

预防校园欺凌的心得体会 预防校园欺凌 倡议书

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。那么心得体会怎么写才恰当呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

预防校园欺凌的心得体会 预防校园欺凌倡议书篇一

1、校园小霸王们，请停止你们的暴力行为！请停止威胁恐吓等语音攻击和拳打脚踢等暴力行为，暴力并不能赢得尊重！校园暴力，害人害己！若想赢得同学们的敬佩，不如从小霸王变成小学霸！

2、漠视校园暴力的同学们，请放下冷漠，用力所能及的力量，保护他人就是保护自己！冷漠围观、消极观望并不能自保：忍气吞声、缩首躲避也不是长久之计。向校园暴力说不，需要智慧和勇气。请对身边的校园暴力受害者在力所能及的范围内施以援助之手。祖国的未来需要你们从小学会担当。

4、校方管理者们，请立即做出行动！长期忽视、掩盖问题并不能解决校园暴力。请加强学校管理，构建校园安全网络，同时加强校园文化建设。安全的校园，文明的校风，需要校方有力的监管和行动！

5、与校园暴力息息相关的家长老师们，请不要纵容溺爱！太多校园施暴者都是从家长宠爱中滋生源头。纵容溺爱不是爱，面对校园暴力，也不要错误引导孩子消极自保或以暴制暴。孩子的“有所谓有所不为”，需要你们首当其责。

6、呼吁全社会共同关注校园暴力。希望国家有关部门尽快推进设立反对校园暴力相关法律法规，加强依法惩治，让肆意

施暴者受到相应的处罚，让身处七零环境的孩子知道他们可以有所求助，有所庇护。

7、建议我国设立“反对校园暴力日”，让全社会时刻警醒，警惕校园暴力隐患，让所有的孩子都能健康成长。

8、每一位在校生同学，请从我做起，鉴定勇敢的向校园暴力说不，用统一的决心，反对校园暴力！

预防校园欺凌的心得体会 预防校园欺凌倡议书篇二

大家早上好！

同学们都知道校园是一个供我们读书和掌握知识的地方，这里承载着我们的梦想，但是，如果这片圣洁的土地上因充斥着暴力而失去生命，将是何等的悲哀啊！

“欺凌、暴力”，它不但可以摧残你的肉体；还可以使一颗纯净的心灵走向弯曲；更能使人的精神受到痛苦的折磨，严重时，能威胁你身边的人的生命安全。可是，在当今社会，本应清静的校园里，却不时传来有关欺凌、暴力伤害的消息：学生们互相斗殴，在校外聚众闹事，因几句不入耳的话便出手打人……一起起校园暴力、欺凌事件不仅让人触目惊心，更为学生自身的安全打上了一个大大的问号。

我们是祖国的'未来，是民族的希望，是社会主义现代化事业的建设者和接班人，我们肩负着重大的责任。

同学们，我相信，只要我们大家从我做起，从现在做起，从小事做起，拒绝不良行为，我们一定会可以让我们的校园充满文明，让安全存于生活。让我们大家一起携起手来，共同拒绝校园暴力，共建和谐校园。

谢谢大家！

预防校园欺凌的心得体会 预防校园欺凌倡议书篇三

菁菁校园，是人才培养的摇篮，是文明传承的殿堂，校园，本该是一方净土，学习的世外桃源，追求梦想的摇篮！然而，不和谐的音符一次又一次地打破这样的平静，校园欺凌，校园暴力，字字扎心，令人心有余悸！

20xx年3月28日，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□20xx年4月18日北京某中学一女生被多名女同学狂扇耳光□20xx年6月10日，南京一名初中生被高年级学生索要钱物，拒绝后遭到殴打，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。

“校园欺凌”——以大欺小，以多欺少，以强凌弱，欺凌事件，不但伤害我们的身体，还会使一颗纯净的心灵走向扭曲，使人精神受到痛苦折磨！校园暴力——轻者语言威胁，恐吓，辱骂，故意排挤，重者肢体冲突的拳打脚踢，不小心就威胁到生命安全。而这些冷酷，无情，残忍的暴力欺凌，有的只是因为图一时之快，控制不了情绪，为了鸡毛蒜皮的小事大动干戈，有的是施暴者歪曲价值观的践行，横行霸道，为所欲为，对他人尊严和生命肆意践踏！一件又一件校园暴力让人唏嘘，令人发指，抵制校园欺凌，预防校园暴力，刻不容缓！

同学们，面对校园欺凌，我们该做些什么呢？

1. 从自身做起，加强思想道德修养。爱惜自己，不结交社会闲杂人员；尊重他人，对同学有礼貌，不要出口伤人，不要动手动脚，不要过度玩笑导致翻脸打架；学会跟同学和谐相处，包容他人，不要斤斤计较、不要得理不饶人、不要揭人短处、不要嘲笑他人、不要挑拨离间、不要搬弄是非；不做他人暴力帮凶，要拒绝与校外不良青年交往，抵制不良的引诱，做一

