

# 教师对校园欺凌事件中受欺凌者的心理干预策略分析

彭健

(普洱市职业教育中心 云南 普洱 665000)

**【摘要】**校园欺凌事件中,受欺凌者毫无疑问是最大的心理受害者,通常会出现社交性焦虑、孤独、回避、抑郁、自卑等情况。他们还可能产生违反道德和社会行为规范的行为,具有逃学、盗窃、自伤、反抗、攻击等不利于自身和他人的现象,对青少年成长后期中出现的犯罪行为具有明显的预测作用。因此,本文主要从心理学视角,探讨校园欺凌事件中教师如何对受欺凌者进行心理帮助,对他们进行有效的心理干预。

**【关键词】**校园安全;欺凌事件;受欺凌者;心理干预

当校园安全事件发生后,需要发挥家庭教育、学校教育和家庭教育三位一体的合力作用,要加强必要的社会道德教育和法制教育。从根本上,在校园欺凌事件发生后,学校要对欺凌圈的学生进行处置,教师要对受欺凌者进行有效的心理干预。

## 一、受欺凌者常见的个体心理行为表现

### (一) 个性特点

心理学家相关研究发现,个性表现羞怯、软弱、胆小、孤僻、内向、自闭、孤独、抑郁、自卑、怕事、沉默忍耐、自信心不足等,又对同学的言行过分敏感的学生更容易遭受校园欺凌,这部分同学在校中常常属于弱势群体,应给予更多关注与引导,预防欺凌事件的发生。

### (二) 自我意识水平较低

受欺凌者在自我意识方面往往表现为心理控制水平以及自尊水平较低,对自己的智力、外貌与合群性方面评价偏低,自我价值感不足。部分受欺凌学生在长期遭受同伴的羞辱而又无力自卫时,极易产生对现实世界的不安全感,并可能形成习得性无助感。

### (三) 处理人际关系能力较弱

青少年学生的某些行为特征诱发或强化了其遭受同伴欺凌的可能。如,各种挑衅行为、争执、明显的焦虑和退缩、无效的说服策略等都有可能招致同伴的欺凌,而这些青少年学生对于受欺凌的反应往往倾向于采取屈服、哭泣等方式,没有采取合理的反抗方式,这容易进一步激发和强化攻击者的欺凌行为。遭受欺凌后的个体受到欺凌者的恐吓或者威胁后不敢向家长、教师等报告,还会引发后续更加严重的欺凌行为。

### (四) 过早涉足恋爱,因情感关系处理不当招致欺凌

在校园欺凌案例中,经常见到由于“抢男友、抢女友”等情感纠纷引发的较为恶劣的欺凌行为,受欺凌者往往不具有正确的恋爱观,当情感纠纷发生时,常因情感关系处理不当招致欺凌。

## 二、受欺凌者遭受欺凌后常见的消极心理

青少年遭受校园欺凌后,情绪会遭受重创,自我评价降低,产生报复心理,引发攻击行为,形成消极人格,社会适应困难,社会化障碍等许多消极心理和不良行为。

具体表现为有些受欺凌学生情绪紧张、焦虑,上课时不能集中注意,不愿上学、厌学、逃学,因而学习成绩不断下降,致使学习困难,最后选择无奈退学;有些会产生恐慌、社交焦虑、抑郁、孤独和低自尊,个体自尊心受到严重的伤害,存在感和自我价值感降低;一些受欺凌个体也较少采取向家长和教师报告的解决问题策略,生命意义感降低,会产生自杀意念甚至自杀行为;还有一些青少年学生出现人际关系障碍,在人际交往中多表现出行为退缩,而这种行为退缩反过来又导致其社交技能更差,更不为同伴喜欢,难以被同伴群体认可,易出现社会化障碍。

## 三、教师对受欺凌者的消极心理干预策略

欺凌事件之所以给受欺凌者造成巨大的心理伤害,一个重要原因是受欺凌后学生得不到教师的及时帮助和关心。因而,对受欺凌者应积极进行事后干预,通过心理疏导减少其心理伤害,促

进其健康成长。当校园欺凌事件发生后,学校及教师可以参照以下策略对遭受欺凌的青少年学生进行心理干预。

(一) 及时启动学校受欺凌学生心理健康干预机制,对受欺凌者进行全面矫治与辅导

学校对校园欺凌在事件必须建立应急预案,并建立起校园欺凌的心理疏导制度,可以按照“初始访谈→心理测试→教育评估→结果反馈→愤怒管理→冲动控制→攻击消退→退出团伙→回归家庭→学校学习→情绪管理→生涯规划→自我实现”的步骤和目标,当事件发生后,对有在校欺凌行为的学生进行犯罪心理矫治工作,对受欺凌者进行有效辅导。

