

针对校园欺凌之预防与辅导措施探析

林 雯^{1,2}

¹宁波教育学院, 浙江 宁波

²台湾政治大学教育学系, 台湾 台北

Email: 18905740608@189.cn

收稿日期: 2020年8月21日; 录用日期: 2020年9月3日; 发布日期: 2020年9月10日

摘 要

校园欺凌事件的恶劣性与频繁性引起社会大众的关注。从个人到社会层面, 校园欺凌都会产生恶劣的影响。校园欺凌呈低龄化趋势, 主要频发于中小学校园, 这与青少年不成熟的心理特性有关。另外, 缺乏监控人员或机制以及青少年受其同伴压力也是导致校园欺凌的主要原因。本文举例介绍了奥维斯欺凌防范计划和友善校园计划, 并借鉴其防治模式从学校和教师辅导层面提出建议。

关键词

校园欺凌, 防治, 辅导, 措施

Study on the Prevention and Counseling Strategies of School Bullying

Wen Lin^{1,2}

¹Ningbo Institute of Education, Ningbo Zhejiang

²Department of Education, NCCU, Taipei Taiwan

Email: 18905740608@189.cn

Received: Aug. 21st, 2020; accepted: Sep. 3rd, 2020; published: Sep. 10th, 2020

Abstract

The harshness and frequent outbreaks of school bullying has been widely concerned by the public. School bullying has caused great harm not only to the physical and mental health of students, but also to the public. School bullying is trending at a younger age, and it occurs frequently in primary and secondary schools, which was related to the immature psychological characteristics of teenagers. In addition, the lack of monitoring mechanisms and peer pressures were also the main

文章引用: 林雯. 针对校园欺凌之预防与辅导措施探析[J]. 教育进展, 2020, 10(5): 784-789.

DOI: 10.12677/ae.2020.105128

causes of school bullying. This paper introduces the OBPP and Friendly School program, and gives some suggestions from the perspective of school prevention and teacher counseling strategies.

Keywords

School Bullying, Prevention, Counseling, Strategies

Copyright © 2020 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

近年来, 校园欺凌现象频繁发生, 相关新闻报道层出不穷, 本该茁壮成长的青少年却肆无忌惮地欺凌弱小, 这引起社会的广泛关注。人们在困惑欺凌行为背后产生原因的同时, 也更关心如何维护广大学生的安全, 安定校园该如何做好预防及相应辅导措施。

2. 校园欺凌

“欺凌”概念源自英文单词“Bully”, 意为欺凌弱小者。挪威学者 Olweus [1]将欺凌定义为某人长期对另一个人或更多人所施予的负向行动, 让对方暴露在受欺侮和伤害的情境中。此处所谓的负向行动是一种有意图的痛苦打击、危害, 它包含肢体伤害、言语辱骂、不雅的行为举止, 以及做出与对方心意相违背的行为。另外, 他提出欺凌概念包含三个特征: 主观恶意的伤害意图、欺凌者与被欺凌者之间力量的悬殊以及重复性的恶意行为。学术界普遍公认, 校园欺凌与校园霸凌的概念界定相同, 仅因对“bully”单词翻译版本不同而表述方式呈现差异, 且国内学者普遍使用“校园欺凌”这一概念为多, 但其与校园暴力之间存在明确的概念内涵差异[2]。任海涛[3]将校园欺凌的狭义概念定义为“在幼儿园、中小学及其合理辐射区域内发生的教师或者学生针对学生的持续性的心理性或者物理性攻击行为, 这些行为会使受害者感受到精神上的痛苦”, 并归纳其概念包含了七个特征: 发生地点为校园及其合理辐射区域、受害者与欺凌者存在关系、受害者为在校生、欺凌行为反复且被欺凌者较固定、负面影响巨大且深远和欺凌行为多样化。

