



# 操控型 攻擊者篇

親子平行小組



# 目录

序言一		4
序言二		5
第一章：	计划简介	9
第二章：	理念架构	11
	(I) 攻击者的类型	12
	(II) 受害者的类型	17
	(III) 攻击行为的形式	21
	(IV) 小学学童的攻击行为的模式及成因	22
	(V) 辅导相关理论	24
	(VI) 三种治疗性辅导模式的小组特色	28
第三章：	研究评估	31
	(I) 研究设计	31
	(II) 研究程序	32
	(III) 研究和评估工具	34
第四章：	学生小组内容	43
	(I) 小组内容	43
	(II) 个案研究	97
	(III) 参加者心声	105
	(IV) 工作人员分享	105
第五章：	家长小组内容	107
	(I) 小组内容	107
	(II) 个案研究	161
	(III) 参加者心声	170
	(IV) 工作人员分享	170

# 目录

第六章：	亲子平行小组内容	177
	(I) 小组内容	177
	(II) 个案研究	290
	(III) 参加者心声	296
	(IV) 工作人员分享	296
第七章：	研究结果及讨论	299
第八章：	实务锦囊	307
第九章：	光碟使用指引	313
第十章：	附件	317
第十一章：	参考文献	341

## 第六章： 亲子平行小组内容



## 第六章 - 亲子平行小组内容

### (I) 小组内容

节数：第一节

形式：小组先以亲子形式进行，后再分为家长组及子女组

- 目标：
1. 让组员了解小组目的及内容，共同订立小组契约
  2. 协助家长认识子女的性格特征，评估家长的管教模式
  3. 评估子女对校园及家庭不同情境的情绪反应
  4. 协助组员订下于小组内的个人目标

### 亲子活动

活动	「拉阔知多D」小组介绍
时间	15分钟
目的	让组员明白参与小组之目的、内容及奖励计划
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 工作人员及组员自我介绍               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 鼓励组员分享对小组的期望</li> </ul> </li> <li>2. 介绍小组目的、形式及时间</li> <li>3. 介绍小组奖励计划               <ul style="list-style-type: none"> <li>• 每次亲子共同出席小组活动并交齐家庭作业的组员，可获得星星贴纸一张，并由组员亲自张贴星星贴纸于「奖励表」上；获得星星贴纸十张的亲子组，可得礼物一份</li> <li>• 每节小组设有「最佳表现」及「最佳进步奖」，分别鼓励投入小组活动的组员</li> <li>• 于最后一节小组颁发「最佳进步奖」、「最合拍亲子奖」及「最投入参与奖」</li> </ul> </li> </ol>
物资	贴纸名牌、星星贴纸、奖励表(物资1.1)

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	小组大挑战
时间	25分钟
目的	共同订立小组契约及规则 促进组员之间的沟通及合作，并观察亲子之互动
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 将组员分组(三至四对亲子为一组)，每组派发少量报纸和胶纸</li> <li>2. 讲解活动程序： <ul style="list-style-type: none"> <li>组员需于限时八分钟内，用报纸及胶纸砌出高于21厘米(A4纸阔度)的高塔，以承载若干重量的纸包饮品，并需维持最短5秒</li> </ul> </li> <li>3. 观察「操控型攻击者」亲子之间的互动，留意家长与子女的沟通模式，以助工作人员对组员作初步评估</li> <li>4. 完成活动后，邀请组员回顾过程及分享成功完成挑战的因素，从中带出小组规则</li> <li>5. 总结组员分享及将小组规则写上大画纸上，并鼓励组员一同遵守 <ul style="list-style-type: none"> <li>小组规则例子： <ul style="list-style-type: none"> <li>- 准时出席小组</li> <li>- 尊重自己及别人</li> <li>- 积极投入活动及表达意见</li> <li>- 保密</li> <li>- 互相合作及支持</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>6. 派发纸包饮品予积极投入参与活动之组员作小礼物</li> </ol>
物资	报纸、胶纸、尺子、计时器、纸包饮品、大画纸、颜色水笔

## 第六章 亲子平行小组内容

### 家长组

活动	人有相似
时间	30分钟
目的	<p>协助组员察觉子女与操控型攻击者相近的想法和行为特征</p> <p>检视组员的管教模式</p> <p>让组员明白自己的价值观及行为会影响子女的成长，及了解身教的重要性</p>
程序	<p>第一部分</p> <p>1. 播放「小孩不笨2」片段1</p> <p>片段内容：讲述三位男孩，如何透过操控事件的发生及制造环境因素，引导片中的男主角相信自己快将成为父亲</p> <p>2. 派发及讲解「人有相似」工作纸(课堂一)活动，让组员讨论三位男孩的特征，并剔出子女与三位男孩相似的地方</p> <p>片段中三位主角的特征：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 性格：聪明/有计划行事/自我中心/为个人利益</li> <li>• 想法：展示自己实力/恃强凌弱/玩弄别人得到快乐</li> <li>• 情绪：不顾他人感受/冷静/理智</li> <li>• 行为：连群结党玩弄同学</li> </ul> <p>3. 邀请组员分享其子女的特征和其特征可能会导致的负面后果，并以生活事例作辅助，以了解组员的思维模式及管教模式</p> <p>第二部分</p> <p>1. 播放「小孩不笨2」片段2</p> <p>片段内容：讲述片中男主角的父亲以威迫利诱的方法催促儿子 习及做功课</p> <p>2. 邀请组员描述片段中父母的性格、想法、情绪及管教模式，并分享自己与片段中父母相似的地方(例如: 想法和价值观方面)</p> <p>片段中父母特征：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 多数以交换条件控制子女</li> <li>• 喜欢以指令控制子女</li> <li>• 没有理会子女的困难或感受</li> <li>• 以金钱衡量与子女相处的时间</li> </ul> <p>3. 总结及带出重点：</p> <p>「操控型攻击者」家长不惜任何方法令子女达到父母所要求的目的，因此，忽略了子女的感受，亦令子女学习其功利主义的价值观，对子女带来负面的影响(可参考此活动的第一部份)。引导组员从子女的角度出发，多些了解子女的感受，并反思子女会从家长身上学到什么做人处世的态度及价值观</p>
物资	「小孩不笨2」片段、「人有相似」工作纸(课堂一)

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	给自己的信
时间	20分钟
目的	协助组员订立在小组内的个人目标 让组员分享对小组的期望
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发信纸及信封给组员，邀请组员写一封信给自己，在信内写上参与小组的目标，及对小组的期望</li> <li>2. 从活动引伸出小组守则及「保守秘密」等协议，并与组员讨论怎样达成所订目标 小组守则例子： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 互相尊重</li> <li>• 彼此合作</li> <li>• 细心聆听</li> <li>• 乐于分享</li> <li>• 积极投入</li> <li>• 愿意作自我反省</li> <li>• 尝试把从小组所学的，在日常生活中应用出来</li> </ul> </li> <li>3. 收集组员的信，并提醒组员于小组最后一节回顾「给自己的信」的内容，并检视期望的达成程度</li> </ol>
物资	信纸、信封、胶纸

### 子女组

活动	「感觉四周·认识情绪」
时间	25分钟
目的	刺激子女对情绪的认知，评估子女对校园及家庭不同情境的情绪反应
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发情绪卡给组员</li> <li>2. 展示与学校(例如：学校操场、洗手间等可能出现欺凌情况的地方)及家庭环境(例如：客厅)有关的图片，请组员拣选最能形容自己情绪的情绪卡</li> <li>3. 邀请组员分享拣选该情绪图纸及相关的校园及家庭生活的原因，并根据组员分享的情况变更活动做法(例如：工作人员先选出情绪图纸，再由组员分享与该情绪相关的情境)</li> </ol>
物资	情绪卡(物资1.2)、与学校环境及家庭有关的图片(物资1.3)



## 第六章 亲子平行小组内容

活动	让「期望」飞
时间	15分钟
目的	协助子女订立在小组内的个人目标
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发「我的期望」工作纸，请组员画出或写出对自己于小组的期望</li> <li>2. 邀请组员分享，并一同讨论如何于小组内达到有关期望</li> <li>3. 鼓励组员朝目标努力，并透过遵守组规以达到期望</li> <li>4. 让组员将「我的期望」纸摺成纸飞机，并将纸飞机一起向目标飞出，鼓励组员一起朝目标前进</li> <li>5. 收集组员的纸飞机于玻璃瓶，并提醒组员于小组最后一节回顾「我的期望」纸，并检视期望的成功比率达成程度</li> </ol>
物资	「我的期望」工作纸(课堂二)、玻璃瓶

活动	总结及家庭作业讲解 — 「我叫…」
时间	10分钟
目的	增加工作人员对组员之了解 加强组员对小组的归属感 培养组员完成家庭作业的习惯
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 总结组员表现，赞赏组员在小组的正面表现，并把星星贴纸给予表现良好的组员</li> <li>2. 派发并讲解家庭作业「我叫…」</li> <li>3. 提醒组员完成家庭作业后，可获得星星贴纸，加强组员完成家庭作业的动机</li> <li>4. 致送「最佳表现」给与最积极参与及投入小组活动的组员</li> </ol>
物资	「我叫…」家庭作业纸、礼物

## 第六章 亲子平行小组内容

### 第一节小组物资1.1



# 奖励表



亲子名字	摘星数目														

## 第六章 亲子平行小组内容

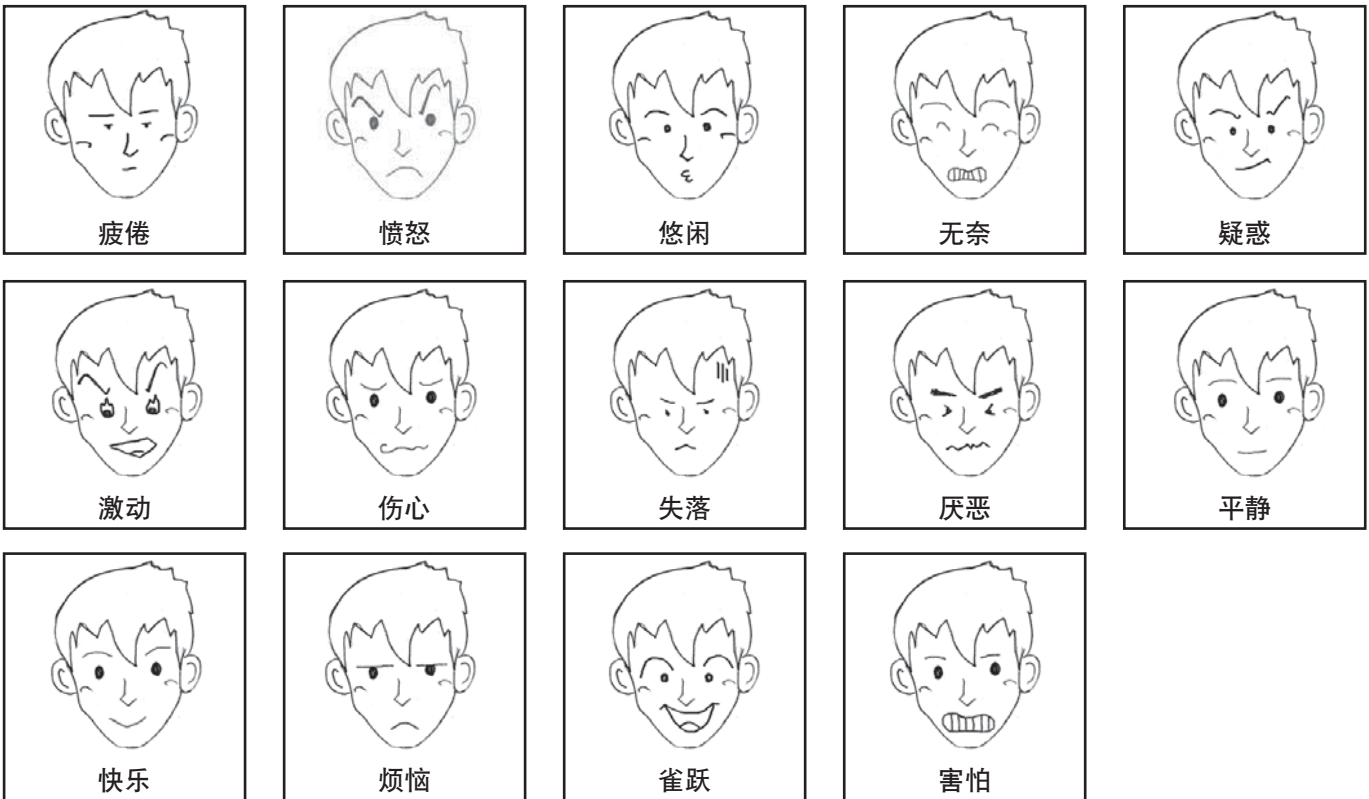
### 第一节小组课堂一

# 人有相似

于「小孩不笨」片段中，三位男孩的特征 (包括: 想法、情绪和行为)	我的子女与他们相似的地方 (以✓表示)
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

第一节小组物资1.2

# 情绪卡

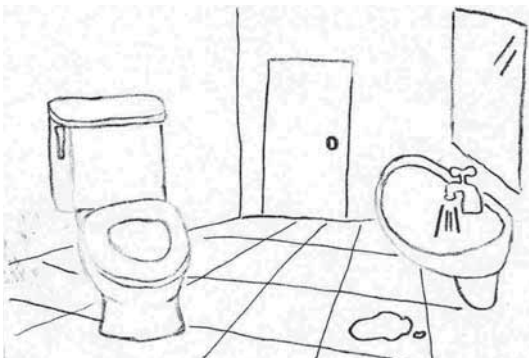


## 第六章 亲子平行小组内容

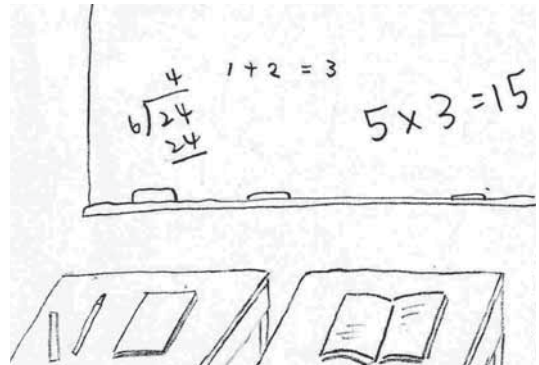
### 第一节小组物资1.3

# 与学校环境及家庭有关的图片

洗手间图片



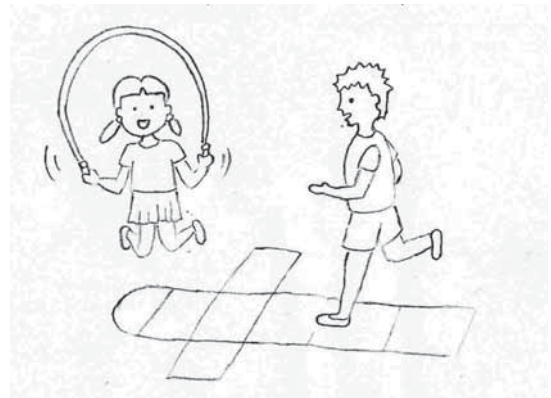
课室图片



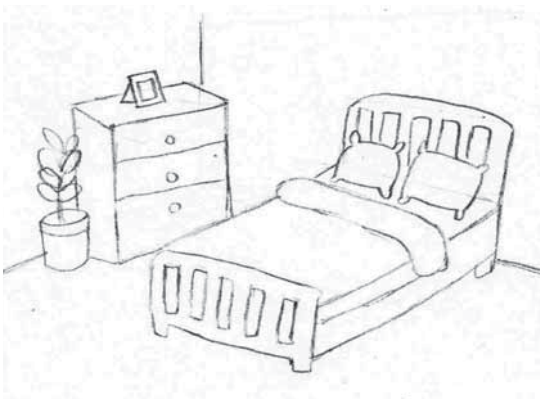
小食部图片



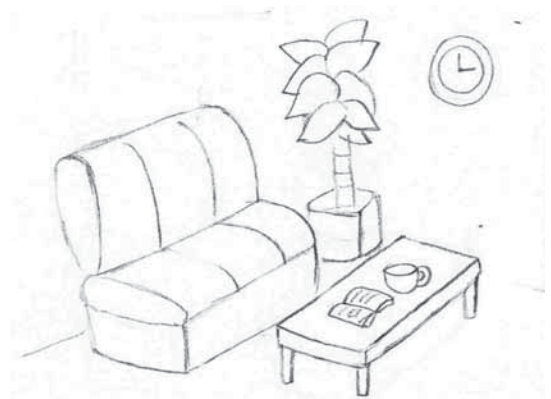
操场图片



睡房图片



客厅图片



# 我的期望...



第六章  
亲子平行小组内容

第一节小组家庭作业

我叫{ }

我最自豪的事：

我最想要的“着数”：



我最难忘的事：



我最崇拜的人：

我最喜欢的地方：

## 第六章 亲子平行小组内容

### 节数：第二节

形式：小组先以亲子形式进行，后再分为家长组及子女组

目标：1. 增进亲子沟通及了解

2. 协助家长认识不同的管教模式及反思家长管教模式对子女成长的影响

3. 让家长明白「想法」与「行为」、「情绪」及「身体反应」的关系

4. 了解组员的学习源头(Source of Learning)及评估子女行为背后的目的及次级增强物(Secondary Reinforcer)

### 亲子活动

活动	「到底我像谁？」
时间	25分钟
目的	增进亲子沟通及了解 引导组员留意及反思亲子之相处模式，及对亲子关系之影响
程序	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 派发「到底我像谁？」工作纸给组员，请亲子各自拣选于不同情境中(日常生活、面对家长管教/管教子女、理想中的亲子相处)能代表个人特质的动物及其原因</li><li>2. 邀请组员作亲子分享，并引导亲子留意代表自己的动物与对于拣选的异同/相关之处；由于「操控型攻击者」的家长偏向属于专制型或纵爱型之管教模式，因此，在分享“面对家长管教/管教子女时之代表动物”时，工作人员可从中了解亲子相处模式，并评估家长的管教模式 例子：家长拣选「绵羊」，子女拣选「老虎」；工作人员可鼓励组员分享「绵羊」及「老虎」代表亲子相处的什么情况，过中的相处又是如何？让家长从中检视自己的管教模式，如：纵爱型</li><li>3. 总结及带出信息： 亲子有惯常之相处模式，因此忽略了彼此相处模式对亲子关系的影响；透过是次活动，希望组员多留意及反思现时亲子之相处模式有否改善，或需要作出调整的地方，使相处时可达到理想中的亲子沟通模式，促进亲子关系</li></ol>
物资	「到底我像谁？」工作纸(课堂一)



## 第六章 亲子平行小组内容

### 家长组

活动	四种管教模式
时间	25分钟
目的	协助组员认识四种常见的管教模式 引导组员了解自己惯常用的管教模式，并反思不同的管教模式如何影响子女成长 协助组员反思其管教模式的成效及可改进的地方，提升组员改善管教模式的动机
程序	<p>1. 派发「情境题处」工作纸</p> <p>情境概要： 儿子在学校与其他同学连群结党，欺凌同学，但犯错后又不肯承担责任，还将责任推到他人身上，身为家长应如何处理？</p> <p>2. 邀请组员于工作纸上填上面对该情境的处理方法及作出分享(不同的处理方法可归纳为四类型的管教模式)</p> <p>3. 派发「四种管教模式」及「四种管教模式特点」工作纸，介绍四种管教模式、特点及对子女的影响，引导组员思考及了解自己管教模式</p> <p>四种管教模式特点：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 威信型(Authoritative) 特点：着重亲子之间彼此沟通交流</li> <li>• 专制型(Authoritarian) 特点：以家长为中心，子女需服从家长的指令</li> <li>• 纵爱型(Permissive) 特点：以子女为中心，家长完全迁就子女的意愿</li> <li>• 忽略型(Neglectful) 特点：天生天养，家长认为不需花太多时间及心思管教子女</li> </ul> <p>4. 总结及带出重点：</p> <p>根据社会学习理论(Bandura, A., 1999)，子女会模仿家长的行为，因此，希望透过活动让组员明白其管教模式与子女行为的密切关系，强调家长的负面思想会潜移默化，影响子女的成长(例如：「操控型攻击者」家长不惜以违规/负面行为达到目的，子女亦会出现类似“走捷径”及“踩低别人抬高自己”的欺凌行为，引致严重的后果)；让组员反思哪种管教模式才有助子女健康成长及促进亲子关系，并以身教作为子女的良好榜样</p>
物资	白板、白板笔、「情境题处」工作纸(课堂二)、「四种管教模式」工作纸(物资2.1)、「四种管教模式特点」工作纸(物资2.2)

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	思想大不同
时间	25分钟
目的	检视组员在处理子女行为问题时所运用的管教模式 让组员认识「想法」与「行为」、「情绪」及「身体反应」的关系，及掌握「想法」的重要性
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发及讲解「思想大不同 - 个例子」工作纸 个案内容： 操控型攻击者子女与家长相处片段</li> <li>2. 带领组员讨论，并一同分辨出个例子中所提及的「事件」、「想法」、「行为」、「情绪」及「身体反应」，并尝试填写「身心思维自我分析表」工作纸</li> <li>3. 引导组员思考「事件」、「想法」、「行为」、「情绪」及「身体反应」之间的关系</li> <li>4. 总结及带出重点： 同一事件，不同的人会有不同的理解及想法，因而出现不一样的情绪、身体和行为反应，强调负面的「想法」会带来负面的情绪、身体和行为反应，影响身心健康及亲子关系，协助组员掌握「想法」的重要性，并提升其需要改变的动机</li> <li>5. 鼓励组员可于日常生活中加以使用「身心思维」概念，以组员的真实例子示范如何运用「身心思维自我分析表」</li> </ol>
物资	「思想大不同-个例子」工作纸(物资2.3)、「身心思维自我分析表」工作纸(课堂三)

活动	总结及家庭作业讲解 – 「生活回忆录」工作纸
时间	10分钟
目的	巩固本节内容 鼓励组员于日常生活多留意自己的管教模式，及运用「身心思维」概念分析其想法、行为、情绪及身体反应
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 鼓励在日常生活中多留意管教模式，及反思对子女成长的影响；并运用「身心思维」概念分析个人的想法、行为、情绪及身体反应</li> <li>2. 派发及讲解「生活回忆录」家庭作业纸 家庭作业内容： 邀请组员于这周内纪录一件管教子女时令他/她感到困扰的事，并记下他/她当时的想法、行为、情绪及身体反应</li> <li>3. 邀请组员分享参与这一节小组的感受及得着</li> </ol>
物资	「生活回忆录」家庭作业纸

## 第六章 亲子平行小组内容

### 子女组

活动	家庭作业分享 — 「我叫…」
时间	15分钟
目的	加深组员之间的认识及连系 培养组员正面分享的气氛
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 邀请组员分享家庭作业—「我叫…」，可先选较轻松的题目(最崇拜的人、最难忘的事等)，然后分享我最想要的「着数」</li> <li>2. 总结及带出重点： 透过活动，让组员互相认识，并带出本节小组活动的重点：我想得到的「着数」</li> <li>3. 赞赏完成家庭作业及主动分享的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	后备家庭作业、星星贴纸

活动	「大雄的故事」
时间	15分钟
目的	让组员透过片段投射(Project)自己对「着数」的想法，加深工作人员对组员的了解 评估小组内的「操控型攻击者」组员倾向是想得到哪一种「着数」(如：物质、地位) 拉阔组员对「着数」的看法
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介绍片段人物背景，大雄的性格如下： <ul style="list-style-type: none"> <li>- 成绩平平</li> <li>- 为人怯懦</li> <li>- 缺乏自信</li> </ul> </li> <li>2. 播放「多啦A梦：独裁按钮」片段(片段开始至12分钟)，故事讲述大雄获得一件能「清除」任何人的法宝</li> <li>3. 邀请组员讨论片段中主角大雄的故事： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 大雄利用法宝后，得到什么「着数」？</li> <li>• 若你是片中的大雄，你又会想获得什么「着数」？</li> </ul> </li> <li>4. 总结及带出重点： 透过片段，了解到主角大雄想得到的「着数」，组员可检视自己想得到的「着数」又属哪一类(例如：权力、名誉、金钱等)</li> </ol>
物资	「多啦A梦：独裁按钮」片段、电脑

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	「神奇魔法师」
时间	15分钟
目的	了解组员过去的学习源头(Source of Learning) 评估组员行为背后的目的及次级增强物(Secondary Reinforcer)，协助工作人员对组员作出准确及全面的评估
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>派发愿望纸，邀请组员填上三个自己最想得到的「着数」</li> <li>检视组员的愿望纸，工作人员可先选较多组员想得到的「着数」，以邀请组员作分享 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>何时想要这些「着数」？</li> <li>从哪里获得这些「着数」？</li> <li>与谁一起去获得这些「着数」？</li> <li>用什么方法获得这些「着数」？</li> <li>什么原因令你想要这些「着数」？</li> </ul> </li> <li>总结及带出重点： 每个组员都有想得到的「着数」，从分享当中得知什么原因令大家认为这些「着数」是重要，亦了解到组员用哪些方法去得到「着数」，让工作人员对「操控型攻击者」组员行为背后的动机有初步的评估；透过大雄故事的结果，协助组员反思用负面途径获得「着数」是需要承担严重后果的</li> <li>赞赏积极参与及主动分享的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	愿望纸(课堂四)、星星贴纸

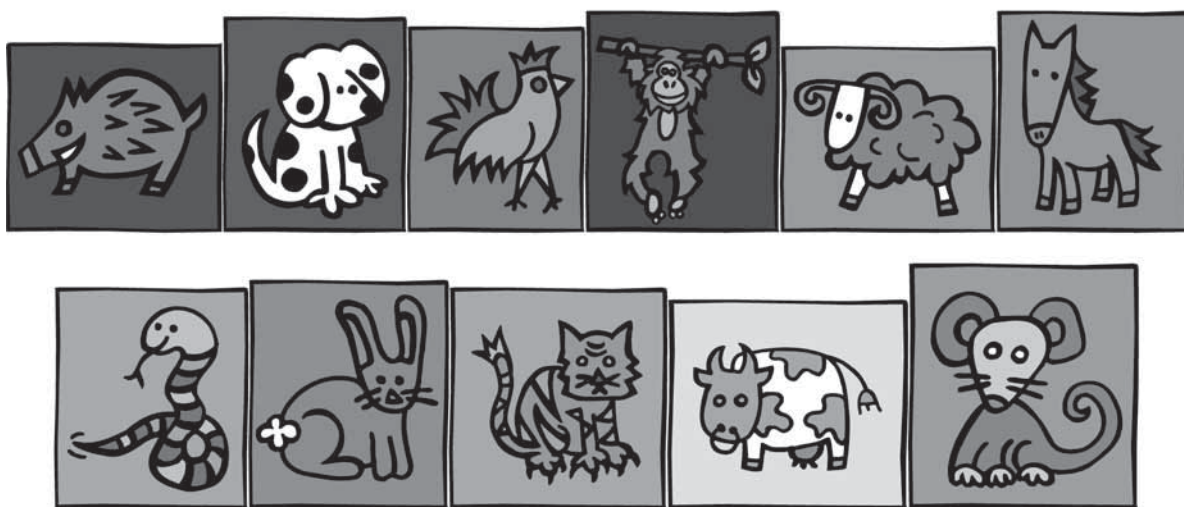
活动	「大雄真系赚咗？」
时间	10分钟
目的	<ol style="list-style-type: none"> <li>让组员明白攻击行为带来严重的负面后果</li> <li>让组员反思有什么东西/得着较获得「着数」更重要</li> </ol>
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>播放「大雄的故事」—「多啦A梦：独裁按钮」的片段(下半部份)，讲述大雄虽然透过「清除」所有人得到他想要的「着数」；但结果他孤独一人，并失去了家人及朋友的关心和支持，因此感到非常后悔，并懊恼自己所作所为带来的负面后果</li> <li>由于「操控型攻击者」低估负面行为所需承担的后果，因此，透过与组员一同讨论大雄的事例，引导组员反思用负面行为得到「着数」，会带来的严重后果(例：得不到社会大众的支持及认同)</li> <li>总结及带出重点： 以攻击及负面行为获得「着数」，会带来严重的后果，甚至失去较「着数」更重要的东西(例如：亲情或友情等)，鼓励组员反思日常生活中，有什么东西/得着较获得「着数」更重要，并让你拥有更多满足感</li> </ol>
物资	「多啦A梦：独裁按钮」片段、电脑 #可选择其他片段，重点是片中的主角需拥有操控型攻击者的特征，并有计划地利用攻击行为去获得「着数」

## 第六章 亲子平行小组内容

<b>活动</b>	<b>总结及家庭作业讲解 — 「等价交换」</b>
<b>时间</b>	10分钟
<b>目的</b>	总结本节内容 培养组员完成家庭作业的习惯
<b>程序</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 总结组员表现，赞赏组员在本节中的正面表现</li><li>2. 派发及讲解家庭作业「等价交换」 家庭作业内容： 「操控型攻击者」会不以为然地合理化其负面方法以获得「着数」(例：伤害别人/欺骗等)，透过邀请组员填写最想得到的「着数」及得到「着数」的三种方法，协助工作人员评估「操控型攻击者」组员得到「着数」的途径</li><li>3. 提醒组员完成家庭作业后，可获得星星贴纸，加强完成家庭作业的动机</li><li>4. 致送「最佳表现奖」及「最佳进步奖」给投入小组活动及努力改变的组员</li></ol>
<b>物资</b>	「等价交换」家庭作业纸、礼物

第二节小组课堂一(家长版)

# 到底我像谁?(家长版)



1. 图中每种动物也有不同的特质，日常生活里我最似哪一种动物？为什么？

---

2. 在管教子女时，自己会变成哪一种动物？为什么？

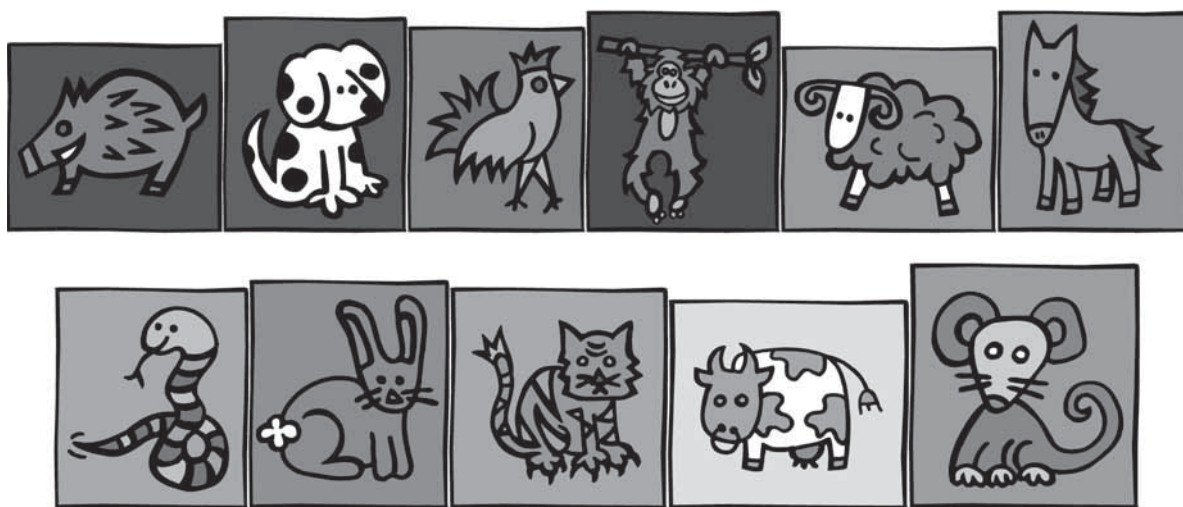
---

3. 与子女相处时，我最想自己成为哪一种动物？为什么？

---

第二节小组课堂一(子女版)

# 到底我像谁?(子女版)



1. 图中每种动物也有不同的特质，日常生活里我最似哪种动物? 为什么?

