



發行單位：新北市泰山區義學國民小學
 發行人：張照璧
 文字編輯：蔡清寬 楊閔凱 周慧玲
 林勇輝 賴盈璇
 電話：(02)2297-2048分機500
 地址：243新北市泰山區民生路30號
 網址：www.yses.ntpc.edu.tw
 協助發行：義學國小家長會

【本期主題】霸凌防治

營造友善校園
杜絕霸凌行為



每位學生都不希望自己到學校後會被排擠，每個家長也都會擔心自己的孩子到學校會被欺負。因此，營造一個「零霸凌」的友善校園，讓每個孩子都能在校園環境中平安快樂學習，是學校的重要目標，也是刻不容緩的課題。

「霸凌」是一種有意圖的攻擊性行為，通常會發生在力量(生理力量、社交力量等)不對稱的同學間。霸凌並非為偶發事件，而是指長期性，且多次發生的事件。通常被霸凌的學生，會重覆發生，並不只一次地被欺負。霸凌是以多種形式存在，如：身體霸凌(肉體上的欺凌行為)、言語霸凌(辱罵、嘲弄、惡意中傷)、社交霸凌(團體排擠、人際關係對立)、網路霸凌(以手機簡訊、電子郵件、臉書等媒介散播謠言、中傷等攻擊行為)等。

霸凌的形成原因大致可歸納為三因素：家庭、個人及學校。在家庭方面，孩子若缺乏家長關愛、管教，或者家庭衝突與威權式管教以及家庭內有暴力情形，會讓孩子有以暴制暴的傾向。在個人方面，除了學生本身易衝動的個性、神經生理疾病之外，媒體與社會環境充斥暴力，以及個人受暴經驗，將造成孩子行為偏差，認同以暴制暴的行為。學校方面，老師對於學生攻擊行為的處理與態度、學校的管教與風氣皆是影響霸凌行為的關鍵，若老師及學校經常以隔離、體罰等負面方式來處罰霸凌者，將形成學生以暴制暴的行為。

霸凌行為若不及時遏止，對受凌者、旁觀者、甚至霸凌者身心發展影響鉅大，常見的校園霸凌有以下徵兆：1. 畏懼上學或成績下滑。2. 突然偷錢或零用錢不夠用。3. 身上有不明傷痕，卻不願說清楚受傷原因。4. 失眠、吃不下，精神恍惚。

◎校長 張照璧

5. 不想出門，常關在房裡。

如有發現上述情形，學校老師應主動發覺立即協助，並透過專(兼)輔導老師多加關懷。家長因應之道，則可透過親師溝通了解狀況，共同協助處理，不宜直接找霸凌者。學校平時除了宣導霸凌防制外，亦會加強學生的法治教育、生命教育、人權與性別平等教育，期盼在家庭、個人及學校三方面的共同努力之下，能營造出「學生歡心、家長放心、學校用心」的溫馨友善校園。



網路霸凌面面觀



根據公共電視所做的調查發現，中小學生最想知道或最感困擾的法律常識，校園霸凌居冠，其次是詐騙，網路霸凌排第三，國中小學生最關心、最困擾的霸凌問題，前三名就有兩個跟霸凌有關。

與一般校園傳統霸凌不同，網路霸凌最大的特性，來自於霸凌者的匿名性。這使得霸凌者和被霸凌者的地位更不平等，隔著電腦，霸凌者很可能與被霸凌者無直接關係，或有關係卻不用負責而更加無法無天，加深了網路霸凌造成的傷害。

霸凌研究學者Rigby、Smith與Pepler(2004)將霸凌行為分成有意與無意兩種，然而無意的霸凌行為傷害可能更甚。例如，同學一起出遊的一張被修改的搞笑照片，被全班同學廣為轉寄或散佈在臉書上，導致照片中人物徒增各種難聽綽號或被嘲笑的窘境。雖然一開始修圖的同學責無旁貸，然而其他所有PO文轉寄照片的同學也都是這種網路霸凌的幫兇。

一般霸凌事件中的角色可大致分成加害

者，受害者，與旁觀者；以往旁觀者能採取的行動有限，頂多只能事後冒著風險偷偷去報告師長。在網路空間中，所有電子郵件收件者與瀏覽網站或社群的人均是所謂的旁觀者，加上師長對網路空間很難全時監控；此時，同儕旁觀者擴大散佈而加重的殺傷力是很大的；反過來說，旁觀者可以幫忙將訊息傳給師長以協助遏阻後續傷害的力量也是很大的。

