的生活態度和積極的人生觀，並訓練他們成為「學生大使」，在學校推行校園活動，締造關愛積極的校園氛圍。

此外，本組亦邀請了基督教培恩小學、胡素貞博士紀念學校、葵涌蘇浙公學、英華女學校和中華聖潔會靈風中學的學校同工分享有關推行此計劃的成功經驗及期間遇到的困難與應對策略；當日更有學校的「學生大使」到場分享參加計劃的個人感受和得著。參加者表示此分享會能讓他們了解有關計劃的理念及在學校推行的實際情況，並能認識不同社區資源。

### 「預防及處理網絡欺凌」講座暨「和諧校園—尊重友愛 拒絕欺凌」計劃 2022/23分享會

「預防及處理網絡欺凌」講座暨「和諧校園—尊重友愛 拒絕欺凌」計劃分享會已於2023年6月28日順利進行，共有超過110位參加者出席。當日邀請了香港家庭福利會香港西區服務中心青少年服務高級經理吳浩希先生作主講嘉賓。吳先生詳細剖析香港常見的網絡欺凌現象，及對學生構成的影響，並分享不同學校的個案和討論。分享的內容有助教師認識和處理欺凌的方法，並以行政角度展示學校如何建構理想的環境，加強學校的和諧氛圍。此外，我們也邀請本學年參加此計劃的大埔浸信會公立學校及香港鄧鏡波書院，具體分享校內舉行的和諧活動經驗和特色，讓學生能夠在一個正向、健康、安全及舒適的校園環境愉快學習。

### 2022 至 23 年度「多元智能躍進計劃」嘉許禮

「多元智能躍進計劃」嘉許禮 2022/23 已於 2023 年 7 月 8 日假順德聯誼總會胡兆熾中學順利舉行，當天共有超過 100 位教師及 170 位學生獲得嘉許。

大會邀請了 6 個紀律／輔助部隊的長官為主禮嘉賓團，為在「多元智能躍進計劃」活動中有躍進表現的師生作出嘉許，以鼓勵一眾參加者繼續發揮有關計劃之精神：提升自律、自信、抗逆力、團隊精神及師生關係等，藉以實踐「同行相鼓勵，潛能盡發揮」。

在當日的嘉許禮中，大會同時表揚參與服務及表演的學校，其中 5 所派出服務生的學校，包括順德聯誼總會胡兆熾中學、靈糧堂劉梅軒中學、樂善堂顧超文中學、天主教鳴遠中學、東華三院馮黃鳳亭中學；以及 3 間表演學校，包括香港教育工作者聯會黃楚標中學的龍獅隊表演、張振興伉儷書院的歌詠團表演及中華基督教青年會中學的花式跳繩隊表演。參與表演的學生均全力獻技，在表演中神態自信，發揮純熟，充分展示了他們在受訓後大有躍進，並藉着精彩的表演，感謝各紀律／輔助部隊長官們的悉心教導，為嘉許禮錦上添花。最後，大會對眾部隊長官逐一作出致謝，感謝他們在有關活動中的默默付出，嘉許禮亦在一片熱烈的掌聲中圓滿結束。

計劃詳情請瀏覽教育局網頁：

<https://www.edb.gov.hk/tc/teacher/student-guidance-discipline-services/projects-services/enhanced-smart-teen-project/index.html>

## 2023精神健康月活動

由勞工及福利局贊助，教育局聯同多個政府部門、公共機構及非政府組織合辦的全港性大型活動「精神健康月」，目的向公眾宣傳精神健康的重要。今年將以「Chill 愛自己」為主題，而地區活動「智 Fit 精神健康計劃 2023」簡介會已於 7 月 10 日同時以實體及網上直播形式順利進行，參加者約有 300 人。



2023「精神健康月」籌備委員會主席盤鳳愛女士率先介紹 2023「精神健康月」的主題及未來半年的連串活動；同時邀請學校成為支持團體以協助宣傳和推廣，鼓勵學生及家長參與地區比賽及 2023 年底舉辦的嘉許禮。隨後由臨床心理學家紀正楠先生主講「沒關係，有我在：以自我關懷陪伴自己面對壓力」，幫助參加者認識自我關懷的三大核心元素，並透過練習將自我關懷帶到生活當中，協助自己面對壓力。大會又邀得註冊中醫師何慧欣醫師主講「中醫情志養生講座」，透過介紹中醫養生食療，讓參加者認識夏天消暑去濕湯水和食品，以及為各參加者講解健腦紓壓穴位保健，透過簡單的穴位按摩，紓解在急促的生活節奏裡累積了各種壓力，找機會善待自己，輕鬆一下，從而提升大眾關注精神健康的意識，傳播正能量。