---

2. 面对家长管教时，自己会变成哪一种动物?为什么?

---

3. 与家长相处时，我最想自己成为哪一种动物? 为什么?

---

第二节小组课堂二

## 「情境题处理」

「某天，小明母亲接到老师的电话，得悉小明在学校小息时，指使并联合几位同学捉弄班中某位同学，最后弄坏他的眼镜。当被老师发现时，他不但没有承认其过错，而且反驳是同学挑衅他在先。」

小明回到家中，家长主动与小明讨论事件。小明依然没有承担责任，并强调是其他同学做的错事，全因老师偏心，所以只是惩罚他。又指出眼镜坏了只是一件小事，可以再买过，并没有什么大不了。」

事实上，老师已查明事件，并给予各同学适当惩罚。

若果你是小明的家长，你会怎么处理？为什么？

---

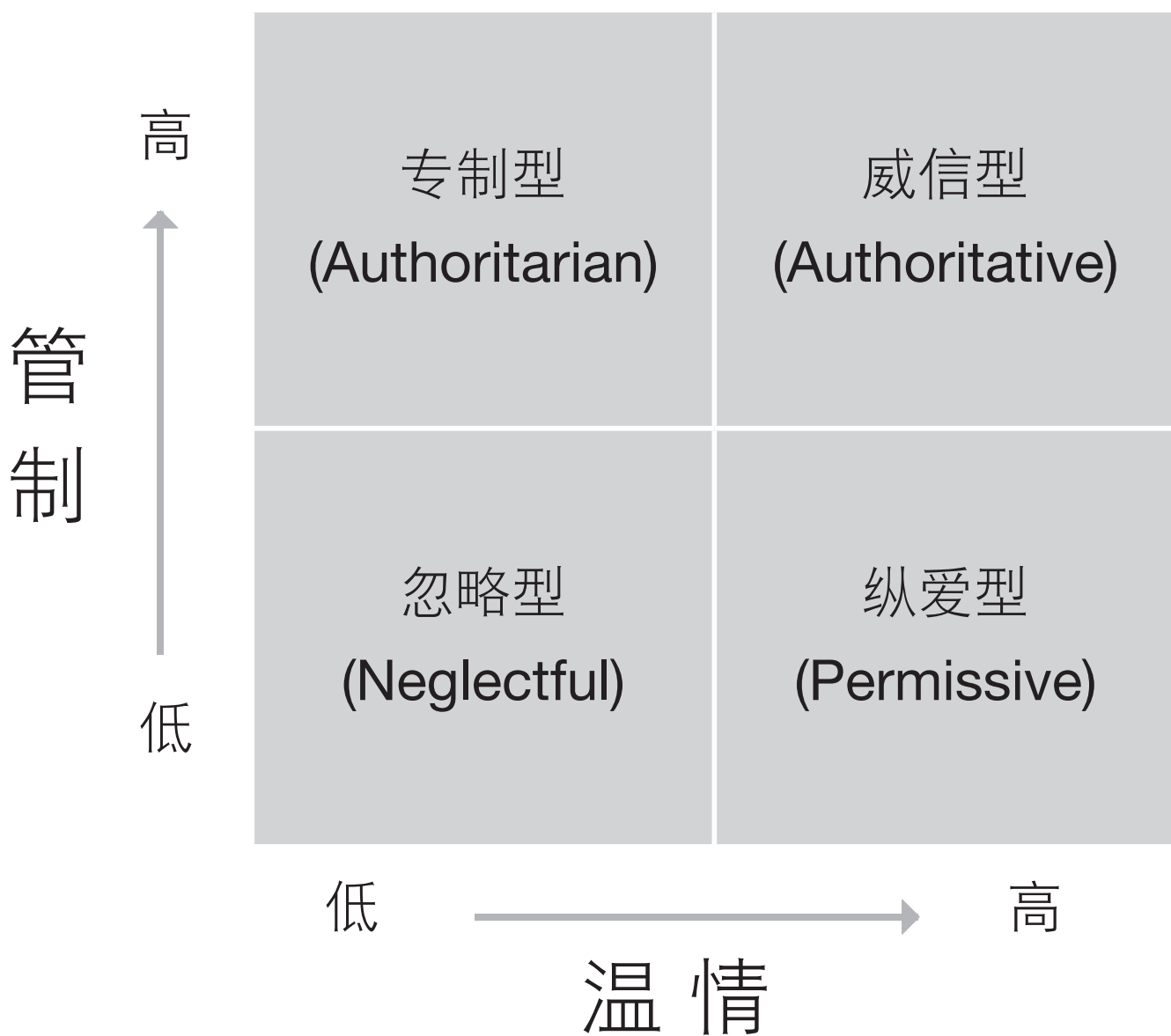
---

---

---



## 四种管教模式



## 第六章 亲子平行小组内容

### 第二节小组物资2.2

# 「四大管教模式特点」

管教类型	模式	特点	子女容易出现的行为表现
忽略型 (Neglectful)	低温情 + 低管制	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ 松散及非管制的教养方式</li> <li>→ 没有花太多时间和精力用于教养子女</li> <li>→ 忽略子女的行为及需要</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ 有怨气</li> <li>→ 社交和学习发展不良</li> <li>→ 易有敌意及反叛行为</li> <li>→ 意图向父母或社会还击</li> </ul>
纵爱型 (Permissive)	高温情 + 低管制	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ 松散及溺爱的教养方式</li> <li>→ 甚少命令子女</li> <li>→ 允许子女自由地表达感觉和冲动，不会严密地监督子女的活动，对他们的行为也极少作坚定的管制，形成纵容</li> <li>→ 家长多不能管制子女</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ 具反叛性及易受挫折</li> <li>→ 自我中心及支配性强</li> <li>→ 无目标</li> </ul>
专制型 (Authoritarian)	低温情 + 高管制	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ 高限制</li> <li>→ 设下许多规则，期望子女严谨地遵守，但很少向子女说明原因</li> <li>→ 常用惩罚，以强力的策略，促使子女跟从</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ 害怕、困惑及易怒</li> <li>→ 较不快乐、具消极敌意及脆弱</li> <li>→ 无目标</li> </ul>
威信型 (Authoritative)	高温情 + 适当管制	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ 较具弹性的教养方式</li> <li>→ 允许子女有充分的自由，小心地说明所设限制的理由，在需要时，会使用权力和说理，以确保子女遵从</li> <li>→ 能理解子女的需求及观点</li> <li>→ 容易成为说教及给予子女适当的推动</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ 能自我管制及信赖</li> <li>→ 能应付压力和与人合作及友善</li> <li>→ 有目标</li> </ul>

第二节小组物资2.3

## 思想大不同 - 一个例子

「某天下午，王志伟放学后，如常到补习社温习做功课。但是，这次志伟迟了整整一小时才回家。王太非常愤怒地问：「志伟，为什么你这样慢才回家呀？」志伟低下头说：「补习后，和朋友到足球场踢球。」

王太得悉原因后，十分激动说：「你知不知夜晚街上是很危险的，你无出事已经走运。你迟了回家，原来就只是跟朋友去玩！」志伟解释：「不是玩，我下星期班际比赛，我只系练习而已。」

王太大力拍台说：「你就快考试，还挂着玩，踢足球有什么用？有前途吗？你考试不合格，升不上好中学，看看你到时怎么死！气死我了！你返房吧！我现在很头痛，不想再听到你说！」

志伟无奈说：「妈，你根本不明白我。」

# 身心思维自我分析表

引发事件:	
↓	
王太的「想法」:	
↓	↓
王太的「行为」:	王太的「情绪」及「身体反应」 情绪: 身体反应:

第二节小组课堂三

# 身心思维自我分析表 (范例)

## 引发事件:

「志伟放学后，跟朋友到足球场踢球，迟了一小时才回家。」



## 王太的「想法」:

1. 「夜晚才回家，一定会出事。」
2. 「读书才有好前途，踢足球是浪费时间。」
3. 「儿子不懂事，他的解释无须理会。」



## 王太的「行为」:

1. 大声责骂
2. 大力拍台
3. 恶言相向






## 王太的「情绪」及「身体反应」

情绪：生气，愤怒，激动  
身体反应：头痛

第二节小组家庭作业(家长组)

# 生活回忆录

请填上过去一星期你于管教子女时感到困扰的一件事情，然后于下列方格内写上你的想法、行为、情绪及身体反应(如头痛、心跳加速、颤抖等)。

 <p>事情经过是怎样？</p>	
↓	
 <p>你当时有什么想法？</p>	
↓	↓
<p>你此刻「心情」如何？</p> <p>你留意到自己有什么「身体反应」？</p>	<p>你做了什么？</p> 

第二节小组课堂四

# 「愿望纸」

「大家好！我是魔术大师哈利波比。我可以给你三个着数，诚心许愿吧！只要你想要的，我都可以给你！」



(例子:金钱/成绩/地位/成功感/受人尊重)

愿望(一)

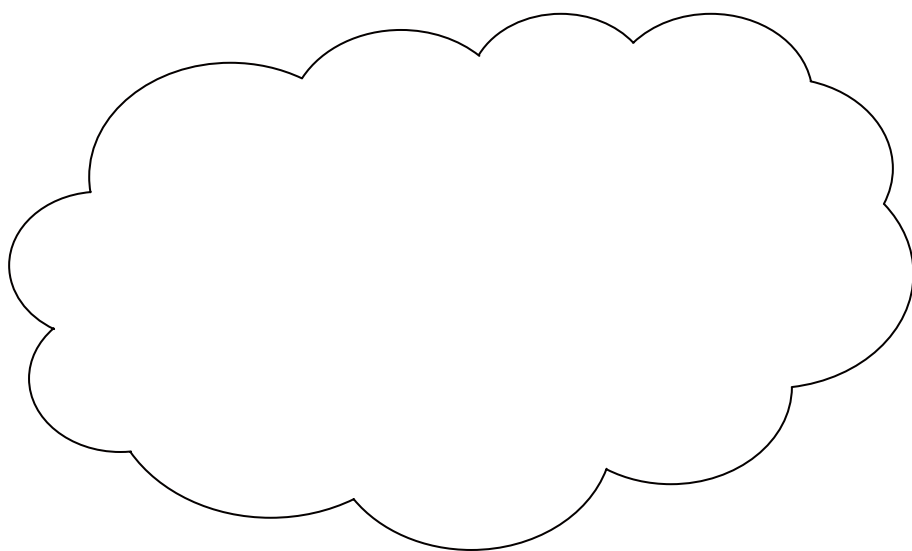
愿望(二)

愿望(三)

第二节小组家庭作业(子女组)

# 等价交换

我现时最想得到的「着数」是:



我会用什么方法来换取这些「着数」?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_



## 第六章 亲子平行小组内容

节数：第三节

形式：小组先以亲子形式进行，后再分为家长组及子女组

目标：1. 让组员留意亲子沟通模式

2. 协助家长辨识各类型的思想陷阱，并了解思想陷阱如何影响亲子关系

3. 评估子女达到目的的方法及成效

4. 协助子女反思他们的行为所来的风险和负面影响

### 亲子活动

(详情请参阅教学光碟，小学亲子小组 — 4.1 小组初期，亲子活动)

活动	最常说的「五句话」
时间	25分钟
目的	协助家长及子女留意及反思亲子沟通时的对话 初步评估亲子之沟通模式及家长之管教方法
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发「五句话」工作纸给组员、家长及子女各自填写</li> <li>2. 邀请亲子之间互相分享，协助组员了解双方的话是否于出现于相同情境及是否相应配合 例如：家长最常说的是「唔好再打机」，子女最常说的是「得啦得啦！」/「俾我玩多五分钟！」以回应家长的话；而亲子相处的情境是家长正在处理子女打游戏机的时候</li> <li>3. 工作人员可从亲子之分享中观察并评估家长较重视子女哪一方面之情况，如五句话中，大多围绕于学业成绩/表现方面，便了解到该家长于管教方面的重点，而这些观察有助工作人员在安排「拉阔规条尺」的活动前作初步评估；另工作人员可观察家长就管教「操控型攻击者」子女的方法，如：「如果你考到一百分，你想要什么我都买给你！」，便可了解到家长是用利诱方式令子女达到其要求</li> <li>4. 邀请组员于大组作亲子分享 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 你在哪些情境最常说这五句话？</li> <li>• 当你说这些话时，有否留意对方的感受和反应？对方的反应会否影响你继续说这些话的动机？</li> <li>• 你于亲子相处时经常说的话，是否对方最常听到的话？</li> <li>• 当你常常听到对方说相同的话，你的回应是什么？你有否了解对方为什么要经常说这些话？</li> </ul> </li> <li>5. 总结及带出信息： 亲子可多留意与对方沟通时经常说的话，因从对话中，可得知更多对方对自己的期望，并可反思这种表达方法，能否有效地令对方了解自己带出的信息</li> </ol>
物资	「五句话」工作纸(课堂一)

## 第六章 亲子平行小组内容

### 家长组

活动	家庭作业分享
时间	10分钟
目的	强化组员对「身心思维」概念的运用及掌握 协助组员留意在管教子女时出现的即时想法
程序	<p>1. 邀请组员分享家庭作业，并检视组员于在家庭作业纸上填写的「想法」、「情绪」、「行为」、「身体反应」是否正确及相关(由于「身心思维」概念较为抽象及当中内容容易混淆不清)</p> <p>分享重点：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 引导组员回想当时的情境及回顾脑海中即时出现的想法</li> <li>• 可使用量化技巧(Scaling Question)协助组员分享，(例如：如果10分是满分，你的不满是多少分?)及引导组员选择较为贴切的情绪字词(例如：不开心/伤心/愤怒/不满哪种情绪字词较为配合你的感受?)</li> </ul> <p>2. 总结及带出重点：</p> <p>组员于日常生活尝试运用「身心思维」概念分析其想法、行为、情绪及身体反应，这有助避免出现负面想法及所带来的负面影响。工作人员透过组员的分享，检视「操控型攻击者」家长于管教子女时的即时想法(例如：成绩不好将来一定没有前途!)，有助日后拆解思想陷阱及拉阔规条尺</p>
物资	后备家庭作业

活动	十大「思想陷阱」
时间	25分钟
目的	协助组员辨识各类型的「思想陷阱」 让组员反思跌入「思想陷阱」所带来的负面影响
程序	<p>1. 讲解思想模式的形成、「思想陷阱」概念及两者的关系</p> <p>思想模式的形成：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 基于个人的成长经历(家庭环境、社交生活、社会风气等)</li> <li>• 多年累积而建立</li> </ul> <p>「思想陷阱」概念：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 偏差的思想反应</li> <li>• 在面对压力时，从个人价值观及规条中即时引发的自动化想法</li> <li>• 容易被我们忽略的感受及低估其严重性</li> <li>• 跌入时会引致负面的行为、情绪及各种身体反应</li> </ul> <p>思想模式及「思想陷阱」的关系：</p> <p>当面对某些情境时，会不自觉地出现某些想法，只反映了部份事实，从而下了某些判断，便跌入了「思想陷阱」，并引致负面的情绪、身体及行为反应</p>

## 第六章 亲子平行小组内容

程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. 讲解活动规则及于白板上贴有「思想陷阱」字牌，并向组员派发10张「思想陷阱」类型解释卡</li> <li>3. 让组员互相讨论并进行配对；将解释字句卡贴于相对应的「思想陷阱」类型卡旁边；工作人员需因应组员不同的学习能力，鼓励组员多作尝试及提供协助</li> <li>4. 应用组员家庭作业的真实例子，引导组员反思跌入「思想陷阱」的负面影响 「操控型攻击者」家长跌入了「思想陷阱」的例子： 管教子女时，家长会出现「子女成绩不好，他们将来一定没有前途！」的想法，这是跌入了「非黑即白」的「思想陷阱」；负面影响包括出现头痛、心跳加速等身体反应并大声责骂子女，以致引起亲子冲突</li> <li>5. 总结及带出重点： 透过活动让组员初步辨识各类型的「思想陷阱」，并让组员反思跌入「思想陷阱」所带来的负面影响，鼓励组员避免跌入「思想陷阱」</li> </ol>
物资	「思想陷阱」字句牌(物资3.1)、「思想陷阱」类型解释卡(物资3.2)

活动	我的「思想陷阱」
时间	20分钟
目的	引导组员探寻及辨识自己常跌入的「思想陷阱」 提升组员作出改变的动机，为拆解「思想陷阱」作准备
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发「思想陷阱的类型」工作纸，邀请组员将填写跌入不同「思想陷阱」的频率(5分代表经常，4分代表通常，3分代表间中，2分代表很少，1分代表从不)</li> <li>2. 邀请组员分享最常跌入之「思想陷阱」及相关情境/经历 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 什么情境/经历令你觉得跌入了这些「思想陷阱」？</li> <li>• 当你跌入了「思想陷阱」时，你出现了哪些情绪及身体反应？</li> <li>• 跌入这些「思想陷阱」如何影响你的身心健康、与子女的亲子关系？</li> </ul> </li> <li>3. 总结及带出重点： 从活动中，引导组员辨识其经常跌入的「思想陷阱」类型及相关情境，及所引致的负面影响(特别是亲子关系上)，提升组员作出改变的动机，为拆解「思想陷阱」作好准备</li> </ol>
物资	「思想陷阱的类型」工作纸(课堂二)

## 第六章 亲子平行小组内容

<b>活动</b>	<b>总结及家庭作业讲解－「思想陷阱个案练习」</b>
<b>时间</b>	10分钟
<b>目的</b>	巩固本节内容
<b>程序</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>总结「思想陷阱」的类型及跌入「思想陷阱」所带来的负面影响，鼓励组员避免跌入「思想陷阱」</li> <li>派发及讲解「思想陷阱个案练习」家庭作业纸 家庭作业内容： 组员尝试于例子旁边，填写正确的思想陷阱名称，而组员可根据家庭作业纸中列出的十大「思想陷阱」填写答案</li> <li>邀请组员分享参与是节小组的感受及得着</li> </ol>
<b>物资</b>	「思想陷阱个案练习」家庭作业纸

### 子女组

<b>活动</b>	<b>家庭作业分享－「等价交换」</b>
<b>时间</b>	10分钟
<b>目的</b>	让组员明白到正面行为会带来满足感，同时得到别人的认同及支持
<b>程序</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>邀请组员分享家庭作业－「等价交换」 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>用了什么方法得到「着数」</li> <li>使用负面方法/途径得到什么后果</li> <li>有什么其他正面方法/途径可以得到同样的「着数」</li> </ul> </li> <li>总结及带出重点： 协助「操控型攻击者」组员反思：用负面行为得到「着数」的后果，鼓励组员尝试运用正面途径取得相同的「着数」，除了得到满足感之外，亦得到别人及社会的认同及支持</li> <li>赞赏完成家庭作业及主动分享的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
<b>物资</b>	后备家庭作业、星星贴纸

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	「名人访问」
时间	10分钟
目的	评估组员使用什么方法以达到目的，而当中是否使用欺凌/违规行为
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 向组员派发一张卡纸，纸上写有他们觉得重要的「着数」</li> <li>2. 讲解活动程序： 每个组员同时扮演「记者」以及「名人」来互相访问，并于「名人访问」工作纸上填写得到该「着数」的方法，及提供该答案之组员名字</li> <li>3. 鼓励组员积极回答其他组员的提问并派发小礼物给收集最多同方法的组员</li> <li>4. 邀请组员分享 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 哪些方法可令你得到「着数」，而方法是你之前没有想过或用过的</li> <li>• 什么原因是你之前没有想过或用过这些方法以得到「着数」</li> </ul> </li> <li>5. 总结及带出重点： 「操控型攻击者」会不以为然地使用合理化的欺凌行为以获得「着数」，因此，透过活动，可让组员反思以非欺凌/违规行为亦能达到相同目的；并能让工作人员评估组员会使用什么方法以达到目的，当中是否使用了欺凌或违规行为</li> <li>6. 赞赏投入活动的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	「名人访问」工作纸(课堂三)、小礼物、星星贴纸

活动	「成效指数表」
时间	15分钟
目的	让组员评估自己用不同方法获得「着数」的成效，并反思其惯常做法所带来的负面后果 检视组员会否冷静地计算各种攻击行为的风险及评估后果
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 邀请组员在「成效指数表」上写出自己想要的着数，并选择三种自己认为最适合的方法，并填上预期使用这些方法得到着数的有效程度：按不同的指数，贴上不同的贴纸 红色贴纸：想过这个方法的指数(贴纸越多，表示想过次数越多)；绿色贴纸：使用这个方法的指数(贴纸越多，表示使用次数越多)；星星贴纸：有关方法的成效</li> <li>2. 邀请组员分享 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 哪些是最有效的方法获得「着数」</li> <li>• 哪些是最常用的方法获得「着数」</li> <li>• 哪些是你常想到，但不常用到的方法以获得「着数」</li> <li>• 你如何评价你经常使用的方法，它们有什么好处及坏处？</li> <li>• 你有否考虑这些方法所带来的负面后果？</li> </ul> </li> <li>3. 总结及带出重点： 「操控型攻击者」常低估欺凌/违规行为带来的负面后果，透过此活动，让工作人员检视组员会否冷静地计算各种攻击行为的风险及评估后果，并协助组员反思其惯常做法所带来的负面后果，提升组员作出改变的动机</li> <li>4. 赞赏投入活动及主动分享的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	成效指数表(课堂四)、颜色贴纸、星星贴纸

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	我的情绪事件簿
时间	15分钟
目的	增加组员对自己情绪的了解 让组员了解不同的想法会带来不一样的情绪，让组员对「想法」的重要性有初步认识
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发情绪卡及「我的事件簿」工作纸，请组员于工作纸上填写引起该情绪的事件</li> <li>2. 邀请组员分享一件写在工作纸上的事件，让其他组员猜想该事件引起哪种情绪，并以情绪卡表达</li> <li>3. 派发小礼物于猜中答案的组员，并邀请组员作出分享 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 什么原因令你认为该事件引起这种情绪</li> <li>• 为什么同一事件，不同的人可能引起不同情绪</li> </ul> </li> <li>4. 总结及带出重点： 在同一事件中，不同的人会产生不一样想法，从而带来不同的情绪，初步引导组员思考「想法」的重要性，及「想法」如何影响组员的「行为」和「情绪」</li> <li>5. 赞赏投入活动及主动分享的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	情绪卡(物资3.3)、「我的事件簿」工作纸(课堂五)，小礼物，星星贴纸

活动	总结及家庭作业讲解 — 「想法记录表」
时间	10分钟
目的	总结本节内容 引导组员思考「想法」的重要性，及「想法」如何影响到组员的「行为」和「情绪」
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 总结小组内容及组员表现，赞赏组员于本节内的正面表现</li> <li>2. 派发及讲解家庭作业「想法记录表」 家庭作业内容： 邀请组员纪录一件成功及一件挫败的事，并记录其个人的想法、行为及情绪；从而于引导组员思考「想法」的重要性，及「想法」如何影响组员的「行为」和「情绪」</li> <li>3. 提醒组员完成家庭作业后，可获得奖品，加强完成家庭作业的动机</li> <li>4. 致送「最佳表现奖」及「最佳进步奖」给投入小组活动及努力改变的组员</li> </ol>
物资	「想法记录表」家庭作业纸、礼物

第三节小组课堂一(家长版)

# 「五句话…」

与子女相处时，自己常常说的5句话说

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

第三节小组课堂一(子女版)

# 「五句话…」

与父母相处时，自己常常说的5句说话

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_



## 「思想陷阱」字句牌

非黑即白

大难临头

妄下判断

感情用事

过度自责

贬低成功经验

过度类推

左思右想

怨天尤人

打沉自己

## 「思想陷阱」类型解释卡

类型	解释
1. 非黑即白	即「绝对化」思想；事情只有一个绝对的结果，不可能存在其他可能性。对事情的看法只有是或不是，错与对，中间没有灰色地带。
2. 贬低成功经验	把成功的经验归因于别人身上，认为这只是侥幸，或没有什么了不起，并忽视是自己的努力所致。
3. 大难临头	把事情的严重程度扩大，推至「灾难化」的地步。
4. 过度类推	根据一件无关的小事，就对整个事件甚至无关的事件下结论。
5. 妄下判断	在没有什么理据下，把事情的结果推断为负面。
6. 左思右想	面对事情不断重覆思考，而思考内容是互相矛盾，不能果断，犹豫不决。
7. 感情用事	以心情作判断或结论，心情坏的时候觉得什么事情都有问题，因而忽略客观事实。
8. 怨天尤人	忽略或推卸自己责任，凡事归咎他人或埋怨上天。
9. 过度自责	即「个人化」思想；每当出现问题时，往往把责任归咎于自己身上，并认为是自己的错。
10. 打沉自己	不断向自己说负面的说话，以致意志消沉。

第三节小组课堂二

## 思想陷阱的类型

于每个思想陷阱填上分数，以代表其跌入该陷阱之频率。(5分代表经常，4分代表通常，3分代表中间中，2分代表很少，1分代表从不)

类型	解释	频率
1. 非黑即白	即「绝对化」思想；事情只有一个绝对的结果，不可能存在其他可能性。对事情的看法只有是或不是，错与对，中间没有灰色地带。	
2. 贬低成功经验	把成功的经验归因于别人身上，认为这只是侥幸，或没有什么了不起，并忽视是自己的努力所至。	
3. 大难临头	把事情的严重程度扩大，推至「灾难化」的地步。	
4. 过度类推	根据一件无关的小事，就对整个事件甚至无关的事件下结论。	
5. 妄下判断	在没有什么理据下，把事情的结果推断为负面。	
6. 左思右想	面对事情不断重覆思考，而思考内容是互相矛盾，不能果断，犹豫不决。	
7. 感情用事	以心情作判断或结论，心情坏的时候觉得什么事情都有问题，因而忽略客观事实。	
8. 怨天尤人	忽略或推卸自己责任，凡事归咎他人或埋怨上天。	
9. 过度自责	即「个人化」思想；每当出现问题时，往往把责任归咎于自己身上，并认为是自己的错。	
10. 打沉自己	不断向自己说负面的说话，以致意志消沉。	

第三节小组家庭作业(家长组)

## 思想陷阱个案练习

「陈太接到学校来电，讲述儿子阿强在校连群结党，抢去同学的手提电话。」

1. 非黑即白

2. 妄下判断

3. 怨天尤人

4. 过度类推

5. 感情用事

6. 贬低成功经验

7. 大难临头

8. 左思右想

9. 过度自责

10. 打沉自己

回应一：

陈太盛怒下大骂儿子：「你怎么搅的！你一定是加入了黑社会！你一定已经变了不良少年。整天只会做伤天害理的事。」

---

回应二：

陈太自言自语地说：「都是我不好，如果我多点留在家中照顾及督导儿子，他就不会学坏。唉…都是我不好。」

---

回应三：

陈太不停地想：「怎么办呢？阿强现在犯了校规，今年可能会留级，到时怎么办？如果他因此而放弃学业，真的惨了…」

---

回应四：

陈太立刻告诉丈夫：「我们今后一定要看紧阿强，禁止他玩乐，读书是最重要的，读书不成，将来就没有前途…」

---

回应五：

陈太立刻想：「这世界真不公平，「人生仔，我生仔」，我的儿子偏偏这么不听话，常常要我担心和劳气。」

---

## 第六章 亲子平行小组内容

回应六：

陈太在盘算：「怎么办呢？放学回家要不要责骂他呢？还是由学校处理就可以？责骂他又怕他不高兴，不责骂他，又担心他会学坏，怎样是好？」

---

回应七：

老师表示阿强的表现有所改善，赞赏陈太教导儿子有方。陈太口里向老师道谢，另一方面，心里却说：「阿强操行时好时坏，下次可能再犯错，他有什么了不起?!」

---

回应八：

陈太正想上班，听了来电后心情极坏，便立刻跑回房去，放下手袋，致电向公司请假，等阿强回家后责备他，发泄不满。

---

回应九：

陈太立刻想：「这个儿子没有用了！好的事情不学，坏的事情就全部学到足，做其他事一定也不行。」

---

回应十：

陈太立刻想：「作为母亲，我都算最失败，最无用的一个。」

---

第三节小组家庭作业(家长组)