那麼我們該怎麼面對日益猖獗的網路霸凌問題呢？以下幾點提供參考：

一、強化親師生網路安全與倫理素養：凡走過必留下痕跡，這是網路世界不變的鐵則，對於層出不窮的網路詐騙及霸凌事件，每位網路使用者應有資安及個資安全的警覺，對於虛擬世界的應對也應如實體世界般合宜來面對，要知道網路霸凌的後果及網路世界法律的適用性。

二、提供正向楷模避免網路誤用：未來網路霸凌預防與應對教育，應多著重在旁觀者採取正確的行動開始，提供正向楷模學習，諸如正面使用網路的部落客、助人解惑的網路專



◎教務主任 蔡清寬

家，如獸醫上網替友解答困惑成為知識長等，以建立正向積極的友善網路環境，鼓勵網路合理合法使用。

三、多想想幾秒鐘的「網路自律」：推噓文很簡單，只不過是一行貼文；按讚更容易，不過就是滑鼠的一個指令。只是對當事人所造成的負面效果，卻遠超過做這些簡單的動作的成本。因此最簡單的「網路自律」方法，就是在這些網路平台上，無論推噓文或者按讚前，能多想想幾秒鐘：這篇文章到底有幾分真實？對於當事人的傷害，是否可能觸犯相關法律？能讓別有用心霸凌者唱獨腳戲，網路霸凌的傷害就能降低許多。

數位原住民的世代已來臨，我們覺得尊重他人與同理心的品格教育更需要從小紮根。再者不論政府、媒體、家長或師生都應注意網路倫理與道德，營造一個友善安全的網路使用環境，讓孩子無論在虛擬或實體世界均能健康快樂成長，在數位時代的浪潮下成為優質的網路公民。





致命的吸引力

——網路霸凌

◎學務主任 楊閔凱

科技日新月異，隨著的通訊設備進步，並透過網路世界的支援，各式通訊軟體功能提升，使用方式普及化，運用電腦或電子通訊軟體於社群網站、BBS、部落格、即時通、簡訊、電子郵件方式來散佈不實訊息，並對特定人或特定人身邊的親友進行騷擾攻擊，產生的一種網路暴力行為，這種新興的霸凌方式我們稱為網路霸凌（Cyber-bullying）。

蘋果日報報導：「新宅男女神」楊又穎驚傳輕生，結束24歲短暫的青春生命，輕生原因就是來自於某部落客的匿名謾罵，引發不少人討論「網路霸凌議題」。現在網路很可怕，因為只要說錯一件、做錯一件不符合社會期待的事情，就會被無限上綱、圍剿、放大檢視；電影「BBS鄉民的正義」中曾說到「網路也好…真實世界也好…人多的一方，往往霸佔著所謂的正義。」這真的是一種正義嗎？這樣的正義讓人陷入絕望，引發輕生的念頭。

社群網站常因為人氣高低、按讚數量多寡，被視為在同儕間受歡迎的指標。使用網路散佈謠言、留下辱罵、嘲笑的字眼或公開他人的秘密等，讓當事人感到恐懼、同時受到威脅，嚴重則輕生，但是這樣的行為已觸犯恐嚇、誹謗、犯侵隱私、妨礙自由、公然侮辱等法律。如果遇網路霸凌的時候可以處理方式：

1. 若有收到類似霸凌的訊息，不管是發生在面對面生活中，還是來自網路，都應該勇於通報師長、家長或是警察，不要以為自己就可以處理好。
2. 若是不斷收到他人的恐嚇威脅電子郵件或手機簡訊，可封鎖其電子郵件地址或手機號碼。
3. 若是不明人士任意張貼不實言論在公開網路空間，造成旁人誤解，則應立即通知父母、師長代為處理。
4. 審慎判斷校園流傳的消息是否屬實，不任意

轉寄或張貼可能傷害他人的訊息；切勿成為霸凌者的幫兇。

5. 在網路公開空間張貼訊息前，需謹慎思考是否觸法或可能傷害他人。尤其在情緒激動時，更需待心平氣和時方可採取行動。

網路言論很自由，有時做出一些會對別人造成傷害的玩笑，但自己可能毫無自覺，甚至是應該受管教和約束的行為，以上的舉動已有犯罪之虞，需特別注意。最後，提醒大家使用電腦或電子通訊軟體的五個要素，「要遵守法律，要終止留傳，要即時處理，要勇於求助，要勇敢通報」，讓我們一起遠離網路霸凌。

