



操控型 攻擊者篇

親子平行小組



目錄

序言一		4
序言二		5
第一章：	計畫簡介	9
第二章：	理念架構	11
	(I) 攻擊者的類型	12
	(II) 受害者的類型	17
	(III) 攻擊行為的形式	21
	(IV) 小學學童的攻擊行為的模式及成因	22
	(V) 輔導相關理論	24
	(VI) 三種治療性輔導模式的小組特色	28
第三章：	研究評估	31
	(I) 研究設計	31
	(II) 研究程序	32
	(III) 研究和評估工具	34
第四章：	學生小組內容	43
	(I) 小組內容	43
	(II) 個案研究	97
	(III) 參加者心聲	105
	(IV) 工作人員分享	105
第五章：	家長小組內容	107
	(I) 小組內容	107
	(II) 個案研究	161
	(III) 參加者心聲	170
	(IV) 工作人員分享	170

目錄

第六章：	親子平行小組內容	177
	(I) 小組內容	177
	(II) 個案研究	290
	(III) 參加者心聲	296
	(IV) 工作人員分享	296
第七章：	研究結果及討論	299
第八章：	實務錦囊	307
第九章：	光碟使用指引	313
第十章：	附件	317
第十一章：	參考文獻	341

第六章： 親子平行小組內容



第六章 - 親子平行小組內容

(I) 小組內容

節數：第一節

形式：小組先以親子形式進行，後再分為家長組及子女組

- 目標：
1. 讓組員了解小組目的及內容，共同訂立小組契約
 2. 協助家長認識子女的性格特徵，評估家長的管教模式
 3. 評估子女對校園及家庭不同情境的情緒反應
 4. 協助組員訂下於小組內的個人目標

親子活動

活動	「拉闊知多D」小組介紹
時間	15分鐘
目的	讓組員明白參與小組之目的、內容及獎勵計畫
程序	<ol style="list-style-type: none">1. 工作人員及組員自我介紹<ul style="list-style-type: none">- 鼓勵組員分享對小組的期望2. 介紹小組目的、形式及時間3. 介紹小組獎勵計畫<ul style="list-style-type: none">• 每次親子共同出席小組活動並交齊家課的組員，可獲得星星貼紙一張，並由組員親自張貼星星貼紙於「獎勵表」上；獲得星星貼紙十張的親子組，可得禮物一份• 每節小組設有「最佳表現」及「最佳進步獎」，分別鼓勵投入小組活動的組員• 於最後一節小組頒發「最佳進步獎」、「最合拍親子獎」及「最投入參與獎」
物資	貼紙名牌、星星貼紙、獎勵表(物資1.1)

第六章 親子平行小組內容

活動	小組大挑戰
時間	25分鐘
目的	共同訂立小組契約及規則 促進組員之間的溝通及合作，並觀察親子之互動
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 將組員分組(三至四對親子為一組)，每組派發少量報紙和膠紙 2. 講解活動程序： <ul style="list-style-type: none"> 組員需於限時八分鐘內，用報紙及膠紙砌出高於21厘米(A4紙闊度)的高塔，以承載若干重量的紙包飲品，並需維持最短5秒 3. 觀察「操控型攻擊者」親子之間的互動，留意家長與子女的溝通模式，以助工作人員對組員作初步評估 4. 完成活動後，邀請組員回顧過程及分享成功完成挑戰的因素，從中帶出小組規則 5. 總結組員分享及將小組規則寫上大畫紙上，並鼓勵組員一同遵守 <ul style="list-style-type: none"> 小組規則例子： <ul style="list-style-type: none"> - 準時出席小組 - 尊重自己及別人 - 積極投入活動及表達意見 - 保密 - 互相合作及支持 6. 派發紙包飲品予積極投入參與活動之組員作小禮物
物資	報紙、膠紙、尺子、計時器、紙包飲品、大畫紙、顏色水筆

第六章 親子平行小組內容

家長組

活動	人有相似
時間	30分鐘
目的	協助組員察覺子女與操控型攻擊者相近的想法和行為特徵 檢視組員的管教模式 讓組員明白自己的價值觀及行為會影響子女的成長，及了解身教的重要性
程序	<p>第一部分</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 播放「小孩不笨2」片段1 片段內容：講述三位男孩，如何透過操控事件的發生及製造環境因素，引導片中的男主角相信自己快將成為父親 2. 派發及講解「人有相似」工作紙(堂課一)活動，讓組員討論三位男孩的特徵，並剔出子女與三位男孩相似的地方 片段中三位主角的特徵： <ul style="list-style-type: none"> • 性格：聰明/有計畫行事/自我中心/為個人利益 • 想法：展示自己實力/恃強凌弱/玩弄別人得到快樂 • 情緒：不顧他人感受/冷靜/理智 • 行為：連群結黨玩弄同學 3. 邀請組員分享其子女的特徵和其特徵可能會導致的負面後果，並以生活事例作輔助，以了解組員的思想模式及管教模式 <p>第二部分</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 播放「小孩不笨2」片段2 片段內容：講述片中男主角的父親以威迫利誘的方法催促兒子 習及做功課 2. 邀請組員描述片段中家長的性格、想法、情緒及管教模式，並分享自己與片段中家長相似的地方(例如: 想法和價值觀方面) 片段中家長特徵： <ul style="list-style-type: none"> • 多數以交換條件控制子女 • 喜歡以指令控制子女 • 沒有理會子女的困難或感受 • 以金錢衡量與子女相處的時間 3. 總結及帶出重點： <p>「操控型攻擊者」家長不惜任何方法令子女達到父母所要求的目的，因此，忽略了子女的感受，亦令子女學習其功利主義的價值觀，對子女帶來負面的影響(可參考此活動的第一部份)。引導組員從子女的角度出發，多些了解子女的感受，並反思子女會從家長身上學到甚麼做人處世的態度及價值觀</p>
物資	「小孩不笨2」片段、「人有相似」工作紙(堂課一)

第六章 親子平行小組內容

活動	給自己的信
時間	20分鐘
目的	協助組員訂立在小組內的個人目標 讓組員分享對小組的期望
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發信紙及信封給組員，邀請組員寫一封信給自己，在信內寫上參與小組的目標，及對小組的期望 2. 從活動引伸出小組守則及「保守秘密」等協議，並與組員討論怎樣達成所訂目標 小組守則例子： <ul style="list-style-type: none"> • 互相尊重 • 彼此合作 • 細心聆聽 • 樂於分享 • 積極投入 • 願意作自我反省 • 嘗試把從小組所學的，在日常生活中應用出來 3. 收集組員的信，並提醒組員於小組最後一節回顧「給自己的信」的內容，並檢視期望的達成程度
物資	信紙、信封、膠紙

子女組

活動	「感覺四周·認識情緒」
時間	25分鐘
目的	刺激子女對情緒的認知，評估子女對校園及家庭不同情境的情緒反應
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發情緒卡給組員 2. 展示與學校(例如：學校操場、洗手間等可能出現欺凌情況的地方)及家庭環境(例如：客廳)有關的圖片，請組員揀選最能形容自己情緒的情緒卡 3. 邀請組員分享揀選該情緒圖紙及相關的校園及家庭生活的原因，並根據組員分享的情況變更活動做法(例如：工作人員先選出情緒圖紙，再由組員分享與該情緒相關的情境)
物資	情緒卡(物資1.2)、與學校環境及家庭有關的圖片(物資1.3)

第六章 親子平行小組內容

活動	讓「期望」飛
時間	15分鐘
目的	協助子女訂立在小組內的個人目標
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發「我的期望」工作紙，請組員畫出或寫出對自己於小組的期望 2. 邀請組員分享，並一同討論如何於小組內達到有關期望 3. 鼓勵組員朝目標努力，並透過遵守組規以達到期望 4. 讓組員將「我的期望」紙摺成紙飛機，並將紙飛機一起向目標飛出，鼓勵組員一起朝目標前進 5. 收集組員的紙飛機予玻璃瓶，並提醒組員於小組最後一節回顧「我的期望」紙，並檢視期望的成功比率達成程度
物資	「我的期望」工作紙(堂課二)、玻璃瓶

活動	總結及家課講解 — 「我叫…」
時間	10分鐘
目的	<p>增加工作人員對組員之了解</p> <p>加強組員對小組的歸屬感</p> <p>培養組員完成家課的習慣</p>
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 總結組員表現，讚賞組員在小組的正面表現，並把星星貼紙給予表現良好的組員 2. 派發並講解家課「我叫…」 3. 提醒組員完成家課後，可獲得星星貼紙，加強組員完成家課的動機 4. 致送「最佳表現」給與最積極參與及投入小組活動的組員
物資	「我叫…」家課紙、禮物

第六章 親子平行小組內容

第一節小組物資1.1



獎勵表



親子名字	摘星數目												

第六章 親子平行小組內容

第一節小組堂課一

人有相似

於「小孩不笨」片段中，三位男孩的特徵 (包括: 想法、情緒和行為)	我的子女與他們相似的地方 (以✓表示)
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

第一節小組物資1.2

情緒卡

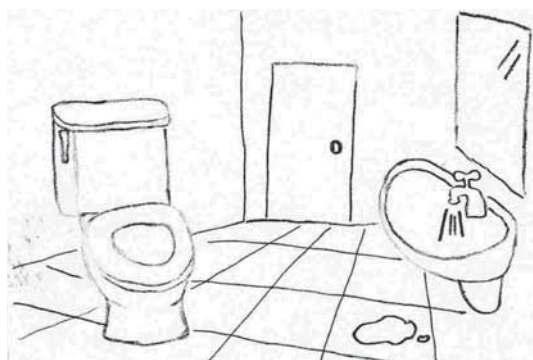


第六章 親子平行小組內容

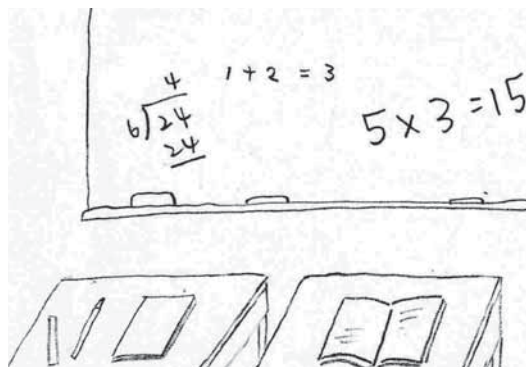
第一節小組物資1.3

與學校環境及家庭有關的圖片

洗手間圖片



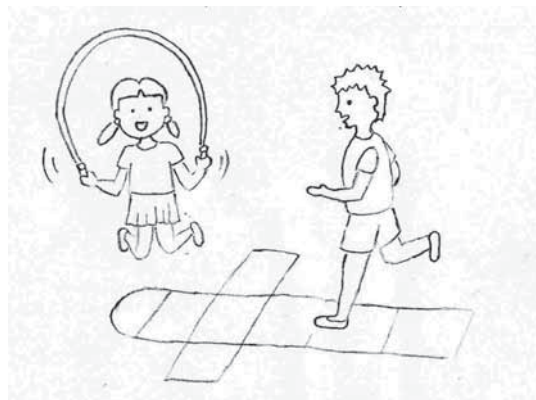
課室圖片



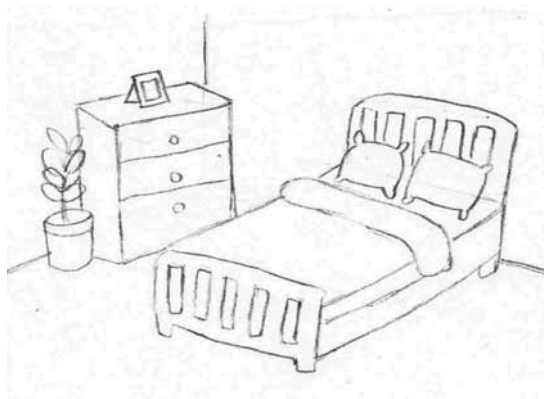
小食部圖片



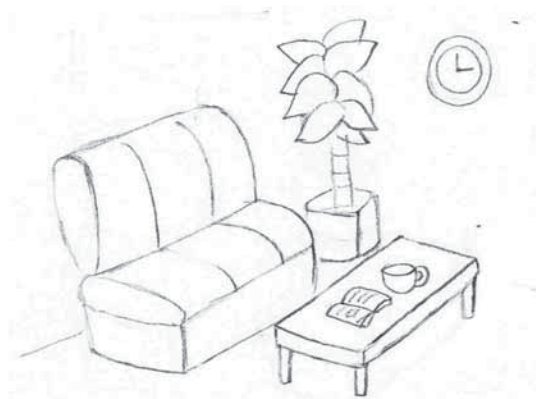
操場圖片



睡房圖片



客廳圖片



第一節小組堂課二

我的期望...



第一節小組家課

我叫{ }

我最自豪的事：

我最想要的“著數”：



我最難忘的事：



我最崇拜的人：

我最喜歡的地方：

第六章 親子平行小組內容

節數：第二節

形式：小組先以親子形式進行，後再分為家長組及子女組

目標：1. 增進親子溝通及了解

2. 協助家長認識不同的管教模式及反思家長管教模式對子女成長的影響

3. 讓家長明白「想法」與「行為」、「情緒」及「身體反應」的關係

4. 了解組員的學習源頭(Source of Learning)及評估子女行為背後的目的及次級增強物(Secondary Reinforcer)

親子活動

活動	「到底我像誰？」
時間	25分鐘
目的	增進親子溝通及了解 引導組員留意及反思親子之相處模式，及對親子關係之影響
程序	<ol style="list-style-type: none">1. 派發「到底我像誰？」工作紙給組員，請親子各自揀選於不同情境中(日常生活、面對家長管教/管教子女、理想中的親子相處)能代表個人特質的動物及其原因2. 邀請組員作親子分享，並引導親子留意代表自己的動物與對於揀選的異同/相關之處；由於「操控型攻擊者」的家長偏向屬於專制型或縱愛型之管教模式，因此，在分享“面對家長管教/管教子女時之代表動物”時，工作人員可從中了解親子相處模式，並評估家長的管教模式 例子：家長揀選「綿羊」，子女揀選「老虎」；工作人員可鼓勵組員分享「綿羊」及「老虎」代表親子相處的甚麼情況，過中的相處又是如何？讓家長從中檢視自己的管教模式，如：縱愛型3. 總結及帶出訊息： 親子有慣常之相處模式，因此忽略了彼此相處模式對親子關係的影響；透過是次活動，希望組員多留意及反思現時親子之相處模式有否改善，或需要作出調整的地方，使相處時可達到理想中的親子溝通模式，促進親子關係
物資	「到底我像誰？」工作紙(堂課一)

第六章 親子平行小組內容

家長組

活動	四種管教模式
時間	25分鐘
目的	協助組員認識四種常見的管教模式 引導組員了解自己慣常用的管教模式，並反思不同的管教模式如何影響子女成長 協助組員反思其管教模式的成效及可改進的地方，提升組員改善管教模式的動機
程序	<p>1. 派發「情境題處理」工作紙</p> <p> 情境概要：</p> <p> 兒子在學校與其他同學連群結黨，欺凌同學，但犯錯後又不肯承擔責任，還將責任推到他人身上，身為家長應如何處理？</p> <p>2. 邀請組員於工作紙上填上面對該情境的處理方法及作出分享(不同的處理方法可歸納為四類型的管教模式)</p> <p>3. 派發「四種管教模式」及「四種管教模式特點」工作紙，介紹四種管教模式、特點及對子女的影響，引導組員思考及了解自己管教模式</p> <p> 四種管教模式特點：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 威信型(Authoritative) 特點：著重親子之間彼此溝通交流 • 專制型(Authoritarian) 特點：以家長為中心，子女需服從家長的指令 • 縱愛型(Permissive) 特點：以子女為中心，家長完全遷就子女的意願 • 忽略型(Neglectful) 特點：天生天養，家長認為不需花太多時間及心思管教子女 <p>4. 總結及帶出重點：</p> <p>根據社會學習理論(Bandura, A., 1999)，子女會模仿家長的行為，因此，希望透過活動讓組員明白其管教模式與子女行為的密切關係，強調家長的負面思想會潛移默化，影響子女的成長(例如：「操控型攻擊者」家長不惜以違規/負面行為達到目的，子女亦會出現類似“走捷徑”及“踩低別人抬高自己”的欺凌行為，引致嚴重的後果)；讓組員反思哪種管教模式才有助子女健康成長及促進親子關係，並以身教作為子女的良好榜樣</p>
物資	白板、白板筆、「情境題處理」工作紙(堂課二)、「四種管教模式」工作紙(物資2.1)、「四種管教模式特點」工作紙(物資2.2)

第六章 親子平行小組內容

活動	思想大不同
時間	25分鐘
目的	檢視組員在處理子女行為問題時所運用的管教模式 讓組員認識「想法」與「行為」、「情緒」及「身體反應」的關係，及掌握「想法」的重要性
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發及講解「思想大不同 - 個案例子」工作紙 個案內容： 操控型攻擊者子女與家長相處片段 2. 帶領組員討論，並一同分辨出個案例子中所提及的「事件」、「想法」、「行為」、「情緒」及「身體反應」，並嘗試填寫「身心思維自我分析表」工作紙 3. 引導組員思考「事件」、「想法」、「行為」、「情緒」及「身體反應」之間的關係 4. 總結及帶出重點： 同一事件，不同的人會有不同的理解及想法，因而出現不一樣的情緒、身體和行為反應，強調負面的「想法」會帶來負面的情緒、身體和行為反應，影響身心健康及親子關係，協助組員掌握「想法」的重要性，並提升其需要改變的動機 5. 鼓勵組員可於日常生活中加以使用「身心思維」概念，以組員的真實例子示範如何運用「身心思維自我分析表」
物資	「思想大不同-個案例子」工作紙(物資2.3)、「身心思維自我分析表」工作紙(堂課三)

活動	總結及家課講解 – 「生活回憶錄」工作紙
時間	10分鐘
目的	鞏固本節內容 鼓勵組員於日常生活多留意自己的管教模式，及運用「身心思維」概念分析其想法、行為、情緒及身體反應
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 鼓勵在日常生活中多留意管教模式，及反思對子女成長的影響；並運用「身心思維」概念分析個人的想法、行為、情緒及身體反應 2. 派發及講解「生活回憶錄」家課紙 家課內容： 邀請組員於這週內紀錄一件管教子女時令他/她感到困擾的事，並記下他/她當時的想法、行為、情緒及身體反應 3. 邀請組員分享參與這一節小組的感受及得著
物資	「生活回憶錄」家課紙

第六章 親子平行小組內容

子女組

活動	家課分享 — 「我叫…」
時間	15分鐘
目的	加深組員之間的認識及連繫 培養組員正面分享的氣氛
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請組員分享家課—「我叫…」，可先選較輕鬆的題目(最崇拜的人、最難忘的事等)，然後分享我最想要的「著數」 2. 總結及帶出重點： 透過活動，讓組員互相認識，並帶出本節小組活動的重點：我想得到的「著數」 3. 讚賞完成家課及主動分享的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	後備家課、星星貼紙

活動	「大雄的故事」
時間	15分鐘
目的	讓組員透過片段投射(Project)自己對「著數」的想法，加深工作人員對組員的了解 評估小組內的「操控型攻擊者」組員傾向是想得到哪一種「著數」(如：物質、地位) 拉闊組員對「著數」的看法
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹片段人物背景，大雄的性格如下： <ul style="list-style-type: none"> - 成績平平 - 為人怯懦 - 缺乏自信 2. 播放「多啦A夢：獨裁按鈕」片段(片段開始至12分鐘)，故事講述大雄獲得一件能「清除」任何人的法寶 3. 邀請組員討論片段中主角大雄的故事： <ul style="list-style-type: none"> • 大雄利用法寶後，得到甚麼「著數」？ • 若你是片中的大雄，你又會想獲得什麼「著數」？ 4. 總結及帶出重點： 透過片段，了解到主角大雄想得到的「著數」，組員可檢視自己想得到的「著數」又屬哪一類(例如：權力、名譽、金錢等)
物資	「多啦A夢：獨裁按鈕」片段、電腦

第六章 親子平行小組內容

活動	「神奇魔法師」
時間	15分鐘
目的	了解組員過去的學習源頭(Source of Learning) 評估組員行為背後的目的及次級增強物(Secondary Reinforcer)，協助工作人員對組員作出準確及全面的評估
程序	<ol style="list-style-type: none"> 派發願望紙，邀請組員填上三個自己最想得到的「著數」 檢視組員的願望紙，工作人員可先選較多組員想得到的「著數」，以邀請組員作分享 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> 何時想要這些「著數」？ 從哪裡獲得這些「著數」？ 與誰一起去獲得這些「著數」？ 用甚麼方法獲得這些「著數」？ 甚麼原因令你想要這些「著數」？ 總結及帶出重點： 每個組員都有想得到的「著數」，從分享當中得知甚麼原因令大家認為這些「著數」是重要，亦了解到組員用哪些方法去得到「著數」，讓工作人員對「操控型攻擊者」組員行為背後的動機有初步的評估；透過大雄故事的結果，協助組員反思用負面途徑獲得「著數」是需要承擔嚴重後果的 讚賞積極參與及主動分享的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	願望紙(堂課四)、星星貼紙

活動	「大雄真係賺咗？」
時間	10分鐘
目的	<ol style="list-style-type: none"> 讓組員明白攻擊行為帶來嚴重的負面後果 讓組員反思有甚麼東西/得著較獲得「著數」更重要
程序	<ol style="list-style-type: none"> 播放「大雄的故事」—「多啦A夢：獨裁按鈕」的片段(下半部份)，講述大雄雖然透過「清除」所有人得到他想要的「著數」；但結果他孤獨一人，並失去了家人及朋友的關心和支持，因此感到非常後悔，並懊惱自己所作所為帶來的負面後果 由於「操控型攻擊者」低估負面行為所需承擔的後果，因此，透過與組員一同討論大雄的事例，引導組員反思用負面行為得到「著數」，會帶來的嚴重後果(例：得不到社會大眾的支持及認同) 總結及帶出重點： 以攻擊及負面行為獲得「著數」，會帶來嚴重的後果，甚至失去較「著數」更重要的東西(例如：親情或友情等)，鼓勵組員反思日常生活中，有甚麼東西/得著較獲得「著數」更重要，並讓你擁有更多滿足感
物資	「多啦A夢：獨裁按鈕」片段、電腦 #可選擇其他片段，重點是片中的主角需擁有操控型攻擊者的特徵，並有計畫地利用攻擊行為去獲得「著數」

第六章 親子平行小組內容

活動	總結及家課講解 — 「等價交換」
時間	10分鐘
目的	總結本節內容 培養組員完成家課的習慣
程序	<ol style="list-style-type: none">1. 總結組員表現，讚賞組員在本節中的正面表現2. 派發及講解家課「等價交換」 家課內容： 「操控型攻擊者」會不以為然地合理化其負面方法以獲得「著數」(例：傷害別人/欺騙等)，透過邀請組員填寫最想得到的「著數」及得到「著數」的三種方法，協助工作人員評估「操控型攻擊者」組員得到「著數」的途徑3. 提醒組員完成家課後，可獲得星星貼紙，加強完成家課的動機4. 致送「最佳表現獎」及「最佳進步獎」給投入小組活動及努力改變的組員
物資	「等價交換」家課紙、禮物

第二節小組堂課一(家長版)

到底我像誰?(家長版)



1. 圖中每種動物也有不同的特質，日常生活裡我最似哪一種動物？為甚麼？

2. 在管教子女時，自己會變成哪一種動物？為甚麼？

3. 與子女相處時，我最想自己成為哪一種動物？為甚麼？

第二節小組堂課一(子女版)

到底我像誰?(子女版)



1. 圖中每種動物也有不同的特質，日常生活裡我最似哪種動物? 為甚麼?

2. 面對家長管教時，自己會變成哪一種動物? 為甚麼?

3. 與家長相處時，我最想自己成為哪一種動物? 為甚麼?

第二節小組堂課二

「情境題處理」

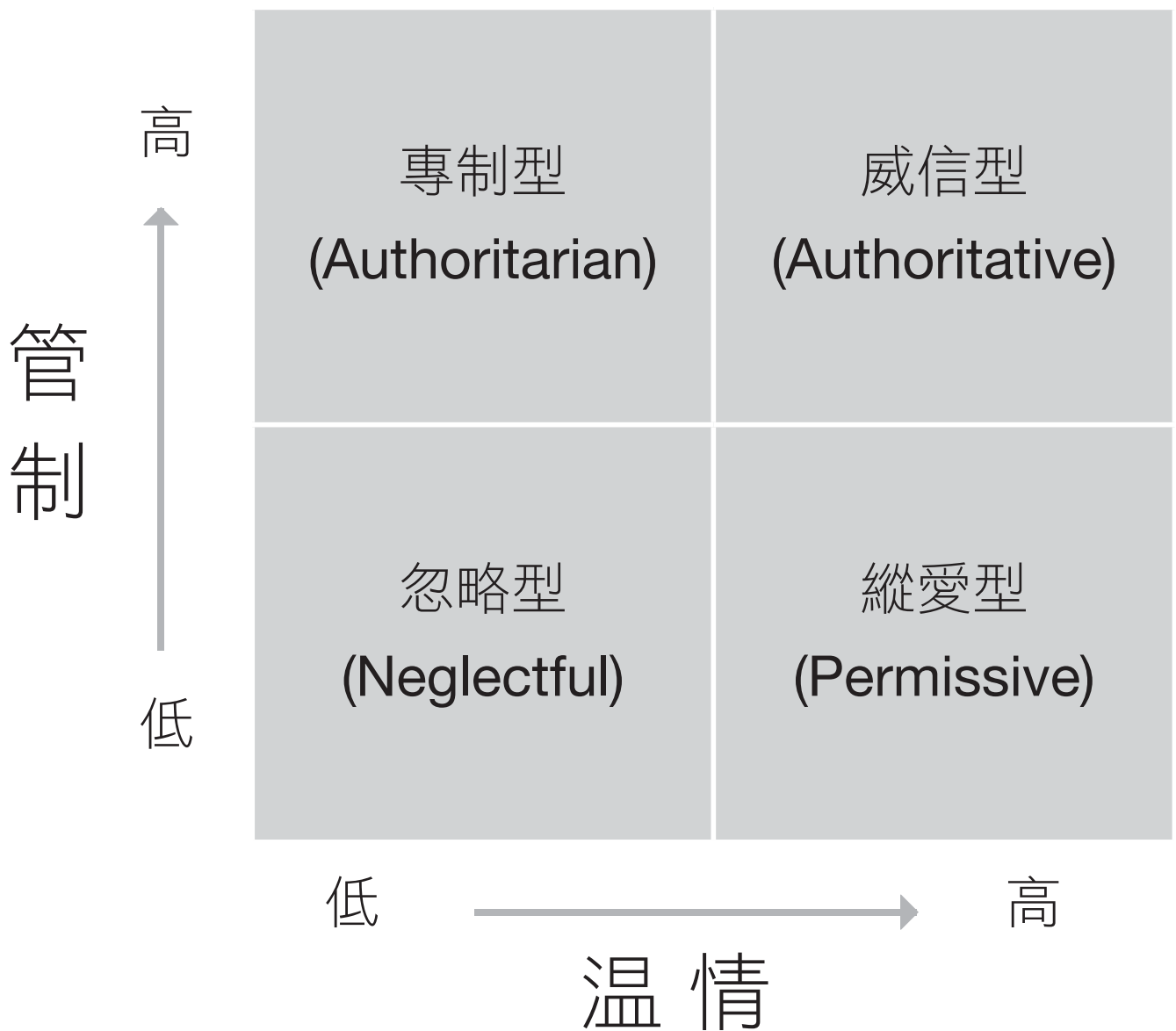
「某天，小明母親接到老師的電話，得悉小明在學校小息時，指使並聯同幾位同學捉弄班中某位同學，最後弄壞他的眼鏡。當被老師發現時，他不但沒有承認其過錯，而且反駁是同學挑釁他在先。

小明回到家中，家長主動與小明討論事件。小明依然沒有承擔責任，並強調是其他同學做的錯事，全因老師偏心，所以只是懲罰他。又指出眼鏡壞了只是一件小事，可以再買過，並有什麼大不了。」

事實上，老師已查明事件，並給予各同學適當懲罰。

若果你是小明的家長，你會怎麼處理？為什麼？

四種管教模式



第六章 親子平行小組內容

第二節小組物資2.2

「四大管教模式特點」

管教類型	模式	特點	子女容易出現的行為表現
忽略型 (Neglectful)	低溫情 + 低管制	<ul style="list-style-type: none"> → 鬆散及非管制的教養方式 → 沒有花太多時間和精力用於教養子女 → 忽略子女的行為及需要 	<ul style="list-style-type: none"> → 有怨氣 → 社交和學習發展不良 → 易有敵意及反叛行為 → 意圖向父母或社會還擊
縱愛型 (Permissive)	高溫情 + 低管制	<ul style="list-style-type: none"> → 鬆散及溺愛的教養方式 → 甚少命令子女 → 允許子女自由地表達感覺和衝動，不會嚴密地監督子女的活動，對他們的行為也極少作堅定的管制，形成縱容 → 家長多不能管制子女 	<ul style="list-style-type: none"> → 具反叛性及易受挫折 → 自我中心及支配性強 → 無目標
專制型 (Authoritarian)	低溫情 + 高管制	<ul style="list-style-type: none"> → 高限制 → 設下許多規則，期望子女嚴謹地遵守，但很少向子女說明原因 → 常用懲罰，以強力的策略，促使子女跟從 	<ul style="list-style-type: none"> → 害怕、困惑及易怒 → 較不快樂、具消極敵意及脆弱 → 無目標
威信型 (Authoritative)	高溫情 + 適當管制	<ul style="list-style-type: none"> → 較具彈性的教養方式 → 允許子女有充分的自由，小心地說明所設限制的理由，在需要時，會使用權力和說理，以確保子女遵從 → 能理解子女的需求及觀點 → 容易成為說教及給予子女適當的推動 	<ul style="list-style-type: none"> → 能自我管制及信賴 → 能應付壓力和與人合作及友善 → 有目標

第二節小組物資2.3

思想大不同 - 個案例子

「某天下午，王志偉放學後，如常到補習社溫習做功課。但是，這次志偉遲了整整一小時才回家。王太非常憤怒地問：「志偉，為什麼你這樣慢才回家呀？」志偉低下頭說：「補習後，和朋友到足球場踢球。」

王太得悉原因後，十分激動說：「你知不知夜晚街上是很危險的，你無出事已經走運。你遲了回家，原來就只是跟朋友去玩！」志偉解釋：「不是玩，我下星期班際比賽，我只係練習而已。」

王太大力拍檯說：「你就快考試，還掛著玩，踢足球有什麼用？有前途嗎？你考試不合格，升不上好中學，看看你到時怎麼死！氣死我了！你返房吧！我現在很頭痛，不想再聽到你說！」

志偉無奈說：「媽，你根本不明白我。」

身心思維自我分析表

引發事件：	
↓	
王太的「想法」：	
↓	↓
王太的「行為」：	王太的「情緒」及「身體反應」 情緒： 身體反應：

身心思維自我分析表 (範例)

引發事件:

「志偉放學後，跟朋友到足球場踢球，遲了一小時才回家。」



王太的「想法」：

1. 「夜晚才回家，一定會出事。」
2. 「讀書才有好前途，踢足球是浪費時間。」
3. 「兒子不懂事，他的解釋無須理會。」



王太的「行為」：

1. 大聲責罵
2. 大力拍檯
3. 惡言相向






王太的「情緒」及「身體反應」

情緒：生氣，憤怒，激動
身體反應：頭痛

第二節小組家課(家長組)

