

中学生校园欺凌的危害及其对策

张 澎¹, 刘 洁^{2*}

¹重庆市鲁能巴蜀中学, 重庆

²重庆财经学院, 重庆

收稿日期: 2023年4月24日; 录用日期: 2023年6月12日; 发布日期: 2023年6月25日

摘 要

校园欺凌的社会影响和危害性巨大, 已成为全球众多国家重视的青少年问题之一。校园欺凌的实施者行为若未得到及时的纠正, 长大后更有可能做出违法、违反道德的事情, 而校园欺凌的被实施者容易由于无法调节情绪而进行自我伤害。所以, 针对校园欺凌事件, 必须进行及时的干预和调整, 避免进一步危害性事件的发生, 文章针对校园欺凌的危害进行了阐述, 并对此提出了相应的对策。

关键词

中学生, 校园欺凌, 对策

Hazards of School Bullying among Middle School Students and Its Countermeasures

Peng Zhang¹, Jie Liu^{2*}

¹Chongqing Luneng Bashu Secondary School, Chongqing

²Chongqing Finance and Economics College, Chongqing

Received: Apr. 24th, 2023; accepted: Jun. 12th, 2023; published: Jun. 25th, 2023

Abstract

School bullying has great social impact and harmfulness and has become one of the youth problems that many countries around the world attach importance to. The perpetrators of school bullying are more likely to do illegal and immoral things when they grow up if their behaviors are not corrected in time. And the victim of campus bullying is easy to form a self-harm, because of the inability to regulate emotions and self-harm. Therefore, in view of the campus bullying incident, it is necessary to carry out timely intervention and adjustment, to avoid the occurrence of further

*通讯作者。

harmful events, this paper expounds the harm of campus bullying and proposed corresponding countermeasures.

Keywords

Middle School Students, School Bullying, Countermeasures

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 校园欺凌的内容

欺凌一词从简单通俗点的层面上理解就是指的欺负, 在汉语解释中欺负的重点含义在“欺”字, 对他人进行不正当的欺负行为就是欺凌。校园欺凌在学校内的发生和逐渐严重化, 不仅会对学校环境造成破坏, 同时也会牵涉到不同程度的学生人员。校园欺凌过程中按照行为角色可以分为欺凌者、被欺凌者、旁观者和协助欺凌者, 而其他角色主要是由学校、社会个体、家长构成, 针对校园欺凌行为进行阻止(王倩, 2019)。在校园欺凌的主要构成成员结构中, 欺凌者和被欺凌者都是学生, 也是学校生活的主要角色(左芸骄等, 2023)。事件发生的时间、地点、主要动机和欺凌实施方式是欺凌行为的主体要素(王小凤等, 2022)。

根据上述研究, 大多数学者对于欺凌行为的内容都是做出以下判断: 主要欺凌者对被欺凌者做出伤害行为或者侮辱行为, 此时的欺凌者是处于强势地位的, 因此对于其他学生会造成压力, 有的学生由于害怕就会成为间接伤害的协助者, 协助者的主要内容就是帮助欺凌者对被欺凌者实施一系列伤害措施。被欺凌者由于力量、形体或者其他方面的弱势地位而不敢反抗或者提出质疑, 针对被施暴的过程大多数也不敢告知老师和家长。旁观者在整个过程中都采取漠视和忽略的态度, 间接纵容了校园暴力和欺凌问题的发生。根据相关的事件统计和数据结果显示, 大多数校园欺凌行为的主体人员都是青少年儿童, 中小學生是主要涉事群体。发生的地点更是复杂, 不仅可能是在满是监管和老师的校园内、教室里、食堂、厕所、寝室等, 还有可能是学生放学回家途中, 校外的行为更是肆无忌惮(傅纳等, 2022)。就实施形式而言, 分为隐性和显性两种实施过程, 显性欺凌主要通过辱骂、殴打、暴力损害等对被欺凌者进行伤害; 隐性伤害则主要表现为同学之间的个体孤立, 歧视现象等(王晓爱等, 2021)。

