

最新拒绝校园欺凌构建和谐校园演讲稿

校园欺凌演讲稿(实用10篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

拒绝校园欺凌构建和谐校园演讲稿篇一

校园欺凌已经成为一个重大的社会问题，威胁着青少年的身心健康和社会和谐。本文简要介绍了欺凌的定义、特征、方式、危害和形成因素，着重分析了校园欺凌的防治对策。希望能为国内青少年的成长和教育管理提供参考。

校园欺凌普遍存在于各个国家和地区，严重威胁青少年的身心健康，已经发展成为严重的社会问题。Olweus最先重视这一问题，并于20世纪70年代开展了相关调查研究。目前，欧美日等许多地区和国家非常注重这一现象，并提出了针对性的政策和执行步骤。在国内，校园欺凌还没有引起应有的重视，相关研究也处于早起阶段。校园欺凌与暴力行为、反社会行为和犯罪行为密切相关，是当今社会和国家必须承认、正视和亟待解决的问题。

1 认识欺凌

1.1 欺凌的定义与特征

欺凌不是单纯的捉弄，它包含三个特征：第一，它是消极的恶意的行为；第二，在一段时间内，它会反复发生；第三，“欺人者”和“被欺者”间力量是不均衡

的(olweus(20xx)

1.2 欺凌的类型

欺凌主要有四种方式：第一，身体欺凌——打、踢、推、用拳猛击等；第二，言语欺凌——起绰号、谩骂、侮辱、造谣等；第三，社交欺凌——排挤、孤立对方，将其排除在群体活动之外；第四，网络欺凌——通过邮件、博客、论坛等媒介进行。

值得注意的是，网络欺凌日益成为校园欺凌的普遍工具。rachel simmons认为网络欺凌是儿童社会暴力行为中，最新近、最邪恶的一种趋势。因为网络欺凌者无需直接面对受害者，不会看到其当时的反应，这使得欺凌者更加频繁地肆无忌惮地使用非常恶毒的语言攻击受害者。

1.3 校园欺凌的形成因素

校园欺凌的成因是十分复杂的，是社会、学校、家庭、个人等多种因素交织、共同作用的结果。

不良的社会风气和泛滥的网络媒体是校园欺凌产生的重大社会因素，青少年通过模仿习得暴力行为和污言秽语。学校过分注重应试教育，忽视德育教育、心理教育、法制教育和校园氛围建设，致使校园欺凌屡见不鲜。家庭缺乏温暖、父母自身行为粗暴、无视或溺爱的教养方式等家庭因素同样不容忽视。一般而言，暴力、动荡家庭中的孩子更容易欺凌他人，逆来顺受的“胆小鬼”也更容易惹上欺凌。“欺人者”一般具有较强的攻击性，缺乏控制力、同情心、责任心。而“被欺者”一般性情腼腆、怯懦，人际交往能力较弱，解决问题能力较差，自尊心、自信心较低。

1.4 校园欺凌的危害

校园欺凌不仅损害“被欺者”，对于“欺人者”、旁观者和整个社会都是百害而无一利的。

“被欺者”会焦虑不安、设法逃学。如若长期受到欺凌，可能会导致学业荒废，认知发生改变，自尊心受到伤害，心理健康受到威胁等消极后果，最终有可能走上自残、自杀或杀人的道路。“欺人者”可能会沉溺于反社会的行为模式之中，也可能因无法控制的攻击性而产生抑郁，贻害一生。旁观者会感到恐惧、体验到心灵创伤。如果欺凌没有得到应有的惩罚，他们会从中汲取错误的生活经验教训，甚至习得欺凌。校园欺凌破坏人际和谐，影响青少年今后成年生活，甚至会导致自杀或犯罪，严重危害家庭和整个社会的稳定和谐。

2 防治校园欺凌的对策

2.1 国家和社会方面

制定法律法规，颁布个性教育计划，营造社会和谐氛围，肃清网络媒体的不良影响。

国外的一些做法值得借鉴。20xx年9月，美国新泽西州制定反欺凌法规，要求学区采用反欺凌政策，处理欺凌和其他骚扰。“Olweus禁止欺凌计划”要求任命反欺凌协调员，并建立学校反欺凌条例，以班级为单位，组织对欺凌的专题讨论。据统计，这项计划实施后，校园中的欺凌和其他反社会行为减少了50%。设立电话救助热线是一种有效的措施。英国许多地方设立了针对儿童问题的热线，请自愿者和专业人士协助解决包括欺凌在内的儿童问题。

