DOI:10.16339/j.cnki.hdxbskb.2025.05.019

未成年人自我网络欺凌的成因、模式及干预*

莫梅锋,蒋文妮
(湖南大学 新闻与传播学院,湖南 长沙 410082)

[摘　要]聚焦未成年人自我网络欺凌现象,采用目的性抽样方法选取15名具有典型特征的未成年自我网络欺凌者作为研究对象。通过半结构化深度访谈与参与式观察相结合的方式,探究未成年人自我网络欺凌的生成机制、演化模式及干预策略。研究发现,未成年自我网络欺凌者在环境、群体、人际及个体四维框架交互作用下,形成了自我贬低的身份类型,这种内化的贬抑性身份认同成为诱发自我网络欺凌的内因。进一步分析显示,未成年人自我网络欺凌现象呈现出显著的社群化扩散特征:通过视觉修辞建构自残美学,借助互动叙事形成价值趋同,并在意见领袖影响下强化集群行为。基于社会协同治理理论,提出包含家校—同伴支持网络、平台责任治理和AI辅助干预的三维体系。

[关键词]未成年人;自我网络欺凌;自我伤害
[中图分类号]D922.16　　[文献标识码]A　　[文章编号]1008-1763(2025)05-0169-08

Self-cyberbullying among Minors: Causes, Patterns, and Intervention Strategies

MO Meifeng, JIANG Wenni
(School of Journalism and Communication, Hunan University, Changsha 410082, China)

Abstract: The study focuses on the phenomenon of self-cyberbullying among minors and selects 15 minors with typical characteristics as the research subjects by using the purposeful sampling method. Through a combination of semi-structured in-depth interviews and participatory observations, this study explores the generation mechanism, evolution model and intervention strategies of self-cyberbullying. Research has found that underage self-cyberbullies, under the interaction of the four-dimensional framework of environment, group, interpersonal and individual, have formed self-deprecating identity types. This internalized derogatory identity recognition has become the internal cause triggering self-cyberbullying. Further analysis reveals that the phenomenon of self-cyberbullying among minors exhibits significant community-oriented diffusion characteristics: they construct self-harm aesthetics through visual rhetoric, form value convergence through interactive narratives, and strengthen collective behavior under the influence of opinion leaders. Based on the theory of social collaborative governance, this study proposes a three-dimensional system that includes intelligent home-school - peer support network, platform responsibility governance, and AI-assisted intervention.

Key words: minors; self-cyberbullying; self-harm

一　引　言

近年来,在网络上诋毁自己的名声,且可能导致自杀、自伤等严重问题的自我网络欺凌(Self-cyberbullying)行为在未成年人群体中日益凸显。这是一种个体在无外部强迫下通过社交网络发布自贬内容,进行自我造谣、惩罚、辱骂和攻击的数字自我伤

* [收稿日期]2024—09—05
[基金项目]国家社会科学基金项目:社交网络欺凌对未成年人的影响及其治理研究(20BXW124)
[作者简介]莫梅锋(1977—),男,湖南邵阳人,湖南大学新闻与传播学院教授,博士生导师,博士,研究方向:网络传播、广告传播。

害(digital self-harm)[1]。2024年4月,我国适时修订并实施《未成年人保护法》,新增网络安全保障措施,彰显了对未成年人网络安全的高度重视。

在"内卷"压力广泛蔓延的社会背景下,心理韧性欠佳的未成年人自我调节能力较弱,难以适应高压和快速变化的学习、生活节奏,从而触发了抑郁、焦虑和自卑等一系列负性情绪,这些情绪的长期累积弱化未成年人生命价值感。面对现实生活中的挫折,未成年人试图在网络空间寻求自我认同和价值确认。然而,网络是一把双刃剑,负面互动不可避免,这容易使部分未成年人陷入二次自我怀疑的困境。现实与网络的双重压力驱使部分未成年人实施不理智且极端化的网络自我伤害,并试图在网络技术的支持下将这种具有强大传播效应的自我网络欺凌作为网络亚文化价值标签进行彰显。如何正确认识和有效防治自我网络欺凌对未成年人带来的伤害和潜在风险,已经成为亟待解决的社会性问题。

二 概念界定与研究方法

(一)未成年人自我网络欺凌的定义

欺凌是一种故意的、重复的攻击性行为,大多通过面对面的言语、肢体行为来实施人身攻击和关系霸凌[2]。现代意义上的欺凌已不再局限于施暴者与受害者之间的传统二元主体结构,而是呈现出更加复杂的新趋势。具体来说,部分未成年人在欺凌的互动过程中,实际上可能同时扮演了施暴者和受害者的双重自我角色,从而催生了未成年人自我欺凌这一特殊形式。根据自我欺凌实施手段的不同,可将现实世界中未成年人自我欺凌分为直接和间接的自我欺凌。前者指出于故意、因果式地损害自己的身体,常表现为对自己的皮肤、肉体组织进行外力损伤;后者则指通过生理和精神虐待等行为间接、长期地影响自我身心健康,如饮食失调、滥用药物、精神内耗等。自我欺凌是未成年人面对压力、挫折和情感痛苦时产生的非理性自我表达和自我惩罚机制。现实世界的未成年人自我欺凌,特别表现为对身体的自我伤害时,易被发现和监管,其造成的破坏性和不可逆伤害相对具有可控性。