欺凌行为多种多样, 中国台湾的儿童福利联盟文教基金会将欺凌行为分为肢体欺凌、言语欺凌、关系欺凌、性欺凌、反击型欺凌和网络欺凌六大类型。其中, 肢体欺凌和言语欺凌较容易被教师或辅导人员觉察, 并及时采取干预措施, 属于直接型欺凌; 而与之相对应的间接型欺凌, 如网络欺凌、关系欺凌等, 由于其实施手段的隐蔽性, 特别是网络欺凌, 传播速度快范围广, 难以定位原始欺凌者, 因此难以介入干预或有效预防[4]。在各类欺凌事件中, 以言语欺凌最为常见[5] [6]。在受害者分析上, 和女生相比较, 男生较常涉入校园欺凌与受凌[7]; 男生比女生更容易受到肢体欺凌; 女生受言语欺凌或性骚扰的比例较大[8]。另外, 就群体而言, 校园欺凌行为呈现低龄化的趋势[5], 形势严峻。

从个人到社会层面, 校园欺凌都会产生恶劣的影响。不管是对于被欺凌者, 还是欺凌者, 以及旁观者或协助者, 欺凌事件对青少年的身心都会造成不可逆转的伤害。被欺凌者作为事件中的直接受害者, 在遭受欺凌事件后, 通常会导致受害者自信心缺失, 成绩下滑, 甚至出现逃课厌学的行为[9]。研究表明, 被欺凌者内心自卑, 过于敏感, 容易出现焦虑[10] [11], 可能出现社会化障碍, 形成消极人格特征, 缺乏自我价值感, 自我评价出现偏颇[9]。而更为极端的是, 有可能导致受害人从被欺凌者至欺凌者的身份转

换,产生“以暴制暴”的报复心态,或用欺凌他人的行为向欺凌团体妥协,期望获得认同感来避免自己成为被欺凌者。欺凌者在欺凌过程中获得极大的满足感和刺激感,因得逞而强化欺凌行为,并在价值观上逐渐形成错误的认知,无法正确认识到自己的错误行为[9]。旁观者参与了欺凌事件,受到欺凌者权力与地位优势的影响而协助或纵容或漠视欺凌行为,从而形成懦弱、依赖等性格特点[12]。而有些旁观者则会因自己没有帮助受害者或揭发恶行而产生长期的愧疚感和抑郁感。

3. 校园欺凌成因

3.1. 青少年不成熟的心理特性

调查发现,校园欺凌现象呈随年龄增长而下降的趋势[5],主要频发于中小学校园,这与青少年不成熟的心理特性有关。中小学生的自我认知处于发展阶段,情绪调节能力尚未成熟,易冲动,好争辩,过分自信,容易受到他人暗示或鼓动影响[13]。另外,青少年三观发展尚未成熟,自我认知容易出现偏差,且较为敏感,不愿被“权威”有所束缚[14],有时会通过出格的行为来表明存在感。而为了获得他人的认可,部分学生通过发泄、寻求刺激、欺凌弱小等方式展现自己的“强大”,继而发生校园欺凌。

3.2. 监控人员或机制的缺乏

前期文献中提及,预防欺凌机制不完全、教育者缺乏校园欺凌保护意识等是形成校园欺凌的主要成因之一[14][15]。随着校园欺凌逐渐受到社会大众的关注,不少学校设立了相关预防措施、安装了校园监控系统、配备了心理辅导老师。但是调研发现[15],每个学校的预防措施不甚相同,预防措施形同虚设,心理咨询师利用率较低,监控系统覆盖范围不够广泛,尚未覆盖欺凌事件频发的校园偏僻场所,而且厕所、宿舍等事件高发地点由于涉及学生隐私,也无法安装监控设备,导致存在校园监管“真空地”。另外,惩戒制度的缺失也是导致欺凌者有恃无恐的原因之一。发生欺凌事件后,没有有效的惩戒制度约束欺凌者,暧昧不清的处理方式不仅无法保护受害者,甚至可能加剧欺凌行为。

3.3. 青少年同伴压力

哈里斯的群体社会化理论提出,家庭外的社会化对儿童和青少年产生长久而深远的影响,而家庭外社会化主要通过同伴群体来实现[16]。在社会性发展上,青少年的顺应对象发生转移,由儿童时期的顺应父母逐渐转移到同伴群体上。受到同化作用的影响,青少年容易受到同伴的影响,互相模仿行为态度,渴求同伴的认同,甚至为了与群体保持相同的行为态度而屈服于同伴压力。校园欺凌多以团体行为为主,而团体中通常呈现为权利非均衡性[17]。社会能力强的学生作为群体中的“权威”,当其对受害者持负面态度并作出欺凌行为,则群体中的其他人也会迎合并同样施以暴力。对于旁观者而言,由于害怕自身不一样的行为态度会受到同伴的疏离或排挤,或是为了寻求同伴群体认可,或是害怕自己成为被欺凌对象,不得不妥协加入欺凌群体,或漠视旁观欺凌行为。

