



法治护航 校园“零”欺



上海市第二中级人民法院少年庭编

前言

近年来，以同学间欺凌弱小为典型的校园暴力案件引发社会广泛关注。国务院教育督导办、教育部等部门陆续下发《关于开展校园欺凌专项治理的通知》《关于防治中小学生欺凌和暴力的指导意见》《加强中小学生欺凌综合治理方案》等文件，对校园欺凌治理作出部署。

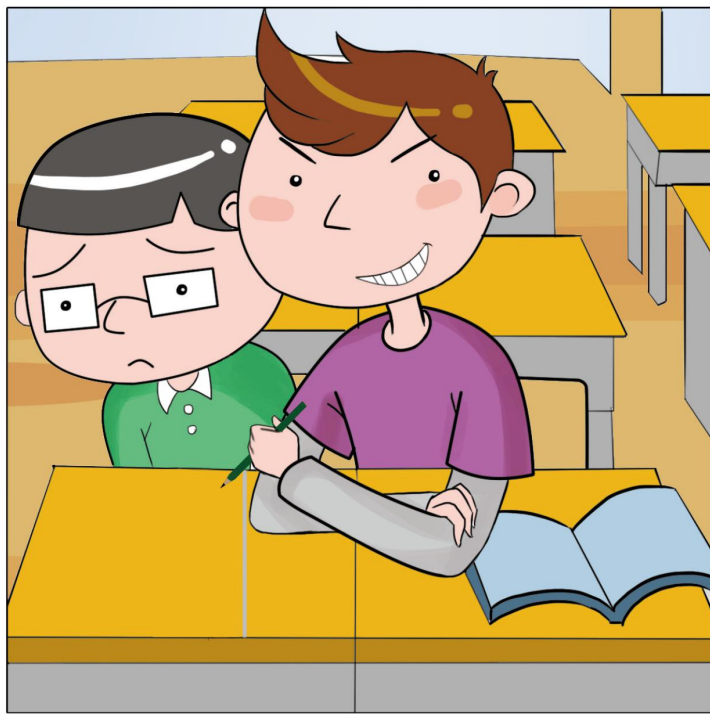
作为未成年人案件综合审判机构，上海市第二中级人民法院少年庭在依法公正审理涉少案件之外，也积极开展法制宣传教育，促进未成年人真正从内心认同法治、树立法治信仰、践行法治精神。为指导广大中小学生“正确识别、预防和应对校园欺凌”，宣传相关法律知识，提高中小学生自我保护能力，三中院少年庭江南、陆晓波、曹艳梅、祝丽娟、王梓焱等司法专业工作人员精心编写了这本漫画册。

我们认为这本漫画册形式活泼、内容充实、教育意义强，符合中小学生身心特点和成长需求，是一本很好的专题法治教育读本。希望同学们能够从中受到教育、得到启发，为自己健康快乐成长加油助力。

上海市高级人民法院
上海市教育委员会
共青团上海市委员会
2018年8月

一、什么是欺凌？

- ◆ 被欺凌者感受到了**伤害**，可以是：
 - 生理上的伤害，如**疼痛**；
 - 心理上的创伤，如**侮辱、恐惧、孤独**；
 - 财产上的损失，如**东西被强抢、霸占**。
- ◆ 欺凌者是故意让被欺凌的人**受到伤害**。



你认为下图 1-7 中哪几幅画的是欺凌?

参考答案见第 6 页

1



3



2



4

5



6

7



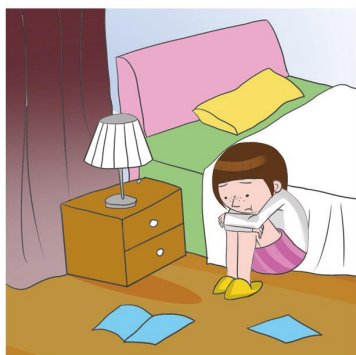
正确答案:图1、图3、图5、图7。这四幅图画的是欺凌的故事。

不过,图2、图4、图6里的学生的行为,你觉得是正确的吗?