資料來源：

1. 中小學網路素養與認知
<https://eteacher.edu.tw/Desktop.aspx>
2. 刑事警察局拒絕網路霸凌
<http://bullying.cib.gov.tw/>
3. 蘋果日報 <http://www.appledaily.com.tw/>



拒絕霸凌 從關係做起

◎專任輔導教師 張蕙滢

這幾年校園霸凌事件頻傳，引起社會的關注。霸凌的形式雖然有若干種，但都是代表著力量失衡的權力關係，減少霸凌要從培養情緒管理、自我肯定、同理心、人際技巧做起，以下將介紹適合的繪本。

大手握小手

大手握小手



作者以一隻矮小的黑猩猩威利做為主角，威利從一開始受到團體排擠，到後來結交了高大的好朋友賈修，帶出兒童在群體生活中害怕的事情——孤單和被欺負，以及從與人相處中找到自我肯定的特質。

學校是兒童除了家庭以外，學習適應團體生活的第二個場域，學校生活就像是小型的社會，來自於有各式各樣、不同背景的同儕，每個同學都要學習和其他人相處，有的同學可以很快就適應群體生活、和許多同學們打成一片，有的同學則是需要較長時間熟悉環境和適應團體，而有時候適應較慢的同學就有可能較容易經驗到孤單，或者是被排擠、被邊緣化，甚至被欺負；在國小階段的發展任務，

兒童有渴望獲得他人肯定和探索自我特質之需求，因此他人對自己的觀感就會影響兒童如何看待自己。每個兒童都是獨特的，我們相信兒童是有能力找到適合自己適應團體生活的模式，而身為老師和家長能做的除了成為支持兒童向外發展的支持後盾，也要協助他們找到自我肯定的長處，讓其有自信、有力量持續探索、學習如何適應群體。

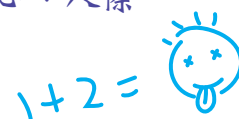
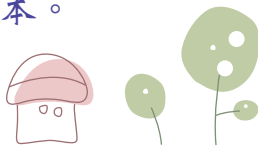
家長平常的時候可以了解孩子的朋友有哪些？和朋友是如何相處的？有些孩子可能一開始不太願意分享，家長可以持續展現想了解的誠意，待孩子願意分享以後，可以從孩子與他人相處的過程中，找到孩子的長處和特質並予以肯定。如果發現孩子在人際關係中受挫和委屈，可以問孩子需要什麼幫忙、和孩子討論如何因應這種情況，並予以支持和陪伴；如果班上有排擠同學的現象，也可以讓孩子同理被排擠同學的心理，以及如何學習和被排擠同學相處。藉由這些探討，不但可以拉近親子距離，也可以讓孩子在成長過程中提升社會適應能力。

我是老大

作者不是以被歧視者的角度出發，而是以歧視他人者的角度出發，讓兒童看到歧視別人對友情是會有影響的：第一，你歧視別人，你就会被歧視，那麼最後不舒服的是你自己；第二，你歧視別人，想要試圖排擠別人，因為大家不選擇排擠，那麼最後被排擠的人是你自己，最孤單的也會是你自己。

學校是小型的社會，社會文化和價值觀也會帶進校園、帶進同儕的關係裡，其中也包含了偏見、歧視和指使。有些社會適應較快的兒童容易和同學們打成一片，也容易在團體容易成為核心人物、成為關注和模仿的對象，其意見和想法在團體的影響力也比較大，也有較大能力領導團體的方向；然而團體的結構並不總是一成不變的，一個新同學的加入可能會影響全班人際互動原有的穩定平衡，讓同學們關注的焦點從班上核心人物轉移到新同學身上，可能會讓核心人物感到吃味，並想要試圖重新吸引同學們的目光，然而如何重新吸引同學們的目光呢？就是需要智慧了。

其實道理很簡單，與其歧視和排斥新同學，讓班上被迫分化為兩個團體，不容接納新同學，讓新同學成為既有團體的一員，自然就可以讓團體很快地回到原有的穩定與和諧，也可以讓同學們的目光從原本的新同學轉移到團體裡，再轉移到團體裡最有群眾魅力者的身上了。這個過程需要經歷一段時間的歷程，也需要學習心理調適、情緒管理、同理和接納等學習，更需要智慧，家長的支持和協助尤其重要。



