

校园欺凌对中学生主观幸福感的影响与干预研究

胡菁洁

湖南科技大学教育学院

摘要：校园欺凌现如今属于一种普遍存在的社会现象，对中学生的身心健康和主观幸福感产生着深远影响。其中主观幸福感作为社会个体对生活质量的整体性评价要素，是衡量心理健康水平的重要指标之一。本文以中学生主观幸福感分析为切入点，深入探究校园欺凌对中学生主观幸福感的影响因素，并提出中学生主观幸福感视角下校园欺凌的干预策略，以期为相关部门开展工作提供借鉴价值。

关键词：校园欺凌；中学生；主观幸福感；干预

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.11.031

前言

社会经济的快速发展推动了社会主体对生活质量要求的不断提高，中学阶段作为学生全面发展的重要时期，其主观幸福感直接影响着其发展质量，而校园欺凌这一社会问题成为关键影响因素。深入研究校园欺凌对中学生主观幸福感的影响，不仅有助于了解并改善中学生的心理健康状况，还能为制定有效的干预措施提供理论支撑和科学依据，这已成为许多学校的重要工作内容。

一、中学生主观幸福感的基本概述

中学生主观幸福感属于一个相对复杂的概念，涉及了中学生心理状态、家庭环境、学校氛围、社交关系及个人特质等多个维度。作为一个主观且个体化的概念，主观幸福感反映的是个体对自身生活质量的整体评价，从家庭环境角度来看，相较于家庭矛盾较多、亲子关系紧张的环境，良好的家庭关系、父母的关心爱护能更加有效地提升中学生的主观幸福感；从学校氛围角度来看，中学生正处于青春期，在学校学习的过程中，与教师和同学的关系可能对其主观幸福感产生重要影响，相较于人际关系紧张或受到孤立，良好的人际关系更有助于学生成长；同时中学生面临着极大的学习任务 and 升学考试压力，因此增加了产生焦虑、抑郁等不良情绪的风险，降低其主观幸福感；个人特质在中学生主观幸福感提升中也占据着重要位置，消极、自卑、脆弱等品质可导致学生在面对困难时感到无助和沮丧，随之主观幸福感降低，相比之下拥有乐观、自信、坚韧等积极品质的学生，在面对困难和挑战时更能保持良好的心态，从而提升主观幸福感。

二、校园欺凌对中学生主观幸福感的影响因素分析

1. 研究对象

世界经济合作与发展组织（OECD）针对全球15岁学

生学习水平开启了一项国际学生评估计划（Programme for International Student Assessment, PISA）。PISA2018共抽取了我国北京、上海、江苏、浙江四省市361所学校作为样本，对学生进行问卷调查，得到有效问卷共11507份。本研究以PISA2018数据集为基础，对校园欺凌中教师支持、父母支持对中学生主观幸福感的影响进行分析。

2. 研究工具

以问卷调查为主，共设置26个调查问题，针对“校园欺凌情况”、“学生感知教师支持情况”、“学生感知父母支持情况”、“学生主观幸福感系数”四个方面进行研究。采用Cronbach's α 系数这一常用的测量内部一致性的统计量，评估四个调查项目之间的相关性。一般情况下，系数在 ≥ 0.7 时提示测量具有良好的内部一致性，系数位于0.5-0.7之间提示内部一致性尚可，但需改进，而系数 < 0.5 则提示内部一致性较差，需重新设计测量项目，而该四个调查项目Cronbach's α 系数均超过了0.7，具有良好的内部一致性。

3. 数据处理

将通过问卷调查、访谈、观察等方法收集到的数据经核对处理后，全部录入到电子表格或统计软件中，确保数据的完整性和准确性，同时检查和处理缺失值、异常值或错误数据，确保数据的质量，并对变量进行适当编码和分类，便于统计分析。采用描述性统计，计算均值、标准差、频率等，了解各变量的基本特征和分布情况。

4. 结果分析

经数据分析可得，中学生感知校园欺凌事件越多，其主观幸福感水平越低。教师支持与父母支持在校园霸凌事件中，起着重要的调节作用，中学生感知教师支持和父母支持越多，其主观幸福感越高，但仅限于校园欺