生活回憶錄

請填上過去一星期你於管教子女時感到困擾的一件事情，然後於下列方格內寫上你的想法、行為、情緒及身體反應(如頭痛、心跳加速、顫抖等)。

 <p>事情經過是怎樣？</p>	
↓	
 <p>你當時有甚麼想法？</p>	
↓	↓
<p>你此刻「心情」如何？</p> <p>你留意到自己有甚麼「身體反應」？</p>	<p>你做了甚麼？</p> 

第二節小組堂課四

「願望紙」

「大家好！我是魔術大師哈利波比。我可以給你三個著數，誠心許願吧！只要你想要的，我都可以給你！」



(例子:金錢/成績/地位/成功感/受人尊重)

願望(一)

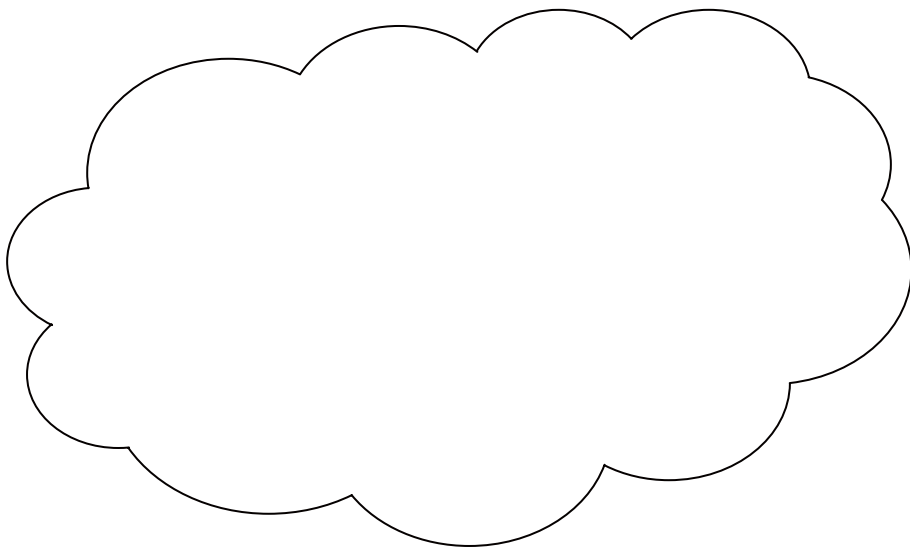
願望(二)

願望(三)

第二節小組家課(子女組)

等價交換

我現時最想得到的「著數」是：



我會用甚麼方法來換取這些「著數」？

1. _____
2. _____
3. _____

第六章 親子平行小組內容

節數：第三節

形式：小組先以親子形式進行，後再分為家長組及子女組

- 目標：
1. 讓組員留意親子溝通模式
 2. 協助家長辨識各類型的思想陷阱，並了解思想陷阱如何影響親子關係
 3. 評估子女達目的的方法及成效
 4. 協助子女反思他們的行為所來的風險和負面影響

親子活動

(詳情請參閱教學光碟，小學親子小組 — 4.1 小組初期，親子活動)

活動	最常說的「五句話」
時間	25分鐘
目的	協助家長及子女留意及反思親子溝通時的對話 初步評估親子之溝通模式及家長之管教方法
程序	<ol style="list-style-type: none">1. 派發「五句話」工作紙給組員、家長及子女各自填寫2. 邀請親子之間互相分享，協助組員了解雙方的話是否於出現於相同情境及是否相應配合 例如：家長最常說的是「唔好再打機」，子女最常說的是「得啦得啦！」/「俾我玩多五分鐘！」以回應家長的話；而親子相處的情境是家長正在處理子女打遊戲機的時候3. 工作人員可從親子之分享中觀察並評估家長較重視子女哪一方面之情況，如五句話中，大多圍繞於學業成績/表現方面，便了解到該家長於管教方面的重點，而這些觀察有助工作人員在安排「拉闊規條尺」的活動前作初步評估；另工作人員可觀察家長就管教「操控型攻擊者」子女的方法，如：「如果你考到一百分，你想要甚麼我都買給你!」，便可了解到家長是用利誘方式令子女達到其要求4. 邀請組員於大組作親子分享 分享重點：<ul style="list-style-type: none">• 你在哪些情境最常說這五句話？• 當你說這些話時，有否留意對方的感受和反應？對方的反應會否影響你繼續說這些話的動機？• 你於親子相處時經常說的話，是否對方最常聽到的話？• 當你常常聽到對方說相同的話，你的回應是甚麼？你有否了解對方為甚麼要經常說這些話？5. 總結及帶出訊息： 親子可多留意與對方溝通時經常說的話，因從對話中，可得知更多對方對自己的期望，並可反思這種表達方法，能否有效地令對方了解自己帶出的訊息
物資	「五句話」工作紙(堂課一)

第六章 親子平行小組內容

家長組

活動	家課分享
時間	10分鐘
目的	強化組員對「身心思維」概念的運用及掌握 協助組員留意在管教子女時出現的即時想法
程序	<p>1. 邀請組員分享家課，並檢視組員於在家課紙上填寫的「想法」、「情緒」、「行為」、「身體反應」是否正確及相關(由於「身心思維」概念較為抽象及當中內容容易混淆不清)</p> <p>分享重點：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 引導組員回想當時的情境及回顧腦海中即時出現的想法 • 可使用量化技巧(Scaling Question)協助組員分享，(例如：如果10分是滿分，你的不滿是多少分?)及引導組員選擇較為貼切的情緒字詞(例如：不开心/ 傷心/憤怒/不滿哪種情緒字詞較為配合你的感受?) <p>2. 總結及帶出重點：</p> <p>組員於日常生活嘗試運用「身心思維」概念分析其想法、行為、情緒及身體反應，這有助避免出現負面想法及所帶來的負面影響。工作人員透過組員的分享，檢視「操控型攻擊者」家長於管教子女時的即時想法(例如：成績不好將來一定沒有前途!)，有助日後拆解思想陷阱及拉闊規條尺</p>
物資	後備家課

活動	十大「思想陷阱」
時間	25分鐘
目的	協助組員辨識各類型的「思想陷阱」 讓組員反思跌入「思想陷阱」所帶來的負面影響
程序	<p>1. 講解思想模式的形成、「思想陷阱」概念及兩者的關係</p> <p>思想模式的形成：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 基於個人的成長經歷(家庭環境、社交生活、社會風氣等) • 多年累積而建立 <p>「思想陷阱」概念：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 偏差的思想反應 • 在面對壓力時，從個人價值觀及規條中即時引發的自動化想法 • 容易被我們忽略的感受及低估其嚴重性 • 跌入時會引致負面的行為、情緒及各種身體反應 <p>思想模式及「思想陷阱」的關係：</p> <p>當面對某些情境時，會不自覺地出現某些想法，只反映了部份事實，從而下了某些判斷，便跌入了「思想陷阱」，並引致負面的情緒、身體及行為反應</p>

第六章 親子平行小組內容

程序	<ol style="list-style-type: none"> 2. 講解活動規則及於白板上貼有「思想陷阱」字句牌，並向組員派發10張「思想陷阱」類型解釋卡 3. 讓組員互相討論並進行配對；將解釋字句卡貼於相對應的「思想陷阱」類型卡旁邊；工作人員需因應組員不同的學習能力，鼓勵組員多作嘗試及提供協助 4. 應用組員家課的真實例子，引導組員反思跌入「思想陷阱」的負面影響 「操控型攻擊者」家長跌入了「思想陷阱」的例子： 管教子女時，家長會出現「子女成績不好，他們將來一定沒有前途！」的想法，這是跌入了「非黑即白」的「思想陷阱」；負面影響包括出現頭痛、心跳加速等身體反應並大聲責罵子女，以致引起親子衝突 5. 總結及帶出重點： 透過活動讓組員初步辨識各類型的「思想陷阱」，並讓組員反思跌入「思想陷阱」所帶來的負面影響，鼓勵組員避免跌入「思想陷阱」
物資	「思想陷阱」字句牌(物資3.1)、「思想陷阱」類型解釋卡(物資3.2)

活動	我的「思想陷阱」
時間	20分鐘
目的	引導組員探尋及辨識自己常跌入的「思想陷阱」 提升組員作出改變的動機，為拆解「思想陷阱」作準備
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發「思想陷阱的類型」工作紙，邀請組員將填寫跌入不同「思想陷阱」的頻率(5分代表經常，4分代表通常，3分代表間中，2分代表很少，1分代表從不) 2. 邀請組員分享最常跌入之「思想陷阱」及相關情境/經歷 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 甚麼情境/經歷令你覺得跌入了這些「思想陷阱」？ • 當你跌入了「思想陷阱」時，你出現了哪些情緒及身體反應？ • 跌入這些「思想陷阱」如何影響你的身心健康、與子女的親子關係？ 3. 總結及帶出重點： 從活動中，引導組員辨識其經常跌入的「思想陷阱」類型及相關情境，及所引致的負面影響(特別是親子關係上)，提升組員作出改變的動機，為拆解「思想陷阱」作好準備
物資	「思想陷阱的類型」工作紙(堂課二)

第六章 親子平行小組內容

活動	總結及家課講解—「思想陷阱個案練習」
時間	10分鐘
目的	鞏固本節內容
程序	<ol style="list-style-type: none"> 總結「思想陷阱」的類型及跌入「思想陷阱」所帶來的負面影響，鼓勵組員避免跌入「思想陷阱」 派發及講解「思想陷阱個案練習」家課紙 家課內容： 組員嘗試於例子旁邊，填寫正確的思想陷阱名稱，而組員可根據家課紙中列出的十大「思想陷阱」填寫答案 邀請組員分享參與是節小組的感受及得著
物資	「思想陷阱個案練習」家課紙

子女組

活動	家課分享 — 「等價交換」
時間	10分鐘
目的	讓組員明白到正面行為會帶來滿足感，同時得到別人的認同及支持
程序	<ol style="list-style-type: none"> 邀請組員分享家課 — 「等價交換」 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> 用了甚麼方法得到「著數」 使用負面方法/途徑得到甚麼後果 有甚麼其他正面方法/途徑可以得到同樣的「著數」 總結及帶出重點： 協助「操控型攻擊者」組員反思：用負面行為得到「著數」的後果，鼓勵組員嘗試運用正面途徑取得相同的「著數」，除了得到滿足感之外，亦得到別人及社會的認同及支持 讚賞完成家課及主動分享的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	後備家課、星星貼紙

第六章 親子平行小組內容

活動	「名人訪問」
時間	10分鐘
目的	評估組員使用甚麼方法以達到目的，而當中是否使用欺凌/違規行為
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 向組員派發一張卡紙，紙上寫有他們覺得重要的「著數」 2. 講解活動程序： 每個組員同時扮演「記者」以及「名人」來互相訪問，並於「名人訪問」工作紙上填寫得到該「著數」的方法，及提供該答案之組員名字 3. 鼓勵組員積極回答其他組員的提問並派發小禮物給收集最多不同方法的組員 4. 邀請組員分享 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 哪些方法可令你得到「著數」，而方法是你之前沒有想過或用過的 • 甚麼原因是你之前沒有想過或用過這些方法以得到「著數」 5. 總結及帶出重點： 「操控型攻擊者」會不以為然地使用合理化的欺凌行為以獲得「著數」，因此，透過活動，可讓組員反思以非欺凌/違規行為亦能達到相同目的；並能讓工作人員評估組員會使用甚麼方法以達到目的，當中是否使用了欺凌或違規行為 6. 讚賞投入活動的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	「名人訪問」工作紙(堂課三)、小禮物、星星貼紙

活動	「成效指數表」
時間	15分鐘
目的	讓組員評估自己用不同方法獲得「著數」的成效，並反思其慣常做法所帶來的負面後果 檢視組員會否冷靜地計算各種攻擊行為的風險及評估後果
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請組員在「成效指數表」上寫出自己想要的著數，並選擇三種自己認為最適合的方法，並填上預期使用這些方法得到著數的有效程度：按不同的指數，貼上不同的貼紙 紅色貼紙：想過這個方法的指數(貼紙越多，表示想過次數越多)；綠色貼紙：使用這個方法的指數(貼紙越多，表示使用次數越多)；星星貼紙：有關方法的成效 2. 邀請組員分享 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 哪些是最有效的方法獲得「著數」 • 哪些是最常用的方法獲得「著數」 • 哪些是你常想到，但不常用到的方法以獲得「著數」 • 你如何評價你經常使用的方法，它們有什麼好處及壞處？ • 你有否考慮這些方法所帶來的負面後果？ 3. 總結及帶出重點： 「操控型攻擊者」常低估欺凌/違規行為帶來的負面後果，透過此活動，讓工作人員檢視組員會否冷靜地計算各種攻擊行為的風險及評估後果，並協助組員反思其慣常做法所帶來的負面後果，提升組員作出改變的動機 4. 讚賞投入活動及主動分享的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	成效指數表(堂課四)、顏色貼紙、星星貼紙

第六章 親子平行小組內容

活動	我的情緒事件簿
時間	15分鐘
目的	增加組員對自己情緒的了解 讓組員了解不同的想法會帶來不一樣的情緒，讓組員對「想法」的重要性有初步認識
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發情緒卡及「我的事件簿」工作紙，請組員於工作紙上填寫引起該情緒的事件 2. 邀請組員分享一件寫在工作紙上的事件，讓其他組員猜想該事件引起哪種情緒，並以情緒卡表達 3. 派發小禮物於猜中答案的組員，並邀請組員作出分享 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 甚麼原因令你認為該事件引起這種情緒 • 為甚麼同一事件，不同的人可能引起不同情緒 4. 總結及帶出重點： 在同一事件中，不同的人會產生不一樣想法，從而帶來不同的情緒，初步引導組員思考「想法」的重要性，及「想法」如何影響組員的「行為」和「情緒」 5. 讚賞投入活動及主動分享的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	情緒卡(物資3.3)、「我的事件簿」工作紙(堂課五)，小禮物，星星貼紙

活動	總結及家課講解 — 「想法記錄表」
時間	10分鐘
目的	總結本節內容 引導組員思考「想法」的重要性，及「想法」如何影響到組員的「行為」和「情緒」
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 總結小組內容及組員表現，讚賞組員於本節內的正面表現 2. 派發及講解家課「想法記錄表」 家課內容： 邀請組員紀錄一件成功及一件挫敗的事，並記錄其個人的想法、行為及情緒；從而於引導組員思考「想法」的重要性，及「想法」如何影響組員的「行為」和「情緒」 3. 提醒組員完成家課後，可獲得獎品，加強完成家課的動機 4. 致送「最佳表現獎」及「最佳進步獎」給投入小組活動及努力改變的組員
物資	「想法記錄表」家課紙、禮物

第三節小組堂課一(家長版)

「五句話…」

與子女相處時，自己常常說的5句說話

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

第三節小組堂課一(子女版)

「五句話…」

與父母相處時，自己常常說的5句說話

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

第三節小組物資3.1

「思想陷阱」字句牌

非黑即白

大難臨頭

妄下判斷

感情用事

攬晒上身

貶低成功經驗

過度類推

左思右想

怨天尤人

打沉自己

「思想陷阱」類型解釋卡

類型	解釋
1. 非黑即白	即「絕對化」思想；事情只有一個絕對的結果，不可能存在其他可能性。對事情的看法只有是或不是，錯與對，中間沒有灰色地帶。
2. 貶低成功經驗	把成功的經驗歸因於別人身上，認為這只是僥倖，或沒有什麼了不起，並忽視是自己的努力所至。
3. 大難臨頭	把事情的嚴重程度擴大，推至「災難化」的地步。
4. 過度類推	根據一件無關的小事，就對整個事件甚至無關的事件下結論。
5. 妄下判斷	在沒有甚麼理據下，把事情的結果推斷為負面。
6. 左思右想	面對事情不斷重覆思考，而思考內容是互相矛盾，不能果斷，猶豫不決。
7. 感情用事	以心情作判斷或結論，心情壞的時候覺得甚麼事情都有問題，因而忽略客觀事實。
8. 怨天尤人	忽略或推卸自己責任，凡事歸咎他人或埋怨上天。
9. 攬晒上身	即「個人化」思想；每當出現問題時，往往把責任歸咎於自己身上，並認為是自己的錯。
10. 打沉自己	不斷向自己說負面的說話，以致意志消沉。

第三節小組堂課二

思想陷阱的類型

於每個思想陷阱填上分數，以代表其跌入該陷阱之頻率。(5分代表經常，4分代表通常，3分代表中間，2分代表很少，1分代表從不)

類型	解釋	頻率
1. 非黑即白	即「絕對化」思想；事情只有一個絕對的結果，不可能存在其他可能性。對事情的看法只有是或不是，錯與對，中間沒有灰色地帶。	
2. 貶低成功經驗	把成功的經驗歸因於別人身上，認為這只是僥倖，或沒有什麼了不起，並忽視是自己的努力所至。	
3. 大難臨頭	把事情的嚴重程度擴大，推至「災難化」的地步。	
4. 過度類推	根據一件無關的小事，就對整個事件甚至無關的事件下結論。	
5. 妄下判斷	在沒有甚麼理據下，把事情的結果推斷為負面。	
6. 左思右想	面對事情不斷重覆思考，而思考內容是互相矛盾，不能果斷，猶豫不決。	
7. 感情用事	以心情作判斷或結論，心情壞的時候覺得甚麼事情都有問題，因而忽略客觀事實。	
8. 怨天尤人	忽略或推卸自己責任，凡事歸咎他人或埋怨上天。	
9. 攬晒上身	即「個人化」思想；每當出現問題時，往往把責任歸咎於自己身上，並認為是自己的錯。	
10. 打沉自己	不斷向自己說負面的說話，以致意志消沉。	

第三節小組家課(家長組)

思想陷阱個案練習

「陳太接到學校來電，講述兒子阿強在校連群結黨，搶去同學的手提電話。」

1. 非黑即白	2. 妄下判斷	3. 怨天尤人	4. 過度類推	5. 感情用事
6. 貶低成功經驗	7. 大難臨頭	8. 左思右想	9. 攬晒上身	10. 打沉自己

回應一：

陳太盛怒下大罵兒子：「你怎麼攞的！你一定是加入了黑社會！你一定已經變了不良少年。整天只會做傷天害理的事。」

回應二：

陳太自言自語地說：「都是我不好，如果我多點留在家中照顧及督導兒子，他就不會學壞。唉...都是我不好。」

回應三：

陳太不停地想：「怎麼辦呢？阿強現在犯了校規，今年可能會留級，到時怎麼辦？如果他因此而放棄學業，真的慘了...」

回應四：

陳太立刻告訴丈夫：「我們今後一定要看緊阿強，禁止他玩樂，讀書是最重要的，讀書不成，將來就沒有前途...」

回應五：

陳太立刻想：「這世界真不公平，「人生仔，我生仔」，我的兒子偏偏這麼不聽話，常常要我擔心和勞氣。」

第六章 親子平行小組內容

回應六：

陳太在盤算：「怎麼辦呢？放學回家要不要責罵他呢？還是由學校處理就可以？責罵他又怕他不高興，不責罵他，又擔心他會學壞，怎樣是好？」

回應七：

老師表示阿強的表現有所改善，讚賞陳太教導兒子有方。陳太口裏向老師道謝，另一方面，心裏卻說：「阿強操行時好時壞，下次可能再犯錯，他有甚麼了不起?!」

回應八：

陳太正想上班，聽了來電後心情極壞，便立刻跑回房去，放下手袋，致電向公司請假，等阿強回家後責備他，發洩不滿。

回應九：

陳太立刻想：「這個兒子沒有用了！好的事情不學，壞的事情就全部學到足，做其他事一定也不行。」

回應十：

陳太立刻想：「作為母親，我都算最失敗，最無用的一個。」

第三節小組家課(家長組)

思想陷阱個案練習 (範例)

「陳太接到學校來電，講述兒子阿強在校連群結黨，搶去同學的手提電話。」

回應一：

陳太盛怒下大罵兒子：「你怎麼攞的！你一定是加入了黑社會！你一定已經變了不良少年。整天只會做傷天害理的事。」

妄下判斷

回應二：

陳太自言自語地說：「都是我不好，如果我多點留在家中照顧及督導兒子，他就不會學壞。唉…都是我不好。」

攞曬上身

回應三：

陳太不停地想：「怎麼辦呢？阿強現在犯了校規，今年可能會留級，到時怎麼辦？如果他因此而放棄學業，真的慘了…」

大難臨頭

回應四：

陳太立刻告訴丈夫：「我們今後一定要看緊阿強，禁止他玩樂，讀書是最重要的，讀書不成，將來就沒有前途…」

非黑即白

回應五：

陳太立刻想：「這世界真不公平，「人生仔，我生仔」，我的兒子偏偏這麼不聽話，常常要我擔心和勞氣。」

怨天尤人

第六章 親子平行小組內容

回應六：

陳太在盤算：「怎麼辦呢？放學回家要不要責罵他呢？還是由學校處理就可以？責罵他又怕他不高興，不責罵他，又擔心他會學壞，怎樣是好？」

_____左思右想_____

回應七：

老師表示阿強的表現有所改善，讚賞陳太教導兒子有方。陳太口裏向老師道謝，另一方面，心裏卻說：「阿強操行時好時壞，下次可能再犯錯，他有甚麼了不起?!」

_____貶低成功經驗_____

回應八：

陳太正想上班，聽了來電後心情極壞，便立刻跑回房去，放下手袋，致電向公司請假，等阿強回家後責備他，發洩不滿。

_____感情用事_____

回應九：

陳太立刻想：「這個兒子沒有用了！好的事情不學，壞的事情就全部學到足，做其他事一定也不行。」

_____過度類推_____

回應十：

陳太立刻想：「作為母親，我都算最失敗，最無用的一個。」

_____打沉自己_____

第六章 親子平行小組內容

第三節小組堂課三

「名人訪問」




記者：_____

著數：_____

	名人姓名	用甚麼方法得到「著數」
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		

第三節小組堂課四

成效指數表

我最想得到著數	想過這方法的指數	使用過這方法的指數	預期成效指數 
方法一：			
方法二：			
方法三：			

情緒卡

輕鬆



挫敗感



恐懼



滿足感



內疚



孤單



安全感



第三節小組堂課五

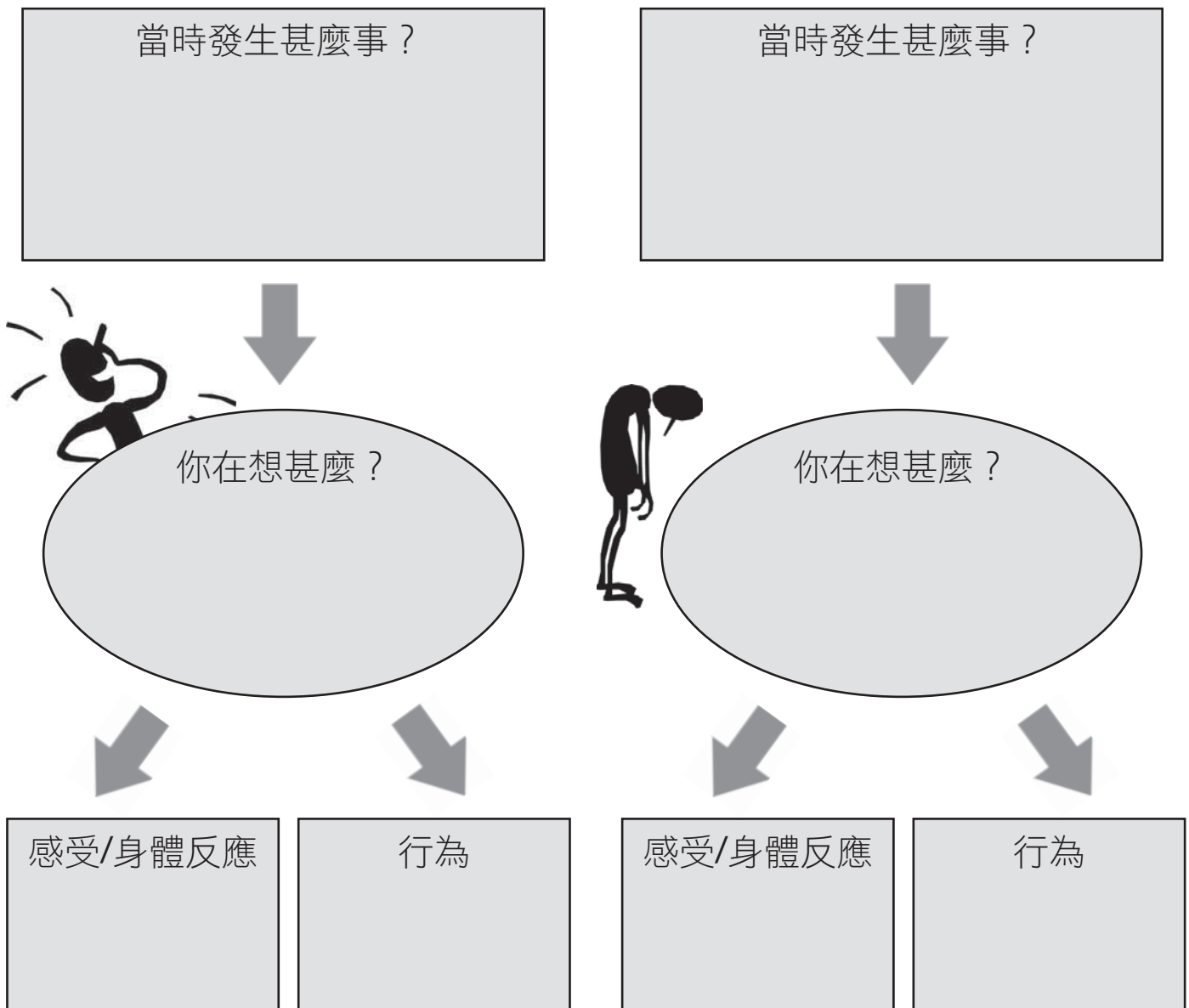
我的事件簿



	發生甚麼事情， 我會有以下感覺…
挫敗	
輕鬆	
恐懼	
滿足感	
內疚	
孤單	
安全感	

第三節小組家課(子女組)

「想法記錄表」



第六章 親子平行小組內容

節數：第四節

形式：小組將先以親子形式進行，後再分為家長組及子女組

- 目標：
1. 協助家長與子女了解雙方的想法和期望
 2. 鞏固家長對思想陷阱的認識，協助家長拆解思想陷阱
 3. 讓子女明白「想法」與「行為」、「情緒」及「身體反應」的關係
 4. 協助子女認識思想陷阱，以助工作人員對組員作出評估

親子活動

活動	「理想家長/子女大競投」
時間	30分鐘
目的	增加親子溝通，了解雙方的想法及期望
程序	<ol style="list-style-type: none">1. 派發「理想家長/子女大競投」工作紙給組員，邀請親子各自填寫，並將一百萬分配於競投理想家長/子女的條件2. 邀請組員作大組分享，而工作人員可了解組員對家長/子女之期望，並從中評估「操控型攻擊者」組員之價值觀及個別條件之重視程度 分享重點：<ul style="list-style-type: none">• 有甚麼原因令你認為這個條件是最重要的？• 有甚麼原因令你認為家長/子女必須符合這些條件？• 若你的家長/子女沒有這些條件，對你來說代表了甚麼？3. 總結及帶出訊息： 這活動旨在讓親子了解雙方的期望，鼓勵組員先聆聽對方的期望，並與對方溝通，共同訂立親子雙方能達到之目標
物資	「理想家長/子女大競投」工作紙(堂課一)

第六章 親子平行小組內容

家長組

活動	小組重溫
時間	15分鐘
目的	重溫十種「思想陷阱」類型 讓組員回顧跌入「思想陷阱」的經驗
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 於白板貼上「思想陷阱」類型卡，與組員回顧及檢討「思想陷阱個案練習」家課紙，並重溫十種「思想陷阱」的特點 2. 邀請組員分享這星期管教子女時跌入「思想陷阱」的經驗 3. 總結及帶出訊息： 協助組員反思管教子女時跌入了哪種「思想陷阱」，加強組員對「思想陷阱」類型的認識和理解，並介紹「五常法」以拆解「思想陷阱」所帶來的負面影響
物資	白板、白板筆、「思想陷阱」類型卡(可參考物資3.2)、後備家課

活動	「思想陷阱」大對抗之五常法
時間	35分鐘
目的	讓組員掌握「五常法」概念及應用當中的技巧 協助組員嘗試應用自我反問法拆解「思想陷阱」
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發「五常法」工作紙，講解「五常法」概念如何協助組員避免跌入「思想陷阱」 「五常法」概念： <ul style="list-style-type: none"> • 第一法：常留意身體警告訊號 <ul style="list-style-type: none"> - 留意跌入「思想陷阱」與身體警告訊號之間的關係 • 第二法：常冷靜 <ul style="list-style-type: none"> - 讓思想停一停，冷靜下來，例如：深呼吸，喝水和上洗手間洗臉 • 第三法：常分散注意力 <ul style="list-style-type: none"> - 做其他事情以分散注意力，例如：聽音樂、行山、往街上逛逛 • 第四法：常備聰明卡 <ul style="list-style-type: none"> - 隨身攜帶金句，提醒自己避免跌入「思想陷阱」 • 第五法：常反問自己 <ul style="list-style-type: none"> - 以自我對話的方法對抗「思想陷阱」 2. 邀請組員一同練習「五常法」中的技巧 例子： <ul style="list-style-type: none"> • 分享冷靜激動情緒的方法 • 試做減壓練習(例如：深呼吸練習) • 分享正面的人生金句，填寫合適的句子於卡紙上

第六章 親子平行小組內容

程序	<p>3. 介紹及講解三種拆解「思想陷阱」的自我對話技巧(「五常法」中的第五法) 邏輯與實證(Validity Testing Evidence and Logic)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 你所害怕的事真的會發生嗎？ • 是甚麼令你有此感覺？ <p>其他可能性(Alternative Question)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 事情有否其他可能的解釋？ • 其他人對此事的想法和感覺會否有所不同？ <p>想想後果(Impact Question)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 若你持續跌入「思想陷阱」，真的對你有好處？ • 即使最壞的後果出現了，那又如何？你仍可應付嗎？ • 持續跌入「思想陷阱」，對你與子女親子相處有甚麼影響？ <p>4. 派發「自我反問句子」工作紙(物資4.3)，以組員常跌入的「思想陷阱」作例子，嘗試一同拆解「思想陷阱」；而工作人員亦可運用組員的真實例子進行討論，增加組員的共鳴</p> <p>例子：「不用金錢利誘子女，他們必定不會溫習」(思想陷阱-非黑即白)</p> <ul style="list-style-type: none"> - 是否真的要只有金錢利誘，子女才會溫習？ - 「不用金錢利誘子女，他們必定不會溫習！」，除此之外，還有沒有其他可能性？ - 每次都用品錢利誘的方法令子女溫習會有甚麼後果？ <p>5. 總結及帶出訊息：</p> <p>「操控型攻擊者」組員於管教子女時會經常出現偏差的想法及跌入「思想陷阱」，不但影響自身的情緒，更會破壞親子關係；透過活動讓組員嘗試運用「五常法」中的技巧，避免跌入「思想陷阱」及所帶來的負面影響</p>
物資	<p>白板、白板筆、精美小卡紙、「五常法」工作紙(物資4.1)、「自我反問句子」工作紙(物資4.2)</p>

