

浅谈职业院校非暴力沟通

----- 关注校园暴力群体中的被欺凌者

张 媛

廊坊卫生职业学院药理教研室 065001; 廊坊卫生职业学院, 廊坊 065001)

摘要: 所谓校园暴力, 是在以校园为基本背景下, 同学、教师或校外人员通过暴力针对学生身体、精神、财产等实施的并达到一定严重程度侵害行为。这样面对校园暴力, 不仅是棘手问题, 更是挑战学校教育水平和管理水平的严峻课题。校园暴力是一面镜子, 它反映出学校教育和校园管理水平。

关键词: 职业教育; 非暴力沟通; 关系; 校园暴力; 关注需要

近几年, 校园暴力这个词越来越多的见诸报端媒介, 它出现在原本健康的校园环境, 更附在青少年的心理, 并呈蔓延趋势。通常情况下, 人们发现冲突和矛盾是令人痛苦的, 希望能够找到办法防止、减少或是解决矛盾。要解决矛盾, 我们可以先识别事件中人们的需要, 选择对大家来说都有效的方法来满足这些需要。我们的说话方式可能开启或关闭一扇门, 带来疗愈或伤害, 最终将决定我们幸福的程度。

事件中的欺凌者, 他们学校发生的一些特殊的事情, 他们正处在特殊的生活阶段, 再用切入行为去隔离反抗, 或者是处理的问题, 但并不是想为欺凌者推卸责任, 更不是要有意忽略背景, 只是希望能看到欺凌现象背后可能更深的原因, 从而可以积极的去减少欺凌, 而不是被动的等到欺凌行为已经发生了。然而百密一疏, 即使我们多么努力还是无法完全杜绝校园欺凌现象的出现。当欺凌发生之后, 我想最需要关注的应该就是受到伤害最大的被欺凌者。大量的研究表明, 曾经遭受欺凌的学生比一般学生更容易出现严重的身心症状。比如头痛、腹痛、睡眠困扰、焦虑、低自尊、消极的自我概念, 学业成就低下, 社会退缩, 自伤、甚至自杀等等。有一句表述被欺凌者内心状态的话, 特别贴切, 也特别让人心痛。就是对于被欺凌者来说上学路上的每一步都像走向坟墓。想到那些即将扑面而来的欺凌行为, 真的会让被欺凌者有一种绝望, 感觉生不如死。也因此被欺凌者与自杀行为的相关性在近几年也特别受到重视。已经有很多研究证实, 遭受欺凌的学生比一般学生有更多的自杀意念, 自杀死亡的风险也高出很多。

校园暴力事件中, 被欺凌者不仅是在同伴群体中的深灰地位, 而且他们的正常人际关系都会受到不少的影响。不少研究已经证实了, 那些长期受到校园暴力的学生们容易被同伴群体拒绝, 孤立的他们又成了被欺凌的对象, 从而形成一个被欺凌--被拒绝--再被欺凌的恶性循环。导致这些孩子内心受伤有很多的原因, 可能源自外部的因素, 也不乏内在原因。我们当中的多数人都很想得到一些技巧, 加深对内力量的觉察, 来改善人际关系, 或只是让我们更有效地沟通。但不幸的是, 我们大多从出生开始, 只会从“对”和“错”的角度思考和沟通, 我们接触了太多竞争、批判、命令、诊断。我们有些说话方式会带来误解和挫折, 不仅如此, 它会引发愤怒和痛苦, 可能导致暴力。近些年校园霸凌的报道层出不穷, 还有那些孩子不堪忍受而自杀而失去生命。在一份相关调查中显示, 面对校园暴力, 有 33.4% 的学生会向老师、家长或警察报告, 38.6% 的学生不报告, 28% 的学生不知道应该怎么做。这些孩子在自杀念头出现前都曾经求助过他们信任的人, 如果家长和老师引起足够的重视也许能避免悲剧的发生。可是有很多家长和老师总会觉得: “至于吗, 就是闹着玩。”有的家长甚至会教育孩子: “为什么他们不打别人, 一定是你有错, 你先招惹他们了。”这些沟通方式太常见了, 开导变成了指责, 对当事者不仅没有帮助, 反而容易使其陷入自责, 从而失去能帮助他们的最好的时间。美国教育家杜威曾说过: “教育即生活, 生