4. 国际现有校园欺凌辅导模式

4.1. 奥维斯欺凌防范计划 OBPP

奥维斯欺凌防范计划(Olweus bullying prevention program, OBPP)由挪威心理学家 Olweus 教授所创设,经过几十年的研究与实践,是当今较为成熟,应用范围最广的防范欺凌事件模式。它基于生态系统理论将学校视为一个完整的生态系统,通过学校、班级、个人、社区四个层面之间相互影响作用改良学校的生态环境,实现对欺凌事件的预防。OBPP 计划针对四个层面分别制定了详细的具体措施及防治原则[4]。学校层面主要建立完整系统的防范欺凌组织机构,制定相关的反欺凌规范、惩戒措施以及干预方案,并

与家长之间建立积极的关系。班级层面则是通过教师的宣传教育,强调相关规范与惩戒措施,普及反欺凌知识内容,规范学生行为表现,建立积极向上的班级氛围。个人层面通过 OBPP 培训提高教师反欺凌意识,引起教师的高度重视,加强对学生的监管,提高对欺凌事件的觉察和辨别能力,能及时制止欺凌行为并实施干预措施。社会层面主要通过家长的支持及社区的帮助,与学校建立互动合作,扩大监控区域,减少校外欺凌事件的发生。

4.2. 友善校园计划 Friendly Schools

友善校园计划(Friendly Schools, FS)广泛应用于澳大利亚中小学校并融入澳大利亚中小学课程体系,用于减少校园欺凌事件以及提高学生预防欺凌的能力。该计划提倡创建友好的校园环境,提升学生的自我意识,加强自我管理,培养社会能力,提升学生的亲社会能力并抑制反社会行为,促进学生社交和情感的健康发展。友善校园计划是一个分阶段实施的流程,包含了五阶段,并详细分为 14 个循序渐进的步骤,以指导学校和教师实施整个计划。通过制定明确的应对欺凌行为政策、营造积极的学校氛围、鼓励学生与家人互动、及时有效评估欺凌干预措施等途径,友善校园计划旨在促进学校、教师、家庭和社区多方面防止、减少和管理欺凌行为。通过针对该计划干预效果的纵向追踪实验发现,相较于低干预组,高干预组的学生被欺凌的风险更低。特别是四年级段的学生,干预效果尤为显著,低干预组被欺凌的频率是高干预组的 2 倍[18]。

5. 校园欺凌预防与辅导措施建议

5.1. 学校层面

5.1.1. 明确欺凌防治的责任主体

校园欺凌的恶劣性与频发性引起政府部分及社会大众的重视与关注。2016 年,国务院教育督导委员会等部门接连出台了《关于开展校园欺凌专项治理的通知》、《关于防治中小学生欺凌和暴力的指导意见》等政策文件。2017 年 11 月,教育部等部门出台了《加强中小学生欺凌综合治理方案》。国家政府层面不断推出法规政策为校园欺凌的防治提供了法律保障。虽然各地政府逐渐出台并完善相关规定,但从实践层面而言,缺乏强制力,也尚未明确欺凌防治与辅导的主体责任对象。责任主体的暧昧不清容易导致出现“踢皮球”现象,从而导致监督辅导不到位,未能有效监管学生行为。纵观全球应对欺凌的学校辅导措施,在前期准备阶段即成立专门预防与处理欺凌事件小组,成员涵盖各个层面的代表人员,以促进全方面的监控与干预。如 OBPP 计划要求成立由教师、辅导员、行政、家长、社区及学生代表组成的欺凌防治委员会,由委员会负责制定防治干预方案,获取反馈信息,传达实施内容并做好各方的衔接[4]。另外,OBPP 已形成系统化的流程步骤,明确各方的相关责任和详细的可操作性实践措施,避免笼统的纲要,让防治落到实处。我国校园可借鉴国内外治理经验以及相关的流程指导,并结合本土文化创建适宜的防治模式,明确责任主体,形成主次分明的防治程序。