2. 校园欺凌的危害

关于校园欺凌带来的危害国内许多学者都十分关注。校园欺凌不仅会让学生的身心健康受到伤害, 同时也会演变成为社会暴力事件, 让欺凌者逐渐走向颓废, 甚至成为暴力事件的创造者和危害社会的恶劣分子(王祈然, 肖建国, 2019)。校园欺凌还会让学生生活学习的良好环境受到污染, 同时也会增加学生在校学习的危险性, 有可能危及学生的身体安全和心理发育。同时不利于学校建设良好的学习氛围和教学环境, 不利于家庭和睦, 欺凌者与家庭亲属的关系也会随之恶化(杨万君, 朱彦儒, 2022)。

欺凌行为中无论是欺凌者还是被欺凌者都会受到本质上的伤害(冉春辉, 2021)。针对被欺凌者, 过程发生可能会让其形成不健全的人格、树立不健康的人生观和价值观, 对于学习生活都失去信心和希望, 甚至会引发社交障碍问题; 对于欺凌者而言, 不仅会助长他们的攻击性, 同时也让他们无法体会到和谐融洽的同伴关系和亲人关系, 导致偏激人格的产生, 甚至可能误入歧途。这种行为的存在将会对经历中

的孩子产生极其深远的不良影响, 实施暴力的孩子在未来可能会形成偏激人格, 做出更多危害社会和谐的事件, 走上不归路(陈婷等, 2020); 在欺凌过程中作为协助者的学生, 将来也会因为这些经历而变得依赖暴力和不良手段, 解决问题采取不当措施; 旁观者在欺凌过程中没有做出积极制止的行为, 将来可能会模仿施暴者的态度和行为, 遇到困难或事情就依靠不良手段去解决, 从而引发大错。最严重的自然是受欺凌的个体, 由于心理和生理上遭受了严重的创伤, 可能会在以后的生活中都无法正视过往, 并且消极面对人生, 甚至会有自杀行为。儿童时期或者青少年时期做出不良行为的欺凌者可能会因为没有受到根本性质上的惩戒和教育, 以后做出违法社会道德和法律法规的重大事件, 成为被社会唾弃的人(吴凌飞等, 2019)。被欺凌者受到伤害无法宣泄, 更没有得到及时的治疗和舒缓, 可能会对自己产生伤害意向, 通过抽烟、喝酒等不良习惯去缓解情绪, 反而加剧情况的严重性(吴红梅, 2021)。校园欺凌行为中的主要涉及对象都会在以后的长久生活中暴露出不良心理情况或者不完善的人格特征, 尤其是被欺凌者, 有可能会形成自我危害的意向, 由于无法调节情绪而进行自我伤害(赵诗雨, 2019)。

校园欺凌行为的不断出现对于被欺凌者和欺凌者的身心健康发展都会造成不良影响, 同时也会破坏和谐融洽的校园生活环境为更多的学生创造不良的学习氛围。既会让学生在实际行为中受到伤害, 同时也会降低家长对于学校生活的信任度。因此欺凌行为既是道德问题也是实际伤害问题, 学校方面和教育部以及家长等各个方面都要针对欺凌行为进行及时的制止, 共同创造良好的学习生活环境, 为学生未来的道德价值观形成和人格完善创造完善的基础。校园欺凌是一种常见的社会问题, 对于受害者、施暴者以及整个社会都有负面影响。以下是研究校园欺凌的社会重要性: ① 保护受害者: 校园欺凌对受害者的身心健康造成严重伤害, 包括心理创伤、抑郁症、自杀等, 因此研究校园欺凌的原因和预防方法可以保护受害者的权益和安全; ② 预防施暴行为: 校园欺凌也会对施暴者的成长和发展产生负面影响, 通过研究和理解校园欺凌行为的成因和影响, 可以帮助学校和社会采取措施来预防施暴行为; ③ 提高社会意识: 研究校园欺凌可以增强社会对这一问题的认识 and 关注度, 让更多的人了解校园欺凌对社会的危害和影响, 从而促进社会对于校园欺凌的预防和管理; ④ 建立和谐校园: 校园欺凌会破坏学校的和谐氛围, 影响学生的学习和成长, 因此研究和解决校园欺凌问题可以促进建立和谐的校园环境, 提高学校的教育质量和声誉(左芸骄等, 2023; 郑玲, 2022)。

