

Research on the Impact of Online Toilet Violence on Adolescents and Countermeasures

Gefei Li¹ Ang Gao²

- Capital Normal University High School, Beijing, 100000, China
- Beijing AF International Art Study Center, Beijing, 100000, China

Abstract

The purpose of this study was to investigate the effects of cyberviolence on adolescents and its coping strategies. The research background is based on the frequent occurrence of cyber violence in recent years, especially in the adolescent group. A large amount of data on the experiences and psychological impacts of adolescents in online violence was collected through literature analysis and questionnaire surveys. The results show that cyberviolence has a significant negative impact on adolescent mental health, social skills and academic performance, including anxiety, depression and decreased self-esteem. In view of these problems, this paper puts forward a series of countermeasures, including strengthening family and school education, improving laws and regulations, and enhancing the awareness of network security of teenagers. The significance of the research is to provide reference for parents, educators and relevant policy makers to better protect teenagers from online violence and promote their healthy growth.

Keywords

cyber violence; youth; mental health; coping strategies; awareness of network security

浅析网络厕所网络暴力对青少年的影响及对策分析研究

李格菲¹ 高昂²

- 首都师范大学附属中学, 中国·北京 100000
- 北京 AF 国际艺术留学中心, 中国·北京 100000

摘要

本研究旨在探讨网络暴力对青少年的影响及其应对策略。研究背景基于近年来网络暴力事件频发, 特别是在青少年群体中表现尤为严重。通过文献分析和问卷调查的方法, 收集了大量关于青少年在网络暴力中的经历和心理影响的数据。研究结果表明, 网络暴力对青少年的心理健康、社交能力和学习成绩产生了显著负面影响, 其中包括焦虑、抑郁、自尊心下降等问题。针对这些问题, 论文提出了一系列对策, 包括加强家庭和学校教育、完善法律法规、增强青少年的网络安全意识等。研究意义在于为家长、教育工作者和相关政策制定者提供参考, 以更好地保护青少年免受网络暴力的侵害, 促进其健康成长。

关键词

网络暴力; 青少年; 心理健康; 应对策略; 网络安全意识

1 引言

随着互联网发展, 网络暴力事件在青少年群体中越来越严重, 包括言语攻击、诽谤和泄露隐私等。网络暴力对青少年的身心健康、社交能力和学习成绩都有很大的影响。当前, 虽然大家对这个问题的关注度越来越高, 但是防治青少年网络暴力的措施还需进一步完善。我们应当加强家庭和学校的教育, 增强青少年的网络安全意识, 同时还要完善相关的法律法规, 用多种方法共同保护青少年的身心健康, 让他们在网络时代健康成长。

【作者简介】李格菲(2006-), 女, 中国北京人, 从事交互设计研究。

2 网络暴力现状及其对青少年的影响

2.1 网络暴力的概念及形式

网络暴力, 又称网络欺凌, 是指通过互联网平台对他人进行有意或无意的伤害性行为^[1]。其主要特征包括匿名性、传播迅速性和持续性。网络暴力的施暴者常通过社交媒体、论坛、即时通信工具等平台, 以言语攻击、造谣中伤、恶意传播隐私信息等方式, 对受害者造成心理或精神上的伤害。

网络暴力的形式多样, 主要包括言语暴力、隐私暴露、网络排挤和网络骚扰。言语暴力是最常见的形式, 表现为恶意评论、辱骂、嘲笑和威胁等。这些言语攻击不仅限于公开场合, 私信中的恶意言辞同样构成言语暴力^[2]。隐私暴露是指未经允许泄露他人私密信息, 如个人照片、住址、联系方式等, 导致受害者的隐私权受到严重侵犯。网络排挤是通

过社交媒体或其他网络平台，刻意将某人排除在社交圈之外，或号召他人对其进行集体抵制，使其在网络社交中受到孤立。网络骚扰则包括持续不断地发送恐吓、骚扰信息，或恶意地对受害者进行跟踪和监视，给其带来心理上的巨大压力。

在青少年群体中，网络暴力的危害尤为突出。青少年正处于心理发展和自我认同的关键时期，网络暴力对其心理健康、情感发展和社会适应能力带来严重负面影响。研究表明，遭受网络暴力的青少年常表现出焦虑、抑郁、社交恐惧等心理问题，甚至出现自伤或自杀倾向。网络暴力不仅破坏了青少年的心理健康，还影响其学业表现和日常生活，导致学习成绩下降、兴趣减退，严重者甚至辍学。网络暴力对青少年的自尊心和自我价值感也造成了深远的负面影响，使其在社交中变得更加敏感和脆弱。

