

# 基于社会心理学的校园霸凌成因及干预对策

张紫凌

南京邮电大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2023年7月17日; 录用日期: 2023年8月24日; 发布日期: 2023年9月6日

## 摘要

校园霸凌是当前干扰学生身心健康成长的突出问题之一, 受到了全社会的高度重视。社会心理学理论为研究青少年个体和群体的心理和行为变化规律提供了分析工具, 不仅强调社会与个体之间的相互作用, 更重视个体的内在心理因素。基于社会心理学知识对其进行正向干预, 能够帮助青少年提高自我认知的能力, 掌握情绪管理与理性交往的技巧, 培养敬畏生命和关爱同学的素养, 从而避免校园霸凌事件的频发。

## 关键词

社会心理学, 校园霸凌, 成因干预对策

# The Causes and Intervention Strategies of Campus Bullying Based on Social Psychology

Ziling Zhang

School of Marxism, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing Jiangsu

Received: Jul. 17<sup>th</sup>, 2023; accepted: Aug. 24<sup>th</sup>, 2023; published: Sep. 6<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

Campus bullying is one of the prominent issues that currently interfere with students' physical and mental health growth, and has received high attention from the whole society. The theory of social psychology provides analytical tools for studying the psychological and behavioral changes of individual and group adolescents, emphasizing not only the interaction between society and individuals, but also the internal psychological factors of individuals. Positive intervention based on social psychology knowledge can help teenagers improve their self-awareness, master emotional management and rational communication skills, cultivate the literacy of respecting life and caring for classmates, and thus avoid the frequent occurrence of campus bullying incidents.

## Keywords

### Social Psychology, Campus Bullying, Causes and Intervention Strategies

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. 引言

从社会生态系统的角度来看,个体和他们交流活动的环境都会对个体的行为模式产生直接的影响,例如:同辈群体中的相处矛盾,朋辈团队之间的孤立排挤,这些都是诱发霸凌行为发生的潜在因素。随着互联网时代的发展,网络空间成为了一个相对自由和宽松的环境,青少年所接触到的社会环境纷繁复杂,使得校园霸凌事件更加难以遏制。在当前的开放教育体制下,应当重视起青少年的心理情感和活动行为,借助社会心理学理论来分析背后的成因并对其进行正向干预。

## 2. 校园霸凌的概念、特征及角色

### 2.1. 校园霸凌的概念

“校园霸凌”一词源于英文“school bullying”,意为“因羞辱、恐吓以及行为或言语上的侮辱,使他人遭受身心伤害。著名挪威心理学者丹·奥维斯将校园霸凌定义为“某一位或几位同学对某一位同学做出持续的负面行为”,该定义在世界范围内得到了广泛使用,强调了校园霸凌行为是一种蓄意的、持续的侵犯行为,体现出学生之间权力的失衡。(朱焱龙,2018)校园霸凌是一个基于心理学、社会学和教育学的跨学科问题,作为一种极端的行为形式,它既是教育心理学的对象,更是社会心理学的研究对象。传统社会心理学对霸凌的解释为一种攻击行为和侵犯行为,从社会学的角度看则是一种越轨行为。然而,当代社会心理学则将其称为欺负行为、欺凌行为,直到2010年台湾学术界使用了霸凌行为这个概念。(张海钟等,2019)

目前,我国学术界对于“校园霸凌”的概念还没有形成共识。在教育部发布的《关于开展校园霸凌专项治理》中提到“校园霸凌是指发生在学生之间蓄意或恶意通过肢体、语言及网络等手段,实施欺负、侮辱造成伤害的事件”。近年来,国内对校园霸凌的研究大多遵循了教育部给出的定义。根据手段和方式,学者印海翔将学校霸凌分为关系霸凌、言语霸凌、肢体霸凌、性霸凌、反击型霸凌和网络霸凌六种类型。(印海翔,2011)根据霸凌行为是否存在中介因素,学者张文新将校园霸凌分为直接霸凌和间接霸凌,其中直接霸凌包含故意性的身体伤害,诸如身体上的不当接触,甚至是打骂,企图对他人造成伤害或不适。而间接霸凌是指霸凌者一方借助于第三方对被霸凌者实施的攻击,如通过做出带有歧视的表情和手势,传播谣言或故意将某人排除在群体之外的行为。(张文新等,2001)