活動	總結及家講講解
時間	10分鐘
目的	鞏固本節內容 讓組員初步留意在管教子女時出現的「個人規條」
程序	<p>1. 鼓勵組員於日常生活中運用五常法以拆解「思想陷阱」，並留意管教子女時出現的「個人規條」</p> <p>2. 邀請組員填寫「規條秤一秤」家課紙：</p> <p style="padding-left: 20px;">第一項：三條於管教子女方面出現的「個人規條」</p> <p style="padding-left: 20px;">第二項：組員對這些「個人規條」的相信程度</p> <p>3. 邀請組員分享其感受及得著</p>
物資	「規條秤一秤」家課紙

第六章 親子平行小組內容

子女組

活動	家課分享 — 「想法記錄表」
時間	10分鐘
目的	讓組員留意自己的「想法」，非常易影響「行為」及「情緒」 讓組員初步掌握「事件」、「想法」、「行為」、「情緒」之間的關係 讓「操控型攻擊者」明白，他們平日慣常作出的違規行為，主要是基於他們的「思想陷阱」
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請組員分享家課 — 「想法記錄表」(物資3.10) 2. 將組員分成兩組，邀請組員討論A-B-C挑戰卡上「事件」、「想法」、「行為」及「情緒」之關係，並邀請作分組匯報 3. 總結及帶出重點： 講解「想法」、「行為」、「情緒」之關係：「想法」是影響「行為」及「情緒」，不一樣想法是會帶來不同「行為」及「情緒」 4. 讚賞完成家課及投入參與活動的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	後備家課、A-B-C挑戰卡(物資4.3)、星星貼紙

活動	猜猜他、她、牠？
時間	20分鐘
目的	加深組員對想法、行為及情緒反應之間關係的了解 讓組員了解自己的思想陷阱所帶來的負面影響，增加組員改變的動機
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹十個由不同動物代表的「思想陷阱」，讓組員明白不同「思想陷阱」的特徵 2. 將組員分為兩組，每組獲派5張「思想陷阱」代表動物卡，按照不同動物所代表的「思想陷阱」，寫出若有這些「思想陷阱」，就會出現怎樣的行為及情緒。組員將寫在畫紙上，最後張貼在白板上 3. 讓組員根據另一組填寫出的的行為及情緒特徵，猜測這些特徵是屬於那一個動物的「思想陷阱」 4. 公布答案：猜中最多答案的一組，及投入活動的組員，並獲得禮物一份以示鼓勵 5. 總結及帶出重點： 強調組員若經常持有「思想陷阱」，不以為然地出現合理化的違規行為，更會承擔不同程度的懲罰，最後得不償失。因此，鼓勵組員加強自我觀察的能力，多留意自己有否出現「思想陷阱」，避免負面行為帶來的嚴重後果
物資	「思想陷阱」代表動物卡(物資4.4)、畫紙、膠紙、白板、禮物

第六章 親子平行小組內容

活動	我的思想陷阱
時間	20分鐘
目的	協助組員明白以往的「思想陷阱」對自己的影響，增加組員改變的迫切性 讓「操控型攻擊者」組員察覺他們作出的違規行為是受到「思想陷阱」的影響，並反思這些行為對自己的負面影響，為拆解組員「思想陷阱」以作準備
程序	<ol style="list-style-type: none"> 讓組員揀選出一個他們最常出現的「思想陷阱」的代表動物，並把思想陷阱的代表動物貼在紀錄表上，並填寫動物所代表的「思想陷阱」，可能會出現的情緒、行為及長遠影響 邀請組員分享一些以往的經歷，以肯定組員選擇相關的「思想陷阱」；並分享「思想陷阱」帶來的負面情緒、行為及長遠影響 總結及帶出重點： 由於「操控型攻擊者」合理化地以欺凌/違規行為達到目的，透過活動讓組員察覺擁有「思想陷阱」時會出現的負面行為，並反思這些行為對自己的負面影響，從而提升組員改變的動機 讚賞投入活動及主動分享的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	「思想陷阱」代表動物卡(物資4.4)、「思想陷阱大魔王」工作紙(堂課二)、星星貼紙

活動	家課講解 — 「思想陷阱的影響」
時間	10分鐘
目的	令組員了解「思想陷阱」帶來的負面影響，提升組員改變的動機
程序	<ol style="list-style-type: none"> 總結工作人員觀察及讚賞各組員的表現 派發及講解家課「思想陷阱」 家課內容： 邀請組員紀錄擁有「思想陷阱」時所出現的多方面影響(包括：與家人相處方面、自己的心情等) 提醒組員完成家課後，可獲得星星貼紙，加強完成家課的動機 致送「最佳表現獎」及「最佳進步獎」給投入小組活動及努力改變的組員
物資	「思想陷阱的影響」家課紙、禮物

第四節小組堂課一(家長版)



「理想子女大競投」

假如你擁有100萬，你會如何分配這些金錢競投理想子女：

1. 優異成績 金額：_____
2. 孝順服從 金額：_____
3. 身心健康 金額：_____
4. 良好品行 金額：_____
5. _____ 金額：_____
6. _____ 金額：_____

第四節小組堂課一(子女版)



「理想家長大競投」

假如你擁有100萬，你會如何分配這些金錢競投理想家長：

1. 錫晒我/就晒我 金額：_____
2. 有錢、有地位 金額：_____
3. 不會管我 金額：_____
4. 關心我 金額：_____
5. _____ 金額：_____
6. _____ 金額：_____

第四節小組物資4.1

「五常法」

第一法 常留意身體警告信號

當我們情緒開始波動時，身體會出現不同的警告訊號，例如：心跳加速、呼吸不暢順、口乾、面紅耳熱、肌肉繃緊、背痛、頸梗膊痛、頭痛、頭暈、手震、手心冒汗、胃部不適、食慾不振、失眠、注意力不集中……等。這些警告訊號是提醒我們已到了警戒線，我們需要避免跌入思想陷阱或鑽牛角尖之中。

第二法 常喚停負面思想，腦袋停一停

當我們腦海中出現負面思想時，我們容易越鑽越深入牛角尖。此時我們需要提醒自己要立即停止所有負面的想法。我們可以嘗試飲杯水、深呼吸或做一些放鬆的練習等，讓自己負面的想法停下來。亦可以運用以下的說話提醒自己：「停一停，千萬不要鑽牛角尖！」及「停下來！不要將事情看得這麼悲觀！」。停下來後，亦需要運用『五常法』其他方法配合，使自己走出思想陷阱。

第三法 常分散注意力

當我們鑽牛角尖的時候，會集中於負面的想法中。要避免跌入其中，除了要喚停負面的思想，更要幫自己分散對負面思想的注意力，去做一些對自己情緒有益的行動，例如：外出逛街、購物、洗澡、看書、聽音樂、看電視、找人傾訴等。

第四法 常備聰明卡，人生金句

一些金石良言、名人雋語或人生金句，都是一些正面的提醒。我們可以製作成聰明卡，可以張貼在自己容易看到的地方，或放在錢包之中，有需要時提醒自己，不要再鑽牛角尖了。例如：「少點親子衝突，多點家庭甜蜜」和「少一點固執，多一點嘗試」。

第五法 常自我反問

透過反問來幫助自己從不同的觀點與角度去看問題，走出思想陷阱。

第四節小組物資4.2

「自我反問句子」

思想陷阱的類型	自我反問
非黑即白	<ul style="list-style-type: none"> • 是否一定是這樣？ • 有沒有灰色地帶？ • 除了這個極端想法，有沒有其他可能性？
攬晒上身	<ul style="list-style-type: none"> • 是否一定與我有關？ • 其他人沒有責任？ • 是否沒有我就不能成事？
貶低成功經驗	<ul style="list-style-type: none"> • 有甚麼做得好，值得讚賞自己？ • 成功做到這件事，證明了甚麼？
大難臨頭	<ul style="list-style-type: none"> • 事情是否真的如我想像般那麼嚴重？ • 我是否過份負面地誇大了事情的嚴重性？
過度類推	<ul style="list-style-type: none"> • 兩件事中間是否真的有關連？ • 這個推論是否有足夠證據？ • 一次的表现可否代表所有事？
妄下判斷	<ul style="list-style-type: none"> • 有沒有證據證明我這個判斷正確？ • 這個是否事實的全部？
左思右想	<ul style="list-style-type: none"> • 基於甚麼原因，我又推翻自己的想法？ • 我是否想得太多，阻礙自己把事情付諸行動？
感情用事	<ul style="list-style-type: none"> • 為何我要被情緒控制著自己？ • 是感覺、抑或是理性原因導致這種判斷/心情？
怨天尤人	<ul style="list-style-type: none"> • 除了別人，我有沒有責任？ • 我可以做甚麼才可幫得上忙？
打沉自己	<ul style="list-style-type: none"> • 我是否真的無能為力？ • 若一直保持這消極的心態，對我會有幫助嗎？

第六章 親子平行小組內容

第四節小組家課(家長組)

「規條秤一秤」

(管教子女方面)



1) 個人規條

例子: 做父母, 一定要督導子女讀書

1) _____

2) _____

3) _____

2) 你有多相信?

5分代表「我最相信」

1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5

1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5

1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5

3) 好處

1) _____

2) _____

3) _____

4) 壞處

1) _____

2) _____

3) _____

第四節小組物資4.3

A-B-C挑戰卡



第四節小組物資4.4

「思想陷阱」代表動物卡

「攬曬上身」



「大難臨頭」



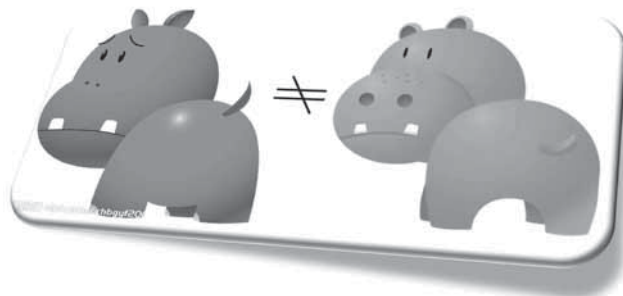
「打沉自己」



「怨天尤人」



「過度類推」



第六章
親子平行小組內容

第四節小組物資4.4

「非黑即白」	「妄下判斷」
	
「感情用事」	「左思右想」
	
「貶低成功經驗」	
	

第四節小組堂課二

「思想陷阱大魔王」

我常跌入的思想陷阱



我一直在你心中存在，我的名字叫做：

「思想陷阱大魔王」對我的影響



「思想陷阱大魔王」為我帶來很多負面影響：

與同學的關係：_____

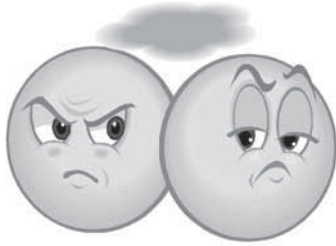
與家人的關係：_____

自己的情緒及行為：_____

第四節小組家課(子女組)

「思想陷阱」的影響

我的「思想陷阱」



如何影響我…?



- 與同學的相處
- 與家人的關係
- 自己的心情和健康



第六章 親子平行小組內容

節數：第五節

形式：小組將先以親子形式進行，後再分為家長組及子女組

目標：1. 協助親子留意雙方的情緒表達及身體語言，促進親子溝通及了解

2. 協助家長確認其個人的管教規條及規條建立的成因

3. 引導家長反思自己管教規條對親子關係的影響

4. 讓子女明白思想陷阱所帶來的負面影響

5. 引導子女明白負面行為帶來的後果，提升他們改變的動機

親子活動

活動	情緒猜一猜
時間	25分鐘
目的	協助親子留意自己和對方的身體語言及情緒表達 讓親子認識更多情緒表達的方法，促進親子溝通及了解
程序	<ol style="list-style-type: none">1. 邀請六位組員一字排開，進行「傳情緒」，其他組員則負責觀察組員的表情及身體語言，並猜出正確答案；組員輪流負責「傳情緒」2. 提醒組員在演繹情緒的過程中可透過面部表情及肢體動作作為表達方式，但不可說話；工作人員可從中觀察到組員表達不同情緒之慣常方式3. 邀請組員作出分享 分享重點：<ul style="list-style-type: none">• 組員留意到甚麼提示(面部表情/肢體動作)，所以猜出該情緒？• 在親子相處的過程中，哪一種情緒最常出現？• 在甚麼情況下最常出現該情緒？4. 總結及帶出訊息： 由於「操控型攻擊者」組員缺乏情感，因此鼓勵組員於親子相處時可多留意雙方的身體語言及情緒表達，並作出相應的回應及關心，促進親子關係
物資	情緒卡(可參考物資1.2)

第六章 親子平行小組內容

家長組

活動	規條建立大事記
時間	30分鐘
目的	了解組員的人生經歷，從而找出影響他們建立個人規條的因素 協助家長找出以及了解自己常有的管教規條
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發及講解「規條建立大事記」工作紙，請組員於工作紙的生命線上，標示出人生中對他們建立個人規條有最大影響或最深印象的事件 2. 講解「管教規條」的定義，邀請組員分享當中哪些事件/成長經歷對其「管教規條」影響深遠 <p style="margin-left: 20px;">「管教規條」定義：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 管教子女時所訂立的規條，規條的建立源於家長的人生經歷，個人價值觀以及對子女的期望 <p style="margin-left: 20px;">分享重點：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 為什麼你會認為這個經歷是最具影響力？ • 當年這個經歷，如何影響你的個人想法及建立管教規條？ • 當你有這些管教規條，你會怎樣與子女相處？ • 你的子女如何看待你的管教規條？ 3. 總結及帶出重點： <p style="margin-left: 20px;">由於個人規條是透過成長經歷建立及演變而成，透過活動讓組員回顧影響個人規條建立的重要事件，同時讓組員了解管教規條對子女身心發展、親子關係的影響非常深遠，鼓勵家長調教一套適當的「管教規條」，有助子女健康成長及促進親子關係</p>
物資	「規條建立大事記」工作紙(堂課一)

第六章 親子平行小組內容

活動	規條秤一秤(II)
時間	25分鐘
目的	引導家長反思自己訂立的管教規條，與親子關係所帶來的影響 提升組員調整「管教規條」的動機
程序	<p>1. 討論「規條秤一秤」家課紙，就組員訂立的管教規條進行討論</p> <p>第一項：個人規條，你有多相信？</p> <p>就組員「規條建立大事記」工作紙的分享作深入討論，發掘成長經歷與個人規條形成的關係。</p> <p>第二項：個人規條好處與壞處？</p> <p>從組員的分享中，與組員一同反思及檢討其管教規條是否跌入了「思想陷阱」，並運用「五常法」中的「自我反問法」協助他們進行拆解</p> <ul style="list-style-type: none"> • 使用規條後有甚麼好處或壞處？ • 有沒有其他可能性？ • 有沒有證據？ • 其他組員的想法？ <p>例如：「操控型攻擊者」家長因兒時家貧沒有機會讀書，便要做勞力工作及收入低微，因此他相信「子女讀書不成，就沒有前途！」的想法，所以要求子女每次考試必定要九十分之上，並不惜以威迫利誘的方法令子女達成其目標。但子女多次考試都未能達到其目標，而他每次都定必大發雷霆，引起親子衝突</p> <p>2. 總結及帶出重點：</p> <p>組員需了解當家長訂下不合理的規條，或過份地執著一些子女達不到的規條時，子女的表現便會與我們的期望相違背，引起家庭衝突，破壞親子關係；鼓勵組員調教一套合理的管教規條，並強調放寬規條不等於放棄標準，放寬管教規條是開放不同的角度看事件，從而令自己能平靜客觀地管教子女，促進親子關係</p>
物資	白板、白板筆、後備家課

活動	總結及家課講解
時間	10分鐘
目的	鞏固本節內容 提升組員調整「管教規條」的動機
程序	<p>1. 總結「管教規條」建立的成因及不合理的「管教規條」對親子關係所帶來的負面影響</p> <p>2. 邀請組員繼續填寫「規條秤一秤」家課紙：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 第三項：堅持此「管教規條」的好處或幫助 • 第四項：堅持此「管教規條」的壞處或不良影響 <p>3. 邀請組員分享其感受及得著</p>
物資	「規條秤一秤」家課紙(可參考第四節家課)

第六章 親子平行小組內容

子女組

活動	家課分享 — 「思想陷阱的影響」
時間	10分鐘
目的	讓組員意識到思想陷阱帶來的負面影響 提升組員改變舊想法的動機
程序	<ol style="list-style-type: none"> 邀請組員分享家課 — 「思想陷阱的影響」 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> 當我有「思想陷阱」時，對我與同學的相處有甚麼負面影響？ 當我有「思想陷阱」時，對我與家人的關係有甚麼負面影響？ 當我有「思想陷阱」時，對我個人的心情及健康有甚麼負面影響？ 總結及帶出訊息： 當「操控型攻擊者」組員出現思想陷阱時，便不以為然合理化地做出欺凌行為，並因此帶來個人、學校及社會各方面的負面影響；透過這練習令組員反思思想陷阱所引致的嚴重後果，藉以提升組員拆解舊想法的動機 讚賞能完成家課或主動分享的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	後備家課、星星貼紙

活動	「喜羊羊與灰太狼之昏睡果」
時間	20分鐘
目的	「操控型攻擊者」常低估負面行為的後果，透過影片內容，讓組員初步掌握以負面方法以得到「著數」可能帶來嚴重的後果
程序	<ol style="list-style-type: none"> 介紹影片，提醒組員需留意片中主角的行為及後果 播放影片 — 「喜羊羊與灰太狼之昏睡果」 影片內容： 主角灰太狼為了得到羊肉以果腹，分別用了傷害及欺負喜羊羊與同伴的方法以得到食物；結果灰太狼得不償失，既得不到羊肉當食物，還被自己的方法所傷到。 討論重點： <ul style="list-style-type: none"> 片中主角想要甚麼「著數」？ 如果片中主角已知道行動帶來的負面後果，會否影響他的行為？ 片中主角可否透過其他方法可得到同樣的「著數」？ 作出總結及帶出重點： 「操控型攻擊者」會不以為然地合理化其欺凌行為，因此，在討論時會強調灰太狼的天性就是要找羊肉當食物，認為灰太狼這樣做是正常不過的事；工作人員需協助組員反思自己的違規行為會引致的嚴重後果，並讓組員明白到以正面途徑達到目的可得到社會大眾的支持及認同，從而鼓勵組員作出改變 讚賞投入參與活動的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	電腦、影片「喜羊羊與灰太狼之昏睡果」、星星貼紙

第六章 親子平行小組內容

活動	陳大文的結局
時間	25分鐘
目的	讓組員代入不同角色去評估校園發生的欺凌事件，拉闊他們對欺凌行為的看法 讓組員明白在現實中欺凌行為的負面後果，提升組員減少欺凌行為的動機
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹活動，鼓勵組員投入角色，並強調組員只是代表角色發言，不代表自己的立場 活動程序： 形式像一個學校會議，處理一件學生欺凌事件。組員扮演不同的角色（例如：老師、社工、家長等），並需因應其角色的指示發表意見 2. 派發有關「校園大事件」個案資料，並簡介事發經過，安排組員擔任有關的角色(工作人員可根據之前節數對組員的了解，分配合適的角色予相應的組員)，並派發「角色名牌」及「角色提示」工作紙 3. 重新安排座位，使現場看似一個學校會議，以增加活動的氣氛，令組員容易投入角色及活動 4. 邀請組員按「抽籤」次序發言，若前一位發言者想聽取某角色的意見，便可指定誰是下一位發言者 5. 運用其他角色(除參與欺凌事件的同學外) 駁斥組員提及的非理性想法 6. 總結及帶出訊息： 透過組員在活動中以不同角度評估欺凌事件帶來的負面影響，工作人員也分享現實中欺凌者要承擔的後果，提升「操控型攻擊者」減少作出欺凌行為的動機 7. 讚賞投入參與活動的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	「校園大事件」個案(物資5.1)、「角色名牌」(物資5.2)、「角色提示」工作紙(堂課二)、星星貼紙

活動	總結及家課講解 — 「陳大文的新一頁」
時間	10分鐘
目的	培養組員完成家課的習慣 鼓勵組員嘗試從多角度去評估負面行為的後果，踏出改變的第一步(減少負面/欺凌行為)
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 總結組員表現，讚賞組員於本節中正面的表現 2. 講解家課—「陳大文的新一頁」：讓組員代入不同角色，以多角度分析欺凌行為帶來的負面影響，並為陳大文提供建議，欺凌行為的嚴重後果 3. 提醒組員完成家課後，可獲得星星貼紙，加強完成家課的動機 4. 致送「最佳表現獎」及「最佳進步獎」給投入小組活動及努力改變的組員
物資	「陳大文的新一頁」家課紙、禮物

第五節小組堂課一

「規條建立大事記」

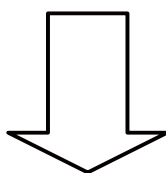
在不同的年齡，我經歷以下重要的事情，影響到的管教規條

年齡

_____10歲_____20歲_____30歲_____40歲_____50歲_____60歲_____

重要事件一：_____

重要事件二：_____



我的管教規條：_____

第五節小組物資5.1

「校園大事件」個案



事發當天，陳大文在小息時主動邀請小明於洗手間玩包剪揼，輸了要被對方打一巴，如是玩了幾個回合，小明都輸了，吃了幾巴掌。其後，陳大文更邀請其好友小輝一起參與，小強則在旁邊歡呼起哄，並負責站在門口附近把風。小明連環被陳大文及小輝二人掌摑了數巴掌。



小明非常驚慌，請求他們不再繼續玩包剪揼。陳大文開出條件，就是把錢包的金錢全數交出。最後，小明把30元給了他們，才得以離開洗手間。



此時，老師經過洗手間，看見四名同學一同走出洗手間。老師看見陳大文等同學若無其事，唯小明神情古怪，故上前查問並揭發此事。

第五節小組堂課二

角色提示

陳大文

(口才出眾，為自己做的行為作辯護)

你有什麼非理性想法，令你認為自己的行為是對呢？



小明媽媽

(講出孩子被欺負的感受)

作為受害者的媽媽，你有什麼想法和感受？



陳大文家人

(關心孩子，分享知悉事件後的感受)

當知道孩子在學校傷害了其他同學，會有甚麼想法和感受？



班主任

(重視事件對學生的影響)

這件事對陳大文及小明有甚麼負面影響？



校長

(讓學生承擔事件帶來的後果)

你認為陳大文要如何承擔後果，才是公平和合理？



訓導主任

(重視證據，以證明學生行為的對錯)

你以甚麼客觀證據證明學生的行為是不合理、不合法？



第五節小組物資5.2

角色名牌



由組員扮演以下角色

陳大文

小明媽媽

陳大文家人

校長

訓導主任

班主任

第五節小組家課(子女組)

「陳大文的新一頁」

如果時光可以倒流，陳大文有機會可以回到「校園大事件」發生前，並重新考慮他的行動...



你身為他的好朋友，你有甚麼建議給他？



你身為他的班主任，你有甚麼建議給他？

第六章 親子平行小組內容

節數：第六節

形式：小組將先以分為家長組及子女組進行，後進行親子活動

- 目標：
1. 引導家長調整管教規條及了解其對親子關係的正面影響
 2. 協助子女拆解思想陷阱及建立「合情合理合法」的新想法
 3. 讓子女了解新想法帶來正面的行為及情緒反應，強化他們作出改變的信心

家長組

活動	總結及家課講解 — 「陳大文的新一頁」
時間	10分鐘
目的	協助組員認清自己的管教規條 提升調整管教規條的動機
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請組員分享家課 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 堅持此「管教規條」的好處或幫助 • 堅持此「管教規條」的壞處或不良影響 2. 總結及帶出重點： <p>「操控型攻擊者」組員普遍對其管教規條極具信心，甚少反思其規條所帶來的負面影響，透過此活動引導組員重新反思其管教規條的負面影響，特別是子女成長及親子關係方面，提升調節管教規條的動機</p>
物資	後備家課
活動	規條「標準尺」：調整三部曲
時間	30分鐘
目的	協助組員調教一套合理的管教規條以促進親子關係 引導組員明白了解調整管教規條對親子關係的正面影響
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發「規條標準尺」工作紙予組員，邀請組員選擇一條堅信的規條予「舊有規條」上及記錄此規條所產生的情緒指數 2. 協助組員為「舊有規條」進行調整，並評估調整後的規條對情緒的正面影響 3. 經過三次調整之後(按實際組員的情況)，工作人員引導組員反思哪一條規條最適合管教子女時的實際情況 4. 派發「調整規條的好處」工作紙，引導組員討論調整舊有「管教規條」的好處 討論重點： <ul style="list-style-type: none"> • 調整舊有「管教規條」後，有什麼好處？親子關係會否改善？ • 調整舊有「管教規條」時，遇到甚麼困難？ 5. 總結及帶出重點： <p>由於「操控型攻擊者」組員普遍著重子女的成績表現，不惜任何方法要求子女達到其目標，因此，其「管教規條」往往非常嚴謹及缺乏彈性；透過此活動協助組員作合情合理的調整，促進親子關係</p>
物資	「規條標準尺」工作紙(堂課一)、「調整規條的好處」工作紙(堂課二)

第六章 親子平行小組內容

活動	「心戰口訣」齊創作
時間	20分鐘
目的	透過創作口訣，提醒組員調整管教規條的重要性 促進組員之間的互相鼓勵
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發「心戰口訣」工作紙予組員 2. 與組員討論如何把這些「心戰口訣」運用於改寫自我規條上 3. 鼓勵組員創作切合個人管教情況的「心戰口訣」 4. 總結及帶出重點： 透過「心戰口訣」練習，重申調整管教規條的重要性，鼓勵「操控型攻擊者」組員於日後可持續以合情合理的規條管教子女，加強組員作出改變的決心

活動	總結
時間	10分鐘
目的	鞏固本節內容
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 總結調整管教規條的原則及「心戰口訣」 2. 鼓勵組員訂立管教規條時要取得平衡，並強調調整管教規條不等於放棄對子女的期望，並能以合理及具彈性的規條管教子女 3. 邀請組員分享其感受及得著

子女組

活動	家課分享 — 「陳大文的新一頁」
時間	10分鐘
目的	操控型攻擊者常低估負面行為的嚴重性，透過他人就其欺凌行為的看法，鼓勵組員嘗試從多角度去看同一件事情，了解欺凌行為的後果，拉闊組員思考領域
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請組員分享家課 — 「陳大文的新一頁」 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 身為陳大文的班主任，你有甚麼建議給他？ • 身為陳大文的好朋友，你有甚麼建議給他？ • 當陳大文聽到班主任及好朋友的建議，他的行為會否不同？ 2. 總結及帶出訊息： 鼓勵組員做事前應先從多角度去看同一件事情，考慮事情的後果，避免欺凌行為及其帶來的負面影響 3. 讚賞能完成家課或主動分享的組員，並給予星星貼紙鼓勵組員
物資	後備家課、星星貼紙

第六章 親子平行小組內容

活動	認識「合情、合理、合法」新想法
時間	15分鐘
目的	透過簡單及顯淺易明的概念，讓組員了解「合情、合理、合法」新想法 拆解操控型攻擊者常有的思想陷阱
程序	<ol style="list-style-type: none"> 介紹分別「合情」、「合理」及「合法」的代表人物，邀請組員討論代表人物的特質 代表人物的特質例子： 「合情」(天使)：有愛心，顧及他人感受 「合理」(警察)：正直，客觀，處事講求證據 「合法」(法官)：追求公義，讓破壞法紀的人承擔責任 講解「合情、合理、合法」解釋卡 操控型攻擊者常跌入的「思想陷阱」作例子，與組員一起討論其想法是否符合「合情、合理、合法」準則 「操控型攻擊者」常跌入的「思想陷阱」例子： <ul style="list-style-type: none"> 不成為最強的人便沒有價值，因此我要欺負弱小的同學，證明我的價值(非黑即白) 總結及帶出重點： 欣賞組員運用「合情、合理、合法」概念以拆解思想陷阱，並鼓勵組員嘗試在日常生活中多應用此概念，減少思想陷阱帶來的負面影響 讚賞投入活動的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	「合情、合理、合法」解釋卡(物資6.1)、星星貼紙

活動	小明的告白
時間	15分鐘
目的	拆解組員的思想陷阱 讓組員嘗試運用「合情、合理、合法」新想法 協助組員建構「合情、合理、合法」新想法、行為及情緒反應
程序	<ol style="list-style-type: none"> 派發及講解「小明的告白」工作紙：小明為學校小霸王，告白內容講及他的非理性想法及欺凌同學的行為 邀請組員分享小明的想法與其想法相異之處，並討論想法帶來的負面行為及情緒 將組員分成三組，分別討論小明的告白中「不合情」、「不合理」及「不合法」之地方 邀請各組分享，其他組員及後可作補充或提問 總結及帶出訊息： 欣賞組員嘗試運用「合情、合理、合法」概念，鼓勵組員反思自己所跌入思想陷阱及行為是否與小明的有相同之處，並檢視自己的負面行為是否出現「不合情」、「不合理」及「不合法」的地方，提昇組員改變的動機 讚賞投入參與活動的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	「小明的告白」工作紙(物資6.2)、「不合情、不合理、不合法」記錄表(堂課四)、星星貼紙

第六章 親子平行小組內容

活動	「新想法、新行為、新感受」
時間	20分鐘
目的	建構「合情、合理、合法」的新想法、行為及情緒反應
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 於白板張貼「思想陷阱」代表動物卡，各組員根據「合情合理合法」原則去討論當跌入這些思想陷阱時的想法、行為及情緒反應 2. 派發「新想法、新行為、新感受」工作紙給組員填寫，鼓勵組員將舊有的思想陷阱轉換成新的想法 3. 協助組員反思及與組員一同討論當擁有新的理性想法時所帶來的新情緒和行為，並討論這些情緒和行為所帶出的正面影響(例如：如何影響自己的心情；與他人相處；與家人的關係等) 4. 總結及帶出訊息： 此活動讓組員了解到擁有新的理性想法時所帶來的新情緒、行為及正面影響，增強他們建構及運用新想法的動機，並鼓勵組員於日常生活中可嘗試運用理性新想法，以正面行為來得到他人的支持及認同 5. 讚賞投入參與活動的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	「思想陷阱」代表動物卡(可參考物資4.4)、「合情、合理、合法」解釋卡(物資6.1)、「新想法、新行為、新感受」工作紙(堂課五)、星星貼紙

活動	總結及講解家課「我的新嘗試」
時間	10分鐘
目的	透過於日常生活中實踐「合情、合理、合法」新想法，讓「操控型攻擊者」組員帶來正面的新行為及情緒反應，強化他們作出改變的信心，減少欺凌行為
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 總結小組內容及讚賞各組員正面的表現 2. 派發家課「我的新嘗試」 3. 講解家課： 組員需於家課紙上記錄這星期於校園生活運用理性想法的經驗，及新想法帶來的行為和情緒改變 4. 提醒組員完成家課後，可獲得星星貼紙，加強完成家課的動機 5. 致送「最佳表現獎」及「最佳進步獎」給投入小組活動及努力改變的組員
物資	「我的新嘗試」家課紙、禮物

第六章 親子平行小組內容

親子活動

活動	「誰是最佳主角」
時間	20分鐘
目的	由於「操控型攻擊者」缺乏情感，透過組員代入不同的情境作出相應的情緒及行為反應，初步讓組員掌握同理心之運用
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 講解活動程序：組員以親子為單位，演繹片中主角面對該情境時的情緒及行為反應 2. 播放影片(情境)# 3. 讓親子討論片中主角的情緒及行為反應，而由其中一位作演繹，另一位則負責講解演繹重點 4. 播放影片(主角反應) 5. 每次演繹得最相似的親子可獲得小禮物一份；能正確演繹最多情境的親子，亦可獲得禮物；以提升組員投入活動之動機 6. 邀請組員分享 <div style="margin-left: 20px;"> 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 你為何認為片中主角面對這情境時有這樣的情緒及行為反應？ • 這些情境在你的日常生活有否發生過？你的情緒及行為反應與片中主角是否相同？ • 當有些情境你未必經歷過時，你怎樣估計當事人有哪些情緒及行為反應？ </div> 7. 總結及帶出訊息： <div style="margin-left: 20px;"> 當我們能夠代入他人的角度，了解他/她的感受時，便能估計他/她在此刻的情緒及行為反應，亦是擁有「同理心」之表現；鼓勵組員多運用「同理心」，多明白及了解家長/子女的感受，有助促進親子關係 </div>
物資	影片(#可先揀選一些有趣熱門的劇集片段，引起組員的興趣；及後可播放一些校園欺凌之片段(可參閱本實務手冊光碟內之片段)；觀察「操控型攻擊者」組員對欺凌事件的反應)、禮物

