

校园欺凌防治策略研究：构建零欺未来的校园环境

叶子钰 巫佳灵 邓冰凌 陈鹏辉 袁程

江西科技学院，江西省南昌市，330098；

摘要：本文以构建零欺凌的校园环境为目标，深入探讨了校园欺凌的现状、成因及防治策略。通过文献研究和案例分析，详细说明了校园欺凌的定义、类型及其对学生、家庭和社会的危害。重点分析了个人、家庭、学校和社会等多方面因素对校园欺凌的影响，并提出了构建零欺凌校园环境的综合防治策略。研究表明，通过加强学校管理、提升师生意识、构建协同防治系统以及优化社会环境等措施，可以有效预防和减少校园欺凌事件的发生，为学生营造安全、健康的成长环境。

关键词：校园欺凌；防治策略；零欺凌；校园环境；心理健康；协同防治

DOI:10.69979/3041-0673.25.03.020

引言

联合国教科文组织发布的《校园暴力与欺凌 - 全球现状报告》^[1]显示，全球范围内都存在校园暴力与欺凌现象，众多儿童和青少年深受其害。相关估算表明，每年约有 2.46 亿儿童和青少年遭受不同形式的校园暴力与欺凌。在当下社会，校园欺凌已经成为一个不容忽视的全球性问题。它给受害者的身心健康带来极大伤害，同时也破坏了校园的和谐氛围，影响教育质量。“4·17 北京市第 105 中学打人事件”^[2]中，学生王某长期遭受同班同学的言语欺凌，那些充满恶意的话语让他变得自卑、孤僻，成绩也一落千丈。所以，怎样有效防治校园欺凌，让每个学生都能在安全、受尊重的环境里学习成长，成了家长、学校以及整个社会共同的责任。本研究聚焦于构建零欺凌校园环境的有效策略，希望能为学校管理者、教育工作者和政策制定者提供一些参考。

1 校园欺凌的现状与危害

根据教育部等十一部门联合印发的《加强中小学生欺凌综合治理方案》（2017）^[3]，我国官方将校园欺凌界定为：“发生在学生之间，蓄意或恶意通过肢体、语言及网络等手段实施欺负、侮辱，造成另一方人身伤害、财产损失或精神损害的行为”。该定义强调三个核心要素：行为主体的特定性（在校学生）、伤害行为的持续性（非偶发冲突）、后果的实质性（需达到可观测的伤害程度）。国际学界普遍采用 Olweus（1993）^[4]的经典定义，即“重复发生的、存在力量失衡的故意伤害行为”。同时，根据欺凌方式的不同，校园欺凌可分为身体欺凌、言语欺凌、关系欺凌和网络欺凌等类型。

校园欺凌对受害者、施害者以及旁观者都会造成严重危害^[5]。2018 年北京市海淀区那起事件中，王某长期

遭受言语欺凌，导致注意力难以集中，学习成绩大幅下滑，还出现了心理问题。而在 2019 年广东省广州市某中学，学生李某经常欺负同学，久而久之养成了暴力习惯，后来因与校外人员打架斗殴，触犯了法律。至于旁观者张某，目睹同学被欺凌却不敢制止，内心充满了害怕和焦虑，很长一段时间都走不出这个阴影。

校园欺凌还会对家庭、学校、社会造成深远的影响。王某的父母为了帮他走出心理困境，不仅花费了大量时间陪伴，还四处寻求心理医生帮助，承受着巨大的心理压力和经济负担。李某的家庭则因为他的欺凌行为，陷入了与其他家庭的纠纷中，还要面对社会舆论的指责。学校也因为这些欺凌事件，被外界质疑管理能力。从社会层面来看，校园欺凌的存在破坏了社会的和谐稳定。因此，有效预防和治理校园欺凌不仅是学校的责任，也是全社会共同面临的挑战。

2 校园欺凌的成因分析

已有研究表明^[6]，产生校园欺凌的原因是由多系统交互作用。从个人因素来看，心理学研究指出：某些学生可能因为性格孤僻、缺乏社交技能、家庭因素（父母离异、家暴等）、自身原因（如：身材较为健硕、不太标准的普通话、过于厚重的眼镜等）或存在认知偏差更容易成为欺凌的目标。神经学证据表明，青春期前额叶皮层发育不完善导致的冲动控制不足，是施害者行为的重要生理基础。同时，一些学生可能由于缺乏同理心、自我控制能力差或想让他人服从而成为施害者。然而，青春期的施暴者可能还存在以下心理，如需要得到同伴强烈的认可、对权威的挑战等，这种心理也可能增加欺凌行为的发生概率。

