

心理学视阈下中学生校园欺凌现象成因及干预

王玉豪

南京邮电大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2024年4月10日; 录用日期: 2024年6月10日; 发布日期: 2024年6月20日

摘要

近年来, 校园欺凌事件的接连曝光引起社会各界广泛关注, 校园欺凌事件频发毫无疑问给社会带来了极其恶劣的影响, 校园欺凌不仅会使欺凌者形成暴力倾向、犯罪风险提高, 还会给受欺凌者带来无法磨灭的心理及生理创伤, 影响身心健康及生活学习, 导致社会化障碍, 更有甚者校园欺凌会使被欺凌者丧失生命。近期河北邯郸初中生被同学欺凌并杀害一案令人瞠目结舌, 在社会上引起了很大的轰动, 校园欺凌问题亟需各方干预并寻求对策。本文从心理学视角出发, 在辨析校园欺凌的概念基础上考察校园欺凌现象背后的成因并提出干预对策, 以期对预防和治理校园欺凌有所启示。

关键词

心理学, 校园欺凌, 校园欺凌干预

Causes and Intervention of School Bullying Phenomenon in Middle School Students from the Perspective of Psychology

Yuhao Wang

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

Received: Apr. 10th, 2024; accepted: Jun. 10th, 2024; published: Jun. 20th, 2024

Abstract

In recent years, the successive exposure of school bullying events has aroused widespread concern from all walks of life. There is no doubt that the frequent occurrence of school bullying events has brought extremely bad influence to the society. School bullying will not only make the bully become violent and increase the risk of crime, but also bring indelible psychological and physical trauma to the bullied person, affect his physical and mental health and life and study, and lead to

social obstacles. What's more, school bullying will make the bullied person lose his life. Recently, the case of junior high school students being bullied and killed by classmates in Handan, Hebei Province is jaw-dropping, which has caused a great sensation in the society. The school bullying issue urgently needs all parties to intervene and seek countermeasures. From the perspective of psychology, this paper examines the causes behind school bullying phenomenon on the basis of discriminating school bullying's concept, and puts forward intervention countermeasures, with a view to enlightening the prevention and governance of school bullying.

Keywords

Psychology, School Bullying, School Bullying Intervention

Copyright © 2024 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. 校园欺凌的内涵与特征

1.1. 校园欺凌的内涵

“校园欺凌”指的是以校园为背景发生的欺凌事件。即一个或多个学生对另一个或多个学生故意施加的伤害行为，力量相对较强的一方对力量相对弱小的一方进行攻击，以强凌弱，以多欺少，对被伤害方的身体、心理、财产等方面造成了损害。欺凌事件包含身体、言语、关系、网络各个层面的攻击，如身体上的击打、推搡、踢打行为，言语上的辱骂、嘲笑，关系上的社交排挤、散播谣言，网络上的各种攻击，等等(孙时进, 施泽艺, 2017)。近几十年来，校园欺凌事件在世界范围内都频繁发生，可以说是各个国家的痛点问题。据台当局教育主管部门统计，2023年中国台湾校园“暴力事件与偏差行为”达27,511件，比2022年大幅增加约六成，其中学和初中分别增加94%和58%。韩国教育部公布的“2023年第一次校园暴力现状调查”结果显示韩国校园暴力受害者人数创下近10年新高。2017年联合国教科文组织发布的全球校园欺凌现状报告显示：全世界每年约有2.46亿儿童和青少年遭受校园欺凌。由此可见校园欺凌事件涉及范围之广、人数之多。

中学生处在身体与心理成长的阶段过程中，身心还不完全成熟，还没有形成完整的道德价值观，是非观念不够分明，比较容易受外界因素如网络、家庭环境、社会人士、学校等影响，进而产生欺凌与被欺凌现象。

1.2. 校园欺凌的特征

20世纪80年代，挪威数名学生因遭受校园欺凌而自杀身亡，挪威学者丹·奥维斯(Dan Olweus)随后领导了全国性的学校欺凌问题调查研究和反欺凌运动，他在《学校中的攻击：欺凌者与替罪羊》(Aggression in the Schools: Bullies and Whipping Boys)一书中指出校园欺凌是指受欺凌者长期并且重复性地暴露于一人或多人主导的负面行为之下，并因此造成受欺凌者生理或心理层面的不适应性或伤害性的行为(Olweus, 1978)。他总结出校园欺凌行为的三个特征：反复性、危害性、双方力量的悬殊性。在校园欺凌事件中，欺凌者与受欺凌者是直接参与者，此外，校园欺凌事件中还可能存在着协助者、旁观者。欺凌者主观意图明确，对被欺凌对象抱有恶意，而被欺凌者则处于弱势状态下，与欺凌者相比力量悬殊。

