

校园欺凌先兆识别理论模型构建：基于福格模型与十二个指标要素

孙雨轩 陈慧玲 陈鹏辉 姜光铭 吴昊彦

江西科技学院，江西南昌，330098；

摘要：本研究发现，如今校园欺凌现象的发生严重地影响学生身心健康与校园环境，构建有效的先兆识别模型可及时预防欺凌事件的发生。本研究基于福格行为模型（Fogg Behavior Model），整合十二个关键指标要素，构建校园欺凌先兆识别理论框架，旨在建立具有预测效度的风险评估体系，为早期干预提供循证依据。保障校园内的安全同时为构建美好校园生活提供基础。

关键词：校园欺凌；早期预警系统；福格行为模型；风险指标；行为预测

DOI:10.69979/3041-0673.25.03.019

研究背景

近年来，学生欺凌现象成为学校教育与家庭教育需要密切关注的现实问题。这一问题给学生个体及其家庭、社会带来的后果极其广泛、深刻。为解决该问题，国家出台了多项政策与法律，如《加强中小学生欺凌综合治理方案》《关于防治中小学生欺凌和暴力的指导意见》以及《关于开展校园欺凌专项治理的通知》。其目的在于加强校园管理，保护学生身心发展。

校园欺凌作为全球性教育顽疾，其理论研究演进已形成多维度的学术图景。早期研究可追溯至1970年代挪威学者Dan Olweus^[1]的开创性工作，其将校园欺凌定义为“重复发生的负面行为模式”，奠定了该领域的行为主义研究范式。随着社会生态学理论的发展，学者们开始关注个体行为与校园环境、家庭结构、社会文化的互动关系，Bronfenbrenner^[2]的生态系统理论为理解欺凌现象提供了嵌套式分析框架。

然而，出台相关政策于基本的理论研究并没有做到真正地遏制校园欺凌事件的发生。其主要原因在于未对校园欺凌先兆进行识别，对校园欺凌进行先兆识别有助于从根本上扼杀校园欺凌的萌芽阶段，因此对校园欺凌先兆识别理论模型进行研究，是对有效预防校园欺凌事件发生的基础。

1 理论基础

1.1 福格行为模型

福格行为模型（Fogg Behavior Model）由斯坦福大学的行为科学家B. J. Fogg^[3]提出，其核心公式为B=MAT，即行为（Behavior）的发生需要同时满足动机（Motivation）、能力（Ability）和触发（Trigger）三个要素。因此三个核心要素作为评判标准可以有效地判断是否形成校园欺凌行为，而不满足三个要素的可以成为判定是否存在校园欺凌先兆行为。因此这一模型可以应用于校园欺凌行为的预防中，具体如下：

动机（Motivation）

即指学生行为前的心理状态。而通过教育和心理干预，可以有效降低学生实施欺凌行为的动机。鼓励学生发现可能存在欺凌行为时积极报告老师并进行干预，做到从发生源处有效地防治校园欺凌事件发生。

能力（Ability）

即指学生发生欺凌行为的行动可能。而通过校园培训和思想教育，提高学生、教师和家长识别校园欺凌先兆和行为的能力。为学生提供应对欺凌的策略和技巧，使他们在面对欺凌时能够有效应对和保护自己。也是为学生提供保护自己与他人的能力，从而构建阳光校园。

触发（Trigger）

即指可能会影响学生发生欺凌行为的要素。而在校园环境中设置积极的触发因素，可以有效促进学生采取反欺凌行为。通过改善校园文化和加强监督管理，减少这些消极触发因素的出现。

通过在动机、能力和触发三个方面进行综合干预，

福格行为模型可以为校园欺凌行为的预防提供有效的策略和方法，帮助构建一个更加安全、和谐的校园环境。

根据识别学生行为是否存在变量，可以有效预防校园欺凌事件发生。所谓“识别”，是指教师要能够从学生日常的玩笑打闹中及早发现“越界”行为，能够准确判断“越界”行为所处的阶段^[4]。因此识别学生行为的十二个要素同样有助于学生是否存在先兆欺凌行为。

1.2 十二个指标要素的选取

通过对校园欺凌相关文献的系统梳理，参考耿申《欺凌“先兆”的识别与消解——预防学生欺凌的学校实验》^[5]中提到的“目的、频率、态度、程度、人数、性质、范围、场景、方式、特质”等十大指标要素，结合大量的实证研究数据和专家访谈。确定了十二个可以判别校园欺凌事件是否发生的指标要素。将十二个指标要素进行量化分析，全面反映可能发生校园欺凌的潜在因素。

目的：欺凌者行为动机复杂。部分通过欺压弱小获取优越感、稳固社交地位；有些想借此吸引同伴注意；欺凌行为在日常交往中逐渐形成，过度竞争、嘲笑等“先兆”行为可能演变为欺凌。