我是老大！



我們必須重新拾起「人不能傷害其他人」這樣的共識。沒有強者就能傷害弱者的道理。話說回來，我們根本就不應該把人分為強者和弱者。我們彼此必須明白，每個人都是不同的。
—取自【一個沒有霸凌的教室】



尊重「你」、「我」、「他」

—淺談霸凌防治

◎學校心理師 林品秀

提到霸凌防治，我想最根本應該是從體認到每個人本來就是不同且特別的個體。如果在家庭及校園中就能做到尊重與欣賞個別差異，使孩子能感受到支持與包容。即使我跟別人不一樣，還是有自己可以發展的空間與舞台。

因為在孩子的發展中，要能了解，同理或分享，必須從滿足「自我」開始。只有在我受到重視和保護後，將心比心的同理行為才會慢慢出現，從「我」才有可能看見「你」，從

「我被尊重」才發展出「尊重他人」，這是必經的學習發展歷程，正如會自愛，才知道如何愛人。能感同身受被欺負者的痛苦與憤怒，才能對自己不適當行為反省，而有了改變的可能性。

我曾經諮商過一個過動症的孩子，這個孩子非常恐懼、害怕讓同學知道他正在就醫，因為他擔心一旦讓同學知道，他會成為被欺負的目標。但他平日在班上卻是個喜歡挑釁師長，欺負弱小為樂的問題人物。在諮商的過程中，我慢慢發現他其實是個觀察力敏銳、心思細膩

的孩子，所以才能每次都成功地激怒老師，連平常極富愛心的輔導老師只要一提到他就皺眉頭，對他沒轍。隨著越進入他的世界，越理解到在他心中，認定如果我不先欺負別人，取得優勢，總有一天我會成為受害者。「強者生存，弱者就該淘汰」這樣的觀念不斷出現在諮商中。

直到與他的家庭接觸後發現，原來爸媽總是挑剔他的一言一行，他所做的每件事從來沒有被肯定過，即使是看見他優點的老師，也總是對他說：「你是很聰明，但是…」接下來便是一連串批評的話，如同他的父母重現。

他也是一個受傷的孩子，在家裡總是被否定到一無是處，無法梳理的情緒只能透過欺負同學來換取一個位置。所幸之後遇到一位能賞識並善用他長處的導師，讓這個孩子心服口服，也漸能適應學校生活。

在「關愛」環境中長大的孩子，學會如何關愛自己和他人；在「批評」環境中長大的孩子，學會如何挑自己和他人的缺點。而在孩子環境中扮演舉足輕重角色的人，就是身為父母，身為老師的你和我。

未來霸凌行為產生擴大範圍且程度更加嚴重。反之，加害者在不見制止措施而降低對偏差行為的羞恥感，而可能衍生出更多偏差行為，另外一方面受害者則會因為被害期間的拉長而逐漸產生習得無助感。

校園霸凌不要找上門

◎學校社工師 廖一珊

「沒辦法呀！就看他不順眼，只能算他倒楣啊。」

「她又沒有反抗，我們不知道這麼嚴重，不曉得會觸犯法律，我們只是覺得欺負她很好玩。」

「算了，反正說了也沒用，大人都不了解我的心情…」

「可是…他們會不會覺得我是抓耙子，只會打小報告，就不跟我玩了，雖然他真的好可憐…」

校園霸凌(school bullying)的定義，指相同或不同學校學生與學生間，於校園內、外所發生之學生個人或集體持續以言語、文字、圖畫、符號、肢體動作或其他方式，直接或間接對他人學生為貶抑、排擠、欺負、騷擾或戲弄等行為，使學生處於具有敵意或不友善之校園學習環境，或難以抗拒，產生精神上、生理上或財產上之損害，或影響正常學習活動之進

行。（「校園霸凌防制準則」第3條第1項規定）。

產生霸凌事件的因素眾多，曾經目睹或親身經歷家庭暴力，激進衝動的人格特質，校園次文化的形成(例:學長學弟制)，大眾傳播媒體的影響等。水能載舟亦能覆舟，上述因素運用得當，將正向引導學生，否則，將導致校園霸凌找上門。