2. 校园欺凌相关心理学理论

2.1. 习得性无助

1967年,美国心理学家塞利格曼(Seligman)通过动物实验提出习得性无助的概念,习得性无助指的是个体在经历某种学习之后,在情感、认知和行为上表现出消极状态的特殊心理状态(杜骏飞,2017)。简单来说,习得性无助就是个体出现了长期无法改变或逃避困境的感觉,个体认为自己无法控制并改变现实,从而丧失了行动的信心。在校园欺凌事件中,受欺凌者在受到欺凌后,由于害怕与胆小、惧怕家长权威、或是受到欺凌者的威胁等因素影响,往往选择自己承受、默不做声,不敢告诉家长和老师,无法寻求解决欺凌问题的方法,进而导致欺凌者变本加厉,长此以往,受欺凌者会出现习得性无助的心理,认为自己无法改变被欺凌的事实,放弃反抗,进而产生学习成绩下降、厌学、抑郁、自闭等问题。

2.2. 社会信息加工理论

20世纪80年代,美国心理学家道奇(Dodge)提出了攻击的社会信息加工模型。根据这一模型,个体的行为通过五个步骤的社会信息加工过程实现,社会线索的感知与编码、线索的解释与心理表征、形成潜在反应、反应评估与决策、行为实施。每一加工步骤上的偏向或失误则有可能导致包括攻击行为在内的消极社会行为(刘佳,2010)。在第一和第二阶段,个体在特定情境中寻找线索,试图理解并接受当下发生的事,在校园欺凌事件中,欺凌者可能会偏向于注意攻击性线索,并对他人意图及行为做出敌意性的归因。有研究指出,具有攻击性倾向的儿童可能明显地倾向于将情境中不明晰或暧昧不清的信息当成具挑衅性意义的信息,甚至根本就误解了信息本身的意义(杨慧芳,2002)。在错误解释社会线索后,欺凌者形成攻击性的潜在反应,在其头脑记忆中搜寻到更多的有敌意的、攻击性的行为,最后习惯性的实施攻击行为。

2.3. 群体心理学理论

群体心理学是法国心理学家古斯塔夫·勒庞的代表性理论,其著作《乌合之众》深刻剖析了群体心理,当个人融入群体变成群体的一员,个性便会被弱化甚至是湮没,群体成员相互影响产生群体思想,群体思想占据绝对的统治地位,个人则会产生与其自身原本截然不同的思想。群体行为有排斥异议,极端化、情绪化及低智商化等特点,会对社会产生破坏性的影响。“个人一旦成为群体的一员,他所作所为就不会再承担责任,这时每个人都会暴露出自己不受到的约束的一面。群体追求和相信的从来不是什么真相和理性,而是盲从、残忍、偏执和狂热,只知道简单而极端的感情”(古斯塔夫·勒庞,2011)。校园欺凌事件中,个人为了融入群体,不被群体排斥,不知不觉中就会参与到校园欺凌事件中变成协助者、旁观者甚至是施暴者,个体原本的理性不复存在,群体心理的作用下,校园欺凌被合理化和正当化。

2.4. 心理弹性

美国心理学家 Anthony 于 20 世纪 70 年代提出心理弹性的概念,心理弹性表示一系列能力和特征通过动态交互作用而使个体在遭受重大压力和危险时能迅速恢复和成功应对的过程(Kathleen & Janyce, 2004)。2017年,一项关于心理弹性与欺凌和受欺凌行为之间的关系的研究调查了 1204 名美国青少年,研究发现校园欺凌事件中受欺凌者拥有较高心理弹性的学生受校园欺凌的影响比较小,这表明心理弹性是一个重要的保护因素,可以防止青少年受欺凌或减少受欺凌后的消极影响(Hinduja & Patchin, 2017)。在校园欺凌语境中,心理弹性即受欺凌者在面对欺凌者攻击时的适应程度,心理弹性越高,欺凌行为对受欺凌者产生的影响越小。

