

推动男性参与反对性别暴力 工作手册

The Handbook for
Encouraging Male Participation in the
Fight Against Gender-based Violence

方刚 著

By *Fang Gang*



中国白丝带志愿者
China White Ribbon Volunteers

2020年12月

中国白丝带志愿者网络项目

感谢过去十年间，我们项目的资助方：



全国妇联权益部



联合国人口基金

联合国人口基金驻华代表处



Australian Government 澳大利亚驻华使馆



加拿大驻华使馆



法国驻华使馆



British Embassy
Beijing

英国驻华使馆



美国驻华使馆



福特基金会



心安亦心理

目录

前言：男性参与运动，性别平等运动必不可缺的一部分	1
上编：推动男性参与的实践	3
积水成渊，积沙成滩：男性参与运动在中国的 10 年历程.....	4
家庭暴力施暴者矫正团辅小组：模式、效果、经验及建议.....	28
中编：推动男性参与的论述	40
第 1 辑 男性气质与男性参与.....	41
男性参与的意义、现状与推动策略.....	41
从支配性男性气质的改造到促进男性参与.....	46
父亲类型与男性参与.....	51
男性气质多元化与“拯救男孩”.....	59
第 2 辑 性别暴力与男性参与.....	62
性别暴力内涵的扩展.....	62
校园性别暴力：新的定义与新的研究视角.....	71
“反家暴”立法应有的男性气质视角.....	76
制止性别暴力，辅导令可先行一步.....	81
反家暴法应该明确规定“辅导令”.....	83
反家暴法讨论，倡导男性参与的契机.....	84
唤起施暴者改变的愿望：从白丝带热线宣传品的口号说起.....	85
第 3 辑 白丝带志愿者与男性参与.....	87
男人成为白丝带志愿者的 N 个理由.....	87
将性别公益与人生理想结合.....	88
白丝带志愿者，可以做这些.....	89
男人可以在妇女节做些什么？.....	91
校园白丝带运动，可以做什么？.....	92
下编：推动男性参与的工具	94
好伴侣好父亲：全参与型男人团辅手册.....	96
《男人独白》（《阴茎独白》）全剧本.....	211
推动男性参与图书介绍.....	228
附录：	
方刚口述史：亲历中国性与性别平等运动 20 年.....	246

Contents

Foreword

Male involvement movement: an indispensable part of the gender equality movement

PART I: Experiences of Encouraging Male involvement

Many a Little Makes a Mickle: The 10-year history of Male involvement in China
Group Behavior Modification for Abusers in Domestic Violence: Modes, Results, Experiences and Suggestions

PART II: Statements on Encouraging Male involvement

Chapter 1 Masculinity and Male involvement

The Meaning, Status Quo and Incentives of Male involvement
From Altering the Dominating Masculinity to Encouraging Male involvement
Multiple types of fathers and Male involvement
The Diversity of Masculinity and “Salvation of Boys”

Chapter 2 Gender-based Violence and Male involvement

The Expansion of the Connotation of Gender-based Violence
Gender-based Violence at school: A New Definition and a New Perspective
The Proper Perspective of Masculinity When Legislating against Domestic Violence
Counselling Order can be the First Step in Fights Against Gender-based Violence
Counselling Order Should be Clearly Stipulated in China’s Anti-domestic Violence Law

Discussion on China’s Anti-domestic Violence Law posed an opportunity for Encouraging Male involvement

Appealing to the Abusers’ Willingness to Change: From the Slogan of the Promotional Products in White Ribbon Campaign

Chapter 3 Volunteers in White Ribbon Campaign and Male involvement

Numerous Reasons for Men to Volunteer in White Ribbon Campaign
Combining Charity Work in Gender-based Violence Campaign with Life’s Ambitions
Volunteers in White Ribbon Campaign Can Do These Things
What Can Men do at Women’s Day
What Can be Done during the White Ribbon Campaign on Campus

PART III: Tools of Encouraging Male involvement

A Good Companion and Father: Group Coaching Programs on an All-Participating and Responsible Man

The Whole Script of “The Monologue of a Penis”

An Introduction to Books on Encouraging Male involvement

Appendix:

Oral History by Fang Gang: A 20-year Participation in the Campaign for Sex and Gender Equality in China

前言

男性参与运动，性别平等运动必不可缺的一部分

方刚

今年，2020年，第四次世界妇女大会在北京召开25周年，性别研究界在举办一系列纪念活动。

同样是今年，中国的男性参与运动也开展了10年。在联合国人口基金驻华代表处的支持下，我们将举办“推动男性参与、反对性别暴力：十年经验总结与推广研讨会”。这本手册，是为这次研讨会准备的。

“男性参与”的概念在1994年的国际人口与发展大会上首次被正式提出，它被写进了这次会议通过的《行动纲领》中。

1995年的第四次世界妇女大会上，“男性参与”的概念得到了进一步强化，《北京宣言》第25条明确呼吁：“鼓励男子充分参加所有致力于平等的行动”。

我自己开始思考性别议题，也是受到世界妇女大会的影响。1999年，我出版了自己第一本关于男性气质的书《男人解放》。2005年，我创办了第一个男性参与运动的小组；2007年完成了研究男性气质的博士论文。

但是，直到2010年创办“白丝带男性反对性别暴力热线”，我关于男性参与思考才逐步成熟。也是从那一年开始，男性参与变成了我的日常工作，并且组建了工作团队。

2010年之前，一定也有学者和活动家做过许多推动男性参与的倡导和实践。但是，组建一个团队，并且变成日常性的工作，据我所知，并没有过。所以，我们将2010年视为推动中国男性参与运动的起始年。

毫无疑问，中国男性参与运动，是在第四次世界妇女大会的影响下开启的，同样是在中国女性学者和活动家追求男女平等的过程中被推动起来的。它的发展过程中，也一直没有离开女性学者、女性活动家的支持。

我一直认为：男性参与运动，是促进性别平等运动的一部分。虽然性别研究界和行动界对此一直有争议。

我自己首先认为自己是一个性别平等主义者，然后才是一个男性参与运动的推动者。我们推动的男性参与运动，是为促进男女平等、落实女性权益服务的。

我们所从事的所有工作，包括白丝带志愿者网络项目的所有活动，均是在追求促进性别平等、反对性别暴力的理想。

始于2010年的推动男性参与的团队，2013年正式开启了中国白丝带志愿者网络项目，推动80多个城市建立了工作站，拥有4000多名志愿者。

这本手册，便是纪录这个团队的经验、思考、成长，希望可以分享给更多的人，更好地推进中国的男性参与。

手册的“上编”，是男性参与的实践总结。这部分，我详细地回顾了过去十年间参与推动男性参与运动的经验与教训，分析了目前面临的挑战，并且规划了未来几年的工作重点。

同时，还收入了“家庭施暴男子团体辅导的经验与总结”一文。十年间其它的工作经验，几乎全部收入到了已经出版的8册“白丝带丛书”中，我在最后一编的“推动男性参与的工具”中进行了介绍，此处便没有再重复纳入。

手册的“中编”，是关于男性参与的思考与论述。因为写作于过去十年的不同阶段，是当时背景下的产物，所以有些表述已经过时，如“反家暴法草案”，而反家暴法已于2016年正式实施；等等。但因为其观点与主张在今天看来仍然都具有启发性，所以也悉数收入。

手册的下编，是推动男性参与的工具。

“好伴侣好父亲：全参与型男人团辅手册”可以用于组织团体小组，促进男性成长；
《阴茎独白》全剧本，可以组织在各地演出，倡导男性参与反对性别暴力的理念；
推动男性参与图书介绍，方便大家针对性的使用这些资料。

希望这本手册能够使更多的人受益。

感谢多年来为我们的工作提供过支持的机构，他们是：全国妇联权益部、联合国人口基金驻华代表处、澳大利亚驻华使馆、加拿大驻华使馆、法国驻华使馆、英国驻华使馆、美国驻华使馆、福特基金会、亿方公益基金会，等等。

上编

推动男性参与的实践

积水成渊，积沙成滩：男性参与运动在中国的 10 年历程

——白丝带志愿者的工作

自 2010 年“白丝带终止性别暴力男性公益热线”创办，至 2020 年，我们走过了整整十年。在此总结十年间我们在推动男性参与，终止性别暴力领域的尝试，以给他人的工作、未来的工作提供参考。

一、酝酿与起步

白丝带运动于 1991 年起源于加拿大。1989 年的一天，一位失业的男子将自己的处境归罪于女性接受教育、进入职场，抢了他的饭碗，于是冲进加拿大的一所高校，枪杀了 16 名无辜的女大学生。两年后，包括麦可·考夫曼（Michael Kaufman）在内的三位加拿大男性发起了白丝带运动。白丝带运动倡导男性参与终止针对妇女的暴力，全世界已经有 80 多个国家和地区出现过白丝带运动。

2001 年开始，中华女子学院的李明舜教授等人，先后在中国宣传倡导过白丝带运动。

2010 年，时任北京林业大学性与性别研究所所长方刚副教授，创办了“白丝带终止性别暴力男性公益热线”，随后以热线为平台，不断发展。而这一起步的背后，也是多年的积淀。

早在 1998 年，方刚便关注男性气质议题，1999 年开始陆续出版《男人解放》《第三性男人》等多部相关著作。

2005 年，还是在读博士的方刚发起了“男性解放学术沙龙”，探讨男性参与促进性别平等的议题，曾引发社会争议，包括性别学界也颇多质疑之声。这些讨论后来被收入到《男性要解放》一书中。

这些争论也促进方刚进一步思考男性气质，并且完成了博士论文《男公关：男性气质研究》，以及专著《男性研究与男性运动》等等。这些思考与著述，都为后来他致力的男性参与运动打下了理论基础。

2010 年，方刚创办“白丝带男性终止性别暴力热线”，正式致力于推动男性参与、反对性别暴力的社会运动。该热线全年 365 天不休息，也意味着从这一年开始，中国男性参与运动进入了持续、稳定开展工作和不断发展壮大的新纪元。

2012 年，方刚受时任联合国秘书长潘基文之邀，成为他领导的“联合起来制止针对妇女暴力运动”男性领导人网络的第一名中国成员，也是唯一的一名中国成员。

2013 年 4 月，在联合国人口基金驻华代表处的支持下，方刚发起成立了“中国白丝带志愿者网络”项目（以下简称 CWRVN），并担任召集人。此后，开始形成不断壮大的团队，中国推动男性参与反对性别暴力的工作得到长足发展。



二、中国白丝带的理念及团队建设

1、理念

多年对男性气质的研究，使得方刚在创办白丝带热线之始，便将男性气质的议题纳入到中国白丝带运动中。

而且，他对于同性恋、性别多元的研究基础，也影响着中国白丝带团队的理念。

国际白丝带运动最早是倡导男性终止针对妇女的暴力，白丝带热线创办之后，将使命定为反对一切形式的性别暴力，包括针对女性的性别暴力，也包括针对男性和同性恋者、跨性别者的性别暴力。

从中，我们可以看到对白丝带运动传统内涵的扩展，由反对针对妇女的暴力，到反对一切性别暴力。中国的白丝带运动，成为男性参与运动的一部分，促进性与性别多元平等运动的一部分。

CWRVN 提出：暴力同时伤害着男人和女人，破坏着我们的亲密关系。每个人都渴望幸福美好的生活，每个人都向往和谐、亲密的关系，每个人都有能力做出改变。

上述这一理念，决定着我们在反对性别暴力的过程中，不是将男性作为对手、敌人，而是作为可以团结的伙伴。

这些，相对于中国以往的反家暴领域的工作来说，都是重要的补充、扩展、创新。

白丝带志愿者正是基于这一理念在工作，这才有了针对施暴者的辅导，以及针对 LGBT 的肯定性咨询法等领域的工作。

2、团队建设

要成为 CWRVN 的一员，也很简单。任何人只要愿意实名承诺“不施暴，并且不对暴力保持沉默”，便可以成为中国白丝带志愿者网络项目的一员。

作为白丝带志愿者，并不是每个人都必须承担大量的志愿工作，只要在现实生活中不对暴力保持沉默，在适宜的时间和场合向身边的人宣传反对性别暴力的理念，便是尽到了志愿者的职责。当然，也鼓励志愿者结合自己的专业特长和人生规划，参与到 CWRVN 的具体工作中。

我们将这一承诺的过程，视为影响和改变男人的过程。为了使这份承诺更郑重，每位承诺者必须提交身份证号等实名信息。

到 2020 年 11 月底，已经拥有 4000 多人做出实名承诺，成为男性参与运动的一份子。而且，这个数字在以平均每天一人的速度增长着。他们散布在中国几乎所有的省。陈东、李春先后负责志愿者实名承诺工作。



我们主张，志愿者应该将公益事业与个人的工作、人生理想等结合起来，这样才有助于长期地从事此项公益事业。

为了更好地执行项目的工作，CWRVN 每年有一个人数不等的“执行委员”团队，2013年至2020年间先后担任过执委的人员包括（以姓氏笔划为序）：方刚、王大为、田斌、朱雪琴、关小川、张智慧、张凌华、陈东、李春、俞长模、南储鑫、温学琦。

2013年至2019年，项目负责人为方刚。自2020年起，方刚、田斌、张智慧，为项目的共同负责人。

为了使白丝带倡导的工作能够落地，也为了将遍布全国各地的志愿者带动起来从事公益活动，我们还鼓励各地成立“白丝带服务站”。

各地的白丝带服务站是当地倡导男性参与、反对性别暴力的人士自愿组成的，CWRVN 为其提供专业支持与指导，与 CWRVN 成为伙伴关系。服务站这一形式有助于在基层开展活动，为性别暴力当事人提供面对面的服务。

止于2020年9月，全国先后有80多个城市建立了白丝带服务站，涉及中国25个省、自治区和直辖市，它们开展工作的时间或长或短，从事的公益活动或多或少，但都做了不同程度的工作。田斌一直负责地方负责站的协调组建与联系合作工作。

一些活跃的地方服务站包括：北京、秦皇岛、淮南、上海、济南、西宁、合肥、贵阳、哈密、青岛、烟台、潍坊、临沂、宜兴、兰州、莱阳、长春、威海、呼和浩特、昆明、银川、广州，等等。（参看附录中的“白丝带历年各地服务站名录”。）

我们还非常重视志愿者能力的提升，不定期举办志愿者培训。

2013年4月和2014年11月分别举办一次“白丝带热线咨询师能力提升工作坊”。

2015年2月召开“白丝带地方领导人联席会议”及“学校性教育能力提升培训”。

2015年10月，来自全国各地白丝带地方服务站的领导人，接受了“全参与型男性团体辅导手册”的使用培训，由方刚博士研发的这个手册设计了20次团体辅导活动，引导男性反思传统的支配性男性气质，学习关爱伴侣、参与到家务劳动和教养孩子的过程中，并且在职场中成为对女性友善的同伴。CWRVN 各地的服务站，将应用这个手册，在当地举办团体小组，带领男人改变。

同年10月底邀请白丝带运动发起人之一的麦可·考夫曼（Michael Kaufman）进行了“男性参与及白丝带运动开展能力培训”。

2017年11月-12月，志愿者王大为为所有白丝带志愿者开设网络课程《认知行为疗法在家暴干预中的应用》，获得志愿者们的普遍好评。

CWRVN 每年举办“白丝带志愿者年会”，年会成为各地志愿者分享工作经验，交流心得，相互学习和提升的机会。



历届年会的时间分别是：

- 第一届，2013 年 11 月 22-24 日
- 第二届，2014 年 11 月 18-20 日
- 第三届，2015 年 10 月 25-27 日
- 第四届，2016 年 11 月 18-19 日
- 第五届，2017 年 12 月 9-10 日
- 第六届，2018 年 12 月 6 日
- 第七届，2019 年 8 月 11 日



2014 年年会期间还同时举办了第一届中国男性参与暨性别暴力干预国际研讨会。

2017 年的第五届年会，由南京理工大学泰州科技学院资助和承办，在泰州举办。其它历届均在北京举办。

每届年会向公众展现一年的工作业绩、表彰优秀志愿者和地方服务站，同时讨论、规划未来一年的工作。年会本身也是对大众宣传男性参与反对性别暴力的倡导活动。（参看附录

《白丝带历年优秀志愿者及优秀地方服务站名录》)

2018年、2019年的白丝带年会与第一届和第二届赋权型性教育研讨会安排在同期召开，参加年会的志愿者也可以参加性教育研讨会，作为一次学习和提升的机会。



CWRVN的志愿者团队中，前期心理咨询师为主，后期有大量性教育讲师加入，这些也促使我们逐步确立了自己的三大工作体系：咨询辅导、宣传倡导、青少年教育。

三、咨询辅导工作

在成立白丝带热线最初的几年，方刚正在各地给心理咨询师做培训。他利用培训的机会宣传白丝带，早期的志愿者中许多都是心理咨询师，这使得我们的主要工作注定和家暴当事人的心理咨询、心理辅导结合起来了。

白丝带咨询辅导工作的目标是：为性暴力、家庭暴力等性别暴力受暴者、目击者提供咨询帮助，对性别暴力实施者及具有暴力倾向者提供行为改变的辅导。

一方面，CWRVN各地的志愿者开展了很多针对当事人的辅导项目，除白丝带热线外，还有个案咨询、团体辅导等不同形式。另一方面，我们也开展了大量针对各地心理咨询师的培训辅导工作。

1、白丝带热线

“白丝带反对性别暴力男性公益热线”在2010年创办后，即确定为全年365天不间断服务，每天8:00-22:00都有专人值班。热线的接线员均是资深的国家二级心理咨询师，同时又经过专门的社会性别培训，以保证他们的理念和技术均可以出色地承担热线工作。

2013年，由方刚、林爽编著的《白丝带反对性别暴力男性公益热线志愿者手册》出品，成为热线咨询师的指导书。

2010年最初的热线电话号码是15711447572。到了2013年，我们改为400电话，电话号码是：4000 110 391。

也是2013年，CWRVN开通了咨询QQ：2959512636，以及咨询用电子邮箱：bsd4000110391@163.com。

2020年开始，改为微信咨询，微信号：bsdgyrx

微信咨询更方便，更有效率，所以，其它咨询形式，已经较少采用。

止于2020年10月底，接线6000多人次，平均每年600多人次。

2010年热线创办之始，咨询师为方刚、程加禾。2013年开始，咨询师为王大为、孟育、许雷、俞长模、张凌华、丁少星、管媛媛、董小莹、冯旭晶、张智慧等，此后又有葛春燕、周洪超、李伟峰、关小川、金建水、马霖泉、蒋鹏、王应婴、梁先波、李敏、徐本雷等陆续

加入。

热线历届负责人为方刚、王大为、关小川、张智慧。
张智慧自 2016 年开始一直担任热线负责人。

2、原生家庭受暴者团辅小组

CWRVN 致力于探索家暴当事人心理辅导的新形式。

2014 年，在没有任何资助的情况下，方刚博士独自带领了一个“青少年时代目击（承受）家庭暴力者团体辅导小组”，10 名在青少年时代承受过父母暴力的青年人，接受了总计 60 小时的团体辅导。针对青少年时代目击（承受）家庭暴力的成年人进行团体辅导这种形式，此前在中国没有人进行过，是我们的开创性工作。小组辅导后的效果评估显示，除极个别组员外，均有非常大的改变。

2016 年，我们得到美国驻华使馆的资助，得以再次创办一期团辅小组。于是，由方刚、丁新华、李璐共同带领了第二个小组，我们改为“原生家庭承受暴力者小组”，小组有 9 名组员。小组进行的非常顺利。

两期小组的经验，使得我们完成了《和家暴创伤说“再见”——原生家庭承受暴力者团体辅导手册》。此手册不仅是团辅方案，更是结合两期小组经验，详细展开，充分分享，对于未来原生家庭受暴者团体小组的带领者是非常实用的操作指南。



3、家庭暴力施暴者团辅小组

2014 年，在中国的《反对家庭暴力法》面向全国征求意见之时，白丝带志愿者也积极参与，提出了在法案中纳入针对家庭暴力施暴者“辅导令”的建议，虽然这一建议最后没有被采纳。

基于对男性气质与男性议题的关注，CWRVN 创办之初，方刚便开始策划针对男性施暴者的团体辅导小组，编写了团辅方案。直到 2018 年，全国妇联权益部资助的“家庭暴力男性施暴者团体辅导项目”才正式启动。

2019 年 9 月，团体小组正式开始，由方刚、田斌共同带领。直到 2020 年 1 月最后一次地面活动，因为受新冠疫情影响，2020 年 3 月在组织了一次网络活动后，小组正式结束。小组第一次活动和结束后进行了前测和后测，显示小组活动对小组成员影响很大。

这次“施暴者小组”使得我们有机会探讨、总结了家庭暴力施暴者团体辅导的招募、

组织、小组活动等各个环节的经验，这些经验将有助于未来此类活动的开展。

参看本书《家庭暴力施暴者矫正团辅小组：模式、效果、经验及建议》一文。

4、家暴当事人心理辅导能力培训

CWRVN 开展的面向全社会最重要的培训之一，是澳大利亚政府直接援助项目“家庭暴力当事人心理辅导能力培训”。这个培训于 2017 年、2019 年、2020 年，每年分别在三个省各选一个城市组织一期培训，培训通常为三天，每天 8 个小时，面向全省的心理咨询师、社会工作者，以及其他从事相关领域工作的人员。

2017 年，在新疆哈密、青海西宁、甘肃兰州进行了培训；

2019 年，在云南昆明、贵州贵阳、广西南宁进行了培训；

2020 年，虽然受新冠病毒疫情的影响，我们还是见缝插针，把握时机，完成了内蒙呼和浩特、宁夏银川、陕西西安的三场培训。

项目申请时，每个省计划培训不少于 50 人。但九个省的培训中，每个省都超过了 100 人，有的省超过了 140 人全程参加培训。

每个省的培训结束后，我们在当地成立“家庭暴力当事人心理辅导站”，在培训后三年每周有一天免费为家暴当事人提供心理辅导。辅导人员便是接受培训的人员，他们均承诺每年每人至少拿出一天的时间值班。这样，我们做到了公益培训的受益者能够回报社会，做到了项目的可持续性。

项目进行的第一年，便被澳大利亚使馆评为当年所有资助的项目中两个优秀项目之一。这也是项目可以一直持续三年的一个原因吧。这个项目，计划长期申请下去，希望有一天能够“红旗插遍全中国”。

9 个城市的白丝带家庭暴力当事人辅导站及负责人分别是：

哈密辅导站，负责人：卢全伶

兰州辅导站，负责人：杨丽娟

西宁辅导站，负责人：马霖泉

贵阳辅导站，负责人：马海燕

昆明辅导站，负责人：曾琳

南宁辅导站，负责人：梁燕妮

银川辅导站，负责人：康红亮

呼和浩特辅导站，负责人：许红

西安辅导站，负责人：任晓玮

CWRVN 的负责人方刚博士，自 2018 年开始创办“性与亲密关系咨询师”系列课程，一共 12 天的课程中，有 3 天是家庭暴力心理辅导的内容。这个课程的学员基本都是心理咨询师，他们也因此学习了家暴辅导的内容。

2018 年，上海、北京、深圳开课，各有 100 多名学员学习。

2019 年，上海、北京、深圳、广州、南京、苏州、杭州、无锡八个城市开课，累计学员超过 400 人。

2020 年，受新冠疫情影响，仅北京、成都两地开课，学员累计 130 人左右。

这个课程，未来仍然计划长期开办下去。2021 年北京、上海、广州的开课日期已经确定。



5、肯定性咨询法

2015年，历时五年，四易其稿，方刚、杨志红著《肯定性咨询法》出版。肯定性咨询法主张对 LGBT 人群给以支持、接纳的态度，一反中国传统心理咨询界的“扭转疗法”。肯定性咨询法旗帜鲜明地反对针对同性恋、跨性别人群的性别暴力，其中也关注同性恋伴侣暴力。

《肯定性咨询法》的出版，进一步体现了 CWRVN 所关注的广义的性别暴力的议题。

此书出版前后，多次组织研讨会，还联合了 20 多家同志社团，共同推出“肯定性咨询师考核”。

此后，方刚又将其纳入到“性与亲密关系咨询师”的培训中，使之在中国心理咨询界产生了深远的影响。

6、咨询领域其它工作

各地的服务站及白丝带志愿者中的心理咨询师、社会工作者，也均在自己的日常工作中进行了大量咨询辅导工作。特别是像田斌、张智慧、王大为、张凌华、俞长模等 CWRVN 创办之始便投身这项工作的志愿者，在这方面更是贡献良多。如张智慧在上海为家暴受暴妇女提供线下咨询服务；王大为在河北秦皇岛为性别多元（LGBTQI）人群提供线下个案咨询和团体心理辅导；等等。

四、宣传倡导工作

1、日常宣传倡导活动

2010年，白丝带热线创办之初，便通过媒体报道、社区散发宣传资料等方式，进行了一轮宣传倡导活动。

2012年，方刚发起“制止性别暴力，男人不再沉默”实名签名活动，16天内有 350 位男性签名，一定程度上达到了向社会倡导男性参与反对性别暴力的目标。

2013年，邀请著名电影演员冯远征、梁丹妮夫妻担任中国白丝带志愿者网络的形象代言人，希望利用他们的影响力促进男性参与理念的传播。

我们也充分利用新媒体传播反暴力理念，开通了公共微信帐号（“白丝带”或 baisidai2013）、微博，以及网站（<http://www.whiteribbon.cn>）。

2013年和 2014年分别制作了一部宣传白丝带运动的动画片，在互联网上发布。白丝带志愿者薛芮、尚霖、孙宇等参与制作。

我们设计制作了分别针对社区和学校的宣传海报,通过活跃在全国各地的志愿者在当地社区、学校、医院等场所张贴;

我们制作的折页、年历、书签等宣传品,通过各地的白丝带志愿者广为散发。



更多的宣传倡导工作,主要是各地的白丝带志愿者及服务站在日常工作中进行的。这方面的工作,多到无法计数。比如多地志愿者都曾在街头宣传倡导白丝带理念。比较有特色的,如淮南的白丝带志愿者创造性地将白丝带宣传与长跑健身结合起来,他们身披印有男性参与反对性别暴力口号的绶带,跑过淮南的大街小巷;白丝带廊坊站召集人宁凌昀撰写了反校园欺凌话剧《蜕变》,组织学生排练并在廊坊高级职业技术学校和廊坊市美术馆上演;……

白丝带志愿者经常受到企事业、社区、学校、妇联等机构的邀请进行相关的讲座,数字也无法计数。比如,天津的魏徐红、邢台的刘朝阳、西安的任晓玮和李月、呼和浩特的许红、银川的康红亮等,均在工厂、机关、学校进行了大量的讲座。北京的白丝带志愿者南储鑫在人民网节目中介绍男性参与运动理念;方刚先后受邀在美国驻华大使馆、美国驻广州领事馆进行讲座,张智慧受邀在美国驻上海领事馆进行讲座,等等。

俞长模在安徽省淮南市,结合其工矿城市的特点,组织志愿者进厂矿进社区做反家暴宣传;他还发起爸爸家长会,鼓励父亲参与育儿,改善亲子关系,推动男性气质的改变,反对性别暴力;在淮南妇联的帮助下,他还与淮南市 110 指挥中心合作,将白丝带热线和他的联系方式通过反家庭暴力联系卡宣传给家暴当事人……

此外,我们还通过每年的全国志愿者年会、多场公共论坛,宣传倡导男性参与促进性别平等、反对性别暴力的理念。

2、“男人讲故事”

2014 年, CWRVN 举办了“男人讲故事”活动,十位“性别平等男”到四座城市的高校中分享他们的性别意识成长历程,带动更多男性参与到反对性别暴力中来。他们中有从事性别研究的男学者,有幼儿园的男老师,有医院的男护士,有反家暴的男性领导人,有全职的家庭“主夫”,还有挑战传统性别角色的同性恋运动领导人,等等。

通过这些男人的现身说法,让观众认识到男人并不都是铁板一块的,男性气质是多种多样的,从而推动他们反省自身,也思考在促进性别平等过程中男性的社会责任。

这些男人的演讲记录,与方刚前期组织的另外六位男性的演讲记录,合编了《男人的声音:16 位性别平等男讲故事》一书出版。

项目还同期完成了一部纪录片，在互联网上传播。
我们希望通过这些“不一样的男人的声音”，能够唤醒更多的男人。



3、“男德班”

2015年“十一”假期，方刚作为带领者，在北京开办“全参与型好伴侣、好父亲：男性成长工作坊”，工作坊简称“男德班”。

一共有十多位男性参加这个工作坊，其中多数是各地白丝带服务站的领导人。

工作坊致力于培训参加者培养性别平等意识、男性参与意识与能力，培训内容包括了反思社会性别刻板印象、社会性别理念、伴侣互动方式、父亲角色、反思家庭暴力、做家务的技能、照顾孩子的技能，等等。

这个工作坊受到许多媒体的关注，有20多家媒体先后采访。报道发表后，引起社会关注，意外的是，竟然有很多批评的声音，这些批评的声音多是基于传统的社会性别刻板印象，认为男人原本应该是支配、主宰的。支持与反对的声音引发争论。网上可查到的300多家媒体转发相关新闻，或者发表了评论，包括多家电视台。

这个培训项目，成为一次很好的公共舆论倡导，推动大家思考男性的角色与责任。

参看本书《好伴侣好父亲：全参与型男人团体小组方案》。



4、“白丝带电影节”

2016年，方刚精选了64部电影，编成《电影中的性别暴力》一书，包括几大主题：培养暴力的社会、伴侣暴力、代际间的家庭暴力、性暴力、校园性别暴力、职场性别暴力、战争中的性别暴力、恐同恐跨暴力、其他性别暴力、对性别暴力的麻木、对性别暴力的反抗。从这些主题可以再次看出，CWRVN对性别暴力议题的广泛关注。

每个主题下面均有多部电影，包括了对每部电影的介绍、从性别暴力视角对电影的分析、观影时的点评等等。

同年12月，依据这本书，在北京举办了“白丝带电影节”，组织观影和讨论。

在当年的白丝带年会期间，组织各地志愿者学习如何使用这本书在当地组织“白丝带电影节”，进行反对性别暴力的宣传倡导工作。

培训结束后的一年间，先后有30多个城市的地方服务站在当地举办了“白丝带电影节”，以观影、讨论这一喜闻乐见的形式，在当地进行了反对性别暴力的倡导工作。

参看本书中的《推动男性参与图书介绍》中收入的《电影中的性别暴力》中列举的电影篇目。



5、《阴茎独白》话剧

2018年，方刚完成了《阴茎独白》，又称《男人独白》的话剧剧本创作，同年12月在北京首演。此后，先后在深圳、杭州、广州、泰州、临沂五地演出。其中在深圳演出了两场。

《阴茎独白》模仿女权主义名剧《阴道独白》的创作形式，由十多个男人分别讲述自身与“阴茎”有关的故事，从男性的视角反思男性针对妇女的暴力，倡导男性参与、性别平等，反对性别暴力。

话剧分十一幕，涉及男性气质、性骚扰、约会强奸、性别酷儿、同性恋恐惧、意外怀孕、家庭暴力、阳痿、家务等议题。值得一提的是，其中有三个故事是完全真实的，有两幕是当事人本色出演自己，分别是白丝带志愿者、曾经的家暴施暴者顾伟，以及性别酷儿高垒讲述自己的故事。在杭州演出时，另一个性别酷儿叶楚阳也加入了自述进行讲述。

《中国日报》《南方都市报》《新京报》澎湃新闻等多家媒体进行了报道。

北京演出录像，以及全剧本均在“学者方刚”公众号上发布，并且说明“版权开放，可以自由使用”。

2019年，深圳白丝带服务站的白丝带志愿者刘瑛、颜习捷、张凌云提出的《提升男性参与 促进性别平等》项目获得了“海外中国青年论坛”授予的“社会创新擂台优秀奖”。7月，三人在美国圣地亚哥的“海外中国青年论坛”2019年年会上介绍了《男人独白》这部话剧，获得到了许多国内外性别专家的一致好评。

参看本书中的《阴茎独白》全剧本。



6、媒体报道

宣传倡导工作中，我们非常重视媒体报道的影响力，包括传统媒体和新兴自媒体。

CVRWN 先后在《中国妇女报》《家家乐》《人之初》等传统纸媒开设专栏，通过性别暴力个案分析的形式向公众传播反对性别暴力的理念。其中，2013-2014《家家乐》连续两年开设“中国白丝带热线专栏”。

2014 年，《中国性科学》2、3、4 三期均刊物封底彩页广告，推荐白丝带公益热线。

主流媒体对白丝带工作的报道，本身也是对公众的一种宣传倡导。2013 至 2020 年间，包括中央电视台、中国青年报、人民网、光明日报、新京报、南方都市报、南华早报、澎湃新闻、中国妇女报、北京青年报、《看天下》、《中国日报》等在内的主流媒体先后近百次报道白丝带的工作。其中不包括前述对“男德班”的 300 多次报道。

德国电视台、日本电视台、新加坡电视台等境外媒体亦采访报道了白丝带的工作。

白丝带志愿者、曾经的家暴施暴者顾伟一人便先后 20 多次接受媒体采访，包括中央电视台“面对面”栏目、《心理访谈》栏目、凤凰视频《正面 FACE》都做过他的纪录片。《婚姻与家庭》杂志及诸多地方媒体均采访过他，他还多次在当地的广播节目中以自身经历献身说法，号召反对家庭暴力。



五、青少年教育工作

反对性别暴力，重在预防，对青少年的倡导和影响非常重要。中国白丝带一直将影响青少年作为自己重要的工作领域。

1、校园倡导

白丝带志愿者中不乏大中小学甚至幼儿园老师，他们将推动男性参与、反对性别暴力的理念带入了校园。

比如：青岛服务站召集人段清慧自 2015 年起在青岛西海岸新区高级职业技术学校开展白丝带志愿者反校园暴力活动，每年召开反校园暴力大会。学校的白丝带志愿者组建了阳光校园督察队，每天在校园里巡逻，为预防校园暴力做出重要贡献。

泰州卢佩言、临沂薛亚青均是高校教师，在高校中致力于推动男性参与。卢佩言所在的南京理工大学泰州科技学院还资助、承办了第五届白丝带志愿者年会。

济南温学琦等人是中学心理老师，将男性参与、性别平等的理念在中学中进行了大量推广。

威海服务站召集人梁先波、西宁服务站召集人马霖泉等等，均长期坚持校园内的白丝带理念倡导。

2、编写、出版反暴力教学工具包

CWRVN 组织编写了两本供校园使用的反对性别暴力、反欺凌的工具包。

2016 年开始组织编写《积极行动：终止校园性别暴力工具包》，并且在 2017 年正式出版。这本书中包括：教育者学习材料、家长教育工具、同伴教育者培训手册、绘本教学、教案设计、电影教学、活动设计、心理咨询工具、PPT 与海报设计等几部分。

2017 年开始组织编写《让欺凌归“零”：终止校园欺凌工具包》一书，并且于 2018 年出版，书中的工具包括：教师培训方案、所有学生适用工具、被欺凌者适用工具、欺凌者适用工具、家长适用工具等几部分。

工具包的编写与出版，非常方便在学校中从事教育的工作者使用。

3、性教育工作者投身男性参与反暴力工作

2013 年，方刚提出“赋权型性教育理论”并开始培训性教育工作者，将性别教育贯穿性教育的始终，反思传统男性气质、反对家庭暴力，也被纳入到性教育工作中。性教育与男性参与教育相结合。

2018 年方刚开始进行“赋权型性教育讲师团队”，白丝带团队与赋权型性教育讲师团队相互促进开展工作。

赋权型性教育讲师培训的 24 天课程中，有 3 天是完整的“校园性别暴力与校园欺凌”的培训，其它培训内容中，也贯穿着反对性别暴力、反思性别刻板印象、倡导性别多元的内容。

4、性教育营

在赋权型性教育讲师团队的拳头产品“猫头鹰性教育营”中，无论是少年营，还是青春营，也均将性别平等的理念贯穿始终。比如青春营第一天下午便是“身体权”的教学，坚决对性别暴力说“不”；而第二天下午结合电影《舞动我人生》反思性别刻板印象，讨论性别多元，等等。

5、性教育专著

方刚主持编写的“赋权型性教育丛书”中，也均包括反对性别暴力的内容。这不仅是反对性骚扰、强奸的内容，也包括反家暴、反对社会性别刻板印象、倡导性别多元平等的内容。

这些书包括：《中学性教育教案库》、《电影性教育读本》、《家庭性教育 16 讲》《青春期那些事儿：青春期性教育读本》《性权与性别平等：学校性教育的新理念与新方法》《赋权型性教育：给孩子好的性教育》《一句话性教育》《性教育这样讲：85 个性教育实操案例》《开放的性教育：影响孩子一生的性教育》《小学生性教育教学工具包》《初中生性教育教学工具包》《高中生性教育教学工具包》等等。

2019 年，赋权型性教育讲师团队开始创作性教育绘本，在最后出版的 13 册“猫头鹰幼儿性教育绘本”中，有一册男性参与绘本《我教爸爸学游泳》，另有三册关于家庭暴力的绘本《小猫头鹰的故事》、《爸爸妈妈不住在一起》、《企鹅大眼萌》。可以确定的是，将男性参与、反对家庭暴力纳入到幼儿性教育的绘本中，以前中国没有人尝试过。此外，还有直接反思社会性别刻板印象，比如《女生也爱踢足球》等。当然，其它绘本也遵循赋权型性教育的理念，以性别平等的理念贯穿始终。

六、研究与出版

2010 年创办白丝带热线前后，方刚已经开始探索将男性气质的研究应用于反对性别暴力的议题中，并且发表了多篇论文。

2011 年，联合国人口基金驻华代表处资助了一个“中国男性气质与家庭暴力”的调查，调查由中华女子学院李洪涛、天津师范大学王向贤、北京林业大学方刚共同为负责人。这项调查是中国第一次针对家庭暴力与男性气质关系的研究。

方刚等多位志愿者应邀参加各种学术会议，包括全国妇联妇女研究所主办的相关会议等，与学界同仁共同研讨男性参与、终止性别暴力的议题。如 2013 年，方刚、张智慧、冯旭晶受邀参加在台湾屏东教育大学举办的“性别暴力——预防与治疗”国际学术研讨会，分别做了主题演讲。

2015 年，纪念第四次世界妇女大会在北京召开 20 年之际，方刚等人受邀参加多个会议，介绍推动男性参与的工作。中华女子学院的项目“影响中国性别平等运动人物口述史”中，还将方刚列为仅有二位男性受访者之一。参看本书《方刚口述史：亲历中国性与性别平等运动 20 年》。

受全国妇联权益部的委托，2015 年，CWRVN 完成了对 6 位家庭暴力施暴者的访谈，并提交了针对施暴者的政策建议。

2016 年，白丝带志愿者、CWRVN 的负责人之一张智慧的博士论文《当代文学中的“家庭暴力”叙事研究（1978-2015）》通过答辩。

CWRVN 陆续组织编写了“白丝带丛书”，主要由中国社会科学出版社出版，共计 9 部，分别是：

《男人的声音》（主编），中国社会科学出版社，2015

《做全参与型好男人：男性气质与男性参与》，中国社会科学出版社，2015

《亲密关系如何伤害我们：性别暴力的 94 个案例》，中国社会科学出版社，2015

《肯定性咨询法》，中国社会科学出版社，2015

《全参与男性团体辅导手册》，大道出版社（香港），2015

《电影中的性别暴力》，中国社会科学出版社，2016

《和家暴创伤说“再见”——原生家庭承受家暴者团辅手册》，中国社会科学出版社，2016

《积极行动：校园终止性别暴力工具包》（主编），中国社会科学出版社，2017

《让欺凌归“零”》（主编），中国社会科学出版社，2018

此外，方刚于2019年出版的《好爸爸养育好孩子：全参与型父亲指南》（知识产权出版社），也是一本倡导男性参与、新父亲角色的好书。

参看本书中的《推动男性参与图书介绍》一文。

七、国际交流

作为国际男性参与运动的一部分，中国白丝带志愿者积极参与国际交流。2014年，邀请男性气质研究专家瑞文·康奈尔（Raewyn Connell）进行了演讲。

2015年邀请白丝带运动发起人之一的考夫曼博士访华，并对志愿者进行培训；2015年12月，加拿大驻华使馆举办了一场论坛，方刚、考夫曼、联合国人口基金时任驻华代表参加，加拿大驻华大使主持。



同年，方刚、周洪超等三名志愿者参加了在印度德里召开的“第二届全球男性参与论坛”；CWRVN 还是国际男性参与联盟的团体会员。

在联合国妇女署组织的 He For She 活动中，全国各地的白丝带志愿者积极响应，在互联网上签名支持。

2015年的白丝带年会上，举办了一场各国白丝带运动的分享会，联合国人口基金，以及欧洲、蒙古的代表发言，澳大利亚和新西兰的代表也视频连线致辞。

2016年，加拿大新任众议院议长访华，接见了中国男性参与运动领导人方刚博士。

2016年6月，白丝带热线负责人张智慧受邀参加在曼谷举行的“预防伙伴区域工作坊”，与各国反性别暴力的代表分享白丝带热线的干预经验。

2017年，联合国人口基金资助方刚博士参加了在泰国曼谷召开的亚太地区反对性别暴力经验交流会。

2018年3月8日方刚应邀参加在法国使馆举办的妇女节座谈会，与法国龚古尔文学奖获得者斯利马尼以及中国的女性活动家举行了会谈。

2020年，方刚博士在第三届全球男性参与大会（在线会议）上发言。

白丝带的历届年会上，均会邀请多个国家的驻华使馆官员参加，交流分享。

通过这些交流，进一步扩大了中国白丝带的社会影响力，同时也了解了国际社会在推动

男性参与、反对性别暴力领域的工作。



八、总结与展望

十年来，我们有成功，也有失败。回首在中国推动男性参与的十年，我们分为“成功的经验”、“失败的教训”、“面临的挑战”、“未来的展望”几部分总结。

（一）成功的经验

- 1、将公益与个人事业和人生规划相结合，使志愿者的工作能够促进他们的职业生涯和人生发展。如果公益只是志愿者的无偿付出，得不到任何回报，那志愿者很难持续地开展工作。所以，如果不能给他们足够的物质回报，就要从机会、资源、能力提升等方面给他们回报，如 CWRVN 组织的各种培训，志愿者均免费参加，这对他们来说就是非常好的学习机会，能够以此凝聚人心。公益不赢利，但从事公益的人应该从中得到成长，间接地增加个人收益，提升个人生活水平。
- 2、将男性参与、反家暴工作与其它有力量的体系相结合。中国近年兴起的庞大的心理咨询系统，以及性教育系统，而这两个系统都是中国白丝带志愿者网络的负责人所熟悉的，从而可以彼此借力，结合着开展工作，事半功倍。比如，方刚在各地进行心理咨询师培训的时候，都会宣传 CWRVN，很多志愿者由此加入；而赋权型性教育讲师团，也将反家暴纳入到性教育中。到 2020 年，最活跃的黑丝带志愿者已经以赋权型性教育讲师为主了。
- 3、同中国的政策找到契合点，如积极参与中国反家暴法的落实，针对施暴者进行辅导。男性参与，在中国还是一个很新的概念，甚至在性别学界和性别运动界也有许多人不知道是什么意思。白丝带运动，更是一个来自西方的概念。男性参与运动在中国落地的时候，就需要努力与中国情境、中国话语相结合，让更多人了解和理解，才可能更好开展工作。幸运的是，全国妇联权益部的领导非常理解男性参与、白丝带的意义，一直很支持我们的工作，使得我们的工作获得了一定的“官方支持”。否则，一些中国人在做着“西方理念”的事情，是有风险的。
- 4、在一个中国这样的大国，通过地方服务站的方式将男性参与工作“落地”，使得更多地方的人能够参与，所以组建地方站是非常重要的；每个地方站结合自身的特点与优势进行工作。CWRVN 作为一个项目，一直希望推动志愿者在当地开展工作，我们是一个倡导者、孵化者、推动着，只有这样男性参与的

理念才有望普及。而如果我们只是几个人在做工作，局限性就会非常大。地方站组建的过程中，我们强调的是“自主建站，平行合作”，即我们和地方站是平等合作的关系，提供专业支持的关系，而不是上下级的管理关系；白丝带是一个公共符号，任何支持性别平等、有志于推动男性参与的人都使用“白丝带”的名义建服务站。但是，如果建站之后，半年没有开展实质性的工作，我们便不再视其为白丝带的地方站，不再进行合作；我们也建议：地方站的最高一级是“市”级，这样才有可能真正团结当地的志愿者开展工作。CWRVN 对各地方服务站的 最大支持方式，是专业指导，比如提供参加培训的机会，分享 CWRVN 研发的工具包，邀请参加白丝带年会分享经验，等等。

- 5、充分借助媒体宣传倡导，扩大影响力，也传播理念。如“好伴侣”工作坊有 300 多家媒体报道，极大地传播了我们推动男性参与的理念。除此之外，大量的媒体报道还有两个好处：让项目资助方了解我们的实力和影响力；扩大我们的知名度，从而获得更大的“正当性”。比如，《中国日报》、人民网、中央电视台、中国新闻社、《环球时报》等主流媒体的联系，均为我们后续开展工作打下了基础。所以，我们的每一个项目都将吸引媒体报道作为重要的工作环节之一。
- 6、创造性的、新颖的、可持续的项目设计，如性教育绘本、白丝带电影节、《阴茎独白》话剧等，均可以有力地扩展我们的活动。这些活动在前文中都有所介绍，此处只是想强调：开展创新性的活动有助于凝聚志愿者，有助于吸引媒体，有助于传播理念，是一个团队的活力的重要体现。



（二）失败的教训

除了前述经验之外，CWRVN 十年的工作中，也有许多失败的教训。这些教训，主要是由于作为项目主要负责人的我本人（方刚）在许多方面能力的欠缺造成的。

CWRVN 项目具有非常强的领导者个人的色彩（这是 CWRVN 面临的 最大挑战，将在后面详细分享），领导者个人的特长所在，是促使这个项目取得成功的重要原因，但是，项目失败的地方，也同样是由于领导者个人能力的欠缺造成的。

主要体现在三点：

- 1、与行政机构打交道的能力欠缺，影响了项目获得体制内的“正当身份”。

比如全国妇联权益部曾推动我们创办民间社团，并且介绍到北京市妇联，请她们做主管单位。但是，主要由于项目负责人方刚与行政机构的沟通能力、协调人际关系能力的欠缺，此事最后泡汤，甚为遗憾。如果 CWRVN 以正式的民间社团机构存在，无疑会更好地开展工作。

- 2、缺少与主流学术界交流、沟通的兴趣和能力，影响了项目在国内的影响力扩大。因为我本人对参加学术会议、宣传行动成果的兴趣不高，再加上围绕涉及性的一些性别议题与主流学术界观点存在差异，所以，一直处于性别学界很边缘的存在，这直接影响了 CWRVN 项目在国内性别学界和行动界的影响力。
- 3、英文交流沟通能力欠缺，影响了 CWRVN 项目在国际上的影响力。我们做的很多工作，在国际上都是非常领先和有创造性的。UNFPA 也多次为 CWRVN 提供国际分享、展示的舞台，如前面总结中所提到的。除方刚之外，另有张智慧、南储鑫在 UNFPA 的资助下参加了国际活动，但是，我们都属于非常内向的人，英语口语都非常差，即使有两次 UNFPA 为方刚专程配了翻译，但国际交流效果仍然非常不好。

这些失败的教训也提示了我们：CWRVN 项目目前最大的挑战是，优秀领导人才的欠缺，互补型人才的领导团队的缺失。



（三）面临的挑战

内部的挑战

1、缺少优秀的、互补型人才的领导团队

目前团队的核心领导层只有少数几位，没有一人是拿工资的专职工作，仅是因为兴趣和理想所在，才会用业余时间投入这项工作。但是，我们是有自己的短板的，如在与行政机构的交流上、申请中国政府的项目上，现在的领导团队都缺少能力，这直接影响了项目的深化。但是，因为没有固定的工作岗位，没有工资，领导层很难吸引其他许多专业能力互补的人才加入。没有一个优秀的、互补的领导团队，是未来 CWRVN 项目面临的巨大挑战。

CWRVN 项目目前的领导层，是开放的，我们期待着更多志同道合者的加入。

我本人也是随时准备让贤。

2、CWRVN 只是一个项目，缺少一个可以更好开展工作的实体机构

我们的项目以往一直是在不同机构下进行，CWRVN 不具备官方注册的实体机构身份，这使得我们的许多工作无法开展，也无法壮大。期待未来能够有具备能力的领导者，以及更支持的外部环境，实现 CWRVN 项目的实体机构化。

3、经费的支持

作为一个公益项目，CWRVN 对项目经费的依赖非常大。虽然许多志愿者在事实上都是多年无偿投入的，比如白丝带热线的咨询师已经两三年没有拿一分钱的劳务费了。但是，有些工作是没有经费完全无法开展的。比如每年的白丝带年会作为志愿者重要的总结、交流、提升活动，因为过去两年没有经费，只能借助赋权型性教育研讨会的召开时的场地和人员开会，无法充实现实预期效果。

而持续地申请不同渠道的经费汇入，仍然需要专业的人才进入领导层，仍然需要时间投入，这些也是 CWRVN 项目现在所缺少的。

外部的挑战

- 1、 目前国家政策层面对于民间组织发展的规定，对我们工作的开展有一定的制约作用。
- 2、 “男性参与”并未像反家暴、女性追求性别平等那样受到公众的了解和认可，所以无论在性别学界，在政策层面、政府层面，也不太容易获得更大的支持。
- 3、 实体机构的注册，在中国的政策环境下，难以实现。



（四）未来的展望

总结十年，我们既为曾经做出的工作感到欣慰，又深感任重道远。

展望未来，我们有许多梦想去完成的工作。

虽然如前所述，许多工作是需要依赖很多外部因素的，但是，我们会努力挖掘现有资源，确保开展这些工作：

- 1、继续推动心理咨询师男性参与、反家暴意识的提升。我们会继续申请每年三省的心理咨询师公益培训项目，也会利用“性与亲密关系咨询师”商业培训的机会普及家暴当事人咨询的理念和技巧，同时组建“性与亲密关系咨询师团队”。这个团队组建工作已经在今年开始。
- 2、充分利用“性与亲密关系咨询师团队”开展反家暴、男性参与的工作。未来几年，我们希望积累他们相关的成功的咨询案例，以出版或其它的方式向咨询师群体推广，帮助更多专业人员的成长。
- 3、进一步完善性别暴力当事人心理辅导的体系，在条件允许的情况下，进一步推动家庭暴力当事人心理辅导，组织更多的辅导小组，积累辅导经验、完善辅导方案。
- 4、进一步将男性参与纳入到青少年教育中。因为目前赋权型性教育讲师团队讲师们的运作比较成功，所以，我们将男性参与理念，借助成功的性教育推广，比如在教学中坚持继续纳入男性参与的内容。
- 5、继续通过童书的形式宣传倡导男性参与。对孩子的教育非常重要，让孩子从小接受到男性参与、反对性别暴力的理念更重要。我们出版了包括多册男性参与、反家暴内容的猫头鹰幼儿性教育系列绘本。2021年，我还将有6册父亲角色的绘本出版，还有两本童话集出版，其中有至少三分之一的文章也是关于父亲角色、男性参与的。这项工作我个人会一直做下去，也期待更多的人参与进来。
- 6、尝试用商业的手段推动男性参与。因为申请公益资助的不确定性，我们需要通过商业手段，摆脱对资助资金的依赖。我们计划在2021年尝试用商业化的模式重启“好伴侣好父亲：全参与男性工作坊”，如果成功，我们就可以在不需要申请外来资金的情况下，持续地开展这项工作。如果更成功，我们就可以将它在全国各地普及。
- 7、继续进行“反对性别暴力承诺活动”，由现在的4000人逐年增加，促进各地地方服务站和心理辅导站的发展与强大；同时想办法推动优秀人才的呈现，发现、培养、启用优秀的领导人才，为未来的可持续发展打下基础；
- 8、继续推进日常的宣传倡导工作，主要通过各地志愿者和服务站进行男性参与、反对性别暴力的倡导活动。

路漫漫其修远兮，我们将上下而求索。

期待着早日看到“男性参与”成为中国人的普遍共识，反对性别暴力成为全社会的共同目标。

（田斌、张智慧为此文写作提供信息，并审阅全稿。）



附 1：白丝带历年各地服务站名录

- 1 河北秦皇岛 张凌华（后由王大为负责）
- 2 安徽淮南 俞长模
- 3 北京 刘国静（后由赵勇负责）
- 4 江苏宜兴 顾伟
- 5 青海西宁 马霖泉
- 6 新疆哈密 卢全伶
- 7 安徽合肥 程洁
- 8 贵州贵阳 江激
- 9 山东济南 温学琦
- 10 山东烟台 于敬东（后由刘善庆负责）
- 11 山东潍坊 张少勇（后由李献友负责）
- 12 山东临沂 颜宾
- 13 山东青岛 王明荣
- 14 甘肃兰州 关金霞（后由马忠江负责）
- 15 山东莱阳 徐本雷
- 16 山东威海 梁先波
- 17 湖南 长沙 赵兰
- 18 黑龙江 哈尔滨 张秀红（后由邢慧环负责）
- 19 吉林 长春 季光辉
- 20 四川 成都 郑璐
- 21 福建 福州 李玉婷
- 22 河北 廊坊 宁凌昀
- 23 云南 昆明 杨娟（后由付徐负责）
- 24 河南信阳 陆江
- 25 河北 邢台 刘朝阳
- 26 河北 张家口 禹宇
- 27 浙江 嘉兴 朱鲁敏
- 28 重庆 李春（后由许艳负责）

- 29 重庆开县 彭和平
- 30 山东 淄博 齐惠怡
- 31 浙江 杭州 赵沁岚
- 32 河北 石家庄 胡振远（后由康建梅负责）
- 33 河北 邢台 刘朝阳
- 34 江苏 泰州 卢佩言
- 35 新疆 乌鲁木齐 韩尚苡
- 36 山西 太原 段方芳
- 37 黑龙江 五常 葛春燕
- 38 广州 陈东（后由李文宝负责，现由李凡负责）
- 39 甘肃 平川 张小娟
- 40 广东 东莞 卜彦峰
- 41 延边 李美花
- 42 天津 王丽君（后由魏徐红负责）
- 43 广西 南宁 吕小天
- 44 浙江 宁波 葛叶奕
- 45 山西 太原 赵钧
- 46 广东江门 任俊凤
- 47 新疆 石河子 曹建萍
- 48 辽宁本溪 吴艳萍
- 49 河北衡水 宋荣香
- 50 浙江海宁 赵美美
- 51 深圳 莫海琛
- 52 桂林 刘莉湘君
- 53 杭州 陶剑丽
- 54 中山 黄登科
- 55 固镇 刘红春
- 56 上海 1 站 王弘琦
- 57 上海 2 站 张智慧
- 58 呼和浩特 许红
- 59 郑州 1 站 郑丹
- 60 郑州 2 站 付秋利
- 61 昆山 刘春风
- 62 南京 刘清
- 63 贵阳 刘志龙，吴芳
- 64 贵州金沙 何捷
- 65 西安 杨捷
- 66 南宁 1 站 黄淑君
- 67 南宁 2 站 陆彦
- 68 山东临沂 薛亚青
- 69 云南曲靖 1 站 陈娟
- 70 云南曲靖 2 站 梁燕芳
- 71 浙江余姚 唐志红
- 72 宁夏银川 康红亮

- 73 杭州萧山 郭瑛
- 74 内蒙古乌海市 崔新枝
- 75 内蒙古包头市 吴建荣
- 76 内蒙古巴彦淖尔市临河区 1 站 史冬晓
- 77 内蒙古巴彦淖尔市临河区 2 站 张煜芬
- 78 内蒙古巴彦淖尔市乌拉特前旗 邹维香
- 79 内蒙古呼伦贝尔市海拉尔区 王旭艳
- 80 内蒙古呼和浩特市玉泉区 高馨奇
- 81 内蒙古鄂尔多斯市康巴什区 智晓燕
- 82 内蒙古包头市达茂联合旗 宋琼
- 83 内蒙古呼和浩特市赛罕区 杨艳
- 84 内蒙古呼和浩特市回民区 贾艳

附 2：家暴当事人辅导站名单

- 哈密辅导站，负责人：卢全伶
- 兰州辅导站，负责人：杨丽娟
- 西宁辅导站，负责人：马霖泉
- 贵阳辅导站，负责人：马海燕
- 昆明辅导站，负责人：曾琳
- 南宁辅导站，负责人：梁燕妮
- 玉林辅导站，负责人：李新
- 银川辅导站，负责人：康红亮
- 西安辅导站，负责人：任晓玮
- 呼和浩特辅导站，负责人：许红
(田斌 整理提供)

附 3：白丝带历年优秀志愿者及优秀地方服务站名录

2014 年

优秀志愿者：俞长模、张凌华、程加禾、张智慧、王大为、员雯

2015 年

优秀志愿者：陈东、田斌

优秀服务站：上海站、淮南站

2016 年

优秀服务站：青岛站、哈密站

2017 年

优秀志愿者：卢佩言，顾伟，马霖泉，郭晓娟，葛春燕，梁先波

优秀服务站：泰州服务站

2018 年

优秀志愿者：吕小天、宁凌昀、王大为、李春、胡大伟、李婧、王丹、莫海琛、康建梅、杨阿娜、罗扬、杨梨、谢伟峰、金建水、李敏

优秀服务站：南宁站、廊坊站

2019 年

优秀志愿者：黄靖浩、莫海琛、陶小桃、李凡、薛亚青、时昕、李福东、李志华、李婧、王丹、赵钧、许红

优秀服务站：南宁 1 站，威海站

（田斌整理提供）

家庭暴力施暴者矫正团辅小组：模式、效果、经验及建议

一、项目概况

为促进《中华人民共和国反家庭暴力法》关于家庭暴力施暴者进行心理矫正工作的相关条款，经过长期准备，2018 年 10 月，全国妇联权益部委托北京怀瑞邦咨询服务中心在北京开展“家庭暴力施暴者矫正辅导试点项目”。

2019 年 4 月，项目负责人通过个人微信公众号，招募志愿参加者。同时委托专人对报名者进行考核与筛选。

2019 年 7 月底，在 30 多位报名者中，最终确认了 9 人为小组成员。其中一人为全国妇联权益部工作人员，非施暴者。第一次小组活动在 2019 年 9 月 7 日举办，所有参加者均进行了前测。

止于 2020 年 1 月 11 日，小组活动按原计划顺利结束。

原定活动 30 次，每次 2.5 小时，总计不少于 75 小时。在执行过程中，为了组员方便，也为了每次活动可以深入讨论，活动时间改为全天，多数为周六，每次活动 6~7 小时。总计地面活动 13 次，累计小组活动时长超过 80 小时。小组结束后，为对小组成员进行长期的持续影响，又增加了一次 2 小时的视频讨论。

小组原计划是封闭式的，但在实践过程中，改为开放式的。

其间，一位原始组员流失，未参加后测；后面陆续加入三位新组员，其中有两位退出，未参加后测。

有六位组员的伴侣多次参加活动，分别是：老钱、老郭、老唐、小李、小王、大赵。其中小李、小王的伴侣几乎全程参加了小组活动，另四位的伴侣分别参加一次至三次小组活动

不等。

伴侣一起参加，使我们得以展开讨论人际关系互动，看到互动关系的全貌和真相，促进双方现场沟通，协助双方达成共识和学习技能，虽然占用时间较多（有时为一对伴侣便要占用两个多小时），但是，效果明显。

其中有两次活动，特别邀请了白丝带热线以前帮助改变过的一位施暴者专程来北京参加活动，与组员互动，同伴教育，效果非常好。

小组地面活动结束后一个月后，即 2020 年 2 月，通过调查问卷，进行了小组效果评估统计。

3 月 18 日晚，又以在线视频会议的形式，进行了线下活动结束后首次会晤。

二、施暴者辅导的主要模式及分析

家庭暴力施暴者的辅导最早于 20 世纪 70 年代前期起源于美国，综合 Healey, et al, (1998) 和 Adams (1988) 对美国受暴者辅导模式的分析，根据三种不同对家庭暴力的产生原因的理论基础不同，将辅导模式分为下列三类：

（一）个人原因论而衍生的心理治疗模式：本模式认为家暴是因施暴者个人可能的人格异常、幼年经验、依附模式或认知行为模式等所造成，因而应以心理治疗的方式加以改善。临床模式代表：领悟模式、认知行为和心理教育模式。

领悟模式是处理暴力议题最传统的心理治疗模式，治疗师基本上都主张暴力行为是个人内在心理问题所造成的，例如冲动控制差、挫折容忍度低、害怕亲密、害怕被遗弃、依赖性人格、潜在忧虑症、因创伤而受损的自我强度等。

认知行为和心理教育模式主张，暴力是学习而来的行为，可以在学习而终止此行为。此模式也会加入人际关系技巧的训练，例如自我肯定技巧，来协助施暴者肯定温和的拒绝他人，并能直接向妻子寻求帮助，表明情感，而不会再以攻击、敌意的方式来达到目的。

（二）家庭原因论而衍生的家族治疗模式：本模式认为家庭暴力由家庭内沟通、互动及结构所造成，因此认为促进家人间的沟通技巧能避免暴力的发生，而主张家族治疗，然而此模式因无法达到刑事司法中对被害人的迅速保护的要求，因而美国有二十州明令禁止用家族治疗为主要治疗模式。临床模式代表：疏通模式、互动模式。

疏通模式强调，为了要能克服情绪压力和沟通障碍，更应该疏通和表达愤怒的能量。这样才能避免敌意和攻击性的能量在身体内累积，而产生身体和情绪的症状。

互动模式基于互动论的观点，视暴力为夫妻双方沟通不良和互相压迫所造成的结果，且以非线性循环式的因果关系来解释暴力的成因，所以夫妻双方必须同时进行会谈和治疗。

（三）社会及文化原因论而衍生的女性主义模式：强调家庭暴力主要因为社会及文化中长期纵容男性对女性伴侣的暴力行为，因此，辅导上应给予施暴者教育课程，而非治疗，教育其应体会社会文化的影响，并对两性平等的尊重，而改以非暴力及平等的行为，且应对自己行为负责。临床模式代表：亲女性主义模式。

亲女性主义模式主张，权力与控制是加害人辅导的理念核心，即殴妻行为基本上使施暴者与被殴者的间不平等的权力关系得以维持。因此治疗的接入方式着重在挑战施暴者藉由身体暴力、语言和非语言的威胁，和心理虐待来掌控妻子的意图。所以亲女性主义者对暴力的定义较前述几种模式更加广泛，但凡要受害者去做她不想做的事，阻扰她去做她想做的事，或使她感到害怕的举动都属暴力行为。

虽然亲女性主义与心理教育模式一样，会对施暴者提供沟通技巧与改善婚姻关系的方法，但亲女性主义模式也会以挑战施暴者的性别歧视态度、终止控制行为作为辅导的重点，所以在治疗初期即聚焦在辨认和消除暴力、控制行为的主题上，在接下来的治疗中即处理性别不平等的期待与态度。

在目前西方的心理辅导模式中，亲女性主义模式越来越受到普遍的重视。（林明杰、黄志中，2003:18-49）

三、女权主义模式下，男性气质视角的引入

本次团辅小组的内容设计，主要依据女权主义模式。但是，基于带领者个人的学术背景，加入并且强调了男性气质的分析视角。

带领者认为，家暴施暴者受支配性男性气质的建构，处于男性气质焦虑中，这在很大程度上鼓励了暴力行为。施暴者的改变，必须从帮助其认识到支配性男性气质对自己和家人的伤害做起。（方刚，2011）

所以，在小组的开始阶段，即将男性气质的议题导入，同时对男性气质的反思贯穿整个小组过程。

小组的共13天的活动，分为三大版块，26个主题。三大版块分别是：反思支配性男性气质、促进性别气质多样化；认识家暴的本质、规律及伤害；学习处理情绪和沟通。

具体主题设计包括：反思与父亲的关系；阳刚之气如何伤害我们，性别气质多样化；原生家庭暴力史；认识家暴本质；家暴中的权力关系；家暴对孩子、伴侣、自身的影响；终止施暴的好处；我对伴侣和家庭的期望、我对自己的认识；了解关系史、设定目标；发现伴侣的正向价值；情境-想法-情绪-行为链的处理；处理自己的愤怒与嫉妒；正向自我对话；拟定安全计划；虐待式沟通+尊重式沟通；处理配偶的愤怒与指责；处理亲密关系中的冲突；学习负责；修复与子女的关系；尊重地结束关系；学习自我照顾；等等。

上述话题，有的是多个话题集中在一次小组活动时完成，有的则是分散到数次小组活动中完成。讨论结合组员自身的相关经历进行。

四、小组效果评估

小组第一次活动时，我们要求组员填写了前测表。

小组最后一次地面活动结束后一个多月后，我们又让组员填写了后测表。同时，也让部分组员的伴侣填写了伴侣反馈表。

之所以在地面活动结束后一个多月后填写后测表和伴侣反馈表，是检验小组效果的可持续性，使得效果更真实。

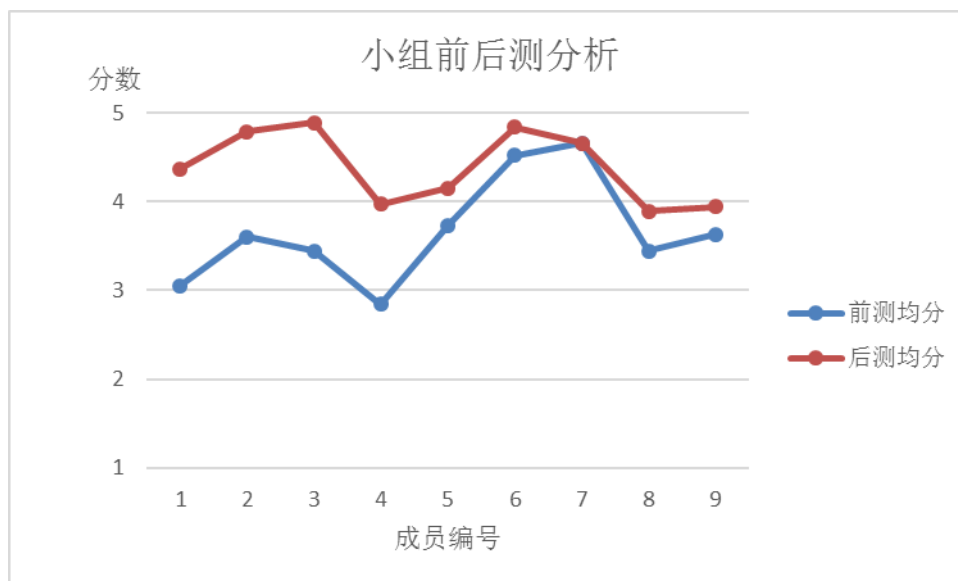
相关统计与对比如下：

表 1：

小组成员前后测分数比较

编号	姓名	性别	前测均分	后测均分
1	大赵	男	3.05	4.37
2	老钱	男	3.61	4.79
3	老郭	男	3.45	4.89
4	老唐	男	2.84	3.97
5	小李	男	3.74	4.16
6	老王	男	4.53	4.84
7	小肖（妇联工作人员，非施暴者）	男	4.66	4.66
8	小王	男	3.45	3.89
9	老周	男	3.63	3.95

图 1:



分析：我们由上图可以清楚地看到，除了全程参与的妇联工作人员小肖（非施暴者）的前后测分值一致外，其他组员的前后测分值均有不同程度的改变，有的改变还非常明显，已经具备统计学的显著意义。

表 2

配对样本统计

	平均值(E)	数字	t	显著性
前测	3.66	9	-4.11	.003
后测	4.39	9		

注：显著性 $0.003 < 0.01$ ，表明前后测数据在统计学上达到“非常显著”。

表 3:

小组活动效果反馈表

编号	姓名	Q39	Q40	Q41	Q42	Q43	Q44	Q45	Q46	反馈均分
1	大赵	5	5	5	5	5	5	5	5	5.00
2	老钱	5	5	5	5	5	5	5	5	5.00
3	老郭	5	5	5	5	5	5	5	5	5.00
4	老唐	5	4	5	4	4	4	4	4	4.25
5	小李	4	4	4	3	4	4	4	4	3.88

6	老王	5	5	5	5	5	5	5	5	5.00
7	小肖(妇联工作人员,非施暴者)	5	5	5	5	5	5	5	5	5.00
8	小王	5	3	4	1	2	3	4	4	3.25
9	老周	4	4	4	4	4	4	4	4	4.00
	反馈均分	4.78	4.44	4.67	4.11	4.33	4.44	4.56	4.56	4.49

注:

Q39	通过参加小组,我认识到家庭暴力的实质是权力和控制。
Q40	通过参加小组,我学会了处理冲突和控制情绪的新技巧。
Q41	通过参加小组,我的暴力行为明显减少了。
Q42	通过参加小组,我认为自己今后不会再施暴了。
Q43	通过参加小组,我和伴侣的关系明显改善了。
Q44	通过参加小组,我学习了人际沟通的新技能。
Q45	通过参加小组,我已经更多做家务和照顾孩子。
Q46	我对小组的活动感到非常满意。

表 4:

小组成员伴侣反馈表

编号	姓名	伴侣对暴力行为的反馈
1	大赵	(1) 不听你说话、忽视、冷漠——明显减少; (2) 对你,他完全没有同理心——明显有良性改变; (3) 你认为伴侣参加小组之后最大的改变(开始自我反思,对自己的一些行为进行思考并找到小时候的症结)——明显有良性改变
2	老钱	(1) 打、推、拉扯、撞、摔、踢、抓头发、咬等——已消失; (2) 勒脖子使窒息、用水淹、推下楼、泼硫酸、用刀捅等——明显减少; (3) 责骂、侮辱、恶语中伤——明显减少; (4) 咆哮、大声吼叫——明显减少; (5) 翻看你的手机、反复询问你和他人的交往、强烈的嫉妒表现——明显减少; (6) 威胁伤害你或你的亲人——明显减少; (7) 破坏物品、伤害宠物——明显减少; (8) 用小孩或宠物胁迫你——明显减少; (9) 他打自己,如抽自己嘴巴子、撞墙等——明显减少; (10) 不听你说话、忽视、冷漠——明显减少; (11) 强迫你发生性行为——无变化; (12) 性虐待——已消失;

		<p>(13) 明显是基于惩罚或伤害你的态度，拒绝发生性行为——明显减少；</p> <p>(14) 几乎完全不照顾孩子——明显更多照顾孩子；</p> <p>(15) 几乎完全不做家务——明显更多做家务；</p> <p>(16) 完全不会与您沟通——明显会更多和更擅于沟通；</p> <p>(17) 对你，他完全没有同理心——非常有变化；</p> <p>(18) 你认为伴侣参加小组之后最大的改变是（懂得节制点，负能量情绪还很重）——明显有良性改变</p>
3	老郭	<p>(1) 打、推、拉扯、撞、摔、踢、抓头发、咬等——已消失；</p> <p>(2) 勒脖子使窒息、用水淹、推下楼、泼硫酸、用刀捅等——已消失；</p> <p>(3) 责骂、侮辱、恶语中伤——明显减少；</p> <p>(4) 咆哮、大声吼叫——明显减少；</p> <p>(5) 威胁伤害你或你的亲人——已消失；</p> <p>(6) 破坏物品、伤害宠物——明显减少；</p> <p>(7) 用小孩或宠物胁迫你——已消失（备注：特别明显）</p> <p>(8) 不听你说话、忽视、冷漠——明显减少</p> <p>(9) 其它你认为属于家暴的行为（喜欢占上风，制造噪音影响家人休息学习）——明显减少；</p> <p>(10) 几乎完全不照顾孩子——明显更多照顾孩子；</p> <p>(11) 几乎完全不做家务——明显更多做家务；</p> <p>(12) 完全不会与您沟通——明显会更多和更擅于沟通；</p> <p>(13) 对你，他完全没有同理心——有变化，少</p> <p>(14) 你认为伴侣参加小组之后最大的改变——明显有良性改变，大</p> <p>(15) 开放题：团体治疗好神奇。这样的团体我寻找了好久好久。十年是有了。希望普及，像牙科诊所一样普及。用高德地图搜索“家暴”就能搜索到某个心理诊所。希望找家暴诊所就像找医院一样方便。</p>
4	老唐	<p>(1) 打、推、拉扯、撞、摔、踢、抓头发、咬等——已消失；</p> <p>(2) 责骂、侮辱、恶语中伤——已消失；</p> <p>(3) 咆哮、大声吼叫——明显减少；</p> <p>(4) 限制人身自由，如不出参加聚会、不许外出——明显减少；</p> <p>(5) 翻看你的手机、反复询问你和他人的交往、强烈的嫉妒表现等——明显减少；</p> <p>(6) 威胁伤害你或你的亲人——明显减少；</p> <p>(7) 用小孩或宠物胁迫你——明显减少；</p> <p>(8) 控制你的金钱支出——明显减少；</p> <p>(9) 禁止你使用家中的物品——明显减少；</p> <p>(10) 不让你进家门——明显减少；</p> <p>(11) 不听你说话、忽视、冷漠——明显减少；</p> <p>(12) 其它你认为属于家暴的行为（有言语不尊重，轻视）——明显减少；</p> <p>(13) 完全不会与您沟通——明显会更多和更擅于沟通；</p>

		<p>(14) 对你，他完全没有同理心——非常有变化；</p> <p>(15) 你认为伴侣参加小组之后最大的改变是什么（请尊重，倾听）——明显有良性改变</p> <p>(16) 开放题：非常感谢方教授，田老师，是您用爱，理解，包容，教会了我保护自己，对自己负责，敢于对不平等说”不”。是您让我学会了对自己负责，对孩子负责，对他人负责。祝小组日益壮大，越办越好！</p>
5	小李	<p>(1) 责骂、侮辱、恶语中伤——无变化；</p> <p>(2) 咆哮、大声吼叫——无变化；</p> <p>(3) 不听你说话、忽视、冷漠——无变化；</p> <p>(4) 强迫你发生性行为——明显减少；</p> <p>(5) 完全不会与您沟通——无变化；</p> <p>(6) 对你，他完全没有同理心——有变化；</p> <p>(7) 开放题：伴侣从本质上并没有意识到自己肢体暴力是有问题的，也从不反省，还一味推卸责任，总找理由借口，而且从根本上没有认识到发生肢体暴力严重性，比如打人是违法的，严重的会被相关部门依法处理。这些严重后果他非但不予以重视。反倒在我报警后，（前几天 2020 年 2 月 12 日刚报过警）他还对我报警之事怀恨在心！因为他对我还有肢体暴力，我才报警的。</p>
6	老王	无
7	小肖(妇联工作人员)	无
8	小王	<p>(1) 打、推、拉扯、撞、摔、踢、抓头发等——明显减少；</p> <p>(2) 责骂、侮辱、恶语中伤——明显减少；</p> <p>(3) 咆哮、大声吼叫——明显减少；</p> <p>(4) 翻看你的手机、反复询问你和他人的交往、强烈的嫉妒表现等——已消失；</p> <p>(5) 威胁伤害你或你的亲人——明显减少；</p> <p>(6) 破坏物品、伤害宠物——明显减少；</p> <p>(7) 不听你说话、忽视、冷漠——明显减少；</p> <p>(8) 强迫你发生性行为——已消失；</p> <p>(9) 几乎完全不照顾孩子——明显更多照顾孩子；</p> <p>(10) 几乎完全不做家务——明显更多做家务；</p> <p>(11) 完全不会与您沟通——明显会更多和更擅于沟通；</p> <p>(12) 对你，他完全没有同理心——有变化；</p> <p>(13) 你认为伴侣参加小组之后最大的改变是什么（对自己的行为有一定认知，表达想法的能力，沟通想法的意愿明显提升。对曾经恶劣行为有道歉有悔过）——明显有良性改变</p> <p>(14) 开放题：对于这个小组，以及它对你伴侣的影响，你还有什么愿意和我们说的？彼此都提升了认识，行为有意识并改变很多错误的认知，冲突的次数和级别明显减少和下降，但是对于部分学员彻底杜绝了，他和其他一部分还是不能做到每次控制打骂的行为，尤其停课时间越长越反复，但是能够看到他的意愿和过往行为的明显区别，是否可以给没彻底杜绝家暴的并且继续愿意进入下一期的</p>

		继续提升的机会，如果名额和经费问题可以是间隔加长时间缩短，分摊些费用等形式，直至杜绝。
9	老周	(1) 责骂、侮辱、恶语中伤——明显减少； (2) 咆哮、大声吼叫——明显减少； (3) 翻看你的手机、反复询问你和他人的交往、强烈的嫉妒表现等——明显减少； (4) 破坏物品、伤害宠物——明显减少； (5) 控制你的金钱支出——明显减少； (6) 禁止你使用家中的物品——已消失； (7) 不听你说话、忽视、冷漠——明显减少； (8) 几乎完全不做家务——明显更多做家务； (9) 完全不会与您沟通——明显会更多和更擅于沟通； (10) 你认为伴侣参加小组之后最大的改变是什么（沟通方式缓和）——明显有良性改变

分析：上述统计也显示出，小组成员的明显变化。

小李的伴侣，对小李存在明显的行为控制、精神暴力，属于互暴类型。而且极似存在精神障碍，不适合参加这个小组的活动，所以小李伴侣的反馈是最差的

表 5:

小组成员暴力变化频次表（伴侣反馈）

行为	参加团体小组之前	参加团体小组之后
打、推、拉扯、撞、摔、踢、抓头发、咬等 (圈出有的项目)	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 1人 3、已消失 3人
勒脖子使窒息、用水淹、推下楼、泼硫酸、用刀捅等 (圈出有的项目)	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 2人 3、已消失
责骂、侮辱、恶语中伤	1、有 2、无	1、无变化 1人 2、明显减少 4人 3、已消失 1人
咆哮、大声吼叫	1、有 2、无	1、无变化 1人 2、明显减少 5人 3、已消失
限制人身自由，如不出参加聚会、不许外出	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 1人 3、已消失

翻看你的手机、反复询问你和其他人的交往、强烈的嫉妒表现等 (圈出有的项目)	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 3人 3、已消失 1人
威胁伤害你或你的亲人	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 3人 3、已消失 1人
破坏物品、伤害宠物 (圈出有的项目)	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 4人 3、已消失
用小孩或宠物胁迫你	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 2人 3、已消失 1人
他打自己, 如抽自己嘴巴子、撞墙等	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 1人 3、已消失
控制你的金钱支出	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 2人 3、已消失
禁止你使用家中的物品	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 1人 3、已消失 1人
不让你进家门	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 1人 3、已消失
不听你说话、忽视、冷漠	1、有 2、无	1、无变化 1人 2、明显减少 6人 3、已消失
强迫你发生性行为	1、有 2、无	1、无变化 1人 3、明显减少 1人 3、已消失 1人
性虐待	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 3、已消失 1人
明显是基于惩罚或伤害你的态度, 拒绝发生性行为	1、有 2、无	1、无变化 2、明显减少 1人 3、已消失
几乎完全不照顾孩子	1、有 2、无	1、无变化 2、明显更多照顾孩子 3人
几乎完全不做家务	1、有 2、无	1、无变化 2、明显更多做家务 4人
完全不会与您沟通	1、有 2、无	1、无变化 1人 2、明显会更多和更擅于沟通 5人

对你，他完全没有同理心	1、是 2、不是	1、有变化 3人 2、非常有变化 3人
你认为伴侣参加小组之后最大的改变是什么（请写明）：	1、有 2、无	1、无变化 2、明显有良性改变 6人 3、明显有负性改变

分析：通过上述对伴侣的调查，也显示出，小组成员的暴力情况有了明显改变。但是，并不是全部都发生了改变。

小组成员个体间的差异，仍然存在。

五、经验总结

需要说明的是，小组成员完全是自主报名而来，也就是说，他们自身改变的愿望非常强烈，绝大多数的暴力行为属于轻微，这些对于小组的进行和效果都会发生影响。

因此，本小组的经验，更多适合于主动寻求改变的组员的情况。如果是完全强制参加的，甚至是严重暴力的施暴者的辅导，结果可能会不同。

基于以上，我们有如下一些经验：

- 1、男性施暴者主动地寻求辅导和改变，是可能的。迫于伴侣提出离婚的压力，或者因为孩子的厌弃，男性施暴者为了避免情感生活的变故，有可能主动提出参加辅导，寻求改变。这种情况下辅导效果也更好。这对于男性施暴者辅导工作的开展是积极的信息。
- 2、主动提出辅导和改变的施暴者，以轻微的伴侣暴力为主。在我们这个小组中，严重的伴侣暴力只有一人。这也提示我们，在进行施暴者辅导时，要考虑针对不同类型的施暴者设计不同的辅导方案。
- 3、伴侣一起参加辅导是非常有益的。这个小组原本是计划只有男性参加的人，在后来小组成员的强烈要求下，我们试着邀请施暴者的伴侣参加。意外地发现效果非常好。此后便有意地邀请组中的伴侣参加。先后有六位组员的伴侣参加，其中两位几乎是全程参加，另四位分别参加过一次或三次。伴侣的响应均非常好。伴侣一起参加，有助于呈现真实的关系，特别是双方互动关系的模式，同时在小组中推动其相互的沟通与改变。当然，仍然要强调，这也许只适合于本小组这样的施暴者非强迫参加的小组。
- 4、本小组可见，暴力与伴侣间的互动有着非常大的关系。部分组员因伴侣对其实施精神暴力、行为控制，进而对伴侣施加肢体暴力的情况明显。当然，这可能与小组成员主要是轻微施暴者有关。这提示我们，在反家暴的过程中要仔细看到暴力关系背后的种种影响因素，才能有的放矢。
- 5、团体辅导通常规定 2 小时一次，现代社会，特别像北京这样的大城市，这种规定增加了小组持续开展的困难。更重要的是，两三个小时，议题刚开始深入，就面临结束，许多组员没有充分发表见解，影响小组活动效果。所以，我们这个小组中，依据实际情况改为全天 6-7 小时，效果是非常好的。
- 6、施暴者的团体辅导，需要持续更长的时间，小组结束后也需要后续的跟进。虽然本小组的地面活动持续了五个月，但我们明显感到，如果可以持续更长时间，小组的效果会更好。地面活动结束后两个月，疫情期间的网络会议，有一位组员出现了反弹的现象。如果能够持续跟进，会有助于效果的稳定。

- 7、需要严格将有精神障碍影响因素的家暴个案分离开。本小组中，有一位施暴者的伴侣疑似有精神障碍，已经超出小组工作的范围和带领者的能力所及。这对伴侣在小组中不仅没有改善自身情况，还可能影响到其他组员的成长。
- 8、团体辅导的形式，效果非常显著。组员间的互动，对每个组员的影响力远远超出带领者的“教育”。

六、未来施暴者辅导工作的建议

- 1、针对施暴者开展团体辅导，是必要的，也是有效的。现有的经验足以支持在全国范围内推动这一工作。当然，所有的心理辅导，都没有百分百成功的，针对施暴者的辅导也是一样。但本小组的经验已经揭示，这样的小组是有显著效果的。
- 2、在《中华人民共和国反对家庭暴力法》没有条款强制施暴者进行辅导的情况下，可以尝试先开展施暴者自愿参加的团体小组。这既适合中国目前的国情，也避免了在等待法律完善过程中无所作为。当然，最终我们相信还是强制性的辅导受众更多，更能够帮助到严重暴力的施暴者。
- 3、针对施暴者的辅导，不宜于制定结构性的、统一的辅导方案，因为每个小组的差别可能很大，带领者的背景和能力差别很大，小组成员间的差别也可能很大。所以，理想的方案是：具有丰富的反家暴背景、心理辅导背景、男性气质背景的专业人士，在统一的半结构的辅导方案的基础上，在坚持统一的辅导原则的基础上，根据小组具体情况，开展辅导工作。
- 4、西方现有的女权主义心理辅导中关于施暴者辅导的思路，强调不能让施暴者与受暴者同时接受辅导，但在我们的小组中，看到伴侣一起参加效果非常显著。即使是一位严重暴力者，其伴侣参加也对他的改变效果显著。所以，是否伴侣共同参加，主要取决于三个因素：第一，伴侣间的权力关系，如果施暴者是父权恐怖型暴力，受暴者没有话语权，则不适合；第二，小组的氛围，小组是否能够为参加小组的受暴者提供信心支持；第三，暴力的类型，是互动产生的暴力，还是恐怖型的、支配性的暴力。
- 5、至少对于轻微伴侣暴力关系，其中双方的互动需要给以特别的关注。以本小组为例，确实普遍存在互动引发的暴力，包括互暴。而以往的反家暴中，强调“暴力没有任何借口”，具有政治的正确性，但在现实中却广为存在“互殴”现象。这是要加以重视的。
- 6、男性气质视角的引入，对于家暴施暴者的觉悟与改变，具有明显的帮助。

综上所述，我们认为家暴施暴者团辅小组，具有持续开展的价值。

参考文献：

- 方刚，“反家暴”立法应有的男性气质视角，妇女研究论丛，2011.6.16-20
- 林明杰、黄志中（2003），他们怎么了——家庭暴力加害人的评估与辅导，嘉义市：涛石文化事业有限公司
- Healey, K., Smith, C., & Sullivan, C. (1998). Batterer intervention: Program approaches and criminal justice strategies.
- Adams, D. (1988). Treatment models of men who batter: A profeminist analysis. In K. Yllo & M. Bograd (Eds.), Feminist perspectives on wife abuse. Newbury Park, CA: Sage.