第六章 親子平行小組內容

第六節小組堂課一


規條「標準尺」





舊有規條	情緒指數：_____ (憤怒，失望，無助等)	親子關係
	1__2__3__4__5__6__7__8__9__10	

調整三部曲



第一次調整 	情緒指數：_____	親子關係
●	1__2__3__4__5__6__7__8__9__10	😊😊😊😊😊😊😊😊

第二次調整 	情緒指數：_____	親子關係
●	1__2__3__4__5__6__7__8__9__10	😊😊😊😊😊😊😊😊

第三次調整 	情緒指數：_____	親子關係
●	1__2__3__4__5__6__7__8__9__10	😊😊😊😊😊😊😊😊

最適合我的規條是：	
-----------	---

第六節小組堂課二

調整規條的好處

調整後的規條





調整規條後的好處

1. 情緒有什麼改變： _____
2. 親子關係有什麼改變： _____
3. 身體反應有什麼不同： _____

第六節小組堂課三

「心戰口訣」

協助你放寬，改寫不恰當的管教規條

口訣	內容
「寬鬆一尺，開心一丈」	凡事都不能過於執著或堅持，因為期望與現實是未必相符。另外，當無法實踐期望時，的確會使人不高興。但是，請緊記：「退一步海闊天空」。同時，要問自己：「繼續執著下去，對自己及他人會有甚麼影響呢？」
「打破傳統，與時並進」	有些規條，是我們從傳統文化中，潛移默化地學懂並接受下來。事實上，一些僵化的文化觀念未必適用於現代社會。倘若我們堅持把它套用在現實生活中，我們就可能給製造很多矛盾及苦惱。
「規條我定，修訂亦然」	規條是可以由自己修訂，並非一成不變的，更不是根深柢固，牢不可破。若我們用另一個角度看這些規條，並加以放寬，我們和身邊的人就可能感到輕鬆一點。為何不嘗試去做呢？你願意選擇去改寫你的規條嗎？
「	
」	
「	
」	

第六節小組物資6.1

「合情、合理、合法」解釋卡



合法：「想法」和「行為」要合乎規則，
顧及後果



合理：「想法」和「行為」要有客觀證據證明，
及社會大眾接受



合情：「想法」和「行為」要關心到身邊的感受

第六節小組物資6.2

「小明的告白」

你好！我係小明，同你講一個秘密，你最好就幫我保密喇。老實講，我好想成功，要「威」俾其他人睇。如果我唔夠叻、唔夠醒目，就係一個廢人，無鬼用！所以我要成為5 A班既霸王！

我有一個計畫進行緊，不如你俾少少意見我！首先，我決定左係班入面，搵個最細粒既同學出黎，整蠱佢一餐，仲要其他同學唔好睬佢、唔好同佢玩。你知啦，能力弱小既人，係呢個世界上係無咩存在價值。

之後，我仲諗住約埋其他學校既「勁」人，同佢地一齊去蝦蝦霸霸。最重要既係我地會一齊去偷野，我地個個咁醒目，無人會捉到我地，仲不知幾刺激呀！

做最「威」果個，就只可以咁做。我呢個計畫，係咪諗得好好呢？你又有咩意見？



第六節小組堂課四

「不合情、不合理、不合法」 記錄表

不合情

(想法及行為沒有重視自己
關心的人的感受)

不合理

(想法和行為沒有客觀證據
證明，及社會大眾不接受)

不合法

(想法和行為不合乎規則，
沒有顧及後果)

第六節小組堂課五

「新想法、新行為、新感受」 工作紙



我是「思想陷阱」大魔王
你怎麼可以打敗我呢？

我運用「合情合理合法」新想法

_____的時候，

我可以打敗大魔王！

這個新想法對你「情緒」有什麼好處？

行為有什麼正面的改變呢？



第六節小組家課(子女組)

「我的新嘗試」

A) 事件 ◆

B) 新想法 ♠

✓合情 ✓合理 ✓合法

C) 新行為 ♣

C) 新感受 ♥

第六章 親子平行小組內容

節數：第七節

形式：小組先分為家長組及子女組，再以親子形式進行

- 目標：
1. 讓組員代入及體會他人的處境和感受
 2. 協助組員增強同理心，促進親子溝通及加強親社會行為
 3. 鞏固組員的溝通技巧，學習運用「我訊息」作自表技巧

家長組

活動	從孩子出發
時間	15分鐘
目的	讓家長代入子女的處境和感受
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹活動，邀請組員兩人一組，一人負責扮演「家長」，另一人則扮演「子女」 2. 指示扮演「子女」的組員蹲下並抬頭望向扮演「家長」的組員 3. 指示扮演「家長」的組員用手由上而下地指向正在蹲下的「子女」，並說出一段對話稿(物資7.1) 4. 邀請組員互換角色，分別扮演「子女」及「家長」，並作出分享 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 扮演「子女」的時候，組員有甚麼感覺？ • 視線一直是從下至上望上去，組員有甚麼想法及感受？ • 被「家長」一直用手指指著，組員有甚麼想法及感受？ • 當子女長時間處於這種情況，他們會有甚麼想法及感受？ 5. 總結及帶出重點： 由於「操控型攻擊者」較難代入別人的感受當中，故組員可反思與子女相處時的態度及行為，並嘗試多代入及體會子女的感受，便能夠更多體諒子女及促進親子關係
物資	「負面對話稿」(物資7.1)

活動	「我訊息」介紹
時間	20分鐘
目的	讓組員學習運用「我訊息」的自表技巧
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發「我訊息」句式紙及「我訊息」表達方式紙，介紹及講解「我訊息」： 「我訊息」句式： 「我 + 我的感受 + 我的期望」 2. 派發情境練習紙，透過模擬練習讓組員嘗試運用「我訊息」技巧表達自己的想法、感受和期望；工作人員亦可以運用組員提及過之管教情況，或組員之真實例子作情境練習 3. 總結及帶出重點： 鼓勵組員於與子女溝通時多留意表達方式，正面的表達方式有助促進親子關係；運用「我訊息」技巧是能讓子女了解家長的關心及期望
物資	「我訊息」句式紙(物資7.2)、「我訊息」表達方式紙(物資7.3)、情境練習紙(物資7.4)

第六章 親子平行小組內容

活動	如果我是子女
時間	20分鐘
目的	讓組員練習代入子女的角度思考，了解子女的感受
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 播放「長江七號」片段(可選其他影片，情境是家長忽略子女的感受) 片段內容： 片中身為父親的男主角，在商場拒絕兒子購買玩具的要求，但兒子仍然苦苦哀求，最後父親出手打兒子 2. 邀請組員作出分享： 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> - 代入片段中兒子的角度，會有甚麼想法和感受? - 在管教子女時，子女有否出現類似的情況? 組員的回應又是如何? - 當留意到子女的感受時，組員的想法及行為會否改變? 3. 介紹「同理心」的概念：代入別人角度看事情，並顧及別人的感受 4. 總結及帶出重點： 欣賞組員於活動中嘗試運用「同理心」代入子女的感受，加強「操控型攻擊者」組員於日常生活與子女相處時應用之決心；並鼓勵他們要求子女達到其目標時，需先考慮子女的感受，並調節合理的期望，有助促進親子關係
物資	電影「長江7號」片段

活動	總結及家課講解－「同理心訓練」
時間	10分鐘
目的	總結本節內容 鼓勵組員實踐「同理心」概念以促進親子關係
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 總結「同理心」概念，鼓勵組員與子女相處時可多運用「我訊息」技巧，促進親子關係 2. 講解家課－「同理心訓練」 家課內容： 邀請組員嘗試代入子女的角度，並了解子女的感受 3. 邀請組員分享其感受及得著
物資	「同理心訓練」家課紙

第六章 親子平行小組內容

子女組

活動	家課分享 — 「我的新嘗試」
時間	10分鐘
目的	鞏固組員「合情、合理、合法」新想法之運用，及理性想法帶來的正面影響 協助組員檢討運用新想法的困難並作出鼓勵，避免組員輕易放棄實行新想法
程序	<ol style="list-style-type: none"> 邀請組員分享家課 — 「我的新嘗試」 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> 實行合情合理合法新想法帶來正面經驗，行為及情緒改為 實行合情合理合法新想法時遇到的困難 總結及帶出訊息： 欣賞組員嘗試於日常生活中實行「合情、合理、合法」新想法，從而協助組員鞏固正面經驗，並與組員一同檢討運用新想法的困難，並重申作出改變時遇到挑戰是正常的情況，及與組員討論如何再次嘗試實行新想法，避免組員因此故態復萌或放棄實行新想法 讚賞完成家課或主動分享的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	後備家課、星星貼紙

活動	「情緒猜一猜」
時間	10分鐘
目的	因操控型攻擊者缺乏情感，因此透過互動活動帶起氣氛，並以觀察其他組員的面部表情、情緒及肢體動作，刺激組員對情緒的反應
程序	<ol style="list-style-type: none"> 將組員分成兩組，每組輪流演繹情緒，另一組則負責猜出正確答案 提醒組員在演繹情緒的過程中可透過面部表情及肢體動作作為表達方式，但不可說話 派發小禮物予猜出較多正確答案的一組 邀請組員作出分享 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> 組員留意到甚麼提示(面部表情/肢體動作)，所以猜出該情緒？ 在學校生活中，甚麼情緒最常出現？是哪種情況下出現該情緒？ 總結及帶出訊息： 於日常生活中，組員處事及與人相處時可能忽略了留意別人的感受，透過這次活動，鼓勵組員可透過觀察面部表情、情緒及肢體動作，了解別人的感受；並介紹「同理心」的概念：代入別人角度看事情，並顧及別人的感受
物資	情緒卡(可參考物資1.2)、小禮物

第六章 親子平行小組內容

活動	「如果我是…」
時間	20分鐘
目的	協助組員代入受害者的角度，了解他們的想法及感受，訓練同理心 讓操控型攻擊者了解到他們重視的人得知其欺凌行為時的負面感受，強化他們減少負面行為的決心
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 把組員分為兩組，讓缺乏同理心及情感的「操控型攻擊者」組員想像他們是欺凌事件中的受害者會有甚麼想法和情緒(可透過其面部表情及肢體動作想像)，用「如果我是…」工作紙記下，並分組匯報 2. 播放受害者的自白，影片內容講及一高中學生華仔分享他於初中被其他學生欺凌時的感受及想法 內容重點： <ol style="list-style-type: none"> a. 覺得學校是一個地獄；有很多妖怪傷害人 b. 整天感到擔心害怕，不知道甚麼時候會再被欺凌 c. 認為逃避是保護自己的方法，因此在課堂完結後會避至隱蔽地方 3. 與組員檢視寫下的答案，並邀請組員分享 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 哪些受害者自白的內容是他們之前沒有想過？ • 當他們知道受害者的感受時，想法及行為會否改變？ 4. 協助組員想像如果他們是欺凌事件中關心攻擊者的人(如：攻擊者的父母、老師或朋友)，得知攻擊者有欺凌行為會有甚麼想法和感受 5. 讓組員先作小組討論後，用堂課紙記下，然後作分組匯報 6. 播放攻擊者老師的分享，談及知悉攻擊者進行違規行為時的想法及感受 內容重點： <ol style="list-style-type: none"> a. 覺得攻擊者之違規行為令其感到懊惱 b. 認為違規行為是不可接受，但相信攻擊者是可以有正面改變 7. 與組員檢視寫下的答案，並邀請組員分享 分享重點： <p>哪些關心攻擊者的人分享的內容是他們之前沒有想過的</p> <p>當他們知道關心攻擊者的人的感受時，想法及行為會否改變</p> 8. 總結及帶出訊息： <p>欣賞組員於活動中嘗試運用「同理心」，加強「操控型攻擊者」組員於日常生活作實際應用之決心；並鼓勵他們計畫行為以達到目標時，需先考慮他人的感受，從而選擇以正面途徑得到社會的認同及支持，避免違規行為所帶來的負面影響(如：令其重視的人感到失望)</p> 9. 讚賞投入活動的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	有關片段、「如果我是…」工作紙(堂課一)、星星貼紙

第六章 親子平行小組內容

活動	「我訊息」介紹
時間	15分鐘
目的	鞏固組員的溝通技巧，學習運用「我訊息」作自表技巧
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發「我訊息」句式紙及「我訊息」表達方式紙，介紹及講解「我訊息」： 「我訊息」句式： 「我 + 我的感受 + 我的期望」 2. 派發情境練習紙，進行模擬情境練習，並以組員與同學產生衝突的情況作例子，讓組員學習運用「我訊息」表達個人的想法、感受和期望 3. 總結及帶出訊息： 由於「操控型攻擊者」組員缺乏以非攻擊行為與人相處的正面經驗，透過此活動讓組員運用「我訊息」技巧，並鼓勵組員於日常生活中實踐此技巧與家人及同學相處，鞏固正面經驗 4. 讚賞投入活動的組員，並給予星星貼紙以示鼓勵
物資	「我訊息」句式紙(物資7.2)、「我訊息」表達方式紙(物資7.3)、情境練習紙(物資7.5)、星星貼紙

活動	家課講解 — 「同理心訓練」
時間	10分鐘
目的	透過觀察不同對象的情緒變化，訓練組員之同理心，改變舊有的攻擊行為 培養組員完成家課的習慣
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 總結本節內容及讚賞組員於小組的正面表現 2. 派發及講解家課 — 「同理心訓練」 家課內容： 邀請組員觀察其關心的人(例如：家長/好朋友)及受欺凌同學的情緒變化，由容易著手的對象作嘗試，訓練組員建立同理心，改變舊有的攻擊行為 3. 提醒組員完成家課後，可獲得星星貼紙，加強完成家課的動機 4. 致送「最佳表現獎」及「最佳進步獎」給投入小組活動及努力改變的組員
物資	「同理心訓練」家課紙、禮物

第六章 親子平行小組內容

親子活動

活動	不一樣的話·不一樣的親子關係
時間	25分鐘
目的	促進親子溝通，運用「我訊息」作自表技巧
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 於白板貼上三句親子最常說向對方說的話(從第二節親子活動內組員的分享中揀選出來，並用「你訊息」表達) 2. 讓組員以白板上的句子作練習題目，以「我訊息」取代舊有的表達方式，向家長/子女表達相同的訊息 3. 邀請組員作出分享 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 用「我訊息」及「你訊息」表達相同的訊息，聆聽者的感覺有甚麼不同？哪一種的表達方法比較好？ • 以「你訊息」與家長/子女溝通，有甚麼負面影響？ • 以「我訊息」與家長/子女溝通，如何促進親子關係？ • 運用「我訊息」作表達模式時，有否遇到甚麼困難？ 4. 準備「我訊息練習情境紙」予組員作模擬練習，讓組員多熟習運用「我訊息」技巧，從中讓其他親子組員作觀察及反思，並提供意見 5. 總結及帶出訊息： 鼓勵親子溝通時多留意表達方式，正面的表達方式有助促進親子關係；而運用「我訊息」是其中一個方法，能讓親子了解雙方的關心及對對方的期望
物資	親子最常說向對方說的話(可參考第二節親子活動)、「我訊息練習情境紙」(物資7.6)

第七節小組物資7.1

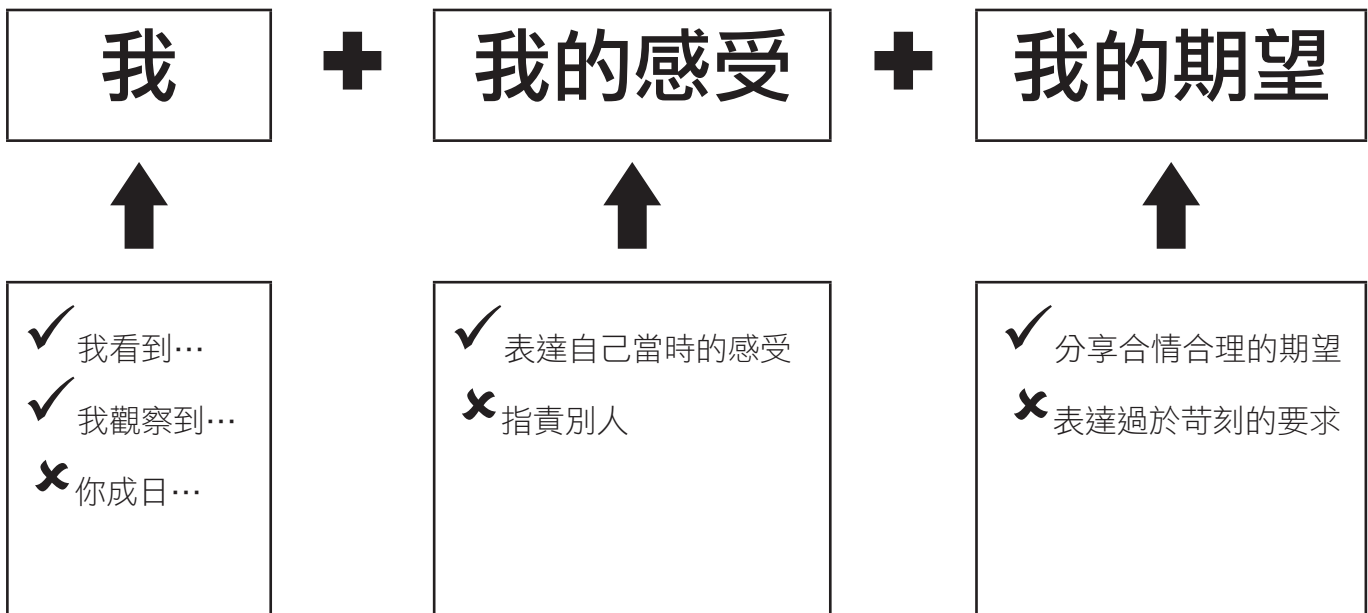


負面「對話稿」

- 你知唔知媽媽好辛苦，你唔可以令我失望。
 - 你要比心機讀書，唔係做廢人。
 - 你真係好懶，你無得救。
- 你什麼都不能跟人比，誰像你這樣沒有用。
 - 你生性喇，乖D喇。

第七節小組物資7.2

「我訊息」句式：



例句：媽媽知道你好想玩遊戲機，但媽媽都好擔心你，因為明天要考試，怕你精神不足，不如將今日玩遊戲機的時間儲起，考完試之後再繼續玩。

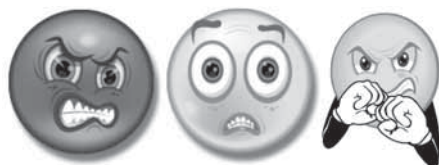
第七節小組物資7.3

「我訊息」表達方式

眼神：
看著對方，
有交流

語氣：堅定

心情：平靜，
沒有太大起伏



第七節小組物資7.4

「情境練習」

情境1：

一天下午放學後，你帶同子女到快餐店吃薯條。當子女只吃了兩口薯條時，便嚷著要買雪糕吃，但一會兒回到家便要吃晚飯。

你怎樣用「我訊息」向子女說不可以再買雪糕吃呢？

情境2：

子女明天要上學，但在過了原定要睡覺的時間，仍專注地對著電腦玩遊戲。

你怎樣用「我訊息」向子女說要關機並睡覺休息呢？

第六章 親子平行小組內容

第七節小組家課(家長組)

同理心訓練

在今個星期內，觀察你子女及記錄他們的感受。

	你所關心的子女 ☺：	當你留意到他們的感受後， 跟他們的相處會有甚麼不同呢？
日期	他們的感受：	不同的地方：

第七節小組堂課一

如果我是...

受害者

我會有甚麼想法？

- 1.
- 2.
- 3.



我會有甚麼感受？

- 1.
- 2.
- 3.

關心攻擊者的人 (例如:家長)

我會有甚麼想法？



我會有甚麼感受？

我會有甚麼想法？

我會有甚麼感受？

第七節小組物資7.5

「情境練習」

情境1：

一天放學後，你和朋友一起回家。途經商場時。你撞倒小明，倒瀉了他手上的汽水，更弄髒了他的校服。

- 試想一想，小明有甚麼感受？
- 你如何運用「我訊息」向他解釋？

情境2：

你的隊友強仔因犯錯而令球隊在足球比賽中落敗。

1. 想一想，強仔有甚麼感受？
2. 身為隊長，你如何運用「我訊息」向他表達自己的看法？

第六章 親子平行小組內容

第七節小組家課(子女組)

同理心訓練

請選擇兩個不同的人，在今個星期內，觀察及記錄他們的感受。

	一個你關心的人：☺ _____	一個班上常被欺負的同學：☹ _____
日期	感受：	感受：
例子	不開心，因為擔心，因為忘記帶家課，怕被老師責罰	害怕，因為常被其他同學作弄

當你留意到他們的感受後，你跟他們的相處會有甚麼不同呢？

你關心的人☺：

在班上常被欺負的同學☹：

第七節小組物資7.6

「我訊息練習情境紙」

情境一

「子女遺忘了作答一頁試卷，導致考試不合格。」

情境二

「子女籃球比賽獲得冠軍當天，忘記了上補習班。」

情境三

「考試前一晚，子女溫完書後，去了看電視和打機，一直到深夜。
作為家長，你會怎麼做？」

情境四

「子女做功課，食飯和沖涼的速度很慢，影響睡眠時間。」

第六章 親子平行小組內容

節數：第八節

形式：小組先分為家長組及子女組，再以親子形式進行

- 目標：
1. 協助家長檢視管教方法的調整帶來的正面影響
 2. 強化子女對合情合理合法新想法及「同理心」之運用
 3. 鞏固組員的成功經驗，加強持續改變的信心
 4. 協助親子共同訂下長期目標，以增加實踐的動機

家長組

活動	回顧及重溫小組內容
時間	25分鐘
目的	重溫小組內容，檢討小組成效
程序	<p>1. 將之前節數工作紙貼在白板上，協助組員回顧及重溫過往節數內容 八節小組重點(按節數內容的次序)：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 掌握管教模式對子女成長的影響 • 了解「想法」與「情緒」、「身體反應」及「行為反應」的相連關係 • 應用「身心思維自我分析表」留意自己的身體訊號 • 辨識「思想陷阱」類型及跌入「思想陷阱」對管教子女上的影響 • 運用五常法技巧(如：第五法之自我對話)以拆解「思想陷阱」 • 運用「規條標準尺」調整管教規條以促進親子關係 • 學習以「同理心」了解子女的感受及運用「我訊息」技巧以助親子溝通 <p>總結及帶出訊息：</p> <p>欣賞組員於小組的嘗試，重申組員於日常生活中仍可能會跌入思想陷阱，鼓勵組員可多提醒自已運用小組學習的身心思維概念及五常法技巧拆解負面想法，並以小組成功經驗作範例，信任自己有能力調節管教規條，運用「同理心」及「我訊息」技巧以促進親子關係</p>
物資	白板、白板筆、之前節數工作紙

第六章 親子平行小組內容

活動	個人的改變
時間	20分鐘
目的	檢討小組對個人成效
程序	<ol style="list-style-type: none"> 回顧組員第一節填寫的「給自己的信」 邀請組員填寫「我的改變」工作紙及作出分享： <ul style="list-style-type: none"> 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 個人的改變(想法、情緒、行為反應) • 管教子女方面的改變(管教規條及管教模式) • 親子相處及關係的改變 • 子女的情緒及行為表現上的改變 總結及帶出訊息： <p>藉組員檢視於小組的個人成長，從而鞏固組員的正面經驗，增強組員持續改變(拆解「思想陷阱」、調整管教規條、促進親子關係等方面)信心</p>
物資	「給自己的信」、「我的改變」工作紙(堂課一)
活動	影片分享及總結
時間	10分鐘
目的	鼓勵組員繼續努力，加強組員改變的決心
程序	<ol style="list-style-type: none"> 播放影片「公益協會廣告之笨篇及沒用篇」 <p>片段內容： 家長向子女說話時運用相同的語句，但不同的排序方式，表達了不一樣的訊息，並為子女帶來鼓勵作用</p> 帶出訊息： <p>鼓勵組員可從生活小事(如：簡單但具鼓勵性的話)開始作出改變以促進親子關係，加強組員改變的決心</p> 讚賞及感謝組員一直以來的積極參與
物資	「公益協會廣告之笨篇及沒用篇」片段
活動	未來大計畫
時間	10分鐘
目的	協助組員訂立未來目標及計畫
程序	<ol style="list-style-type: none"> 派發及講解「我的未來大計畫」工作紙(物資8.2) 邀請組員訂立未來的親子目標和相關行動，並填寫於「我的未來大計畫」工作紙及作出分享 總結及帶出訊息： <p>欣賞組員嘗試訂立未來的親子目標和相關行動，提醒組員填寫「我的未來大計畫」工作紙只是初步的練習，鼓勵組員按實際情況作定期的檢視和調整，以達致長久的改變</p>
物資	「我的未來大計畫」工作紙(堂課二)

第六章 親子平行小組內容

子女組

活動	家課分享 — 「同理心訓練」
時間	10分鐘
目的	因「操控型攻擊者」缺乏情感，因此透過訓練組員對其重視的人及面對欺凌之受害者的觀察，強化組員「同理心」的運用，減少欺凌行為
程序	<ol style="list-style-type: none"> 邀請組員分享家課 — 「同理心訓練」 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> 你的觀察對象於這星期有甚麼情緒變化？是甚麼事件令他/她有這種情緒出現？ 當留意到觀察對象的感受後，你與他/她相處上有甚麼改變？ 總結及帶出訊息： 由於「操控型攻擊者」向來是缺乏情感，因此，透過對其重視的人的觀察，鞏固組員「同理心」的運用及正面經驗，並多考慮面對被欺凌的受害者的感受，從而讓組員反思違規行為為他人所帶來的負面影響，減少其欺凌行為 讚賞能完成家課或主動分享的組員，並給星星貼紙以示鼓勵
物資	後備家課、星星貼紙

活動	拉闊提醒你
時間	15分鐘
目的	<ol style="list-style-type: none"> 預防組員舊有的「思想陷阱」於日後重現(Relapse Prevention) 強化及鞏固組員運用合情合理合法概念以拆解負面想法
程序	<ol style="list-style-type: none"> 以快問快答的獎勵形式與組員一起重溫在小組中學習過的知識，裝備組員於日後可能再出現「思想陷阱」時的應付方法(如：合情、合理、合法概念)，以避免組員於面對挑戰時故態復萌 介紹及派發「拉闊提醒卡」，鼓勵組員提醒卡將放於當眼的位置，如筆盒、手冊、錢包等，方便組員日後重現「思想陷阱」及以欺凌行為獲得著數的念頭時，用以提醒自己以「合情、合理、合法」概念拆解「思想陷阱」 派發小禮物予積極回答的組員，並作出總結： 欣賞組員於小組的嘗試，重申日後再次出現「思想陷阱」的情況是平常不過的事，並鼓勵組員可多提醒自己運用小組學習的知識拆解「思想陷阱」，並以小組成功經驗作範例，信任自己有能力作出改變，避免違規行為
物資	拉闊提醒卡(物資8.1)、小禮物

第六章 親子平行小組內容

活動	我的轉變
時間	20分鐘
目的	協助組員檢視自己的進步，鞏固於小組內的正面經驗 提升組員自我欣賞及自我肯定的能力，建立正面思考，並學懂欣賞及鼓勵他人
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請組員在「我的轉變」工作紙上填寫個人於小組後想法、行為及情緒上的正面改變 2. 派發組員於第一節小組填寫的「我的期望」工作紙，讓組員檢視及分享自己達到的期望及正面轉變 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 你觀察到自己於小組內有哪些想法、行為及情緒上的轉變？ • 你完成了哪些於第一節小組所填寫的期望？ • 哪些轉變是你於第一節小組時預料不到的？ • 你認為自己有甚麼地方欣賞？ • 你對未來的期望及目標是甚麼？ 3. 預備領袖抽籤卡，讓工作人員及組員抽籤 4. 邀請抽中「領袖」卡的組員先作分享，揀選2位組員並讚賞他們值得欣賞之地方；其後再請其他組員揀選1位組員表達欣賞 分享重點： <ul style="list-style-type: none"> • 對方在小組中的良好表現 • 對方的優點 • 最欣賞對方的地方 • 對方在小組中進步的表現 5. 總結及帶出訊息： 從小組中觀察到「操控型攻擊者」組員性格聰明及具領導潛能，因此，希望透過活動提升組員自我欣賞及自我肯定的能力，並嘗試欣賞及鼓勵他人，將才能發揮於正途方面，以減少違規行為
物資	「我的轉變」工作紙(堂課三)、「我的期望」工作紙(可參考第一節堂課二)、領袖抽籤卡(物資8.2)

第六章 親子平行小組內容

活動	總結及嘉許
時間	10分鐘
目的	總結八節小組內容，強化組員實踐合情合理合法新想法之決心 加強組員自我能力的認同，鼓勵組員將才能發揮於正途方面，鞏固「操控型攻擊者」成為領袖的信心
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 總結八節小組的學習並派發領袖成績表 2. 讚賞組員於小組的進步，帶出小組訊息： 每個人都是有能力為自己作出改變，鼓勵組員日後繼續運用小組知識，避免重現「思想陷阱」，並將其才能發揮於正途方面，減少欺凌及違規行為，成為一個真正的領袖 3. 頒發大獎予「獎勵表」上獲得最多貼紙的組員；其他表現良好的組員，亦得到其他禮物以作鼓勵
物資	領袖成績表(物資8.3)、禮物

活動	未來大目標
時間	10分鐘
目的	協助組員訂立未來目標及計畫
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發及講解「我的未來大目標」工作紙 2. 邀請組員訂立未來的親子目標和相關行動，並填寫於「我的未來大計畫」工作紙及作出分享 3. 總結及帶出訊息： 欣賞組員嘗試訂立未來的親子目標和相關行動，提醒組員填寫「我的未來大計畫」工作紙只是一個初步的練習，鼓勵組員按實際情況作定期的檢視和調整，以達致長久的改變
物資	「我的未來大目標」工作紙(堂課四)

親子組

活動	你我同心創未來
時間	25分鐘
目的	協助親子共同訂下長期目標，以增加實踐的動機 肯定組員的參與及進步，鼓勵組員促進良好的親子關係
程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請組員分享於個別活動時所訂下的目標及計畫，讓親子了解雙方的想法和期望 2. 協助組員就具體的親子目標進行調整，使雙方達成共識；並提醒組員就親子的目標作定期檢討及修訂 3. 總結小組內容，肯定親子的積極參與及改變，鼓勵組員促進良好的親子關係 4. 頒發「最佳進步獎」、「最合拍親子獎」及「最投入參與獎」予組員
物資	「我的未來大計畫」工作紙(堂課二)、「我的未來大目標」工作紙(堂課四)、禮物

我的改變...

- 個人的改變(想法、情緒、行為反應)
- 管教子女方面的改變(規條、模式)
- 與子女之間的相處及關係的改變
- 子女之情緒及行為表現的改變

我的未來大計畫

我的未來目標...

例如：我要改善與兒子的關係

未來的行動(具體及有時限的行動計畫)

例如：在每晚吃完飯之後，與兒子一起進行15分鐘的遊戲時間

成效的檢討...