最後，2023「精神健康月」地區推廣活動工作小組召集人何家俊先生簡介「智 Fit 精神健康計劃 2023」中的活動內容，鼓勵學生及家長發揮創意，與自己、身邊的人及社區連繫，向大眾宣揚精神健康的訊息。

### **培訓活動及訓練課程**

有關以下活動的詳情，已陸續上載於教師培訓行事曆，有興趣的同工可登入教育局培訓行事曆，於網上瀏覽及報名：

#### **及早識別及處理懷疑虐待兒童個案（網上自學課程）**

目標：提升學校人員對及早辨識懷疑受虐待學童的警覺性，及增加他們對處理懷疑受虐待學童個案的技巧及知識。

對象：幼稚園、特殊學校及中、小學的校長、教師及社工

日期：2023年9月至2024年8月

備註：課程的資料及報名詳情，請於2023年9至2024年6月期間瀏覽教師培訓行事曆。

#### **「如何支援學生的情緒、行為及社交問題」研討會(小學及中學)**

目標：了解學生面對的挑戰及引起的情緒、行為及社交問題／困擾，並探討如何支援及協助有相關問題的學生。

對象：中、小學及特殊學校校長、副校長、訓導／輔導組教師、班主任、學校社工及學生輔導員

日期：2023年10月6日(星期五)

時間：下午2時至5時

備註：報名詳情可參閱教育局培訓行事曆(課程編號：SE0020240093)

#### **2023/24 第一次「小學學校社工／學生輔導教師／學生輔導主任／學生輔導人員聯網會議」**

目標：提升小學學校社工(SSW)／學生輔導教師(SGT)／學生輔導主任(SGO)／學生輔導人員(SGP)推行全方位學生輔導服務的效能。

對象：小學學校社工、學生輔導教師、學生輔導主任及學生輔導人員

日期：2023年10月16日(星期一)

時間：上午 9 時至下午 12 時 30 分

地點：教育局九龍塘教育服務中心西座三樓 W301 樓室

備註：報名詳情可參閱教育局培訓行事曆(課程編號：SE0020240139)

### 成長的天空計劃(小學)輔助課程工作坊—機構實戰篇

目標：協助在2023/24學年帶領「成長的天空計劃(小學)」計劃的機構同工掌握計劃的理論應用及其角色。

對象：帶領本計劃的機構同工

日期：2023 年 10 月 18 日(星期三)

時間：上午 9 時 30 分至下午 5 時

備註：機構同工須由學校提名及透過傳真代為報名，活動詳情及參加表格將於2023年9月發送予學校。

### 2023/24 學年小學生涯規劃教育分享會

目標：加強在職小學人員對生涯規劃教育的認識；分享有關生涯規劃教育的推行策略及經驗。

對象：學校的學生訓育／輔導／課程／成長課相關工作的在職小學人員

日期：2023 年 10 月 20 日(星期五)

時間：下午 2 時至 5 時

地點：教育局九龍塘教育服務中心西座3樓W301室

備註：報名詳情可參閱教師培訓行事曆(課程編號：SE0020240116)

### 「疑難共解—與家長溝通的挑戰」工作坊 (中學)

目標：協助學校人員明白接觸家長時可能會遇到的挑戰及如何運用有效策略與家長建立良好關係，促進家校合作，共同處理學生問題。

對象：中學及特殊學校校長、副校長、訓導／輔導組教師、班主任、學校社工、學生輔導人員

日期：2023年11月9日(星期四)

時間：上午 9 時 30 分至下午 5 時

備註：報名詳情可參閱教育局培訓行事曆(課程編號：SE0020240095)

### 「識別、預防及處理懷疑虐待兒童個案」研討會

- 目標：提升前線老師識別懷疑受虐待學童的警覺性，以及提升學校對相關個案處理、支援及預防的知識。
- 對象：幼稚園、特殊學校及中、小學的校長、教師及社工
- 日期：2023年11月16日(星期四)
- 時間：上午9時至下午12時30分
- 地點：教育局九龍塘教育服務中心四樓演講廳
- 備註：報名詳情可參閱教育局培訓行事曆(課程編號：SE0020240138)