网络的开放性、虚拟性、互联性和超时空性等社会属性衍生了未成年人自我网络欺凌新形态,即出现在社交媒介、BBS、网络游戏等网络平台欺凌自己的行为[3]。从宏观上说,未成年人自我网络欺凌涵盖所有利用网络媒介针对自我实施网络欺凌的行为。未成年人自我网络欺凌依据实施方式的差异,可划分为直接自我网络欺凌与通过他人间接实施的自我网络欺凌。直接的未成年人自我网络欺凌,即在社交媒介发布自虐性的信息,如"我不配""我该去死"等自我刻薄、自我诋毁式的信息,或将具有自残性质的图片、视频呈现在网络上,或在社交媒介另建一个幽灵账号,对自我网络欺凌的言行举止予以二次响应和支持。通过他人间接实施的未成年人自我网络欺凌则指,故意在网上发布必然招来否定评价甚至谩骂的信息,引发带有贬低性、伤害性和侵犯性的回复与争论,以此满足个体变态的、扭曲的自我网络欺凌式心理快感。网络的匿名性、超时空性加大了未成年人自我网络欺凌溯源、追踪和监管的难度,强化了其负面影响的传播力和辐射范围,容易引发更大规模的群体性未成年人自我网络欺凌,甚至导致未成年人遭受极端群体和犯罪者的侵犯和利用。从长远来看,未成年人自我网络欺凌造成的身心伤害比现实世界的自我欺凌更加严重。

在社会各界对网络欺凌现象的广泛关注下,多部法律法规文件的颁布标志着我国网络欺凌治理体系进入法治化新阶段,为构建更完善的治理框架提供了制度保障。尽管如此,未成年人自我网络欺凌作为一种新兴且特殊的网络欺凌形式,尚未引起足够的重视。在未成年人自我网络欺凌中,个体二元统一的双重自我身份特性为其行为提供了隐蔽性,使得监管和干预难度升级。刀刃向内的未成年人自我网络欺凌行为,对未成年人的身心健康造成了极为深远且难以估量的负面影响,因此,有必要深入分析未成年人自我网络欺凌的成因与模式,并从源头上探索预防和干预此类事件的有效策略。

(二)研究方法

在研究方法上,本研究主要采用深度访谈法进行资料搜集。依据研究需求,研究对象需满足以下条件:年龄在18岁以下;有过自我网络欺凌行为;有自主的思考和表达能力,能够理解访谈问题,与访谈者无障碍沟通。综合以上三点要求,笔者经过长时间在社交网络平台深层次在线参与、观察,于2023年3月至2024年3月,通过随机选择的方式在微博、小红书、抖音等社交网络平台选择了20位受访者,每位访谈者的访谈时间在40分钟到1小时之间。根据深度访谈饱和度原则筛选出15名未成年

自我网络欺凌者作为受访者（见表 1），为保护受访者的隐私，将其真实姓名进行编码处理。

表 1　受访者基本信息表

编号	性别	年龄	年级	每日网络平台使用时间（小时）
P1	女	12	初中一年级	2～3
P2	女	16	初中三年级	3～3.5
P3	男	14	初中二年级	1～2
P4	男	10	小学四年级	1～1.5
P5	女	13	初中二年级	2～3
P6	男	15	初中三年级	3～4
P7	男	16	高中一年级	2～2.5
P8	女	14	初中二年级	1～1.5
P9	男	17	高中二年级	2～3
P10	男	11	小学五年级	1～2
P11	女	15	初中二年级	3～3.5
P12	男	16	高中一年级	1～2
P13	男	12	初中一年级	3～4
P14	女	17	高中三年级	1～2
P15	男	13	初中一年级	1～1.5

三　未成年人自我网络欺凌的成因：自我贬低身份的构建

未成年人的身份认同是在与他人的社会互动中不断构建和重塑的。通过观察和访谈，本研究发现实施自我网络欺凌的未成年人往往形成了一种自我贬低的身份类型。当未成年人将自己标识为具有自我贬低特征的身份时，他们实际上是在进行一种负面的自我标签化。这种自我标签化不仅受到个体主体意识和行为的影响，而且与家庭背景、学校环境和人际关系等多重社会因素密切相关。自我贬低的身份认知促使个体在网络虚拟空间中采取极端化的自我网络欺凌行为，以此作为情绪宣泄的方式。他们在面对家庭、学校和同伴群体互动的压力时，选择在社交平台进行自我网络欺凌行为，这实质上是一种"日常反抗"[4]。然而，这种非理性的自我网络欺凌行为并未能有效缓解内心的痛苦，反而可能在网络社区中引发更广泛的刻板印象和二次伤害，进一步强化了个体的自我贬低身份，从而加剧了自我网络欺凌的恶性循环。因此，从身份沟通理论的视角出发，深入探究未成年人在个体与环境、群体、人际互动中构建自我贬低身份类型的过程，对于追溯和理解未成年人自我网络欺凌行为背后的心理和社会动因具有重要意义，并为预防和干预此类行为提供理论依据。