例如：一個星期後詢問兒子有關遊戲時間的意見及是否繼續

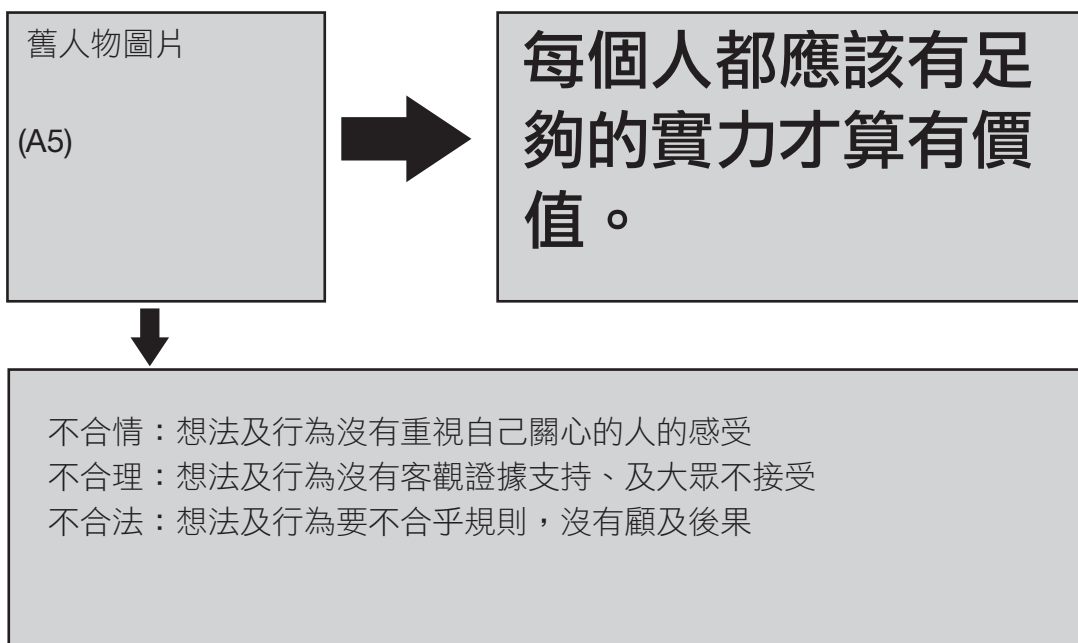
溫馨的說話：

例如：我享受與你一起玩遊戲的時間

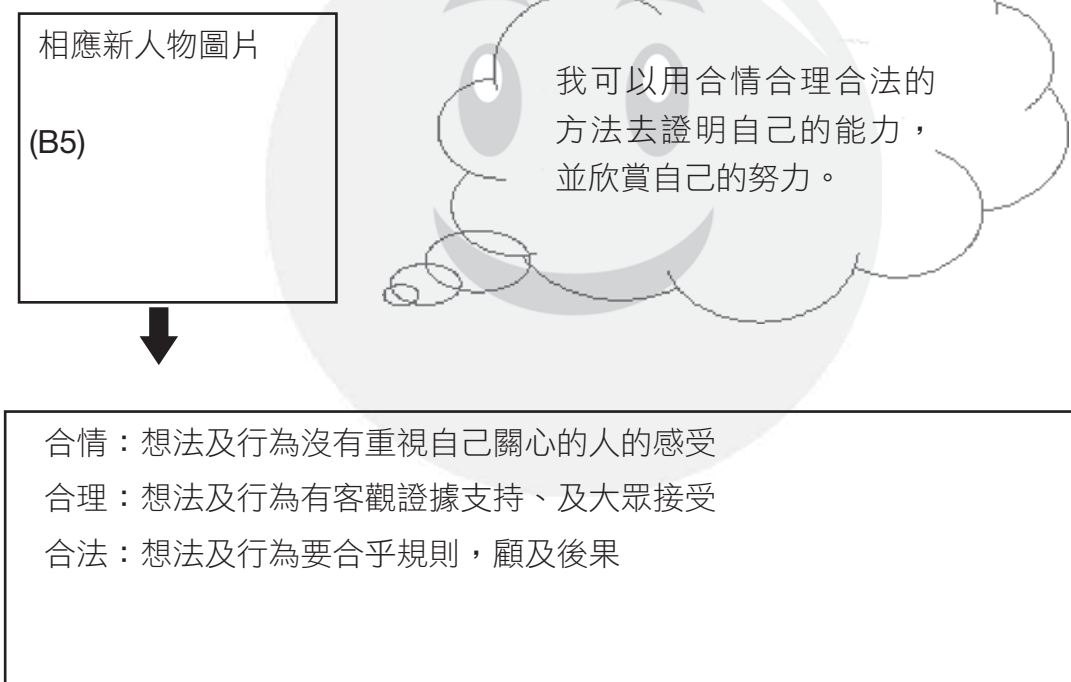
第八節小組物資8.1

拉闊提醒卡(範例)

正面



背面



「我的轉變」

八節小組後，我的轉變：

想法方面：

情緒方面：

行為方面：



第八節小組物資8.2

領袖抽籤卡

領袖	領袖	領袖

領袖成績表

領袖姓名：_____

評分項目：

以五粒☆為最高

1. 投入分享

★ ★ ★ ★ ★

2. 尊重他人

★ ★ ★ ★ ★

3. 用心完成小組家課

★ ★ ★ ★ ★

4. 願意改變

★ ★ ★ ★ ★

5. 運用「合情、合理、合法」的想法

★ ★ ★ ★ ★

6. 實踐「合情、合理、合法」的行為

★ ★ ★ ★ ★

7. 能代入別人的角度及感受

★ ★ ★ ★ ★

評語：

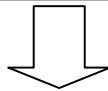
第六章 親子平行小組內容

第八節小組堂課四



我的未來大目標

- _____
- _____



我的行動

- _____
- _____

(溫馨提示：還記得「合情合理合法」的新想法嗎?)

我的鼓勵

第六章 親子平行小組內容

(II) 個案研究

個案背景

每位親子小組成員在進入小組前，均被邀請填寫問卷及作訪談。問卷數據及訪談內容不但包括學生和家長的家庭背景，還有其在認知、行為及情緒上的特質。所以，當工作人員參照這些資料，便可對小組組員有一定的認識。除了學生面談外，家長面談的內容，亦提供了家長在管教子女上的價值觀、管教方式、親子關係及溝通模式等相關資料。這些數據及訪談內容，都有助工作人員於帶領小組活動的過程中，與小組組員建立互信的關係，並有效地作出針對性的治療。

以下是阿俊(化名)在問卷調查的部份數據，及其父親梁先生在接受訪談時提供的資料：

a) 問卷調查

行為方面：

量表	攻擊行為(總分：46)	
	操控型攻擊(總分：24)	反應型攻擊(總分：22)
分數	14	11

根據反應型和操控型攻擊問卷(RPQ)，阿俊的整體「攻擊行為」分數為24分，甚高於臨床指標的18分。另外，阿俊於「操控型攻擊」分數為14分，而「反應型攻擊」分數為10分；以本計畫的篩選準則，界定一名學生屬於「操控型攻擊者」的分數為5分或以上；而「反映型攻擊者」的分數為8分或以上。由於阿俊的「操控型攻擊」分數高於他的「反應型攻擊」分數，這反映阿俊有嚴重的操控型攻擊行為傾向。

認知及情緒方面：

量表	同理心(總分：120)
分數	40

研究亦應用了「認知-情感-身體」同理心量表(Cognitive-Affective-Somatic Empathy Scale)來評估阿俊的同理心。根據本計畫於2010年-2011年度研究顯示，全港學生於「認知-情感-身體」同理心量表的中位數為58分，而阿俊的分數僅得40分。這反映出阿俊屬於情緒起伏不大的人，亦缺乏同理心，難以代入別人的感受當中。

第六章 親子平行小組內容

b) 學生訪談

訪談中，阿俊會被問及一些在學校有可能發生的情境，當中包括欺凌或違規行為的情節。工作人員邀請阿俊代入情境中，想像如果他遇上這些情況的時候，會有怎麼的想法、行為及情緒。以下是學生訪談的情境題目：

「你一直也很想有一部最新款的手提電話，但你卻沒有足夠的金錢購買。有一天，你在學校飯堂發現身旁的同學留下他的手提電話走了，而那部手提電話正是你一直想擁有的那型號。當時，飯堂沒有太多的人留意你的舉動。」

訪談期間，阿俊認為：若沒有人注意到自己的舉動，他便會拿走那部手提電話。他表示這麼容易就可以獲得這部最新款的手機，他是絕對不會錯過這個難得的機會。另外，阿俊在訪談期間亦否定了自己應要承擔的責任。他認為整件事的歸因於對方的不小心，遺失了財物，所以他不問自取是「理所當然」的事情。另外，他即使知道對方會因此感受傷害，但他仍然選擇這樣做的。同時，他也考慮到若被老師揭發此事，他會如何應付。

c) 家長訪談

在家長的訪談中，梁先生(阿俊的父親)表示自己學歷不高，覺得自己不懂得教導兒子。梁先生亦表示自己與妻子均工作忙碌，很少與兒子相處，對兒子疏於管教，而兒子對他們的態度亦很冷漠。梁先生表示很喜歡以物質獎賞兒子的正面行為，亦視此為管教兒子最有效的手段。另一方面，老師向梁先生反映阿俊在校內有很多結黨和煽動同學杯葛他人的行為，故此梁先生希望參加小組後，可使兩人相處變得融洽，同時減少阿俊的反叛性。

父母教養方式:

量表	威信型(總分：75)	專制型(總分：60)	放縱型(總分：25)
分數	15	17	23

研究應用了父母教養方式與類別問卷(Parenting Styles and Dimensions Questionnaire)來探討梁先生的教養方式。問卷研究顯示：梁先生的「放縱型」管教方式分數為23分，數據反映出他傾向以鬆散、放任的方式來管教子女。

d) 小結

在問卷調查中，阿俊的「操控型攻擊」分數遠高於「反應型攻擊」指數。在訪問過程中，工作人員觀察到阿俊所談及的，都是圍繞著個人的利益和好處(Instrumental Goal)。根據認知行為治療法的分析，阿俊在思考過程中，出現了不同程度的「非理性思想」。另一方面，工作人員觀察到阿俊低估了攻擊或違規行為會帶來嚴重的後果。他對別人欠缺同理心，沒有體諒對方的處境和感受。參照以上的特點，工作人員將運用針對性的輔導策略，包括協助阿俊拆解他的非理性思想，讓阿俊能夠建立「合情合理合法」的新思維，從而減少他的攻擊和違規行為。同時，工作人員亦需要引導父親梁先生檢視其管教模式及管教上的偏差，讓他反省現行的管教模式並非有效的方法。

第六章 親子平行小組內容

2. 小組初期

小組初期，工作人員透過各類型的親子活動，評估家長與子女的互動模式；透過家長的分享，探索家長的管教互動模式，進而了解家長管教子女時的價值觀及期望，以協助家長與子女建立正向關係。活動亦有助家長察覺自己在處理子女問題時的想法、情緒與身體反應的變化。此外，工作人員會透過觀察組員於小組內的表現，評估其價值觀及其行為背後的目的，再引導他們反思其負面行為所帶來的負面後果。

a) 小組過程及個案闡述

在親子活動的環節中，組員會被邀請分享於日常生活中，最經常跟對方說的五句說話。在活動期間，阿俊主動要求先作出分享，原因是希望獲得糖果作為獎賞。梁先生則表現得較為被動，不太願意分享。及後，經過兒子的一番催促，梁先生才作出分享。梁先生最常對兒子說的話都是圍繞著要有出色的成就；要求兒子要聰明世故，懂得賺取很多金錢；並認為有前途就是等同能賺取高薪酬。另外，梁先生表示：如果兒子不能考取好成績，自己亦會沒有面子。阿俊在分享與父親相處時，表現得很消極，言談之間流露出不滿的情緒。阿俊表示：父親很多時都會因為成績的問題而責罰自己，甚至會用傷害自尊心的說話來侮辱他。

在家長活動中，梁先生分享自己在處理子女問題時的情況。梁先生表示：兒子無心向學，沉迷電腦遊戲和踢足球，因而感到十分無奈和氣憤。梁先生認為兒子不應浪費時間在一些沒有前途的興趣上，而應專心讀書，他日才能賺取高薪厚職和名成利就。為了吸引兒子專心讀書，梁先生表示自己經常以物質和金錢利誘他，並視之為行之有效的手段。

另一方面，在子女活動中，阿俊顯露了冷酷及缺乏情感的特徵，並且沒有一點同理心。在活動「我的著數表」中，阿俊表示自己最想得到無限的點數卡，而他亦分享自己一次偷取同學點數卡的經歷，他不認為偷竊是錯誤的行為，對於自己用偷竊的方法取得同學的點數卡而感到自豪。阿俊認為那些做了錯事而遭受懲罰的人是不幸的，只因一時不小心失手，才會被捕，為此他感到可惜。阿俊傾向低估負面行為的結果，認為偷竊的後果並不嚴重，而且深信憑自己的聰明才智一定能逃過懲罰。此外，阿俊十分重視物質利益，只著眼於眼前利益，忽視負面行為所帶來的長遠代價。

b) 工作人員分析－親子互動關係

從觀察所得，梁先生與阿俊的親子關係傾向於物質化。梁先生多以物質去獎勵兒子的正面行為，兒子亦善於討價還價，要求梁先生以物質來嘉許自己的正面行為。阿俊經常漠視梁先生的說話，而梁先生對於兒子的漠視，則顯得頗為氣憤。

在活動初期，梁先生表達出自己對於兒子的期望，他極其重視兒子將來是否能名成利就。梁先生衡量個人成就的標準是基於薪酬的多寡。梁先生認為兒子只應花時間在讀書上，而不應浪費時間於一些無謂的課外活動上，因參與這些活動對兒子將來能名成利就是毫無幫助的。除此以外，梁先生要求兒子在校內一定要獲得優秀的成績和要懂得討好師長，這才是聰明世故的表現。梁先生認為兒子若未能做到自己的要求，便是一個毫無用處的人，是社會的失敗者。梁先生的分享顯露了他極其重視兒子的個人成就，並視之為衡量人價值的工具，他不介意兒子是否以正當的方法去取得成功，只在乎其目的能否達成。

第六章 親子平行小組內容

在活動中，工作人員引導梁先生反思自己的想法及讓他察覺其管教方法是否有所偏差。例如：他經常以威迫利誘的方式去管教兒子，他向兒子表示只要他能獲取好成績，便會獲得名貴的物質作獎賞。但若果兒子未能達到其要求時，便會立刻扣除他的零用錢以作懲罰。某程度上，梁先生這種管教模式影響了兒子懂得以偽善的行為來換取獎賞，並且善於討價還價。另一方面，梁先生把衡量個人成就的標準與能否賺取高薪掛勾，影響了兒子待人處事的價值觀，令他傾向以個人成就的高低來衡量一個人的價值，同時，為求達到目的會不擇手段。

除此以外，在學生活動中，工作人員觀察到阿俊善於分析及評估形勢，從而作出決定（例如：在分享一次偷竊同學點數卡的經驗中，阿俊善於先評估行動的風險及後才下決定，他選擇了在同學不察覺和混亂的情況中「下手」，並成功地偷取同學的物品。）而且，阿俊認為能力弱的人是不值得受人尊重的，甚至沒有生存的價值，因此他很多時都會以欺壓的手段來戲弄同學。當阿俊看見同學遭自己所安排的同學欺負時，他會覺得自己很聰明，因為能成功地把同學玩弄於股掌之中，又不被老師發現，他形容這種欺負同學的經驗令他感到很有趣和刺激。在活動中，工作人員透過家課「我的影響」，來增強阿俊的自省能力，令他反思他的負面行為可引致嚴重的長遠後果。此外，工作人員亦會透過角色扮演演習的練習，讓阿俊透過代入真實欺凌事件中被欺凌的角色，讓他感受當中的苦痛，增強他的同理心。工作人員亦從角色扮演的練習中，讓每位組員從不同的角色去評審案中主角的欺凌行為，引領他們去思考欺凌行為的嚴重後果。工作人員隨即引導他們做任何事情前，必須先考慮相關的後果和他人的感受。

3. 小組中初期

經過小組初期對家長與子女互動模式的評估，工作人員已大致掌握各對親子的價值觀。在小組的中初期，工作人員會探索家長於管教時經常落入的思想陷阱，讓家長明白落入思想陷阱後的行為及情緒反應。另外，透過組員於小組時分享的經歷，工作人員評估組員的自動化想法和思想陷阱，藉此增加他們對於「思想」、「情緒」與「行為」的認識。

a) 小組過程及個案闡述

在小組中初期的親子活動環節中，家長及子女需各自填寫心目中理想父母及子女的條件，然後作出分享。梁先生認為作為一個理想子女的條件是不要在學校裡惹事生非，不要惹麻煩給父母和將來能名成利就。梁先生認為若果兒子未能做到自己的要求，便會令自己與妻子面目無光，亦會是社會上的失敗者。而阿俊則認為作為一個理想父母的條件是能無限量地供應金錢和物質，他認為金錢是萬能的，金錢可用作換取尊嚴、結交朋友的條件和完成任何事情。

在家長活動中，梁先生提及一次阿俊曾在校內和同學發生衝突的事件。梁先生認為阿俊的行為很愚蠢，認為他不應被老師發現而導致自己的形象受損，影響美好的前途。在言談之間，梁先生只著重於兒子的成績、前途，對於兒子的攻擊行為並沒有覺得不妥。另外，梁先生十分堅持「若果兒子將來未能名成利就，便是一個毫無用處的人」的信念，他認為處身於這個弱肉強食的世界裡，人一定要足夠的實力才有資格生存，欠缺實力的人是沒有價值的。

另外，阿俊於子女活動中分享他過去在學校與同學相處的經歷。阿俊表示自己過往當遇見一些默不作聲的同學時，便會著其他同學上前挑釁他們，原因是覺得那些同學態度十分囂張和輕視他，於是便要教訓他們，一展自己的實力。阿俊不覺得自己的行為有何不妥，更認為自己的行為有理，是捍衛自己的實力、尊嚴的表現，並為自己的行為感到相當的自豪。

第六章 親子平行小組內容

b) 工作人員分析

在家長活動中，工作人員發現梁先生只著重兒子的成就，為的是將來能賺取高的薪酬和為自己增光。梁先生對兒子的個人品德毫不重視，只是希望兒子聰明世故，不要為父母惹來麻煩。梁先生認為「若果兒子將來未能名成利就，便是一個毫無用處的人」的想法無疑是落入了「妄下判斷」這思想陷阱。工作人員會先運用「十大思想陷阱」的練習去協助梁先生辨識他的思想陷阱和引導他察覺自己所跌入的思想陷阱。工作人員運用小組技巧引導梁先生反思其想法，協助他察覺自身經常跌入的思想陷阱，並探索其思想陷阱如何影響自己與子女之間的相處。接著，工作人員會運用「克服思想陷阱」的練習去協助拆解梁先生的思想陷阱，例如：利用練習裡的「自我反問」方法，令梁先生思考其想法的其他可能性。

另外，阿俊於子女活動中的分享亦反映出他「非黑即白」的想法，他認為那些默不作聲的同學是態度囂張，與自己過不去的表現，於是他便會靜候時機，利用其他同學對他們作出攻擊行為，以展示自己的實力和價值，令所有同學都膜拜他。阿俊的自動化想法是：「我必須向別人展示實力，我才有價值，否則我便沒有生存的價值了」。工作人員引導阿俊反思自己的自動化想法是落入了哪一個思想陷阱，更重要的是利用小組技巧令他反思自己的行為，並嘗試多用同理心，站在別人的角度去感受。

4. 小組中後期

在小組中後期，組員透過活動檢視及重塑其自動化思想(Automatic Thoughts)。家長拆解思想陷阱後，進而處理啟動自動化思想的中介信念(Intermediate Beliefs)。中介信念包括自我的價值觀(Attitudes)、假設(Assumptions)及規條(Rules)。於小組中的後期，工作人員會引導家長檢視及認清個人規條如何影響到子女的攻擊行為。另外，工作人員亦透過拆解子女的思想陷阱，同時引導他們以合情合理合法的方向去處理問題，用多角度的角度去了解事物，從而改善他們的家庭及校園生活。

a) 小組過程及個案闡述

在小組中後期，小組會有較多家長及子女獨立分享的環節，目的是希望重塑其自動化思想，透過不同的練習去協助他們拆解思想陷阱，繼而處理其中介信念的偏差。在一次分享環節中，梁先生分享到，如果兒子在考試或公開比賽中未能獲得最優異的成績時，自己便會感到極其羞恥，而且覺得兒子很失敗，丟人現眼。每當兒子未能做到梁先生的要求時，他便會立刻有以上的想法，因此梁先生為求兒子能獲得成功，會不惜一切代價。梁先生自少向兒子灌輸「名成利就和有權力的人，才是有價值的人」的觀念，而且教導他：要獲得成功，就必須不惜任何代價，即使用不正當的方法(走捷徑)去達到目的，亦並無不妥。在梁先生眼中，只有最優秀的人，才有價值，這中介信念直接令梁先生的管教規條出現很多偏差。工作人員在小組中運用「規條建立大事記」的練習邀請梁先生找出其管教規條中的思想陷阱和負面想法，並以引導的方式協助他拆解。從「規條建立大事記」的練習中，工作人員了解到梁先生的中介信念：「名成利就和有權力的人，才是有價值的人」是來自他的父母教導，他坦承這信念對他的一生是最具影響力的，亦影響了他對兒子的管教規條，使他訂下了「要獲得成功就必需要不惜任何代價，即使用不正當的方法(走捷徑)去達到目的亦並無不妥」的管教規條。工作人員隨即利用「認識管教規條」這練習讓梁先生反思自己訂立的管教規條如何影響了他和兒子的相處和對兒子成長所帶來的負面影響，例如：兒子只會著重於追求成功感而漠視親情，只視父母為提供物質需要的供給者，彼此間毫無溫情可言。長遠來說，梁先生這管教規條亦會影響兒子習慣以不擇手段的態度去獲取所想，無視法紀，並且誤以為自己的所作所為是正確的。

第六章 親子平行小組內容

在子女組方面，工作人員一方面協助組員建立「合情、合理、合法」的新想法，引導他們從多角度去了解事物，另一方面協助他們反思負面行為所帶來的嚴重後果，並利用不同的練習去增強他們的同理心。在小組中後期，阿俊認識到人的價值和自尊並非單單來自金錢和權力後，工作人員觀察到他的心態上已有所轉變，例如：他開始減少以金錢來看待事情，現在懂得以不同的角度來看待事情的內在價值。另外，透過多次同理心的練習，阿俊開始懂得關心別人的感受和站在他人的角度去思考，而非只從自己的利益角度出發。阿俊承認他誤以為過去霸道的行為是能夠得到別人的尊重，但現在以「合情、合理、合法」這新角度去思考事情後，卻發現自己過往的想法是大錯特錯的。例如：阿俊誤以為能透過欺負別人來贏得尊重和換取成功感，但透過真實的個案研討後，工作人員引導阿俊覺悟到其負面行為所引致的嚴重後果，非不但不能為他帶來成功和尊重，更會令他身陷囹圄，後悔不已。

b) 工作人員分析

梁先生的管教規條是「要獲得成功就必須不惜任何代價，即使用不正當的方法(走捷徑)去達到目的亦並無不妥」，他的中介信念是「名成利就和有權力的人，才是有價值的人」。在活動中，工作人員派發「規條秤一秤」的工作紙給組員，就各家長訂立的管教規條進行討論。工作人員帶領所有家長一起討論其管教規條，並從各家長的分享中，找出一些思想陷阱和負面想法，協助他們進行拆解。就梁先生的管教規條而言，工作人員引導他反思這規條有何好處和壞處，梁先生表示好處是能確保兒子能獲取成功，達到所想；而壞處是會影響兒子的價值觀，令他凡事從利益的角度出發，導致兒子做人處事時不懂顧及別人的感受，為求達到目的不擇手段。工作人員透過組員之間的分享互動，引領梁先生反思他管教規條中的偏差，並引導他思考所潛在的危機，例如：於他日長大成後，因為求目的而犯下嚴重罪行而受法律所制裁，屆時將後悔一生。除此以外，工作人員引領梁先生反思其個人規條如何影響兒子的攻擊行為，例如因為他自小受著「名成利就和有權力的人，才是有價值的人」的觀念所影響，扭曲了兒子的價值觀，使他看待人的價值等同於金錢和權力，因此往往當兒子遇上一些弱者時，便會認為這些人沒有價值，即使對他們作出欺凌的行為亦並無不妥，久而久之，兒子便會變成一個只求目的、榮耀而欺侮弱者、毫無同理心的人。經過工作人員引領梁先生反思他一直所持有的信念、管教規條和其管教對兒子的負面影響後，他已清楚地察覺到問題所在，並表示願意立刻重新檢視其個人的信念和管教規條，以免日後兒子犯下罪行，以致後悔一生。

另外，經過小組的前期輔導，阿俊亦逐漸明白到單以自己的角度去思考事情是不足夠的，而且，若事無大小均用利益去衡量的話，便會失去人生很多比金錢還可貴的東西(例如：親情、友誼等)。與此同時，阿俊的同理心明顯地增加了，開始懂得多站在別人的角度去看事情，這亦有助於減少他的攻擊行為。

5. 小組後期

在小組中期及中後期，家長已學會了解到自己在管教上、情緒管理或理解事物角度上需要改善的地方。在小組後期，工作人員進一步協助家長運用「合情、合理、合法」新的思維模式，來取替以往的「思想陷阱」，強化家長和子女彼此間的正面溝通模式和技巧，並進一步培養子女反省自己的習慣，多從別人的角色和感受出發。

a) 小組過程及個案闡述

在小組後期，家長及子女會被邀請運用「我訊息」去溝通。梁先生抽出了一張模擬情景卡，內容講述兒子於考試前一晚仍觀看電視節目及玩遊戲機。活動過程中，梁先生嘗試運用「我訊息」的技巧去表達自己的感受及期望，而阿俊則被邀請分享其感受。另外，在子女活動方面，工作人員與組員重溫所學，並展望他們能繼續以「合情、合理、合法」的思考方式去待人處事。

第六章 親子平行小組內容

b) 工作人員分析

在學習運用「我訊息」去溝通時，梁先生開始懂得以真誠開放的態度與兒子清楚地表達自己的期望，而非利用金錢或物質去利誘他溫習。工作人員引領梁先生多反思其管教規條是如何受其中介信念所影響，而其信念如何負面地影響了兒子的價值觀，最終令他明白到自己在管教上要改善的地方。當小組完結時，鞏固所學(Consolidated Learning)及強化(Reinforcement)實踐是重要的一環。在小組後期，工作人員利用「我訊息」的練習和角色扮演，以鞏固梁先生運用新的「合情合理合法」思維模式，取替以往的「思想陷阱」，強化他和兒子彼此間均用正面溝通的模式和技巧相處。例如：梁先生已懂得運用「我訊息」去表達自己對兒子的期望和感受，希望他能用「合情、合理、合法」的方法去追求目標。另外，經過多次同理心的練習，阿俊亦懂得做任何事情前先從「合情、合理、合法」的角度去思考，以及多考慮別人的感受，最後懂得使用「合情、合理、合法」的方法正面肯定自己，證明自己的能力和價值。

(III) 參加者心聲

- 於小組中學懂瞭如何控制自己的情緒，而且改善了自己與子女的關係
- 小組令親子關係有進步，能釋放因管教子女而產生的壓力
- 於小組中更清楚自己的想法、感受及期望
- 在小組裡學會的放鬆自己方法，希望日後可以融匯貫通地運用，不用時刻都處於過度緊張的狀態
- 家長可把學到的教導子女，令他們學習冷靜情緒，對他們人際關係有很大幫助
- 在小組分享中可吸收別人經驗，從而改變自己的想法
- 操控型攻擊者著重利益和好處，因此工作人員須不時評估物質獎勵的成效，如組員已十分合作及投入小組，便可減少物質獎勵
- 工作人員須多留意及讚賞組員的正面表現，即時給予回饋，有助組員積極參與小組；工作人員亦可透過其他方法，例如增加活動的變化，令組員投入活動
- 工作人員需以真誠的態度去觸動操控型攻擊者，使他們能開放自己去表達意見及感受

(IV) 工作人員分享

- 有些家長於分享經歷環節需時過久，工作人員需在適當的時候控制時間，以免影響小組進度
- 工作人員避免使用教導性方式帶領小組，宜透過提醒及引導性問題讓組員作出反思
- 在討論環節中，工作人員可盡量邀請每位組員發言，但不可強迫組員作分享。可於組後個別傾談多作鼓勵，並了解組員情況
- 工作人員宜對組員的積極參與及組員之間的互相合作表示讚賞，令組員更加投入參與小組活動

第七章： 研究結果及討論



第七章：研究結果及討論

(I) 組員出席率

根據以往的臨床研究，組員的出席率需高於50%才能掌握及理解小組內的一些基本內容(Mitchell, et al., 2007)。因此，本研究的小組組員的出席率必須高於50%，才可當作為有參與小組的組員；反之則當作無效或退出組員(Dropout)。所以本研究起初入組共有261組員，扣除那些未有50%所出席率的人數，現剩下178組員作為小組成效分析的主要數據。此外，過往文獻亦指出：出席率與小組成效有著明顯的關係；小組組員出席率越高，則對小組的成效會越高(Greenberg, Johnson, & Fichtner, 1996; Stear, Prentice, Jones, & Cole, 2003)。

(II) 小組成效

本研究採用「三聯法」(Triangulation)以評估小組成效。即透過學童、家長及老師三方面去評估小組對組員的影響，以求多維度及準確地評估小組的成效。由於跟蹤的研究數據仍未到收集及分析之時，所以家長及老師的研究結果未能在此公佈。

是次研究運用了「混合模式的研究方法」(Mixed Mode Research Method)，同時以量性研究(Quantitative Research)及質性研究(Qualitative Research)評估組員於小組前後的表現。量性研究綜合了操控型攻擊者的想法、行為及情緒有關的研究、量表，製作成問卷，質性研究則以結構性情境問題(Structured Hypothetical Situations)作為研究工具。

透過「前測—後測」，即比較組員進入小組前與完成小組後的表現，評估小組對組員的想法、行為和情緒的影響。此研究亦是「縱向面跟進研究」(Longitudinal Study)，組員於完成小組後的三個月、六個月、一年及兩年，繼續接受量性及質性評估，以了解治療性輔導小組對操控型攻擊者的長遠影響。

由於數據收集需時，所以質性研究結果未能在此公佈。在跟進研究方面，暫時只進行了「三個月後測」，不同小組開始和完結時間需因應學校校曆作編排，故此，在時間上非同步進行，因此，三個月後測之數據只有學生小組有足夠的有效人數來進行分析；家長及親子平行小組只能提供前測及後測的數據來分析，而學生小組則可提供前測、後測及三個月後測的數據來作分析。

第七章 研究結果及討論

1. 學生小組

以下是2010至2011年間，在小學進行的操控型攻擊者學生治療小組所收集到的數據分析結果。

表(一)：操控型攻擊者學生治療小組：各學童自陳量表中的結果(前測－後測)

	前測－後測		
	有效人數	平均分數差距	t值
操控型攻擊行為	47	-0.13	0.15
反應型攻擊行為	47	2.38	3.29**

註：p<0.05* p<0.01**

(於統計學上，p<0.05* 與 p<0.01** 均代表具有顯著的差異(Significant Difference)，而p<0.01** 則較 p<0.05*表示有著更為明顯指數的差異)