（此文为方刚、杨静、田斌共同完成）

附：施暴者团辅小组活动清单

反思阳刚之气与暴力

- 1、 建立小组
- 2、 与父亲的关系
- 3、 阳刚之气如何伤害我们，性别气质多样化
- 4、 原生家庭暴力史

认识家暴的伤害

- 5、 认识家暴
- 6、 家暴对孩子的影响
- 7、 家暴对伴侣的伤害
- 8、 终止施暴的好处

设定婚姻目标

- 9、 我对伴侣和家庭的期望+我对自己的认识
- 10、 了解关系史+设定目标
- 11、 发现伴侣的正向价值
- 12、 没有速效，只有长效解决

情绪与行为训练

- 13、 情境-想法-情绪-行为链
- 14、 应对：情境
- 15、 应对：想法
- 16、 应对：情绪
- 17、 应对：行为
- 18、 处理自己的愤怒与嫉妒
- 19、 正向自我对话
- 20、 拟定安全计划

建立良性互动

- 21、 虐待式沟通+尊重式沟通
- 22、 处理配偶的愤怒与指责
- 23、 处理亲密关系中的冲突
- 24、 场景再现+角色扮演
- 25、 学习负责

实现成长

- 26、 修复与子女的关系
- 27、 尊重地结束关系
- 28、 学习自我照顾
- 29、 自我评量
- 30、 结业式

中编

推动男性参与的论述

第 1 辑 男性气质与男性参与

男性参与的意义、现状与推动策略

（此文写作于 2015 年）

’95 世妇会的《北京宣言》中曾强调了男性参与对于促进性别平等的意义。20 多年过去了，中国社会促进性别平等的努力取得长足进展，但是，仍然存在很多不足。笔者认为，未能充分唤起男性参与，是阻碍性别平等充分实现的原因之一。

在’95 世妇会召开 20 周年之际，再次明确男性参与的意义，思考男性参与的策略，无疑会对弘扬“95 精神”，推进未来中国的社会性别平等工作具有重要价值。

一、男性参与的重要越来越受到国际社会重视

1994 年，“男性参与”的概念在开罗国际人口与发展大会上首次被正式提出，此次大会通过的《行动纲领》专门对男性参与生殖健康做了论述：“应做出特别努力，强调男子应分担职责，促使他们积极参与负责任的生育、性和生殖行为，包括计划生育、产前和妇幼保健；防止性传播疾病包括生殖道感染；防止非意愿妊娠和高危妊娠；共同管理和创造家庭收入，共同致力子女的教育、健康和营养；确认和促进男女儿童的平等价值；防止对妇女的暴力。”

1995 年的北京世界妇女大会上，男性参与的概念得到了进一步的强化，《北京宣言》第 25 条明确呼吁：“鼓励男子充分参加所有致力于平等的行动”。

’95 世妇会之后，男性参与推进性别平等的意义越来越受到国际社会的重视。“男性参与”被用于推动发展中国家的生殖健康运动中，及反对家庭暴力等实践活动，它被诠释为两重意义：一是男性既是其中的受益者，也是其中重要的推动者，是局内人。二是推动实现社会性别平等是男性和女性共同的事，男性和女性在不断的对话中、理解中，才能打破传统的社会性别刻板角色定性与分工，重新建构一种新的平等关系。

男性参与一词最早是在生殖健康行动中频繁使用，基于人们认识到生育活动中的责任主体不仅是女性，还有男性。将男性从生殖健康的“合作伙伴”变成“行动主体”，推动男性参与。在我国，男性参与一词最早出现在计划生育政策落实行动中，同样，也被用到了反对针对妇女的家庭暴力行动研究中。

2004 年，联合国妇女地位委员会第 48 届会议呼吁政府、联合国组织、公民社会从不同层面及不同领域，包括教育、健康服务、培训、媒体及工作场所，推广行动以提升男人和男孩为推进社会性别平等作出贡献。

2005 年 2 月 28 日至 3 月 11 日联合国妇女地位委员会第 49 届会议上，联合国秘书长报告中，“呼吁男子充分参与所有实现性别平等的行动”。其中特别重申了《北京行动纲要》的内容：“强调男女在家中、在工作场所和在更广泛的国家和国际社区中共享权力和分担责任的原则，并强调男女平等是社会化进程的一个不可分割的部分的原则。《纲要》着重指出性别平等只有在男女以伙伴关系携手合作时才能实现。具体的建议着重鼓励男子平等分担育儿和家务劳动，并促进教育男子和使男子能够承担其预防艾滋病毒、艾滋病及他性传播疾病的责任的方案。”

在推进男性参与中存在许多障碍。其中包括：“持续存在的性别陈规定型观念，这种观念不足以鼓励男子兼顾专业和家庭责任，使男子没有充分分担家庭和社区内的照顾任务和责任；由于男女之间的权力关系不平等，妇女往往没有权力坚持安全和负责任的性行为；男女

之间对妇女的健康需要缺乏沟通和了解。”

秘书长报告提出建设“能够向大批男子进行宣传的环境，例如男性主导的机构、行业 and 协会。其他的建议着重通过家庭教养和教育进程等手段改变社会文化风气，以实现性别平等。”报告还认为：“与男子和男孩一起促进性别平等的工作尚在早期阶段。”

2005年8月31日通过的《北京+10宣言》第25条也写到：“关注男性的社会性别属性，承认其在男女平等关系中的地位和作用，承认其态度、能力对实现性别平等至关重要，鼓励并支持他们充分平等参与推进性别平等的各项活动。”

联合国大会第六十一届会议秘书长报告《关于侵害妇女的一切形式的暴力行为的深入研究》第347条提到，男性在参与推动性别平等方面承担着重要责任，促进男子反对基于性别的暴力是性别平等社会化进程中不可分割的部分。

2009年联合国妇女地位委员会第53届会议上，进一步呼吁男女平等地分担责任，尤其是照护者的责任，以实现普遍可及的社会性别平等。

同年，联合国秘书长潘基文成立了“联合起来制止针对妇女暴力运动男性领导人网络”，凸显了对男性参与社会性别平等运动的重视。

联合国还发起了“预防伙伴计划”。“预防合作伙伴致力于针对男孩和男性开展工作，采取措施增进沟通以促进社会变革，进行能力发展，加强研究，以开展政策倡导，从而达到预防针对妇女暴力的目标。预防合作伙伴建议在以下领域开展工作以实现变革。第一，认知：认识问题症结所在，并了解男性应采取怎样的行动来阻止针对妇女的暴力；第二，能力：强化吸引男孩和男性参与政策公共服务提供者采取的干预措施的能力；第三，政策：在如何通过公共政策预防暴力方面建立更广泛的理解。”（James Lang, 2012）

2014年，联合国发起“He For She”运动，致力于倡导男性参与；同年11月，第二届全球男性参与大会在印度德里召开，这是继五年前里约会议之后，世界范围的又一次最高级别的男性参与大会，会议呼吁男人和男孩致力于终止性别暴力，促进性别平等。

二、男性参与的必要性与可行性

男人有责任和义务参与到促进性别平等的工作中。长期以来的父权文化，建构了不平等的性别制度，男性更多是不平等制度的受益者。男性责无旁贷，有责任从自己做起，投身于追求平等和公正的事业。

事实上，男性参与具有必要性。男人就在那里，你没办法回避他们，他们存在于社会生活中，存在于家庭中。反对性别暴力、促进性别平等的任何一项工作，都不可能无视他们；离开人类社会中的一半的成员谈性别平等，不可能成功。’95世妇会后，中国20年的性别平等努力，一直都是女性在推动，很少见到男性的身影，无疑影响了许多性别平等政策的推进与落实。

男性参与还具有可能性。男性并不是铁板一块。男性气质是多样的，每个男人的生命史都不同，他们对性别差异的态度也不同，男性主流仍然是向往平等和谐的亲密关系的。男人也有权利和使命参与到反对性别暴力、促进性别平等的工作中，为社会带来正能量。

男性参与是用男人手中的权力。男人控制着体制中的权力，必须借助这种权力，使之转化促进性别平等的力量。想象如果有一个男性的领导人，男性的意见领袖甚至宗教领袖，在呼吁和致力于性别平等，必将影响到更多的人，特别是男人。这远比处于弱势地位的女性单方面的努力要更有效。男性参与性别平等，有助于体制的改变。

男性参与从改造个人做起，到改变体制和社会。男人是一个个独立的个体，当男性参与运动使得越来越多的个体成为促进性别平等的力量时，社会就会发生改变。男性参与本身就是改造男性的榜样行为，当一个个男性成为促进性别平等的活跃分子时，男性参与的社会号召力便会呈现出来。

三、中国男性参与的现状

相比于聚焦于女性的研究，目前中国针对“男性参与”促进性别平等的研究与行动起步很晚，非常缺乏，而且存在许多争议。也正是在争论与思考的基础上，男性参与的重要性、定位，以及策略，变得日益受关注。2007年之后，一些较成熟的男性参与论文开始发表，男性参与研究受到正视。

在男性参与的理论研究方面，笔者提出从改造男性气质视角推进男性参与。当男性气质是受多种因素影响处于变动中的，改造非支配性男性气质、促进男性参与成为可能。（方刚，2007）

促进男性参与的一些具体研究，也有少量发表，比如：讨论如何通过男性研究在教育领域的介入推动性别平等教育的深入发展。（黄河，2008）如何通过影响男性气质促进参与型父亲的形成（方刚，钟歆，2010）；应该通过公共政策促进男性参与（罗晓娜，2010）；反对家庭暴力立法中应该具备的男性气质视角（方刚，2011）；等等。2011年，联合国人口基金资助进行了中国首次男性气质与性别平等的大型定量调查。

在推进男性参与的公共政策与社会行动方面，中共中央党校李慧英教授多年来积极推进“男性待产假”政策；2002年，北京“反对针对妇女的暴力，促进社会性别平等”男性志愿小组成立；2005年，“男性解放学术沙龙”成立，倡导男性参与；2010年，“白丝带反对性别暴力男性公益热线”开通，2012年，有学者组织“男性反对性别暴力承诺活动”；2013年，笔者亦受联合国秘书长潘基文之邀，于2012年成为他亲自领导的“联合起来制止针对妇女暴力运动男性领导人网络”成员，是目前中国唯一的该网络成员，使命便是致力于推动中国的男性参与，特别是在反对性别暴力领域的行动；同年底，中国白丝带志愿者网络项目正式启动，自我定义为全球性的男性参与运动“白丝带运动”的一部分。

总体而言，中国男性参与研究和行动已经萌芽。但是，从事男性参与研究的学者非常少，虽然已经有一些零散的如何推进男性参与的研究，但尚缺少全面系统的论述。许多重视并希望推动男性参与的人也时常感到力不从心，不知道如何在制度与实践等层面推动与落实男性参与。

四、推动男性参与的策略

联合国及国际社会已经将“男性参与”视为推进社会性别平等的重要策略，95世妇会20年的经验也显示，需要我们在未来的工作中高度重视男性参与。

基于当前中国男性参与研究与行动的现状，笔者在此提出从理论到实务推动男性参与的策略，希望对男性参与的进一步落实提供可操作的建议。

1. 加强男性参与的理论研究

社会性别理论、男性气质理论，将为推进男性参与提供重要的理论支持。

女权主义的社会性别论述，认为父权制是不平等的性别关系的基础。男性在父权制中扮演什么角色，男性是否可以参与到反对父权制的运动中来，这些问题的讨论对于男性参与具有重要的意义。笔者认为，男性既是父权文化的受益者，也是受害者，这决定了男性参与的必要性；男性在追求男女平等的过程中，可以获得自身的解放，这决定了男性参与的可能性。（方刚，2006：3-24）

男性气质研究同样为男性参与提供了重要的理论支持。长期以来人们一直认为男性气质是支配的、阳刚的、主宰的，在这样的男性气质之下，男性参与几乎是不可能的。直到有学者揭示了此前所定义的单一的男性气质，实际上是一种“支配性男性气质”（hegemonic masculinity），此外还有各种各样的男性气质（Kessler, Ashenden, Connell, & Dowsett, 1982）。非支配性的男性气质，是推动男性参与、促进性别平等的基础。

长期以来，许多女权主义活动家以道德倡导、女权理论来呼吁男性觉悟，促进男性参与。这没有错，但效果未必好。我们的主张是：要从男性自身的需求唤起男性参与的意愿，反思

支配性男性气质对男人的伤害；让男人知道，他参与推进性别平等，不只是为了女人和孩子，他自己也从中受益。

男性气质理论可以用来研究男性参与在不同层面、不同领域的具体推进、操作策略。可惜目前这样的研究还非常缺少，对 2006-2012 年中国知网的文献进行检索，讨论男性气质与男性参与关系的论文，只有六七篇。因此，需要格外加强。

2. 进行男性参与的现状与经验研究

在推进中国男性参与的过程中，一定要汲取国际社会男性参与成功的经验，总结国内男性参与不足的原因，对现状进行分析，从而为男性参与具体策略的提出做准备。

瑞典是推动男性参与最受推崇的国家，自 20 世纪 70 年代社会民主党执政起，瑞典政府出台一系列公共政策，推动男性参与，同时配合着大量的舆论宣传、民间倡导、社会服务，从而使得男性参与的政策与每个人的日常生活相结合。瑞典的成功经验被世界上许多国家所汲取，并且有了各自的发展。瑞典的经验是推进中国男性参与时必须进行认真学习的。

2014 年第二届全球男性参与大会上，许多国家都展示了本国的男性参与经验与成果，这些都可以成为中国未来推进男性参与的借鉴。

在加拿大，“白丝带运动”为全球的男性参与提供了典范，积累了推进男性参与的非常丰富的经验。“白丝带”已经成为男性参与的象征性符号，对此经验进行学习，将直接推进中国的男性参与。

考虑到男性参与同中国本土文化的结合，我国的台湾、香港地区的男性参与经验，同样是研究的重要内容。两岸三地文化背景相似，在男性参与上也有一些成功的经验，可以成为推进中国大陆男性参与的参考。

在了解国际及港台经验的基础上，结合中国大陆以往的男性参与尝试，对于提出本土化的男性参与策略具有重要帮助。

3. 在法律与公共政策领域推动男性参与

男女平等是基本国策。所谓基本国策，属于公共政策的第二个层级，第一个层级是元政策，第三个层级是具体政策。基本政策承上启下，是各项具体政策制定的依据。联合国倡导“社会性别主流化”，强调的是将社会性别平等纳入到国家的法律与公共政策当中。我们强调从男性参与角度促进男女平等基本国策的落实，同样也要将男性参与的推进体现到国家的法律与公共政策的制定中。

笔者一直主张，男性参与应该从制度和个人两方面入手。制度便是相关鼓励男性参与的相关法律与公共政策的制定，个人方面便是从帮助男性认识到父权制、支配性男性气质对男人和女人的伤害，从而使男性参与成为男性的自我要求。在强调个人改造的同时，不能忽视体制的改变，二者提相辅相成，在过程中互相促进的。（方刚，2008：165-172）这两个方面，制度是根本，但个人方面的改变，也离不开法律与公共政策的推动。

现有的法律与公共政策中，存在对支配性男性气质进行鼓励的情况，这不利于男性参与。比如，在离婚案件中，法官多数将孩子判给母亲抚养，背后的假设是男性不如女性适合抚养孩子；男性较女性晚退休五年的规定，假设女性承担更多家务劳动，男性更不适合承担家务；等等。即使仅仅从推进男性参与的角度看，这些法律及政策也是需要修改的。我们需要全面检讨中国现有法律、公共政策中阻碍男性参与之处，同时提出可以促进男性参与的建议，如反家暴法正在全国征询意见，笔者主张，其中应该明确纳入鼓励男性参与反对家庭暴力的内容；推动出台“男性待产假”制度，以促进男性参与照顾婴儿、抚育孩子；呼吁设立“男性参与日”这一国家的公共假日，作为倡导男性参与的契机；推动在政府中设立“性别平等部”；等等。

妇联系统作为推进性别平等的重要组成,有必要在日常工作中加入推进男性参与的内容。

4. 在学校教育领域推动男性参与

学校教育是社会化的重要过程,男女平等的意识和能力必须从各级学校开始培养。从幼儿园到大学,都可以成为促进男性参与的课堂。

在学校教育中,应该遵循反对社会性别刻板印象、反对性别气质二元划分的教育,反对支配性男性气质的教育,反对“拯救男孩”、“阳刚男生”、“贤淑女生”式的教育,而鼓励性别气质的自主、多元发展。这样的性别教育,可以通过教材、教学等不同方式来落实。

在教材方面,检讨现有教材中阻碍男性参与的内容,比如一些小学教材的插图,都是女性在做家务、照顾孩子;为编写新教材提供尽可能多的全面建议,增加鼓励男性参与的内容,比如父亲与孩子玩耍、做家务,男性从事传统上由女性从事的工作等内容。

在教学方面,如体育课上,男生和女生从事同样的运动,男生也可以跳绳,女生也可以踢足球;增加男性幼儿园教师的比例;从幼儿园到小学均增加社会性别平等教育的内容;等等。

在其他方面,如教师鼓励父亲来开家长会,检讨并改善公共空间(如卫生间)的性别配置,等等。在高等教育中,男性参与的教育可以浸透到几乎所有的人文社会科学专业中。

5. 在大众传播领域推动男性参与

媒体是进行男性参与、男女平等教育的重要工具,在这个过程中,互联网等新媒体形式应该受到充分重视。

我们可以做的是:调查、检省不同媒体节目中阻碍男性参与的内容,对于促进媒体内容的男性参与提出尽可能全面的建议;制定对媒体从业人员进行男性参与培训的内容框架;对于男性参与的事件给以关注和报道;鼓励媒体推出男性参与的标杆式人物,媒体进行宣传倡导,使公众具备学习的典范;鼓励多元男性气质的节目。如广告中男性可以从事传统的女性活动,女性可以成为领导但并不被“男性化”;等等。

中国白丝带志愿者网络在2014年组织了10位具有性别平等意识的男人在全国四城市进行了“讲故事”的活动,分享性别经验,倡导男性参与,经由媒体报道,出版和发行该活动的纪录片和专著,也实践了在大众传播领域的男性参与倡导。

6. 在社会服务领域推动男性参与

香港地区的经验是,社会工作组织在推动男性参与方面扮演了非常重要的作用。在中国大陆,社会工作体系正得到快速发展,因此应该非常重视社工在男性参与中扮演的作用。因此,我们有必要提出一整套社会工作中如何推进男性参与的具体建议。

心理咨询师从业者在中国大陆正在快速增多,这也是一个潜在的进行男性参与教育的团体。我们应该针对心理咨询中如何体现社会性别意识,如何促进男性参与及男女平等进行研究。

反家暴法草案中有对预防与矫治施暴行为的规定,男性参与可以在家庭暴力的预防、处置等许多环节贡献力量。男性辅导师更容易与男性施暴者建立合作关系,许多女性受暴者也希望听到来自男性专业人员的意见,男性参与反家暴的工作也有助于自身性别觉悟的提升。

西方一些国家的男性参与组织,组织“好爸爸好父亲”培训项目,极大促进了男性角色的改变。

国际社会的经验是,NGO组织的社会行动一直在促进男女平等、男性参与方面扮演重要作用。今天中国大陆的性别平等NGO组织也非常活跃。在推进男性参与的过程中,应该结合国际经验,提出NGO组织推进男性参与的策略。比如,作为男性参与象征标志的白丝带运动,

已经在全世界 80 多个国家和地区展开，中国也有了作为 NGO 组织的白丝带志愿者网络，为了更好地让这一网络在男性参与运动中扮演更多的建设性作用，需要认真思考和实践。

总之，男女平等的实现离不开男性参与，男性可以，而且能够成为促进男女平等的重要力量。弘扬 95 精神，推动性别平等，需要我们从各方面更加重视和推动男性参与。

参考文献：

方刚：《从男性气质的改造到促进男性参与》，《妇女研究论丛》2007 年第 6 期

方刚：《男性要解放》，山东人民出版社，2006 年版

方刚：《男性研究与男性运动》，山东人民出版社，2008 年版

方刚：《钟歆，父亲类型研究与促进男性参与》，《中华女子学院山东分院学报》2010 年第 4 期

方刚：《反家暴立法应有男性气质视角》，《妇女研究论丛》2011 年第 6 期

黄河：《男性研究对性别平等教育的意义》，《妇女研究论丛》2008 年第 2 期

罗晓娜：《论通过公共政策促进男性气质的改造与男性参与》，《中华女子学院山东分院学报》2010 年第 6 期

James Lang：《与男孩和男子合作，防止针对妇女的暴力》，转肖扬主编《中国反对针对妇女暴力的研究与行动》P347，社会科学文献出版社 2012 年版

Kessler, S. J., Ashenden, D. J., Connell, R. W. & Dowset, G. W.: *Ockers and Disco-maniacs*, Syden: Inner City Education Center, 1982

从支配性男性气质的改造到促进男性参与

（此文写作于 2007 年）

男性参与的概念在 1994 年的开罗国际人口与发展大会上首次被正式提出时，更多集中在生殖健康领域，但是它的意义不仅在于充分让男性在生殖健康、抚养子女和家务劳动等方面与妇女共同承担责任，更在于要促进在私人生活、家庭和社会生活的各个方面实现男女平等，发挥男性在家庭和社会中的作用，使男性和妇女在公共生活和私人生活中成为平等的伙伴。

但是，男性参与给人的感觉仍然是，女性在大力强调，而男性自身的参与意愿仍然非常不够。男性在这个过程中是被动的。如何鼓励男性积极主动参与，笔者认为，应该从制度和个人两方面入手。制度便是相关鼓励男性参与的相关政策的制定，个人方面便是从帮助男性认识到父权体制、支配性男性气质对男人和女人的伤害，从而使男性参与不只是男性的义务和责任，同时认识到男性通过参与可以获得的自身成长，使男性参与成为男性的自我要求，而不是女性研究者的“要求”。

一、男性气质多样性是推动男性参与的基础

在男性气质的多样性观点被提出之前，男性在性上的表现，一直被解读为应该是充满权力的、强烈的、受自然本能驱使的、难以控制的、阴茎中心的、只为了满足生理机能的，等等。男人与女人不同的性表现，便是强奸、购买性服务、鼓励性崇拜、性暴力对男性气质的强调，突出了男人在性上强调阴茎中心的特点。阴茎对男人来讲是非常重要的，男人用它来

建构男性气质(Julia O' Connell Davidson, Jacqueline Sanchez Taylor, 2004:454-466)。

从生殖健康的视角看,这样阳刚之气的男性气质鼓励男人在性行为上粗暴、占有,以自我为中心;戴安全套不仅影响了自我中心,也和支配性男性气质关于男人性的“难以控制”、“自然本能”等定义相冲突;能够多生孩子,便是性能力成功的一种表现;输精管结扎会损害阴茎中心的神话;在生活中照顾孩子、做家务,在性行为中关注女性的健康与需要等,都显得有损支配性男性气质关于男人在性上主动、支配的定义。

但当支配性男性气质提出之后,在性与男性气质的研究中,性不再被认为是只由生理性别决定,它不再是单纯的生理问题。人类的性与历史、文化、政治与道德、亲密关系、通过隐喻和语言进行的实践等等联系在一起,而且一直是开放的,处于变化中的。性同样与阶级、性别、年龄、家庭结构、信仰、受教育程度、经济状况、社交群体等等都有关系。对性的理解,只能在一个人的具体的关系中进行。而不能简单地说,男人怎么样,或女人怎么样。

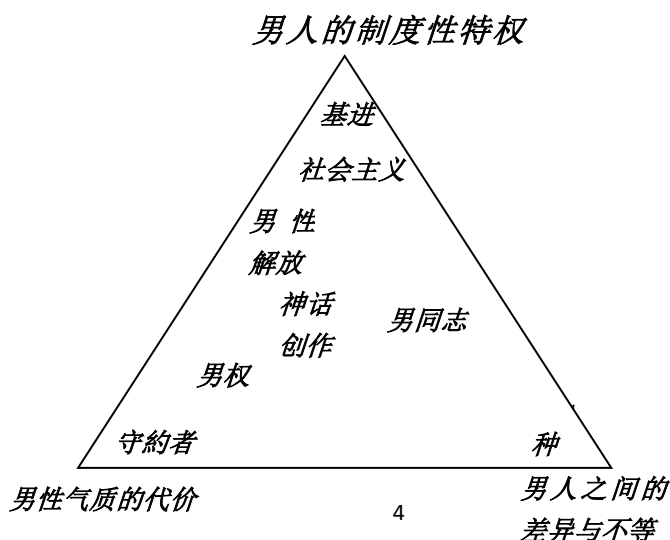
强调男人的性的这种多元化,并不是否定支配性男性气质定义的支配性的性的存在。它确实存在,而且非常常见,但是,它不是唯一的。关注支配性的性是对的,但同时不能忽视了:男人对这种支配性的性,同样可以进行抵制与转换。男人的性是社会行动的产物,性和社会实践结合在一起的,并不只是内在动力。支配性可提供一种理想模式,但不是自然产生的,也是实践建构的。性不是男人的简单的财产,不存在于社会真空中,而是和社会一起流动,在人类的相互影响中相互建构。

这些给我们的启示便是:既然男人的支配性的性,是可以被抵制与转换的,那么男性在性领域对女性的支配、主宰,如性骚扰、性暴力等等,也是可以改变的。

二、从男性气质角度看“男性参与”

在讨论男性参与的时候,笔者的观点是:用“反对父权体制”的话语教育普通男性,过空过大,难以立竿见影;以具体实践中的某项责任要求男性改变,只能做到改变形式却无法做到男人的根本改变,换个情景男人可能仍然是老样子;以法律和制度要求男人改变,也仅是一种被动的约束。因此,笔者认为,通过启发男人从男性气质的改变做起,是一个可见的、较易被理解和接受的视角。但这只是一个从个人方面推进男性参与的策略,并不意味着要放弃对父权体制的批判和改造。

梅纳斯(Messner)认为任何对男性气质的探讨都必须同时考虑男人的制度性特权、为男性气质所付出的代价,以及男性之间的差异和不平等的三个因素。美国的八种男性运动可以根据他们与此三因子的关系(凸显、强调、放在背景、漠视)置放在以此三因子为三角形顶点的男性气质政治领域里。基本上,三角形下方比较强调男性利益,男人希望借由组织来获取对于生活的控制权力。而三角形的上方则强调如何消解男人对于女人的制度性特权(王雅各,2006)。图5便显示了男性气质的政治领域(毕恒达,2003:4-5):



在笔者看来，不平等性别体制的改变需要男性的参与。否则一直是女人在那里喊解放，而男人在那里捍卫既得的东西，世界怎么可能改变？不改变男人，只能使男女对抗继续甚至加剧。改变男人才可能改变两性关系。但怎么改变男人？如何改变男人？

绝大多数的女性研究者在号召男性参与的时候，更多从男人的责任与义务角度入手，强调男性是性别文化的受益者，既得利益者，所以男性参与应该落足于反对性别文化对女性的压迫这一点上。这些诉求都没有错，我完全同意，但是，男人是否可能只因为“赎罪”的心态就真正积极地、普遍地“参与”了呢？靠道德或政治诉求，是否可以说服绝大多数男人长期参与呢？我看是很难的。

从社会心理学关于说服及态度改变的观点来看，人的改变欲求来自需要，相信改变之后会对自身有利才能提高改变的动机。因此，如果能让男性认识到自己和女性一样，都在受着现有性别文化和体制的伤害，将更好地鼓励他们参与进来。

那么，性别文化对男性的伤害在哪里呢？如何使男性认识到这一点呢？前述的支配性男性气质理论在此正得其用。支配性男性气质鼓励男人在两性关系中居于主导、支配的地位，是造成两性不平等关系的重要原因，但这种男性气质也在伤害着男人自己。所以我们需要帮助男性认识到支配性男性气质对男性、女性共同的伤害，帮助男人行动起来从反思、挑战支配性男性气质做起。

举例来说，支配性男性气质（或称阳刚之气）对男性的塑造，最核心的便是“刚强”二字，由刚强演绎出硬汉、强者、粗犷、勇敢、事业成功、健壮，等等诸多概念，一方面使男人在和女性的权力关系中占据上风，伤害着女人，但另一方面也伤害着男人自己。

作强者，就要求一个男人无止境地追求“事业成功”，男人为使自己活得“像个男人”，就要不断拼搏，承受越来越大的压力，牺牲健康，包括平常生活的快乐，他和家人、孩子在一起的时间几乎全部被剥夺。男人便演化成一个工作的机器，而不是一个活生生的个人，作为人的生命价值，受到贬损。一些女性研究者指责男人不做家务，很少时间关爱孩子，如果不认识到男人这样的表现其实是支配性男性气质对男性伤害之一种，而单纯停留在这种表现对女性之伤害上，便是从表面现象看问题，无助于唤醒男性的参与意识。

支配性男性气质在强调男性强者形象时，还要求男性勇敢，粗犷，凌驾于女人之上。当男人无法通过事业成功及其他方式做到这一点的时候，他实际上被父权文化贬损为“不像一个男人”了。家庭暴力本质上是为了维持“硬汉”形象的一种表现，实施家庭暴力的男人潜意识深处埋藏着对“不像一个男人”的深深恐惧，他以暴力来显示自己的强者形象，从而使女人蒙受伤害。我们当然要严厉惩处这样的男人，但是，如果我们只停留在惩处的层次，而不同时去检省、变革造成这一现象的支配性男性气质，家庭暴力的彻底根除便显得遥遥无期。要教育实施家庭暴力的男人，帮助他们发掘潜意识深处的症结所在，意识到支配性男性气质是如何指使他们实施家庭暴力的，同时也意识到，家庭暴力伤害了他们和家人、女性的关系，他们自己也是受害者。

支配性男性气质还要求男人有烦恼有心思都要闷在心里自己消化，而不能像女性那样倾诉，这不仅阻碍了男性的情感表达，也影响了和女性的交流，给双方造成很多误解；支配性男性气质诱导男性轻视健康，扮演硬汉，有病也撑着，从而也给家庭生活中的女性带来苦恼和负担……

我们看到，如果挑战了支配性男性气质的霸主地位，男性才能不受伤害，女性也才能从所受伤害中解放。

当男人从支配性男性气质的模式中解放出来之后，女性解放所追求的一些目标有望更快地实现。单就家庭关系而言，摆脱支配性男性气质奴役的男人将有更多的时间和家人在一起，更多的时间做家务，更多的时间分担女性的劳作，更坚决地拒绝家庭暴力，更注重生殖健康

等领域女性的感受，使女性可以从性别体制的压制下解放自己。

对支配性男性气质的挑战，推动的不仅是男人个体个性的多元发展，而必然也带动两性权力结构与主体空间的切实改变。可以说，不挑战支配性男性气质，男性参与不可能实现，性别平等也不可能实现。

正是基于以上的理念，笔者提出“男性觉悟”、“男性解放”、“男性觉悟二重性”等概念。

我们提倡男性觉悟，就是要让男性觉悟到性别文化、支配性男性气质对他们的性别模式塑造，表面上使他们成为强者、成功者，实质上使他们也成为受害者。

在推进性别平等的过程中，男性具有的不仅是责任，而且也是权利。性别平等不仅造福女人，也造福男人。因为放弃支配性男性气质的男人，在和女性平等友好相处的过程中，也将体验到生命的种种快乐。

所谓男性解放，是“在男性觉悟的基础上，男性向这种体制提出挑战，从我做起，放弃既得权力，为改变不平等的性别文化作贡献，包括改变这种文化加在男性身上的伤害”。

在笔者看来，男性觉悟是男性解放的一个步骤，男性解放是男性觉悟的目标。男性觉悟与男性解放，前者更多强调个人的自我觉醒，而觉悟之后就会有行动。从这层意义上讲，男性参与是男性觉悟之后，解放的一个步骤。（方刚，2007:39-45）

笔者提出“男性觉悟的二重性”，即认为男性觉悟应该同时觉悟到父权文化和体制对男性和女性共同的伤害。只强调觉悟到现在性别体制和文化对女人的伤害，便无法从男性的视角提供反对这种体制和文化的动力，无法令男性普遍地、主动地、积极地参与；但是，只觉悟到性别体制和文化对男性的伤害，就无法真正认识到这种体制和文化的本质，意识到女性是更深的受害者，从而难以建立两性和谐。（方刚，2005：3-32）

在男性觉悟的过程中，提倡从对支配性男性气质对个人的影响做起，观察性别文化和体制是如何在日常生活中影响我们的。但这并不是说，体制和文化的改造就不重要了，相反，我认为对个人生活的反思，不仅不违反改造体制的总体目标，而且是改造体制的一个有效策略。我们应该既努力推动制度的改变，也努力推动个人思想的改变。

这个过程的关键在于：让男人觉悟到支配性男性气质是如何伤害男性的。男性参与，是在觉悟到自己也受害的情况下参与，是在认识到自己和女性有着共同的利益的情况下参与，而不是以“赎罪者”和“道义先觉者”的姿态参与。

在这个过程中，我们同时也要警惕：过分夸大男性受性别文化伤害的一面，而无视其更是现有性别文化和体制既得利益者的一面。男性觉悟的过程中要经历“弃旧权”与“赋新权”的过程，首先是“弃旧权”的过程，即放弃旧的既得不平等权力的过程；同时，又是“赋新权”的过程，即获得追求自身充分发展和自由成长的权利的过程。

三、男性气质与生殖健康

我们提到，男性觉悟 / 解放最终使男性认识到现有性别文化和体制（父权文化和体制）对男性和女性均有压迫，并且起来反思和改造这种文化和体制。这自然就会涉及所有与性别不平等相关的方面，其中也包括计划生育领域。

支配性男性气质要求男人在性上表现强者之风，将男性刻化成性机器，也为他们在性关系中对女性的侵犯与伤害提供文化上的背景；能生、多生是男人性能力强的标志之一；阴茎在支配性男性气质的话语中具有重要的符号意义，针对阴茎的手术便受到抵触；支配性男性气质鼓励男人在性行为中以阴茎为中心，以自我感受为中心，这也增加了在推广安全套等方面的挑战。所以只有颠覆支配性男性气质，男性在生殖健康领域的参与才有可能。

只是挑战了“阴茎中心”还是不够的。我们反思、质疑支配性男性气质的过程，也是挑战男人唯我独尊、唯我独大的过程，让男人认识到只有当他们放下支配性男性气质的束缚，和女人享有平等的关系，才更可能充分享受生命的赐允。因此，这就鼓励他们在家庭中多承

担责任。也可以说，当男人放弃支配性男性气质的束缚之后，他们才有可能自如地表现柔性的一面、关爱女性和家庭的一面，才会更多地做家务，更多地照顾孩子，在计划生育方面也一样才能不能回避责任，在安全套的使用与结扎等问题上更有自觉性。毕竟，当男人拒绝使用安全套与结扎的时候，是只基于对自己快乐的考虑，而没有考虑可能带给女性的麻烦和痛苦。

对支配性男性气质的挑战，还直接挑战了男尊女卑的性别文化。支配性男性气质要求男人作强者、硬汉、成功者、主宰者、支配者，同时将女人作为对立的参照物，要求女人是弱者、服从者、被支配与主宰的对象。“男主外女主内”的思想是影响男女平等的一种表现，而“主外”正是支配性男性气质对男人的要求，即使哪个男人渴望家居的生活、渴望带孩子做家务的生活，也是被支配性男性气质及文化所排斥的。

支配性男性气质同男尊女卑的思想是一致的。对生男孩子的重视与执著，如果不考虑制度的缺陷，正是因为支配性男性气质下将所具有的男尊女卑的观念使然。再加上父权体制，男性在家庭事务中具有的决定权，以及女性对支配性男性气质及其文化的认同，成为造成出生性别比失调的一个原因。当我们认清支配性男性气质对男人和女人共同的毒害之后，我们颠覆这种男性气质的过程也就是建立性别平等与公正的过程。

也就是说，颠覆支配性男性气质，将有助于颠覆男尊女卑的思想。在生殖健康领域，也有助于改变对生男孩子的执着，有助于改变女童的弱势处境，这和“关爱女童”的目标是一致的。

这里要特别强调的是：我在这里所讲的，均是从改造个人的角度入手的，但这绝不是说，只改造个人就足够了。我们现在已经有的国家政策、法律法规是对制度的改造。当个人的改造和制度的改造联合起来时，才可能彻底地改变文化。也就是说，我们的性别平等运动可以在两个层面上同时进行，一个是个人的层面，一个是制度的层面。你农村的土地权等问题，如果不从制度上改变，单纯谈个人层面的支配性男性气质的改变是解决不了问题的。

即使是我这里对个人层面的这些讨论，仍然有纸上谈兵之嫌，需要更多的研究，拿出具体的可操作性的方案，才能落实到实处。这，需要大家的共同努力。

男性气质的学术研究在欧美一些国家渐成气候，但在中国仍然可以说是空白。与之相关的男性运动，更是缺失。现在许多女性研究所关注的话题，以男性气质研究的视角，同样可以从男性的角度进行反思与观察，这样就可以避免女性研究内部自说自话的局面，而形成男性和女性的互动。比如，当女性研究关注下岗女工在家庭中的处境与再就业问题时，男性研究同样可以关注支配性男性气质对下岗男工的多重歧视；当女性研究关注孩子缺少与父亲共处的时间对孩子成长的心灵影响时，男性研究同样可以关注男人被职场压力夺去与孩子相处的时光对男人亲情的伤害；当女性研究关注职业女性仍然无法摆脱家务劳动的束缚时，男性研究也可以关注支配性男性气质是如何通过将居家男人定义为“小男人”而使男性对居家生活、家务劳动望而怯步的……

男性研究与男性觉悟 / 解放的主张面对的压力也非常大，虽然在我看来男性研究和女性研究的目标是一致的，但一直伴随着来自女性研究者内部的批评和质疑。我个人分析有两个主要原因：一是许多女性研究者对男性也受性别文化和体制伤害的说法无法接受，二是担心男性研究会和女性研究抢夺社会资源，进一步巩固男性的既得利益。在我看来，这都是基于对男性研究推进性别平等的宗旨缺少真正透彻的了解和理解所致，这样的分歧使得本应该团结与合作的男性研究和女性研究无法合力，不能不说是一个遗憾。

参考文献：

毕恒达：《男性气质的当代观点》，刘建台、林宗德译，台北：女书出版社 2003 年版

方刚：《男性运动与女性主义：反父权文化的同盟者》，《中国女性主义》第5卷，南宁：广西师范大学出版社2005年版

方刚：《男性觉悟 / 解放释义》，《中国女性主义》第8卷，南宁：广西师范大学出版2007年版

王雅各：《新世纪的男性研究与男性运动》，男性与性别平等：多元对话与研讨会论文集，2006
Julia O'Connell Davidson & Jacqueline Sanchez Taylor: *Fantasy Islands: Exploring the Demand for Sex Tourism*, in *Men's Lives*, Michael S. Kimmel, Michael A. Messner (eds.), Person Education and Peking University Press, 2004

父亲类型与男性参与

（此文写作于2008年）

父亲研究在西方学术界已经积累了很多的成果，但目前中国的父亲研究仍然非常缺少。父亲有多种类型，在鼓励男性参与的过程中，促使并帮助男性成为一个“好父亲”，是重要的一环。在对父亲类型及其形成有充分认识的基础上，我们才可以讨论如何促使男人成为“好父亲”，如何推动男性参与的实现。

一、关于父亲研究

多年以来，儿童领域的研究者们一直倾向于关注母亲与孩子，父亲领域的研究则受到忽视。Michael Lamb (1975) 发表文章，指出对于父亲—孩子关系方面进行研究的重要性。另有研究者称，如果忽视父亲在孩子生活中的重要性和责任，那么真正的男女平等是难以实现的。从20世纪六七十年代至今，有关父亲的研究取得了实质性的进展。

父亲对孩子的影响是不容忽视的，但是并不是所有的父亲都对孩子的成长有着积极的作用，也并不是所有的父亲都伴随了孩子的整个成长过程。由于父亲与父亲之间存在着个体差异，各种因素交互作用影响了父亲们的表现，因而使得父亲也有好坏之分，有称职与不称职之分，有受喜爱和不受喜爱之分。我们从不同的视角可以将父亲划分为不同的类型，这些不同父亲类型的形成有着历史的渊源，也受到个体背景的影响。

研究个体和家庭的美籍专家罗伯·马考维茨 (Rob Palkovitz) 曾经谈到，成为父母是一个长期的、累积的过程而非现存的研究中所说的是一种短期的调整，(Cabrera., 2003: 250-258) 因而父亲类型的形成也应该是一个复杂而精细的过程。本文便希望通过归纳出不同的父亲类型以及影响这些不同父亲类型形成的可能因素，对塑造好父亲的方法进行探索。

父亲有很多种形式，例如，亲生父亲、继父、养父、同性恋父亲等。本文所要讨论的对象是传统意义上的婚姻关系中为孩子提供基因的男人，即孩子的生物学意义上的父亲，也就是孩子的亲生父亲。

二、父亲的类型

1. 依据父亲的参与方式进行划分

美国学者罗兰·马克斯 (Loren Marks) 和马考维茨提出了四种父亲类型：新的、参与型的父亲；好的养家者父亲；游手好闲的爸爸；父子关系自由的男人。

类型一 新的、参与型父亲 (New, Involved Fathers)。这类父亲被认为是“好父亲”

的一种，他们参与到孩子生活中的许多方面里，他们会积极主动地照料、养育孩子以及料理家务等。这类父亲使用一种更亲密的和更富于表达的方式来参与到他的孩子当中，与他们的父辈相比，他们在他们孩子的社会化进程中起到了更多的作用。

类型二 好的供应者父亲 (The Good-provider Father)。所谓供应者父亲，指的是通过工作来为孩子和家庭提供经济供应的父亲。这类父亲许多都是低等或中等收入，并且受教育水平也较低，这就使得他们必须为了生计为了供给家庭而做出努力。然而仅仅是挣钱养家是不能够被称作为“好父亲”的。克里斯琴森 (Christiansen) 和马考维茨 (2001) 认为，父亲供应孩子应该是父亲参与的一个因素，而不是与父亲参与相对立的。这一点实际上是对供应者父亲提出了更艰难的挑战，要做一个好的供应者父亲，他们不仅要担负起挣钱养家的责任，还要在孩子的其余许多方面 (比如照料孩子生活起居、对孩子进行道德教育、陪同孩子游戏等等) 进行参与。

类型三 游手好闲的爸爸 (Deadbeat Dads)。这类父亲被认为是“坏父亲”的一种，他们通常是吝惜时间与自己的孩子在一起，或者是吝惜将自己的钱花在孩子身上，或者是在精神上没有与孩子进行足够的交流，或者是离婚以后对养育孩子所应承担的一些基本责任进行逃避，等等。从某种意义上来说，这类父亲是在逃避他们作为父亲的这一角色，而事实上父亲角色对孩子来说是他们成长中最基本的需要之一。

类型四 父子关系自由的男人 (Paternity-free Manhood)。这个类型中的部分男人不愿意要孩子但由于各种原因最后却有了孩子。马西利乌斯 (Marsiglio, 1998) 认为，这类男人原本在内心里是不愿意履行财政职责、不想要孩子的，但是在婚姻中他们感受到了自己作为伴侣的这一身份，这使得他们拒绝说出自己最初的意愿，也就是说他们的伴侣身份压倒了他们自己原本的意愿，最终他们有了孩子。这类父亲也被称为“不感兴趣的父亲” (The Uninterested Father)，这应该说是一种最不稳定的类型，因为他们隐藏的初始意愿随时有可能在孩子出生后因为一些摩擦而引发甚至爆发出来，这对孩子和整个家庭来说都是一种危机和灾难；但另一种可能的情况是，孩子的出生改变了这类父亲的最初意愿，改变了他们对养育孩子的看法，他们在伴随孩子成长的过程中将自己塑造成了“好父亲”。(Loren Marks & Rob Palkovitz, 2004:113-129)

2. 依据“回应度”进行划分

在另一项美国的研究中，根据“回应度”将父亲分为了三种类型：低回应度父亲，中回应度父亲和高回应度父亲。父亲回应度是指父亲对他们的妻子和孩子的需要表示认可和关注的程度。(Shawmatta & Martin, 2006: 19-37)

这种划分方式中，父亲的回应不仅仅是针对于孩子的，也同时体现了他在何种程度上对待自己的妻子。比较以上这两种划分父亲类型的方式，在第一种划分方式中，父亲是占主导的，即父亲是行为的发出者；而第二种划分方式中，父亲是行为的反馈者，即妻子和孩子发出需要，他对这种需要进行回应。

3. 依据父亲的作用进行划分

德国学者瓦西里沃斯·费纳克斯在他的问卷调查中得到了关于父亲的作用的四种回答，即养家作用、工具作用、社会作用，以及把自己的事业放在孩子的利益之后。其中工具作用指的是对孩子进行认知和全面发展的教育；社会作用指的是对孩子的成长保持一种开放接纳的态度，并提供必要的帮助。根据父亲的这四种作用，父亲类型被分为了两大类，一类是养家型父亲，一类是教育者型父亲。养家者型的父亲主要履行他的养家作用，这类父亲有更多的外在生活目标；而教育者型的父亲主要履行他的工具作用和社会作用，这类父亲有更多的内在目标。把自己的事业放在孩子的利益之后，这一条比较特殊，它显然不是养家者型父亲

的特点，然而它也未必就一定是教育者型父亲所具有的特质，只能说它是这类父亲中的某些人所遵从的信念。研究显示，年龄大的男人比年轻男人更愿意把自己的事业放在孩子的利益之后。（瓦西里沃斯·费纳克斯，2003:42-60）

4. 依据父亲对子女职业的影响进行划分

美国临床心理学家斯蒂芬·波尔特根据父亲对子女的职业生涯产生的影响而将父亲类型划分为五种：功成名就型、定时炸弹型、心态消极型、漫不经心型和富于同情心或导师型。

功成名就型的父亲永远看上去风光、自信，他们的成就很容易给子女带来压力，使其在职场中表现出一种“受阻性”，在事业上可能不会取得太大的成就。

定时炸弹型父亲是指那些常常在家中突然大发脾气、暴跳如雷的父亲们。拥有这种父亲的人通常善于在职场中察言观色，知道如何去摸清周围人的脾气和心情。

心态消极型的父亲往往忽视子女的情感需要，他们可能会给子女带来两种职业障碍：缺乏进取心和害怕失败。

漫不经心型父亲缺乏对子女的情感照顾，他们的行为在无形中让孩子产生拒绝和放弃心理，他们的子女在职场中往往不知道如何应对权威人物，但这类父亲对子女们的职业发展也有好的一面，即他们可能会自发形成更自主的性格特征。

富于同情心或导师型父亲对子女教导有方，对孩子的内心想法和情感给予回应，他们也不会满腹牢骚，这类父亲对子女的健康人格的塑造起到了影响，他们的子女在职场中能够有较好的人际关系。

5. 依据幼儿的喜好进行划分

我们国内一项研究通过对幼儿园孩子进行访谈，总结出幼儿最喜欢的六种父亲行为以及最不喜欢的六种父亲行为，这些不同的行为无形中就为父亲划分为了12种类型。（方建华，黄显军，2007:86-89）

幼儿最喜欢的六种父亲类型依次为：玩伴型（占45%），爱劳动型（27.5%），给我买东西型（10%），微笑型（2.5%），良好习惯型（2.5%），喜欢在家看书型（2.5%）。

幼儿最不喜欢的六种父亲类型依次为：不良嗜好型（32.5%），暴力倾向型（25%），在家不理孩子型（22.5%），在外忙碌型（10%），懒惰型（5%），在家不外出型（2.5%）。（方建华，黄显军，2007:86-89）

6. 依据父亲对待孩子的方式进行划分

在国内，还有人通过自己的观察思考将现代家庭中的父亲划分成了四种类型：不管型、严管型、包办型以及朋友加师长型。（周小平，2001:37）

这完全是根据父亲对待孩子的方式进行的划分，这四种类型的父亲是还未经过研究考察的，因此可以说这种分类还有许多有待商榷的地方。

7. 特殊的父亲类型——父亲缺席（Father Absence）

“父亲缺席”是指孩子在成长过程中很少得到父爱或父亲在子女教育中参与得很少甚至孩子没有得到父爱或父亲没有参与的状况。据报载，当代社会中父亲缺席现象已经成为了一种全球化的现象：34%的美国孩子不和自己的父亲住在一起；香港父亲每天与孩子待在一起的时间平均只有6分钟。少部分家庭是由于父母离婚或父亲去世而被迫形成父亲缺席的状况，但在不少父母双全的传统家庭中由于父亲工作忙碌或其他原因，使得孩子不得不长期在父亲“存”而“不在”的环境中成长。（李霞，2007:639-640）

三、影响父亲类型形成的因素

父亲的类型的形成，与男人在成为父亲之前的经历是相关的，也就是说存在着一些因素来影响男人向父亲的转变以及他们会转变为什么样的父亲。父亲的类型是多样化的，而影响父亲类型形成的因素也是多样化的，并且是交互作用的。本文挑选其中三种最主要的因素进行分析，这三种因素是：个人因素，家庭因素和社会因素。

1. 个人因素

个人因素是影响父亲类型形成的最直接的一个因素。一个男人在向父亲身份转变的过程中，他的年龄、心理状况、男性气概的强度、健康状况、个人爱好、受教育程度、工作，以及宗教信仰等等都对他将成为的父亲类型产生影响。

在男人向父亲转变的过程中，他们的心理是动态变化的，在这个时期他们会变得很敏感、脆弱，他们期望得到心理上的支持和慰藉，但是他们的这种需要往往被忽略，从家庭到社会各界几乎都将关注和关怀给予了怀孕女性，而这种现实又鼓励了她们的伴侣去忽视自己的内心感受，而使她们完全来关注妻子的需要。然而这样一来，男人的心理需要实际上是没有得到正常发展的，一旦外界信息与内心的需要发生了冲突，那么他们就会做出不安或不满的反应，他们对外界的信息做出的反馈会比平时强烈。英国的一项研究显示，在研究样本中，即将做父亲的男人在参加产前课程时都对课程内容表示了不满，他们认为这些课程对父亲们采取了一种居高临下的态度和方法，有的男人认为自己在课堂中被忽视了而没有得到尊重。（E. Bradley, M. Mackenzie, & E. Boath., 2003:45-47）

将做父亲的男人会本能地对他们在这个阶段的经历进行思考，把即将面临的生活与自己过去的生活做比较。研究发现，有的男人认为孩子的出生将会给他的生活带来剧变，而有的男人认为孩子的出生是与他以往的生活相一致和相匹配的。对于前者来说，孩子将打乱他们以往的生活结构；而对于后者来说，孩子将是他们原有生活中的一个新的成分。（Bradley, E. Mackenzie, M. & Boath, E., 2003:45-47）那些认为孩子将成为原有生活中的新成分的男人，他们在思想上对于接受孩子将出生这个事实是更成熟的。而对于认为孩子的出生将会带来剧变的男人，则又可以分为两类，一类是认为这种剧变是好的，一类是认为这种剧变是糟糕的。其中认为这种剧变是好的这类男人，他们对孩子出生是持有积极态度的，但他们不是以自己的生活为主导，将孩子纳入自己原有的生活，而是以孩子为导向来打乱和重建自己的生活，这类男人在今后很有可能以孩子为中心来生活，他们在养育孩子中要么成为很好的参与型父亲，要么可能会将孩子宠坏。认为孩子出生带来的剧变是糟糕的这类男人，他们很有可能没有做好要孩子的准备，那么他们在今后很有可能成为“游手好闲的爸爸”或者“父子关系自由的父亲”。

澳大利亚的一项研究考察了在妻子怀孕前期男人对胎儿的感受和想法以及他们对自己将要做父亲的感受。这项研究提出了“父亲—胎儿联结”(paternal-fetal bond)这个名词，指的是即将做父亲的男人与孩子的情感结或心里联结。同时在研究报告中使用了麦考尔(McCall)和西蒙斯(Simmons)的身份理论(identity theory)为理论基础，认为与其余的身份相比(如工人、丈夫、朋友、兄弟等)，一个男人越是看重他将要成为父亲的这个身份，那么他与胎儿的联结就越紧密。个体对他的某个身份的重要性的看法称作“身份显著性”，研究显示，将要做父亲的这一身份的显著性(以下称“父亲身份显著性”)越高，那么他越有可能实施与父亲角色相关的行为，研究者认为，在怀孕初期，这种行为以精神活动为主，而精神活动的一个方面就是“父亲—胎儿联结”。研究通过数据分析，验证了研究者们提出的假设，即，“父亲—胎儿联结”与父亲身份显著性之间是成正相关的。(Cherine Habib & Sandra Lancaster, 2006: 235-253) 这项研究仅聚焦在将做父亲的人身上，而没有对这些准父亲进行进一步的追踪研究，因此没有得知这种“父亲—胎儿联结”是否在今后成为父爱的

源泉,或者这时的父亲身份显著性是否在今后养育孩子的过程中得到延续或是否影响父亲类型的形成。

但是瓦西里沃斯·费纳克斯在他研究中指出,父亲的参与度可以通过他在妻子怀孕时表达的对孩子的渴望来预测。因为这些表达反映了他对做父亲最初的态度。对成为父亲的情感反应也对后来的父亲参与度有着预测性。(瓦西里沃斯·费纳克斯,2003:42-60)我们可以据此推测,成为何种类型的父亲在妻子怀孕阶段就初见雏形了。

男性气概是影响男人向父亲转变以及会向什么样的父亲转变的另一要素。诺克(Nock)(1998)说,成年男人更希望从有一个孩子这件事上得到男性气概的满足,成为家庭和孩子的养护者和保护者。如果男人失业,或收入不足,他们就很难觉得自己是一个好父亲,因为男性气概中的支配性是很重要的。(Bowman, Sanders, 1998; Christiansen, Palkovitz, 2000)而金钱能够带来权力,男人需要足够的收入来促进他们的父亲角色认同、父亲身份实践,以及家庭安排,这样他们就可以在对家庭的贡献当中实践他们的男性气概。这一点能够解释为什么有的父亲会在行为上着重履行他们的挣钱养家的功能,男性气概的支配性在他们转变为父亲之前就牢固地附着在他们身上了。但是可以判断的是,并不是所有的男人都拥有这种支配性的男性气概并且在生活中让其占主导,成了父亲的男人既可以以支配性的男性气概行事,也可以在日常生活中颠覆这种男性气概。(Marsiglio & Pleck, 2005:249-269)有的男人在气质上就偏向于女性化,他们的男性气概的力量弱小,他们比其他男人更容易激发起像女性那样的养护能力和兴趣。这些男人转变为父亲之后,也许能够在养育孩子的过程中更多地参与。贝利(Bailey)指出,偏女性化的父亲有更多的时间与患病的孩子在一起呆在家里,他们陪同孩子去医院的次数也相对更多一些。类似的是,一个认同于大男子主义的男人,他们会要求自己独立于女人,回避做家务活,拒绝看护孩子,甚至逃避经济责任。另一方面,一个男人如果持有新的男性气概观,就可能尝试和他们的孩子进行互动,会认为这将增加他们的性吸引力。(Segal, 1990)

对双收入家庭的休闲研究显示,对许多男人而言,与孩子出生前相比,在孩子出生后家庭和休闲之间的界限便变得有点模糊了,休闲成为了以孩子为中心的活动,这是“类似于休闲”而不是“纯粹的”休闲,他们作为父亲参与到孩子中,在这个时候他们的身份是以休闲为基础的父亲身份,即充当孩子的玩伴或教练。男人成为父亲之后,伴随而来的是休闲中的一部分自由和自主的丧失。(Elizabeth Such, 2006: 185-199)男人若是肯为孩子牺牲自己的这种自由和自主,那么他将很有可能会成为一个受孩子喜欢的“玩伴型父亲”。

此外,年龄稍大的父亲在对学龄前孩子的日常照顾上参与度更高,对孩子的行为有更高的期望。但在一项对美国黑人父亲的研究中,结果却相反,即年龄与父母参与度有负相关。(王莉, 2005: 290-297)

2. 家庭因素

在拥有孩子之前,男人在家庭中接触最紧密的是自己的伴侣,因此夫妻的婚姻状况势必会对孩子的出生和成长产生影响。另外,有相当一部分家庭除了夫妻两人之外还有其他家庭成员与他们共同生活在一起,这就使得家庭构成出现了多样化,家庭中的事情就不单单是夫妻两人的事情,很多时候这些其余的家庭成员也会参与进来。家庭因素是影响父亲类型的又一重要因素,这个因素中除了包括刚才提到的婚姻和家庭构成之外,还有其余的成分,如父母的影响、孩子的影响、家庭变化、家庭阶层、家庭收入等等。

心理学家斯腾伯格在1997年提出了爱情三元理论,即成熟的爱应该包含亲密、承诺和激情三个成分。有研究者认为,在婚姻关系中发展这三个成分有助于建立和维持关爱的、有责任感的父亲身份。一个人在照顾孩子时所表现出的依恋风格与他在爱情中的表现是相似的。成年人的依恋反映出他对自己和对他的亲近关系所持有的信念(Fraley & Shaver, 2000)。在

婚后，爱情中的亲密、承诺和激情转变为了婚姻中的亲密、承诺和激情，可以说转变后的这三个成分是转变之前的延续，本质上没有发生改变。虽然爱情中的亲密与父母和孩子间的亲密有质的不同，但是也有共同点，比如，互惠和暴露(Fehr, 1993)。爱情中的承诺有助于促成夫妻相互的满意感(Noller, 1996)，从而带来“个人奉献”(Stanley, Whitton, & Markman, 2004)，这种个人奉献有助于发展一个人自身的配偶身份，也能够使他对他的伴侣保持一种敏感和亲密的态度。这种承诺是一个人对他的一代投入更多的关怀的基础。爱情中的激情与亲密联系最紧密，夫妻生活中性是激情的一个最主要方面，有研究显示，夫妻性生活的频率和快感与父亲能力是有关系的(Heath, 1976)。

研究显示，在家庭生活的转折时期，父亲类型可能会发生改变。在向做父亲转变以及第一个孩子从幼儿园到小学的转变中，约18%将成为父亲的人或26%学前儿童的父亲分别从倾向于“父亲作为养家者”转变为倾向于“父亲作为教育者”，或者反向转变。而这些个体变化可以通过婚姻质量、特别是夫妻之间的沟通质量来预测。当婚姻质量转折之前很好时，更有可能从“父亲作为养家者”向“父亲作为教育者”变化；当婚姻质量在转折之前很糟时，这种变化可能就是相反方向的。反过来，父亲类型的变化也影响着婚姻质量，当父亲类型走向“教育者型”时，婚姻质量会提高；当父亲类型走向“养家者型”时，婚姻质量会下降。(瓦西里沃斯·费纳克斯, 2003: 42-60)

夫妻之间除了爱情和婚姻能够对父亲类型产生影响之外，妻子的支持也能够影响丈夫在做父亲时的表现。如果妻子在实际生活中鼓励和支持丈夫参与到家务和教育孩子的活动中来，那么这将有效地提高丈夫在做父亲时的参与度。

另外，与父母的关系以及父母所产生的影响也会影响男人对做父亲的想法，以及影响他会成为什么样的父亲。在Palkovitz的一个研究样本中，许多男人报告了他们对他们自己的父亲的负性的感觉，并且承诺他们要对自己的孩子比父亲对自己更好。(Cabrera, 2003: 250-258)另外，前面提到的德国学者西里沃斯·费纳克斯在研究中指出，自己与父亲关系很差的成年男子通常会在养育孩子中以对“社会作用”的高度重视来补偿。(瓦西里沃斯·费纳克斯, 2003: 42-60)

孩子的特征是影响父亲的表现从而影响父亲类型的又一直接因素。一般来说，孩子情绪稳定、不执拗等有助于提高父亲的参与度。(张虹, 2004: 6-7)

家庭收入也会对父亲类型的形成产生影响，可以推测的是，低收入家庭的父亲更容易成为冷漠的挣钱养家者和孩子们所不喜欢的“在外忙碌型父亲”，或使得孩子处在“父亲缺席”的环境当中。Palkovitz研究中的男人们报告了他们“想做更多的工作来供养家庭”和“想做更少的工作以便能花更多时间和他们的孩子在一起”这两者所带来的压力。(Cabrera, 2003: 250-258)同时，男人作为供应者不仅要确保他的家庭现在能够在经济上富足，还要确保他的家庭未来也能够经济上富足，男人在平衡现在的需要和未来的需要时也面临着压力。在男人向父亲转变的过程中，低收入家庭中的男人对他们的经济问题必定是要进行思考的。孩子的出生会更加加重他们的家庭经济负担，那么他们将来必定不能够兼顾孩子和工作，而要在这两者之间进行选择，如果做更多的工作那么他们就会成为少参与的父亲，如果多参与孩子则整个家庭的运转就会因为经济问题而受到影响。

3. 社会因素

从某种意义上来说，一个父亲不仅仅是他自己孩子的父亲，他也是社会中父亲群体里的一员。从宏观上说，父亲类型的历史衍变是受到社会环境的影响和驱动的，社会期望对父亲在孩子身上所付出的时间、金钱和精力的投入产生了直接的影响，社会期望也推动即将做父亲的男人们向某种占主导地位的父亲类型进行转变。比如从20世纪初至今，社会对父亲的普遍期望是花更多时间与孩子在一起，那么参与型的父亲就会越来越多地出现，他们在照料、

陪伴、养育孩子的过程中积极参与进来。在日本情况却有所相反，也许是由于日本社会期望男人花更多时间投入到工作中，目前的数据表明日本的父亲也许正在经历一个从“养育的父亲”向“缺席的工作狂父亲”转变。(Issii-Kuntz, 1994:30-48)

社会支持、社会思想的发展变化等等也影响着父亲类型的形成。

在20世纪的大部分时期，社会思想基本上都遵循传统的父权至上的观点，认为好父亲就是好的挣钱养家者，这使得父亲逐渐在家庭生活中被排斥。在六十年代中后期，女性越来越多地走出家门开始工作，伴随这种女性运动而来的女权主义向男人至高无上的思想发出了挑战，提倡男女平等，要求父亲与母亲进行合作，分担家务。从此，许多父亲开始料理家务和养育孩子。还有一些父亲在支持父亲参与和反对父亲参与的两种不同思想中寻求平衡，比如他们利用体育运动这一情景来满足人们对于父亲参与的期待，他们在孩子进行体育运动中进行参与，为孩子选择教练、选择俱乐部、选择体育队，但又回避了参与家务所带来的男性气概的“折损”。

四、塑造好的父亲类型

如果一个父亲同时具有参与型和供应型父亲的特质，或者同时具有养家型和教育型父亲的特质，再加上较高的回应度，较好的个人习惯、性格和品行等等，则可以称为比较理想的父亲类型。但是在现实生活中理想的父亲几乎是不存在的，然而好父亲是存在的，他们不需要具备上述的所有优秀特质，但是他们必须具备其中的一些。好父亲是可以进行塑造的，推进男性参与是可行的，本文在下面便提出了一些可能的方法来塑造和促成好父亲。

第一，法律和相关政策的制定可以从制度层面推动父亲的改变。比如，法律可以给父亲一段时间的育儿假，使他们能够在家中照料新生的孩子和妻子，同时进行他们自己的身心适应和调整。又如，雇佣机构可根据实际情况制定“亲职假”，鼓励父亲们去学校参加家长会，而不把它只当作母亲的事情。甚至还可以考虑规定，父亲带孩子去公园、旅游场所，门票减免等措施，以鼓励父亲更多和孩子在一起。

巧用“通过仪式”塑造好父亲

第二，通过男性气概的改造也可促进好的父亲类型。前文中提到，具有支配性男性气概的父亲倾向于通过争取更多的金钱来巩固他们在家中的权力，而这带来的后果是与孩子在一起的时间匮乏，只注重履行了他们作为父亲的养家作用，却没有发挥社会作用和工具作用，成为孩子所不喜欢的“在外忙碌型父亲”。这样的父亲通常可能会比较顽固，但也并不是不可以改变的。正如前面所谈到，成为了父亲的男人既可以以支配性的男性气概行事，也可以在日常生活中颠覆这种男性气概，成为好的参与型父亲。方刚认为，可以通过鼓励男性改变他们的支配性男性气概，从而促进他们的参与。具体说来，就是要帮助男性认识到支配性男性气概中所鼓励的男人在两性关系中居主导、支配地位这一点是造成两性不平等关系的重要原因，帮助他们认识到这种男性气概其实也在伤害着他们自己，从而使得男人们主动行动起来反思和挑战支配性男性气概。例如，让男人认识到支配性男性气概强迫自己过多投入工作而牺牲与孩子在一起的时间不仅对孩子是一种伤害，对他们自己也同样是一种伤害，因为他们既面临了工作的压力又遭遇了亲情的缺失。(方刚，2008：165—171)

第三，通过媒体宣扬好父亲形象。媒体是当今人们获取信息的最主要途径之一，也是推动个人改变的重要外在助力。媒体应该积极推动男人成为“好父亲”，促进男性参与。比如，多多呈现和塑造男人温柔体贴的正面父亲形象。此外，媒体对跟父亲有关的内容进行突出宣传也是促成好父亲的一种有效手段，比如表彰好父亲个案，利用父亲节宣传男性参与，等等。

第四，父亲类型的转变可能发生在“通过仪式”中的阈限阶段，因此把握住孩子成长中的每一个转变的契机来塑造好父亲不失为一个好办法。例如邀请经常缺席的父亲去参加孩子的升学典礼，这将使得这类父亲对自己的孩子有一个难得的近距离的接触。仪式的一些环节

可以人为进行设计,把孩子对父亲的期望融入进去,比如让被父亲冷落的孩子朗读一篇写自己父亲的文章,这必定会对他在场的父亲造成心灵的触动,从而对自己的行为或自己关于父亲身份的标准进行反思,将自己从“坏父亲”拉回到好父亲行列。

参考文献

- 方刚:《男性研究与男性运动》,济南:山东人民出版社 2008 年版
- 方建华,黄显军:《父母行为特征及其对幼儿的影响》,《幼儿教育(教育科学版)》2007年第7期
- 李霞:《父亲角色在孩子人格发展中的作用探析》,《法制与社会》2007年第6期
- 瓦西里沃斯·费纳克斯:《重新界定父亲的角色及其对教育和家庭政策的含义》,《华东师范大学学报(教育科学版)》2003年第21(2)期
- 王莉:《国外父亲教养方式研究的现状和趋势》,《心理科学进展》2005年第13(3)期
- 张虹:《父亲的角色及其对儿童成长的意义》,《幼儿教育》2004年第1期
- 周小平:《现代家庭教育中的四种父亲类型》,《幼儿教育》2001年第4期
- Habib, C., Sandra Lancaster: The Transition to Fatherhood: Identity and Bonding in Early Pregnancy, *Fathering*, 2006, 4(3): 235-253
- Shawmatta, D. & Martin, C.: Father Responsibility: Couple Processes and the Construction of Fatherhood, *Family Process*, 2006, 45(1): 19-37
- Bradley, E., Mackenzie, M. & Boath, E.: The experience of first-time fatherhood: a brief report, *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 2003, 22(1): 45-47
- Such, E.: Leisure and Fatherhood in Dual-Earner Families, *Leisure Studies*, 2006, 25(2): 185-199
- Bradford, K. & Hawkins, A. J.: Learning Competent Fathering: A Longitudinal Analysis of Marital Intimacy and Fathering, *Fathering*, 2006, 4(3): 215-234
- Marks, L. & Palkovitz, R.: American Fatherhood Types: The Good, the Bad and the Uninterested, *Fathering*, 2004, 2(2): 113-129
- Isshii-Kuntz, M.: Paternal Involvement and Perception Toward Fathers' Roles: A Comparison Between Japan and the United States, *Journal of Family Issues*, 1994, 15: 30-48
- Cabrera, N. J.: In Their Own Voices: How Men Become Fathers, *Human Development*, 2003, 46: 250-258
- Marsiglio, W.: *In Fatherhood: Contemporary Theory, Research and Social Policy*, California: Sage, 1995
- Marsiglio, W. & Pleck, J. H.: Fatherhood and Masculinities, in *The Handbook of studies on Men and Masculinities*, Kimmel et al., Thousand Oaks (eds.), CA: Sage, 2005

男性气质多元化与“拯救男孩”

（此文写作于 2010 年）

一、问题的提出

一个“拯救男孩”的概念流行起来，无论其始作俑者的本意为何，公众更多关注的，仍然是所谓“不像男子汉的男孩子”。这也难怪，在其提出者的书中，便大量充斥关于性别角色的刻板印象，还专有一节论述“培养男子汉”，甚至有这样逻辑混乱的论述：“男孩的天性决定了他必须与运动相伴终生。没有运动就没有男孩，更没有男子汉。没有运动的男孩一定是问题男孩。”除了逻辑不通外，此论断还显示着作者对“问题”概念的无知，以及对“男人喜欢运动”这一社会刻板性别模式的顽强固守。

作者全书的立论均是基于生理性别差异基础上的二元划分，书中写到：“在生理方面，男孩的不同首先表现在性激素方面，男孩体内含有比女孩高十多倍的雄性激素，另外一个方面就是大脑差异。在某种程度上，是雄性激素和大脑造就了男孩，使得男孩不同于女孩。”“雄性激素就像男孩的动力推进系统，它使男孩表现出更高的活力，更愿意寻求刺激，更爱冒险。”（孙云晓等，2009）这些论调体现出的是生物决定论的背景，而生物决定论早已经被学术界普遍质疑和颠覆。

作者进一步认为“分性别教学”有助于“拯救男孩”：“既然男孩与女孩在诸多方面存在差异，那么分性别教学是一个自然而然的想法。”作者还以北京一些中学体育课的男女分班为例，说初中以上的学生开始进入青春期，在体育锻炼上存在性别差异，女生侧重柔韧性的运动，如舞蹈，而男生更喜欢一些对抗性运动，如篮球等，采取男女分班教学能使男生和女生得到更有针对性的锻炼。但是，作者显然不知道，这正是塑造性别刻板模式的一种形式。我们后面会讨论，这种基于生理性别差异的“教学”早不是什么新鲜事，而且已经被社会性别研究者批评了半个多世纪。

同样，作者仍然是基于生理差别来强调男人的责任，书中写到：“男孩，意味着更大的责任。”“当危险到来时，人们自然会想到：男人在哪里？在灾难面前，男人承担更大的责任，他要首先把生的机会让给妇女和儿童。在战争之时，男人更要承担起保家卫国的责任，这是他们义不容辞的义务。”重要的是，作者进一步说：“男性承担更大的责任和义务，这是他们的生理优势所决定的，是人类长期进化的结果，是近代文明发展的必然结果。”（孙云晓等，2009）这些论述在强调一个“男性责任”标准的同时，也在强化男性的支配性角色与性别特权，并对不符合这一标准的男人进行了无情的贬损和打压，进而也贬损女性在社会中承担的责任。

所以，“拯救男孩”的概念从社会性别视角看，其理论基础是对支配性男性气质的推崇，以及对男性气质生物决定论的认同，并且构成了与性别平等追求的对立。

下面，我们便依据社会性别理论，主要是男性气质理论，对“拯救男孩”这一概念进行分析与驳斥。

二、男性气质理论与多元男性气质

正如本书前面提到的，关于男性气质，在 20 世纪 80 年代之前，流行的都是性角色理论，它的核心在于基于生理差别的对男女不同角色的强调。性角色被铸造成一个僵死的容器，男人和女人被要求依据他们的生理性别进入这个容器，而不管他们在行为或态度上多么不适合这个容器。这种理论不具有文化普遍性，因此不能够帮助我们理解男性气质与女性气质的变化，也不能帮助我们理解个人如何针对性别期望的设定来调整他们的角色。

随着男性气质研究的扩展，1982 年“支配性男性气质”（hegemonic masculinity）

概念的提出，男性气质不是单一的了；康奈尔也论述了男性气质的多样性。此时，男性气质已经是需要检验的，不同的男人建构了不同的男性气质。社会建构的机制与过程，进入了男性气质研究的视野。

笔者主张，任何男性气质的实践都是一种变化中的趋势，而不是静止的类型。男性气质存在多种趋势，包括刚性趋势、柔性趋势、刚柔相济趋势、支配趋势、从属趋势、权力均衡趋势等。（方刚，2009：258-269）

无论康奈尔对男性气质是一种实践的强调，还是笔者关于男性气质多种趋势的分析，都是基于社会决定论的视角，对生物决定论的反对。从这一理论出发，既然不存在唯一的男性气质，也就不存在需要在性别角色方面被“拯救”的男孩子和男人。不同的男性气质之间没有高低贵贱的等级划分。如果一个文化规定了支配性男性气质是正确的，其他的男性气质表现都是“不足”，需要被“拯救”，那这个文化便不是开放的文化。那些呈现了阴柔之气的男孩子，那些不够“男子汉”的男孩子，只不过是在实践着属于他们自己的男性气质而已。一个社会对人的个性的充分发展，如果采取敌视或“拯救”的态度，我们会认为这个社会才是需要“拯救”的。

三、从学校教育看性别塑造

“拯救男孩”的提出者，曾谈到对“分性别教学”的支持，而这恰恰是社会性别研究者多年来致力于批判的。

学校是社会化的重要场所，同样也是对男女两性的性别差异进行塑造的重要场域。正是他们生命史中在学校度过的时光，使男性和女性的某些性别差异被强化了。这种对性别差异的强化，被认为是有碍性别平等和性别气质的自由发展的。我们的社会中，从教材的编写、插图，到课程的设置、学业的期待，都充斥着对社会性别角色刻板模式的强调。（史静寰，2004：14-22）

“拯救男孩”者提到了体育上的性别差异。但我们要说，男女学生在体育上表现的不一，被关于性别的刻板认识，包括对支配性男性气质的推崇，进一步强化着。女生被认为更不喜欢运动，她们的体质比男生更差。但是，另外一个有意思的现象是，一些女生远远比一些男生要喜欢运动，她们的体质也比一些男生强。这本身就说明，男女在体育上的差异并非天生的，而是后天塑造的。而各级学校的体育课，就是塑造男女两性在体育上差异的一个重要工具。比如让男生踢足球、打篮球，却让女生跳绳和舞蹈；即使同样是玩篮球，也安排男生投篮，安排女生托球。美其名曰这是呼应男生的竞技精神、顺应女生的合作精神，而男生对竞技的强调，女生对合作的强调，不正是在这样的“分性别教学”中被进一步塑造了吗？

一方面男女学生在运动上被差异对待，另一方面，针对被形塑了的女生特点的体育课却非常少，体育课仍然是满足男生运动模式的需要的。这使得女生更加被边缘化。

关于体育能力的性别刻板印象，使老师对男生期待高，男生承受期待过高之苦，女生承受能力被低估之苦。教学中，老师对女生偏袒对男生期望高而训练较严格，无形中传递着：女生不如男生，女生比较柔弱的偏差性别观念与价值。（方刚，2010：239-242）

针对体育课的问题，有学者便提出，应该建立积极、正向或中性的体育运动学习环境。教师在课程设计时应该排除传递“运动是男性化学习领域”的刻板印象，包括教科书和图书的性别角色、教师的期待、教师的教学方式和教学环境的设计等，避免削弱女学生学习体育的兴趣与自信心。家长也应该改变对体育运动性别刻板印象和性别差别对待。教师应该鼓励女学生重视体育的学习。（滕德政，2005）

可见，“拯救男孩”所倡导的理念，均是与这些社会性别平等的理念背道而驰的。当倡导女女性别角色泾渭分明的对立之时，也就在进一步强化着两性的差别，通过文化建构着两

性间的距离，使得追求性别平等的人类理想更加遥不可及。

四、支配性男性气质的毒害

如前文所述，“拯救男孩”提出者主张：“男性承担更大的责任和义务，这是他们的生理优势所决定的，是人类长期进化的结果，是近代文明发展的必然结果。”貌似在谈论男人的责任，其实背后在强调男人“生理优势”决定的社会“优势”，而且想当然地贯之以“文明发展的必然结果”，使这种社会优势具有合理性、合法性、科学性。

对男性“更大责任和义务”的强调，背后仍然是对支配性男性气质是唯一的男性气质的认可，而无视男性气质的多样，以及男人的多样。支配性男性气质鼓励“责任”的另一面，是鼓励男人在两性关系中居于主导、支配的地位，而这是造成两性不平等关系的重要原因。

与此同时，支配性男性气质也伤害男人自己。本书后面《从支配性男性气质的改造到促进男性参与》一文，对此有非常详细的论述，请参考阅读，此处不再赘述。

五、以社会性别视角看“拯救男孩”

我们看到，“拯救男孩”的理念，与社会性别研究的主流是相冲突的，与我国“男女平等”的基本国策是相冲突的，与全球范围内对“男性参与”的倡导也是相冲突的。

在笔者看来，“拯救男孩”的论调与企图，至少体现着主张者对当今世界主流社会性别理念的无知，更甚之，是在对男孩子的健康成长、全面发展，对社会的性别公正的一种伤害。

所谓“拯救男孩”，所谓“像个男人”，在性别方面强调着传统的阳刚之气，试图将男性规训到“大男子汉”的模式中。当男孩或男人变得阴柔一些，妩媚一些的时候，有些人便跳出来大叫“拯救”了。需要拯救的，是这些人的社会性别意识。

人类犯的最大错误之一，便是仅以生理的差别将自己分为男人和女人。而更大的错误，是赋以男人和女人不同的社会性别角色要求。这一要求，把几十亿丰富多彩的人，都纳入了一个僵死的框框当中。对于不符合这一框框的，我们要么试图“治疗”他们，要么便试图“拯救”他们。在这一过程中，我们无视人的多样性，更无视每个人有权利选择自己生活方式，选择自己社会性别操演方式的权利。

正如男性气质研究所指出的：男性气质不是僵死的、单一的，而是变化中的、多元的。有多少个男人，就有多少种男性气质。相反，一直被主流文化鼓励的“支配性男性气质”或“大男子汉男性气质”，不仅对男人构成着伤害，也对女人构成着伤害，是社会性别不平等的根源之一。在一个以“性别平等”为基本国策的国家和社会中，我们恰恰是要反对这样单一化的男性气质。即使你不谈论学术，作为一个现代人，也应该明白每个人都应该有充分发展自我的权利和机会，而不应该被装到一个僵死的套套里。装在套套里的人，才是需要被拯救的。

与鼓吹“拯救男孩”相反，我愿意鼓吹“兼性气质”。我认为，理想的人应该兼具男性和女性的性别气质中的优点，而不应该作性别的划分。如果是美好的品格，比如刚强、温柔，又何必分男女呢？但如果这品格走向极端，变成专横或无条件的顺从，那男女都不应该要。

古希腊神话中，人本身就是男女同体的。这种人非常强大，众神之王宙斯害怕他们威胁到自己的统治，便将其从中分开为男女。我们看到，人在“男女同体”时，连神都害怕。而中国道家，一直在强调阴中有阳，阳中有阴。当代性别心理学的研究更显示，兼具男女两性气质的人，他们在职业中，以及家庭生活中，更加游刃有余，更加受欢迎，注定将成为 21 世纪更具有成功潜质的人。（方刚，2010：329-335）相反，那些“大男子汉气质”非常强的男人，内心更加脆弱，更难以协调和异性的关系，在婚姻和家庭中更具有主宰性，而较少关爱配偶和孩子，更不用说“男性参与”了。不符合支配性男性气质的男人，曾被骂作“娘娘腔”和“二尾子”，这个时代应该结束了。

