

# 寄宿制初中校园软暴力欺凌案例与心理干预策略

郭定芳

(湖北华一寄宿学校 湖北省武汉 430205)

**摘要:** 初中生处于身体发育、心理发展的关键期,欺凌现象会让寄宿制初中校园蒙上紧张不安的氛围,学生在遭受、实施、围观校园欺凌后产生应激反应,对置身其中学生的未成熟心灵造成消极、恶劣的影响。及时发现软暴力欺凌,家校联合迅速处理细微欺凌行为,形成顺畅的校园暴力处置流程,能有效预防校园欺凌事件并遏制校园欺凌行为的发展。本文主要探讨中学校园欺凌的概念、案例、心理特征,并提出相关干预策略。

**关键词:** 初中校园;软暴力欺凌;案例;心理干预

## 一、校园欺凌的相关概念界定

当一个人或一些人对待某人的言行是出于恶意、故意(看到对方尴尬、难受就觉得好玩、开心,甚至想让对方痛不欲生),而且占据着某种优势(可能是出于家庭背景、身材、成绩、年龄、人际关系、权力地位、心理等等),致使双方不能处于对等关系,令对方不能反抗、不能得到支持,受到肉体上或心灵上的伤害,这些言行可能是反复发生也可能是一次就令对方感受到威胁,这就是校园欺凌。(挪威心理学家丹·欧维斯于1991年第1个提出校园欺凌)

在校学生中发生的有违他人意愿的攻击行为,这种行为往往伴随着实际或认知上的权力不平衡,会在一段时间内反复发生或有反复发生的可能性。(2018年11月联合国教科文《学校暴力和欺凌:全球现状和趋势,驱动因素和后果》)

教育部出台的《加强中小学生学习欺凌综合治理方案》明确定义为“中小学生学习欺凌是发生在校园(包括中小学校和中等职业学校)内外、学生之间,一方(个体或群体)单次或多次蓄意或恶意通过肢体、语言及网络等手段实施欺负、侮辱,造成另一方(个体或群体)身体伤害、财产损失或精神损害等的事件。”(2017年11月22日教育部等十一部门印发《加强中小学生学习欺凌综合治理方案》)

本文讨论的软暴力校园欺凌,指的是刚刚开始、程度轻微的欺凌行为,看似无害、容易被忽视的、隐蔽的、蓄意的、重复的、特殊的孩子之间的嬉戏言行。

## 二、软暴力欺凌的表现形式及典型案例

### (一)表现形式

校园软暴力欺凌的欺凌者行为容易被当作是同学之间无意的打闹或人际交往摩擦而被忽略。欺凌者利用自身优势对受害者无意中撞一下、拍一下、捉弄一下,用语言进行一些恶意嘲讽或攻击,但表面上不易分辨,由此产生的生理或心理上的伤害。正因为“软”,所以受害者找不到任何途径去解决,甚至连求助的机会都没有,反而会被老师、家长认为过于小题大做,被同学认为没有解决问题的能力。海恩法则告诉我们“每一起严重事故的背后,必然有29次轻微事故,和300起未遂先兆,以及1000起事故隐患。”校园欺凌事件也不是毫无征兆地突如其来,每个校园欺凌事件的背后都积累着无数的、被忽视的软暴力欺凌,最后显而易见的、既成事实的校园欺凌也就这样顺其自然地如期而至。

### (二)校园软暴力欺凌事件的典型案例

案例一:A同学,八年级女生。七年级下学期某天在宿舍,被同寝室一同学从裙子底下拍照,疫情居家在线学习期间,显露出内裤的照片被拍照的室友传至男生QQ群,A同学感受到极大的侮辱,感觉这是性骚扰行为。而拍照的同学轻描淡写地认为此举属于同学之间的恶作剧而已,只是想为单调的疫情居家学习带来一丝乐趣。

随着疫情得以有效控制,A同学回到学校,两个同学关系修复,后因天气炎热A同学借了拍照同学的短袖上衣穿,后因衣服被汤汁弄脏,A同学被要求赔偿一件一模一样的衣服给对方。借衣服的同学某天在QQ动态里表达了对这件事的看法,提到“自己心软,愿意饶恕某人把自己衣服弄脏的举动。”此条动态有同学留言评论,被A同学看到。A同学原本性格开朗,与室友相处的过程中,类似的一些人际互动,使得A同学有一种压迫感,睡觉时满脑子都是该室友的影子,产生睡眠障碍。

案例二:B同学,七年级男生。因为平时比较注重外表,皮肤白皙,天生自然卷的头发,因洗脸使用洗面奶、照镜子等举动被同学嘲笑,加之性格温和,情感细腻贴心,因而被全班同学称呼为“小兰姐姐”。B同学学习努力,积极参加各类活动,某次在心理课堂上,心理老师组织主题辩论“早恋有错吗”,B同学作为主辩手,十分踊跃。辩论过程中,讨论到择偶标准及靠谱的异性等话题时,有部分同学公开表达对B同学的性别气质的不认同,指责他“兰花指、娘娘腔”。辩论会结束后,B同学委屈地掉泪,表示自己不被尊重,自信心受到打击。