名有文化、有修养、有礼貌、有智慧的学生。

2. 要加强自我保护意识，学会用法律保护自己。上学放学尽可能结伴而行。不要走僻静、人少的地方，要走大路。放学路上不要贪玩，要按时回家。在受人欺侮，遇到危险或可能发生危险时，要主动、及时地和老师、家长、警察取得联系，积极争取学校、社会和家庭的保护和帮助。发生事情后要学会用法律保护自己，要大胆揭发坏人坏事，不要姑息养奸。

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。同学们，从现在开始，我们要更坚决地对“校园欺凌”说不！希望同学之间互爱互助，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。

1、提高个人修养，与同学友好相处。

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。

2、积极沟通，疏泄情绪。

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。

3、远离暴力源。

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。

4、加强法律知识学习。

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。

5、校园欺凌不仅仅是“打”。

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。

1、自尊自信，培养健全的人格。

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。

2、广泛交友，与同学友好相处。

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。

3、加强体育锻炼，强身健体。

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。

4、外出时不走小路，尽量结伴出行。

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。

5、携带防身用品、报警器。

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？

1、面对校园欺凌不低头。

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。

2、拖延时间，瞅准机会逃跑。

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。

3、抓住机会呼救或报警。

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。

4、发现校园欺凌事件不要坐视不理。

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。

预防校园欺凌的心得体会 预防校园欺凌倡议书篇四

校园是我们学习的地方，是教育我们成才的地方，但屡见不鲜的校园欺凌却打破了校园应有的宁静。校园欺凌严重危害青少年的身心健康，破坏正常的教学秩序和和谐校园的建设。

公安机关根据其后果不同分为殴打他人，故意伤害。殴打他人依据《治安管理处罚法》处理，属于治安案件；而故意伤害则是依据《刑法》处理，属于刑事案件。但无论哪种案件，最终的结果都是违法者人身自由受到限制，名誉受到影响，金钱受到损失；对违法人员的危害是巨大和不可挽回的。

第一、人身自由受到限制。受到拘留处罚的，要送拘留所执行。受到拘役和有期徒刑刑罚的，要在监狱或看守所服刑。

第二、金钱受到损失。金钱损失主要包括罚款和赔偿两部分。殴打他人的依据《治安管理处罚法》的规定最高可处1000元罚款，故意伤害的依据《中华人民共和国刑法》要处罚金。赔偿是指对受害人进行赔偿，项目包括医药费、护理费、营养费、误工费、交通费等。罚款（罚金）加上赔偿就是打架的金钱成本。

第三、名誉受到损害。殴打他人依据《治安管理处罚法》的规定，根据情节的不同，违法人员要受到一日以上，十日以下的行政拘留处罚；犯故意伤害罪，依据《中华人民共和国刑法》规定，根据伤害程度的不同，要受到拘役，管制和有期徒刑，案底将留存公安系统，在全国任何一台接入公安专网的计算机都能查到，这样必然对升学、工作及从事经济活动产生影响。

校园，本该是一方净土、文明的殿堂。然而，同学之间因琐事引发的校园欺凌给宁静的校园蒙上了一层阴影。对比，我们真诚的呼吁广大同学：涵养理智，莫让美好的青春蒙受冲

动的惩罚！

预防校园欺凌的心得体会 预防校园欺凌倡议书篇五

大家上午好！

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。

预防校园欺凌的心得体会 预防校园欺凌倡议书篇六

校园是我们增长知识、接受教育的地方，本不该为欺凌事件的阴影笼罩，可据有关方面统计，全国绝大多数地区未成年人犯罪增多，有些地区年增幅在30%以上，作案者和受害者绝大多数为像我们这样的`在校学生。

从80年代末到现在已出现了一个未成年人犯罪高峰，我国出现的校园欺凌事件并不是孤立的。由于影视业的商业化，欺凌恐怖影视作品越来越多，充斥我们的视野，许多作品中对于犯罪过程细节的描述，成了不少青少年模仿的根源，而校园又成了他们“付诸实践“的理想场所。

校园欺凌同时也体现出人际交往问题，人际交往需要风度，风度就是用温柔去对待倔强的人，用宽容去冰冻苛刻的人，用热情去融化冷酷的人。

儒家学说认为，人心固然有善端，但它一开始只是一个萌芽，而且它随时会遭到私心杂念和外界诱惑的摧残。这萌芽要成熟、长大，就需要特别的守护和滋养。提高德性是一个十分艰难的修养过程。游戏人生，看起来固然潇洒，可如此泛泛而过又能找到什么样的人生态度？生命是单程线，没有回头的机会。

我们青少年共同生活在一起，就应当互相帮助、互相谅解、互相包容，反对校园欺凌从我们做起。