2.2 学校和教师方面

学校在反校园欺凌方面扮演着最为重要的角色。有研究表明，学校范围的干预可以将校园欺凌降低20%~50%。

第一，创造尊重、支持和关怀的校园氛围，坚决抵制校园欺凌。第二，学校全体成员共同起草和解释全校反欺凌政策。第三，加强对青少年的德育教育、心理教育、法制教育和安全教育。第四，培养青少年形成正确的世界观、人生观和价值观。第五，完善设施，设计操场环境、建全监控网络、设立安全室等。第六，健全匿名举报体系，严格遵守保密原则，切实保障举报者安全。第七，发给教师指导材料，培训教师正确处理欺凌事件。第八，对青少年进行预防性教育，对“欺人者”进行早期行为干预，防范欺凌团伙的形成。第九，注重与家长的交流，校园欺凌的有效防治不能只局限在学校内。第十，配备专业的咨询人员，给予青少年更科学、专业、有效的帮助。

校园欺凌在中学尤为常见，具有较高的隐蔽性，不易被察觉。如果学生经常有腹部疼痛、小便不畅、情绪不稳定、上课不认真听讲、回家不专心做作业、无故旷课、设法逃学、酗酒、自虐或攻击他人等现象，很可能与校园欺凌有关。教师不能只关心青少年成绩，要注意观察其变化，真切关怀青少年，切实帮助青少年。

2.3 家庭方面

家庭是孩子最暖的港湾，家长是孩子最大的支持。孩子健康、快乐地成长离不开家长的教养与支持。

第一，为孩子营造安全、温暖、稳定的家庭氛围。第二，以身作则，用文明的方式解决冲突矛盾。第三，采取民主型的教养方式，帮助孩子完善性格。第四，培养孩子的移情能力和情绪控制能力。第五，当得知孩子被欺凌时，给予孩子支持，传授孩子应对技巧，减轻孩子的恐惧情绪，必要时获取校方帮助。

2.4 青少年自身方面

青少年自身多是校园欺凌的当事者，其主观意识态度和应对行为是一个很重要的因素。“欺人者”、“被欺者”和旁观者都要意识到校园欺凌危害的严重性，共同维护校园环境，保护自己，远离欺凌。

第一，加强自身意识，充分认识校园欺凌的严重危害。第二，打破沉默法则，勇于沟通，积极取得教师和家长的支持和帮助。第三，进行自我肯定练习和角色扮演训练。面对校园欺凌，既不能“视而不见”，也不要以暴制暴，应做出行为上的改变。

值得强调的是，学校、教师、家长、青少年要经常沟通交流，进行谈话，这是一个非常重要且易行有效的方法。

综上，校园欺凌的防治需要多方面的共同努力。各方一起高度关注欺凌，共同探讨避免和解决的方法，才能有效减少校园欺凌的发生。

拒绝校园欺凌构建和谐校园演讲稿篇二

友善，是社会主义核心价值观的重要内容，也是人际交往中必须遵循的道德规范，如果每一个人都能不断提高我们的精神境界，用“与人友善”的态度对待生活，对待他人，一切自私鲁莽的行为将无处藏身，一切不文明的行为就会消失的无影无踪，我们的校园就会充满尊重，我们的生活就会充满阳光！

宽容需要换位思考，要理解别人的难处，要学会体谅他人，拥有宽阔的胸怀。同学们在一起生活学习，应该相互帮助，即使产生一点小摩擦，也需要学会释怀。要学会包容，不要斤斤计较这些小事，未来的路还能漫长，同窗的情分需要珍惜。

要处理好自己的人际关系，多学习一些交往礼仪和技能，这

可以帮助我们结交良师益友。我们还要切记谨慎交友，不与行为不端的人联系，不随意网上交友。同时，当我们受到或发现校园欺凌时，要及时告诉老师、家长，用正确的方式处理同学间的矛盾和冲突；不要携带太多钱物，如果受到暴力侵害，要及时报警寻求帮助。

同学们，文明和秩序是任何一个社会，任何一个学校所必不可少的，人与人之间的友好相处，也是我们终身要学习的一门功课。作为全国首届文明校园，每一个**学子更应该履行我们的责任，让我们大家从我做起，从现在做起，从小事做起，拒绝不良行为，争做文明标兵，共同建设我们的和谐校园、阳光校园、文明校园吧！