# 思想陷阱个案练习 (范例)

「陈太接到学校来电，讲述儿子阿强在校连群结党，抢去同学的手提电话。」

回应一：

陈太盛怒下大骂儿子：「你怎么搞的！你一定是加入了黑社会！你一定已经变了不良少年。整天只会做伤天害理的事。」

\_\_\_\_\_妄下判断\_\_\_\_\_

回应二：

陈太自言自语地说：「都是我不好，如果我多点留在家中照顾及督导儿子，他就不会学坏。唉…都是我不好。」

\_\_\_\_\_揽晒上身\_\_\_\_\_

回应三：

陈太不停地想：「怎么办呢？阿强现在犯了校规，今年可能会留级，到时怎么办？如果他因此而放弃学业，真的惨了…」

\_\_\_\_\_大难临头\_\_\_\_\_

回应四：

陈太立刻告诉丈夫：「我们今后一定要看紧阿强，禁止他玩乐，读书是最重要的，读书不成，将来就没有前途…」

\_\_\_\_\_非黑即白\_\_\_\_\_

回应五：

陈太立刻想：「这世界真不公平，「人生仔，我生仔」，我的儿子偏偏这么不听话，常常要我担心和劳气。」

\_\_\_\_\_怨天尤人\_\_\_\_\_

## 第六章 亲子平行小组内容

回应六：

陈太在盘算：「怎么办呢？放学回家要不要责骂他呢？还是由学校处理就可以？责骂他又怕他不高兴，不责骂他，又担心他会学坏，怎样是好？」

\_\_\_\_\_左思右想\_\_\_\_\_

回应七：

老师表示阿强的表现有所改善，赞赏陈太教导儿子有方。陈太口里向老师道谢，另一方面，心里却说：「阿强操行时好时坏，下次可能再犯错，他有什么了不起?!」

\_\_\_\_\_贬低成功经验\_\_\_\_\_

回应八：

陈太正想上班，听了来电后心情极坏，便立刻跑回房去，放下手袋，致电向公司请假，等阿强回家后责备他，发泄不满。

\_\_\_\_\_感情用事\_\_\_\_\_

回应九：

陈太立刻想：「这个儿子没有用了！好的事情不学，坏的事情就全部学到足，做其他事一定也不行。」

\_\_\_\_\_过度类推\_\_\_\_\_

回应十：

陈太立刻想：「作为母亲，我都算最失败，最无用的一个。」

\_\_\_\_\_打沉自己\_\_\_\_\_

## 第六章 亲子平行小组内容

### 第三节小组课堂三

# 「名人访问」




记者：\_\_\_\_\_

着数：\_\_\_\_\_

	名人姓名	用什么方法得到「着数」
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		



# 成效指数表

我最想得到着数	想过这方法的指数	使用过这方法的指数	预期成效指数 
方法一：			
方法二：			
方法三：			

# 情绪卡

轻松



挫败感



恐惧



满足感



内疚



孤单



安全感



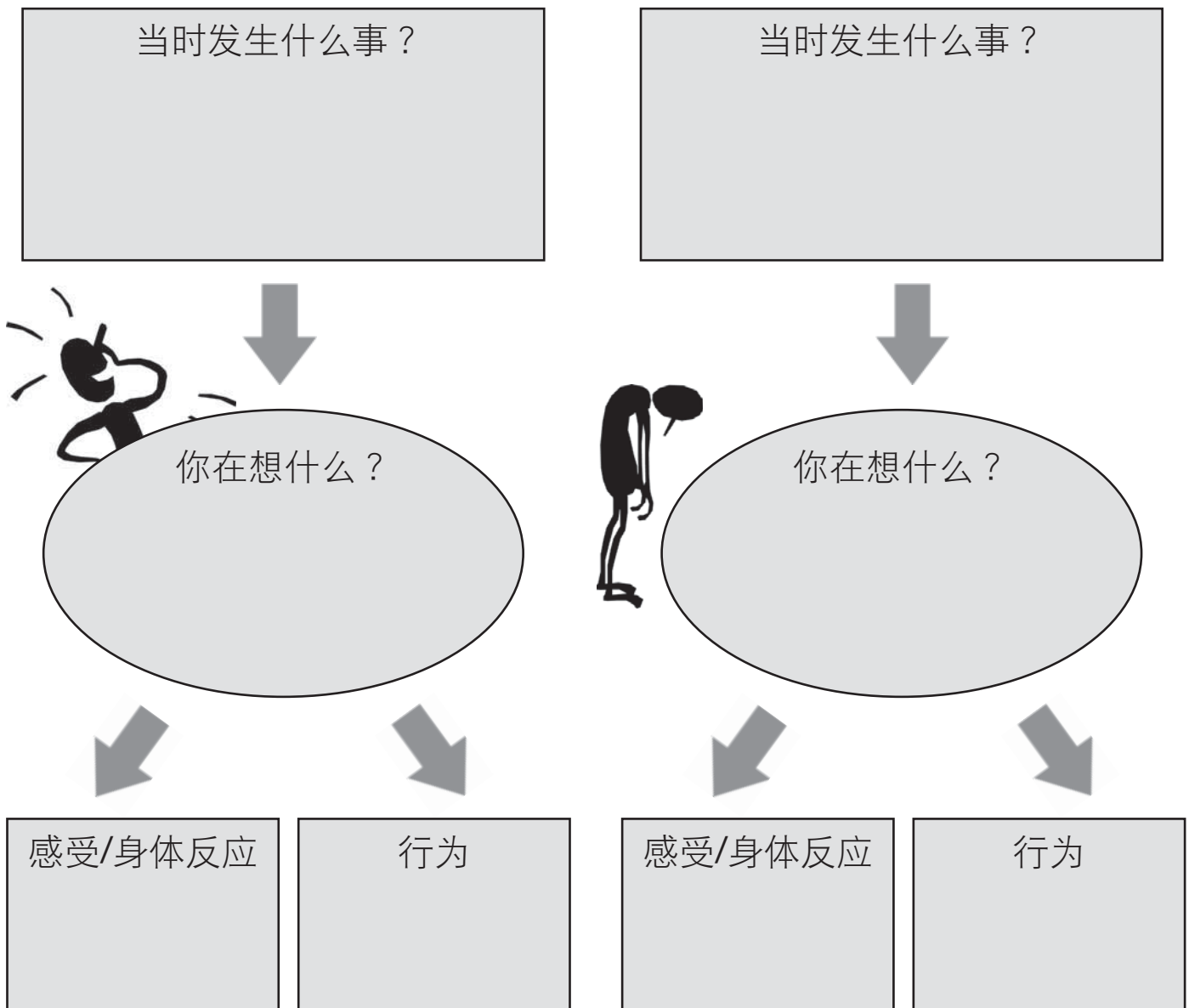
# 我的事件簿



	发生什么事情， 我会有以下感觉…
挫败	
轻松	
恐惧	
满足感	
内疚	
孤单	
安全感	

第三节小组家庭作业(子女组)

# 「想法记录表」



## 第六章 亲子平行小组内容

### 节数：第四节

形式：小组将先以亲子形式进行，后再分为家长组及子女组

- 目标：
1. 协助家长与子女了解双方的想法和期望
  2. 巩固家长对思想陷阱的认识，协助家长拆解思想陷阱
  3. 让子女明白「想法」与「行为」、「情绪」及「身体反应」的关系
  4. 协助子女认识思想陷阱，以助工作人员对组员作出评估

### 亲子活动

活动	「理想家长/子女大竞投」
时间	30分钟
目的	增加亲子沟通，了解双方的想法及期望
程序	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 派发「理想家长/子女大竞投」工作纸给组员，邀请亲子各自填写，并将一百万分配于竞投理想家长/子女的条件</li><li>2. 邀请组员作大组分享，而工作人员可了解组员对家长/子女之期望，并从中评估「操控型攻击者」组员之价值观及个别条件之重视程度 分享重点：<ul style="list-style-type: none"><li>• 有什么原因令你认为这个条件是最重要的？</li><li>• 有什么原因令你认为家长/子女必须符合这些条件？</li><li>• 若你的家长/子女没有这些条件，对你来说代表了什么？</li></ul></li><li>3. 总结及带出信息： 这活动旨在让亲子了解双方的期望，鼓励组员先聆听对方的期望，并与对方沟通，共同订立亲子双方能达到之目标</li></ol>
物资	「理想家长/子女大竞投」工作纸(课堂一)

## 第六章 亲子平行小组内容

### 家长组

活动	小组重温
时间	15分钟
目的	重温十种「思想陷阱」类型 让组员回顾跌入「思想陷阱」的经验
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>于白板贴上「思想陷阱」类型卡，与组员回顾及检讨「思想陷阱个案练习」家庭作业纸，并重温十种「思想陷阱」的特点</li> <li>邀请组员分享这星期管教子女时跌入「思想陷阱」的经验</li> <li>总结及带出信息： 协助组员反思管教子女时跌入了哪种「思想陷阱」，加强组员对「思想陷阱」类型的认识和理解，并介绍「五常法」以拆解「思想陷阱」所带来的负面影响</li> </ol>
物资	白板、白板笔、「思想陷阱」类型卡(可参考物资3.2)、后备家庭作业

活动	「思想陷阱」大对抗之五常法
时间	35分钟
目的	让组员掌握「五常法」概念及应用当中的技巧 协助组员尝试应用自我反问法拆解「思想陷阱」
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>派发「五常法」工作纸，讲解「五常法」概念如何协助组员避免跌入「思想陷阱」 「五常法」概念： <ul style="list-style-type: none"> <li>第一法：常留意身体警告讯号 <ul style="list-style-type: none"> <li>留意跌入「思想陷阱」与身体警告讯号之间的关系</li> </ul> </li> <li>第二法：常冷静 <ul style="list-style-type: none"> <li>让思想停一停，冷静下来，例如：深呼吸，喝水和上洗手间洗脸</li> </ul> </li> <li>第三法：常分散注意力 <ul style="list-style-type: none"> <li>做其他事情以分散注意力，例如：听音乐、行山、往街上逛逛</li> </ul> </li> <li>第四法：常备聪明卡 <ul style="list-style-type: none"> <li>随身携带金句，提醒自己避免跌入「思想陷阱」</li> </ul> </li> <li>第五法：常反问自己 <ul style="list-style-type: none"> <li>以自我对话的方法对抗「思想陷阱」</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>邀请组员一同练习「五常法」中的技巧 例子： <ul style="list-style-type: none"> <li>分享冷静激动情绪的方法</li> <li>试做减压练习(例如：深呼吸练习)</li> <li>分享正面的人生金句，填写合适的句子于卡纸上</li> </ul> </li> </ol>

## 第六章 亲子平行小组内容

程序	<p>3. 介绍及讲解三种拆解「思想陷阱」的自我对话技巧(「五常法」中的第五法) 逻辑与实证(Validity Testing Evidence and Logic)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 你所害怕的事真的会发生吗？</li> <li>• 是什么令你有此感觉？</li> </ul> <p>其他可能性(Alternative Question)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 事情有否其他可能的解释？</li> <li>• 其他人对此事的想法和感觉会否有所不同？</li> </ul> <p>想想后果(Impact Question)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 若你持续跌入「思想陷阱」，真的对你有好处？</li> <li>• 即使最坏的后果出现了，那又如何？你仍可应付吗？</li> <li>• 持续跌入「思想陷阱」，对你与子女亲子相处有什么影响？</li> </ul> <p>4. 派发「自我反问句子」工作纸(物资4.3)，以组员常跌入的「思想陷阱」作例子，尝试一同拆解「思想陷阱」；而工作人员亦可运用组员的真实例子进行讨论，增加组员的共鸣</p> <p>例子：「不用金钱利诱子女，他们必定不会温习」(思想陷阱-非黑即白)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 是否真的要只有金钱利诱，子女才会温习？</li> <li>- 「不用金钱利诱子女，他们必定不会温习！」，除此之外，还有没有其他可能性？</li> <li>- 每次都金钱利诱的方法令子女温习会有什么后果？</li> </ul> <p>5. 总结及带出信息：</p> <p>「操控型攻击者」组员于管教子女时会经常出现偏差的想法及跌入「思想陷阱」，不但影响自身的情绪，更会破坏亲子关系；透过活动让组员尝试运用「五常法」中的技巧，避免跌入「思想陷阱」及所带来的负面影响</p>
物资	白板、白板笔、精美小卡纸、「五常法」工作纸(物资4.1)、「自我反问句子」工作纸(物资4.2)

活动	总结及家讲讲解
时间	10分钟
目的	巩固本节内容 让组员初步留意在管教子女时出现的「个人规条」
程序	<p>1. 鼓励组员于日常生活中运用五常法以拆解「思想陷阱」，并留意管教子女时出现的「个人规条」</p> <p>2. 邀请组员填写「规条秤一秤」家庭作业纸：</p> <p style="padding-left: 20px;">第一项：三条于管教子女方面出现的「个人规条」</p> <p style="padding-left: 20px;">第二项：组员对这些「个人规条」的相信程度</p> <p>3. 邀请组员分享其感受及得着</p>
物资	「规条秤一秤」家庭作业纸

## 第六章 亲子平行小组内容

### 子女组

活动	家庭作业分享 — 「想法记录表」
时间	10分钟
目的	让组员留意自己的「想法」，非常易影响「行为」及「情绪」 让组员初步掌握「事件」、「想法」、「行为」、「情绪」之间的关系 让「操控型攻击者」明白，他们平日惯常作出的违规行为，主要是基于他们的「思想陷阱」
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 邀请组员分享家庭作业 — 「想法记录表」(物资3.10)</li> <li>2. 将组员分成两组，邀请组员讨论A-B-C挑战卡上「事件」、「想法」、「行为」及「情绪」之关系，并邀请作分组汇报</li> <li>3. 总结及带出重点： 讲解「想法」、「行为」、「情绪」之关系：「想法」是影响「行为」及「情绪」，不一样想法是会带来不同「行为」及「情绪」</li> <li>4. 赞赏完成家庭作业及投入参与活动的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	后备家庭作业、A-B-C挑战卡(物资4.3)、星星贴纸

活动	猜猜他、她、它？
时间	20分钟
目的	加深组员对想法、行为及情绪反应之间关系的了解 让组员了解自己的思想陷阱所带来的负面影响，增加组员改变的动机
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介绍十个由不同动物代表的「思想陷阱」，让组员明白不同「思想陷阱」的特征</li> <li>2. 将组员分为两组，每组获派5张「思想陷阱」代表动物卡，按照不同动物所代表的「思想陷阱」，写出若有这些「思想陷阱」，就会出现怎样的行为及情绪。组员将写在画纸上，最后张贴在白板上</li> <li>3. 让组员根据另一组填写出的行为及情绪特征，猜测这些特征是属于那一个动物的「思想陷阱」</li> <li>4. 公布答案：猜中最多答案的一组，及投入活动的组员，并获得礼物一份以示鼓励</li> <li>5. 总结及带出重点： 强调组员若经常持有「思想陷阱」，不以为然地出现合理化的违规行为，更会承担不同程度的惩罚，最后得不偿失。因此，鼓励组员加强自我观察的能力，多留意自己有否出现「思想陷阱」，避免负面行为带来的严重后果</li> </ol>
物资	「思想陷阱」代表动物卡(物资4.4)、画纸、胶纸、白板、物



## 第六章 亲子平行小组内容

活动	我的思想陷阱
时间	20分钟
目的	协助组员明白以往的「思想陷阱」对自己的影响，增加组员改变的迫切性 让「操控型攻击者」组员察觉他们作出的违规行为是受到「思想陷阱」的影响，并反思这些行为对自己的负面影响，为拆解组员「思想陷阱」以作准备
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 让组员挑选出一个他们最常出现的「思想陷阱」的代表动物，并把思想陷阱的代表动物贴在纪录表上，并填写动物所代表的「思想陷阱」，可能会出现的情绪、行为及长远影响</li> <li>2. 邀请组员分享一些以往的经历，以肯定组员选择相关的「思想陷阱」；并分享「思想陷阱」带来的负面情绪、行为及长远影响</li> <li>3. 总结及带出重点： 由于「操控型攻击者」合理化地以欺凌/违规行为达到目的，透过活动让组员察觉拥有「思想陷阱」时会出现的负面行为，并反思这些行为对自己的负面影响，从而提升组员改变的动机</li> <li>4. 赞赏投入活动及主动分享的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	「思想陷阱」代表动物卡(物资4.4)、「思想陷阱大魔王」工作纸(课堂二)、星星贴纸

活动	家庭作业讲解 — 「思想陷阱的影响」
时间	10分钟
目的	令组员了解「思想陷阱」带来的负面影响，提升组员改变的动机
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 总结工作人员观察及赞赏各组员的表现</li> <li>2. 派发及讲解家庭作业「思想陷阱」 家庭作业内容： 邀请组员纪录拥有「思想陷阱」时所出现的多方面影响(包括：与家人相处方面、自己的心情等)</li> <li>3. 提醒组员完成家庭作业后，可获得星星贴纸，加强完成家庭作业的动机</li> <li>4. 致送「最佳表现奖」及「最佳进步奖」给投入小组活动及努力改变的组员</li> </ol>
物资	「思想陷阱的影响」家庭作业纸、礼物

第四节小组课堂一(家长版)



## 「理想子女大竞投」

假如你拥有100万，你会如何分配这些金钱竞投理想子女：

1. 优异成绩 金额：\_\_\_\_\_
2. 孝顺服从 金额：\_\_\_\_\_
3. 身心健康 金额：\_\_\_\_\_
4. 良好品行 金额：\_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_ 金额：\_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_ 金额：\_\_\_\_\_

第四节小组课堂一(子女版)



## 「理想家长大竞投」

假如你拥有100万，你会如何分配这些金钱竞投理想家长：

1. 锡晒我/就晒我 金额：\_\_\_\_\_
2. 有钱、有地位 金额：\_\_\_\_\_
3. 不会管我 金额：\_\_\_\_\_
4. 关心我 金额：\_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_ 金额：\_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_ 金额：\_\_\_\_\_

第四节小组物资4.1

# 「五常法」

## 第一法 常留意身体警告信号

当我们情绪开始波动时，身体会出现不同的警告讯号，例如：心跳加速、呼吸不畅顺、口干、面红耳热、肌肉绷紧、背痛、颈梗膊痛、头痛、头晕、手震、手心冒汗、胃部不适、食欲不振、失眠、注意力不集中……等。这些警告讯号是提醒我们已到了警戒线，我们需要避免跌入思想陷阱或钻牛角尖之中。

## 第二法 常唤停负面思想，脑袋停一停

当我们脑海中出现负面思想时，我们容易越钻越深入牛角尖。此时我们需要提醒自己要立即停止所有负面的想法。我们可以尝试饮杯水、深呼吸或做一些放松的练习等，让自己负面的想法停下来。亦可以运用以下的说话提醒自己：「停一停，千万不要钻牛角尖！」及「停下来！不要将事情看得这么悲观！」。停下来后，亦需要运用『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

当我们钻牛角尖的时候，会集中于负面的想法中。要避免跌入其中，除了要唤停负面的思想，更要帮自己分散对负面思想的注意力，去做一些对自己情绪有益的行动，例如：外出逛街、购物、洗澡、看书、听音乐、看电视、找人倾诉等。

## 第四法 常备聪明卡，人生金句

一些金石良言、名人隽语或人生金句，都是一些正面的提醒。我们可以制作成聪明卡，可以张贴在自己容易看到的地方，或放在钱包之中，有需要时提醒自己，不要再钻牛角尖了。例如：「少点亲子冲突，多点家庭甜蜜」和「少一点固执，多一点尝试」。

## 第五法 常自我反问

透过反问来帮助自己从不同的观点与角度去看问题，走出思想陷阱。

第四节小组物资4.2

# 「自我反问句子」

思想陷阱的类型	自我反问
非黑即白	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 是否一定是这样？</li> <li>• 有没有灰色地带？</li> <li>• 除了这个极端想法，有没有其他可能性？</li> </ul>
过度自责	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 是否一定与我有关？</li> <li>• 其他人没有责任？</li> <li>• 是否没有我就不能成事？</li> </ul>
贬低成功经验	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 有什么做得好，值得赞赏自己？</li> <li>• 成功做到这件事，证明了什么？</li> </ul>
大难临头	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 事情是否真的如我想像般那么严重？</li> <li>• 我是否过份负面地夸大了事情的严重性？</li> </ul>
过度类推	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 两件事中间是否真的有关连？</li> <li>• 这个推论是否有足够证据？</li> <li>• 一次的表现可否代表所有事？</li> </ul>
妄下判断	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 有没有证据证明我这个判断正确？</li> <li>• 这个是否事实的全部？</li> </ul>
左思右想	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 基于什么原因，我又推翻自己的想法？</li> <li>• 我是否想得太多，阻碍自己把事情付诸行动？</li> </ul>
感情用事	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 为何我要被情绪控制着自己？</li> <li>• 是感觉、抑或是理性原因导致这种判断/心情？</li> </ul>
怨天尤人	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 除了别人，我有没有责任？</li> <li>• 我可以做什么才可帮得上忙？</li> </ul>
打沉自己	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 我是否真的无能为力？</li> <li>• 若一直保持这消极的心态，对我会有帮助吗？</li> </ul>

第六章  
亲子平行小组内容

第四节小组家庭作业(家长组)

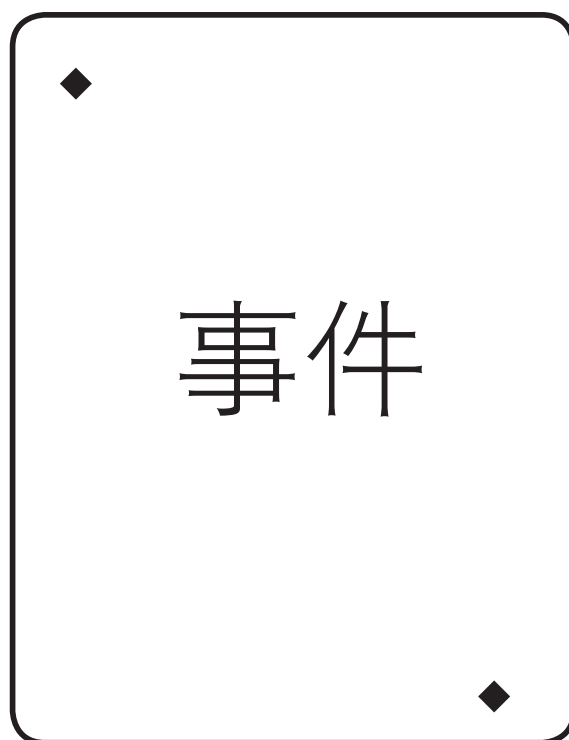
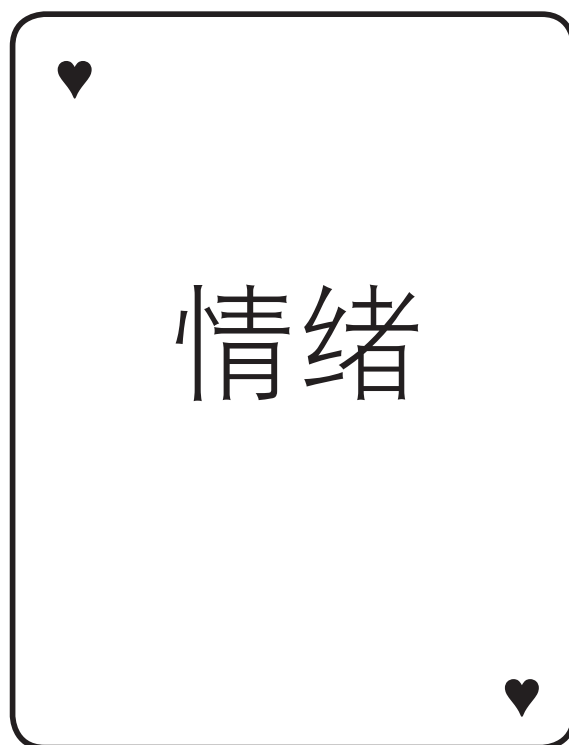
# 「规条秤一秤」

(管教子女方面)



1) 个人规条	2) 你有多相信?
例子: 做父母, 一定要督导子女读书 1) _____ 2) _____ 3) _____	5分代表「我最相信」 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5
3) 好处	4) 坏处
1) _____ 2) _____ 3) _____	1) _____ 2) _____ 3) _____

## A-B-C挑战卡



第四节小组物资4.4

# 「思想陷阱」代表动物卡

「揽晒上身」



「大难临头」



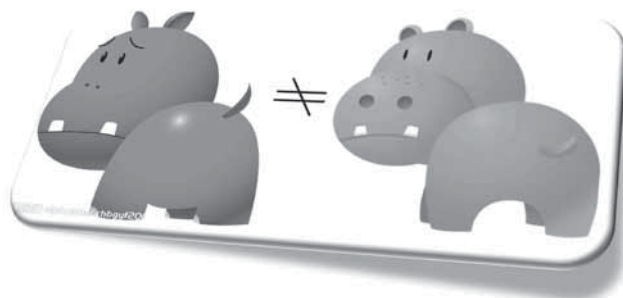
「打沉自己」



「怨天尤人」



「过度类推」





第六章  
亲子平行小组内容

第四节小组物资4.4

<p>「非黑即白」</p>	<p>「妄下判断」</p>
	
<p>「感情用事」</p>	<p>「左思右想」</p>
	
<p>「贬低成功经验」</p>	
	

第四节小组课堂二

# 「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」对我的影响



「思想陷阱大魔王」为我带来很多负面影响：

与同学的关系：\_\_\_\_\_

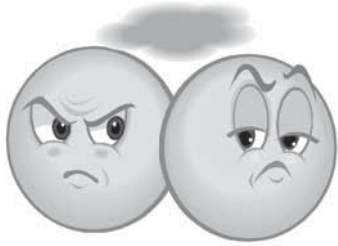
与家人的关系：\_\_\_\_\_

自己的情绪及行为：\_\_\_\_\_

第四节小组家庭作业(子女组)

# 「思想陷阱」的影响

我的「思想陷阱」



如何影响我…?