(二) 各相关责任教师要全力配合专业工作者开展心理干预工作,使受欺凌者安全度过危机

在学校里针对受欺凌者具体的干预,可以分为三级:

第一级是班主任和任课老师的监护。因为他们是距离学生最近的,也是最了解学生情况的,学生信任他们,所以他们能够给予学生最及时的保护,无论是从时间上、情感上、空间距离上,他们是最容易发动和调动的。

第二级是各学部德育教师、各年级的年级组、教研组、学校教研室领导的协调监护。因为有些情况涉及班与班之间、年级与年级之间,所以第二级的监护要把年级组、教研组,以及各个科室的领导全部调动协调起来,并对整体情况进行评估。千万不要小瞧这件事,觉得“不就两个孩子的问题,班主任就可以解决了”,许多校园欺凌事件,都不是班主任自己能够控制的,班主任只是一级监护。

第三级是心理专业教师的监护。他们毕竟是专业工作者,在关键的时候能够及时、有效、科学地给予专业方面的支持和干预,并决定和评估是不是有必要向相关的医疗机构和人员转介。

(三) 给受欺凌者更多的情感支持,为受欺凌者建立心理支持系统

我们应该明白,当青少年学生受到欺凌后,他们的情绪会受到很严重的创伤,这种伤害一方面是当时的应激反应,很愤怒、很恐惧、很紧张、很害怕,之后还有可能会引发其他方面的一些心理反应,所以受欺凌者应该马上接受专业教师的心理辅导。

首先,给教师和孩子一个单独的房间,不需要教师说些什么,只要坐在孩子的身边听他诉说,或者不说,陪着他,安抚他就可以了。教师临时充当一个陪伴者,一个倾听者,一个辅导者。一定要选择有亲和力,让孩子信赖的教师去陪伴,避免产生不可逆转的心理阴影。

其次,如果孩子的问题特别严重,已经出现了精神异常,那一定要及时送医院精神科去接受治疗,刻不容缓,千万不要被眼前的现象所迷惑,一定要做专业的精神鉴定。

再次,我们给孩子足够的情感上支持后,需要与他讨论解决的方法:“这件事情怎么办你觉得更好一点?你希望怎样解决?你是想报复他吗?你想怎么报复?报复的后果是什么?”全部要了解清楚。对于处在危机下的学生,最需要的不是道理、道德和

(下转第753页)

发挥标准的导向性、评价性和监测性作用。

#### 4.2 协同教学与科研

提高专业师资团队的科研能力既是提高专业人才培养质量也是体现品牌专业建设水平的重要方面。高职院校中教学和科研是不可分割的统一体，二者共同作用构成高职院校发展的源动力。学院创新“产教融合、教学与科研协同”的品牌专业团队建设思路，围绕品牌专业建设要求和服务区域经济社会发展和经济结构转型升级需要，与国内外知名企业深度融合。

#### 4.3 完善激励机制

完善的专业师资激励机制是培养高水平“双师型”品牌专业教研团队的主要部分。各民办院校可结合品牌专业团队教师发展要求，建立健全覆盖专业教师入职培训、在职培养、能力提升的各项制度，主要围绕国家职业培训发展中心提出的职业教育教师职业能力标准框架，各民办院校制定专业教师教学实践、技术技能和教学、科研能力标准，相应设计并实施了专业教师考核评价机制。通过强化教师教学实践能力的评定，明确专业教师在指导学生课程教学、实习、实训，以及指导学生就业等方面的能力要求。

教师团队的协同创新主要贯彻职业能力协同思想，协同教学

与科研，完善激励机制，之后达到创新互惠，知识的共享，资源优化配置，行动最优同步、高水平的系统匹配度。

#### 参考文献

- [1] 银岁红. 协同创新视域下茶道精神与教师团队建设的融合性分析[J]. 福建茶叶, 2018, 40(12): 267.
- [2] 王小刚, 眭碧霞. 高职品牌专业教科研创新团队建设探索与实践——以软件技术专业团队建设为例[J]. 教育现代化, 2017, 4(48): 313-316.
- [3] 梁欢. 政校行企协同创新理念下的高职院校双师结构教学团队建设模型及运行机制研究[J]. 现代经济信息, 2015(18): 381-382.
- [4] 龙婷. 行业特色高职院校协同创新团队建设研究[J]. 吉林省教育学院学报(下旬), 2014, 30(11): 93-94.