5.1.2. 建立多元的宣传与反馈途径

青少年由于年龄尚小,涉世未深,缺乏自我保护意识,无法分清欺凌行为与“玩闹”的界限,学校应增加对校园欺凌的预防宣传,培养学生的安全意识,明确告知欺凌的行为表现以及危害,通过安全教育提高学生防范意识以及应对欺凌的能力。目前对于校园欺凌的预防与教育多以讲授式宣传为主,学校可建立多元宣传平台,利用微信公众号、微博、抖音等学生所熟悉常用的社交媒体平台,多方位普及校园欺凌防治知识,并鼓励学生参与到预防工作中。学校层面可邀请专业人士,如反欺凌专家、警察或政法人员等担任讲者宣导校园欺凌防治措施。此外,及时有效的反馈机制能监管和评估学校的反欺凌防治

效果。前期调研发现[15],虽然部分学校配备了监控系统以及心理咨询室以防治应对,但监管力度不到位,设备资源利用率较低,并未真正起到作用。反馈途径的模糊不清会导致受害者无法及时求救,继而无法阻止后续伤害。学校应设置多通道的反馈途径,不仅覆盖学校,还应保持与家长和社区的紧密联系,避免监控覆盖面出现漏洞。此外,在安全教育中应告知学生求救的途径和面对欺凌时恰当的应对措施,并强调如果遭受或目睹欺凌应及时反馈,寻求老师的帮助。

5.1.3. 完善应对干预机制以强化教育

校园欺凌惩处等细节不清晰容易导致欺凌者“有恃无恐”,无法强化对欺凌者的教育。美国校园对于欺凌的“零容忍”、严厉的惩治措施、强化干预等应对制度对杜绝欺凌起到了显著的成效[17]。学校应完善欺凌事件的干预处理机制与流程,让教师在面对已发生的欺凌事件,能及时有效地应对,以避免欺凌事件的恶性发酵。对欺凌者学校应展开教育惩戒,如给予记过之惩处、劳动服务、填写行为自述表等,借以提醒欺凌者需负起行为上之责任,避免模糊不清的处理对被欺凌者造成二次伤害。此外,不管对欺凌者或被欺凌者,甚至旁观者,学校都应进行辅导干预,深入了解事件缘由,及时与学生家长做好沟通联系,介入心理辅导,干预欺凌者的不良行为,疏导受害者并做好身心保护,提高旁观者的防范与救助意识。面对欺凌,学校不光需处理事件追究责任,还应关注后续发展情况,对欺凌者强化教育,为被欺凌者提供心理辅导,补救其身心创伤,并监管是否有二次欺凌事件的发生。

5.2. 教师辅导

5.2.1. 定期开展班级活动,创建积极班风

良好的班级氛围能避免欺凌事件的发生。教师需介入班级管理,随时关注班级情况,提高对欺凌事件的觉察,关注每一位学生的心理动态和情绪波动,重视学生之间的矛盾,并及时处理干预。教师需加强对学生的道德法律教育,告知并强调校纪校规,提高学生的规则意识。分析欺凌事件背后的矛盾,很多时候是由于学生之间产生误会所导致,通过定期开展班级活动的方式,可以提高班级凝聚力,增强学生的集体意识,让学生更好地认识并接纳彼此,发挥各自所长,增强自信心,建立友善互帮互助的同伴关系。此外,教师应引导学生形成正确的三观,明确个人目标与意义,积极规划未来,将学生的精力引导至有意义的人生目标上。

5.2.2. 培养学生同理心,提升问题解决技巧

青少年心智发育不成熟,是非观念尚未健全,易冲动,好胜心强,教师在日常教育中应注重培养学生的同理心,学会设身处地地理解他人,尊重他人的情绪与感受,将心比心地关怀他人。感恩教育、情景演示、团体辅导、正念训练等心理辅导途径能帮助学生了解和接纳自我,学会冷静分析并控制情绪、增进自我表达能力,学会正确有效沟通,表达自己需求与情感,提高问题解决能力。反对用暴力、恐吓等不良手段获得自己所需,引导学生使用平等理性的沟通方式,尊重他人,接纳不同意见,求同存异,积极解决问题,与同伴和平共处。