3. 校园欺凌产生的原因

3.1. 个体差异

受种种因素的影响, 每个学生的外貌、身高、体型、肤色等都不相同, 瘦弱的、肥胖的、矮小的、残疾的同学则更容易受到排挤、孤立, 往往成为校园欺凌的受害者。此外, 不同的学生价值观念不尽相同, 欺凌者相对来说道德感薄弱, 享受欺凌他人带来的快感, 认为欺凌别人可以展示自身的能力, 显得自己很厉害, 通过欺凌他人来提升自己的自信心或满足感。从心理学角度来看校园欺凌的成因, 不难发现欺凌者和被欺凌者或多或少都会存在一些心理问题, 不当的家庭和学校教育以及负面的周遭环境都会影响个体的心理, 使之产生如自卑、自负、怯懦、孤僻、以自我为中心、偏执、缺乏同理心等心理。中学生心智不够健全, 人际交往能力存在个体差异, 心理健康问题也是频出。由于多种因素的影响, 一些中学生在社会化过程中出现障碍, 导致其社会心理的发展存在偏差, 个体行为表现出一定的反社会倾向, 这是中学生发生欺凌行为的一个重要原因(章恩友, 陈胜, 2016)。此外, 校园欺凌也会对欺凌者和旁观者的身心造成负面影响, 强化其暴力行为并阻碍其正确处理人际关系观念的生成(杨岭, 毕宪顺, 2016)。

3.2. 家庭环境

校园欺凌的家庭因素可归结为家庭对儿童基本生存技能的无能, 对儿童心理健康发展所需要的情感温暖和关爱的缺失, 其造成儿童个性方面发展受阻(苏春景, 徐淑慧, 杨虎民, 2016)。家庭是孩子的第一所学校, 父母是孩子的第一任老师。父母的言传身教在孩子成长过程中是无法替代的, 美国心理学家鲍德温将家长对子女的教养方式概括为四种类型, 专制型、溺爱型、放任型和民主型。专制型家长认为自己是权力的中心, 企图让孩子无条件服从自己。面临着“内卷”的社会环境, 大多父母望子成龙、望女成凤, 进而给孩子不断施压, 面对父母无止境的限制与施压, 孩子往往不能很好的调节情绪, 选择默默忍受或进行反抗, 长此以往, 会与父母关系出现裂痕并出现心理问题, 在情感上表现得冷漠, 缺乏共情能力, 专制家庭长大的孩子易产生欺凌行为。溺爱型家长则对孩子过分保护, 孩子依恋父母, 缺乏独立能力, 进而变得自私、以自我为中心, 放任型家长则缺少对孩子的关心与爱护, 容易使孩子变得孤僻、自闭, 这两类家庭教育出来的孩子在同伴交往中易成为受欺凌的对象。

3.3. 学校环境

在学校, 学生的行为极易受到周边人的影响, 同伴关系指年龄相似或心理发展水平相当的个体之间在交往过程中建立和发展起来的一种人际关系(邹泓, 1998)。一些本没有欺凌行为的学生和那些违反学校规章制度的同伴进行来往, 为了合群, 这部分学生往往也会参与到校园欺凌事件中去, 使欺凌者群体变得壮大, 欺凌事件变得越来越多。此外, 一些学校对校园欺凌的重视程度不够, 管理体制缺位, 责任意识缺失, 使欺凌者在实施欺凌行为后得不到惩罚或是很轻的惩罚, 不能有效遏制校园欺凌事件, 某些教师对校园欺凌事件态度冷淡, 轻描淡写, 这些学校里的相关因素是造成校园欺凌事件发生的重要原因, 若学校实施积极的管理措施, 强化责任意识重视校园欺凌问题时, 校园欺凌现象会减少。

4. 校园欺凌的干预措施

冰冻三尺非一日之寒, 校园欺凌现象频发亟需引起各方重视。广州市花都区秀全中学 13 岁中学生被同学逼迫下跪并扇耳光事件、江西景德镇 12 岁中学生被同学扇耳光致耳膜破裂事件、河北邯郸中学生被同学杀害事件等让大众看到了校园欺凌的残忍与危害。然而, 解决校园欺凌问题任重而道远, 有研究指出班级环境、个体的生物特征、同伴侵害的时间点、同伴、父母、教师支持以及自我认知评价等因素对同伴侵害经历与心理健康的关系有调节作用(Mcdougall & Vaillancourt, 2015)。对此, 我们可以从个体、

家庭、学校三个方面入手提出校园欺凌的对策，通过学生、家庭、学校的合力，减少校园欺凌事件的发生。

4.1. 提升自身心理素质，培养健全人格

校园欺凌与学生的心理健康水平密切相关。其中，校园欺凌与抑郁、焦虑和社会退缩均存在较高的正相关，与自尊存在显著的负相关(吴方文, 宋映泉, 黄晓婷, 2016)。中学生处在人生的成长阶段，要扣好人生的第一粒扣子，提升自身的心理素质与心理水平，学会正确释放压力，培养健全人格。受欺凌者在面对校园欺凌时，不逃避不害怕，应积极寻求家长、老师的帮助，以实际行动阻止欺凌行为进一步的发生。欺凌者应努力控制情绪，与同学友好相处，积极寻求沟通，拒绝用暴力解决问题，学会宽容与理解他人。其他同学在遇见校园欺凌时，尽管自己不是校园欺凌事件的当事人，也不应袖手旁观，而是应积极阻止，帮助同学脱离困境。