综上所述, 研究校园欺凌对于保护受害者、预防施暴行为、提高社会意识和建立和谐校园都有着重要的社会意义。本文基于此, 针对不同方面提出了以下建议。

3. 理论基础及其对策

3.1. 理论基础

关于校园欺凌研究的理论基础主要包含四个方面: ① 社会学理论。研究发现, 某些社会结构和文化背景的群体更容易发生校园欺凌行为, 例如在某些地区和文化背景下, 男孩更容易参与校园欺凌, 而女孩则更容易成为受害者; ② 心理学理论。研究发现, 自尊和自我概念会对校园欺凌产生一定影响, 受害者的自尊和自我概念受到了校园欺凌的负面影响, 而加强自尊和自我概念可以降低受害者的心理创伤, 这可以从心理学理论的角度进行研究和干预; ③ 教育学理论。校园文化和教育质量均会对校园欺凌产生影响, 研究发现, 一些校园文化和教育质量较低的学校更容易出现校园欺凌行为, 教育学理论可以帮助了解校园文化和教育质量与校园欺凌之间的关系, 并提出相应的对策和干预措施; ④ 社会心理学理论。群体压力和社会认同会对校园欺凌产生影响, 研究发现, 群体压力和社会认同是校园欺凌行为的重要因素, 可以通过社会心理学理论对这些因素进行研究和干预措施的制定, 例如, 通过增强群体间的互动和相互认同, 减少校园欺凌的发生率。

以上理论基础为校园欺凌的干预提供了充分的理论依据, 帮助学校和家庭更好的针对校园欺凌现象

进行介入。

3.2. 学校方面

3.2.1. 加强相关的安全教育意识培养

根据以往研究结果,发现中学生群体中的校园欺凌事件发生频率较高并且存在普遍性特征,尤其是在留守群体和农村家庭群体中发生的概率更高,学校应当利用相应的管理制度加强对校园内欺凌事件的管理和制止。应用班级活动的时间和场所开展相应的团体辅导课程,帮助学生提升反对校园欺凌的观念和态度。还可以利用班级活动的时间举行相应的主题班会,教育学生形成正确的价值观念,抵制校园欺凌。利用讲座和宣传板报等形式宣传关于欺凌行为的专业知识,教育学生形成正确的为人处事的观念,同时在课余时间可以利用学校的心理咨询室,为有心理问题的学生提供专门的健康课程咨询。在调研中还发现许多身体素质较差、力量形成较弱的学生很容易在学校生活中受到欺凌。此外,家庭经济条件较低、父母身体残疾、个人综合能力较弱的学生也很容易在学校生活中成为被欺凌的对象。基于此,老师要多组织集体活动,增强学生间的团结观念、培养同学之间友善和睦的关系。对于需要帮助的学生要重点关注,及时进行疏导鼓励,避免情绪恶化,教育孩子要帮助他人而不是利用自己的优势去欺负需要帮助的人。最后,可以利用电影、音乐熏陶等方式教育孩子形成正确的价值观念,不要将恃强凌弱当成人生信条。

3.2.2. 营造良好的校园环境和学习氛围

研究显示,学校的教室、走廊等地点是欺凌事件发生的高发地点,而其他的厕所、食堂、操场等发生频率会较低。因此学校要加强校内的安全设施建设,各个角落和地点都应当安装好完善的监控设备,并且安排巡逻老师或值班的保安进行日常巡逻。加强校园安全管理建设,争取将校园欺凌事件及时遏制在萌芽中。建设和睦融洽的学习氛围,营造更加友善、美好的校园学习环境,让学生少受不良风气的影响,多学习积极乐观正向的东西,在班级教育中注意学生的情况,班主任老师要及时了解班上同学的近期状况,避免长期欺凌事件的发生,通过课间活动或者友谊竞赛比赛加强班集体的团结协作。

3.2.3. 完善受欺凌学生的心理辅导工作

现下,中学生的心理辅导课程开展频率较低,并且学校内的心理咨询室使用的次数也较少。通常校内的心理辅导是一周开放一次,这让许多遭受欺凌的学生甚至无法寻找疏解情绪的对象。同时相对于主要课程的学习,关于中学生的心理健康教育和辅导也缺少关注度和学时的投入。因此学校要合理安排关于中学生心理辅导课程的情况,同时加强老师对受欺凌学生的心理辅导工作精力投入量。经过研究,后期的干预活动也证实了个案干预对于个案的心理状况和应对受欺凌行为都有一定的积极作用,因此学校针对受欺凌学生一定要进行积极的心理辅导,给予他们鼓励和支持,帮助他们寻找正确的应对方式,提升自信心。学校本来是学生健康成长的环境,但是由于部分不良风气的影响,导致学生受到伤害,因此学校对于这部分同学要重点关注,给予心理上的支持,帮助他们在最无助的时候寻找正确的人生方向。