### 成長的天空計劃(小學)輔助課程工作坊—學校統籌篇

- 目標：協助在2023/24學年參加本計劃的學校的統籌教師或訓輔同工掌握本計劃的理論應用和統籌人員的角色。
- 對象：統籌本計劃的小學教師及訓育／輔導組成員
- 日期：2023年11月22日(星期三)
- 時間：上午9時30分至下午5時
- 備註：報名詳情可參閱教育局培訓行事曆(課程編號：SE0020240094)

### 以全校參與模式締造和諧校園分享會—預防及處理校園欺凌

- 目標：提升學校人員了解以全校參與模式締造和諧校園的政策及良好措施，加強預防及處理校園欺凌的知識及技巧。
- 對象：中、小學及特殊學校的校長、副校長、教師、社工及學生輔導人員
- 日期：2023年11月24日(星期五)
- 時間：上午9時15分至下午12時15分
- 備註：報名詳情可參閱教育局培訓行事曆(課程編號：SE0020240107)

### 「疑難共解—與家長溝通的挑戰」工作坊(小學及幼稚園)

- 目標：協助學校人員明白接觸家長時可能會遇到的挑戰及如何運用有效策略與家長建立良好關係，促進家校合作，共同處理學生問題。
- 對象：小學、幼稚園及特殊學校校長、副校長、訓導／輔導組教師、班主任、學校社工及學生輔導人員
- 日期：2023年11月30日(星期四)

時間：上午 9 時 30 分至下午 5 時

備註：報名詳情可參閱教育局培訓行事曆(課程編號：SE0020240096)

### **2023 年度「理智 NET」校園嘉許計劃暨分享會**

目標：鼓勵及表揚學校推動健康上網，協助學生成為理智的網絡使用者。

對象：中、小學及特殊學校的校長、副校長、訓導／輔導組教師、班主任、學校社工及學生輔導人員

日期：2023 年 12 月中旬(暫定)

地點：教育局九龍塘教育服務中心四樓演講廳

備註：報名參加計劃而達標的學校，將獲本局嘉許為 2023 年度「理智 NET」校園，並獲邀出席嘉許禮，以茲表揚。有關嘉許禮暨分享會的詳情請於 11 月期間瀏覽教育局培訓行事曆(課程編號:SE0020240108)。

### **2023/24 學年 21 小時小學生涯規劃教育證書課程**

目標：為負責領導和推行生涯規劃教育工作的在職小學人員提供生涯規劃教育及輔導相關重要知識的專業培訓。

對象：學校的學生訓育／輔導／課程／成長課相關工作的在職小學人員

日期：2023 年 11 月至 2024 年 6 月

備註：報名詳情可參閱教育局培訓行事曆(課程編號：SE0020240099)

## 專業協會分享

### 香港學校訓輔人員協會

#### 預防和處理網絡欺凌

#### 香港學校訓輔人員協會理事

#### 優才(楊殷有娣)書院中學部德育主任關沛浚老師

「網絡欺凌」是指任何人透過網絡發表有敵意的言論，例如言語暴力、杯葛、「起底」、惡意改圖等方法，令對方感到尷尬或不快，損害對方的聲譽或社交生活。隨着社交媒體大行其道，網絡欺凌近年來已經成為不少學校必須面對的問題。加上在疫情期間有不少學生終日在家上網，缺乏老師和社工面對面的支援，情況就更日趨惡化了。

根據香港青年協會在 2023 年 3 月的一項調查顯示，逾五成青年曾經遭受網絡欺凌，近兩成年青人表示曾經成為被攻擊的對象，可見問題的嚴重性和普遍性。然而，最多受訪年青人面對網絡欺凌時所採取的行動，卻是「留意事態發展，但不作行動」。或許這些年青人並非有心袖手旁觀，而是欠缺這一方面的意識，不懂得應該怎樣做。有見及此，學校實有必要加強教育學生應對網絡欺凌，使他們學會保護自己和別人。