### 2.2. 校园霸凌的特征

校园霸凌的特征主要有以下几个方面:一是时间的持续性。校园霸凌是习惯性的行为,通常会反复发生而不是一次就结束。如果在霸凌出现之后没有得到及时治理,那这种霸凌就有可能长期存在;二是双方实力的不平等性。校园欺凌是一种不平等的行为,霸凌者在身体上或权利上高于被霸凌者。霸凌主体间在力量关系不均衡的前提之下,不断蓄意地运用言语与肢体打击来侵犯他人,使得被动方处于重压

之下；三是行为的多样性。随着社会的发展，校园霸凌事件的发生方式和霸凌手段也呈现出多样性，例如语言攻击、身体伤害、冷霸凌、网络谣言等。其中网络谣言已成为校园霸凌的重要形式，它具有两个特点：一是传播速度快，传播时间长，所产生的影响范围较大且易于二次发酵；二是传播隐秘，个人信息可以轻松创建和更改，可轻松隐藏霸凌者的身份从而增加危机预警的难度。

### 2.3. 校园霸凌的角色

在校园霸凌中存在着三种不同的角色：霸凌者、被霸凌者和旁观者。其中，霸凌者还可以分成两种类型，一种是主动霸凌者，另一种是被动霸凌者。被动霸凌者指的就是在主动霸凌者在施暴的过程中，对他们进行帮助和附和，他们会主动配合霸凌者的行为，从而避免自己成为被霸凌的对象。又或者，他们并没有主动参与到霸凌事件中，而是在旁边煽风点火，进行恶意地嘲讽。由于霸凌者试图通过霸凌行为来树立自己的优越感，以确保自己是社会的主流，因此他们往往会寻找群体中的异类，内心自卑且外表柔弱的人。在现实生活中，被霸凌者通常都具有一些特点，如性格内向、不善交际或有较为明显的外表缺陷。受到霸凌的经历可能导致他们形成一种习得性的无助感，即他们认为自己无力改变现实状况，从而变得绝望和沮丧。旁观者是指在面对霸凌行时，对其视而不见，由于害怕而表现出置身事外的态度。尽管旁观者并不处于这场风暴之中，但霸凌行为会对整个校园环境产生消极影响，使学生们的不安全感更加强烈，让他们感到“攻击”和“暴力”是建立特权的有效方式，这就导致了更多霸凌行为的发生。

## 3. 基于社会心理学的校园霸凌成因分析

目前，关于校园霸凌的成因，我国学者从不同学科角度进行了探讨。其中学者樊林希从心理层面分析，认为学生霸凌行为的产生与其情感缺失密切相关。(樊林希, 李嘉富, 2020)另, 学者黄安琪借助社会学的观点来看, 认为校园霸凌的发生有两个原因: 一是学生缺乏处理事务的能力, 二是由于社会群体性失范, 缺乏有效的调控, 造成了学生的心理冲突, 从而产生了霸凌的想法。(黄安琪, 李彦敏, 2020)还有一些学者从教育社会学角度分析, 当代学生的人际关系存在着两个极端, 被孤立或者受欢迎。被孤立的学生往往会变成被霸凌者, 那些受欢迎的学生则更容易成为霸凌者。学者们借助各学科理论, 从不同的视角对校园霸凌的成因进行了详尽地论述, 本文主要从社会心理学的角度出发, 运用了本能论、挫折-攻击理论以及社会学习理论来对校园霸凌的成因进行深入分析。

### 3.1. 攻击行为源于生物的本能

本能论是著名精神分析家弗洛伊德从本能出发解释人的行为动机的理论, 他把人的本能分为两种, 一种是生的本能, 一种是死的本能。生的本能是爱, 是创造, 指向于生命的生长和增进。而死的本能则是为了憎恨与毁灭, 表现为求死的欲望。弗洛伊德认为人类的攻击性行为根源于一种自我破坏的冲动, 攻击行为就是把这种对死亡原始渴望中所蕴含的强烈能量转移到他人身上。(西格蒙德·弗洛伊德, 2011)该理论从生理上解释了青少年的攻击行为是一种能量的释放, 具有宣泄作用。由于青少年学生的神经系统结构和机能的快速发育, 使其更容易受到刺激而表现出冲动行为。