认为需要“拯救男孩”的人，理论上应该是传统的大男子主义者，信奉刻板的性别标准，无法容忍他人的“离经叛道”，无法宽容人类的全面而多元的发展。他们面对今天社会上传统的社会性别刻板模式正在破碎的现状，进行反扑，也就有了所谓“拯救男孩”的说教。事实上，今天这些需要“被拯救”的男孩子的出现，恰恰是社会性别平等运动推动的结果，恰恰是多元性别理念普及的结果，恰恰是社会宽容与进步的结果。

面对变革，我们应该检讨自己，跟上时代，而不是以“正统”自居，将不符合规范者污名化，定义为“堕落”而后欲“拯救”之。

让我们为那些不符合传统社会性别规范的男孩子们鼓与呼，给他们最真诚的祝福！

参考文献：

方刚：《男公关：男性气质研究》，群众出版社 2009 年版

方刚主编：《性别心理学》，安徽教育出版社 2010 年版

[美]康奈尔：《男性气质》，柳莉、张文霞等译，北京，社会科学文献出版社 2003 年版

孙云晓等：《拯救男孩》，作家出版社 2009 年版，在线网址：
http://read.dangdang.com/book_8192

滕德政：《我们都是这样玩大的——三个运动与游戏的性别议题反省》，《性别平等教育季刊》2005 年 2 月第 30 期

史静寰主编：《走进教材与教学的性别世界》，北京：教育科学出版社 2004 年版

第 2 辑 性别暴力与男性参与

性别暴力内涵的扩展

（此文写作于 2014 年）

如果从 1979 年联合国通过《消除对妇女一切形式歧视公约》算起，人类社会对基于性别的暴力（简称性别暴力）的关注已经 30 多年了。其间，对于性别暴力的理解也在不断深入。笔者主持“白丝带反对性别暴力男性公益热线”（4000 110 391）的工作，在热线咨询工作中，深刻体会到，我们对性别暴力内涵的理解有待进一步扩展。

一、关于性别暴力的现有定义

在国际文书和媒体报道之中，经常能看到性别暴力、针对妇女的暴力，以及家庭暴力等概念。虽然这几个概念经常被交替使用，但他们的内涵和外延各有不同，不应混淆。我们先梳理一下这些已有定义。

1. “针对妇女的暴力”(Violence Against Women)与“基于性别的暴力”(Gender-based Violence)

1979年12月18日，联合国大会通过《消除对妇女一切形式歧视公约》。1981年9月3日在第二十个国家批准这项公约之后，它作为一项国际公约开始生效。《消除对妇女一切形式歧视公约》第一条为本公约的目的，“对妇女的歧视”一词指“基于性别而作的任何区别、排斥或限制，其影响或其目的均足以妨碍或否认妇女不论已婚未婚在男女平等的基础上认识、享有或行使在政治、经济、社会、文化、公民或任何其他方面的人权和基本自由”。本公约第六条也强调“缔约各国应采取一切适当措施，包括制定法律，以禁止一切形式贩卖妇女和强迫妇女卖淫对她们进行剥削的行为”。

1992年联合国“消除对妇女歧视委员会”第11届会议通过了关于《消除对妇女一切形式歧视公约》的第19号一般性建议，此建议将“基于性别的暴力”纳入到“对妇女的歧视”的范畴中，指出“基于性别的暴力是严重阻碍妇女与男子平等享受权利和自由的一种歧视形式”。建议明确了“基于性别的暴力”是指“因为女人是女人而对之施加暴力，或女人受害比例特大。它包括施加身体的、心理的或性的伤害或痛苦、威胁施加这类行动、压制和其他剥夺自由行动……”

1993年12月20日联合国大会第四十八届会议第85次全体会议通过了《消除对妇女的暴力行为宣言》，首次明确提出了“针对妇女的暴力”（Violence Against Women）的概念，界定为“对妇女造成或可能造成身心方面或性方面的伤害或痛苦的任何基于性别的暴力行为，包括威胁进行这类行为、强迫或任意剥夺自由，而不论其发生在公共生活，还是私人生活中”。

宣言还详细列举了一些“针对妇女的暴力”的形式，包括：（1）在家庭内发生的身心方面和性方面的暴力行为，包括殴打、家庭中对女童的性凌虐、因嫁妆引起的暴力行为、配偶强奸、阴蒂割除和其他有害于妇女的传统习俗、非配偶的暴力行为和与剥削有关的暴力行为；（2）在社会上发生的身心方面和性方面的暴力行为，包括强奸，性凌虐，在工作场所、教育机构和其他场所的性骚扰和恫吓，贩卖妇女和强迫卖淫；（3）国家所做或纵容发生的身心方面和性方面的暴力行为，无论其在何处发生。

1995年第四次世界妇女大会通过的《北京宣言》第8条写到：“我们重申承诺：致力于男女的平等权利和固有的人的尊严以及《联合国宪章》所揭示的其他宗旨和原则，并奉行《世界人权宣言》和其他国际人权文书、尤其是《消除对妇女一切形式歧视公约》和《儿童权利公约》以及《消除对妇女的暴力行为宣言》和《发展权宣言》”。第29条“我们决心：防止和消除对妇女和女童的一切形式歧视”。

1995年第四次世界妇女大会通过的《行动纲领》，在“战略目标与行动”中，提到了“对妇女的暴力行为”：

“对妇女的暴力行为”一语是指公共生活或私人生活中发生的基于性别原因的任何暴力行为，这种暴力行为造成或可能造成妇女受到身心或性方面的伤害或痛苦，也包括威胁采取这种行为，胁迫或任意剥夺自由。

第114条补充到：“对妇女的其他暴力行为，包括在武装冲突情况下侵犯妇女的人权，尤其是谋杀、有步骤的强奸、性奴役和强迫怀孕”。

第115条写到：“对妇女的暴力行为还包括强迫绝育和强迫堕胎、胁迫 / 强迫使用避孕药剂、溺杀女婴和产前性别选择”。

第116条同样强调：“某些妇女群体，诸如属于少数群体的妇女、土著妇女、难民妇女、移徙妇女、包括移徙女工、农村或边远地区的贫穷妇女、赤贫妇女、收容所的妇女或被拘留的妇女、女童、残疾妇女、老年妇女、流离失所妇女、遣返妇女、生活于贫穷之中的妇女以及处于武装冲突、外国占领、侵略战争、内战、恐怖主义包括劫持人质等局势中的妇女也特别容易遭受暴力行为”。

2006年，联合国经济社会理事会（ECOSOC）将基于性别的暴力定义为，基于社会定义的男性和女性的差异、违背一个人的意愿对其造成的任何伤害的行为。

从以上文献不难看出，国际社会基本是在同一个意义上使用“性别暴力”、“针对妇女暴力”这两个概念。

2. 家庭暴力(Domestic Violence)与伴侣暴力(Mate Violence)

联合国《消除对妇女暴力行为宣言》中提到的“针对妇女的暴力”的形式的第一条，便是家庭暴力：在家庭内发生的身心方面和性方面的暴力行为，包括殴打、家庭中对女童的性凌虐、因嫁妆引起的暴力行为、配偶强奸、阴蒂割除和其他有害于妇女的传统习俗、非配偶的暴力行为和与剥削有关的暴力行为。

1995年世妇会《行动纲领》第113条则认为“对妇女的家庭暴力”是指“在家庭中发生的身心性和性方面的暴力行为，包括殴打、对家中女孩的性虐待、与嫁妆有关的暴力、配偶强奸、切割女性生殖器官和对妇女有害的其他传统习俗、非配偶的暴力行为以及与剥削有关的暴力行为”。

美国各州关于家庭暴力内涵的规定大都与全美未成年人和家事法院法官联合会于1994年制定的《反家庭暴力模范法典》(以下简称《法典》)第102条的规定一致。该《法典》第102条规定：“家庭暴力是指损害或试图损害其他家庭成员之身体权益的行为；使其他家庭成员陷入对受有人身损害的恐惧之中的行为；使用武力，武力威胁或胁迫手段，违背其他家庭成员的意愿，与之发生性关系。”

在新西兰，1995年通过的《家庭暴力法案》对家庭暴力作出了较为宽泛的解释，在内容方面包括了身体、性和心理伤害，在主体方面不仅包括异性夫妻，而且包括了“伴侣”和“任何按照婚姻的本质关系共同生活的人(无论是同性还是异性，无论现在或过去能否合法地缔结婚姻关系)”。

“家庭暴力”一词是1995年第四次世界妇女大会在北京召开之际，才进入中国的。2001年修正后的《婚姻法》首次提到了“家庭暴力”。该法第3条规定：“禁止家庭暴力。禁止家庭成员间的虐待和遗弃。”2001年12月27日开始施行的最高人民法院《关于适用〈中华人民共和国婚姻法〉若干问题的解释(一)》(以下简称《〈婚姻法〉解释一》)第1条对“家庭暴力”进行了具体界定，该条规定，“家庭暴力是指行为人以殴打、捆绑、残害、强行限制人身自由或者其他手段，给其家庭成员的身体、精神等方面造成一定伤害后果的行为。持续性、经常性的家庭暴力，构成虐待。”

2008年，全国妇联、中央宣传部、最高人民检察院、公安部、民政部、司法部、卫生部印发《关于预防和制止家庭暴力的若干意见》的通知中，也沿袭了这一定义。

这一定义被学者们普遍认为定义过窄，主要体现在两点：

第一，限于身体暴力，性暴力没有被纳入，精神暴力没有被具体化，未造成伤害后果的暴力均被排除在外。(吕频，2011：12)而依据前述联合国各相关国际公约及国际共识，家庭暴力应包含个人为了控制和操纵与之存在或曾经存在人身关系的另一个人而采取的任何暴力或欺辱性的行为(不论这种行为是肉体的、性的、心理的、精神的、语言上的或经济上的等等)。

《婚姻法》以伤害后果衡量施暴方的行为是否构成家庭暴力，不利于保护受害人权益。关于心理暴力的伤害性，有学者指出：“心理暴力，是指施暴人威胁要伤害受害人或当着她的面砸东西、折磨宠物、自虐或自杀等，使受害女性在心理上产生恐惧，进而被迫顺从施暴人。”精神暴力虽然暂时没有看得见的身体伤害，但累积的精神伤害，同样会使受害人出向身体症状，即所谓“心理问题身体化”，如心血管疾病、消化系统疾病、睡眠障碍、不明原因的头痛或浑身酸痛，等等。(陈敏，2007：9-11)

第二,《婚姻法》将家庭暴力严格限定在家庭成员之间,不能涵盖所有的受害人。学者们主张借鉴相关的国际文件,扩大家庭暴力的定义。在讨论家庭暴力概念的时候,应考虑到差异和多元化的社会现实,将“家庭”的概念扩大化,既包括家庭成员,指一般传统意义上的家庭成员和现行法律中规定的家庭成员:配偶、父母(含夫妻双方的)、子女及生活在一起的其他家庭成员,包括祖父母、外祖父母、孙子女、外孙子女、兄弟姐妹、叔伯姑侄等,也包括“视为”家庭成员的,即前配偶、同居者(含婚外同居的)、具有特殊亲密关系的人如恋人(含同性恋者)。(吕频,2011:97-98)

联合国《有关家庭暴力的法律范本框架》对各国制定有关家庭暴力的立法提出了指导要求,对妇女家庭暴力立法范畴的关系包括:妻子、同居者、前妻或前同居者、女友(包括不同居一处的女友)、女性亲属(包括但不限于姐妹、女儿、母亲)和家庭女佣。

基于以上认识,中国法学会反对家庭暴力网络2003年向全国人大提交的《中华人民共和国家庭暴力防治法》专家建议稿中,这样定义家庭暴力:“发生在家庭成员之间的造成身体、精神或性或财产上损害的行为”,其中家庭成员指“配偶、父母、子女以及其他家庭成员。具有特殊亲密关系的人或曾经有过配偶、同居关系的人,视为家庭成员”。(中国法学会反对家庭暴力网络,2005:1-2)

最高人民法院中国应用法学研究所2008年制定的《涉及家庭暴力婚姻案件审理指南》第2条提出了对家庭暴力的界定,“本指南中的家庭暴力,是指发生在家庭成员之间,主要是夫妻之间,一方通过暴力或胁迫、侮辱经济控制等手段实施侵害另一方的身体性、精神等方面的人身权利,以达到控制另一方的目的的行为。同时该指南第三条规定家庭暴力包括身体暴力、性暴力、精神暴力和经济控制四种类型。身体暴力是加害人通过殴打或捆绑受害人、或限制受害人人身自由等使受害人产生恐惧的行为;性暴力是加害人强迫受害人以其感到屈辱、恐惧、抵触的方式接受性行为,或残害受害人性器官等性侵犯行为;精神暴力是加害人以侮辱、谩骂、或者不予理睬、不给治病、不肯离婚等手段对受害人进行精神折磨,使受害人产生屈辱、恐惧、无价值等作为或不作为行为;经济控制是加害人通过对夫妻共同财产和家庭收支状况的严格控制,摧毁受害人自尊心、自信心或自我价值感,以达到控制受害人的目的。”

基于对家庭暴力对象的认识,越来越多的学者使用“伴侣暴力”代替“家庭暴力”。伴侣暴力可以更准确地传达我们对于家庭暴力对象的理解。本文后面也会根据实际情况交替使用伴侣暴力和家庭暴力的不同概念。

3. 性骚扰(sexual harassment)

2001年联合国宪章特别设立的妇女地位委员会第45次会议指出,所有形式上针对妇女的暴力包括性骚扰都削弱了妇女享有的人权,并进一步揭示性骚扰与人的尊严与价值不相容,应与之斗争并予以解除。

2005年修订的《妇女权益保护法》第四十条规定:“禁止对妇女实施性骚扰。受害妇女有权向单位和有关机关投诉。”

《消除对妇女一切形式公约》第19号一般建议指出:“性骚扰是在工作场所发生的对妇女的一种歧视形式”。第19号建议进一步强调指出,性骚扰是一种不受欢迎的与性相关的行为,例如身体接触和接近、以性为借口的评论、以文字或者行为表现出来的与色情和性相关的要求。

国际劳工组织专家委员会认为性骚扰是指非本人愿意的性关系,它包括侮辱评论、开玩笑、暗示等以及对人衣着打扮、体形、年龄和家庭状况的不适当的品评等;有损人的尊严的故意讨好或家长式的伤害人的尊严的态度,不管是否伴随威胁;与性相关联的淫荡的表情或姿势;无必要的身体接触,例如触摸、爱抚、拧捏或者伤害等。

我国学者也界定了性骚扰：“不受欢迎的性要求，不受欢迎的性接触，不受欢迎的品头、非品头或身体上涉及性的行径；涉及性的行径，借此营造在性方面有敌意或具威胁性的环境。”（李慧英，2002：170）

二、扩展性别暴力内涵的必要性与可能性

虽然我们已经看到，针对家庭暴力、性暴力等性别暴力的定义已经得到了很大的充实，但是，在对性别暴力概念的使用上，仍然存在狭窄化的情况。目前中国国内对“基于性别的暴力”这一概念的使用，基本上沿袭1993年联合国通过的《消除对妇女的暴力行为宣言》中的定义，将性别暴力等同于针对妇女的暴力。

在“白丝带反对性别暴力男性公益热线”（4000 110 391）的工作中，我们接触到非常多形式的基于性别的暴力，远远超出上述定义。许多种形式的性别暴力，需要我们加以重视。

如何定义性别暴力，对于预防和制止性别暴力的工作非常重要。如果我们的性别暴力定义以偏概全，或者遗漏了一些形式，那些被遗漏的性别暴力形式便无法得到充分的重视，难以得到有力的干预，也会在一定程度上助长此形式暴力的蔓延。

毕竟，许多进行预防和制止性别暴力工作的专业人士，是依据针对性别暴力的定义来进行相关工作的，比如警察、司法系统依据性别暴力的定义提供干预，社会工作者、心理辅导系统同样根据这一定义来提供社会服务，政策制定系统根据定义来制定相关政策，传媒系统通过定义来进行宣传倡导，等等。

所以，在笔者看来，如果对性别暴力的定义不充分，就会纵容暴力；而只有尽可能囊括所有形式的性别暴力，才会真正对受害人起到保护，对实暴者起到警戒和惩罚的作用。当然，这也并不意味着，我们将无限度地扩大“性别暴力”的内涵。

在笔者看来，只要是基于性别不平等、性别歧视、社会性别刻板印象的暴力，均可以归入性别暴力。也就是说，性别暴力的概念，应该包括所有基于性别政治和性政治权力关系下的暴力。

事实上，“基于性别的暴力”这名词本身便包括了更广泛的一切与性别权利相关的领域的暴力。我们今天只不过是希望努力还原这个词本应该具有的内涵，这需要有更强的社会性别敏感，以及对暴力与社会性别机制关系的更深入认识。

国际社会对于随着历史的发展而充实性别暴力的定义是持接纳态度的。2006年，联合国第61届会议的秘书长报告《关于侵害妇女的一切形式的暴力行为的深入研究》中便说道：在社会急速变化的时代，“需要对心理、情感虐待和暴力表现出的不同形式、社会和文化规范对妇女的暴力以及随着技术的使用（如计算机和移动电话）不断演变和新出现的暴力进行命名。”新技术的发展，一定会带来新的性别暴力形式，如色情短信、色情图片，等等。但这种定义的新命名，应该不止于此。

将性别暴力超出针对妇女暴力进行定义，完全不代表笔者想否定制止针对妇女暴力的重要性，我只是希望，同时也关注其他形式的性别暴力，从而使制止性别暴力运动能够得到深入的、全面的开展。事实上，“家庭暴力”如今更多被“伴侣暴力”这一词汇所取代，便是对最初的家庭暴力内涵的新扩展。

性别暴力定义的完善，目前正值其时。这是因为：

第一，国际社会对于针对妇女的暴力已经有了充分的警惕与认识。妇女无疑是性别暴力最深刻的受害者，如果在针对妇女的暴力尚没有形成共识的情况下，讨论其他性别暴力的形式，有可能会转移焦点，甚至影响对针对妇女暴力的干预。但如今，我们对暴力多样性的认识更加深入，便更有可能促进制止针对妇女暴力的工作。

第二，国际社会对于性别多样性的认识更加深入了。这体现着对于社会性别实践的操演，以及性别身份选择等所有相关方面。进步的学术界与公共社会对于男性气质、女性气质的多

样性有了更多共识，对于男性、女性之外的跨性别的平等存在有了更大的接纳。

第三，国际社会针对不同暴力形式的伤害有了更清楚的理解。除肢体暴力外，特别是对精神暴力的讨论非常深入了。

三、性别暴力受暴人与加害人内涵的扩展

还原“性别暴力”本应该具有的内涵，可以从如下几个角度着手：

1. 家庭暴力受暴人与加害人内涵的扩展

在中国，2001年4月，“禁止家庭暴力”条款明确写入了修正后的《婚姻法》，2005年8月，修订后的《妇女权益保障法》以国家基本法的形式规定“禁止对妇女实施家庭暴力”。这里将女性视为伴侣暴力的唯一受害者。

伴侣暴力的受暴人多是女性，但大量调查也显示，约有10%的男人成为受暴人。考虑到男性更不愿意承认自己受到配偶的暴力对待，也更不愿意求助，所以这一数字可能被隐藏了。（方刚，2011）但即使只有10%，这也是不应该被忽视的侵权。但是，家庭暴力的研究与行动中，几乎完全看不到针对受暴男人的研究，这是严重不足的。

伴侣暴力的体现形式有肢体暴力、言语及精神暴力、性暴力、经济控制。这四种形式均可能是女性针对男性的。白丝带热线咨询中不乏这样的实例。

通常认为，女性对男性的暴力少，有观念上的原因，因为大多数女性无法接受打丈夫的念头，社会文化也不接受女性打男人，其次就是生理上的，女性比男人弱。但在白丝带热线的咨询中，许多女人坦承，自己会使用推搡、抓挠、打耳光等方式对男性伴侣进行虐待，甚至有每星期打断一个塑料洗衣板的案例。有人认为，女性对伴侣施暴通常是自卫的表现，事实并非如此。白丝带热线的咨询中，许多来电女性承认，她们是暴力的发起者，男性伴侣只是忍让、逃避。

在精神暴力方面，白丝带热线同样有女性侮辱、谩骂丈夫，不让他睡觉等施虐方式。女性的“唠叨”是否会造成男性的极度恐惧或严重伤害？这在反对性别暴力的领域是有争议的。这种伤害往往被看轻，认为远不如男性加害人带给女性受暴人的恐惧与伤害，或者说，女性的“唠叨”本身是因为男性先对女性漠视才出现的。通常情况下可能是这样的，但是，不足以成为我们忽视此一种形式的伴侣暴力的借口。我们更不应该以后果是否严重来定义是否是暴力，而应该以是否侵犯人权来定义。

伴侣暴力中的性暴力，通常指“丈夫对妻子强行施加的性行为、性行为企图、非意愿的性评论、性要求和性交易以及其他直接针对他人性特征的强迫行为（如心理恐吓、身体暴力或人身威胁行为）”。（孙秀艳，2012：71）不难发现，同样的情况妻子也可以对丈夫实施。白丝带热线的来电中，便有女性对丈夫的性能力进行羞辱性评价，从而构成精神暴力。

此外，白丝带热线的一些男性来电者抱怨说，他们的伴侣只给他们非常少的零用钱。这不仅是对他们经济开支行为的控制，更威胁了他们的自尊，考虑到社会对男性经济支配能力的要求，来自伴侣的经济控制使他们在公共空间时常处于窘迫状态，威胁着他们的支配性男性气质。如何评价这种男性气质是一回事，经济控制对男性心理的负面影响是显而易见的。

家庭暴力中的姻亲冲突中，不能回避婆婆与儿媳之间的暴力关系，这可能是直接实施的，也可能是婆婆通过儿子对媳妇施暴。中国文化中的“孝”，使得一些丈夫在姻亲冲突中对妻子施暴。此时，受暴人虽然是女性，但加害人包括女性（婆婆）。婆媳冲突具有鲜明的中国文化色彩，而婆婆对媳妇的指责，通常与女性在私人领域的性别角色相关，所以，我们也视之为性别暴力。

此外，白丝带热线接到许多同性恋伴侣的来电，讨论他们之间的暴力问题。同志伴侣暴力，也应该属于家庭暴力关注的范畴。

2. 性暴力受暴人与加害人内涵的扩展

根据世界卫生组织出版的《世界暴力与卫生报告》一书的定义，性暴力是指“在任何地点发生的由任何人强行施加的性行为、性行为企图、非意愿的性评论、性要求和性交易以及其他直接针对他人性特征的强迫行为（如心理恐吓、身体暴力或人身威胁），而不论该行为人与受暴人的关系如何，发生地点包括但不局限于家庭和工作场所。”（转引自孙秀艳，2012：71）

请注意：这个定义中并没有专指男性对女性进行的性侵犯，也并没有说女性是性侵犯的唯一受害者。

（1）性骚扰与性侵犯

2005年《妇女权益保障法》（修正案）中第一次明确规定“禁止对妇女实施性骚扰”。这在当时曾引起争论，因为男性也可能是性骚扰的受暴人。

暴力的本质是权力关系，所以拥有权力的人对没有权力的人实施暴力。当女性拥有这样的权力时，也可以实施暴力。笔者此前曾发表关于女上司对男下属进行性骚扰的研究报告。（方刚，2012：200-209）虽然女性对男性的施暴在数量上比较少，但不等于不存在。我们定义和研究性别暴力的时候，必须有全面的视角。

事实是，性骚扰包括异性间的，也包括同性间的。其中异性间的性骚扰，不仅是男人针对女人的骚扰，也同样有女人对男人的骚扰，还有男人或女人对跨性别者、生理间性人的性骚扰。而同性间的性骚扰，既存在于男人之间，也存在于女人之间，甚至可能存在于跨性别者、生理间性人内部。这些性骚扰行为，都是基于不平等的权利关系的，本质上都是性别歧视的。

近年有媒体曝光，原配妻子对丈夫的情人施暴。包括一位妻子纠结四名女性友人，当街将“小三”的衣服扒光被泼粪。（PN016，2013）这种当众扒衣的行为，明显属于女性针对女性的性侵害。虽然可能有人说，是那位没有在场的丈夫先婚姻出轨在先，妻子施暴在后，但这仍然无法改变妻子行为的性质。而类似的开脱之辞本身，是需要警惕的。

（2）强奸

《中华人民共和国刑法》第236条明确将强奸界定为“以暴力胁迫或者其他手段强奸妇女”的行为。从共犯的视角看，丈夫之外的男子和妇女也可以成为婚内强奸的教唆犯或帮助犯。甚至，可以成为强奸的主体。帮助丈夫强奸其他女性的妻子，就是强奸的共犯。

虽然提到共同犯罪的情况，但以上刑法条文中，女性加害人，特别是男性受暴人的情况仍然没有得到全面的涉及。事实是，女性也可以成为强奸的唯一实施者，无论强奸男性，还是强奸女性。强奸的定义中，应该加入男对男、女对女、女对男这些不同形式的强奸。对这些强奸形式的忽视背后，是对“阴茎插入阴道”这一性交形式的“唯一正统地位”的维护。

有学者认为，强奸必须是“一般意义上的性行为，即男女生殖器官之间的相互作用，丈夫强制妻子肛交、口交或者其他方式的性交合，不构成婚内强奸意义上的强制性行为，而应当以强制猥亵罪或侮辱妇女罪论处。”（冀祥德，2012：59）这些论点，更是对“性”这一概念的理解缺乏现代视角。性不只是阴茎插入阴道的活塞运动，而是一个全面的，涉及生理、心理、文化的过程，从这个角度看，强奸显然不应该仅限于阴茎与阴道的关系。

中国刑法关于强奸的定义只是针对男人强迫女人发生性关系，这显然是具有父权思想的。男人强奸男人，也被中国刑法关注到了。但是，女人强奸女人，被彻底地忽视，而这在现实中是存在的。在对性别暴力内涵进行扩展时，笔者希望强调：强奸不仅是男人对女人的强奸，还包括女人对男人的强奸，同性别间的强奸，对跨性别者及生理间性人的强奸。而且，这些

都是基于不平等的权利关系的、针对性别的暴力。

3. 其他暴力形式受暴人内涵的扩展

(1) 美貌暴力。这原本指针对不符合主流审美标准的女性的歧视性暴力。以往在谈论美貌暴力时，均强调针对女性的美貌暴力、苗条暴力，但事实是，对不符合传统“男性美”的男性的歧视同样存在。他们可能不被指责为“不够美丽”，但可能因为“不够高大”或“太丑”而受到歧视。

(2) 拐卖儿童。拐卖妇女儿童一直被认为是性别暴力的内涵之一，事实是，针对男孩子的拐卖更为常见，而这同样是针对性别的，因为男性更被“看重”，更“值钱”。针对女人和女童的歧视，在拐卖男婴和男童时反而成为对男孩子性别暴力的根源。

需要再度强调的是，针对妇女的暴力是性别暴力中最主要的问题，它一方面反映出权力控制和不平等的状况，另一方面由此产生的各种健康、社会和经济方面的后果也严重限制了妇女的平等参与。性别暴力的根源在于不平等的社会性别关系，性别暴力与传统的性别角色规范和性别权力关系密切相关。妇女、女童、男人和男孩都有可能成为性别暴力的受暴者，但性别暴力的受暴者无疑大多数为妇女和女童，这是由于社会中不平等的权力分配导致的。

笔者对于性别暴力加害人与受暴人内涵的扩展，无意否定上述事实，只是想强调：作为研究者，我们也不应该忽视还存在其他形式的性别暴力。在我们思考性别暴力议题的时候，不能单纯以生理性别为思考标准，而应该以社会性别作为定义性别暴力的标准，这才是真正的对“生理人”的解构。

四、针对性与性别多样性的性别暴力

我们不应该再停留于男人和女人的二元性别划分方式上来思考性别暴力，而应该充分考虑进其他性别的存在。忽视其他性别的存在，本身便是一种性别暴力。事实上，其他性别所受暴力更被视为理所当然、名正言顺。

1. 针对性别气质的性别暴力

这是针对不够阳刚的男性，以及不够温柔的女性的暴力。前者被称为“娘娘腔”、“二尾子”，后者被称为“男人婆”、“假男人”。不同于主流的二元划分的，颠覆社会性别刻板印象的性别气质的操演，因为破坏了“规则”，而成为施暴的对象。当有学者认为男孩子不够阳刚了，因而提出“拯救男孩”的时候，当全社会倡导女孩子要做“淑女”的时候，不正是一种公共空间中蔓延的性别暴力吗？这种暴力同样制约着正忠实地执行性别二元划分规范的性别操演者，如果你敢越雷池一步，就可能成为下一个被暴力对待的对象。于是，主流社会的人按巴特勒的“表演理论”，拼命地表演成一个男人或女人，同时更突显了性别气质多元实践者的“变态”。

谁在对性别气质的“出轨者”施暴？背后是文化，具体的实施者可能是男人，也可能是女人，甚至是国家体制。无论哪种性别的人，都可能成为歧视、打击本性别或另一性别中不符合主流社会性别规范者的力量。“娘娘腔”的男人与“男人婆”的女人，会成为不同男人和女人共同歧视的对象。要求男人“像个男人”的，不只是男人，更可能是女人。在女性内化了传统性别观念时，会因为男性“没本事”、“窝囊”而对他实施精神或肢体暴力，无论在家中，还是在公共空间。此外，鼓吹性别气质二元划分的同时，也是对不符合这一性别气质的人的暴力，当教育系统强行推行这一性别刻板模式的时候，便是一种国家暴力。

2. 针对性倾向的性别暴力

针对同性恋者的各种暴力，一直存在于我们的文化和社会中，无疑属于性别暴力的一种。

男同性恋者被认为不够符合阳刚之气，恐同与反同势力一直强调男同性恋者的“女性气质”，虽然事实上女性气质并不是所有男同性恋者的共性，而且女性气质并非“坏”的。恐同者认为，男同性恋者不再“干女人”，而是“互干”，这是无法忍受的，说到底，男同性恋的存在是对传统的支配性阳刚男性气质的一种挑战，是对致力于捍卫这种男性气质的男人的示威。

而女同性恋，则因为女性不再是男性的性对象，不再附属于男性，从而为男性暴权所无法容忍，所以不难理解会有通过强奸来“治疗”女同性恋的论调和行动；另一方面，女同性恋的存在也让一些异性恋的、尊重男性霸权地位的女性觉得自己是被公然挑战的。

针对同性恋者的肢体暴力、精神暴力、性暴力，从来都不缺少。这些表面是对性倾向的歧视与偏见，实则是基于性别的暴力。

3. 针对性别选择的性别暴力

针对性别选择的暴力，主要指针对跨性别及生理间性人的暴力。跨性别(transgender)，指传统定义的男人与女人之外的性别。跨性别者包括：变性欲者，变性人，易装者，跨性别表演者，跨性别性工作者，只做了隆胸手术的生理男人，基于性别选择目的做了乳房切割的生理女人，以及其他所有认为自己不属于传统观念关于男人和女人定义的人。跨性别这一词汇的提出，标志着人类对于性别二元划分模式的挑战，是人类对自身的更加深入、真实的认知与探索，这也要求我们对性别暴力进行新的探索。生理间性人(intersex，又译双性人)一度被归入跨性别，但随着生理间性人解放运动的开展，他们越来越无法接受自己被归类于“他者”，而视自己为独立的一种性别。

逾越了传统性别分类与实践规范的人广泛而真实地存在于我们的社会中，只不过，在男女二元划分的刻板模式下，他们被认为是需要治疗及改变的病人甚至罪人，他们作为一种性别性的存在不被承认，其平等权益被剥夺。生理间性人，曾被理所当然地在其出生之后便被医学“解决”，从而成为被“屠杀”的一个人种，不承认他们有存在于世界上的权利。

针对妇女的性别暴力定义指出，暴力可能是发生在私领域，也可能是发生在公领域，甚至可能是国家默许的，无论发生在何种领域。针对跨性别者的暴力，同样可以非常好地解释国家默许。

对跨性别与生理间性人的歧视与暴力随处可见：媒体充斥着对跨性别者与生理间性人偏颇、好奇的报道；公共卫生间只分男女，令跨性别者难以选择；《中国精神病分类与诊断标准》以“易性癖”、“易装癖”、“变性癖”等对跨性别进行疾病化、病理化的定义；心理咨询师及精神卫生工作者将跨性别者的性和性别取向作为精神或心理疾患进行“治疗”；社会对跨性别者的污名化可能对他们的身心健康造成伤害；国家规定的变性手术的限制，影响了他们性别的自主选择；医疗保险未能将变性手术视为“医学需求”，使其无法享受医疗保险福利；医生或父母在未经过本人同意的情况下，对生理间性人进行无法逆转的旨在改变其性别的干预；跨性别者求学、劳动就业的平等权利经常受到侵犯；……

2011年6月17日在日内瓦，联合国人权理事会的各会员国在第17届会议中投票通过了关于性倾向和性别身份的人权决议，这在联合国大会或人权理事会历史上还是第一次。决议“对于在世界所有地区，针对性取向和性别认同的暴力与歧视行为，表达严重关切。”并强调：在世界所有地区，国际人权法适用于“基于性取向与性别认同的暴力和侵犯人权的行爲”。

基于性别认同的暴力，当然属于“基于性别的暴力”，属于性别暴力研究者与行动者干预的目标。

五、小结

综上所述，笔者认为：制止针对妇女暴力，需要男性参与。在这个过程中，我们不能将男性视为铁板一块的施暴者。男性内部也存在差异性，也可能成为暴力的受暴人，忽视这一点，忽视男性的权益，会阻碍推进男性参与。

此外，在同性恋运动、跨性别及其他性别多元运动积极开展的今天，反对性别暴力不能忽视针对性倾向、性别气质与性别多元的暴力。反对性别暴力需要实现最广大的同盟，这就首先需要我们对所有受性别暴力对待的人的权益予以关注；这不仅将提升对长期以来被忽视的非针对妇女的性别暴力的重视，还将使反对性别暴力的目标真正得以实现。

参考文献

- 陈敏：《呐喊：中国女性反家庭暴力报告》，北京：人民出版社 2007 年版
- 方刚：《反家暴立法应有男性气质视角》，《妇女研究论丛》2011 年第 6 期
- 方刚：《被性骚扰的男人：立法的研究》，转方刚《多元的性/别》，济南：山东人民出版社 2012 年版
- 冀祥德：《婚内强奸的概念界定及构成特征》，转自于肖扬主编《中国反对针对妇女暴力的研究与行动》，北京：社会科学文献出版社 2012 年版
- 吕频：《中国反家庭暴力行动报告》，北京：中国社会科学出版社 2011 年版
- 李慧英：《社会性别与公共政策》，北京：当代中国出版社 2002 年版
- 孙秀艳：《论丈夫对妻子的性暴力》，转自于肖扬主编《中国反对针对妇女暴力的研究与行动》，北京：社会科学文献出版社 2012 年版
- 中国法学会反对家庭暴力网络：《中华人民共和国家庭暴力防治法》（专家建议稿），转自于陈明侠、夏吟兰等主编《家庭暴力防治法基础性建构研究》，北京：中国社会科学出版社 2005 年版
- PN016：《兰州：疑似小三被 5 名妇女当街扒光衣服泼粪(组图)》，2013 年 03 月 28 日 (http://news.ifeng.com/society/2/detail_2013_03/28/23603145_0.shtml)

校园性别暴力：新的定义与新的研究视角

（此文写作于 2015 年）

过去 20 多年间，性别暴力日益受到全世界的关注，但是，校园性别暴力却是一个长期被忽视的现象，2013 年联合国教科文组织发布了《校园相关的基于性别的暴力》（UNESCO, 2013），从而将“校园性别暴力”这个词正式推到公众面前。

一、性别暴力与校园性别暴力的定义

1. 性别暴力

性别暴力的定义本身有一个发展的过程。1979 年 12 月 18 日，联合国大会通过《消除对妇女一切形式歧视公约》，首次出现“对妇女的歧视”一词，指“基于性别而作的任何区别、排斥或限制，其影响或其目的均足以妨碍或否认妇女不论已婚未婚在男女平等的基础上认识、享有或行使在政治、经济、社会、文化、公民或任何其他方面的人权和基本自由”。

1992年联合国“消除对妇女歧视委员会”通过了关于《消除对妇女一切形式歧视公约》的第19号一般性建议，此建议将“基于性别的暴力”纳入到“对妇女的歧视”的范畴中，明确了“基于性别的暴力”是指“因为女人是女人而对之施加暴力，或女人受害比例特大。它包括施加身体的、心理的或性的伤害或痛苦、威胁施加这类行动、压制和其他剥夺自由行动……”建议还指出：“性骚扰是在工作场所发生的对妇女的一种歧视形式”。

1993年12月20日联合国大会第四十八届会议第85次全体会议通过了《消除对妇女的暴力行为宣言》，首次明确提出了“针对妇女的暴力”(Violence against Women)的概念：“对妇女造成或可能造成身心方面或性方面的伤害或痛苦的任何基于性别的暴力行为，包括威胁进行这类行为、强迫或任意剥夺自由，而不论其发生在公共生活，还是私人生活中”。宣言还详细列举了一些“针对妇女的暴力”的形式，包括：

- (1) 在家庭内发生的身心方面和性方面的暴力行为；
- (2) 在社会上发生的身心方面和性方面的暴力行为，包括强奸，性凌虐，在工作场所、教育机构和其他场所的性骚扰和恫吓，贩卖妇女和强迫卖淫；
- (3) 国家所做或纵容发生的身心方面和性方面的暴力行为，无论其在何处发生。

不难看出，国际社会基本是在同一个意义上使用“性别暴力”、“针对妇女暴力”这两个概念。在笔者看来，性别暴力的概念也需要加以扩展，反对性别暴力应该同时关注家庭暴力、性暴力中的男性受暴者，以及同志伴侣暴力的受暴者；性倾向暴力(针对同性恋者)、性别气质暴力(针对不够阳刚的男人和不够温柔的女人)、美貌暴力(要求女性美丽的性别文化)、性别选择暴力(针对跨性别与生理间性人)的暴力，也均应属于“基于性别的暴力”。

2. 校园性别暴力

校园性别暴力是性别暴力的表现形式之一。发生在校园空间内的性别暴力，无疑属于性别暴力，但笔者认为，我们不应该简单地以物理空间的概念定义校园性别暴力。发生在校园周边的，甚至虽然远离校园，只要与校园中角色关系和生活有关的暴力，均可以视为校园暴力。比如，社会闲散人员在校园门外骚扰或抢劫女生的行为，或一位男生向女同学求爱不同，便到她家中施暴，都应归为校园暴力。

校园暴力呈现为多种多样的行为，包括而不仅限于(UNICEF, 2006:3)：欺凌，包括言语和肢体上的骚扰；性骚扰，也称为挑逗或者性暗示；以获取优异成绩或者支付学费作为交换而发生的性行为；非自愿性接触或者性侵犯；教师对学生的诱奸和骚扰；以及在校园环境中对男性主导地位与侵害的容忍或鼓励。在我国，以往对于校园性别暴力的研究主要集中在性暴力上，即校园性侵害或性骚扰。

在笔者看来，教学中的性别歧视与偏见同样属于性别暴力，而且是一种被忽视的，名正言顺施行的暴力。

从校园性别暴力施暴者与受暴者的身份角度，笔者将校园性别暴力分为如下几种情况：

- (1) 师生之间的性别暴力，包括教师对学生施暴，也包括学生对教师施暴，后者长期被忽视。
- (2) 普通学生之间，包括同一性别的学生之间施暴，也包括对不同性别同学的施暴，其中既有男对女，也有女对男。特别不能忽视的是，针对跨性别学生的暴力。
- (3) 学生情侣之间；
- (4) 校外人员进入校园，对学生或教师施暴。

在笔者这样的定义下，校园性别暴力的内涵已经被充实了，不再是研究最多的性侵害了。

二、校园性别暴力的新关注点

我国对于校园性暴力的关注点仍旧是主流社会的男性对于女学生的侵犯与骚扰，依旧假

设只有学生、女性才会遭受“性”的伤害，这不得不令人惋惜。在日益多元和人权越来越得到重视的社会背景下，必须看到多元性别下性暴力的存在，必须关注被边缘化的群体遭受的校园性暴力伤害。例如男学生对女教师，同性学生或者教师之间性暴力等等。只有这样，才能推动整个校园性暴力乃至校园性别暴力的发展。

按着笔者对性别暴力概念的扩展，我们同样应该对校园性别暴力的定义更宽广一些。在校园中，也存在学生（通常为男性）对教师（通常年轻以及为女性）实施的性骚扰，还有女性教师对男性学生施加的暴力。

联合国教科文组织发布的校园暴力文件中，也提到了一些研究的空缺，比如（UNESCO, 2013:9）：

- i. 关于非异性暴力形式的研究：几乎还没有任何关于校园相关的基于性别的暴力（SRGBV）的研究超出异性暴力形式，目前研究所涉及的暴力绝大多数都是男性教师或学生对女性学生实施的；
- ii. 学生对教师的暴力：教师，尤其是年轻的女性教师，也会遭受来自其他职员或者年长学生（通常为男性）的性暴力，这样的事实被大大忽略了；
- iii. 校园相关的基于性别的暴力（SRGBV）与其他暴力形式之间的关系。对此，我们还将后面的“影响因素”中进行分析。
- iv. 校园相关的基于性别的暴力（SRGBV）和欺凌的区分：对待欺凌问题缺乏性别视角，以及倾向于将其作为一种区别于基于性别的暴力（GBV）的现象，这样的做法既无有助于对问题规模的了解也不能最好地解决问题；
- v. 对教师看法的了解：针对教师对基于性别的暴力（GBV）的看法以及他们在学校环境中如何处理这些事情，几乎没有任何研究。关于教师在日常目睹或往往参与其中的发生在体制内的暴力时，采取的是什么样的态度和行为，以及是什么因素在影响着这些态度和行为，我们尚需要进行了解；
- vi. 教育、可及性和成就：虽然我们认识到校园相关的基于性别的暴力阻碍了教育机会、参与过程以及教育质量和平等结果的实现，但尚不知道暴力具体是如何影响学生的在校率和学业成就的。
- vii. 校园相关的基于性别的暴力（SRGBV）和其他社会领域的关系有待进一步认识。

在所有以往被忽视的校园性别暴力中，恐同欺凌、恐跨欺凌近来受到较多的关注。

恐同（性恋）欺凌是指基于对同性间的性欲望以及性行为存在的非理性的恐惧而产生的暴力，而恐跨（性别）欺凌是指对那些性别认同和/或性别行为与其生理性别或社会的性别角色不符的人产生的非理性的恐惧下的暴力。它们有的是欺凌者有意识的行为，有的是欺凌者无意识的行为；它们一直存在，只不过长期被忽视，甚至被普遍接受。在同性恋与跨性别追求平等权益的过程中，恐同恐跨的校园欺凌才受到重视。（勉丽萍，2012）

联合国教科文组织（UNESCO）在其全民教育（education for all）的框架下，加强了其在消除性倾向和性别身份的校园欺凌方面的努力。UNESCO 于 2011 年 12 月 6-9 日 在巴西里约热内卢组织了全球首次关于校园欺凌的国际咨询会。中国的一名青年代表参加了此次会议。会上来自 25 个国家的参会代表一致通过了《关于恐同欺凌和全民教育的里约宣言》，呼吁各国政府采取措施，应对教育系统内基于性倾向和性别身份的校园欺凌现象。会议结束后，UNESCO 发布了一份基于性倾向和性别身份校园霸凌的全球回顾报告，并即将在此基础上出版一个关于教育部门应对恐同和欺凌的政策与实践指南。

除针对性倾向的暴力外，性别气质暴力也开始受到重视。性别气质暴力，即针对所谓男生不具备支配性的男性气质、女生过于阳刚不温柔的指责。一度流行的“拯救男孩”论，便是这种性别气质暴力的典型体现。

校园暴力的施加方式，除了以往常见的肢体暴力、精神暴力及语言暴力外，互联网暴力

是新的特点，指的是施暴者通过网络，以文字或多媒体手段对他人进行长期的攻击。学生们对互联网的使用率非常高。网络文化与暴力结合成紧密的关系。互联网社区中将女性的容貌、身体以及性的特征无限放大，也是一种将女性物化、商品化、工具化的性别暴力。语言暴力在互联网上传播速度很快，如网友攻击芙蓉姐姐，便是一种基于性别的网络语言暴力。

三、校园性别暴力的危害

校园性别暴力对安全的校园环境产生威胁，并侵犯了学生普遍接受教育的权利。

校园暴力中的大多数施暴者和受暴者生活在同一个空间，因此暴力更容易实施和持续，所以校园性别暴力有持续时间长、次数多的特点；校园性别暴力的绝大多数受暴者又都是成长中的青少年，处理心理、生理发育阶段，受暴对他们的伤害更大。受到暴力对待，甚至受到暴力威胁，都会对受暴者造成了负面影响，这主要体现在如下几个方面：

第一，学业。校园暴力可能会影响到受暴者对自己学生身份的认知；校园性别暴力可能使受暴者失去学习兴趣，学习成绩随之退步；一些受暴者无心学习、注意力减弱、缺勤、逃课和逃学；校园性别暴力所导致的辍学，使得受暴者社会技能的发展受到阻碍，特别是最易受暴力影响的女孩，她们未来获得较高收入的能力遭到破坏，更不用说其他与教育有关的发展机会了。（Leach, Fiona, 2013:20-23）

第二，心理健康。受暴的经历可能会毁坏一个人的自尊心，受暴者可能会产生自卑、抑郁、焦虑感，出现失眠、饮食失调、罪恶感、酗酒、自残，甚至自杀的现象；容易愤怒，并有报复心理；或长时间处在恐惧状态；一些人因情绪压抑和陌生人发生性行为，这可能影响到他们的性健康。

第三，生理健康。肢体暴力直接伤害到受暴者的生理健康，一些受暴者身上会留有不同程度的轻重伤；精神暴力对心理产生的负面影响同样可能转化为生理的创伤；强迫性行为还可能造成包括感染性传播疾病和非意愿妊娠、高危的青少年怀孕和分娩，以及不安全堕胎等生理健康问题。

第四，人际关系。受暴者可能出现多种不良表现，与同学间的关系变得不和谐；因为自卑而自我封闭，较少参与学校活动；学校内的暴力环境会导致学生继续实施或遭受暴力。

第五，价值观。性别暴力会影响受暴者对于公平、正义的看法，甚至会彻底改变他们的价值观；他们中一些人会学习暴力，以暴易暴；性别暴力在学校内被容忍和宽恕时，就会对性别平等产生更广泛的社会影响，会超越学校而在社会中导致更广泛的不平等和基于性别的暴力。

总之，校园性别暴力，不仅是对实现受教育权的障碍，也是对受暴者基本人权的侵犯，更甚之，是对整个社会正义的破坏，它的存在可能会产生非常坏的持续影响。

四、校园性别暴力的土壤

校园性别暴力是性别暴力的一种表现形式，其存在的根本原因也与性别暴力存在的原因一样，即整个社会中不平等的性别权力关系。男性对女性、异性恋对同性恋、符合性别规范的人对于违背性别规范的人……便是这种不平等权利关系的体现，前者总是比后者更具有权力。这种权力被整个社会的父权体制所维护。校园中传统的权力关系，教师对学生、男性对女性、男女对跨性别、上级对下属、高年级对低年级、异性恋对同性恋……都是父权体制的具体体现。

家庭、学校和社区都认可社会结构与制度中的性别规范和权力关系。学校承担着引导学生“社会化”的角色，可能会通过对现状的默许或明确认同，在无形中加剧这种有害的社会性别规范及权力关系并使其合法化。作为社区中受人尊重的教育机构，学校在无形中会制造一种使基于性别的暴力得以泛滥的有利环境。（UNESCO, 2013:7）

我们可以围绕“校园”这一特定的情境对性别暴力的滋生做更具体的分析：

第一，学生之间不仅一起工作，还一起生活，它具有一般职场或住居社区所没有的紧密性，特别是大学校园更是一个小社会。这种接触的频繁、紧密，人际关系的多元，使得各种类型的性别暴力的发生比单纯职场或单纯社区都更可能集中。

第二，校园强调其教育、科研与学习的功能，校园性别暴力通常会被视为简单的人际关系处理；即使是高校也倾向于把学生当“孩子”，认为学生间不存在性别暴力，即使发现也倾向于基于“稳定”、“名声”而淡化处理。

第三，教育权威地位与光环。受我国传统文化中“师道尊严”的等级观念影响，教师的权威带来学生的绝对服从，虽然现在平等的氛围在校园中越来越浓厚，但“老师永远正确、教师意思不可逆”的传统的思维定式仍然或多或少地在起作用。

第四，教育制度的设计与安排强化了权力关系。特别是在大学中，学生的成绩、评奖、入党、保研等均控制在教师手中，这些权力加强了学生的从属地位。教师拥有权力，使得一些暴力的实施有条件，学生不敢提出反抗，隐秘性强。

第五，防范系统缺失。由于缺乏防止有害的性别规范和行为的机制，使得与校园相关的基于性别的暴力持续发生。识别和报告校园性别暴力的系统不足和欠发达。即使当学生意识到自己的权利并知道报告系统存在于何处，暴力的受害者也可能因为缺乏安全感或得不到保护而不去主动报告自己遭受暴力的经历。针对受害者的社会服务，医疗和其他系统很少，且往往不好。

五、校园性别暴力的处置

首先必须明确校园性别暴力的概念，不至于因为概念不清、概念过窄而使许多暴力畅行无阻。在其基础上，笔者从下面三点提一些构想。

1. 预防

积极防范是重要的制止暴力的工作，要在暴力发生之前建立预防暴力的机制。

国家应该从政策角度明确禁止校园性别暴力；对教师和学生的行为准则都进行修订和实施，特别包括关于性别暴力方面的规定和约束。同时就校园性别暴力进行研究、监测、报告，为政策提供有力支持。

学校应该加强性别平等教育，教学内容（包括课程、教材、教学方法和课堂实践）具有性别意识，通过增加教师和学生关于自身权利的认识，从而减少了暴力水平；特别重要的是，去挑战那些固有的错误的社会性别规范，从而建立新的法则，同时明确地通过其他的非暴力实践来促进宽容和平等。它不仅是针对学生的教育，同时也应该是针对教师的教育。

大众媒体宣传和倡导预防性别暴力，对校园性别暴力现象给予长期关注。

2. 制止与惩处

国家制止和惩处校园性别暴力的法规应该得到有效执行，在受暴者进行求助时，暴力行为可以得到立即制止，施暴者受到惩罚。只有确保施暴者受到法律的裁决，才能有效制止性别暴力。

一个学校应该形成这样的氛围：当有人受到性别暴力时，她或他会很自然地想到向校方求助，并且能够顺利地找到学校事先专门安排的机构或教师。台湾校园普遍设有性别平等教育委员会，并有“性骚扰申诉与处理委员会”，这些机构针对校园性别暴力应该做出及时的专业反应。

3. 支持

对于受暴者，校方应该提供专业的支持服务，包括足够的、免费的心理健康咨询，以及

帮助受害者重新建立与同学或周围人关系的支持。校方同样有责任履行保密职责。为此，需要教职员工得到处置性别暴力的良好训练，提升处理校园性别暴力的技能和知识。

学生的同伴支持同样非常重要，应该有专门的学生社团或小组关注校园性别暴力，并对遭受暴力的学生提供合乎需要的伙伴支持。

这些支持同样可以给予受害人的家属，有及暴力目击者。暴力具有传承性，针对暴力目击者的辅导有助于阻断传承。

总之，制止校园性别暴力，要应对导致校园性别暴力发生的强大的社会因素，是一个系统工程，需要社会各界长期的努力。

参考文献

- 联合国教科文组织(UNESCO):《校园相关的基于性别的暴力(SRGBV)讨论文件》, 2013
- UNICEF West & Central Africa Regional Office: *Abus, exploitation et violence sexuals a l' encontre des enfants a l' ecole en Afrique de l' Ouest et du Centre*, 2006, 3.
- 联合国教科文组织(UNESCO):《校园相关的基于性别的暴力(SRGBV)讨论文件》, 2013: 9
- 勉丽萍:《基于性倾向和性别身份的校园欺凌在线问卷调查报告》, 北京爱白文化中心, 2012
- Leach, Fiona, Máiréad Dunne and Francesca Salvi: *A global review of current issues and approaches in policy, programming and implementation responses to School Related Gender-Based Violence (SRGBV) for UNESCO Education Sector*, University of Sussex, 2013, 20-23.
- 联合国教科文组织(UNESCO):《校园相关的基于性别的暴力(SRGBV)》, 2013:7

“反家暴”立法应有的男性气质视角

(此文写作于 2013 年, 反家暴立法开始启动后)

在研究家庭暴力的时候, 男性气质提供了一个重要的分析视角。从 20 世纪中叶开始到现在都有英文的文献论述这一关系。这些理论对于我们理解男性气质与暴力之间的关系有很大的启发性。男性气质与暴力的研究可以被看做社会科学界对父权文化的一次反思。但中国以往关于家庭暴力的论述中, 较少看到明确从男性气质视角进行分析的文章。

一、刚性/支配趋势男性气质是家庭暴力存在的重要背景

有学者指出:“男性暴力为男性气质理论提供了真正的课题, 因为男性暴力和男性气质之间是有相互关联的”。(Hearn, Jeff. 1998)

常见的一种论述中, 简单地将男性气质等同于暴力的支持因素。如有的学者提出: 暴力可以被认为是创造自己性别资本(gendered capital)的一种方式。(Anne Campbell. 1999: 248-255)

梅塞施密特(Messerschmidt)也提出:“男性在他们所处的社会环境中获得男性气质……不同的暴力行为对于不同的社会背景的人来说是一种实践男性气质的合适资源”。(James w. 1993: 119) 暴力行为可以表现出一些男性特征, 如坚韧、敢于面对危险。

怀特海德(Whitehead)用“男性气质焦虑”(masculine anxiety)来描述男性在面对自己的男性角色面临瓦解的时候产生的情绪。当面对男性气质焦虑的时候, 当事人会组织或

重新组织他的认知、行为及记忆来支持其理想男性气质。在这种焦虑中，当事人的道德推理能力和对受害者的同情心都可能被存在性恐惧所压倒。(Whitehead, 2000)这也是其可以无自责地实施暴力的原因之一。

这些论述本身没有错。但是，缺失在于忽视了男性气质的多样性。在笔者看来，准确的说法是：暴力是建构刚性/支配趋势男性气质的重要途径，或者说，刚性/支配趋势男性气质为暴力的实施提供支持。男性气质不是单一的，而是有不同趋势的。不同趋势的男性气质与暴力的关系是不一样的。

男性气质的学术研究早已经指出，男性气质不是僵死一块的，而是具有差异的。凯斯勒(Kessler)等人揭示，影响男性气质的因素可分为许多种层次，包括性倾向的、阶级的、年龄的、种族的，等等，它们共同参与了男性气质的建构。因此，男性气质是多样的，而不是单一的。(Kessler, 1982)

如本书前面论述的，任何男性气质都是具体情境中的实践过程，而非僵死的状态；都是一种变化中的趋势，而不是静止的类型。笔者提出，在分析男性气质的个体差异时，应该具有支配/从属趋势与刚性/柔性趋势两个不同的判断维度，支配/从属较看重关系，而刚性/柔性则看重的是个性，二者是两个交叉而不相重合的轴。每一种男性气质的实践均可以从男性气质十字轴的纵轴与横轴两个维度进行分析，考察其在不同维度间的实践趋势。不同的男性气质便可以描述为：刚性/支配性趋势的男性气质实践，刚性/从属趋势的男性气质实践，刚性/关系均衡趋势的男性气质实践，柔性/支配趋势的男性气质实践，柔性/从属趋势的男性气质实践，柔性/关系均衡趋势的男性气质实践，刚柔相济/支配趋势的男性气质实践，刚柔相济/从属趋势的男性气质实践，刚柔相济/关系均衡趋势的男性气质实践。(方刚, 2011: 18-19)

刚性/支配趋势男性气质要求男性作强者，要勇敢、粗犷，在和女人的关系中居主导和支配地位。家庭暴力实际上是被这种男性气质及其文化支持的，它通过暴力的方式维持“硬汉”形象，实施家庭暴力的男人潜意识深处埋藏着对“不像一个男人”的深深恐惧。

由男性气质的不同趋势，我们可以看出：并非所有的男性气质都鼓励暴力，只有刚性/支配趋势的男性气质明显地需要通过暴力来强化，而其他不同趋势的男性气质，与暴力的关系更为复杂。

因为职场失意，如下岗、无法晋升、被领导训斥等等，都可能带来针对自身缺少刚性/支配趋势男性气质的“男性气质焦虑”，也都可能转而向配偶和孩子施以暴力，在施暴的过程中展示其刚性/支配趋势男性气质的一面，以解决其男性气质焦虑。但是，柔性/从属趋势的男性气质、柔性/关系均衡趋势的男性气质等等，都不需要通过暴力来获得。

以往一些针对家庭暴力原因的分析，虽然没有使用男性气质的概念，但是，仍然可以清楚地看出，某些“原因”的背后就是刚性/支配趋势的男性气质在起作用。全国妇联权益部的“针对妇女的家庭暴力行为状况调查研究”数据表明，被访者认为家庭暴力产生的原因首位便是“男尊女卑传统的影响”(41.7%)，而“男尊”，便是刚性/支配趋势的男性气质所鼓励的支配性。

这项研究提出的其后几位家暴原因，依次为：酗酒赌博婚外恋引发(35.8%)、夫妻双方的素质较差(33.1%)、女性太啰嗦男性太冲动(23.8%)、没有专项法律来管制(23.5%)、男女的社会地位不平等(21.8%)、女性有错误男性才会动手(9.9%)、男性当事人有心理障碍(5%)、妇女地位太高男性易失控(4.7%)，等。(全国妇联权益部, 2008)

其中，“酗酒赌博”是建构刚性/支配趋势的男性气质的典型方式，男性在酗酒的过程中彰显其“阳刚”之气，而赌博同样是一种展示“豪爽”的方式，一掷千金，大赢大输，在这个过程中建构着“男子汉大丈夫”的“豪情”。“男性太冲动”，仍然是刚性/支配趋势的男性气质的体现，“冲动”正是“刚性”的表现。“男女的社会地位不平等”，更是明确指向“支

配”与“服从”的不平等的性别权力关系，这种关系正是“支配”的男性气质的背后动力；“女性有错误男性才会动手”，通过动武来“纠正”女性的“错误”，既是“刚性”，又体现“支配”的一面；“妇女地位太高男性易失控”，因为女性地位高挑战了男性要“支配”、“主宰”的角色；……我们不难看出，绝大多数的家暴原因都可以从男性气质的视角进行解读。整体而言，当男性对女性施加暴力的时候，就是主流的刚性 / 支配趋势的男性气质在发挥作用的时候。暴力的典型特征，便是刚性与支配。

明确了刚性/支配趋势的男性气质实践与家庭暴力的紧密关系，也就清楚，越是远离这种男性气质的实践，与实施家庭暴力的可能性也就越远。既然不同的男性具有不同的男性气质实践，而且同一个人的男性气质实践也是在具体情境中变化的过程，这就启发我们，要采取开放的、多元的视角，来看待男性、男性气质与家庭暴力的关系。

二、性别气质的多样性决定男性也可能成为受暴者

清楚了男性气质的多样性，也就不难理解，一些男性气质的实践对家庭暴力的实施提供支撑，但另外一些男性气质的实践是反家庭暴力的，甚至可能与家庭暴力的受害者联系在一起，比如柔性 / 从属趋势的男性气质。

虽然少见对女性气质进行分类的研究，但是，显而易见，女性也存在个体的差异性，并非所有女性都扮演着“柔顺、服从”的被动角色，那么，女性气质的实践也一定是多样的。在个体的男性气质与个体的女性气质互动的过程中，有的男人甚至可能成为家庭暴力的受暴一方。

通常认为，女性针对男性的暴力，非常少，主要是反应性的。统计学数字上可能是这样的，但是，如果简单以男性、女性区分受暴的多少与性质，则无异于在重蹈生物决定论的覆辙。

阳刚 / 支配趋势的性别气质实践更多与权力关系携手，或者说，拥有权力的一方，更多有可能实践阳刚 / 支配趋势的性别气质，而无论 T A 是生理男人还是生理女人。

2002 年全国妇联的一项调查表明，在中国 2.7 亿个家庭中约 30% 存在不同程度的家庭暴力，其中施暴主体九成是男性。也就是说，有约 10% 的情况是女性在实施家庭暴力。面对暴露出来的男性受家庭暴力比例小的情况，我们仍然需要从男性气质的角度进行分析。

主流社会倡导的刚性 / 支配趋势男性气质，使许多男性不敢说出自己受暴经历，因为这会使他们“不像一个男人”。这不仅有损他们的“男性尊严”，而且，在男强女弱的社会性别总体态势下，他们也担心没有人会相信他们的报案。正是这种男性气质文化的压力下，他们即便受到暴力对待，无论是肢体的还是精神的，也更多会不得已地选择深深地压抑，而不是说出来。

如果说承受家庭暴力的人是弱者，那么，男性受暴者便是弱者中的弱者，他们不仅更容易被忽视，而且更无法维护自己的权益，他们是普遍噤声的人群。

如果我们认可家庭暴力在某种意义上是权力关系的体现，那么我们就要以发展的眼光来看待家庭暴力。在社会性别角色实践越来越趋于多元的今天，女性地位开始改变，女性的性别角色实践如男性的社会性别角色实践一样，也趋于多元化。具有刚性 / 支配趋势性别气质实践的女性，会如具有柔性 / 从属趋势性别实践的男性一样，越来越常见。这也就意味着，从性别气质多元发展的角度，从潜在的性别气质影响的角度看，男性受暴者不仅现在不一定少，而且还有不断增加的趋势。这一点，其实已经在中国台湾的相关调查中显示出来。

台湾家庭暴力数据库统计，有关家庭暴力事件通报男性受暴者比例，2005 年为 10294 人（占总数约 17%）、2006 年上升至 11763 人（占总数 18.5%），2007 年上半年已近 7000 人（占总数 21%），显示男性受暴人数逐年增加；不过，女性受暴人数仍占八成左右。（华夏经

纬网，2007)

台北市的男性遭家暴数字近年也以每年7个百分点速度增加。(找法网，2011)

家暴不再是只有女性承受，有愈来愈多男性受害。根据台湾“司法院”统计，2010年1月至4月，声请保护令的女男比例约六比一。台湾“家庭暴力防治法”实施十二年来，男性因家暴求助的比例逐年增加；2011年台北市就增加至一成六，高雄市也有一成三。(李娜，2010)

报告反映出来的台湾受家暴的男性人数增加，与台湾社会中的性别文化的发展有关系。一方面，由于台湾社会性别气质实践的多元化较强，女性对男性施以家庭暴力的情况有所增加；另一方面，以往台湾男性更多基于“爱面子”，实则是掩饰缺乏主流倡导的刚性/支配趋势男性气质，而更少报告受家庭暴力对待的情况，而随着台湾对性别气质多元化接纳程度的加深，越来越多的男性敢于站出来报告了，敢于维护自己的权益了。这期间，也包括台湾社会为受家暴男性提供了申诉渠道，男性报案意识提升，因此降低了男性受家暴的“黑数”，数据自然逐年增加。

社会性别气质多元化的发展，已经在中国大陆的发展中显示出趋势。可以预期，未来报告男性受家暴的数字，也一定会增加。因此，在考虑反对家庭暴力的立法过程中，必须将这一因素考虑进去。

虽然在文化建构下，目前受暴男人与施暴女人相比所占比例很小，但很小并不可以成为忽视的理由。如果反家暴的相关立法，没有考虑进男性同样会受暴，而且可能未来报告的数字会更多，那么，就有可能在致力于保护受害者的同时，又构成新的伤害。

所以，笔者个人主张，某一性别受家暴严重、普遍的程度，不应该影响立法时对其他性别的忽视。同样，男性受暴比例的多少，也不应该影响立法、管理、执行中，要同等地考虑到不同受暴者的权益，包括女性、男性、老人和儿童。

这同时便涉及反家暴法由哪个机构来推行的问题。目前比较多的学者主张，由国务院妇女儿童工作委员会来牵头推动。但是，这可能进一步掩盖真相，使人觉得这一法案将男性排除在外了，仿佛男性不会成为受暴一方，只有“妇女儿童”会成为受害者。而且这也将进一步促使受暴男性不敢说出自己的处境，不敢求助。正如“反性骚扰”的相关立法被纳入《妇女权益保护法》时，曾引起普遍争议，如果针对家庭暴力的立法由妇儿工委牵头，也难免面临同样的争议。由妇儿工委牵头推动反家暴法的执行，虽然起到突出重点（目前显示多数受家暴者是女性）的目的，但是，更加弱化了少数。我们要警惕在保护弱者同时，制造新的弱者。

三、防治家庭暴力，需要借助男性气质改造

反对家庭暴力关键在于预防。我们认识到家暴的发生不只是法制观念不强，而是价值观，包括男性气质的影响，就可以，而且应该强调“教化”的作用。也就是说，反家暴法应该重在拯救与改变，而不是惩罚，目标在于保障人权，既要保护受害者的人权，也要保护施害者的人权。对少数极端恶劣者的惩罚，同样是为了促进其他人的改变。反家暴法属于公法，但不应该成为管理法，而应该成为“服务法”。所以，预防、教育、改造的环节非常重要。

对于实施家庭暴力的人，我们要看到，他们既是我们要谴责的暴力的实施者，又要看到整个社会体系在他们的背后提供着支持。我们不能脱离社会整体性来谴责个人。这些个人，同样是受害者，是父权制文化所倡导的阳刚/支配趋势男性气质的受害者。他们与家人的亲密关系被破坏了。

笔者曾经提出，男性气质是在情境当中的建构，因此男性气质是可以改造的。即使同一个人的男性气质也会因为年龄、情境等因素，处于变化中。这就为我们思考家庭暴力问题提出了新的启示：既然男性气质是变化中的趋势，是可以改变的，那么，我们就应该引导、改

造那些支持家庭暴力的男性气质，向反对家庭暴力的男性气质发展。（方刚，2007：5—10）鼓励、促进反对家庭暴力的男性气质的增长，是关注家庭暴力问题时的一个可用策略。无论是潜在施暴者教育环节，还是施暴者改造环节，都应该有男性气质的分析视角。

家庭暴力的预防中，应该强调社会教育，包括针对男性的整体的社会性别教育，其中要包括反对阳刚/支配趋势男性气质的内容，也包括对于有暴力倾向者和暴力实施者进行教育，启发其自我觉悟。帮助男性成长，其中重要的一个环节是反思男性气质。让男性放弃导致家庭暴力的刚性/支配趋势男性气质，需要从觉悟到这种男性气质带来的伤害做起。

事实是，如果我们对家庭暴力的实施只停留在惩处的层次，而不同时去检省、变革造成这一现象的刚性/支配趋势男性气质，家庭暴力的彻底根除便显得遥遥无期。如果通过教育，帮助男人们自觉意识到刚性/支配趋势男性气质导致的家庭暴力，不仅伤害了女性和孩子，也伤害了男性自己与家人的亲密关系，甚至伤害了他们整个人生中的可能幸福，那么，男性就会有充分的理由放弃这种男性气质，从而家庭暴力也能够得到根本的改变。

莫舍（Mosher）和汤普金（Tompkins）建议将那些“超男性气质”（可以理解为刚性/支配趋势非常强的男性气质）的男性犯人送去做心理治疗，从而让他们发现“‘低等的’、女性化的情感是可以接受且有益的”，从而让他们思考一个男人的真正定义是什么。从某种意义上，也是在谈柔性/从属趋势男性气质可以给男人带来的益处。（Mosher, Tomkins. 1988: 60—84）

四、强调男性气质影响因素，不应忽略施暴者和体制的改变

当然，在我们讨论通过改造男性气质来预防家暴发生的时候，还要警惕对施暴者与体制的忽视，比如聚焦于男性气质而忽略施暴男性，强调个人改变而忽视体制改变。

虽然我们前面强调了男性也是刚性/支配趋势男性气质的受害者，但这并不等于为施暴者个人开脱。我们同样强调：“男性气质”不是一个自主存在的“独立物”，我们应该警惕将“男性”和“男性气质”相分离，将男性、男性气质与“男性行为”相分离。对于男性暴力来说，这种分离是危险的，因为假如我们将原因全部都归结于“男性气质”，我们就可以把所有的指责都投向男性气质，而可能忽视了那个具体实施暴力的男人。男性气质与男性的分离会对作为单个施暴者的男性和作为社会群体的整体男性都会产生深刻的影响。

笔者曾一再强调：对刚性/支配趋势男性气质的挑战，推动的不仅是男人个体性别气质的多元发展，其目的更是带动两性权力结构与主体空间的切实改变。在这个过程中，我们同时也要警惕：过分夸大男性受性别文化伤害的一面，而无视其更是现有性别文化和体制既得利益者的一面。男性放弃刚性/支配趋势男性气质的过程中要经历“弃旧权”与“赋新权”的过程，首先是“弃旧权”的过程，即放弃旧的既得不平等权力的过程；同时，又是“赋新权”的过程，即获得追求自身充分发展和自由成长，建立与女性亲密关系的权利的过程。个人性别气质的改造，需要与父权体制的改造相结合。（方刚，2008：165—172）。

男性气质的理论家必须检查个人和政府转变性别和性别政策中所扮演的角色。政府的政策和个人的转变是相辅相成的。如果仅仅有政策而不注意个人的改变，则不能形成现实中男性与女性的平等关系；如果只注意个人的改变而忽视对政策的关注，常常导致过多社会资源流向心理方面，从而降低了对男性的政治措施。（Bob Lingard & Peter Douglas. 1999: 49—50）

我们社会的责任，是通过政策、法律、舆论倡导，促进刚性/支配趋势男性气质的改变。既然男性气质可以在社会中形成，那么通过一定得社会改造手段，我们也一定可以在很大程度上减少暴力。同时，政策、法律、舆论对刚性/支配趋势男性气质的改变，本身也将直接挑战、颠覆到父权体制。这是一个相辅相成的关系。

参考文献:

- 方刚:《从男性气质的改造到促进男性参与》,妇女研究论丛 2007 年第 6 期
- 方刚:《男性研究与男性运动》,济南:山东人民出版社 2008 年版
- 方刚:《男公关:男性气质研究》,北京:群众出版社 2011 年版
- 全国妇联权益部:《反家庭暴力立法与保护弱势群体健康权益政策研究》,2008
- Anne Campbell:Female gang member`s social representations of aggression. in *Female Gangs in America*. Meda Chesny-Lind & John H. Hagedorn (eds.). Chicago: Lakeview Press, 1999: 248-255
- Bob Lingard & Peter Douglas:*Men Engaging Feminisms: Pro-feminism, Backlashes and Schooling*. Buckingham: Open University Press, 1999: 49-50
- Hearn, Jeff:*The Violences of Men: How Men Talk and How Agencies Respond to Men's Violence to Women*. London: Sage Publications Ltd, 1998
- James w. Messerschmidt: *Masculinities and Crime: Critique and Recon-centralization of Theory*. Lanham, MD: Rowan and Little Field, 1993
- Kessler, S. J., Ashenden, D. J., Connell, R. W. & Dowset, G. W.: *Ockers and disco-maniacs*, Syden: Inner City Education Center, 1982
- Mosher, Tomkins.: *Scripting the Macho Man: Hypermasculine Socialization and Enculturation*. *The Journal of Sex Research*, 1988:60-84
- Whitehead, A.: *Rethinking Masculinity: A Critical Examination of the Dynamics of Masculinity in the Context of an English Prison*. University of Southampton, 2000
- 华夏经纬网:《岛内家暴男性被害人渐增 女性受暴人数仍占八成》,2007 年 10 月 16 日
(<http://news.sina.com.cn/c/2007-10-16/080312734681s.shtml>)
- 找法网:《男人遭家暴 比例暴增》,2011-01-17
(<http://china.findlaw.cn/info/hy/jiatingbaoli/143748.html>)
- 李娜:《台湾男性家暴比例增多 台北县议员遭妻儿联合殴打》,2010 年 06 月 23 日
(<http://www.chinanews.com/tw/tw-mswx/news/2010/06-23/2357961.shtml>)

制止性别暴力, 辅导令可先行一步

(此文写作于 2013 年,“反家暴法”征询意见期)

辅导令,是强制要求家庭暴力、伴侣暴力、性暴力等性别暴力的加害人接受认知教育辅导、心理咨询、戒瘾辅导的法律规定。有人称之为“矫正令”或“矫治令”,笔者以为“辅导令”更显示了不给加害人贴负面标签的态度,有助于与加害人沟通,也有助于辅导工作的良性进行。毕竟,一个人来做“辅导”,和来做“矫治”,心情是不同的,对辅导者的态度也不同。

辅导令存在的依据是:我们相信施暴者可以通过教育改变,无论改变多少。辅导令的最终目标在于帮助施暴者重拾健康人生,建立良好的亲密关系。

辅导令起源于北美,在美国被称为“施虐者辅导计划”(batterer intervention programs)。在 20 世纪七八十年代,针对家庭暴力受暴妇女的救助工作中,加害人的改造工作被纳入视野,“施虐者辅导计划”得以出台。按着这一计划,法庭在根据受暴人申请发出

保护令的同时，可以同时发出针对施暴者的辅导令。

美国的辅导令多有这样的规定：施暴者必须进行接触性会谈；并不是所有的施暴者都适合辅导，辅导程序可能会拒绝接受一些施暴者；必须签署一份协议保证自己会完成整个辅导，并且保证不会再次施暴；在辅导过程中保证不吸食毒品和酗酒；施暴者必须为辅导付费，如果他是低收入人群，可以申请政府补助；等等。辅导还会涉及施暴者需要的其他服务，例如戒毒戒酒治疗、就业培训、父母技能课程等。

经过几十年的经验累积，西方的施暴者辅导已经发展成完善的体系，对象上扩展到对性暴力施暴者的辅导，阶段上也不再同保护令并行，包括了对刑满释放者的辅导，对于有些施暴者，还可以用接受辅导代替服刑。当然，渴望改变的个人也可以主动接受这一辅导，而不需要任何强制性命令。

辅导技术也得到了长足发展，目前主要采取团体辅导的方式，形成了多种卓有成效的辅导模式。辅导期从几个月到两年不等。在辅导过程中，辅导者会每隔一段时间便向法院或警局汇报被辅导者的表现，在整个辅导结束后对被辅导者做出评估。对于那些以辅导代替服刑的施暴者来说，这将成为施暴者是否需要再进监狱的重要依据。

辅导效果一直受到评估。对于情节轻微的施暴者的辅导效果较好，而对于所谓“父权恐怖型暴力”的实施者，绝大多数的经验是只能做到减少施暴次数，以及降低暴力的程度，很难使施暴者彻底放弃暴力。

在新加坡，通常在家事法庭发出人身保护令时，即可发出强制性辅导令。辅导工作由家庭服务中心进行，通常进行四次辅导，并且向家事法庭呈交辅导报告。法官会根据辅导员的报告，决定当事人是否需要继续接受辅导。按法律规定，如果没有按时按次出席辅导员安排的辅导，是蔑视法庭的行为，将会受到法律惩罚。

辅导令在台湾被称为“加害人处遇计划”或者“施暴者处遇方案”。台湾的《家庭暴力防治法》明文规定家庭暴力加害人应该进行“处遇”，即我们所讲的辅导。2008年，台湾出台了《家庭暴力加害人处遇计划规范修正条文》，对此进行了详细的规定。比如，如何评估是否需要进行处遇，谁来进行处遇，不接受强制处遇将受到什么处罚，处遇后的评估建议等。

中国大陆针对家庭暴力的司法实践中，已经成功地实践了“保护令”、“限制令”，在笔者看来，“辅导令”已经迫在眉睫，呼之欲出了。

中国法学会反对家庭暴力网络拟定的《中华人民共和国家庭暴力防治法(专家建议稿)》中，也提到了“强制矫治”的内容。其中建议，公安机关可以“对家庭暴力施暴人可以采取强制矫治措施。县级以上人民政府卫生部门、民政部门，应当配合同级公安机关做好强制矫治工作。”

该建议稿还提到由各级政府建立“强制矫治所”，所需经费纳入财政预算；建议“矫治期”为一个月至三个月；强制矫治费用由其本人支付，确有困难的，由当地人民政府承担。

在笔者看来，“专家建议稿”中关于公安机关针对施暴人采取强制辅导措施的建议非常好，让公安机关在接到家庭暴力的报警后，多了一个处理方法，即向施暴者出具辅导令，也可以让伴侣双方一同接受辅导，而不必到法院起诉时才让辅导介入。

设立“强制矫治所”，有助于辅导工作的政府统一管理和专业化运作。但是，涉及基本建设投资，涉及政府需要增加专业人员编制，无形中对辅导令的实施又增加了阻力。更何况，“矫治所”如果建的很多，对经费和专业人士的要求高，而分流后的受辅导人员相对少，难以得到充分利用；如果一个县，甚至更大地区建一个，辅导人员到那里接受辅导需要在路途上浪费太多时间，使定时辅导的实现增加了不确定因素。如果要求受辅导者住在“强制矫治所”接受辅导，则形同关监狱，不是辅导，无助于施暴者的改变。基于以上认识，笔者认为“强制矫治所”的设想在操作上有一定难度。

笔者认为，推动辅导令，应该尽快地、务实地、以最低的经济和时间成本，达到最好效

果为目标。所以应该尽可能减少不确定因素，利用现有的资源，以最简便的方式推行。比如，现有的精神科医生、心理咨询师、社会工作者等，都可以在本职工作中承担辅导工作。既促进其专业能力的提升，又节省政府资源，更重要的是有助于辅导令真正落实。

当然，即使是上述专业人员，承担性别暴力实施者的辅导工作，也需要进行再培训。笔者建议培训也可以分阶段、分等级，颁发初级、中级和高级的“性别暴力辅导师资格证”。对于程度不严重的性别暴力施暴者的辅导，初级性别暴力辅导师便可以胜任，而施暴者的情况越复杂、暴力程度越严重，便需要交由更高级别的辅导师进行辅导。应该建立一个评估机制，决定受暴者接受谁的辅导。辅导师除了应该不断学习，还应该接受专家的督导。

“专家意见稿”提到的辅导期，在笔者看来还是为时太短。思想和行为的改变是一个漫长的过程，其间需要逐步的成长。即使每天接受辅导，三个月的辅导所取得的进步，可能无法达到每周二次、持续一年辅导的收获。笔者建议采纳国际已经成型的辅导模式与辅导经验。

无论如何，辅导令的实施是需要做许多准备的。辅导令的实践必须走在前面，当反家暴法出台时，才有可能尽快在全国落实。所以，笔者呼吁“辅导令”可以在反家暴法出台前先行一步。就像有地方法院在“保护令”、“限制令”上先走一步，成为榜样一样，我们也期望有地方的公安机关或法院，做先行者，先颁布辅导令，成为全国的表率。白丝带反对性别暴力男性公益热线（4000 110 391）目前一项重要的工作便是针对性别暴力施暴者进行辅导。我们在全国各地的志愿者网络，可以配合当地的公安机关开展辅导令的落实。

反家暴法应该明确规定“辅导令”

（此文写作于2013年，“反家暴法”征询意见期）

正在征求意见的《中华人民共和国反家庭暴力法》（草案），一个遗憾之处是对于辅导令没有明确的规定。草案已经强调“反家庭暴力工作实行预防为主、教育与惩处相结合的原则。”而预防、教育、惩处的不同环节，都需要有专业的辅导力量介入。

草案中与辅导直接相关的，是第十二条：“监狱、看守所、拘留所等场所应当对被判处刑罚或者被依法拘留、逮捕的家庭暴力加害人依法进行法制教育、心理咨询和行为矫治。”这里虽然提到“心理咨询和行为矫治”，但与其在反家暴中的重要性是不相符的。而且，仅限于监狱、看守所、拘留所等场合也是不够的。

第十三条写到：“有关单位、组织接到家庭暴力投诉和求助后，应当及时劝阻、调解，对加害人进行批评教育。”笔者认为，传统的“批评教育”的思路需要改变。家庭暴力的施暴者，不是靠“批评教育”可以改变行为的，而需要专业的人员，进行非常专业的辅导工作。

草案第十六条对于未成年人的保护有一些规定，但笔者认为应该加入对处于暴力家庭中的青少年进行辅导的内容。辅导工作一方面处理青少年的创伤，另一方面也为了阻断家庭暴力的传承，起到预防的目的。

总之，要真正有效地做好反家暴工作中的预防、教育、惩处，便需要像草案中已有的“人身安全保护裁定”一样，制定独立的“辅导裁定”，使之受到足够的强调。

监狱、看守所中的“心理咨询和行为矫治”，在未来的反家暴法中应该是强制性的规定，但其他情况下，也应该有强制性的辅导行为。

比如，草案第十九条提到：“家庭暴力尚未构成违反治安管理行为、犯罪的，公安机关可以书面告诫加害人不得再次实施家庭暴力，并将告诫书抄送受害人住所地或者经常居住地的基层群众性自治组织、妇女联合会。”笔者建议，仅有书面告诫无法真正改造施暴者，应

该把“书面告诫”改为“强制辅导”，并且将强制辅导书交给当事人所在地的专业辅导机构。行政拘留释放人员也应该接受辅导。辅导时间的长短，由辅导机构的专业人员对施暴者进行具体评估后判定。辅导结束后，还要做出效果评估，反馈给公安机关。国际上针对家庭暴力施暴者的辅导经验显示，越早干预，干预时施暴行为越轻微，对施暴者改造的效果越好。

此外，受保护令限制的施暴者，也应该强制性接受辅导。反家暴法草案有人身保护裁定的规定，而辅导令则正好可以与之相配套。仅限制施暴者不能继续施暴还不够，还要通过辅导令使他们接受行为矫正的工作。何况，有一些家暴离婚诉讼可能因为各种原因以不离婚告终，针对施暴者的辅导有助于双方回到家庭后的生活，辅导的效果也可以为法院判决提供参考。

以笔者所领导的中国白丝带志愿者网络为例，我们近年一直在努力推动针对性别暴力当事人的辅导工作。笔者建议未来增设“家庭暴力辅导员”或“性别暴力辅导员”这一专业职业，同时完善与辅导令相配套的专业论证的辅导规范、经过考核取得资质的专业辅导人员，以及审定核准的专业辅导机构。比如，每个城市或区县，审定一个或多个专业的辅导机构。这些工作都是许多国家和地区正在做的反家暴工作中的重要一环，我国的台湾地区也是这样做的，收到良好效果。但在中国大陆目前“无法可依”，推动起来举步维艰。如果中国的反家暴法明确规定“辅导令”，便会为这些工作未来的开展奠定基础，从而极大推进反家暴工作。

反家暴法讨论，倡导男性参与的契机

（此文写作于2013年，“反家暴法”征询意见期）

反家暴法进入讨论阶段，这也是一次全民的宣传倡导活动，在这个过程中，男性参与不能缺席。借反家暴法的东风，推动男性参与反家暴的讨论，进而推进中国男性参与终止性别暴力的意识与工作，事半功倍。

包括反家暴在内的反对性别暴力、推进性别平等的工作中，男人和男孩的作用越来越受到国际社会的重视，而这是我们以往忽视的。男性参与到反对性别暴力的工作中，是男人的责任、义务，也是权利和使命，更是机遇与挑战。

在反家暴法的讨论中，我们应该明确地指出：男人有责任和义务参与到反家暴的工作中。长期以来的父权文化，建构了不平等的性别制度，男性更多是施暴者，女性更多是受暴者。男性责无旁贷，有责任投身于追求平等和公正的事业，从自己做起，不对女性施暴，并且不对暴力保持沉默，成为反暴力的一分子。

事实上，男性参与具有必要性。男人就在那里，你没办法回避他们，他们存在于社会生活中，存在于家庭中，反家暴不可能无视他们；离开人类社会中的一半的成员谈反家暴，谈性别平等，不可能成功。反家暴法讨论中，男性社会大众如果缺席，这场讨论将是非常缺憾的。

男性参与还具有可能性。男性并不是铁板一块。男性气质是多样的，每个男人的生命史都不同，他们对暴力的态度也不同，男性主流仍然是向往平等和谐的亲密关系的。男人也有权利和使命参与到反对性别暴力的工作中，为社会带来正能量。

男性参与是用男人手中的权力。男人控制着体制中的权力，必须借助这种权力，使之转

化促进性别平等的力量。想象如果有一个男性的领导人，男性的意见领袖甚至宗教领袖，在呼吁和致力于终止家庭暴力，必将影响到更多的人，特别是男人。这远比处于弱势地位的女性单方面的努力要更有效。男性参与反家暴，有助于体制的改变。

男性参与从改造个人做起，到改变体制和社会。男人是一个个独立的个体，当男性参与运动使得越来越多的个体成为促进性别平等的力量时，社会就会发生改变。男性参与本身就是改造男性的榜样行为，当一个个男性成为反家庭暴力的活跃分子的时候，男性参与的社会号召力便会呈现出来。

男性参与有助于改造施暴者。针对男性施暴者做辅导工作的时候，男性作为辅导师更有效。一些受暴女性希望得到男性帮助，白丝带志愿者网络的白丝带热线（4000 110 391）的工作经验是，许多女性受暴者非常愿意向男性咨询师咨询，认为他们更了解男性心理，更能提供全面考虑的帮助。

男性参与是机遇，也是挑战。我主张男性参与要从男性气质改造入手。改造支配性的、阳刚的、大男子汉式的男性气质，是促进男性参与到反对性别暴力、促进性别平等工作中的重要手段。

推动男性参与的策略可以多样性，需要政策支持和舆论倡导。男性参与可以在家庭暴力的预防、处置等许多环节贡献力量。联合国秘书长成立“联合起来制止针对妇女暴力运动”男性领导人网络是一种倡导，2014年联合国发起HE FOR SHE运动也是一种倡导；中国白丝带志愿者网络组织具有性别平等意识的男人“讲故事”，在学校性教育中加入性别平等教育、男性参与教育，都是倡导；西方一些国家的男性参与组织，进行“好爸爸好父亲”培训项目，针对施暴者进行辅导项目，则不仅是倡导，更是致力于推动男人改变的实际工作。

在讨论反家暴法的过程中，倡导男性参与，可以避免使“反家暴法”变成只有女性关注的法律，更可以推进男性反性别暴力意识的觉悟，从而成为推进中国男性参与的重要契机。

唤起施暴者改变的愿望

——从白丝带热线宣传品的口号说起

（此文写作于2013年）

白丝带反对性别暴力男性公益热线在印刷宣传品的时候，遇到的一个问题是，我们必须决定在宣传品上使用什么样的口号。不同的口号，体现着对施暴者的不同态度。

将施暴者视为批判、惩罚的“敌人”，还是视为可以帮助、成长的朋友，背后是性别平等运动的不同理念。在性别平等运动中，男人，即使是施暴的男人，是否也可以成为教育和改造的对象，是否也可以转变成推进性别平等运动的一分子，这历来是有争议的。

白丝带热线的重要目标之一是帮助施暴男性改变。我们认为，阳刚/支配趋势的男性气质，是整个父权文化致力于从一个孩子幼小的时候便灌输给他的，这种文化同样是暴力的决定性主导力量。男孩子为了生存学会了这些，我们不能简单地因为他们当前行为而责备某个男孩或男人，而要引导他们反思背后的文化，从而改变。但这绝不是说：他们不需要为自己的行为负责。

对于家庭暴力有不同的分类，比如有的学者将之分为“一般夫妻暴力”与“父权恐怖暴力”，还有学者分为“低暴力型”、“高暴力控制型”等等，都在强调暴力的程度不一样，施暴者也不一样。即使是像“父权恐怖暴力”和“高暴力控制型”的施暴者，我们也应该努力教育其改变，何况占施暴者比例更高的“一般夫妻暴力”和“低暴力型”的实施者呢？

作为联合国人口基金支持的项目，白丝带热线的宣传品理应印上一些联合国机构提出的全球普遍使用的口号，比如：“每个人都有权利享受没有暴力的生活”，“向针对妇女的暴力行为说不”，“零容忍”，等等。

但问题是，白丝带热线的宣传品，最大的目标受众锁定施暴者，我们希望他们看到宣传品后，能够产生改变的愿望，主动拨打热线，寻求辅导。上述这些口号，都非常好，但总体基调是对暴力进行谴责，套用来唤醒施暴者自我改变的诉求，则显得有些生硬。

如何通过宣传品的口号触动施暴者心灵深处正面的力量呢？我最早拟的口号是：“每个人都渴望幸福美好的生活，每个人都向往亲密和谐的关系，每个人都有能力改变！”我想突出的是：相信施暴者也是向往和谐美好生活的，没有人结婚的目的是找一个女人关在家里打，相信施暴并非他们的本意，相信施暴者和受暴者同样被暴力所伤。这便是努力实现“共情”，让施暴者觉得我们是理解他们的感受的，虽然这并不等于赞同他们的行为，在这种情况下进一步强调“每个人都有能力改变”，他们才可能拨打我们的热线寻求辅导。

这个设计稿在讨论的过程中，有人提出，语句有些含糊，态度不够明确，还是应该综合联合国的一些口号。于是，我们最后的定稿是：“每个人都向往和谐、亲密的关系；每个人都渴望没有暴力的生活；每个人都有能力改变；让我们一起对暴力说不，对暴力零容忍！”

将“每个人都有权利享受没有暴力的生活”改为“每个人都渴望没有暴力的生活”，诉求的主体从貌似受暴者扩展到所有人；将“向针对妇女的暴力行为说不”改为“让我们一起对暴力说不”将施暴者拉了进来，成为“说不”的一员，而紧随其后的“零容忍”也成为施暴者可以主动追求的目标。这样，我们既保持了“政治正确”，又没有将施暴者“另类处理”，口号主体仍然在强调每个人对和谐关系的向往，号召改变。

施暴者主动寻求改变，是很少见的，以往各种热线遇到的都非常少。白丝带热线创办之初，便有人怀疑：施暴者真的会拨打电话吗？事实证明：会的。我们强调从宣传口号做起，也是因为我们相信他们的改变愿望，唤起他们的愿望，让他们信任我们。

认可和强调施暴者也向往美好的生活，并不是为施暴者开脱，而是对人们追求善良的一面的正视。我们不能够因为对暴力的愤恨而否认了施暴者也是人，也有其良善的一面。已经有共识的一个态度是：反对性别暴力，重在预防。强调施暴者良善的一面，帮助其改变，便是预防的重要环节。

总之，在我们倡导反对性别暴力的社会运动中，需要认真思考我们要突出什么样的信息。面对公众的宣传，我们的话语可以更明确地强调对暴力毫不容忍的态度。但是，对于施暴者，如果让他们感觉到我们将其视为批判的对象，改变便不可能发生，男性运动也不可能成功。谁会向谴责自己的人寻求帮助呢？

白丝带运动的发起人考夫曼博士曾写过一篇《关于男人暴力的七个“P”》，其中也提到了男性运动中如何对待男性施暴者的问题：“为了成功地触动男人，我们必须在同情、关爱、尊重的前提下开展这一工作，……从事这项工作的亲女权主义男士必须像对待自己的兄弟一般对他们进行开导，不能把他们视为不如我们开明或可敬的陌生人一般对待。……同实施暴力的男人合作，在这一过程中一边挑战他们的父权主义的假设和特权，一边向他们伸出援助的双手，给予他们尊敬和同情。……通过这样的尊重，这些男人们事实上会找到更大的空间来挑战他们自己或相互挑战。”

第3辑 白丝带志愿者与男性参与

(此辑文章均写作于 2013-2014 年之间)

男人成为白丝带志愿者的 N 个理由

1989 年，一位失业的加拿大男性认为自己的处境是由于女性读书、工作造成的，于是持枪冲进一所大学，屠杀无辜的女学生。两年之后，三名加拿大男士，发起了白丝带运动，致力于推动男性行动起来，终止针对女性的暴力。如今，白丝带运动已经在全世界 80 多个国家和地区展开。

每个男人都可以成为白丝带的志愿者，结合你的特长与兴趣，参与白丝带网络的工作。或者，你仅仅是不对女性使用暴力，并且不对暴力行为保持沉默，让身边更多的人了解白丝带理念，也即是一名志愿者。

男人成为白丝带志愿者的 N 个理由：

1. 你的母亲、姐妹、妻子都是女性，你爱她们，不希望她们受到暴力；
2. 你的女儿是女性，你不希望她现在或将来被暴力对待，参加白丝带运动便是参与到改造暴力文化的过程中；
3. 你的女儿将恋爱、结婚，你想帮她判断男友是否有暴力倾向；
4. 你的父亲、兄弟，都是男性，你不想他们成为施暴者；
5. 你的儿子是男性，你不希望他将来对自己的伴侣和孩子施暴；
6. 你的父亲、兄弟、朋友曾经施暴，你想帮助他们改变；
7. 你自己是一个男性，你从来没有施暴，你憎恨暴力，愿意与人分享；
8. 你从来没有施暴，但你感到有时愤怒，害怕自己有一天施暴；
9. 你常有性骚扰、性侵犯的幻想，你不想真的那么做；
10. 你曾经施暴，以后不想再施暴，你渴望学习改变自己的方法；
11. 你曾经被暴力对待，你希望走出阴影，或帮助其他被暴力对待的人；
12. 你曾经被暴力对待，你希望帮助那些施暴者改变；
13. 你了解性别暴力的更深入的知识、现状；
14. 你即将或已经开始恋爱或婚姻，你想学习如何更好地促进亲密关系；
15. 你的亲密关系中存在问题，希望通过参加白丝带运动找到解决的路径；
16. 你想帮助别人，做公益，从而获得成长，以及生命的富足感；
17. 你因为“不够男人味儿”而有种种困扰和压力，需要得到厘清；
18. 你做“大男人”做得太累，希望自己过的更加自由与快乐；
19. 你想结交更多的朋友，认识更广阔的世界；
20. 你想使自己的业余时间过得更有意义；
21. 你的才华和能力没有得到充分应用，你需要一展宏图的舞台；
22. 你属于某个社会弱势、边缘人群，你希望自身得到平等对待，也希望所有弱势、边缘群体得到平等对待；
23. 你热爱这个世界，希望这个世界更美好、更和谐；

.....