欺凌会造成哪些后果？

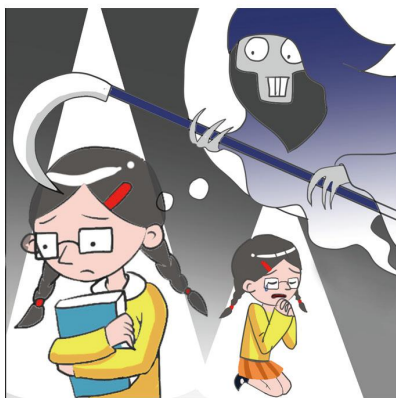
◆ 被欺凌者

▶ 受伤



▶ 不敢与人来往

▶ 甚至



◆ 欺凌者

▶ 如果得不到及时的发现和制止，每实施一次欺凌后，欺凌者都会变得更“坏”。

▶ 最后，甚至走上了违法、犯罪的道路



◆ 旁观者

- ▶ 有时候，欺凌时会有旁观者在场。虽然旁观者只是看着，但欺凌也会对他们造成影响。
- ▶ 产生愧疚、不安等消极情绪



▶ 或者，加入到欺凌者中



二、为什么会出现欺凌？

◆ 欺凌者 错误地

以为，欺凌别人
可以让自己看上
去很“厉害”。



世界上的每个人都应该是一个样子，人与人之间怎么能有那么多差别？

没错，就需要有人给所有人订个规矩，让每个人都一个样。



◆ 欺凌者 缺少

“同理心”。



◆ 欺凌者 不懂

如何尊重、接
纳别人。



◆ 有些欺凌者控制不了自己的脾气。



◆ 欺凌者或许
也曾是**被欺凌**
的对象。



◆ 有时候，旁观者的**袖手旁观**，会
令欺凌者更加放肆。



三、面对欺凌该怎么办？

◆ 首先，我们必须明白：



给被欺凌者的话——“这不是你的错”

- ▶ 欺凌绝不是一个玩笑！
- ▶ 欺凌也不是“好玩的游戏”！！
- ▶ 没有一个人“活该”被欺凌！！！！



如果你正在遭受欺凌，你应该认识到，**这不是你的错**。你并不应该受到这种对待。任何人都不应该遭受这样的对待。不过，在人生的这个阶段，你还正在“弄清自己是谁、自己想要什么”的途中，你将不可避免地被他人的行动、看法和评论所影响。但是，请记住：人们的观点和感受总是在变化。

有人可能会因为你不过人喜欢（在他们看来）而讨厌你，也可能会因为你太吸引人而讨厌你；有人可能因为你不聪明（在他们看来）而欺负你，也可能因为你太聪明而欺负你。若你将自己的价值完全交给其他人决定，你自己的幸福和快乐就相当于被别人所支配——这太可怕了。

随着时间的推移，你终将在自己的坚持与努力中有所回报，找到属于自己的热情、自己的梦想，以及“自己是谁”的答案。你可以努力将自我意识建立在正确的人或事上，而不再被其他人错误的行动、言论和思想所支配。

所以，**不要放弃**，并记住：“**这不是你的错。**”

◆ 其次，我们应当学会如何应对：

➤ 面对身体欺凌

如果欺凌还未发生……



1、别独自待在欺凌者可以找到你的地方



2、欺凌者靠近时，走向人多的地方



如果你还是被欺凌者“抓住”了……

1、引起周围其他人的注意



2、转移欺凌者的注意力，寻找机会逃跑



3、一旦发生身体欺凌，往往意味着欺凌者与被欺凌者“**强弱悬殊**”。所以，我们**不建议**被欺凌者做以下几件事：

(1) **和欺凌者讲道理**（实施欺凌时，他们是不会觉得自己做错了的，你的说教可能只会起到反效果）；

(2) **直勾勾地盯着对方或是握紧拳头**（这是一种攻击性的肢体语言，会让欺凌者觉得你正在挑衅他们）；

(3) **对于对方想要的身外之物抓着不放**（有时候，欺凌者实施欺凌，是为了得到你身上值钱的东西。放弃这些身外之物会令你更加安全，何况，你可以在告诉大人之后，拿回它们）；