拒绝校园欺凌构建和谐校园演讲稿篇三

大家好！

近几个月来我们国家发生了多起校园惨案，让人触目惊心，也让我们更加关注校园安全。针对近期连续发生的校园安全极端事件，我们学校高度重视，积极行动起来，切实加强校园安全保卫，确保师生生命安全。

在学校加强安全保卫的同时，同学们也要学会一些面对危险的应急方法：

1. 在威胁与暴力来临之际，首先告诉自己不要害怕。要相信邪不压正，终归大多数的同学与老师，以及社会上一切正义的力量都是自己的坚强后盾，会坚定地站在自己的一方，千万不要轻易向恶势力低头。
2. 大声地提醒对方，他们的所作所为是违法违纪的行为，会受到法律纪律严厉的制裁，会为此付出应有的代价。同时迅速找到电话准备报警，或者大声呼喊求救。

3. 如果危险发生，可用自己的书包、扫把、凳子、桌子等物来挡，可以躲避受到的打击；若是隔壁班发生危险情况，要赶快关紧自己班的门、窗，不让歹徒进来。
4. 如果受到伤害，一定要及时向老师、警察报案。不要让不法分子留下“这个小孩好欺负”的印象，如果一味纵容他们，最终只会导致自己频频受害，陷入可怕的梦魇之中。
5. 如果周围有人，要大声喊叫，引人注目，同时也要避免激怒歹徒萌生杀机，须以保全生命为第一考虑。
6. 要冷静与歹徒合作，先取得信任，再运用机智逃离。
7. 找机会逃到人多的地方求救，或躲入商店、民宅。
8. 在公共场所应找服务台人员或向警察求助。
9. 若在大马路上，可以用手敲打路旁停放的车辆，让车子警报器大响以吓退坏人。

老师、同学们，为了个人的成长，为了家庭的幸福，为了这荣辱相伴的整体，让我们共同筑起思想、行为和生命的安全长城，提高安全意识，在全校形成一个“人人关心校园安全”的浓厚氛围，做到警钟长鸣。

让我们行动起来，一起预防校园暴力，共创和谐校园。从你我做起，从大家做起，从现在做起。

拒绝校园欺凌构建和谐校园演讲稿篇四

10月19日，永州市蓝山县太平学校组织四至九年级各班开展了“拒绝校园暴力，争做文明守纪学生”的主题班会活动。

为让学生更好地了解校园暴力的表现和产生原因，十五位班

主任真可谓“八仙过海各显神通”，充分利用学校现有设施，采用各种别开生面的方式开展此次班会活动。有的班级先组织学生观看具体的校园暴力的案例图片以及ppt展示预防校园暴力的办法，然后结合学生的实际事例组织学生深入讨论，引导学生正确认识和对待校园暴力；有的班级则通过组织学生观看预防校园暴力的相关视频，引导学生掌握预防校园暴力的正确方法；还有的班级则通过表演小品的形式来宣传预防校园暴力的相关知识……活动现场十分活跃。

通过此次班会活动的开展，同学们受到了深刻的教育，认识到校园暴力的危害，懂得了加强法律意识的重要性。

为积极响应安徽省人民政府教育督导委员会办公室《关于开展校园欺凌专项治理的通知》和合肥经开区《关于开展校园欺凌专项治理的通知》文件精神，合肥市翡翠学校于20xx年10月在校园内开展“校园欺凌专项治理”工作，加强对校园欺凌的预防和处理，积极构建文明、健康、和谐的校园，营造“抱朴含真”的校风及“惟勤惟诚”的学风。

为了深入了解校园欺凌现象，学校召开了“校园欺凌专项治理”专题会议，成立专项工作领导小组，拟定了专项工作实施方案。经领导小组的认真排查和走访，发现校园基本不存在恃强凌弱、以大欺小等情况。因此翡翠学校将“校园欺凌专项治理”工作的重点放在预防上。

在专题会议上，全体教师学习了相关文件精神，知晓国家、市区相关政策要求、预防和处理的措施、方法。各班级利用主题班会开展“校园欺凌专项治理”工作。学校通过家长会、班级qq群等形式，对全体家长开展以校园欺凌治理为主题的相关培训。发挥家长委员会作用，促进校园欺凌治理工作的开展，形成家校教育合力。