还有很多很多条理由，都是你加入白丝带运动的理由。你的理由，是你和我们一起努力、

分享、承担的目标！

将性别公益与人生理想结合

社会性别研究与行动领域，男性非常少。许多场合是清一色的女性，如果有几位男性，会被视为大熊猫一般珍贵。与此同时，几乎所有公益类活动中，男性的身影也很少，至少远远少于女性。对于社会性别领域男性的缺少，通常解释为男性缺少社会性别觉悟，男性享受着父权制的特权而缺少反省和变革的动力，等等；对于公益领域男性的缺少，有人认为是因为男性被社会文化要求“事业成功”，要求“养家糊口”，所以都忙着“打拼”呢，无暇顾及公益，即使参与也更多像是借机推销自己企业或其他赢利项目的“伪公益”。这一解释恰恰揭示了社会性别角色对男性的影响，揭示了刚性/支配趋势男性气质对男人“专心致志”地追求“成功”的塑造。

缺少男性的社会性别研究与行动领域，同缺少男性的公益活动领域结合之后，男性就更为稀缺了。而白丝带运动，恰恰就是要面对这种“双缺失”的男性参与运动，由此可见其挑战性之大。

几年前，媒体报道成立了一个北京男性心理咨询师反对性别暴力小组。在创办白丝带男性热线（4000 110 391）之始，我希望能够团结这些咨询师。我只找到一位男士，他忙着做自己的事情，一次也没有参加我的活动。他答应帮我联系其他当年的小组成员，但没有一个人有兴趣和我联络。据说，当年对这些男性咨询师进行培训时，不仅每天发劳务费，而且提交一个家庭暴力的咨询个案有不菲的酬劳。但小组还是很快无影无踪了。

这几乎是国内许多“男性参与”运动的共同特点：媒体的雷声大，现实中的雨点小，然后就彻底“干旱”了。我将之归因为：这种“男性参与”只是在女权主义者、项目资金推动下的“作秀”式参与，男性内在的觉悟远没有被唤起，没有变成男性自觉的参与，所以注定只能是媒体倡导时利用一下，不会成为真正的、可持续的男性参与。而靠项目资金更不足以推动真正的社会运动，只能装饰一些虚假的“业绩”，甚至可能会毁掉社会运动。因为习惯于拿钱才做事的人，在没有钱的时候，可能就不会做事了。

正是基于这种担心，我曾对白丝带男性热线的志愿者做过一次“考验”。

2012年下半年，正与联合国人口基金讨论资助白丝带热线事宜，我在有心理咨询师的场合宣传了这条热线，当知道可以有免费接受培训的机会，接热线还有报酬时，有20多名男性咨询师报名。心理咨询是需要不断学习的职业，许多咨询师每个月都在忙着参加各种工作坊，花几万、几十万上各种咨询技能辅导班的咨询师不在少数。所以免费参加项目中的家庭暴力咨询能力培训的吸引力是非常大的。在项目谈判进展缓慢的时候，我便决定借机看一下，谁是为了免费培训来的，谁真的想做热线咨询。我群发了一封邮件，大意是：项目资金还没有谈下来，也许谈不下来了，在这种情况下，谁愿义务接热线？结果，有四位男士回复表示愿意无任何报酬地接热线。我对这个结果已经非常满意了。我也知道，他们是白丝带运动可以依赖的力量。

后来项目批下来了，参与义务接热线的志愿者得到全额资助参加咨询能力提升工作坊，而未接线但报名当志愿者的人，只要愿意自付差旅费，也可以参加工作坊。结果是，那些当初没有选择义务接线的人，也没有选择自付差旅费参加培训。我承认这是一次考验，让我知道将有限的资源向谁倾斜。这好像有些不“厚道”，但要维系脆弱的男性运动，这又是必须的。我不希望看到项目结束之后，没有人再做白丝带志愿者。

社会运动需要两种人：一种用来作倡导，需要人数很多，可以对公众和媒体“做秀”，“秀”过也就散了，他们同样是必不可少的，因为社会运动本身就需要倡导；但社会运动的核心力量，一定是另一种人：愿意长期投入、有蚂蚁啃骨头精神的理想主义者。他们通常视

社会运动的理想为自己的人生理想。这种人在一个社会运动追求的理想没有被社会广泛接受的情况下，不可能很多。男性参与运动，便是如此。我们有时需要前者，当几百名男性一起向媒体宣誓反对针对妇女暴力的时候，是有其积极意义的，他们自身可能从此改变，别人也可能在他们带动下改变。但是，我们一定要理想主义者作核心力量。没有项目资金，理想主义者照样会做自己想做的事。许多时候，我们甚至要警惕项目资金慢慢“毒害”理想主义者的可能性。

需要说的是，理想主义者也并非天生的，而是可以培养的。男性运动本身就是帮助男性觉悟，创造更多的追求性别平等的理想主义者。

在前面说的那些阻碍男性奉献公益的社会性别角色障碍没有清除之时，在这个充满生存压力的社会，用什么来支持一个人长期奉献公益？他持续的动力在哪里？在我看来，这只能是将公益与个人职业理想相结合。社会运动的倡导者，一定要帮助你的追随者，将公益事业和个人事业结合起来！白丝带热线的核心力量是心理咨询师，这不仅是因为他们有专业技能，还因为他们可以更好地将热线公益与个人职业相结合。持续的公益奉献与职业生涯、人生规划绑在一起才能相辅相成。

我曾与白丝带志愿者一起思考：成为白丝带热线、白丝带运动一分子，可以给我们带来什么收获？大家都可以看到的是：通过白丝带提升个人职业声誉，扩展社会网络及影响力；通过白丝带提升个人职业技能；白丝带志愿者培训中学习到的技能，可以用到平时的咨询工作中，间接也就提升了个人收益；通过参与性别平等运动，提升觉悟，完善个人的亲密关系；参加公益活动所带来的精神富足感；等等。如果说前面几条还过于“物质”，后面二条不正是男性运动、公益活动追求的“正能量”吗？

所以，一定要让公益事业的志愿者在这份事业中找到自己人生、事业、精神的成长点，公益不应该成为单方面的付出，而应该成为互动的“双赢”。

白丝带志愿者，可以做这些

成为白丝带志愿者需要什么条件？只有一个，承诺自己不使用暴力，并且不对暴力保持沉默。

成为志愿者不需要承担很多的劳作，如果劳作太多，很多人会望而却步。

每个白丝带志愿者都可以自己决定做什么，什么不做也可以，只要有上面的承诺便行了。

有人说：如果什么都不做，再多的志愿者有什么价值？

我说：不只行动有力量，不只言说有力量，承诺本身也有力量。

多一个男人承诺，就少了一个施暴者；

多一个男人承诺，就多了一个男性榜样。

如果有一天，这个社会遍布着白丝带志愿者，性别暴力将无处藏身。

做到上面的承诺，并不简单。

有调查显示，近 50%的男人都或多或少使用过暴力，真的能够在有暴力冲动的关键时刻停下来，这需要很高的觉悟。

做到“不对暴力保持沉默”就更难了，很多人将暴力当作别人的私事；另外一些人即使觉得应该干预，也担心自己受到伤害；还有很多人还没有学会如何去阻止暴力。确实，冒

失的举动，甚至可能使自己成为受暴者。

白丝带运动的理念是：虽然大部分男人不会对妇女施暴，但是，如果看到对妇女施暴而保持沉默，实际上是默许了暴力。

印度曾有一个“按门铃”运动。当听到邻家有家暴发生的时候，去按一下门铃，然后，借一杯水，核对一下时间，问是否知道今天的天气……总之，你打断了暴力，警示了施暴者，这同样是“不对暴力保持沉默”。

一位白丝带志愿者，将白丝带反对性别暴力的宣传折页，塞到有暴力声响传出的邻居家的门缝里，这同样是“不对暴力保持沉默”。

同样，在公共场所遇到暴力，你可以直接过去劝说、阻止施暴者，也可以问受暴者：“你需要帮助吗？”如果你觉得这样做对自己有危险，也可以躲到一边，偷偷打电话报警。

中国的白丝带志愿者徽章，是由一位名叫黄伟的志愿者设计的。

鲜红的方形衬底，边缘还有一些粗糙，模仿了中国印章的外形与色彩，突显中国特色；中间的白色丝带，折叠成一个中文的“人”字，象征着我们致力于帮助人的工作。

有人说，这设计远看像一个“囚”字。

图像的解释因人而异，即使真的像“囚”，那也可以意味着：我们要把每个男人从支配性男性气质的囚笼中解放出来，把每个人从父权制的囚笼中解放出来。

曾有志愿者说，他努力动员身边的人加入白丝带志愿者团队，但得不到响应。

我说：一定不要“动员”别人加入白丝带，而要启发他自愿地加入白丝带。

志愿者，一定是自愿的，发自内心的渴求。所以，不可以强求，不可以动员。只能靠让他了解到我们的理念，让他感觉到这和自己有关系，能够帮助到自己，然后自觉要求加入。

帮助别人也是帮助自己。助人者自助，这是很多志愿者长期参与白丝带工作的原因。

同样基于这样的理念，我们从不勉强任何一位志愿者做具体的公益工作。我们相信总会有人来做这些工作，我们从来不缺少热心投入的参与者。只有本人热心投入，才是有效的。

我所观察到的不同的志愿者团队，都是多数人很少参与实际工作。

我对志愿者们说：最简单的事，转发一条白丝带信息的微博或微信，就可以算作志愿者的奉献工作了，因为这信息经你传播，可能会有一人、三人、五人从中受益。

只有当公益的事业不成为志愿者的负担时，他们才可能更多地参与。

白丝带组织，绝对不可以只从志愿者身上“索取”，而不给他们“回报”。

回报的，不一定是金钱，可以是荣誉，可以是成长，可以是自豪感，甚至可以只是志愿者间的友谊与交流。

我们要让白丝带团队中的每个人，都因为成为志愿者，而获得成长的机会，从白丝带受益。

扩大白丝带的影响力、公信力，让白丝带做出更大的成绩，从而便可以增加每个志愿者的自豪感、荣誉感。

当有资源可以分享的时候，如培训的机会，就要让尽可能多的志愿者有机会利用这些资源，给他们从公益中收获的机会。

有些志愿者是抱着自己的目的加入团队的，他们一些人是家庭暴力的施暴者，一些人是受暴者，希望在这个团队中解决自己的问题。白丝带也要给他们机会，倾听他们的倾诉，带领他们一起往前走。当他们因为白丝带而改变之后，他们就是最铁杆的志愿者。

白丝带团队中，有好几位这样的志愿者。

为什么需要男性参与反对性别暴力？

有人强调男性参与对男性自身有益；

有人认为男性占有优势，所以必须争取他们；

男性共同的成长经历和生活经验，更可能理解男人的想法和行为，男性对男性做工作

更容易：

……

这些都没有错。

成为男性参与的一员，是男人的义务、责任，也是权利。

在这个过程中，我们要探索吸引男性，又不令男性反感的策略。

男性参与，一定是男性自身的需要。这才是关键。

一位朋友在某国走访妇女运动团体，问起该国男性的白丝带运动，对方很不屑地说：那群男人呀，偶尔喊喊口号而已……

我不确定这描述是否有偏见，因为针对包括白丝带运动在内的男性参与运动，女权主义界是存在不同声音的。但朋友转述这话时，我想到的是：中国的白丝带运动绝不能停留在喊口号的层次。

当然，我认为“喊口号”本身也是有意义的，因为它就是一种倡导，何况是男性在倡导，在喊“性别平等”的口号；更何况，“喊口号”也是需要水平的。

“喊”到人的心里去，触动他灵魂深处的东西，喊醒他的觉悟，喊他站到白丝带志愿者的团队里！

白丝带相信每个个体都有改变自己 and 倡导他人改变的能力。

[白丝带](#)相信绝大多数男性都是友好的，并且厌弃这种暴力行为。

白丝带运动不认为男人天生有暴力倾向，许多男人是学习到以暴力的方式表达愤怒和不安全感。

白丝带坚信男人可以改变，应该改变，有权利改变。

白丝带认为，男性应该是反对性别暴力的行动主体，而不只是妇女运动的附属。

男人可以在妇女节做些什么？

又到妇女节。忽然觉得妇女节对我如此重要。

小时候，妇女节是半天假日，一场电影。大了些，妇女节是一个文化符号。但是，当我投入性别研究之后，妇女节的意义在一点点变化。特别是我自己正式开始从事男性研究之后，我才深深感到，我与女性的命运如此紧密时被结合在一起。

在今天，我的心情更是格外复杂，感受着这个节日对于男人和女人的意义。

妇女节不只是女人的，也是男人的。在我看来，妇女节应该是一个男人和女人共同致力于推进性别平等、性别公正、两性和谐的节日，从这层意义上看，男性也可以把妇女节当“男人节”来过。

妇女节这天，建议一个男人坐下来，拿下面这些问题问自己，在回答的过程中，你也许就可以知道自己是否是一个有性别平等意识的男人，以及你可以做什么了：

1. 我和伴侣每天各做几小时家务？我是否认为带孩子、做家务是女人的事？
2. 我是否对伴侣实施过家庭暴力？无论是肢体暴力、精神暴力、性暴力、经济控制……
3. 孩子上幼儿园和小学时是谁在接送？开家长会时，我和伴侣是否去的次数一样多？
4. 如果一位女同事工作很出色，仅因为她是女性在升职时就失去机会，我是否觉得不公正？
5. 我是否对女性进行过性骚扰？看到别人对女性进行性骚扰，我是否有勇气站出来阻止？
6. 看到网络上遍布女性的裸体照片，炒作女性的“走光”事件，我是否感到不舒服，意识到

这是父权文化下对女人的伤害？

.....

男人不积极支持、推动两性平等，便不可能有真正的两性平等。如果女人喊要，男人喊不，得到的只有冲突。所以，两性必须携手，妇女节不应只用来奖励女人，同时应该用来鼓励、觉悟男人，让男人认识到妇女节和性别平等对女性和男性的重要意义，这是一枚硬币的两面。鼓励男性参与推进性别平等已经成为时代主题，男性参与能更有效地推进建设家庭和谐与社会和谐。

西方国家的男性运动，以及中国目前的男性运动萌芽，其中进步的力量，均是支持性别平等的。妇女组织在推进性别平等的过程中，应该吸收、接纳、鼓励男性的参与，女人自己唱独角戏是不行的。

在性别平等过程中，男性的使命是：反对针对妇女的任何形式的暴力；反省作为男性在社会性别体制中所获得的既得利益，与女性分享权力；承担在社会和家庭中的责任，如分担家务、抚养孩子，不仅拒绝任何歧视与伤害女性的行为，并且对任何歧视与伤害女性的行为不再保持沉默；积极主动与女性沟通，参与到妇女组织的义务工作中；在本职工作中，以及社会活动中，积极地树立社会性别平等意识，推进社会性别平等思想的普及。

具体到妇女节这一天，男性应该积极宣传上述理念，身体力行地在上述行为中有所作为，至少可以在私人层面可以从具体地帮母亲、妻子承担家务做起。但是，正如我们不希望对妇女的关注仅停留在妇女节这天，我们也希望男性的上述行动不是妇女节的应景之作。

男性要做到这些，就要放弃文化中长期灌输的大男子主义思想，放弃传统的男性气质对男性的要求，在同他人（包括但不限于女性）的交往中不再持“支配性”的立场，如夫妻关系、父子关系、工作关系中都自觉检省自己是否有不平等的思想，只有这样才能促进男女平等，促进建设和谐家庭与和谐社会。

男性在参与推进社会性别平等的过程中，不仅将促进社会性别公正，而且也将促进自身的成长。这一过程将使男性变得更加快乐、自信，以及赋有成就。

我曾主张设立男人节，但今天，我忽然想，也许确实根本不需要再来一个男人节了。让我们一起过好女人节就是了。我们对两性平等、两性和谐和美好向往，都可以寄予在女人节中来实现。我们只需要赋予女人节更多的内涵就行了，在事实上把它办成一个男人和女人共同的节日，办成一个我们走出父权文化传统的节日！

节日的名称并不重要，节日的内涵也可以不断修正与丰富。

在这个女人的节日里，我决定给自己放半天假，细细地体味男女和谐的内涵。

顺便说一下，今天是三位朋友的生日。一位是女性朋友，两位是男性朋友。那两位生日在妇女节的男性朋友，却有一些兼性情怀。在我看来，有兼性情怀的人最美。

校园白丝带运动，可以做什么？

男性参与反对针对妇女暴力的白丝带运动，是否有必要在学校开展，意义是什么，以及应该如何做？这是我在高校演讲介绍白丝带运动时经常被问到的问题。

白丝带运动绝对有必要在高校开展，错过高校的白丝带运动是残缺的。

记得2012年“反对性别暴力16日”期间，某高校的学生想在校园做反暴力宣传，被该校学生处阻止了。阻止的理由是：“大学校园不存在性别暴力。”

校园当然存在性别暴力，性别暴力是全球性的普遍现象，有不同性别存在的地方就可能有性别暴力的存在。约会强奸算不算性别暴力？招生歧视算不算性别暴力？性骚扰与性侵犯算不算性别暴力？“没有最瘦，只有更瘦”、“没有最美，只有更美”的“美貌文化”算不算性别暴力？对不具备“大男人气”的男生，以及具备“大男人气”的女生的蔑视与排斥，算不算性别暴力？……大学校园也是父权社会的一部分，像这个社会中的所有场景一样，是充斥着性别暴力的空间。校园中的许多学生，是性别暴力的受害者、加害者、目击者。

白丝带的校园运动，可以帮助学生在青少年时代便树立反对性别暴力的意识，这将影响他们的一生。

以大中学为例，学生已经开始或即将开始亲密关系，白丝带运动可以帮助他们拒绝亲密关系中的暴力。对于那些曾经生活在暴力阴影中的学生，白丝带运动有助于他们不作暴力的传承者。白丝带运动无疑将建设更加和谐的校园环境。

那么，校园白丝带运动可以做些什么呢？

你可以在校园里开办白丝带及反暴力的讲座。不要说你不是专家，普及性的讲座不需要专家，只需要热情。当然，你必须学习，学习的过程就是你进步的过程。只要你愿意，你非常容易找到资料来学习。

你可以组织反暴力知识竞赛、征文比赛、演讲比赛、情景剧设计、电影播放与讨论等各种同伴们喜闻乐见的活动形式，传播反暴力及白丝带运动理念。

你可以成立男性成长小组，和伙伴们讨论性、性别与亲密关系的话题，比如，可以回忆、分享与父亲的关系，从中感受不同类型的男性气质对男人的影响；可以分享与他人关系中的暴力情绪，检讨背后的因素，寻找解决的策略；……事实上，如果能够凝聚几个男人长期坐一起讨论严肃的话题，这本身便是对支配性男性气质的改造，因为这种男性气质并不支持男人内省与交流。

你可以在看到他人施暴的时候不再保持沉默。这可能是你的男同学正对女友施暴，可能是在食堂或其他场合男生与陌生女生发生争执时的施暴，可能是课堂上老师的言语暴力，也可能是性骚扰……你以往只是转身离开，或装作没有注意到，甚至围观。从今以后，你要过去阻止。这就是白丝带运动要求你做出的承认：不对他人使用暴力，并且不对暴力行为保持沉默。

你可以打断男生们在一起的“谈性”，如果这些谈话中有污辱女性的成分，有性暴力的幻想。这样的谈话在我们生活中非常常见，性幻想没有错，但污辱别人有错；有暴力倾向的交流，有时可能酝酿暴力行为；至少，这样的交流会让在场的人觉得，暴力倾向是被大家接受的，暴力没有太大的“错”。所以，你必须表明你反对的态度，这就是白丝带的态度。

最重要的是，你要佩戴白丝带，特别是在每年11月25日至12月10日这十六天期间。在中国文化下一直佩戴白丝带是需要勇气的，因为别人可能很错愕，以为你家里有什么丧事。他们会问你，你则需要坦然地告诉他们：你是为那些被暴力对待致死的女性戴的，你是白丝带运动的一分子！你可能还需要详细讲一下白丝带的故事：1991年，三位加拿大男性，在一个房间里，开始讨论如何让男人行动起来反暴力……

在做这些的过程中，白丝带运动与反暴力的理念就这样传递了，白丝带运动就这样在校园展开了！

成为白丝带运动的一分子，很困难，也很容易。困难是你要坚定地站在受暴者一面，这可能需要你挑战和颠覆你自己的，以及这个社会上的许多观念；容易的是，只要你决定了，你总有一些事情可以贡献给这份事业。

校园白丝带运动，你准备好了吗？

下编

推动男性参与的工具

说明

在过去十年间，CWRV 项目在男性参与、反对性别暴力、性教育等诸多领域开展工作，其成果均可以用来作为推动男性参与的工具。

在此，我们将最主要的成果按适合人群做一下筛理。有的成果适用于不同的人群，故分别列入。所有工具，或收入本辑，或在本辑的“推动男性参与图书介绍”中有详细介绍。

1、大众倡导类工具

- 《男人的声音：16 位性别平等男讲故事》
- 《好爸爸养育好孩子：全参与型父亲指南》
- 《亲密关系如何伤害我们——性别暴力的 94 个案例》
- 《做全参与型好男人——男性气质与男性参与》
- 《电影中的性别暴力》
- 《阴茎独白》剧本

2、大众培训用工具

- “好伴侣好父亲：全参与型男性团辅“手册

3、青少年教育类工具

- 《猫头鹰幼儿性教育系列绘本》
- 《小学生性教育教学工具包》
- 《初中生性教育教学工具包》
- 《高中生性教育教学工具包》
- 《积极行动：校园反对性别暴力教育工具包》
- 《让欺凌归“零”：终止校园欺凌工具包》

4、心理咨询师专业提升类工具

- 《做全参与型好男人——男性气质与男性参与》
- 《亲密关系如何伤害我们——性别暴力的 94 个案例》
- “性别暴力热线咨询手册”
- 《和家暴创伤说“再见”：——原生家庭承受暴力者团辅手册》
- 《肯定性咨询法》

好伴侣好父亲：全参与型男人团辅手册

方刚 编著

目录

前言	以团体辅导的方式培养“性别平等男”
本手册使用说明	
第一次	认识朋友，一起成长
第二次	挑战社会性别刻板印象
第三次	“大男子汉气概”的伤害
第四次	父亲角色（1）
第五次	父亲角色（2）
附：	父亲角色电影鉴赏（4篇）
第六次	学习沟通
第七次	培养做家务和照料家人的态度
第八次	和谐的性，承担避孕责任
第九次	拒绝家庭暴力
第十次	生个孩子，真的想好了吗？
第十一次	作个出色的“准爸爸”
第十二次	陪她进产房
第十三次	婴幼儿护理
第十四次	玩具与倾听
第十五次	让孩子远离暴力
第十六次	职场好伙伴（1）
第十七次	职场好伙伴（2）
第十八次—十九次	社区倡导
第二十次	成长无止境
小组效果评估表	

前言 以团体辅导的方式培养“性别平等男”

本手册提供了一套操作性极强的团体辅导方案，用于培养“性别平等男”，或称“全参与型好男人”。全参与，是指男人参与到传统上女性从事的家庭、社会工作中。具有性别平等意识的男人，才可能成为全参与型的“好男人”。

设计这套方案的目的

中国白丝带志愿者网络的工作目标是：促进男性参与、反对性别暴力、推进性别平等。我们认为三者是密不可分的。

为了实现这一目标，需要做多方面的努力。学校性别教育的落实、社会舆论的宣传倡导、国家政策的推进、社会性别文化的改造……社会性别主流化的过程无疑将起到最重要的积极影响。

在具体的实践中，一些针对个体的改造是通过个体咨询辅导以及团体小组的方式进行的。在西方一些国家已经有了很多通过团体小组，这些小组是教育、影响男性，促进男性参与的成功实践，特别是在父亲角色的领域。

在中国，这样的团体小组以前从来没有人开展过。

笔者希望通过这套辅导方案使得这样的工作可以非常方便地展开。

“性别平等男性成长小组”，致力于帮助小组成员成为具有社会性别平等意识、反对性别暴力、在公领域和私领域都做到积极参与促进性别平等的实现的“好男人”。

团体辅导的优点

“白丝带丛书”曾出版《做全参与型好男人：男性气质与男性参与》，是希望通过阅读促进男人自我教育、自我觉悟与成长，可以视为“全参与型好男人”的“自学读本”。而这本《全参与型好男人团辅手册》则是希望通过团体小组带动小组中的男人成长。

“自学”好，还是团体好？因人而异。对于多数男性来说，很难得时间和机会参加团体小组，自己读书便是成长之径；而对于能够有机会参加团体小组的男性来说，小组中带领者的引导、组员间的互动，无疑将更有效地激活他们的思想，更快地成长。

在小组中，所有的困惑也均可以寻求解答，讨论的过程更是思想交锋、形成态度的过程。

如何才能使那些目前对家务没有兴趣的男人，实现对家务劳动、育儿事务更感兴趣，更多地参与进照顾家人的工作中？

许多男人渴望与自己的伴侣和子女形成更深刻的关系，在他们的生活里发挥更积极的作用，但是有时候受传统的社会性别角色的束缚。比如，社会性别角色给他们的任务是养家糊口、支付家庭开支，而不是充当照顾者的角色。这时候他们应该怎样做？

有的父亲会疑惑：“当我的儿子在对我大喊大叫时，我是应该作为一个权威者对他更大声的喊回去，让他学会尊重我；还是应该告诉他我的想法和询问他到底怎么了？我可以给我的两岁的女儿洗澡吗？还是说这件事只有女人才能做？”

团体小组活动提供了一个男人空间让他们分享和讨论他们在履行伴侣、父亲责任中面临的挑战，可以让他们批判性地反思社会和文化规范以及对丈夫、父亲角色的定义。

在这个过程中，他们可以从小组里其他男性的身上得到支持，从别人身上的经历获得解决自己所面临问题时的经验，了解自己还有哪方面需要学习。组员还可以利用这个空间互相鼓励平衡工作和家庭的焦虑与压力。

讨论不一定立即得出一个“最好的答案”，但是在这个过程中父亲们听取各种各样的人提出了不同的解决方案，这会帮助他们得出自己的结论。

小组会议的目的就是致力于帮助这些男性，为他们提供渠道和资源，帮助他们在伴侣关系和亲子关系中克服障碍和困难。

男人成为“全参与型好男人”的好处

男性具备社会性别平等意识、参与家庭劳务、照顾孩子等等，这些不仅将使女人受益，对孩子的健康成长将是非常重要的，同时，也将使男性的生活更加幸福。

男人有责任成为参与支持妇女获得平等权益和支持她们外出工作的盟友；为了加强关于育儿事务公平分配的基础，男人必须被鼓励承担同等的抚养孩子的责任，为家务劳动和母婴健康保障做出贡献。

通过参与照料孩子的过程，男人与孩子建立起更强大和更不可动摇的情感连接。数十年的研究表明，相比那些缺席父亲的孩子，在父辈身边受到支持和榜样力量的孩子更容易有安全感、受到更好的保护、免受暴力、有更多的成功动力和更容易地处理生活压力。

男人积极参与育儿事务，对性别社会化产生积极的影响，使孩子们质疑传统的性别角色，更加开放和灵活的发展自己，而同时参与育儿事务的女性也会感受到更为支持性的情绪，就

像是有了合作伙伴。

男人自己也从育儿中获益：那些参加更多的育儿事务的男性认为自己比那些极少参与育儿事务的男性拥有更好的精神状况和身体健康。

团辅方案的目标

这套团体辅导方案的重点在于转变性别规范，旨在使小组成员通过质疑和批判性反思学习关于性别规范的含义；减少生活中暴力的态度和行为；内化新的性别观念和规范，即性别平等、男性参与的观念，将其应用在自己的生活。

团体小组工作的目标是：

- 男性支持性别平等、重视妇女和儿童的权利；
- 男性反对任何形式的针对妇女和儿童的暴力；
- 创建男人与伴侣对话的关系，反对使用暴力作为一个手段解决冲突；
- 男性与伴侣创造平等、快乐、健康、关爱的关系；
- 男性与伴侣分担日常的家务劳动；
- 促进伴侣双方在育儿事务上的合作伙伴关系；
- 支持有效的沟通以及愉快安全的性行为；
- 关注性健康和生殖健康；
- 男人表达愤怒情感的方式不包括使用暴力；
- 男人可以是脆弱的：男人可以寻求帮助，无论是从朋友那里还是专业人士那里；
- 提高男人参与育儿的自信和技能；
- 促进父母与其子女之间的沟通。

好伴侣、好父亲，是否是性别平等男？

当我们培训男人在家庭领域中承担责任的时候，可能会面临的一种指责是：好伴侣、好父亲，不等于性别平等男。

笔者在 2005 年开始倡导男性参与的时候，便经常受到一种批评：过于关注男人在私领域的改变，而忽视他们在公领域的责任。

是的，好伴侣、好父亲，并不必然地等于性别平等男。男人可能在家庭中承担责任，但可能在职场中进行性骚扰、歧视女性、强化社会性别刻板印象、巩固父权制，等等。所以笔者从来没有忽视推动男性在公领域改变的意义。但是，推动男性在私领域的性别平等态度，不仅与公领域的责任不冲突，而且是相互促进的。本手册特别有二次团体设计，是针对职场中的性别平等意识的。这也突显了我们的追求。

但笔者也一直认为：推动男人参与性别平等运动，不能仅通过“政治正确”的道德感召，而要从帮助他们反思父权制对自己和家人的伤害做起。这些论述，在“白丝带丛书”的另一本书《做全参与型好男人：男性气质与男性参与》中，有非常详细的讨论，欢迎参考阅读。

笔者在向各地的白丝带志愿者领导人推荐这个团辅手册时，也一再强调：我们要时刻警惕，不要把“全参与型好男人”的培训变成普通的家庭关系、育儿技术的培训，而一定要时刻保持高度的社会性别敏感，认识到这是一个颠覆传统社会性别刻板印象，旨在促进男性参与推进性别平等、挑战父权制的培训。只有这样，才能彰显我们工作的价值。

参考已有成果

写作本手册的过程中，借鉴了四套西方的团体辅导方案。它们都是国际上影响较大、较权威的方案。其中两套是针对普通父亲的、一套是针对低龄父亲的，这三套都致力于培养男人的父亲角色；还有一套是致力于培养男人对于父权制度反思的团体方案。

笔者编写这套方案时，将男人、伴侣、父亲这三个角色放在一起干预；将对父权制度的批判放在日常生活中思考，但回避了过于政治化的表述；加入了对男性气质的反思，并为之贯穿始终。

当然，对中国文化背景、社会现状的考虑是编写过程中必不可缺的。因此，这可以视为一套中国本土的男性成长方案。

本套方案中约三分之一左右内容是直接借鉴前面四套方案进行改写的，但绝大部分为原创。北京林业大学心理系学生陈雅琦、白丝带志愿者顾伟、田斌分别承担了部分英文资料的翻译工作。上海开放大学朱雪琴对本手册的编写提供了重要建议。白丝带志愿者张凌华通读全书，修正了文字和标点。

本手册参考的四套方案分别是：

名称：Program P: A Manual for Engaging Men in Fatherhood, Caregiving, and Maternal and Child Health

编著者：REDMAS、Promundo、EME

出版机构：REDMAS Promundo EME MenEnage MenCare Save the Children RutgersWPF Sonko Gender Justice Network

出版日期：2013

名称：Fatherhood and care giving

编著者：Instituto Promundo, Ecos, Programa Papai, Salud y Género

出版机构：International Planned Parenthood Federation / Western Hemisphere Region

出版日期：2009年7月

名称：A MenCare father's groups manual for Sri Lanka

编著者：World Vision, Promundo, MenCare

出版机构：World Vision, Promundo, MenCare

出版日期：2013年3月

名称：动员男性加入反对性别暴力的实践：挑战性与性别暴力背后的制度环境

编著者：英国苏塞克斯大学发展研究学院编著

翻译：汕头大学妇女研究中心编译

出版机构：汕头大学出版社

出版日期：2013年5月

谁来使用这套方案

这套团体辅导方案研发完成后的2015年夏季，笔者曾试图以商业运行的模式在中国使用一次，我们发布了“好伴侣、好父亲：男性成长工作坊”（戏称“男德班”）的招募启事，但只有2人最终交费报名。从中可以看到中国男性的性别意识与参与意识。

2015年10月初，英国驻华使馆资助中国白丝带志愿者网络应用本手册对10多名来自全国多个城市的白丝带领导人进行了培训。培训中，多位领导人分工带领完成不同的活动，对手册后期的修订也贡献了智慧。这次培训既提升了白丝带领导人的理念与能力，同时也为此手册通过白丝带志愿者网络在中国各地的推广打下了基础。本手册中配的团辅现场照片，均来自这次培训。

在此培训手册出版之际，中国白丝带志愿者网络已经在18个城市建立了地方服务站，

未来还会在更多的城市建立服务站。笔者希望白丝带志愿者中推动男性参与的地方领导人，可以在当地召集男性成长小组，应用此培训手册。

笔者也希望有更多的机构，可以借助这本团体辅导手册，开展这样的男性成长小组。

本手册不是在心理学的层面使用“团辅”概念的，本手册的团辅小组更像社会工作小组。只要具有社会性别意识，便可以尝试带领小组。

各地妇联、民政、社工、企事业单位，也均可以开展这样的活动，甚至商业的咨询、辅导机构，也可以进行。

让我们共同努力，使中国社会出现更多的“性别平等男”！

本手册使用说明

本手册主要提供了一套团体辅导方案，用于组织男性成长小组，并在小组中应用这套方案。

小组性质

与那些心理咨询、治疗的团体性质不同，“全参与型好男人成长小组”的性质是教育，目的是促进团体成员学习和成长。对于组员来说，这是一个学习社会性别平等理念、反思支配性男性气质的伤害，学习作全参与的好伴侣、好父亲的过程。

小组规则

很多团体都会有严格的规定，要求成员必须全程参与每次活动，中间不能退出，也不接受新的成员加入；同时还会要求成员对讨论的内容、其他组员的信息进行保密。

全参与男性成长小组略有不同。笔者认为：能够从一开始参与到最后一次，当然是最理想的，可以促成系统的理念更新与成长。但是，考虑到今天中国社会文化对于男性参与不够重视，无法保证小组均能够筹集到足够的组员，所以如果小组开始之后能够有男性加入也应该是非常欢迎的；这样虽然不可能全面地接触每一次团体活动了，但单次团体活动也可以促进参加者不同程度的成长。

另外，全参与男性成长小组应该鼓励小组中的理念向外传递，而且通常并不会涉及到小组成员的隐私。所以，只要是没有涉及到隐私的内容，便不需要对外保密。这样的小组的存在，本身便是一种对性别平等、男性参与的倡导。

小组的周期与时间

有研究显示，小组教育课程最理想的效果是每周进行两个或两个半小时，持续 10 至 16 周，这将对组员态度和行为的改变最有效。毕竟，一周的间隔时间有助于小组参与者可以把在活动中讨论的主题应用在现实生活中，然后带着感悟返回到小组中继续讨论。

也有人认为，每次活动 90 分钟左右是理想的。

笔者在北京带领团体小组的经验是，许多组员利用周末的时间从城市的四面八方赶来，在北京这样的大城市熬费在路上的时间每人每次需要 2—4 个小时；有的组员还从邻近的省份赶来，路上时间可能更多。所以，如果每次小组活动只进行 2 小时，对组员的热情都是一种打击。因此，笔者带领小组的时候通常到 2.5 至 3 小时，这才能够大体满足小组成员渴望在一次小组活动中更多收获的心情。

但是，对于非常方便集合到一起的小组成员，比如居住在同一个社区中的成员，也许常

规的 90 分钟是更理想的，这些需要带领者来判断和决定。

本套方案的设计，每个活动环节注明的“建议时间”是假设有 10 名组员的活动时间，仅作参考；按这个建议时间，每次小组活动需要 3 小时左右。在实际的进行中，带领者可以依据自己小组的具体情况有所调整。几乎所有小组活动，如果成员较多便需要较多时间；如果成员少那么时间也相对少。必要的时候，带领者可以将设计中的一次小组活动拆分成二次。

一个重要的原则是：每次活动时不要让小组成员太累，要保证小组成员还能够在活动中思考和成长。

小组的内容

现在的小组活动是设计成 20 次。

其中前 8 次主要是社会性别意识的成长、学习作“好伴侣”；中间 7 次则主要是学习作“好父亲”；随后的 3 次是培养“好的工作伙伴”、“好的社区公益成员”；当然，这些理念是相互交织的。最后一次是结束活动。

活动的组织者可以将这一套方案拆分成多个小组，比如专门做“好伴侣”的小组、专作“好父亲”的小组、关注职业和社区中的“好男人”的小组，可以根据小组内容选择适合的组员。

即使不拆分，如果小组成员均是接受过社会性别平等教育，或接受过关于男性气质的反思的教育，或是接受过其它内容的教育者，也可以考虑删掉或减少相关活动的内容。

整套方案虽然重点是关注个人领域的成长，即前面 15 次活动。但是，个人的即政治的，我们也同样关注男性在公共领域的性别平等角色。我们的追求是：男性参与改变自己、改变家庭、改变职场、改变社区。

场地要求

同其它团体小组对场地的要求一样，没有特别的要求。

活动应该在一个宽敞、舒适的，没有干扰的环境中进行，能够让参与者可以畅所欲言。建议场地墙壁上可以挂上性别平等的公益海报或一些儿童形象的海报。

笔者自己带领团体小组的经验是，为参与者提供一些饮料、水果、甜点可以起到促进交流、放松身心的效果。

团体成员的选择

1、角色

由于小组活动的议题跨度较大，要从亲密关系到孩子的哺育，所以最理想的组员是那些即将走入婚姻、即将成为父亲的人，他们会对小组的各项议题都感兴趣。

当然，如果在资源许可并且自己要求加入小组的情况下，也可以吸收尚未恋爱的男性来“预习”亲密关系，或者接收已经成为父亲的人来“补课”，他们彼此之间的异质性同样有助于促进交流和讨论。

团体小组对成员的吸纳应该具有开放性。像我本人和白丝带志愿者网络所致力的工作一样，我们努力推进对多元的尊重，反对各种形式的歧视。所以，性别平等男人的成长小组，对于“男人”的理解不限于“生理男人”；对于“伴侣”的理解不限于异性恋的、登记结婚的夫妻；对于“家庭”的理解也不限于一个母亲和一个父亲与他们的孩子住在一起这种传统的心家庭。所以本手册中更多使用“伴侣”，而非“妻子、丈夫”这样的概念。

事实上，在其它类型的家庭结构中，伴侣、男性、养育者同样需要承担相关责任，比如：同性家庭、单亲家庭、家庭成员住在一起和不住在一起的家庭，或者与养父母、继父母和祖父母的家庭。

此外，叔伯、兄弟、老师、教练和继父均能对孩子深刻而积极的影响。父亲不仅仅是简单的生物角色，他通常表现为对孩子有质量和深度的教养。所以，男性成长小组欢迎所有渴望改变的男性参加。

2、性别

小组的目标是帮助男性成长，促进小组成员成为“全参与男人”，所以招募成员的目标当然是男性。

但是，西方一些国家的经验也显示，如果伴侣一起参与父亲成长小组，更有助于达到团体小组期待的效果。性别混合组让男人和女人听到了从另一性别的声音，为男性和女性之间搭起了沟通的桥梁，并提供双方共同探索和理解他们的关系和性别态度的机会。

虽然混合组展现了其独特的优势，但在某些情况下讨论敏感话题时，在单一性别的组内有些成员觉得更安全，更可以舒服自在的表达自己的情感和想法。所以，也可以考虑具体话题的时候限定性别。

还有一个可以考虑的方法，即虽然小组主要是由男性组成，但某一次或几次的小组活动欢迎他们带伴侣来。

总之，小组是纯男性还是吸收一些伴侣一起参加，都各有利害，还是交由带领者自己决定吧。

3、人数

作为学习、成长的小组可以比咨询、治疗小组的人数多一些。但即使如此也不建议超过15人。否则，对于带领者掌控、小组讨论、活动时间均是挑战。

理想的人数和其它小组一样，也是10人为宜。

带领者

有一种说法：一个带领者不是一个老师或导师，也不是一个领域的专家，她或他可以是创造一个安全环境的人，可以是一个很好的听众。但是，依笔者的个人观点，“全参与男性成长小组”的带领者还是要具有如下素质：

- 1、清晰的社会性别平等意识；
- 2、对男性气质的深刻了解和理解；
- 3、对性别暴力持明确的反对态度；
- 4、自身在亲密关系与育儿方面有经验；
- 5、自身拥有职场经验及思考。

有了这些基础，就具备了成为“全参与男性成长小组”带领者的基本素质；不是说没有这些基础一定不能做带领者，而是可能要努力学习的东西还比较多。

像社会性别意识、反对性别暴力的理念，如果带领者自身的认识不深刻，很难在讨论中自如地引导可能呈现出来的各种各样的观点，特别是质疑。

至于具体的育产知识、性知识、家务劳动的技能、育儿技能，则不一定要要求带领者全部掌握，可以通过进行短期学习获得；也可以在某次活动中请相关领域的专业人士作为嘉宾一起参加小组活动，回答组员问题中获得。我们的一些活动也确实是这样设计的。

“全参与男性成长小组”带领者的性别，一定要有男性，这是肯定的。但是否需要一位女性作为共同带领者呢？这是需要考虑的。在某些情况下，男人的确更愿意与男带领者互动，而且现在设计的小组活动中，有一些涉及到性等私密的经验，那么男性带领者更适合。然而，如果有男女带领者共同带领小组，两人间的相互尊重与协作，本身对于组员就是榜样。而且，女性带领者还可以在讨论相关议题的时候，把女性的视角和声音带进来。

所以，我个人比较倾向建议男女两位带领者，只是在特别的小组活动时，女性带领者回避。

带领者需要具备的其它特质与其它团体小组的带领者没有太大差异,包括但不限于如下这些:

- 要准时开始活动,当代人都很忙,带领者应该对他们能够来参加小组活动心存一份感激,所以尊重大家的时间非常重要;

- 要擅于从一个普通的小问题开始活动,它可能是:“最近一周过的好么?孩子们怎么样?”

- 带领者应该从自己的角度真诚的关心组员,并且给他们时间和空间审视自己的烦恼,这很重要;

- 有能力为团员创造一个开放和互相尊重的环境,让他们可以轻松地分享和学习;

- 给组员开放的思考空间,带领者不应该成为小组的中心;

- 必须有处理政治和矛盾的能力;

- 应该是一个敏感机警的参与者,要观察组员的身体语言,对小组成员的状态和行为特别注意,随时保持警惕;

- 遇到困境时,带领者可以引导启发组员继续积极参与。比如,问组员:“什么是会阻碍你参与讨论的因素?”、“发生什么事情会让你想退出小组?”;

- 善于鼓励大家参与,鼓励人们分享他们的经验;

- 一定要坚持活动的目标,当讨论有远离小组目标的倾向时能够及时拉回来;

- 灵活处理小组中的问题,随着时间推移,可能需要改变小组活动的进程;

- 能够清晰地总结小组讨论和严格遵循小组规则;

- 准备回答“价值观”问题。这些问题并不一定要有正确或错误的答案,它涉及个人意见,有时这是最难回答的;

- 某些情况下,带领者可以将某些小组成员转给其需要的专业人员。

方案的结构

本手册的辅导方案分为目标、推荐的时间、材料、步骤、说明、作业等一些环节。

目标

具体描述要在本次活动中讨论的信息、想法和技巧,这些概述了每次活动的学习目标。带领者应在每次活动开始时告诉成员本次活动的目标。

推荐的时间

建议每次活动的时间。根据活动成员的数量及工作状况及其他因素,有必要调整每次活动的时间。

所需材料

活动中所需要的材料。如果没有其他要求,基本的材料如纸、笔、黑板应该就可以了。如果列出的材料可能不容易找到,带领者有调整材料的权利。例如,白板可以用纸板、报纸或黑板代替。

小组活动的步骤

小组活动进行的步骤。一般来说,带领者在活动之前必须要仔细评估活动步骤是否可行,是否合适所有小组成员。

说明

对于步骤的解释或补充,或给带领者的提示,帮助其更好地完成步骤。

热身活动

几乎每一次活动方案中,笔者都选择了一个“推荐热身活动”。我选择的时候,尽可能使这个活动与该此小组活动的内容或理念相接近。

这只是参考。在实际带领小组的过程中，带领者可以安排更多的活动。

链接

链接是提供给带领者使用的，需要在小组讨论中传达给小组成员的信息，或者是讨论中可能需要的资讯。

作业

活动结束后，带领者会给每名成员布置作业或任务。家庭作业有助于帮助成员们在实践中巩固学到的知识技能。

多数情况下，需要成员们将在下一次的活动中讨论完成这些任务的经验、感触。这个步骤并没有清楚地列在每次小组活动的方案中，带领者可以根据时间进行调控，来决定是否以及何时进行关于作业的讨论。

灵活使用方案

虽然我们给了一套标准的方案，但是，带领者可以灵活地、创造性地使用方案，最重要的是应该根据小组活动的现实情况使用。

带领者在必要时可以增减活动内容或调换不同内容的次序。

如果组员们在过程中出现缺乏活力、失去兴趣或变得不那么积极，要反思是否活动的主题和提出的例子太过抽象，带领者要根据活动中实际情况进行调整或删除，尽量向成员的日常生活、经验、感情关系更紧密地靠近。

小组活动时讨论的问题应越具体越好，应该关注组员的当下而不是投射到未来。

小组的价值观

尽管小组活动中的参与者可以针对不同话题进行讨论，其中许多问题并没有正确或错误的答案，但有些问题是不容置疑的，也就是每个组员都必须认同的，有下面几个：

- 男人应该支持性别平等和妇女儿童权益；
- 男人应该反对任何形式侵害妇女和儿童的暴力；
- 男人必须是一个积极主动的照顾者和养育者：无论是在计划要孩子之前、妻子怀孕期间、分娩期间和孩子出生及之后；
- 男人应该承担平等家务和家庭责任；
- 男人（父亲）有很多种形式。他们可能是异性恋、同性恋、双性恋和变性人；他们与他们的伴侣生活或单独生活，或与他们的父母一起生活；他们收养了孩子，等等。

第一次 认识朋友，一起成长

第一次小组活动最重要的是要建立组员间的彼此信任、安全感和自我信心。如果这种模式从一开始建立好，后面的小组活动进行起来就将顺利许多。

本次活动的内容和目标包括：让组员彼此熟悉，为良好的交流打下基础；通过分享期待，形成小组关注的议题的共识；形成组员愿意共同遵守的小组规则。

环节一 相识

目标：

让组员彼此熟悉，建立初步的信任

建议时间： 30 分

活动：

步骤 1：小组带领者首先自我介绍；

说明：带领者在此环节的自我介绍中，应该包括两个重要的方面：首先是自己的身份信息，如姓名、年龄、职业、是否在恋爱、是否结婚；如果结婚是否有孩子，几个孩子，孩子的性别和年龄；其次是介绍自己作为小组带领者的专业背景，即：经历过什么样的专业训练。

步骤 2：小组成员各自介绍；

说明：小组成员的自我介绍，应该包括如前述带领者自我介绍中的各项身份信息，还可以包括经由什么途径了解了小组、为什么要参加小组等背景介绍。

成员的自我介绍最好采取互动活动的方式进行，以增加活动的乐趣。下面是三个推荐的备选活动，带领者可以从中任选一个进行。

推荐活动 1：记忆力大比拼

小组成员坐成一圈，随意由一名组员开始，逐一自我介绍。介绍内容如前所述。

要求：每个组员介绍自己之前，先复述前面介绍过的组员的信息，即：第二个自我介绍的组员复述第一个自我介绍的组员的信息；第三个自我介绍的组员复述前面两个组员的信息；……最后一个自我介绍的组员复述前面所有组员的信息。

这个过程中，如果谁复述出现错误，其他人可以帮助他修正。

这是一个小组成员加深对彼此了解的过程，记忆力比拼的形式比较生动有趣，有助于大家集中精力，记忆其他组员的信息。

活动结束后，可以评比“最佳记忆力”一、二人，颁发纪念品。

推荐活动 2：配对介绍

小组成员两两配对，互相介绍个人基本信息外，还可以增加一项“最近最让你开心的一件事”。

如果小组成员为单数，则带领者不参加配对，以保证其他成员均两两配对。

3—5 分钟的配对介绍后，回到大组中，每个人逐一向全组介绍与自己配对者的个人基本信息及“最近最让他开心的一件事”。

推荐活动 3：寻找一样的人

所有成员站起来围一个圆圈，然后一个接一个的移动到圆圈中心，说出自己的一个特点，其他成员中符合这个特点的，便也站到圆圈中心。

这里的特点应该是与亲密关系有关的个人问题。比如：我正在恋爱中；我已经结婚了；我每天做家务；我是同性恋者；我有一个儿子；……

首次站到圆圈中的人，还可以介绍自己的姓名、年龄、职业等基本信息。

要保证每个小组成员均站到过圆圈中，其中一些人可能是多次站到圆圈中。活动可以在彼此已经熟悉的情况下结束。

步骤 3：带领者介绍小组整体规划以及本次活动流程。

环节二 期待

目标：

呈现出每位组员对小组活动目标的期待，凝聚共识。

所需材料：

纸、笔、背板。

建议时间：60 分钟

活动：

步骤 1：分组讨论

将组员分成 3 或 5 人一组，各小组内部讨论：

1、你认为作为一个好伴侣，应该是什么样的；你希望在小组中学习什么以便达到这一目标？

2、你认为作为一个好父亲，应该是什么样的；你希望在小组中学习什么以便达到这一目标？

3、每个小组有一名组织者，负责掌握时间并记录；总计有 8—10 分钟的讨论时间。所有的组员都有机会针对问题发表自己的意见。

步骤 2：呈现分享

分组讨论结束后，所有人回到大组中，各组的组织者向大家介绍本组讨论中呈现的观点与需求。介绍的时候合并同类项，以节省时间。

带领者安排一名志愿者，在黑板上写下各组的观点与需求，相同的内容不重复记录。

步骤 3：分析引导

在各组介绍完之后，带领者针对黑板上的记录进行分析，并总结其突出的思想：哪些是对于“好伴侣”、“好父亲”的期望，最能体现性别平等的理想，是符合我们这个小组活动的目标的；哪些是错误的期望，不符合小组目标。

对于错误的期望，最好不是带领者直接否认，而是询问小组成员是否均认同这一期望是有价值的。通常，小组中会呈现不同的观点，带领者可以适当地引导，以便促进符合社会性别平等理念的观点呈现出来，并且在讨论中逐级深入，为多数组员所认同和接受。即使有个别组员没有认同和接受也没有关系，这正是小组未来工作的目标。

在对于“好伴侣”“好父亲”的期待分析之后，带领者再来分析组员“希望在小组中学习到什么”的表述。符合小组预定目标的期待均打勾；完全不符合小组既定目标的期待的，告知成员并且放弃；有助于形成小组预定目标，但不是直接针对小组目标期待，通常会是非常个人化的，可以标出来，向小组成员说明。这些非常个人化的期待可能在小组进行中自然地解决，如果没有解决可以单独辅导，或者在所有成员都同意的情况下增加或调整小组工作时间进行讨论。

最后，带领者结合前面的呈现与分析，简要介绍小组计划中的每次活动主题，以及小组的最终目标。

总会有一些组员希望在小组中学到的东西在给定的时间内无法进行讨论。对于这些，带领者要告知组员，即使不能满足所有愿望，也会尽最大的努力去发现这些问题的答案，或给他们指出正确的资源去让他们自己学习。

说明：“分析引导”这部分，是此次活动中最多涉及到小组男性参与、性别平等理念的部分。带领者需要具备专业的知识和理论，才可以更好地分析，并且对小组成员呈现的期望进行点评、分析、引导。这个过程，也是小组成员初步接触、形成对于性别平等、男性参与理念的认识过程。

休息。

热身。

说明：

带领者可以根据小组活动的实际情况，在多数组员出现疲惫迹象，或者讨论陷入僵局，或者活动进行到一个阶段时，安排休息。

休息开始之后，可以安排一个热身活动，调动大家的情绪。如果小组活动是在下午，或者组员都很疲惫的情况下，这样的热身活动就更显必要。

热身活动，如果能够与小组活动目标契合，成为小组活动的一部分，自然地导出后面的环节，这将是理想的。但是，通常无法总是做到这一点。所以，这并不是热身活动的必要条件。

可供团体小组使用的热身活动很多，带领者可以自行安排，也可以自己创造新的热身活动形式。本手册推荐的热身活动，仅供参考。

推荐热身活动

猜猜我是谁

所需材料

不透明的幕布一条。

规则

1. 参加的人员分成两边；
2. 依序说出每人的姓名或希望别人如何称呼自己；
3. 组织者与助理组织者手拿布幕隔开两边成员，分组蹲下；
4. 第一阶段两边成员各派一位代表至幕布前，隔着幕布面对面蹲下，组织者喊一、二、三，然后放下幕布，两位成员以先说出对面成员姓名或绰号为胜，胜者可将对面成员俘虏至本组；
5. 第二阶段两边成员各派一位代表至幕布前背对背蹲下，组织者喊一、二、三，然后放下幕布，两位成员靠组内成员提示（不可直接说出姓名、绰号），以先说出对面成员之姓名或绰号为胜，胜者可将对面成员俘虏至本分组；
6. 活动进行至其中一组人数少于三人即可停止。

注意事项

1. 选择的幕布必须不透明，以免预先看出伙伴而失去公平性及趣味性；
2. 成员蹲在幕布前，避免踩在幕布上，以免操作幕布时跌倒；
3. 组织者应制止站立或至侧边偷窥的情况发生；
4. 组员不可离组织者太近，以免操作幕布时产生撞击；
5. 组员叫出名字时间差距短，组织者须注意公平性。

说明

此活动使初步认识的队员再次彼此认识。

活动时，可增加幕布前代表人数；可让组员背部贴紧幕布，另一分组凭其轮廓猜出其姓名或绰号；可在排球场进行，以海滩球互相投掷时，需要叫出对方队友姓名或绰号，全部叫完前不可重复。

虽然本手册在每次活动中只推荐了一个热身活动，但小组带领者可以安排更多的热身活动。所以热身活动的时间，带领者可以根据小组的进程灵活掌握。

环节三 规则

目标：

针对小组规则达成共识。

所需材料：

纸、笔、背板。

建议时间： 30 分钟

说明：

第一次会议要创建小组规则，这是为了保障小组顺利进行需要每个组员遵守的纪律。包括：按时出席每次活动，不能迟到、早退；友好、平等地进行讨论，不能对他人进行人身攻击；对其他组员的私人信息进行保密；等等。

通常的团体辅导活动会要求全程参与，中间不能有组员的进出。对于“男性参与”的小组而言这也是最理想的。但是也可以不做这样严格的要求，毕竟我们不是治疗或咨询性质的小组，而是学习成长的小组。

小组规则，可以由小组成员提出，集体讨论确定；为了节省时间，也可以带领者事先准备草稿交给大家讨论，根据大家的意见进行修改。把最终确定的规则抄写清楚或打印，请所有小组成员签字，以示郑重承诺。

在后期的小组活动中，如果出现个别人偶尔违反规则的情况，私下提醒即可；如果出现较大规模、明显地违反规则的情况，带领者可以拿出组员签字的规则念一遍，提示大家遵守。

下面的规则样本，仅供参考。

实例参考：**全参与男性成长小组成员契约**

- 1、不无故缺勤，若缺勤需事先告知，以方便大家协调；
- 2、不迟到、不早退；
- 3、保密，未经同意不透露涉及小组成员个人隐私的信息，对外谈论小组活动时需要略去可以识别出小组成员身份的信息；
- 4、鼓励积极交流，坦诚开放度，分享内容真实；
- 5、对他人分享的内容积极反馈，给予充分支持和回应，不批判、不贴标签、不进行人身攻击；
- 5、所有参与者互相尊重、关心、帮助，认真倾听别人的发言；
- 6、对于一些异于自己的想法也要尊重，每个人都有权利自由地表达自己的意见；
- 7、每个人都有选择的权利，没有人会被强迫参加任何活动；
- 8、增强同理心：把自己放在别人的角度思考；
- 9、发表意见时使用类似的短语：“我觉得”、“我会……”、“我曾经……”；
- 10、活动时间不做与活动无关的事，尽量不接电话；
- 11、按时完成小组作业。

小组成员签名：

年 月 日

环节四 总结

目标：引导小组成员总结本次活动的收获，进一步促进对小组目标与理念的共识。

建议时间：30 分钟

活动：

请小组成员自由发言：在今天的小组活动中，你有什么想到但尚未表达的想法？有没有什么事情或发言是让你感到意外的？你有什么新的思考和发现？

说明：

这个环节是对整个活动的总结，包括小组成员间的进一步熟悉。实践中，可能更多是针对“分析引导”环节中涉及的理念的梳理与强化。

带领者对于组员呈现出来的困惑，可以根据解决这个困惑所需要的时间，决定是当场反馈还是留给大家思考，说明会在以后的小组活动中解决。

总结：

小组结束时，带领者需要：

感谢所有组员参与讨论，并且真诚地分享他们的信息与期望；

对他们的配合、尊重和信任表示赞赏，并鼓励他们继续参与未来的小组活动；

提醒组员遵守小组规则的重要性。

说明：每次活动结束时，均需要一些表示感谢、期待继续积极参与的结束语。除非特别说明，此后各次活动方案中不再列出。

作业

在结束前，告诉组员们本周有两个作业需要完成。

- 1、与你的伴侣或好友交谈，邀请 Ta 与你分享对于伴侣、未来孩子的父亲的期望与顾虑；
- 2、准备好在下一次小组会议中（如果可以的话）分享你们交谈的想法。

第二次 挑战社会性别刻板印象

本次活动目标是帮助小组成员了解社会性别、社会性别刻板印象等概念，深入反思社会性别刻板印象及其对个体生活的负面影响，进而思考社会性别刻板印象在伴侣关系、亲子关系中的体现，从而为在亲密关系中颠覆社会性别刻板印象打下基础。

环节一 讨论伴侣或友人的期望

目标：

通过讨论伴侣或友人对伴侣、孩子父亲的期望，充分了解女性心目中的“好伴侣”与“好男人”要求，明确自己的努力方向。

所需材料：纸、笔、背板

建议时间：40 分钟

活动：

每位组员分享上星期的作业：与你的伴侣或好友交谈，邀请 Ta 与你分享对于伴侣、未来孩子的父亲的期望与顾虑。

在分享的时候，充分了解女性心目中的“好伴侣”与“好男人”要求，分享哪些自己已经做到或可以做到，哪些是自己无法做到或不愿意去努力做的。

带领者针对后者进行讨论：这种“无法做”及“不愿做”的合理性。

说明：

分享中可能会带出对社会性别刻板印象的思考，这将有助于开启后面的讨论。

环节二 成语和性别

目标：引导组员认识到社会性别是文化建构出来的，而不是由生理性别决定的。

所需材料：黑板、粉笔

建议时间：40分钟

活动：

步骤 1：列举

带领者请组员分别说出一些用来形容男人和女人的成语。

组员自由发言，一位志愿者将其写到黑板上。黑板的一侧写形容男人的成语，另一侧写形容女人的成语。

步骤 2：分析

请组员分析：这些成语是生物决定的，还是社会文化建构的？

进一步分析：形容男人的成语是否也可以用来形容女人；形容女人的成语是否也可以用来形容男人。

说明：

通常情况，形容女性的成语更多是关于外貌的、私领域的，形容男性的成语更多是关于智慧的、公领域的。带领者可以首先引导组员注意到这一差别，并且说明：这一差别的存在恰是我们的社会文化将女人更多局限在家领域，将男人更多推除在家领域、推入到公领域的体现。这样的分享对于整个小组的后续活动是非常有帮助的。

这之后，再请组员讨论这些成语所表现的男女特征，到底是生物决定的，还是文化建构的。有些成语将被认为是生物决定的，带领者可以进一步引导：与社会文化的建构真的没有关系吗？同时请不同的组员发表意见。通常，会发现：社会文化仍然在其中起着重要的作用。带领者总结：性别的差异更多是后天文化建构的，而不是先天生物决定的。

在讨论将同一个成语用来形容不同的性别时，也会有组员认为某些成语是不可以的。此时，带领者可以征询其他组员的意见，深入讨论是否真的不能够替换使用，如果替换又会怎样。在讨论的过程中组员将发现：如果我们对性别气质、性别分开采取开放的多元态度，其实绝大多数成语都可以用来形容另一个性别。

分析中可能有组员提出：社会性别是如何被建构出来的呢？这时便需要讲解社会性别建构的过程。（参考后面的链接）这种讲解也可以采取小组成员各叙己见、集体讨论、带领者总结的方式进行。

步骤 3：总结

引出社会性别刻板印象的概念，讲解性别刻板印象的特点、形成的影响因素等。如果破除社会性别刻板印象，绝大多数的成语均既可以形容男人也可以形容女人。

在这个分享的过程中，带领者引导小组成员认识到社会性别刻板印象的存在，并且反思这种刻板印象。帮助组员认识到主流社会关于性别分工的概念是后天建构起来的，并不是“天然合理”的，是可以挑战和颠覆的。

在亲密关系中，结婚、生育和抚养子女加重了性别分工，在男主外、女主内的社会文化下，女性被要求承担更多私人领域的责任，需要“相夫教子”；男性被赋予公共领域的责任，必须重事业、养家。这剥夺了男人和女人的自由选择权，以及多元发展的机会。

实例参考：

形容男人的成语：高大威猛、勇敢刚强、血气方刚、气宇轩昂、事业有成、英俊潇洒、才华横溢、内秀外刚……

形容女人的成语：温柔细腻、勤俭持家、体贴呵护、相夫教子、美丽动人、闭月羞花、婀娜多姿、贤妻良母……

分析：

比较容易产生争议的成语，如“高大威猛”、“英俊潇洒”、“美丽动人”、“婀娜多姿”等，会被认为是生物决定的。但是，这些成语被作为一种性别的“生理美”的标准，恰恰是社会文化建构的。同样是描述生理的美，男人和女人的标准是不一样的，从而也成为男人和女人分别趋之若鹜的社会文化标准。

在用来形容另一性别方面，“高大威猛”的女人和“闭月羞花”的男人同样存在，只不过他们不符合社会主流文化的标准，但随着社会文化的改变，同样可以用来形容他们。而“相夫教子”只要改为“相妻教女”，“贤妻良母”改为“贤夫良父”就可以了。

链接 1：社会性别被建构的过程

当一个婴儿呱呱落地之时，人们急切询问的第一句话便是“是男孩还是女孩”？一旦得到答案，父母便开始精心的盘算。男孩将用抚养男孩的方式来抚养，女孩则将用抚养女孩的方式来抚养，社会化的过程由此开始。

- 起名字（男孩子：建国、强、刚、光、龙；女孩子：萍、婷、静、玥）；
- 衣服着装打扮（男孩子：不好打扮、颜色多为黑色、蓝色；女孩子：好打扮、粉色、红色等等各种颜色）；
- 玩具（男孩子：玩刀枪、玩具汽车等；女孩子：毛绒玩具、芭比娃娃等）；
- 游戏（男孩子：踢球、电脑游戏等；女孩子：跳皮筋、踢毽子等）；
- 教养方式（男人有泪不轻弹、男儿流血不流泪、男儿膝下有黄金、男孩子活泼；女人无才便是德、女人要保持贞洁和清白、女孩子文静、淑女）；
- 专业选择（男生选理工科，女生选文科）；
- 社会价值认可（男性通过征服世界、获得功名禄利而得到社会认可；女性是干得好不如嫁得好，要想嫁得好必须符合社会评价女人的标准，如美丽、顺从、温柔）；
- 广告（女性的价值在家里——洗衣粉广告、调味品广告、婴儿奶粉尿不湿的广告，男人的价值在社会中——汽车广告、银行广告、酒的广告）；
- 新闻（男性包养情妇——主动，女性爆乳露背——被动勾引）；
- 偶像剧（通常是男主角有权有势，女主角温柔善良贫穷却不在乎金钱。男主角爱上女主角的“温柔、善良、不在乎金钱”的“女性品质”，女性以爱情的名义获得了富足生活）；……

这个过程往往和文化传统有着密切的关系，例如中国传统儒家文化中就存在着强烈的男孩偏好。此外，正由于这种传统的带有性别偏见的文化孕育了一整套带有不公、歧视甚至压迫的制度，这一整套社会制度规训着人们的作为、限制了人们的思考，进一步强化了男尊女卑文化的“天然性”或者“合理性”，使得人们自己内化和认同这种文化。这就是造成人们很“自然”地区别对待不同性别者的原因。

链接 2：社会性别刻板印象

定义：性别刻板印象亦称性别偏见，是人们对男性或女性角色特征的固有印象，它表明了人们对性别角色的期望和看法。在对人的认知中，人们总是力图找出各类角色的共同特征，以缩短和简化认知过程。

类型：社会性别刻板印象主要涉及四个方面，即：外表形象(如女性娇小柔弱，男性高大威猛)、人格特征(如女性情绪化、自卑感强，男性理智、自信)、角色行为(如女性照顾孩子，男性修整房屋)和职业(如女性是秘书，男性是经理)，这几方面是彼此联系的。其中，外表形象是最有影响力的因素。

特点：

第一，它是对社会人群进行极为简单化的性别分类；

第二，在同一社会文化或统一群体中，性别刻板印象具有相当的一致性；

第三，性别刻板印象常常是与客观事实不相符合的，因此，又叫做性别偏见。性别刻板印象是影响个体社会化的重要因素。

影响因素：

有研究者认为，促进儿童早期性别社会化最早也是最重要的因素是家庭，特别是父母的影响。在家庭教育中，父母会自觉不自觉地将成人世界的性别规则传递给儿童，并塑造其子女的行为使之符合社会规范的要求。所以，性别刻板印象并不是生理性别的结果，而是社会文化环境的结果。社会环境因素不仅通过生理成熟间接影响人的心理发展，而且它还直接作用于人的心理，促进不同性别的人的不同社会化过程。因此，社会环境因素应是性别刻板印象的决定性影响因素。

休息。

热身。

推荐热身活动

自由落体

规则：

所有人围成一个圆圈，先由辅导员站在中间演示。辅导员全身绷直，朝任意方向做“自由落体”，旁边的学员需要轻缓的接住，并轻缓的将辅导员推回原来的直立状态。最后所有成员将其举起环绕一圈，之后每个学员依次尝试。此活动要注意安全。

说明：

这一活动有助于增加成员间的信任感。

环节三 观念与澄清

目标：帮助小组成员进一步澄清一些社会性别刻板印象。

所需材料：信封、纸条

建议时间：60分钟

活动：

准备一个信封，里面事先放上一些纸条，每张纸条上写一个错误的性别观念。请小组成员分别抽取一张，分享自己的观念。其它小组成员就此发表相同或不同的意见。

说明：带领者在讨论中要起到积极的引导作用，带领组员进一步澄清一些社会性别刻板印象。

下面的一些错误观念，供参考。

观念 1：男性比较理性，富逻辑观念；女性就比较感性，较情绪化。

澄清：

(1) 男女性的个性特质受教育、文化环境与性别角色期待的影响，但本质上并无太大

差异。即便有差异，也是因人而异，不是因性别而异。

(2) 感性和理性都是人类对待世界的方式，除了极端感性和极端理性，我们处理社会事务往往需要更多的调和，而不是执着于其中一种，否则难免偏颇并失去灵活对待社会事务及开展人际交往的能力。

观念 2: 女性比较容易受到伤害，男性应该保护女性。

澄清:

(1) 在生理方面，可能有些女性的体格没有男性强壮，但未必就容易受伤害；也不是所有的女性在所有的生理特质上都逊于男性，比如，女性的身体柔韧性强于男性；女性普遍的平均寿命高于男性；等等。

(2) 女性应该受到男性保护的价值观，一方面强化了男性是强者女性是弱者的不平等地位，很多社会资源并不会天然向弱者倾斜，而相反的更可能被强者得到；另一方面，这种强化使得女性忽视自我意识与独立意识上的培养，也让一些在体力、生理上较弱的男性受到贬低，在具体情境下他们的权利也得不到保障。

观念 3: 男性通过成就来肯定自己；女性通过关怀他人来肯定自己。

澄清:

成就感是每个人基本都有的需求，人得到肯定也是一种成就。每个人肯定自我价值的途径都是多种多样的，与生理性别基本上关系不大。

观念 4: 女性的表现最好不要优于男性，应让男性觉得他很重要。

澄清:

(1) 平等的社会中应该给每个人平等的发展和成长机会，而不是因性别、种族、民族或者社会地位等等予以不公平的对待；

(2) 每个人都是独立的个体，每个人的能力都应受到肯定；

(3) 每个人在获得自己权利的过程中都要照顾别人的感受，没有任何一种性别应该得到格外的优待和看重。

观念 5: 如果男人“不像男人”，女人“不像女人”，社会将很混乱。

澄清:

(1) 并不存在某种标准化的男人或女人，每个人都是不一样的。要求男人“像男人”、女人“像女人”，本身就是对社会性别刻板印象的强化。

(2) 每个人作自己，才是个性的充分发展，才是最和谐自然的社会。相反，男主外、女主内的僵死模式，伤害了很多男人和女人，也阻碍了社会的进步。

观念 6: 女性具有生育的能力，女性更细心，这些都先天决定了女性更适合承担日常抚育孩子的工作，而不是男性。

澄清:

(1) 生育能力是生物决定的，但抚育能力、细心等等，却是后天学习的。有些女人并不细心，有些男人非常细心；有些女人并不喜欢抚育孩子，有些男人很喜欢抚育孩子；

(2) 在动物界，抚育孩子也不是“先天决定”由母亲做的。比如：企鵝父亲负责为后代喂食和提供温暖，而母亲负责提供家庭的食物；海马的雄性除了使雌性受精还会把后代放在尾巴下面的口袋中保护；鸵鸟雄性会帮助雌性孵蛋，然后还会去寻找食物；

(3) 在照顾孩子方面男女没有生物特征方面的差异，只要我们用心学习，男人和女人同样可以照顾得好孩子。

观念 7: 男、女的专长本来就不一样,“男主外、女主内”是最好的分工方式。

澄清:

应按照个人的能力、兴趣、志向以及便利性等协调分工,不宜提倡性别隔离,尤其应该鼓励挑战性别刻板印象的选择。不论主内或主外,其贡献都应受到肯定。

观念 8: 男人没有能力照顾好自己,女人更会照顾自己和男人。

澄清:

