

初中生隐性欺凌的识别方法与干预应对策略

——基于系统理论的校园治理路径探究

李丽冰

成都大学师范学院, 四川 成都

收稿日期: 2026年8月7日; 录用日期: 2026年9月15日; 发布日期: 2026年9月23日

摘 要

初中阶段校园内欺凌发生频次最高并呈现类型靠近校园隐性欺凌的特点, 本研究借鉴生态系统理论从内涵内核、表现形式界定初中生隐性欺凌的内涵, 梳理其社交孤立、语言暴力、网络造谣、隐性刁难四类典型表现形式, 从行为观测、量表筛查、多方迹象取证、线上痕迹溯源四维度构建系统识别路径; 立足于微观家庭、中观校园、宏观社会三级生态系统提出对应策略, 构建出识别早、介入分层、防治长效的系统干预路径。研究发现初中阶段校园内隐性欺凌的识别存在参照对象不清楚、教师识别迹象较少、隐蔽化场景调查取证难等三大难题; 分层协同干预可以有效减少校园内隐性欺凌的发生几率并改善受害者抑郁、焦虑等心绪。分别从完善校园筛查机制、家校联动进行干预、社会普法教育三个方面提出优化路径, 供中小学贯彻开展隐匿校园欺凌工作实践借鉴参考。

关键词

初中生, 隐性欺凌, 识别方法, 分层干预, 生态系统理论

Methods to Identify and Intervene in Hidden Bullying among Middle School Students

—Exploring School Management Approaches Based on System Theory

Libing Li

College of Teachers, Chengdu University, Chengdu Sichuan

Received: August 7, 2026; accepted: September 15, 2026; published: September 23, 2026

Abstract

Bullying occurs most frequently in junior high schools, and is largely manifested in the form of

hidden school bullying. Drawing on the ecosystem theory, this study defines the connotation of hidden bullying among junior high-school students from its core meaning and manifestations, sorting out four typical patterns: social isolation, verbal violence, online rumor-mongering and covert harassment. A systematic identification approach is constructed from four dimensions: behavioral observation, scale screening, multi-source evidence collection and online trace tracing. Corresponding strategies are proposed based on the three-level ecosystem of micro-family, meso-campus and macro-society, so as to establish a systematic governance pathway featuring early detection, tiered intervention and long-term prevention. This study identifies three major difficulties in identifying hidden bullying in junior high schools: ambiguous reference criteria, insufficient teachers' capacity to spot warning signs, and difficulties in evidence collection under concealed scenarios. Tiered collaborative intervention can effectively lower the incidence of hidden bullying and relieve victims' depressive and anxious emotions. Optimization suggestions are put forward in three respects: improving campus screening mechanisms, conducting home-school joint intervention, and carrying out social legal publicity. It provides practical references for primary and secondary schools to govern concealed school bullying.

Keywords

Middle School Students, Hidden Bullying, Identification Methods, Tiered Intervention, Ecosystem Theory

Copyright © 2026 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

1.1. 研究背景

2026 年校园欺凌专项排查[1]数据显示, 全国初中校园欺凌事件当中, 无明显外伤的隐形校园欺凌占比 81.3%, 传统肢体暴力校园欺凌方式占比 18.7%。初中时段的学生正值青春期阶段性自我蓬勃发展时期, 同伴团体成为这个时期学生最重要的社交场所, 且施暴的学生多选择肢体接触以外的软式攻击欺凌方式实施欺凌。比如班级团体的刻意孤立、长期地给起外号、微信群散播谣言、刻意损毁被害人的文具、分组活动刻意地排挤、孤立地让与敌对群体划清界线等均是软式攻击下的隐性欺凌范畴, 大批受害初中生因为恐惧自卑刻意隐瞒, 直到产生厌学、睡眠困难、自我否定、躯体化疼痛等严重心理困难, 欺凌伤害已经持续好几个月, 心理修复周期也大大地加长。Bronfenbrenner 生态系统理论[2]将环境看作一个动态的变化发展过程, 强调发展产生于人与环境的相互作用, 青少年行为发展受家庭、校园、社会多层生态环境交互影响与界定, 青少年欺凌的产生、延续、消弭同样镶嵌在多层生态环境之间, 仅凭校园单方面干预将难以实现欺凌防治长效机制, 需要多层次构建校园欺凌协同识别和干预生态。

