

英國學者針對校園霸凌對學童之影響分析

駐英國臺北代表處文化組

提供日期：民國 100 年 11 月 30 日

根據近年國際上多項相關研究，英國犯罪心理學家珊卓史考特博士於 2008 年於英國指標性教育雜誌，*Times Education Supplement*，發表 'Inside the Mind of a Bully' 一文，統整歸納由美國、挪威、英國、澳洲等國主導的專題研究結果，進一步分析校園霸凌事件可能對學童造成的身心影響。

霸凌的發生，往往來自各形各色不同的觸因，例如學童相處間的忌妒情緒，或經由觀察其他霸凌行為，仿效進而霸凌其他同學，以求自己不是受害者之一，等等。但研究顯示，霸凌受害者為養成激進人格的高風險群。近年研究指出，六位霸凌加害者中就有一位曾為霸凌受害者；而早先大型研究結果的指數更高，有近半數的霸凌加害者都有被霸凌的經驗。

總總證據顯示，霸凌受害者常會受過去霸凌經驗影響，而有發展出肢體暴力和心理障礙的傾向，例如衍生成憂鬱或躁鬱症，同儕人際關係不良，或學習狀態惡化等。因過去被霸凌經驗，而演化成霸凌加害者的這群學童，實際上比他們的受害者更需要輔導協助，因為在強勢霸道的背後，他們仍是過去那個無助的霸凌受害者。

然而，這些霸凌受害者的心靈和人格到底如何被影響轉變？當一個人經歷了極強烈的霸凌創傷，尤其是在幼年時，這種經驗常導致人格上的變化。這些受害者常常會保持高度警戒狀態，時時觀察身邊環境是否有任何被霸凌的可能性。在這樣的緊繃狀態，往往會有錯估或誤解別人情緒或舉止的可能。雖然霸凌受害者的初衷只是為了保護自我或其他可能受害者，但是在這樣的情況下，他們常常會處於高度防衛狀態，而這可能會進一步導致激進的行為。

這樣的行為基本上反映兩個主要心理狀態，一、我不要再被霸凌，於是在任何可能被霸凌的情況下，他們選擇先發制人，以求自保；二、基於對其他受害者的同理心，而想保護他人，但如此舉動常演變為過度激進。在這兩個心理狀態背後，主要癥結就在，這些曾被霸凌的學童仍以受害者自居，而這樣的認知深深影響了他們的行為舉止，讓他們對主持正義有強烈的渴望，在如此狀態下，他們可能會忽略辨別是非的觀察力和耐心，也較容易失去自我控制能力。

在其他情況下，受害者也會尋求與加害者同盟，除以求自保外，也因為渴望成為強勢的一方，畢竟，對這些受害者來說，成為霸凌加

受害者是最安全，不會再受霸凌威脅的一個選項。

以上幾個情形，或許可以解釋一大部分，霸凌導致受害者行為障礙，或暴力傾向的案例。但是，不只是心理層次，長期的霸凌行為似乎也會對受害者帶來生理上的影響。例如，在極度恐懼下，人腦會大量分泌 cortisol，一種壓力荷爾蒙，美國德州大學荷登教授表示，若孩童腦部長期分泌大量壓力荷爾蒙，可導致腦部異常發展或病變，這種因為霸凌而起的生理變化，可能對免疫系統造成長期的影響，也會對孩童認知系統的發展帶來損害。

另外的研究也指出，受害者腦部的血清素、多巴胺、加壓素等激素，會因霸凌經驗而產生變化，而連帶引起行為上的轉變，如暴力行為的出現等，使原本的受害者反而變成了脅迫別人的霸凌加害者。

而霸凌行為不僅是對受害者帶來行為上的風險，對於加害者影響亦鉅。挪威一項長年研究顯示，霸凌加害者與一般學童比較，於二十歲間，犯下一件以上罪行的機率，高達三到四倍；於中學時，為學童間主要霸凌加害者，有超過百分之六十的男童在 24 歲時，已犯下至少一件罪行，而其中百分之三十五至四十，更背有三件以上的罪行。

面對這樣的研究數據，身為第一關卡的學校，應該謹慎面對處理校園霸凌事件，對於受害者及加害者都應積極輔導關懷，在校園建立一個開放互信的環境，對於任何霸凌跡象，都不應掉以輕心，力求將校園霸凌頻率減到最低。

資料來源：

Dr. Sandra Scott, 'Inside the Mind of a Bully', *TES Newspaper*, 2nd May 2008

Harriet A. Ball, Louise Arseneault et al, Genetic and Environmental Influences on Victims, Bullies and Bully-victims in Childhood, *Journal of Child Psychology and Psychiatry* (2008) 49:1, 104-112

D. Schwartz, Subtypes of Victims and Aggressors in Children's Peer Groups, *Journal of Abnormal Child Psychology* (2000) 28:2, 181-192

Louise Arseneault et al, Bullying Victimization Uniquely Contributes to Adjustment Problems in Young Children: A nationally representative cohort study, *Pediatrics* (2006) 118, 130-138

Yvon Delville et al, 'Behavioral and Neurobiological Consequences of Social Subjugation during Puberty in Golden Hamsters', *The Journal of Neuroscience*, Vol. 18, No. 7, 1998, pp. 2667-2672

Dan Olweus, *Bullying at School: What we know and what we can do*, London: Blackwell, 1993