关心自己和别人是能够在生活过程中学习的技能。从童年起,女孩就被鼓励照顾别人,例如,玩娃娃,就像是在演习未来的家庭生活。当一个男孩决定玩这样的东西时,他通常会遭到嘲笑和谴责。对于女孩子,保持卫生整洁是重要的,而对男孩子,这方面的操练却是缺少的。对于男孩,我们则教育他们强大和阳刚的重要性,不能哭,要勇于克服障碍和面临的危险。

很多情况下,当一个男孩子开始玩“女孩的游戏”时,父母就会用更严厉的方式教育他,买枪或类似的玩具给他“教他成为一个男人”。这样的方式无法使男人们学习关心自己和他人,家庭和社会没有提供给男人这种体验照顾他人的机会,这才是很多男人不会照顾的根本原因。所以,男人照顾自己和他人的能力,是可以通过学习获得的。

环节四 我的十步

目标

引导小组成员思考社会性别刻板印象对自己的伤害,坚定挑战社会性别刻板印象、勇敢地做自己的决心。

建议时间: 30 分钟

活动

步骤1: 参与者站成一排(若站不开可以站成两排,但要拉开距离);播放舒缓的音乐。

步骤2: 大家闭眼,安静听带领者叙述下列情况,如果认为描述符合自己的经历,便向前走一步,如果没有就停在原地;全体都站定后,带领者读下一条情况。

带领者陈述:

- 如果你曾因为你的性别而不能自由选择自己喜爱的着装打扮,请向前走一步;(例如,作为男孩的你曾想要留长一点的头发却被强行剪掉;作为男孩的你穿漂亮的衣服被人讥笑为女生。)

- 如果你曾因为你的性别而不能去做某些你想做的事情,请向前走一步;(例如,因为你是男孩而不能跳橡皮筋。)

- 如果你曾因为你的性别而选择了你不喜欢的专业,请向前走一步;(例如,高中生想读文科,却因为男生而被父母留在了理科,或者大学选专业,你想选英语却因为男生而被迫选择了物理。)

- 如果你喜欢做一件事,却因为你的性别而被人嘲笑,请向前走一步;(例如,你是一个男生却喜欢织毛衣或刺绣。)

- 如果你曾因为你的性别而感到烦恼或伤心,请向前走一步;(例如,曾想过如果自己换一个性别,那生活肯定会更美好一些。)

- 大家睁开眼睛,带领者可以分别让走在前面、中间、后面的参与者分享下自己的故事,为什么走到了现在这个位置,以及自己的感受。

说明: 注意参与者分享时候的情绪,太过触及伤心事的话要尽量避免。组织者引导大家认识到性别差异所带来的区别对待,以及对我们的伤害。

步骤3: 请大家向后转，然后重新闭上眼睛，安静听带领者称述下面每一条情况，如果感觉发生在了自己身上，便向前走一步，如果没有就停在原地；站定后读下一条情况。

带领者陈述：

- 今后面对社会上得种种，你能用一种社会性别视角去审视吗？如果能请向前走一步；（例如，当你听到有人说男人天生就花心，你会接受这种观点吗？当你看到有的单位写明不招男生，你会觉得这是天经地义吗？）

- 虽然事情不符合你的社会性别，但你以后会去实施，请向前走一步；（例如，你决定更多承担做饭、收拾房间、抚育孩子的工作。）

- 当别人质疑你的行为规范不符合你的社会性别时，你愿意坚持自己的选择吗？如果能请向前走一步；（例如，作为男性的你，就想当家庭主男，你会坚持吗？）

- 如果你愿意正视自己的性别，愿意勇敢面对自己，请向前走一步；

- 不管你经历了怎样的社会性别历程，你愿意骄傲地说，我就是我。如果能，请再向前走一步。

步骤4: 大家睁开眼睛，带领者激励大家做自己，同时布置作业。

说明:

我们尽量回避了使用“男女”“两性”这样的词汇，因为考虑到小组成员中有性别认同更为多元的参与者，要特别关照到他们的情况。

作业:

在刚才的活动中，很多参与者想到了自己因为是男人，所承受的一些社会性别刻板印象带来的影响。今天的作业是：我符合或者不符合主流男性气质的一个特点，即“像个大男人”或“不像男人”的特点，以及因此带给我的伤害。最好是想一、二个故事，下次活动时分享。

第三次 “大男子汉气概”的伤害

本次活动主要是带领小组成员一起反思“大男子汉气概”（支配性男性气质）带给男性的伤害，反思社会性别主流文化对于男性的压力，从而支持男性反思、反叛这种文化，追求更加幸福、快乐的人生。

环节一 分享性别经验

目标:

通过分享各自生命历程中身为“男人”的负面经验，开始质疑“大男子汉气概”。

所需材料: 黑板、粉笔

建议时间: 40分钟

活动:

步骤 1: 分享

上次活动中，我们已经涉及到一些因为自己是男人，所承受的一些社会性别刻板印象带来的影响。我们留的作业也是思考“像个大男人”或“不像男人”给我们带来的伤害。现在就请大家分享自己想到的经历。

说明:

每位组员陈述的过程，也是激发其他组员思考和进一步陈述的过程。带领者在此阶段只

是鼓励大家多表述，并不急于做分析和评论。

步骤 2：分析

带领者请组员们一起分析前面大家讲述的那些负面经验，来自于关于男人的哪些性别角色要求，或称刻板印象。

一位志愿者将这些列在黑板上。

可能涉及的男性性别要求或刻板印象包括：

勇敢

内心强大

事业有成

做事干脆利落

赚钱多

性能力强

好男儿志在四方

有烦恼自己消化

男儿有泪不轻弹

轻伤不下火线，小病不看医生

男主外

男人不能细腻温柔

……

带领者引导组员思考：男人一定要符合这些规范吗？这些规范带给我们什么？包括益处与伤害。如果不符合这些规范，是否就无法做一个“好伴侣”、“好父亲”？

说明：

组员的个人经验是组内学习的最好的原材料，当有别人的经验作为对比和参照时，个人更倾向于改变他们的态度和行为。

环节二 学习男性气质理论

目标：

理解男性气质的多样性，倡导非支配性男性气质。

所需材料：投影仪、PPT 课件

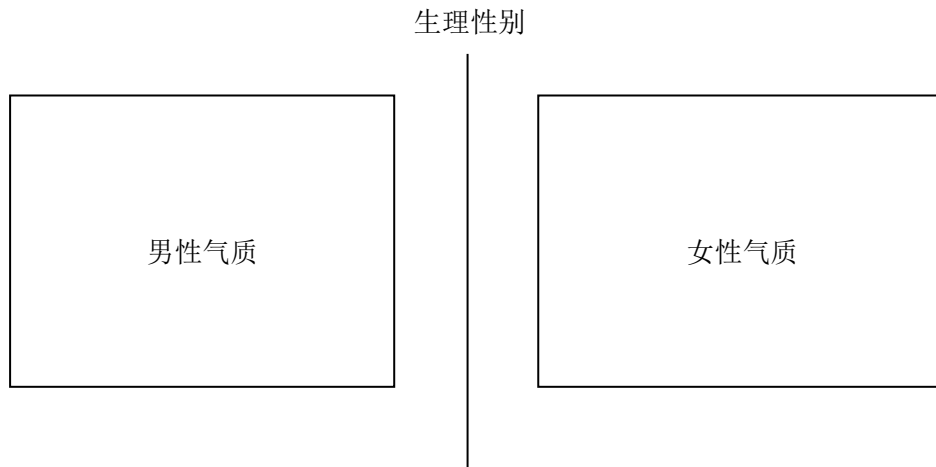
建议时间：60 分钟

活动：

步骤 1：带领者讲述男性气质的相关理论。

在 20 世纪 80 年代之前，最流行的男性气质(masculinities)理论是性角色理论(sex role theory)，它基于生理差别对男女不同角色进行强调，主张作为一个男人或一个女人就意味着扮演人们对某一性别的一整套期望。与男性联系在一起的是权力、进取心、主动、竞争力，等等；而与女性气质联系在一起的是自然感情、亲和力、被动、柔顺，等等。性角色理论忽视了个人对男性气质和女性气质的定义与再生产，同时这个理论很少谈男女间的权力，它的框架掩盖了权力和物质的不平等。

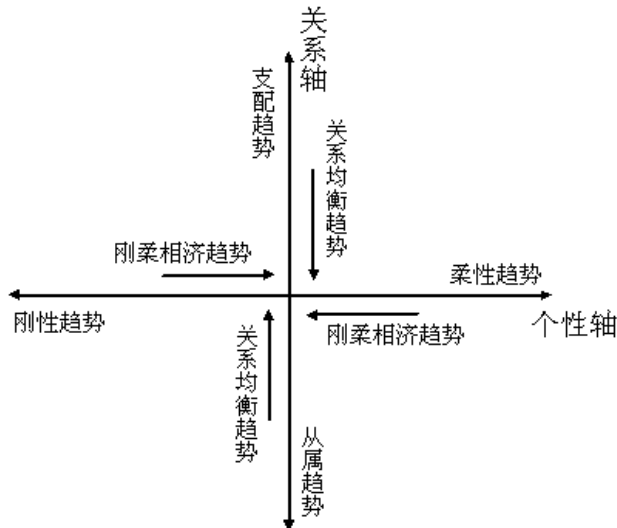
按这个理论，男性气质与女性气质便是以生理为基础的二元划分。如下图：



1982年，“支配性男性气质”（hegemonic masculinity）这一概念被提出，主张男性气质是多样的，而不是单一的。性角色理论所定义的单一的男性气质，实际上是一种“支配性男性气质”。而除“支配性男性气质”之外，还有各种各样的男性气质。不同的男人建构了不同的男性气质，社会建构的机制与过程进入了男性气质研究的视野。

本手册作者则在此前的研究中提出，任何男性气质的实践都是一种变化中的趋势，而不是静止的状态。男性气质存在多种趋势，从个性的角度，可以分为刚性趋势、柔性趋势、刚柔相济趋势；从权力关系的角度，可以分为支配趋势、从属趋势、权力均衡趋势。它们处此间还存在着各种组合，如刚性/支配趋势、柔性/从属趋势……等等。

男性气质的多种趋势理论，可以用“男性气质实践的十字轴”来表示，如下图：



在这个十字轴中，纵轴是关系轴。各种关系建构着位于两端的男性气质的支配趋势与从属趋势，其中间点为关系均衡。横轴是个性轴，即个人在男性气质实践中所表现出来的行事风格与外表气质，个性决定着位于两端的刚性趋势与柔性趋势，位于中间点的是刚柔相济。我们看到，六种趋势不是用六个点来表现，而是用六个向外扩展的箭头来表示，即突出其延续的、建构中的状态，而不是固定的位置。

在笔者看来，每一种男性气质的实践均可以从男性气质十字轴的纵轴与横轴两个维度进行分析，考察其在不同维度间的实践趋势。不同的男性气质便可以描述为：刚性 / 支配性

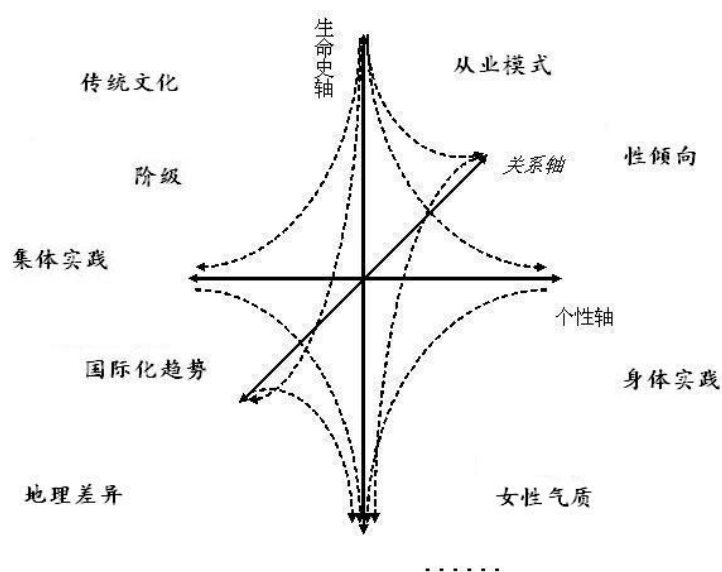
趋势的男性气质实践、刚性 / 从属趋势的男性气质实践、刚性 / 关系均衡趋势的男性气质实践、柔性 / 支配趋势的男性气质实践、柔性 / 从属趋势的男性气质实践、柔性 / 关系均衡趋势的男性气质实践、刚柔相济 / 支配趋势的男性气质实践、刚柔相济 / 从属趋势的男性气质实践、刚柔相济 / 关系均衡趋势的男性气质实践。

需要特别强调的是，上述这些只是一种对男性气质实践的趋势的描述，而绝不是分类。事实上，刚 / 柔趋势与刚柔相济趋势之间、支配 / 从属趋势与关系均衡趋势之间，均存在着广大的空间，两个维度间男性气质的实践趋势存在着无数种组合。比如同样是刚性 / 支配趋势的男性气质实践，便可能是刚性多一些或少一些（更接近刚柔相济），支配强一些或少一些（更接近关系均衡）。我们没有办法给每一个不同点上的男性气质实践进行命名，而且男性气质的实践过程是在这空间中的移动过程。

男性气质十字轴的重要价值在于：揭示出男性气质作为一种实践是在变化中的，它是只能描述而不能分类的。这样的分析才充分地体现了男性气质在实践中建构的特点。

男性气质的实践是在具体情境、具体符号中的建构。同一种符号实践可能在不同的情境及符号中均具有意义，只是其建构出的男性气质实践可能是不同的。

影响男性气质实践的因素是无限多的，只有到具体的情境中才能进行分析。比如在笔者关于男性工作者男性气质建构的研究中，便提出传统文化、地理差异、国际化趋势、集体实践、个人所属的阶级、性倾向、从业模式、身体实践，以及在实践男性气质过程中同女性气概的互动，等等这些都影响着男性气质的实践结果。笔者提出了男性气质实践的三维立体图，如下：



在这个图上，关系轴与个性轴显示的是生命史某一时段的男性气质实践，两轴之间存在着无数种可能，不同情境中男性气质的实践便在这无数中可能中体现为不同的趋势，而且是变动的，彼此之间也是相互影响的。同时，生命史轴的存在显示了生命史前期的男性气质实践会对此一阶段的男性气质实践构成影响，而此一阶段的男性气质实践也会影响到生命史后期的男性气质实践，这也就是八条虚线所显示的。此外，分布在三维图四周的传统文化、国际化趋势、女性气质、地理差异、阶级、性倾向、集体实践、身体实践、从业模式，等等，表示着对男性气质实践的诸多影响因素。

在这一立体图中，关于男性气质是变化中的趋势，是在多种因素影响下的立体性实践的

观点，便得到了充分的呈现。

步骤 2: 介绍过相关理论之后，带领者请小组成员讨论：男性气质理论对于我们理解男性参与家庭事务有什么启发。

带领者引导讨论，呈现出：支配性的男性气质与“好伴侣”、“好父亲”的角色是有冲突的，而男性气质多样性则是有帮助的。

具体来说：传统的支配性男性气质对男人的要求，与之相佐。支配性男性气质对男性的塑造最核心的便是“刚强”二字，由刚强演绎出硬汉、强者、粗犷、勇敢、事业成功、健壮，等等诸多概念。这样的男性气质鼓励男人在亲密关系中主宰、支配；在行为上粗暴、占有，以自我为中心；在职场不断追求“成功”，忽视家庭领域的责任；囿于家庭中会使他们自我感觉丧失这样的男性气质。男人不做家务，而且很少时间关爱孩子，都是由支配性男性气质决定的；在生活中照顾孩子、做家务、关注女性的健康与需要等，会有损支配性男性气质关于男人阳刚、主宰的定义。

支配性男性气质还要求男人有烦恼和心思都要闷在心里，不能像女性那样倾诉，这不仅阻碍了男性的情感表达，也影响了和伴侣的交流，给双方造成很多误解；支配性男性气质诱导男性轻视健康，扮演硬汉，有病也撑着，从而也给家庭生活中的女性带来苦恼和负担；……

可见，只有摆脱支配性男性气质主导的亲密关系、性别平等才可能在家庭中实现，家庭和谐才有可能。实践刚柔相济/关系均衡趋势男性气质的男人将有更多的时间和家人在一起，更多的时间做家务，更多的时间关心孩子，更多的时间分担女性的劳作，更坚决地拒绝家庭暴力，使女性可以从性别体制的压制下解放自己。

从前面的分析可以看出，以支配性的男性气质作为标准影响男人，不仅是对男性多元发展可能性的伤害，更是对家庭和谐、社会和谐的伤害。

按着男性气质多元趋势实践的理论，男性气质是在情境当中的建构，因此男性气质是可以改造的。即使同一个人的男性气质也会因为年龄、情境等因素处于变化中。既然男性气质是变化中的趋势，是可以改变的，那么我们就应该引导、改造那些有损家庭和谐的男性气质，向有助于家庭和谐的男性气质发展。鼓励、促进刚柔相济/关系均衡趋势男性气质的增长，是促进家庭和谐时的一个可用策略。

具体说来，就是要帮助男性认识到支配性男性气质所鼓励的男人在亲密关系中居主导、支配地位这一点是造成性别不平等关系的重要原因，帮助他们认识到这种男性气质其实也在伤害着男人自己，推动男人们主动行动起来反思和挑战支配性男性气质。例如，让男人认识到支配性男性气质强迫自己过多投入工作而牺牲与孩子在一起的时间不仅对孩子是一种伤害，对他们自己也同样是一种伤害，因为他们既面临了工作的压力又遭遇了亲情的缺失。

带领者可以说明：我们的成长小组本身便是一个促进男性气质改造的实践。

休息

热身

推荐热身活动

看你看我

规则：

要求学员两两对视，视线不能离开对方的眼睛。时间长度从 10 秒，到 20 秒，再到 30 秒。最后请学员谈谈自己的感受。

说明：

带领者可以从男性气质的角度引领大家讨论这个热身活动:传统的男性气质反对男性间的亲密,所以男人与男人对视,要么是“敌视”,要么则会因为过于“亲昵”而彼此尴尬。

环节三 学习照顾自己

目标:

培养男性关爱自己身体健康的意识,学会照顾自己,而不是再让女人照顾男人。

所需材料: 写好内容的卡片、笔

建议时间: 30 分钟

活动:

步骤 1: 给每位小组成员发一张卡片,卡片上有 10 个命题,每个命题对应的均有三个选项,请小组成员用打勾的方式做出自己的选择。

卡片设计:

男人 女人 两者都是

- 1 谁的寿命平均更短?
- 2 谁患高血压的机会更多?
- 3 谁得糖尿病的机会更多?
- 4 谁死于自杀更多?
- 5 谁死于交通事故更多?
- 6 谁抽烟更多?
- 7 谁消耗更多的酒精?
- 8 谁死于工作事故更多?
- 9 谁死于婴儿时期更多?
- 10 谁死于青少年时期更多?

说明: 10 个命题对应的正确选项,均是“男人”。

步骤 2: 在小组成员做出选择了判断后,更正错误的选择,然后带领者引导大家一起讨论:

- 你知道这里陈述的现象吗?
- 你认为它会发生在自己身上吗? 如何避免这种情况?
- 如果男人们更多的照顾自己,情况会是一样的吗?
- 男人面临什么样的压力? 为什么?
- 女人面临什么样的压力? 为什么?
- 当你病了,你会怎么做?
- 当你觉得不舒服,你通常尽快寻找医生帮助还是等待?
- 你多久去看医生?

讨论结束时,提醒小组成员:男性死亡的原因多数与长期自我毁灭的、不健康的生活方式有关,通过照顾自己和反思身体状况,他们可以改变这个情况。男人关心自己、爱护自己也是对伴侣和家庭的支持,因为你足够健康,便可以更多和伴侣、家人在一起,不成为他们的负担。

环节四 诗歌品读

目的：

通过朗诵、分享一首诗歌，进一步讨论、明确社会性别刻板印象对人的伤害，特别是对男人的伤害。

所需材料：事先打印好的诗，或投影仪、PPT

建议时间：30 分钟

活动：

步骤 1：带领者事先打印好诗歌，发到每个人手中，或者在屏幕展示。带领者带着大家一起慢速朗诵，鼓励大家边读边思考。

只要有一个女人 南希·史密斯

只要有一女人
觉得自己坚强
因而讨厌柔弱的伪装
定有一个男人
意识到自己也有脆弱的地方
因而不愿再伪装坚强

只要有一个女人
讨厌扮演幼稚无知的姑娘
定有一个男人
想摆脱无所不晓的高期望

只要有一个女人
讨厌情绪化女人的定型
定有一个男人
可以自由的哭泣和表现柔情

只要有一个女人
觉得自己为儿女所累
定有一个男人
没有享受为人之父的全部滋味

只要有一个女人
得不到有意义的工作和平等的薪金
定有一个男人
不得不担起对另一个人的全部责任

只要有一个女人
想弄懂汽车的构造而得不到帮助
定有一个男人
想享受烹饪的乐趣而得不到满足

只要有一个女人
厌倦了当性玩物
定有一个男人
必须为自己的勇猛程度担忧

只要有一个女人
向自身的解放迈进一步
定有一个男人
发现自己也更接近自由之路

步骤 2: 朗诵之后，带领者可以请小组成员针对此诗给自己的启示，分别发表看法。

作业:

回忆自己的父亲，尽可能多地回忆他与自己交往的细节。

找一个与你父亲有关的物品，可能是一个工具、一本书、一套汽车模型、钥匙、用来惩罚你的皮带，等等。准备好在下一次会议讲一个关于你父亲的故事。

如果从小没有或极少有和父亲接触的经历，则可以写下自己了解的别人父亲的故事，或者写下自己理想父亲的样子。

第四次 父亲角色（1）

本次活动主要通过带领组员回忆、分析父亲的角色实践，反思传统的大男子汉气概，以及传统父亲的冷漠形象，带给伴侣和孩子的负面影响；培养组员实践不一样的男性气质，作全参与型的家庭成员的意识。

环节一 父亲的故事

目标:

通过组员回忆、分享自己父亲的故事，深化大家对不同男性气质、父职实践的理解。

所需材料: 每位组员自己带来的与父亲有关的东西

建议时间: 60 分钟

活动:

带领者对组员们说：上一次小组活动我们留的作业是回忆自己的父亲，尽可能多地回忆他与自己交往的细节，我们还请大家找一个与你父亲有关的物品，可能是一个工具、一本书、一套汽车模型、钥匙、用来惩罚你的皮带，等等。今天，大家带这些物品来了吗？谁愿意先开始分享自己父亲的故事？

说明

- 考虑到这个活动需要一定情感开放性做支持，在会议的开始建议使用“破冰游戏”，让组员活动身体，做拉伸运动，深呼吸放松。

- 带领者需要对父亲角色、男性气质理论有较熟悉的掌握，可以在分享过程中加以引导和进行分析，从而促进组员对理解的男性气质和父亲角色的认同。

- 这个活动有可能会唤起一些成员的创伤性生活事件或暴力事件的回忆，因此，其他参

与者的情绪支持就显得很重要，静静聆听别人的经历，不要妄加评论，也不要逼迫别人说自己不想说的东西。

- 创造一种参与者共享个人回忆的亲密的整体气氛，再次重申一旦离开这个小组要严格保护好其他成员的隐私。

- 如果有成员在这个过程中哭泣，尊重他们表达情感的方式。并对他们说：“谢谢你的勇敢，谢谢你信任我们并和我们分享你的故事。我相信在这间屋子里的人一定有人和你有相似的经历”。然后鼓励其他人继续分享自己的故事。如果在这个过程中，你觉得有成员可能需要专业心理咨询师的帮助，在私底下你可以和他谈论这件事。

- 如果有成员讲的故事时间太长，你可以亲切地说：“听起来你有很多有价值的经验与我们分享，这太棒了！还有别人有类似的或不同的故事愿意分享吗？”这项技术可以用在团辅活动的任何一次分享中。

推荐热身活动

颈上添花

规则：

所有学员手牵手围成一圈，于颈上放一绳圈，在不用手的情况下将绳圈传至下一人颈上，直至所有人传完即可过关。

说明：

不用手而将颈圈传给别人，需要一定的身体亲密接触，这也是对传统的男性气质的挑战。带领者也可以由此引导组员思考：父亲是否与我们有过这样的身体亲密。

环节二 父职的类型

目标：帮助组员深刻理解父职角色实践中的不同类型，以及背后的文化影响，形成对新的、参与型父亲角色的认同。

所需材料：投影仪、PPT

建议时间：60 分钟

活动：

步骤 1：带领者讲述：在父亲角色的研究中，学者们将父职的履行方式分为不同的类型，我一面介绍，大家可以一面思考：你的父亲属于哪种类型，你希望自己是哪种类型，为什么。

1 依据父亲的参与方式划分的父职类型

美国学者 Loren Marks 和 Rob Palkovitz 提出了四种父亲类型：新的、参与型的父亲；好的养家者父亲；游手好闲的爸爸；父子关系自由的男人。

类型一 新的、参与型父亲（New, Involved Fathers）。这类父亲被认为是“好父亲”的一种，他们参与到孩子生活中的许多方面里，他们会积极主动地照料、养育孩子以及料理家务等。这类父亲使用一种更亲密的和更富于表达的方式来参与到他的孩子当中，与他们的父辈相比，他们在他们孩子的社会化进程中起到了更多的作用。

类型二 好的供应者父亲（The Good-provider Father）。所谓供应者父亲，指的是通过工作来为孩子和家庭提供经济供应的父亲。这类父亲许多都是低等或中等收入，并且受教育水平也较低，这就使得他们必须为了生计为了供给家庭而做出努力。然而仅仅是挣钱养家是不能够被称作为“好父亲”的。父亲供应孩子应该是父亲参与的一个因素，而不是与父亲参与相对立的。这一点实际上是对供应者父亲提出了更艰难的挑战，要做一个好的供应者父亲，他们不仅要担负起挣钱养家的责任，还要在孩子的其余许多方面（比如照料孩子生活起居、对孩子进行道德教育、陪同孩子游戏等等）进行参与。

类型三 游手好闲的爸爸 (Deadbeat Dads)。这类父亲被认为是“坏父亲”的一种，他们通常是吝惜时间与自己的孩子在一起，或者是吝惜将自己的钱花在孩子身上，或者是在精神上没有与孩子进行足够的交流，或者是离婚以后对养育孩子所应承担的一些基本责任进行逃避，等等。从某种意义上来说，这类父亲是在逃避他们作为父亲的这一角色，而事实上父亲角色对孩子来说是他们成长中最基本的需要之一。

类型四 父子关系自由的男人 (Paternity-free Manhood)。这个类型中的部分男人不愿意要孩子，但由于各种原因最后却有了孩子。有学者认为，这类男人原本在内心里是不愿意履行父亲职责、不想要孩子的，但是在婚姻中他们感受到了自己作为伴侣的这一身份，这使得他们拒绝说出自己最初的意愿，也就是说他们的伴侣身份压倒了他们自己原本的意愿，最终他们有了孩子。这类父亲也被称为“不感兴趣的父亲”(The Uninterested Father)，这应该说是一种最不稳定的类型，因为他们隐藏的初始意愿随时有可能在孩子出生后因为一些摩擦而引发甚至爆发出来，这对孩子和整个家庭来说都是一种危机和灾难；但另一种可能的情况是，孩子的出生改变了这类父亲的最初意愿，改变了他们对养育孩子的看法，他们在伴随孩子成长的过程中将自己塑造成了“好父亲”。

2 依据“回应度”划分的父职类型

在一项美国的研究中，根据“回应度”将父亲分为了三种类型：低回应度父亲，中回应度父亲和高回应度父亲。父亲回应度是指父亲对他们的妻子和孩子的需要表示认可和关注的程度。

这种划分方式中，父亲的回应不仅仅是针对于孩子的，也同时体现了他在何种程度上对待自己的妻子。

3 依据父亲的作用划分的类型

德国学者瓦西里沃斯·费纳克斯在他的问卷调查中得到了关于父亲的作用的四种回答，即：养家作用、工具作用、社会作用，以及把自己的事业放在孩子的利益之后。工具作用指的是对孩子进行认知和全面发展的教育；社会作用指的是对孩子的成长保持一种开放接纳的态度，并提供必要的帮助。

根据父亲的这四种作用，父亲类型被分为了两大类，一类是养家型父亲，一类是教育者型父亲。

养家者型的父亲主要履行他的养家作用，这类父亲有更多的外在生活目标；而教育者型的父亲主要履行他的工具作用和社会作用，这类父亲有更多的内在目标。

把自己的事业放在孩子的利益之后，这一条比较特殊，它显然不是养家者型父亲的特点，然而它也未必就一定是教育者型父亲所具有的特质，只能说它是这类父亲中的某些人所遵从的信念。研究显示，年龄大的男人比年轻男人更愿意把自己的事业放在孩子的利益之后。

4 依据父亲对子女职业的影响划分的类型

美国临床心理学家斯蒂芬·波尔特根据父亲对子女的职业生涯产生的影响而将父亲类型划分为五种：功成名就型、定时炸弹型（指常在家中突然大发脾气、暴跳如雷的父亲）、心态消极型、漫不经心型和富于同情心或导师型。

功成名就型的父亲永远看上去风光、自信，他们的成就很容易给子女带来压力，使子女在职场中表现出一种“受阻性”，在事业上可能不会取得太大的成就。

定时炸弹型父亲是指那些常常在家中突然大发脾气、暴跳如雷的父亲们。拥有这种父亲的人通常善于在职场中察言观色，知道如何去摸清周围人的脾气和心情。

心态消极型的父亲往往忽视子女的情感需要，他们可能会给子女带来两种职业障碍：缺

乏进取心和害怕失败。

漫不经心型父亲在缺乏对子女的情感照顾，他们的行为在无形中让孩子产生拒绝和放弃心理，他们的子女在职场中往往不知道如何应对权威人物，但这类父亲对子女们的职业发展也有好的一面，即他们可能会自发形成更自主的性格特征。

富于同情心或导师型父亲对子女教导有方，对孩子的内心想法和情感给予回应，他们也不会满腹牢骚，这类父亲对子女的健康人格的塑造起到了影响，他们的子女在职场中能够有较好的人际关系。

5 依据幼儿的喜好划分的类型

我国一项研究通过对幼儿园孩子进行访谈，总结出幼儿最喜欢的六种父亲行为以及最不喜欢的六种父亲行为，这些不同的行为无形中将父亲划分为了12种类型。

幼儿最喜欢的六种父亲类型依次为：玩伴型（占45%），爱劳动型（27.5%），给我买东西型（10%），微笑型（2.5%），良好习惯型（2.5%），喜欢在家看书型（2.5%）。

幼儿最不喜欢的六种父亲类型依次为：不良嗜好型（32.5%），暴力倾向型（25%），在家不理孩子型（22.5%），在外忙碌型（10%），懒惰型（5%），在家不外出型（2.5%）。

6 依据父亲对待孩子的方式进行划分

也有国内学者通过自己的观察思考将现代家庭中的父亲划分成了四种类型：不管型、严管型、包办型以及朋友加师长型。

7 特殊的父亲类型——父亲缺席（Father Absence）

“父亲缺席”是指孩子在成长过程中很少得到父爱或父亲在子女教育中参与得很少甚至孩子没有得到父爱或父亲没有参与的状况。少部分家庭是由于父母离婚或父亲去世而被迫形成父亲缺席的状况，但在不少父母双全的传统家庭中由于父亲工作忙碌或其他原因，使得孩子不得不长期在父亲“存”而“不在”的环境中成长。

很多成年男人希望从有一个孩子这件事上得到男性气质的满足，成为家庭和孩子的养护者和保护者。如果男人失业或收入不足，他们就很难觉得自己是一个好父亲，因为这损害了支配性男性气质。金钱能够带来权力，男人需要足够的收入来促进他们的父亲角色认同、父亲身份实践以及家庭安排，这样他们就可以在对家庭的贡献中实践他们的男性气质。

但是，并不是所有的男人都拥有这种支配性的男性气质并且在生活中让其占主导，成为了父亲的男人既可以以支配性男性气质行事，也可以在日常生活中颠覆这种男性气质。父职的实践有多种多样的，并不只是养家型的。

当然，妻子对丈夫承担父职的期待与鼓励，社会文化对男人父职角色履行的倡导，也推动着男人们向某种占主导地位的父亲类型转变，而伴侣和社会对父职的态度同样反映着他们对男性气质的理解。只有在对刚柔相济/关系均衡趋势男性气质高度认可的社会中，高参与型的父亲才会普遍出现。

说明：

带领者介绍上述父亲角色分类的时候，可以结合前面组员的分享，引发大家思考。

步骤2：组员结合前述的父亲类型，自由讨论、分享思考。包括讨论自己心中的理想父职是什么样的。

说明：

讨论的过程中，有些组员可能会提出新的问题，比如某种父职角色的履行与家庭经济、

社会文化等的冲突如何解决，这时带领者可以鼓励组员共同发表意见，探讨和呈现可以被接受的方法。

环节三 父亲的遗产

目标：

清理父亲留给组员的影响，鼓励他们做高度参与家庭事务的“好伴侣”、“好父亲”。

所需材料：纸、笔

建议时间：40分钟

活动：

带领者要求每个人在一张纸写下以下语句：

- “我父亲对我的积极影响，我想继续影响我孩子的是……”
- “我父亲对我的消极影响，我不想把它重复在我孩子身上的是……”

大声地读出来，然后与坐在旁边的人分享并询问他们的想法。

带领者可以使用以下引导语：

- 从你父亲那里学到的某些行为或态度，你觉得不好并想要丢掉的是什么？
- 你觉得好的、正面的经验是什么？

说明：

这个活动是讨论在组员们的成长过程中，父亲或其他的男性权威形象对他们造成的影响。哪些是积极的影响、哪些是消极的影响？如何解决消极影响，如何避免这些消极影响不重复伤害自己的下一代？

总结

活动结束后，带领者可以说：我们倾向于把从母亲、父亲和主要照顾者处学习到的积极的经验在生活经历中重复，应用到下一代身上。而那些负面的影响和教训，可以现在就是把它撒下来扔到垃圾桶里，鼓励自己在心理上摆脱它们。

作业

观看一部描写父亲的电影，思考电影中的父亲角色，下次小组活动时分享。可以大家看同一部电影，也可以分别看几部电影。

第五次 父亲角色（2）

让小组成员进一步一起思考父亲角色，反思父亲对自己的影响，从而决心做全参与家庭事务的“好伴侣”、“好父亲”。

环节一 电影分享

目标：

通过对电影中父亲角色的分享，进一步厘清原生家庭对自己的影响，认识到做全参与家庭事务的男人对自己和家人的重要性。

所需材料：

投影仪、纸、笔、白板

推荐时间：120 分钟

活动：

针对上次小组活动之后大家看的电影进行分享。

带领者可以针对不同的电影，事先准备一些话题请大家分享；也可以让小组成员自由发表观看感，大家讨论。

说明：

带领者可以根据活动时间讨论 1—3 部不等数量的、上次作业时布置大家看的电影，带领者自己应该非常熟悉这些电影。

带领者也可以在小组活动时放映一部电影，然后进行讨论。这可能需要延长一些小组活动的时间，但可以随时“暂停”电影，以方便针对不同的环节进行讨论，这样会让小组成员感到放松。

这里推荐几部电影以及它们的讨论点，供带领者参考。带领者可以根据自己的喜好来选择其它的电影，特别是小组活动时最新的、受到关注的电影。

还有一个推荐的方式：在整个小组会期都推荐组员利用休息的时间看相关的电影，从中体会如何促进亲密关系。

带领者可以根据“父亲角色（1）”那次小组活动时，成员分享个人父亲的故事中所显露出来的亲密关系问题，选择相适合的电影推荐和讨论。

推荐电影：《父子》

基本信息

中国影片

2006 年出品

片长：158 分钟

故事梗概

小男孩阿宝的父亲阿胜，是一个赌徒，经常欠债渡日，还被债主追杀。阿宝的妈妈阿莲实在无法忍受这样的生活，同另一个男人远走高飞了。当阿宝找找妈妈时，妈妈的肚子已经大了……

阿胜仍然不思悔改，带着阿宝过着有一顿没一顿的生活。因为没有钱，阿宝也不再上学了，父子交不起房钱被人赶得流浪街头。

阿胜教儿子偷窃，阿宝害怕不敢偷，阿胜便逼他去偷。一次偷窃时，阿宝看到别人家中父母对孩子的宠爱，哭了出来。还有一次他偷窃时被抓到毒打，阿胜却落荒而逃。

阿宝被送进了儿童教养院，阿胜去看他并请求原谅。阿宝却咬下了他的耳朵，不肯原谅他。

10 多年后，成人的阿宝回到曾经的住处，将曾便窃的手表还给原主人。远远地，他看到父亲牵着一个女人的手在走路，而那个女人的肚子已经大了……



讨论点:

1、细数一下，阿胜有哪些地方不是一个称职的好爸爸？

提示：

影片开始，阿宝说：他都不看成绩单，总是那么晚回家。可见对儿子的关心和陪伴几乎没有；

赌博，对家庭不负责；

只是嘴上说爱，却没有做出负责任的行为表现；

脾气暴躁，动不动就大声吼叫；

将自己错误的价值观教给孩子：“情愿你骗人，不要让人骗”；

强迫儿子去偷窃，说：“不去，以后就别跟着我”；

辱骂孩子：“比猪还蠢，除了吃还会做什么”、“怪不得你妈妈不要你”，这些均是精神暴力；

.....

2、带领者问大家：阿胜是一个不称职的父亲，但他是否也有优点？

提示：

他是一个处于社会底层的小人物，身上有很多恶习，可憎又可怜，是一个矛盾的复合体。

阿胜并不是一个十恶不赦的父亲。一方面，他有赌博的恶习，对伴侣和孩子会大吼大叫、打人，甚至教孩子去偷窃；但另一方面，也应该看到他还是关心、爱着伴侣和孩子的，但不能够用正确的方式、真正付出努力地去爱他们。

带领者引导组员深入讨论：

我们每个人的父亲可能并不像阿胜地样赌博，或者让我们去偷窃，但也可能同样是矛盾的复合体。想一想：他有哪些不好的地方，又有哪些好的地方。

3、原生家庭对人的影响很大，结合该片说说你的看法。

提示：

原生家庭对孩子的影响一直被高度重视，比如父母间存在暴力的家庭，很多孩子成年后也成为施暴者。但我们看到，成年后的阿宝并没有走上父亲的道路，而成为一个负责任的青年。父亲虽然对我们影响很大，但路还是在自己脚下。

带领者请小组成员思考：

如果你的父亲也是一个矛盾的复合体，你准备从他身上学习什么？遗弃什么？

推荐电影：《我是山姆》

基本信息：

英文名：I am Sam

其它译名：不一样的爸爸

美国故事片

2001年出品

片长：137分钟

剧情梗概

影片描写了一位智商只相当于7岁孩子的父亲，名叫山姆，从女儿生日之日起便独自一人承担了养育女儿的全部劳作。用中国话说，所谓“又当爹，又当妈”。

但是，因为山姆智障的身份，社会保障机构要剥夺他抚养女儿的权利，他找到一位女律师到法庭帮他要回女儿。

律师自己非常忙，很少和儿子在一起，儿子和她的关系很疏离。在帮助山姆追讨女儿的过程中，律师被山姆的父爱深深感动，她认识到：帮助山姆的过程，更是帮助她自己。

山姆的父爱被人们所认识到，他最终得取了女儿的抚养权，父女幸福地生活在一起。

讨论点

1、影片如何体现山姆照看女儿的？

提示：

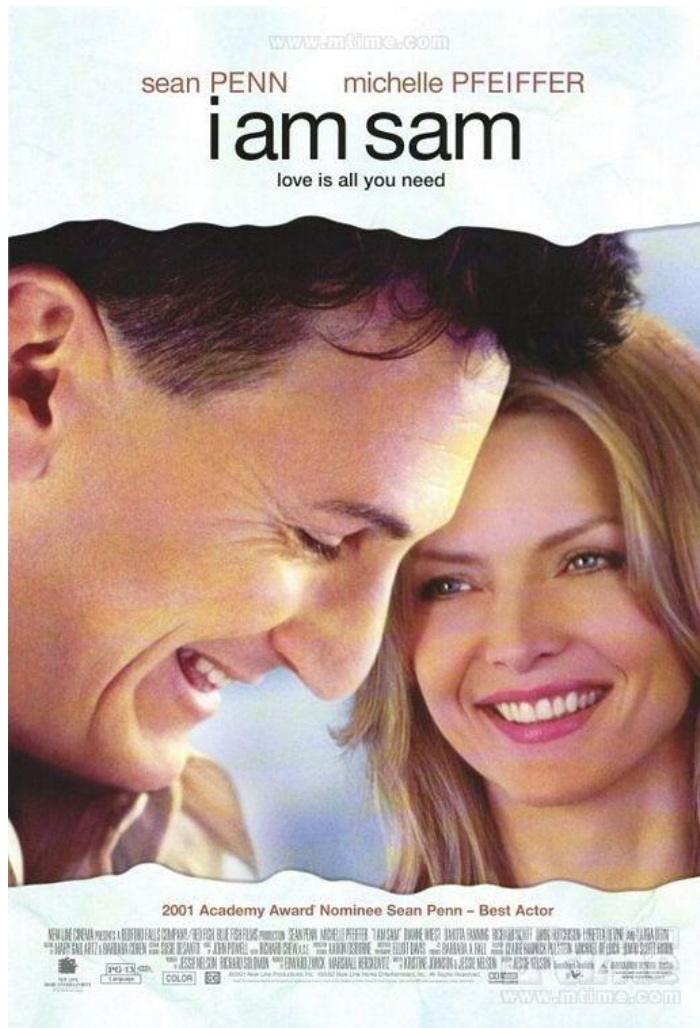
影片中，山姆给女儿换尿布、夜里起来喂奶、带孩子去超市、不得已带孩子上班、晚上给孩子讲故事书、领孩子去公园、去参加学校的家长活动、带孩子去餐厅吃饭、同孩子一起玩玩具，等等。

2、女律师与儿子的关系存在哪些问题？她如何从山姆的父女关系中受益？

提示：

女律师忙于工作，没有时间关注到儿子，更不会和儿子一起玩，还总是训斥儿子，儿子很孤独，缺少同伴。

女律师从山姆身上学会应该如何爱孩子。



3、山姆确实存在智障，但为什么说他仍然可以而且已经成为一位好父亲？

提示：

正如山姆所说，父爱中“重要的是毅力、耐心、倾听、爱……”，而这些是很多父亲无法给予孩子的。在孩子的成长过程中，陪伴本身就是力量，这也是很多父亲无法做到的。爱，远比智慧方面的引导还要重要。

孩子需要陪伴，陪伴本身给予孩子的力量便足够强大。山姆为自己的智障而对女儿表现出羞愧时，女儿露西对他说他是最好的爸爸，因为：“别人的爸爸都不陪他们去公园。”

许多观众觉得影片中的小女孩露西非常可爱，而这正是在父爱浇灌下的结果。

推荐电影：《屋顶上的少年时光》

基本信息

意大利影片

2006年出品

片长：104分钟



故事梗概

11岁的汤米和姐姐、爸爸同住罗马，爸爸像是一位单身父亲。其实不然，妈妈只是不定期地出走和返家。妈妈是一个很容易坠入爱情中的女性，坠入爱情便会和情人离家出走，而失恋之后又返回家庭。

一天，妈妈突然返家，在瞬间打乱安稳的一切，泪水、争吵，结痂的伤口重新被撕裂。妈妈一再承诺不再离开，爸爸便同意重新开始家庭生活。但是，汤米却疑心重重，总担心妈妈随时会再度离去。

汤米时常会一个人默默爬上屋顶，俯瞰罗马城。当他一个人站在屋顶上时喜欢做些冒险的动作，但是与其他同龄人在一起的时候又因为害羞而躲得远远的。在屋顶这充满魔力的小天地中，他能尽情享受童年，不必被迫长大，唯一的心愿就是妈妈永远不再离去。

父亲与汤米的关系非常微妙，有时父亲会对他施暴，有时父子又深情地拥抱着在一起。

邻家男孩子一家过着幸福快乐的生活，与汤米家的父子、母子关系形成了鲜明对比，汤米显然非常羡慕人家的关系。

母亲最终还是再次出走了，给汤米留下一封信，表示相信他会理解她。

在片尾，爸爸终于答应汤米长期的一个梦想：去足球学校。

汤米和爸爸更亲密地生活在一起。

讨论点：

- 1、 家庭中存在哪些形式的对汤米实施的暴力？或他目击到的暴力？
- 2、 如何看待汤米父亲的暴力？
- 3、 父亲试托把汤米当成大人，使之成为倾听者或者是问题的解决者，这样是否适宜？为了孩子的成长，作为父亲(或母亲)和监护人的职能应该到何时中止？

- 4、你如何看待汤米母亲的不断离去？那封给汤米的信，以及那句“我不想一生都……”也许可以给我们一些启发。
- 5、汤米一个人到屋顶上的情节在影响中有什么意义？
- 6、汤米坠入爱河的情节在影片中有什么意义？
- 7、汤米那个一直不说话的同桌男生，在影片中有什么意义？
- 8、影片中，汤米好友的家庭对情节的发展有什么意义？
- 9、汤米最后回家并表现了与父亲的和解，你怎么看？

其它推荐电影（前四部电影在本章最后附有鉴赏文字，可供活动参考）：

《星爸克》

加拿大电影

上映日期：2011 年

英文名：starbuck

又译：超级星爸

片长：109 分钟

《红酒烩鸡》

德国电影

上映日期：2011 年

片长：123 分钟

《法官老爸》

美国电影

上映日期：2014

英文片名：The Judge

又译：辩父律师、大法官

片长：141 分钟

《武侠》

香港电影

上映日期：2011 年出品

片长：115 分钟

《窈窕奶爸》

美国影片

上映日期：1993 年

英文名：Mrs. Doubtfire

片长：125 分钟

特别说明：

本次活动中推荐的多部电影，显然不可能在一次活动中使用。带领者可以根据小组情况，安排多次电影活动，或者，在小组整个活动期间鼓励组员观看多部电影。

这些列出的电影也只是参考，带领者可以选择推荐最新上映的，或者其它人们耳熟能详的、与父职角色有关的电影。

事实上，亲密关系中的其它部分，也可以通过观赏相关主题电影、进行分享讨论的形式来提升小组成员的觉悟。带领者可以参考父亲角色部分对电影的利用，自主地进行创造利用。一本推荐的参考书是：《电影性教育读本》，方刚著，中国人民大学出版社，2013年出版。这本书中有80部电影，均不同程度地涉及性别平等、亲密关系，非常适合小组成员在小组活动时，或活动之后观赏、讨论、分享。

休息

热身

推荐热身活动

意大利面

规则：

组员手拉手形成一个紧密的圈。一个人用一只手抓住另一个人的手，然后，用另一只手再抓住另一个人的手。

所有组员通过爬行、蠕动、转圈，重新将错乱的圆圈解开，但手始终不能松开。

如果组员们完全进行不下去了，带领者可以告诉大家，他们可以选择撤消一个手与手的连接，然后等这个人转过身来重新开始。

说明：

这活动告诉我们，如何巧妙地通过沟通协作完成一项任务。同时，也可以提示我们：生活中，没有解不开的“结”。

环节二 想象的葬礼

目标：

进一步清楚自己想做什么样的伴侣和父亲。

建议时间：60分钟

活动：

步骤1：带领者请参与者一起做一个想象活动，要求参与者以一个舒适的盘腿姿势坐在地面上，然后请他们闭上眼睛听你说话：

闭上你的眼睛。专注于你的呼吸。你只需要关注我说的话。

在你的脑海中，你看到自己参加一个所爱的人的葬礼。想象自己进入殡仪馆，当你进入房子你注意到白色的横幅和花。你的朋友和家人已经坐在你的旁边，你感到非常悲伤。当你走到棺材前面，你突然发现这是你的葬礼。所有的这些人都在向你表达尊敬，表达爱和感激。

当你坐下，等待最后的仪式的开始，你看见你的直系亲属，你的伴侣和孩子，以及你的社区成员和亲密的朋友。花几分钟想象这些人会对你说什么，特别是你的伴侣和孩子。他们会说你是什么样的丈夫或伴侣？什么样的父亲？什么样的朋友吗？什么样的儿子？你对他们的生活做了什么贡献吗？你希望他们对你说什么呢？

现在深呼吸，慢慢睁开你的眼睛。

步骤2：组员睁开眼睛后，带领者和大家一起探讨：

这个活动让你有什么感觉吗？你有什么样的情绪吗？

你认为你的配偶会说你是什么样的丈夫或伴侣？你的孩子会说你是什么样的父亲？

如果有机会，你想对他们说什么？

总结：

通过两次小组活动中的一系列活动，相信各位对于自己想做什么样的伴侣、什么样的父

亲都有了清楚的认知。

你们可能想和伴侣和孩子发展很好的感情，你们想作一个好丈夫、好父亲，但是我们的文化往往会对这种愿望设置障碍，这需要你们自己努力去克服障碍，创造自己的幸福生活。

作业

回忆过去五次活动的成长，花时间与伴侣为了未来的家庭生活制定目标，做出自己的承诺。比如：我们的目标是创造一个充满爱的，没有暴力的家庭；我们将分享家庭责任，尽我们所能共度每一天；我们将认真对待每一件家庭事务，维护家庭的平等和尊严。

附：父亲角色电影鉴赏

学习作父亲的一场预演——电影《星巴克》鉴赏

42 岁的大卫在自己家的肉铺里工作。老爸是老板，哥哥、弟弟、大卫本人都是肉厂员工。大卫被认为是干活儿最不靠谱的那个，连开车送货都不能准时，频出故障。

大卫欠了很多钱，整天被讨债的人追索。

大卫的女友怀孕了，但她不信任大卫，觉得他无法承担作父亲的职责，所以准备要自己一个人当单身妈妈，连朋友也劝大卫不要当爸爸，讲述自己被四个孩子拖累得要疯掉的生活，劝大卫好好珍惜单身的快乐。

正在这时，麻烦又接踵而至。大卫在 20 年前为了赚钱，曾化名“星爸克”先后捐了 693 次精子。那些精子后来变成了 533 个孩子，他们中的 142 人联名提出诉讼，要求认识自己的生物学父亲，挑战基因父亲的匿名权。

大卫一方面请好友帮助当辩护律师保护匿名权，另一方面也忍不住打开了那 142 个孩子的资料……

当大卫打开那些资料的时候，他便开始了一次学习作父亲的旅程，这更是承担责任的旅程。

也许是好奇心的驱使，大卫开始一个个去看这些孩子。

他为当足球明星的儿子骄傲，帮助了做酒保的儿子得以应聘上演员职位，支持了吸毒的女儿回家戒毒，在地下过街通道里为演唱的儿子拉打赏，在游泳馆里练习跳水以便和当救生员的儿子走得更近，为观察修指甲的女儿去修指甲……，特别是去护养院喂残障儿子吃饭、陪他散步的情节，更令人感到温馨。

影片似乎在提示每一个即将作父亲的：未来你的孩子可能有多种可能，既可能是令你骄傲的成功人士，也可能是困扰于职场生存的人士，还可能是吸毒者、残障者；对了，还可能是同性恋者，甚至是有多个伴侣的同性恋者，或者是有抑郁症的神经质青年（像影片中的情节一样）……无论他们是什么样的，你是否都准备好爱他们，并且做出相应的付出、承担相应的责任了吗？

对于大卫来说，这是一次学作父亲的预演。不妨想象一下这是一位父亲为了同一个孩子做这些，父亲的付出与责任感的成长，我们不难感同身受。

如果每个人决定作父亲之前都有这样一次预演，相信会更好地尽到父亲职责。

遗憾的是，许多时候男人在作父亲之前，并没有认真想过他们要承担的责任，或者只想到要承担的经济责任。似乎照看孩子、陪孩子一起成长，他们觉得更多是女人（妈妈）的工作。

大卫的弟弟喜欢孩子，他说：孩子一天拉 8 次，虽然忙疯了，但是“对每条尿布都很崇拜”，因此想请待产假。而大卫的哥哥却嘲笑他，说自己是三个孩子的父亲，但是孩子出生二小时后他就来上班了。弟弟反讽他：怪不得你 11 岁的孩子跑来问我哪个是他爸爸。

这就是两种不同的“父职角色”。大卫的哥哥是传统的“养家型父亲”，认为只要自己赚到足够多的钱，就算尽到父亲职责了，至于配偶、孩子对陪伴的需要，不是一个“大男子汉”的责任。而大卫的弟弟却是一个“高度参与型父亲”，为孩子换洗尿布，分担妻子的劳务，最重要的是：他还能够从中感到快乐，感到幸福。

所以，这是一部鼓励男人学习作父亲的电影。

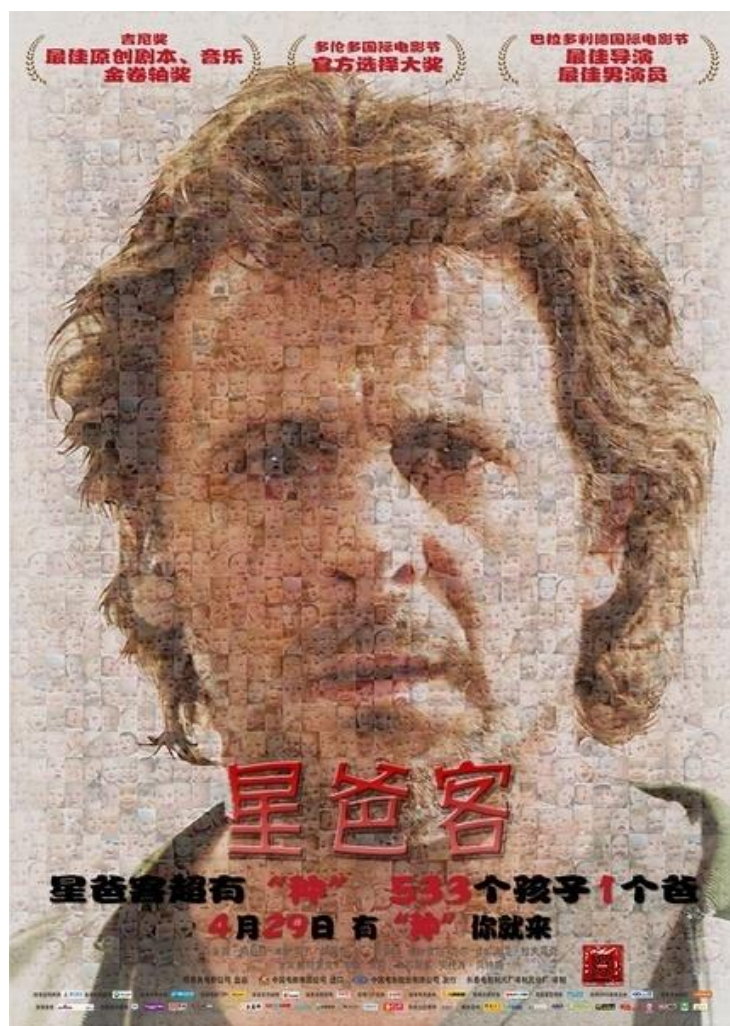
男人应该懂得：承担父职，如与配偶分担照料、养育孩子的职责，对其本人来说也是一种幸福的体验，是生命的一份难得收益。

大卫，这个电影开始时感觉一无是处的角色，随着电影情节的推进慢慢显得高大和伟岸了，由一个吊儿郎当的形象完成了到一位好父亲形象的转变。最终，他的女友也接受了他作为孩子的父亲，迎接新生儿的到来。

大卫还顶着舆论压力，公开了他“星爸克”的身份，和自己的 100 多个孩子紧紧拥抱在一起。

影片中，大卫与老爸的谈话，对我们启发良多。大卫的老爸说：我这辈子最大的成就，就是每天你们在我身边。这时我们忽然意识到：那看似很无聊的一家四口都在自己家族企业工作的情况，也是一种幸福的体验呢！有几个人，可以在孩子们三四十岁的时候，还每天看到他们呢？

每个人对生活有不同的理解，包括对亲情、父职的理解。但是，承担责任，对自己和他人负责，特别是对孩子负责，应该是社会鼓励的“参与型男人”应该具有的基本价值观。



我们是否足够爱孩子？——电影《红酒烩鸡》鉴赏



怀才不遇的编剧的亨利过着放荡不羁的单身生活，一个星期前泡上床的女孩子，一个星期后便记不起她们的名字。他唯一的“特长”是会做红酒烩鸡这道美食，而这是他用来泡妞的杀手锏。

一天，相貌可爱古灵精怪的八岁女孩儿玛德莲娜打破了亨利习惯的生活，她带来一封妈妈的信，说是要暂时和亨利住一段时间。信中，玛德莲娜的妈妈告诉亨利：8年前，两人偶然发生的一夜情，便有了玛德莲娜。她和丈夫一直以为是亲生女儿，不久前偶然发现了真相，两人的婚姻面临危机，丈夫也不想再继续抚养玛德莲娜，所以便将她“送还”给亨利。

毫无照看孩子经验的亨利只能硬着头皮照料这位天降的女儿。但是，他拿手的红酒烩鸡却被玛德莲娜厌恶地吐掉。

这期间亨利受前女友凯萨琳娜之邀一起写一部剧本，两人重燃旧情。但玛德莲娜夹在中间，亨利分身乏术，闹出了一连串啼笑皆非却温情满满的小插曲。

影片表现了亨利一点点学习照看孩子，并且培养起了对玛德莲娜深厚的感情。他为她裁剪睡衣，他和她玩拼字游戏，同她一起吹泡泡，甚至玩“拳击”……习惯于睡到“自然醒”的亨利每天早晨6点便要起来给玛德莲娜作早餐、送她去学校、再接她回家。学校里有男生欺负她，亨利也充当“护花天使”的角色。

亨利自己说：“我第一次在生活中感到一种责任”。

当他陷入和女儿的感情中时，“养父”却找来了。他从小带大玛德莲娜感情很深。当知

道不是自己的女儿时，虽然将她还给亨利，但是内心却一直在搏斗，感觉非常痛苦。最终，他与妻子修复了婚姻，他也决定要继续作玛德莲娜的父亲。

亨利此时却不想放手了。

两个男人都投入了太多的父爱。

最终，玛德莲娜自己做出决定：“我爱你们两个人！”

影片的结尾是灿烂的。

两个爸爸在陪玛德莲娜一起玩耍，亨利的女友凯萨琳娜也同玛德莲娜的妈妈成了好朋友，四个大人围绕一个孩子，小女孩玛德莲娜笑得灿烂无比。

影片虽然致力于展示亨利的成长和小女孩儿的可爱，但我觉得另一个人的成长同样撼人心弦，那便是玛德莲娜的养父。在一个不是自己的孩子身上投入了8年的父爱，一朝得知原来是别人的孩子，那种痛楚是任何为人父母者均可以感同身受的。但是，他最终还是选择一如既往地爱孩子，这种超越血缘的父爱令人敬佩。

我们不妨想的远一点。近年媒体常见报道：亲子鉴定时发现不是自己的孩子，或者因为出生时抱错，或者因为配偶出轨。如果是你，你会怎么办？这种看似荒谬的假想，其实考察着我们每个人的内心：我们是否真的足够爱我们的孩子？

影片为什么叫《红酒烩鸡》呢？我猜想，这原来是用来泡妞的绝技，现在变成需要承担责任，做饭、做家务、带孩子的象征。男人会做菜，竟然可以成为泡妞的手段，说明女人很看重男人承担家务。但是，做家务是用来承担责任，而不是用来“秀”的。

父子温情，不要藏起来——电影《法官老爸》鉴赏

男人习惯于将他们温情藏起来，即使父子之间也是如此。

小城大法官的儿子汉克青春期叛逆，屡屡犯错，被法官父亲嫌恶。父亲斥责他是拾不起来的阿斗，只会做错事。多年后，汉克已经成为成功的大律师，但与父亲行同陌路，常年不回家，大有老死不相往来之势。在汉克的心中，父亲冷漠、暴躁、无情。

母亲去世，汉克才回家奔丧。葬礼的当天晚上，法官父亲开车撞死一个他曾判刑的小混混，他因此被控谋杀。汉克决定留下来为父亲辩护。

父亲仍然看不起儿子，坚持要聘用菜鸟律师为自己辩护，而不是从未败诉的大律师儿子。父亲仍然固执，父子关系仍然紧张。父子间一场激烈谴责对方的戏，说出了彼此间多年的恩怨。父亲指责儿子青春期的一桩桩“罪行”伤害了家人，令他蒙羞；儿子指责父亲对自己的蔑视，看不到自己的优秀之处。

在寻找案件真相的过程中，父子渐渐走近。汉克的女儿来了，法官父亲为她讲故事，哄她玩，让汉克看到父亲也有温情的一面。一场汉克帮助年迈父亲在浴室中洗澡的戏令人温暖。

法庭上，父亲说出真相：那个小混混第一次犯罪时，他从他身上看到了汉克的影子，从而想拯救他，只判了30天监禁；但小混混不思悔改，出狱后杀人，他判了他20年。他从此也对自己的儿子更加冷漠，因为想到儿子，就会想到那个小混混……。“我在他身上看到了你”，他对自己的儿子，现在的辩护律师这样说。而他之所以在妻子葬礼当天开车撞死那个小混混，是因为后者对他说，将到他爱妻的坟上撒尿，这让正沉浸在悲痛中的老人，同时也因癌症晚期接受化疗影响自控力的老人，一时冲动撞死了这个混混。

这里，我们看到了亲情和法理的碰撞，感性与理性的搏斗。一向公正执法的老爸，竟因为一份父爱，而搅拌了自己的私情与公职。

我看到豆瓣上一位观众的留言：“‘我在他身上看到了你’这句话，让我想起了我的父

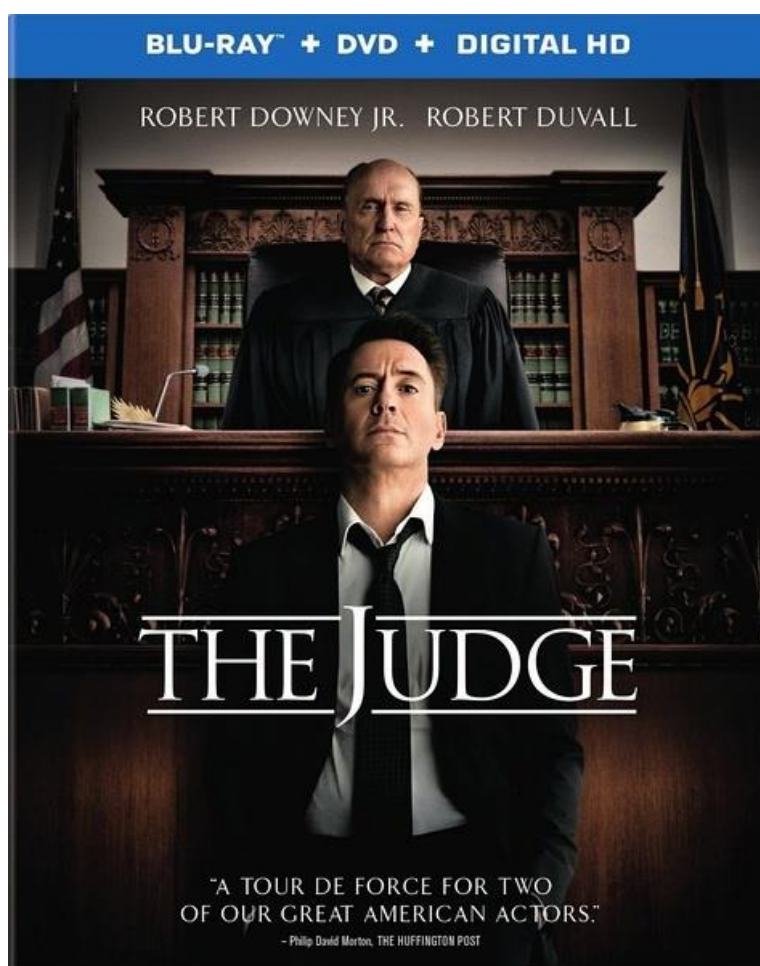
亲,他是个对学生十分严格的老师,在许多事情上严格到几乎不近人情,但在我高考那一年,他却经常主动去帮那些粗心大意的考生,大一的时候他告诉我,他那么做是因为他在那些考生身上看到了自己为高考紧张的儿子,每个父亲心软的那一刻都带着深沉的爱……”

因为汉克的动之以情的辩护,陪审团判定谋杀罪名不成立,老法官只被认定是“过失杀人”。因为癌症晚期,老法官入狱半年后保外就医。老法官留在这个世界上的最后一句话,是他告诉儿子汉克:“你是我遇到过的最好的律师。”

为了这句赞赏,汉克等了几十年,直到父亲去世时才得到。赞美是否来得太晚?

孩子的成长过程中,注定会犯这样或那样的错误。有两种不同的教育理念,一种是批评他们的错误,严厉指责他们,甚至惩罚他们,命令他们改正;一种是看到他们的优点,赞美和激励他们,使他们自觉地放弃缺点。汉克那位严厉的法官老爸用的是前者,我们则鼓励用后者。即使成年人也喜欢被赞美,何况孩子;即使成年人也会犯错误,何况孩子。我们总是因为赞美而更加积极地努力,积极地追求善与美,而从来不会因为惩罚、蔑视、敌意而向善。父母对待孩子,更应该更多赞美,看到孩子的优点。

影片中,父子之间的爱也是很明确的,但因为倔强,因为“面子”,他们选择了对抗,而不是更早地把爱说出来,更早地彼此交心。男人受“硬汉形象”的毒害深矣,能放下时就放下吧!父子温情,不要藏起来!



控制不是“爱”，是暴力——电影《武侠》鉴赏



估计很少有人会从家庭暴力对亲子关系影响的角度讨论电影《武侠》。

影片男主角唐龙从小被土匪黑帮的教主收养为干儿子，是教主“最疼爱的儿子”

唐龙小时候，有一天教主外出回家，看到家门口的树叶都光了，很吃惊。唐龙说：爸爸走时说，树叶掉了就回来了，于是我便把树叶都打下来了。教主便烧了那棵树，因为“它让我的儿子难过”。

那之后，教主再外出，唐龙都要跟着了，“因为树都没了，爸爸不回来怎么办”。可见，二人有过非常亲昵的美好时光。

但作为黑帮老大的教主想控制儿子的生活，要把他培养成像自己一样冷血凶残的人。唐龙养了一匹马，和马的感情非常好。教主看到唐龙和马的感情好，便偷杀了马，还把马肉煮给唐龙吃。唐龙吃后，教主才说出真相：你连自己最喜欢的马都可以吃，以后就没有什么事下不了狠心了。

很多父母在惩罚孩子的时候，不直接打骂他们，却伤害他们心爱的物品和宠物，这其实同样是对孩子非常严格的精神暴力。

我们不知道这对父子之间还发生过什么，但由这个情节，便可以推测到很多。

而且，教主对唐龙的暴力应该远不止精神的。影片将要结束时，教主以爷爷身份哄唐龙儿子玩的场面，无比温馨，让观众一度以为他亲情爆棚。但是，当小孩子不听他的话开始唱歌的时候，他立即翻脸，用筷子猛扎孩子的嘴。我相信这一场景在唐龙的小时候也不断上演，一方面温情脉脉，另一方面可能突然之间便暴力相加。

一句话，唐龙是在“家庭暴力”中长大的孩子。

20 多岁那年，教主让唐龙去杀一个欠债不还的屠夫。教主说：人和畜牲一样。但当唐龙杀了屠夫，看到他的儿子痛哭的样子，才醒悟到：人和动物不一样。（其实，动物和人一样也是有感情的。）

唐龙幡然悔悟，决定金盘洗手，隐姓埋名，在一个小乡村里娶妻生子。如果不是十年后的一场意外，他可能就一直这样生活下去了。

得知唐龙去向的教主，喜怒交加。喜的是找到了自己的儿子，怒的是儿子离开他十年。他要把儿子找回来，但仍然是用强迫的方式。

唐龙自断其臂，以表示再不回去的决心。教主说：可以，但走了一个，要还回一个。于是便要摔死唐龙四岁的儿子。唐龙出手相救，两人打了起来。

搏斗中，教主一再怒斥唐龙：你是我的儿子，竟然背叛了我！你的生命都是我给的，你是我的！

这便是现实生活中很多父母对孩子的态度：认为孩子的生命是自己给的，孩子是自己的财产，孩子要永远忠实、“孝顺”、服从自己。岂不知道，这种对孩子的控制即是一种家庭暴力，不仅对孩子的伤害是非常深远的，也可能彻底毁掉亲子关系。

像教主一样，很多父母坚定地相信自己无比爱孩子。但是，以暴力、控制的方式“爱”孩子，不是爱，而是伤害。

好的亲子关系中，绝容不下暴力！

第六次 学习沟通

本次活动将培养小组成员对于他人意见的倾听能力，学习在伴侣和家庭成员间进行良性沟通。

环节一 沟通实例演练

目标：

让组员认识到伴侣间如何更好沟通是需要认真思考和处理的，并且开始思考良性沟通的方法。

所需材料：投影仪、PPT，或事先打印好材料的纸；黑板、粉笔

建议时间：40 分钟

活动：

步骤 1：先阅读下面的故事：

文哲和佳惠已经结婚五年了。他们有一个 1 岁的女儿。文哲和佳惠都是公司里的小职员，收入都不高。佳惠不喜欢照顾孩子，非常喜欢买名牌服装、各种高级饰品、化妆品等，所以家中没有一分钱存款。文哲有很多关于家庭发展的想法，比如存钱买更大的房子，买车，未来让女儿到国外读书，等等。但是佳惠的观点是：过今天的幸福生活，不为明天担忧。文哲对佳惠多次表达自己的想法，但是，佳惠都说“别说了”，不愿意继续交流。

这天，家里的钱又花光了，文哲不得不向父母借了 2000 元钱。他心里很烦躁，决定晚上要和妻子深入地谈一谈，但是刚吃完晚饭，佳惠便说她和闺蜜约了去逛商场，让文哲自己在家带孩子……

步骤 2: 带领者在确保小组成员已经清楚佳惠的处境与困扰之后，分成几个小组，用 5—10 分钟的时间来讨论、决定文哲在此时可能有的反应。

步骤 3: 请小组成员将文哲可能有的各种反应，写在黑板上，这些可能包括：

- 文哲指责佳惠，两人开始吵架；
- 文哲与佳惠一周不讲话；
- 文哲努力和佳惠讲道理，她需要更多在家中，不能乱花钱，以及节俭的意义。但注意：他此前已经说过多次了，佳惠听不进去；
- 文哲向佳惠提出，要制定详细的家庭财务预算，必须遵守这个预算；
-

步骤 4: 针对写在黑板上的文哲的可能反应，带领者问组员下面的问题：

- 你认为哪些是适当的或不适当的沟通？
- 由于这种沟通可能会发生什么？
- 对于后面发生的事件，又该如何进行沟通？
- 你认为男性和女性的沟通差异是什么？
- 你从这个练习中学到了什么？这可能影响你的日常生活吗？

环节二 “我的经历与觉悟”

目标：

了解沟通的技巧，培养组员与伴侣间在相互尊重基础上的沟通能力。

所需材料：纸、笔

建议时间：60 分钟

步骤 1: 沟通的注意事项

请组员自己列举自己想到的良性沟通中应该注意的事项，将这些写在大纸上，挂在前面的白板上。

与此同时，组员也回想自己生活中成功或失败的沟通案例。这些案例最好是与伴侣间的，也可以是和别人的。

步骤 2: 分享与讨论

针对这些列举出来的注意事项，带领者请小组成员说出一些自己在现实生活中经历的沟通成功或失败的例子，用以佐证他们列举出来的良性沟通的注意事项。

其他组员还可以就这些案例进行进一步的讨论，从而对“注意事项”进行补充、质疑，或者阐述说明，目的在于使大家充分了解、消化这些注意事项。带领者也可以在这个过程中把组员们没有涉及到的良性沟通的要点传达出来。

链接：

在这个“学习沟通”的环节，带领者应该尽量使下面这些沟通的注意事项呈现出来。

1、尊重的重要性

好的沟通需要技巧，但更需要有对伴侣尊重的态度。

- 尊重行为的核心是发自内心地将对方看作一个有自主权的人；

- 尊重行为不仅仅是对对方一个态度，而且要能够让对方感觉到你对她的尊重；
- 尊重行为特别表现在对对方的想法、感觉与行动的接纳和理解上。

2、沟通的含义与要点

两个人在对话不一定就是沟通，因为有时沟而不通，真正的沟通需要达到双方能够明了对方的想法和情感，也就是说沟通双方的信息要能够顺利地传递出去，而且能够做到相互接纳和尊重。沟通是在于了解对方而不是制服对方。

沟通的要点应该包括：

- 沟通不是各持己见；
- 沟通不是要让谁说服谁；
- 沟通不是要分清是非；
- 沟通是相互的尊重和理解；
- 沟通是要站在对方的立场角度来理解对方的观点；
- 沟通是一种坦诚，沟通是一种共情。

3、共情

我们每个人都是用自己的眼睛看世界，看到的是自己的世界。沟通中我们往往会忽视这一点，不能了解对方所看、所想、所体验的是什么；会用自己所看、所想、所体验到的东西推测对方，交往中不能沟通经常是这种情况造成的。

共情就是：交往中暂时放下自己的想法、观点，努力站到对方的立场上看问题，也就是人们经常讲的换位思考。共情是建立相互尊重关系的前提，只有做到共情，才能真正做到理解对方、尊重对方；只有做到共情，才能做到真正的沟通，建立良好的关系。

- 共情就是要用对方的眼睛看对方所看到的世界；
- 做到共情要让对方知道你对她的了解；
- 要做到共情一定要注意不要主观地想当然。

4、学会磋商

伴侣之间不可能不发生矛盾和分歧，解决伴侣分歧并非是要要求谁服从谁，而是如何来磋商。磋商就是处理分歧，无所谓输赢，如果一开始就抱着赢这次争论或者是要支配伴侣的想法，那么冲突就必然会发生。所有分歧并不一定都能解决，也并不是都要解决，一个相互尊重的关系是把分歧当作一种正常的事情。

伴侣关系中，磋商的前提是要能抱着理解对方的态度努力做到共情。一旦能理解对方了，所有过去认为不可能的（非暴力的、积极的、健康的方式处理伴侣矛盾与分歧）行为都会变得可能了。

人们不可能每次都正确地看出问题的所在，而且也没有一个人可以拥有所有的解决办法。要寻求多方的信息来帮助问题的解决，可以寻求别人的帮助。不要以为问题只有一种解决办法，看看还有没有其他的可能性，这样可以增加解决问题的机会。

在我们决定采取行动解决问题时，千万不要中途放弃而功亏一篑，行动之前需考虑：

- 不要试着预测伴侣会如何回应；对伴侣可能会为此焦虑、责怪或不同意，要有心理准备；对伴侣可能会对问题的解释有不同的看法，要有心理准备；对伴侣可能会有不同的问题解决方式，要有心理准备。

- 让伴侣作回应并尊重她的立场，用心倾听；在不轻视、不批评的情况下认同伴侣的情感和立场。

- 作好管理自己情绪的准备，使它不致阻断问题解决的过程；协议和妥协是可能行得通

的。

- 避免使用以下的字眼：应该、必须、一定要、应当或不可以。这些字眼会产生死板苛刻的情况，主要是用在说明“事情”会如何发展，而且还有“否定”的涵义在里面，会给对方形成压力。

- 尽量使用“可能”、“大概会”等字，例如：“我大概会……”或“这可能是个解决方法”，可以给对方回应的空间。

- 避免使用“你”做开头，尽量用“我”开始句子，例如：“我希望……”或“我可以……”而尽量少用“你应该……”

- 把重点放在问题上：如果必要的话，把问题写下来并且避免偏离主题；如果你的伴侣有不同的问题，了解它之后订一个稍后时间再讨论；同意尝试协商和妥协的解决方式。

5、尊重在磋商中的体现

要进行良性沟通，就必须在磋商中尊重对方，而这需要双方有如下的态度：

- 伴侣争执中最重要的不是赢得“战争”，而是解决问题；
- 要尽力去理解伴侣的期望；
- 不一定要改变自己的观点，而要达成妥协、接纳争论；
- 问一问自己要在充满尊重的磋商中解决问题要注意些什么，还可以做些什么？
- 问一问伴侣是否准备讨论这个问题；
- 如果伴侣同意了，那么约定一个时间、地点来同她磋商这个问题；
- 尊重地倾听伴侣的意见；
- 做好改变想法的准备；
- 一定要记住：这并不表示谁赢、谁输，这体现尊重的关系。

此外，还应该做到理解伴侣的看法，并且：

- 以“她的看法是有根据的、值得尊重”的观念，选择与伴侣保持一致，按她的期望自由选择；

- 以“为了使关系更好，而改变我的观点”这样的观念去选择；

- 为了维持关系而改变自己，与伴侣达成妥协；

- 以“每个人都有权利坚持自己的观点”的观念，选择不将争论看作是不忠或拒绝的表现，与伴侣共存。

说明：

带领者在这个过程中要有一定的全局掌控能力，不使话题走偏，也不在同一个问题上纠缠太多时间，以保证这种分享尽可能涉及更多内容。组员们没有谈到的，带领者不妨主动讲出来。

休息

热身

推荐热身活动

本次活动休息后的热身活动，可以是进行与沟通有关的游戏，使小组成员进一步理解沟通的重要性。

推荐游戏 1：背对背识图

规则：

找两名自愿参加的组员背对背而坐,给一方一张风景图片,用口述向对方描述图片内容:听的一方根据对方的描述去想象画面内容;

之后双方交流,比较依据对方的描述所理解的图片内容与实际图片之间的差距;参与者和组员谈谈通过此项活动对于沟通的理解和感受。

推荐游戏 2:我说你画

规则:

给组员每人发一张纸、一支笔,带领者在一张大纸上画出各种相互连接的几何图形,并边画边说出来画了什么、怎样画,如:一个圆,下面有一个三角形,三角形的左下角有一个正方形,正方形右侧有一个椭圆形,椭圆型下面连接一个梯形……,组员背对带领者,不能看到带领者是怎样画的,只按照带领者口述的要求来画。画完后比较各自画的和带领者实际画的有什么区别。

说明:

游戏的目的在于,让组员感受到沟通中信息传达的重要性,引出伴侣间良性沟通问题。带领者可以总结:人际沟通是一个双向的过程。有时候你所表达的并不一定就是别人所理解的,你所听到的未必就是别人想表达的。沟通并不是一件简单的事情,需要双方要不断反馈、调节沟通方式,才能达到沟通的最佳效果。虽然我们努力地去理解对方,但要真正做到是相当难的。伴侣间沟通也一样,我们可能觉得很了解对方,但不一定是真的了解。

环节三 学习倾听

目标:

帮助组员学习倾听的技巧,以便更好地促进伴侣间的沟通。

建议时间: 30 分钟

活动 1 这种情况,你怎么办?

带领者请每位成员谈谈:当你的伴侣或朋友向你倾诉他的烦恼时,一般而言你会做何反应?并简要说明你做出这样选择的理由。

(1) 伴侣向你倾诉:“公司老板开除我了。我不敢告诉父母,为了供我上学他们拼命地赚钱,已经很辛苦了。我不想让他们知道。每天早晨起来,我都鼓励自己要努力地工作,但是感觉压力很大,要找到好工作好难呀!”

你会如何回答?

- A. 你要想开一点,面包会有的,只要努力一定能找到稳定的好工作的。
- B. 你不用太悲观,这次好多人都没好工作。
- C. 你应该告诉你的父母,他们也许能帮你,和你一起想办法。
- D. 你不敢把这件事情告诉父母,怕他们担心你。可是你的压力也非常大,不知道自己一个人是否扛得过去。

(2) 朋友向你倾诉:“我最近倒霉透了,谈了两年多的女朋友居然把我给甩了。哎,我真想一死了之!”

你会如何回答?