- 与同学的相处
- 与家人的关系
- 自己的心情和健康



## 第六章 亲子平行小组内容

### 节数：第五节

形式：小组将先以亲子形式进行，后再分为家长组及子女组

- 目标：
1. 协助亲子留意双方的情绪表达及身体语言，促进亲子沟通及了解
  2. 协助家长确认其个人的管教规条及规条建立的成因
  3. 引导家长反思自己管教规条对亲子关系的影响
  4. 让子女明白思想陷阱所带来的负面影响
  5. 引导子女明白负面行为带来的后果，提升他们改变的动机

### 亲子活动

活动	情绪猜一猜
时间	25分钟
目的	协助亲子留意自己和对方的身体语言及情绪表达 让亲子认识更多情绪表达的方法，促进亲子沟通及了解
程序	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 邀请六位组员一字排开，进行「传情绪」，其他组员则负责观察组员的表情及身体语言，并猜出正确答案；组员轮流负责「传情绪」</li><li>2. 提醒组员在演绎情绪的过程中可透过面部表情及肢体动作作为表达方式，但不可说话；工作人员可从中观察到组员表达不同情绪之惯常方式</li><li>3. 邀请组员作出分享 分享重点：<ul style="list-style-type: none"><li>• 组员留意到什么提示(面部表情/肢体动作)，所以猜出该情绪？</li><li>• 在亲子相处的过程中，哪一种情绪最常出现？</li><li>• 在什么情况下最常出现该情绪？</li></ul></li><li>4. 总结及带出信息： 由于「操控型攻击者」组员缺乏情感，因此鼓励组员于亲子相处时可多留意双方的身体语言及情绪表达，并作出相应的回应及关心，促进亲子关系</li></ol>
物资	情绪卡(可参考物资1.2)

## 第六章 亲子平行小组内容

### 家长组

活动	规条建立大事记
时间	30分钟
目的	了解组员的人生经历，从而找出影响他们建立个人规条的因素 协助家长找出以及了解自己常有的管教规条
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发及讲解「规条建立大事记」工作纸，请组员于工作纸的生命线上，标示出人生中对他们建立个人规条有最大影响或最深印象的事件</li> <li>2. 讲解「管教规条」的定义，邀请组员分享当中哪些事件/成长经历对其「管教规条」影响深远               <p style="margin-left: 20px;">「管教规条」定义：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 管教子女时所订立的规条，规条的建立源于家长的人生经历，个人价值观以及对子女的期望</li> </ul> <p style="margin-left: 20px;">分享重点：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 为什么你会认为这个经历是最具影响力？</li> <li>• 当年这个经历，如何影响你的个人想法及建立管教规条？</li> <li>• 当你有这些管教规条，你会怎样与子女相处？</li> <li>• 你的子女如何看待你的管教规条？</li> </ul> </li> <li>3. 总结及带出重点：               <p style="margin-left: 20px;">由于个人规条是透过成长经历建立及演变而成，透过活动让组员回顾影响个人规条建立的重要事件，同时让组员了解管教规条对子女身心发展、亲子关系的影响非常深远，鼓励家长调教一套适当的「管教规条」，有助子女健康成长及促进亲子关系</p> </li> </ol>
物资	「规条建立大事记」工作纸(课堂一)

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	规条秤一秤(II)
时间	25分钟
目的	引导家长反思自己订立的管教规条，与亲子关系所带来的影响 提升组员调整「管教规条」的动机
程序	<p>1. 讨论「规条秤一秤」家庭作业纸，就组员订立的管教规条进行讨论</p> <p>第一项：个人规条，你有多相信？</p> <p>就组员「规条建立大事记」工作纸的分享作深入讨论，发掘成长经历与个人规条形成的关系。</p> <p>第二项：个人规条好处与坏处？</p> <p>从组员的分享中，与组员一同反思及检讨其管教规条是否跌入了「思想陷阱」，并运用「五常法」中的「自我反问法」协助他们进行拆解</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 使用规条后有什么好处或坏处？</li> <li>• 有没有其他可能性？</li> <li>• 有没有证据？</li> <li>• 其他组员的想法？</li> </ul> <p>例如：「操控型攻击者」家长因儿时家贫没有机会读书，便要做劳力工作及收入低微，因此他相信「子女读书不成，就没有前途！」的想法，所以要求子女每次考试必定要九十分之上，并不惜以威迫利诱的方法令子女达成其目标。但子女多次考试都未能达到其目标，而他每次都定必大发雷霆，引起亲子冲突</p> <p>2. 总结及带出重点：</p> <p>组员需了解当家长订下不合理的规条，或过份地执着一些子女达不到的规条时，子女的表现便会与我们的期望相违背，引起家庭冲突，破坏亲子关系；鼓励组员调教一套合理的管教规条，并强调放宽规条不等于放弃标准，放宽管教规条是开放不同的角度看事件，从而令自己能平静客观地管教子女，促进亲子关系</p>
物资	白板、白板笔、后备家庭作业

活动	总结及家庭作业讲解
时间	10分钟
目的	巩固本节内容 提升组员调整「管教规条」的动机
程序	<p>1. 总结「管教规条」建立的成因及不合理的「管教规条」对亲子关系所带来的负面影响</p> <p>2. 邀请组员继续填写「规条秤一秤」家庭作业纸：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 第三项：坚持此「管教规条」的好处或帮助</li> <li>• 第四项：坚持此「管教规条」的坏处或不良影响</li> </ul> <p>3. 邀请组员分享其感受及得着</p>
物资	「规条秤一秤」家庭作业纸(可参考第四节家庭作业)

## 第六章 亲子平行小组内容

### 子女组

活动	家庭作业分享 — 「思想陷阱的影响」
时间	10分钟
目的	让组员意识到思想陷阱带来的负面影响 提升组员改变旧想法的动机
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>邀请组员分享家庭作业 — 「思想陷阱的影响」 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 当我有「思想陷阱」时，对我与同学的相处有什么负面影响？</li> <li>• 当我有「思想陷阱」时，对我与家人的关系有什么负面影响？</li> <li>• 当我有「思想陷阱」时，对我个人的心情及健康有什么负面影响？</li> </ul> </li> <li>总结及带出信息： 当「操控型攻击者」组员出现思想陷阱时，便不以为然合理化地做出欺凌行为，并因此带来个人、学校及社会各方面的负面影响；透过这练习令组员反思思想陷阱所引致的严重后果，藉以提升组员拆解旧想法的动机</li> <li>赞赏能完成家庭作业或主动分享的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	后备家庭作业、星星贴纸

活动	「喜羊羊与灰太狼之昏睡果」
时间	20分钟
目的	「操控型攻击者」常低估负面行为的后果，透过影片内容，让组员初步掌握以负面方法以得到「着数」可能带来严重的后果
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>介绍影片，提醒组员需留意片中主角的行为及后果</li> <li>播放影片 — 「喜羊羊与灰太狼之昏睡果」 影片内容： 主角灰太狼为了得到羊肉以果腹，分别用了伤害及欺负喜羊羊与同伴的方法以得到食物；结果灰太狼得不偿失，既得不到羊肉当食物，还被自己的方法所伤到。 讨论重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 片中主角想要什么「着数」？</li> <li>• 如果片中主角已知道行动带来的负面后果，会否影响他的行为？</li> <li>• 片中主角可否透过其他方法可得到同样的「着数」？</li> </ul> </li> <li>作出总结及带出重点： 「操控型攻击者」会不以为然地合理化其欺凌行为，因此，在讨论时会强调灰太狼的天性就是要找羊肉当食物，认为灰太狼这样做是正常不过的事；工作人员需协助组员反思自己的违规行为会引致的严重后果，并让组员明白到以正面途径达到目的可得到社会大众的支持及认同，从而鼓励组员作出改变</li> <li>赞赏投入参与活动的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	电脑、影片「喜羊羊与灰太狼之昏睡果」、星星贴纸

## 第六章 亲子平行小组内容

<b>活动</b>	<b>陈大文的结局</b>
<b>时间</b>	25分钟
<b>目的</b>	让组员代入不同角色去评估校园发生的欺凌事件，拉阔他们对欺凌行为的看法 让组员明白在现实中欺凌行为的负面后果，提升组员减少欺凌行为的动机
<b>程序</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介绍活动，鼓励组员投入角色，并强调组员只是代表角色发言，不代表自己的立场 活动程序： 形式像一个学校会议，处理一件学生欺凌事件。组员扮演不同的角色（例如：老师、社工、家长等），并需因应其角色的指示发表意见</li> <li>2. 派发有关「校园大事件」个案资料，并简介事发经过，安排组员担任有关的角色(工作人员可根据之前节数对组员的了解，分配合适的角色予相应的组员)，并派发「角色名牌」及「角色提示」工作纸</li> <li>3. 重新安排座位，使现场看似一个学校会议，以增加活动的气氛，令组员容易投入角色及活动</li> <li>4. 邀请组员按「抽签」次序发言，若前一位发言者想听取某角色的意见，便可指定谁是下一位发言者</li> <li>5. 运用其他角色(除参与欺凌事件的同学外) 驳斥组员提及的非理性想法</li> <li>6. 总结及带出信息： 透过组员在活动中以不同角度评估欺凌事件带来的负面影响，工作人员也分享现实中欺凌者要承担的后果，提升「操控型攻击者」减少作出欺凌行为的动机</li> <li>7. 赞赏投入参与活动的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
<b>物资</b>	「校园大事件」个案(物资5.1)、「角色名牌」(物资5.2)、「角色提示」工作纸(课堂二)、星星贴纸

<b>活动</b>	<b>总结及家庭作业讲解 — 「陈大文的新一页」</b>
<b>时间</b>	10分钟
<b>目的</b>	培养组员完成家庭作业的习惯 鼓励组员尝试从多角度去评估负面行为的后果，踏出改变的第一步(减少负面/欺凌行为)
<b>程序</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 总结组员表现，赞赏组员于本节中正面的表现</li> <li>2. 讲解家庭作业—「陈大文的新一页」：让组员代入不同角色，以多角度分析欺凌行为带来的负面影响，并为陈大文提供建议，欺凌行为的严重后果</li> <li>3. 提醒组员完成家庭作业后，可获得星星贴纸，加强完成家庭作业的动机</li> <li>4. 致送「最佳表现奖」及「最佳进步奖」给投入小组活动及努力改变的组员</li> </ol>
<b>物资</b>	「陈大文的新一页」家庭作业纸、礼物



第五节小组课堂一

# 「规条建立大事记」

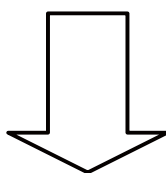
在不同的年龄，我经历以下重要的事情，影响到的管教规条

年龄

\_\_\_\_\_10岁\_\_\_\_\_20岁\_\_\_\_\_30岁\_\_\_\_\_40岁\_\_\_\_\_50岁\_\_\_\_\_60岁\_\_\_\_\_

重要事件一：\_\_\_\_\_

重要事件二：\_\_\_\_\_



我的管教规条：\_\_\_\_\_

第五节小组物资5.1

# 「校园大事件」个案



事发当天，陈大文在小息时主动邀请小明于洗手间玩包剪掙，输了要被对方打一巴，如是玩了几个回合，小明都输了，吃了几巴掌。其后，陈大文更邀请其好友小辉一起参与，小强则在旁边欢呼起哄，并负责站在门口附近把风。小明连环被陈大文及小辉二人掌掴了数巴掌。



小明非常惊慌，请求他们不再继续玩包剪掙。陈大文开出条件，就是把钱包的金钱全数交出。最后，小明把30元给了他们，才得以离开洗手间。



此时，老师经过洗手间，看见四名同学一同走出洗手间。老师看见陈大文等同学若无其事，唯小明神情古怪，故上前查问并揭发此事。

第五节小组课堂二

# 角色提示

## 陈大文

(口才出众，为自己做的行为作辩护)

你有什么非理性想法，令你认为自己的行为是对呢？



## 小明妈妈

(讲出孩子被欺负的感受)

作为受害者的妈妈，你有什么想法和感受？



## 陈大文家人

(关心孩子，分享知悉事件后的感受)

当知道孩子在学校伤害了其他同学，会有什么想法和感受？



## 班主任

(重视事件对学生的影响)

这件事对陈大文及小明有什么负面影响？



## 校长

(让学生承担事件带来的后果)

你认为陈大文要如何承担后果，才是公平和合理？



## 训导主任

(重视证据，以证明学生行为的对错)

你以什么客观证据证明学生的行为是不合理、不合法？



第五节小组物资5.2

# 角色名牌



由组员扮演以下角色

陈大文

小明妈妈

陈大文家人

校长

训导主任

班主任

第五节小组家庭作业(子女组)

## 「陈大文的新一页」

如果时光可以倒流，陈大文有机会可以回到「校园大事件」发生前，并重新考虑他的行动...



你身为他的好朋友，你有什么建议给他？

---



你身为他的班主任，你有什么建议给他？

---

## 第六章 亲子平行小组内容

节数：第六节

形式：小组将先以分为家长组及子女组进行，后进行亲子活动

- 目标：
1. 引导家长调整管教规条及了解其对亲子关系的正面影响
  2. 协助子女拆解思想陷阱及建立「合情合理合法」的新想法
  3. 让子女了解新想法带来正面的行为及情绪反应，强化他们作出改变的信心

### 家长组

<b>活动</b>	<b>总结及家庭作业讲解 — 「陈大文的新一页」</b>
<b>时间</b>	10分钟
<b>目的</b>	协助组员认清自己的管教规条 提升调整管教规条的动机
<b>程序</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 邀请组员分享家庭作业 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 坚持此「管教规条」的好处或帮助</li> <li>• 坚持此「管教规条」的坏处或不良影响</li> </ul> </li> <li>2. 总结及带出重点： <p>「操控型攻击者」组员普遍对其管教规条极具信心，甚少反思其规条所带来的负面影响，透过此活动引导组员重新反思其管教规条的负面影响，特别是子女成长及亲子关系方面，提升调节管教规条的动机</p> </li> </ol>
<b>物资</b>	后备家庭作业
<b>活动</b>	<b>规条「标准尺」：调整三部曲</b>
<b>时间</b>	30分钟
<b>目的</b>	协助组员调教一套合理的管教规条以促进亲子关系 引导组员明白了解调整管教规条对亲子关系的正面影响
<b>程序</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发「规条标准尺」工作纸予组员，邀请组员选择一条坚信的规条予「旧有规条」上及记录此规条所产生的情绪指数</li> <li>2. 协助组员为「旧有规条」进行调整，并评估调整后的规条对情绪的正面影响</li> <li>3. 经过三次调整之后(按实际组员的情况)，工作人员引导组员反思哪一条规条最适合管教子女时的实际情况</li> <li>4. 派发「调整规条的好处」工作纸，引导组员讨论调整旧有「管教规条」的好处 讨论重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 调整旧有「管教规条」后，有什么好处？亲子关系会否改善？</li> <li>• 调整旧有「管教规条」时，遇到什么困难？</li> </ul> </li> <li>5. 总结及带出重点： <p>由于「操控型攻击者」组员普遍着重子女的成绩表现，不惜任何方法要求子女达到其目标，因此，其「管教规条」往往非常严谨及缺乏弹性；透过此活动协助组员作合情合理的调整，促进亲子关系</p> </li> </ol>
<b>物资</b>	「规条标准尺」工作纸(课堂一)、「调整规条的好处」工作纸(课堂二)

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	「心战口诀」齐创作
时间	20分钟
目的	透过创作口诀，提醒组员调整管教规条的重要性 促进组员之间的互相鼓励
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发「心战口诀」工作纸予组员</li> <li>2. 与组员讨论如何把这些「心战口诀」运用于改写自我规条上</li> <li>3. 鼓励组员创作切合个人管教情况的「心战口诀」</li> <li>4. 总结及带出重点： 透过「心战口诀」练习，重申调整管教规条的重要性，鼓励「操控型攻击者」组员于日后可持续以合情合理的规条管教子女，加强组员作出改变的决心</li> </ol>

活动	总结
时间	10分钟
目的	巩固本节内容
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 总结调整管教规条的原则及「心战口诀」</li> <li>2. 鼓励组员订立管教规条时要取得平衡，并强调调整管教规条不等于放弃对子女的期望，并能以合理及具弹性的规条管教子女</li> <li>3. 邀请组员分享其感受及得着</li> </ol>

### 子女组

活动	家庭作业分享 — 「陈大文的新一页」
时间	10分钟
目的	操控型攻击者常低估负面行为的严重性，透过他人就其欺凌行为的看法，鼓励组员尝试从多角度去看同一件事情，了解欺凌行为的后果，拉阔组员思考领域
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 邀请组员分享家庭作业 — 「陈大文的新一页」 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 身为陈大文的班主任，你有什么建议给他？</li> <li>• 身为陈大文的好朋友，你有什么建议给他？</li> <li>• 当陈大文听到班主任及好朋友的建议，他的行为会否不同？</li> </ul> </li> <li>2. 总结及带出信息： 鼓励组员做事前应先多角度去看同一件事情，考虑事情的后果，避免欺凌行为及其带来的负面影响</li> <li>3. 赞赏能完成家庭作业或主动分享的组员，并给予星星贴纸鼓励组员</li> </ol>
物资	后备家庭作业、星星贴纸

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	认识「合情、合理、合法」新想法
时间	15分钟
目的	透过简单及显浅易明的概念，让组员了解「合情、合理、合法」新想法 拆解操控型攻击者常有的思想陷阱
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>介绍分别「合情」、「合理」及「合法」的代表人物，邀请组员讨论代表人物的特质 代表人物的特质例子： 「合情」(天使)：有爱心，顾及他人感受 「合理」(警察)：正直，客观，处事讲求证据 「合法」(法官)：追求公义，让破坏法纪的人承担责任</li> <li>讲解「合情、合理、合法」解释卡</li> <li>操控型攻击者常跌入的「思想陷阱」作例子，与组员一起讨论其想法是否符合「合情、合理、合法」准则 「操控型攻击者」常跌入的「思想陷阱」例子： <ul style="list-style-type: none"> <li>不成为最强的人便没有价值，因此我要欺负弱小的同学，证明我的价值(非黑即白)</li> </ul> </li> <li>总结及带出重点： 欣赏组员运用「合情、合理、合法」概念以拆解思想陷阱，并鼓励组员尝试在日常生活中多应用此概念，减少思想陷阱带来的负面影响</li> <li>赞赏投入活动的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	「合情、合理、合法」解释卡(物资6.1)、星星贴纸

活动	小明的告白
时间	15分钟
目的	拆解组员的思维陷阱 让组员尝试运用「合情、合理、合法」新想法 协助组员建构「合情、合理、合法」新想法、行为及情绪反应
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>派发及讲解「小明的告白」工作纸：小明为学校小霸王，告白内容讲及他的非理性想法及欺凌同学的行为</li> <li>邀请组员分享小明的想法与其想法相异之处，并讨论想法带来的负面行为及情绪</li> <li>将组员分成三组，分别讨论小明的告白中「不合情」、「不合理」及「不合法」之地方</li> <li>邀请各组分享，其他组员及后可作补充或提问</li> <li>总结及带出信息： 欣赏组员尝试运用「合情、合理、合法」概念，鼓励组员反思自己所跌入思维陷阱及行为是否与小明的有相同之处，并检视自己的负面行为是否出现「不合情」、「不合理」及「不合法」的地方，提升组员改变的动机</li> <li>赞赏投入参与活动的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	「小明的告白」工作纸(物资6.2)、「不合情、不合理、不合法」记录表(课堂四)、星星贴纸



## 第六章 亲子平行小组内容

<b>活动</b>	<b>「新想法、新行为、新感受」</b>
<b>时间</b>	20分钟
<b>目的</b>	建构「合情、合理、合法」的新想法、行为及情绪反应
<b>程序</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 于白板张贴「思想陷阱」代表动物卡，各组员根据「合情合理合法」原则去讨论当跌入这些思想陷阱时的想法、行为及情绪反应</li> <li>2. 派发「新想法、新行为、新感受」工作纸给组员填写，鼓励组员将旧有的思想陷阱转换成新的想法</li> <li>3. 协助组员反思及与组员一同讨论当拥有新的理性想法时所带来的新情绪和行为，并讨论这些情绪和行为所带出的正面影响(例如：如何影响自己的心情；与他人相处；与家人的关系等)</li> <li>4. 总结及带出信息： 此活动让组员了解到拥有新的理性想法时所带来的新情绪、行为及正面影响，增强他们建构及运用新想法的动机，并鼓励组员于日常生活中可尝试运用理性新想法，以正面行为来得到他人的支持及认同</li> <li>5. 赞赏投入 与活动的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
<b>物资</b>	「思想陷阱」代表动物卡(可参考物资4.4)、「合情、合理、合法」解释卡(物资6.1)、「新想法、新行为、新感受」工作纸(课堂五)、星星贴纸

<b>活动</b>	<b>总结及讲解家庭作业「我的新尝试」</b>
<b>时间</b>	10分钟
<b>目的</b>	透过于日常生活中实践「合情、合理、合法」新想法，让「操控型攻击者」组员带来正面的新行为及情绪反应，强化他们作出改变的信心，减少欺凌行为
<b>程序</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 总结小组内容及赞赏各组员正面的表现</li> <li>2. 派发家庭作业「我的新尝试」</li> <li>3. 讲解家庭作业： 组员需于家庭作业纸上记录这星期于校园生活运用理性想法的经验，及新想法带来的行为和情绪改变</li> <li>4. 提醒组员完成家庭作业后，可获得星星贴纸，加强完成家庭作业的动机</li> <li>5. 致送「最佳表现奖」及「最佳进步奖」给投入小组活动及努力改变的组员</li> </ol>
<b>物资</b>	「我的新尝试」家庭作业纸、礼物

## 第六章 亲子平行小组内容

### 亲子活动

活动	「谁是最佳主角」
时间	20分钟
目的	由于「操控型攻击者」缺乏情感，透过组员代入不同的情境作出相应的情绪及行为反应，初步让组员掌握同理心之运用
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 讲解活动程序：组员以亲子为单位，演绎片中主角面对该情境时的情绪及行为反应</li> <li>2. 播放影片(情境)#</li> <li>3. 让亲子讨论片中主角的情绪及行为反应，而由其中一位作演绎，另一位则负责讲解演绎重点</li> <li>4. 播放影片(主角反应)</li> <li>5. 每次演绎得最相似的亲子可获得小礼物一份；能正确演绎最多情境的亲子，亦可获得礼物；以提升组员投入活动之动机</li> <li>6. 邀请组员分享 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 你为何认为片中主角面对这情境时有这样的情绪及行为反应？</li> <li>• 这些情境在你的日常生活有否发生过？你的情绪及行为反应与片中主角是否相同？</li> <li>• 当有些情境你未必经历过时，你怎样估计当事人有哪些情绪及行为反应？</li> </ul> </li> <li>7. 总结及带出信息： <p style="margin-left: 20px;">当我们能够代入他人的角度，了解他/她的感受时，便能估计他/她在此刻的情绪及行为反应，亦是拥有「同理心」之表现；鼓励组员多运用「同理心」，多明白及了解家长/子女的感受，有助促进亲子关系</p> </li> </ol>
物资	影片(#可先拣选一些有趣热门的剧集片段，引起组员的兴趣；及后可播放一些校园欺凌之片段(可参阅本实务手册光碟内之片段)；观察「操控型攻击者」组员对欺凌事件的反应)、礼物

## 第六章 亲子平行小组内容

### 第六节小组课堂一


# 规条「标准尺」





旧有规条	情绪指数：_____ (愤怒，失望，无助等)	亲子关系
	1__2__3__4__5__6__7__8__9__10	

### 调整三部曲



第一次调整 	情绪指数：_____	亲子关系
●	1__2__3__4__5__6__7__8__9__10	😊😊😊😊😊😊😊😊

第二次调整 	情绪指数：_____	亲子关系
●	1__2__3__4__5__6__7__8__9__10	😊😊😊😊😊😊😊😊

第三次调整 	情绪指数：_____	亲子关系
●	1__2__3__4__5__6__7__8__9__10	😊😊😊😊😊😊😊😊

最适合我的规条是：	
-----------	---

## 调整规条的好处

调整后的规条





调整规条后的好处

1. 情绪有什么改变：\_\_\_\_\_
2. 亲子关系有什么改变：\_\_\_\_\_
3. 身体反应有什么不同：\_\_\_\_\_

第六节小组课堂三

# 「心战口诀」

协助你放宽，改写不恰当的管教规条

口诀	内容
「宽松一尺，开心一丈」	凡事都不能过于执着或坚持，因为期望与现实是未必相符。另外，当无法实践期望时，的确会使人不高与。但是，请紧记：「退一步海阔天空」。同时，要问自己：「继续执着下去，对自己及他人会有什么影响呢？」
「打破传统，与时俱进」	有些规条，是我们从传统文化中，潜移默化地学懂并接受下来。事实上，一些僵化的文化观念未必适用于现代社会。倘若我们坚持把它套用在现实生活中，我们就可能会给制造很多矛盾及苦恼。
「规条我定，修订亦然」	规条是可以由自己修订，并非一成不变的，更不是根深柢固，牢不可破。若我们用另一个角度去看这些规条，并加以放宽，我们和身边的人就可能感到轻松一点。为何不尝试去做呢？你愿意选择去改写你的规条吗？
「	
」	
「	
」	

第六节小组物资6.1

# 「合情、合理、合法」解释卡



合法：「想法」和「行为」要合乎规则，  
顾及后果



合理：「想法」和「行为」要有客观证据证明，  
及社会大众接受



合情：「想法」和「行为」要关心到身边的感受

## 「小明的告白」

你好！我系小明，同你讲一个秘密，你最好就帮我保密喇。老实讲，我好想成功，要「威」俾其他人睇。如果我唔够叻、唔够醒目，就系一个废人，无鬼用！所以我要成为5 A班既霸王！

我有一个计划进行紧，不如你俾少少意见我！首先，我决定左系班入面，搵个最细粒既同学出黎，整蛊佢一餐，仲要其他同学唔好睬佢、唔好同佢玩。你知啦，能力弱小既人，系呢个世界上系无咩存在价值。

之后，我仲谗住约埋其他学校既「劲」人，同佢地一齐去虾虾霸霸。最重要既系我地会一齐去偷野，我地个个咁醒目，无人会捉到我地，仲不知几刺激呀！

做最「威」果个，就只可以咁做。我呢个计划，系咪谗得好好呢？你又有咩意见？



第六节小组课堂四

# 「不合情、不合理、不合法」 记录表

## 不合情

(想法及行为没有重视自己  
关心的人的感受)

## 不合理

(想法和行为没有客观证据  
证明，及社会大众不接受)

## 不合法

(想法和行为不合乎规则，  
没有顾及后果)



第六节小组课堂五

# 「新想法、新行为、新感受」 工作纸



我是「思想陷阱」大魔王  
你怎么可以打败我呢？

我运用「合情合理合法」新想法

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_的时候，

我可以打败大魔王！

这个新想法对你「情绪」有什么好处？

\_\_\_\_\_

行为有什么正面的改变呢？

\_\_\_\_\_



## 「我的新尝试」

A) 事件 ◆

B) 新想法 ♠

✓合情 ✓合理 ✓合法

C) 新行为 ♣

C) 新感受 ♥

## 第六章 亲子平行小组内容

节数：第七节

形式：小组先分为家长组及子女组，再以亲子形式进行

- 目标：
1. 让组员代入及体会他人的处境和感受
  2. 协助组员增强同理心，促进亲子沟通及加强亲社会行为
  3. 巩固组员的沟通技巧，学习运用「我信息」作自表技巧

### 家长组

活动	从孩子出发
时间	15分钟
目的	让家长代入子女的处境和感受
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介绍活动，邀请组员两人一组，一人负责扮演「家长」，另一人则扮演「子女」</li> <li>2. 指示扮演「子女」的组员蹲下并抬头望向扮演「家长」的组员</li> <li>3. 指示扮演「家长」的组员用手由上而下地指向正在蹲下的「子女」，并说出一段对话稿(物资7.1)</li> <li>4. 邀请组员互换角色，分别扮演「子女」及「家长」，并作出分享 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 扮演「子女」的时候，组员有什么感觉？</li> <li>• 视线一直是从下至上望上去，组员有什么想法及感受？</li> <li>• 被「家长」一直用手指指着，组员有什么想法及感受？</li> <li>• 当子女长时间处于这种情况，他们会有什么想法及感受？</li> </ul> </li> <li>5. 总结及带出重点： 由于「操控型攻击者」较难代入别人的感受当中，故组员可反思与子女相处时的态度及行为，并尝试多代入及体会子女的感受，便能够更多体谅子女及促进亲子关系</li> </ol>
物资	「负面对话稿」(物资7.1)

活动	「我信息」介绍
时间	20分钟
目的	让组员学习运用「我信息」的自表技巧
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发「我信息」句式纸及「我信息」表达方式纸，介绍及讲解「我信息」： 「我信息」句式： 「我 + 我的感受 + 我的期望」</li> <li>2. 派发情境练习纸，透过模拟练习让组员尝试运用「我信息」技巧表达自己的想法、感受和期望；工作人员亦可以运用组员提及过之管教情况，或组员之真实例子作情境练习</li> <li>3. 总结及带出重点： 鼓励组员于与子女沟通时多留意表达方式，正面的表达方式有助促进亲子关系；运用「我信息」技巧是能让子女了解家长的关心及期望</li> </ol>
物资	「我信息」句式纸(物资7.2)、「我信息」表达方式纸(物资7.3)、情境练习纸(物资7.4)

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	如果我是子女
时间	20分钟
目的	让组员练习代入子女的角度思考，了解子女的感受
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 播放「长江七号」片段(可选其他影片，情境是家长忽略子女的感受)            片段内容：            片中身为父亲的男主角，在商场拒绝儿子购买玩具的要求，但儿子仍然苦苦哀求，最后父亲出手打儿子</li> <li>2. 邀请组员作出分享：            分享重点：           <ul style="list-style-type: none"> <li>- 代入片段中儿子的角度，会有什么想法和感受？</li> <li>- 在管教子女时，子女有否出现类似的情况？组员的回应又是如何？</li> <li>- 当留意到子女的感受时，组员的想法及行为会否改变？</li> </ul> </li> <li>3. 介绍「同理心」的概念：代入别人角度看事情，并顾及别人的感受</li> <li>4. 总结及带出重点：            欣赏组员于活动中尝试运用「同理心」代入子女的感受，加强「操控型攻击者」组员于日常生活与子女相处时应用之决心；并鼓励他们要求子女达到其目标时，需先考虑子女的感受，并调节合理的期望，有助促进亲子关系</li> </ol>
物资	电影「长江7号」片段

活动	总结及家庭作业讲解－「同理心训练」
时间	10分钟
目的	总结本节内容 鼓励组员实践「同理心」概念以促进亲子关系
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 总结「同理心」概念，鼓励组员与子女相处时可多运用「我信息」技巧，促进亲子关系</li> <li>2. 讲解家庭作业－「同理心训练」            家庭作业内容：            邀请组员尝试代入子女的角度，并了解子女的感受</li> <li>3. 邀请组员分享其感受及得着</li> </ol>
物资	「同理心训练」家庭作业纸

## 第六章 亲子平行小组内容

### 子女组

活动	家庭作业分享 — 「我的新尝试」
时间	10分钟
目的	巩固组员「合情、合理、合法」新想法之运用，及理性想法带来的正面影响 协助组员检讨运用新想法的困难并作出鼓励，避免组员轻易放弃实行新想法
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>邀请组员分享家庭作业 — 「我的新尝试」 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>实行合情合理合法新想法带来正面经验，行为及情绪改为</li> <li>实行合情合理合法新想法时遇到的困难</li> </ul> </li> <li>总结及带出信息： <p>欣赏组员尝试于日常生活中实行「合情、合理、合法」新想法，从而协助组员巩固正面经验，并与组员一同检讨运用新想法的困难，并重申作出改变时遇到挑战是正常的情况，及与组员讨论如何再次尝试实行新想法，避免组员因此故态复萌或放弃实行新想法</p> </li> <li>赞赏完成家庭作业或主动分享的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	后备家庭作业、星星贴纸

活动	「情绪猜一猜」
时间	10分钟
目的	因操控型攻击者缺乏情感，因此透过互动活动带起气氛，并以观察其他组员的面部表情、情绪及肢体动作，刺激组员对情绪的反应
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>将组员分成两组，每组轮流演绎情绪，另一组则负责猜出正确答案</li> <li>提醒组员在演绎情绪的过程中可透过面部表情及肢体动作作为表达方式，但不可说话</li> <li>派发小礼物予猜出较多正确答案的一组</li> <li>邀请组员作出分享 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>组员留意到什么提示(面部表情/肢体动作)，所以猜出该情绪？</li> <li>在学校生活中，什么情绪最常出现？是哪种情况下出现该情绪？</li> </ul> </li> <li>总结及带出信息： <p>于日常生活中，组员处事及与人相处时可能忽略了留意别人的感受，透过这次活动，鼓励组员可透过观察面部表情、情绪及肢体动作，了解别人的感受；并介绍「同理心」的概念：代入别人角度看事情，并顾及别人的感受</p> </li> </ol>
物资	情绪卡(可参考物资1.2)、小礼物

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	「如果我是…」
时间	20分钟
目的	协助组员代入受害者的角度，了解他们的想法及感受，训练同理心 让操控型攻击者了解到他们重视的人得知其欺凌行为时的负面感受，强化他们减少负面行为的决心
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 把组员分为两组，让缺乏同理心及情感的「操控型攻击者」组员想像他们是欺凌事件中的受害者会有什么想法和情绪(可透过其面部表情及肢体动作想像)，用「如果我是…」工作纸记下，并分组汇报</li> <li>2. 播放受害者的自白，影片内容讲及一高中学生华仔分享他于初中被其他学生欺凌时的感受及想法 内容重点：               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. 觉得学校是一个地狱；有很多妖怪伤害人</li> <li>b. 整天感到担心害怕，不知道什么时候会再被欺凌</li> <li>c. 认为逃避是保护自己的方法，因此在课堂完结后会避至隐蔽地方</li> </ol> </li> <li>3. 与组员检视写下的答案，并邀请组员分享 分享重点：               <ul style="list-style-type: none"> <li>• 哪些受害者自白的内容是他们之前没有想过？</li> <li>• 当他们知道受害者的感受时，想法及行为会否改变？</li> </ul> </li> <li>4. 协助组员想像如果他们为欺凌事件中关心攻击者的人(如：攻击者的父母、老师或朋友)，得知攻击者有欺凌行为会有什么想法和感受</li> <li>5. 让组员先作小组讨论后，用课堂纸记下，然后作分组汇报</li> <li>6. 播放攻击者老师的分享，谈及知悉攻击者进行违规行为时的想法及感受 内容重点：               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. 觉得攻击者之违规行为令其感到懊恼</li> <li>b. 认为违规行为是不可接受，但相信攻击者是可以有正面改变</li> </ol> </li> <li>7. 与组员检视写下的答案，并邀请组员分享 分享重点：               <p>哪些关心攻击者的人分享的内容是他们之前没有想过的</p> <p>当他们知道关心攻击者的人的感受时，想法及行为会否改变</p> </li> <li>8. 总结及带出信息：               <p>欣赏组员于活动中尝试运用「同理心」，加强「操控型攻击者」组员于日常生活作实际应用之决心；并鼓励他们计划行为以达到目标时，需先考虑他人的感受，从而选择以正面途径得到社会的认同及支持，避免违规行为所带来的负面影响(如：令其重视的人感到失望)</p> </li> <li>9. 赞赏投入活动的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	有关片段、「如果我是…」工作纸(课堂一)、星星贴纸