★給老師們的話

從事社會工作幾年下來發現輔導行為應能與服務對象建立信任關係而後開始，溫暖且堅定的輔導陪伴，並且敏銳覺知孩子的身心理細微反應變化；學校是學習規範之處，使孩子了解是非對錯的界線及法規制定的本意，以能對行為產生制約效果。

發現霸凌事件時在初始就應受到有效地抑制，則能避免霸凌者受到免罰效應的激發，對

★給爸爸媽媽們的話

遭受被霸凌或有欺負他人現象的孩子，在心理與行為上都呈現出某種程度退縮或異常，需要爸爸媽媽主動關心，任何孩子透露出來的蛛絲馬跡，都不能輕易放過。培養孩子尊重他人與同理感受的行為素養是你我共同的目標。

★給小朋友的話

任何會令你感到不舒服不被尊重的行為言語，我們都不該接受，同時也不要如此對待同學，因為別人也會受傷，如果你知道或是正在被欺負著，不要忍耐，一定要說出來，因為這不丟臉，這是正義而且勇敢的行為。

參考資料：教育部防治校園霸凌網站



至同榮社區關懷長者—服務學習



至同榮社區關懷長者—貼心按摩



校外參訪—新莊盲人重建院



實際體驗培養同理心



至義仁社區服務學習—訪問長者



至義仁社區服務學習—健康操表演

讀者資料

學生姓名：_____

孩子就讀：_____年_____班

家長簽名：_____

☆請記得填寫背面的讀者迴響喔！

有愛校園不霸凌

◎志工媽媽 劉嘉麟

溫煦的東風輕拂過我的臉龐，但是周圍的空氣中透露出無限的惆悵。回想過去幾年的學校生活，讓「霸凌」這個名詞如影隨行的跟著我，是怎麼樣的心酸和無奈啊！

當初，我人生中第一個轉類點—生命中的第一所學校，離開父母的保護，一切只能靠自己了。從小不善言詞內向的我，有那麼一點不知所措，以至於發生了許多意想不到的事。不是莫名其妙跌倒、帶錯課本來上課、遇到不知道如何處理的狀況會躲在角落哭、功課成績不好、也常搞不清楚同學是跟我鬧著玩或是欺負我……因此同學開始取笑我，叫我愛哭鬼、麻煩鬼、白癡鬼、智障鬼。還有某些同學覺得我好欺負，在老師看不到的狀況下，推我一把打我一拳，因為害怕，我不敢跟老師求助，因此變得孤僻沒朋友。

學校不斷的宣導如何防治校園霸凌，取綽號、用言語刺傷或嘲笑同學是言語霸凌。踢打同儕是肢體霸凌。排擠弱勢同學、散播不實謠言中傷他人是關係霸凌。

以身體、性別、性取向、性徵取笑或身體上的侵犯是性霸凌。受欺凌學童長期遭受欺壓後的反擊行為是反擊性霸凌。在網路上發表不實的事情是網路霸凌。因此，我明白了，原來我也是被同學霸凌了。

「把自己的快樂建築在他人的痛苦上」，是什麼思想啊？「事不關己、冷眼旁觀」的人只想獨善其身又是何心態呢？易地而處，如果今天被霸凌的是自己呢？會不痛苦嗎？會不希望有人適時的伸出援手嗎？因此我學著跟師長求助，跟父母訴說，正向樂觀的思考，勇敢的面對一切，因為我深信這個世界好人永遠大於壞人，雖然我深受霸凌之害，但我也也不想成為霸凌他人的人，更不想成為反社會人格的壞蛋。

如今，這幾年的學校生活成就了一個，充滿熱忱、善良又有正義感的我，我要深深的謝謝那些幫助過我的師長和同學們，把生活在灰色角落的我拉向彩色繽紛的世界，讓我們一起努力使社會有愛又祥和吧！

攝影比賽優選作品分享



502 俞任軒 / 第一名



606 葉倪 / 第一名



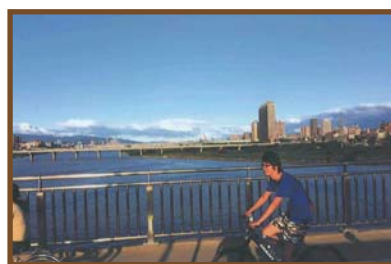
504 蔡沛寬 / 第二名



601 孔彥甯 / 第二名



508 吳妮真 / 第三名



605 洪若倩 / 第三名

四格漫畫比賽優勝作品



302 吳芯瑗 / 第一名



408 葉子芊 / 第一名



307 賴意蓁 / 第二名



405 陳昱良 / 第二名



307 黃怡閔 / 第三名



408 林家均 / 第三名

我的小孩被霸凌了嗎?