弗洛伊德与动物习性学家洛伦茨通过不同的方式对人类和动物的侵犯行为进行了深入研究, 他们都得出了人类永远摆脱不了侵犯本能的困惑和侵犯行为的潜在威胁这一结论。对此, 洛伦茨提出一种新的观点, 应当鼓励人们进行体育竞赛和商业竞争, 为人的侵犯本能提供安全的发泄途径。学者付星越则认为, 校园霸凌事件频繁发生的客观原因可能是源自升学压力导致的课外活动缺少, 体育课被文化课所占, 以及学校大规模扩招导致的每个班级人数过多。因此, 为了避免侵犯进一步发展, 需要多开展冒险性的体育活动来耗散侵犯本能。(付星越, 2018)在校园中, 引导青少年学生急剧增长的能量释放可以从以

下几个方面展开，例如：开设相关活动课程，传授相应的活动技能，让他们在活动中健身和释放能量，维持生理我与心理我的同一性或平衡，从而避免发生霸凌行为。

### 3.2. 攻击行为是对挫折的自然反应

挫折-攻击理论是由弗洛伊德首次提出的，后来经过多拉尔德、梅尔、米勒等学者的发展，它的基本思想是：当面对挫折时，人们往往倾向于变得不理性，进而产生攻击行为。多拉尔德认为攻击发生的强度与欲求不满度成正比，所受挫折越大则越容易产生攻击行为。梅尔提出挫折容易让人情绪激昂，引发的攻击行为总是固执的、强烈的和无目的的。然而，米勒的观点是挫折并不一定引起攻击，我们还需要将情境因素考虑进来。这一理论强调了在一些负面情绪的影响下，部分学生会表现出攻击性，进而引发校园霸凌事件的发生。(陈娜娜，韦宏，2010)

在现实生活中，青少年由于神经系统结构尚未完全发育成熟，其兴奋与抑制之间还存在着一种矛盾的动态失衡，导致其思维较为片面、意志力相对缺乏、行为情绪化且冲动。学者江界华和江帆通过互联网随机抽取了24例媒介报道的校园霸凌案件进行分析，并得出结论：实践中施暴者也往往是一些在学业上受挫、不得志的人群，这类挫折潜移默化地转化为反社会性暗示，进而在具有相似性的个体中传播，当个体的受挫到达临界点时，死亡本能被激发出来，产生侵犯他人的欲望与动机。(江界华，江帆，2018) 缺乏压力排解渠道的青少年在教师的教育方式、人际关系或学习成绩等任一环节出现挫折，都有可能引发他们的情绪爆发，导致危机。针对这一情况，以关爱与激励的方式教育学生尤为重要，需要家庭以及学校引导青少年以积极向上的态度面对挫折，掌控自己的情绪。

### 3.3. 攻击行为是通过后天习得的

美国心理学家阿尔伯特·班杜拉于1977年提出社会学习理论，他注意到观察学习和自我调节在引发人的行为中的重要作用，强调了人的行为和环境的相互作用。班杜拉的社会学习理论主要包括了观察学习、交互决定论、自我调节理论以及自我效能理论四个观点。其中自我效能理论对于研究青少年校园霸凌行为动机，并进行正向干预有着重要的启发意义。(班杜拉，2003)

根据班杜拉的观点，引起青少年学生产生校园霸凌的原因主要来自于社会环境的负面影响，社会环境的因素包括教师与学生、学校风气与文化等方面。学校作为教育教学的重要阵地，所有学生都有意或无意地受到学校环境的影响。由于攻击性行为与社会环境存在如此密切联系，在预防、控制和避免青少年学生攻击性行为时就不得不忽视校园建设的重要性。通过改善青少年所处的环境，创造文明的社会文化氛围，从而帮助青少年学生塑造社会主义精神文明建设。相反，如果学生一直处于不良的校园氛围之中，就可能继续形成新的危机或加重危机程度，从而导致更严重的攻击性行为。