4.2. 采取恰当的教养方式，营造良好的家庭氛围

家庭氛围影响孩子的性格与行为。在家庭教育中，家长要采取正确的教养方式，努力当民主型家长，引导孩子形成正确的人生观、价值观。有研究发现，来自稳定而不是破裂的家庭、与父母的安全依恋均是可以缓减同伴侵害影响的因素(Ttofi, Bowes, Farrington, & Losel, 2014)。日常生活中，家长一是要加强与孩子的沟通，聆听孩子的意见，不做封建大家长，同时教育孩子与人为善，在学校正确处理同辈群体的人际关系。二是家长不能溺爱，对待孩子应赏罚分明，教育孩子树立正确是非观，不惹事也不怕事，不能恃强凌弱也不能胆小懦弱。三是家长要多关心孩子日常生活与学习，不放任其随波逐流，当孩子发生欺凌行为时，不包庇不护短，发现孩子被欺凌时，积极寻求学校与老师的帮助。

4.3. 完善校园欺凌管理体制，提升责任意识

学校是教书育人的场所，校方应重视校园欺凌事件，对待校园欺凌事件采取零容忍态度。有研究表明，基于学校的欺凌干预项目平均能够降低 20%~23%的欺凌行为，17%~20%的受欺凌(Ttofi & Farrington, 2011)校方应积极开展针对校园欺凌的教育活动，预防校园欺凌事件的发生，加强对校园欺凌问题的教育和培训，培养学生抵制校园欺凌的意识和能力。此外，学校应重视学生的心理健康，配备专业的心理教师，在学生需要心理帮助时提供相关辅导，积极帮助学生释放压力。寻求家校合作，与家长保持密切联系，做到呵护关爱每一个学生。

参考文献

- 杜骏飞(2017). 丧文化: 从习得性无助到“自我反讽”. *编辑之友*, (9), 109-112.
- 古斯塔夫·勒庞(2011). *乌合之众: 大众心理研究*. 广西师范大学出版社.
- 刘佳(2010). 基于社会信息加工模型的儿童攻击行为及其教育策略. *中小学心理健康教育*, (1), 11-13.
- 苏春景, 徐淑慧, 杨虎民(2016). 家庭教育视角下中小学校园欺凌成因及对策分析. *中国教育学刊*, (11), 18-23.
- 孙时进, 施泽艺(2017). 校园欺凌的心理因素和治理方法: 心理学的视角. *华东师范大学学报(教育科学版)*, 35(2), 51-56, 119.
- 吴方文, 宋映泉, 黄晓婷(2016). 校园欺凌: 让农村寄宿生更“受伤”——基于 17841 名农村寄宿制学校学生的实证研究. *中小学管理*, (8), 8-11.
- 杨慧芳(2002). 攻击行为的社会信息加工模式研究述评. *心理科学*, 25(2), 244-245.
- 杨岭, 毕宪顺(2016). 中小学校园欺凌的社会防治策略. *中国教育学刊*, (11), 7-12.
- 章恩友, 陈胜(2016). 中小学校园欺凌现象的心理学思考. *中国教育学刊*, (11), 13-17.
- 邹泓(1998). 同伴关系的发展功能及影响因素. *心理发展与教育*, (2), 39-44.

-
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2017). Cultivating Youth Resilience to Prevent Bullying and Cyberbullying Victimization. *Child Abuse & Neglect*, 73, 51-62. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.09.010>
- Kathleen, T., & Resilience, J. D. (2004). Ahistorical Review of the Construct. *Holistic Nursing Practice*, 8, 3-10.
- Mcdougall, P., & Vaillancourt, T. (2015). Long-Term Adult Outcomes of Peer Victimization in Childhood and Adolescence: Pathways to Adjustment and Maladjustment. *American Psychologist*, 70, 300-310. <https://doi.org/10.1037/a0039174>
- Olweus, D. (1978). *Aggression in the Schools: Bullies and Whipping Boys*. Hemisphere Press.
- Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2011). Effectiveness of School Based Programs to Reduce Bullying: A Systematic and Meta-Analytic Review. *Journal of Experimental Criminology*, 7, 27-56. <https://doi.org/10.1007/s11292-010-9109-1>
- Ttofi, M. M., Bowes, L., Farrington, D. P., & Losel, F. (2014). Protective Factors Interrupting the Continuity from School Bullying to Later Internalizing and Externalizing Problems: A Systematic Review of Prospective Longitudinal Studies. *Journal of School Violence*, 13, 5-38. <https://doi.org/10.1080/15388220.2013.857345>