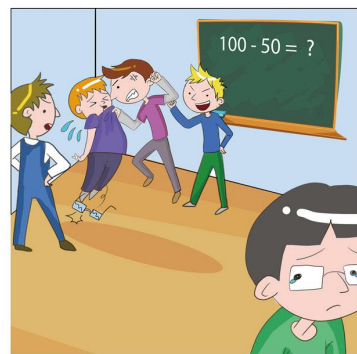
(4) **和欺凌者打一架**（身体欺凌发生时，欺凌者要么比你强壮、比你高大，要么人多势众，打一架对你绝对没有任何好处，而且很可能会激怒欺凌者，使欺凌“升级”。尽可能保证自身安全、不受到更严重的伤害，才是最重要的）。

4、马上把你遭受欺凌的事实告诉你信得过的大人，比如老师、家长、警察。



不要听信欺凌者的威胁，威胁本身恰恰是欺凌者内心**软弱、害怕**的表现。

如果你选择沉默，不仅会使欺凌者对你变本加厉，还会殃及他人。



如果你是
旁观者，目
击到身体欺
凌……

1、及时制
止，但要量
力而行；



2. 发现自己势单力薄，那么马上向你信得
过的大人报告。



面对语言欺凌

1、无视欺凌者
你的内心可以感到恐惧、愤怒或者悲伤，但千万
不要表现出来。



通常，欺凌者就是希望通过语言欺凌，看到你害怕、生气或者受挫的样子。如果你没有任何反应，欺凌者可能就会无趣地走开。

有些**狡猾**的欺凌者想通过语言欺凌来挑起你的怒火，令你对他实施辱骂，甚至攻击行为，好让他有理由来对你进行反击。

所以，**千万不要中计哟！！**

2、勇敢地走开



那些误以为自己很“厉害”的语言欺凌者，常常会故意当着很多人的面实施欺凌，就是为了周围的“观众”看看自己的“厉害”之处；而其他人的持续围观，又会使欺凌者自以为得到了“观众”的支持、认可。

所以，被欺凌者和旁观者一起坚决地走开，来表明对欺凌的反对态度，欺凌者的可笑“表演”也就自动停止了。

▶ 面对社交欺凌

1、不要沮丧，不要绝望



社交欺凌，通常是指欺凌者通过影响、操控群体来对被欺凌者进行孤立、排斥等。这种欺凌方式较为复杂，成因有时还是双向的。

被欺凌者要做的，其实就是在学习生活中展现自己的优点和魅力。渐渐地，那些懂得欣赏你的人，自然会站到你那一边。

每个人都有他的长处与短处，与众不同没什么不好，相信自己！

2、“我的朋友，我做主！”



在社交欺凌中，有时，欺凌者会把旁观者当作实施欺凌的“道具”；有时，旁观者就是欺凌者。

如果你不赞同欺凌者的做法，如果你不愿成为社交欺凌的下一个受害者，如果你不想错过一位真正的朋友……

那么，请勇敢地站出来，说：“**我的朋友，我做主！**”

面对网络欺凌

随着信息技术的发展与电脑、手机等设备的普及，网络欺凌开始在校园中出现。

与身体欺凌、社会欺凌相比，网络欺凌者（有时是匿名）可以在不需要与被欺凌者进行面对面的接触的情况下，传播或者发送侮辱性、诋毁性或者骚扰性的文字、图片、视频等信息载体，来达到欺凌的效果。



被欺凌者应该怎么办？

- 1、保存信息内容，作为证据；
- 2、善用“屏蔽”“举报”“投诉”等功能；
- 3、告诉你信得过的大人，让他们帮你处理。

与面对身体欺凌、语言欺凌、社交欺凌相似，
面对网络欺凌时，**请不要：**

- (1) 在网络上与欺凌者“互喷”，无论是私聊还是群聊；
- (2) 在网络上曝出欺凌者的**隐私**、“糗事”，或者散播关于欺凌者的谣言，作为**报复**（这些都是欺凌行为哟！）；
- (3) 对欺凌者发给你的带有骚扰、侮辱、威胁意味的消息、短信**作出回复**。