除此以外，学校还将通过开展“校园欺凌专项治理”黑板报评比活动，利用升旗仪式等多种渠道宣传该专项工作。并将

此项工作作为常态工作加强关注。

近日，深圳市东西方社工服务社驻上沙社区服务中心联合深圳市安澜社工服务社“070零欺凌”项目组共同走进上沙小学，开展“070零欺凌”校园欺凌防治先导活动启动仪式和零欺凌主题班会活动，共计400多名学生参与活动。

活动分四年级专场及五年级专场。四年级专场寓教于玩，通过开展“颤抖跳绳”、“寻宝游戏”、“桃花朵朵开”、“问题墙”等摊位游戏，让孩子们在玩的过程中了解校园欺凌行为、知晓应对校园欺凌方法。

五年级专场以主题班会为主要形式，社工通过播放ppt□视频及分组讨论、现场与学生互动等方式，引导学生一步步认识校园欺凌，学习预防和应对方法，让学生明白校园欺凌不可怕，只要正确应对，就能做到“070”零校园欺凌，共创互助友好校园氛围。

近日，遂宁市富源实验学校为了切实贯彻执行《遂宁市校园欺凌专项治理工作方案》，预防和处理校园欺凌事件，促进学生身心健康，建设平安校园、和谐校园，再一次对全校37个教学班进行了以“预防和处理校园欺凌”为主题的专题教育。

10月10日下午最后一节课，全校在德育办的组织下，开展了丰富多彩的“校园欺凌治理”专题教育。有班会、主题教育课、手抄报、黑板报展示等，教师们制作的校园欺凌专题课件，生动、形象，直观地告诉了学生如何预防和处理校园欺凌事件。班会活动孩子们激烈的讨论，让他们明白了如何预防和处理校园欺凌事件，手抄报、黑板报展示，让学生知道了校园欺凌事件的典型性、多样性。

总之，通过这次专题教育活动，对学生再次加强了法制教育，严肃了校规校纪，帮助学生树立了纪律观念、法制观念，为

建立良好的人际关系垫定了基础。

拒绝校园欺凌构建和谐校园演讲稿篇五

大家好！

近几个月来我们国家发生了多起校园案例，让人触目惊心，也让我们更加关注校园安全。针对近期连续发生的校园安全极端事件，我们学校高度重视，积极行动起来，切实加强校园安全保卫，确保师生生命安全。

1. 在威胁与暴力来临之际，首先告诉自己不要害怕。要相信邪不压正，终归大多数的同学与老师，以及社会上一切正义的力量都是自己的坚强后盾，会坚定地站在自己的一方，千万不要轻易向恶势力低头。而一旦内心笃定，就会散发出一种强大的威慑力，让坏人不敢冒然攻击。正如刚才那位升旗手说的，万一发生危险，要像小老虎一样会撕咬，像小山羊一样敢顶角，不能听之任之，要想方设法逃离。
2. 大声地提醒对方，他们的所作所为是违法违纪的行为，会受到法律纪律严厉的制裁，会为此付出应有的代价。同时迅速找到电话准备报警，或者大声呼喊求救。
3. 如果危险发生，可用自己的书包、扫把、凳子、桌子等物来挡，可以躲避受到的打击；若是隔壁班发生危险情况，要赶快关紧自己班的门、窗，不让歹徒进来。
4. 如果受到伤害，一定要及时向老师、警察报案。不要让不法分子留下“这个小孩好欺负”的印象，如果一味纵容他们，最终只会导致自己频频受害，陷入可怕的梦魇之中。
5. 如果周围有人，要大声喊叫，引人注意，同时也要避免激怒歹徒萌生杀机，须以保全生命为第一考虑。

6. 要冷静与歹徒合作，先取得信任，再运用机智逃离。7. 找机会逃到人多的地方求救，或躲入商店、民宅。8. 在公共场所应找服务台人员或向警察求助。

9. 若在大马路上，可以用手敲打路旁停放的车辆，让车子警报器大响以吓退坏人。

1. 上课期间，学校大门、小门关闭，任何同学都不得私自走出校门；因生病等特殊情况需家长来接的，要经过班主任同意，开具《学生离校通知单》后，方可离校。

2. 严格遵守学校的作息时间表，坚持不懈地养成守时的好习惯。

3. 遵守学校的秩序，课间不在走廊追打，横冲直撞；上下楼梯靠右走，一定要做到，不推、不挤、不跑、不跳。

4. 上午、下午放学清校铃声响后，任何同学不得在校内逗留。上午离校时间为11：30，下午离校时间为4：55。

5. 放学后排好路队，出校门后到指定位置及时回家，不在路上玩耍，不搭理陌生人。一旦被坏人纠缠，要冷静与其周旋，并设法向路人或警察求助；及时将情况向家长、班主任或学校安保人员报告。