過去兩個學年，筆者任教的學校推行了一系列措施以預防和處理網絡欺凌問題，可以分享予各位同工參考：

第一，校長向全校教師、家長及學生發出信件，表明校方對網絡欺凌「零容忍」的立場，並指出遇到有關情況，必須立即向德育組報告及跟進。第二，校方邀請了警民關係主任和個人資料私隱專員公署的代表，在學校的周會分享網絡欺凌的後果，例如干犯網絡罪行可能要面對的刑事責任。第三，校方也邀請了專門負責網絡素養教育的社工，教導學生在受到網絡欺凌時，應該保持冷靜，避免回應，並及早向老師和社工求助；而作為旁觀者的同學在目睹各種欺凌事件發生時，應阻止有關訊息傳播，不要轉發或回應。第四，德育組根據教育局及優質教育基金有關計劃所提供的教材，設計了反欺凌主題的班主任節，讓學生討論和反思如何處理網絡欺凌。

根據筆者的經驗，只要全校教師、家長和學生共同合作，正視網絡欺凌問題，不要姑息或拖延處理，必能預防大部分問題的發生。萬一不幸出現欺凌事件，學校各持份者也能獲得足夠的支援，從而減低出現嚴重後果的機會。

資料來源：香港青年協會新聞稿，2023年3月16日

([https://hkfyg.org.hk/wp-content/uploads/2023/03/青協新聞稿\\_調查發現逾五成受訪青年曾遇網絡欺凌.pdf](https://hkfyg.org.hk/wp-content/uploads/2023/03/青協新聞稿_調查發現逾五成受訪青年曾遇網絡欺凌.pdf))

### 「訓育輔導工作面對的法律新挑戰」講座暨本會第十八屆會員大會 會長：林智勇

本會於2023年5月13日，舉辦「訓輔導工作面對的法律新挑戰」講座暨本會第十八屆會員大會。在會員大會上，會員以一人一票方式選出第十八屆理事成員。理事芳名及職位如下：

- 會長：林智勇(鄧鏡波學校)
- 副會長：周德輝(大角嘴天主教小學)
- 副會長：胡世文(香港道教合會圓玄學院第一中學)
- 秘書：蕭美燕(香港道教合會圓玄學院第三中學)
- 財政：余慶新(仁濟醫院第二中學)
- 理事：邵芷娟(退休輔導主任)
- 鄧文傑(退休訓育主任)
- 劉鴻亮(循道衛理聯合教會李惠利中學)
- 蕭泳芯(道慈佛社楊日霖紀念學校)
- 陳以謙(道慈佛社楊日霖紀念學校)
- 關沛浚(優才(楊殷有娣)書院中學部)

本會很榮幸獲陳德恆校長答允為會員大會以「訓輔導工作面對的法律新挑戰」為題，擔任主講嘉賓。陳校長在講座闡釋與訓輔議題有關的基本法律原則，並如何應用在校規、獎懲及訓輔等範疇上。並以不同的個案，探討校長和教師如何在急速轉變的環境下處理學生的紀律問

題，教師的權責和相應的法律責任等。陳校長的分享内容豐富、生動有趣、見解獨到，給我們上了寶貴的一課，獲益良多！

香港學校訓輔人員協會自 1985 年創會至今，已發展成為香港一個最重要、最具代表性的訓輔教師組織。我們致力推動香港學校訓導和輔導教育工作，透過多元的活動、工作坊、講座及出版訓輔參考刊物《訓育百合匙》等，提升教師的訓輔技巧，倡議發展完整及正面的訓輔策略；加強學界對學校訓輔工作和學生的全人成長的關注。

歡迎學校和從事教育工作的人士申請成為會員，學校會員和個人會員參加本會活動，將會獲優先取錄及收費優惠，並按時收到本會之通訊。

本會將於 2023 年 11 月 4 日至 25 日逢星期六上午，舉辦訓輔課程、研討會及工作坊，由資深前線同工／專業人士／學者主持，藉此提升教師的訓輔技巧、分享學校訓輔工作的成果及為同工提供交流經驗的機會。

請密切留意本會網頁／宣傳刊物的最新動態，積極參與支持，為幫助青少年培養健康的生活習慣、建立正確道德價值和自律性，共同努力！

聯絡方法：

網址：<http://www.hkdca.org/>

Facebook：<https://www.facebook.com/hkdca>

電郵：[mail@hkdca.org](mailto:mail@hkdca.org)

入會申請表格



— 完 —

本專訊中由學者及教育同工等提供的文章內容，只供參考之用，並不代表教育局立場。