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	「我信息」介绍
时间	15分钟
目的	巩固组员的沟通技巧，学习运用「我信息」作自表技巧
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发「我信息」句式纸及「我信息」表达方式纸，介绍及讲解「我信息」： 「我信息」句式： 「我 + 我的感受 + 我的期望」</li> <li>2. 派发情境练习纸，进行模拟情境练习，并以组员与同学产生冲突的情况作例子，让组员学习运用「我信息」表达个人的想法、感受和期望</li> <li>3. 总结及带出信息： 由于「操控型攻击者」组员缺乏以非攻击行为与人相处的正面经验，透过此活动让组员运用「我信息」技巧，并鼓励组员于日常生活中实践此技巧与家人及同学相处，巩固正面经验</li> <li>4. 赞赏投入活动的组员，并给予星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	「我信息」句式纸(物资7.2)、「我信息」表达方式纸(物资7.3)、情境练习纸(物资7.5)、星星贴纸

活动	家庭作业讲解 — 「同理心训练」
时间	10分钟
目的	透过观察不同对象的情绪变化，训练组员之同理心，改变旧有的攻击行为 培养组员完成家庭作业的习惯
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 总结本节内容及赞赏组员于小组的正面表现</li> <li>2. 派发及讲解家庭作业 — 「同理心训练」 家庭作业内容： 邀请组员观察其关心的人(例如：家长/好朋友)及受欺凌同学的情绪变化，由容易着手的对象作尝试，训练组员建立同理心，改变旧有的攻击行为</li> <li>3. 提醒组员完成家庭作业后，可获得星星贴纸，加强完成家庭作业的动机</li> <li>4. 致送「最佳表现奖」及「最佳进步奖」给投入小组活动及努力改变的组员</li> </ol>
物资	「同理心训练」家庭作业纸、礼物

## 第六章 亲子平行小组内容

### 亲子活动

活动	不一样的话·不一样的亲子关系
时间	25分钟
目的	促进亲子沟通，运用「我信息」作自表技巧
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 于白板贴上三句亲子最常说向对方说的话(从第二节亲子活动内组员的分享中挑选出来，并用「你信息」表达)</li> <li>2. 让组员以白板上的句子作练习题目，以「我信息」取代旧有的表达方式，向家长/子女表达相同的信息</li> <li>3. 邀请组员作出分享 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 用「我信息」及「你信息」表达相同的信息，聆听者的感觉有什么不同？哪一种的表达方法比较好？</li> <li>• 以「你信息」与家长/子女沟通，有什么负面影响？</li> <li>• 以「我信息」与家长/子女沟通，如何促进亲子关系？</li> <li>• 运用「我信息」作表达模式时，有否遇到什么困难？</li> </ul> </li> <li>4. 准备「我信息 习情境纸」予组员作模拟练习，让组员多熟习运用「我信息」技巧，从中让其他亲子组员作观察及反思，并提供意见</li> <li>5. 总结及带出信息： 鼓励亲子沟通时多留意表达方式，正面的表达方式有助促进亲子关系；而运用「我信息」是其中一个方法，能让亲子了解双方的关心及对对方的期望</li> </ol>
物资	亲子最常 向对方 的话(可参考第二节亲子活动)、「我信息练习情境纸」(物资7.6)



第七节小组物资7.1

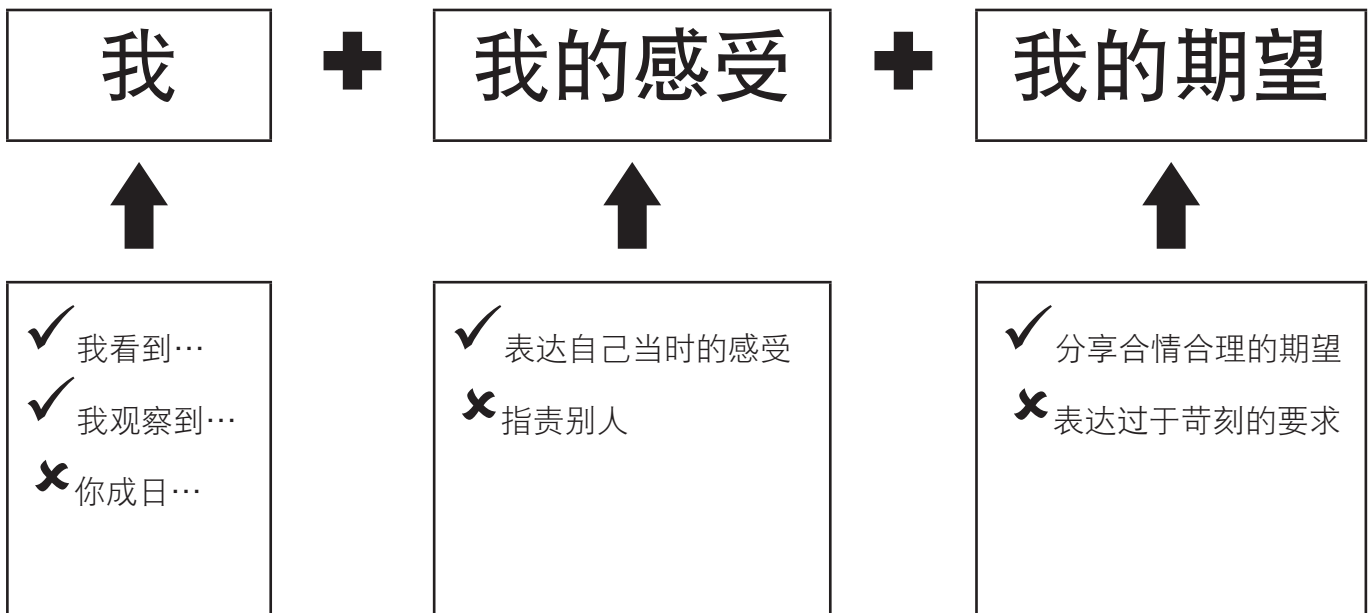


## 负面「对话稿」

- 你知唔知妈妈好辛苦，你唔可以令我失望。
  - 你要比心机读书，唔系做废人。
  - 你真系好懒，你无得救。
- 你什么都不能跟人比，谁像你这样没有用。
  - 你生性喇，乖D喇。

第七节小组物资7.2

「我信息」句式：



例句：妈妈知道你好想玩游戏机，但妈妈都好担心你，因为明天要考试，怕你精神不足，不如将今日玩游戏机的时间储起，考完试之后再继续玩。

第七节小组物资7.3

「我信息」表达方式

眼神：  
看着对方，  
有交流

语气：坚定

心情：平静，  
没有太大起伏



第七节小组物资7.4

## 「情境练习」

### 情境1：

一天下午放学后，你带同子女到快餐店吃薯条。当子女只吃了两口薯条时，便嚷着要买雪糕吃，但一会儿回到家便要吃晚饭。

你怎样用「我信息」向子女说不可以再买雪糕吃呢？

### 情境2：

子女明天要上学，但在过了原定要睡觉的时间，仍专注地对着电脑玩游戏。

你怎样用「我信息」向子女说要关机并睡觉休息呢？

## 第六章 亲子平行小组内容

### 第七节小组家庭作业(家长组)

# 同理心训练

在这个星期内，观察你子女及记录他们的感受。

	你所关心的子女 ☺：	当你留意到他们的感受后， 跟他们的相处会有什么不同呢？
日期	他们的感受：	不同的地方：

第七节小组课堂一

# 如果我是...

## 受害者

我会有什么想法？

- 1.
- 2.
- 3.

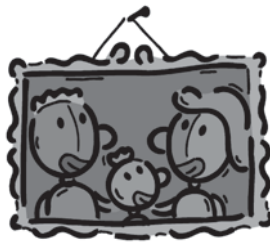


我会有什么感受？

- 1.
- 2.
- 3.

## 关心攻击者的人 (例如:家长)

我会有什么想法？



我会有什么感受？

我会有什么想法？

我会有什么感受？

第七节小组物资7.5

## 「情境练习」

### 情境1：

一天放学后，你和朋友一起回家。途经商场时。你撞倒小明，倒泻了他手上的汽水，更弄脏了他的校服。

- 试想一想，小明有什么感受？
- 你如何运用「我信息」向他解释？

### 情境2：

你的队友强仔因犯错而令球队在足球比赛中落败。

1. 想一想，强仔有什么感受？
2. 身为队长，你如何运用「我信息」向他表达自己的看法？

## 第六章 亲子平行小组内容

### 第七节小组家庭作业(子女组)

# 同理心训练

请选择两个不同的人，在这个星期内，观察及记录他们的感受。

	一个你关心的人：☺ _____	一个班上常被欺负的同学：☹ _____
日期	感受：	感受：
例子	不开心，因为担心，因为忘记带家庭作业，怕被老师责罚	害怕，因为常被其他同学作弄

当你留意到他们的感受后，你跟他们的相处会有什么不同呢？

你关心的人☺：

在班上常被欺负的同学☹：



第七节小组物资7.6

# 「我信息练习情境纸」

## 情境一

「子女遗忘了作答一页试卷，导致考试不合格。」

## 情境二

「子女篮球比赛获得冠军当天，忘记了上补习班。」

## 情境三

「考试前一晚，子女温完书后，去了看电视和打机，一直到深夜。  
作为家长，你会怎么做？」

## 情境四

「子女做功课，食饭和冲凉的速度很慢，影响睡眠时间。」

## 第六章 亲子平行小组内容

### 节数：第八节

形式：小组先分为家长组及子女组，再以亲子形式进行

- 目标：
1. 协助家长检视管教方法的调整带来的正面影响
  2. 强化子女对合情合理合法新想法及「同理心」之运用
  3. 巩固组员的成功经验，加强持续改变的信心
  4. 协助亲子共同订下长期目标，以增加实践的动机

### 家长组

活动	回顾及重温小组内容
时间	25分钟
目的	重温小组内容，检讨小组成效
程序	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 将之前节数工作纸贴在白板上，协助组员回顾及重温过往节数内容 八节小组重点(按节数内容的次序)：<ul style="list-style-type: none"><li>• 掌握管教模式对子女成长的影响</li><li>• 了解「想法」与「情绪」、「身体反应」及「行为反应」的相连关系</li><li>• 应用「身心思维自我分析表」留意自己的身体讯号</li><li>• 辨识「思想陷阱」类型及跌入「思想陷阱」对管教子女上的影响</li><li>• 运用五常法技巧(如：第五法之自我对话)以拆解「思想陷阱」</li><li>• 运用「规条标准尺」调整管教规条以促进亲子关系</li><li>• 学习以「同理心」了解子女的感受及运用「我信息」技巧以助亲子沟通</li></ul></li></ol> <p>总结及带出信息： 欣赏组员于小组的尝试，重申组员于日常生活中仍可能会跌入思想陷阱，鼓励组员可多提醒自己运用小组学习的身心思维概念及五常法技巧拆解负面想法，并以小组成功经验作范例，相信自己有能力调节管教规条，运用「同理心」及「我信息」技巧以促进亲子关系</p>
物资	白板、白板笔、之前节数工作纸

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	个人的改变
时间	20分钟
目的	检讨小组对个人成效
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>回顾组员第一节填写的「给自己的信」</li> <li>邀请组员填写「我的改变」工作纸及作出分享： <ul style="list-style-type: none"> <li>分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>个人的改变(想法、情绪、行为反应)</li> <li>管教子女方面的改变(管教规条及管教模式)</li> <li>亲子相处及关系的改变</li> <li>子女的情绪及行为表现上的改变</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>总结及带出信息： <p>藉组员检视于小组的个人成长，从而巩固组员的正面经验，增强组员持续改变(拆解「思想陷阱」、调整管教规条、促进亲子关系等方面)信心</p> </li> </ol>
物资	「给自己的信」、「我的改变」工作纸(课堂一)

活动	影片分享及总结
时间	10分钟
目的	鼓励组员继续努力，加强组员改变的决心
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>播放影片「公益协会广告之笨篇及没用篇」 <p>片段内容： 家长向子女说话时运用相同的语句，但不同的排序方式，表达了不一样的信息，并为子女带来鼓励作用</p> </li> <li>带出信息： <p>鼓励组员可从生活小事(如：简单但具鼓励性的话)开始作出改变以促进亲子关系，加强组员改变的决心</p> </li> <li>赞赏及感谢组员一直以来的积极参与</li> </ol>
物资	「公益协会广告之笨篇及没用篇」片段

活动	未来大计划
时间	10分钟
目的	协助组员订立未来目标及计划
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>派发及讲解「我的未来大计划」工作纸(物资8.2)</li> <li>邀请组员订立未来的亲子目标和相关行动，并填写于「我的未来大计划」工作纸及作出分享</li> <li>总结及带出信息： <p>欣赏组员尝试订立未来的亲子目标和相关行动，提醒组员填写「我的未来大计划」工作纸只是初步的练习，鼓励组员按实际情况作定期的检视和调整，以达致长久的改变</p> </li> </ol>
物资	「我的未来大计划」工作纸(课堂二)

## 第六章 亲子平行小组内容

### 子女组

活动	家庭作业分享 — 「同理心训练」
时间	10分钟
目的	因「操控型攻击者」缺乏情感，因此透过训练组员对其重视的人及面对欺凌之受害者的观察，强化组员「同理心」的运用，减少欺凌行为
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>邀请组员分享家庭作业 — 「同理心训练」 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>你的观察对象于这星期有什么情绪变化？是什么事件令他/她有这种情绪出现？</li> <li>当留意到观察对象的感受后，你与他/她相处上有什么改变？</li> </ul> </li> <li>总结及带出信息： <p>由于「操控型攻击者」向来是缺乏情感，因此，透过对其重视的人的观察，巩固组员「同理心」的运用及正面经验，并多考虑面对被欺凌的受害者的感受，从而让组员反思违规行为为他人所带来的负面影响，减少其欺凌行为</p> </li> <li>赞赏能完成家庭作业或主动分享的组员，并给星星贴纸以示鼓励</li> </ol>
物资	后备家庭作业、星星贴纸

活动	拉阔提醒你
时间	15分钟
目的	<ol style="list-style-type: none"> <li>预防组员旧有的「思想陷阱」于日后重现(Relapse Prevention)</li> <li>强化及巩固组员运用合情合理合法概念以拆解负面想法</li> </ol>
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>以快问快答的奖励形式与组员一起重温在小组中学习过的知识，装备组员于日后可能再出现「思想陷阱」时的应付方法(如：合情、合理、合法概念)，以避免组员于面对挑战时故态复萌</li> <li>介绍及派发「拉阔提醒卡」，鼓励组员提醒卡将放于当眼的位置，如笔盒、手册、钱包等，方便组员日后重现「思想陷阱」及以欺凌行为获得着数的念头时，用以提醒自己以「合情、合理、合法」概念拆解「思想陷阱」</li> <li>派发小礼物予积极回答的组员，并作出总结： <p>欣赏组员于小组的尝试，重申日后再次出现「思想陷阱」的情况是平常不过的事，并鼓励组员可多提醒自己运用小组学习的知识拆解「思想陷阱」，并以小组成功经验作范例，信任自己有能力作出改变，避免违规行为</p> </li> </ol>
物资	拉阔提醒卡(物资8.1)、小礼物

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	我的转变
时间	20分钟
目的	协助组员检视自己的进步，巩固于小组内的正面经验 提升组员自我欣赏及自我肯定的能力，建立正面思考，并学懂欣赏及鼓励他人
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 邀请组员在「我的转变」工作纸上填写个人于小组后想法、行为及情绪上的正面改变</li> <li>2. 派发组员于第一节小组填写的「我的期望」工作纸，让组员检视及分享自己达到的期望及正面转变 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 你观察到自己于小组内有哪些想法、行为及情绪上的转变？</li> <li>• 你完成了哪些于第一节小组所填写的期望？</li> <li>• 哪些转变是你于第一节小组时预料不到的？</li> <li>• 你认为自己有什么地方欣赏？</li> <li>• 你对未来的期望及目标是什么？</li> </ul> </li> <li>3. 预备领袖抽签卡，让工作人员及组员抽签</li> <li>4. 邀请抽中「领袖」卡的组员先作分享，拣选2位组员并赞赏他们值得欣赏之地方；其后再请其他组员拣选1位组员表达欣赏 分享重点： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 对方在小组中的良好表现</li> <li>• 对方的优点</li> <li>• 最欣赏对方的地方</li> <li>• 对方在小组中进步的表现</li> </ul> </li> <li>5. 总结及带出信息： 从小组中观察到「操控型攻击者」组员性格聪明及具领导潜能，因此，希望透过活动提升组员自我欣赏及自我肯定的能力，并尝试欣赏及鼓励他人，将才能发挥于正途方面，以减少违规行为</li> </ol>
物资	「我的转变」工作纸(课堂三)、「我的期望」工作纸(可参考第一节课堂二)、领袖抽签卡(物资8.2)

## 第六章 亲子平行小组内容

活动	总结及嘉许
时间	10分钟
目的	总结八节小组内容，强化组员实践合情合理合法新想法之决心 加强组员自我能力的认同，鼓励组员将才能发挥于正途方面，巩固「操控型攻击者」成为领袖的信心
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 总结八节小组的学习并派发领袖成绩表</li> <li>2. 赞赏组员于小组的进步，带出小组信息： 每个人都是有能力为自己作出改变，鼓励组员日后继续运用小组知识，避免重现「思想陷阱」，并将其才能发挥于正途方面，减少欺凌及违规行为，成为一个真正的领袖</li> <li>3. 颁发大奖予「奖励表」上获得最多贴纸的组员；其他表现良好的组员，亦得到其他礼物以作鼓励</li> </ol>
物资	领袖成绩表(物资8.3)、礼物

活动	未来大目标
时间	10分钟
目的	协助组员订立未来目标及计划
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 派发及讲解「我的未来大目标」工作纸</li> <li>2. 邀请组员订立未来的亲子目标和相关行动，并填写于「我的未来大计划」工作纸及作出分享</li> <li>3. 总结及带出信息： 欣赏组员尝试订立未来的亲子目标和相关行动，提醒组员填写「我的未来大计划」工作纸只是一个初步的练习，鼓励组员按实际情况作定期的检视和调整，以达致长久的改变</li> </ol>
物资	「我的未来大目标」工作纸(课堂四)

### 亲子组

活动	你我同心创未来
时间	25分钟
目的	协助亲子共同订下长期目标，以增加实践的动机 肯定组员的参与及进步，鼓励组员促进良好的亲子关系
程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 邀请组员分享于个别活动时所订下的目标及计划，让亲子了解双方的想法和期望</li> <li>2. 协助组员就具体的亲子目标进行调整，使双方达成共识；并提醒组员就亲子的目标作定期检讨及修订</li> <li>3. 总结小组内容，肯定亲子的积极参与及改变，鼓励组员促进良好的亲子关系</li> <li>4. 颁发「最佳进步奖」、「最合拍亲子奖」及「最投入参与奖」予组员</li> </ol>
物资	「我的未来大计划」工作纸(课堂二)、「我的未来大目标」工作纸(课堂四)、礼物

## 我的改变…

- 个人的改变(想法、情绪、行为反应)
- 管教子女方面的改变(规条、模式)
- 与子女之间的相处及关系的改变
- 子女之情绪及行为表现的改变

# 我的未来大计划

## 我的未来目标…

例如：我要改善与儿子的关系

## 未来的行动(具体及有时限的行动计划)

例如：在每晚吃完饭之后，与儿子一起进行15分钟的游戏时间

## 成效的检讨…

例如：一个星期后询问儿子有关游戏时间的意见及是否继续

## 温馨的说话：

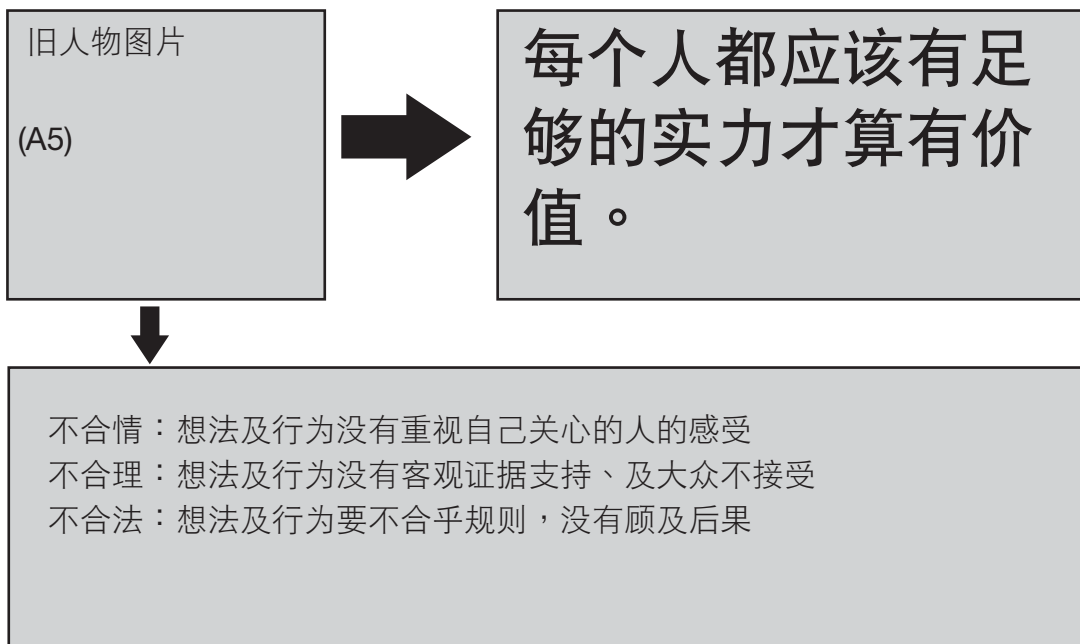
例如：我享受与你一起玩游戏的时间



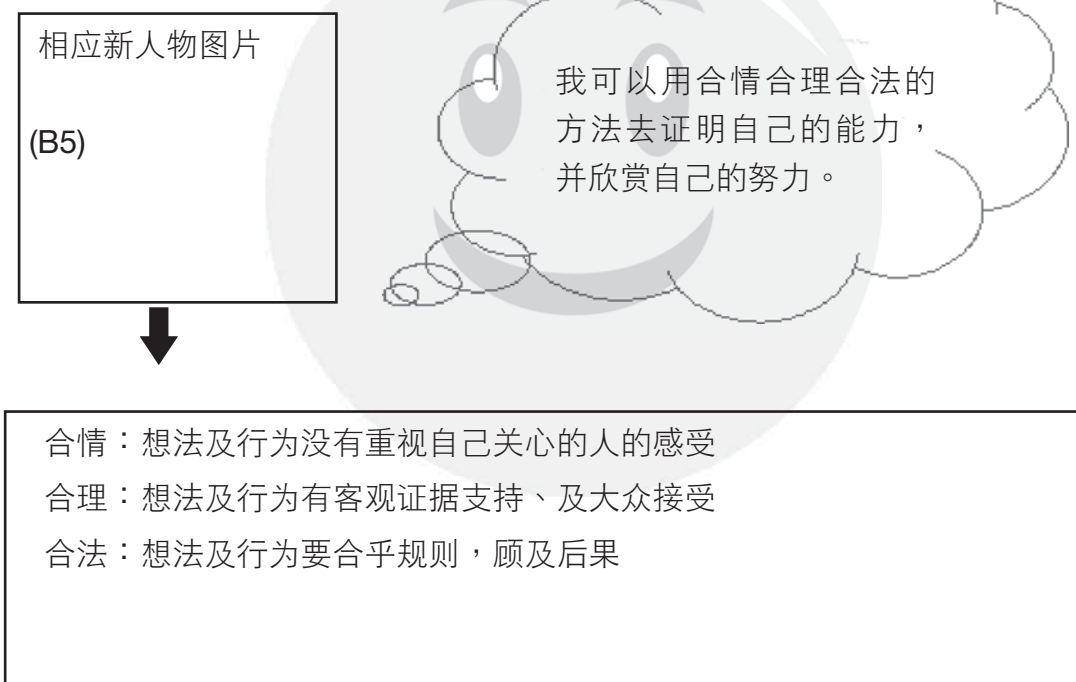
第八节小组物资8.1

# 拉阔提醒卡(范例)

正面



背面



## 「我的转变」

八节小组后，我的转变：

想法方面：

情绪方面：

行为方面：



## 领袖抽签卡

领袖	领袖	领袖

## 领袖成绩表

领袖姓名：\_\_\_\_\_

评分项目：

以五粒☆为最高

1. 投入分享

★ ★ ★ ★ ★

2. 尊重他人

★ ★ ★ ★ ★

3. 用心完成小组家庭作业

★ ★ ★ ★ ★

4. 愿意改变

★ ★ ★ ★ ★

5. 运用「合情、合理、合法」的想法

★ ★ ★ ★ ★

6. 实践「合情、合理、合法」的行为

★ ★ ★ ★ ★

7. 能代入别人的角度及感受

★ ★ ★ ★ ★

评语：

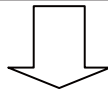
## 第六章 亲子平行小组内容

### 第八节小组课堂四



#### 我的未来大目标

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



#### 我的行动

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

(温馨提示：还记得「合情合理合法」的新想法吗?)