表(二)：操控型攻擊者學生治療小組：各學童自陳量表中的結果(前測－三個月後測)

	前測－三個月後測		
	有效人數	平均分數差距	t值
操控型攻擊行為	47	0.00	0.00
反應型攻擊行為	47	2.02	2.97**

註：p<0.05* p<0.01**

表(三)：操控型攻擊者學生治療小組：各學童自陳量表中的結果(後測－三個月後測)

	後測－三個月後測		
	有效人數	平均分數差距	t值
操控型攻擊行為	47	0.13	0.15
反應型攻擊行為	47	-0.35	0.45

註：p<0.05* p<0.01**

第七章 研究結果及討論

2. 家長小組

以下是2010至2011年間，在小學進行的操控型攻擊者家長治療小組所收集到的數據分析結果。

表(四)：操控型攻擊者家長治療小組：各學童自陳量表中的結果(前測 – 後測)

	前測 – 後測		
	有效人數	平均分數差距	t值
操控型攻擊行為	41	0.66	1.06
反應型攻擊行為	41	1.93	2.50*

註：p<0.05* p<0.01**

3. 親子平行小組

以下是 2010至2011年間，在小學進行的操控型攻擊者親子行治療小組所收集到的數據分析結果。

表(五)：操控型攻擊者親子平行治療小組：各學童自陳量表中的結果(前測 – 後測)

	前測 – 後測		
	有效人數	平均分數差距	t值
操控型攻擊行為	50	-0.10	0.14
反應型攻擊行為	50	2.49	3.26**

註：p<0.05* p<0.01**

根據表(一)至表(五)的表面數據結果顯示，反應型攻擊行為指數較操控型攻擊行為指數有著較顯著的分別。這些表面數據背後必須附以分析才能明白真正的小組成效的情況。請參閱如下(三)的內容。

第七章 研究結果及討論

(III) 三種小組成效討論

研究結果顯示，三種小組，包括學生、家長及親子平行小組都能即時減低操控型攻擊者的反應型攻擊行為，但未能即時減少操控型攻擊行為(見圖一、圖二及圖三)，其結果分析如下：

根據圖表中的結果，顯示出小組的成效好像只能減少反應型攻擊行為而操控型攻擊指數則沒有任何改變。事實上並非如此，因為根據以往本計畫的研究發現中，有兩個很重要的因素與操控型攻擊行為有著顯著的關係(Fung, Raine, & Gao, 2009)：

- (一) 年齡：本計畫研究發現，操控型攻擊指數會隨著年齡的增長，而不斷升高，但反應型攻擊指數則不會隨年齡的增長而有所改變；因此，即使小組成效中的操控型攻擊指數未有很多的消滅，與小組前維持不變，但卻沒有跟著年齡的增長而升高。換句話說，即是於小組完結後，組員的操控型攻擊指數不會繼續嚴重下去，所以反映小組是可以抵禦操控型攻擊行為的發展；
- (二) 性別：根據同一在本計畫的研究結果顯示，男生比女生的操控型攻擊行為較為嚴重，亦有明顯顯著的差別。由於男生的個子、身裁隨著年歲的增長與操控型攻擊行為有著五向關係，所以男生的操控型攻擊行為較女生更難減低。根據本研究的有效小組組員的性別，分別有77%是男生，而23%是女生。所以，操控型攻擊指數於小組成效中表面好像沒有任何改變，但實際上，已反映男生於操控型攻擊指數發展中得已舒緩，逆轉了其繼續惡化的趨勢。

另外，第三個原因是與操控型者的認知扭曲的部份有關。根據社會資訊處理理論(Social Information Processing Model)，反應型攻擊行為涉及在社會訊息處理過程的第一及第二個步驟中出現認知上的扭曲問題，而操控型攻擊行為則為第三及第四個步驟中出現認知上的扭曲問題。所以反應型攻擊行為會較操控型攻擊行為需時較短可以得到改善，而操控型攻擊行為則可能需要較長的時間才可有顯著的改善。

還有，第四個原因是根據過往的文獻發現，各國的青少年的操控型攻擊行為指數一般的平均值為1分左右(總分為24分)。本計畫的小組組員的操控型攻擊行為指數在小組進行前為3-4分，雖然得分已是比一般青少年的操控型攻擊行為得分高出2至3分，但由於數字上分數的距離很少，因此較難於前測及後測的比較中得出一個顯著的差異(Significant Difference)。反觀，反應型攻擊指數的跨國界青少年一般的平均值為4至5分，而本研究中的小組組員於反應型攻擊指數得分為8至9分，則是指數上有4至5分之差距，剛巧與操控型攻擊指數的相距高出一倍，所以反應型攻擊行為指數於小組前後的比較會比操控型攻擊行為指數易於有明顯差異。

從圖三家長小組的結果顯示，操控型攻擊行為指數由前測的4.15分下降至後測的3.49分(下降了0.66分)，雖然於統計上未有一個顯著的差異，但仍可以顯示出有下降的趨勢。加上，學生小組初步顯示了長期的治療成效。這些理據進一步證明透過認知行為治療法，組員學懂拆解非理性想法，之後能被理性想法所取代，以致其操控型攻擊行為能持續地改善。

第七章 研究結果及討論

(IV) 比較三種小組的成效

從以上的研究結果分析顯示，不論學生、家長及親子平行小組均能有效減低操控型攻擊者的攻擊行為。根據Lochman及Wells(2004)的研究，親子平行小組相對於學生及家長小組，小組的長遠成效最為顯著。因此，為了比較學生、家長及親子平行小組的成效，所以應用了共變數分析法(ANCOVA)，分析操控型攻擊者前測及後測的攻擊行為分數。結果顯示，三種小組在減少攻擊行為方面並無顯著的差異(見圖四及五)。由此可見，不論介入學生、家長本身或親子形式進行小組輔導，都有相當顯著的成效。所以，鼓勵社工和輔導人員可任意選取哪一套教材套和對象作介入點均能得出相若的果效。

而Lochman及Wells(2002)的研究，與本研究的結果不謀而合，進一步證明不同種類的治療小組於剛完成時均出現有相若的成效。而過往文獻亦同樣地指出，小組的效能需要較長的時間才能顯示出來，而本研究的結果是在小組剛完成時所進行的評估，所有可能因時間不足而無法分辨不同小組的成效。預測於小組完結後的半年和一年後所作出的評估，相信其成效會更為顯著(Ryan & Smith, 2009)。總括而言，研究結果顯示了三種小組都有著立竿見影的正面果效，亦相信小組完結後半年至一年的跟蹤評估中，小組組員會有更大更顯著的改善。

(V) 與中學學生小組的成效比較

操控型攻擊者學生治療小組已於二零零七年開始在中學推行，結果令人鼓舞，而其成效已詳述於第三及第四冊的實務手冊中。由二零零九年開始，學生小組由中學擴展至小學學童，而家長及親子平行小組亦首次於小學推行。根據結果分析顯示，於小學推行的三種不同形式的小組成效與中學學生小組的成效大致相若，這結果證明了本計畫所採用的認知行為治療法不僅能有效地改善中學操控型攻擊者的攻擊行為，對年紀較輕的小學學童而言亦能發揮相同的作用。此外，亦證實學童的攻擊行為是可透過改變家長的認知架構後得到改善，這顯示了認知行為治療法不論在學童或家長層面下進行，仍能有效地針對目標者的欺凌或暴力的行為問題而作出改善。

第七章 研究結果及討論


(VI) 限制

1. 因家長及親子平行小組需於家長工餘時間才能舉行，一些較高危的學童，可能因家長工作時間而不能配合，所以未能參與家長及親子平行小組，因此而導致不能以隨機(Randomization)的方式分配組員於不同的小組，以致普遍被選入家長及親子平行小組的學童其攻擊行為指數會較學生小組為低，影響了本研究結果的可靠性。
2. 大約23%的學生小組和38%的家長及親子小組組員的出席率是低於一半，或是小組未完結時已經退出，減少了有效人數作為研究分析之用，減低了分析小組成效的樣本數目。
3. 家長問卷收集及約見家長進行訪談也極為困難，以致部分家長的數據和資料都不能整全。
4. 由於相關數據還未到收集及分析的階段，所以研究的結果只能集中於分析前測、後測及三個月跟蹤研究的數據，而未能有效地分析小組的長期成效。

(VII) 總結

從各學童自陳量表的結果，顯示治療性輔導小組對操控型攻擊者的成效超卓，證明認知行為治療法是適切應用於無論小三至小六、中一至中三各級別的學童或其家長，均能有助學童減低欺凌和暴力的攻擊行為。

基於本計畫的研究結果令人鼓舞，所以鼓勵各社工、輔導人員和老師能善用第一至十冊的「有教無戾」校園欺凌計畫的教材套於日常輔導工作之上，以努力達致校園「零」欺凌的終極目標。



第七章 研究結果及討論

第八章： 實務錦囊



第八章：實務錦囊

(I) 推行小組時的考慮

根據前部份的研究結果證實，各種小組的成效均相若。至於同工在選擇小組的推行形式時，可從以下各點作出考慮，以符合實際上的需要：

1. 時間配合

由於部份學生的雙親均需工作，相反，有些學生的家長卻只在學生上課時間才有空閒，而學生在課程內的學習及課外活動的參與均十分忙碌，因此，在凝聚不同家庭成員於同一時間內參與小組活動，實在非常困難。這情況在偏遠地區及基層家庭的學生當中更為明顯。

2. 人手配合

我們建議學生小組及家長小組最少有兩名工作人員。一名工作人員主要負責講授小組內容及帶領討論，而另一名工作人員則協助監察及留意個別組員的回應、態度及想法。這樣既可以讓小組暢順進行，又能夠在過程中收集重要的資料，促進了解個別學生及家長的想法，根據組員特性作針對性的治療。另一方面，親子平行小組當中包含家長及學生的參與，而且家長和學生不時會分開進行小組練習，因此，親子小組所需要的人手亦相應較多，最少需要三位工作人員參與整個小組過程。

3. 參加者配合

本計畫採用認知行為治療法，需要組員有一定程度的認知及反思能力。因此，一些學生會因年齡或認知發展階段的限制(如年齡於八歲以下的兒童，而本計畫的對象均達八歲或以上)，未必適合直接參與「認知行為治療法」小組。故面對年紀較小或認知程度較弱的學生，家長或親子平行小組則較為適合。

以下是本計畫工作人員總結過往一年的經驗所得，反思運用認知治療法處理操控型攻擊者時要注意的事項，現與同工分享，以供參考。

(II) 工作人員素質

1. 對於操控型攻擊者，接納(Acceptance)對他們來說是非常重要的。因為他們大多數被標籤為「搞事份子」，不受老師及長輩歡迎。但另一方面，亦有些是「高材生」、班中學長、領袖生，所以工作人員對組員的行為及想法亦應抱非批判性(Non-judgmental)的態度，因他們的想法大多出類拔萃及另辟蹊徑，故工作人員可從組員的角度出發，從而了解他們行為及非理性想法的形成過程。此外，工作人員可在小組中，正面欣賞及稱讚他們的強項和親社會行為，讓他們體驗到行為改變的正面回饋，增加對工作人員及小組的信任，以及持續改變的動力。

第八章 實務錦囊

2. 工作人員必須有耐性地聆聽組員的每一個分享，因操控型攻擊者喜歡顯露個人能力，分享時期望得到別人關注，工作人員要保持耐性及開放的態度，讓他們慢慢分享自己的經歷。
3. 工作人員須要對本自身的價值觀有敏銳的覺察力(Awareness)，因為操控型攻擊者在小組中分享的看法和觀點，可能會偏離了普遍及正當的價值，亦會與工作人員的價值觀產生衝突，所以，工作人員要先了解自己的價值觀，才能運用自身的內在資源去帶領小組。

(III) 輔導技巧

1. 雖然組員在被挑選成為組員前已作評估分類為操控型攻擊者，但每位組員的性格、想法、情緒、行為、及過往的經歷都不同，工作人員要深入了解每位組員的獨特性及想法，這樣才可有效地作出針對性的治療。
2. 工作人員必須積極聆聽(Active Listening)組員的分享，並作出適當及具同理心的回應(Empathetic Response)讓他們知道工作人員明白他們的想法、行為和感受。因為他們的每一句話，都包含他們個人獨特的想法、內心的價值觀或憂慮。
3. 當拆解組員的非理性想法或思想陷阱時，工作人員需要從組員的分享中選取一些值得討論的論點，總括及重塑(Summarizing and Reframing)成討論及反思的題目，讓組員討論當中的想法的不合理地方，促進操控型攻擊者對利益及後果的重新檢視。
4. 在拆解組員的非理性想法或思想陷阱時，小組需要營造共同改變的氣氛，促使組員對自己想法作出反思，放棄固有不合理的想法。並透過組員的互相討論和分享，拉闊組員的想法，學習從不同角度去思考解決問題的方法。
5. 在拆解組員的非理性想法或思想陷阱時，組員的本身想法可能會被質疑及挑戰，操控型攻擊者較注重個人形象及面子，他們會因此顯得不自然及自我保護。工作人員可以營造安全及具接納性的小組環境，讓組員可以信任地嘗試改變其固有想法。
6. 當組員的想法被質疑及挑戰時，他們可能會透過轉換話題來令工作人員及其他組員停止駁斥他的非理性想法或思想陷阱。工作人員可運用專注技巧(Focusing)，將討論重點集中在不合理的想法上，並讚賞組員在拉闊個人的想法上的努力，但亦鼓勵他們可進一步改善自己的想法。
7. 操控型攻擊者較著重物質回報，工作人員在小組初期可多以物質獎勵作招徠，以增加組員參與小組的動機。但工作人員需不時評估運用物質獎勵的成效，如組員已投入小組則可減少運用物質獎勵。
8. 在操控型攻擊者小組，同理心的運用十分重要。透過工作人員教授及親身運用同理心的技巧，與組員建立關係、減低戒心，增加他們的歸屬感，並讓組員實踐「我訊息」技巧，建立具同理心的人際關係。

第八章 實務錦囊

(IV) 理論實行

1. 由於「事件、想法、情緒、行為及身體反應」是一個互相關連，卻又十分抽象的概念，當工作人員講解有關概念時，可以活用組員在學校或日常生活的事件作為例子。同時，工作人員亦要讓組員明白學習此概念的目的和重要性，例如提高組員認識自己的負面情緒及行為的由來，以提升組員的學習動機。
2. 工作人員本身亦需要對「事件、想法、情緒、行為及身體反應」等概念十分掌握。因為當組員分享他們日常生活的事件時，很容易將事件、想法、行為混為一談，工作人員需協助組員分辨三者之不同，以助小組及組員有效地拆解非理性想法或思想陷阱。

(V) 危機介入

1. 組員之間有攻擊行為出現：
 - 由於操控型攻擊者較為聰明及有自信，工作人員避免在其他組員面前責備他，並要在小組完結後作跟進，向該組員重申小組的規範和要求，讓該組員明白小組並不容許攻擊行為的出現，並學習尊重不同場合的規則，亦可表達對該組員的尊重。
2. 組員之間的互動：
 - 部份學生小組組員之間可能在小組之前或其他時候發生衝突，以致在小組進行期間互相排斥，並可能影響小組中其他組員的互動。工作人員要小心處理，以免小組成為雙方陣營的對抗戰場。
 - 小組內容會有不少分組討論的活動，工作人員需針對討論的目標，評估組員的特性及互動，特意地安排他們的分組和角色，以便加強組員的投入及更有效地拆解他們本身不合理的想法。
 - 在操控型攻擊者學生小組中，組員可能會在小組中分享欺凌別人的事件，當中可能涉及違法或其他暴力行為的描述，以爭取個人在小組中的地位與聲望，以建立個人的領導角色。此時，工作人員必須立即介入，表明立場，讓組員明白小組是不容許違法的行為，以免其他組員將違法或暴力行為合理化。

(VI) 工作人員之間的合作

1. 當小組是由兩位以上的工作人員負責帶領時，工作人員必須於小組開始前，清楚安排各人的分工，令治療性輔導小組在進行的過程中，工作人員能互相協作，互相補足。同時可於每節小組完結後，共同檢視該節小組的過程及需要改善的地方，並調整接續小組節數的輔導策略。
2. 由於小組活動程序複雜及有連貫性，其中一位工作人員可以負責帶領小組的程序；另一位則負責留意組員的回應。如遇到小組發生突發事件時，其中一位工作人員可作即時處理，而另一位工作人員則繼續帶領小組活動，讓其他組員繼續小組進程。
3. 部份親子平行小組的組員會查詢父母或子女在另一組開組期間的表現及行為，工作人員可先欣賞組員對其父母或子女的關心，其後再申明無論在家長小組及學生小組內，任何一面，工作人員及組員都必須遵守保密原則；工作人員可鼓勵組員親自詢問其家人有關小組情況，藉此促進親子之間的溝通。

(VII) 與校方及老師合作

1. 如小組的工作人員是以外來機構身份到學校負責小組活動，宜先與校方建立緊密而良好的聯繫，讓工作人員了解小組的組員在課堂和校園生活的情況，以便跟進及處理組員的個案，並讓校方更了解組員現況，與工作人員作出相應的配合。
2. 治療性輔導小組如要取得成效，極需要校方及老師全面的配合和支持。在小組活動進行期間，老師可協助鼓勵組員積極投入，出席小組活動，同時亦可以透過觀察組員在課堂及學校日常生活的情況，掌握組員的轉變，作出適切的輔導介入。
3. 為促進組員跟從治療性輔導小組的進度，學生小組應安排於課外活動時間舉行，以提升學生的參與程度及出席率，而家長及親子平行小組則安排於週末時間，在家長及學生面對較少功課壓力的情況下舉行。

(VIII) 場地安排

1. 在組員座位的安排上，可以將座位圍成一個半圓形，而工作人員坐或站在半圓形中央後二至三步，讓每一位組員都可以看到工作人員的正面，增加組員對小組的投入。而另一位工作人員則可坐在帶領工作人員對面，方便作即時交流及對小組成員有更緊密的照顧。
2. 工作人員在選擇房間時，宜選取人流不多及較寧靜的房間，讓組員可以放心地分享自己的經歷及意見。房間內亦不宜擺放太多雜物，組員的座位也要避免太接近門口或窗戶，以免組員受外界的事物分心。如果許可，房間空間可以比較闊落一點，方便進行分組討論及處理突發事件。
3. 如要進行親子平行小組，分開進行小組的房間要接近，但又不可互相觀察到對方進行的情況，避免組員在小組分享時有所顧忌。
4. 小組房間宜接近洗手間，一方面可讓工作人員能較易監察組員上洗手間的情況，另一方面能讓組員在情緒激動時，立即到洗手間洗臉及冷靜情緒。

第九章： 光碟使用指引



第九章：光碟使用指引

隨著本計畫所附送教材套的光碟包含了兩個部份，第一部份會透過情境個案，描述操控型攻擊者的特徵。情境主角是一名小五學生，他於校內出現攻擊行為，光碟內容會示範作為老師、社工及家長應如何介入及處理。第二部份是描述三種類型的治療性輔導小組，包括：學生小組、家長小組和親子小組，並顯示小組於不同階段所出現的情況。

第一部分

對象：老師

這部份主要為老師提供面對操控型攻擊者與其他學生發生衝突時的處理方法，當中包括：1.1 錯誤示範、1.2 即時處理、1.3 事後處理和1.4 長期處理。老師可參考片段內容，以了解操控型攻擊者攻擊行為的動機，協助學生承擔負面行為的後果，並鼓勵學生以正面途徑達致相同的目的。

對象：社工/輔導員

這部份主要描述社工/輔導員運用認知行為治療法輔導操控型攻擊者的過程。社工/輔導員可參考片段內容，以探索操控型攻擊者攻擊行為的背後目的，評估及針對性拆解其非理性想法(Irrational Beliefs)，並協助學生建立合情、合理、合法的新想法。

對象：家長

由於父母的管教模式與子女的性格和待人處事的態度息息相關，因此，這部份提供了家長在處理有操控型攻擊者特徵子女的錯誤示範、即時處理、中期處理和長期處理。老師及社工/輔導員可參考片段內容，以協助家長正確處理子女的攻擊行為，而家長亦可透過以上情境，反思自己的管教模式，提升溝通技巧，以促進和諧的親子關係。

第二部份

此部份模擬真實小組的情況，將三類型治療性輔導小組當中的初期、中初期、中後期及後期拍攝出來。除了描述不同小組的特點外，光碟亦會透過一位主要人物，令讀者更容易明白操控型攻擊者與其家長參與小組的轉變過程。讀者可根據第六至八章中「個案研究」的內容，以對小組過程和組員背後的想法作出深入的理解。

第九章 光碟使用指引

個案內容

操控型攻擊者情境：「包剪揼」事件

正值午飯時候，日東在走廊邊走邊看圖書。阿俊上前要求日東一起玩「包剪揼」，輸了要被對方打一下。玩了幾個回合，日東都輸了，被推了一下。其後，阿俊更邀請其好友永生一起參與，希兒則在旁歡笑起哄。日東連環被阿俊推撞了數下。

日東非常驚慌，要求不想再玩「包剪揼」遊戲。三人開出條件，就是要日東把錢包的金錢全數交出。最後，日東把二十元給他們，才得以離開活動室。此時，老師經過活動室，看見四名同學遲遲未返回課室，故上前查問事件。

操控型攻擊者特徵

認知：

- 暴力是展示自己實力的方法
- 有目的，為爭取個人利益
- 高估自我能力，低估需承擔的後果

情緒：

- 缺乏同理心，不顧他人的感受
- 冷靜理智

行為：

- 評估風險，恃強凌弱
- 擅於爭辯，合理化其攻擊行為

社交：

- 喜歡連群結黨
- 與其他操控型攻擊者形成「朋黨」
- 成為「朋黨」的主腦

老師處理

錯誤示範：

- 由於操控型攻擊者擅於回應老師的問題，並將負面行為合理化，因此，老師在即時處理攻擊者行為事件時，一時未能回應他們辯駁的說話，亦未能即時為受害者提供協助。

即時處理：

- 由於操控型攻擊者擅於偽裝及爭辯，因此，老師需避免即場斥責學生，以免造成口舌之爭。此外，老師應細心觀察現場情況，並透過跟進個別學生，以便仔細了解事件的始末。

第九章 光碟使用指引

事後處理：

- 老師應先運用客觀證據駁斥操控型攻擊者的藉口，點出其真正意圖，停止學生繼續辯駁。老師亦需向學生說明負面行為的後果，指出事件的嚴重性，並說明其行為是絕對不容許。此外，老師應給予學生適當的懲罰，學習承擔責任。

長期處理：

- 操控型攻擊者缺乏同理心，因此老師需讓學生代入其他人的感受，明白自己的行為對其他人造成的負面影響。老師應鼓勵操控型攻擊者向受害人作出誠意的道歉。此外，老師可了解學生負面行為背後的動機，嘗試與學生共同尋找正面途徑以達到相同的目標。

社工處理

評估：

- 操控型攻擊者認為暴力是展示個人實力的方法，並有計畫地連群結黨以攻擊行為爭取個人利益。因此，社工在評估過程中，應先探索操控型攻擊者行為背後的目的，了解學生透過攻擊行為想得到的利益，並從中辨識學生的非理性想法。

拆解及建立新想法：

- 社工需拆解操控型攻擊者之非理性想法，讓學生明白攻擊行為的嚴重後果，並鼓勵學生嘗試了解受害者的感受，增加同理心。另外，社工協助學生建立合情、合理、合法的想法，讓學生透過正面方法達到相同的目標，並鞏固學生的正面經驗，減少攻擊行為。

家長處理

反面教材：

- 操控型攻擊者的家長以利益為先，會以責罵方式回應子女的負面行為，認為子女的行為會影響自己，既沒有了解子女的想法，亦令子女認為逃避責任等於聰明的表現。

即時處理：

- 家長應避免與子女作無謂的口舌之爭，減低子女找藉口逃避責任。家長亦需慎重地讓子女明白事件的後果及嚴重性，同時要讓子女嘗試代入他人的感受，了解攻擊行為對受害者的傷害。此外，家長應讓子女學習承擔責任，並以實際行動鼓勵子女改過。

中期處理：

- 操控型攻擊者缺乏同理心，不顧其他人的感受。因此，家長需從日常生活中協助子女建立同理心，嘗試代入他人的感受，從而運用同理心在與同學相處上，減少子女的攻擊行為。

長遠處理：

- 家長應細心觀察子女的轉變，欣賞子女所付出的努力，並對子女作出讚賞，鞏固其成功經驗。另外，家長需鼓勵子女發揮個人所長於正途之上，亦以實際行動支持子女的正面改變。

第十章： 附件



第十章 附件

附件一：反應型和操控型攻擊問卷

我們有時會覺得憤怒，或是做了我們不該做的事。請根據你現在或過去一個學期的情況，為以下句子圈出最適當的答案：

現在或過去一個學期，我有多常 . . .		從不	有時	經常
1.	向惹惱我的人怒吼	0	1	2
2.	為表現自己的優越感而與其他人打架	0	1	2
3.	在被人挑釁時表現得憤怒	0	1	2
4.	偷取其他同學的東西	0	1	2
5.	在沮喪時顯得憤怒	0	1	2
6.	以破壞為樂	0	1	2
7.	發脾氣	0	1	2
8.	因為憤怒而破壞東西	0	1	2
9.	因覺得有型而打架	0	1	2
10.	傷害其他人以在遊戲中獲勝	0	1	2
11.	遇到不如意事時變得憤怒	0	1	2
12.	以武力使其他人服從	0	1	2
13.	在輸掉遊戲時變得憤怒	0	1	2
14.	因為其他人威脅我而變得憤怒	0	1	2
15.	以武力榨取金錢或其他東西	0	1	2
16.	以打人或向其他人怒吼作為發洩	0	1	2
17.	威脅和欺負其他人	0	1	2
18.	打鹹濕電話為樂	0	1	2
19.	打其他人以保護自己	0	1	2
20.	與其他人一起欺負別人	0	1	2
21.	用武器打架	0	1	2
22.	當別人取笑我時，我會生氣並打他們	0	1	2
23.	向其他人怒吼，以令他人為我做事	0	1	2

反應型攻擊指數：1+ 3+ 5+ 7+ 8+ 11+ 13+ 14+ 16+ 19+ 22

操控型攻擊指數：2+ 4+ 6+ 9+ 10+ 12+ 15+ 17+ 18+ 20+ 21+ 23

第十章 附件

附件二：多角度受朋輩欺凌問卷

以下的句子是描述一些和同學之間有時會經歷的事，請給每句句子選出適當的答案去指出那情形在過去的一個學期發生過多少次：

	在過去的一個學期之中, 其他同學...	從不	一次	兩次	三次	三次以上
1.	拳打我	0	1	2	3	4
2.	踢我	0	1	2	3	4
3.	用某些方法令我受傷	0	1	2	3	4
4.	打我	0	1	2	3	4
5.	令我跟我的朋友不和	0	1	2	3	4
6.	嘗試使我的朋友反對我	0	1	2	3	4
7.	拒絕和我說話	0	1	2	3	4
8.	令其他人不跟我說話	0	1	2	3	4
9.	改我花名	0	1	2	3	4
10.	因我的外表而取笑我	0	1	2	3	4
11.	因某些原因而取笑我	0	1	2	3	4
12.	用粗口咒罵我	0	1	2	3	4
13.	沒經我的准許取去我的東西	0	1	2	3	4
14.	嘗試打破我的東西	0	1	2	3	4
15.	偷去我的東西	0	1	2	3	4
16.	故意破壞我的財物	0	1	2	3	4

肢體欺凌：1+2+3+4

言語欺凌：5+6+7+8

社交排斥：9+10+11+12

財物破壞：13+14+15+16

第十章 附件

附件三：「認知—情感—身體」同理心量表

閱讀以下問題後，根據你現在或過去半年的情況，把最適當形容你感受的數字圈出：

	現在或過去半年， . . .	很少	有時	經常
1.	當我看見小狗玩耍時，我會感到快樂。	0	1	2
2.	我看見貓或狗被重物輾過時，我會感到痛楚。	0	1	2
3.	即使朋友們沒告訴我他們快樂的原因，我也知道他們為何愉快。	0	1	2
4.	看到別人歡笑，我也會身同感受，歡笑起來。	0	1	2
5.	當兩個人在爭論時，我能分辨出他們所持不同的觀點。	0	1	2
6.	我看見朋友在活動中被忽略時，我也會感到不快樂。	0	1	2
7.	當別人感到內疚時，我能立刻看出來。	0	1	2
8.	我看到別人幫助老婆婆時，我會感到快樂。	0	1	2
9.	當我觀看動作片或有冒險成份的電影時，我會心跳加速。	0	1	2
10.	看到別人拔牙時，使我緊張冒汗。	0	1	2
11.	當別人心情愉快時，我能透過別人的精神面貌和行為舉止看出來。	0	1	2
12.	看到體形消瘦和正在挨餓的小孩時，我會感到難過。	0	1	2
13.	看到朋友被作弄，我會感到不快樂。	0	1	2
14.	當我看到自己一隊在比賽中勝出的時候，我會興奮得手舞足蹈，大叫起來。	0	1	2
15.	我能從別人的表情和舉止，看出他是否感到羞愧。	0	1	2
16.	當別人跟我一起時感到快樂，我是知道原因的。	0	1	2
17.	我喜歡看著朋友把生日禮物拆開。	0	1	2
18.	看到別人被打時，我會感到畏懼。	0	1	2
19.	閱讀故事時，我對故事中角色所面對的恐懼身同感受。	0	1	2
20.	看着別人購買心儀物品時，我也感受到那份喜悅。	0	1	2
21.	看電影時，我會刻意避開痛苦和難過的情節。	0	1	2
22.	看見嬰兒嚎哭，我覺得他很可憐。	0	1	2
23.	看到別人享用美味的甜品，會使我垂涎。	0	1	2
24.	我覺得士兵在戰場上打仗是一件可怕的事。	0	1	2
25.	看到朋友哭泣時，我也會流淚。	0	1	2
26.	大部份時間，我能說出別人玩得快樂的原因。	0	1	2

第十章 附件

	現在或過去半年， . . .	很少	有時	經常
27.	當我看見一個男人打一個無抵抗能力的女人時，我會感到憤怒。	0	1	2
28.	當別人犯錯時被捉個正着，我能感受到他們當時有多羞愧。	0	1	2
29.	當比賽進行時，群眾的歡呼聲使我十分激動。	0	1	2
30.	朋友談話時語氣激動，我也會跟著激動起來。	0	1	2
31.	看到別人一臉愉快的樣子，我便會愉快起來。	0	1	2
32.	即使別人沒告訴我原因，我也知道他們為何不開心。	0	1	2
33.	當我看到電影主角歷險時，我也會興奮起來。	0	1	2
34.	當我看到電影主角露出驚慌的表情，我也會感到緊張不安。	0	1	2
35.	當別人羞愧面紅時，我也會面紅起來。	0	1	2
36.	我明白我為何對這件事或物有滿腔熱情的感覺。	0	1	2
37.	當別人把好消息告訴我時，我也感到高興。	0	1	2
38.	當我聽鬼故事的時候，我會雞皮疙瘩的。	0	1	2
39.	我知道別人對我所說的話是否感興趣。	0	1	2
40.	當我看到相片中的人物享受著快樂的時光時，我也會開心地微笑。	0	1	2
41.	雖然犯人曾經犯錯才被困在監獄，但我仍同情被困在監牢的人，他們一定很辛苦。	0	1	2
42.	看到別人在葬禮中傷心流淚，我也感到難過。	0	1	2
43.	當朋友被戲弄時，我明白他們為何不快樂。	0	1	2
44.	看到朋友享受相聚的時光，我也感到快樂。	0	1	2
45.	當我看到別人四處跳動，玩得很興奮時，我便會感到自己也充滿活力。	0	1	2
46.	當我看到別人被割傷或流血時，我會感到恐懼而畏縮。	0	1	2
47.	我能從別人的表情得知他們是否滿意。	0	1	2
48.	當我看見有人拿槍指着手無寸鐵的人時，我會感到害怕。	0	1	2
49.	當我看見大狗追趕著的小孩時，我感到十分擔憂。	0	1	2
50.	當我看著別人進行激烈的運動比賽時，我會緊張起來。	0	1	2
51.	我能從別人面上的表情，知道他們有失望的情緒。	0	1	2
52.	當我的家人感到高興時，我從他們談話的表達方式和舉止已能分辨出來。	0	1	2
53.	當我看到別人在遊戲中勝出時，我也會感到高興。	0	1	2