家庭教育研究证实^[7]，家庭教养方式与欺凌行为呈

现显著相关性。过度溺爱型家庭子女成为施害者的概率是民主型家庭的 2.3 倍 ($p < 0.01$)，而忽视型家庭子女的受害风险则高达 67%。跨文化比较研究显示^[8]，我国特有的独生子女政策背景下的过度保护现象，可能加剧了同龄人间的资源竞争压力。家庭教育的缺失或不当，如过度溺爱、忽视或棍棒教育，都可能导致孩子形成不良三观行为。缺乏家庭温暖和支持的孩子可能更容易成为欺凌的受害者，而家庭环境不和谐或存在暴力行为的孩子更可能成为施害者。父母的教育程度、经济状况等也会间接影响孩子在学校的行为表现和孩子的性格。

同时，校园欺凌现象的产生，与学校环境、教师管理方式密切相关。学校氛围是否和谐、师生关系是否融洽、纪律管理是否严格等因素都在很大程度上影响着学生的在校表现。如果学校缺乏有效的预防和干预机制，面对欺凌事件处理不当，甚至隐瞒不报，只会让校园欺凌变本加厉。2017 年，山东省青岛市某学校，有学生长期遭受欺凌，但学校老师没有及时发现和处理，导致被欺凌的学生心理创伤越来越严重，最后不得不转学。

社会文化环境也是影响校园欺凌的重要因素。暴力文化在各渠道肆意传播，网络环境^[8]鱼龙混杂，部分社会价值观也出现了扭曲，这些都像是给校园欺凌提供了“温床”。媒体有时为了吸引眼球，对暴力事件进行过度渲染和报道，让学生在潜移默化中受到不良影响，觉得暴力是一种正常的解决问题的方式。网络世界的匿名性，更是让一些人觉得可以肆意妄为，不用为自己的言行负责，种心态也很容易延伸到校园环境中，成为校园欺凌的诱因。另外，社会竞争激烈、贫富差距带来的对比和压力，也会间接影响学生的心理和行为，使校园欺凌的风险增加。

3 构建零欺凌校园环境的防治策略

构建零欺凌的校园环境需要多方面的努力和综合性的策略。它需由学校、家庭、政府和社会的共同努力与深度协作，构建一套完整的协同防治系统。实现这一目标，不仅需要四方合力，还需要采取一系列全面、细致且相互支撑的策略，涵盖预防、教育、干预、支持及评估等多个层面。

3.1 强化校园管理，夯实制度根基

加强学校管理和制度建设是预防校园欺凌的关键。学校应通过制定明确的反欺凌政策、建立预防和干预机制、加强日常管理以及完善奖惩制度，构建全方位的反欺凌体系。具体措施包括：将反欺凌政策纳入校规，成立反欺凌委员会；设立匿名举报渠道，制定详细处理流

程；安装监控设施，加强巡查；对欺凌行为“零容忍”，奖励积极反欺凌的师生；开展主题活动，推行同伴支持计划，开设心理健康课程。通过这些举措，为学生创造安全、健康、充满关爱的成长环境。

3.2 提升师生认知，增强应对能力

提升师生对校园欺凌的认知水平和应对能力，是构建无欺凌校园环境的关键所在。学校应当定期组织反欺凌教育培训活动，帮助师生敏锐察觉欺凌“先兆”行为，并提升他们应对此类情况的能力。根据欺凌者、被欺凌者和旁观者的特点，学校可以提供专门的培训课程和心理辅导服务。这种有针对性的辅导，能够让学生深刻认识到校园欺凌的严重危害，还能帮助他们学会自我保护，培养同理心，增强责任感，进而建立起健康良好的人际关系，从根本上减少校园欺凌事件的发生。

学校也应将反欺凌教育融入日常教学中，可以采用角色扮演、案例分析等教学方法，引导学生学会换位思考，掌握解决冲突的技巧和方法。同时，学校要积极鼓励学生参与反欺凌实践活动。比如，支持学生成立反欺凌小组，让他们在相互协作中增强责任感；定期开展反欺凌主题班会，为学生提供交流和学习的平台。通过这些方式，营造出全体师生共同参与、抵制校园欺凌的浓厚氛围。