活即成长。”老师和家长习惯发号施令, 却忽视倾听学生。解剖了众多的青少年案例后, 教育家指出, 当学生遇到挫折和困惑是, 如果此时家长和老师能多加关心并倾听孩子心声 8 分钟, 就可以避免很多意外发生。而非暴力沟通能在第一时间针对情况具体分析, 对相关人员进行开导帮助。

被欺凌者很可能出现行为问题, 出现攻击性的行为, 成为攻击型的受害者。美国每 15 起校园枪击案中就有 12 个枪击者, 曾经被欺负过, 所以被欺凌者除了在社会心理上出现不适应之外, 还会有反社会行为和情绪困扰的症状。他们比较容易陷入到暴力与威胁生命的事件。被欺凌者的症状与障碍并不会随着欺凌行为的停止而终止。许多的追踪研究证实, 校园欺凌会对学生造成长期的影响。即使欺凌事件已经停止, 这些影响在被欺凌者往后的个人生活, 包括物质的依赖, 犯罪行为, 混乱而紧张的人际关系, 以自杀意念等。对于被欺凌者来说, 欺凌事件对其造成的伤害是非常。所以对于潜在的被欺凌者来说, 让他们拥有面对欺凌事件的能力就变得非常重要。

暴力是与优美的校园环境不相匹配的, 我们努力在青少年中间提倡公正、平等、富有同情心和互相尊重的非暴力思想, 培养他们建立人性化的、朴素的道德情感。我们有理由相信, 校园暴力终会得到有效地改变, 美丽的校园最终恢复平静。毕竟, 人们使用暴力是后天形成的, 而不是天生的。

参考文献:

- [1]教室里的非暴力沟通(美)哈特(美)霍德森著;杨洁译.北京:华夏出版社,2015.5 ISBN978-7-5080-8429-9
- [2]黄教珍 张停云.社会转型期青少年犯罪的心理预防和教育对策.北京:法律出版社,2007.7 ISBN978-7-5036-7455-6
- [3]林文采.心理营养.北京:上海社会科学院出版社,2016.3 ISBN987-7-5520-0965-1
- [4]罗大华.有多少生命可以重来-青少年极端犯罪和非正常死亡案件剖析.北京:群众出版社,2005.8 ISBN7-5014-3457-3
- [5]布兰登. C. 韦尔什 秦英等译.牛津犯罪预防指南.中国人民公安大学外国警学译丛,2015.10 ISBN978-7-5653-2178-8
- [6]马歇尔. 卢森堡 于娟娟等译.用非暴力沟通化解冲突.华夏出版社,2015.1 ISBN978-7-5080-8214-1
- [7]胡晓.橙色预警-52个“问题少年”的写真.上海:少年儿童出版社,2011.7 ISBN978-7-5324-8763-9

作者简介:张媛(1985-),女,河北廊坊人,廊坊卫生职业学院药理教研室教师,高校讲师,研究方向为药理学高等职业教育;联系电话:17734061185 邮箱:690769550@qq.com 廊坊市教育科学“十三五”规划 2018 年度课题。课题编号:201803017 课题名称:职业院校非暴力沟通实施策略的创新研究

张媛(1985-),女,河北廊坊人,廊坊卫生职业学院药理教研室教师,高校讲师,研究方向为药理学高等职业教育;邮箱:690769550@qq.com

廊坊市教育科学“十三五”规划 2018 年度课题。课题编号:201803017 课题名称:职业院校非暴力沟通实施策略的创新研究