

校园欺凌的隐秘角落

“为什么偏偏是我?”

“为什么偏偏是我?”受访的校园欺凌受害者想不明白。伤害来得毫无缘由,可能是因为外貌的某些特征,或是性格内向不合群,抑或是家境普通,甚至可能因为优秀出众。他们因此负上“原罪”,莫名其妙成了被针对、孤立、欺凌的对象。

联合国教科文组织发布的《校园暴力与欺凌-全球现状报告》指出,全球各地都存在校园暴力与欺凌现象,影响着许许多多的儿童和青少年。相关估算显示,每年约有2.46亿儿童和青少年遭受某种形式的校园暴力与欺凌。

时隔多年,当被欺凌者回忆起那段黑暗的岁月,发现伤疤并没有痊愈。她们经历了漫长的自我救赎,“被欺凌的恐惧感依然在梦里反复攻击我”,“希望当时有人能告诉我,我没有错”。

有人找到了当年实施欺凌的人想要讨回一句“对不起”,结果对方已经全然忘记。说“我忘了”,欺凌者只需要1秒钟;说“我没事”,被欺凌者却可能需要一辈子。



预防校园欺凌宣传活动。(新华社资料图)

“我无处可逃”

卡比(化名)被欺凌的经历从幼儿园一直持续到高中。她是一名孤独症谱系(又称自闭症谱系障碍)人士,小时候不善于语言表达,喜欢沉浸在自己的世界里。因为言行举止跟同龄人不一样,她被当作异类,几乎走到哪都没有朋友,总是孤零零一个人。

最严重的是初中时期。她初中就读的是一所封闭管理的寄宿制民办学校,所有同学从早到晚衣食住行都在一起。“那是一所所谓的贵族学校,但我一点都没觉得同学们‘高贵’,相反,他们在我的记忆里很野蛮。”

驼背、皮肤黑、长痘、戴牙套、天生汗多,因为这些特征,一入学她就被同学们用异样的眼光看待,总是被调侃“你有没有洗澡”。有人偷偷翻她桌柜里的日记,明目张胆留纸条说“被我看过了”;她在课堂上发言或在讲座上提问,底下的同学会用嘲讽的眼神盯着她,恶意模仿她。

难得有人向她示好,她兴奋不已,非常珍惜,以为终于有了自己的朋友。没想到,他们只是想利用她,让她帮忙欺骗老师。年级里评出几大“神兽”,她是其中之一,几乎被全年级的同学孤立。“我什么都做不

了,感觉自己无处可逃。”

从二年级开始,李由(化名)就掉进了校园欺凌的“黑洞”。她当时在一个二线城市里就读最好的小学,成绩优秀,深受老师重视。在班上,她有两个朋友,一个外向、一个内向,家境较好,社交能力很强。但朋友很强势,总是要求她按照她们喜欢的样子做,否则就威胁李由绝交。

李由觉得这样的关系太不平等,不想一忍再忍,拒绝了她们的一次要求,结果双方一下子反目成仇。“那时候我太小太天真了,完全没有意识到,一场针对我的围剿即将开始。”

这两位女同学凭着活跃的社交,不断拉拢朋友,把李由以前的秘密全都包装成“黑料”说出去,还向其他人许诺,只要加入讨厌她的行列,这个小团体就可以给对方好处。

她还要忍受肢体的攻击,一些男同学会故意打她,在排队上下楼梯时踩她的鞋让她摔倒,狡辩说“开玩笑”“是我的手自己在打你,不关我的事”。女同学则在背后散播流言抹黑她的名声,或者表面上装作对她很好,一转身就把她送的东西扔掉。渐渐地,她被全班同学孤立。

被卷入的集体狂热

给被欺凌者带来伤害的,不仅是带头的人,还有周围人的态度。“一个善良的人被放在一个集体当中,可能也会在集体狂热中被卷入非理性行为。”卡比说道。

为何校园欺凌容易形成群体性行为?在社会心理学中有一个概念叫作“黑羊效应”,指的是在一个群体中,一些“本质不坏”的人会自发地对某一个成员进行“无形”的攻击。

在校园欺凌事件中,旁观者的态度转变是微妙的。海苔(化名)记得,曾经班上有一位女同学被男同学欺凌,刚开始她还和这位女同学要好过一段时间,后来班级里对她的风言风语增多,海苔选择疏远她,“在她被欺凌得最严重的时候,我刚好也构成了冷暴力的一环”。

当欺凌一个人变成一个集体的“正确法则”,旁观者也被迫站队。

小茜(化名)记得,初中班上某个女同学本来有一些朋友,但因为家境普通,渐渐地,孤立和批判她成了大家的“习惯”。

在这个班里,同学们普遍家境都不错,小茜感觉自己跟这位女同学是相似的——一个普通得不能再普通的家庭的孩子,她自卑、小心翼翼,没有勇气对这位女同学公开释放善意。被欺凌的悲剧没有发生在她身上,但又切实发生在她心里。