老师、同学们，为了个人的成长，为了家庭的幸福，为了这荣辱相伴的整体，让我们共同筑起思想、行为和生命的安全长城，提高安全意识，在全校形成一个“人人关心校园安全”的浓厚氛围，做到警钟长鸣。

让我们行动起来，一起预防校园暴力，共创和谐校园。从你我做起，从大家做起，从现在做起。谢谢大家！

拒绝校园欺凌构建和谐校园演讲稿篇六

大家上午好!今天我讲话的题目是“反对校园欺凌，共建和谐校园”。

讲三个方面:

1. 什么是校园欺凌。所谓“校园欺凌”就是以大欺小，以多欺少，以强凌弱，像这样的事例在校园内曾经出现过，如向低年级学生索取钱物，不给就打，两个同学发生小矛盾，找高年级学生帮忙等等。一旦发生这样的事情，它不但会伤害孩子的身体，还会使一颗纯净的心灵蒙上阴影，严重时，还会威胁人生安全。
2. 为什么要治理校园欺凌。因为欺凌现象在有的地方时有发生，已经严重影响了孩子的身心健康，给社会带来恶劣影响，违背了中华几千年来传统美德——友善，而且和社会主义核心价值观是背道而驰的，国家教育部非常重视孩子的健康成长，专门出台文件专项治理校园欺凌，严厉打击校园欺凌现象。
3. 作为学生的我们，如何做好防范呢?首先，要学会宽容。宽容就是人与人之间相处时能充分的理解他人、体谅他人，拥有宽阔的胸怀。同学们生活在一起是一张缘分，万一产生一点摩擦是正常的。要学会说：“对不起”。我们千万不要小看这三个字，它的作用很大，在处理同学关系时有着出奇的效果。但是矛盾发生后，应该学会包容、体谅他人，不能斤斤计较，应该让矛盾迅速化解，也就是：“退一步海阔天空”。所以，我们应该学会友善待人。其次，学会正确处理同学间欺凌现象。要明白宽容友善不是无原则的饶恕和纵容，当你发现别人或自己受到欺凌时，首先应该及时寻求老师、家长、甚至警察的帮助，用正确的方式处理同学间的矛盾和冲突，而不是惧怕、隐瞒，一味容忍只会助长对方的气焰，得寸进尺，让事态进一步扩大。

同学们，文明是任何一个社会，任何一个学校所必不可少的。让我貌同努力建设和谐校园，让友善的微笑常挂脸上，做一个有涵养、有智慧的文明学生！

拒绝校园欺凌构建和谐校园演讲稿篇七

大家下午好！

所谓“校园欺凌”就是在校内、校外的以大欺小、以多欺少、以强凌弱的，发生在学生之间蓄意或恶意的通过肢体、语言及网络等手段，实施欺负、侮辱造成伤害校园学生的欺凌事件。校园欺凌行为以暴力攻击为主要特征，以欺压、侮辱方式侵害他人人身权益，轻者严重违反校规校纪，重者构成违法犯罪。

- 1、学会宽容：同学间要友善相处，如果和同学发生了矛盾，要懂得宽容。
- 2、寻求帮助：如果看到或遇到校园欺凌行为，要及时地找师长帮助。
- 3、言语规劝：向施暴者说明他这种行为的不良后果，是严重的违法行为，让对方主动放弃。
- 4、机智沉着：如果遇到欺凌危险不要慌，在保证自己安全的情况下，寻找机会拨打110报警。

老师们、同学们，文明和秩序是任何一个社会，任何一个学校所必不可少的，让我们大家积极地参与到“反校园欺凌”行为的行动中来，不做欺凌之事，不当欺凌之人，坚决与欺凌的人和事作斗争，做一个讲文明、守纪律的、宽容友善的人，共同构建我们和谐平安的实小校园。

接下来希望各班利用班会课，进行“反校园欺凌”行为的班

级班会主题教育。并把学校下发的“关于加强校园欺凌行为应急防范教育的办法”进行认真传达教育，强调学习完后将本办法张贴在班级公示栏内，供学生平时学习，让学生入脑入心。确保师生安全。我的讲话结束。