频率：欺凌频率分为偶发和长期持续。高频欺凌易被察觉，能快速引发关注；低频欺凌虽隐蔽，但同样伤害受害者，且易被忽视延误干预。

态度：欺凌者态度不同，部分看似玩笑却含恶意，有些未意识到伤害性，而恶意欺凌者更危险，常出于嫉妒等心理持续伤害他人。

程度：欺凌程度多样，从轻微到极其严重。轻微如调侃、排挤，影响受害者心理；中等程度如言语威胁、身体碰撞，增加心理压力；严重的如身体攻击、网络侮辱，造成身心双重伤害；极其严重的如暴力伤害、性暴力，可能导致永久性伤害。

人数：欺凌可单个或多人参与。群体欺凌中，有攻击者主导、煽动者协助，旁观者沉默会加重受害者困境。

性质：欺凌分言语、社交、身体、网络欺凌。言语欺凌伤自尊自信；社交欺凌致受害者孤立；身体欺凌造成身体疼痛和心理创伤；网络欺凌使受害者无处遁形，加重心理负担。

范围：欺凌范围可小范围或公开化。小丽因成绩好

被嫉妒，从网络谣言扩散到现实受欺凌，影响自身及家人。不干预会使欺凌升级、范围扩大。

场景：欺凌常发于教室、操场、厕所、放学途中等地，课间休息、放学后、在校时间为高发时段。教室缺监督时易发生；操场因活动易引发；厕所封闭难求助；放学途中监管弱。课间、放学后学生易受欺凌，在线时间网络欺凌常见。

方式：欺凌方式分隐蔽性和公开性，如小明篮球赛遭公开指责攻击，小华在班级群受隐蔽网络欺凌。

特质：欺凌与双方人格特质有关。行为者情绪调节差、控制欲强、缺乏同情心易实施欺凌；被欺凌者自卑内向、表达弱、社交能力差更易成为目标。

素质：提升对欺凌行为的素质对防治重要。教师和家长需明确其定义、类型及对受害者影响，包括身心伤害、学习生活受阻等。全面认知有助于识别制止欺凌，营造安全环境，引导学生正确认识欺凌。

认知：认知在应对欺凌中关键。培养批判性思维可助教师和家长区分欺凌与普通冲突，通过分析多因素、多途径收集信息判断，精准判断后对欺凌干预，对普通冲突引导学生解决。学校培训、社会宣传可提升批判性思维，早发现早干预保学生成长。

2 校园欺凌先兆识别理论模型构建

2.1 基于福格模型的指标要素归类

为有效预防和干预欺凌行为，识别欺凌的先兆至关重要。通过将校园欺凌先兆行为的识别要素与福格模型相结合，从而深入地理解如何在教育环境中提高识别能力并采取应对措施，从而更有效地保护学生。本研究经过理论研究与实地走访，构建了一套将十二个指标要素归类于福格行为模型三大要素的理论模型。

2.1.1 动机与识别要素的联系

动机在福格模型中是指促使个体行动的内在驱动力，而其中的具体要素包括目的、态度、方式和特质：

目的：通过识别欺凌的目的，能够清楚地了解欺凌者的行为动机，从而有效应对和减少此类行为。

态度：分析参与者的态度有助于揭示欺凌行为的潜台词，从而了解行为动机。

方式：采取方式不同包括关系、言语以及肢体行动。

理解行为的实施方式能够了解学生的主要动机，便于及时采取针对措施。

特质：提升对欺凌先兆行为特质的了解，针对其行为动机，以便快速有效地识别和应对各种情况。

2.1.2 能力与识别要素的联系

能力包括个体实施某一行为的实际能力，而目标要素则包含场景、性质、认知和素质：

场景：学校等场景的不同可能会增加或减少一个人施加行为的能力，因此针对场景的识别可以有效地识别校园欺凌先兆行为。

性质：学生对欺凌先兆行为性质的认识能够增强对行为分类和干预的能力，确保及时介入。

认知：学生的思维力不同，使得学生的接受能力也不同。因此有效识别学生的认知区别也是有效识别校园欺凌先兆行为的有效方法。

素质：学生的个人素质直接影响其行为逻辑与行为能力，素质的不同直接影响对欺凌先兆行为的认识。

2.1.3 触发器与识别要素的联系

触发器是促使个体采取行动的触发器，其中包括频率、程度、人数和范围这几个识别要素：

频率：频繁出现的欺凌行为是警示信号，应促使教师和家长进行及时干预。其频繁出现就是事件升级成为欺凌行为的触发器。

程度：对欺凌行为严重性的评估有助于决定是否需要立即采取措施。

人数：参与欺凌的人数多时，事件的复杂性增加，提升干预的紧迫感。而达到一定人数就会成为事件升级的触发器。

范围：影响的范围越广，越需要高度重视，范围达到3人就是事件升级的重要触发器。

3 模型验证与应用

3.1 模型验证

为验证欺凌预防模型的有效性，我们与多所试点院校合作开展实验，运用访谈、问卷和实地调研等方法，深入剖析校园隐性欺凌现象。通过综合考量学生行为的要素指标，在欺凌“先兆”期及时介入，阻断“标准欺凌”的形成。

