

有教無「戾」－校園欺「零」計畫

攻擊型受害者小組

節數：第四節

主題：與人相處

- 目標：
1. 探索組員過去與人相處時產生焦慮的經驗。
 2. 了解組員如何理解與人相處的關係。
 3. 了解組員對人的信任程度。
 4. 了解組員如何詮釋外界訊息。

活動	家課分享——「煩惱根源」
時間	20 分鐘
理念	在了解組員的個人焦慮後，工作人員開始了解組員與同學相處時的情況，並評估組員與同學相處時所產生的現實性焦慮(現實)、神經質焦慮(心魔)、道德性焦慮(天使)。
目的	<ol style="list-style-type: none">1. 探索組員在學校與同學衝突時感到煩惱的事件。2. 探索組員在學校與同學衝突時掙扎及煩惱的地方。3. 探索組員在學校與同學相處的情況。
程序	<ol style="list-style-type: none">1. 組員分享家課的內容：「煩惱根源」。 分享重點：<ul style="list-style-type: none">• 組員會選擇那個(心魔、現實、天使)做法• 最影響自己的是心魔、現實，還是天使2. 工作人員讚賞能完成家課或主動分享的組員，並給予禮物以示鼓勵。
物資	煩惱根源工作紙、禮物、後備家課

活動	「心魔 vs. 天使」上集
時間	30 分鐘
理念	Camodeca et al. (2003) 指出攻擊型受害者經常將歸因歸咎於別人上，所以遇到挑釁時，情緒會很憤怒，容易攻擊他人及報復。故此，工作人員要了解組員與人相處的情況，評估組員如何詮釋外界訊息，及如何回應別人的挑釁。
目的	<ol style="list-style-type: none">1. 探索組員如何詮釋外界訊息。2. 探索組員的行為反應及情緒。3. 探索組員與人的關係。4. 探索組員對人的信任程度。
程序	<ol style="list-style-type: none">1. 工作人員在組員的家課中挑選一個情景作為活動內容及扮演情境的內容給組員看。2. 組員需分別在工作紙寫出心魔及天使的行為反應、及自己當時的情緒。3. 完成工作紙後，組員需挑選自己最會選擇的行為反應，及最主要的情緒，並把它貼在與人相處表上。4. 工作人員根據組員貼在與人相處表上的行為反應(攻擊行為及非攻擊行為)，把組員分成兩組。

	<p>5. 組員需分享及討論：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 如何詮釋剛才的情景 • 為何選擇這個行為反應及情緒 • 如何理解與人相處的關係 • 對人的信任程度
物資	與人相處表(物資 1.1)、貼紙

活動	「心魔 vs. 天使」下集
時間	30 分鐘
理念	由於攻擊型受害者經常將歸因歸咎於別人上，所以遇到挑釁時，情緒會很憤怒，容易攻擊他人及報復 (Camodeca et al., 2003)。因此，攻擊型受害者經常受到同輩的排斥，是最不受同學歡迎的一群 (Schwartz, 2000)。工作員要讓組員了解自己的行為反應及情緒會如何影響與人相處的關係。
目的	<ol style="list-style-type: none"> 1. 讓組員了解自己的行為反應及情緒，及如何影響與人相處的關係。 2. 拉闊組員解決問題的方法。
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 根據剛才的小組，組員需輪流扮演他們選擇的行為反應及情緒，及對方對於他們回應的反應。 2. 另一組的組員需要估組員正在扮演甚麼行為反應、情緒及對方的反應。 3. 工作員總結組員的行為反應及情緒如何影響他們與人相處的關係。
物資	與人相處表(物資 1.1)

活動	總結及家課講解「你的想法」
時間	10 分鐘
理念	在評估組員個人及與人相處的焦慮後，工作員開始評估組員的非理性想法及讓組員了解想法影響行為和情緒的概念。
目的	<ol style="list-style-type: none"> 1. 觀察及紀錄在學校與同學衝突的事件。 2. 探索組員想法、行為及情緒。
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 總結工作員觀察及讚賞各組員的表現。 2. 介紹家課「你的想法」。 3. 提醒組員完成家課後，可獲得禮物，加強完成家課的動機。 4. 致送最佳表現，送給最積極參與及投入小組活動的組員。
物資	你的想法工作紙、禮物

工作員注意事項：

1. 在「心魔 vs. 天使」活動中，組員經常會有理性及非理性想法的論點，工作員需細心聆聽組員的分享，並運用組員理性想法的論點拉闊組員的想法。
2. 工作員可挑選組員的家課或組員曾在小組中分享過的被欺凌的片段作為情景，情景最好是大部分組員曾經歷或容易會經歷到的情景，令組員能容易代入情景中。

你的想法

請在下面的空格內寫出上一件與同學有衝突的事（可以與上節家課一樣），回想當時你的行為和情緒，再想想當時正在想甚麼。

發生甚麼事?

你在想甚麼?

你的行為...

你的情緒...

情緒字參考：

丟臉/開朗/安全感/高興/滿足/成功感/平靜/鬆一口氣/期待/羨慕/害怕/憂慮/驚慌/煩惱/懷疑/無奈/憂鬱/不屑/痛苦/生氣/驚訝/不知所措