在网络欺凌中，旁观者需要做的与被欺凌者的差别不大，但应再加两条：

- 1、不转发、不分享、不推荐，不使含欺凌意味的信息内容再得到进一步的传播；
- 2、更不要在添油加醋之后，进行上一条中提到的操作。



正因为网络上信息内容的传播**不需要面对面的接触**，与面对面的方式相比，信息内容的受众通常无法感知发布者的语气语调、神态表情、肢体动作以及发布者所处的特别情景，以准确地理解发布者的用意。

所以，**发布内容前请三思**，以免被当作“网络欺凌”来对待。

接下来的几条建议可以使你尽可能地避免遭受网络欺凌，同时也能帮助你更安全地上网“冲浪”：

1、还是“**发布内容前三思**”（这不单单是为了不被当作“欺凌者”。你要牢记的是，当一条信息进入网络空间，你就失去了对它的控制。而信息一旦落入对你别有用心的人手中，他们很可能就会以此“大做文章”。所以，按下“发送”键之前，再好好考虑下）；

2、**注意“隐私”设置**（在所有设备、软件和一些网站中都会有一个叫“设置”或者“选项”的页面，用户可以通过修改、调整页面中的相应数值和选择，来实现对设备、软件和网站功能的掌控，从而更好地使用它们。关于“隐私”的设置或选项一定包含其中：**添加我为“好友”是否需要验证、个人资料是否对陌生人公开、是否接收来自陌生人的消息等等**）；

3、**注意位置分享功能**（我们用一些软件发布信息时，我们所处的地理位置也会一同分享在信息上——不过，别忘了，这一功能是可关闭的）；

4、**审慎地添加好友或者添加关注**；

5、**不回复神秘消息和邮件**（也不要打开消息中的链接或者附件，因为很可能是恶意软件或者病毒）；

6、**记得“注销”或者“退出”**（当你借用别人的或者公用的电脑等设备登录你的某个账号时，使用后及时“注销”或者“退出”自己的账号将尤为重要。否则，因为“自动登录”功能的存在，设备的下一个使用者再次打开网络浏览器或者软件时，或许就能直接使用你的账号了！大多数手机软件的“注销”或者“退出”按钮通常能在“设置”或者“选项”页面中找到）；