小鱼(化名)很想有人“拉一把”当时的自己。高三一整年,她在班上几乎没有朋友,因为跟一位学霸朋友翻脸,对方拉拢全班孤立她。她陷入自我怀疑:“我不是做错了什么?”她很希望能有人告诉当时的自己:你和其他人没有什么不一样,你只是被那一个人不喜欢了,而不是真的有什么天大的过错。

无效的求助

被欺凌者并不是没有想过求助。一开始,卡比尝试过求助老师,但因为欺凌大多没有实质的暴力行为,学校给的处罚轻飘飘。老师找那些同学谈话后,他们反而变本加厉,在他们看来,找大人告状是非常幼稚的行为。

有一次,卡比找表姐倾诉,表姐却说:“如果大家都这样的话,你要想想你自己的问题。”这句话让卡比认定“自己是一个罪人”。从此她不再反抗欺凌,还开始自我惩罚。她会用圆规或剪刀划伤手臂,会刻意不吃饭让自己受饿,还写了一些诗歌,经常用到“小丑”这类意象,喜欢把自己写得像瘟疫、过街老鼠,写完再把纸揉成一团,扔到学校

钟楼的阁楼上。

同样地,当小鱼把欺凌的遭遇告诉母亲,母亲的建议是“你做好自己就可以了”。于是,她一直“冷处理”。“现在看来这是个错误。”小鱼说,因为不发声就被大家当作默认,小集体的舆论完全被欺凌者操纵,那些“罪名”就会一次又一次叠加在自己身上。

《校园暴力与欺凌-全球现状报告》指出,许多校园暴力与欺凌的受害者不会把他们的经历告诉任何人,其理由包括不信任包含老师在内的成年人、害怕产生不良影响或遭报复、负罪感、耻辱感或困惑、担心不会被认真对待或者不知道去哪里寻求帮助等。

“我无法原谅欺凌者”

欺凌者留下的伤害,有的受害者需要用一生来自我疗愈。

小学时的欺凌对李由的影响很大,到初中也没有缓过来。她原本是一个乐观、外向的女孩,什么挑战都敢去试一下。到后来,在学校欺凌和家庭不幸的双重打击下,她不敢抬头看人,永远低着头看脚,说话声音小得像蚊子叫,回答问题时被老师反复要求“大点声”,但她依然不敢大声说话,被老师批评“真是左耳朵说给右耳朵听,右耳朵都嫌听不见”。

她的愿望就是要变成一个没有感情的透明人。三四年级这段时间,李由有一段记忆是空白的,“完全记不起,就好像被挖掉了一样”。长大以后读了心理学的书,她才知道那是自己第一次解离。那种感觉就像是有一堵“冰墙”把她关在里头,“墙”内外完全割裂,记忆力也衰退。但她知道外面全是伤害,所以选择蜷缩在“墙”内。

初高中时,她以为自己痊愈了,没想到高考前一周,那面“墙”又出现了。她撞不开,该吸收的知识都吸收不了,对周遭世界的感知力也急速减退。她以为是考前紧张导致的,找了心理咨询师,讲了自己的遭遇,痛哭了一场,但对方却草草处理,就让她走了。高考时她紧张,手脚僵硬,恍恍惚惚,最后成绩不理

想,原本能上211高校的水平,只考了一所普通一本院校。

病情复发更严重的一次是在大三,当时学校因疫情封校,“墙”又出现了。她想从“墙”内爬出来,但做不到,没办法看着别人的眼睛说话,每说一句话、每打一个字都很难受,就好像有东西在阻碍着她,让她无法表达。记忆力也变得很差,比如她把衣服放进洗衣机,设了个闹铃提醒自己,结果闹铃响了,她却茫然不知所措,直到第二天才记起来。

她翻看心理书,觉得自己是创伤后应激障碍伴随解离的状态。直到现在,解离症始终伴随着她,程度较轻时,它可以帮她抵御伤害,“相当于自我防护的功能”;如果它伴随着创伤性应激障碍症的出现,可能程度加重,影响患者的正常生活,比较危险。

这么多年过去了,李由努力不再跟欺凌者有任何联系,把关于她们的所有通通删除。有一天晚上,她突然跟一位参与过欺凌她的人打起了电话,她说了自己这些年的种种遭遇,没料到对方却说已经不记得了,没想到造成的伤害那么大,说了一句抱歉。而那些带头欺凌她的人,从来没有跟她表达过歉意。

“校园欺凌是非常恶劣的行为。”现在再回过头看,她依然无法原谅那些欺凌者。(澎湃)