凌伤害程度较小且支持较多的情况下，一旦中学生遭受的校园欺凌程度较重，即使获得更多支持，学生的主观幸福感水平也处于一个较低的水平。

三、中学生主观幸福感视角下校园欺凌的干预策略

1. 纠正认知偏差，树立正确反欺凌态度

中学生主观幸福感视角下，校园欺凌对学生的身心发展均造成着极大伤害，要想遏制此类现象的出现，有效提升中学生的主观幸福感，学校与教师必须从主观意识入手，纠正学生的认知偏差，引导学生树立正确的反欺凌态度。学校相关部门可联合教师和家长，采用课堂讲解、案例分析、角色扮演等多种方式，让学生充分认识到欺凌行为对受害者造成的身心伤害，以及欺凌者可能面临的法律后果和社会压力，尽可能纠正“欺凌行为只是同学之间的打闹或玩笑”这一错误认知。同时，引导学生树立正确的反欺凌态度，让每一位学生明白，“每个人都有尊严和权利，不应受到任何形式的欺凌”，而当面临欺凌行为时，应勇敢的站出来，拒绝参与或纵容欺凌，并立即向教师或家长寻求帮助。例如，某中学的一位教师为加强学生对校园欺凌行为的认知，选取了一例真实的案例展开讨论，一位学生在校园内长期受到同学的言语侮辱、身体伤害和社交排斥，因忍受不了欺凌的折磨，最终产生了自杀的念头，而欺凌者受到了法律制裁和舆论谴责；教师以问题导向引导学生思考，“这个受害者为什么会受到欺凌？欺凌者为什么会做出这样的行为？”、“该行为对各方造成了什么影响？”、“应该如何避免类似的欺凌事件再次发生？”，在激烈讨论中，学生均能从中得到启发和教育意义。

2. 创设安全环境，有效干预校园欺凌

学校是学生学习和生活的重要场所，学校主体为学生创设一个安全、和谐的环境，对降低校园欺凌事件至关重要。首先，健全优化校园安全管理制度。对于校园欺凌这一问题做出明确规定，禁止任何形式的欺凌行为，包括但是不限于身体伤害、言语侮辱与讥讽、心理孤立和排挤、网络恶意攻击、造谣传谣等，并给出明确的定义和解释，确保学生和教师能准确识别欺凌行为，针对具体行为规定相对的处罚措施，包括口头警告、书面检讨、通报批评、记过处分、留校察看等惩罚，以此体现学校反对校园欺凌行为的决心。其次，加强校园巡逻和监控是创设安全环境的有效措施，学校需依据实际情况，在课间、放学等关键时段增加校园巡逻频次，并

引入足够的监控设备，覆盖校园的关键位置，以便及时发现和有效制止校园欺凌行为，从而提升学生的主观幸福感。最后，建立欺凌事件报告机制。欺凌事件报告机制建立旨在调动学生的积极性，辅助发现并处理校园欺凌事件，从而保护学生的身心健康，维护校园的安全稳定。一方面，学校需明确报告渠道和方式，设立多种渠道为学生提供保障，如设置专门的欺凌事件举报箱、建立线上举报平台、公布举报电话等，在学校官方社交平台上进行公布，提高师生对欺凌行为的认识和举报意识；另一方面，辅助建立快速响应小组，针对举报的问题进行及时处理和应对，对欺凌行为进行调查取证，形成详细的调查报告，根据调查结果，对欺凌者进行教育、惩戒或移交有关部门处理，并对受害者提供必要的心理支持和帮助，尽可能降低对学生主观幸福感的影响。

3. 转变教育观念，鼓励旁观者勇于干预

校园欺凌产生的不良反应是多层面的，不仅影响到受害者的身心健康，还将对旁观者的心理状态和主观幸福感产生影响。从相关案例来看，大多数的校园欺凌旁观者往往因恐惧、担忧或认为干预无用，而选择置身事外，这种态度实际上助长了欺凌行为的继续发生，因此，为提升每一位中学生的主观幸福感，学校与教师需转变教育理念，鼓励旁观者采用正确的方法干预校园欺凌行为。学校可定期举办“反校园欺凌”的主题活动，向学生灌输正确的价值观念和道德观，让学生明白自身在维护校园的和谐与安宁中扮演的重要角色，同时向学生普及反欺凌措施，完善学生的反欺凌知识体系，确保学生在应对校园欺凌行为的有效性和安全性。此外，学校可建立有效的激励制度，通过设立“反欺凌英雄”奖项，对勇于干预校园欺凌行为的学生进行表彰和奖励，激励更多的学生参与到反校园欺凌行为中来。需要注意的是，树立学生的反欺凌观念并非一项一蹴而就的工作，需教师同家长持续地引导和教育，将其逐渐内化为学生的行为准则，为提升中学生的主观幸福感积蓄力量。

4. 为旁观者干预欺凌事件提供充足保障

旁观者在干预校园欺凌事件中扮演着重要角色，也是提升学生主观幸福感的重要因素，然而，旁观者援助而受到欺凌者报复的事件偶有发生，对学生的心态产生了极大的不良影响，在干预校园欺凌事件时顾虑较多，而消除旁观者干预顾虑的有效方式为提供充足的保障。