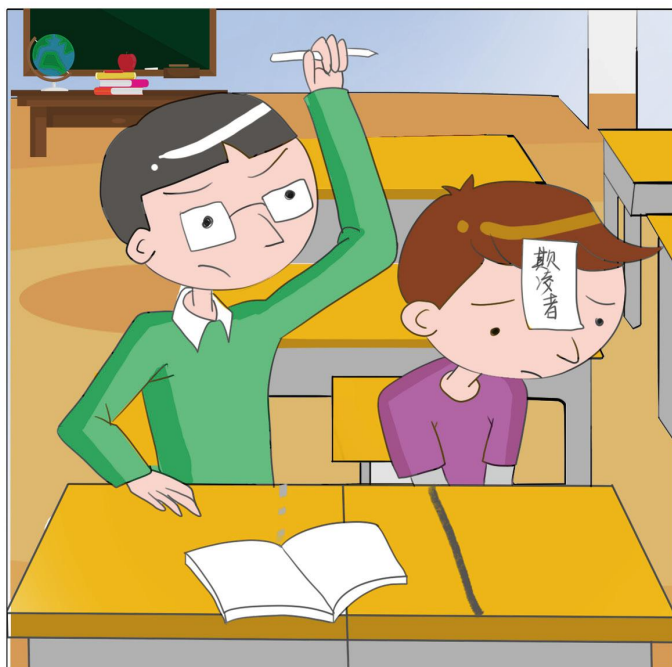
7、**保护你的密码**；

8、**管好你的设备**（比如，为手机屏幕设置密码锁、手势锁，别把开着的电脑留在别人能够得着的地方等等）。



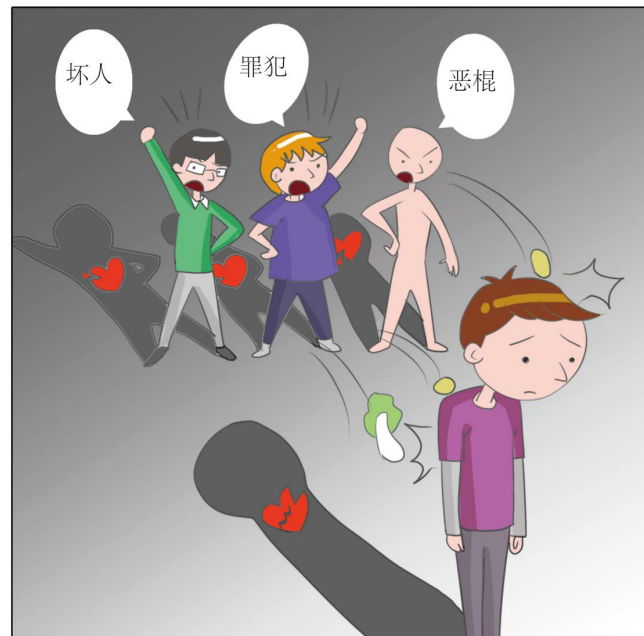
◆最后，我们需要懂得：

如何与欺凌者相处以及不成为欺凌者



当欺凌者的恶行被揭发、被否定，欺凌者也将受到应有的惩处。那么是否意味着，被欺凌者可以“以其人之道还治其人之身”呢？

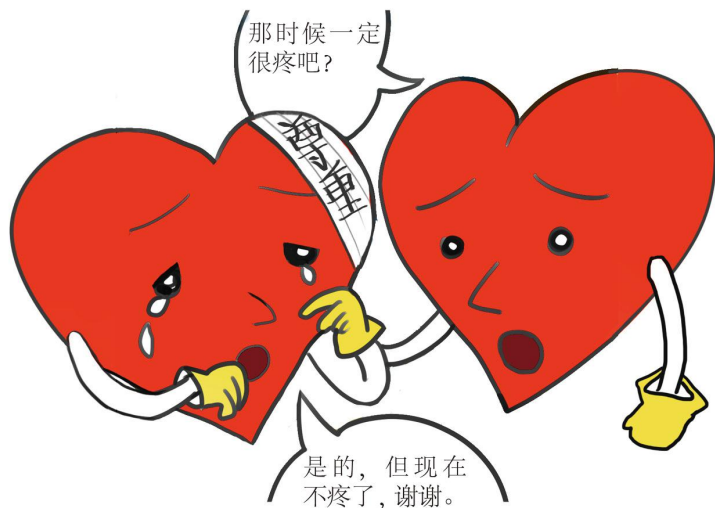
当然不是！



“以牙还牙”“以暴制暴”以及贴标签式的做法，只会使他们变得更加糟糕。而你，很可能在不知不觉间，就成了一个欺凌者。

◆那么，该怎么办？

1、用你希望别人对待你的方式，去对待他人——哪怕他们是欺凌者。



◇ **尊重**，就是懂得关心他人的感受、想法、意见、喜好、需求、意愿和梦想，使对方有存在感和价值。

◇ 当你懂得尊重他人时，你是不会去评判、取笑或者是伤害他们。你会包容、接纳他们而不是孤立他们；你会注意到他们的存在，而不是忽略他们。当然你也不会欺负他们。

◇ **尊重**的伟大之处在于，你尊重他人，他人同样也会尊重你。



2、试着劝告欺凌者改变自己。



劝告并不是大人的“专利”，同龄人也可以做，或者协助教育者一起做。

这听起来或许有些不可思议，不过，有些欺凌者其实需要一些帮助，比如，需要有人告诉他们“欺凌是错误的”，因为很有可能从来没有人跟他们说过。



特别是对那些不懂得怎么交朋友的欺凌者来说，他们还需要一定的“指导”。



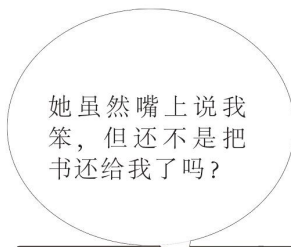
如果欺凌者是你的朋友，你的劝告会更管用！



当然，这个过程不会一帆风顺……

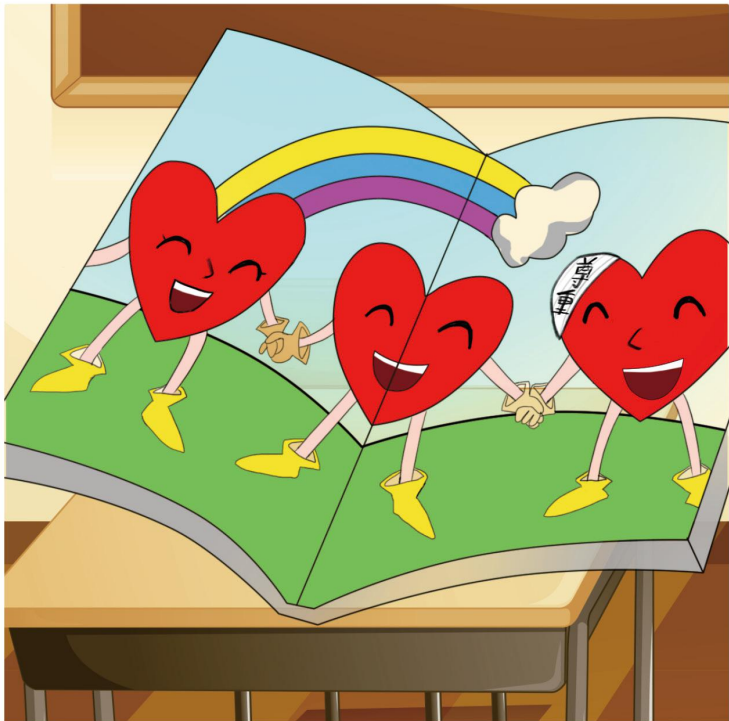


但是，如果你不放弃



参考文献