#### 我的鼓励

## 第六章 亲子平行小组内容

### (II) 个案研究

#### 个案背景

每位亲子小组成员在进入小组前，均被邀请填写问卷及作访谈。问卷数据及访谈内容不但包括学生和家长的背景，还有其在认知、行为及情绪上的特质。所以，当工作人员参照这些资料，便可对小组组员有一定的认识。除了学生面谈外，家长面谈的内容，亦提供了家长在管教子女上的价值观、管教方式、亲子关系及沟通模式等相关资料。这些数据及访谈内容，都有助工作人员于带领小组活动的过程中，与小组组员建立互信的关系，并有效地作出针对性的治疗。

以下是阿俊(化名)在问卷调查的部份数据，及其父亲梁先生在接受访谈时提供的资料：

#### a) 问卷调查

行为方面：

量表	攻击行为(总分：46)	
	操控型攻击(总分：24)	反应型攻击(总分：22)
分数	14	11

根据反应型和操控型攻击问卷(RPQ)，阿俊的整体「攻击行为」分数为24分，甚高于临床指标的18分。另外，阿俊于「操控型攻击」分数为14分，而「反应型攻击」分数为10分；以本计划的筛选准则，界定一名学生属于「操控型攻击者」的分数为5分或以上；而「反映型攻击者」的分数为8分或以上。由于阿俊的「操控型攻击」分数高于他的「反应型攻击」分数，这反映阿俊有严重的操控型攻击行为倾向。

认知及情绪方面：

量表	同理心(总分：120)
分数	40

研究亦应用了「认知-情感-身体」同理心量表(Cognitive-Affective-Somatic Empathy Scale)来评估阿俊的同理心。根据本计划于2010年-2011年度研究显示，全港学生于「认知-情感-身体」同理心量表的中位数为58分，而阿俊的分数仅得40分。这反映出阿俊属于情绪起伏不大的人，亦缺乏同理心，难以代入别人的感受当中。

## 第六章 亲子平行小组内容

### b) 学生访谈

访谈中，阿俊会被问及一些在学校有可能发生的情境，当中包括欺凌或违规行为的情节。工作人员邀请阿俊代入情境中，想像如果他遇上这些情况的时候，会有怎么的想法、行为及情绪。以下是学生访谈的情境题目：

「你一直也很想有一部最新款的手提电话，但你却没有足够的金钱购买。有一天，你在学校饭堂发现身旁的同学留下他的手提电话走了，而那部手提电话正是你一直想拥有的那型号。当时，饭堂没有太多的人留意你的举动。」

访谈期间，阿俊认为：若没有人注意到自己的举动，他便会拿走那部手提电话。他表示这么容易就可以获得这部最新款的手机，他是绝对不会错过这个难得的机会。另外，阿俊在访谈期间亦否定了自己应要承担的责任。他认为整件事的归因于对方的不小心，遗失了财物，所以他不问自取是「理所当然」的事情。另外，他即使知道对方会因此感受伤害，但他仍然选择这样做的。同时，他也考虑到若被老师揭发此事，他会如何应付。

### c) 家长访谈

在家长的访谈中，梁先生(阿俊的父亲)表示自己学历不高，觉得自己不懂得教导儿子。梁先生亦表示自己与妻子均工作忙碌，很少与儿子相处，对儿子疏于管教，而儿子对他们的态度亦很冷漠。梁先生表示很喜欢以物质奖赏儿子的正面行为，亦视此为管教儿子最有效的手段。另一方面，老师向梁先生反映阿俊在校内有很多结党和煽动同学杯葛他人的行为，故此梁先生希望参加小组后，可使两人相处变得融洽，同时减少阿俊的反叛性。

父母教养方式:

量表	威信型(总分：75)	专制型(总分：60)	放纵型(总分：25)
分数	15	17	23

研究应用了父母教养方式与类别问卷(Parenting Styles and Dimensions Questionnaire)来探讨梁先生的教养方式。问卷研究显示：梁先生的「放纵型」管教方式分数为23分，数据反映出他倾向以松散、放任的方式来管教子女。

### d) 小结

在问卷调查中，阿俊的「操控型攻击」分数远高于「反应型攻击」指数。在访问过程中，工作人员观察到阿俊所谈及的，都是围绕着个人的利益和好处(Instrumental Goal)。根据认知行为治疗法的分析，阿俊在思考过程中，出现了不同程度的「非理性思想」。另一方面，工作人员观察到阿俊低估了攻击或违规行为会带来严重的后果。他对别人欠缺同理心，没有体谅对方的处境和感受。参照以上的特点，工作人员将运用针对性的辅导策略，包括协助阿俊拆解他的非理性思想，让阿俊能够建立「合情合理合法」的新思维，从而减少他的攻击和违规行为。同时，工作人员亦需要引导父亲梁先生检视其管教模式及管教上的偏差，让他反省现行的管教模式并非有效的方法。

## 第六章 亲子平行小组内容

### 2. 小组初期

小组初期，工作人员透过各类型的亲子活动，评估家长与子女的互动模式；透过家长的分享，探索家长的管教互动模式，进而了解家长管教子女时的价值观及期望，以协助家长与子女建立正向关系。活动亦有助家长察觉自己在处理子女问题时的想法、情绪与身体反应的变化。此外，工作人员会透过观察组员于小组内的表现，评估其价值观及其行为背后的目的，再引导他们反思其负面行为所带来的负面后果。

#### a) 小组过程及个案阐述

在亲子活动的环节中，组员会被邀请分享于日常生活中，最经常跟对方说的五句说话。在活动期间，阿俊主动要求先作出分享，原因是希望获得糖果作为奖赏。梁先生则表现得较为被动，不太愿意分享。及后，经过儿子的一番催促，梁先生才作出分享。梁先生最常对儿子说的话都是围绕着要有出色的成就；要求儿子要聪明世故，懂得赚取很多金钱；并认为有前途就是等同能赚取高薪酬。另外，梁先生表示：如果儿子不能考取好成绩，自己亦会没有面子。阿俊在分享与父亲相处时，表现得很消极，言谈之间流露出不满的情绪。阿俊表示：父亲很多时都会因为成绩的问题而责罚自己，甚至会用伤害自尊心的说话来侮辱他。

在家长活动中，梁先生分享自己在处理子女问题时的情况。梁先生表示：儿子无心向学，沉迷电脑游戏和踢足球，因而感到十分无奈和气愤。梁先生认为儿子不应浪费时间在一些没有前途的兴趣上，而应专心读书，他日才能赚取高薪酬和名成利就。为了吸引儿子专心读书，梁先生表示自己经常以物质和金钱利诱他，并视之为行之有效的手段。

另一方面，在子女活动中，阿俊显露了冷酷及缺乏情感的特征，并且没有一点同理心。在活动「我的着数表」中，阿俊表示自己最想得到无限的点数卡，而他亦分享自己一次偷取同学点数卡的经历，他不认为偷窃是错误的行为，对于自己用偷窃的方法取得同学的点数卡而感到自豪。阿俊认为那些做了错事而遭受惩罚的人是不幸的，只因一时不小心失手，才会被捕，为此他感到可惜。阿俊倾向低估负面行为的结果，认为偷窃的后果并不严重，而且深信凭自己的聪明才智一定能逃过惩罚。此外，阿俊十分重视物质利益，只着眼于眼前利益，忽视负面行为所带来的长远代价。

#### b) 工作人员分析—亲子互动关系

从观察所得，梁先生与阿俊的亲子关系倾向于物质化。梁先生多以物质去奖励儿子的正面行为，儿子亦善于讨价还价，要求梁先生以物质来嘉许自己的正面行为。阿俊经常漠视梁先生的说话，而梁先生对于儿子的漠视，则显得颇为气愤。

在活动初期，梁先生表达出自己对于儿子的期望，他极其重视儿子将来是否能名成利就。梁先生衡量个人成就的标准是基于薪酬的多寡。梁先生认为儿子只应花时间在读书上，而不应浪费时间于一些无谓的课外活动上，因参与这些活动对儿子将来能名成利就是毫无帮助的。除此以外，梁先生要求儿子在校内一定要获得优秀的成绩和要懂得讨好师长，这才是聪明世故的表现。梁先生认为儿子若未能做到自己的要求，便是一个毫无用处的人，是社会的失败者。梁先生的分享显露了他极其重视儿子的个人成就，并视之为衡量人价值的工具，他不介意儿子是否以正当的方法去取得成功，只在乎其目的能否达成。



## 第六章 亲子平行小组内容

在活动中，工作人员引导梁先生反思自己的想法及让他察觉其管教方法是否有所偏差。例如：他经常以威迫利诱的方式去管教儿子，他向儿子表示只要他能获取好成绩，便会获得名贵的物质作奖赏。但若果儿子未能达到其要求时，便会立刻扣除他的零用钱以作惩罚。某程度上，梁先生这种管教模式影响了儿子懂得以伪善的行为来换取奖赏，并且善于讨价还价。另一方面，梁先生把衡量个人成就的标准与能否赚取高薪酬挂勾，影响了儿子待人处事的价值观，令他倾向以个人成就的高低来衡量一个人的价值，同时，为求达到目的会不择手段。

除此以外，在学生活动中，工作人员观察到阿俊善于分析及评估形势，从而作出决定（例如：在分享一次偷窃同学点数卡的经验中，阿俊善于先评估行动的风险及后才下决定，他选择了在同学不察觉和混乱的情况中「下手」，并成功地偷取同学的物品。）而且，阿俊认为能力弱的人是不值得受人尊重的，甚至没有生存的价值，因此他很多时都会以欺压的手段来戏弄同学。当阿俊看见同学遭自己所安排的同学欺负时，他会觉得自己很聪明，因为能成功地把同学玩弄于股掌之中，又不被老师发现，他形容这种欺负同学的经验令他感到很有趣和刺激。在活动中，工作人员透过家庭作业「我的影响」，来增强阿俊的自省能力，令他反思他的负面行为可引致严重的长远后果。此外，工作人员亦会透过角色扮演的练习，让阿俊透过代入真实欺凌事件中被欺凌的角色，让他感受当中的苦痛，增强他的同理心。工作人员亦从角色扮演的练习中，让每位组员从不同的角色去评审案中主角的欺凌行为，引领他们去思考欺凌行为的严重后果。工作人员随即引导他们做任何事情前，必须先考虑相关的后果和他人的感受。

### 3. 小组中初期

经过小组初期对家长与子女互动模式的评估，工作人员已大致掌握各对亲子的价值观。在小组的中初期，工作人员会探索家长于管教时经常落入的思想陷阱，让家长明白落入思想陷阱后的行为及情绪反应。另外，透过组员于小组时分享的经历，工作人员评估组员的自动化想法和思想陷阱，藉此增加他们对于「思想」、「情绪」与「行为」的认识。

#### a) 小组过程及个案阐述

在小组中初期的亲子活动环节中，家长及子女需各自填写心目中理想父母及子女的条件，然后作出分享。梁先生认为作为一个理想子女的条件是不要在学校里惹事生非，不要惹麻烦给父母和将来能名成利就。梁先生认为若果儿子未能做到自己的要求，便会令自己与妻子面目无光，亦会是社会上的失败者。而阿俊则认为作为一个理想父母的条件是能无限量地供应金钱和物质，他认为金钱是万能的，金钱可用作换取尊严、结交朋友的条件和完成任何事情。

在家长活动中，梁先生提及一次阿俊曾在校内和同学发生冲突的事件。梁先生认为阿俊的行为很愚蠢，认为他不应被老师发现而导致自己的形象受损，影响美好的前途。在言谈之间，梁先生只着重于儿子的成绩、前途，对于儿子的攻击行为并没有觉得不妥。另外，梁先生十分坚持「若果儿子将来未能名成利就，便是一个毫无用处的人」的信念，他认为处身于这个弱肉强食的世界里，人一定要足够的实力才有资格生存，欠缺实力的人是没有价值的。

另外，阿俊于子女活动中分享他过去在学校与同学相处的经历。阿俊表示自己过往当遇见一些默不作声的同学时，便会着其他同学上前挑衅他们，原因是觉得那些同学态度十分嚣张和轻视他，于是便要教训他们，一展自己的实力。阿俊不觉得自己的行为有何不妥，更认为自己的行为有理，是捍卫自己的实力、尊严的表现，并为自己的行为感到相当自豪。

## 第六章 亲子平行小组内容

### b) 工作人员分析

在家长活动中，工作人员发现梁先生只着重儿子的成就，为的是将来能赚取高的薪酬和为自己增光。梁先生对儿子的个人品德毫不重视，只是希望儿子聪明世故，不要为父母惹来麻烦。梁先生认为「若果儿子将来未能名成利就，便是一个毫无用处的人」的想法无疑是落入了「妄下判断」这思想陷阱。工作人员会先运用「十大思想陷阱」的练习去协助梁先生辨识他的思想陷阱和引导他察觉自己所跌入的思想陷阱。工作人员运用小组技巧引导梁先生反思其想法，协助他察觉自身经常跌入的思想陷阱，并探索其思想陷阱如何影响自己与子女之间的相处。接着，工作人员会运用「克服思想陷阱」的练习去协助拆解梁先生的思想陷阱，例如：利用练习里的「自我反问」方法，令梁先生思考其想法的其他可能性。

另外，阿俊于子女活动中的分享亦反映出他「非黑即白」的想法，他认为那些默不作声的同学是态度嚣张，与自己过不去的表现，于是他便会静候时机，利用其他同学对他们作出攻击行为，以展示自己的实力和价值，令所有同学都膜拜他。阿俊的自动化想法是：「我必须向别人展示实力，我才有价值，否则我便没有生存的价值了」。工作人员引导阿俊反思自己的自动化想法是落入了哪一个思想陷阱，更重要的是利用小组技巧令他反思自己的行为，并尝试多用同理心，站在别人的角度去感受。

### 4. 小组中后期

在小组中后期，组员透过活动检视及重塑其自动化思想(Automatic Thoughts)。家长拆解思想陷阱后，进而处理启动自动化思想的中介信念(Intermediate Beliefs)。中介信念包括自我的价值观(Attitudes)、假设(Assumptions)及规条(Rules)。于小组中的后期，工作人员会引导家长检视及认清个人规条如何影响到子女的攻击行为。另外，工作人员亦透过拆解子女的思想陷阱，同时引导他们以合情合理合法的方向去处理问题，用多角度的角度去了解事物，从而改善他们的家庭及校园生活。

### a) 小组过程及个案阐述

在小组中后期，小组会有较多家长及子女独立分享的环节，目的是希望重塑其自动化思想，透过不同的练习去协助他们拆解思想陷阱，继而处理其中介信念的偏差。在一次分享环节中，梁先生分享到，如果儿子在考试或公开比赛中未能获得最优异的成绩时，自己便会感到极其羞耻，而且觉得儿子很失败，丢人现眼。每当儿子未能做到梁先生的要求时，他便会立刻有以上的想法，因此梁先生为求儿子能获得成功，会不惜一切代价。梁先生自少向儿子灌输「名成利就和有权力的人，才是有价值的人」的观念，而且教导他：要获得成功，就必须不惜任何代价，即使用不正当的方法(走捷径)去达到目的，亦并无不妥。在梁先生眼中，只有最优秀的人，才有价值，这中介信念直接令梁先生的管教规条出现很多偏差。工作人员在小组中运用「规条建立大事记」的练习邀请梁先生找出其管教规条中的思想陷阱和负面想法，并以引导的方式协助他拆解。从「规条建立大事记」的练习中，工作人员了解到梁先生的中介信念：「名成利就和有权力的人，才是有价值的人」是来自他的父母教导，他坦承这信念对他的一生是最具影响力的，亦影响了他对儿子的管教规条，使他订下了「要获得成功就必须不惜任何代价，即使用不正当的方法(走捷径)去达到目的亦并无不妥」的管教规条。工作人员随即利用「认识管教规条」这练习让梁先生反思自己订立的管教规条如何影响了他和儿子的相处和对儿子成长所带来的负面影响，例如：儿子只会着重于追求成功感而漠视亲情，只视父母为提供物质需要的供给者，彼此间毫无温情可言。长远来说，梁先生这管教规条亦会影响儿子习惯以不择手段的态度去获取所想，无视法纪，并且误以为自己的所作所为是正确的。

## 第六章 亲子平行小组内容

在子女组方面，工作人员一方面协助组员建立「合情、合理、合法」的新想法，引导他们从多角度去了解事物，另一方面协助他们反思负面行为所带来的严重后果，并利用不同的练习去增强他们的同理心。在小组中后期，阿俊认识到人的价值和自尊并非单单来自金钱和权力后，工作人员观察到他的心态上已有所转变，例如：他开始减少以金钱来看待事情，现在懂得以不同的角度来看待事情的内在价值。另外，透过多次同理心的练习，阿俊开始懂得关心别人的感受和站在他人的角度去思考，而非只从自己的利益角度出发。阿俊承认他误以为过去霸道的行为是能够得到别人的尊重，但现在以「合情、合理、合法」这新角度去思考事情后，却发现自己过往的想法是大错特错的。例如：阿俊误以为能透过欺负别人来赢得尊重和换取成功感，但透过真实的个案研讨后，工作人员引导阿俊觉悟到其负面行为所引致的严重后果，非不但不能为他带来成功和尊重，更会令他身陷囹圄，后悔不已。

### b) 工作人员分析

梁先生的管教规条是「要获得成功就必须不惜任何代价，即使用不正当的方法(走捷径)去达到目的亦并无不妥」，他的中介信念是「名成利就和有权力的人，才是有价值的人」。在活动中，工作人员派发「规条秤一秤」的工作纸给组员，就各家长订立的管教规条进行讨论。工作人员带领所有家长一起讨论其管教规条，并从各家长的分享中，找出一些思想陷阱和负面想法，协助他们进行拆解。就梁先生的管教规条而言，工作人员引导他反思这规条有何好处和坏处，梁先生表示好处是能确保儿子能获取成功，达到所想；而坏处是会影响儿子的价值观，令他凡事从利益的角度出发，导致儿子做人处事时不懂顾及别人的感受，为求达到目的不择手段。工作人员透过组员之间的分享互动，引领梁先生反思他管教规条中的偏差，并引导他思考所潜在的危机，例如：于他日长大成人后，因为求目的而犯下严重罪行而受法律所制裁，届时将后悔一生。除此以外，工作人员引领梁先生反思其个人规条如何影响儿子的攻击行为，例如因为他自小受着「名成利就和有权力的人，才是有价值的人」的观念所影响，扭曲了儿子的价值观，使他看待人的价值等同于金钱和权力，因此往往当儿子遇上一些弱者时，便会认为这些人没有价值，即使对他们作出欺凌的行为亦并无不妥，久而久之，儿子便会变成一个只求目的、荣耀而欺侮弱者、毫无同理心的人。经过工作人员引领梁先生反思他一直所持有的信念、管教规条和其管教对儿子的负面影响后，他已清楚地察觉到问题所在，并表示愿意立刻重新检视其个人的信念和管教规条，以免日后儿子犯下罪行，以致后悔一生。

另外，经过小组的前期辅导，阿俊亦逐渐明白到单以自己的角度去思考事情是不足够的，而且，若事无大小均用利益去衡量的话，便会失去人生很多比金钱还珍贵的东西(例如：亲情、友谊等)。与此同时，阿俊的同理心明显地增加了，开始懂得多站在别人的角度去看事情，这亦有助于减少他的攻击行为。

## 5. 小组后期

在小组中期及中后期，家长已学会了解到自己在管教上、情绪管理或理解事物角度上需要改善的地方。在小组后期，工作人员进一步协助家长运用「合情、合理、合法」新的思维模式，来取代以往的「思想陷阱」，强化家长和子女彼此间的正面沟通模式和技巧，并进一步培养子女反省自己的习惯，多从别人的角色和感受出发。

### a) 小组过程及个案阐述

在小组后期，家长及子女会被邀请运用「我信息」去沟通。梁先生抽出了一张模拟情景卡，内容讲述儿子于考试前一晚仍观看电视节目及玩游戏机。活动过程中，梁先生尝试运用「我信息」的技巧去表达自己的感受及期望，而阿俊则被邀请分享其感受。另外，在子女活动方面，工作人员与组员重温所学，并展望他们能继续以「合情、合理、合法」的思考方式去待人处事。

## 第六章 亲子平行小组内容

### b) 工作人员分析

在学习运用「我信息」去沟通时，梁先生开始懂得以真诚开放的态度与儿子清楚地表达自己的期望，而非利用金钱或物质去利诱他温习。工作人员引领梁先生多反思其管教规条是如何受其中介信念所影响，而其信念如何负面地影响了儿子的价值观，最终令他明白到自己在管教上要改善的地方。当小组完结时，巩固所学(**Consolidated Learning**)及强化 (**Reinforcement**)实践是重要的一环。在小组后期，工作人员利用「我信息」的练习和角色扮演，以巩固梁先生运用新的「合情合理合法」思维模式，取替以往的「思想陷阱」，强化他和儿子彼此间均用正面沟通的模式和技巧相处。例如：梁先生已懂得运用「我信息」去表达自己对儿子的期望和感受，希望他能用「合情、合理、合法」的方法去追求目标。另外，经过多次同理心的练习，阿俊亦懂得做任何事情前先从「合情、合理、合法」的角度去思考，以及多考虑别人的感受，最后懂得使用「合情、合理、合法」的方法正面肯定自己，证明自己的能力和价值。

### (III) 参加者心声

- 于小组中学懂了自己如何控制自己的情绪，而且改善了自己与子女的关系
- 小组令亲子关系有进步，能释放因管教子女而产生的压力
- 于小组中更清楚自己的想法、感受及期望
- 在小组里学会的放松自己方法，希望日后可以融会贯通地运用，不用时刻都处于过度紧张的状态
- 家长可把学到的教导子女，令他们学习冷静情绪，对他们人际关系有很大帮助
- 在小组分享中可吸收别人经验，从而改变自己的想法
- 操控型攻击者着重利益和好处，因此工作人员须不时评估物质奖励的成效，如组员已十分合作及投入小组，便可减少物质奖励
- 工作人员须多留意及赞赏组员的正面表现，即时给予回馈，有助组员积极参与小组；工作人员亦可透过其他方法，例如增加活动的变化，令组员投入活动
- 工作人员需以真诚的态度去触动操控型攻击者，使他们能开放自己去表达意见及感受

### (IV) 工作人员分享

- 有些家长于分享经历环节需时过久，工作人员需在适当的时候控制时间，以免影响小组进度
- 工作人员避免使用教导性方式带领小组，宜透过提醒及引导性问题让组员作出反思
- 在讨论环节中，工作人员可尽量邀请每位组员发言，但不可强迫组员作分享。可于组后个别倾谈多作鼓励，并了解组员情况
- 工作人员宜对组员的积极参与及组员之间的互相合作表示赞赏，令组员更加投入参与小组活动



## 第七章： 研究结果及讨论



# 第七章：研究结果及讨论

## (I) 组员出席率

根据以往的临床研究，组员的出席率需高于50%才能掌握及理解小组内的一些基本内容(Mitchell, et al., 2007)。因此，本研究的小组组员的出席率必须高于50%，才可当作为有参与小组的组员；反之则当作无效或退出组员(Dropout)。所以本研究起初入组共有261组员，扣除那些未有50%所出席率的人数，现剩下178组员作为小组成效分析的主要数据。此外，过往文献亦指出：出席率与小组成效有着明显的关系；小组组员出席率越高，则对小组的成效会越高(Greenberg, Johnson, & Fichtner, 1996; Stear, Prentice, Jones, & Cole, 2003)。

## (II) 小组成效

本研究采用「三联法」(Triangulation)以评估小组成效。即透过学童、家长及老师三方面去评估小组对组员的影响，以求多维度及准确地评估小组的成效。由于跟踪的研究数据仍未到收集及分析之时，所以家长及老师的研究结果未能在此公布。

是次研究运用了「混合模式的研究方法」(Mixed Mode Research Method)，同时以量性研究(Quantitative Research)及质性研究(Qualitative Research)评估组员于小组前后的表现。量性研究综合了操控型攻击者的想法、行为及情绪有关的研究、量表，制作成问卷，质性研究则以结构性情境问题(Structured Hypothetical Situations)作为研究工具。

透过「前测—后测」，即比较组员进入小组前与完成小组后的表现，评估小组对组员的想法、行为和情绪的影响。此研究亦是「纵向面跟进研究」(Longitudinal Study)，组员于完成小组后的三个月、六个月、一年及两年，继续接受量性及质性评估，以了解治疗性辅导小组对操控型攻击者的长远影响。

由于数据收集需时，所以质性研究结果未能在此公布。在跟进研究方面，暂时只进行了「三个月后测」，不同小组开始和完结时间需因应学校校历作编排，故此，在时间上非同步进行，因此，三个月后测之数据只有学生小组有足够的有效人数来进行分析；家长及亲子平行小组只能提供前测及后测的数据来分析，而学生小组则可提供前测、后测及三个月后测的数据来作分析。

## 第七章 研究结果及讨论

### 1. 学生小组

以下是2010至2011年间，在小学进行的操控型攻击者学生治疗小组所收集到的数据分析结果。

表(一)：操控型攻击者学生治疗小组：各学童自陈量表中的结果(前测－后测)

	前测－后测		
	有效人数	平均分数差距	t值
操控型攻击行为	47	-0.13	0.15
反应型攻击行为	47	2.38	3.29**

注：p<0.05\* p<0.01\*\*

(于统计学上，p<0.05\* 与 p<0.01\*\* 均代表具有显着的差异(Significant Difference)，而p<0.01\*\* 则较 p<0.05\*表示有着更为明显指数的差异)

表(二)：操控型攻击者学生治疗小组：各学童自陈量表中的结果(前测－三个月后测)

	前测－三个月后测		
	有效人数	平均分数差距	t值
操控型攻击行为	47	0.00	0.00
反应型攻击行为	47	2.02	2.97**

注：p<0.05\* p<0.01\*\*

表(三)：操控型攻击者学生治疗小组：各学童自陈量表中的结果(后测－三个月后测)

	后测－三个月后测		
	有效人数	平均分数差距	t值
操控型攻击行为	47	0.13	0.15
反应型攻击行为	47	-0.35	0.45

注：p<0.05\* p<0.01\*\*



## 第七章 研究结果及讨论

### 2. 家长小组

以下是2010至2011年间，在小学进行的操控型攻击者家长治疗小组所收集到的数据分析结果。

表(四)：操控型攻击者家长治疗小组：各学童自陈量表中的结果(前测－后测)

	前测－后测		
	有效人数	平均分数差距	t值
操控型攻击行为	41	0.66	1.06
反应型攻击行为	41	1.93	2.50*

注：p<0.05\* p<0.01\*\*

### 3. 亲子平行小组

以下是2010至2011年间，在小学进行的操控型攻击者亲子行治疗小组所收集到的数据分析结果。

表(五)：操控型攻击者亲子平行治疗小组：各学童自陈量表中的结果(前测－后测)

	前测－后测		
	有效人数	平均分数差距	t值
操控型攻击行为	50	-0.10	0.14
反应型攻击行为	50	2.49	3.26**

注：p<0.05\* p<0.01\*\*

根据表(一)至表(五)的表面数据结果显示，反应型攻击行为指数较操控型攻击行为指数有着较显著的分别。这些表面数据背后必须附以分析才能明白真正的小组成效的情况。请参阅如下(三)的内容。

## 第七章 研究结果及讨论

### (III) 三种小组成效讨论

研究结果显示，三种小组，包括学生、家长及亲子平行小组都能即时减低操控型攻击者的反应型攻击行为，但未能即时减少操控型攻击行为(见图一、图二及图三)，其结果分析如下：

根据图表中的结果，显示出小组的成效好像只能减少反应型攻击行为而操控型攻击指数则没有任何改变。事实上并非如此，因为根据以往本计划的研究发现中，有两个很重要的因素与操控型攻击行为有着显着的关系(Fung, Raine, & Gao, 2009)：

- (一) 年龄：本计划研究发现，操控型攻击指数会随着年龄的增长，而不断升高，但反应型攻击指数则不会随年龄的增长而有所改变；因此，即使小组成效中的操控型攻击指数未有很多的消减，与小组前维持不变，但却没有跟着年龄的增长而升高。换句话说，即是于小组完结后，组员的操控型攻击指数不会继续严重下去，所以反映小组是可以抵御操控型攻击行为的发展；
- (二) 性别：根据同一在本计划的研究结果显示，男生比女生的操控型攻击行为较为严重，亦有明显显着的差别。由于男生的个子、身裁随着年岁的增长与操控型攻击行为有着五向关系，所以男生的操控型攻击行为较女生更难减低。根据本研究的有效小组组员的性别，分别有77%是男生，而23%是女生。所以，操控型攻击指数于小组成效中表面好像没有任何改变，但实际上，已反映男生于操控型攻击指数发展中得已舒缓，逆转了其继续恶化的趋势。

另外，第三个原因是与操控型者的认知扭曲的部份有关。根据社会资讯处理理论(Social Information Processing Model)，反应型攻击行为涉及在社会信息处理过程的第一及第二个步骤中出现认知上的扭曲问题，而操控型攻击行为则为第三及第四个步骤中出现认知上的扭曲问题。所以反应型攻击行为会较操控型攻击行为需时较短可以得到改善，而操控型攻击行为则可能需要较长的时间才可有着显著的改善。

还有，第四个原因是根据过往的文献发现，各国的青少年的操控型攻击行为指数一般的平均值为1分左右(总分为24分)。本计划的小组组员的操控型攻击行为指数在小组进行前为3-4分，虽然得分已是比一般青少年的操控型攻击行为得分高出2至3分，但由于数字上分数的距离很少，因此较难于前测及后测的比较中得出一个显着的差异(Significant Difference)。反观，反应型攻击指数的跨国界青少年一般的平均值为4至5分，而本研究中的小组组员于反应型攻击指数得分为8至9分，则是指数上有4至5分之差距，刚巧与操控型攻击指数的相距高出一倍，所以反应型攻击行为指数于小组前后的比较会比操控型攻击行为指数易于有明显差异。

从图三家长小组的结果显示，操控型攻击行为指数由前测的4.15分下降至后测的3.49分(下降了0.66分)，虽然于统计上未有一个显着的差异，但仍可以显示出有下降的趋势。加上，学生小组初步显示了长期的治疗成效。这些理据进一步证明透过认知行为治疗法，组员学懂拆解非理性想法，之后能被理性想法所取代，以致其操控型攻击行为能持续地改善。

## 第七章 研究结果及讨论

### (IV) 比较三种小组的成效

从以上的研究结果分析显示，不论学生、家长及亲子平行小组均能有效减低操控型攻击者的攻击行为。根据Lochman及Wells(2004)的研究，亲子平行小组相对于学生及家长小组，小组的长远成效最为显着。因此，为了比较学生、家长及亲子平行小组的成效，所以应用了共变数分析法(ANCOVA)，分析操控型攻击者前测及后测的攻击行为分数。结果显示，三种小组在减少攻击行为方面并无显着的差异(见图四及五)。由此可见，不论介入学生、家长本身或亲子形式进行小组辅导，都有相当显着的成效。所以，鼓励社工和辅导人员可任意选取哪一套教材套和对象作介入点均能得出相若的果效。

而Lochman及Wells(2002)的研究，与本研究的结果不谋而合，进一步证明不同类型的治疗小组于刚完成时均出现有相若的成效。而过往文献亦同样地指出，小组的效能需要较长的时间才能显示出来，而本研究的结果是在小组刚完成时所进行的评估，所有可能因时间不足而无法分辨不同小组的成效。预测于小组完结后的半年和一年后所作出的评估，相信其成效会更为显着(Ryan & Smith, 2009)。总括而言，研究结果显示了三种小组都有着立竿见影的正面果效，亦相信小组完结后半年至一年的跟踪评估中，小组组员会有更大更显著的改善。

### (V) 与中学学生小组的成效比较

操控型攻击者学生治疗小组已于二零零七年开始在中学推行，结果令人鼓舞，而其成效已详述于第三及第四册的实务手册中。由二零零九年开始，学生小组由中学扩展至小学学童，而家长及亲子平行小组亦首次于小学推行。根据结果分析显示，于小学推行的三种不同形式的小组成效与中学学生小组的成效大致相若，这结果证明了本计划所采用的认知行为治疗法不仅能有效地改善中学操控型攻击者的攻击行为，对年纪较轻的小学学童而言亦能发挥相同的作用。此外，亦证实学童的攻击行为是可透过改变家长的认知架构后得到改善，这显示了认知行为治疗法不论在学童或家长层面下进行，仍能有效地针对目标者的欺凌或暴力的行为问题而作出改善。

## 第七章 研究结果及讨论


### (VI) 限制

1. 因家长及亲子平行小组需于家长工余时间才能举行，一些较高危的学童，可能因家长工作时间而不能配合，所以未能参与家长及亲子平行小组，因此而导致不能以随机(Randomization)的方式分配组员于不同的小组，以致普遍被选入家长及亲子平行小组的学童其攻击行为指数会较学生小组为低，影响了本研究结果的可靠性。
2. 大约23%的学生小组和38%的家长及亲子小组成员的出席率是低于一半，或是小组未完结时已经退出，减少了有效人数作为研究分析之用，减低了分析小组成效的样本数目。
3. 家长问卷收集及约见家长进行访谈也极为困难，以致部分家长的数据和资料都不能整全。
4. 由于相关数据还未到收集及分析的阶段，所以研究的结果只能集中于分析前测、后测及三个月跟踪研究的数据，而未能有效地分析小组的长期成效。

### (VII) 总结

从各学童自陈量表的结果，显示治疗性辅导小组对操控型攻击者的成效超卓，证明认知行为治疗法是適切应用于无论小三至小六、中一至中三各级别的学童或其家长，均能有助学童减低欺凌和暴力的攻击行为。

基于本计划的研究结果令人鼓舞，所以鼓励各社工、辅导人员和老师能善用第一至十册的「有教无戾」校园欺凌计划的教材套于日常辅导工作之上，以努力达致校园「零」欺凌的终极目标。