（一）环境框架：外界评价塑造自我认知

社会环境通过塑造未成年人的互动体验和群体认同来影响着他们的身份建构。身份沟通理论强调，未成年人的身份建构与其所处环境的互动密切相关。个体通过与他人的沟通互动，不断塑造并锤炼自己的身份。在家庭和学校这两大关键的社会化场域中，未成年人通过与家长、教师及同伴的互动，逐步构建起对自身的认知与评价体系。个体的道德修养与其所处环境的道德氛围紧密相连。当个体置身于一个洋溢着仁爱与正义的环境时，便更易于吸纳并内化这些美德，进而培育出优良的道德品质，并顺畅地融入社会架构之中。反之，若个体长期浸泡在一个道德败坏的环境中，其道德成长很可能会遭受负面冲击，甚至导致道德沦丧，从而阻碍其在社会中的全面发展。未成年人的行为表现和认知发展在很大程度上受成人及社会环境的塑造。倘若未成年人所处的环境未能供应积极的道德教育与行为典范，他们便有可能发展出消极的自我认知与行为模式，并将社会互动中遭遇的负面反馈与评价内化为自我认知的一部分，最终形成自我贬低的身份认同。

1. 家庭环境

家庭是未成年人成长的重要环境，家庭教育方式和家庭氛围对未成年人的道德观念、性格特征以及行为模式的形成有着深远影响。相较于学校教育，家庭教育能够提供更具针对性的关注与引导。有效的家庭教育有助于引导未成年人建立积极的自我认知，而家庭教育的不足则可能引发自我认知的偏差。在对未成年自我网络欺凌者进行访谈时，本研究发现他们的家庭教育模式通常呈现两种极端类型。一方面，随着社会经济的快速发展，家庭结构发生了变化，在许多家庭中，父母双方都全身心投入到工作中，往往采取权威型的教育方式。权威型父母因专注于职业而忽视家庭，采取以惩罚和控制为主的教育方式，忽视未成年人的心理和情感需求，缺乏必要充分的沟通，导致青少年缺乏安全感和归属感。一位未成年自我网络欺凌者描述道："我爸爸妈妈工作都很忙，很少和我聊天沟通，只会在意我的学习成绩，每次只要考试失利了就会严厉地骂我，把我说得一无是处"（P9）。这种长期的忽视和批评加剧了未成年自我网络欺凌者的自我怀疑，进一步强化了其自我贬低的身份认知。另一方面，付出型父母容易走向另一个极端，他们过度关注孩子，以孩子的意志为中心，且往往伴随着不切实际的期望。"我妈妈是家庭主妇，接送我上下学，回家写作业也盯着我，总之我的事情她都要干涉，我一点私人空间都没有，好烦"（P13）。这种过度保护的教育方式未给予未成年人充分思考和决策的机会，削弱了未成年人的独立性，同时可能激发其逆反心理。这两种极端的家庭教育方式都会导致未成年人与父母建立矛盾冲突的二元对立关系，使未成年人在家庭环境中感到孤立无援、情感压抑。

除了有意识的家庭教育外,无意识的家庭氛围对未成年人的影响也不容忽视。未成年自我网络欺凌者的家庭氛围通常充斥着紧张、压迫和冲突,如父母相处不睦、争吵频繁。“我爸爸妈妈每天都吵架,严重的时候还会摔东西,家里每天吵死了,我很无语,但我是小孩他们也不会听我的,我只能自己躲进房间”(P2)。个体会模仿他们认为有影响力的人物[5],如父母、老师、同龄人或媒体中的人物。在充满矛盾和冲突的家庭氛围中,未成年自我网络欺凌者往往难以从家庭获得必要的情感支持,这种情感支持的缺失导致他们长期压抑情绪,并可能模仿父母的冲突行为,进而采取非理智的应对机制。家庭教育的失败以及充斥着矛盾冲突的家庭氛围致使未成年自我网络欺凌者难以从家庭获取充分支持,进而成为其建构自我贬低身份认知的重要诱因。

2.学校环境

学校作为未成年人学习与生活的核心场所,在对学生价值观塑造及情感心智发展方面发挥着至关重要的作用。然而,社会中普遍存在的功利化价值取向在教育领域催生了“内卷”现象,致使学习成绩的好坏成为衡量未成年人是否优秀的主导标准。从我国长期的人才选拔制度来看,无论是传统的科举制还是现行的高考制度,都在不同程度上强化了学习成绩的权重。在以成绩为主导的教育体系中,教师可能在无意间将更多资源和关注倾向于成绩优异的学生,相较之下,成绩较差的学生则可能面临更多的指责与批评。这种差异化的关注和评价机制,不仅在一定程度上忽视了对未成年人全面素质的培养和心理健康的维护,更可能加剧未成年人的心理压力。在深度访谈中,我们了解到未成年自我网络欺凌者大多学习成绩不佳,他们与老师在学校中的互动多为负面体验。“我成绩很差,也不敢去和老师说话,我觉得老师只喜欢成绩好的学生,排座位也经常把我排在后面”(P5)。“每次去老师办公室都是因为我考试成绩太差了,老师找我谈话,其他时间没事我也不会找老师”(P3)。“上课的时候老师让我回答问题,我没有答上来,当着全班的面我觉得自己特别没用”(P11)。在成绩主导的评价体系下,学业表现欠佳的未成年自我网络欺凌者感受到显著的压力与挫败感,学校环境中的负面互动加剧未成年自我网络欺凌者的自我贬低感。