欺凌行为中,欺凌者才是应当承担主要责任的一方,但是由于学生对于欺凌行为的认知不全面,同时中学生本身的知识储备和意识形态还没有完全成熟,不会站在更深入、更客观的角度上去思考问题。此时学校辅导最主要的目的就是纠正学生的错误认知,让受欺凌学生认识到自己的位置,认识到欺凌行为是不对的,是对他人身心进行恶意伤害的过程。纠正完态度以后,要帮助他树立正确的人生观念,形成积极乐观的生活态度。许多学生在被欺凌、被排挤和孤立、被欺负的过程中对自己本就不自信的认识就更加深刻,从而形成极度焦虑紧张的心理状态,要帮助他们走出困境。

3.2.4. 及时与家长进行沟通交流

无论是学生或者学校老师在发现欺凌事件或者学生受到欺凌时,一定要及时将所有情况和学生受到

的伤害程度告知家长。要联合学校家庭和个人的综合作用, 来帮助学生解决欺凌问题。还要告诉学生当遇到欺凌时一定要主动积极的将情况如实告诉给父母或者老师, 寻求大人的帮助。父母再关心孩子学业成绩以外, 要适当地关注学生的心理健康, 及时发现孩子的个人情绪变化和负面心理的存在。

3.3. 家长方面

家庭是孩子除学校外的最关键的成长环境, 学生的自我意识和对于欺凌行为的认知培养最初也是从家庭中得到的, 因此家长对于孩子的反欺凌意识培养具有决定作用。从小就要对孩子进行相关知识的灌输, 帮助孩子形成正确的判断标准, 许多孩子对于欺凌行为根本不了解, 也不知道欺凌的含义。因此在个人行为中没有注意过这些行为是否会对他人造成欺凌, 或是面对有人在遭受欺凌时无法准确分辨。父母要从小告诉孩子欺凌与玩笑行为之间的差异性, 朋友之间善意有趣的玩笑和活动不等同于欺凌, 但是部分学生却借着玩笑的名义对他人做着欺凌事件。家长应当告诉他们对于不同的行为应当用什么标准去划分, 当遇到什么情景时自己应该采取什么措施来应对问题。

家长要多陪伴孩子的成长, 多陪他们观看有益成长的影片或者音乐电影, 对某些涉及暴力血腥、淫秽色情内容的影片或者动画片要制止他们观看, 避免从影视中模仿学习不良行为, 养成不好的习惯。平时多购买教育、成长类的书籍观看, 学习经验对孩子进行成长教育, 要明确告诉孩子暴力行为是坚决不能学习的。

家长是孩子学习的首选人物, 因此家长在日常生活中要为孩子的成长起好榜样作用, 带领孩子形成正确的行为习惯, 不能轻易对他人恶语相向或者采取不当的攻击行为, 父母要学会在生活中控制自己的情绪, 尽量不要在孩子面前表现出暴力、紧张、焦虑的情绪。对孩子也要采取适当的教育措施, 不能溺爱也不能专制教育, 动手打孩子或者语言辱骂等都是不行的, 这样会让孩子认为攻击行为是合理的, 并且会学习家长的语言和动作去伤害同学、朋友。

监督孩子的交际对象和朋友关系, 不要让孩子认识交际一些不良儿童, 避免受到社会不良风气的影响, 俗话说近朱则赤, 近墨者黑, 要让他们多与行为习惯好的孩子交往, 学习别人的长处和优点, 平时多培养孩子的特长, 增强他们的自信心, 教育他们需要通过自己的努力去获取成果和满足感。当发现孩子有欺凌他人或者以冲动暴力的方式去解决问题时一定要及时制止, 并且告知他们此类行为的严重后果, 帮助他们形成正确的价值观念, 不能依靠自己的冲动鲁莽解决事情。也不能随意伤害别人, 尤其是比自己弱小的同伴, 当他人有困难时要及时挺身而出而不是选择漠视不理。如果有不良行为的发生甚至有参与者, 要警告参与者和孩子以后必须改掉不良习惯。