第十章 附件

	現在或過去半年， . . .	很少	有時	經常
54.	當我看到別人被打時，我也感受到他所有的痛楚。	0	1	2
55.	當別人講述他們有多快樂時，我也能感受到同樣的快樂。	0	1	2
56.	當我看見小孩子自由地四處奔跑，開心地玩樂時，我也感到十分愉快。	0	1	2
57.	當我收看恐怖的電視節目時，我會害怕，同時心跳加速。	0	1	2
58.	當我看見馬戲團中的演員做出危險的動作時，我會感到又緊張又害怕。	0	1	2
59.	當我看見小孩子微笑時，我也會跟著微笑。	0	1	2
60.	當別人對我發怒時，我知道是甚麼原因。	0	1	2

正面身體反應：4+9+14+23+30+31+40+45+50+59

負面身體反應：2+10+18+21+25+35+38+46+54+57

正面情緒：1+8+17+20+29+33+37+44+53+56

反面情緒：6+12+13+22+27+34+42+48+49+58

正面認知：3+11+16+19+26+36+39+47+52+55

負面認知：5+7+15+24+28+32+41+43+51+60

第十章 附件

附件四：逃離道德標準機制量表

請細閱以下的句子，並以1分(不同意)、2分(一般)或3分(同意)為以下句子圈出適當的答案：

		不同意	一般	同意
1.	為了保護朋友而打鬥是可以接受的。	1	2	3
2.	掌摑或推撞別人只不過是開玩笑的一種方法。	1	2	3
3.	相比起打人，只是破壞一些財物根本算不上甚麼。	1	2	3
4.	在朋黨當中的小孩不應因朋黨所引起的麻煩而被責怪。	1	2	3
5.	如果小孩的生活環境很差，即使他們行為暴力亦不能責怪他們。	1	2	3
6.	因為不會造成任何傷害，所以說一些無關重要的謊話是可以接受的。	1	2	3
7.	有些人應當被當作動物般看待。	1	2	3
8.	如果孩子在校內打鬥和惹事生非，這是老師的過失。	1	2	3
9.	如果有人惡意中傷我的家庭，攻擊那人是可以接受的。	1	2	3
10.	打一個惹人討厭的同學，是給他一個「教訓」。	1	2	3
11.	相比起偷取很多錢，偷取小量的金錢並不嚴重。	1	2	3
12.	如果其他孩子聽從建議而且真的違規，提出建議犯規的孩子並不應該受到責備。	1	2	3
13.	如果孩子沒有經過督導，他們不應因為做錯事而受到責備。	1	2	3
14.	孩子並不介意被取笑，因為那代表其他人對自己有興趣。	1	2	3
15.	欺負一個縮頭畏尾的同學是可以接受的。	1	2	3
16.	如果一個人粗心大意，把自己的東西留低，即使該東西被偷也是他自己的責任。	1	2	3
17.	如果自己朋黨的聲譽受到威脅，打鬥是可以接受的。	1	2	3
18.	沒有問准別人而拿走他的單車，也只是等於借用一下。	1	2	3
19.	侮辱一個同學是可以接受的，因為打他／她比這更差。	1	2	3
20.	如果是全體決定而作出傷害性的事，責怪當中任何一個孩子都是不公平的。	1	2	3
21.	當小孩的朋友都說不好的話(例如粗話、侮辱的說話)，小孩不能因說這些話而被責怪。	1	2	3
22.	取笑或戲弄別人並不會真正傷害他們。	1	2	3
23.	一個惹人討厭的人並不值得被當作人類看待。	1	2	3
24.	那些孩子被不適當對待，是他們自作自受。	1	2	3
25.	為了讓您的朋友擺脫困境，說謊是可以接受的。	1	2	3

第十章 附件

		不同意	一般	同意
26.	偶爾的極度興奮和放縱並不是一件壞事。	1	2	3
27.	相對於別人做了犯法的事情，在商店中沒有付錢而拿走一些東西並不是很嚴重。	1	2	3
28.	因為整組人所造成的傷害而責怪只有小部份責任的孩子是不公平的。	1	2	3
29.	如果孩子們的朋友迫使他們做些不好的事，他們不能因此而被責怪。	1	2	3
30.	孩子之間的互相取笑和戲弄並不會為任何人帶來傷害。	1	2	3
31.	有些人應該要受到粗暴的對待，因為他們是沒有感覺，他們不會因此而感到傷心或難過。	1	2	3
32.	如果小孩們因父母過度強迫他們而行為偏差，這並不是他們的錯。	1	2	3

道德化：1+9+17+25

委婉：2+10+18+26

有利比較：3+11+19+27

轉移責任：4+12+20+28

分散責任：5+13+21+29

扭曲後果：6+14+22+30

推諉責任：7+15+23+31

動物化：8+16+24+32

第十章 附件

附件五：兒童希望量表

以下的句子是描述青少年的自我想法及行為。請細閱以下的句子。請根據你大多數的情況，為以下句子圈出最適當的答案：

		從來沒有	很少時候	有些時候	很多時候	大部份時候	所有時候
1.	我覺得我自己各方面表現良好。	1	2	3	4	5	6
2.	對我重要的東西，我會想出很多方法得到它。	1	2	3	4	5	6
3.	同年齡小朋友能做的事，我也能做到。	1	2	3	4	5	6
4.	當我遇到問題時，我能想出很多解決方法。	1	2	3	4	5	6
5.	我覺得我從前所做的事，對我長大後有幫助。	1	2	3	4	5	6
6.	縱使其他人選擇放棄，我也可以想出解決方法。	1	2	3	4	5	6

動力：1+3+5

途徑：2+4+6

附件六：質性研究

以下有一些情境故事，試想像你是當中的角色：

情境 1：

有一天，你滿心歡喜地穿上新波鞋回校。但當你心中暗暗興奮之際，突然有人撞了你一下，害你差點跌倒了。當時正值下雨，滿地泥濘，而你的新波鞋亦被泥沙弄髒了。

1. 你覺得為何那個人會撞你？
2. 你當時會有甚麼感覺？(0 至 10 分)
3. 你會不會做任何行動？如果會的話，你會對他們怎樣做？(如果受訪者說“整乾淨對鞋”，追問：你會對他怎樣做)

情境 2：

你一直也很想有一部最新款的手提電話，但你卻沒有錢買。有一天，你係學校飯堂見到旁邊的同學留下他的手電便走了，而那部手電正是你一直想擁有的那款。當時飯堂沒有太多人留意到你。你會怎樣做？

回應一：正面回應 / 旁觀者回應

例：提示同學取回、交還對方、交給老師、不予理會……

1. 為甚麼你會這樣做？
2. 你做完這件事後，你有甚麼感受？(0 至 10 分)
3. 你覺得對方有甚麼感受？

回應二：操控型攻擊行為

例：拿走那部電話／據為己有／偷看電話內容／變賣電話／敲詐同學／要求同學贖回電話……

1. 為甚麼你會這樣做？
2. 你做完這件事後，你有甚麼感受？(0 至 10 分)
3. 你覺得對方有甚麼感受？
 - a. 如果你一早知道他會因此而「_____」(受害人的情緒，如：唔開心、好驚等)，你還會不會這樣做？為甚麼？
4. 你認為這樣做會有甚麼後果？

回應三：其他回應

1. 為甚麼你會這樣做？
2. 你做完這件事後，你有甚麼感受？(0 至 10 分)
3. 你覺得對方有甚麼感受？
4. 你認為這樣做會有甚麼後果？

第十章 附件

情境 3:

班上有一位同學正準備開一個生日會，班上每一個同學除了你以外都收到一封邀請卡。

1. 你覺得為何收不到邀請卡？
2. 你當時會有甚麼感覺？(0 至 10 分)
3. 你會不會做任何行動？如果會的話，你會對他們怎樣做？

情境 4:

班上有一位同學行為古怪，同學們都不喜歡他。有同學打算趁他進了洗手間的廁格，立刻將門反鎖，然後將水倒進廁格內，令他全身濕透。你會不會參與？

回應一：不會參與

1. 為甚麼你不參與？
2. 你覺得對方被這樣對待，會有甚麼感受？(0 至 10 分)

回應二：參與/操控型攻擊行為

1. 為甚麼你會這樣做？
2. 你做完這件事後，你有甚麼感受？(0 至 10 分)
3. 你覺得對方有甚麼感受？
 - a. 如果你一早知道他會因此而「_____」(受害人的情緒，如：唔開心、好驚等)，你還會不會這樣做？為甚麼？
4. 你認為這件事會有甚麼後果？

回應三：其他回應

1. 為甚麼你會這樣做？
2. 你做完這件事後，你有甚麼感受？(0 至 10 分)
3. 你覺得對方有甚麼感受？
4. 你認為這樣做會有甚麼後果？

情境 5:

你正在操場與小文玩接球遊戲。你把球擲給小文而他接住了，此時另一個人從後呼喚你，正當你轉身回應時，你發現小文已經把球擲出而且正中你的背部。那球的力道很大，你覺得十分痛。

1. 你覺得為何小文會這樣做？
2. 你當時會有甚麼感覺？(0 至 10 分)
3. 你會不會做任何行動？如果會的話，你會對他們怎樣做？

第十章 附件

情境 6:

你班中有一位性格懦弱、縮頭畏尾的同學。有一天你發覺他做運動時受傷了，要一拐一拐地走路。你會怎樣做？

回應一：正面回應 / 旁觀者回應

例：不予理會、上前正面問候……

1. 為甚麼你會這樣做？

回應二：操控型攻擊行為

例：揶揄對方，取笑對方，或其他攻擊行為

1. 為甚麼你會這樣做？

2. 你做完這件事後，你有甚麼感受？(0 至 10 分)

3. 你覺得對方有甚麼感受？

a. 如果你一早知道他會因此而「_____」(受害人的情緒，如：唔開心、好驚等)，你還會不會這樣做？為甚麼？

4. 你認為這件事會有甚麼後果？

回應三：其他回應

1. 為甚麼你會這樣做？

2. 你做完這件事後，你有甚麼感受？(0 至 10 分)

3. 你覺得對方有甚麼感受？

4. 你認為這樣做會有甚麼後果？

情境 7:

你看見一些人在操場中玩，你很想參與其中，因此你走近其中一個叫阿琪的人旁邊並問他可否讓自己加入，而阿琪拒絕了。

1. 你覺得為何阿琪會拒絕你？

2. 你當時會有甚麼感覺？(0 至 10 分)

3. 你會不會做任何行動？如果會的話，你會對他們怎樣做？

情境 8:

你在操場停了下來買可樂。突然間，一個叫阿輝的同學碰撞你的手，使你手上的可樂濺滿你的恤衫。可樂十分冰冷，而你的恤衫全濕透了。

1. 你覺得為何阿輝會撞你？

2. 你當時會有甚麼感覺？(0 至 10 分)

3. 你會不會做任何行動？如果會的話，你會對他們怎樣做？

第十章 附件

附件七：反應型和操控型攻擊問卷—家長量表

孩子有時會覺得憤怒或做了些不應該做的事情。請根據下列每一項評估以上提及的子女，並圈出合適的答案：

		從不	有時	經常
1.	向惹惱我的人怒吼	0	1	2
2.	為表現自己的優越感而與其他人打架	0	1	2
3.	在被人挑釁時表現得憤怒	0	1	2
4.	偷取其他同學的東西	0	1	2
5.	在沮喪時顯得憤怒	0	1	2
6.	以破壞為樂	0	1	2
7.	發脾氣	0	1	2
8.	因為憤怒而破壞東西	0	1	2
9.	因覺得有型而打架	0	1	2
10.	傷害其他人以贏得遊戲	0	1	2
11.	不如意時變得憤怒	0	1	2
12.	以武力使其他人服從	0	1	2
13.	在輸掉遊戲時變得憤怒	0	1	2
14.	因為其他人威脅我而變得憤怒	0	1	2
15.	以武力榨取金錢或其他東西	0	1	2
16.	以打人或向其他人怒吼作為發洩	0	1	2
17.	威脅和欺負其他人	0	1	2
18.	打鹹濕電話為樂	0	1	2
19.	打其他人以保護自己	0	1	2
20.	與其他人一起欺負別人	0	1	2
21.	用武器打架	0	1	2
22.	當別人取笑我時，我會生氣並打他們	0	1	2
23.	向其他人怒吼，以令他人為我做事	0	1	2

反應型攻擊指數：1+ 3+ 5+ 7+ 8+ 11+ 13+ 14+ 16+ 19+ 22

操控型攻擊指數：2+ 4+ 6+ 9+ 10+ 12+ 15+ 17+ 18+ 20+ 21+ 23

第十章 附件

附件八：父母教養方式與類別問卷

以下是一些有關教養以上提及的子女的方法。請根據您的情況，評定您會做出下列每一項行為的頻密程度，並圈出適當的答案：

		從不	很少	間中	通常	經常
1.	我能回應孩子的感受及需要	1	2	3	4	5
2.	以體罰作為懲罰孩子的方式	1	2	3	4	5
3.	在要求孩子做事前顧及他們的想法	1	2	3	4	5
4.	當孩子詢問他們為甚麼必須服從的時候，對孩子回答說：「因為我說的。」	1	2	3	4	5
5.	我向孩子解釋我們對他的行為好壞有怎樣的感受	1	2	3	4	5
6.	當孩子不聽話的時候打屁股	1	2	3	4	5
7.	鼓勵孩子談及他們的煩惱	1	2	3	4	5
8.	我覺得難以管教孩子	1	2	3	4	5
9.	即使跟孩子意見分歧，亦鼓勵他們表達自己的想法	1	2	3	4	5
10.	在沒有充分的解釋下，把孩子原本享有的特權拿走，藉以懲罰孩子	1	2	3	4	5
11.	我著重規矩背後的理由	1	2	3	4	5
12.	當孩子難過的時候給予安慰及諒解	1	2	3	4	5
13.	當孩子做錯的時候，對著孩子吼叫	1	2	3	4	5
14.	當孩子表現好的時候給予讚賞	1	2	3	4	5
15.	當孩子對一些事情有所騷動，我會向他屈服	1	2	3	4	5
16.	對孩子爆發怒氣	1	2	3	4	5
17.	我以懲罰作為恐嚇多於實際行動	1	2	3	4	5
18.	當我為家庭進行計劃時，我會顧及孩子的喜好	1	2	3	4	5
19.	當孩子不聽話的時候狠狠抓住他們	1	2	3	4	5
20.	我向孩子提出懲罰，但卻沒有真正地進行	1	2	3	4	5
21.	我鼓勵孩子表達自己的想法以示尊重他的意見	1	2	3	4	5
22.	讓孩子對家規提供意見	1	2	3	4	5
23.	為了令孩子進步，我責罵及批評他	1	2	3	4	5
24.	我溺愛孩子	1	2	3	4	5
25.	對孩子說明必須遵守規矩的原因	1	2	3	4	5
26.	在沒有充分的理由下，我以威脅作為懲罰	1	2	3	4	5

第十章 附件

		從不	很少	間中	通常	經常
27.	我與孩子有一個溫暖及親密的時刻	1	2	3	4	5
28.	在沒有充分的理由下，以拖延孩子作為懲罰	1	2	3	4	5
29.	鼓勵孩子討論行為的後果	1	2	3	4	5
30.	當孩子未能達到我的要求，我會責罵或批評他	1	2	3	4	5
31.	向孩子解釋行為的後果	1	2	3	4	5
32.	當孩子行為不當的時打耳光	1	2	3	4	5

連接：1+7+12+14+27

自主性：3+9+18+21+22

規制：5+11+25+29+31

口頭敵意：13+16+23+30

身體脅迫：2+6+19+32

無理懲罰：4+10+26+28

放縱：8+15+17+20+24

第十章 附件

附件九：違規過程篩選問卷

請就以下對以上提及子女的描述，圈出最適當的答案：

	你的子女…	最不適當	有時適當	完全適當
1.	把他/她的錯誤推卸給別人	0	1	2
2.	有參與不法活動	0	1	2
*3.	在意他/她在學校或工作上的表現好不好	0	1	2
4.	行動時不顧及後果	0	1	2
5.	表達的情緒很表面及虛假	0	1	2
6.	容易及有技巧地說謊	0	1	2
*7.	會遵守承諾	0	1	2
8.	誇張地表揚自己的能力、成就或財產	0	1	2
9.	很容易感到沉悶	0	1	2
10.	會利用或欺詐別人去得到自己想要的東西	0	1	2
11.	會取笑或戲弄別人	0	1	2
*12.	做錯事時會感到難受或內疚	0	1	2
13.	有參與冒險或危險的活動	0	1	2
14.	表現得有魅力和友善，去得到自己想要的東西	0	1	2
15.	會在被人修正或懲罰時感到生氣	0	1	2
16.	認為他/她比其他人優勝	0	1	2
17.	不會預先計畫，或者把事情拖到最後一分鐘	0	1	2
*18.	關心其他人的感受	0	1	2
19.	在其他人面前隱藏自己的感受或情緒	0	1	2
*20.	會和同一班朋友保持聯絡	0	1	2

*反向題目(Reverse Item)：0→2; 1→1; 2→0

自戀：5+8+10+11+14+15+16

感情麻木：*3+*7+*12+*18+19+*20

衝動：1+4+9+13+17

第十章 附件

附件十：家人關係形容詞清單

(1) 您對子女

您如何形容您對該子女的相處和態度？請就以下的形容詞，去形容過去四星期的情況：

		從不	←----->						總是
1.	接納	1	2	3	4	5	6	7	8
2.	主動	1	2	3	4	5	6	7	8
3.	憤怒	1	2	3	4	5	6	7	8
4.	煩悶	1	2	3	4	5	6	7	8
5.	清晰	1	2	3	4	5	6	7	8
6.	體諒	1	2	3	4	5	6	7	8
7.	固執	1	2	3	4	5	6	7	8
8.	合作	1	2	3	4	5	6	7	8
9.	不誠實	1	2	3	4	5	6	7	8
10.	全心全意、投入	1	2	3	4	5	6	7	8
11.	易於相處	1	2	3	4	5	6	7	8
12.	友善	1	2	3	4	5	6	7	8
13.	和藹可親	1	2	3	4	5	6	7	8
14.	敵對	1	2	3	4	5	6	7	8
15.	不負責任	1	2	3	4	5	6	7	8
16.	煩躁	1	2	3	4	5	6	7	8
17.	懶惰	1	2	3	4	5	6	7	8
18.	關愛	1	2	3	4	5	6	7	8
19.	刻薄	1	2	3	4	5	6	7	8
20.	粗魯	1	2	3	4	5	6	7	8

*反向題目(Reverse Item)：1→8; 2→7; 3→6; 4→5; 5→4; 6→3; 7→2; 8→1

家長對子女關係指數：1+2-3-4+5+6-7+8-9+10+11+12+13-14-15-16-17+18-19-20

第十章 附件

(2)子女對您

您又如何形容該子女對您的相處和態度？請就以下的形容詞，去形容過去四星期的情況：

		從不	←----->						總是
1.	接納	1	2	3	4	5	6	7	8
2.	主動	1	2	3	4	5	6	7	8
3.	憤怒	1	2	3	4	5	6	7	8
4.	煩悶	1	2	3	4	5	6	7	8
5.	清晰	1	2	3	4	5	6	7	8
6.	體諒	1	2	3	4	5	6	7	8
7.	固執	1	2	3	4	5	6	7	8
8.	合作	1	2	3	4	5	6	7	8
9.	不誠實	1	2	3	4	5	6	7	8
10.	全心全意、投入	1	2	3	4	5	6	7	8
11.	易於相處	1	2	3	4	5	6	7	8
12.	友善	1	2	3	4	5	6	7	8
13.	和藹可親	1	2	3	4	5	6	7	8
14.	敵對	1	2	3	4	5	6	7	8
15.	不負責任	1	2	3	4	5	6	7	8
16.	煩躁	1	2	3	4	5	6	7	8
17.	懶惰	1	2	3	4	5	6	7	8
18.	關愛	1	2	3	4	5	6	7	8
19.	刻薄	1	2	3	4	5	6	7	8
20.	粗魯	1	2	3	4	5	6	7	8

*反向題目(Reverse Item)：1→8; 2→7; 3→6; 4→5; 5→4; 6→3; 7→2; 8→1

子女對家長關係指數：1+2-3-4+5+6-7+8-9+10+11+12+13-14-15-16-17+18-19-20

第十章 附件

附件十一：家庭問卷

以下是一些家長普遍出現的情況。請根據您的情況，評定您在過去四星期有多經常以這些方法去對待該子女，並圈出適當的答案：

	過去四星期，我 . . .	從不	極少	有時	經常
1.	我傾向因為他而忽略自己	1	2	3	4
2.	我經常想像，如果我是他的話會是怎樣	1	2	3	4
3.	我總是想著「為何他會這樣」	1	2	3	4
4.	我因為他而不能入睡	1	2	3	4
5.	如果有關他的事令我煩惱，我把它藏在心裡	1	2	3	4
6.	我認為我自己的個人需要並不重要	1	2	3	4
7.	我非常擔心他	1	2	3	4
8.	我自覺得己快要倒下／生病了	1	2	3	4
9.	他是我生命重要的部份	1	2	3	4
10.	我經常因為要幫助他而放棄重要的事	1	2	3	4

情緒過度投入指數：1+2+3+4+5+6+7+8+9+10

附件十二：凱斯勒心理困擾量表

以下是一些形容一般情緒的句子。請評定您在過去四星期有多經常出現這些情況，並圈出適當的答案：

	在過去的四星期中，您有多經常 . . .	總是	頗多	有時	很少	從不
*1.	無故覺得疲倦？	1	2	3	4	5
*2.	覺得緊張？	1	2	3	4	5
*3.	緊張得沒法平復？	1	2	3	4	5
*4.	感覺無助？	1	2	3	4	5
*5.	覺得焦躁或坐立不安？	1	2	3	4	5
*6.	煩躁得不能坐下來？	1	2	3	4	5
*7.	覺得抑鬱？	1	2	3	4	5
*8.	覺得所有事都很費力？	1	2	3	4	5
*9.	沒有東西能令您愉快？	1	2	3	4	5
*10.	覺得自己沒有價值？	1	2	3	4	5

*反向題目(Reverse Item)：1→5; 2→4; 3→3; 4→2; 5→1

心理困擾指數：*1+*2+*3+*4+*5+*6+*7+*8+*9+*10

第十章 附件

附件十三：反應型和操控型攻擊問卷 — 老師量表

請指出下列句子有多少時候適合形容該目標學生。請根據過去兩個月的情况，於每一項的右邊圈出適合的數字：

		從不	有時	經常
1.	向惹惱我的人怒吼	0	1	2
2.	為表現自己的優越而與其他人打架	0	1	2
3.	在被人挑釁時表現得憤怒	0	1	2
4.	偷取其他同學的東西	0	1	2
5.	在沮喪時顯得憤怒	0	1	2
6.	以破壞為樂	0	1	2
7.	發脾氣	0	1	2
8.	因為憤怒而破壞東西	0	1	2
9.	因覺得有型而打架	0	1	2
10.	傷害其他人以贏得遊戲	0	1	2
11.	不如意時變得憤怒	0	1	2
12.	以武力使其他人服從	0	1	2
13.	在輸掉遊戲時變得憤怒	0	1	2
14.	因為其他人威脅我而變得憤怒	0	1	2
15.	以武力榨取金錢或其他東西	0	1	2
16.	以打人或向其他人怒吼作為發洩	0	1	2
17.	威脅和欺負其他人	0	1	2
18.	打鹹濕電話為樂	0	1	2
19.	打其他人以保護自己	0	1	2
20.	與其他人一起欺負別人	0	1	2
21.	用武器打架	0	1	2
22.	當別人取笑我時，我會生氣並打他們	0	1	2
23.	向其他人怒吼，以令他人為我做事	0	1	2

反應型攻擊指數：1+ 3+ 5+ 7+ 8+ 11+ 13+ 14+ 16+ 19+ 22

操控型攻擊指數：2+ 4+ 6+ 9+ 10+ 12+ 15+ 17+ 18+ 20+ 21+ 23

第十章 附件

附件十四：社交行為表現問卷

對於下面的各個題，請於每一項的右邊圈出適合的數字，以表明是否符合這位學童的情況。請根據這學童過去六個月或這學年的行為來回答：

		從不 符合	有點 符合	完全 符合
1.	能體諒到別人的感受	0	1	2
2.	很樂意與別的小孩分享東西(糖果、玩具、筆、等等)	0	1	2
3.	如果有人受傷、不舒服或是生病，都很樂意提供幫助	0	1	2
4.	對年紀小的小孩和善	0	1	2
5.	經常自願地幫助別人(父母、老師或其他小孩)	0	1	2
6.	頗孤獨，較多跟自己玩耍	0	1	2
*7.	至少有一個好朋友	0	1	2
*8.	一般來說，受別的小孩所喜歡	0	1	2
9.	受別的小孩作弄或欺負	0	1	2
10.	與大人相處比與小孩相處更為融洽	0	1	2

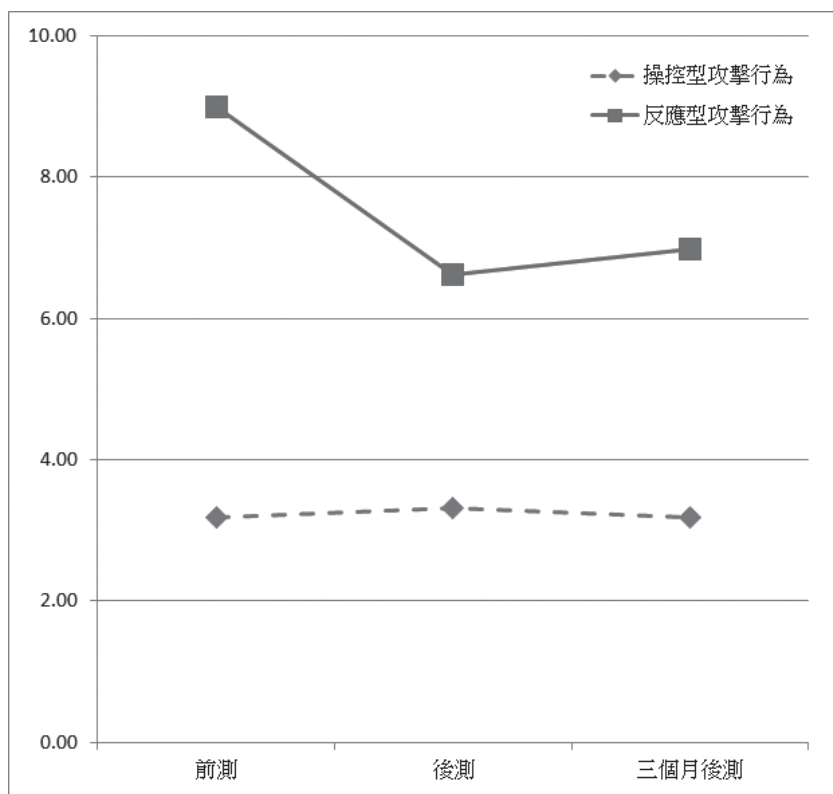
*反向題目(Reverse Item)：0→2; 1→1; 2→0

朋輩關係：6+*7+*8+9+10

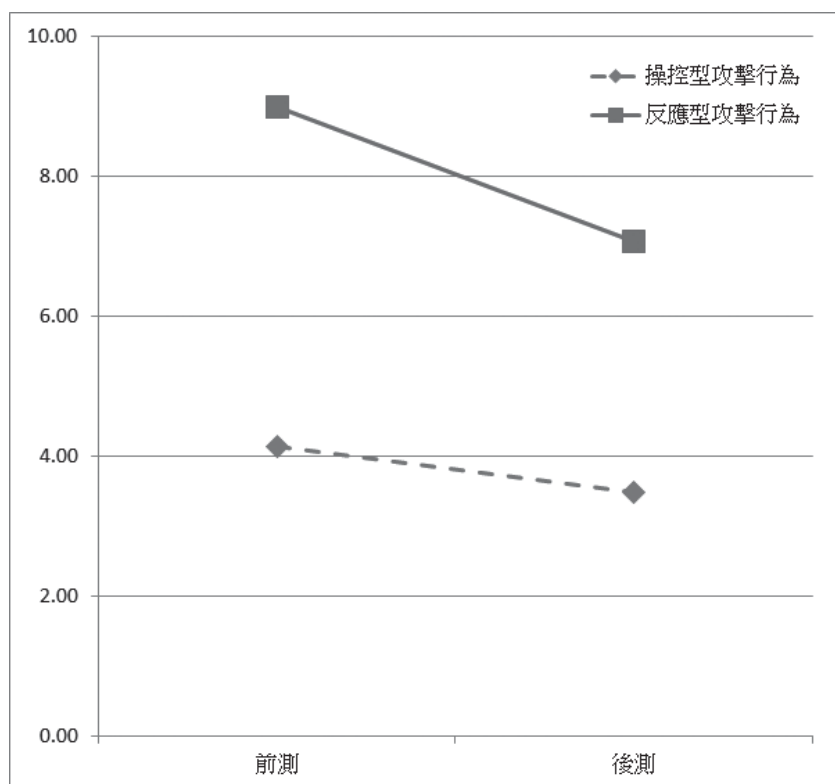
親社會行為：1+2+3+4+5

第十章 附件

圖一：操控型攻擊者學生治療小組－各學童自陳量表中的結果(前測－後測－三個月後測)

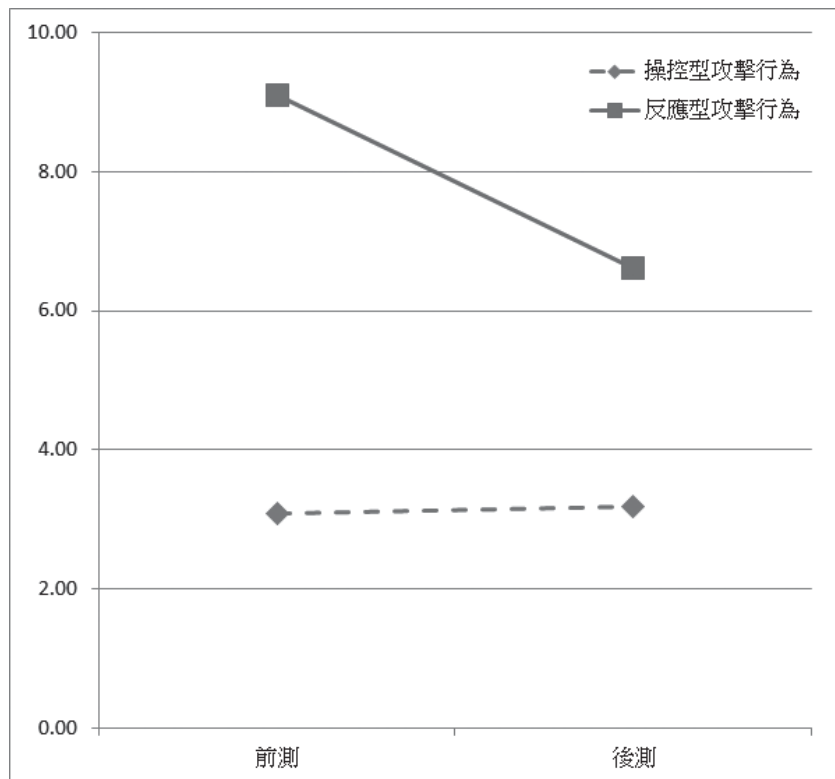


圖二：操控型攻擊者家長治療小組－各學童自陳量表中的結果(前測－後測)