由于心理韧性和自我调节能力不足,无法有效应对“内卷”带来的压力,未成年自我网络欺凌者将家长、老师刻板的看法、评价内化为自我认知,自我定位为“失败者”或“无能者”。一旦缺乏妥当的疏解和引导,这种来自外界的标签化认知很可能内化为未成年人的自我印象管理[6]。当外来负面标签成为未成年自我网络欺凌者的核心自我印象后,偏差的自我认知促使他们失去了自信和安全感,逐步开始封闭自我,抗拒并逃避与家长和老师沟通,转而通过自暴自弃的自我欺凌方式来排解痛苦、消化情绪以及纾解压力,进而强化自己身上的标签化印象。这些举动虽然短暂地获得了即时的满足感,但长期来看却加剧了他们的人际隔离感,增强了未成年自我网络欺凌者的孤独感和无助感。

(二)群体框架:破窗环境引发道德推脱

对未成年自我网络欺凌者而言,网络不仅是自我网络欺凌信息的呈现平台,更是个体传播的赋能手段。网络平台为未成年自我网络欺凌者提供数字统计工具和交互行为系统,未成年自我网络欺凌者在社交媒介上发布损害身心的自我网络欺凌内容后,可以利用大数据追踪、评估、分析其传播效果,以此判断公众的态度及关注程度,从而衡量自我网络欺凌的动机和心理诉求是否达成。同时,互联网的即时互动功能也在强化、升级未成年人自我网络欺凌的形式。媒介技术的革新实现了隔空交流,相距甚远的两方能够以互联网为传播中介开展互动,未成年自我网络欺凌者能够依据他者的态度、反馈即时“定制”和调整后续自我网络欺凌内容,以满足自我的心理预设效果。现实世界的自我欺凌发生、传播范围相对较小,拥有相同、相近社会背景的旁观人群在道德压力下易产生共情心,从而自主地展开一系列援助行为。旁观者的正向转化,在一定程度上抑制了现实世界的自我欺凌行为持续发酵。而在未成年人的自我网络欺凌情境中,互联网的“破窗”环境导致其传播范围更大、触及人群更广,旁观者更多地发挥负向作用:有的事不关己高高挂起,无动于衷;有的甚至会参与“拉踩”,导致未成年自我网络欺凌者遭受二次伤害;有的选择与未成年自我网络欺凌者为伍,造成群体性的未成年人自我网络欺凌集合行为,使事态向更加不可控的消极方向发展和演变,导致更为恶劣的后果。

互联网缺乏监管的“破窗”环境容易吸引猎奇心强烈且自我辨别能力较弱的未成年群体,他们以社交媒体介为中介,将自我贬低的身份认知付诸网络虚拟世界中客体化的自我,在充斥着“纵容”的网络平台肆无忌惮地发布侵害自己身体或心理的言论,直接或间接地实施自我网络欺凌行为。受制于网络的匿名性、非现场性和不确定性,旁观者缺乏与自我网络欺凌内容发布者之间的交际情景线索和信息交流丰度。这种线索消除效应(cues filtered-out effect),让旁观者很难对未成年自我网络欺凌者产

生足够的共情和帮助欲望，同理心逐步消解，产生道德推脱反应（moral disengagement）[7]。旁观者更多地选择成为袖手旁观的看客，他们希望最大限度地减少自己在自我网络欺凌行为中的卷入程度，减轻对未成年自我网络欺凌者的痛苦感知，从而弱化自身的道德罪恶感[8]。这种不干预、不回应、不制止的旁观方式，实质上构成了一种消极的“共识性沉默”，无形中传递出对未成年人自我网络欺凌行为的默许甚至纵容。旁观者的沉默窥视不仅加剧了未成年自我网络欺凌者的消极心理和孤立无援的状态，更可能间接强化其自我贬低的身份认同，进而诱发更具持续性和破坏性的未成年人自我网络欺凌行为。

（三）人际框架：社会比较引发认知失衡

个体在团体中存在一种趋势，即通过与他人比较来确定自身的价值[9]。这一趋势来源于人类体内的一种评价自己观点和能力的驱动力，而这种把自己的观点和能力与他人比较的过程，便是社会比较[10]。在自我认知的形成过程中，未成年人通过与同龄群体的社会比较来构建自我认知取向，其中过高或过低的自我评价可能导致认知偏差。未成年人的强关系同龄群体包括同学、同伴以及社交网络上的网友，他们在与这些群体的互动中无意识地进行自我与他人的比较，从而形成自我认知。