- A. 你怎么这么想,一次失恋就成这个样子,也太没出息了。
- B. 哎,是挺倒霉的。你再想想有没有什么跟她和好的办法?
- C. 我比你更倒霉呢,我都被人家甩过两次啦。
- D. 不用这么难过,想一想“天涯何处无芳草”,改天我帮你介绍一个更好的。
- E. 谈了两年的女朋友居然和你分手了,你一下子接受不了这个事实,所以觉得活着没

意思了。

带领者点评：

人际沟通的关键在于让你的伴侣或朋友感觉到，你是在认真地听他说话，而且理解了他的意思，理解了他的心情。以上两个案例的几个答案中，只有最后一个反应最为恰当，但很少人会选它。因为它只是用自己的话把别人所说的内容简要地翻译了一遍（这种沟通方法被称为“意译法”），似乎是在说废话。

很多人都有好为人师的倾向，误以为朋友向自己倾诉就是需要自己帮他出主意，因此在沟通中急于用自己的感受代替别人的感受，急于表达自己的意见或提出劝告。事实上只有倾诉者才最清楚自己需要的是什么，才能为自己的行为作选择。他通过倾诉，希望寻求的只不过是一种关心、理解和心理支持，而意译法恰好可以满足对方的这种心理需求。

因此，把对方所说的意思简要地反馈给对方，就是最简单但是又十分有效的人际沟通小窍门。

特别提示：

作为家人、伴侣的倾听，与作为朋友间的倾听，还有一些不同之处。在良好的倾听与反馈之后，仍然需要以适当的方式给以更多的支持。以前面的第一个案例为例，还应该给刚失业的伴侣以更多的支持，比如告诉他：“失业没有什么大不了的，我会和你一起应对，我们完全能够应对得了。”此时还应该给伴侣一个拥抱。

活动 2 倾听的技巧

分小组进行讨论“可以运用哪些言语技巧和非言语技巧来表达你在认真倾听”，然后请各小组代表发言。

带领者总结：

（1）倾听的言语技巧：如避免沉默不语；变换回答的方式，不要总是回答“嗯、嗯、嗯”，“对、对、对”等；适当地插入提问，或要求对方进一步补充说明，表达对对方所说内容的兴趣；指出共同的经历和感受；用自己的话简要复述对方所说的内容，表达对对方所说内容的理解等。

（2）倾听的非言语技巧：如身体面向对方并适当地前倾，使对方感觉你在洗耳恭听；保持目光接触，表示对对方所说的话感兴趣；停下手中正在做的事；面部表情随对方所说内容而发生变化；利用积极的面部表情和头部运动，如微笑、点头、扬眉等；避免双手交叉在胸前，保持开放的姿势，表达对对方话题的接纳态度等。

带领者请小组成员阅读事先打印好的下面的内容：

积极倾听的钥匙：

1、共情是重要的。因为这会让你以你的伴侣或孩子的角度来看待世界，而不是你自己的角度。

2、询问并且鼓励。当你的家庭成员说出他们的想法时，询问让你自己更详细地了解，避免理解错误。鼓励家庭成员告诉你他们的想法以及生活细节，以便您可以获得一个更全面的了解。

3、释义和总结。这样做可以防止沟通不畅，表明共情，表明你在听！

环节四 “秘密红帐”

目标：激励小组成员好的沟通行为。

所需材料：小纸箱、纸、笔

建议时间：20 分钟

活动：

带领者说：这已经是我們在一起共同渡过的第五次活动了，我們已经彼此熟悉很多，而且有了信任，建立了友谊。五次活动也是我們彼此之间进行交流和沟通的过程。相信你们无论是否有意，都对小组成员的倾听、沟通、交流的行为有所观察。下面，就请大家努力想一想，在沟通方面谁在哪里做的好，并把这些优点写在纸条上，放入小纸箱内。

带领者强调要求：

- (1) 只允许记好的行为，不准记不好的表现；
- (2) 写清楚被赞扬的成员的姓名；
- (3) 允许记录多个成员的良好交流行为，只要你认为某个成员在交流的某个方面做得好就可以把它写下来。

说明：在组员完成将纸条放入箱子后，带领者当众宣读纸条的内容，以激励每位成员在今后的团体中自觉练习倾听技巧，促进更良好的沟通。

作业：

1、想一想，你在现实生活中有哪些不好的沟通行为。最好选择一个事件，分析你在那个事件中所作所为有哪些是需要改进的。

2、把我们今天学习到的沟通技巧应用到你的伴侣关系中，处理你们之间一件需要沟通的事。

完成以上二项作业之后要写出来，发邮件给带领者。如果有新的与沟通有关的困扰或感受，也一起写出来。个体化的情况，带领者将与组员分别以邮件或其它形式分别沟通；共性问题，将择机共同处理。

第七次 培养做家务和照料家人的态度

本次活动将引导组员认识到家务的传统性别分工的不合理，鼓励男人自愿地承担家务劳动，包括对家庭中需要护理的成员的护理意识。

环节一 时间圆饼

目标：讨论在家务中的性别分工，鼓励男人做出承担家务的承诺。

所需材料：白纸、笔。

建议时间：50 分钟

活动：

步骤 1：给每个组员一张空白的纸，让他在纸上画一个大圆圈。想象整个圆饼为一天的 24 小时，将它均等地分割。

要求组员在圆饼上标注出他们日常活动中花费的时间，如：工作、睡眠、饮食、娱乐休闲、家务、与孩子玩耍或教育孩子的时间、照顾需要护理的家庭成员的时间，等等。

然后，再发给组员一张白纸，要求组员再画一个饼图，这一次的视角是伴侣。也就是说，他们所认为的伴侣一天 24 小时中花费在不同日常活动中的时间。

步骤 2：让每个组员分享他们的圆饼图中的时间分配。

带领者引导大家讨论如下问题：

- 大家的图纸有什么相似之处吗？有什么差异吗？
- 你意识到男人和女人时间分配上的差异了吗？
- 为什么平均而言，男性比女人倾向于花更少的时间做家务？
- 你怎么看待这种差异？你觉得这些差异是公平的吗？为什么或为什么不？
- 这一现象中有哪些社会和文化的影响原因？
- 如何看待你的伴侣在家务中的时间投入？
- 当男人比女人做家务少时，你觉得我们的伴侣会有什么感受？
- 在照顾孩子和家庭上，有没有一件事你觉得自己可以做的更好？
- 为什么我们往往低估了如烹饪或清洗、关心孩子、护理家人等家务的价值？
- 为什么我们认为上班工作具有更大的价值？

说明：

讨论可能会涉及到男女家务分工背后的社会角色，即“男主外女主内”的性别分工。带领者可以引导小组成员回忆我们已经讨论过的社会性别意识，也可以和组员一起讨论工作与亲情的关系。我们要在工作中付出多少，在家庭中放弃多少，才会觉得人生是幸福美满的？

带领者可以分享的信息是：男性参与家务，不仅是为了伴侣，为了孩子，也是为了男人自己！因为男人在参与家庭事务的过程中将更多感受到家庭的幸福，人生也将更充实美满。

带领者还可以分享如下的研究结论：男人自己认为他们参与照顾孩子的情况比女性在家庭中看到他们参与育儿的情况更多。大多数男性声称与孩子一起玩是自己从事的育儿活动中最频繁的活动，烹饪是最不经常做的活动。也就是说，男性自以为是地认为做了不少，女性却知道他们没真干过什么。在笔者看来，这很可能是因为男人先有一个“男性不需要做家务”的概念，所以做了一些便觉得自己做得多。

有一个积极参与家务的父亲和没有这样的父亲，将对孩子未来在参与家务的程度上体现出显著差异。换句话说，在童年时期有一个重要的男性榜样会促使男人在成家后更多的参与家务。

讨论中还可能涉及到男性是否有能力承担家务的问题，这也是我们在前面几次小组活动时讨论过的。家务能力是后天学习的，不是天生的。

讨论中，带领者应该鼓励男性做出更多承担家务的承诺。

要注意：很有可能小组中的某一位或几位成员，在平时做家务的时间比较多，带领者应该及时肯定他们的行为，并且在适当的时候请他们分享经验，将他们作为这次小组活动，甚至此后小组活动中的得力助手。

带领者可以送每位组员一本烹饪手册，鼓励他们从今天开始学习做饭！如果小组是集中封闭学习的形式，可以从第一天起，便安排组员做饭、清洁房间等。比如，可以搞美食大赛，让男人们一显身手。

环节二 现场做家务

目标：让小组成员切身感受到家务应该做，而且可以做。

所需材料：扫帚、除尘器、围裙、毛巾、熨斗等家务劳动所需物品。

建议时间：60 分钟

活动：

步骤 1：行动

带领者邀请每个组员参与。每个组员都被分配一个家务角色，如照顾孩子、熨衣服、做

饭、洗衣服、打扫房子、购物等等。

带领者说：“一二三，开始！”所有的组员都开始做家务。一分钟后，要一个组员停止做家务，并告诉其余的组员继续做。同时，安排停止工作的组员看电视，坐在“家”里休息。

再过一分钟，要另一个组员停止做家务，他也被安排休息——睡眠。并且，再一次，告诉其余的小组成员继续。

继续这个序列，直到只有一个组员留下，而其他的人或睡觉，或读报纸，或看电视、玩他们的手机。

最后，要求这唯一一个在做家务的人也停止工作。

步骤 2：讨论

带领者要求参加者“走出”的角色，并问他们以下的问题：

- 问每个组员当看到别人停止做家务的时候感觉如何？
- 最后一个停下的人的感觉如何？
- 如果所有人都不做家务，一周后这房子会是什么样？
- 有人真正注意到家务吗？或者只是当没有人做家务的时候，才会注意到家务的存在？

（提示：带领者适时总结：当没有人做家务的时候，我们才会注意到家务的存在！当伴侣为我们做过的时候，我们往往意识不到伴侣的贡献。）

- 谁基本做过所有类型的家务？
- 男人经常做的家务是什么？
- 男人偶尔做的家务是什么？
- 在童年的时候，谁被鼓励做家务，男孩还是女孩？为什么？
- 本周你在家做的家务是什么？
- 哪些组员真正在自己家做过家务？
- 有调查显示，做家务的男人短寿。你相信吗？为什么？（提示：按着前面讨论过的男性气质的理论，男人做家务是违背了“大男子汉气概”的，如果他们因此感到自卑、沮丧，便会影响身心健康，影响寿命。）
- 相反，有更多的证据显示，做家务有助于男性的健康，你认为这是为什么？
- 有一些证据表明，其性伙伴参与家务的妇女与伴侣的关系更好，性生活满意度更高，你认为这是为什么？
- 有一些证据表明，父亲参与家务的家庭中孩子更可能会在他们以后的生活做家务。你对这个有什么想法？
- 怎样让男性参与家务，甚至在必要时把家务视作他们的全职工作？

说明：

讨论的过程，便是观念形成的过程，也将是影响行为改变的过程。带领者应该引导组员认识到：一个女人的天性里没有天生就特别擅长做家务的这一点，男人与女人之间关于做家务的态度的差异性是由于社会建构形成的；家务在日常生活中非常重要，男人和女人在一样可以把家务做的很好，合作家务有助于家庭和谐，更有助于男性的幸福生活；做家务不会对男性形象产生任何负面影响，相反只会产生正面影响；……

讨论期间，针对男性气质的攻击或笑话可能会引起某些组员的阻碍，带领者应警惕任何可能的尴尬并尽可能降低它的不良影响。

带领者应该鼓励男性做出承担同样家务的承诺。

休息

热身

推荐热身活动

扫把情人

规则

1. 几个人排成圆圈定号码，一个人站在圆圈中间，让扫把立在中间；
2. 中间的人说出一个号码，同时把手中倒立的扫把放开；
3. 被叫到号码的人立刻跑去在扫把倒地前抓住扫把；
4. 没抓住的人受罚。

环节三 护理

目标：

提高小组成员在日常生活中的照顾、关怀意识。

所需材料：4个大塑料垃圾袋，或者4个盒子，或4个大信封；和组员人数相当的气球，或者植物、鸡蛋。

建议时间：60分钟

活动1：

将组员分成4组，给每个组一个袋子；同时告诉大家现在有四个想象中的实物，分别是：一辆自行车、一条狗、一株植物、一个人。每个组必须选择其中的一个实物，作为照顾与护理的对象。

在各个小组做出选择之后，请组员想象袋子装满了这个实物。

要求四个团体分别打开各自的袋子并小心取出所给的东西。

鼓励参加者为袋子里的东西“赋予生命”，可以通过问问题的方式来带动想象，从而达到这一目的，问题如：这辆自行车是多大？它是什么颜色的？这个人有多大年龄？什么是他/她的名字？是什么品种的狗？它是男性或女性？这个植物有多大年龄？它们有伴侣吗？……

然后，带领者告诉小组成员，这个物体/动物/植物/人有问题了，自行车坏了，植物死了，人病了，狗不想吃东西……

带领者问组员他们将如何反应，鼓励他们表现出他们可以做的事情。

在他们完成后，请他们形成一个大的圈，并进行开放式讨论。

讨论的问题：

- 照顾一株植物、一个人、一辆自行车和一只狗有任何差异吗？什么差异？为什么？
- 照顾什么最简单？为什么？
- 照顾什么最简单最难？为什么？
- 照顾什么最令人愉快？
- 照顾什么最令人不愉快？
- 如果你不关心自行车、人、狗、植物，他们会怎么样？
- 我们是天生知道如何照顾人和物的还是通过后天学习学会的？
- 男人和女人照顾的方式一样吗？
- 男人如何照顾人和物的？
- 女性如何照顾人和物的？
- 你觉得男人还是女人更适合从事照顾工作？为什么？
- 照顾人的工作中，哪些环节适合男人？哪些环节适合女人？是否可以替换？
- 照顾者能够从照顾的工作中，收获什么？

说明：

带领者在这部分的讨论过程中，引导小组成员认识到：人与周围的人和世界有许多密切的互动方式，其中一种方式就是关怀或照顾；照顾是一种美德，照顾不是女性的专职，许多照顾工作更需要男性参与；鼓励男性承诺承担照顾家庭成员的职责。

活动 2：气球家人

带领者事先准备好和小组成员人数相等数量的气球，并且装满水。气球可以用另一个东西取代，如一种植物或一个鸡蛋。

带领者把气球交给每个组员并告诉小组成员：他们现在是儿子，而那个气球是他们年迈的母亲或父亲，或其他需要帮助的家庭成员；要求他们把想象的家庭成员的脸，用笔画在上面。他们应该画上眼睛、嘴巴、鼻子、头发等。

带领者鼓励组员给“他们的家人”赋予生命，想象他们是真的家庭成员。

让组员做出照顾他们的“气球家人”的承诺，带他们回家，不要让他们孤独，无论自己走到哪里都带着它。

约好下次小组活动时（可能是一周之后），把他们的“气球家人”带回来。

说明：

这个活动自然地带出一项作业：把“气球家人”带回家，照顾它一周。

一周之后，小组成员集体讨论。

作业

本次小组活动有两项作业：

1、回家之后征询伴侣的意见：你期望我做家务吗？你想要我做什么？然后与伴侣一起规划家务的分工，制订一个计划，并且真正开始实施。如果在恋爱中，也可以与恋人做未来婚姻中的家务分工规划。

2、前述照料“气球家人”的作业。

第八次 和谐的性，承担避孕责任

性生活是伴侣关系中重要的内容。本次活动协助小组成员了解男女性差异，在性爱中关心对方感受，就性的问题进行沟通，鼓励男性承担避孕责任。

环节一 “气球家人” 的分享

目标：重温上周小组活动的主题，进一步强化做家务和照料他人的承诺。

建议时间：40 分钟

活动：

就上一周的作业“气球家人”进行分享与讨论。

带领者问组员如下问题：

- 照顾“气球家人”的过程中都发生了什么？
- 照顾“气球家人”时，你遇到什么样的困难了吗？

- 这照料工作干涉了你的日常生活吗？对此你的感觉如何？
- 在照顾“气球家人”过程中你最喜欢的是什么？
- 你寻求任何人的帮助了吗？
- 当你不能与“气球家人”在一起时，你做了什么？
- 如果它真是你的父母，这个过程会是什么样？
- 如果“气球家人”一直生病，它会怎么样呢？

.....

带领者向组员强调照顾或护理的行为是有益的，是有回报的，并且能给人带来愉悦的，当然随之而来的也会有挑战与责任。这不仅适用于照顾父母，也适用于照顾孩子，以及所有普遍意义上的关怀他人。

环节二 性欲望与性反应

目标：帮助小组成员了解基本的性反应周期的知识，学习在性生活中关心女性伴侣的感受。

所需材料：男女性器官解剖图、性玩具（如电动阴茎等）

建议时间：60分钟

活动：

带领者在开始时和组员分享：今天我们要讨论的内容是每个人常常思考但很少会谈论，但我仍然希望大家以坦然、开放的态度来谈论，因为这是对我们最好的。

请大家围坐一圈，开始讨论这些问题：

- 你知道人类的性反应周期的四个阶段吗？你知道男女的不同吗？
- 你了解女性的性器官吗？

带领者请一位组员在黑板上绘出男性和女性的性反应周期的差异；请另一位组员画出女阴，并标注阴蒂、G点、A点的位置。

进一步讨论：

- 男人和女人的性反应周期的差异，对我们有什么启示？

带领者可以根据组员的背景知识和现场讨论气氛，决定讨论话题的深入程度。这些话题可能包括：

- 男女兴奋感觉相同吗？区别是什么？
- 高潮是什么？
- 什么是男性的性高潮？什么是女性的性高潮？
- 男人和女人高潮能够达到同步吗？
- 男女的性反应周期不一致，如何才能让双方在性爱中都满意？
- 如何让伴侣更好地享受性爱？
- 为什么女性为男性口交多，男性为女性的口交少？
- 前戏和后戏可以做什么？如何做？

.....

说明：

实施这个活动最重要的是习惯谈论人体和性交，如果带领者谈论的时候表现出不适感或不自然，这可能就会影响到其他组员。在组员不好意思谈论时，带领者还要打破尴尬的气氛，及时引领他们。所以，带领者对性持有开放、开明的态度非常重要，而且事先的准备很重要。

带领者在讨论涉及相关话题时，出示男女性器官解剖图、性玩具，并进行说明。

下面的链接是一些带领者需要有的背景知识，在讨论中可能涉及到，或者带领者需要把这些介绍给小组成员。

带领者引导小组成员认识到男女性反应周期的不一致，让男性懂得性爱时不要太自私，只顾自己爽。小组可以探讨如何在性生活中让女性伴侣更加满意，包括前戏与后戏的方法，甚至包括性玩具的使用，等等。

讨论中可能呈现更为多元的论述，小组成员可能曝露出自己性生活中的困扰，希望得到解决。这些均需要小组带领者具备足够的性学知识，包括性咨询的知识与能力。

建议小组带领者在带领这节活动之前，应该阅读、学习更多的性知识。

带领者还可以事先准备好一些性咨询的案例，在小组成员未能充分开放讨论自身经验的情况下，通过讨论这些案例来使气氛活跃起来。

链接

人类有四个性反应周期：唤起期、平台期、高潮期、持续期。

唤起期：

这一时期性欲开始出现，通过性兴奋刺激产生了脑激活。

一定的刺激可以在一定文化中是令人兴奋的，但在另一个文化中却不一定。例如，某个美丽的人可以激发一个人的性欲，但对于另一个地方的人却不可以。焦虑、抑郁、危险的感觉、恐惧反应等也可以影响一个人的性欲。另一方面，当一个人感觉轻松、安全，并与他或她的伴侣有亲密关系，性欲就会增强。

身体的每一部分都能在触摸时产生快感，但一般来说，人们有一定的地区比其他地区对爱抚更敏感，这些都是所谓的性敏感区：乳房、阴蒂、外阴、肛门、阴茎、阴道口、耳朵、脖颈，等等。但它们因人而异，所以只有通过谈话或尝试，你才能知道什么激发你的性伴侣的快感。

人体远远超过了它的生物学功能所限。不像大多数雄性动物的性唤起仅仅通过雌性的气味，人类的性唤起与社会和心理因素有很密切的联系，它们相互影响、相互依赖。

性兴奋是不由自主的，也就是说，它是独立于人的意志。我们知道一个女人的性兴奋的时候，她的阴道、阴蒂变湿，乳房会膨胀。在生理上，一定组织（如阴茎、阴道、乳房）的血流量增加，全身肌肉紧张。在这一阶段，呼吸和心跳增加。

男人的性唤起通常较快，女人的性唤起通常较慢。为了使男女同步，可以对女性进行更多的爱抚和接吻，这被称为“前戏”。

平台期：

性交开始后愉悦的时期。平台期，性兴奋持续稳定在较高的水平上。如果有效刺激依然存在，尚能进一步强化。这时已达到了触发性高潮的阈值水平以下的程度。平台期持续时间差别很大，有的男性持续期特别短，有的较长不等。通常女性会持续较长时间，男性持续时间较短，便进入高潮期。

高潮期：

高潮期的时间非常短暂，只有短短几十秒钟。男性的重要表现是临近射精入射精的瞬间。女性出现的主要生理反应有：身体突然松弛，阴道、子宫、阴部肌肉规律性收缩，阴道的分泌物增加，心跳加快，呼吸急促，血压升高，有些女性还会出现全身颤抖的现象。

性高潮是性强度最大的阶段，很难客观地描述这种感觉，因为快乐的感觉是因人而异的。在性高潮中，大多数人感受到身体巨大的肌肉张力，然后突然放松，伴随着强烈的愉悦感。

衰退期：

衰退期是高潮期之后身体恢复原状的阶段，在高潮期出现的各种生理反应如全身肌肉颤抖、呼吸急促等都开始消退。男性在这一时期的生理反应有：阴茎变软、睾丸下降、呼吸减慢等；而女性出现的生理反应有：身体慢慢恢复原来的状态，性欲渐渐消退。通常，女性的衰退期会比较长。

不应期：

衰退期后，男人需要一些时间来再次兴奋。年轻人时间短，年纪大一点可能需要更长的时间。女人不需要这个时间，这解释了为什么她们能在性交过程中有一个以上的性高潮或多重性高潮。

休息

热身

推荐热身活动

指鹿为马

规则：

带领者请每位组员面墙而立，讲解游戏规则：先由第一名组员表演一套动作（有特定寓意，比如背老人过小河）给第二位组员看；第二位组员根据自己的理解把动作表演给第三位组员看；第三位组员再表演给第四位看，……直到给最后一位组员看。

这期间，没有涉及到的组员须面墙站立，直到最后一位。另外，动作每人只准表演一次。

表演完后，带领者先问最后一位选手：你看到的动作寓意什么？再倒溯着问每一位组员，……直到第一位。

说明：

此游戏接着指出在日常交往中，沟通不足经常会导致错误理解对方的意思。所以，要加强沟通技能的学习。

环节三 性的沟通

目标：培养小组成员与伴侣沟通性感受的意识，学习沟通的技巧。

建议时间：40 分钟

活动：

围坐一圈，带领者引导小组成员一起讨论如下的问题：

- 你如何理解和谐的性生活？
- 性生活满意度对婚姻重要吗？
- 如果你在性生活上对伴侣有什么不满意，你会和她交流吗？
- 你已经或准备采取什么样的方式交流？
- 你的伴侣和你交流过吗？采取的是何种方式？
- 如果你和伴侣一方不想做爱，但另一方想做爱，你会如何处理？
- 有些婚姻是无性婚姻，也很幸福。你如何理解性、爱、婚姻三者的关系？

说明：

这部分重点在于伴侣间进行性沟通的技巧。

带领者应该在讨论中引导组员认识到：

- 伴侣间应该针对性的问题进行沟通，应该学习关注性问题，处理性问题，而不是置之不理；

- 伴侣间的性问题不是一方的责任，双方都有责任；

- 沟通需要做出努力，要讲究沟通方式、时机，要找到双方自然、和谐的方法；比如：不一定在床上现场沟通，不一定要用语言沟通，要注意情境；

- 沟通、交流的多种方式：语言的，文字的，目光的，躯体的，心灵的；心灵的默契是最高层次的；

- 有些男性伴侣经常现场询问女伴的性感受：你行了吗？你快好了吗？我快好了，你怎么还不好？诸如此类是非常不好的沟通。

.....

特别提示：

一定要特别警惕对性和谐的促进，转变成对性能力的推崇。我们这次活动想强调的是对伴侣的关心，如果变成男性通过性能力、性技巧来弘扬支配性男性气质，那就与我们整个团辅的宗旨相违背了。

同时，也要警惕对性和谐关注，成为男性的性压力，反而影响了他们的性和谐。

这些，都是带领者要格外注意的，在带领的过程中进行必要的处理。

建议本次活动可以邀请一位特约的嘉宾，他应该有能力就伴侣间性的困扰、性沟通等问题回答组员们的提问，他应该具备性咨询的能力。如果带领者本人具备这样的素质则不需要另请嘉宾了。但考虑到对于绝大多数的带领者来说，这可能是一个过份的要求，所以一位专业人士的在场将是有帮助的。

当然，过于个人化的问题，也可以留到小组之后单独解决。

环节四 避孕的责任

目标：增加男人在避孕方面的知识，承担避孕的责任。

所需材料：安全套、避孕药等

建议时间：30分钟

活动：哪种避孕方法好

带领者进一步引导小组成员讨论：

伴侣中哪一方会常常思考避孕和计划生育的事情？男人还是女人？为什么？

事实上谁更多承担避孕的责任，为什么？

如果你不得不与你的伙伴谈论避孕，你想象你会谈论什么吗？

.....

随后，带领者引导组员一起讨论，他们认为哪一种避孕方法最好，他们自己在生活中主要采取哪种避孕方法，为什么？

激素（荷尔蒙）方法

宫内节育器

安全套避孕

体外射精

安全期性交

输卵管结扎术
输精管结扎术
口服长效避孕药
口服短效避孕药
紧急避孕药
皮下埋植
长效避孕针
外用避孕药
.....

说明：

带领者可以事先安排每位组员都小组活动前查找这些不同避孕方法的知识，在小组活动时分享；也可以安排一位或二位组员查找，然后在活动时宣讲；还可以在活动时现场一起上网查找、阅读和分享。

讨论中应该涉及每一个选项的优缺点、成本，必要的话还可以讨论具体操作的方法。

如果带领者事先准备样本就更好了。

向小组成员强调不是要他们必须记住每一个避孕方法，而是了解它们的优缺点，最后决定哪种方法最适合自己的和配偶。

最佳的讨论效果是，组员们认识到男性应该对避孕承担更多的责任，包括思想意识上的责任，也包括主动采取避孕措施的责任。相当部分发生意外妊娠去做人流的女性，往往是由于男性的侥幸心理而不采取避孕措施所致，或者是不严格按照避孕方法要求去做的结果。因无保护的性生活对男性不会产生直接的影响，所以男性对避孕方法的遵从往往不严格，要与女性共同承担计划生育责任，就要求男性对女性因采用避孕措施产生的不适或不良反应予以理解、关心和照顾，以及在不适宜过性生活时不勉强女性同房。

第九次 拒绝家庭暴力

本次活动主要帮助组员澄清关于家庭暴力的一些误区，了解家庭暴力的性质，包括支配性男性气质的影响，从而使组员形成反对暴力的意识；鼓励组员以沟通的方式处理伴侣间的矛盾，学习控制愤怒、拒绝暴力。

环节一 你知道的家庭暴力

目标：帮助组员更多地了解和认识家庭暴力，包括家庭暴力的形式、实质、根源、规律、特点、与男性气质的关系，等等。

所需材料：纸，笔，投影仪，PPT。

建议时间：40分钟

活动：

请组员自由发言，讲述他们所知道的家庭暴力的案例。针对这些案例，小组成员讨论体现了家庭暴力的哪些形式和特点。带领者进行引导，小组成员各抒己见，在这个过程中，将家庭暴力的形式、实质、根源、规律、特点、与男性气质的关系等等进行全面的介绍。

说明：

这部分由案例导入，在讨论和分析中自然地带出对家庭暴力的较全面的介绍。带领者也可以事先准备好 PPT，最后用讲座的形式做全面总结。

对于家庭暴力的根源、实质、与男性气质的关系等，可能会有不同的理解，组员中可能会存在争议。带领者要在充分理解家庭暴力的基础上，引导组员们形成正确的认知。

链接：家庭暴力相关知识

家庭暴力的概念

家庭暴力或亲密伴侣暴力(Domestic Violence)，应该被理解为：发生在家庭组员之间的造成身体、精神、性或财产上损害的行为。其中家庭组员指配偶、父母、子女以及其他家庭组员。具有特殊亲密关系的人或曾经有过配偶、同居关系的人均视为家庭组员。现实生活中，丈夫对妻子的暴力更为常见。

家庭暴力的形式

身体暴力：施暴者通过殴打或捆绑受暴者，或限制受暴者人身自由等使受暴者产生恐惧的行为；

性暴力：施暴者强迫受暴者以其感到屈辱、恐惧、抵触的方式接受性行为，或残害受暴者性器官等性侵犯行为；

精神暴力：施暴者以侮辱、谩骂、或者不予理睬、不给治病、不肯离婚等手段对受暴者进行精神折磨。使受暴者产生屈辱、恐惧、无价值等作为或不作为行为；

经济控制：施暴者通过对夫妻共同财产和家庭收支状况的严格控制来摧毁受暴者自尊心、自信心或自我价值感，以达到控制受暴者的目的。

行为控制：施暴者限制受暴者的行动自由、人际交往自由等。也有人将之归为精神暴力。

有调查显示，中国家庭暴力的受暴者 90%左右为女性。也就是说，仍然有 10%左右的男性是施暴女性的受暴者。

家庭暴力的根源

在探究家庭暴力的原因时，人们尤其是施暴者往往会找出许多具体的原因，例如施暴者有压力、醉酒或受暴者“有错”等。但这些原因都是表面的，家庭暴力的真正根源在于不平等的社会性别关系，它深植于传统的社会性别制度中，而这也正是性别暴力广泛存在并难以消除的原因所在。

家庭暴力反映出施暴者和受暴者之间的权力控制关系，施暴者通过行使暴力向受暴者宣示自己的权力，使受暴者屈服，由此实现和维持对受暴者的支配和控制。

家庭暴力与传统的性别角色规范和性别权力关系有密切的关系。文化鼓励男性追求“阳刚”、“勇猛”，并允许和怂恿他们用暴力证明自己的地位和解决问题，与此相应，文化认为女性的价值低于男性，并应当服从男性的支配。这种文化实际默许男性对女性施暴，当一个大男子主义思想强烈的男性认为妻子或女友没有忠实履行女性的屈从义务时，他就“有权”对她施行暴力。

男性气质与家庭暴力

带领者引导组员回忆前面讲过的男性气质理论。

家庭暴力与男性气质有着紧密的关系，但并非所有的男性气质都鼓励暴力，不同趋势的男性气质与暴力的关系极为复杂。支配性男性气质为暴力的实施提供支持，而其它多种男性

气质则是家庭暴力的克星。

支配性男性气质在强调男性强者形象时，要求男性勇敢、粗犷，凌驾于女人之上。当男人无法通过事业成功及其它方式做到这一点的时候，他实际上被父权文化贬损为“不像一个男人”了。家庭暴力本质上是为了维持“硬汉”形象的一种表现，实施家庭暴力的男人潜意识深处处理藏着对“不像一个男人”的深深恐惧，他以暴力来显示自己的强者形象，从而使女人蒙受伤害。

因为职场失意，如下岗、无法晋升、被领导训斥等等，都可能带来针对自身缺少支配性男性气质的“男性气质焦虑”，也都可能转而向配偶和孩子施以暴力，在施暴的过程中展示其支配性男性气质的一面，用以解决其男性气质焦虑。但是，柔性/从属趋势的男性气质、柔性/关系均衡趋势的男性气质、刚柔相济/关系均衡趋势的男性气质等等，都不需要通过暴力来获得。

明确了支配性男性气质实践与家庭暴力的紧密关系，也就清楚，越是远离这种男性气质的实践，实施家庭暴力的可能性也就越低。既然不同男性具有不同的男性气质实践，而且男性气质是实践中变化的趋势，不是僵死的状态，这就要求我们采取开放的、多元的视角，来看待男性、男性气质与家庭暴力的关系，鼓励非支配性男性气质实践。

家庭暴力的实质

家庭暴力的实质是极端的权力和控制造成对家人人权的侵犯。人权是人固有、不可剥夺和削减的权利，不管暴力是发生在公共场合还是家庭内部，是发生在陌生人之间还是家庭组员之间，其侵犯人权的性质是不变的。

宣示人权就意味着强调人权的不可侵犯性，以及国家和社会对人权的保障义务。承认家庭暴力是对人权的侵犯，就意味着承认家庭暴力是绝对不能允许的，而且，对家庭暴力理应采取与陌生人之间的暴力同等的防治力度。

家庭暴力的特点

普遍性 家庭暴力广泛存在于所有的地区、国家、文化、种族、阶级、阶层中，在同一个国家中，无论是在城市和乡村，无论教育程度和社会地位高低，从事何种职业，都可能发生家庭暴力。

隐蔽性 家庭暴力发生在家庭组员之间和家庭空间内部，外界往往不容易察觉，而受暴者往往因各种原因而不愿暴露。“打是疼、骂是爱”、“家丑不可外扬”、“清官难断家务事”等传统观念和干预支持系统的不力，导致人们漠视家庭暴力问题，并使受暴者难以寻求救助，更进一步加深了家庭暴力的隐蔽性。

城市的家庭暴力可能比农村更隐蔽，教育程度和社会地位越高不等于家庭暴力现象就少，而可能越隐蔽。

习得性 施暴并非天生本能，而是男性在社会化的过程中学会的控制他人并维持权力的行为方式，不平等的社会性别制度潜在地教化和允许男人使用暴力对待自己的伴侣，对已发生的暴力的纵容更进一步助长暴力的倾向。

家庭暴力的特殊规律

反复持续 家庭暴力往往不是一次性的，施暴者一般不会主动停止暴力，一旦暴力发生而又没有得到有效的干预，那么它就非常可能再次上演，并越来越严重。

周期循环 在配偶或伴侣之间，家庭暴力往往以周期性循环的方式持续和加重。

首先，经过关系紧张和矛盾的积累，家庭暴力由具体事件引发。此时，施暴者使用暴力控制情境，给受暴者造成身心或性的伤害。

当情境得到控制后，施暴者可能感到后悔，并通过检讨、道歉、写保证书、送礼物等口头或实际行动请求原谅。此时，受暴者一般会原谅施暴者，并反思自己的“过错”，双方言归于好，甚至找回“蜜月”般的感觉。

但是，随着时间的推移矛盾会再次出现，关系逐渐紧张，暴力将再次爆发，并进入下一个循环：愤怒积蓄、暴力发生、道歉原谅、和好平静，但周期的间隔会逐渐缩短，程度也会越来越严重。

高度容忍 很多受暴者对家庭暴力表现出很强的容忍力，他们会一次次地忍受暴力，原谅施暴者，不愿离开对方，在警察面前替对方求情使其免于处罚等等，这都是家庭暴力受暴者区别于其他暴力受害者的表现。究其原因，除了受害者仍对施暴者有感情或幻想之外，大多数女性受害者普遍面临不利的社会处境，包括经济地位的脆弱、对离婚妇女的偏见、子女照顾的沉重负担等，这些都导致受害者没有足够的勇气和能力摆脱暴力。

习得性无助 习得性无助是指，受暴者因长期受暴而导致的无助状态。在无数次受暴之后，受暴者“认识”到自己无力阻止伴侣的暴力，而且没有人能帮助自己，甚至认为一切都是自己的错。在这种心理状态下，受害者变得越来越被动，越来越压抑，自我能动力越来越低下，也就越来越难以摆脱暴力。

但是，这并不表示受暴者就心甘情愿地生活在暴力之下，当她们实在忍无可忍时，可能会采取激烈的行动，自伤、自杀甚至企图杀死施暴者，以他们自己的方式终止暴力，即“以暴制暴”。

家庭暴力的危害

家庭暴力最明显和直接的危害是使受暴者身体受伤、致残甚至死亡。

家庭暴力还会对受暴者的精神健康造成伤害，许多受暴者产生心理困扰，包括情绪不稳、焦虑、抑郁、无助、恐惧等，并产生畏缩、自我孤立、人际交往及生活工作障碍等一系列行为反应，生活工作受到影响，严重者可能自杀。

家庭暴力是导致妇女犯罪的重要原因，妇女因不堪受暴而伤害或杀死丈夫的案例时有发生。

家庭暴力是离婚的重要原因之一。

家庭暴力会严重影响下一代的健康成长，儿童目睹父母间的暴力会产生自卑、消极、孤僻、冷漠、暴躁、残忍、焦虑、沮丧、自残等等一系列的行为和感情问题，并容易学习形成易激惹的性格或表现出攻击性行为。儿童期处于高度暴力环境的人，长大后较容易成为施虐者或受暴者。

施暴者自身也受到暴力的危害。暴力会导致亲人对施暴者的疏离和怨恨，他们有可能因此失去家庭、伴侣和孩子，并可能因受暴者的反抗而遭遇生命危险。

家庭暴力的危害远不限于个人和家庭范围。暴力和暴力威胁导致妇女社会和政治参与度下降，影响妇女的整体发展。因暴力而产生的各类救助和惩戒需求增加了社会成本。研究证明，家庭暴力会导致用人单位的经济损失。暴力加重了人类的苦难，暴力代代相传所带来的政治和社会不稳定是所有人的共同代价。

休息

热身

推荐热身游戏

心灵相通

规则：

带领者请二人组成一对。带领者预先准备好写有成语的白纸(有几对组员,就准备几张)。

带领者讲解游戏规则,告知由小组中一人先看白纸上的成语,再用形体语言表达给另一人看,另一人猜出这个成语即为获胜。强调:第一名组员只准做动作,不准出声;第二名组员最多猜两个成语,两个都不对,遭淘汰。

各小组依次表演、比赛,获胜者有纪念品。

备选四字成语举例:龙飞凤舞、狗急跳墙、猛虎下山、饿虎扑食、螳螂捕蝉、眉目传情、暗送秋波、望穿秋水、昂首阔步、掩耳盗铃……

说明：

这个游戏告诉我们,合作者应该有默契。伴侣关系也是合作,要读懂对方的语言。

环节二 辩论：家庭暴力的认识误区

目标：消除针对家庭暴力的认识误区,增强对家庭暴力的正确认识。

所需材料：纸

建议时间：60分钟

活动：

带领者事先准备好一些纸条,每张纸条上写着一个下面的观点。小组活动时,将这些纸条逐一地放在地面上,请小组成员进行判断,表明自己的态度。

通常小组组员会有不同的看法,带领者让组员根据自己的判断站到活动场地的两边进行辩论。带领者必须清楚,这些“观点”都是错误的,在辩论过程中,带领者引导组员最终形成正确的看法。

观点 1: 家庭暴力普遍存在,它只是家庭中临时的小吵小闹。

确实,几乎所有的伴侣关系中都有有些许分歧。在一段健康的伴侣关系中偶尔的口头分歧也是基于尊重、信任、支持和互爱。而暴力关系则是暴力的数量超过分歧,并且彼此的基本权力和支配关系失衡。伴侣暴力包含连续或周期性身体的、性的、情感的、财产的虐待。任何这样的虐待在健康的伴侣关系中都不会发生。伴侣的虐待是有害的和危险的。

观点 2: 家庭暴力是个人私事

家庭暴力虽然发生在私人领域,但它不是个人隐私,而是人权问题、社会问题、发展问题。我们理应尊重和保护隐私,但家庭暴力是对人权的侵犯,已不属于隐私范畴。在法律上和实践中以隐私为借口而拒绝介入家庭暴力的做法,纵容了暴力,加重了对受暴者的伤害。

观点 3: 家庭暴力主要发生在落后地区和没文化的人身上

人们之所以有这种印象,是因为经济条件和文化程度会影响当事人应对家庭暴力的方法和能力,使家庭暴力的暴露程度有所不同。经济问题会导致家庭、家庭关系、关系中的个人

处于紧张状态,但家暴并非是贫穷家庭特有的问题,甚至具有较高社会和经济地位者处于“没面子”或者“家丑”的顾虑而使得暴力问题不宜发现。伴侣暴力跨越所有边界:经济,社会,民族,文化,宗教和职业。事实上,所有人群中都可能发生家庭暴力,富裕和教育良好的人也可能是施暴者或受暴者。是否会发生家庭暴力,并不取决于当事人的社会身份,而取决于他们对性别角色及关系的认识,周围环境对家庭暴力的态度,以及法律对家庭暴力的惩戒力度。

观点 4: 大多数受害者自己也有过错

“谴责受害者”是对受暴者的极大不公。许多受暴者经过长时间的被虐待后开始把暴力合理化,这包含了她/他认为自己是对暴力有负责的。此外,如果她/他不断被告诉是自己激起了施暴者的暴力行为,社会舆论接受这个借口,假如施暴者对自己的行为可以不用承担责任,那么受暴者可能会认同这种莫须有的责备。通常,实际上受虐待的一方却付出了巨大的努力来安抚施暴者。施虐者使用他们的恶习作为一种方式,释放紧张和采取控制手段,这是不理性的行为。

施暴者用来指责受害者的“过错”,往往是以不平等的性别规范和男性标准界定的,例如不顺从、争执、没有服侍好丈夫和家人、自主外出娱乐交往等等。这些根本就不是妇女的“过错”,更不能成为施暴的理由。退一步说,即使妇女真的有错,她也仍然拥有完整的人权,任何人都无权用暴力对她进行惩戒。

我们应该建立清晰的是非标准,即暴力就是错,暴力没有理由,杜绝从受暴者身上去寻找暴力原因、为暴力开脱的思维。

观点 5: 施暴者是因为“有病”、“失控”才打人?

在谈到施暴者失去理性地殴打伴侣时,很多人会说,他可能有精神病或心理障碍,“他无法控制自己”,“他的压力太大”等等。其实,施暴者中真正“有病”的只是极少数,他们当中的绝大多数对自己的行为是有控制能力和选择理性的,他们不会在公共场所对别人施暴,更不敢向给他压力的客户或上司施暴,而只是向比他们更弱、难以反抗的伴侣发泄。由此可见,酗酒、“有病”、“有压力”等等都是施暴的借口。

如果施暴者真的因病理原因才导致行为失控,那么,他们就应该愿意接受治疗,以避免继续伤害他人,然而事实是这些人基本都拒绝接受矫治和辅导,这更说明所谓“有病”纯属开脱。

观点 6: 受暴者不愿离开暴力关系,说明这是一个愿打一个愿挨

受暴者不离开暴力关系有很多理由。不离开并不意味着她们不想离开,或她们喜欢受暴,而是因为离开可能带来更大的困难和风险,而不离开是她们的现实选择。

有许多受暴者曾多次尝试离开,但是,很少有人在没有外界支持的情况下做到这一点,如果她们的人身安全没有保障,或者不能获得基本的生存和发展条件,或者不能为社会所容的话,她们就不得不放弃。

不体察受暴者是如何孤立无援,而简单地责备她们没有志气是不公平的,这种责备会打击受暴者的自信,导致他们更深地陷于暴力境地。

观点 7：受暴者是没用的弱者

人们往往对暂时不愿意或不能与施暴者分手的受暴者感到失望，恨铁不成钢，甚至不愿再提供帮助。

其实，很多受暴者在与施暴者的长期相处中掌握了生存和自我保护的独特策略，她们比其他人更清楚怎样做才对自己和家人最有利。她们一方面承担着对家人特别是子女的责任，一方面努力与施暴者协商、周旋和抗争，其坚韧顽强理应获得敬重。

受暴者有权做出她们自己的决定，而助人者有义务尊重她们的选择。助人者必须看到受暴者的主体性和能动性，谨防代替受暴者做决定；对在寻求外界帮助过程中出现反复的妇女，应该始终如一地给予热情帮助，鼓励她们运用自己的能力寻找更好的、适合自身需要的解决方式。

观点 8：不可能那么恶劣，否则她/他早离开了

为什么一位家暴受暴者还和施暴者在一起是有许许多多原因的，离开一个施虐者实际阻力是很大的。

观点 9：施暴者咎由自取，不值得同情

施暴者既是家庭暴力的加害者，在一定意义上也可能是家庭暴力的受暴者。干预家庭暴力时，首先要保障受暴者的人权和尊严，同时也应该注意依法行事，避免伤害施暴者的人权。

我们应该认识到，施暴者也有他们自己的困惑和痛苦，他们对性别关系的错误看法、不良情绪和暴力行为是文化塑造的结果，其个人应该为暴力承担责任，但同时他们也需要帮助。

在对施暴者的辅导与矫治中，应该引导他们反思自己与配偶的权力关系，促使他们自发地改变观念和行为，而不是简单地要求他们自我压抑。

观点 10：干预家庭暴力最重要的目标和原则是维护家庭和谐

离婚和分手是所有人都不愿看到的事情，我们总是祝福所有的家庭都能始终稳定幸福。因此，即使发生了家庭暴力，很多人仍然寄希望于夫妻双方相互谅解、言归于好。

但是，我们首先要明白，人首先是独立的个体，其次才是某个家庭关系中的角色，人都有不受暴力侵犯的权利，家庭关系不允许也不能成为暴力不受干预的挡箭牌。干预者的责任就是制止暴力、保障人权，至于家庭是否还要维系，如何维系，这只能是当事人的自主选择，其他人不能把自己的愿望强加到当事人身上，更不能以维护家庭和谐为由回避干预的责任。

现实生活中，以维护家庭和谐为由，强求受暴者忍耐原谅的情况并不少见，一些典型案例已经证明这种行为的实质是对暴力的姑息，最终可能给家庭带来更大的不幸。

有些人会以“影响孩子”为由而劝阻受暴者离婚，其实充满暴力的家庭环境可能会对儿童造成更大的伤害。无论如何，不能消除暴力的家庭，即使仍然维系，也不可能是和谐的，暴力无特区，平等才和谐。

观点 11：丈夫打妻子不对，但父母打孩子可以理解

随着社会对配偶暴力关注程度的提高，人们对配偶暴力甚至恋爱关系中的暴力相对比较敏感，大多数人也反对这样的家庭暴力。但是，父母对子女的暴力仍被很多人认为是正常的、可以理解的，对针对儿童的家庭暴力的实质、危害性，社会还认识的比较模糊，也严重缺乏相应的干预措施。

对儿童的暴力是对儿童权利的侵犯，对儿童的暴力也可能是基于性别的暴力，女孩受暴往往与男孩偏好、性别歧视有关；男孩受暴则常常与“望子成龙”、“不打不成才”等支配性男性气质的养成有关。

暴力不但严重影响儿童的健康成长，还会造成暴力的代际传承，儿童期处于高度暴力环境的人，长大后较容易成为施暴和受暴者。我们要旗帜鲜明地反对所有的暴力，包括家庭中对儿童的暴力。

观点 12：女性对男性施暴的情况很少，所以不需要关注男性受暴者

首先要明确：女性对男性施暴的比例较低，而且暴力的严重与危险程度通常也较低。

但是，这并不是不关注男性受暴者的理由。男性受暴者可能更羞于求助，男性实际受暴的数字很可能被掩盖了。我们致力于反对的是暴力，而非仅是一个性别针对另一个性别的暴力。

总结：

讨论结束后，带领者引导组员总结：对家庭暴力应有的态度。这些态度包括：

- 家庭暴力不是个人私事，而是社会公害；
- 家庭暴力是侵犯人权的行为，是不能容许的；
- 不平等的社会性别权力制度是家庭暴力的根源，这决定了绝大多数家庭暴力是男性对女性的暴力；
- 除了身体暴力之外，精神暴力、性暴力和经济控制也是家庭暴力；
- 暴力没有理由，施暴者要对自己的行为负责；
- 指责受暴者是对他们的二次伤害；
- 消除暴力需要每个人的积极行动。

休息

热身

推荐热身活动

尖叫

规则

让小组成员站好。告诉他们闭上眼睛。慢慢的深呼吸。请大家尽量保持呼吸在一个频率。呼吸的同时要一起尽可能高的伸展他们的右臂。然后一起跳上跳下，然后发出尖叫声。

说明

本次讨论的话题过于沉重，多一次热身活动，通过尖叫释放紧张感，放松身心。

环节三 对暴力说“不”

目标：引领小组组员学习面对与伴侣的纠纷时，暴力之外的解决方法。

所需材料：投影仪、PPT

建议时间：60分钟

活动1：角色表演

步骤1：带领者向小组组员说明：我们今天要通过角色扮演练习的方法，探索出当我们愤怒的时候，如何使用非暴力的方式做出反应，

带领者请两名志愿者扮演一对伴侣，并且提供下面的情境，让他们表演从争吵到暴力的过程。

情景：

昌斌和敏惠正在争论家里的钱由谁管。昌斌认为应该各人管理各人的钱，敏惠认为应该由她统一管理。两人都有很多理由，越说越激动，最后昌斌开始施暴……

步骤2：

志愿者的表演结束后，带领者要求所有的参与者讨论，两位演员吵架过程中的哪个阶段可以、如何改变成良性的交流，而不是导致暴力，即怎样用其他非暴力形式的方法解决冲突；同时，还要讨论如果自己很愤怒，如何控制愤怒，避免最后导致暴力。

带领者请组员讨论：

• 一般来说，人们表达他们的沮丧或愤怒不使用暴力是不是一件难以做到的事情？为什么或为什么不？

- 我们通常知道如何避免冲突不使用暴力，但有时却不知道，为什么？
- 在你的伴侣关系中，分歧或冲突的主要原因是什么？
- 谁能提供一个例子，你与伴侣产生极大冲突，但是没有用大叫或使用暴力解决？
- 怎样可以控制沮丧或愤怒情绪？

……

就“冲突时我们可以选择哪些行为”进行小组讨论，请组员将自己采取过的行为和认为应该采取的行为都说一说，将组员的分享忠实地记录在黑板或大纸上；然后启发组员分析哪些行为是可取的，哪些是不可取的，哪些是中性的。

说明：

带领者可以提醒小组组员回忆此前小组活动时学习到的沟通的原则，以及如何应用到伴侣争吵的这个环节中；同时，还可以提示不同的控制愤怒的方法。

带领者应该鼓励小组组员自己觉悟到非暴力的沟通手段，控制愤怒情绪的方法。

如果时间允许的话，可以设计扮演不同的家庭冲突情境，以加强对避免使用暴力、良性沟通的练习。

冲突中行为的选择，包括：

• 可取的行为：耐心解释，说出自己的感受，暂时离开现场，自己做一点运动等来适度的宣泄，找朋友或专业人员倾诉寻求帮助……

• 中性的行为：不言语，到一边独自生气；尽量控制，不让暴力升级；摔枕头等不值钱的东西，告诉对方自己快要控制不住了……

• 不可取的行为：动手打，叫骂，砸东西，拿孩子出气，威胁恐吓，酗酒，离家做令对方更生气的事，迁怒外人生事……

最后得出结论:冲突面前尽量采取可取的行为,也可适当采取中性的行为,但不能采取不可取的行为。

活动 2: 学习中止暴力

人有时确实会冲动起来,所以需要学会在冲动刚刚发生时怎样控制自己,提高解决问题的能力。这部分以带领者介绍讲解为主,组员回应分享为辅。

链接: 中止家庭暴力的策略

1、与伴侣发生矛盾时,中止家庭暴力发生的内在策略:

第一步,放慢脚步:观察发生了什么情况,仔细想想说过的话。

第二步,为问题下定义:自己是什么想法和感情,伴侣是什么想法和感情。

第三步,澄清希望得到的结果:这个结果是否真的可能?什么会阻止我达到这个结果?这个结果是建设性的吗?

第四步,想想还有哪些没想到:自己是否想的比较全面了?还可以从哪些地方想一想?谁可以帮助我想全面一些?

第五步,列出其他可能的结果:哪一个是最好的选择?作这个选择为何困难?我还可以做什么?如果这是个正确的选择,我可以怎么做?

第六步,考虑这个结果的影响:对我自己的影响,对伴侣、孩子、其他人的影响。

第七步,采取实际行动解决这个问题。

2、中止暴力行为的家庭策略:

- 明确目的:当有暴力的冲动时,一定要保证伴侣的安全。

- 提前的必要准备:事先同伴侣讨论还有可能会遇到引发暴力的事情发生;说自己愿意进行尝试,预防暴力行为的发生;与伴侣讨论,明确各自的暗示信号,让对方知道“我已经爆发了,需要冷静一下”。

- 如果自己开始愤怒并难以控制的时候,可以:当即离开那种情境或出去,但出去的时间长短一定要告诉伴侣;做一些令自己平静下来的事情,如深呼吸、快步走,等等。

- 如果自己开始愤怒并难以控制的时候,绝不能做:借酒浇愁,反复回忆和伴侣的争吵,“新仇旧恨”一起涌来……

- 如果自己外出后回家时,需要:告诉伴侣你按约定的时间回来了(一定要做到);平静地讨论所遇的问题(可选择);然后暂停。

- 请牢记:离开一个可能会产生暴力的情境也是需要力量和克制力的。

说明:

带领者在讨论的过程中,应该将这样的理念传达给小组成员:

我们可以学习管理我们的愤怒,用更有效有建设性的方式,而不威胁或攻击他人的方式平静下来。也许是别人(老板等)惹怒了我们,但我们很容易向我们的家庭组员释放我们的愤怒。

虽然大多数人都经历了童年的暴力,从而可能已经学会通过暴力解决冲突,但他们仍有不重演暴力的责任,让暴力的代际传承现在就彻底停止。

暴力没有任何借口,我们应该对暴力“零容忍”。在任何情况下,我们有责任控制自己的愤怒。我们可以学习更多有效的沟通和解决冲突的方式。

作业

作为家庭作业，邀请男人与他们的伴侣做出承诺，处理分歧和冲突永远不使用暴力，而要用尊重的方式解决。同时与伴侣约定面对分歧和冲突时双方应该努力做些什么。

第十次 生个孩子，真的想好了？

当一对伴侣决定要一个新生命的时候，他们面临太多需要认真思考的问题，他们需要知道一个孩子的到来对他们的生活将有什么改变，他们需要承担什么责任，重要的是他们需要为此做好准备，做出改变，甚至付出代价。

本次小组活动便带领男性组员一起思考这些问题，为作一个称职的好爸爸做好准备。

环节一 人体雕像

目标：

帮助小组成员体验到生孩子之后对自己生活的改变，以便决定是否愿意承担这些改变后的压力。

建议时间：40 分钟

活动：

步骤 1：游戏

带领者要求参与者在屋里走来走去，告诉他们：带领者随后会喊出一个时间加上“雕像”这个词，他们听到要立即像雕像一样定住，纹丝不动，然后想一想自己平时会在这个时间做什么，比如：“早 8 点，雕像！”小组成员就要按当时正走动的姿态定住，想一想现在每天早晨 8 点自己在做什么。

带领者随后以时间加“雕像”的方式大声说出来：

- A) 凌晨三点
- B) 上午 6 点
- C) 中午 12 点
- D) 下午 6 点
- E) 晚上 10 点

在说出每个时间后，小组成员想了现在这个时间在做什么之后，带领者让小组成员继续想象如果他们有一个孩子需要照顾，他们自己会在这个时间做什么。

重复同样的上述 5 次命令。

步骤 2：讨论

完成上述五个时间点的“雕像”和想象之后，带领者请大家围坐成一圈，进行开放的讨论，探索有孩子之前和之后这两种情况之间的差异，讨论孩子的存在对每个人的生活意味着什么。

讨论问题可以包括：

- 前面的活动中，你有什么感受？
- 当你有一个孩子后每天的生活变化是什么？以什么方式？为什么？
- 对于你的伴侣来说情况会不同吗？为什么？
- 孩子在你的生活计划中吗？
- 什么时候照顾一个相对容易？为什么？

- 什么时候比较困难？为什么？
- 作为一个父亲，好的一面是什么？
- 做父亲的不好的一面是什么？
- 你准备好做父亲了吗？
- 作为父亲，我需要承担哪些责任？放弃哪些个人的权利？你准备好了吗？

……

说明：

上述五个时间点的选择是有意的，这是五个均可能因为孩子的存在而对生活改变比较大的时间点。夜里正常的睡眠被打断，凌晨需要早起床照顾孩子，中午需要接孩子放学回家，下班需要快些回家带孩子，晚上还要给孩子洗衣服，……孩子在不同的年龄，父亲均可能会面临不同的责任，带领者可以在讨论中引导小组成员认识到这份责任会从孩子出生一直到孩子成人这之间的变化，以及这种变化对父母生活的深远影响。在照顾孩子的过程中，出现怀疑和焦虑是正常的。

带领者要引导小组成员认识到：作为丈夫应该承担责任，不能把养育的责任都推给伴侣。

带领者还应注意任何可能的太个性化的探讨，可以用这样的问题开始：“在一般情况下，有爸爸是怎样的？”

环节二 孩子在哭

目标：讨论在照顾孩子过程中的困难和冲突。

所需材料：布娃娃

建议时间：40分钟

活动：

步骤 1：

小组活动时，带领者请所有组员坐成一圈，出示事先准备好的布娃娃，给组员如下的提示：让我们想象一下，这个娃娃是一个孩子。然后开始逐步引导组员参与活动：

请告诉我：他/她是男孩还是女孩？他/她的名字是什么？

告诉大家孩子现在开始哭了，请组员一起模仿婴儿的哭声。

把娃娃递给其中一个组员，让他安慰孩子。其余的组员继续模仿哭声，直到他们觉得那个组员的安慰可以让他们不再哭泣。

等到所有组员都不再模仿宝宝哭泣，让安慰孩子的组员将婴儿递给下一个组员，继续以同样的方式进行上面的活动。

步骤 2：

当所有组员都成功地安抚孩子到不哭的时候，带领者引导大家一起讨论如下问题：

- 当孩子不停的哭泣时你有什么感觉？
- 你认为婴儿怎么了？婴儿为什么哭？我们能做什么让他们停止哭泣？
- 照顾孩子容易吗？
- 男性在照顾婴儿方面技能或能力不如女性吗？为什么？

……

说明

讨论过程中，带领者应该引导组员认识到：养育幼儿是个极为复杂的事情，远比我们

认为的和想象的更累，更消耗时间，因此在决定要一个孩子之前做好准备非常重要。

因为前面活动时已经涉及到男性养育责任的话题，所以此时针对男性的责任达成共识，应该并不困难。

在模仿孩子哭泣的环节，可能有一些组员会觉得好玩，或想恶作剧地折腾一下正在哄“孩子”的组员而不停地哭。这时，带领者应该引导大家尽量进入情境中，虽然是以游戏的形式进行小组活动，但组员的心态应该是认真严肃的，而非游戏的。

如何哄一个哭泣中的孩子才更有效？带领者可以视小组成员的表现及时间，有所点拨或总结，也可以留下伏笔，待后面的小组活动时再深入分享。

休息

热身

推荐热身游戏

大树与松鼠

规则：

事先分组，三人一组。二人扮大树，面对对方，伸出双手搭成一个圆圈；一人扮松鼠，并站在圆圈中间；带领者或其它没成对的学员担任临时人员。

带领者喊“松鼠”，大树不动，扮演“松鼠”的人就必须离开原来的大树，重新选择其它的大树；带领者或临时人员就临时扮演松鼠并插到大树当中，落单的人受罚。

带领者喊“大树”，松鼠不动，扮演“大树”的人就必须离开原先的同伴重新组合成一对大树，并圈住松鼠，带领者或临时人员就应临时扮演大树，落单的人受罚。

带领者喊“地震”，扮演大树和松鼠的人全部打散并重新组合，扮演大树的人也可扮演松鼠，松鼠也可扮演大树，带领者或插其它没成对的人亦插入队伍当中，落单的人受罚。

说明：

热身活动，让学员兴奋、紧张起来，具有一定的娱乐性。同时，也能锻炼组员做出敏税反应的能力。

环节三 戒酒戒烟

目标：

学习如何在防止酒精滥用、吸烟。

所需材料：皮球

建议时间：40分钟

说明：

饮酒有很多不同的含义，其中一些是积极的，有一些是消极的。

在支配性男性气质的神话下，酗酒与吸烟均是有助于男性气质的。但是，酗酒与吸烟对健康的危害，也是有目共睹的。同时，酗酒与吸烟还可能成为伴侣间潜在的冲突。特别是当决定要一个孩子的时候，父亲便更应该考虑戒烟戒酒了。

本次活动针对有酗酒与吸烟习惯的小组成员，无此类成员的小组可以忽略。小组中部分成员酗酒、吸烟，也可以在所有组员同意的情况下进行，因为酗酒、吸烟的组员，将形成和其他组员的观点交锋，有助于其思考。

活动：喝醉的球

带领者要求所有人围成圈，简要说明游戏规则。

带领者拿出事先准备的皮球，开始传球。

第一轮传球。无论谁接到球都需要给出一个（积极的或消极的）男人使用酒精的理由。每个参与者都要给出不同的原因。而带领者要把答案写到纸上。这里带领者可以选择提出一些促进讨论的问题，例如：

- 男人为什么喝酒？
- 你只有喝酒才是“真正的男人”吗？
- 饮酒与男性之间的联系？
-

第二轮传球，小组成员必须给出过量饮酒可能导致的问题，例如：身体心理健康并发症、贫困，等等。

带领者引导小组成员讨论：

- 过度饮酒对饮酒者和伴侣的关系有没有影响？
- 你怎么能帮助你的过度饮酒的朋友，帮助他控制他的恶习？
- 在帮助他的过程中，你需要什么社会支持吗？
- 健康饮酒和过度饮酒之间的差异？
- 如何定义过度饮酒？（频率：每日/周/月饮多少）
- 解决这一问题的办法是什么？
-

讨论结束后，带领者可以让大家分享自己的解决方案。

说明：

讨论戒烟的时候，可以选择上述题目，将其中的“过度饮酒”改为“吸烟”便可以了。

带领者总结：

酗酒很严重的社会问题，酗酒和吸烟一样均影响着我们的家庭生活和自己的身体健康。特别是，当我们决定要一个孩子的时候，如果未来的父亲仍然抽烟喝酒，将非常可能影响到孩子的健康。个人和社会必须共同努力，告别酗酒、戒除吸烟，争取健康的生活方式。

环节四 精打细算

目标：让组员做好准备，在经济上为孩子的到来承担责任。

所需材料：纸、笔、黑板

建议时间：60分钟

活动：

步骤 1：现在的预算

带领者在活动开始前，准备充分的纸张。

带领者发给每人一张纸，请他们把现在的家庭可能的费用以拼图的形式画在纸上，这可能包括：房租（或房贷）、水电、交通、衣服、家中就餐、外出就餐、旅游、娱乐活动、交际，等等。

带领者请小组成员在画的同时，想一想：

- 你和伴侣现在怎样管理家庭预算？
- 在经济上，以及财务管理上，你们遇到的困难和挑战是什么？

步骤 2：改变预算

带领者再发给每个人一张纸，邀请组员参加一项活动：改变家庭预算。

带领者仍然请每位组员画一个饼图，上面要增加孩子出生后的费用的预算，这个预算可能还会随着孩子的成长而变化，家长需要为孩子未来长远的教育开支、甚至婚姻开支做好储蓄。

因为饼图的大小是不变的，所以在增加新的预算之后，就需要削减原来项目中的开支。带领者请组员自己思考削减哪项、削减多少。

步骤 3：笑脸与哭脸

带领者请组员根据前面两张饼图的变化，在第三张纸上，画上与自己此时情绪相符合的面孔，如笑脸，或哭脸。

将三张纸贴到黑板上，与其他人一起分享自己的感受。

讨论如下话题：

- 你认为你花钱的方式应该做一些改变吗？什么样的改变？
- 你认为应该怎样用钱来支持你的孩子？
- 因为生孩子，你可能会放弃很多你现在喜欢的生活方式，你愿意吗？
- 你确定做好承担责任的准备了吗？
- 你将如何协调有限的收入？如何省钱来为孩子的未来投资？

说明：

带领者应该向组员说明：家庭预算的制定与修改应该伴侣一起进行，伴侣双方具有同等的经济权利。只是因为这是一个男性小组，所以没有办法在小组中做这样的活动。但希望各位回家之后，可以与伴侣就经济预算进行交流，达成共识。

总结

带领者引导小组成员一起思考和讨论：

- 这次小组活动中，你学习到了什么？
- 今天的活动后你感觉如何？为什么？
- 你确定要生一个孩子，并且对其负责吗？
- 你还有任何疑问吗？

作业

回去之后，与伴侣交流今天学习到的，并且一起讨论：

- 是否要孩子？何时要孩子？
- 如果可能要几个孩子？每个最好隔几年要？
- 生育之后谁承担什么养育责任？
- 孩子将对我们的生活有什么改变？是否都非常心甘情愿地接受这种改变？
- 如何相互鼓励、督促，做到戒烟、戒酒？
- 从现在开始，如何进行财务管理、收入分配？
- 为了要一个孩子，我们还应该做什么准备？

第十一次 作个出色的“准爸爸”

帮助男性认识到作一个高度参与的父亲是多么重要；鼓励男性参与孕产妇保健，将男性参与孕产妇保健这件事情普通化。帮助小组成员了解他们可以在妻子怀孕期间做的事情。

热身

推荐热身活动

模拟怀孕

规则：

事先准备几个篮球或足球，用袋子套好。此次小组活动开始之初，便用胶带绑在小组成员的腹部，模仿孕妇的体验。保证整个小组活动期间，组员都带着这个球。带着它讨论，带着它运动，休息、上厕所、上下楼，以及其它热身活动时，也带着它。当需要在纸上写字的时候，因为“大腹便便”带来的不便，可能不得已要跪在地上写……总之，尽可能体验带着它的种种不便。

说明

这是一个模拟孕妇怀孕后生活状态的活动，有助于男性组员真切体验、理解孕妇的种种不便，从而更好地领会应该如何帮助孕期的配偶。

环节一 作“准爸爸”有多么重要

目标：

帮助小组成员认识到，作为一个高度参与的、负责任的父亲，对于孩子、伴侣、他们自己的重要意义。

所需材料：投影仪、PPT

建议时间：30分钟

活动：

带领者请小组成员讲一讲，他们理解的作一个高度参与的、负责任的父亲，对于孩子、伴侣、他们自己有什么重要意义。

在组员的讨论过程中，或者在组员结束发言后，将下面的知识和理念介绍给他们。

链接：

作好“准爸爸”的重要性

胎儿期已被公认为是千载难逢的干预为人父母者的机会。

A 在怀孕期和哺乳期，妇女会从一个支持她们的合作伙伴身上受益

无论是产前还是产后期间，父亲和男性照顾者的无暴力行为对母亲和儿童的生命健康起到重要作用。研究表明，当父母两人在怀孕期间的投入相当时，怀孕产妇的压力大大降低。在一项关于积极求医的行为的研究中，那些在怀孕早期有合作伙伴陪同到胎教中心访问的母亲们更容易体现出这种行为。分娩时，妇女在有合作伙伴陪伴时会有更积极的生育经验，包括持续时间较短的分娩时间、更小的疼痛。

一项研究表明，在孩子出生后，参与自己的宝宝的照顾活动的父母更有可能形成一条情感的纽带。另外，父亲参与孩子的早期生活越深入，他以后对孩子性虐待的可能性就会越低。

男人作为盟友积极参与产前检查，有助确保孕妇受到更好地照顾，并促使创造一个更为性别平等的医疗保健空间。在世界的许多地方，医疗服务提供者将男性排除在外，他们的参

与并不看重。男人往往因为缺乏支持性的法律和政策被剥夺参与生育和产后活动的机会。有调查显示，有丈夫陪伴的妇女感到更加有力量，感受到的疼痛也更小，而由其他支持者陪伴则没有这种感受。

B. 促进父亲参与育儿事务的前提是预防暴力

世界卫生组织建议：“努力改善孕产妇健康的前提应该包括采取措施减少对妇女的暴力”。在卫生医疗部门，将孕妇产前检查作为一个有价值的切入点，可以积极促进父亲主动参与养育子女等事务，防止暴力等状况发生。

C. 父亲这个身份对家庭幸福和男性本身同样重要

研究人员发现，那些在孩子的生命早期参与抚育，并对于孩子生活的方方面面表现出兴趣的男性，今后更有可能拥有一段良好的父子和父女关系。

有些北欧国家的研究显示，当男性更多地参与育儿等护理工作中时，他们的心理健康状况往往会更好，婚姻关系也更快乐。参加此项调查的被试来自七个国家，他们认为当男人更多地参与父亲的职责时，进行了更为公平份额的护理工作时，就会感到更满意自己的生活，与伴侣的关系也更和谐，包括性关系的满意度。可见，当男人更多地参与育儿工作时，他们更可能满足于自己的生活，生病少，消耗更少的酒精和毒品，压力小，有更少的交通意外事故，寿命也 longer。

一项研究回顾了 16 个纵向研究，其中主要变量是父亲参与对儿童发育的影响，结果表明：有一个参与多的父亲，孩子与法律的冲突也会较少，在资金方面的问题也较少，拥有更好的认知发展，在校和成年后的压力小，表现也更优秀。与此相反，孩子成长过程中的父亲缺失会耗费巨大的间接和直接的经济和社会成本。美国的一项研究发现，当父亲们更多地参与他们的子女的生活，孩子们会更容易体验到这些带给他们的积极成果，如更好的身体和心理、成就感、更好地认知和社交能力，较高的自尊，减少行为问题并增加抗逆性。这些青少年更可能有更好的心理健康，更不可能滥用药物，并会有更安全的性行为。

一般情况下，即使是在父亲的经济收入比较低时，他们的存在通常也是家庭收入的保证。作为收入来源和照顾者的父亲的存在，对母亲也会起到积极作用。母亲们报告说，在照顾孩子和家务上，父亲的存在不会让她们感到太不堪重负，会有更好的身体和精神健康。

D. 父亲还有母亲，必须联合起来保护儿童权利

促进男性在家庭事务中的参与是非常重要的，可以使他们以及他们的伴侣和其他家庭成员学习如何在育儿事务不使用暴力。联合国儿童权利公约规定，世界各地的儿童有在成长和生活中免于受到任何形式暴力的权利，包括体罚和其他残忍的有辱人格的惩罚形式，以及充分参与家庭、文化和社区生活的权利。然而，在世界的许多地方，身体、心理或情绪处罚仍在使用。数十年的研究表明，针对儿童的暴力惩罚（包括身体或情绪）是一种侵犯儿童人权，有辱人的尊严和平等的不受法律保护的行为。它严重威胁到儿童的教育权利、发展、健康和生存。它也教给孩子：暴力是一种公认和适当的来解决冲突或取得优势的策略，身体和情绪处罚是法律认可的，针对儿童的暴力是可以接受的。儿童权利公约申明，养育的主要责任是儿童由父母双方提供的居住条件，应该足以满足孩子的生理、心理、精神、道德和社会发展的条件。

环节二 我可以做很多

目标：

使准爸爸们知道他们应该，而且能够在妊娠期间为伴侣提供支持。

所需材料：白板、笔、粘贴纸条

建议时间：60 分钟

活动：

步骤 1：

准备一个白板：一边写着“妈妈”，另一边写“爸爸”。

带领者解释说，在怀孕期间，一个女人有许多身体和情绪的体验，还有许多新的任务和职责，然后问小组成员能够想到多少，请他们写下答案。

这里可能包括：

- 呕吐
 - 情绪不稳
 - 失眠
 - 焦虑，恐惧，压力大
 - 挑食
 - 行动不稳，容易受伤
 - 体力不行，无法承担一些工作
 - 闻油烟味儿会恶心，不愿意做饭
 - 对性生活没有兴趣
 - 需要参加产前辅导班
 - 经常要去做例行的检查
 - 需要服用维生素
 - 吃健康和营养的食物
 - 需要保持愉快轻松的心情
 - 戒酒
 - 得到充足的休息
 - 喝大量的水
 - 戒烟
 - 做轻微的运动
 - 远离感冒或其他传染病，常洗手
 - 使用清洁用品，避免有害气体
 - 在通风良好地方的工作，穿安全服（如手套、口罩）
 - 限制咖啡因摄入（如咖啡、可乐）
 - 对孩子进行胎教
 - 学习育儿知识
 - 妻子形体发生改变
 - 妻子对丈夫的依赖性增加
-

步骤 2：

在大家尽可能多地罗列出上面的各项之后，带领者现在问：丈夫能做什么来帮助伴侣？每人发一些粘贴纸条，把自己想到的写在上面，然后分门别类贴到白板上。

丈夫可以做的，包括但不限于这些工作：

- 整理你们的居室环境，以方便妻子怀孕后的行动；
- 把可能绊脚的物品重新归置，留出最大的空间；

- 经常使用的物品要放在妻子站立时方便取放的地方，清理一下床下与衣柜上的东西，调整一下厨房用品的位置；
- 把晒衣架或晒衣绳适当调低，加长灯绳；
- 在卫生间及其他易滑倒的地方加放防滑垫；
- 在马桶附近安装扶手，使妻子怀孕晚期更加方便；
- 尽量使妻子的工作环境保持良好的通风状态；
- 如果居室通风条件不好，要设法安装换气扇或做其它的改善；
- 遵医嘱给她补充营养；
- 孕妇应该与狗、猫、鸟等宠物隔离；
- 帮助妻子清理梳妆台，把美容品、化妆品暂时放在一边，留下护肤品；因为孕妇原则上只护肤不美容；
- 妻子护肤品应选择知名品牌，以防皮肤过敏对胎儿造成伤害；
- 电视、音响、电脑、微波炉、手机都会造成电磁污染，对胎儿发育极其不利；已经面市的“护胎宝”防护罩可有效防磁，建议预先购买一套；
- 准备至少一套孕妇服，两双平底软鞋；
- 买些带酸味的食品给妻子，如杨梅、柑桔、醋等，以增加食欲，帮助消化；
- 一定要戒除烟酒；
- 有助孕妇保持心情愉快、思想放松；
- 注意调节孕妇饮食，饮食清淡，不吃油腻和辛辣食物；
- 当你发现她在怀孕后忽然变得喜怒无常时，不要惊慌失措，这是怀孕期正常的反应，多爱护她；
- 忍让她的坏脾气，荷尔蒙作用下她可能会焦虑、不安，为一些鸡毛蒜皮的事情迁怒于你，理解她，不要还嘴，这是你对家庭的重要贡献之一；
- 准妈妈这个时候特别需要丈夫的陪伴，所以下班后应推掉些不必要的应酬，最好不要长时间出差；
- 出门也记得手机随身携带，电话里的关怀也很重要；
- 学习操劳家务的一切技巧，那只是体力活；
- 去书店里多买几套胎教、育婴手册，恶补两个星期，达到说起宝宝的一切都能头头是道、滔滔不绝的程度就好了；
- 一些准妈妈对分娩这个“痛苦”过程充满了恐惧，丈夫需要柔声地安慰。主动承担做饭的责任，特别是有些女性怀孕早期的孕吐反应严重，不能闻油烟；
- 根据怀孕的营养保健原则为她安排饮食；
- 陪她去做产前检查，不要让她自己去；
- 在性生活上体谅她，如果她没有“性趣”，或者她可能认为准妈妈不该有性生活，不要强求；
- 在轻松的气氛下及每晚睡前，轻轻抚摸太太的肚子，让太太知道你有多么爱她和她肚子里的孩子；
- 和太太肚子里的宝宝说话，这是爱太太和孩子的表现，也能满足准爸爸的父爱天性；
- 同太太一起学习怀孕及生产知识，包括去上“妈妈教室”之类的课程；
- 听她“唠叨”，准妈妈需要有人当她的听众，分享她的快乐与忧虑，而准爸爸正是最佳人选；
- 丈夫可与妻子开开适度的玩笑，幽默风趣的谈话会使妻子的心情更加愉快；
- 陪妻子观看喜剧片，多让她的情绪出现短暂的、适度的变化，为未出世的孩子多提供一些良性刺激和锻炼；

- 让妻子与久别的亲朋好友重逢；
 - 鼓励妻子参加社会活动；
 - 陪妻子进行短途旅游；
 - 赞美妻子仍然很漂亮；
 - 告诉她：无论男孩儿女孩儿，无论像爸爸还是妈妈，你都会很爱这个孩子；
 - 准爸爸应该了解怀孕的不同阶段和产前保健的目的，这可以积极影响准爸爸参与孕产妇护理；
 - 产前、怀孕和产后护理的问题不仅仅关注的是母亲和孩子的健康，准爸爸应该去关注自己的心理健康状况和积极参加体育锻炼，从而创造一种健康的环境利于生产；
 - 准爸爸和准妈妈之间应该更多沟通、对话，从而更好地相互支持、合作，降低怀孕期间双方的焦虑感；
 - 准爸爸应该了解在紧急情况下如何及时充分地利用附近的孕产妇用保健设施，如何获得专业人员的服务等；
 - 准爸爸应该了解一个紧急情况的急救步骤；
 - 准爸爸应该就自己关心的怀孕期间妊娠问题和夫妻间的性生活问题与伴侣进行讨论；
 - 妊娠期间，超声波检查是一个独特难得的机会，看到自己的孩子出现在屏幕上，听到他们的心跳，这一刻促进了准爸爸的参与感；
 - 在妊娠期，准爸爸们应该为伴侣提供情感支持（例如表达欣赏）和物质上的支持（如承担家务）；
 - 准爸爸应该了解与妊娠有关的疾病，如妊娠期糖尿病，妊娠期高血压和尿路感染；
 - 准爸爸应该与伴侣有充分的时间来讨论妇幼保健、健康问题、经济问题、工作问题和夫妻关系问题；
 - 积极倾听孕妇讲述自己怀孕期间的情绪；
 - 了解父亲产假的相关法律；
-

步骤 3:

带领者和组员一起比较这两个清单，进行小组讨论和总结：

- 观察两个清单令人印象深刻的是什么？
- 基于列表，你能做的一些提供给伴侣的支持是什么？
- 你自己会如何调整工作和家庭生活的时间和精力，来分担家务和照顾孩子？

说明:

带领者需要对孕期可能面对的各种问题有准备，一些没有经验的男人不知道他们可以做什么。

带领者肯定组员提到的所有内容。对于他们没有提到的，带领者可以引导或提示给他们。

最后，提示说：我们在做的努力是挑战旧的文化，建构新的性别文化。比如：在我们的文化中，像产前检查这类事，通常都是女人自己做的事。无论是在医院或产前诊所男性通常被视为外人或入侵者和游客，很少会被尊重“父亲”的权利。作为一个全参与型的好男人，你却不可以不做这些。我们必须记住父亲拥有下列权利：参加产前检查；了解怀孕进展和可能的任何问题包括对他与伴侣关系的问题。

重要的是，让组员清楚：你可以，也必须参与到妻子怀孕的过程中，而不是置之度外。

休息

热身

推荐热身活动

体验责任

规则：

每队 4 个人，两人相向站着，另外两人相向蹲着，一个站着和蹲着的人是一边；站着两个人进行猜拳，猜拳胜者去刮对方输的蹲着人的鼻子；输方轮换位置，即站着的人蹲下，蹲着的人站起来；继续开始下一局。

说明

这是一个关于协作、包容、责任的游戏。当别人失败的时候，有没有抱怨？两个人有没有同心协力对付外面的压力？如何看待责任？

环节三 经验分享

目标：

通过与已经有充分参与经验的男人进行交流，使组员更加清楚他们可以做什么。同时，经验丰富的男人也起到一个榜样作用，激励小组成员向他们学习。

建议时间：60 分钟

活动：

步骤 1：

带领者邀请一至三位父亲来参加小组的活动。

每个被邀请的模范父亲应该准备好他的故事与组员们分享。如：在伴侣妊娠中他是怎么支持她的？怎样解决伴侣的妊娠压力？怎么获得关于妊娠的知识？等等。

小组活动时，带领者向小组成员介绍这些模范父亲。

所有人围坐成一圈，模范父亲分别讲述他们的故事。

说明：

受邀请参加小组活动的父亲将作为小组成员们的学习榜样，要确保这几个父亲是从妻子怀孕到宝宝出生一直在积极参与产妇护理和育儿事务的。例如，陪伴伴侣产前健康检查，伴侣生孩子的时候在产房陪伴（如果医院允许的话），分担家务，不体罚孩子，相信性别平等，等等，这些方面都做得很好的父亲才有机会被邀请到小组中。

在今天的中国这样的父亲可能不多，但很快就会越来越多。

步骤 2：

父亲们分享完他们的故事，小组成员自由提问，父亲们回答，双方交流。

步骤 3：

带领者引导大家一起思考这些问题：

- 模范父亲的故事对你有什么新启发吗？
- 有什么是你现在能做的？
- 有什么你做不到的呢？
- 其他小组成员的提问或态度，有让你听后觉得不舒服的地方吗？是什么？为什么？

.....