◎志工媽媽 曾淑菁

朋友的小孩自國小入學後成績一向優異，在班上始終考第一名，但不知從何時開始以很多理由拒絕到學校上課，一下子說肚子痛，一下子說頭痛，父母親都很緊張，主觀認為小孩因為早產所以身體較差，可能身體真的哪裡出問題了，到處找醫院看醫生，看完醫生後身體也真的變好了，但是小孩還是不喜歡去學校上課，早上起床就無精打采，病恹恹的模樣，只好不斷的向學校請病假，功課也開始一落千丈。

直到小孩進入高中就學後，在不經意的親子聊天過程中，小孩才吐露在國小及國中求學過程中，都曾遭到某些同學之刻意排擠與言語欺負，造成他害怕不敢上課面對同學，也不敢跟老師及家長反應，媽媽這時才恍然大悟，原來小孩在學校可能遭到同學霸凌了，因為沒有及時察覺異狀妥善處理，造成小孩因此身心受創，必須求助心理醫生，媽媽心裡自責不已，

久久無法平復。

校園霸凌時有所聞，記取朋友小孩的這個經驗，我也開始教育自己的小孩，如果在學校被嘲笑或欺負時，要溫和但堅定的拒絕同學，當然也要注意自己的行為，千萬不要對同學做出造成傷害的玩笑舉動，不自覺成為霸凌同學的打手；同時提醒小孩，如果發現有同學被嘲笑、排擠或欺負，一定要及時告訴導師或家長，不要因為其他同學都這麼做，就只好跟著做，因而成為霸凌同學的共犯，小孩的學校生活原本應該是單純而無害的，因為不當的行為傷害其他同學，或者被同學傷害，都可能造成小孩一輩子的身心創傷，所以讓小孩學習保護自己與尊重他人，家庭與學校都應肩負教育責任，且是責無旁貸的任務，也由衷希望校園霸凌事件不要再發生，讓我們的小孩都有個安全無憂的受教環境。



各界捐款芳名錄

(104.12.16-105.05.18)



●捐助烤肉聯誼活動

- | | | | |
|--------|-------|-------|-------|
| 李天堯會長 | 7,000 | 林亞萍常委 | 5,000 |
| 李坤達會長 | 7,000 | 林秀蘭常委 | 2,000 |
| 李彥杰會長 | 7,000 | 楊淑存常委 | 2,500 |
| 李國儒會長 | 7,000 | 曹于怡委員 | 1,000 |
| 藍桐庚會長 | 9,000 | 曾淑菁委員 | 1,000 |
| 李振豐副會長 | 5,800 | 黃宏彪委員 | 1,700 |
| 李振男副會長 | 3,000 | 古木興顧問 | 2,000 |
| 張惠杏副會長 | 1,000 | | |

●捐助校務發展金費

- | | |
|-------|--------|
| 汪鴻儀委員 | 10,000 |
| 李俊賢顧問 | 5,000 |

●捐助志工基金

- | | |
|-------|-------|
| 藍桐庚會長 | 5,000 |
|-------|-------|

●捐助愛心早餐基金

- | | |
|-------|-------|
| 何碩恩先生 | 2,000 |
| 劉武俊先生 | 6,000 |

●捐助書款

- | | |
|--------|--------|
| 張惠杏副會長 | 25,000 |
| 鄭翠紅女士 | 2,000 |

●捐助歲末聯歡會

- | | |
|--------|-------|
| 藍桐庚會長 | 2,000 |
| 李振男副會長 | 5,000 |
| 粘金形顧問 | 2,000 |
| 呂秋美顧問 | 2,000 |
| 呂學揚顧問 | 3,000 |
| 連德銓顧問 | 3,000 |
| 陳玉玲顧問 | 2,000 |
| 翁美嬌顧問 | 2,000 |
| 宋月嬌顧問 | 2,000 |
| 陳嘉元顧問 | 3,000 |
| 楊明昌顧問 | 2,000 |

讀者迴響

◎您對本期鳳凰心橋的讀後感想與建議，或您期望在鳳凰心橋閱讀到的主題。

☆請於6月7日前將讀者迴響交回輔導室，就有機會得到小禮物一份。(計60名)