2.2 青少年网络暴力现状分析

近年来，随着互联网的迅猛发展，网络暴力现象在青少年群体中日益突出。根据多项调查研究，大多数青少年表示曾经遭遇过不同形式的网络暴力，包括语言侮辱、恶意诽谤、隐私泄露以及骚扰恐吓等。调查数据显示，青少年在使用社交媒体、在线游戏和即时通信工具时，遭受网络暴力的比例明显高于其他年龄段。尤其是社交平台，由于其开放和匿名性，成为网络暴力的高发地。

网络暴力对青少年的影响并不仅仅局限于心理层面，还包含社交关系的破裂和学业表现的滑坡。大部分遭受网络暴力的青少年在社交活动中变得更加孤立和不信任他人，部分受害者甚至选择从网络社区中退出。这些负面经历往往导致他们在学校的学业表现显著下降，缺课和成绩滑坡成为常态。研究显示，网络暴力的长期影响还可能在成年后延续，导致社交障碍和心理健康问题。通过对现状的分析，可为后续探讨应对策略提供重要依据。

2.3 网络暴力对青少年的影响

网络暴力对青少年的影响广泛且深远。心理健康方面，网络暴力易导致青少年产生焦虑、抑郁、自尊心下降等问题，甚至可能引发自残或自杀等极端行为。社交能力上，受网络暴力影响的青少年往往会出现社交退缩，害怕与人交流，逐渐丧失建立和维持健康人际关系的能力。在学习成绩上，网络暴力的受害者常表现出注意力不集中、学习兴趣下降，导致成绩下滑，进而影响学业和未来发展。综合来看，网络暴力严重威胁青少年的全面发展和身心健康。

3 青少年受网络暴力影响的具体表现

3.1 心理健康问题

网络暴力对青少年的心理健康产生了深远而严重的影响，具体表现可以从以下几个方面进行分析：

网络暴力容易导致青少年出现焦虑症状。面对持久的网络攻击和负面评价，青少年往往感到紧张和不安，甚至害

怕上网。这种持续的心理压力会对他们的日常生活产生消极影响，导致睡眠障碍、注意力不集中等问题^[9]。

抑郁是青少年在网络暴力中常见的心理健康问题。当青少年频繁遭受网络暴力时，容易产生无助和绝望的情绪，严重时可能发展为抑郁症。抑郁症患者常表现为情绪低落、兴趣缺乏、自我评价降低，甚至可能产生自杀念头。这种情绪上的困扰不仅影响到他们的心理健康，也可能对身体健康产生不良影响。

网络暴力还会导致青少年自尊心的下降。青少年时期是自我认同和自尊心形成的重要阶段，频繁遭受负面评价和攻击，会让他们对自身价值产生怀疑，进而导致自卑感的增加。这种自尊心的下降不仅影响到他们的自信心和社交能力，还可能使他们在面对挫折时更容易退缩和放弃。

青少年在经历网络暴力后，常常表现出对社交活动的逃避。他们可能因为害怕受到攻击而减少或避免与人交流，这种社交退缩行为会进一步加剧他们的孤立感和孤独感，形成一种恶性循环。

网络暴力对青少年的心理健康造成了多方面的负面影响，焦虑、抑郁、自尊心下降和社交退缩等问题显著，亟需社会各界的关注和干预。

3.2 社交能力问题

网络暴力对青少年的社交能力产生了显著负面影响。受到网络暴力侵害的青少年常常表现接触恐惧和人际交往障碍，他们可能会因为害怕遭遇网络暴力而选择关闭社交媒体账号，甚至彻底退出线上交流。这种行为不仅限制了他们的社交圈，还导致了孤立感和社交恐慌。长期受到网络暴力的青少年在现实生活中对人际关系的信任度会大大降低，容易产生怀疑和防备心理，使得他们难以建立和维持稳定的友谊。

青少年在面对网络暴力时，常常缺乏有效的处理方法和心理支持，这使得他们在遭遇网络暴力后，更倾向于回避人际交往。特别是在学校环境中，这种回避倾向会导致他们在团队活动、课外活动等集体项目中难以融入。网络暴力所造成的心理创伤也会影响青少年的沟通能力，他们可能会因过度焦虑而表现出言语表达困难或情绪失控的情况，在人群中感到不自在，从而进一步恶化社交能力。

网络暴力对青少年的社交能力造成了深远的消极影响。这种影响不仅体现在青少年的网上互动中，也在他们的现实社交生活中留下了难以弥补的创伤。为此，需要引导和支持青少年正确应对网络暴力，增强其社交自信心和人际交往能力。

3.3 学习成绩问题

网络暴力对青少年的学习成绩产生了明显的负面影响。研究数据显示，遭受网络暴力的青少年常常表现出注意力不集中、学习兴趣下降和学业成绩下降的趋势。这些青少年因网络暴力而产生的焦虑和抑郁情绪，进一步导致他们在课堂