## 第七章 研究结果及讨论

## 第八章： 实务锦囊



# 第八章：实务锦囊

## (I) 推行小组时的考虑

根据前部份的研究结果证实，各种小组的成效均相若。至于同工在选择小组的推行形式时，可从以下各点作出考虑，以符合实际上的需要：

### 1. 时间配合

由于部份学生的双亲均需工作，相反，有些学生的家长却只在学生上课时间才有空闲，而学生在课程内的学习及课外活动的参与均十分忙碌，因此，在凝聚不同家庭成员于同一时间内参与小组活动，实在非常困难。这情况在偏远地区及基层家庭的学生当中更为明显。

### 2. 人手配合

我们建议学生小组及家长小组最少有两名工作人员。一名工作人员主要负责讲授小组内容及带领讨论，而另一名工作人员则协助监察及留意个别组员的回应、态度及想法。这样既可以让小组畅顺进行，又能够在过程中收集重要的资料，促进了解个别学生及家长的想法，根据组员特性作针对性的治疗。另一方面，亲子平行小组当中包含家长及学生的参与，而且家长和学生不时会分开进行小组练习，因此，亲子小组所需要的人手亦相应较多，最少需要三位工作人员参与整个小组过程。

### 3. 参加者配合

本计划采用认知行为治疗法，需要组员有一定程度的认知及反思能力。因此，一些学生会因年龄或认知发展阶段的限制(如年龄于八岁以下的儿童，而本计划的对象均达八岁或以上)，未必适合直接参与「认知行为治疗法」小组。故面对年纪较小或认知程度较弱的学生，家长或亲子平行小组则较为适合。

以下是本计划工作人员总结过往一年的经验所得，反思运用认知治疗法处理操控型攻击者时要注意的事项，现与同工分享，以供参考。

## (II) 工作人员素质

1. 对于操控型攻击者，接纳(Acceptance)对他们来说是非常重要的。因为他们大多数被标签为「搞事份子」，不受老师及长辈欢迎。但另一方面，亦有些是「高材生」、班中学长、领袖生，所以工作人员对组员的行为及想法亦应抱非批判性(Non-judgmental)的态度，因他们的想法大多出类拔萃及另辟蹊径，故工作人员可从组员的角度出发，从而了解他们行为及非理性想法的形成过程。此外，工作人员可在小组中，正面欣赏及称赞他们的强项和亲社会行为，让他们体验到行为改变的正面回馈，增加对工作人员及小组的信任，以及持续改变的動力。

## 第八章 实务锦囊

2. 工作人员必须有耐性地聆听组员的每一个分享，因操控型攻击者喜欢显露个人能力，分享时期望得到别人关注，工作人员要保持耐性及开放的态度，让他们慢慢分享自己的经历。
3. 工作人员须要对本自身的价值观有敏锐的觉察力(Awareness)，因为操控型攻击者在小组中分享的看法和观点，可能会偏离了普遍及正当的价值，亦会与工作人员的价值观产生冲突，所以，工作人员要先了解自己的价值观，才能运用自身的内在资源去带领小组。

### (III) 辅导技巧

1. 虽然组员在被挑选成为组员前已作评估分类为操控型攻击者，但每位组员的性格、想法、情绪、行为、及过往的经历都不同，工作人员要深入了解每位组员的独特性及想法，这样才可有效地作出针对性的治疗。
2. 工作人员必须积极聆听(Active Listening)组员的分享，并作出适当及具同理心的回应(Empathetic Response)让他们知道工作人员明白他们的想法、行为和感受。因为他们的每一句话，都包含他们个人独特的想法、内心的价值观或忧虑。
3. 当拆解组员的非理性想法或思想陷阱时，工作人员需要从组员的分享中选取一些值得讨论的论点，总结及重塑(Summarizing and Reframing)成讨论及反思的题目，让组员讨论当中的想法的不合理地方，促进操控型攻击者对利益及后果的重新检视。
4. 在拆解组员的非理性想法或思想陷阱时，小组需要营造共同改变的气氛，促使组员对自己想法作出反思，放弃固有不合理的想法。并透过组员的互相讨论和分享，拉阔组员的想法，学习从不同角度去思考解决问题的方法。
5. 在拆解组员的非理性想法或思想陷阱时，组员的本身想法可能会被质疑及挑战，操控型攻击者较注重个人形象及面子，他们会因此显得不自然及自我保护。工作人员可以营造安全及具接纳性的小组环境，让组员可以信任地尝试改变其固有想法。
6. 当组员的想法被质疑及挑战时，他们可能会透过转换话题来令工作人员及其他组员停止驳斥他的非理性想法或思想陷阱。工作人员可运用专注技巧(Focusing)，将讨论重点集中在不合理的想法上，并赞赏组员在拉阔个人的想法上的努力，但亦鼓励他们可进一步改善自己的想法。
7. 操控型攻击者较着重物质回报，工作人员在小组初期可多以物质奖励作招徕，以增加组员参与小组的动机。但工作人员需不时评估运用物质奖励的成效，如组员已投入小组则可减少运用物质奖励。
8. 在操控型攻击者小组，同理心的运用十分重要。透过工作人员教授及亲身运用同理心的技巧，与组员建立关系、减低戒心，增加他们的归属感，并让组员实践「我信息」技巧，建立具同理心的人际关系。



### (IV) 理论实行

1. 由于「事件、想法、情绪、行为及身体反应」是一个互相关连，却又十分抽象的概念，当工作人员讲解有关概念时，可以活用组员在学校或日常生活的事件作为例子。同时，工作人员亦要让组员明白学习此概念的目的和重要性，例如提高组员认识自己的负面情绪及行为的由来，以提升组员的学习动机。
2. 工作人员本身亦需要对「事件、想法、情绪、行为及身体反应」等概念十分掌握。因为当组员分享他们日常生活的事件时，很容易将事件、想法、行为混为一谈，工作人员需协助组员分辨三者之不同，以助小组及组员有效地拆解非理性想法或思想陷阱。

### (V) 危机介入

1. 组员之间有攻击行为出现：
  - 由于操控型攻击者较为聪明及有自信，工作人员避免在其他组员面前责备他，并要在小组完结后作跟进，向该组员重申小组的规范和要求，让该组员明白小组并不容许攻击行为的出现，并学习尊重不同场合的规则，亦可表达对该组员的尊重。
2. 组员之间的互动：
  - 部份学生小组组员之间可能在小组之前或其他时候发生冲突，以致在小组进行期间互相排斥，并可能影响小组中其他组员的互动。工作人员要小心处理，以免小组成为双方阵营的对抗战场。
  - 小组内容会有不少分组讨论的活动，工作人员需针对讨论的目标，评估组员的特性及互动，特意地安排他们的分组和角色，以便加强组员的投入及更有效地拆解他们本身不合理的想法。
  - 在操控型攻击者学生小组中，组员可能会在小组中分享欺凌别人的事件，当中可能涉及违法或其他暴力行为的描述，以争取个人在小组中的地位与声望，以建立个人的领导角色。此时，工作人员必须立即介入，表明立场，让组员明白小组是不容许违法的行为，以免其他组员将违法或暴力行为合理化。

### (VI) 工作人员之间的合作

1. 当小组是由两位以上的工作人员负责带领时，工作人员必须于小组开始前，清楚安排各人的分工，令治疗性辅导小组在进行的过程中，工作人员能互相协作，互相补足。同时可于每节小组完结后，共同检视该节小组的过程及需要改善的地方，并调整接续小组节数的辅导策略。
2. 由于小组活动程序复杂及有连贯性，其中一位工作人员可以负责带领小组的程序；另一位则负责留意组员的回应。如遇到小组发生突发事件时，其中一位工作人员可作即时处理，而另一位工作人员则继续带领小组活动，让其他组员继续小组进程。
3. 部份亲子平行小组的组员会查询父母或子女在另一组开组期间的表现及行为，工作人员可先欣赏组员对其父母或子女的关心，其后再申明无论在家长小组及学生小组内，任何一面，工作人员及组员都必须遵守保密原则；工作人员可鼓励组员亲自询问其家人有关小组情况，藉此促进亲子之间的沟通。

### (VII) 与校方及老师合作

1. 如小组的工作人员是以外来机构身份到学校负责小组活动，宜先与校方建立紧密而良好的联系，让工作人员了解小组的组员在课堂和校园生活的情况，以便跟进及处理组员的个案，并让校方更了解组员现况，与工作人员作出相应的配合。
2. 治疗性辅导小组如要取得成效，极需要校方及老师全面的配合和支持。在小组活动进行期间，老师可协助鼓励组员积极投入，出席小组活动，同时亦可以透过观察组员在课堂及学校日常生活的情况，掌握组员的转变，作出适切的辅导介入。
3. 为促进组员跟从治疗性辅导小组的进度，学生小组应安排于课外活动时间举行，以提升学生的参与程度及出席率，而家长及亲子平行小组则安排于周末时间，在家长及学生面对较少功课压力的情况下举行。

### (VIII) 场地安排

1. 在组员座位的安排上，可以将座位围成一个半圆形，而工作人员坐或站在半圆形中央后二至三步，让每一位组员都可以看到工作人员的正面，增加组员对小组的投入。而另一位工作人员则可坐在带领工作人员对面，方便作即时交流及对小组成员有更紧密的照顾。
2. 工作人员在选择房间时，宜选取人流不多及较宁静的房间，让组员可以放心地分享自己的经历及意见。房间内亦不宜摆放太多杂物，组员的座位也要避免太接近门口或窗户，以免组员受外界的事物分心。如果许可，房间空间可以比较阔落一点，方便进行分组讨论及处理突发事件。
3. 如要进行亲子平行小组，分开进行小组的房间要接近，但又不可互相观察到对方进行的情况，避免组员在小组分享时有所顾忌。
4. 小组房间宜接近洗手间，一方面可让工作人员能较易监察组员上洗手间的情况，另一方面能让组员在情绪激动时，立即到洗手间洗脸及冷静情绪。



## 第九章： 光碟使用指引



# 第九章：光碟使用指引

随着本计划所附送教材套的光碟包含了两个部份，第一部份会透过情境个案，描述操控型攻击者的特征。情境主角是一名小五学生，他于校内出现攻击行为，光碟内容会示范作为老师、社工及家长应如何介入及处理。第二部份是描述三种类型的治疗性辅导小组，包括：学生小组、家长小组和亲子小组，并显示小组于不同阶段所出现的情况。

### 第一部分

#### 对象：老师

这部份主要为老师提供面对操控型攻击者与其他学生发生冲突时的处理方法，当中包括：1.1 错误示范、1.2 即时处理、1.3 事后处理和1.4 长期处理。老师可参考片段内容，以了解操控型攻击者攻击行为的动机，协助学生承担负面行为的后果，并鼓励学生以正面途径达致相同的目的。

#### 对象：社工/辅导员

这部份主要描述社工/辅导员运用认知行为治疗法辅导操控型攻击者的过程。社工/辅导员可参考片段内容，以探索操控型攻击者攻击行为的背后目的，评估及针对性拆解其非理性想法(Irrational Beliefs)，并协助学生建立合情、合理、合法的新想法。

#### 对象：家长

由于父母的管教模式与子女的性格和待人处事的态度息息相关，因此，这部份提供了家长在处理有操控型攻击者特征子女的错误示范、即时处理、中期处理和长期处理。老师及社工/辅导员可参考片段内容，以协助家长正确处理子女的攻击行为，而家长亦可透过以上情境，反思自己的管教模式，提升沟通技巧，以促进和谐的亲子关系。

### 第二部份

此部份模拟真实小组的情况，将三类型治疗性辅导小组当中的初期、中初期、中后期及后期拍摄出来。除了描述不同小组的特点外，光碟亦会透过一位主要人物，令读者更容易明白操控型攻击者与其家长参与小组的转变过程。读者可根据第六至八章中「个案研究」的内容，以对小组过程和组员背后的想法作出深入的理解。

## 第九章 光碟使用指引

### 个案内容

#### 操控型攻击者情境：「包剪揼」事件

正值午饭时候，日东在走廊边走边看图书。阿俊上前要求日东一起玩「包剪揼」，输了要被对方打一下。玩了几个回合，日东都输了，被推了一下。其后，阿俊更邀请其好友永生一起参与，希儿则在旁欢笑起哄。日东连环被阿俊推撞了数下。

日东非常惊慌，要求不想再玩「包剪揼」游戏。三人开出条件，就是要日东把钱包的金钱全数交出。最后，日东把二十元给他们，才得以离开活动室。此时，老师经过活动室，看见四名同学迟迟未返回课室，故上前查问事件。

### 操控型攻击者特征

#### 认知：

- 暴力是展示自己实力的方法
- 有目的，为争取个人利益
- 高估自我能力，低估需承担的后果

#### 情绪：

- 缺乏同理心，不顾他人的感受
- 冷静理智

#### 行为：

- 评估风险，恃强凌弱
- 擅于争辩，合理化其攻击行为

#### 社交：

- 喜欢连群结党
- 与其他操控型攻击者形成「朋党」
- 成为「朋党」的主脑

### 老师处理

#### 错误示范：

- 由于操控型攻击者擅于回应老师的问题，并将负面行为合理化，因此，老师在即时处理攻击者行为事件时，一时未能回应他们辩驳的说话，亦未能即时为受害者提供协助。

#### 即时处理：

- 由于操控型攻击者擅于伪装及争辩，因此，老师需避免当场斥责学生，以免造成口舌之争。此外，老师应细心观察现场情况，并透过跟进个别学生，以便仔细了解事件的始末。

## 第九章 光碟使用指引

事后处理：

- 老师应先运用客观证据驳斥操控型攻击者的藉口，点出其真正意图，停止学生继续辩驳。老师亦需向学生说明负面行为的后果，指出事件的严重性，并说明其行为是绝对不容许。此外，老师应给予学生适当的惩罚，学习承担责任。

长期处理：

- 操控型攻击者缺乏同理心，因此老师需让学生代入其他人的感受，明白自己的行为对其他人造成的负面影响。老师应鼓励操控型攻击者向受害人作出真诚的道歉。此外，老师可了解学生负面行为背后的动机，尝试与学生共同寻找正面途径以达到相同的目标。

### 社工处理

评估：

- 操控型攻击者认为暴力是展示个人实力的方法，并计划地连群结党以攻击行为争取个人利益。因此，社工在评估过程中，应先探索操控型攻击者行为背后的目的，了解学生透过攻击行为想得到的利益，并从中辨识学生的非理性想法。

拆解及建立新想法：

- 社工需拆解操控型攻击者之非理性想法，让学生明白攻击行为的严重后果，并鼓励学生尝试了解受害者的感受，增加同理心。另外，社工协助学生建立合情、合理、合法的想法，让学生透过正面方法达到相同的目标，并巩固学生的正面经验，减少攻击行为。

### 家长处理

反面教材：

- 操控型攻击者的家长以利益为先，会以责骂方式回应子女的负面行为，认为子女的行为会影响自己，既没有了解子女的想法，亦令子女认为逃避责任等于聪明的表现。

即时处理：

- 家长应避免与子女作无谓的口舌之争，减低子女找藉口逃避责任。家长亦需慎重地让子女明白事件的后果及严重性，同时要让子女尝试代入他人的感受，了解攻击行为对受害者的伤害。此外，家长应让子女学习承担责任，并以实际行动鼓励子女改过。

中期处理：

- 操控型攻击者缺乏同理心，不顾其他人的感受。因此，家长需从日常生活中协助子女建立同理心，尝试代入他人的感受，从而运用同理心在与同学相处上，减少子女的攻击行为。

长远处理：

- 家长应细心观察子女的转变，欣赏子女所付出的努力，并对子女作出赞赏，巩固其成功经验。另外，家长需鼓励子女发挥个人所长于正途之上，亦以实际行动支持子女的正面改变。

# 第十章： 附件





## 第十章 附件

### 附件一：反应型和操控型攻击问卷

我们有时会觉得愤怒，或是做了我们不该做的事。请根据你现在或过去一个学期的情况，为以下句子圈出最适当的答案：

现在或过去一个学期，我有多常 . . .		从不	有时	经常
1.	向惹恼我的人怒吼	0	1	2
2.	为表现自己的优越感而与其他人打架	0	1	2
3.	在被人挑衅时表现得愤怒	0	1	2
4.	偷取其他同学的东西	0	1	2
5.	在沮丧时显得愤怒	0	1	2
6.	以破坏为乐	0	1	2
7.	发脾气	0	1	2
8.	因为愤怒而破坏东西	0	1	2
9.	因觉得有型而打架	0	1	2
10.	伤害其他人以在游戏中获胜	0	1	2
11.	遇到不如意事时变得愤怒	0	1	2
12.	以武力使其他人服从	0	1	2
13.	在输掉游戏时变得愤怒	0	1	2
14.	因为其他人威胁我而变得愤怒	0	1	2
15.	以武力榨取金钱或其他东西	0	1	2
16.	以打人或向其他人怒吼作为发泄	0	1	2
17.	威胁和欺负其他人	0	1	2
18.	打咸湿电话为乐	0	1	2
19.	打其他人以保护自己	0	1	2
20.	与其他人一起欺负别人	0	1	2
21.	用武器打架	0	1	2
22.	当别人取笑我时，我会生气并打他们	0	1	2
23.	向其他人怒吼，以令他人为我做事	0	1	2

反应型攻击指数：1+ 3+ 5+ 7+ 8+ 11+ 13+ 14+ 16+ 19+ 22

操控型攻击指数：2+ 4+ 6+ 9+ 10+ 12+ 15+ 17+ 18+ 20+ 21+ 23

## 第十章 附件

### 附件二：多角度受朋辈欺凌问卷

以下的句子是描述一些和同学之间有时会经历的事，请给每句句子选出适当的答案去指出那情形在过去的一个学期发生过多少次：

	在过去的一个学期之中, 其他同学…	从不	一次	两次	三次	三次以上
1.	拳打我	0	1	2	3	4
2.	踢我	0	1	2	3	4
3.	用某些方法令我受伤	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.	尝试使我的朋友反对我	0	1	2	3	4
7.	拒绝和我说话	0	1	2	3	4
8.	令其他人不跟我说话	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.	用粗口咒骂我	0	1	2	3	4
13.	没经我的准许取去我的东西	0	1	2	3	4
14.	尝试打破我的东西	0	1	2	3	4
15.	偷去我的东西	0	1	2	3	4
16.	故意破坏我的财物	0	1	2	3	4

肢体欺凌：1+2+3+4

言语欺凌：5+6+7+8

社交排斥：9+10+11+12

财物破坏：13+14+15+16

## 第十章 附件

### 附件三：「认知—情感—身体」同理心量表

阅读以下问题后，根据你现在或过去半年的情况，把最适当形容你感受的数字圈出：

	现在或过去半年， . . .	很少	有时	经常
1.	当我看见小狗玩耍时，我会感到快乐。	0	1	2
2.	我看见猫或狗被重物辗过时，我会感到痛楚。	0	1	2
3.	即使朋友们没告诉我他们快乐的原因，我也知道他们为何愉快。	0	1	2
4.	看到别人欢笑，我也会身同感受，欢笑起来。	0	1	2
5.	当两个人在争论时，我能分辨出他们所持不同的观点。	0	1	2
6.	我看见朋友在活动中被忽略时，我也会感到不快乐。	0	1	2
7.	当别人感到内疚时，我能立刻看出来。	0	1	2
8.	我看到别人帮助老婆婆时，我会感到快乐。	0	1	2
9.	当我观看动作片或有冒险成份的电影时，我会心跳加速。	0	1	2
10.	看到别人拔牙时，使我紧张冒汗。	0	1	2
11.	当别人心情愉快时，我能透过别人的精神面貌和行为举止看出来。	0	1	2
12.	看到体形消瘦和正在挨饿的小孩时，我会感到难过。	0	1	2
13.	看到朋友被作弄，我会感到不快乐。	0	1	2
14.	当我看到自己一队在比赛中胜出的时候，我会兴奋得手舞足蹈，大叫起来。	0	1	2
15.	我能从别人的表情和举止，看出他是否感到羞愧。	0	1	2
16.	当别人跟我一起时感到快乐，我是知道原因的。	0	1	2
17.	我喜欢看着朋友把生日礼物拆开。	0	1	2
18.	看到别人被打时，我会感到畏惧。	0	1	2
19.	阅读故事时，我对故事中角色所面对的恐惧身同感受。	0	1	2
20.	看着别人购买心仪物品时，我也感受到那份喜悦。	0	1	2
21.	看电影时，我会刻意避开痛苦和难过的情节。	0	1	2
22.	看见婴儿嚎哭，我觉得他很可怜。	0	1	2
23.	看到别人享用美味的甜品，会使我垂涎。	0	1	2
24.	我觉得士兵在战场上打仗是一件可怕的事。	0	1	2
25.	看到朋友哭泣时，我也会流泪。	0	1	2
26.	大部份时间，我能说出别人玩得快乐的原因。	0	1	2

## 第十章 附件

	现在或过去半年， . . .	很少	有时	经常
27.	当我看见一个男人打一个无抵抗能力的女人时，我会感到愤怒。	0	1	2
28.	当别人犯错时被捉个正着，我能感受到他们当时有多羞愧。	0	1	2
29.	当比赛进行时，群众的欢呼声使我十分激动。	0	1	2
30.	朋友谈话时语气激动，我也会跟着激动起来。	0	1	2
31.	看到别人一脸愉快的样子，我便会愉快起来。	0	1	2
32.	即使别人没告诉我原因，我也知道他们为何不开心。	0	1	2
33.	当我看到电影主角历险时，我也会兴奋起来。	0	1	2
34.	当我看到电影主角露出惊慌的表情，我也会感到紧张不安。	0	1	2
35.	当别人羞愧面红时，我也会面红起来。	0	1	2
36.	我明白我为何对这件事或物有满怀热情的感觉。	0	1	2
37.	当别人把好消息告诉我时，我也感到高兴。	0	1	2
38.	当我听鬼故事的时候，我会鸡皮疙瘩的。	0	1	2
39.	我知道别人对我所说的话是否感兴趣。	0	1	2
40.	当我看到相片中的人物享受着快乐的时光时，我也会开心地微笑。	0	1	2
41.	虽然犯人曾经犯错才被困在监狱，但我仍同情被困在监牢的人，他们一定很辛苦。	0	1	2
42.	看到别人在葬礼中伤心流泪，我也感到难过。	0	1	2
43.	当朋友被戏弄时，我明白他们为何不快乐。	0	1	2
44.	看到朋友享受相聚的时光，我也感到快乐。	0	1	2
45.	当我看到别人四处跳动，玩得很兴奋时，我便会感到自己也充满活力。	0	1	2
46.	当我看到别人被割伤或流血时，我会感到恐惧而畏缩。	0	1	2
47.	我能从别人的表情得知他们是否满意。	0	1	2
48.	当我看见有人拿枪指着手无寸铁的人时，我会感到害怕。	0	1	2
49.	当我看见大狗追赶着的小孩时，我感到十分担忧。	0	1	2
50.	当我看着别人进行激烈的运动比赛时，我会紧张起来。	0	1	2
51.	我能从别人面上的表情，知道他们有失望的情绪。	0	1	2
52.	当我的家人感到高兴时，我从他们谈话的表达方式和举止已能分辨出来。	0	1	2
53.	当我看到别人在游戏中胜出时，我也会感到高兴。	0	1	2

## 第十章 附件

	现在或过去半年， . . .	很少	有时	经常
54.	当我看到别人被打时，我也感受到他所有的痛楚。	0	1	2
55.	当别人讲述他们有多快乐时，我也能感受到同样的快乐。	0	1	2
56.	当我看见小孩子自由地四处奔跑，开心地玩乐时，我也感到十分愉快。	0	1	2
57.	当我收看恐怖的电视节目时，我会害怕，同时心跳加速。	0	1	2
58.	当我看见马戏团中的演员做出危险的动作时，我会感到又紧张又害怕。	0	1	2
59.	当我看见小孩子微笑时，我也会跟着微笑。	0	1	2
60.	当别人对我发怒时，我知道是什么原因。	0	1	2

正面身体反应：4+9+14+23+30+31+40+45+50+59

负面身体反应：2+10+18+21+25+35+38+46+54+57

正面情绪：1+8+17+20+29+33+37+44+53+56

反面情绪：6+12+13+22+27+34+42+48+49+58

正面认知：3+11+16+19+26+36+39+47+52+55

负面认知：5+7+15+24+28+32+41+43+51+60

## 第十章 附件

### 附件四：逃离道德标准机制量表

请细阅以下的句子，并以1分(不同意)、2分(一般)或3分(同意)为以下句子圈出适当的答案：

		不同意	一般	同意
1.	为了保护朋友而打斗是可以接受的。	1	2	3
2.	掌掴或推撞别人只不过是开玩笑的一种方法。	1	2	3
3.	相比起打人，只是破坏一些财物根本算不上什么。	1	2	3
4.	在朋党当中的小孩不应因朋党所引起的麻烦而被责怪。	1	2	3
5.	如果小孩的生活环境很差，即使他们行为暴力亦不能责怪他们。	1	2	3
6.	因为不会造成任何伤害，所以说一些无关重要的谎话是可以接受的。	1	2	3
7.	有些人应当被当作动物般看待。	1	2	3
8.	如果孩子在校内打斗和惹事生非，这是老师的过失。	1	2	3
9.	如果有人恶意中伤我的家庭，攻击那人是可以接受的。	1	2	3
10.	打一个惹人讨厌的同学，是给他一个「教训」。	1	2	3
11.	相比起偷取很多钱，偷取小量的金钱并不很严重。	1	2	3
12.	如果其他孩子听从建议而且真的违规，提出建议犯规的孩子并不应该受到责备。	1	2	3
13.	如果孩子没有经过督导，他们不应因为做错事而受到责备。	1	2	3
14.	孩子并不介意被取笑，因为那代表其他人对自己有兴趣。	1	2	3
15.	欺负一个缩头畏尾的同学是可以接受的。	1	2	3
16.	如果一个人粗心大意，把自己的东西留低，即使该东西被偷也是他自己的责任。	1	2	3
17.	如果自己朋党的声誉受到威胁，打斗是可以接受的。	1	2	3
18.	没有问准别人而拿走他的单车，也只是等于借用一下。	1	2	3
19.	侮辱一个同学是可以接受的，因为打他/她比这更差。	1	2	3
20.	如果是全体决定而作出伤害性的事，责怪当中任何一个孩子都是不公平的。	1	2	3
21.	当小孩的朋友都说不好的话(例如粗话、侮辱的说话)，小孩不能因说这些话而被责怪。	1	2	3
22.	取笑或戏弄别人并不会真正伤害他们。	1	2	3
23.	一个惹人讨厌的人并不值得被当作人类看待。	1	2	3
24.	那些孩子被不适当对待，是他们自作自受。	1	2	3
25.	为了让您的朋友摆脱困境，说谎是可以接受的。	1	2	3

## 第十章 附件

		不同意	一般	同意
26.	偶尔的极度兴奋和放纵并不是一件坏事。	1	2	3
27.	相对于别人做了犯法的事情，在商店中没有付钱而拿走一些东西并不是很严重。	1	2	3
28.	因为整组人所造成的伤害而责怪只有小部份责任的孩子是不公平的。	1	2	3
29.	如果孩子们的朋友迫使他们做些不好的事，他们不能因此而被责怪。	1	2	3
30.	孩子之间的互相取笑和戏弄并不会为任何人带来伤害。	1	2	3
31.	有些人应该要受到粗暴的对待，因为他们是没有感觉，他们不会因此而感到伤心或难过。	1	2	3
32.	如果小孩们因父母过度强迫他们而行为偏差，这并不是他们的错。	1	2	3

道德化：1+9+17+25

委婉：2+10+18+26

有利比较：3+11+19+27

转移责任：4+12+20+28

分散责任：5+13+21+29

扭曲后果：6+14+22+30

推诿责任：7+15+23+31

动物化：8+16+24+32

## 第十章 附件

### 附件五：儿童希望量表

以下的句子是描述青少年的自我想法及行为。请细阅以下的句子。请根据你大多数的情况，为以下句子圈出最适当的答案：

		从来没有	很少时候	有些时候	很多时候	大部份时候	所有时候
1.	我觉得我自己各方面表现良好。	1	2	3	4	5	6
2.	对我重要的东西，我会想出很多方法得到它。	1	2	3	4	5	6
3.	同年龄小朋友能做的事，我也能做到。	1	2	3	4	5	6
4.	当我遇到问题时，我能想出很多解决方法。	1	2	3	4	5	6
5.	我觉得我从前所做的事，对我长大后有帮助。	1	2	3	4	5	6
6.	纵使其他人选择放弃，我也可以想出解决方法。	1	2	3	4	5	6

动力：1+3+5

途径：2+4+6



### 附件六：质性研究

以下有一些情境故事，试想像你是当中的角色：

#### 情境 1：

有一天，你满心欢喜地穿上新波鞋回校。但当你心中暗暗兴奋之际，突然有人撞了你一下，害你差点跌倒了。当时正值下雨，满地泥泞，而你的新波鞋亦被泥沙弄脏了。

1. 你觉得为何那个人会撞你？
2. 你当时会有什么感觉？(0 至 10 分)
3. 你会不会做任何行动？如果会的话，你会对他们怎样做？(如果受访者说“整干净对鞋”，追问：你会对他怎样做)

#### 情境 2：

你一直也很想有一部最新款的手提电话，但你却没有钱买。有一天，你喺学校饭堂见到旁边的同学留下他的手电便走了，而那部手电正是你一直想拥有的那款。当时饭堂没有太多人留意到你。你会怎样做？

#### 回应一：正面回应 / 旁观者回应

例：提示同学取回、交还对方、交给老师、不予理会 . . .

1. 为什么你会这样做？
2. 你做完这件事后，你有什么感受？(0 至 10 分)
3. 你觉得对方有什么感受？

#### 回应二：操控型攻击行为

例：拿走那部电话 / 据为己有 / 偷看电话内容 / 变卖电话 / 敲诈同学 / 要求同学赎回电话 . . .