## 4. 基于社会心理学的校园霸凌干预对策

社会心理学的目标是研究和理解人类的社会性行为，从而给出改善行为的有效方法，这是社会治理的重要内容。借助社会心理学对校园霸凌进行干预，塑造一个公平、正义的社会生活氛围，更是全社会亟需解决的问题。本文以福建省民政厅公布的2020~2022年全省优秀社会工作案例中的未成年欺凌个案为例，在分析事件的介入过程中，总结此次案例的特点，重点探讨社会心理学对校园霸凌防范与事后援助工作的引导。

案件中某学生因在校与同班同学发生矛盾，被同学联合校外辍学女青年和本校高年级同学骗至村边树林，受到殴打、勒索和视频威胁，并被胁迫不要告诉家长和老师。该生由于担心被继续报复，一直处于害怕和委屈的情绪中，不敢上学。直至家长了解情况后，才在志愿者的陪同下向社会工作者求助。该

生的父母都在工厂务工，疏于与孩子的交流，并且常用打骂的方式管教孩子，导致亲子关系僵化。在弟弟出生后，即便是弟弟做错事，也是由该生承担责任并被父母责怪。这就导致了她在进入高年级学习后，每次矛盾发生之后都会想结束自己的生命，但没有付诸行动。此次案例在社会工作者、家庭及学校的共同帮助下取得了良好的效果，从社会心理学的视角来看，主要是从以下几个方面进行了干预：

#### 4.1. 及时进行心理危机干预

心理危机干预指的是对处于心理危机中的个体和与之有密切联系的个体，通过采用应急处理的方式，使他们能够快速恢复心理健康，从而顺利地渡过危机。如果有外界的及时介入和有效的心理疗法，都会让被困的人更容易渡过难关，从心理危机当中走出来。(陈明等, 2012)由于青少年的自我调节能力不强，思想变化较快，所以更容易在遭遇或内或外的心理压力时出现心理危机。因此，当学生不能靠自己调节解决危机或者应对问题时，这就需要外界人士采用一种心理危机干预的方式，通过使用精神分析的方法而使他们恢复到一个稳定的心态。

在此次案件中，由于家长和学校的疏忽，被霸凌者的心理问题未能得到及时的发现和帮助，使得其情绪进一步崩溃，最终产生自杀行为的想法。因此，及时介入并积极建立安全的环境，为服务对象提供情绪疏导尤为重要。学校应当建立专门的心理咨询室，可以聘请专业的心理咨询师，定期为学生提供咨询服务，使学生的心理问题能够及时被察觉和帮助。此外，学校还要继续加强对青少年心理健康的认识，并在正式的渠道中进行心理辅导，借心理学方式提高个体心理品质。例如：可以结合学生生活和学习的实际需求，针对性地开展相关心理健康讲座；也可以在班级中设组织心理健康相关活动，在活动中帮助学生树立正确的价值观念，从而避免校园霸凌事件的出现。

#### 4.2. 实施正向激励的教育

罗森塔尔的心理学实验表明，积极暗示能对个体的心理与行为产生重要的作用，有助于个人形成正面的认知和行为。当青少年学生出现心理危机时，监护人要及时发现并了解学生的真实情感，通过正向激励的方式使他的情感在诉说中得到缓解。无论是教师还是家长都要学会倾听学生的想法，与他们产生情感上的共鸣，也可以采取心理访谈的形式，让他们在情绪宣泄的过程中认识到校园霸凌的危害。对大部分人而言，内心郁积的烦恼和愤怒一旦倾泻而出，就会迅速冷静下来，生理和精神才能够重新达到平衡。作为群居动物，群体归属感对我们的幸福至关重要。

由于与家人的沟通与相处不足，该同学无法将学校中的遭遇倾诉出来，也未能及时向外部寻求帮助。面对这一情况，社会工作者运用真诚、同情心、自我披露等技巧，与该生展开了一次有效的交流，并鼓励其表达自己的感受，倾听其内心的恐惧和与父母产生隔阂的痛苦。通过给学生正面的支持，引导学生正确的对待眼前的事情，并积极地去面对。青春期是一个特别具有挑战的时期，青少年尤其容易感到被疏远和边缘化。在这个发展阶段，建立良好的家庭关系能够为他们提供更有效的问题解决途径，学生倾向于寻求家长或教师的帮助解决问题，而不是隐藏自己的情绪。因此，通过爱的教育，可以促进学生自我意识健康发展，促进学生心智成熟。