案例三:中国人民大学中国调查与数据中心(NSRC)设计与实施的中国教育追踪调查数据分析结果显示,言语欺凌发生率最高,将近一半(49.6%)的初中生遭受过言语欺凌;2017年5月20日,《中国校园欺凌调查报告》指出,言语欺凌是校园欺凌的主要形式,占有校园欺凌发生类型的23.3%。C同学是九年级女生,因寝室里某同学被室友有意针对,身为寝室长的她挺身而出,帮助受孤立排挤的同学。自此,部分室友开始针对寝室长的语言攻击,虽然不是直接谩骂,但是冷嘲热讽的语言欺凌让C同学不堪其扰,经常性因此感觉头皮发麻,上课发呆。因为没有直接的证据,又找不到固定的欺凌者,所以这样的处境很难求助改善。

案例四:D同学,七年级女生,在班上没有朋友,有几个专门针对她的女生经常故意挑唆与D同学靠近的同学。在D同学与其他同学交流时,会有意插话,或者将其他同学拉走。只是因为D同学比较耿直,曾经因为检查作业没有顾及一些同学的面子,进而在接下来的学习生活中被处处针对。D同学非常苦恼,自己想交朋友,但是只要有人靠近自己,该同学就会被拉走或同样受到孤立,这样的遭遇并不能很好地被班主任察觉而进行干预。

## 三、软暴力欺凌的行为表现及当事学生心理特征

### (一)软暴力欺凌的行为表现

粗言秽语、喝骂,叫受害者侮辱性绰号、指责受害者无用。对受欺凌者重复物理攻击,身体或物件。拍打、推撞、绊倒、拉扯头发。干涉受害者的个人财产、教科书、衣裳等,损坏,或通过这嘲笑受害者。传播关于受欺凌者的消极谣言和闲话。恐吓、威迫受

害者做他或她不想做的事,威胁受欺凌者听从命令。让受欺凌者遭遇麻烦,或令受欺凌者招致处分。中伤、讥讽、贬抑评论受欺凌者的体貌、穿着、性取向、性别气质、学习、爱好、家人或其他。结成小团体,孤立或排挤受欺凌者。日常敲诈、强索饮食或小物品。画侮辱画或借题发挥,含沙射影取笑受欺凌者。网上欺凌,在朋友圈或QQ空间上发表具有人身攻击成分的言论。

#### (二) 软暴力欺凌呈现出的心理特征

被欺凌同学通常有比较共同的特征,他们性格内向、心地善良,大多身材比较瘦小,外貌体态上易于成为被欺凌的对象,特别是人际关系不佳的同学,一旦被欺负,得不到支持和帮助,往往会成为受欺负的对象。被欺凌者的性格养成与原生家庭关系密切。部分家庭家长脾气暴躁,稍不顺心便吼骂孩子,导致孩子经常处于紧张恐惧之中,慢慢发展出很多心理问题,如性格懦弱、胆小怕事,被欺凌后不知所措,也不敢告知他人,从而加重其心理问题,形成心理创伤;另一部分家长有爱占便宜、急功近利等行为,导致孩子在学校受同学厌恶,自然成为被欺凌的对象。

软暴力欺凌产生的危害不仅是问题得不到解决的无奈无助,而是校园欺凌留下的一系列心理阴影,可能需要长久的时间去治愈。被欺凌者虽然存在一定的自身小缺陷,但绝大部分受害者也会在欺凌后向老师和家长求助,可软暴力欺凌行为因肉眼难以觉察出明显的实质性后果,无法引起成年人足够重视。被欺凌者内心充满了恐惧和矛盾,来自欺凌者的伤害是他们在校园内生活不愉快的源头和主要因素,严重者甚至会自我怀疑,使其越来越自卑和过度自我保护。如果学生之间的每一次恶言相向、推搡碰撞都被忽视,都得不到应有的告诫和惩罚,欺凌者的微欺凌行为没有引起足够的重视,没有得到及时的制止,旁观者都漠视这一切,欺凌者就会更加肆无忌惮,被欺凌者的内心充满悲伤和无助,从最初的失落到绝望,从原本的害怕、焦虑发展成疏远、冷漠、无所谓、心灰意冷,与学校、社会渐行渐远,最终可能造成无法挽回的结果。