从制度层面出发,学校需健全校园欺凌报告和处置机制,确保旁观者能安全、匿名地向学校相关部门报告欺凌事件,避免因担心报复而不敢发声的情况。从教育层面来看,完善每一位中学生干预校园欺凌行为的知识体系必不可少,通过举办讲座、开设课程或组织模拟训练等方式,帮助学生深入了解欺凌行为的危害性、干预的重要性与干预方法,同时邀请心理学专家、法律人士或反欺凌组织相关人员开设讲座,提出专业经验和处理措施,然后组织学生进行模拟演练,在具体情境中提高学生的反欺凌能力。此外,学校还需为旁观者提供心理支持,在学校设置心理咨询室,为校园欺凌相关学生提供及时且专业的心理咨询和辅导服务,切实帮助其缓解焦虑、恐惧等负面情绪;如果旁观者因干预欺凌事件而遭受欺凌者的报复或法律纠纷,学校可为其提供法律援助,维护其合法权益,以此有效消除旁观者顾虑,勇敢干预校园欺凌事件,提高主观幸福感。

结语

为有效提升中学生的主观幸福感,降低校园欺凌事件发生的概率,学校、教师、家长等各主体需充分发挥自身的作用,逐步纠正中学生的认知偏差,帮助其树立正确反欺凌态度,同时创设安全、和谐的校园环境,确保及时干预校园欺凌行为,教育者需转变教育理念,鼓励旁观者用于干预欺凌事件,并为旁观者提供充足保障。此外,为更好地降低校园欺凌事件对中学生主观幸福感的不良影响,教师可充分发挥自身的媒介作用,鼓励学生自发组织或参与同伴支持小组,通过分享经验、互相支持等,增强中学生之间的信任感和归属感,并为学生建立起成长档案,详细记录不同学生的家庭背景、性格特点、兴趣爱好等信息,以更好地了解其发展需求和成长问题,提出具体的解决方案,引导学生向正确方向发展,不断提高学生的主观幸福感,也能从根源上降低校园欺凌事件发生的概率。

参考文献

- [1] 颜湘颖,姚建龙.“宽容而不纵容”的校园欺凌治理机制研究——中小学校园欺凌现象的法学思考[J].中国教育科学,2017,(01):10-14.
- [2] 林进材.校园欺凌行为的类型与形成及因应策略之探析[J].湖南师范大学教育科学学报,2017,16(01):1-6.
- [3] 向广宇,闻志强.日本校园欺凌现状、防治经

验与启示——以《校园欺凌防止对策推进法》为主视角[J].大连理工大学学报(社会科学版),2017,38(01):1-10.

[4] 姚建龙.防治学生欺凌的中国路径:对近期治理校园欺凌政策之评析[J].中国青年社会科学,2017,36(01):19-25.

[5] 滕洪昌,姚建龙.中小学校园欺凌的影响因素研究——基于对全国10万余名中小学生的调查[J].教育科学研究,2018,(03):5-11+23.

[6] 严奕峰,李欣.学生幸福感从何而来——PISA 2015的调查数据及启示[J].外国中小学教育,2019,(08):17-27.

[7] 谢家树,魏宇民,ZHU Zhuorong.当代中国青少年校园欺凌受害模式探索:基于潜在剖面分析[J].心理发展与教育,2019,35(01):95-102.

[8] 贾瑜.学生幸福感:现状、影响因素及启示——基于PISA2018中国四省市数据的分析[J].教育发展研究,2020,40(06):36-42.

[9] 朱雁.学业成就与学生幸福可否兼得?——基于PISA 2018中国四省市学生的实证分析[J].中国教育科学,2020,(01):21-27.

[10] 赵宇阳,胡娜.幸福感对青少年学业素养的影响——基于PISA2018中国四省市数据的实证研究[J].教育发展研究,2021,41(06):74-84.

[11] 王玥,周镭,许志星.校园欺凌对学生幸福感的影响:有调节的中介模型[J].上海教育科研,2021,(02):50-54+16.

[12] 胡琦忠,高守宝,王晶莹.我国中学生幸福吗?——基于对PISA2018中国四省市调查结果的研究[J].世界教育信息,2022,35(02):75-79.

[13] 陈殿兵,朱鑫灿.学生幸福感的发展趋势、影响因素及对策——基于PISA数据的实证研究[J].教育评论,2022,(05):106-113.

[14] 周东阳,佟玉英.校园欺凌对青少年主观幸福感的影响——基于PISA2018四省市数据分析[J].湖北第二师范学院学报,2022,39(06):44-49.

[15] 姚婷,李会茹,付玺行等.父母教养方式、校园欺凌和心理韧性影响青少年心理亚健康的结构方程模型分析[J].华中科技大学学报(医学版),2022,51(02):192-197.