1. 为什么你会这样做？
2. 你做完这件事后，你有什么感受？(0 至 10 分)
3. 你觉得对方有什么感受？
  - a. 如果你一早知道他会因此而「\_\_\_\_」(受害人的情绪，如：唔开心、好惊等)，你还会不会这样做？为什么？
4. 你认为这样做会有什么后果？

#### 回应三：其他回应

1. 为什么你会这样做？
2. 你做完这件事后，你有什么感受？(0 至 10 分)
3. 你觉得对方有什么感受？
4. 你认为这样做会有什么后果？

## 第十章 附件

### 情境 3:

班上有一位同学正准备开一个生日会，班上每一个同学除了你以外都收到一封邀请卡。

1. 你觉得为何收不到邀请卡？
2. 你当时会有什么感觉？(0 至 10 分)
3. 你会不会做任何行动？如果会的话，你会对他们怎样做？

### 情境 4:

班上有一位同学行为古怪，同学们都不喜欢他。有同学打算趁他进了洗手间的厕格，立刻将门反锁，然后将水倒进厕格内，令他全身湿透。你会不会参与？

#### 回应一：不会参与

1. 为什么你不参与？
2. 你觉得对方被这样对待，会有什么感受？(0 至 10 分)

#### 回应二：参与/操控型攻击行为

1. 为什么你会这样做？
2. 你做完这件事后，你有什么感受？(0 至 10 分)
3. 你觉得对方有什么感受？
  - a. 如果你一早知道他会因此而「\_\_\_\_」(受害人的情绪，如：唔开心、好惊等)，你还会不会这样做？为什么？
4. 你认为这件事会有什么后果？

#### 回应三：其他回应

1. 为什么你会这样做？
2. 你做完这件事后，你有什么感受？(0 至 10 分)
3. 你觉得对方有什么感受？
4. 你认为这样做会有什么后果？

### 情境 5:

你正在操场与小文玩接球游戏。你把球掷给小文而他接住了，此时另一个人从后呼唤你，正当你转身回应时，你发现小文已经把球掷出而且正中你的背部。那球的力道很大，你觉得十分痛。

1. 你觉得为何小文会这样做？
2. 你当时会有什么感觉？(0 至 10 分)
3. 你会不会做任何行动？如果会的话，你会对他们怎样做？

## 第十章 附件

### 情境 6:

你班中有一位性格懦弱、缩头畏尾的同学。有一天你发觉他做运动时受伤了，要一拐一拐地走路。你会怎样做？

#### 回应一：正面回应 / 旁观者回应

例：不予理会、上前正面问候……

1. 为什么你会这样做？

#### 回应二：操控型攻击行为

例：揶揄对方，取笑对方，或其他攻击行为

1. 为什么你会这样做？
2. 你做完这件事后，你有什么感受？(0 至 10 分)
3. 你觉得对方有什么感受？
  - a. 如果你一早知道他会因此而「\_\_\_\_」(受害人的情绪，如：唔开心、好惊等)，你还会不会这样做？为什么？
4. 你认为这件事会有什么后果？

#### 回应三：其他回应

1. 为什么你会这样做？
2. 你做完这件事后，你有什么感受？(0 至 10 分)
3. 你觉得对方有什么感受？
4. 你认为这样做会有什么后果？

### 情境 7:

你看见一些人在操场中玩，你很想参与其中，因此你走近其中一个叫阿琪的人旁边并问他可否让自己加入，而阿琪拒绝了。

1. 你觉得为何阿琪会拒绝你？
2. 你当时会有什么感觉？(0 至 10 分)
3. 你会不会做任何行动？如果会的话，你会对他们怎样做？

### 情境 8:

你在操场停了下来买可乐。突然间，一个叫阿辉的同学碰撞你的手，使你手上的可乐溅满你的恤衫。可乐十分冰冷，而你的恤衫全湿透了。

1. 你觉得为何阿辉会撞你？
2. 你当时会有什么感觉？(0 至 10 分)
3. 你会不会做任何行动？如果会的话，你会对他们怎样做？

## 第十章 附件

### 附件七：反应型和操控型攻击问卷—家长量表

孩子有时会觉得愤怒或做了些不应该做的事情。请根据下列每一项评估以上提及的子女，并圈出合适的答案：

		从不	有时	经常
1.	向惹恼我的人怒吼	0	1	2
2.	为表现自己的优越感而与其他人打架	0	1	2
3.	在被人挑衅时表现得愤怒	0	1	2
4.	偷取其他同学的东西	0	1	2
5.	在沮丧时显得愤怒	0	1	2
6.	以破坏为乐	0	1	2
7.	发脾气	0	1	2
8.	因为愤怒而破坏东西	0	1	2
9.	因觉得有型而打架	0	1	2
10.	伤害其他人以赢得游戏	0	1	2
11.	不如意时变得愤怒	0	1	2
12.	以武力使其他人服从	0	1	2
13.	在输掉游戏时变得愤怒	0	1	2
14.	因为其他人威胁我而变得愤怒	0	1	2
15.	以武力榨取金钱或其他东西	0	1	2
16.	以打人或向其他人怒吼作为发泄	0	1	2
17.	威胁和欺负其他人	0	1	2
18.	打咸湿电话为乐	0	1	2
19.	打其他人以保护自己	0	1	2
20.	与其他人一起欺负别人	0	1	2
21.	用武器打架	0	1	2
22.	当别人取笑我时，我会生气并打他们	0	1	2
23.	向其他人怒吼，以令他人我为做事	0	1	2

反应型攻击指数：1+ 3+ 5+ 7+ 8+ 11+ 13+ 14+ 16+ 19+ 22

操控型攻击指数：2+ 4+ 6+ 9+ 10+ 12+ 15+ 17+ 18+ 20+ 21+ 23

## 第十章 附件

### 附件八：父母教养方式与类别问卷

以下是一些有关教养以上提及的子女的方法。请根据您的情况，评定您会做出下列每一项行为的频密程度，并圈出适当的答案：

		从不	很少	间中	通常	经常
1.	我能回应孩子的感受及需要	1	2	3	4	5
2.	以体罚作为惩罚孩子的方式	1	2	3	4	5
3.	在要求孩子做事前顾及他们的想法	1	2	3	4	5
4.	当孩子询问他们为什么必须服从的时候，对孩子回答说：「因为我说的。」	1	2	3	4	5
5.	我向孩子解释我们对他的行为好坏有怎样的感受	1	2	3	4	5
6.	当孩子不听话的时候打屁股	1	2	3	4	5
7.	鼓励孩子谈及他们的烦恼	1	2	3	4	5
8.	我觉得难以管教孩子	1	2	3	4	5
9.	即使跟孩子意见分歧，亦鼓励他们表达自己的想法	1	2	3	4	5
10.	在没有充分的解释下，把孩子原本享有的特权拿走，藉以惩罚孩子	1	2	3	4	5
11.	我着重规矩背后的理由	1	2	3	4	5
12.	当孩子难过的时候给予安慰及谅解	1	2	3	4	5
13.	当孩子做错的时候，对着孩子吼叫	1	2	3	4	5
14.	当孩子表现好的时候给予赞赏	1	2	3	4	5
15.	当孩子对一些事情有所骚动，我会向他屈服	1	2	3	4	5
16.	对孩子爆发怒气	1	2	3	4	5
17.	我以惩罚作为恐吓多于实际行动	1	2	3	4	5
18.	当我为家庭进行计划时，我会顾及孩子的喜好	1	2	3	4	5
19.	当孩子不听话的时候狠狠抓住他们	1	2	3	4	5
20.	我向孩子提出惩罚，但却没有真正地进行	1	2	3	4	5
21.	我鼓励孩子表达自己的想法以示尊重他的意见	1	2	3	4	5
22.	让孩子对家规提供意见	1	2	3	4	5
23.	为了令孩子进步，我责骂及批评他	1	2	3	4	5
24.	我溺爱孩子	1	2	3	4	5
25.	对孩子说明必须遵守规矩的原因	1	2	3	4	5
26.	在没有充分的理由下，我以威胁作为惩罚	1	2	3	4	5

## 第十章 附件

		从不	很少	间中	通常	经常
27.	我与孩子有一个温暖及亲密的时刻	1	2	3	4	5
28.	在没有充分的理由下，以拖延孩子作为惩罚	1	2	3	4	5
29.	鼓励孩子讨论行为的后果	1	2	3	4	5
30.	当孩子未能达到我的要求，我会责骂或批评他	1	2	3	4	5
31.	向孩子解释行为的后果	1	2	3	4	5
32.	当孩子行为不当的时打耳光	1	2	3	4	5

连接：1+7+12+14+27

自主性：3+9+18+21+22

规制：5+11+25+29+31

口头敌意：13+16+23+30

身体胁迫：2+6+19+32

无理惩罚：4+10+26+28

放纵：8+15+17+20+24

## 第十章 附件

### 附件九：违规过程筛选问卷

请就以下对以上提及子女的描述，圈出最适当的答案：

	你的子女…	最不当	有时适当	完全适当
1.	把他/她的错误推卸给别人	0	1	2
2.	有参与不法活动	0	1	2
*3.	在意他/她在学校或工作上的表现好不好	0	1	2
4.	行动时不顾及后果	0	1	2
5.	表达的情绪很表面及虚假	0	1	2
6.	容易及有技巧地说谎	0	1	2
*7.	会遵守承诺	0	1	2
8.	夸张地表扬自己的能力、成就或财产	0	1	2
9.	很容易感到沉闷	0	1	2
10.	会利用或欺诈别人去得到自己想要的东西	0	1	2
11.	会取笑或戏弄别人	0	1	2
*12.	做错事时会感到难受或内疚	0	1	2
13.	有参与冒险或危险的活动	0	1	2
14.	表现得有魅力和友善，去得到自己想要的东西	0	1	2
15.	会在被人修正或惩罚时感到生气	0	1	2
16.	认为他/她比其他人优胜	0	1	2
17.	不会预先计划，或者把事情拖到最后一分钟	0	1	2
*18.	关心其他人的感受	0	1	2
19.	在其他人面前隐藏自己的感受或情绪	0	1	2
*20.	会和同一班朋友保持联络	0	1	2

\*反向题目(Reverse Item)：0→2; 1→1; 2→0

自恋：5+8+10+11+14+15+16

感情麻木：\*3+\*7+\*12+\*18+19+\*20

冲动：1+4+9+13+17

## 第十章 附件

### 附件十：家人关系形容词清单

#### (1) 您对子女

您如何形容您对该子女的相处和态度？请就以下的形容词，去形容过去四星期的情况：

		从不	←----->						总是
1.	接纳	1	2	3	4	5	6	7	8
2.	主动	1	2	3	4	5	6	7	8
3.	愤怒	1	2	3	4	5	6	7	8
4.	烦闷	1	2	3	4	5	6	7	8
5.	清晰	1	2	3	4	5	6	7	8
6.	体谅	1	2	3	4	5	6	7	8
7.	固执	1	2	3	4	5	6	7	8
8.	合作	1	2	3	4	5	6	7	8
9.	不诚实	1	2	3	4	5	6	7	8
10.	全心全意、投入	1	2	3	4	5	6	7	8
11.	易于相处	1	2	3	4	5	6	7	8
12.	友善	1	2	3	4	5	6	7	8
13.	和蔼可亲	1	2	3	4	5	6	7	8
14.	敌对	1	2	3	4	5	6	7	8
15.	不负责任	1	2	3	4	5	6	7	8
16.	烦躁	1	2	3	4	5	6	7	8
17.	懒惰	1	2	3	4	5	6	7	8
18.	关爱	1	2	3	4	5	6	7	8
19.	刻薄	1	2	3	4	5	6	7	8
20.	粗鲁	1	2	3	4	5	6	7	8

\*反向题目(Reverse Item)：1→8; 2→7; 3→6; 4→5; 5→4; 6→3; 7→2; 8→1

家长对子女关系指数：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)子女对您

您又如何形容该子女对您的相处和态度？请就以下的形容词，去形容过去四星期的情况：

		从不	←----->						总是
1.	接纳	1	2	3	4	5	6	7	8
2.	主动	1	2	3	4	5	6	7	8
3.	愤怒	1	2	3	4	5	6	7	8
4.	烦闷	1	2	3	4	5	6	7	8
5.	清晰	1	2	3	4	5	6	7	8
6.	体谅	1	2	3	4	5	6	7	8
7.	固执	1	2	3	4	5	6	7	8
8.	合作	1	2	3	4	5	6	7	8
9.	不诚实	1	2	3	4	5	6	7	8
10.	全心全意、投入	1	2	3	4	5	6	7	8
11.	易于相处	1	2	3	4	5	6	7	8
12.	友善	1	2	3	4	5	6	7	8
13.	和蔼可亲	1	2	3	4	5	6	7	8
14.	敌对	1	2	3	4	5	6	7	8
15.	不负责任	1	2	3	4	5	6	7	8
16.	烦躁	1	2	3	4	5	6	7	8
17.	懒惰	1	2	3	4	5	6	7	8
18.	关爱	1	2	3	4	5	6	7	8
19.	刻薄	1	2	3	4	5	6	7	8
20.	粗鲁	1	2	3	4	5	6	7	8

\*反向题目(Reverse Item)：1→8; 2→7; 3→6; 4→5; 5→4; 6→3; 7→2; 8→1

子女对家长关系指数：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：家庭问卷

以下是一些家长普遍出现的情况。请根据您的情况，评定您在过去四星期有多经常以这些方法去对待该子女，并圈出适当的答案：

	过去四星期，我 . . .	从不	极少	有时	经常
1.	我倾向因为他而忽略自己	1	2	3	4
2.	我经常想像，如果我是他的话会是怎样	1	2	3	4
3.	我总是想着「为何他会这样」	1	2	3	4
4.	我因为他而不能入睡	1	2	3	4
5.	如果有关他的事令我烦恼，我把它藏在心里	1	2	3	4
6.	我认为我自己的个人需要并不重要	1	2	3	4
7.	我非常担心他	1	2	3	4
8.	我自觉得己快要倒下／生病了	1	2	3	4
9.	他是我生命重要的部份	1	2	3	4
10.	我经常因为要帮助他而放弃重要的事	1	2	3	4

情绪过度投入指数：1+2+3+4+5+6+7+8+9+10

### 附件十二：凯斯勒心理困扰量表

以下是一些形容一般情绪的句子。请评定您在过去四星期有多经常出现这些情况，并圈出适当的答案：

	在过去的四星期中，您有多经常 . . .	总是	颇多	有时	很少	从不
*1.	无故觉得疲倦？	1	2	3	4	5
*2.	觉得紧张？	1	2	3	4	5
*3.	紧张得没法平复？	1	2	3	4	5
*4.	感觉无助？	1	2	3	4	5
*5.	觉得焦躁或坐立不安？	1	2	3	4	5
*6.	烦躁得不能坐下来？	1	2	3	4	5
*7.	觉得抑郁？	1	2	3	4	5
*8.	觉得所有事都很费力？	1	2	3	4	5
*9.	没有东西能令您愉快？	1	2	3	4	5
*10.	觉得自己没有价值？	1	2	3	4	5

\*反向题目(Reverse Item)：1→5; 2→4; 3→3; 4→2; 5→1

心理困扰指数：\*1+\*2+\*3+\*4+\*5+\*6+\*7+\*8+\*9+\*10

## 第十章 附件

### 附件十三：反应型和操控型攻击问卷 — 老师量表

请指出下列句子有多少时候适合形容该目标学生。请根据过去两个月的情况，于每一项的右边圈出适合的数字：

		从不	有时	经常
1.	向惹恼我的人怒吼	0	1	2
2.	为表现自己的优越而与其他人打架	0	1	2
3.	在被人挑衅时表现得愤怒	0	1	2
4.	偷取其他同学的东西	0	1	2
5.	在沮丧时显得愤怒	0	1	2
6.	以破坏为乐	0	1	2
7.	发脾气	0	1	2
8.	因为愤怒而破坏东西	0	1	2
9.	因觉得有型而打架	0	1	2
10.	伤害其他人以赢得游戏	0	1	2
11.	不如意时变得愤怒	0	1	2
12.	以武力使其他人服从	0	1	2
13.	在输掉游戏时变得愤怒	0	1	2
14.	因为其他人威胁我而变得愤怒	0	1	2
15.	以武力榨取金钱或其他东西	0	1	2
16.	以打人或向其他人怒吼作为发泄	0	1	2
17.	威胁和欺负其他人	0	1	2
18.	打咸湿电话为乐	0	1	2
19.	打其他人以保护自己	0	1	2
20.	与其他人一起欺负别人	0	1	2
21.	用武器打架	0	1	2
22.	当别人取笑我时，我会生气并打他们	0	1	2
23.	向其他人怒吼，以令他人为我做事	0	1	2

反应型攻击指数：1+ 3+ 5+ 7+ 8+ 11+ 13+ 14+ 16+ 19+ 22

操控型攻击指数：2+ 4+ 6+ 9+ 10+ 12+ 15+ 17+ 18+ 20+ 21+ 23

## 第十章 附件

### 附件十四：社交行为表现问卷

对于下面的各个题，请于每一项的右边圈出适合的数字，以表明是否符合这位学童的情况。请根据这学童过去六个月或这学年的行为来回答：

		从不 符合	有点 符合	完全 符合
1.	能体谅到别人的感受	0	1	2
2.	很乐意与别的小孩分享东西(糖果、玩具、笔、等等)	0	1	2
3.	如果有人受伤、不舒服或是生病，都很乐意提供帮助	0	1	2
4.	对年纪小的小孩和善	0	1	2
5.	经常自愿地帮助别人(父母、老师或其他小孩)	0	1	2
6.	颇孤独，较多跟自己玩耍	0	1	2
*7.	至少有一个好朋友	0	1	2
*8.	一般来说，受别的小孩所喜欢	0	1	2
9.	受别的小孩作弄或欺负	0	1	2
10.	与大人相处比与小孩相处更为融洽	0	1	2

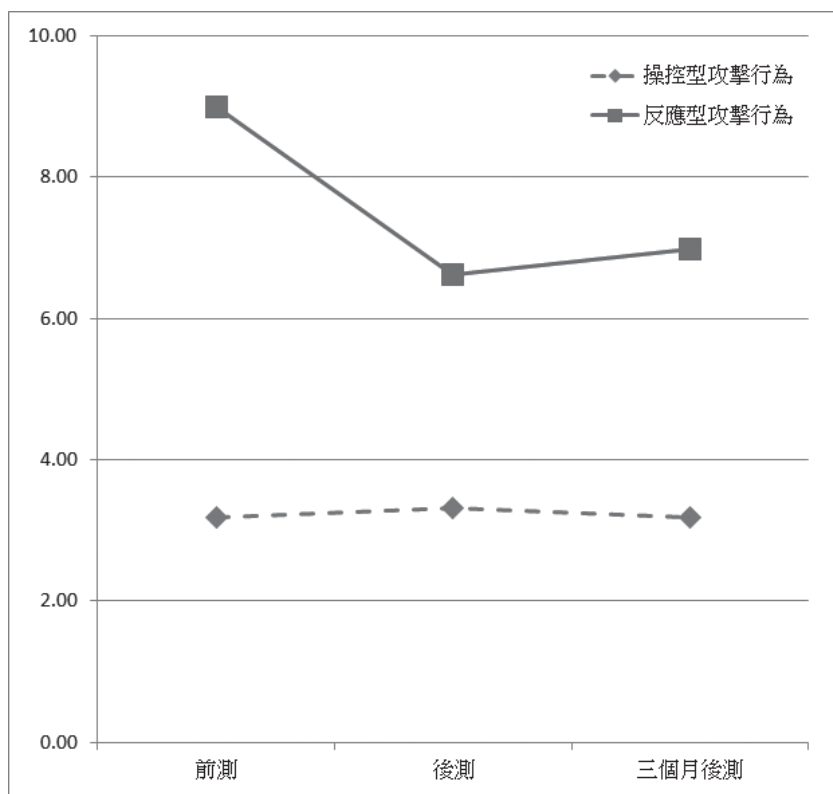
\*反向题目(Reverse Item)：0→2; 1→1; 2→0

朋辈关系：6+\*7+\*8+9+10

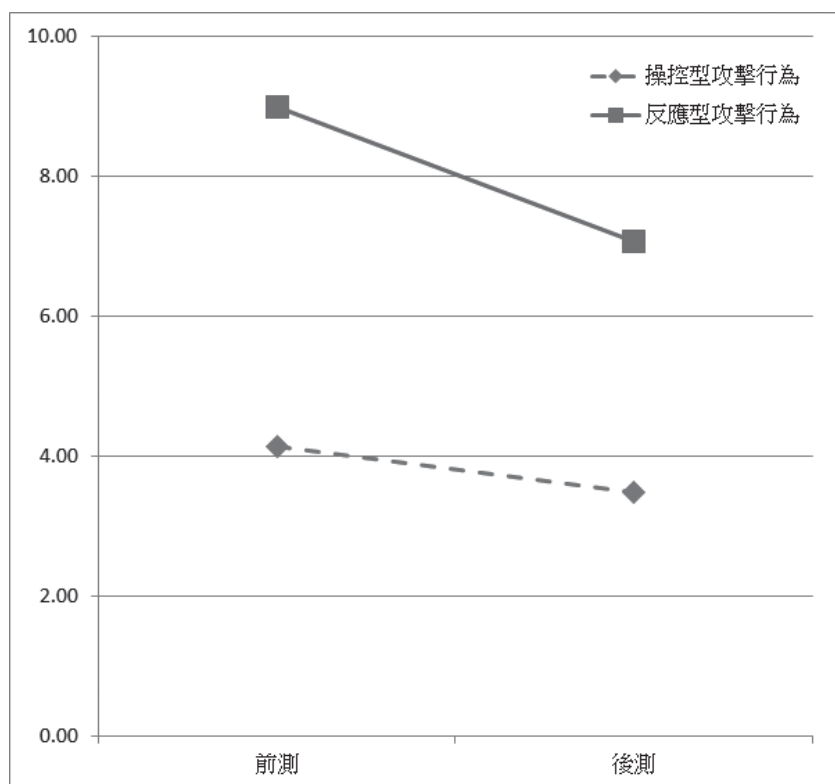
亲社会行为：1+2+3+4+5

## 第十章 附件

图一：操控型攻击者学生治疗小组—各学童自陈量表中的结果(前测—后测—三个月后测)

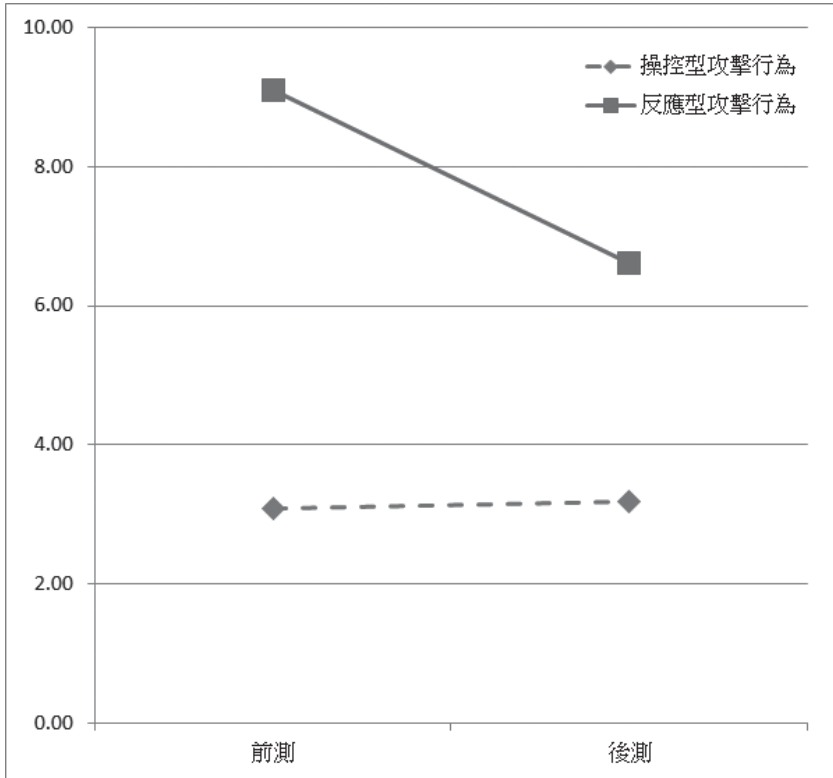


图二：操控型攻击者家长治疗小组—各学童自陈量表中的结果(前测—后测)

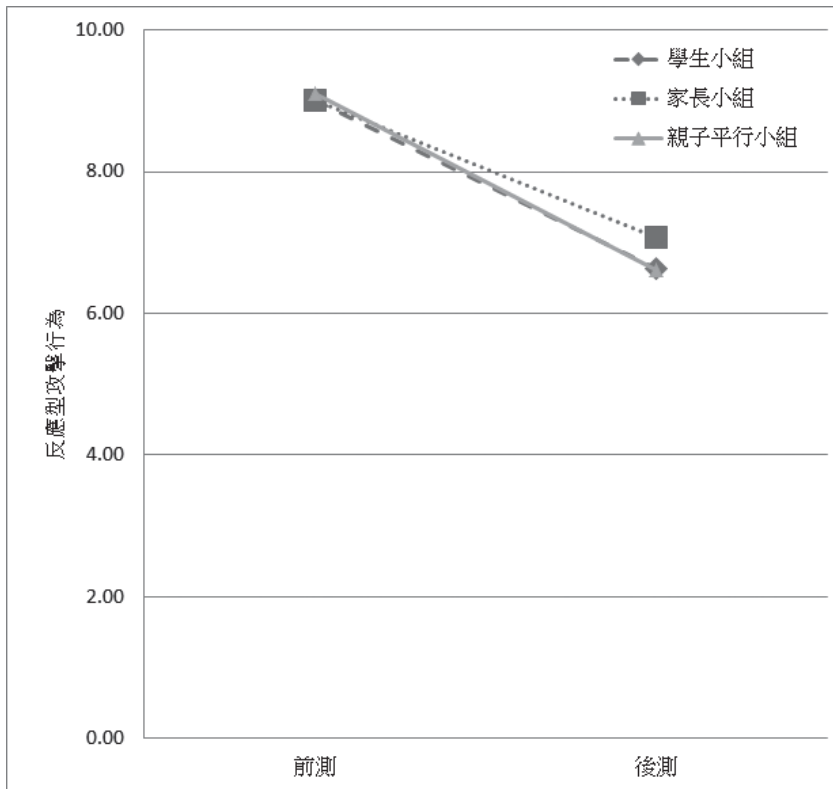


# 第十章 附件

图三：操控型攻击者亲子平行治疗小组—各学童自陈量表中的结果(前测—后测)

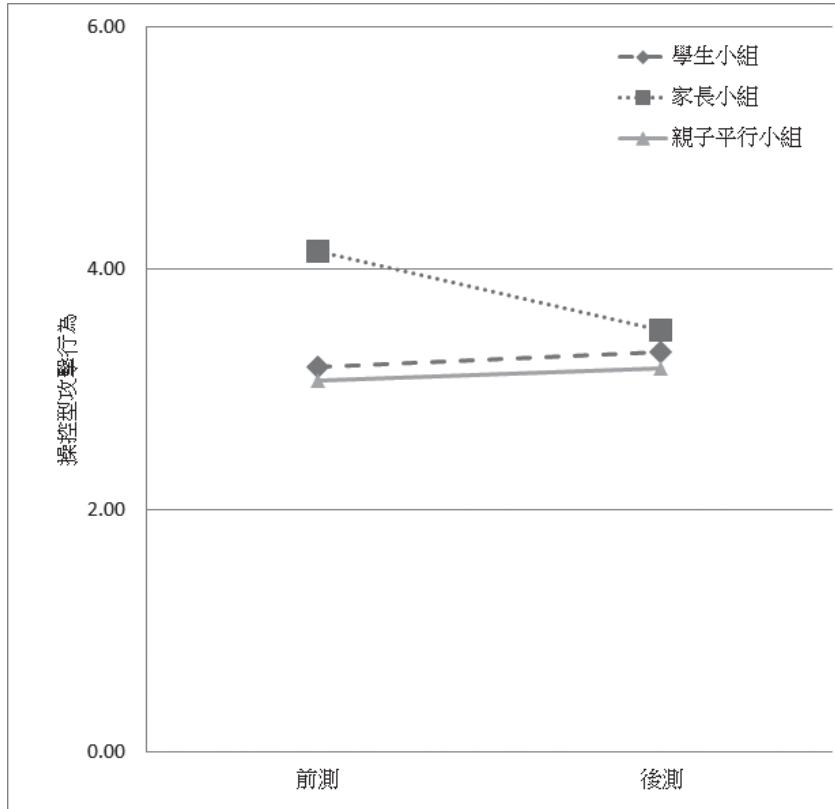


图四：操控型攻击者学生、家长及亲子平行治疗小组—各学童自陈量表中反应型攻击行为的结果(前测—后测)



# 第十章 附件

图五：操控型攻击者学生、家长及亲子平行治疗小组—各学童自陈量表中操控型攻击行为的结果(前测—后测)



# 第十一章： 参考文献





## 第十一章-参考文献

- 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 参考文献

- 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 参考文献

- 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 参考文献

- 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 参考文献

- 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 参考文献

- 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 参考文献

- 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: Guildford.
- 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. Maugham(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 参考文献

- 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 参考文献

- 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 参考文献

- 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)。从香港中学教职员问卷调查看学童欺凌现象與对策。教育研究学报(第17卷，第2期)，253 -271页。
- 资讯安全网.(2009). 网上欺凌. Retrieved from [http://www.infosec.gov.hk/tc\\_chi/youngsters/cyberbullying.html](http://www.infosec.gov.hk/tc_chi/youngsters/cyberbullying.html)



书 名：有教无「戾」— 校园欺「零」计划实务手册(小学篇)

编 着：冯丽姝博士(香港城市大学应用社会科学系助理教授)

国际顾问：Prof. Adrian Raine(Richard Perry University Professor,  
Department of Criminology and Psychiatry, University of Pennsylvania)

义务顾问：何惠玲(前个案督导主任、资深注册社工)

计划顾问：雷慧玲(资深辅导员、注册社工)

计划成员：徐咏琪(行政主任)、林嫣红(高级研究助理)、蔡志学(研究助理)、范世文(研究助理)、  
梁定安(研究助理)、劳建辉(注册社工)、陈文娟(辅导员)、蔡刚(注册社工)、  
赖冠伦(注册社工)、曾淑怡(注册社工)

出 版：有教无「戾」— 校园欺「零」计划

地 址：香港城市大学应用社会科学系

版 次：2011年9月初版

赞 助：优质教育基金

承办机构：香港城市大学

ISBN : 978-988-17052-5-9