带领者同小组成员一起，再次感谢这些模范父亲的到场分享他们的故事。

说明：

小组成员与模范父亲交流的过程，本身便是解决自身的困惑，同时向榜样学习的过程。在讨论交流中，带领者可以引导的话题包括：这些模范父亲在这样做的时候，是否也承受了一些压力？是什么？他们又是如何解决这些压力的？

压力可能包括文化的，如对男性参与家庭事务的非积极评价；以及现实生活中的，比如职场压力与参与家庭事务之间的时间、精力冲突，等等。这些情况是小组成员未来同样可能面对的，所以这样的交流将非常有助于他们事先做好心理准备。

作业：

回家和你的伴侣谈论你今天学到的东西，并且告诉伴侣你将在她怀孕期间承担哪些工作；收集一次图书或网络资料，进一步了解女性在孕期的生理、心理反应，以及胎儿的知识，以便更好地处理孕期的事务。

第十二次 陪她进产房

妻子生产时由丈夫陪同进产房，这在中国还非常罕见，并且流传着各种误解。本次活动致力于鼓励男性做出陪妻子生产的决定及准备，消除他们的各种顾虑。

环节一 产房里的角色

目标：

鼓励男人们针对陪同伴侣生产这件事，分享所感所想；解开男人们对分娩的疑惑，解除他们对于在分娩现场的各种担心。

所需材料：铃铛或口哨

建议时间：60 分钟

活动 1：你知道丈夫可以进产房吗？

带领者向大家介绍：在许多国家，不只是欧美发达国家，甚至在非洲的发展中国家，也是鼓励丈夫进产房陪伴妻子生产的。

带领者问：你们知道我国的产房能够让丈夫进去陪产吗？

组员通常是不了解的，如果有少数了解情况的组员，则最好，这样有助于交流和分享。

带领者向大家介绍：中国不同医院会有不同的规定，多数医院是可以让丈夫陪产的，但是，并不会特意告诉丈夫这一点，所以我们通常会以为丈夫是不能够陪产的；也有一些医院会以卫生、场地等原因，拒绝让丈夫进去陪产。

活动 2：辩论赛：丈夫进产房，你支持吗？

“丈夫进产房，你支持吗？”带领者以此为题，请小组成员分成二组，举办辩论赛。要求双方在辩论中呈现，为什么支持或反对，理由是什么？双方就此展开辩论。

带领者可以自己，或选择一名志愿者，作为辩论赛的主持人，以铃铛或口哨提示大家发言时间等。

正方，即支持陪产的理由可能包括：

- 给妻子安慰；

- 增进夫妻感情；
 - 目睹生产的艰难，更加关爱妻子；
 - 更加爱孩子；
 - 遇到紧急情况及时提供意见；
-

反方，即反对陪产的理由可能包括：

- 太恐怖，吓死人了，不敢看；
 - 晕血；
 - 男人看过生产，会阳痿的；
 - 分散医护人员精力，给他们工作添乱；
 - 产房非常注重卫生环境，丈夫进入会带入细菌，对妻子不好；
 - 不认为有丈夫进产房的任何必要；
-

说明：

辩论中应该涉及到的一些问题：

- 作为待产的母亲们需要来自伴侣什么样的支持？
- 作为陪伴伴侣待产的准父亲，你的焦虑是什么？
- 你觉得作为父亲见证孩子的出生是很重要的事情吗？如果是，为什么？如果不是，为什么？

如果分组时某一方力量太弱，带领者可以加入那一方进行辩论。在中国目前的文化下，支持进产房的一方可能更弱一些，所以带领者通常更可能成为“正方”的队员。但即使如此，带领者也不要急于说出自己的观点，而应该鼓励组员充分的思考和辩论。

比如，最常见的一个反对观点是，男人进产房目睹流血、生产的过程，会给他们的心理健康造成伤害。带领者可以引导组员讨论：是什么造成了这种伤害？是流血、生产本身吗？还是它们背后的文化？尽可能启发组员认识到：根源是认为孕妇生产本身是一个男人应该回避的禁忌的文化，造成了对一些丈夫可能的负面心理影响。

辩论进行到一定时候，带领者可以问双方成员：有谁想改变观点吗？想改变的，则站到对方阵营去。

最后总结时，带领者应该对没有讨论清楚、没有消除组员疑虑的反对意见，进行逐一澄清。如果能够请到一位曾经进产房陪伴妻子分娩的丈夫，现身说法化解组员的顾虑，就最理想了。如果找不到，找一位支持丈夫进产房的妇产科医护人员现场答疑，也是一种可以接受的替代方法。

同时还有必要明确：

如果妻子不想让丈夫进产房陪同分娩，试着改变她的想法，传达这样做的重要性；

如果丈夫确实因为无法避免的原因不能陪伴在孕妇身旁，建议选择一个他信任的人跟她去；

如果丈夫无法陪同进产房，那么就要更注重分享在产前护理这个过程中的所有信息。

链接：准父亲进产房的好处

对于母亲：

- 给母亲足够的情感支持，感到安全；
- 增加对丈夫的爱；

- 减少在怀孕期间的母体应激反应；
- 减少在分娩时的痛苦，相比独自一人在产房中，母亲会有一个更积极的分娩体验；
- 提供其它一切必要的及时支持。

对于父亲自己：

- 更能理解伴侣的感受，更爱伴侣，为对方着想；
- 生活满意度更高；
- 有更好的健康状况：他们不吸毒，少喝酒，身心健康；
- 与伴侣关系更好，性生活更和谐；
- 分娩后与婴儿之间有身体接触，形成依恋。

对于儿童：

- 出生之后得到父亲更多的爱，更多的陪伴；
- 有更好的认知功能；
- 更可能发展成高自尊的人；
- 通常有较少的行为问题。

休息

热身

推荐热身活动

谁是超人

规则：

带领者播放热门音乐，小组成员站成一圈，相向同时大声自我介绍2分钟，不可中断，不受他人影响，不与他人对话。介绍后，大家闭上眼睛，以手指指出一个个人内心中最具“超人”能量者，得标数最多者为胜，即为“超人”。

说明：

这个游戏训练我们在干扰、压力面前，仍然能够保持自我，坚定面对。

环节二：模拟分娩

目标：帮助组员了解和学习在产房中，分娩现场，丈夫可以做些什么，怎么做。

建议时间：90分钟

活动：

步骤1：分配角色

带领者向组员解释说，组员们今天将扮演不同的角色，如母亲、父亲、助产士，和其他卫生专业人员，并模拟分娩过程。

请学员三人一组。如果有小于三的参与者组，分配给其他组。

让组员指定以下角色：

- 母亲（分娩）
- 父亲
- 助产士、治疗师，护士或医生
- 如果一组中有三个以上的人，其他人都负责扮演卫生专业人员。

带领者强调：小组成员被分配了一个角色后，他们就是演员，而不再是自己，必须要成为“他们被分配的角色。”

步骤2：表演

带领者设置场景：“现在是晚上 22:00，你的伴侣正在产房中痛苦地待产，医生和助产士也准备好接生婴儿。你也在场。”

告诉参与者，在数“1、2、3”后，他们会有 5 分钟时间现场表演。
开始数数，并且表演。

说明：

本次活动中模拟分娩的过程可能会引起大笑，这是完全正常的。带领者应该积极鼓励小组成员继续完成表演。

步骤 3：分享

5 分钟后，带领者要求大家回到大组中，请大家“走出”角色。带领者问以下问题：

- 对于扮演的角色有什么感觉？
- 那些扮演父亲的组员，怎么样发挥的支持作用？
- 母亲的感觉？
- 卫生专业人员的感受？
- 各位觉得哪些地方做得不好？哪些地方做得好？
- 让你能再做一次有什么你会做的不一样吗？

有一些事情是在产房陪产的父亲们应该知道或注意的，带领者可以这个环节提供给小组成员分享：

- 积极倾听孕妇的忧虑并提供情感上的支持，为她按摩以减轻身体的压力；
- 父亲进产房时，可以征得医护人员同意，带相机或摄像机，以便记录这些难忘的时刻。当然，请不要使用闪光灯。
- 按医嘱在产房帮助妻子生产，如帮助她呼吸，说鼓励的话，或者只是坐在那里，握着她的手，提供爱的支持；
- 孩子出来后，父亲要尽快剪断脐带，并协助护士称量孩子体重和处理母亲产后问题；
- 父母应该与孩子有单独相处的时间，促进爸爸妈妈与宝宝的情感依恋；
- 如母亲经历了剖腹产，无法与孩子进行皮肤接触，父亲应该确保与出生后孩子的皮肤接触；
- 按着医护人员的指引，父亲学习如何正确抱婴儿；
- 如果父亲对与孩子进行身体接触感到不舒服，给他时间和空间准备，他可能需要几个小时甚至几天来准备。

链接：皮肤接触效益

研究表明：母亲与新生儿直接的皮肤接触是孩子健康和幸福的重要前提。世界卫生组织的研究发现，宝宝出生后与母亲皮肤接触后立即停止哭声，母亲与婴儿的互动可以给宝宝保暖，并帮助母亲母乳喂养成功。虽然父亲不能用母乳喂养，他们也可以在与新生儿直接的皮肤接触中发挥重要的作用。例如，剖宫产出世的婴儿需要与一个照顾者进行皮肤接触，但母亲有时不能马上提供这种接触。这时候父亲在新生儿的体温调节和心肺功能稳定中发挥着重要的作用，这种身体接触也有助于加强父亲和孩子之间的情感纽带。

步骤 4：呼吸练习

带领者引导组员进行呼吸练习，这是在产房中陪产时需要做的一件事。

在父亲的陪伴中练习各种不同程度的呼吸，可以使母亲们在分娩过程中放松并且保持平

静，甚至宫缩时也能控制自己的身体。

当宫缩达到顶点时，浅呼吸会有帮助，用口吸气和呼气，吸气时只吸到肺的上半部。

父亲将两手放在母亲的肩胛上，帮助母亲一次又一次地做浅呼吸，但当她需要时，偶尔做一次深呼吸。深呼吸有镇静效果，在宫缩开始和结束时，对产妇有帮助。

让产妇舒舒服服地坐好并尽可能地放松，通过鼻子深吸气，使气直达肺底，父亲把两手放在母亲腰部，集中注意力，缓慢地、轻轻地把气呼出，然后自然地接着做下一次呼吸。

步骤 5：重返现场

要求三名组员志愿者带着他们的新体会重新制定分娩的场景，其他人给他们热烈的掌声。

总结：

父亲在分娩过程中经常感到焦虑，这个产房的模拟表演恰恰给他们提供了一个安全的空间让每个父亲分享他的在演习中的情感体验，减轻自己的焦虑的机会。

从前，产前和分娩护理这件事情中，主角只有母亲和她的医疗保健提供者，而父亲则是这其中可有可无的角色。

然而今天，在世界各地的许多医疗中心和卫生系统的工作者越来越意识到，无论是在产前还是分娩过程中，父亲都应该扮演着越来越重要的角色，为妇女和她的孩子提供情感和健康支持。所以，应该对以往的产前和分娩护理的相关条例进行修改，以迎合这种父亲角色的转变，进而使分娩过程更加人性化。

此外，我们现在知道，分娩过程是培养父亲和孩子之间情感联系的重要机会。越来越多的卫生保健者们现在开始鼓励父亲更多的参与母婴护理过程，培养父亲与孩子的早期依恋，从孩子出生起就肩负起照顾孩子的责任。事实上，在许多国家，妇女在分娩过程里有人陪护的权利（如父亲或另一个可信赖的人）是受法律保护的。

作业

与伴侣讨论分娩时丈夫陪伴的问题；了解自己当地的医院对于妇女分娩伴侣陪伴政策有什么样的规定。

第十三次 婴幼儿护理

参与到婴幼儿护理中，是男性的重要职责。此次活动主要是进一步增加男性参与婴幼儿护理的意识，培养男性从事婴幼儿护理的能力。

环节一 谁的责任

目标：

促进有关照顾和关怀的男女性别差异的反思，颠覆“女性天生就比男性更会照顾和养育孩子”的刻板印象，提高男性照顾和关怀家人的意识。

所需材料：

两个空盒（例如鞋盒），以及大量图片或照片。这些图片应该包括婴儿的图片、老年人、小动物、鲜花、家具、破损的玩具、电子设备、汽车、厨房用品，等等。

图片可以是杂志里的图片。

图片也可以用文字替代，但图像的使用会使活动更丰富生动。

建议时间：40 分钟

活动：

步骤 1：分盒子

带领者拿出两个盒子，说明其中一个盒子会交给一个男人照顾，另一个给女人照顾。然后让小组成员将他们认为女人知道如何照顾，或照顾得更好的图片形象放入女人的盒子；将他们认为男人知道如何照顾，或照顾的更好的图片形象放入男人的盒子。

这个过程中，大家可以讨论。

等他们分完，把图像从盒子里拿出来，让他们一个接一个说明为什么这样选择。

步骤 2：讨论

开放讨论，探讨：

- 为什么某些类型的图片只存在于男人的盒子里；
- 为什么某些类型的图片只存在于女人的盒子里；
- 为什么某些类型的图片同时出现在两个盒子；
- 谁是更好的照顾者，男人还是女人？为什么？
- 男人和女人照顾方式不同还是相同，意思是照顾是我们人类天性的一部分？
- 你认为女人的箱子里的东西男人也可以照顾得当吗？
- 你认为男人的箱子里的东西女人也可以照顾得当吗？
- 男人会照顾自己吗？为什么？
- 女人会照顾自己吗？为什么？
- 一般来说，男人更关心别人还是女人更关心别人？
- 你如何看待这句话：“女人照顾家，男人工作”。

说明

因为有了前面十多次活动的成长，小组成员未必会做出泾渭分明的性别差异的分类，如果有必要，带领者可以请小组成员“按着社会多数人的理解”将那些图片进行分类。这样会更有助于讨论。

应该指出的是：一方面，无论男女都应该把关心、照顾人、动物和植物作为自己的责任和义务；另一方面要强调的是，基于某些历史和文化的的影响，我们通常认为男性更善于关心非生物，如汽车、房子里的电气、电子设备等等。这是社会性别文化的影响。

在讨论的过程中，可能会有人提出女人更细腻、更适合照料的“特性”是生物决定的观点。带领者可以请不同意此观点的组员发表看法，还可以引导大家回忆小组初期对社会性别建构的讨论。

总结

通过前面的活动，我们认识到：除了必须要由母亲执行的母乳喂养外，男性同样能够和母亲一样参与进照顾孩子的任务和责任中。我们总有这样一种刻板印象，就是认为年轻男性不知道如何照顾孩子，男人不需要向伴侣和他们的孩子提供照顾或护理服务，这些刻板印象是我们需要破除的。没有什么照顾的工作是生来就会的，女人和男人一样，都需要学习。

休息之后，我们就来学习。

休息

热身

推荐热身活动

三人行

规则：

先由带领者点成员甲，在其右边的成员代其答“有”，在其左边的成员代其举手。然后再由成员甲点成员乙，以此类推。

说明：

关注他人，相互协作，是非常重要的能力。

环节二 熟能生巧

目标：了解婴儿的护理需求，并了解如何满足这些需求。

所需材料：洗脸盆、水，几个娃娃，最好是塑料娃娃，他们穿着真正的尿布。

建议时间：90分钟

活动：

带领者将所有成员分为两个或三个组，每组提供一个穿着尿布的娃娃、一个脸盆，然后开始做练习。

如果可能的话，请一位经验丰富的父亲到场参与活动最好了。

活动1 抱孩子

这个活动是学习如何正确地抱一个婴儿。

带领者先讲解多抱婴儿的好处，然后再进行正确抱婴儿的方法指导和练习。

带领者应该要求每个成员必须轮流练习，在旁边进行指导。

链接：为什么要经常抱婴儿？

新生儿出生以后，刚刚离开母亲子宫内既宁静暖和、又安全的生活环境，突然来到充满空气亮光的陌生世界，会感到十分不习惯，因此父母不妨多抱抱小宝宝，让他慢慢熟悉你的味道，使他受到支持，感到温暖安全，全身舒适放松愉快。

新生儿被抱，对于宝宝也算一种运动，利于身体的发育。

而且，宝宝被抱着的时候，视野更开阔，受周围环境的刺激也更多，这对他的大脑发育很有好处。每天躺在床上的新生儿，父母虽说省心了，但与宝宝的交流少，会失去早期教育的最佳时机。

新生儿由于视觉、听觉发育还没完善，因此味觉跟嗅觉会特别灵敏，很多时候他们都是用嗅觉来判断事物的。当他开始闻到一种气味时，有心率加快、活动量改变的反应，并能转头朝向气味发出的方向，这是新生儿对这种气味有兴趣的表现。所以，如果爸爸多抱他，他也会记住爸爸的气味。不要让宝宝只熟悉了妈妈的味道哟。

此外，新生儿天生就有一种身体记忆力，他们会在潜意识里记住你们对他的好，透过身体感受爱，特别是抱新生儿这种亲密的亲子行为，将能让你跟你的小宝宝感情突飞猛进！爸爸抱着宝宝活动时，可以增加与宝宝的亲密度。

链接：抱婴儿的正确方法

1、手托法：用左手托住宝宝的背、颈、头，右手托住他的小屁股和腰。这一方法比较多用于把宝宝从床上抱起和放下。

2、腕抱法：将宝宝的头放在左臂弯里，肘部护着宝宝的头，左腕和左手护背和腰部，右小臂从宝宝身上伸过护着宝宝的腿部，右手托着宝宝的屁股和腰部。这一方法是比较常用的姿势。

3、不要竖着抱宝宝：新生儿的头占全身长的 1/4。竖抱宝宝时，宝宝头的重量全部压在颈椎上。宝宝在 1-2 个月时，颈肌还没有完全发育，颈部肌肉无力，应防止这种不正确的怀抱姿势对宝宝脊椎的损伤。这些损伤当时不易发现，但可能影响孩子将来的生长发育。所以抱宝宝不宜笔直的竖抱。

4、不要久抱：人们对孩子的爱达到了无与伦比的程度，亲不够，爱不够，孩子出生几天就开始抱来抱去。殊不知，这种做法违背了婴儿生长发育的自然规律，对孩子是有害无利的。

(1)新生的婴儿，每天需要 20 小时的睡眠时间；6 个月左右的婴儿需要 16 小时左右的睡眠时间。所以，除了喂奶、换尿布等特殊情况下，不要过多抱婴儿。

(2)由于生理上的特点，婴儿的胃、贲门肌肉较松弛，但幽门肌肉却很紧，在这种情况下，哺乳或喂食后如果将婴儿抱在怀中逗玩，则食物容易从贲门溢出，造成呕吐。

(3)婴儿的骨骼生长较快，如果长期抱在怀中，对孩子骨骼的正常成长极为不利。平常抱出去晒晒太阳，增强抵抗力是必要的，但时间也不宜过久。

5、父子交流式：用这种方式抱宝宝，爸爸和宝宝面对面，最利于亲子间的交流与对话，还可以轻轻地将宝宝在身前荡荡，令宝宝更放松、更开心。

活动 2 换尿布

带领者以娃娃和真正的尿布做演示，教会小组成员如何给婴儿换尿布。

请小组成员反复操作，熟练掌握。

链接：如何正确换尿布

尿布和纸尿裤的换法基本是一致的，虽然现在很多的布制尿布也可以是一次性的使用，但是父母最好还是给宝宝多加一个防渗漏的尿垫，这样更方便。

给宝宝换尿布的正确步骤

步骤 1：做好事先的准备，用肥皂和温水洗手，使用干净的毛巾擦干你的手；准备好换尿布的空间；确保一个垃圾桶或垃圾袋是触手可及。总之，要把你需要用到的一些尿布、抹布等物品全部都拿出来，千万不要换到一半的时候想起来再去找，这样就麻烦了。需要注意的是在为宝宝更换尿布的这个过程，一定不可以单独的把宝宝放在一边。要始终保持与孩子的身体接触。

步骤 2：把旧尿布解开之后，不要特别快速地把旧尿布拿出来。因为如果打开之后就立马拿出来，那么婴儿很可能会因为感到凉而乱动的。而且，打开尿布之后，宝宝可能在这个非常时刻小便，稍等片刻看看会发生什么。

步骤 3：抬起婴儿的膝盖位置，然后再轻轻地把婴儿的臀部高抬，接下来要用抹布给婴儿清洗臀部。如果婴儿的排液过多，那么你可以用刚才包住婴儿的旧尿布的干净位置把部分排液全部都擦掉。当婴儿已经被擦的干净时，再把脏的尿布放到一边去就可以了。

步骤 4：在皮肤褶皱的地方擦上乳液或霜，但不要用滑石粉。让孩子保持裸露几分钟，这样可以让他屁股暴露在空气中干燥彻底。

步骤 5：打开一个干净的尿布，提高宝宝的腿，把已经折叠好的新尿布铺在宝宝身下。尿布顶部应达到宝宝的腰间。这个过程中尿布要避免形成褶皱，调整好位置，保证不泄漏。一只手抓住尿布前段，使其不松动；另一只折叠两端，并用安全别针（或胶带）固定，然后确保它不是太紧也不要过松。

步骤 6：给宝宝换完尿布之后，用尿布上的绷带把换下来的脏的旧尿布捆起来，弄成一个球形。然后把把这些旧尿布扔到垃圾筒里或者是尿布筒里。在换尿布的时候你可以把一桶清洁水放到换尿布位置的附近，这样可以方便你最后把自己的脏手洗干净。

活动3 洗澡

带领者先向组员介绍给婴儿洗澡的重要意义。除了分担伴侣的辛苦之外，对于促进父亲与孩子的亲子关系也非常有意义。

在生命的早期阶段，皮肤是婴儿主要的感觉器官，与温暖的水接触则会使婴儿感受到巨大的快乐，因为这让婴儿想起了在母亲子宫里时的安全感，当然被父母温暖的手抚摸身体的时候也能产生这种感觉。给宝宝清洗的时刻可以成为一天中最愉快的时刻，父亲可以利用这一刻跟宝宝说话，刺激宝宝产生情绪反应。

给婴儿洗澡，这提供了一个重要的亲密接触和沟通的机会，加强了父亲和孩子之间的关系。对于父亲和孩子来说它是一个喜悦和快乐的时刻，洗澡应该变成每天的常规项。如果没有障碍的话，它应该每天重复：在一个合适的地方，以合适的水温（温暖）让孩子感觉不冷也不热，所有的照顾都应该在保证安全的条件下进行。

介绍过意义之后，带领者以娃娃和脸盆做演示，教会小组成员如何给婴儿洗澡。

请小组成员反复操作，熟练掌握。

链接：如何给婴儿洗澡

洗澡前的准备：适宜宝宝使用的浴盆、干净的毛巾、婴儿用擦澡海绵、婴儿用洗发香波、润肤霜、宝宝洗澡时用的玩具、干净的尿布、内衣和睡衣、婴儿用发梳。

给宝宝洗澡的基本步骤：

- 1、选择一个宝宝更愿意洗澡的时间。不要在宝宝感觉饥饿或是疲倦的时候给他洗澡。
- 2、安排好浴室。家长要确保宝宝洗澡的房间很暖和，这样宝宝在洗澡的时候就会觉得很舒服和放松。把一块毛巾放在暖气上，这样宝宝洗完澡之后就有热毛巾可以用了。把所有需要用到的东西都放在可以够得着的地方，这样做是为了在给宝宝洗澡的时候做到寸步不离。
- 3、试水温。先在浴盆里加冷水然后再加热水，这样做就不会被热水烫伤。用肘或前臂的内部检查温度，因为那里的皮肤更敏感。不要用手试水温，因为手部习惯于承受高温。或者也可以用温度计来测水温——给宝宝洗澡的合适水温是 37℃。
- 4、确认浴盆里水的深度。六个月大婴儿洗澡时浴盆里的水应该仅有 6—8 厘米深。
- 5、在宝宝洗澡之前就把他的头发洗好，洗头发的时候可以先不要给宝宝脱下尿布和衣服，待一会儿开始洗澡再脱。或者你也可以用大的毛巾包在宝宝身上，这样就可以保证宝宝会感到很暖和，不会着凉了。洗头的时候，爸爸用胳膊搂紧宝宝，同时用同一支手撑住他的头在浴盆上方，稍微地把宝宝的头向下倾斜不让水流入他的眼睛里，用另外一支手舀出水来清洗宝宝头部，洗头时尽量避免水流进宝宝的耳朵和眼睛。如果要用洗发香波给宝宝洗头发，轻柔地给宝宝清洗头发并用大量的温水把宝宝的头发洗干净。宝宝的头发一周只需要洗一次就可以了。
- 6、把宝宝放进浴盆。把宝宝放入水中，用一只手臂扶住并支撑着他的头、脖子和肩，用另一只手臂托住宝宝的臀部，这样宝宝就不会因为不舒服而在浴盆里乱扭动身体。
- 7、用手或是海绵给宝宝洗澡。在洗澡过程中，对宝宝腋下、颈下、腹股沟等褶皱处不要擦洗太重。舀水轻轻地把宝宝身上的肥皂冲掉。然后让宝宝放轻松并在水里面踢腿。
- 8、帮女孩清洁屁股的时候，要总是从前到后，否则你会把细菌从肛门带到外阴，引起感染。不要清洁外阴内部。给男孩清洁屁股时，用潮湿的布或纸巾擦拭腹股沟和阴茎。不要忘记从前面到后面清洗阴囊，如果有必要的话，可以用手指固定阴茎。
- 9、给宝宝洗完澡之后，就可以把宝宝从浴盆里抱出来了，然后用温暖的毛巾把宝宝裹起来。
- 10、用毛巾把宝宝身体擦干。轻柔地把宝宝全身擦干，擦干时要用软布，因为宝宝皮肤

嫩，避免擦伤，特别是不要忽视宝宝的脖子，腋窝、肘窝、大腿跟，脚趾缝，手指缝还有宝宝的臀部。

一定要注意的几件事：

1、爸爸在给宝宝洗澡的时候绝对不能不管宝宝或忽略宝宝，哪怕只是片刻也不行。一定得时刻照看着他，注意安全，大意不得。如果电话铃突然响了，别去接，或者是把宝宝包好抱起来一起去接电话。

2、千万不要让宝宝着凉，室温和水温都要爸爸先试好。

3、宝宝在浴盆里的时候，一定不要往浴盆里面加热水以免烫伤宝宝。

4、不要让宝宝玩水龙头或者碰到很烫的水龙头。

5、爸爸也不要在自己太累或者太困的时候给宝宝洗澡，那样可能让宝宝滑倒。

6、在宝宝进行较激烈的运动后，也不要给宝宝马上洗澡。不要在饭后立刻给宝宝洗澡，宝宝吃饱后洗澡易出现呕吐，而且会影响消化功能，在饭后半个小时以后洗澡为宜。如果宝宝看起来为精神不好，不玩也不动，很可能是身体不舒服，这时候也就暂时不要给他洗澡了。

环节三 男人还可以做什么

目标：回味、消化这一天学习到的。

建议时间：40分钟

活动1 还可以做什么

步骤1：

带领者首先对组员们在前面活动中的参与表示感谢，相信他们都可以成为好父亲。

带领者进一步分享男性参与婴儿照顾的意义：

照顾者在前6个月最重要的工作是与孩子建立信任感。而这种信任可以通过满足孩子的身体需要（例如提供食物、水、缓解疼痛），提供身体和精神上的安慰（例如抚摸、摇摆）。这时候的婴儿完全需要依赖别人的照顾来生存，在这个过程中婴儿通过身体和情感需求被满足，得到安全感从而形成对他们的照顾者的情感依恋。这种依恋又是亲子关系的基础，对孩子的大脑发展至关重要，它鼓励了孩子们大胆去探索和学习，因为他们知道照顾者会帮助和保护他们。

许多因素影响一个孩子的发展，包括父亲和母亲的互动都影响了孩子未来的生活经验。那些在童年早期有一个称职的父亲陪伴在身边的孩子们，在学校表现更好和压力更小，有更少的犯罪活动和行为问题，在成年期有更好的经济稳定性，更好的认知发展。

步骤2：

带领者引导小组成员讨论：

- 通过今天的活动，你对于父亲角色、男性参与有什么新的认识？
- 以往父亲为什么不能更多地参与照顾年幼的儿童，特别是婴儿？什么是这里面的障碍？
- 在为婴儿提供护理时谁会遇到更多困难？母亲还是父亲？为什么？
- 你可以做的更多参与照顾新生儿的事情是什么？你可以与宝宝一起做的事情都有一些什么？

父亲还可以做的，可能包括：

- 如果伴侣有进行手术（如剖宫产），丈夫需要给予她特殊的照顾；
- 了解产后抑郁症的症状，以便帮助伴侣应对；

- 了解新生儿检查的日期和地点，陪伴侣一起去检查；
 - 尽量使用给父亲的待产假，如果有的话；
 - 学会针对新生儿的急救知识；
 - 给孩子在人口登记处登记；
 - 妻子在分娩后六周时间内放弃性活动；
 - 对于孩子可能会对自己与伴侣的关系产生的影响，做好心理准备；
-

活动2 模拟情景

带领者说：虽然我们都做好了更多投入婴幼儿抚育工作的准备，但是，现实生活中确实存在一些困难。比如下面这个场景，对你就是一个挑战。想一想，你会怎么办。

情景：

现在是夜里二点。你的孩子哭了，你不知道为什么。

你的伴侣筋疲力竭，因为她白天和黑夜一直都在母乳喂养孩子。而你也不轻松，你必须在几个小时后起床去上班。考虑到你明天要上班，所以妻子让你休息。

作为一个父亲，你可以做什么？你是起床帮助照顾孩子，还是继续睡觉？

带领者请小组成员自由讨论。

讨论并不一定有统一的结论，而是鼓励伴侣双方相互体谅与关心。

总结

世界正在改变。以前，父母的角色被设定成：男人去工作，女性则照顾家庭。但是现在，越来越多的人接受了父母应该平等地参与进家庭事务中。即使父亲必须要离家在外工作，为了与宝宝发展必要的情感联系每天必须用至少 30 分钟与宝宝在一起（包括喂养、游泳、唱歌、摇摆等）。

作业

了解其它照顾孩子的方法，比如如何洗宝宝的衣服；

了解你所在城市对于男性待产假的规定，因为不同地方的规定可能不一样。

第十四次 玩具与倾听

学习为人父母是一项艰巨的工作。本次活动，将讨论“玩具”、“倾听”这两个话题。前者，引导男人们在孩子的教育中，反对性别刻板印象，也在未来孩子的人生中尊重他们的性别气质多元实践。后者，强调父母对孩子诉求的倾听，真正爱孩子，尊重他们，不要在疏忽中伤害他们的心灵。

环节一 玩具

目标：

体验社会性别的建构过程，鼓励父亲们在和孩子游戏时，进行性别平等、性别气质多样性的教育。

需要材料：

传统的男性和女性的玩具。可以让父亲们带来，带领者也可以自己准备，以保证玩具种类的丰富性。男孩会选择玩具枪、足球、电子游戏等，女孩通常喜欢的布娃娃、跳绳等。

建议时间：60 分钟

活动

步骤 1：性别和玩具

要求小组成员把他们带来的玩具放在房间的中间，请小组成员用几分钟想想他们自己喜欢与自己孩子一起玩的的游戏。

将小组成员二三人一组，分配为“孩子”或“父亲”角色。

数“一二三”开始行动，请小组成员用 5 分钟来扮演这些游戏中的角色。

步骤 2：小组讨论

所有人围一个圈，让每一对演员描述这个玩具和游戏，讨论男孩和女孩的玩具的相似性或差异。

问那些扮演“孩子”的组员：

- 感觉怎样？
- 你扮演女孩还是男孩？
- 你为什么选择这个性别？
- 你为什么选择这个玩具？

问扮演“父亲”的组员：

- 感觉怎样？
- 如果你的搭档扮演的是相反性别的角色，你会改变你玩游戏的方式吗？
- 作为一个男孩你曾经玩过洋娃娃吗？为什么或为什么不呢？
- 女孩子玩玩具枪和足球好么？为什么或为什么不？
- 为什么这些玩具成为了社会对一个男性儿童或女性儿童的期望？
- 这些社会期望是有害的吗？

• 作为父亲，我们如何对我们的孩子传递更积极的信息？意思是说我们的女儿和我们的儿子一样，在未来有平等的成功的机会（即获得高质量的医疗服务、教育、就业、无暴力环境等），儿子们也可以自由表达他们的感情包括疼痛和脆弱。

步骤 3：总结

带领者总结该活动要强调的核心理念。

许多玩具的设计与性别有关，男孩扮演男性角色，玩具是塑料枪和玩具士兵等，女孩扮演女性角色，玩具是娃娃等。前者致力于培养男性的“勇敢”精神、主宰者与支配者角色，而后者则努力培养女性的“细腻”“温柔”，使她们成为好的“照顾者”角色。

同样，孩子的父母和教师也会依照自己对性别角色的理解选择给男孩或女孩玩的玩具。如果性别角色的设定充斥在孩子的成长过程中，在孩子长大以后就可能进一步加剧性别的不平等。

所以，具有社会性别平等理念的父母在和孩子的游戏中，应该为他们打破传统的性别角色设定。这并不是说一定要让男孩子玩传统上女孩子玩的游戏，女孩子玩传统上男孩子玩的玩具，而是说，男孩子和女孩子都应该有机会接触到不同的玩具，父母应该和他们一起玩不同的玩具和游戏，从而让他们经历性别气质建构的各种可能。这样既包括阳刚、勇敢，也包括温柔、细腻，然后听任他们选择自己喜欢的玩具，亦如听任他们实践最适合他们的性别气质一样。

休息
热身
推荐热身活动

教学 3+1

规则：

1. 带领者在喧哗的队伍中；
2. 带领者拍一次手；
3. 全体成员双手摸头；
4. 带领者拍两次手；
5. 全体成员双手摸膝盖；
6. 带领者拍三次手；
7. 全体成员双手摸嘴；
8. 当全体成员了解拍手和其动作之间的关系后，将拍“一”“二”“三”次手混和运用，直到全体成员安静为止。

说明

这也是可以同孩子一起玩的游戏，有助于帮助孩子安静下来，集中精力做某件事情。

环节二 积极倾听

目标：

帮助组员了解积极关注如何在一个良好的亲子关系中起到重要作用，鼓励积极倾听，接受并认可孩子们的意见和感受，了解沟通的重要性（包括言语和非言语交际）。

所需材料：

大的纸张、彩笔、角色扮演剧本

建议时间：60 分钟

活动

步骤 1：情景分组

带领者将小组成员分成 3 人一组，发给他们角色扮演的情景安排如下：

场景 1

父亲或母亲做菜时，他们 3 岁的孩子自己玩的时候摔倒了，然后他开始哭。母亲或父亲之一，或者全部停下手中的事情，把孩子抱起来，检查他/她是否受伤。

场景 2

父亲或母亲正忙着自己的工作，孩子很希望他的父亲或母亲对他给予关注，父亲或母亲没有注意到孩子并继续工作。孩子一直坚持要求得到父母的关注。最后，家长对孩子发火了。孩子哭了。

场景 3

父母在看孩子作画。父亲或母亲抱着孩子，给他/她一个深情的吻。

场景 4

孩子回家哭，说自己的玩具坏了。他/她向父母展示破碎的玩具，询问父母该怎么办。父母说他/她现在也不能修好它。父母离开了房间，留下孩子独自在绝望中，孩子一直在哭。

场景 5

孩子向父母展示了他的笔记本，父母亲切地为孩子指出作业错误的地方，解释如何做才是正确的。孩子理解的点头并继续完成他的作业。当完成后，父母表扬了孩子。

步骤 2：表演

对于上面五种场景中角色扮演，分为两个不同的情况。在一种情况下，亲子关系是缺乏积极倾听，第二个则是相反的。即：每组中演父母的成员，均需要按着场景中的角色安排先演一次，然后再反转角色演一次，无论是倾听的，还是拒绝倾听的。

步骤 3：探讨

所有人回到大组中，带领者和大家一起讨论：

- 这两种角色扮演分别代表了什么？
- 母亲和父亲在两种角色中给孩子传递了什么样的不同信息？
- 你认为这些消息带给孩子的感受是什么？

带领者请一位志愿者将大家的发言分别写在黑板上。黑板分成两栏，分别是：“父母传递的信息”和“这些信息给孩子的感受”。

带领者继续带领大家讨论：

- 什么样的信息使孩子感觉更好？为什么？
- 我们应该在我们与孩子的关系中尽量避免传递什么样的负面信息？
- 为什么我们与孩子的相处时，应该尽可能传递积极信息？

作业

实践本次活动中分享的理念和方法：带孩子玩不同性别的传统玩具和游戏；尝试观察自己是否做到认真地倾听；对孩子的诉求给予了即时、积极的反馈。

第十五次 让孩子远离暴力

针对孩子的暴力普遍存在，很多家长视而不见，或视之为正确的“管教”。本次活动希望纠正家长关于暴力的态度，劝阻家长和照顾者不使用任何形式的身体和情感惩罚（如打屁股和骂孩子）。

善待孩子，拒绝暴力！

环节一 那些针对孩子的暴力

目标：

使小组成员对针对孩子的暴力形式有深入的了解，从而警醒。

所需材料:

事先打印好的文章。

建议时间: 40 分钟

活动

步骤 1: 阅读

带领者将事先打印好的文章发给小组成员, 请他们阅读。

文章如下:

每年 4 月 30 日是 “国际不打小孩日”, 由美国反体罚组织“有效管教中心(Center For Effective Discipline)”1998 年发起的。节日通过各种活动, 宣导反体罚的儿童人权观念。全世界已有上百个国家其民间组织参与此盛事。

有人一定会说: 家长爱孩子还来不及呢, 虐待孩子的家长非常少见! 其实, 这是错误的认识。

不错, 你爱你的孩子。但是, 可能你此时正在对你的孩子进行家庭暴力, 自己却没有觉察, 还以为在爱孩子呢。

家庭暴力不只是伴侣之间的, 还包括长辈对晚辈的, 晚辈对长辈的; 不只是肢体暴力, 还包括精神暴力、行为控制等等。

我这里指的父母对孩子的暴力, 可不是媒体披露出来的那些疑似虐待狂的父母, 针扎、鞭打、脚踢……打得孩子遍体鳞伤, 甚至剥夺了他们的生命。不错, 这是严重的暴力, 大家都在谴责。但是, 你正施加的精神暴力, 其对孩子的伤害可能并不比前述的肢体暴力为弱。

一位父亲, 信奉要严厉教子, 无论自己的孩子多么努力, 都永远在指责孩子, 永远拿他的不足与别人的长处比, 自以为这是“激励”孩子的上进心, 却不知道这给孩子心灵将留下怎样的重创。这, 就是家庭暴力。

一位母亲, 望女成凤, 常年逼着孩子上各种课外班, 学习各种技能, 孩子已经厌烦透了, 快乐的少年时光被完全剥夺。这, 也是家庭暴力。

媒体曾报道, 一位父亲在骑车带孩子上学的路上不断数落他, 结果孩子突然跳下车, 跳河自杀了。父亲可能还不明白怎么回事呢, 其实是孩子受到的精神暴力已经让他忍无可忍。

你不打孩子, 不骂孩子, 就没有暴力了吗?

你不舍得打孩子, 但被他弄得气急败坏时, 使劲儿抽打自己的脸, 这也是对孩子的精神暴力;

一个中学生告诉我, 他最受不了的, 是父母跪在他面前, 求他“好好学习”。这, 也是对孩子的精神暴力;

孩子惹你生气, 为了教训他, 你是否毁坏过他心爱的玩具? 如果有, 也是对孩子的精神暴力;

为了避免孩子“早恋”, 你不让她假期外出, 不让她和异性交往, 甚至不让她参加同学的生日会……这些, 都是对她的“行为控制”, 家庭暴力中的一种;

你偷看孩子的日记, 他因此感到受伤, 这也是对他的精神暴力;

……

生活中有更多的父母对孩子实施家庭暴力的事例, 但当你指责他们这是“家暴”时, 父母通常会很委屈、很无辜、很愤怒。

父母会说: 我是因为爱孩子才这样! 我是为了他“好”才这样!! 我是为了保护他才这样!!!

不错, 爱而不会爱, 实质就是以保护为名的伤害。

爱不是控制，爱不是占有，爱不是把你的意愿强加给孩子。爱是尊重，爱是信任，爱是协助其成长，爱是赋权。

好吧，你什么都没有做，但你们夫妻整天当着孩子的面吵架，这也是对他的暴力。你们甚至假惺惺地说：“为了孩子好，我们不离婚。”但是，父母间的争执，特别是家庭暴力，本身就是对孩子的一种精神暴力。我们称这样的孩子为“家庭暴力目击者”，目击者同样会留下伴其一生的心理创伤。更何况在多数时候，“目击者”也是不同程度的直接受暴者。

经历家庭暴力的孩子，身心俱损。他们或难以专注地学习，或陷入极大的自卑、自责情绪中，同时人际交往困难……父母希望通过“爱”孩子要达到的目标，反而更无法实现。他们中许多人还传承了暴力，将暴力带入未来的亲密关系中。

真爱孩子，就对暴力说“不”！

（原文题目《对孩子的暴力，你知道吗？》，作者：方刚）

步骤 2：讨论

带领者引导组员一起讨论：

- 读完这篇文章，你受到哪些启发？
- 你还想到哪些文章中没有提到的针对孩子的暴力形式？
- 你自己曾经受过父母的暴力对待吗？
- 你对孩子使用过暴力吗？使用的是什么样的暴力？

环节二 我孩子的 20 岁

目标：

让小组成员为他们的孩子定下长期目标，然后讨论苛刻的教养方式会不会影响这些目标的实现。最终倡导积极、非暴力的教养方式。

材料：

钢笔或铅笔、彩笔和纸

推荐时间：60 分钟

活动

步骤 1：想象

带领者发言：对于新的父亲、母亲和其他家庭成员来说，有一个孩子是令人无比快乐、振奋的一件事，但是这也意味着巨大的挑战。父母有保障孩子健康幸福的责任。我们也许都曾经接受过如何抚养孩子的指导，也有许多作为父母的本能反应是不需要学的。在前面的小组活动中，我们探索了“父亲角色”和“拒绝家庭暴力”，讨论了重复我们所经历的童年暴力行为的危害性。这次活动我们将探讨如何用更积极的育儿技巧取代有害的管教方式，如打屁股或大喊大叫。

带领者告诉组员：每个人将有 3 分钟的想象时间，想象你的孩子 20 岁时的样子，以及你希望他具有的特点。想象中应包括具体清晰的答案，如职业、如何对待其他人、价值观、主要的人格特质，等等。

然后大家将围坐一圈，每人分享自己对孩子的期望。

带领者请小组成员闭上眼睛，进入情境想象：

- 你的孩子长大了，你正在为孩子庆祝 20 岁生日。
- 想象一下，你希望你的孩子会是什么样的？
- 你希望孩子与你有什么样的关系呢？

3 分钟后，带领者请小组成员睁开眼睛，分享：您希望您的孩子 20 岁有什么样的特点？

步骤 2：如何作父母

带领者引导小组成员一起思考和回答这个问题：“作为一个爸爸或妈妈，你觉得自己应该做些什么来帮助孩子达到你所希望的吗？”

带领者解释说，父母在儿童的成长、教育中起着重要的（虽然不是唯一的）作用，对孩子的影响表现在当下和未来。所以重要的是父母要为他们的孩子树立榜样。父母日常有什么样的言行举止，就会影响孩子成为什么样的人。你平时是有什么样的行为举止的？你是什么类型的人？

带领者请小组一起讨论：

- 如何看待对孩子打屁股或大喊大叫？这样的行为会不会影响这些目标的实现？
- 当有人骂我们时感觉如何？
- 这样的行为能解决冲突吗？
- 这样的行为能防止孩子所有的不当行为吗？
- 人们有时把他们的孩子作为“东西”对待，而不是作为“人”？
- 你认为孩子会模仿大人吗？我们是否应该以身作则？
- 你觉得自己应该做些什么来帮助孩子达到你所希望的？为什么？
- 你的孩子如果不想做你期望他们做的事，你会通过打屁股、叫喊、恐吓，或侮辱他们，从而让他们做你希望他们做的事吗？为什么？

步骤 3：创造改变

基于所讨论的内容，小组成员回答以下问题，带领者将答案写下来：

为了实现对孩子的期望，有哪些我们自己的行为是要改进的？

如果小组成员没有拿出任何改变的方案，建议如下：

- 寻找机会去跟你的孩子们玩一玩；
- 关心他们的活动，无论是在学校还是别的地方；
- 拥抱他们；
- 积极地赞赏孩子的努力；
-

当一个父母不赞成这样的做法，首先问他们为什么，然后告诉他们：要允许孩子们犯错误，不要期望他们是完美的；意识到孩子的年龄，并且按照年龄制定适当的和适合他们水平的要求；避免要求他们做他们目前没有能力做到的事情。

父母应该：接受孩子的感受和承认这些感受的重要性，尝试接受他们的恐惧和不安，承认在抚养孩子中自己犯下的错误，并且道歉或请求原谅。

说明

父母理解孩子的发展阶段及表达方式非常重要，可以避免误解孩子的表达。如果时间许可，在讨论的过程中，带领者可以发给组员下面这个“儿童成长阶段表”，阅读并分享收获。如果时间不许可，可以在小组结束时发给大家，以方便大家回家后自己阅读。

链接：儿童成长阶段表

孩子年龄	发展阶段	我怎么表现/表达
0-6个月	我很容易受到惊吓，所以我需要安全感和受保护的； 我还不懂规则或解释呢； 我需要无条件的爱和感情；	我哭的时候，是我需要你知悉一些我无法说出来的事情； 这期间大哭是很正常的状态，有时我都不知道我为什么要大哭； 我喜欢把一些东西放在自己的嘴里，这是我探寻世界/事物的一种方式；
6-12个月	我开始说一些类似“爸”和“妈”的词语； 我需要知道你是亲近的，这是我建立对你的信任的过程； 我的牙齿开始长出来，在长牙的阶段我感觉疼痛，因此我会哭的更多一些；	我喜欢你围绕着我说话，这可以鼓励我和你建立更多的沟通； 我这个阶段哭闹少了，欢笑相对多了，可有时我可能会在每天的固定时刻大哭，这是我大脑自己“组织实施”的；
1-2岁	我是一个探险家！我开始说话和走路； 我很快学会了新单词； 我爱我的新的独立性，但我必须在一个安全的环境下，才会这么做； 当你告诉我“不可以那么做”时，我还不明白你是想让我安全。	我想触摸和观看一切事物； 我学会了这个词：“不！”，这是一种表达方式，是想告诉你我的感受； 我在遇到挫折时，不知道如何能用语言去交流/表达我当时自己的感受，这时我会有脾气。
2-3岁	我开始明白我的感受； 我会突然害怕一些东西，比如黑暗，这是因为我知道危险； 在周围都是人的情况下，我可能会突然变得害羞和不知所措，这表明，我理解/意识到熟人和陌生人的差别；	如果你要离开我时，我会哭闹，因为我不知道你是否还会回来； 当你要求我对一个人说“你好”的时候，我可能拒绝执行这一行为，因为我不知道他是否真正的友好。
3-5岁	我想学习一切知识！这可能会导致我进入危险状态中，所以这个阶段制定规则很重要； 玩，是开发我大脑必不可少的活动，这会使得我明白其他人的观点以及培养同理心。	我会问很多问题，我最喜欢的一句是“为什么？”； 我喜欢玩假想游戏，好比我假设自己迷路了； 我想帮你做你的日常琐事，我从中可以学习很重要的生活技能。

休息
热身
推荐热身活动

你拍拍，我拍拍

规则：

要求所有学员围成一个圆圈，再向同一方向侧身。以8拍节奏拍打前方学员从肩膀到背部，最后到腰部。之后，所有学员向后转，再以相同的节拍拍打上次拍打你的学员。

说明：

如果有人在活动中故意捉弄你，你可以在下次拍击中“还”给他。此活动可告诉学员在交往中，你付出什么，就将收获什么。

环节三 正面管教**目标：**

学习并练习不同的积极教养方法；做出承诺，避免对孩子进行严厉的处罚。

所需材料：

白板，纸和彩笔

推荐时间：80分钟

活动**步骤 1：正面管教方法**

带领者解释说，现在你们将讨论和实践不同的积极的育儿技巧。

在采取任何行动之前，要问自己以下问题：

- 孩子正在做的事真的错了吗？或者你只是没有耐心？
- 想一会儿。你的孩子真的能做到你所期待的吗？如果不可能，重新评估你的期望。
- 你的孩子知道他或她做的事情是错误的吗？

带领者接着说：如果你的孩子不知道他或她所做的是错的，那你应该帮助他或她理解为什么它是错误的，他或她如何能做到正确的；如果你的孩子知道什么是错的，那么他或她的行为的确有问题。

要求小组成员看下面的“正面管教方法”。

正面管教方法

1. 修正：当孩子制造了麻烦，要让他们自己修复这个麻烦带来的后果，你可以给予他们一定帮助。如果他们打破了一个玩具，请他们参与到修理这个破损玩具的过程中；如果他们让一个孩子哭，请他们和你一起去给那孩子帮助与安慰；如果他们把玩具们扔得整个屋子都是，让他们把这些玩具清理并且妥善放置好。

2. 忽略：处理孩子做出一些旨在吸引你注意的不当行为，最好的方法是忽略掉那些不当行为，根本不去理睬它。但一定要注意你的孩子，当他们表现良好时要及时给以肯定。孩子们需要让大人关注他们好的行为，而不是不当行为。

3. 坚定：你对孩子提出要求时，要清晰和明了。你说话的音调要坚定，要用眼睛看着孩子对他讲话。坚定地提要求不代表大叫、威胁、推搡，或带走的特权。即使你在对他提出非常坚定的要求时，你也可以保持和蔼。

4. 分离：当孩子们之间激怒对方、争吵、打架时，有必要让他们休息或分开一段时间，被分开的时候让每个孩子平静下来，然后你可以使用其他方法来鼓励孩子们做出更好的行为。

5. 行为管理：如果孩子有行为不当，和他们一起讨论如何处理它，一起找到一个你和孩子都同意的解决方案，这可以帮助孩子学会对自己的行为负责。

7. 重定向：当孩子们的行为变得太危险或者有破坏性，需要适时地阻止他们，这时要解释你为什么阻止他们，并建议开展另一项活动。比如：如果他们在室内危险地奔跑，建议他们到室外进行一场追逐比赛；当他们把书本相互乱扔的时候，可以组织一个其他游戏。

8. 赞美：对于孩子的美好行为，给予更多的关注和赞美，包容小淘气行为。不要让惩罚代替奖励。让孩子知道你欣赏良好的行为和态度，及时给与真诚的尊重和赞美。

步骤 2：角色表演

阅读之后，请小组成员根据孩子和父母之间的场景，进行角色扮演。角色扮演中，要求使用下面介绍的“正面管教方法”。

可以请小组成员设计场景，也可以从下面的场景中选择，然后请几个志愿者组员进行角色扮演。

备用场景：

- 1、一个家庭刚刚收到消息，他们 10 岁的儿子考试不及格……
- 2、一个家庭有一个孩子在学校遭受了暴力，家长的反应……
- 3、一个家庭发现他们的孩子每天都没有上学。以前发生过这个情况时，他们打了孩子。这一次……

角色扮演后，带领者问组员以下问题：

- 这个过程中，还有其他形式的可能的正面管教方法吗？
- 你觉得最容易使用到自己孩子身上的正面管教技术是什么？为什么？
- 你觉得最难使用到自己孩子身上的正面管教技术是什么？为什么？你能做些什么来让它更容易使用？
- 其他的非暴力和尊重孩子的管教方式是什么？
- 还有什么对孩子良好行为起正强化作用？如对孩子说“我爱你”。
- 正面管教方法可能会让我们不习惯，但这些技术最大程度降低了孩子对管教的恐惧感和不理解。另一方面，这样有助于孩子成为你想要他们成为的那种人，因此父母必须要有耐心。尽管它可能是一个新的管教策略，需要一段时间接受并适应它，你愿意“说服”你的家庭成员和社区使用正面管教技术吗？

小结

带领者与小组成员分享关键点：孩子有权在一种非暴力的保护中成长。暴力包括肢体暴力、精神暴力、性暴力等。作父母是一个终身的承诺，父亲和母亲都不会一夜之间改变他们的行为，但重要的是把新学到的技能应用在实践中。

第一次做父母对于新爸爸妈妈们是一个令人兴奋的体验，但往往由于没有充分理解儿童在不同阶段的情绪发展，导致他们和孩子之间感情上产生不和谐，以至于惩罚孩子。几十年的研究已经证明，长期的暴力惩罚会降低孩子的自尊，妨碍儿童的认知和情绪发展。

暴力的惩罚也造成亲子沟通和情感形成障碍，它教给孩子们“暴力是可以接受的行为并且是可以用来解决问题的手段。”因此，暴力的循环就会发生，孩子成年后会将这种暴力行为延续到下一代。

正面管教讲述的是一种既不惩罚也不娇纵的管教孩子的方法。孩子只有在一种和善而坚定的气氛中，才能培养出自律、责任感、合作以及自己解决问题的能力，才能学会使他们受益终身的社会技能和生活技能，才能取得良好的学业成绩，拥有同理心，学会尊重别人。

总结：

本次小组活动时，要求每一个组员承诺立志成为更负责任的父母，不使用暴力，尽可能多地参与到家庭生活中。

作业

- 1、与伴侣讨论孩子的养育计划，作为父母他们应该如何做得更好；
- 2、与伴侣分享并讨论如何应用正面管教技术。

第十六次 职场好伙伴（1）

男性参与不应只是在亲密关系中，不应只是在私领域，也应该包括在公领域的男性参与。公领域的男性参与除了在推动“社会性别主流化”中的男性责任之外，对于普通男性来讲，在职场中作一个女性的好伙伴，共筑性别友好的职场环境，无疑是重要的职责。

环节一 针对职场女性的迷思

目标： 帮助组员澄清关于职场女性的迷思，认识到女性在职场的不利处境、对女性不友好的职场环境，在讨论中形成对女性与职场的正确认识。

建议时间： 90 分钟

活动 1：

带领者： 无论在中国还是在西方，均存在一些针对职场女性的迷思。下面这些迷思，请大家一起讨论错在哪里，是否有合理之处？你是否在工作环境中听到过类似的评价？

- 1、女人没有权威，女人很难领导一个组织，特别是男性成员占多数的组织；
- 2、女人无法融入男性团队，在技术部门工作的女人像被抛弃的孤儿；
- 3、女人爱说闲话、太吵闹，在办公室里两个女人等于一千只鸭子；
- 4、女人结了婚就无心工作，上班像坐牢，满脑子想的都是柴米油盐；
- 5、女人没有创造力，不应该给她们安排需要创造力强的工作；
- 6、女人喜欢模仿男人，成功的女人都是“男人婆”；
- 7、女人承受不了压力，动不动就歇斯底里；
- 8、女人不喜欢接受挑战，分配工作任务时不适合给女人挑战性的工作；
- 9、女人优柔寡断，难以指望她们做出重大决定，常会误事；
- 10、女人利用美貌向上爬，成功的女人都是花瓶。

说明：

上述迷思显然都是错误的，是基于对女性的社会性别刻板印象。在讨论中，带领者可以邀请小组成员回忆我们前面学习过的理念。

如果有组员认为某个迷思有一定的道理，则可以进一步深入讨论：为什么？

请小组成员分享自己在职场中听到过的类似论述，非常必要。这会让他们切身体会到针对女性不友好的职场环境存在于自己的身边。

带领者可以引导小组成员讨论：你下次遇到这样的论述时会怎么办？

活动 2:

带领者：我们清理了上述关于女性的职场迷思。但是，在职场中确实存在一些现象让人容易质疑：女性真的能够和男性一样扮演职场中的角色吗？这些“现象”的背后也是一些“迷思”。我们就来讨论一下这些现象和问题。

1、女性政治家少。政治领域中女性领导数量很少说明女性天生就不适合从政，不适合担任高级的女性领导岗位。

2、政策规定女人比男人早退休 5 年，这说明女性身体不好，智力也不如男性，所以工作年限适宜比较短。

3、确实有一些职业适合女性，一些职业适合男性，看看现实生活中的情况便知道。比如，幼儿园老师便是女性居多，科学家便是男性居多。

4、女性大多在职业分层较低的领域，这说明她们的能力确实不如男性。

说明:

上述观点都是错误的。这些现象恰恰是不平等的社会性别机制建构的结果，而不是女性自身原因带来的。女性是这个机制的受害者。

社会系统地将女性排斥在高的职业领域、挤压到低的职业领域。比如：在性别平等做得好的国家，女性成为政治家的比例并不低，甚至政府首脑都是女性，并且将国家领导得非常好。

休息

热身

推荐热身活动

融化的冰山

规则:

将组员按 5-8 人分成一组，把同小组数目相等的毯子或报纸放在地上。邀请每组站在不同的毯子或报纸上。然后，带领者说明毯子或报纸是一座正在融化的冰山，每次以减少一半面积的速度融化。

看看组员如何在面积越来越小的毯子或报纸上站住，并且双脚不能接触毯子或报纸以外的地面。

说明:

这是一个学习团队合作、紧密配合的过程。必须的身体亲密也使人心更加亲近。

环节二 辩论赛

目标： 通过一些经典案例的辩论，帮助组员进一步认识“性别不友好职场”的表现形式，从而思考“性别友好职场”应该是什么样的。

建议时间： 90 分钟

活动:

带领者：下面是一些牵涉女性在职场中处境的案例。这些案例都真实发生过。我介绍完每个案例之后，请大家分成“支持”、“反对”两个小组进行角色扮演，分别陈述支持或反对的观点进行辩论。可以依你的真实观点分队，也可以并不是你的真实观点，只是为了配合辩论而分成对立的两个小组。但无论如何，当你选择一个立场之后，就要努力站到持那个立场的人的视角来思考。

案例 1：面包店老板的规定

德国有一家面包店，生意做得很红火。老板做出了一个规定：女性不得上夜班。但是，上夜班的收入远远高于上白班。于是，有女性雇员控告老板的上述规定是性别歧视。

你对于老板的规定，支持，还是反对？为什么？

说明：

支持的观点可能包括：这样规定是保护女性的健康，女性的身体更弱，上夜班熬夜对她们更不好；女性晚上不回家影响带孩子，不利于亲子关系，影响孩子健康成长；女性承担很多繁重的家务，再上夜班对她们伤害太大；女性上夜班走夜路，增加了受到性侵犯的危险。总之，这一规定是保护女性。

反对的观点可能是：面包店老板的用意可能是好的。但是，却在事实上伤害了女性，属于“善意歧视”。这个规定的前提假设是：女性的健康不如男人；女性要比男性承担更多的家务和照顾孩子的工作，男性不需要做这些；女性一定比男性体弱、胆小，不如男性那样有能力抗拒夜间不法之徒的侵犯；……

带领者适时点睛：面包店老板的规定属于“保护性歧视”，正是这样的“善意”将女性推到社会的弱势处境。应该尊重每个女性的自我选择权，认识到“个体差异大于群体差异”，即：两个女人间的差异远大于男人和女人作为两个群体间的差异。女性应该有权利自主地决定是否上夜班，不应该通过一个规定将女性排斥在夜班的职场之外。

带领者：生活中还有许多类似的“保护性歧视”，你能例举出哪些？

说明：

很多这类“保护性歧视”，比如：煤矿中不雇佣女性，至少是不让女性下井作业；规定女性早退休，名义是让她们有时间回家做家务、照看孩子；老年妇女不能骑三轮车，以避免交通意外……带领者可以请组员更多例举此类案例，并且分享观点。

案例 2：某厂的养老金制度

还是在德国。一家大企业出台了一项附加的奖励性的养老金新规定，即在原养老金基本上新增加的养老金。按这项规定，在本企业连续做满全日制 15 年可以享受此养老金。但是，另外一个情况是，按国家规定女性生育后享有为期一年的哺乳假，每天半天。即：绝大多数女性入职后有一年时间工作半日，要满足前述养老金规定中的“连续做满全日制 15 年”，便需要在休哺乳假后重新累计。

为此，一位女员工将企业告上法庭，认为这项养老金规定涉嫌性别歧视。

对于德国这家企业的奖励性养老金规定，你支持还是反对？

说明：

支持的一方可能的观点包括：这是企业自己规定的奖励性的养老金，是附加的，专用来奖励连续做满全日制 15 年的员工的，所以这样奖励没有问题；女员工歇了一年半日制的哺乳假，已经得到“福利”了，不应该两个“福利”都享受；女员工享受半日哺乳假后，绝大多数也可以连续工作超过 15 年才退休，所以对绝大多数继续在这个企业工作的女员工不构成影响。

反对的一方可能的观点包括：附加的奖励与必须的奖励，都应该遵循性别平等原则，企业自身的行为也不能侵犯女性的权益；女性哺乳是她们对家庭和社会做出的贡献，哺乳假不

是对她们的“奖赏”，更不是什么“福利”，恰恰体现了她们同时承担职业和哺乳工作的艰辛；这项规定本身是不公平的，即使绝大多数女员工事实上不受影响，也无法掩盖这项规定本身对女性的无视与歧视；……

带领者应该引导大家认识到，反对的观点是正确的。

案例 3：只给女性的补贴

2002年，还是德国的一个案子。一位妇女选择从事某个原本完全没有女性从事的个体工匠业，政府给其一万欧元补贴。一位同样从事该个体工匠业的男子不服气，诉诸法律，认为法律对男人有性别歧视。

你支持这位男子的诉讼吗？

说明：

支持的观点可能包括：既然强调男女平等，对男人也应该平等。如果给女性补贴，当然也应该给男性同样的补贴。

反对的观点可能包括：政府给这位女性的补贴的重要背景是，她选择了一个从来没有女性从事的个体工匠业。女性在这个职业领域处于弱势，政府的补贴是为了帮助处于弱势的女性度过难关，也是为了鼓励、支持更多女性从事这一职业，从而打破职业的性别僵界。

带领者应该引导大家认识到，反对的观点是正确的。

案例 4：空姐的招聘启示

某航空公司的招聘启示是这样写的：女性，未婚，大专以上学历，年龄不超过 23 周岁，英语四级，身体健康，五官端正，体形匀称，气质良好，身高 162-172 厘米，双眼矫正视力 0.5 以上。

仔细看看这个启示中有哪些歧视，你是支持，还是反对？

说明：

支持的观点可能包括：这样没有任何问题，年轻貌美是对“空姐”的基本要求，无关歧视。

反对的观点可能包括：上述招聘启示中的要求，有哪几条是胜任空中服务的工作所必须具备的呢？如果不具备便无法提供空中的服务，如送餐饮？基于这个观点，上述启示涉嫌多项歧视，只招女性是性别歧视，未婚是婚姻歧视。此外还有：学历歧视、年龄歧视、健康歧视、外貌歧视、身高歧视、近视眼歧视……

带领者不必给出一个答案，但可以引导组员深入思考：社会中习以为常的现象，是否便是公正合理的？就是没有歧视了吗？

案例 5：职场性骚扰案

1974 年，美国一家银行的一位女性银行经理助理控诉自己的上司、银行经理对自己进行性骚扰，法院判决当事人和银行均承担责任。银行感觉很委屈：经理的个人行为，为什么让银行承担责任。

对于银行承担责任的判决，你是支持，还是反对？

说明：

反对一方可能的观点包括：个人的事个人担责，与企业无关。

支持一方可能的观点包括：企业应该对自己员工的行为负责，比如：企业是否进行过

职场性别平等的教育？是否对预防和制止性骚扰有严格的规定？是否有对于受骚扰者安全、方便的举报机制？企业是否有社会性别平等的支持性环境？如果没有这一环境，即使有举报机制，受性侵犯者也会担心无法维护自己的权益。

带领者应该引导小组成员认识到：企业，特别是企业的管理者，应该对于本企业中的性别不平等现象承担责任，企业应该致力于建设性别平等的企业文化。

说明：

带领者可以依据小组的辩论情况决定使用几个案例。如果时间紧，可以少使用，但鼓励深入辩论。如果时间充裕，则可以多辩论几个案例，帮助组员进一步深化性别意识，更好地成长。

作业：

想一想：如果你发现自己的上司或同事性骚扰女同事，你怎么办？

我们可以理解你不想影响职场中的人际关系，甚至丢掉工作。但是，你也不应该对性别暴力保持沉默。所以，你需要慎重考虑，做出一个决定。

第十七次 职场好伙伴（2）

如果说前面一次活动更多是从理念探讨职场中的性别歧视，那么这次活动，则更多带领小组成员通过倾听职场女性的声音、分享身边的职场歧视现象，形成在职场中作一个女性的好伙伴，共筑性别友好职场环境的态度和能力。

环节一 不对性骚扰保持沉默

目标：培养小组成员不对职场性骚扰保持沉默的态度，形成“说不”的能力。

建议时间：40 分钟

活动：

分享上次小组活动结束时布置的作业，讨论各自对职场性骚扰“说不”的策略，哪些可取，哪些需要改进。

说明：

每个人的职场环境是不同的，每个人自身的个性和能力也是不同的，带领者应该尊重不同小组成员选择对性骚扰“说不”的方式。同时，提示大家：不只是对职场性骚扰“说不”，应该对遇到的性别暴力都坚决“说不”。

环节二 倾听她的声音

目标：

建议时间：60 分钟

活动：

邀请 1 — 3 位女性员工，围绕职场中的性别歧视谈谈她们期待的职场环境，包括：性别友好的招聘、录用和晋升，平等的人际关系，没有性骚扰的职场环境，等等。

说明：

邀请的人员不在于多，重要的是有经验与认识可以分享，最好是能够充分展示职场中性别歧视带给女性的压力和伤害。

鼓励小组男性聆听她们的声音，并且发表自己的看法。

这里可能会有观点冲突，重要的是分享，不是争论。

休息

热身

推荐热身活动

暴雨

规则

带领者请小组成员站好，告诉他们闭上眼睛，然后说：暴雨将至。

请大家用他们的手掌轻轻拍着大腿，要求他们再用力一些，接着用更快的速度拍大腿。过了一会儿，再轻轻地拍，直到安静下来代表暴风雨已经过去。

这过程便是模拟暴雨来临的过程：首先风把树叶吹的哗哗响，然后小雨开始了，接着是大雨，雨渐渐小了，最后雨停了，一片平静。

说明：

这个热身活动有助于放松身心。

环节三 制定规划

目标：通过职场环境的模拟再现、角色表演、制度规划，帮助组员规划好自己未来在职场中实践性别平等的计划。

建议时间：60 分钟

活动：

步骤 1：角色扮演

小组成员分组，每个组 6 人左右，假设是一个公司，进行角色分配，其中一部分组员扮演女性。“女性组员”结合自己真实的职场经验，提出一些公司中存在的性别不合理现象，以及改进的建议。扮演老板和男同事的组员，可以表达不同意见，也可以有人选择支持女组员及其建议。

女性组员应该争取到公司所有人的同意，共同制定一份本公司的职场规范。

步骤 2：分享

角色扮演结束后，小组派代表分享小组活动中，“女性”是如何维护自己的利益的，“性别友好男性”是如何支持她们的；介绍小组制定的职场规范，特别是其中的女性的职场位置、她们的权利如何体现等。

小组成员分享活动过程中的收获。

步骤 3：行动计划

小组成员根据自己的职场角色，分享今后在职场可以做点什么来促进性别平等。

说明

我们这两次活动在讨论“职场好伙伴”的时候，更多是从女性权益的角度切入。其实，职场的性别平等不只涉及到女性，还涉及到其他的性与性别少数，如同性恋者、跨性别者、双性人，等等。带领者可以提示小组成员，我们的目标是致力于建设包括性与性别少数在内的性别平等的职场环境。

作业

结合你所工作的场所存在的性别不平等的实际情况，写一份促进性别平等的建议，给有关的决策者。

第十八—十九次 社区倡导

组织小组成员作一次社区倡导活动，宣传男性参与。目的在于帮助小组成员学习如何将自己在小组活动中的实践，应用到现实生活中，用来帮助他人。

环节一：事先准备

目标：在社区中宣传男性参与的理念，推动男性参与。

建议时间：依据实际需要。

活动：

事先联系好一个或多个社区，规划社区宣传倡导的方案。全部组员在一起，分工协助，挖掘自己擅长的优势和社会资源，与社区需求对接，开展社区服务活动。这个活动也可以请组员发动自己的家人一起参与，但是整个参与过程应以男性组员为主。

环节二：具体实施

目标：落实制定的方案。

建议时间：150 分钟左右

活动：

具体活动的内容，可以结合社区需求制定。

供选方案：

1、海报张贴、答问。可以设计宣传性别平等、男性参与家庭事务、促进亲密关系、反对性别暴力等主题的宣传海报在社区张贴，并且现场答问，分享男性参与的理念与经验；

2、电影放映、讨论。可以组织一次电影沙龙，放映一部与男性参与有关的电影，然后引导观影者讨论男性参与的议题，提升觉悟；

3、演讲、分享。组织一次报告会，组员们分享自己参与“全参与型好男人团辅小组”中的收获，分享自己对于男性参与的理解与实践。

环节三：经验分享

目标：总结社区倡导活动的收获、得失，未来的努力方向。

建议时间：90 分钟左右

活动：

小组成员一起：

- 分享参与社区公益活动中发生的难忘经历；
- 分享参与社区公益活动的感受和经验；
- 提出未来参与公益活动的设想。

说明：

社区活动的实施可能需要多次小组活动完成。为了行文方便，我们将其列在一起。具体操作时需要几次小组活动，因人因事而异，但至少可能需要二次。所以，我们这里按二次活动规划。

“环节一”可以分散在小组后期的各次活动中，也可以专门组织一二次活动，来讨论、规划这次倡导活动。更多的可能是需要组员利用自己的时间去联系社区、进行交流。

“环节二”肯定需要一次独立的活动。

“环节三”的经验分享，可以根据小组的情况，安排在社区倡导的当天进行，如在晚餐时进行，也可以另行组织一次活动，也可以同小组的最后一次活动相结合。

作业：

写一篇分享社区倡导活动的文章，发表在微博、微信等自媒体上。这本身便是一次倡导活动。

第二十次 成长无止境

这是小组的最后一次活动，本次活动的目标是总结、分享小组的收获，规划小组成员未来继续保持联系、相互支持的方式，鼓励小组成员成为白丝带志愿者，将小组中学习的理念和行为传播出去。

环节一 问题盒

目标：

给小组成员一次机会，解决未完成的困惑。在集体讨论和分享的过程中，所有人都有所提高。

所需材料：

纸，笔，盒子

建议时间：60 分钟

活动：

步骤 1：

带领者说明，这将是最后一次小组活动了，大家可以利用这个时间解决没有解决的问题，以及分享和联谊。

带领者给每位组员发一张纸，请他们写下对于小组各项主题仍然有的困扰，或未完成的疑惑。然后，请放到事先准备好的一个盒子里。可以匿名。

步骤 2:

小组成员随意抽取盒子里的一张纸，试着回答纸上的问题，大家可以补充自己的观点。如果正好抽到自己写的困惑，也可以交给别人回答。

带领者小结:

虽然我们在小组的活动中学习很多，但是，社会性别意识的学习与人的全面成长，肯定不是一天就形成的，还需要在现实中不断学习和成长。

休息

热身

推荐热身活动

穿针引线

规则:

将所有学员分组，将同一根线穿过每组的每一个人衣服上大致相同位置的钮扣孔，完成后，此组学员跑一段距离，线未断即可过关，否则重来。

说明:

这一活动着重在表示组员将继续链接在一起。

环节二 男人的网

目标:

成员们回味在小组活动期内的经验，分享收获，温习曾经学习的内容。鼓励成员们在小组结束后继续保持交流，并且将小组的理念向外传递。

所需材料:

一卷白色丝带

建议时间: 40 分钟

活动

带领者请要求小组成员围成一圈，让每个人完成下列短语，同时将白丝带绕在自己的手腕上:

- “我最喜欢的整个小组活动是……”
- “小组中最意想不到的事情……”
- “我从小组中的收获是……”
- “我感到自豪的是……”
- “我回家后会坚持做的是……”
- “我未竟的遗憾是……”
- ……

一旦每个人都完成上面的内容，白丝带便将每个人联系在了一起，一个“全参与男人”的网络便形成了。解释这个网络就代表了本组经验的总结，他们是如何连接的，以及现在每个人都因此获得了一个新的男人的定义。

将白丝带剪断，做成手链给每个小组成员做纪念。

带领者和他们分享白丝带运动的理念，欢迎他们加入中国白丝带志愿者网络，报名邮箱：bsd4000110391@163.com

鼓励小组周期结束后大家继续保持联系，在组员遇到困难的时刻，本小组可以为组员们提供情感支持。大家交换联系方式。

环节三 推广

目标

鼓励组员们在社区、工作场所、亲友圈等地方，分享他们在小组中学习到的理念和行为方式，带动其他男性成为一个“全参与型”的伴侣和父亲。

建议时间：40分钟

活动：

小组成员座谈如何在自己工作场所、生活社区、朋友圈分享他们在小组中学到的态度与技能。

带领者向小组成员强调：小组成员如果能够在社区中分享他们学到的东西，将可能促进改变社会规范，更大程度促使男性参与家庭事务；即使只有一个人因为他们的分享而对男性在家庭领域的角色的态度有所改变，哪怕只是一点点，也是非常有益的。更何况，公领域的性别平等，也必然因此而逐步改变。

结束小组活动

小组效果评估表

为了评估男性们在参与团辅前后在知识、态度和行为方面的改变，有必要在小组开始前，以及小组结束后，分别利用下面的评估表进行评估。小组结束后的评估，应该安排在小组结束至少三个月后再进行，这样有助于显示出小组的真实影响。

下面这些表格从不同的侧面进行考察，可以有选择地使用。

性别平等的男性态度

态度	完全同意	部分同意	不同意
女人最重要的角色是照顾家庭以及回家给家人做饭			
女人有时候太絮叨，活该被打			
换尿布、洗澡、喂孩子，这些都是母亲的责任			
男人在家里拥有最后决定权			
丈夫脾气不好或工作失意、醉酒时，打妻子，妻子应该为了家庭和谐容忍丈夫			
如果有人侮辱我，我会保护我的声誉，如果我不得不这样做的话			
男人一定要事业成功，尽可能多赚钱，否则就是失败的男人			

家庭劳务分担

以下任务你和你的伴侣如何分配?	一切都是我做	通常是我做	平分或一起做	通常伴侣做	一切都是伴侣做	不适用
A. 洗涤衣服						
B. 购买食品						
C. 做饭						
D. 打扫房子						
E. 维修家电等						

你满意这种分工吗?	非常满意..... 1 相当满意..... 2 不满意..... 3 不清楚..... 4
你认为你的伴侣满意吗?	非常满意..... 1 相当满意..... 2 不满意..... 3 不清楚..... 4

性关系

<p>你能描述一下你和伴侣的性关系吗？</p>	<p>非常满意..... 1 满足.....2 或多或少满足.....3 有点不满意.....4 很不满意.....5</p>
<p>你和对方都找到了彼此在性关系中的偏好吗？</p>	<p>是的..... 1 有时..... 2 没有..... 3</p>
<p>你对你们发生性关系的频率满意吗？</p>	<p>非常满意..... 1 满足..... 2 或多或少满足..... 3 有点不满意..... 4 很不满意..... 5</p>

家庭资金管理

<p>谁计划每月的家庭支出费用？</p>	<p>伴侣 1 我 2</p>
<p>每月家庭支出你和家庭成员讨论吗？</p>	<p>是的..... 1 没有.....2</p>
<p>你的家庭成员（妻子和子女）了解这些支出吗？</p>	<p>是的..... 1 没有.....2</p>

谁在你的家庭中有最后的 财政决定权？	自己	妻子 或伴侣	自己和妻子/ 伴侣联合	其他人	其他人和你联 合	没人
食品和服装	1	2	3	4	5	99
大的投资，如房子或购买家 用电器（电视，卫星天线）	1	2	3	4	5	99
孩子教育	1	2	3	4	5	99

产前陪伴

在最近的产前检查中 你陪着你的伴侣了 吗？	我不知道如果她有产前检查..... 1 她没有去产前检查..... 2 是的，我每次都去..... 3 是的，我去过几次..... 4 没有去过..... 5
-----------------------------	---

亲子关系

你有孩子吗？	是的..... 1 没有..... 2 如果是的话，继续下一个问题
以下陈述你选择哪 个？ “有一个男孩比有一 个女孩更幸运。”	我强烈同意..... 1 我有点同意..... 2 我有点不同意..... 3 我坚决不同意..... 4
以下陈述你选择哪 个？ “我目前在为我孩子 们的未来计划。”	我强烈同意..... 1 我有点同意..... 2 我有点不同意..... 3 我坚决不同意..... 4

以下情况适用于你的日常生活吗？	是的	不是	不知道
A 和工作相比，我花了太少的时间陪我的孩子			
B. 我的主要责任是提供我的家人好生活的经济保障			
C 在照顾孩子们方面，我的角色大多是作为辅助			
D 如果为了陪伴孩子我愿意减少工作			

子女关系	很少或绝不	有时	一周几次	每天
A 你经常在家陪孩子玩吗？				
B 你经常为你的孩子做饭？				
C 你经常洗你的孩子的尿布吗（婴儿）？				
D 你经常与你的孩子谈论问题？				
E 你经常为孩子们洗衣服吗？				
F 你经常与你的家庭成员讨论重要事项吗？				
G 你经常见到你孩子的教师吗？				
H 你经常帮助你的孩子检查作业吗？				

你了解儿童营养？	非常了解.....	1
	了解有些知识.....	2
	有些不知情.....	3
	知识都不了解.....	4

关系和暴力

	不确定…	从来没有	一次	超过一次
你有没有用拳头或别的物品打过伴侣， 或向她扔东西，或者伤害了她？				
你有没有曾经推搡或撞过伴侣？				
你有没有咒骂过伴侣？				
你有没有威胁过伴侣？				
你有没有限制过伴侣的人身自由，比如 不让她和朋友一起去玩？				
你有没有故意毁坏伴侣最珍贵的东西， 或伤害她的宠物？				
你有没有限制她支配金钱的权利？				

《男人独白》（《阴茎独白》）全剧本

编剧：方刚

（编号为 2018 年北京首场演出时不同演员的标识）

第一幕 序

群（不同的语调）：

1：男人（困惑语气）

2：男人（怀疑语气）

3：男人（嘲讽语气）

4：男人（肯定语气）

5：男人（朝气蓬勃的语气）

6：男人（微笑状）

7：男人（沉思状）

10：男人（激动状）

9：男人（骄傲状）

10：男人（大声肯定状）

2 号：男人的象征物是什么

群：阴茎

（笑）

1 号：平时人们管阴茎叫什么？

3：鸟

4：水壶

5：命根子

6：鸡巴

7：阳具

10：屌

9：男人那活儿

10：就叫阴茎

……

4 号：你记忆中最早的有关阴茎的故事，是什么时候，什么情况？

5：两岁的时候，摸着舒服。

6：幼儿园小便，有女生歪头看。

7：小学时上厕所，被同学扒裤子……

群：校园欺凌。

10：10岁时，看它在不断长大，有些骄傲……

9：11岁时，记忆中第一次自慰

3：12岁时，觉得它很恶心，想切了

10：13岁时，和别的男生比大小

……

第二幕 型号

上场演员：2、3、4

2号：

上厕所的时候，

在浴室的时候，

我会偷瞄一眼别人的阴茎

遇到比我大的，便心里堵得慌

遇到比我小的，感觉空气都变得清新了

3号：

做爱的时候，我会问她：我的阴茎和别的男人比怎么样？

有时，女人会说：你的是最大的！我会更爱她。

有时，女人会说：还可以，都差不多，比这个有什么意思……我便不出声了

有时，女人会说：中小号吧。我立即觉得她变丑了，不想再上她。

有时，不等问，女人便会以惊叹的表情和语气说：好大！

那天，我会做得更激情。

有个女人告诉我，她遇到过一个男人，做了半天，她都不知道他已经插入了……

这就是传说中的牙签男吗？（蔑笑，同时带点自傲）

我觉得那天自己像吃了壮阳药，做得更有激情。

7号（台下）：

我想知道，对于女人来说，型号到底重不重要？

2：不大怎能爽？！

3：女人在丰乳，男人在壮根！

4：大小不重要，重要的是你怎么用它。

7号（台下）：

据说自慰可以使阴茎变大？

自慰不是会伤身体吗？

2：小撸怡情，大撸伤身。

3：自慰不会过度。过度就做不了，能做就没有过度。

4: 自慰最大的坏处，是你对自慰有害的担心。

2 号:

我爱我的阴茎，从小到大，它一直是我的伙伴，玩伴，玩具。

心情不好时，玩弄它，心情就会好起来。

心情好时，玩弄它，

群男（2、3、4）:

仿佛成仙！

第三幕 约会强奸

上场演员：1 号

大二时，我有了女朋友。

我们在一起的每时每刻，都非常开心，快乐。我非常幸福。

唯一的一个遗憾是，我几次试探要和她做爱，她都婉拒了。

谈了三个月恋爱，临近期末，我终于想出了一个办法。

那天，我对她说：你看，快考试了，要多复习功课，可宿舍 11 点就熄灯了。这样吧，今天晚上咱俩去宾馆开房刷夜吧。

她很爽快地就答应了。我心中乐开了花。

我想，她一定懂的，一对恋人去宾馆开房，怎么可能真是只复习功课呢，肯定是要发生性关系的。她这么爽快地同意去，就是同意和我做爱了。

那天晚上，她却坚定地反抗。

我以为她是害羞，说“不”，其实是不好意思说“是”。

她仍然不同意，说没准备好，说不想这样。

我说，你同意开房，却不同意做爱？

她说，你不是说，开房是为了复习功课吗？

她竟然真的以为是为了复习功课！

我们在床上纠缠着，你拉我扯，她说：我来月经了，

我不信，伸手摸向她那里，果然，隔着裤子，我摸到了硬梆梆的纸……

那一瞬间，我硬梆梆的阴茎软了……

一个星期之后，我算了算，她的月经结束了，现在还是安全期，

又对她说：我们今天晚上开房吧，一起复习功课，

我想，上一次我已经告诉她了，男女朋友开房的意思就是去做爱。所以，如果她这次同意开房，就是同意和我做爱了。

她又爽快地同意了。

我开心极了。

但是，那天晚上，她又拒绝了我。

她说：上次我已经说了，我理解的开房就是真的要复习功课。

我说，上次我也说了，复习功课只是开房的借口，开房就是为了做爱。

坦白说，我很生气。我觉得她耍了我。

我苦劝：这都什么时代了，上床就这么难吗？你看咱班那些有男女朋友的，哪个没有上过床？她仍然拒绝，说她受的教育不是这样的。
我觉得是她不够爱我，对我三心二意。
我们是纠缠了一夜，我一次次发起攻击，她一次次拼命抗拒我的攻击，
我的阴茎一直在勃起，涨得痛痛的，我是一个正常的男人，我的阴茎必须得到满足，它不听我的控制，否则，我的阴茎和我都会很痛苦。
最终，在天快亮的时候，我终于攻破她的防线，强行插入了她。
当她被我控制做的时候，我感到一种征服者的快乐。

我的阴茎进入她身体的一瞬间，我感觉到狂喜的浪潮袭卷全身。她，终于是我的了。
阴茎的插入，仿佛在她的身体上盖了一个章，贴了一个标签，标示着我的主权。
如果人生有一种成功，这就是一种成功，我，占有了她，她，是我的了！
那时，兴奋的我忽视了，她绝望的表情，眼角滚过的泪水，以及一丝仇恨的眼神……

转天，离开酒店，她一路走在前面，看也不看我。
我收到她的最后一条微信是：你强奸了我，我无法原谅你，我们分手了。
我回复哄她，她却已经拉黑了我。
那之后，她一直回避见我。在校园里，我拦住她，她恶狠狠地说：你如果再纠缠我，我就告你强奸。
这个女人很不可思议，我们是恋人，做爱是正常的，我怎么就成了强奸犯呢？
我也懒得再理她了。

几年后，我结婚了。
又过了两年，我有了一个女儿。
一天，我看着快乐玩耍的女儿，想：如果我女儿将来的男朋友，强行要和她发生性关系……
仅仅是这样想的时候，我便怒火中烧了。我恨恨地喊出：强奸犯！
那一瞬间，我想到了几年前，宾馆中的那个不眠之夜，我和我的前女友，还有她鄙夷地对我喝斥的样子：我告你强奸！
我立即羞愧难当……
同样一件事，想象发生在我的女儿身上，我怒不可挡，而我自己，却做了同样的事情对我的前女友，别人的女儿……
我开始思考。
慢慢的，我意识到，我当年做的，是约会强奸。
不是我的阴茎不听我的控制，是我毁掉了我的爱情。
强奸她的时候，我满足的是我的控制欲、占有欲、征服欲，唯独没有爱情。
我以为我爱她，却不懂得尊重她的选择。

不久前有一次同学聚会，
我因为怕见她，羞愧得没有去。
我曾想过请求她的原谅，但是，我觉得我没有资格请求原谅，过去的伤害发生了，也不可能消除。
我只希望这样的故事不要再不断发生……今年的年轻男孩子，不要再重复我当年的错误，也不要再重新体会我今天的内疚与自责……

第四幕 性爱

上场演员： 2、3、4、6 号

街访。（1号）

你用什么姿式做爱?不同的姿式，会让你有什么不同的感受?

2号：

当然是男上位。我在主宰整个过程。我的阴茎像一把剑插入。我在“上”她，我在“干”她。我的理想曾是这一生“干”过 100 个女人。没想到我四十岁就实现了这个理想，这太容易了。所以，我现在的理想是“干” 200 个女人。

群：咦!!（起哄）

1号：（对观众）其实他只是被 200 个女人干了一轮而已。或者，他为 200 个女人服务过。得意什么呀！

7号（台下）：

为什么不是 1000 个？

2号：要循序渐进，避免一下子目标太高，实现不了，有挫败感。

1号：（对观众）他还挺照顾自己情绪的。

3、4号同上

街访。（1号）

你用什么姿式做爱?不同的姿式，会让你有什么不同的感受?