1.2. 国内外研究现状

1.2.1. 国内研究现状

近些年国内学界围绕初中生隐性欺凌的判别方式、化解路径与治理体系优化进行了大量实证及理论研究, 为校园欺凌预防与治理实践提供了方向。陈哲[3]在 2021 年提出初中阶段是校园欺凌的高发期, 该阶段学生叛逆心理较强, 校园欺凌产生的根源与原生家庭环境紧密相关。王萌、赵伟[4]在调查初中生校园欺凌行为的研究现状提出改善初中生校园欺凌行为是一个涉及学生、班级和学校的系统工程。班级氛

围、学校归属感和道德判断能力是影响初中生校园欺凌行为的重要因素，并且从这三个方面给出对策。许素睿[5]等人在 2022 年运用事故致因“2-4”模型从组织和个人层面对校园欺凌原因进行分析，提出校园欺凌治理需要家庭、学校、社会多方联动，多方主体承担教育责任，提高学生自控自保能力。付璇[6] 2022 年调查显示初中班主任防治校园欺凌早期行为存在早期行为认识不到位、生态系统防治能力不足，防治不均衡等主要问题，结合生态系统视角从提高班主任认知、发挥同伴作用、完善学校机制、家校发挥合力以及借助社会力量等方面提出预防和处理校园欺凌的对策。李天娇[7]于 2023 年通过调研我国初中校园欺凌的预防工作仍然面临着诸多困境，校园欺凌问题的成因涵盖学生、学校、家庭、社会、政府等多层面，参照三级预防体系提出了建设策略：一级针对全体，凝聚各方等合力预防，二级针对筛选对象提升预防能力，三级完善处置机制预防次生后果。黄向阳[8] 2024 年提出儿童欺凌判断有行为到事件到关系的年龄发展特点，校园欺凌多由疑似欺凌发展而来，传统训诫和激进惩戒无法破解欺凌积怨，从关系修复立场出发提出化解欺凌积怨的方法。黄齐超[9]在 2024 年结合教育部会同多部门开展学生欺凌防治“全面摸底排查”大排查工作部署中明确提出隐性校园欺凌是欺凌防治现阶段的防治核心内容，以此开展工作。曾瀚桔[10] 2024 年结合量化与质性方法调查 1346 名初中生发现初中生校园欺凌检出率为 25.70%，行为类型以心理和人际关系伤害为主，基于人际关系理论的团体心理辅导可以有效帮助其改善人际关系，降低涉欺凌学生人数与欺凌得分，干预效果明确。

1.2.2. 国外研究现状

2019 年，Ioanna Voulgaridou [11]系统回顾了现有测量关系攻击具有许多种类，针对与其相关的各类工具，从概念基础与心理测量属性两个部分进行评估，关系攻击属于隐性欺凌核心表现形式，该研究为隐性欺凌的识别提供了方法论基础和工具借鉴。2020 年，Ronald M. Rapee [12]等人通过对 135 所学校 8732 名学生的大规模随机效果试验，评估对全校进行干预的有效性，研究结果表明了多层次干预策略的必要性和实施困难，对设计干预策略有很好的借鉴意义。Crothers, L. M. [13]系统地确定了间接欺凌，包括关系攻击和社会攻击的欺凌施害者的认知和心理社会预测因素、概述了当前针对间接欺凌的干预措施、提出了通过多层支持系统识别和干预间接欺凌的策略。