在对未成年自我网络欺凌者进行深度访谈的过程中，本研究发现该群体普遍表现出显著的自我认知偏差，其特征表现为脱离现实的高自我评价倾向，即“盲目自信”。这类个体倾向于在缺乏客观证据的情况下，夸大自身的天赋与能力，并对自身表现形成虚妄的预期。一名高中一年级的自我网络欺凌者声称拥有“过目不忘的记忆力”，坚信在历史、政治等学科中“只需考前翻书即可轻松取得 90 分以上”（P12）。基于这种虚妄的自我认知，他放弃了日常听课和系统练习，完全依赖其所谓的“天赋”进行学习。实际上，其考试成绩持续低于班级平均水平，与其预期的“高分”形成强烈反差。现实与高自我认知之间的巨大鸿沟并未促使个体重新校准自我评价，反而引发了剧烈的认知失调和心理冲突。随着原先构筑的虚妄自信迅速瓦解，未成年自我网络欺凌者陷入强烈的自我怀疑、挫败感与焦虑之中。这些负面情绪未被引向建设性的自我调整，最终通过自我网络欺凌行为加以宣泄。

此外，那些认为自己能力低于周围人的未成年自我网络欺凌者，对现实生活中的自我感到不满意，但又不愿意付诸行动去实现理想中的自我，更严重的则是对自己放任自流，得过且过，形成了自卑且敏感的性格，在自我内耗中不断贬低自我。一名高中三年级的自我网络欺凌者从小就习惯性地自我否定：“我就是自我否定的人，每天都在否定自己，每天都觉得自己做得不对，想要去改变自己，却依旧是不断在自我否定中，每天都过得很累，真的很累。还常常缅怀过去，不断地否定自己和过去”（P14）。一名高中一年级的自我网络欺凌者也在消极的自我认知中逐渐内耗：“我容易因为别人一句不经意的话就否定自己，觉得自己太糟糕，配不上任何人对我的好，就不应该靠近我，我就适合一个人待着，否则，我就是在害你”（P7）。这种过低的自我认知使得未成年自我网络欺凌者丧失信心，愈发消沉，进而引发一系列悲观情绪。

当个体拥有足够的心理认知和情感资源，他们会优先选择更加理智的情绪调节方法来解决问题[11]。但当个体缺少必要的调节能力时，他们往往会形成一种对现实的无可奈何感，产生无法自愈的主观性痛苦，即个体习得性无助。过高或过低的自我认知均可能引发习得性无助，进而催生自我贬低的认知。这种认知驱使未成年人通过自我网络欺凌这种非理性且冲动的行为来转移和发泄痛苦，将缺乏监管与束缚的网络虚拟世界作为情感表达的平台。然而，网络“破窗”环境的道德推脱效应导致其在网络虚拟世界遭受二次伤害，进一步产生无力感和挫败感，抑郁、焦虑和自卑等精神疾病接踵而来，循环反复地加深自我网络欺凌的程度。社交网络的习得性无助是现实无助的升级，且又反作用于现实世界中的个体，形成恶性循环的“马太效应”链条，这也成为未成年人自我网络欺凌产生的内在原因。

（四）个体框架：认知偏差催生自我异化

埃里克森在人生发展阶段理论中指出，青春期的核心问题就是自我同一性的发展问题[12]。未成年人正处于自我身份的探索阶段，其价值观念和意识形态尚未稳固，未能妥善解决自我同一性混乱的问题而可能导致的自我认知偏差。在家庭、学校和同伴等社交互动中，未成年自我网络欺凌者常常经历挫折与失败，这些经历可能引发情感挫败、自尊受损和自我认知失调等一系列压力现象。伴随身体第二性征的出现，未成年自我网络欺凌者易引发个体对自我形象的质疑与否定，导致身材焦虑、身体羞耻、饮食失调等问题，进一步在内部消耗中加深自我认知的矛盾和混乱。因此，这些未成年自我网络欺凌者在社交互动中对新鲜事物呈现抗拒姿态，过度依赖他人的引导和支持，倾向于响应式交流。这种行为模式引发了自我贬低的身份认知，危害未成年人的心理健康和社会适应能力。

网络社会作为一个独立于传统社会而存在的特

殊空间,对时间和精力具有独占性[13]。在对未成年自我网络欺凌者的行为模式进行访谈时发现,他们的网络使用时间普遍超过同龄人。深度依赖社交媒体,致使这些个体逐渐与现实社会疏离,并削弱了与传统社会的联系。互联网技术赋予了未成年人从抽离的旁观者角度观察、审视自己的身体和行为的能力,即自我客体化[14]。在网络技术和社交平台的中介作用下,未成年自我网络欺凌者获得了一种自我异化的能力,能够以“他者”的视角进行自我批判与内省。由于心智成熟度不足,未成年自我网络欺凌者难以形成稳定且客观的自我评估机制,其自我批判趋于非理性的极端化,将自己贬低为“失败者”“不受欢迎的人”等身份。这种身份认知一旦形成,便会成为他们自我认知的一部分,影响其行为和态度。未成年自我网络欺凌者可能会使用“我不行”“我做不到”等贬低自己的词汇来表达自己的无力感。这种自我贬低的身份认知导致未成年自我网络欺凌者在网络虚拟空间肆意地诋毁、欺凌异化的自我。他们将那些难以通过常规途径释放的情绪,投射并释放于网络空间中被客体化的自我形象上。通过发布自我诋毁或自残的文本、图片和视频等,在网络社群中博取其他用户的注意力和讨论度,从而满足引起关注、宣泄情绪、获得满足感的自我网络欺凌心理动机。未成年自我网络欺凌者通过网络“万花筒”营造的虚拟情绪来满足并维持畸形的自我心理快感,这样的闭环效应强化了未成年人进行自我网络欺凌的动机和个人态度,驱使其心理健康和价值观取向愈发偏离传统社会期望的方向。