你的善意与尊重终将感染他人，而学校也将因此变得更美好。



1、佟丽华主编：《反校园欺凌手册》，北京出版集团公司、北京少年儿童出版社 2017 年版；

2、佟丽华主编：《反校园欺凌手册》（学生读本），北京出版集团公司、北京少年儿童出版社 2017 年版；

3、支愧云著：《校园暴力心理机制研究》，重庆大学出版社 2017 年版；

4、陈岚著：《我们为什么被霸凌？》，江苏凤凰文艺出版社 2017 年版；

5、【爱尔兰】基思·沙利文著：《反欺凌手册》，中国致公出版社 2014 年版；

6、【美】帕梅拉·霍尔著，【美】鲍勃·奥斯特伦姆绘：《我该怎么办？——美国小学生最受欢迎的防欺凌情景绘本》，朱银涛译，煤炭工业出版社 2016 年版。

7、【美】菲利斯·卡夫曼·古特斯坦、伊丽莎白·沃迪克著，【美】斯蒂夫·马克绘：《对校园欺凌说不》，陕西新华出版传媒集团、陕西科学技术出版社 2016 年版；

8、【美】贾斯汀·W·帕钦、萨米尔·K·辛社佳著：《校园欺凌行为案例研究》，王怡然译，黑龙江出版集团、黑龙江教育出版社 2017 年版。

9、【美】贾斯汀·W·帕钦、萨米尔·K·辛社佳著：《语言暴力大揭秘：跟网络欺凌说“不”》，刘清山译，黑龙江出版集团、黑龙江教育出版社 2017 年版。

法官寄语

同学们，你们是祖国的未来，民族的希望，承载着实现中华民族伟大复兴的使命。我们希望，通过本期漫画册的学习，大家在日常学习生活中能够多一些法治思维，摒弃盲目冲动；多一些宽容，少一些计较；多一些沟通，少一些误解；多一些和谐，少一些冲突。

如果你曾存在欺凌同学的行为和举动，请不要认为自己还是孩子，可以为所欲为，而应该清楚如果不及时纠正，一错再错，就有可能接受法律的审判，甚至自由的剥夺！

如果你是遭受欺凌等不法侵害的孩子，请不要害怕，也无需自卑，法律是你最坚强的后盾，学会向老师、父母诉说，学会拿起法律武器保护自己，相信“法润花季”，相信正义与你同在！

衷心祝愿亲爱的同学们能够走好青春的每一步，树立正确的价值观，培养法治意识，拒绝校园欺凌，享受快乐成长！