1.2.3. 研究评述

现有研究已经从学生个体心理特征、原生家庭环境、班级氛围、学校治理、社会环境等多个隐性欺凌发生层面梳理了其生成原因，整理出言语欺凌、社交排斥、网络欺凌等典型的隐性欺凌表现形式，总结出隐性欺凌存在群体规范边界模糊、从众驱动、被欺凌者沉默，等识别难点。学界立足隐形欺凌防治提出多元化路径，如班级规则干预、团体心理辅导、多方主体联动治理等，国外研究也梳理优化了隐性欺凌的测量工具，验证了多层干预策略有效性。已有相关研究虽然不断充实初中生隐性欺凌的研究成果，可是还存在显而易见的缺陷，多数研究仍处于现状描述或是单方面干预方案的探讨，缺乏覆盖识别预警、分层干预的基于理论系统的治理方案，难以切合当前隐欺防治的现实需求。基于此，本选题围绕着初中生隐形欺凌防治展开一个系统研究。

2. 初中生隐性欺凌核心界定与典型表现

2.1. 隐性欺凌概念界定

结合教育部校园欺凌认定标准及相关青少年心理学研究结果，本文明确初中生隐性欺凌的概念是初中校园、宿舍中或线上社交场景中，单独一人或集体成员依靠人数、社交地位优势，持续、反复地实施在人数以及情感、地位上压低对方，没有肢体接触的软性攻击行为，蓄意破坏被欺凌者的人际关系，使其自尊以及心理健康受到伤害，造成持续性伤害后果且难以自主脱离伤害情境的欺凌行为。

2.2. 初中生隐性欺凌四大典型类型

社交孤立欺凌[14]发生率是最高的,占隐性欺凌 67.4%,也称关系冷暴力,这种是初中发生率最高的隐性欺凌方式。施暴者会通过小团体约定,号召全班同学拒绝和受害者说话,故意躲避、不理睬受害者的座位,分组、运动、社团活动刻意地排挤;散播虚假的谣言破坏受害者的口碑,引导其他同学疏远孤立目标学生,这类欺凌没有任何冲突的痕迹,教师极有可能会误认为是“不合群、性格内向”,长此以往的孤立会使受害者产生严重的孤独感、低自我价值感。语言隐性欺凌方式是以言语羞辱为主的欺凌方式,方式包括隐性言语羞辱、标签化攻击等,如长期散播侮辱性外号,课下私下嘲外貌、家底、成绩缺陷之类的;私下恐吓威胁、阴阳怪气挖苦,当众放大学生缺点取笑、散播等。施暴者还经常伴随着“开玩笑”的口吻,他们言语上的伤害单次程度不高,但是久而久之、周而复始的嘲讽会逐步磨灭学生的自尊,产生社交恐惧。线上网络隐性欺凌是利用微信、QQ、短视频平台跨时空行无伤害:班级群里大家默默无视、大家单独的发扬光刷屏嘲讽;私下恶意截图发悄悄话、发 P 图给人家;单独成立小群悄悄吐槽、抹黑别人;匿名私下恐吓别人、散播私域消息。线上欺凌突破校园时空限制,伤害可 24 小时持续,取证难度远高于线下欺凌。物品隐性刁难欺凌是没有肢体冲突,但是存在着其他隐性的打压与伤害:暗中损毁、藏匿受害者的文具、校服、生活用品等;故意弄脏课桌、书本等;刻意收取少量零花钱、故意占用储物柜等等。行为分散细碎,单独一件物品损坏易被归为意外,长期叠加形成持续性心理压迫。

2.3. 研究方法

本研究主要采用文献分析与理论演绎的方式开展概念性框架构建,依托生态系统理论整合已有实证结论,搭建隐性欺凌的识别-干预治理模型。

3. 当前初中生隐性欺凌识别与干预现存痛点

识别层面有三个痛点第一,识别标准模糊,教师认知有偏差。大部分初中教师都停留在一看欺凌就是肢体殴打,对于社交孤立、线上冷暴力这样模糊的、隐蔽的行为尚不明晰,很多早期的预警信号被模糊,失了最佳干预时机。第二,标准化识别工具普及力不够[9]。大多数学校并没有进行常态化欺凌量表筛查,依靠教师主观观测,零碎线索难成预警链条。第三,隐蔽场景取证难。隐性欺凌大多数发生于课间、宿舍、线上私聊,无第三方的监视取证,被害者因为害怕所以选择失声,目击者因为害怕选择闭口举证,证据链不好固定。干预层面也有三处痛点,一是干预模式单一,过于重视学校处置的单方面干预,家庭缺失干预。例如有的家长不认为自己小孩有施暴行为,或者认为是被害学生“性格内向才被排挤”,家校没有联合干预的落地化理念;二是干预没有分级机制,大小事件放在同一维度,轻重没有主次等。轻度隐性欺凌过度放大,造成学生标签化,重度欺凌没有力度,来回复发。其三,长效预防体系不足,都是事后干预,没有形成常态化反欺凌主题教育、社交技能培训,欺凌再犯率高。