#### 作者简介:

银岁红(1975.03)女, 湖南宁乡人 日本鹿儿岛大学在读博士, 湖南信息学院讲师。研究方向: 职业教育与地方发展及教育管理。

湖南省十二五规划课题: 《协同创新视域下民办应用型本科院校教学团队建设的研究与实践》(编号XJK015CZY004)

(上接第751页)

法律, 而是周围人的支持和理解, 这就需要教师、同学、朋友给予他们情感上的支持, 得到他们的信任。

(四) 对受欺凌学生进行正确的行为引导, 防止其转变为欺凌者

心理研究表明, 当学生在受到挫折时, 经常会出现情绪的冲动与愤怒, 会对特定对象进行报复和攻击。比如, 一些学习成绩不好的学生被人为贴上“差生”的标签时, 遇到老师和同学的忽视和歧视, 就会演变为欺凌行为。受到欺凌的学生, 一些会忍气吞声, 另外一些则会以暴制暴, “君子报仇, 十年不晚”, 成为新的校园欺凌者。学校老师必须要对受欺凌学生进行正确引导, 防止其转变为欺凌者。

(五) 注意引导和完善受欺凌者的人格, 灵活运用心理咨询技术解决受欺凌者的心理问题

针对校园欺凌事件的具体情况, 结合受欺凌者的心理特点, 灵活运用心理咨询技术解决受欺凌者的心理问题。例如, 可以采用沙盘疗法、归因疗法和系统脱敏法相结合, 对受欺负的学生进行干预, 减轻其被欺负后的心理状态, 并逐步促进自我认识, 改变对这件事的归因方式, 修复和自己的关系, 帮助受欺凌者适应当下的学习和生活; 也可以通过角色扮演、需求表达、头脑风暴等活动, 帮助学生更好地应对欺凌行为, 消除欺凌行为带来的不良影响; 还可以通过角色扮演与移情体验, 及时了解欺凌者的心理动态和行为动机, 引发学生进行深层次的思考和反省, 及时纠正自己的不良行为; 当然, 针对受欺凌者的自卑心理, 可以利用积极的自我暗示、自我鼓励法, 帮助他们树立自信心, 不要妄自菲薄, 正确认识自己, 提高自我评价, 了解自身的短处的同时, 也要发掘自己在其他方面的长处, 从而不断完善自己的人格。

(六) 改善人际关系, 提升生活质量和学习效率, 回归现实, 逐步建立正常的社会功能

鼓励并支持受欺凌的学生积极参与社会和学校组织的各项活动, 主动参与人际交往, 大胆展示自己。通过团体心理辅导、心理拓展训练等形式, 让这些学生能很快适应学校学习生活, 恢复正常的人际交往。通过游戏活动、班级活动、团队活动等形式, 创建团结互助的班级氛围, 让受欺凌的学生能够改善人际关系, 提升生活质量和学习效率, 回归现实, 逐步建立正常的社会功能。

总之, 校园欺凌事件发生后, 学校教师要做学生健康成长的指导者和引路人, 及时制定危机干预计划, 采取有效措施, 对受欺凌者进行相应的心理干预, 抚平他们的情绪创伤, 修复心理缺失, 调节自我, 并为他们创建安全、阳光、健康、和谐的人际氛围, 帮助他们及早回归正常校园学习生活。

#### 参考文献

- [1] 陈杨丽. 我该原谅欺负我的同学吗? ——一例受欺负学生的心理辅导案例. 中小学心理健康教育, 2017年第26期(总第337期): 51-53.
- [2] 孙时进, 施泽艺. 校园欺凌的心理因素和治理方法: 心理学的视角. 华东师范大学学报(教育科学版). 2017年第2期: 51-56.
- [3] 刘静婧. 校园欺凌行为的心理成因和辅导策略初探. 才智·Ability And Wisdom, 2017年: 93, 94, 96.
- [4] 刘艳丽, 陆桂. 校园欺凌行为中受欺凌者的心理适应与问题行为及干预策略. 教育科学研究. 2017(05): 60-65.
- [5] 卜建华, 潘云梦, 张宗伟. 校园欺凌现象与学生行为心理分析及对策研究. 中国成人教育. 2017(23): 94-97.
- [6] 章恩友, 陈胜. 中小学校园欺凌现象的心理学思考. 中国教育学刊. 2016(11): 13-17.