四 未成年人自我网络欺凌的模式:价值趋同与群体效应

依托网络传播手段,未成年人自我网络欺凌行为呈现出更具感官冲击力、情绪感染力的传播效果。基于这种视觉反馈,自我网络欺凌行为在特定的网络社群和媒介平台中激发了无组织、情绪化的群体观望和讨论。强刺激性和情绪化信息会在短时间内向群体中极速蔓延,使群体心理朝着不可控方向发展,最终导致非理性的集合性行为。未成年人自我网络欺凌的传播同样遵循这一模式,强刺激性的文本、图片、视频和网络的传播特性会使未成年人自我网络欺凌信息、行为、事件快速蔓延传播,当中传递的消极情绪和偏激的行为价值取向也随之泛滥于网络虚拟世界。价值取向尚不坚定且面对强大现实压力的未成年人最易受到负面情绪感染,当他们在现实世界中求助无门时,就有可能通过群体模仿的方式加入未成年人自我网络欺凌的队列之中。这种通过对个体自我伤害的情绪化传播来改变他人认知的模式,搭建了未成年人自我网络欺凌意识的孕育温床,使得未成年人自我网络欺凌朝着集群化的态势发展,诱发更大规模的未成年人自我网络欺凌行为。这种社区集群效益提升了未成年人退出自我网络欺凌的心理壁垒,导致其侵害程度更深、范围更广。

(一)视觉修辞:自残美学造成价值颠覆

视觉修辞在本质上表现为图像符号的神话化过程,即神话性被植入图像符号的意指实践[15]。未成年自我网络欺凌者在发布的自我谩骂、自残等文本、图像和影像符号中植入隐秘的审美意义,借助感性表达方式来实现自残美学意义的生成和争夺。未成年自我网络欺凌者将身体视为一种文化权利,企图通过建构和传播具有颠覆性审美价值的符号来建构自我形象。

对未成年自我网络欺凌者而言,这些文本和图像符号表达的不仅是单一意义的自我贬低,更是对强制性内外压力的感性抵抗,并借此发挥视觉修辞的“劝服权力”,在自己与其他网络受众之间搭建文化层次上的意义置换。事实上,以黑暗美学、软垃圾摇滚(Soft Grunge)为代表的自我欺凌文化已经在部分国家和地区呈现出集群化、社区化的发展现状,成为一种畸形的网络流行性亚文化。通过文本和媒介宣传来形成“规范”,将未成年人自我网络欺凌宣称为一种正当合法的行为,当这种畸形文化遭到网络回音室效应的强化后,其视觉修辞所寄托的感性劝服和公共价值会被进一步强化,这将成为社会化的公共隐患。

(二)互动叙事:故事景观建构价值认同

未成年自我网络欺凌者会通过文本写作和影像设计来构建悲情故事,以故事化叙事吸引受众产生行动景观和意识景观。这些“故事”可能来自未成年自我网络欺凌者对现实世界内外压力、个人内心痛苦的主观转述,也可能诞生于“作者”的虚拟想象和身份意象搭建。与纯粹的修辞信息相比,叙事方式的好处在于其说服意图更加隐秘,能减少直接性的反抗和对立争论。对于旁观者而言,直接接收恐怖性的自我人身攻击和刺激性的自伤影像往往会引发本能的心理排斥。未成年自我网络欺凌者通过故事性软表达,与受众之间建立起“观众-表演者”的角色模型,以角色的演绎将观众代入其中,以此感受未

成年自我网络欺凌者的悲惨遭遇和内心煎熬，为未成年自我网络欺凌行为树立“正当”动因。这种互动叙事的方式消解了旁观者的理性援助，强化了未成年人自我网络欺凌文化的情感共鸣和价值认同。

(三)深度涵化：意见领袖强化群体意识

媒介持续性的内容输出和价值输出会对信息接收者产生潜移默化的现实影响，诱使其态度、行为朝着特定方向转变，这是涵化理论的核心内涵。除了提供工具性支持外，网络还为未成年自我网络欺凌者提供了社区性支持。共享是在线社区和平台的基本功能之一，也是加强网络社区群体规范和群体意识的重要实现手段。未成年自我网络欺凌者以自身为起点，通过网络结识具有相同行为或倾向的网友，搭建未成年人自我网络欺凌的网络社群、文化社区。在长期的有意经营下，未成年自我网络欺凌者建构了具有影响力属性的话语场域和媒介窗口。未成年人自我网络欺凌社区的意见领袖通过直接或间接招募他人参与自我网络欺凌行为、激励个人参加在线自我网络欺凌活动、发送自我网络欺凌提醒或其他形式推送自我网络欺凌相关内容等来强化群体意识。