4. 初中生隐性欺凌系统化识别方法

针对隐性欺凌发生隐蔽性强、相关线索碎片化、被欺凌者隐瞒的特点,建立四维联动的识别体系,包括行为常态化观察,量表标准化筛查,多方线索交叉取证,线上社交痕迹溯源四个板块,形成早发现、早预警的识别流程。第一个维度是,基于学生身心异常的行为观察识别,教师、家长可长期追踪稳定异常行为为学生,捕捉隐性欺凌的事前警告信息。分为学业、社交、身心、日常物品 4 个观察点识别典型异常行为信号学业行为是否出现成绩一落千丈,原因不清;经常请假逃避、拒绝参加班集体活动;在社交行为有没有小团体;放学时独自走开,不理同学邀约;不去谈班级、同伴;没有新朋友,没有以前的好朋友身心状态谎称头疼、胃疼等躯体不适症,失眠、做梦、夜惊;期低迷、易怒自卑;出现自我否定、轻度自残物

品痕迹是否有文具、校服频繁丢失、破损；书本被恶意涂鸦；零花钱持续莫名消耗；电子设备不愿给家人查看。单一指标偶然出现不代表遭受欺凌，同一学生持续出现 3 项及以上反常行为，需启动专项核查流程。隐性欺凌施暴者学生也有可识别的特点：班级有自己的小团体，喜欢摆弄同学间的关系；经常找各种理由“开玩笑”逗别人；喜欢散播同、八卦；被老师责问时转移责任，不会体谅受害者感受。

第二个维度是标准化心理量表批量筛查识别，针对全体成员，以班级为单位每学期开展 2 次匿名量表筛查，群体隐性欺凌风险预警，用量表筛选出常处在同伴伤害环境中的高危学生，低于临界点即自动入保重点看管人群。量表为匿名线上填写不涉及学生倾诉恐惧，筛查保密留存于学校心理教师、班主任处，筛选高概率学生一对一单独访谈核实，不公开标签化二次伤害。

第三个维度是多方主体线索交叉取证识别，隐性欺凌无可见伤害，多方联动汇集受害学生、目睹事件学生、家长、科任老师多方信息，交叉佐证形成完整证据链。家校线索互通：班主任定期与家长就学生相处社交状态同步家校信息，家长反馈学生居家情绪状态，家长与班主任双方留意学生睡眠异常等的行为变化节点双向核对；课任教师联动摸排：科任老师留心观察课间活动等人员边缘化行为等情况汇总交叉比对信息；取证要规范：线上留存聊天对话完整记录、截图留下时间戳等；线下欺凌发生时间、场所、在现场人员的情况等相关情况；所有的证据纸质版都要拍照留下佐证，统一放置，作为后期干预处置依据。第四个维度是线上社交痕迹溯源识别。针对网络隐性欺凌专项识别，教师联合家长实施电子设备痕迹核查：查看班级群、私聊聊天截图有无恶意嘲讽、隔离、造谣等聊天内容；查看短视频、社交平台页面有无恶意 p 图、匿名抹黑评论；查看学生身边有无人员拉群聊邀请，频繁实施陌生恐吓、排挤类行为。

核查过程坚持保护学生私密的原则，家长查看社交内容必须是在子女知情同意的情况下进行，不得私自查看手机内容，不得翻看学生线上聊天记录，不激发亲子、同学矛盾。

5. 基于生态系统理论的分层干预应对策略

针对 BronfenbrenneR 生态系统理论[2]划分微观家庭层、中观校园层、宏观社会层三级干预层，按照欺凌发生时间长短等条件组合分类，根据量表分轻度、中度、重度进行三次干预方案分级处理，多层协同开展工作。