试点期间，我们密切关注学生行为变化，记录欺凌行为发生情况并及时干预。通过准确识别欺凌行为先兆、全面分析相关要素、有效培训教师和家长以及综合考量个体和环境因素，我们可以更有效地预防和干预校园欺凌行为，为学生创造一个更加安全、健康的学习环境。

3.2 应用策略

建立校园欺凌风险评估体系：学校基于该模型建立一套完善的校园欺凌风险评估体系，定期对学生进行全面评估。评估可以采用量化打分的方式，根据系统评分进行指标综合判定。根据得分将学生分为低风险、中风险和高风险三个等级，从而进行有针对性的心理辅导活动。

高风险学生：对于动机、能力和触发因素维度都存在较多风险因素的高风险学生，应提供全方位的干预。针对学生心理情况，进行单独的心理辅导互动，从而帮助其调整心态，降低学生低效能感的心理状态，从而缓解其心理问题。

中风险学生：对于在部分维度存在风险因素的中风险学生，采取有针对性地干预措施。对于触发因素较多但动机和能力风险相对较低的学生，主要是改善其学习和生活环境，加强学校管理，减少触发因素的影响，如优化班级管理、改善师生关系、营造良好的校园文化氛围等。

低风险学生：对于低风险学生，主要进行预防教育，通过开展主题班会、心理健康教育课程、校园文化活动等形式，普及校园欺凌的危害和预防知识，提高学生的自我保护意识和同理心，营造和谐的校园氛围，防止其向中高风险转化。

动态监测与调整：校园欺凌风险是动态变化的，因此需要对学生进行动态监测。定期重新评估学生的风险等级，根据学生的行为变化、环境变化等因素及时调整干预措施。同时，建立反馈机制，收集教师、家长和学生对干预措施的意见和建议，不断优化干预方案，提高干预效果。

4 结论与展望

本文构建的基于福格模型与十二个指标要素的校园欺凌先兆识别理论模型，为校园欺凌的预防提供了新

的视角和方法。通过明确欺凌行为发生的动机、能力和触发因素，以及各因素之间的相互关系，能够更精准地识别校园欺凌的先兆，为早期干预提供科学依据，为及时防治校园欺凌事件发生提供基础。

模型验证结果表明，该模型具有较高的可靠性和有效性，能够在实际应用中发挥重要作用。通过建立校园欺凌风险评估体系和实施个性化干预措施，可以有效降低校园欺凌的发生风险，保障学生的身心健康和校园安全。

然而，本研究也存在一定的局限性。一方面，指标要素的选取虽然经过了严格的筛选和验证，但可能仍然无法涵盖所有与校园欺凌先兆相关的因素，未来研究可以进一步拓展和完善指标体系；另一方面，模型在实际应用中可能受到学校资源、教师专业能力等因素的限制，如何更好地推广和实施该模型，还需要进一步探索有效的策略和方法。

未来研究可以结合大数据、人工智能等先进技术，实现对校园欺凌风险的实时监测与动态评估。通过收集学生在学习、生活、社交等多方面的大数据，利用机器学习算法构建更加精准的预测模型，及时发现潜在的校园欺凌风险，并自动推送个性化的干预方案。同时，加强跨学科研究，整合心理学、教育学、社会学、计算机科学等多学科的理论和方法，深入探讨校园欺凌的发生机制和预防策略，为营造安全和谐的校园环境提供更有有力的支持。

参考文献

- [1] OLEWUS D. 校园欺凌研究 [M]. 挪威: 出版社不详, 1978.
- [2] BRONFENBRENNER U. 人类发展生态学 [M]. 马萨诸塞州: 哈佛大学出版社, 1979.
- [3] FOGG B J. Tiny Habits: The Small Changes That Change Everything [M]. Boston: Houghton Mifflin Harcourt, 2020
- [4] 耿申, 王薇. 欺凌“先兆”的识别与消解——预防学生欺凌的学校实验 [J]. 教育研究, 2021, 6: 91-101
- [5] 耿申, 王薇. 欺凌“先兆”的识别与消解——预防学生欺凌的学校实验 [J]. 教育研究, 2021, 6: 91-101

基金项目：江西省大学生创新训练计划省级立项项目：零欺未来：校园欺凌先兆识别与预防机制的构建与应用 [项目编号：S202410846022，主持人：孙雨轩]

作者简介：孙雨轩（2004—），女，汉族，江西科技学院教育学院小学教育专业在读本科生，北京市密云区。陈慧玲（2004—），女，汉族，江西科技学院教育学院小学教育专业在读本科生，江西省高安市。陈鹏辉（1998—），男，汉族，江西科技学院教育学院专任教师，硕士研究生，河南省许昌市，研究方向为教育技术。姜光铭（1989—），男，汉族，硕士研究生，湖北省十堰市，江西科技学院专任教师，研究方向：职业教育。吴昊彦（2004—），男，汉族，江西省科技学院信息工程学院计算机科学与技术专业在读本科生，江西省乐平市