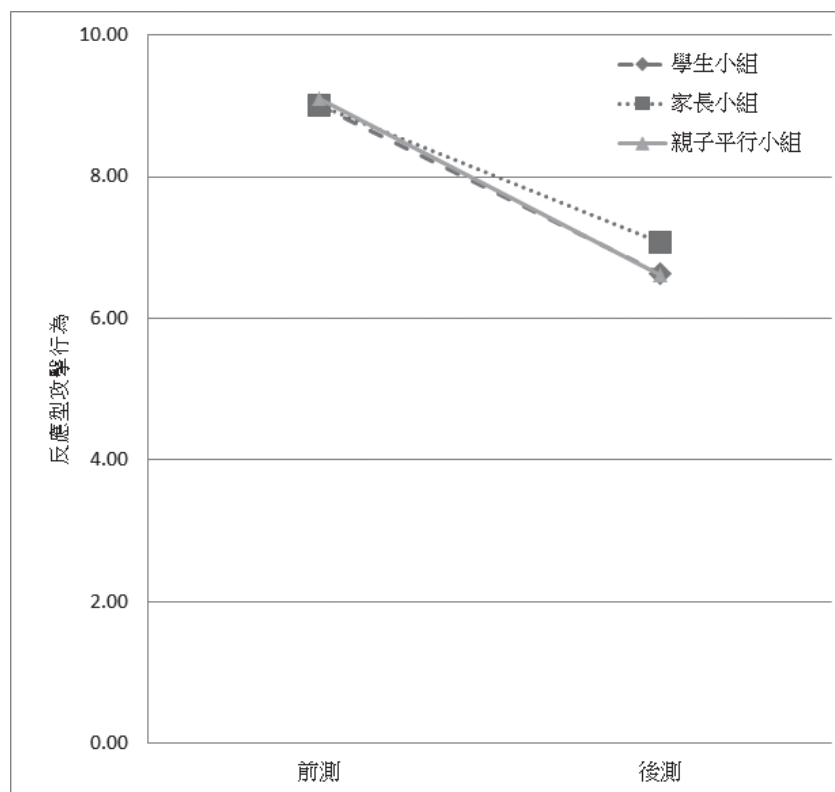


第十章 附件

圖三：操控型攻擊者親子平行治療小組－各學童自陳量表中的結果(前測－後測)

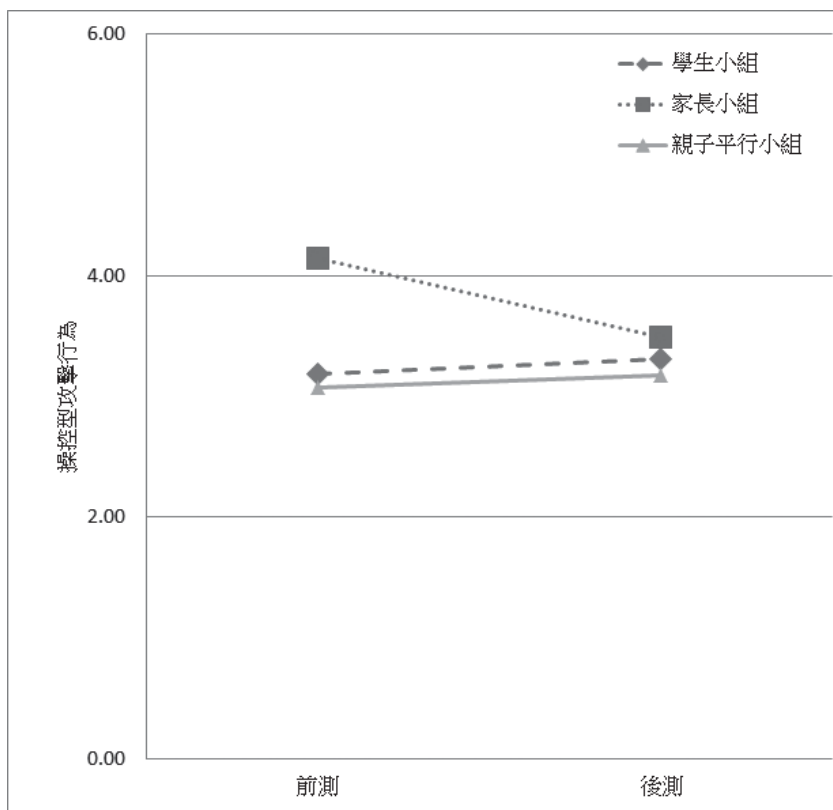


圖四：操控型攻擊者學生、家長及親子平行治療小組－各學童自陳量表中反應型攻擊行為的結果(前測－後測)



第十章 附件

圖五：操控型攻擊者學生、家長及親子平行治療小組一各學童自陳量表中操控型攻擊行為的結果(前測—後測)



第十一章： 參考文獻



第十一章-參考文獻

- Achenbach, T. M.(1991). *Integrative Guide for the 1991 CBCL/4-18, YSR, & TRF Profiles*. Burlington. VT: University of Vermont Department of Psychiatry.
- Andreou, E.(2001). Bully/victim problems and their association with coping behavior in conflictual peer interaction among school-age children. *Educational Psychology, 21*, 59-66.
- Arsenio, W. F. , Adams, E., & Gold, J.(2009). Social information processing, moral reasoning and emotion attributions: Relations with adolescents' reactive and proactive aggression. *Child Development, 80*, 1739-1755.
- Averill, J. R.(1982). *Anger and Aggression: An Essay on Emotion*. New York: Springer-Verlag.
- Baker, L., Raine, A., Liu, J., & Jacobson, K.C.(2008). Differential genetic and environmental influences on reactive and proactive aggression in children. *Journal of Abnormal Child Psychology, 36*, 1265-1278.
- Bandura, A.(1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A.(1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A.(1999). Social cognitive theory of personality. In D. Cervone & Y. Shoda,(Eds.), *The Coherence of Personality: Social-cognitive Bases of Consistency, Variability, and Organization* (pp. 185-241). New York: Guilford Press.
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V., & Pastorelli, C.(1996). Mechanisms of moral disengagement in the exercise of moral agency. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*, 364-374.
- Barratt, E. S.(1991). Measuring and predicting aggression within the context of a personality theory. *Journal of Neuropsychiatry, 3*, S35-S39.
- Barry, T. D., Barry, C. T., Deming, A., & Lochman, J. E.(2008). Stability of psychopathic characteristics in childhood: The influence of social relationships. *Criminal Justice and Behavior, 35*, 244-262.
- Beale, A. V.(2001). Bully busters: Using drama to empower students to take a stand against bullying behavior. *Professional School Counseling, 4*, 300-306.
- Beck, A.(1993). Cognitive therapy: Past, present, and future. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61*, 194-198.
- Beck, A. T.(1976) *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York: Penguin Books.
- Bennett, D. S., & Gibbons, T. A.(2000). Efficacy of child cognitive-behavioral interventions for antisocial behavior: A meta-analysis. *Child and Family Behavior Therapy, 22*, 1-15.

第十一章 參考文獻

- Besag, V. E.(1989). *Bullies and Victims in Schools: A Guide to Understanding and Management*. Milton Keynes, England: Open University Press.
- Blair, R. J. R.(2001). Neuro-cognitive models of aggression, the Antisocial Personality Disorders and Psychopathy. *Journal of Neurology, Neurosurgery and Psychiatry*, 71, 727-731.
- Blair, R. J. R.(2004). The roles of orbital frontal cortex in the modulation of antisocial behavior. *Brain and Cognition*, 55, 198-208.
- Boxer, P., & Tisak, M. S.(2003). Adolescent attributions about aggression: An initial investigation. *Journal of Adolescence*, 26, 559-573.
- Bronfenbrenner, U.(1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Brown, K., Atkins, M. S., Osborne, M. L., & Milnamow, M.(1996). A revised teacher rating scale for reactive and proactive aggression. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 24, 473-480.
- Burns, D.(1980). *Feeling good*. New York: Morrow.
- Buss, A. H.(1961). *The psychology of aggression*. New York: Wiley.
- Buss, A. H., & Perry, M.(1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452-459.
- Camodeca, M., Goossens, F. A., Meerum Terwogt, M., & Schuengel, C.(2002). Bullying and victimization among school-age children: Stability and links to proactive and reactive aggression. *Social Development*, 11, 332-345.
- Card, N. A., & Little, T. D.(2006). Proactive and reactive aggression in childhood and adolescence: A meta-analysis of differential relations with psychosocial adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 30(5), 466.
- Carney, A. G., & Merrell, K. W.(2001). *Bullying in schools: Perspectives on understanding and preventing an international problem*. *School Psychology International*, 22, 364-382.
- Connor, D. F., Steingard, R. J., Anderson, J. J., & Melloni, R. H., Jr.(2003). Gender differences in reactive and proactive aggression. *Child Psychiatry and Human Development*, 33(4), 279-294.
- Cornell, D. G., Warren, J., Hawk, G., Stafford, E., Oram, G., & Pine, D.(1996). Psychopathy in instrumental and reactive violent offenders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 783-790.
- Craig, W. M., & Pepler, D. J.(1997). Conduct and oppositional defiant disorders. In C. Essau & F. Petermann(Eds.) *Developmental Psychopathology: Epidemiological, diagnosis, and treatment*. Harwood Publishers: Amsterdam.

第十一章 參考文獻

- Crick, N. R., & Dodge, K. A.(1994). A review and reformulation of social information-processing mechanisms in children's social adjustment. *Psychological Bulletin*, 115(1), 74-101.
- Crick, N. R., & Dodge, K. A.(1996). Social information-processing mechanism in reactive and proactive aggression. *Child Development*, 67, 993-1002.
- Crockenberg, S., & Langrock, A.(2001). Marital conflict and child adjustment: A test of the specific emotions model. *Journal of Family Psychology*, 15,163-182
- Curtner-Smith, M. E.(2000). Mechanisms by which family processes contribute to school-age boys' bullying. *Child Study Journal*, 30, 169-187.
- D' Zurilla, T. J., & Nezu, A. M.(1990). Development and preliminary evaluation of the Social Problem-Solving Inventory. *Psychological Assessment*, 2, 156-163.
- Davis, M.(2000). The role of the amygdala in conditioned and unconditioned fear and anxiety. In J. P. Aggleton(Ed.), *The Amygdala: A Functional Analysis*(pp. 289-310). Oxford: Oxford University Press.
- Davis, M. H.(1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85.
- Day, D. M., Bream, L. A., & Pal, A.(1992). Proactive and reactive aggression: An analysis of subtypes based on teacher perceptions. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21, 210-217.
- Deater-Deckard, K., & Dodge, K. A.(1997). Externalizing problems and discipline revisited: Nonlinear effects and variation by culture, context, and gender. *Psychological Inquiry*, 8(3), 161-175.
- Dishion, T. J., & McMahon, R. J.(1998). Parental monitoring and the prevention of child and adolescent problem behavior: A conceptual and empirical formation. *Clinical Child Family Psychology Review*, 1, 61-75.
- Dodge, K. A.(1991). The structure and function of proactive and reactive aggression. In D. Pepler & K. Rubin(Eds.), *The Development and Treatment of Childhood Aggression*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Dodge, K.A.(2002). Mediation, moderation, and mechanisms in how parenting affects children's aggressive behavior. In J. Borkowski(Eds.), *Parenting and the Child's World*(pp. 215-229). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Dodge, K. A., Bates, J. E., & Pettit, G. S.(1990). Mechanisms in the cycle of violence. *Science*, 250, 1678-1683.
- Dodge, K. A., & Coie, J. D.(1987). Social-information processing factors in reactive and proactive aggression in children's peer groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1146-1158.
- Duncan, R.(1999). Peer and sibling aggression: An investigation of intra- and extra-familial bullying. *Journal of Interpersonal Violence*, 14, 871-886.

第十一章 參考文獻

- Fite, P. J., Raine, A., Stouthamer-Loeber, M., Loeber, R., & Pardini, D. A.(2009). Reactive and proactive aggression in adolescent males: Examining differential outcomes 10 years later in early adulthood. *Criminal Justice and Behavior*, 37(2), 141.
- Fite, P. J., Stoppelbein, L., & Greening, L.(2009). Proactive and reactive aggression in a child psychiatric inpatient population. *Criminal Justice and Behavior*, 36(5), 481.
- Fowles, D. C., & Kochanska, G.(2000). Temperament as a moderator of pathways to conscience in children: The contribution of electrodermal activity. *Psychophysiology*, 37, 788-795
- Frick, P. J., & Hare, R. D.(2001). *The Antisocial Process Screening Device(APSD)*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Friedman, M., & Goldstein, M.(1993). Relatives' awareness of their own expressed emotion as measured by a self-report adjective checklist. *Family Process*, 32, 459-471.
- Fung, A. L. C.(2009). *Typologies of Student Aggression and Victimization of School bullying: Cognitive-behavioral Therapy Group Intervention Process in Proactive and Reactive Aggression, and Aggressive and Passive Victimization in Secondary Schools*. Hong Kong: Project Care.
- Fung, A. L. C., Raine, A., & Gao, Y.(2009). Differentiation between proactive and reactive aggression in age, gender, and factor structure: A cross-section study of 11 to 15-year-old schoolchildren. *Journal of Adolescence*, 91(5), 473-479.
- Eagly, A., & Steffen, V. J.(1986). Gender and Aggressive Behavior: A Meta-analytic Review of the Social Psychological Literature. *Psychological Bulletin*, 100, 309-330.
- Galovski, T. E., Malta, L. S., & Blanchard, E. B.(2005). *Road Rage: Assessment and Treatment of the Angry, Aggressive Driver*. Washington DC: APA Books.
- Georgiou, St., & Stavrinides, P.(2008). Bullies, victims and bully-victims: Psycho-social profiles and attribution styles. *School Psychology International*, 29(5), 574-589.
- Glancy, G., & Saini, M.(2005). A review of psychological treatment of anger and aggression. *Journal of Brief Treatment and Crisis Intervention*, 5(2), 229-248.
- Glew, G. M., Fan, M., Katon, W., Rivara, F. P., & Kernic, M. A.(2005). Bullying, psychosocial adjustment, and academic performance in elementary school. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 159, 1026-1031.
- Glew, G. M., Rivara, F., & Feudtner, C.(2000). Bullying: Children hurting children. *Pediatrics in Review*, 21, 183-190.
- Goodman, R.(1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A research note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38, 581-586.

第十一章 參考文獻

- Greenberg, J. B., Johnson, W. D., & Fichtner, R. R.(1996). A community support group for HIV-seropositive drug users: Is attendance associated with reductions in risk behavior? *AIDS Care*, 8, 529-540.
- Hanish, I. D., & Guerra, N. G.(2000). Children who get victimized at school: What is known? What can be done? *Professional School Counseling*, 4, 113-119.
- Hess, N. H., & Hagen, E. H.(2006). Sex differences in indirect aggression: Psychological evidence from young adults. *Evolution and Human Behavior*, 27, 231-245.
- Hilton, J. M., Anngela-Cole, L., & Wakita, J.(2010). A cross-cultural comparison of factors associated with school bullying in Japan and the United States. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 18(4), 413-422.
- Hoover, J. H., Noll, M. J., & Olsen, G.(2003). School violence and bullying: Implications for home and school partnerships. In G. Olsen & M. L. Fuller(Eds.), *Home-school Relations: Working Successfully with Parents and Families*(pp. 342-361). Boston, MA: Pearson Education.
- Howard, N., Horne, A., & Jolliff, D.(2001). Self-efficacy in a new training model for the prevention of bullying in schools. *Journal of Emotional Abuse*, 2, 181-191.
- Hubbard, J. A., Smithmyer, C. M., Ramsden, S. R., Parker, E. H., Flanagan, K. D., Dearing, K. F., Relyea, N., & Simons, R. F.(2002). Observational, physiological, and self-report measures of children' s anger: Relations to reactive versus proactive aggression. *Child Development*, 73, 1101-1118.
- Kaltiala-Heino, R., Rimpela, P. R., & Rimpela, A.(2000). Bullying at school: An indicator of adolescents at risk for mental disorders. *Journal of Adolescence*, 23, 661-674.
- Kameguchi, K., & Murphy-Shigematu, S.(2001). Family psychology and family therapy in Japan. *American Psychologist*, 56, 65-70.
- Kassinove, H., & Sukhodolsky, D. G.(1995). Anger disorders: Basic science and practical issues. In H. Kassinove(Ed.) *Anger Disorder: Definition, Diagnosis, and Treatment*. Washington, D.C.: Taylor and Francis.
- Kessler, R. C., Andrews, G., Colpe, L. J., Hiripi, E., Mroczek, D. K., Normand, S. L. T., Walters, E. E., & Zaslavsky, A. M.(2002). Short screening scales to monitor population prevalence and trends in non-specific psychological distress. *Psychological Medicine*, 32, 959-976.
- Krahe, B.(2001). *The Social Psychology of Aggression*. Hove: Psychology Press.
- Krahe, B., Bieneck, S., & Scheinberger-Olwig, R.(2007). The Role of Sexual Scripts in Sexual Aggression and Victimization. *Archives of Sexual Behavior*, 36(5), 687- 701.
- Kumpulainen, K., Räsänen, E., & Puura, K.(2001). Psychiatric disorders and the use of mental health services among children involved in bullying. *Aggressive Behavior*, 27, 102-110.
- Lochman, J.E., & Dodge, K.A.(1994). Social-cognitive processes of severely violent, moderately aggressive, and nonaggressive boys. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*,62, 3626-374.

第十一章 參考文獻

- Lochman, J. E., & Wells, K. C.(2002). The Coping Power Program at the middle-school transition: Universal and indicated prevention effects. *Psychology of Addictive Behaviors*, 16, S40-S54.
- Lochman, J. E., & Wells, K. C.(2004). The Coping Power Program for preadolescent aggressive boys and their parents: Outcome effects at the 1-year follow-up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72, 571-578.
- Lopez, C., & DuBois, D. L.(2005). Peer victimization and rejection: Investigation of an integrative model of effects on emotional, behavioral, and academic adjustment in early adolescence. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34, 25-36.
- McAdams, C. R., & Schmidt, C. D.(2007). How to help a bully: Recommendations for counseling the proactive aggressor. *Professional School Counseling*, 11(2), 120-128.
- McNamara, B., & McNamara, F.(1997). *Keys to Dealing with Bullies*. Hauppauge, NY: Barron' s.
- Meloy, J. R.(1988). *The Psychopathic Mind: Origins, Dynamics, and Treatment*. Northvale: Jason Aronson.
- Mitchell, S. G., Edwards, L. V., Mackenzie, S., Knowlton, A., Valverde, E. E., Arnsten, J. H., Santibanez, S., Latka, M. H., & Mizuno, Y.(2007). Participants' descriptions of social support within a multisite intervention for HIV-seropositive injection drug users(INSPIRE). *Journal of Acquired Immune Deficiency Syndromes*, 46, S55-63.
- Mynard, H., & Joseph, S.(2000). Development of the Multidimensional Peer-Victimization Scale. *Aggressive Behavior*, 26, 169-178.
- Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, W. J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P.(2001). Bullying behaviors among US youth: Prevalence and association with psychological adjustment. *JAMA*, 285, 2094-2110.
- National Institute of Child Health & Human Development. (2001). *Bullying Widespread in U.S. Schools, Survey Finds*. Rockville, MD: Author. Retrieved from <http://www.nichd.nih.gov/new/releases/bullying.cfm>.
- Nelson, D. A., Hart, C. H., Yang, C., Olsen, J. A., & Jin, S.(2006). Aversive parenting in China: Associations with child physical and relational aggression. *Child Development*, 77, 554-572.
- Newman-Carlson, D., & Horne, A. M.(2004). Bully busters: A psychoeducational intervention for reducing bullying behavior in middle school students. *Journal of Counseling & Development*, 82, 259-267.
- Olweus, D.(1978). *Aggression in the Schools: Bullies and Whipping Boys*. Washington, D.C.: Hemisphere.
- Olweus, D. (1991). Bully/victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a school based intervention program. In Pepler, D. J. & Rubin, K. H.(Eds.), *The Development and Treatment of Childhood Aggression*(pp. 411-448). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Olweus, D.(1994). Annotation: Bullying at school: Basic facts and effects of a school based intervention program. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 35, 1171-1190.

第十一章 參考文獻

- Patrick, C. J.(1994). Emotion and psychopathy: Startling new insights. *Psychophysiology*, 31, 319-330.
- Patterson, G. R., DeBaryshe, B. D., & Ramsey, E.(1989). A developmental perspective on antisocial behavior. *American Psychologist*, 44,329-35.
- Perry, D. G., Perry, L. C., & Rasumussen, P.(1986). Cognitive social learning mediators of aggression. *Child Development*, 57, 700-711.
- Pepler, D.J., Craig, W.M., Yuile, A., & Connolly, J.(2004). Girls who bully: A developmental and relational perspective. In Putallaz, M., & Bierman, K. L.(Eds.), *Aggression, Antisocial Behavior, and Violence Among Girls: A Developmental Perspective*(pp 90–109). New York: Guilford.
- Pepler, D. J., Craig, W. M., Ziegler, S., & Charach, A.(1994). An evaluation of an anti-bullying intervention in Toronto schools. Special Issue: Prevention: Focus on children and youth. *Canadian Journal of Community Mental Health*, 13, 95-110.
- Pepler, D., Jiang, D. Craig, W., & Connolly, J.(2008). Developmental trajectories of bullying and associated factors. *Child Development*, 79, 325-338.
- Pettit, G. S., Polaha, J. A., & Mize, J.(2001). Perceptual and attributional processes in aggression and conduct problems. In J. Hill, & B. Maughan(Eds), *Conduct Disorders in Childhood and Adolescence*(pp. 292-319). Cambridge: Cambridge University Press.
- Phillips, N. C., & Lochman, J. E.(2003). Experimentally manipulated change in children' s proactive and reactive aggressive behavior. *Aggressive Behavior*, 29, 215–227.
- Pianta, R. C.(1999). *Enhancing Relationships between Children and Teachers*. Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Popoola, B.I.(2005). Prevalence of peer victimization among secondary school students in Nigeria. *International Education Journal*, 6(5), 508-516.
- Poulin, F., & Boivin, M.(2000). The role of proactive and reactive aggression in the formation and development of boys' friendships. *Developmental Psychology*, 36, 233–240.
- Raine, A.(2009). *CASES Questionnaire*(unpublished manuscript).
- Raine, A., Dodge, K., Loeber, R., Gatzke-Kopp, L., Lynam, D., & Reynolds, C.(2006). The Reactive-Proactive Aggression Questionnaire: Differential correlates of reactive and proactive aggression in adolescent boys. *Aggressive Behavior*, 32(2), 159-171.
- Roberts Jr., W. B., & Morotti, A. A.(2000). The bully as victim: Understanding bullying behaviors to increase the effectiveness of interventions in the bully-victim dyad. *Professional School Counselling*, 4(2), 148-155.
- Robinson, C. C., Mandleco, B., Olsen, S. F., & Hart, C. H.(2001). The Parenting Styles and Dimensions Questionnaire(PSDQ). In Perlmutter, B. F., Touliatos, J., & Holden, G. W., *Handbook of Family Measurement Techniques: Vol 3*. Thousand Oaks: Sage.

第十一章 參考文獻

- Roland, E., & Idsoe, T.(2001). Aggression and bullying. *Aggressive Behavior*, 27, 446-462.
- Ryan, W., & Smith, J. D.(2009). Antibullying programs in schools: How effective are evaluation practices? *Prevention Science*, 10, 248-259.
- Salmivalli, C., & Helteenvuori, T.(2007). Reactive, but not proactive aggression predicts victimization among boys. *Aggressive Behavior*, 33, 198-206.
- Salmivalli, C., & Nieminen, E.(2002). Proactive and reactive aggression among school bullies, victims and bully-victims. *Aggressive Behavior*, 28, 30-44.
- Scarpa, A., Haden, S. C., & Tanaka, A.(2010). Being hot-tempered: Autonomic, emotional, and behavioral distinctions between childhood reactive and proactive aggression. *Biological Psychology*, 84(3), 488-496.
- Scheithauer, H., Hayer, T., Petermann, F., & Jugert, G.(2006). Physical, verbal, and relational forms of bullying among German students: Age trends, gender differences, and correlates. *Aggressive Behavior*, 32, 261-275.
- Seah, S. L., & Ang, R. P.(2008). Differential correlates of reactive and proactive aggression in asian adolescents: Relations to narcissism, anxiety, schizotypal traits, and peer relations. *Aggressive Behavior*, 34(5), 553-562.
- Seals, D., & Young, J.(2003). Bullying and victimization: Prevalence and relationship to Gender, grade level, ethnicity, self-esteem, and depression. *Adolescence*, 38(152), 735-747.
- Shields, A., & Cicchetti, D.(1998). Reactive aggression among maltreated children: The contributions of attention and emotion dysregulation. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 27(4), 381-395.
- Simons-Morton, B. G., Crump, A. D., Haynie, D. L., & Saylor, K. E.(1999). Student- school bonding and adolescent problem behavior. *Health Education Research*, 14, 99-107.
- Siu, A. M. H., & Shek, D. T. L.(2005). The Chinese version of the Social Problem-solving Inventory: Some initial results on reliability and validity. *Journal of Clinical Psychology*, 61(3), 347-360.
- Skinner, B.F.(1953). *Science and Human Behavior*. New York: Macmillan.
- Smith, P. K., Madsen, K. C., & Moody, J. C.(1999). What causes the age decline in reports of school being bullied at school? Toward a developmental analysis of risks of being bullied. *Educational Research*, 41, 267-285.
- Smokowski, P. R., & Kopasz, K. H.(2005). Bullying in school: An overview of types, effects, family characteristics, and intervention strategies. *Children & Schools*, 27(2), 101-110.
- Snyder, C. R., Hoza, B., Pelham, W. E., Rapoff, M., Ware, L., Danovsky, M., & Highberger, L.(1997). The development and validation of the Children's Hope Scale. *Journal of Pediatric Psychology*, 22, 399-421.

第十一章 參考文獻

- Spielberger, C. D.(1991). *State-Trait Anger Expression Inventory*. Odessa, Fla: Psychological Assessment Resources.
- Spielberger, C. D.(1995). *Manual for the State-Trait Personality Inventory*. Palo Alto, CA: Mind Garden.
- Spielberger, C. D., Crane, R. S., Kearns, W. D., Pellegrin, K. L., Rickman, R. L., & Johnson, E. H.(1991). Anger and anxiety in essential hypertension. In C. D. Spielberger, & I. G. Saranson(Eds.). *Stress and Emotion*(Vol. 14, pp. 266-283). Hemisphere/Taylor and Francis.
- Stear, S. J., Prentice, A., Jones, S. C., & Coie, T. J.(2003). Effect of a calcium and exercise intervention on the bone mineral status of 16-18-y-old adolescent girls. *American Journal of Clinical Nutrition*, 77, 985-992.
- Stevens, V., de Bourdeaudhuij, I., & Van Oost, P.(2001). Anti-bullying interventions at school: Aspects of programme adaptation and critical issues for further programme development. *Health Promotion International*, 16(2), 1s55-167.
- Swearer, S., & Doll, B.(2001). Bullying in schools: An ecological framework. *Journal of Emotional Abuse*, 2, 7-24.
- Toldos, M. P.(2005). Sex and age differences in self-estimated physical, verbal, and indirect aggression in Spanish adolescents. *Aggressive Behavior*, 31, 13-23.
- Tremblay, R. E., & Nagin, D. S.(2005). The developmental origins of physical aggression in humans. In R. E. Tremblay, W. W. Hartup, & J. Archer(Eds.), *Developmental Origins of Aggression*(pp. 83 – 106). New York: Guilford Press.
- Twemlow, S. W., Sacco, F. C., & Williams, P.(1996). A clinical and integrationist perspective on the bully-victim-bystander relationship. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 60(3), 296-313.
- Vitaro, F., Barker, E.D., Boivin, M., Brendgen, M., & Tremblay, R.E.(2006). Do early difficult temperament and harsh parenting differentially predict reactive and proactive aggression? *Journal of Abnormal Child Psychology*, 34(5), 685-695.
- Vitaro, F., Brendgen, M., & Tremblay, R. E.(2002). Reactively and proactively aggressive children: Antecedent and subsequent characteristics. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 43(4), 495-505.
- Vitiello, B., Behar, D., Hunt, J., Stoff, D., & Ricciuti, A.(1990). Subtyping aggression in children and adolescents. *Journal of Neuropsychiatry*, 2, 189-192.
- Vreeman, R. C., & Carroll, A. E.(2007). A systematic review of school-based interventions to prevent bullying. *Archives of Pediatric Adolescent Medicine*, 161(1), 78-88.
- Wiedemann, G., Rayki, O., Feinstein, E., & Hahlweg, K.(2002). The Family Questionnaire: Development and validation of a new self-report scale for assessing expressed emotion. *Psychiatry Research*, 109, 265-279.
- Wienke Totura, C., MacKinnon-Lewis, C., Gesten, E., Gadd, Ray., Divine, K., Dunham, S., & Kamboukos, D.(2009). Bullying and victimization among boys and girls in middle school. *The Journal of Early Adolescence*, 29(4), 571- 609.

第十一章 參考文獻

- Willard, N.(2006). *Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to the Challenge of Online Socialcruelty, Threats, and Distress*. Eugene, OR: Center for Safe and Responsible Internet Use.
- Xu, Y., Farver, J. A. M., & Zhang, Z.(2009). Temperament, harsh and indulgent parenting, and chinese children' s proactive and reactive aggression. *Child Development, 80*(1), 244-258.
- Xu, Y., & Zhang, Z.(2008). Distinguishing proactive and reactive aggression in chinese children. *Journal of Abnormal Child Psychology, 36*(4), 539-552.
- 黃成榮、盧鐵榮(2002)。從香港中學教職員問卷調查看學童欺凌現象與對策。教育研究學報(第17卷，第2期)，253 -271頁。
- 資訊安全網.(2009)。網上欺凌。Retrieved from http://www.infosec.gov.hk/tc_chi/youngsters/cyberbullying.html

書名：**有教無「戾」— 校園欺「零」計畫實務手冊(小學篇)**

編著：馮麗姝博士(香港城市大學應用社會科學系助理教授)

國際顧問：Prof. Adrian Raine(Richard Perry University Professor,
Department of Criminology and Psychiatry, University of Pennsylvania)

義務顧問：何惠玲(前個案督導主任、資深註冊社工)

計畫顧問：雷慧玲(資深輔導員、註冊社工)

計畫成員：徐詠琪(行政主任)、林嫣紅(高級研究助理)、蔡志學(研究助理)、范世文(研究助理)、
梁定安(研究助理)、勞建輝(註冊社工)、陳文娟(輔導員)、蔡剛(註冊社工)、
賴冠倫(註冊社工)、曾淑怡(註冊社工)

出版：有教無「戾」— 校園欺「零」計畫

地址：香港城市大學應用社會科學系

版次：2011年9月初版

贊助：優質教育基金

承辦機構：香港城市大學

ISBN：978-988-17052-5-9