5.1. 微观层面上的家庭协同干预是核心支撑层

5.1.1. 受害学生家庭干预

给与学生情绪安全支撑，家长停止反复盘问施压，停止“为什么别人只欺负你”式指责，不断肯定学生自我价值，重建安全感。对躯体心理疏导，失眠、躯体疼痛等应激反应配合校内心理辅导开展好居家情绪训练和居家心理调适，减少学生独处封闭化状态。要证据留存与家校沟通，帮助学生保留欺凌事件发生过程的截图、破损物品等证据，理性约谈班主任沟通，提出调整班级关系、开展心理辅导等合理处置意见，全程保持客观和理性，避免激化同学矛盾。

5.1.2. 施暴学生家庭教育干预

进行认知矫正教育：家长明确告知其隐性欺凌是校园内不准的行为，校正“只是开玩笑”这一谬论，引导共情受害者的心路历程；对社交行为进行管控：对学生邀约结成小团体、线上私下拉群聊天排挤同学等行为予以限制，约束网络社交发言边界；进行亲子社交训练：居家进行换位思考、尊重他人的主题亲子活动，提高学生思考换位与进行健康同伴交往的意识。

5.2. 中观层面上的校园分层干预是核心执行层

校园是开展隐性欺凌干预的主阵地，根据量表和外部表现观察分轻度、中度、重度三级标准化处置

流程。轻度隐性欺凌：班级现场即时干预。教师当场制止隐性攻击行为，私下分别进行施暴学生的尊重教育、一对一的书面反思；调整班级分组、座位，打散固定的结伴，避免再出现持续性孤立场景；班级开展 1 课时的班会，以“拒绝冷暴力”为题宣讲隐性欺凌的危害，不公布当事双方姓名，保护双方隐私；班主任连续 1 周每天观察双方社交状态，做好简易观察记录。中度隐性欺凌：家校联合专项干预。成立班主任 + 心理教师的专项干预小组，分约谈施暴、受害学生，2~4 次一对一心理辅导；通知双方监护人开好家校联合沟通会，制订双方联合教育方案 1 个月，施暴者学生每周进行社交共情学习，受影响者进行重塑信心的辅导；调优班级社交大环境，轮换活动组队机制，建立班级互助小组，引导班级其他同学主动接纳受害学生；建立每周跟踪台账，继续跟进学生情、志、业的变化。1 个月后评估干预效果，情况未缓解升级为重度干预流程。升级为重度干预后：多部门联合应急管理干预机制。启动校园欺凌处置应急小组，德育处、心理中心、法治副校长联合介入，完整固定全部欺凌证据；对被害者进行辅导干预每周 2 次，严重者联动校外青少年心理医疗做好创伤深度辅导干预；调整班级环境及上放学管理：班内不再留恋施暴环境，实施多方差异化隔离安置；对施暴者进行校内分级惩戒介入：停课停学反思教育，暂停全校警示教育，去名隐个人信息，同步联合下发施暴家庭教育指导书，通知学生家长参与人格尊重专题培训学习，不低于 10 课时；情形涉法联动公安、民政介入矫治；跟踪心理康复时长 3 个月以上，建立生成长小档案，班主任、心理教师、科任老师联合记录，按时评估干预效果，情况好转则定期通报家长干预进展，情况未好者建议长期跟踪档案。

5.3. 宏观层面上的社会协同长效干预是保障层

法治与普法教育：社区、司法所联合学校开展未成年人保护法讲座，定期开展防范校园欺凌反隐性欺凌的公益宣讲；网络平台监管联动：督促短视频、社交平台落实青少年保护制度，建立校园欺凌网络举报绿色通道。

5.4. 现实挑战与研究局限性

本研究提出的识别与干预策略，会受学校经费、心理师资数量制约。师资薄弱的学校不用追求短时间内全套落地，可以优先推行教师行为观察、匿名简易筛查，再逐步完善分级处置流程。文中轻、中、重度隐性欺凌目前仅做原则性分层，暂未形成标准化的可以直接套用的量化评估工具，具体行为指标仍需要学校结合本校实际进一步细化调整，避免分级判断主观随意，防止给学生不当贴标签。