#### 4.3. 构建群体良好的环境

学者张璐、蒋善以及王卫红等人借助“社会生态学理论”对青少年个体的危险行为进行深入分析，认为学校、家庭、社会等环境的危险因素对其行为产生了重要影响，应当建立学校、家庭、社会三联屏障的预防和干预系统。(张璐等, 2008)在本次案件中，霸凌者与被霸凌者的行为同样都与家庭监护和教育保护缺失有着密切的联系。案件中霸凌者由于缺乏法治意识，在受到校外辍学青年的不良诱导下，采用暴力手段处理同学之间的矛盾。对此，家长和学校应当做好未成年人保护工作，尽可能的使孩子远离不

当环境。同时，还要帮助孩子树立正确的价值观，主动分辨外界事物的是非，避免受到外界诱导而产生不良行为。

首先，学校环境是对学生成长最为关键的因素，创设最佳的校园学习环境尤为重要。一方面要在学校中营造良好的学习的氛围，激励学生对学习产生兴趣，培养学习信心，从而减少不良行为的产生。另一方面可以在学校中开展各项课外活动，鼓励学生在活动过程中自主探究，培养学生的创新精神和团队精神。在日常教育和活动中，不仅要关注知识的传授，还要保障学生心理的健康发展，使其形成符合社会要求的价值观念。其次，家庭环境也会对青少年在社会人际关系中对自己的角色定位产生影响，在父母忽视型养育模式下长大的青少年，与人相处时会相对比较脆弱。消极的家庭环境使得青少年的情绪控制能力比较差，容易暴躁和冲动，就更可能陷入同学关系的危机之中。除此之外，社会环境也是影响青少年心理健康的重要因素，不良的社会环境可能会给其带来长久的心理伤害。

## 5. 小结

总的来说，社会心理学理论为我国学校的心理健康教育的有效开展提供了一个独特的视角，它对于青少年个性的塑造具有积极作用。校园霸凌现象中所反映出来的问题并不仅是学生个人，而是包括学校、家庭和社会在内的各个方面。青少年学生的攻击性行为要得到有效解决，既要有学校教育的积极努力，也要有家长的普遍重视与参与，更需要社会的广泛关注和通力合作，方才能达成理想目标。

## 参考文献

- 班杜拉(2003). *自我效能: 控制的实施*. 华东师范大学出版社.
- 陈明, 赖海雄, 高倩(2012). 大学生心理危机干预模式研究. *学校党建与思想教育*, (11), 60-62+73.
- 陈娜娜, 韦宏浩(2010). 体育暴力的心理学致因分析. *安徽体育科技*, 31(2), 64-67.
- 樊林希, 李嘉富(2020). 中小学生学习欺凌及微欺凌的心理分析和行为干预. *心理月刊*, 15(20), 52-53+56.
- 付星越(2018). 侵犯动机理论视野下的校园霸凌防控. *南方农机*, 49(11), 29+35.
- 黄安琪, 李彦敏(2020). 社会情绪学习视野下中小学习欺凌预防策略. *兵团教育学院学报*, 30(6), 76-81.
- 江界华, 江帆(2018). 校园霸凌心理形成机制及预防研究. *青少年犯罪问题*, (4), 45-53.
- 西格蒙德·弗洛伊德(2011). *自我与本我*. 上海译文出版社.
- 印海翔(2011). 校园霸凌的行为与特征. *大众心理学*, (4), 44-45.
- 张海钟, 杨万鹏, 常欢, 宋众琴(2019). 校园欺负与霸凌行为治理的多学科对策探论. *天水师范学院学报*, 39(1), 115-117.
- 张璐, 蒋善, 王卫红(2008). 浅谈中学校园暴力事件的心理危机干预. *四川教育学院学报*, (3), 4-7.
- 张文新, 王益文, 鞠玉翠, 林崇德(2001). 儿童欺负行为的类型及其相关因素. *心理发展与教育*, (1), 12-17.
- 朱焱龙(2018). 校园霸凌的社会生态和协同治理. *中国青年研究*, (12), 93-101.