深度未成年自我网络欺凌者通过在特定网络场域和媒介渠道定期、定时、有指向性地发布和分享自我欺凌内容，对接触和沉浸在此类信息中的潜在未成年自我网络欺凌者产生潜移默化的价值观影响，从而构建群体认同，并吸引更多“同伴”加入未成年人自我网络欺凌行列。2023年4月，发生在某地的集体跳崖事件中，跳崖者均留下“免责声明”的遗书，公安部门侦查发现，这一极端行为的背后与“自杀群”“约死群”等隐秘性极强的不良网站、社交媒介有关。倡导未成年自我网络欺凌的群体和平台，将未成年人自我网络欺凌行为，通过文本和媒介宣传形成“规范”，认为其正当且合法，并成为社区成员衡量和规划自我网络欺凌的行动指南。当未成年自我网络欺凌者在相关网络社区平台发布自我网络欺凌内容后，他实际上也是在遵循极端群体“规范”行事。这种支持模式不仅对未成年自我网络欺凌者本身造成更深的身心破坏，而且加强了未成年人自我网络欺凌的隐蔽性，使追溯和纠偏的难度升级。判断能力低下、意志不坚定的未成年人难以抵御这种集群效应的“循循善诱”和感性劝服，大多选择依照意见领袖的指令行事。

五　未成年人自我网络欺凌的干预：技术识别与多主体协同

(一)加强家校支持和同伴接纳

学校和教育部门应加强对未成年人心理健康的关注，特别是对潜在的自我网络欺凌者，应定期提供专业心理健康服务，包括关怀、疏导和治疗；同时，应及时关注校园欺凌、青春期心理变化和校园人际关系等问题，通过宣传、监测和整治等措施来缓解青少年的精神压力，并引导他们顺利完成青春期的心理转型。学校和社会基础设施建设、课后活动可以引导未成年人参与对社会和个人身心有益的活动，对有自我网络欺凌倾向的未成年人进行及时的社会性心理干预。在家庭上，有效的家庭内部沟通和基本心理支持对于缓解代际隔阂所引发的求助转向效应具有重要意义。同时，家庭监护人应提升自身的媒介素养，以便对未成年人的网络媒介使用进行适度的监督与干预。

同伴关系在未成年人价值观形成中扮演着重要角色。未成年时期，个体逐渐从父母依恋转向同伴依恋，同伴接纳成为衡量同伴关系质量的重要指标。同伴接纳是指被同伴群体喜欢或接受的程度，这不仅体现在日常互动中的友好与包容，也体现在关键时期所获得的情感支持与社会认可[16]。低水平的同伴接纳往往成为心理适应问题的温床，遭受同伴拒绝或边缘化的未成年人，容易陷入自我认同混乱与价值感怀疑，产生持续的自卑情绪与社交回避行为，严重者甚至通过自我网络欺凌等极端方式，在虚拟空间中完成对自身负面标签的内化与传播。相反，高水平的同伴接纳能够为个体提供关键的心理资源，协助其重新解读压力事件的意义、发展出建设性的问题解决策略，进而推动积极自我认知的形成，并有效缓解焦虑与孤独等负面情绪。这种接纳行为构建出稳固的社会支持网络，不仅增强了未成年人的归属感和情感安全感，也促使他们在面临自我怀疑或心理危机时，更倾向于向同伴寻求倾诉并获得正向反馈，而非陷入自我贬低的虚拟表达之中，进而从根本上切断未成年人自我网络欺凌的心理动力和行为传播链。因此，同伴接纳是预防未成年人自我网络欺凌的关键因素之一。学校与社会支持系统应充分重视其在构建健康媒介化环境中的作用，通过团体辅导、社交技能训练、包容性氛围营造等干预手段来系统提升青少年的同伴接纳水平，进而打造更具社会韧性、传播健康的成长环境。

(二)规范媒介报道和平台管制

在报道未成年人自虐、自残及遭受欺凌等社会事件时,媒体往往运用图文、视频等形式详尽地呈现事件的具体过程。这些报道借助强烈的感官刺激以及所谓的"灾难美学",旨在吸引公众的注意力,进而唤起社会对未成年人身心健康的关注。然而,这种做法实际上可能为潜在的未成年自我网络欺凌者提供了模仿的范本,甚至间接引导他们寻找具有相似动机和目标的网络社群,从而促成未成年自我网络欺凌者身份的转变。因此,媒介在宣传报道中应将重点放在未成年人自我网络欺凌的危害、自检和自救措施上,同时利用互联网平台对社会支持和心理援助渠道进行数字化升级,以拓宽求助途径,引导未成年人形成正确的价值观,抵御负面事件的影响,从根本上减少未成年人自我网络欺凌行为的发生。