谢谢大家！

XXX

20xx年x月x日

拒绝校园欺凌构建和谐校园演讲稿篇八

上午好！

今天，我国旗下讲话的题目是：远离校园欺凌 创造和谐校园。

同学们，你们知道什么是欺凌吗？其实就是指欺负。简单而言，就是以大欺小，以强欺弱。那么，什么是校园欺凌？就是指：发生在学生之间，蓄意或恶意通过肢体、语言及网络等手段，实施欺负、侮辱造成伤害的行为。这里讲到的伤害，不仅包括身体方面的物理伤害，也包括心灵方面的精神伤害。校园欺凌不仅发生在校内，也包括放学后在校外发生的同学间的欺负行为。校园欺凌通常都是重复发生，而不是单一的偶发事件。有时是一人欺负一人，有时是集体欺负一人。

校园欺凌现象一般表现为：叫受害者侮辱性绰号；对受害者进行重复性的物理攻击。如拳打脚踢、掌掴拍打、推撞绊倒、拉扯头发等；毁损受害者的衣服、学习用品、通讯工具等个人财产；传播关于受害者的消极谣言和闲话；恐吓、威迫受害者做他（她）不想要做的事，威胁受害者跟随命令；让受害者遭遇麻烦，或令受害者招致处分；实施敲诈，强索金钱或物品；利用网络发表具有人身攻击成份的言论等等。

同学们，任何形式的欺凌行为都是不可接受的。“校园欺凌”不仅会造成受害者身心的双重创伤，也会严重影响到学校的整体纪律和风气。“坚决制止和预防欺凌事件的发生”，是我们每个人的愿望，我们要每个人都要努力营造和谐、美好、互帮、互助、友爱的校园。

同学们！最后，我希望大家既不要做“旁观者”，也不要做“受害者”，更不要做“欺凌者”。我们每个人都做到了，那么“受害者”就会越来越少，“校园欺凌”就会远离我们。

拒绝校园欺凌构建和谐校园演讲稿篇九

大家早上好！

一、索要钱物，不给就威逼利诱。

二、以大欺小，以众欺寡。

三、为了一点小事就大打出手，伤害他人身体，侮辱他人人格。

四、同学们因“义气”之争，用暴力手段争短论强。

在世界的各个国家，每天都会发生校园欺凌的事件，近年来我国性质恶劣的“校园欺凌”事件有：山东省兰陵县的8名中学女生对一位初一女生进行群殴，她们效仿网络中的打人视频，将打人过程拍摄下来并上传网络。南京一名初中生被高年级学生索要钱物，拒绝后遭到殴打，后被拉至厕所并被强迫吸食大便。还用手机拍下殴打和侮辱他的过程并发送给其他学生。这些同学的举动令人触目惊心。他们的心灵已被扭曲，良知已被埋没，完全跨过了道德的底线，人人闻之而唾骂。

学应该坚强勇敢，当受到欺凌时报告学校，让学校来处理。

告诉家长，让家长来处理。使“欺凌者”受到相应的惩罚而改掉自己的过错。

我们学校，有关心和关爱我们的老师，为我们的安全保驾护航，有乐于奉献爱心的同学，为有困难的同学送来温暖。不过“欺凌事件”也时有发生，多数已被学校的老师及时阻止和教育，事件的性质才没有被恶化。上周举行了“杜绝校园欺凌从我做起”的师生签名仪式，希望这个仪式能换来我们学校的平安祥和；同学之间互爱互助，团结一致；每个人都享受公平公正，实现人人平等，让我们在校园里快乐地成长。

我们都是祖国的花朵，自己这朵开得灿烂，也要让周围的花朵开得鲜艳，相互衬托，才能构成最美的风景。

拒绝校园欺凌构建和谐校园演讲稿篇十

大家好！

中国的传统文化中，有许多文化精髓值得我们继承与发展，例如“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”“退一步海阔天空，忍一时风平浪静”，与人为善，宽容待人，能避免同学之间大部分矛盾。

成长的过程中，我们每个人都会遇到难以化解的难题，也难免怒气冲冲。遇到难题，要积极与家长、老师、朋友倾诉沟通，在家长、老师的引导下，提高非暴力意识和非暴力情感，正确疏泄心中情绪，避免暴力发生。

中学生的暴力行为，很多源自于模仿社会帮派和影视中的哥们义气、侠士风度，把动用武力看成解决人与人之间争端的唯一手段，崇尚“该出手时就出手”，这是很危险的，同学们要主动远离暴力影视，远离社会帮派。

