

欺凌的类型

欺凌通常根据涉及行为的类型描述，所以我们会说口头、社会 and 身体欺凌。

欺凌有时也通过发生的地点或造成的伤害类型分类。这些词语可以单独使用，也可结合使用。这会令人困惑！以下列出描述欺凌最常见的方式。

行为类型——口头、社会 and 身体

欺凌行为有三种类型：

- **口头欺凌**，包括针对别人的身体特征（例如体重或身高）或其它特点（包括种族、性取向、文化或宗教）进行谩骂或侮辱。
- **身体欺凌**，包括打人或以其它方式伤害别人，推搡或恐吓别人，或损坏或偷窃别人的东西。
- **社会欺凌**，包括不断排挤别人，或共享对别人有害的信息或图像。

如果这些行为只发生一次，或者是平等双方之间的冲突（无论多么不当），就不是欺凌。

口头、身体和社会欺凌可以当面发生或在网上发生，可以是直接的或间接的，也可以是公然的或隐蔽的。

环境——当面和网上

欺凌可以当面发生或在网上发生。网上欺凌有时称为网络欺凌。口头、身体和社会欺凌可以当面发生。口头和社会欺凌可以在网上发生，身体欺凌的威胁也一样。

网上环境的特点为学生、父母和照顾者及教师造成了额外的担忧。例如，在网上欺凌别人有可能被许多人看见或听见。研究显示，遭受网上欺凌的儿童经常也遭受当面欺凌。这意味着，有效处理网上欺凌需要也审视其它情况。

方式——直接和间接

直接欺凌在当事者之间发生，而间接欺凌则涉及他人，例如转述侮辱或散步谣言。

间接欺凌主要通过损害别人的社会名誉、同伴关系和自尊而造成伤害。

BULLYING. NO WAY!

TAKE A STAND
TOGETHER

www.bullyingnoway.gov.au

可见性——公然和隐蔽

欺凌可以是显而易见的，称为公然欺凌，也可以不容易被不直接涉及的人看见，称为隐蔽欺凌。

公然欺凌涉及身体行为，例如拳打脚踢，或可以看见的口头行为，例如谩骂和侮辱。公然、直接、身体欺凌是对欺凌的一种常见描述方式。（这有时称为“传统欺凌”）。

但公然身体欺凌可能并非最常见的欺凌类型。

隐蔽欺凌可以让非当事人几乎无法发现。隐蔽欺凌可以包括反复使用手势和古怪或威胁性的表情，窃窃私语、排挤或拒绝别人，限制别人可以坐的位置或其说话对象。隐蔽的社会或口头欺凌会不明显，有时甚至会被人以开玩笑或“找乐子”的借口否认。

有些欺凌是**隐蔽和间接的**，通常被故意隐藏，使别人很难发现。这类欺凌可包括散布谣言、威胁、勒索、窃取对朋友有破坏性的秘密、流言蜚语、批评衣着和个性。间接隐蔽欺凌主要通过损害别人的社会名誉、同伴关系和自尊，即通过心理而非身体造成伤害。

伤害——身体和心理

欺凌有可能造成伤害（尽管并非所有不好的行为都一定会造成伤害）。一些类型的欺凌造成的**身体伤害**显而易见。

最近的研究确认，欺凌会造成短期和长期**心理伤害**。这包括通过欺凌（尤其是隐蔽的社会欺凌）伤害某人的社会地位或降低其开展社会交往的意愿。

事实上，即便只是**害怕欺凌发生**就会造成忧虑和伤害。欺凌的持续性质会导致遭到欺凌者感觉无能为力，无法阻止欺凌发生。欺凌的影响，尤其是对于所涉及者（包括旁观者）的身心健康，即使在问题已经解决后也还会持续。

有时候，“心理欺凌”被用于描述发出威胁和制造持续畏惧，但是用“口头或社会欺凌”描述行为类型以及用“心理伤害”描述对遭到欺凌者的影响更为确切。

环境——家庭、工作场所和学校

欺凌会发生在任何地方。它可以发生在家中、工作场所和学校。它可以发生在任何人身上。

欺凌可以发生在学生、员工和父母/照顾者之间。欺凌。绝不允许！关注学生之间的欺凌。在学校经历欺凌的教师应该联系其健康和安全管理代表、人事部或工会。关于工作场所欺凌的信息可见于澳大利亚公平工作委员会网站 <https://www.fwc.gov.au/>。

TAKE A STAND TOGETHER

BULLYING. NO WAY!

www.bullyingnoway.gov.au