6. 结论

初中阶段隐性欺凌具有高隐匿化、长期心理侵害的特点，传统依靠肢体伤痕的识别思路彻底失效，需要建立行为观测 + 量表筛查 + 多方取证 + 线上溯源四维一体被动识别体系，精准捕捉先导信号；基于生态系统立足微观家庭、校园中观、宏观社会三层环境，按照轻度、中度、重度层层分级干预施策，形成以环境为本，按照轻度、中度、重度实施的分层分级干预体系，形成精准界定、多方取证、分层干预、全程监督、科学鉴别、心理修复、长效预防“识别 - 取证 - 分级处置 - 心理修复 - 长效预防”完整闭环治理模式。识别模糊，家校合力弱，事后干预为主等现状特点逐渐显现在当前的校园隐性欺凌治理中，学校亟须构建筛查预警治理常态化，健全分层干预标准性，联动家校法多元治理网络一体化的青少年心理健康教育模式，前移干预关口并从影响源头上开展尊重、社交技能等方面的干预行动，尽可能减少初中生隐性欺凌发生频率，从各方面保护青少年心理健康。

参考文献

- [1] 中国青少年研究中心. 2026 年全国中小学生校园欺凌现状专项抽样调研报告[R]. 北京: 中国青少年研究中心,

- 2026.
- [2] 刘杰, 孟会敏. 关于布郎芬布伦纳发展心理学生态系统理论[J]. 中国健康心理学杂志, 2009, 17(2): 250-252.
 - [3] 陈哲. 初中生校园欺凌问题及治理对策研究[J]. 华人时刊(校长), 2021(7): 95.
 - [4] 王萌, 赵伟. 初中生校园欺凌行为影响因素模型及心理干预策略[J]. 江苏教育, 2022(32): 43-45.
 - [5] 许素睿, 韩梦, 朱建永, 等. 全过程视角下校园欺凌的治理研究[J]. 安全, 2022, 43(8): 51-57.
 - [6] 付璇. 生态系统视角下初中班主任防治校园欺凌早期行为的现状与对策[D]: [硕士学位论文]. 石家庄: 河北师范大学, 2022.
 - [7] 李天娇. 初中校园欺凌三级预防体系建设研究[D]: [硕士学位论文]. 保定: 河北大学, 2023.
 - [8] 黄向阳. 无人贻恨: 校园欺凌判断与干预[M]. 上海: 上海教育出版社, 2024.
 - [9] 黄齐超. 不可忽视的隐性校园欺凌[J]. 人民教育, 2024(10): 36-37.
 - [10] 曾瀚桔. 团体心理辅导对初中生校园欺凌行为的干预实效研究[D]: [硕士学位论文]. 成都: 成都大学, 2024.
 - [11] Voulgaridou, I. and Kokkinos, C.M. (2019) Measuring Relational Aggression in Children and Adolescents: A Systematic Review of the Available Instruments. *Aggression and Violent Behavior*, **46**, 82-97.
<https://doi.org/10.1016/j.avb.2019.02.002>
 - [12] Rapee, R.M., Shaw, T., Hunt, C., Bussey, K., Hudson, J.L., Mihalopoulos, C., *et al.* (2020) Combining Whole-School and Targeted Programs for the Reduction of Bullying Victimization: A Randomized, Effectiveness Trial. *Aggressive Behavior*, **46**, 193-209. <https://doi.org/10.1002/ab.21881>
 - [13] Crothers, L.M., Kolbert, J.B., Schmitt, A.J., Cowley, J., Perfetto, K., Vafiadis, A., *et al.* (2026) How Do We Identify Potential Perpetrators of Indirect Bullying and How Do We Help Them? A Review of the Characteristics That Are Associated with Perpetration and Can Be Targeted through Prevention and Intervention. *Frontiers in Psychology*, **16**, Article ID: 1595958. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1595958>
 - [14] 中国青少年研究中心. 2026 年全国中小学生隐性校园欺凌专项调研报告[R]. 北京: 中国青少年研究中心, 2026.