作为中学生，有些同学已年满16周岁，满足担负刑事责任的

年龄要件。同学们要积极阅读法律书籍，增强法律意识，从小养成良好的法制观念，要明确施暴者需要承担相应的法律后果。

心理学家将校园欺凌分为直接欺凌和间接欺凌，直接欺凌主要是指打骂，间接欺凌包括散播谣言、排挤受欺凌者等等。间接欺凌造成的伤害不容小觑，严重可致人死亡。所以，不能给其他同学起侮辱性的绰号、不能散播关于其他同学的消极谣言，说闲话，更不能威逼恐吓。

同学们，当你与家人、同学之间产生隔阂、发生矛盾时，要及时沟通，寻求帮助，纠正不良心理，不让自己成为“暴力”的奴隶。

在遭遇校园欺凌的孩子中，普遍存在“自卑”“低自尊”的现象，所以避免“被欺凌”，首先要培养自尊、自信的人格，壮大自己的气场。另外，自大、自私的性格也容易招致报复，同学们要提高自己的修养。

在学校多交朋友，和同学友好相处，平时不要过于争强好胜，说话要注意分寸，给自己给别人都留点面子。不要拉帮结派或加入社会帮派，避免和一些喜欢惹是生非的学生走得太近。遭遇故意挑衅时，懂得巧妙化解，然后快速离开。

身体弱小的同学、不善交流的同学、朋友不多的同学，都建议培养一项体育方面的爱好，一方面可以强身健体，一方面可以通过运动结交好朋友，有朋友的陪伴就不容易被欺凌。

放学后有校车的尽量乘坐校车回家，没有的可以和同学们结伴而行，同时不要走小路、抄近路，避开一些有潜在危险的地带，尽量不要单独待在厕所、操场、校园偏僻的角落。不熟悉的人找尽量不去，有事在班级里解决。

如果曾遭遇过校园欺凌或威胁，为防止再遭打击报复，可以

携带防身用品或报警器。建议女孩子们尽可能随身携带，不仅可以预防校园欺凌，也能预防社会上的不良侵害。

一旦遭遇了校园欺凌，我们又该如何应对呢？

校园欺凌发生时，首先告诉自己不要害怕，要相信大多数同学、老师以及社会上的正义力量都是自己的坚强后盾，会坚定地支持自己。一旦我们内心笃定，就会表现出一种强大的威慑力，让施暴的人不敢贸然攻击，甚至自动退缩。

若被多人围困，要懂得周旋，一旦对方放松警惕，立刻趁机逃跑；

如果你有把握打动他们，那就尽可能取得他们的信任，不让暴力事件发生。注意：人身安全是第一位的，避免使用挑衅性语言惹怒对方，以免遭遇更严重的暴力。

若正好有人经过，一定要大声呼救；

如果你携带手机，一定要及时拨通电话报警，或发送求救短信至12110。报警时要小心以免被对方发现。

当发现有同学遭受校园欺凌时，应尽快报告老师或报警，不要坐视不理，默默走开，更不能围观。

总之，同学们要加强自我保护意识，当你感觉可能会遭遇校园欺凌时，要主动及时地和老师、家长联系，积极争取学校、家庭和社会的保护与帮助。学会用法律知识保护自己，大胆揭发坏人坏事，不要忍气吞声，姑息养奸。

1、如果施暴者从侧面抱住你，可以用靠近他的那一只手猛击他的裆部，再迅即用同一只手的肘部猛撞他的肋部，这一举措可以使施暴者遭到重创。

2、如果施暴者从前边抓住了你的肩，建议你用同侧的手搭在他的手臂上，然后朝被按的方向转身，头一低，即可咬住他的小臂。咬紧不要松，再猛摇头，趁机朝他脚尖上猛踩，他必然松手。

3、如果施暴者将你按倒在地，并掐住了你的脖子，你可以顺势抓住他的手臂，借力弹起双腿夹住他的头，用力撞向地面。

4、上身被困住时，用膝盖撞击施暴者下身或腹部，也是很有力的反击。

5、如果和对方面对面站着，可用前额攻击对方面部和胸部，一般而言，撞击面部效果较好（尤其面部鼻梁三角区）。

注意，学习防身术，是为了在关键时刻为自己赢得逃跑的机会，切忌与施暴者多纠缠，先逃跑再报警才是硬道理。