3.3 构建防治体系，促进协同合作

联合学校、家庭、社会和政府的力量，协同防治校园欺凌，这对预防校园欺凌起着决定性作用。学校应定期与家长交流沟通，通过家长会、专题讲座等形式，提升家长对校园欺凌的认知水平，传授识别和应对欺凌的实用方法。家校合作也是关键，双方要及时共享学生的在校、在家情况。家长要积极配合学校的工作，主动参与学校组织的反欺凌活动，深入了解校园欺凌相关知识。在日常生活中，多留意孩子的情绪和行为表现，像情绪波动大、学习状态突然变差、物品莫名损坏、交友情况异常、花销不合理等，这些都可能是孩子遭遇欺凌的信号。一旦察觉异常，要第一时间和学校联系，共同保护孩子。

社会各界的参与同样不可或缺。可以邀请心理专家、法律工作者走进校园开展讲座，为师生普及心理和法律知识；学校还要与社区、警方建立紧密合作关系，共同维护校园周边环境安全。

政府则要充分发挥职能作用，完善相关法律法规，为防治校园欺凌提供坚实的法律保障。同时，加强对学校防治工作的监管和指导，确保各项措施落实到位。

学校、家庭、政府和社会还可以联合开展防治校园欺凌的宣传教育活动，帮助学生增强自我保护意识，提升自我保护能力。大家齐心协力，共同营造风清气正、抵制校园欺凌的良好社会氛围。

3.4 优化外部环境，营造良好氛围

优化社会环境和网络空间是构建零欺凌校园环境的必要补充。政府应加强对网络环境的监管，建立健全网络监管机制，对涉及校园欺凌的网络信息进行及时清理和打击，维护网络空间的清朗。媒体应负起社会责任，避免过度渲染暴力，多宣传正能量和积极向上的内容。社会各界应共同努力，倡导尊重、理解和包容的社会价值观，减少歧视和偏见，降低校园欺凌的社会土壤。同时，应加强心理健康服务的普及，为学生提供更多心理咨询服务和支持渠道，帮助他们建立健康的心理状态和人际关系。

4 结论

校园欺凌是一个复杂的社会问题，其成因涉及个体、家庭、学校和社会等多个层面。因此，防治校园欺凌需要综合考虑各种因素，采取多元化的策略和方法。我们强调，只有全社会共同努力，形成合力，才能有效地预防和减少校园欺凌事件的发生。这不仅有助于为学生营造安全、健康的成长环境，也有利于促进教育质量的提升和社会的和谐稳定。

未来，我们还需要进一步加强校园欺凌的科学研究，探索更有效的预防和干预措施。同时，应当注重培养学生的同理心、情绪管理能力和冲突解决技能，从根本上减少欺凌行为的发生。只有全社会共同努力，持续关注和投入，才能真正实现零欺凌的校园环境，为每一个学生提供平等、尊重、充满关爱的成长空间。

参考文献

- [1]United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (n. d.). 校园暴力与欺凌 - 全球现状报告 .
- [2]4·17 北京市第 105 中学打人事件 [新京报讯 4 月 17 日上午，网上流出一女生遭多名学生掌掴的视频。]

视频中，一女生边动手边叫嚣谩骂，该视频引发热议。)

[3]教育部，中央综治办，最高人民法院，等. 加强中小学生欺凌综合治理方案 EB/OL. (2017-12-22) 2023-10-01. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A06/s3321/201712/t20171226_322701.html.

[4]OLWEUS D. Bullying at school: What we know and what we can doM. Malden: Blackwell Publishing, 1993.

[5]张文娟，李董平. 校园欺凌中旁观者行为的影响因素 J. 心理科学进展, 2015, 23(8): 1450-1457. DOI: 10.3724/SP.J.1042.2015.01450.

[6]张文新. 中小学生欺凌行为的类型与特点 J. 心理发展与教育, 2002, 18(4): 1-9.

[7]中国青少年研究中心. 中国校园欺凌现状调查报告 R. 北京: 社会科学文献出版社, 2021.

[8]UNESCO. Behind the numbers: Ending school violence and bullyingR. Paris: UNESCO Publishing, 2019.

[9]SMITH P K. Cyberbullying: Challenges and opportunities for researchJ. International Journal of Bullying Prevention, 2019, 1(1): 1-4. DOI: 10.1007/s42380-018-0002-3.

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：叶子钰（2004—），女，汉族，江西省赣州市，江西科技学院文化与传媒学院网络与新媒体专业在读本科生。巫佳灵（2004—），女，汉族，江西省宜春市，江西科技学院文化与传媒学院汉语言文学专业在读本科生。邓冰凌（1991—），女，汉族、硕士研究生，江西省南昌市，江西科技学院专任教师 研究方向：劳动教育方向。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。袁程（2003—），男，汉族，江西科技学院人工智能与大数据学院软件工程专业在读本科生，江西省赣州市。