3.4. 个人方面

要形成正确的自我认知方式和对欺凌行为的正确态度。充分理解欺凌行为的具体内涵和区分方式, 针对欺凌行为可能为他人带来的伤害或者不良后果有深入的了解。学会从本质上去区分哪些行为是对他人的欺凌, 而非善意的玩笑或者朋友之间的游戏。要通过正确的自我意识去分辨欺凌行为的存在, 并且要了解心理行为有可能会给自己的生活或者同学的生活带来很严重的负面影响, 甚至会引起同学心理健康发育上的问题。

平时多带领学生关注社会外界的信息资源, 及时了解欺凌行为的具体问题和产生的严重后果, 当有个人情绪或者生活矛盾时, 要及时的与同学老师家长进行沟通解除自己心中的矛盾和疑惑, 消除不正确的内心想法。学会从身体、学习、心理各个方面去全面发展, 建立良好的同学关系, 保持友善和睦的态度与他人相处, 也要尽力采取合理的措施保护自己的权益和安全。当自己受到欺凌时要及时向学校老师和父母报告, 尽早遏制事态的严重化。遇到他人受欺凌的情况时要做出制止举动, 不能因为没有涉及自

己的问题就选择置之不理, 要勇敢地与不良行为斗争, 合适的时候向老师寻求帮助。

4. 结论

校园欺凌是一种严重的问题, 特别是对于中学生来说。校园欺凌会对中学生的身心健康和社交能力造成很大的伤害, 甚至对其未来的成长和发展产生长远的影响, 因此, 对校园欺凌问题的重视和对策的研究是至关重要的。

本文首先对校园欺凌对中学生的心理、身体危害进行了阐述, 校园欺凌对中学生心理上的危害包括受害者的自卑、焦虑、抑郁等问题, 影响其心理健康, 甚至导致自杀等严重后果, 身体上的危害包括头痛、失眠、肠胃问题等身体不适症状, 长期受欺凌还可能导致身体机能的下降。本文还针对中学生校园欺凌问题给出了多种对策, 以减少其发生和对受害者的危害。综上所述, 针对中学生校园欺凌问题, 需要建立有效的预防机制和应对机制, 同时加强校园文化建设, 以减少其对中学生的影响。

参考文献

- 陈婷, 范奕, 张子华, 方晓艳(2020). 江西省中学生校园受欺凌行为与抑郁的相关性. *中国学校卫生*, 41(4), 600-603.
- 傅纳, 朱春月, 解晓晨, 周玉莹, 杨柳(2022). 中学生校园欺凌旁观者角色及其同伴地位现状. *中国学校卫生*, 43(1), 87-91.
- 冉春辉(2021). 新时期中学生校园欺凌事件成因及防范策略. *科技资讯*, 19(11), 208-210.
- 王祈然, 肖建国(2019). 中小学校园欺凌行为师生认知状况及提升路径研究. *教育科学研究*, (6), 41-47.
- 王倩(2019). *湛江市农村中小学校园欺凌治理研究*. 硕士学位论文, 南宁: 广西大学.
- 王小凤, 丁道群, 龙耀华, 龚小梅, 邱小艳(2022). 中学生校园欺凌道德推脱特点及其与欺凌参与行为的关系. *中国临床心理学杂志*, 30(2), 360-365.
- 王晓爱, 吴佳芬, 谢翌(2021). 中学生校园欺凌研究的可视化分析——基于 WOS 数据库 2001-2017 年文献. *广东第二师范学院学报*, 39(2), 12-22.
- 吴红梅(2021). 浅谈初中班主任如何应对初中校园欺凌事件. *魅力中国*, (5), 288-289.
- 吴凌飞, 庞嘉雯, 刘文(2019). 中小学生学习欺凌行为的成因及教育对策. *教育现代化*, 6(54), 235-237+259.
- 杨万君, 朱彦儒(2022). 农村中学生校园欺凌行为成因及教育对策. *新课程研究*, (2), 14-16.
- 赵诗雨(2019). *中学校园欺凌: 现状、成因及其应对策略研究*. 硕士学位论文, 信阳: 信阳师范学院.
- 郑玲(2022). 校园欺凌现状及对中学心理健康教育的启示. *成才之路*, (16), 34-36.
- 左芸骄, 陈慧君, 黄金钰, 王丽(2023). 校园欺凌行为的影响因素与干预对策研究. *成长*, (4), 76-78.