加强内容审查和监管也尤为必要,在内容的浏览、发布及传播等关键环节,需对未成年人用户予以特别区分,并对其网络行为实施事前审查与事后监控。相关部门对于涉及过度节食、药物滥用等慢性自我网络欺凌信息,以及自我否定、故意寻求被凌的信息内容,应增强敏感度,及时运用监管手段介入调查,阻止其传播至更多用户。此外,相关部门严格审查网络亚文化社群,定期净化网络社区环境,亦是防止未成年人自我网络欺凌引发异变文化和潜在集合行为的有效举措。

(三)提供AI工具和软件支持

在应对未成年人心理健康问题,尤其是网络欺凌、网络成瘾和网络犯罪等领域时,国外采取的一些创新性研究手段和工具具有借鉴价值。研究者和实践者通过开发游戏、应用程序、漫画和动画等形式,对未成年人进行心理干预和预防教育,这些方法相较于传统书籍和心理治疗,更具吸引力和可接受性。以美国的匿名求助软件"STOPit"为例,该软件自2014年推出以来,已在超过6000所学校中被下载超过300万次,其核心功能是为用户提供针对欺凌行为的匿名咨询服务。2018年,日本部分市县将该软件引入公立初中,结果显示,当年通过该软件咨询欺凌问题的数量是前一年通过传统电话和电子邮件咨询数量的五倍。这一数据为及时发现和制止欺凌事件提供了重要的参考依据。

在未成年人自我网络欺凌干预领域,结合AI情感陪伴技术开发推广软性心理疗法,既能及时识别和干预潜在的自我网络欺凌行为,又能为现存的未成年自我网络欺凌者提供必要的援助和退出机制。AI情感陪伴技术的应用,通过持续提供情感支持和积极反馈,有助于构建更加健康、积极的网络环境,促进未成年人的心理健康和社交能力发展。

网络的社交性和虚拟性,给未成年人自我网络欺凌带来不可估量的公共风险,也给未成年人的身心健康带来严峻挑战。在未成年人自我网络欺凌事件愈演愈烈的背后,是未成年人刀刃向内的压力倾泻和权力规训。及时认识未成年人自我网络欺凌的影响因素和行为模式是一切对策的起点。只有为未成年自我网络欺凌者提供正确的压力观教育和多方心理援助支持,才能使其自愿面对真实的现实生活,以强大的心理韧性来控制和调节自我情绪,不再藏匿于网络虚拟世界进行自我欺凌。学界、家庭、校园、网络平台等多方协作构建生态保护体系,是应对以未成年人自我网络欺凌为代表的新型心理健康问题的必由之路。

[参 考 文 献]

[1] Wang J,Wei Z,Jia L,et al. Can digital self-harm relate to suicidal thoughts and behaviors beyond physical self-harm? [J]. Acta Psychiatrica Scand,2024(3):256-266.

[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[J].华东师范大学学报(教育科学版),2017(2):51-56.

[3] Meldrum R C,Patchin J W,Young J T N,et al. Bullying victimization,negative emotions,and digital self-harm:testing a theoretical model of indirect effects[J]. Deviant Behavior,2022(3):303-321.

[4] 赵洁."自我异化"与人的复归:"内卷化"的实质、成因和纾解[J].理论导刊,2021(10):101-105.

[5] 李沁雨,岳泉,袁勤俭.社会学习理论及其在信息系统研究领域的应用与展望[J].现代情报,2022(9):154-160.

[6] 曾晨.寻求规制与尊重的平衡:数字监护视角下未成年人被遗忘权的困境及化解[J].中国青年社会科学,2024(3):128-140.

[7] Sofia F M,Paula F C,Margarida A S V,et al. Moral disengagement and empathy in cyberbullying:how they are related in reflection activities about a serious game[J]. BMC Psychology,2024(1):168.

[8] 符婷婷,李鹏,叶婷.共情和网络欺凌:一个链式中介模型[J].心理技术与应用,2020(2):104-113.

[9] Festinger L. A theory of social comparison processes[J]. Human Relations,1954(2):117-140.

[10] 邢淑芬,俞国良.社会比较研究的现状与发展趋势[J].心理科学进展,2005(1):78-84.

[11] 孙时进,邓士昌.青少年的网络欺凌:成因、危害及防治对策[J].现代传播(中国传媒大学学报),2016(2):144-148.

[12] 高中建,杨月.青少年网络欺凌的历史回放及现实预防[J].青年发展论坛,2017(2):60-71.

[13] 陈嘉鑫,董紫来.社会控制理论视域下的暗网犯罪治理研究[J].政法学刊,2023(3):5-16.

[14] 唐璐瑶.自我客体化影响认知表现的研究现状[J].心理科学,2019(1):157-162.

[15] 刘涛.文化意象的构造与生产:视觉修辞的心理学运作机制探析[J].现代传播(中国传媒大学学报),2011(9):20-25.

[16] 徐夫真,张文新.家庭功能对青少年疏离感的预测:同伴接纳的调节作用及性别差异[J].心理发展与教育,2010(3):274-281.