上的表现不佳。部分青少年选择逃避学校生活，甚至辍学，从而进一步恶化了他们的学习成绩。鉴于此，学业上的持续不良表现还可能引发恶性循环，导致青少年陷入更加严重的心理和社会问题中。

4 对策分析及建议

4.1 家庭和学校教育对策

家庭和学校教育在预防和应对青少年网络暴力中起着至关重要的作用。通过强化家庭和学校教育，可以有效减少青少年的网络暴力行为，并减轻其心理负担。家长作为孩子的第一任老师，应在孩子使用网络时起到监督和引导作用。家长应了解孩子的上网习惯，及时关注他们在社交媒体和各类网络平台上的活动，帮助孩子建立良好的网络使用规则，培养他们正确的网络价值观念。家长应与孩子进行开放的沟通，鼓励他们倾诉在网络中遇到的问题和困扰，减少他们因网络暴力产生的孤独感和无助感。

学校则在教育和管理中担负着重要责任。学校应开设专门的网络安全课程，通过课堂教学、讲座和实践活动，让学生了解网络暴力的危害，学习如何应对和防范。学校应建立起完备的网络安全管理制度，对学生的网络使用行为进行适度地监控和引导。学校应积极塑造积极、友善的校园文化，通过心理辅导和团队合作活动，培养学生的同理心和正义感，使他们在面对网络暴力时，能够相互支持，勇敢抵制。

教师在课堂教学中，可以通过案例分析和情景模拟，加强学生对网络暴力问题的认知和预防能力。教师应时刻关注学生的心理状态和社交动态，及时识别出受到网络暴力侵害的学生，并为他们提供必要的心理辅导和帮助。通过家庭和学校的共同努力，可以营造一个更加安全和健康的网络环境，确保青少年的身心健康和全面发展。

4.2 法律法规完善对策

在应对青少年网络暴力方面，改进和完善法律法规是关键措施之一。现行法律常常对网络暴力的定义、范围和惩罚力度缺乏明确规定，导致执法过程中存在诸多盲点和操作难题。应针对网络暴力专门制定和完善相关法律条款，以增加法律的严密性和有效性。

需要明确网络暴力的法律定义及其具体形式，并将其纳入现有法律框架中。这样不仅能提高法律在处理网络暴力案件中的操作性，还能增强法律的震慑力。加大对网络平台的监管力度，要求其建立健全的内容监控机制和举报机制。法律应规定平台在接到网络暴力举报时的处理时间和方式，

确保举报信息的及时处理以及暴力内容的迅速移除。还应针对网络暴力的实施者实施更为具体的处罚措施，包括经济赔偿、社区服务以及必要的心理辅导，以便从多方面对其进行约束和教育。

通过法律手段对受害者提供保护与支持。设立专门的援助机构，为受害青少年提供法律咨询和心理辅导服务。建立隐私保护机制，确保受害者信息的保密和安全。上述法律法规的完善不仅可以有效遏制网络暴力，还能为青少年的健康成长提供坚实保障。

4.3 青少年网络安全意识提高对策

青少年网络安全意识的提高主要通过以下途径实现：第一，加强互联网使用的正面引导，开展定期的网络安全教育活动，帮助青少年认识网络暴力的危害及其表现。第二，推广和普及相关法律法规知识，使青少年了解自身权益和如何在遭遇网络暴力时进行自我保护和求助。第三，鼓励青少年培养批判性思维和良好的网络使用习惯，不随意泄露个人信息，避免在网上进行人身攻击和不当言论。通过这些措施，能有效提升青少年应对网络暴力的能力。

5 结语

论文通过深入研究和分析，探讨了网络暴力对青少年的影响及对策，关注焦点，揭示了网络暴力对青少年的严重危害，如心理健康的影响、社交能力的下降和学习成绩的受损。针对以上问题，我们提出了家庭和学校教育的加强、法律法规的完善以及提升青少年网络安全意识等解决策略，期望为家长、教育工作者和政策制定者提供参考，使其能采取更有效的措施防止网络暴力对青少年的伤害，为青少年健康成长提供良好的网络环境。尽管本研究已经提供了防止网络暴力的多种策略，但仍有部分问题尚待解决。例如，如何确保这些策略在实施中的有效性，如何根据青少年的特殊性质和应对网络暴力的实际需求来优化这些策略等等。因此，未来的研究可以将其作为研究方向，对此进行深入的探讨和研究，拓宽防治网络暴力的研究视野，为青少年的成长提供更多的保障。

参考文献

- [1] 赵政涵.青少年对网络安全意识的提升[J].中国新通信,2020,22(9).
- [2] 马翔,刘艳茹.青少年网络安全意识调查研究[J].长春师范大学学报,2019,38(11):150-154.
- [3] 张枫姣.青少年网络安全意识培养策略探究[J].科学咨询,2020(23):196.