### 四、对校园软暴力欺凌的心理干预

#### (一) 大力普法

2016年4月,国务院教育督导委员会发布了《关于开展校园欺凌专项治理的通知》,11月,教育部等九部门发布了《关于防止中小学欺凌与暴力的指导意见》,强调了司法机关的介入。2018年12月,教育部等十一个部门联合发布《加强中小学生欺凌综合治理方案》,最新修订版《预防未成年人犯罪法》与《未成年人保护法》2021年6月1日实施后,《未成年人学校保护规定》于2021年9月1日执行。这是教育部在众多围绕校园欺凌的部委通知和专项行动后,首个反欺凌部委规章。该规定系统阐述了校园欺凌,从预防到处置都提出了细致的规定,例如建立学校欺凌处理委员会、购买第三方专业力量的服务和介入,对学生心理健康、校园欺凌和性侵害事件非常重视,并提出社会力量和学校融合,明确追责措施,全方位为校园安全提供法律护航。

#### (二) 家校合作

积极与家长沟通,主动掌握和了解学生的家庭情况,对于需要重点关注的学生家长保持密切联系。在发现孩子出现欺凌行为或被欺凌时,提醒家长引起注意并及时与孩子进行沟通,重建与孩子间的沟通方式,敞开心扉,接纳孩子的情感,同时要引导孩子正视问题,指出错误的认知和不良的行为,同孩子一起讨论、处理欺凌和被欺凌的问题,给予孩子足够的爱和支持,取得孩子的信任,重建健康的家庭环境。

学校定期组织家校讲堂,面向不同需求的家长,经常性开展各类家校沟通主题活动,将校园欺凌的特点、征兆、预防及干预策略

进行全方位普及,对于已经出现的苗头和现象及时进行通报沟通,争取家长的认同和协作,杜绝欺凌行为的发生,妥善处置已发生的软暴力事件,并且对欺凌者、煽风点火者、围观者、保护者及受欺凌者进行相应的心理疏导。

#### (三) 学校重视

校园出现暴力苗头的时候,学校应对这些“软欺凌”行为及时干预,对被欺凌者进行重点帮教,对欺凌者进行惩戒,鼓励心理教师 and 德育主任,对欺凌者和被欺凌者进行心理辅导。学校层面重视,加强宣传,引导学生正确认识校园欺凌,营造反欺凌氛围,可对欺凌者起到强力震慑作用。鼓励心理老师组织团体辅导,展开认知训练、人际交往、应对方式和情绪管理等专题讲座,可以增强班级凝聚力,有效预防青少年的攻击行为,显著降低学生住校期间校园软暴力欺凌行为的发生率。校园欺凌事件的形成有复杂、深刻的原因,涉及社会风气、家庭环境、学校教育及学生自身等诸多因素。预防和治理校园欺凌事件任重道远,学校需要形成制度,整合教师、学校、家长和社会多方资源,形成教育合力,群策群力,维护学生生命安全和心理健康。

#### (四) 教师引导

寄宿制学校的班主任和生活老师在处置校园欺凌事件的态度和方法尤为重要,公平公正地对待每个同学,不使师生关系因一些细节产生隔阂,给欺凌者可乘之机。因此,在警惕同学间校园软暴力欺凌的同时,教师还应注意自身言行,关注学生学习的同时,不能歧视、疏远成绩不好的同学,要发现每个学生的闪光点,真诚地对待每个学生,尊重学生,成为学生信赖的人,尽早发现学生的问题,及时处理软暴力欺凌事件,防患于未然。

班主任应利用班会、集体活动等机会,密切关注学生的日常生活,提高防范意识,重视起那些被忽视的“同学之间的小摩擦”,扼杀微小欺凌,把一些看似无关紧要的现象在集体活动中予以提示和公开讨论,启发学生觉察当前自身可能正在实施或遭受到软暴力欺凌,避免事态发展。如果在寝室存在较为明显的欺凌事件,生活老师要及时对欺凌者和被欺凌者进行行为干预,对欺凌者要坚决处理,予以警示;对被欺凌者进行心理安抚,打消其报复心理,帮助其走出心理阴影。同时通知双方家长,要引起家长足够的重视,家校合力及时解决校园欺凌问题。

#### 参考文献:

- [1]杨巧洋.中学校园欺凌行为之个案研究[D].南京:南京师范大学,2017
- [2]林董怡.初中生遭受校园欺凌影响因素及对策研究[D].杭州:浙江大学,2018.
- [3]王华强,姚真.初中生校园欺凌:现状、成因及对策——以临汾市尧都区为例[J].教育理论与实践,2018,38(35):28-30.
- [4]樊鑫.青少年攻击性调查及心理干预研究[D].太原:山西医科大学,2013.
- [5]曾欣然,汪玥,丁俊浩等.班级欺凌规范与欺凌行为:群体害怕与同辈压力的中介作用[J].心理学报,2019(8):935-944.
- [6]郭俊俏,赵必华.教师支持对4-9年级学生遭受校园欺凌的影响:学校归属感的中介作用[J].中国特殊教育,2019(1):74-78.
- [7]周心怡.中学生集体自尊与校园欺凌:集体效能与未来取向的中介作用[D].武汉:中南民族大学,2019.

作者简介:郭定芳,1982年5月,女,汉族,湖北黄冈人,湖北华一寄宿学校心理健康成长中心,讲师,硕士研究生,教育心理学方向。