6. 总结

校园欺凌是全世界校园所面临的共同难题。政府、学校、教师、社区等各界应密切关注校园欺凌,各方之间应紧密联系,做好信息沟通以形成全方位的监控与预防,还给学生一个安全健康、积极和谐的校园环境。本文探讨了校园欺凌的概念、危害、成因,并介绍国际常用的反欺凌计划——OBPP 和友善校园,希望各个学校能借鉴国际防治模式,并结合本土文化制定适宜的防治具体流程,有效杜绝校园欺凌的肆虐,优化校园环境。日常教育中,教师应加强学生的安全、品德和法律教育,关注班级动态,重

视良好班风建设,借助心理辅导手段引导学生身心健康发展。

基金项目

宁波教育学院校级科研一般课题“针对校园欺凌之预防与辅导措施探析(NJY201803)”。

参考文献

- [1] Dan Olweus (1978) *Aggression in the Schools: Bullies and Whipping Boys*. Hemisphere, Washington DC, 98.
- [2] 李思. 校园欺凌概念的法治界定——兼论校园欺凌、校园霸凌、校园暴力的关系[J]. 大连海事大学学报(社会科学版), 2019, 18(6): 67-72.
- [3] 任海涛. “校园欺凌”的概念界定及其法律责任[J]. 华东师范大学学报(教育科学版), 2017(2): 43-50.
- [4] 纪沅坤. OBPP 校园欺凌防治模式的国际经验与本土化研究[D]: [硕士学位论文]. 烟台: 鲁东大学, 2019.
- [5] 冯帮, 何淑娟. 关于我国中小学校园欺凌现状的调查与分析——以湖北省 H 市为例[J]. 教育与教学研究, 2018, 32(1): 55-63 + 125.
- [6] 高凡, 潘江兵, 张学锋. 中职女生校园欺凌的现状与防治[J]. 中小学心理健康教育, 2020(12): 16-18.
- [7] 庞红卫, 王燕春. 中小学校园欺凌现状调研及对策研究——以浙江为样本[J]. 中小学心理健康教育, 2018(16): 4-12.
- [8] 林佳鹏. 农村中学校园欺凌现状调查及对策研究[D]: [硕士学位论文]. 青岛: 青岛大学, 2019.
- [9] 刘静. 校园欺凌现象中旁观者研究[D]: [硕士学位论文]. 上海: 上海师范大学, 2017.
- [10] 朱瑾. 校园受欺负学生的心理分析与干预策略[J]. 现代中小学教育, 2009(3): 48-51.
- [11] 赵莉, 雷雳. 关于校内欺负行为中受欺负者研究的述评[J]. 心理科学进展, 2003(6): 668-674.
- [12] 张凌燕. 中小学生学习欺凌角色行为与旁观者介入行为和策略的关系[D]: [硕士学位论文]. 杭州: 浙江理工大学, 2019.
- [13] 罗伯特·费尔德曼. 发展心理学——人的毕生发展(第六版)[M]. 苏彦捷, 邹丹. 北京: 世界图书出版公司, 2013: 473.
- [14] 赵诗雨. 中学校园欺凌: 现状、成因及其应对策略研究[D]: [硕士学位论文]. 信阳: 信阳师范学院, 2019.
- [15] 王柳. 农村初中校园欺凌现状及成因研究[D]: [硕士学位论文]. 天津: 天津理工大学, 2019.
- [16] 陈帼眉, 姜勇. 幼儿教育心理学[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2007: 149.
- [17] 刘冬梅, 薛冰. 美国校园欺凌的防治策略及借鉴[J]. 河南师范大学学报(哲学社会科学版), 2020, 47(2): 151-156.
- [18] The Telethon Kids Institute. Friendly School.
<https://www.telethonkids.org.au/our-research/brain-and-behaviour/development-and-education/health-promotion-and-education/friendly-schools>