3号：

我喜欢后入式。就是俗成狗趴式。

这种姿式，让我有一种征服感。我会看着阴茎一下下很勇猛地侵入，会让我感觉很兴奋。

群：咦!!（起哄）

4号：

我喜欢女上位。感觉她是在给我服务。

她在动，我在休息。

群：咦!!（起哄）

1号：

（对观众）看来无论是上是下，他们都是在为自己爽。

那么，你们会给女人人口吗？

（以下三人快速接话）

2号：愿意，但是，那里味道不好，所以我就不愿意了。

3号：没生过孩子的，我可以给她口。生过的，就不愿意了。

4号：如果是所谓名器，我就愿意。

三位演讲定格。1号从时间中走出来的感觉。

1号：（对观众）

调查显示，男人很重视性。性是男人实现自我价值的重要手段。异性恋男人在和女人的性关系中，更多支配、主宰，视自己为占有者、获得者，而不是平等的伙伴。

男人通过赚钱和性能力来炫耀自己。

如果性能力不行，就格外炫耀事业成功，赚钱多。如果赚钱多，在性能力上就不再那么没有自信地强调了。比如，世界首富比尔盖茨便勇敢地将他的公司取名叫“微软”。

男人每次射精平均只有3秒钟，假设一人男人每周射2次，从18岁射到88岁，一辈子累加起来也只有10多个小时

但这10多个小时对于男人来说是如此重要，男人为了这10多个小时，一生孜孜以求，辛苦操劳，绞尽脑汁，锐意进取，拼搏向上……

唉，男人呀！

第五幕 避孕

上场演员：

2号、5、7、9号

2：你和女朋友做爱的时候，会戴套吗？

5：你知道什么叫隔靴搔痒吗？

7：你知道什么叫戴着手套扣鼻孔吗？

9：你知道什么叫穿着棉袄洗澡吗？

齐：你知道什么叫……什么叫不爽吗？

2：可是，怀孕了，不是会更不爽吗？

哦，明白了，那时不爽的不是这帮男人们了……

（5、7、9走到舞台角落处，侧过身去）

2号：

大学三年级的时候，我交了一个女朋友，

我还清楚地记得那天，我们在校外开房，她说，她正在排卵期，让我戴套，我说，我不会射在里面，她看我急急的样子，脸上露出一丝疼息的表情，便没有再强求，我确实没有射在里面，但是，她还是怀孕了……

（沉默几秒钟，表情痛楚，反思）

那次人流，留下了我们人生中最痛苦的一笔，但是，我们当时都没有意识到。临近考试，因为年轻，因为不想别人知道，人流后她完全没有休息，便去上课，熬夜复习功课，虽然偶尔隐隐地有些腹痛，也不是特别在意。几年后，我们结婚了，一直没有怀孕生孩子，去检查，才知道，当初人流后没有休息好，子宫和附件没有恢复好，造成了慢性盆腔炎，受精卵不容易着床。

不容易着床，还是可以着床，但增加了危险性。

婚后第三年，她终于怀孕了，我们都非常兴奋。但是就在确定怀孕的第二周，她开始出现了腹痛和阴部流血的情况，我们到一家三甲医院做了3次检查，都没有查出问题。事实上这时已经耽误了。

她腹疼得实在受不了了，我们到市妇幼保健院检查，当场确认是宫外孕，而且已经破裂出血，情况危急。为了保命，必须切掉左侧输卵管。

于是她失去一条输卵管。

但是恶梦并没有离我们远去。

妇幼的专家说她这样的情况，如果想怀孕，机率会很低，建议做试管婴儿。

万般无奈，我们接受了这个建议，她开始了打激素，促进排卵。

然而就在这个过程中，她又怀孕了。

这一次，厄运依然没有离开她，还是宫外孕，还是破裂出血……

于是，她失去了最后一根输卵管。

医院里，我24小时陪着她，我知道这一切都是我造成的，看着她受苦受罪，我痛不欲生，万般自责。

如果读大学时，我使用了安全套，她没有意外怀孕，没有得慢性盆腔炎，这一切可能都不会发生……

我流着眼泪照顾我，心疼地跟她说“太折磨人了，咱们不要孩子了。”她抱着我，我们泪如雨下。

但是我太太还是太想拥有我们的孩子了，于是等手术出院后，她再次注射大量的黄体酮，身材发胖、走样在所不惜。但是最痛苦的并不是这些，而是取卵的过程。

不能打麻药，那个长长的冰冷的针头直接从她的肚皮扎进去，而这样的痛，她经历了四次。还好，终于在第四次受精成功。

怀孕的过程也是一个极度煎熬的过程。她一直吐到怀孕5个多月，吃什么吐什么，感觉当时简直没有人样。怀孕到7个月时，又有少量阴道流血，到医院一检查是前置胎盘。在36周的时候大出血，立即剖腹产，最终迎来了我们的孩子。

所幸，孩子身体是健康的，但是，可能因为孕前注射了太多激素，孩子从出生开始到现在1岁多，皮肤一直有严重的湿疹，……

后来，我和妻子开办了关爱女性健康的企业，创办了我们的品牌，我将这个故事作为品牌故事，我们希望告诉男人们：关爱你的伴侣，从使用安全套做起。

第六幕 男性气质

上场演员：1-10号，全上

10：今天我们来讨论，什么是“纯爷们儿”？
或者，“男人”应该有什么特征？

众人齐说：

- 1：刚阳
- 2：勇敢
- 3：成功
- 4：支配
- 5：主宰
- 6：好色
- 7：理性
- 4：信念坚定的
- 9：自立的
- 1：独立的
- 2：负责的
- 3：个性强
- 4：有力量
- 5：有竞争心
- 6：有雄心
- 7：逻辑性强
- 8：有管理能力
- 9：有泪不轻弹
- 1：轻伤不下火线
- 2：重性轻情
- 3：有钱
- 4：爱运动
-

2：还有一个词：果断

10：你们是否都符合这些特征？
（沉默）

10：不符合的时候，你会被骂作什么？

1：娘娘腔

- 2: 二尾子
 - 3: 假男人
 - 4: 娘泡
 - 5: 我被说成“婆婆妈妈”，其实，只是我重要的事说三遍而已。
- 齐：还需要被骂吗？只需要问一个问题就可以了：

齐声：你还是一个男人吗？！

第七幕 跨性别

本场讲述的，是演员 高垒 真实的人生故事。

上场演员：3号

喵喵……

我小的时候，爸爸会因为一点小事就对我妈妈发火，打我妈妈。他不做任何家务，暴饮暴食无度，我11岁时，他去世了。这些点滴，都让我对传统的男性气质，逐渐反思。

“你不像个男人！娘娘腔！丢人！你没长鸡巴吧？！”我很小的时候，就有人这样说我。

从中学到大学毕业，我越来越质疑传统的男性角色。

虽然我长着阴茎，但我一次次问自己：我为什么一定要做这个男人？男人为什么一定是要这个样子？

我开始探索性别的多种可能。

慢慢的，我不再认可“男人”这个标签，我称自己为“酷儿”，拒绝被归类为任何一种性别。

我喜欢自己拥有的猛男的肌肉，也喜欢穿粉红色系的女装；我的内心有一大半是女人，但与此同时，我对我当下的身体，我的阴茎，也并不排斥。我不想当所谓的淑女，我穿不惯高跟鞋，只喜欢运动鞋。

我既能干各种粗活又特别爱喵喵叫撒娇，等等，不也是一样的道理吗？

这时候，所谓的性别，你觉得，我应该是什么？

当我穿着自己最喜欢的粉红色系的短裙，走在街上时，每次都会吸引整条街的目光。

大家仿佛在围观一个青面獠牙、三头六臂的怪物，神情带着几分猎奇、几分戏弄，还有一两分的防范，似乎担心浑身肌肉却穿着露肉短裙的我，会突然汪汪汪地扑上去咬人……

对我来说，穿着、举止像个男人或者女人，没有一定之规，也不需要刻意认同什么，不需要刻意让自己隶属于某个单一的、排他的性别阵营。

就像我日常吃饭，既爱吃欧式的面包、咖啡和炸鸡，也爱吃肠粉和椰子鸡，对泰国菜、韩国菜、日本菜，都很喜欢。

那么，我还给自己的“饮食表达”、“饮食气质”，贴上什么标签？

男女二元、非此即彼的性别划分，根本不适合我。
我，是性别酷儿！
我，就是我自己！

第八幕 同性恋恐惧

上场演员：4号

入大学的第一天，我认识了阿宝。他们同一个宿舍，他是我的上铺。
我们是好哥们儿，无话不谈，形影不离。
他和我谈过同性恋的话题，我很坚决地说：我们不能歧视别人。他表现得很高兴。
有一天，他对我说，他就是同性恋，男朋友在另一所大学。
我说：你知道的，我不歧视。
他说：知道，所以才敢对你说，你是我的铁哥们儿。
但是，但是，……你们能想象吗，
阿宝拍我的肩膀，我忽然感觉发痒。我第一次感觉不自在。
我甚至觉得，我们并排走在一起，我走路的姿式都不自然了。
我这是怎么了？
我不歧视同性恋呀。同性恋和异性恋一样。我是2018年的大学生，这些我都懂。
我担心他对我有想法？不会的，他有男友，而我们只是普通的哥们儿。
我担心别人怀疑我和他是同性恋？没有，他又没对别的同学出柜，而且我也不在意别人的态度。
我担心自己受他影响变成同性恋？更不是，我没有蠢到那个地步。
我没有同性恋恐惧者常有的那些担心，
但是，我就是觉得哪不对劲儿。
忽然，我明白了，这就是同性恋恐惧呀！
我以为我完全不歧视同性恋了，但是，远没有真正做到平等看待，
我终于深刻地体会到，原来对同性恋的恐惧无处不在。
当同性恋只是一个名词的时候，我们每个人都可以说：我不歧视。
但是，当你身边真的出现一个同性恋者的时候，才是考验你的时候。
明白了这些，我发现，我和阿宝相处的时候，又恢复原态了，
我不再感到不自在，
我认识到了自己的不足，我便已经成长了。
我紧紧地搂着阿宝的肩，向前走！

第九幕 阳萎

上场演员：1-6号

9号：大家好，欢迎来到阳萎小组……

2号：

等等，阳萎小组太难听了，咱能不能叫ED小组，听着洋气，……

群：就是……

9：好，我们ED小组……谁愿意先分享自己的ED故事？

6号：

我！

我的故事是这样的。

那天，我成功地约到一个炮。进了宾馆房间，她便突然扑到我的身上，开始扒我的衣服。这原本是我的规定动作，让她给做了。我瞬间凌乱了。

更麻烦的是，我感到阴茎不能勃起了。

她发现了我的无能，一脸鄙夷：就你这样的，还出来玩？

我无地自容，恨不能找个地缝钻进去。

那天，我百般努力，都没有成功。

我永远忘不了她那鄙夷的眼神。

更可怕的是，那天之后，我发现自己竟然完全不能勃起了。

原本和女朋友在一起会做的好好的，竟然也不行了。

我知道，症结在她那里。

我认定：哪里跌倒，就要在哪里爬起来。

我又约她。但是，她不来。我反复央求，她终于来了。

但是，我还是不行……

那之后，我便成了一个彻底的阳萎患者……

3号：

你犯的最大的错误，就是认为应该“哪里跌倒，哪里爬起来”，

其实，人生应该是：哪里跌倒，换个地方爬起来。

4号：

我的故事和他相反。我是遇到了一个爱我的女人，而且我也做得非常棒。

但是，有一次做爱的时候，她忽然叫着说：你是我遇到的所有男人中，最棒的……

（沉默二秒，表情配合）

她到底遇到过多少个男人呀。

那之后，我就阳萎了。

1 号:

每次做爱的时候，我都会想：千万不要阳痿，千万不要阳痿，千万不要阳痿……

于是，我就阳痿了

其实我清楚，我越是想着让自己强，我越可能不强。而如果我完全忽视对自己性表现的关注，专注于享受性爱本身，我通常反而会很强，

但是，我总是做不到不让自己去想，不让自己去看自己……

5 号:

我偶尔出轨的时候很棒，只是和伴侣在一起的时候阳痿……

2 号:

我和伴侣在一起的时候很棒，出轨的时候才阳痿……

3 号:

我的情况是：我看了一篇写阳痿的小说，觉得阳痿好恐怖，就吓阳痿了……

阴茎，曾是令我骄傲的伸缩自如的魔棒。

但有一天，它不再自如地伸张，而总是缩成一团，像一只斗败的公鸡，

我看到它萎靡不振的样子，便很生气，

我很想抽打它，又舍不得。

1: 打自己的肯定舍不得，我们可以……

齐: 打别人的。

9 号:

我们越担心阳痿……ED，我们便越 ED。

问题是：我们为什么会这么担心自己“不行”？

阴茎的勃起、性的能力，真的是衡量一个男人价值的标准吗？

而且，迟早有一天，每个男人都将 ED，那时，我们又用什么来评价自己的？

……

（全体沉思状）

第十幕 家暴施暴者

本场讲述的，是白丝带志愿者顾伟真实的人生故事。

上场演员：5 号

今年 35 岁的我，和各位分享自己从一个“直男癌”转变成一个推崇性别平等“暖男”的历程。

16 岁，6 月初高考完，需要选择学校时，我有我的选择，而母亲却一直是那句：“是你的决

定，等今后不要怨我们”，一直叨叨的这句话，让我十分烦躁，我的拳头挥向母亲的眼角。一旁的父亲拉也拉不住。
父亲对我一顿咒骂，我并不服气，为什么呢？

原因是：平日父亲和母亲吵架，经常用侮辱性的词去贬低她，我的 2 位叔叔，包括我的父亲和他人起冲突时，也是用拳头说话。为什么我使用了这个技能，却要批评训斥呢？

25 岁，工作后，母亲老是抱怨我找不到对象，不如同村的人，等等，当我不想听这些叨叨时，便使用了拳头暴力，使其闭嘴。

28 岁，我认识了我的妻子，并登记结婚，当时职场上略有成就的我，经常以“救世主”的姿态，去“指导”和“要求”妻子，而当在日常工作中受了些下级埋怨，我却忍着把怨气背回了家，把一切言语的攻击抛向同样工作一天辛劳的妻子，她默默地承受着。
有时，我的语言攻击升级成了“暴力拳脚”，并且频次和伤害程度越来越高，她还是默默地忍受着：

29 岁，我当爸爸了。
随着孩子慢慢长大，所谓的工作压力大，让我挥动拳头的频次越来越高，力量也越发的大。

30 岁，终于，婚姻这面镜子被击碎了，我们分居了，随之而来的就是法院离婚程序，一审未离。

在一审、二审之间的那一年，分居的我，开始思考我是不是真的有病？为什么对自己的母亲，对自己的爱人会暴力相待，我在外面是“好好先生”，回家后却是一个崇尚暴力的恶棍呢？我想知道其中根源。

很偶然，我了解到了白丝带志愿者组织，接触到了白丝带反暴力热线 4000-110-391，电话那端具备专业辅导能力的老师用言语一点一点分析了 my 的意识，观念，行为。

慢慢的，我有能力与之前那只无形的“魔手”去较量。

在拨打热线的过程中，我了解到，我是被划为施暴者这类人群。
我认识到，孩子妈妈选择离开我是正确的，因为假如我没意识到暴力的根源，最终会有 2 种极端结果：1.我暴力把孩子母亲打死；2.孩子妈妈在某一天因无法忍受暴力，把我给杀了。

随着知识和认识的增进，我把自己剖析了，我是属于习得暴力，社会、家庭还有对成功男人的定义，让我对女性抱有鄙视贬低的态度；尚威猛阳刚，男人可以牺牲家庭时间换取职务晋升等等。

二审的时候，我同意了离婚。我想给她机会，也给我自己机会。

2015 年，我参加了白丝带负责人方刚老师组织的“男德班”，也就是“好伴侣好父亲：男性成长工作坊”，三天的工作坊，我不断深入灵魂深处，反思自己的过程。

我知道我可以努力改变，放弃暴力，从头开始。

我报名成为一名白丝带志愿者，宣誓不使用暴力，并且不对暴力保持沉默。

我学独立照顾孩子，学会了网上为小宝买鞋子衣服，还会搭配，我还学习了烘焙，报名参加素食烹饪班，并且主动要求将工作职务降低等级，虽然薪资会有所减少，可我获得了双休。

我有更多的时间可以用来陪伴孩子。我明白，即使月入千万，住别墅开豪车，但家庭的温暖是买不来的。

现在，我和孩子妈妈住在同一小区，孩子在双方家庭的时间也并非如当初法院给的每周末 2 天去孩子妈妈那里。现状是各半。大人虽然分离了，但我们对孩子的爱没有任何衰减，于我而言，更是百倍的增加。

孩子曾问我：为什么爸爸不和妈妈住在一起？

我告诉他：因为爸爸打了妈妈，爸爸这样做是错误的，妈妈受了伤害，所以要离婚，保护自己。妈妈是对的，男人永远不应该打女人。

孩子妈妈今年和我在微信上说：假若你真能改好，我还会跟你过。

我知道，这个自我改变的过程挑战很大，我不希望有一天旧病复发。

我让她给我 5 年时间，5 年内我会不断学习和成长，如果 5 年后我确认自己已经彻底放弃暴力，去掉了内心的暴力因子，我会再向她第二次求婚！



第十一幕 做家务，带孩子

上场演员：2号

多年前，我看到一个研究结论：男人做家务，短寿。

我一直很好奇这个研究是如何做出来的。

有两种可能。

一种可能是，到殡仪馆，统计死亡男人的年龄，再问家属：他生前是否做家务？从而完成对比分析。

另一种可能是：看到谁家男人做家务，就静静地观察等待，看他什么时候死。

男人做家务死得早，没有科学依据。

洗衣洗碗，接触含有有害化学物质的洗涤液体，但是，女人做家务更多，同理推理，女性也应该死亡早呀。

厨房做饭有油烟，开排风扇有噪音，会影响健康。但是，男女同样一视同仁呀，没道理做家务的男性死得早。

如果上述研究结论正确，只有一种可能：做家务的男人，可能是失业的男人，是不得已做家务的男人，他并不接受和认同自己的角色，一边做家务一边很郁闷地想：我一个大男人，竟然做家务，我混成什么样子了，我还算是一个有阴茎的男人吗，我真给男人丢脸，我的人生真失败，我这样的人活着有什么意思……他这样想着，积郁成疾，就……死了。

也就是说，做家务的男人死得早，不是因为他们做家务死的，而是因为无法接受自己做家务这件事死的。

如果男人很喜欢做家务，乐于做家务，会怎么样呢？

不久前，我又看到一个研究：做家务的男人，长寿。

好吧，我更喜欢这个研究。

做家务的男人自己喜欢做家务，做饭、洗衣、带孩子，让他们感到快乐。

做家务的时候，放松身心，远离职场的争名逐利，连血压都会降低，

伴侣也更爱这样的男人，家庭更和睦，心情愉快，

家庭和睦促进健康，

所以，他们长寿。

男同胞们，为了活得长，回家做家务吧！

第十二幕 尾声

上场演员：1-10 所有人

群（不同的语调，齐说）

1：男人（困惑语气）

2：男人（怀疑语气）

3：男人（嘲讽语气）

4：男人（肯定语气）

5：男人（朝气蓬勃的语气）

- 6: 男人（微笑状）
- 7: 男人（沉思状）
- 10 人（激动状）
- 9: 男人（骄傲状）
- 10: 男人（大声肯定状）

1:
男人的象征物
不是阴茎

2:
男人的骄傲
不是勃起

3:
男人的代名词
不是暴力

4:
好男人，不等于阳刚、霸权

5:
好男人，不等于粗犷、暴力

6:
好男人，不等于有泪不轻弹

7:
好男人，不等于必须性活跃

10:
好男人，不等于必须赚钱多

9:
好男人，反思霸权，从我做起

10:
好男人，体贴伴侣，多做家务

1:
好男人，承担责任，照顾孩子

2:
好男人，积极行动，拒绝暴力

3:
好男人，尊重多元，倡导平等

4:
暴力带不来伴侣对我的尊重

5:
责任可以

6:

暴力带不来孩子对我的亲情

7:

付出可以

10:

暴力带不来良好的亲密关系

9:

爱可以

10:

暴力带不来和谐的家庭生活

1:

承担可以

2:

暴力带不来我想要的人生

3:

改变男人，可以！

1-10:

我是男人，

我是男人，

我是男人，

我是男人，

我是男人，

我是男人，

我是男人，

我是男人，

我是男人，

我是男人，

我是男人！

10:

从今天起，

我将成为白丝带男性反对性别暴力运动的一份子，

我郑重宣誓：

齐：

我将不使用暴力，并且不对暴力保持沉默！

推动男性参与图书介绍

《男人的声音：16位性别平等男讲故事》

方刚、朱雪琴主编，中国社会科学出版社，2015年版



本书收入了16位各具特色的“性别平等男”的演讲稿。

男性参与的倡导者，可以使用此书组织读书会，带领男人们看到与主流男性气质不一样的男人的生命历程，从而启发他们思考男性气质的多样性，以及男性在推动性别平等过程中的责任与路径。

这16位“性别平等男”分别是：

1、研究性别平等的男学者

我作为性别平等主义者——心理学家陶勍恒的演讲

一个男人的解构与重构——性与性别专家方刚的演讲

让科学配上性别的翅膀——科学史研究专家刘兵的演讲

我如何成为一个支持女性主义的男人？——台湾性别研究学者洪文龙的演讲

2、反对针对妇女暴力的男性倡导者

推动性别平等，我的反家暴之路——反家暴的警察欧阳艳文的演讲

告别暴力，远离共谋——中国白丝带志愿者张智慧的演讲

3、从事传统女性社会分工的男人

一个幼教老师的自由平等之梦——幼儿园男老师王明荣的演讲

照顾家庭，我的乐趣——“家庭主夫”崔玉亮的演讲

犹豫着，前行着——中国第一个“本科男护士” 徐国彬的演讲

4、推动性别平等的男性实践者

从性别平等公益行动中找到自己——同志权益活动家魏建刚的演讲

透过同性恋身份，看社会不平等——男同志杜若的演讲

5、性别酷儿

我是酷儿，我以此为荣——“酷儿”高垒的演讲

我的短裙，我的“美性”人生——裙装“酷儿”曹靖的演讲

与女同公益同行——不当双性恋的“酷儿”小曹的演讲

改变我的性别，我可以——男变女的依依的演讲

《做全参与型好男人——男性气质与男性参与》

方刚著，中国社会科学出版社，2015年版

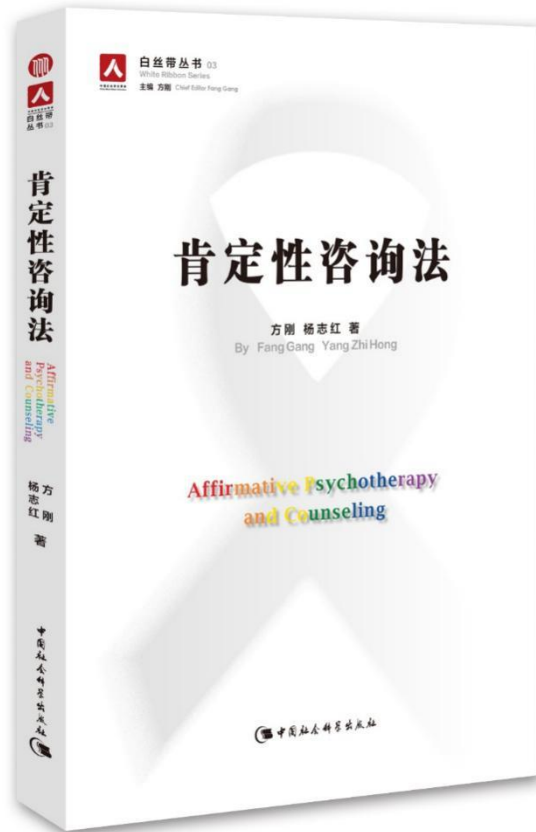
本书收录了作者思考男性气质、男性参与的 50 多篇文章，分为如下几组：“认识男性气质”、“男性气质视角下的男性参与”、“男性参与的意义、现状与推动策略”、“反思生活中的男性角色”、“认清性别暴力”、“做一名白丝带志愿者”六部分。

有兴趣男性参与的人士，可以通过阅读此书对男性气质、男性参与、性别暴力有全面、深入的理论把握，更有助于开展未来的工作。



《肯定性咨询法》

方刚、杨志红著，中国社会科学出版社 2015 年版



这是一本针对同性恋、跨性别人群进行肯定性心理咨询的介绍书，对当事人采取支持、接纳的态度，而不再是主流心理学界的“扭转疗法”。

写作本书的意图，是为了给咨询师提供一本方便的指南，同时体现来自性与性别少数社群的主体声音。

有志于在 LGBT 领域推动反歧视的心理咨询师，可以使用此书进行心理咨询。

书的目录如下：

第一章 性与性别少数的误解与真相

第 1 节 相关名词解释

第 2 节 关于同性恋的误解与真相

第 3 节 关于跨性别的误解与真相

第二章 性与性别少数扭转疗法评述

- 第 1 节 认识性与性别少数扭转疗法
- 第 2 节 如何对待寻求扭转治疗的来访者

- 第三章 性与性别少数心理健康观念的演变
 - 第 1 节 同性恋罪行化到正常化的过程
 - 第 2 节 中国同性恋心理咨询理念的演变
 - 第 3 节 跨性别“治疗”观念的改变

- 第四章 性与性别少数肯定性咨询法
 - 第 1 节 认识肯定性咨询法
 - 第 2 节 如何成为肯定性咨询法的咨询师
 - 第 3 节 性与性别少数肯定性咨询法的实施

- 第五章 支持肯定性咨询的相关理论
 - 第 1 节 女权主义理论与肯定性咨询
 - 第 2 节 性人权理论与肯定性咨询
 - 第 3 节 酷儿理论与肯定性咨询
 - 第 4 节 多元文化咨询理论与肯定性咨询

- 第六章 身份认同咨询
 - 第 1 节 同性恋者身份认同概述
 - 第 2 节 跨性别者身份认同概述
 - 第 3 节 污名化对身份认同的影响
 - 第 4 节 身份认同有关的心理咨询要点

- 第七章 出柜咨询
 - 第 1 节 认识出柜
 - 第 2 节 出柜咨询的总体态度
 - 第 3 节 向父母出柜的咨询
 - 第 4 节 其它类型的出柜咨询

- 第八章 亲密伴侣关系咨询（1）
 - 第 1 节 影响性与性别少数伴侣关系的因素
 - 第 2 节 伴侣关系咨询常见问题及注意事项

- 第九章 亲密伴侣关系咨询（2）：伴侣暴力咨询
 - 第 1 节 性与性别少数亲密伴侣暴力与分析
 - 第 2 节 性与性别少数亲密伴侣暴力的咨询建议

- 第十章 性生活咨询
 - 第 1 节 性与性别少数人群性生活失谐的表现
 - 第 2 节 性与性别少数性爱和谐咨询注意事项

- 第十一章 职业咨询

第1节 性与性别少数职业决策的影响因素

第2节 性与性别少数的职业咨询

第十二章 物质滥用咨询

第1节 物质滥用及其影响因素

第2节 性与性别少数社群的物质滥用咨询

第十三章 其它咨询

第1节 性与性别少数中的青少年

第2节 形婚

第3节 同妻同夫

第十四章 建构肯定性咨询的未来

第1节 性与性别少数肯定性咨询师的咨询能力

第2节 肯定性咨询法的教育与培训

《亲密关系如何伤害我们——性别暴力的94个案例》

陈亚亚主编，中国社会科学出版社，2016年版



每个人都想建立幸福美满的亲密关系，是什么妨碍了我们？

94个性别暴力的个案，从不同角度告诉我们，我们的亲密关系是如何被伤害的。

许多时候，我们自己便是暴力的施暴者或受暴者，但自己并不知道。我们的亲密关系却正在因此受损。

本书帮助我们认识到性别暴力的多样性，深入理解性别暴力，从而学习走出暴力，建立良性的亲密关系。

本书的故事性极强，致力于推动男性参与、反对性别暴力的倡导者，可以使用此书组织读书会、故事会，组织大家讨论书听故事，逐步提升对于性别暴力的认识与态度。

本书包括如下几辑：

丈夫对妻子的暴力：受暴妻子的求助故事

丈夫对妻子的暴力：施暴丈夫的求助故事

妻子对丈夫的暴力

亲子关系暴力

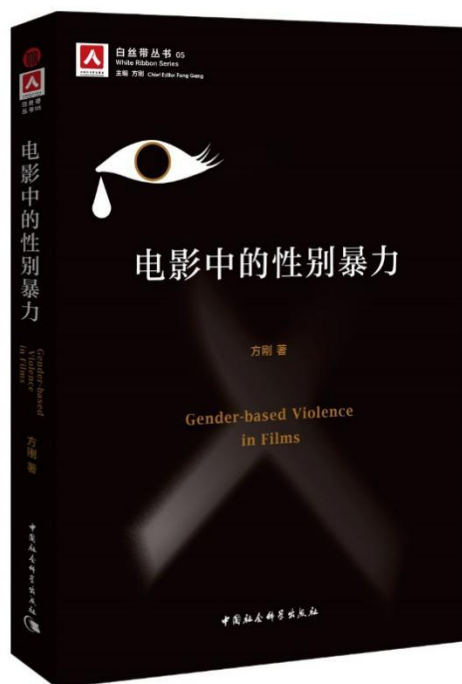
恋爱关系暴力

涉及性少数的暴力

性骚扰与强奸

《电影中的性别暴力》

方刚著，中国社会科学出版社，2016年版



比起来正襟危坐的宣讲，通过电影进行讨论、分享，更有助于被受众所接受。

本书选取 64 部广受欢迎的电影，对其中反映出的性别暴力进行分析，增进受众性别暴力知识，培养反对性别暴力的态度。

影片被分为 11 组，涉及性别暴力的方方面面：培养暴力的社会、伴侣暴力、代际间的家庭暴力、性暴力、校园性别暴力、职场性别暴力、战争中的性别暴力、恐同恐跨暴力、其它性别暴力、对性别暴力的麻木、对性别暴力的反抗。

本书可以作为反暴力人士进行社区宣传时的工具，比如组织放电影的活动，然后在本书的引导下讨论这部电影；本书也可以作为各级学校老师进行电影教学、学生进行社团活动时的参考资料。

为方便读者了解本书推荐及进行解读的电影，我们将全书目录收入于此：

第一辑 培养暴力的社会

- 《白丝带》：你，在教给孩子暴力
- 《不道德的审判》：悔过与宽恕
- 《杀人回忆》：专制体制下的警察暴力
- 《薄荷糖》：培养施暴者的社会

第二辑 伴侣暴力

- 《天水围的夜与雾》：男性气质焦虑下的家庭暴力
- 《万箭穿心》：家庭暴力让我们“万箭穿心”
- 《杀夫》：家庭暴力与“贞操暴力”的合谋
- 《金福南杀人事件始末》：沉默，即是暴力
- 《苏菲的选择》：多重父权压迫下的受暴者
- 《消失的爱人》：渣男与女神：主流社会流行的版本
- 《与敌共眠》：你拥有你自己
- 《忍无可忍》：“侠女复仇记”

第三辑 代际间的家庭暴力

- 《处女之死》：爱而不会爱，是暴力
- 《美国田园下的罪恶》：针对临时家庭成员的暴力
- 《晨曦中的女孩》：沉默就是纵容
- 《白色上帝》：警惕对孩子的精神暴力
- 《39 号案件》：暴力儿童的背后
- 《蝴蝶效应》：赋权，是避免性侵犯的不二法门
- 《好妈妈》：性教育，还是性暴力？
- 《被控者》：“性侵兽父”？没那么简单
- 《武侠》：控制不是“爱”，是暴力

第四辑 性暴力

- 《聚焦》：体制性的庇护，何以成为可能？
- 《控诉》：强奸，不只是性侵犯
- 《神秘肌肤》：同样的性，不同样的思考
- 《圣诞玫瑰》：一起性侵污告案引发的思考
- 《如果树知道》：对性的羞耻感，是沉默的根本原因

《狩猎》：小心反性侵话语的非理性扩张
《妈妈别哭》：女儿受性侵，这位妈妈做错了
《素媛》：性侵受害者，应该得到怎样的帮助？
《房间》：对内心的“房间”说“再见”
《可爱的骨头》：时间，可以长出新的骨头
《水果硬糖》：“无知少女”复仇记
《绿洲》：不要剥夺残障者的性权利
《白日焰火》：被忽视的性侵暴力

第五辑 校园性别暴力

《牯岭街少年杀人事件》：反复上演的历史悲剧
《熔炉》：压抑中的愤懑，在警醒我们
《绯闻计划》：谣言带出来的暴力
《致命校园》：表面的校园暴力，背后的父权制
《十三棵泡桐》：校园性别暴力背后的体制力量
《裂缝》：校园暴力的多样呈现
《不能说的夏天》：“红卫兵”式的维权，要不得！

第六辑 职场性别暴力

《北国性骚扰》：女性的权益，是靠斗争得到的
《叛逆性骚扰》：男人也受性骚扰

第七辑 战争中的性别暴力

《柏林的女人们》：女人，战争中最大的受害者
《告密者》：你准备好“不保持沉默”了吗？
《金陵十三钗》：被强奸仍是好女孩儿

第八辑 恐同恐跨暴力

《天佑鲍比》：接纳你的孩子，不要为虎作倀
《模仿游戏》：对于性倾向暴力，同样要“零容忍”
《断背山》：谋杀是恐同暴力最极端的表现
《神秘河》：被性侵后，不需要这么悲观
《男孩不哭》：针对跨性别者的性别暴力

第九辑 其它性别暴力

《沙漠之花》：割礼的“文化传统”不能侵犯人权
《盲山》：拐卖妇女背后的父权制
《西西里的美丽传说》：围绕美色的性别暴力
《菊豆》：礼教的暴力
《少女》：谣言也是一种暴力

第十辑 对性别暴力的麻木

《被嫌弃的松子的一生》：对伴侣暴力的容忍害了她一生
《狗镇》：我们每个人内心都有暴力的种子

《青春残酷物语》：对暴力的麻木与纵容

第十一辑 对性别暴力的反抗

《紫色》：女人、男人，都要从父权体制的压迫中解放

《珍爱人生》：珍爱人生，你终将走出暴力的禁锢

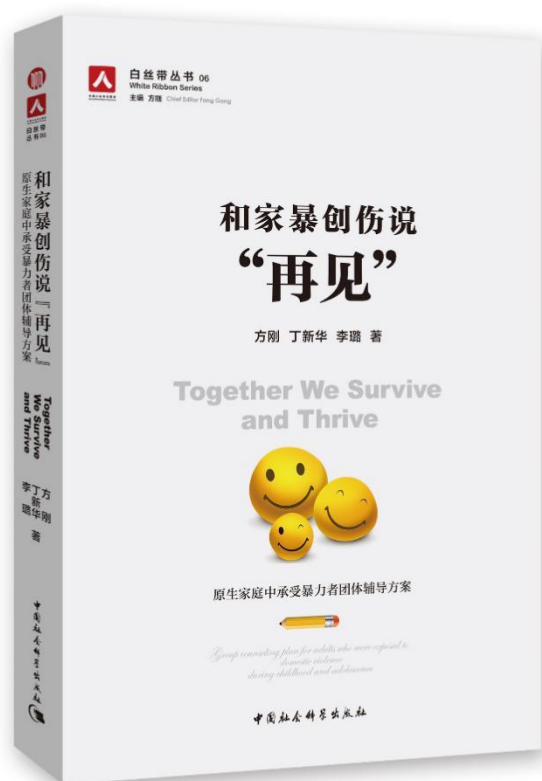
《末路狂花》：反父权不是反男人

《钢琴教师》：除了性，她没有别的武器

《少年宛得》：温情化解暴力

《和家暴创伤说“再见”：——原生家庭承受暴力者团辅手册》

方刚、丁新华、李璐著，中国社会科学出版社，2017年版



调查显示，50%以上的家庭存在着家庭暴力，即有 50%的未成年人在暴力环境中成长，他们中多数也直接受到来自父母的暴力。

目睹暴力本身便是对孩子的精神暴力，其它多种形式的精神暴力和以“管教”为名的肢体暴力一样，伤害着孩子们的身心健康，可能影响其一生。在一些家庭中，还存在着针对孩子的其它形式的家庭暴力，如性暴力……

中国白丝带志愿者网络项目创办了“原生家庭中目击与承受家庭暴力者团辅小组”，在两期小组实践的基础上，三易其稿，完成这本团辅手册。

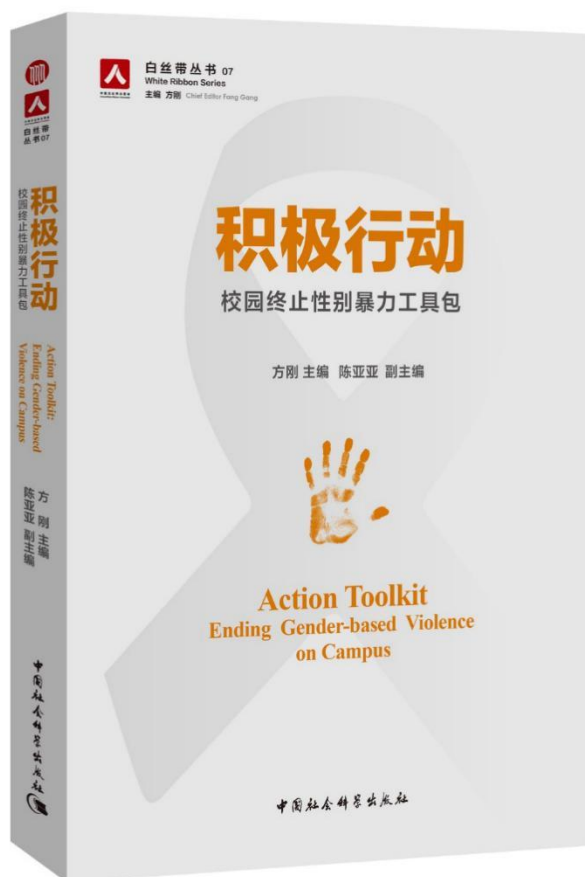
本书将帮助相关当事人，走出家暴创伤的阴影，学习开展良性的亲密关系。

它不仅适合团辅工作者使用，也适合在原生家庭中经历暴力者自我学习、成长。

作为附录收入本书的“性别暴力热线咨询手册”，除提出性别暴力热线咨询的总体原则，还分别针对家庭暴力受暴者、施暴者、目击者、重要他人，以及性侵犯的受暴人、施暴人、受性侵孩子的家长，分别提出了热线咨询的建议。这同样非常方便反暴力的心理工作者使用。

《积极行动：校园反对性别暴力教育工具包》

方刚主编，中国社会科学出版社，2017年版



本书方便使用者在校园内对性别暴力当事人进行干预。

为了方便读者了解此书收入的“工具”的全貌，我们将全书目录发布于此。

第一编 教育者学习材料

- 1、校园如何进行反对性别暴力的教育
- 2、性别暴力内涵及其新扩展

- 3、校园性别暴力：新的定义与新的研究视角
- 4、校园白丝带，我们可以做什么
- 5、电影教学：《超脱》
- 6、电影教学：《放牛班的春天》

第二编家长教育

- 7、阅读材料：父母如何帮助受暴孩子
 - 10、电影教学：《妈妈别哭》
 - 11、电影教学：《地球上的星星》

第三编心理咨询工具

- 8、遭受性暴力学生团体心理辅导设计方案
- 9、小学校园暴力施暴学生团体心理辅导设计方案
 - 10、中学校园施暴学生团体心理辅导设计方案
 - 11、家庭暴力目击学生团体心理辅导设计方案
 - 12、家暴家庭学生团体心理辅导方案 1
 - 13、家暴家庭学生团体心理辅导方案 2
 - 14、校园性别暴力叙事取向团体干预方案
 - 15、性别暴力创伤咨询方法介绍：消除恐惧法

第四编同伴教育者培训手册

- 16、认识我们的性别
- 17、校园里的性别暴力
- 18、亲密关系中的性别暴力
- 19、同伴教育的带领者培训
- 20、同伴教育系列活动设计

第五编绘本教学

- 21、纸袋公主
 - 22、公主不都一个样
 - 23、女孩靠边
 - 24、爸爸，你爱我吗
 - 25、朱家故事
 - 26、不要随便亲我
 - 27、绝对不能保守的秘密

第六编教案设计

- 28、性别、身体与权力
- 29、全面了解性别暴力
- 30、应对校园性别暴力（1）
- 31、应对校园性别暴力（2）
- 32、对待校园性别暴力的态度和策略
- 33、对校园性别暴力说“no”
- 34、受过暴力，天空仍然是蓝色的

- 35、我的身体我做主
- 36、恰当应对性骚扰
- 37、受到性侵害，怎么办
- 38、暴露者
- 39、建立反性骚扰的校园环境
- 40、校园安全地图
- 41、亲密关系：从暴力到尊重
- 42、拒绝约会暴力
- 43、认识家庭暴力
- 44、认识恐同
- 45、不再恐同恐跨 1
- 46、不再恐同恐跨 2
- 47、理解受暴者的感受
- 48、真正的朋友什么样
- 49、我会表达我自己
- 50、互帮互助力量大

第七编电影教学

- 51、《花木兰》
- 52、《高跟鞋》
- 53、《十三棵泡桐》
- 54、《天水围的夜与雾》
- 55、《素媛》
- 56、《狩猎》

第八编活动设计

- 57、学习应对网络性别暴力
- 58、网络自媒体创建指南
- 59、性别暴力微视频制作展演策划
- 60、性别暴力知识竞赛策划及参考题库
- 61、快速测验你的知识
- 62、校园性别暴力课题调研
- 63、读红楼梦，认识校园性别暴力
- 64、非虚构创意写作课
- 65、校园性别暴力剧场
- 66、校园反对性别暴力海报设计

第九编 PPT 与海报

- 67、教师课堂教学 PPT：认识与终止校园性别暴力
- 68、家长课堂教学 PPT：家庭暴力及其对孩子的伤害
- 69、家长课堂教学 PPT：《地球上的星星》赏析
- 70、中学教学 PPT：如何应对校园性别暴力
- 71、小学海报：对这些行为说“不”
- 72、中学海报：校园反对性别暴力海报设计

《让欺凌归“零”：终止校园欺凌工具包》

方刚主编，中国社会科学出版社，2018年版



本书方便使用者对校园欺凌，包括性别欺凌进行干预。

为了方便读者了解此书收入的“工具”的全貌，我们将全书目录发布于此。

导读：深入认识校园欺凌

第一编 教师培训方案

面对校园欺凌，教师可以这样做

和平缔造者活动方案

同伴支持计划活动方案

第二编 所有学生适用工具

教案设计：

认识校园欺凌

误解终结者

校园性与性别欺凌，你看清了吗

扎心了，键盘

反对校园欺凌

不做校园欺凌受害者

不做校园欺凌旁观者
修护受伤的心
每个人都是独一无二的
每个人都很了不起
相信自己
我爱集体中的每个人
学会交朋友
做情绪的主人
学会说“不”
讲座设计：
预防校园欺凌 从我做起
话剧设计：
蜕变
宿舍里的噩梦
蝴蝶效应
电影教学：
《所罗门的伪证》
《学校霸王》
《超人高校》
《贱女孩》
《本 X》
《韩公主》

第三编 被欺凌者适用工具

个体辅导设计：
引导被欺凌者正确归因
摆脱愤怒，平息情绪
学习榜样，自我成长
学习交朋友的技巧
行为训练
坚定地反驳欺凌者
树立自信、有效应对
应对网络欺凌
团体辅导方案：
遇见更好的自己

第四编 欺凌者适用工具

个体辅导设计：
改变不合理的认知行为习惯
检视不合理信念
激发和增强同理心
审视暴力行为带来的伤害
团体辅导方案：
“绿橄榄护卫队”

其它工具：

针对团伙欺凌的辅导

协同式问题解决法

第五编 家长适用工具

讲座设计：

不做制造暴力的家长

如何帮助受欺凌的孩子

如何改变欺凌他人的孩子

教育孩子不做旁观者

工作坊设计：

家长成长工作坊

电影教学：

《告白》

《猫头鹰幼儿性教育系列绘本》

方刚著，李凡等绘图，九州出版社，2020 年版



全套绘本包括 13 册，分别是《我从哪儿来》《我们的身体》《我的身体权》《不能骚扰别人》《我们的家庭》《我们的伙伴》《我们的性别》《女生也爱踢足球》《我教爸爸学游泳》《企鹅大眼萌》《小猫头鹰的故事》《爸爸妈妈不住在一起》。

13 个绘本是针对孩子进行性与性别教育的绝佳材料。

其中，《我教爸爸学游戏》倡导男性参与带孩子，《企鹅大眼萌》《小猫头鹰的故事》《爸爸妈妈不住在一起》直接是反家暴的主题。

绘本在喜闻乐见之中，将促进性别平等、反思性别刻板印象、反家暴的理念，植根于孩子的心中。

《好爸爸养育好孩子：全参与型父亲指南》，方刚著，知识产权出版社，2019 年版

一位父亲的育儿成长手记，18 年的陪伴。阅读的过程中，体验亲情的力量，也体验男性参与的魅力。

适合向大众推广，举办读书会分享等活动。



《小学生性教育教学工具包》，方刚、罗杨主编
《初中生性教育教学工具包》，王艺、方刚主编
《高中生性教育教学工具包》，方刚、王艺主编
知识产权出版社，2020年版

三本工具包，针对不同年龄的孩子进行性与性别教育，是教育者非常方便使用的材料。包括教案、电影教学、绘本教学、讲座等不同的形式。

按着赋权型性教育的理念，性别教育一直贯穿在所有性教育的内容中，同时又有专门设计的性别教育内容，包括反对性别暴力的教学内容。

从事推动男性参与、反对性别暴力的工作者，均可以从中找到适合的工具。



《中学性教育教案库》，方刚主编，中国人民大学出版社，2015年版

中学性教育的工具包，总计 100 多个教案，其中包括大量关于性别平等、男性参与、反对性别暴力的教案设计。



《电影性教育读本》，方刚主编，中国人民大学出版社，2014年版

对 80 多部电影，从性教育角度进行解读。电影分别适用于从幼儿园到大学的不同阶段。

其中包括大量社会性别主题的电影，部分电影的解读与教学建议，涉及到男性参与、反对性别暴力的内容。



附录：

方刚口述史：亲历中国性与性别平等运动 20 年

说明：

2014 年，第四次世界妇女大会召开 20 年之前，中华女子学院进行了一个“妇女口述史”项目，方刚作为两位男性的“妇女活动家”被列入口述史访谈中。访谈由中华女子学院陈伟杰老师进行。

口述史原题为《弄潮儿向涛头立——方刚访谈录》，删节后收入到《记录她们 20 年的行动足迹——北京+20 妇女活动家访谈录（第 1 辑）》中，中国妇女出版社 2015 年版。

我们在此收入口述史全文，作为了解和理解男性参与运动的一个背景材料。文中照片也是访谈员陈伟杰老师在 2014 年选配的照片。

此口述史截止日期为 2014 年初，此后至今六年多时间里，男性参与运动又不断推进，可以参看本文最前面的十年总结稿。

访谈时间：2014 年 2 月 3 日 10:00-12:55 14:15-17:00

访谈地点：北京林业大学学研中心 1124 号房间

访谈对象：方刚

访谈人：陈伟杰

受访者简介

方刚，1968 年 4 月 10 日生于天津，早年从事博物馆讲解员、报社记者等工作，1995 年出版《同性恋在中国》等纪实文学，后从事自由写作，到 2002 年已经出版性与性别方面的专著 20 多部，其中包括讨论男性气质的《男人解放》；2002 年考入中国人民大学社会学系攻读硕士、博士学位；2005 年成立“男性解放学术沙龙”，探讨男性议题；2007 年博士毕业，进入北京林业大学人文社会科学学院心理学系从教，2008 年成立北京林业大学性与性别研究所，2009 年评为副教授；2010 年创办“白丝带男性终止性别暴力热线”；2012 年成为联合国秘书长“联合起来制止针对妇女暴力运动”男性领导人网络的第一名中国成员，2013 年成立中国白丝带志愿者网络。研究领域涉及性多元、性教育、男性气质、性别暴力，已经出版著作 50 余部。

患“缺爱综合症”的童年

我觉得我需要说得比较远一点，说到我对于女性主义，包括男性研究的兴趣，就要往前倒很久。我觉得每个人关注或者说热爱一项事业一定跟他生命成长过程中的很多东西有着非常密切的联系，除非他仅仅是当作工作而不是热爱它。那么对我来讲，性别研究是生命的一部分，和我的生命交织在一起的。所以，我必须回到早年的经历，这些对于理解我的工作都是非常有意义的。

对我来讲，如果做历史的回溯，我可以把它倒到我的幼年。我三岁时候，父亲自杀了，所以在我的生命当中，我的父亲是缺失的。我的家庭，基本上是一个黑五类的家庭。我的父亲是大右派，我的祖父又在 1949 年跑到了台湾，祖父是台湾国民党的高官，曾经是非常高

的官员，以至于到了八十年代末的时候，我们家人还都不能出国，出国进修都不允许。虽然他早在台湾退休了，但是有关部门了解他的身份。可以想到，在文革中，这样一个家庭背景，我的父亲就成为历次政治运动的老运动员。用当年的话讲，叫运动员，其实就是被斗的一个人。我三岁时他自杀了，我对他完全没有印象。在我整个成长过程中，我的母亲工作比较忙，她是一个设计师，工程的水电设计师。她在全国各地做工程，带着两个年幼的孩子，所以就聚少离多。像我长期和我的外祖母在一起生活，以至于呢，我的母亲有时候来看我的时候，我都管她叫阿姨，不知道她是谁。



方刚幼年的唯一全家福照片（摄于1970年秋）

整个这件事情对我的影响是，从我进入幼儿园的时候，我就一直很自我封闭，内心很自卑。我后来称自己是缺爱的环境下长大的，“缺爱综合症”的一个患者。进入幼儿园之后，就被同学欺负，也被老师欺负。所谓老师欺负，就属于那种她不待见你，不喜欢你，一直被漠视的孩子。我记得有一次，我们要表演兔子舞，孩子表演。她不找我，让别人表演，我们班就我一个没有表演。我想表演，我妈就跟她说，能不能让方刚也表演？幼儿园的老师说，我当时问他了，他说不表演。但是我完全没有她问过这个记忆。类似这样的。然后就到了上小学，也一直被同学欺负，被人打，但是不敢还手，因为从小没有爸爸。以至于别人骂我，那时候小孩骂人，“我是你爸爸”，我搞不清这个逻辑关系，然后我就说，“你是我爸爸！”他说，“对，对，我就是你爸爸。”（大笑）我就弄不明白这个人物关系。

我记得小学二年级的时候印象非常清楚的一次被欺负，就是1976年毛泽东死的转天。毛泽东死好像是一个周末，如果我没记错的是个周日。周日我们正在开运动会，当时我是在东北电力设计院，我妈是那儿的工程师。我在东北的电力设计院子弟小学，当天开运动会。运动会突然间半道停了，宣布说：伟大领袖毛主席去世了，就散了，就回家了。听那个广播，我不懂啊，就还跟原来一样。我妈说：“唉呀，这挺大的事。”转天早晨我就去上学了。那个时候呢，我八岁。其实我完全没有这个政治视角，我记得我跟同学一样的，说说笑笑，跟往常一样，很多同学在一起说笑。这时候班主任张老师推门进来了。那么多人说笑她看不到别人，她一眼看到我了。“方刚，你为什么在笑？你知道毛主席昨天去世了吗？你还在笑！”我一个八岁的孩子就搞不明白这关系啊，他死了和我笑有什么关系。然后就罚我站在教室前头。“你知道毛主席去世了你竟然还笑，你在这儿站着吧，处罚你。”然后我就一直站着。到课间的时候，班上同学半淘气半玩笑地押着方刚，批斗他。大家对批斗耳熟能详，那个时候都看过批斗，押着人，坐飞机。押着我在校园里，从教室里一直押下楼，我们的教室在二楼。围着那个操场游行了一圈。在我幼年的记忆当中，我们那个操场很大，但我成年后回去发现那操场其实很小。长春，我们那儿是长春。

又一个课间，上午三个课间嘛。我仍然被罚站在教室前面，等着上课。上课铃响，老师还没有来。站在前排的同学逗我：“方刚，笑一个！”我忍着不笑。“笑一个，笑一个！”我终于忍不住笑了。这个时候老师进来了，同学就报告：“报告老师，陈老师，方刚又笑了。”（大笑）“好！我叫他还敢笑！”她说，意思是进一步惩罚我。就这么着，中午大家都走了，那个老师也没让我走，还在那儿站着。那时饿的感觉不重要。我当时憋了一泡尿，我记得很清楚，憋了一泡尿。哎呀，急得我，憋得难受，我不敢出去，胆小。从小这个家庭没父亲，一直寄人篱下，我就变成了非常胆小懦弱的一个孩子，非常胆小懦弱。不敢出去，不敢尿尿，怕被人看到在楼道里。没人了，想去，但是那个厕所在楼下。我们那个教学楼很小，一个老旧的楼，在楼下，我想，跑到那个楼下的过程中如果万一老师上来怎么办？这时我已被转移到教师办公室罚站。我一看下不了楼，不敢下，怎么办？我就在那个办公室门后一个纸篓里，酣畅淋漓地解决了。当我成年之后回忆起来这件事情的时候，我觉得那是一个蛮具有象征意义的举动。这是小学的留下一个记忆。



初中时的方刚

我一直到了初中，总是莫名其妙被人打的那种孩子。下课了，不需要任何理由，同学过来在你后脑勺打一下。总之总是被打。我也不敢告诉老师，因为会换来更大的毒打，老师也欺负你。我记得我那中学班主任姓陈，经常打学生。其实当时一个学生能犯多大的错？上课说话，他也打你。一次，我上课说话，他一巴掌打过来，我本能一闪，这巴掌落空了，他回过手又一巴掌打我脸，我又是一闪，他又落空了。他很生气，他说你不许动，你还敢躲，你不许躲。我不敢躲了，啪啪，打两巴掌，这事儿就解决了，他就比较开心。

总之就一直觉得被欺负。我记得有一次上物理课，做实验，拿那种温度计，里头是水银的，那个老师上课的时候，他自己把那个温度表摔碎了。摔碎了就把那个玻璃碴子收走了，他下课走了，但是桌面就留了一些零散的水银，骨碌骨碌骨碌，那小孩很喜欢玩，我就去玩那个了，拿纸收着玩，这时班主任老师又进来了，他非认定就是我摔碎了这个。我说这不是我摔碎的呀，我说你问那老师去。他说：“你还敢顶嘴！”又打我一巴掌，也不去问那个物理老师。总之就是认定是我，在那儿玩，是我摔碎的，要我赔。当时好像很便宜，一毛多钱，如果没有记错的话，那个时候八十年代，这个说起来 1981 年、1982 年的时候，好像是吧。

嗯，就是很多这样不愉快的记忆，很多不愉快的记忆。

中学是在天津了。小学呢是在长春，然后到小学二年级的时候呢，就是1977年，我们就来了天津。在天津先读小学，读完小学呢又读中学，我其实在初一时我还是很爱学习的。学习还不错，我记得那时候第一次期中考试考了全班第七，我也挺高兴。班主任去家里家访，那时候老师好像都还是寒暑假去家里家访，看到我正在复习功课，转过脸来还很好地表扬我。但是我当时就特别想当英语科代表，没让我当，让我当政治科代表。没让我当英语科代表，后来我英语就很差，呵呵（笑）。但是后来到初二的时候呢，我也贪玩，那个时候跟我的妈妈不住在一起，因为我的妈妈住得很远，我为了上学近住在我奶奶家。小孩也贪玩，总之学习就越来越差。这是当时初中的一个经历。

基本上整个初中就是这样，被老师被同学欺负中过来的。小学基本上也是被老师被同学欺负中过来的。我记得小时候的事情就是这样，我觉得那几个老师都不是很好的老师，都不懂得教育。体罚非常常见。我记得二十几岁的时候，一个朋友在报社当记者，他们还有家长去反映说，我的孩子被体罚。那个报社记者说这不很常见吗？有什么可报道的？这不是新闻。现在不一样了，谁还敢打学生？疯掉了（笑）。那个时候老师打学生是很平常的。家长的话就是说，“随便打，你替我打他教育他”，就这样的话啊。我就这样在有点暴力的环境当中长大，一直是弱势。不光是打啊，像小学那种游街啊，那个就是游斗啊，毛泽东那次对我印象非常深，总之被欺负，各种欺负下长大。

这个对于我后来从事性别研究的意义在哪里，后面我会讲到。

书写同性恋

到了高中呢，突然间没人打我了。我的朋友说因为你个儿高了，他们不敢打你。我到高中有一米八了。其实我依然很弱，我内心很脆弱、自卑，非常自卑。一直到二十岁的时候，我在公共场合说话的时候还口吃。后来到我自己学了一些心理学，我才知道，哦，原来口吃和自卑有关系，然后我忽然一下就不口吃了。当时怎么也不会想到现在侃侃而谈，到处去靠说话赚钱（笑）。自卑下长大的孩子就想当作家，想写作。尤其是文学在八十年代特别受推崇。

我记得我五六岁的时候有一次听过广播提到鲁迅，我说这是谁？我的外祖母说这是一个作家。哇，我当时说我也想成为鲁迅，为什么？其实因为自己在自卑，想如果成一个广播里讲的名人多好。这个是潜意识的。因为我如果成为一个作家，也会像鲁迅那样的被人夸。

到了青春期，十四五岁的时候就非常想当作家了。为什么？如果说一开始仅仅是想着我被认可，我被人推崇，我成为一个名人，等等，那么到了十四五岁就是因为内心压抑得太多。所以说痛苦出作家。有的时候一个太幸福的人生，可能不会写出那种震撼心灵的作品，甚至不会想到要写作。我十四五岁的时候正好中国的八十年代，文学特别受推崇。任何一个省作家协会出的期刊都能在报刊亭抢售，所有报刊亭都是那什么黑龙江文学，哈尔滨文学，吉林文学，辽宁文学，都卖那种期刊，不像现在。

所以那个时候就开始写作。那个时候因为高考本来很难，所以媒体整天教育我们说榜上无名脚下有路，就是说你可以靠自学成才。告诉我们很多作家，像高尔基啊，那个年代推崇的作家，他们都没有过读大学的经历。所以我对读大学很嗤之以鼻。而且那个时候作家基本上也没读过大学，像我当时在天津，冯骥才，蒋子龙，最有名。冯骥才有没有读过大学不知道，蒋子龙是工人作家，那个时代受推崇的作家几乎全是工人作家，那个时代的产物。当时我就对读大学很不以为然，就整天在写小说，十三四岁就开始写小说。写学生生活，写中学生的更多一些。然后上写作函授班，当时很多这样的写作函授班，我觉得影响还是挺大的。然后呢，写诗歌，各种各样稀奇古怪的诗，少年“为赋新词强说愁”嘛。总之，别人在高考，我在写作。我到高中以后就已经不在原来那个学校了。新学校的班主任还不错，当时跟我说，

本来你是可以做分子的，就是高考录取率里那个分子，但是呢，你看你这样那就成了分母。就是本来可以考上大学的，但是你整天在写作，没有考上大学。但是我内心就有一个魔咒。我就觉得，榜上无名脚下有路。我当时的理想特别想进工厂，当一个工人，因为当时蒋子龙的文学传奇整天在影响着咱们。

那个时候还有大量的调查统计说作家来自于两个职业，一个职业是军人，一个职业是记者。我觉得我干不了军人，我可以干记者，但记者还是当不成。高中毕业后，正好有天津自然博物馆招讲解员，我就去应聘。我觉得讲解员的这个工作不错，我还可以读书。但我没有被录取，已经没有希望了。这个时候，突然间，这里头有件事情特别有趣（眼一亮）。已经录取的第一名，是个女生，政审不合格。为什么政审不合格呢？因为她在南开大学读书的时候怀孕了，被开除学籍。然后就要从后头提一个进来，我就被提进来了。我是一个既得利益者，哈哈（笑）。当时这件事情让我对那个女生的印象非常深。就因为在读大学的时候怀孕被开除了，开除了之后呢她去应聘讲解员考了个第一名，虽然各方面都很出色，结果又一次被伤害，不要她了，一政审就不要她了。这件事我印象很深。但是那个时候坦白讲都没有什么性别思考。作为讲解员的时候我就还是怀抱着自己的理想，要当作家嘛。

我觉得要想办法干记者。就开始写各种小新闻，从小新闻写起，然后就到处发稿了，20岁那年到处发稿。《天津工人报》有个老编辑特别欣赏我，就找我去做实习记者，后来我就去它的周末版做编辑。博物馆的工作，就停薪留职了。《天津工人报》给我发钱，我当记者。那个时候满脑子的理想还要当纯文学作家。我想通过当记者丰富人生阅历，然后当纯文学作家，这是我的理想。

1993年的一天，看一份报纸，报社嘛，各地的报纸都有。哇，当时有这么一小段，我们称为豆腐块儿，或者称为报屁股。北京，1993年的那个情人节，举办了一次同性恋者的沙龙。哇，这件事情，真有意思！记者还是要找新闻的，而且我在这之前已经开始写纪实了，我觉得我要不满足于写新闻，所以就利用工作之便开始写社会纪实，跟一个人合作写了四本书了，但还没出来。刚写完那四本书，看到这条新闻了。我觉得这个有意思，我要去采访。

做记者那几年对我蛮锻炼的，就是什么人都能找到，能够很好地采访，写作也锻炼出来了。这个对做社会学的访谈，很多益处。当时我25岁，我要采访同性恋。然后我通过各种渠道找，当时在天津也找到了。93年的同性恋，整个社会你能看得到的所有文字，全都说他们是病，他们是变态，甚至说他们是犯罪。虽然法律上没有这一条，但是中国人不懂法，就是变态，犯罪，他们都该杀了，就这么说。所以那个时候，我去访他们之前，我本能就觉得，我没有歧视、排斥。我觉得他们就是他们，我对他们没有任何歧视。在这之前我还总共写了四本纪实书，其中有一本跟性有点关系，就是《裸体模特儿》，美术圈的裸体模特儿。我当时也没有任何歧视。我觉得唯一有的，顶多就是有点儿好奇。我不称之为猎奇，别人说这不也是猎奇？我觉得猎奇和好奇还有区别的。猎奇是单纯的窥探欲，好奇是你其实是想知道它的真相，好奇心是人类进步的动力之一。

我就去采访同性恋。天津海河边有一个公共厕所，早年同性恋者不被认可的时候，最常去的两个地方，一个是心理门诊，一个是公共厕所。我在心理门诊已经访问过几个。当时结识了一位老先生陈仲舜，他是个心理学家。然后我就知道海河边儿有一个公共厕所，那是天津同性恋聚会的点儿，我就去了。如果说在心理门诊我见到的同性恋者，他们都还是自我否定的要来看病的，还比较好接触的话，在社会上那个社群里边的同性恋者完全不一样。他们长期在那个公共厕所里结交伙伴、恋爱、性交，等等。他们有自己的一套话语、行为模式。



方刚与对其影响很大的陈仲舜教授合影（摄于 1996 年）

我的采访经历不错，记者经历改变了我，这时候我就敢说话了。同性恋者对我非常热情，一个男同志，他还召集了七八个男同志，有一天晚上我就请他们在一个餐厅吃饭，那是我第一次和这么多在社会上的同性恋者面对面。那天晚上，我深深地被震撼了。以前我的价值观是主流的，非常主流的性价值观。主流社会是什么性价值观，我就是什么。比如性是不能公开谈论的，性是害羞的，性是回避的，这是当时的主流。那时候我已经结婚了。我结婚比较早，因为一个缺爱的孩子，如果有一份爱是会很早结婚。坐一桌吃饭，餐厅里还有别人。用天津话讲叫“喧”，同性恋在一块儿喧。周围有几个小桌的人，我们的一大桌。我现在想，能够大声谈性可能是因为旁边的人不一定听得到，当时很是喧闹，或者旁边的人不一定听得懂，我不太确定。大声地在餐桌上谈性，哇，我哪见过这个呀！比如，一位同志拿着一根筷子就比，“方先生你的阴茎有没有这么长？”类似于这样。然后就说各种性的隐晦的笑话，甚至赤裸裸的直白的笑话。那是我第一次经历这样的场面！那是 1993 年！时代不一样了，那时候哪看到谈性的话语？谈性的话语九十年代中后期刚开始出现。但那么一群人，哇！震撼！

我起来去卫生间，有一个人跟着我，我就很紧张。起来的时候他说：“诶，你们都别去啊，我去搞定他！”就跟着我去。但是当我真正进卫生间的时候，没有任何问题。我在小便，他在小便，连看都不多看一眼。虽然在外面的时候用他们的话叫很喧，但到卫生间里就像普通人一样，根本没有我担心的事情发生。他们其实非常有礼貌，尊重人。

这一晚上就是谈性，谈性，谈性！啊！我前面二十五年听到的性加在一起，再翻十倍都没有那天晚上谈的赤裸裸，谈的直白！真是一个震撼！

所以当天睡觉时做梦我一脑子都是各种性的影像来冲击我。特别大的冲击！但是最重要的是我觉得非常满意。我感到的那种美感！一种美感。这种美感来自于两点。第一点，哇！原来我们可以这样颠覆地来挑战一个长期以来整个社会禁忌的话题，可以被如此颠覆地来挑战，来谈论！因为来谈论和挑战就是一种颠覆！非常强的颠覆。第二点，哇！原来他们是普通人！他们就是在跟你开玩笑啊，他们就是普通人啊，他们不是我在所有文字里看到的变态，心理疾病，罪犯。跟我在心理门诊里看到的自我否定的同性恋者全不一样。有时候我觉得他们很可爱！很长一段时间以来那些最最帮助我，最最热情最最真诚的恰恰都是那些男同性恋者！我后来做的好几个研究，都是那些男同性恋者在帮忙！他们跟主流社会标签的那些东西

完全不一样！让我看到了和社会当中描述的差别如此大的一个人群！完全不一样！呃，他们真的很好的人，那么热情，素昧平生，听说我要写作，他们就信任我，召集一班人来，然后可以那么坦然地和我谈话。虽然说吃饭的时候有点喧闹，有时候摸摸你的腿啊，但感觉都是在开玩笑，真正到了私人场合，那么地尊重你。走的时候都那么坦然，跟我说需要帮助就联系我们。都是那么好的人！当然最最挑战的是第一点，我觉得美，就是说那么禁忌的话题被公开来谈。哇，那种（倒吸一口气），嘖，那种愉悦感，到现在都在我的脑海中，因为许多时候挑战禁忌就是带来美的。关于身体的禁忌被挑战时，你会感到那种人性的光辉啊！

到了1994年，我依然在采访同性恋，因为这个比较难做，稍带脚地采访艾滋病，到年底我又写了四本书。那时年轻嘛，而且当记者，看到什么写什么（笑），跟现在做学者不一样。从1993年下半年到1994年底我写了四本书，四本纪实将近一百万字，其中一个同性恋，一个艾滋病，比较重要的两本。1994年的时候，我来北京采访李银河，因为当时李银河和王小波写了《他们的世界》，那本同性恋的调查。她在北京东单公园做的调查。所以我就联系了李银河，到中国社科院采访她。当时李银河很年轻啊，二十年前了，四十岁，应该比我现在还年轻，四十一二岁，她今年六十二。好像是一个星期一吧，下午，她们也是一周去一次上班。我当时在《天津工人报》，到北京来采访，到社科院来采访。采访同性恋的话题，聊了一些。有一件事儿印象深，她当时谈话中提到了'95世妇会。那是1994年，她提到了'95世妇会。我说，'95世妇会是什么？她说：“'95世妇会你不知道？现在宣传得多热烈啊！”我是一个小报的记者，当然不知道世妇会了。那是我印象当中的第一次知道世妇会。但是这个事情呢，也很快就过去了。当时没有对我留下什么影响。

1995年，我的《同性恋在中国》出版了。同时出版八本书。《同性恋在中国》还在香港出版了，等于说那年出版了九本书。九本书出版了之后呢，哇！一下子又不一样了，因为出版之前就有媒体报道。当时因为我在媒体，我还没有找到出版社出版，我就想发一个消息，说有作家写这书，借机找出版社。我当时找的一个在中国文化报的记者，是著名的写手，当年跟现在不一样，一篇新闻一上网大家都能看到，当年不一样。一个写手他写了一篇文章，他发传真，发给几百家报纸。至少有几十家报纸发，更多报纸转载。那个名记，所谓当时中国四大名记，他有这个资源。结果就炒作起来了，说中国记者调查同性恋，哇！这在1994年底，多大的新闻啊！哗！几十家报纸发。大为顺利的是，当时吉林人民出版社就找到了我，要出这个书。所以炒这个新闻是有用的，我的目标达到了。几十家报纸发是小事儿，外国记者，呜呜，全来了。什么法新社，时事社，路透社，美联的，华盛顿邮报，一堆，好多都过来了。一堆记者。

书还没出，世界知道了，党组织知道了。当时呢，天津市委宣传部，不知道是哪个部门得到消息。宣传部找了天津工人报的社长去谈话，说我们天津出了那么多“五个一”工程的好书，怎么还有人写了这么本书呢？告诉他不许出版。不要再找出版社了。我当然不干了，我当时还有点初生牛犊不怕虎。这个勇气我到现在一直保存着呵。我当然私下去联系出版，没让报社和市委宣传部知道，特别像做地下工作。当时吉林人民出版社已经在准备出，但也不太敢出，一直到1995年一月份，有全国图书订货会每年的一月份在北京，他来了一征订，哇！七万册。原来还想找新闻出版署的人讨论讨论，通过私人关系问。这回甬问了，回去印吧。就出了。出了之后呢，OK，那当然，有关部门就很生气啊！天津市公安局三人小组，监控我。它是属于公安局一处，公安局一处的人一般是涉外的。就因为我跟外国记者有关系嘛。他怕外国记者报道。于是开始监听我的电话，禁止离开天津等等。当时我不知道，后来公安局那人跟天津的一个老作家认识，和那老作家聊天，问“你知道方刚吗？”他说知道啊。公安的人说：“我们现在三个人忙他呢……”那个作家就告诉他太太，他太太跟我太太在一家报社。

1995年那书出来了。哇！当时火得不得了。当时如果有互联网，我就成名人了。没有

互联网也差不多，1995年五、六月份这个书开始出，全国走，一路签字售书。然后当地媒体报道，也是很火爆的一系列活动。那年我二十七岁，有点飘飘然，好像觉得自己的人生理想实现了。一个作家，走一路，签名售书。当时的签名售书不像现在这么常见，当时这还是很高大上的一件事。许多人当时和我说：“写作的人想要的，你在27岁这么年轻全得到了。”

到了1996年的一月份，出版署下了一个红头文件，这个红头文件写的是，《天津工人报》临时聘用人员方刚（大笑），写作《同性恋在中国》等书，内容低级下流，淫秽，吧啦吧啦吧啦，你就想象吧。其中前面一句话，根据天津市公安局的报告，哈哈（大笑），搞笑。所以，通知各出版社、报刊杂志，一律不许出版、发表方刚关于同性恋的文章。下了一个全国的通知，发到全国所有的报刊，最搞笑的是发到哪种报刊呢？我有个朋友有《中学生语数外》，他都收到了。多有意思！我不可能给《中学生语数外》投同性恋纪实吧。但他都收到了。就说明当时传播面特别广。当时我已经被称为所谓“中国四大撰稿人”之一，后来也挤进来了，也是全国发。我写艾滋病那本书时，一章一章都是故事，我就投给全国好多报刊。最多的时候一个月有七家杂志同时发我艾滋病的文章。别人跟我开玩笑说你的艾滋病正在全国泛滥成灾。1996年这个一出来，一下子所有报刊不发我的文章了。《天津工人报》的做法呢，不是说不要你。临时聘用他可以说不要你。但他也不说不要，他说，你原来负责这些版面你别负责了，让谁谁来负责，然后你的办公桌呢让他来用。没有你的工作，没有你的办公桌，你写的文章不发表，然后不给你钱，这不就叫你走吗？我就走了。我不干了，回家了。

这是1996年1月的事儿。我想点评一句是，无论是我和同性恋那次面对面的聚会，还是我经历的这个事件，背后的含义，我想说的是，被压迫的，少数的，弱势者的那种角色的处境。我指的这个弱势不一定是经济弱势，社会地位弱势，而是社会主流道德，包括性道德的弱势。我去采访同性恋之前就本能地和他们站在一起。我后来跟所有弱势者的访问都是一样。在我三十岁的时候，我写过一本书，分析我的这些历程。（一字一顿地）是什么使得我能去访问他们之前，我就没有歧视？我看到的所有文章都歧视，按照社会学的理论我太应该被建构成歧视同性恋的人，对不对？一个标签在那儿，我就太应该把那个标签戴上，但我从来没有，而且本能的我就觉得我应该和他们站在一起。为什么？我后来的反思就是，因为我至少三岁开始，我一直就是那个被打压的，那个最弱势的，最边缘的人，所以我总是能够本能地和最弱势的最边缘的站在一起。

到1996年他们这么一搞，我又体验到那种处境。就是那种弱势的，被打压的，和当年我的小学老师打我，中学老师打我，小学同学游斗我，都是一样的，我觉得都是一样的状态，我再次体验到了。只不过这一次跟当时不一样在哪里呢？我内心将要有一种，（拉长声调）快感。这个快感是什么？怎么形容这种快感？就是主流的强力打压我，我有一种（加重语气）颠覆的、反叛的快感。这个快感也其实一直伴随着我。所以网络上那么多人骂我，唉呀，骂都被骂死了，我基本不看，看了我就笑，这些骂人的人真搞笑！我说骂我的人呵，真好笑。我自己总是一边看一边笑。有人说你怎么总是那么强大，因为被骂出来了呵。我觉得跟96年有关系，就是经历那么多。1995年我有点膨胀，被人捧着，到处前呼后拥，搞新闻发布会，整个二十七岁的男孩子，原来是个小报的临时记者，一下子，（倒吸一口气）被全国簇拥着。几十家主流报道全都报道过，像新民晚报啊，南方周末啊，当时最火的报纸是南方周末。但是，1996年那么一打压，全没有了。这事真让人成长。

当然了，我太太是最担心的，当时我其实有点怕，但是更多的是快感，（倒吸一口气）不知道怎么来形容这种快感。（加重语气）我认为是恶势力，（倒吸一口气）我认为是不对的，错误的，在打压你，然后你在抗拒这种打压，挑战打压，那种内心的快感。或者换句话说，我可能觉得我伟大。不能说用伟大，就是，怎么说呢，我很出色，值得你来打压我。我走在前面，我远远地走在你们前面。我的意思是，我更接近真理。我说的是对的，你们骂我的是非常愚蠢的。我走在你们的前面，骂就骂吧！我曾经有一次写过一个文章，《在骂声中成长》。

你骂我，是我的骄傲！我说过这样的话。（提高音量）因为我走在你们的前面。（加重语气）你们不懂！我领先时代！所以你骂我。这种快感一直支撑着我后来所有的研究。这在这里铺垫一下。无论是，男公关啊，换偶啊，乱伦啊，多种性关系啊，我的所有的颠覆、挑战主流性价值观的东西，包括了什么男性气质，挑战主流女权的时候，那种受到打压时的茁壮成长，顽强，都是背后有这种基础。

1996年的事对我的打击在别人看来是非常严重的，失去工作，全国封杀。我倒很庆幸，反而让我自己特别静下心来去读书。我开始读性学。我接触的那个同性恋跟主流社会所有的认识都不一样，所以我就在想，我要去研究他们，理解他们，我要读性学。当时有几本书让我特别感动。有一本书默默无闻，是居一昂写的《性道德》，好像是，当时看不懂。这本书都查不到作者，我原来都查过。一本八十年代出版的性道德的书，外国人写的。要知道大量的现在都不可能出的书八十年代时都在出。这是八十年代的好处。（提高音量）哇！那书全面地颠覆道德啊！全面地颠覆关于性的道德啊！然后我读了罗素的《婚姻与道德》那本书。哇！又大颠覆啊！哎呀，那时候读书特兴奋呀！然后我就进一步地去读哲学，读人权。哇！我特别感动。1996年没有杂志发表我的文章，（笑）基本靠我太太的工资来生活。我们那时候还没有小孩，我也没有工作，在家里读书。哎呀！那段时间很难有那么静的时间，而且在写作。我当时写了直到今天我认为是我最好的两本书。当然后来学术书就不能评论说好不好，这两本书我自己认为是可以传世的书，为什么这么说？过了二十几年还在再版，还让读者觉得特别的感动。一本是《动物哲学》，我写了一百零四个动物，我当时为那本书的题记是，“当我不能写人的时候，我就去写动物”。另外一本书《精神我析》，我读心理学，读精神分析，也用它来分析我自己。这两本书后来都不断再版。《动物哲学》出了五个版本。当然啦，现在的书不可能传世啦，只不过我说它具有传世价值，不可能真的传世。

中国人是有奴性的，1996年那会儿，所有的媒体人，出版人也都是有奴性的，没奴性也不行，你怎么生存？今天也是一样的，但还有少数人会挑战。当时会挑战吗？出版署一个红头文件点名说方刚，说不许发表他同性恋的文字，这个人所有的东西都不会再发表了。所有人再明白不过了。出版署红头文件下来点名了，这个人就被封杀了，虽然只说同性恋，但所有的文字都被封杀了。所以当时我就开始写散文。我写一篇散文说，什么是真正的诗人？当地球上只剩下最后一个人，你依然在写诗的人便是真正的诗人。换言之，我在比喻我自己，你永远不知道你写的东西什么时候能够出版，发表，甚至不知道会不会，也许一生不再出版发表，你应该转行，但你还在写作，这才叫理想主义者。我为此自豪，我又体验到我刚才跟你所说的那种快感了。面对压迫，小学时面对压迫你不敢做什么，中学时面对压迫你不敢做什么，但这个时候面对压迫你开始知道我自己做我自己想做的，然后我相信，虽然说当时有人劝我说你转行吧，别再写作了，做生意去吧。但是我就想坚持写作。

初识女权主义与男性解放

1996年我失去工作，受到封杀，在家写作，北京一个文摘杂志主编说，你们天津气氛太不好了，你来我这儿当编辑吧。我一直向往北京。那时候我几乎所有的采访都是在北京完成，所以我也挺高兴。我就来北京了，我太太也来了。文摘杂志编辑挺轻松，一个月八百块钱，我大多数时候还在读书。那个时候读哲学，读人权，那个时候出了人权研究论丛，我记得。然后呢，读性学。当时到处读书，走进三联书店，各种书都读，读思想类的书。

1997年夏天，我又到了《女性月刊》。《女性月刊》是北京市妇联的一本大众杂志，我当时挺高兴地当上了读书版的编辑。这时候三联书店一个编辑搞促销，寄了我一本他们新出的书，《西方性别研究选译》，王政、杜芳琴主编的，就是一堆西方的社会性别研究论文。这时距离'95世妇会两年之后。我清晰地记得当时读那本书，我兴奋得不得了，哇！我觉得内心的好多东西被点燃了。以前从来没有社会性别视角，从来没有想过社会性别是怎么回事

儿，就根本没有这个概念。1997年的时候读这本书被点燃啦！浑身都坐不住啦！坐在屋里起来激动地转圈。其实现在看起来这是本非常专业的学术论文集。兴奋！然后就想接着买女权主义、社会性别研究的书接着看。读了这本太兴奋啦！想接着看，等不及啊，骑着自行车出来，三联书店，找了找，没有想要的，可能有一两本，但跟我这个想法不太贴近，然后就骑车从位于中国美术馆的三联书店，一个炎热的下午啊，七月份，一直骑到北大南门的风入松。现在那个书店没了！风入松又没买到合适的，又在那小胡同里转来转去，就成府路那块，找到万圣书店。也没有买到。特遗憾！当时还不会用当当网呢，有没有当当网也不知道。那天没买到，特遗憾！但是后来也买到了。呃，又买到了几本，在三联韬奋又陆陆续续淘到了几本。

那时候最早接触女权主义，所以说世妇会对我的直接影响可能到了1997年才发生。因为没有世妇会就没有这些书。对不对？世妇会之后中国的社会性别研究才开始活跃起来。虽然八十年代李小江开始做女性研究，但是世妇会之后这个领域才开始活跃起来。这可以说是直接的影响。那是世妇会之后的两年。那么现在呢，我们到一个书店去，有的书店整个一个专柜就是社会性别，汗牛充栋的社会性别研究的。当年第一本书的那个印象，那个震撼就使得我后来不断地去读社会性别的书。

现在问题又来了。我早期读的社会性别都是女性主义的视角，都是在谈女人。没有谈男人，更不会谈什么男性气质啊，都不会谈。谈女人，我一个生理男人我为什么会读得（加重语气）那么兴奋？我跟您说我找到我生命中的很多价值归宿了，我一下子被点燃了。那之后我就自豪地说，我是女权主义者。记住这一点，我后来又否定了我是女权主义者，后面会讲。（提高音量）1997年的时候我就开始自豪地说我是女权主义者了。（大声地，变声地）哈哈，女性主义者！（笑）你想那个时候一个男人说自己女权主义者，别人觉得多搞笑啊对不对！当时很多人就觉得很搞笑，有朋友笑岔气了都快。好，我是女权主义者，我是女权主义者，很坦然自然地说自己是女权主义者，呃，又觉得很颠覆很美，就是颠覆和美。但是，是什么，怎么会让我觉得美？我又不是一个女人。我没有过乳腺癌，没有过被割乳房的经验，我没有过处女的经验，没有过职场受性别歧视的经验，没有过受性骚扰的经验，女性各种各样的建构起来的经验，我都没有。我激动什么？

原因只有一个，就是后来我慢慢思考，我对女权主义的理解，（停顿），我觉得它是关于人权和平等的理想。它绝对不仅仅是关于女人的一个理想，我觉得把它理解为要女人跟男人一样平等，弱了！太弱了！在我看来它是从女性的视角，被压迫的女性的视角切入来追求平等、民主、人权的一个理论。然后我自己呢就是一个长期的被压迫的，被剥夺的，被剥削的人。我以前读的那么多书我没有找到一个好的理论来点燃我，这回我发现被点燃了。我就是那个被压迫的“女人”。当我读小学时，同学欺负我的时候，老师打我的时候，当借助毛泽东一个政治人物的死亡来压迫我的时候，我不是一个“女人”吗？对我的压迫和整个父权社会借助别的理由被压迫的女人有什么差别？当我被那个男权的老师大巴掌扇，还让我不能躲开的时候，我和那个被父权社会殴打的那个女人又有什么差别呢？我觉得没有。我就是那个被殴打的，被凌辱的，被压在社会底层的“女人”。所以，这又跟我前面谈同性恋等等又都贯穿在一起了。我对女性主义的认识，由性别深入，我找到了同为弱者的，与自身相结合的地方，所以被点燃了。

这次兴奋和以前写同性恋的书被禁时的兴奋不一样。头一次的兴奋，可能要加个引号。它肯定不会觉得特别开心，而是一种殉道者的骄傲。这次我是感觉我找到精神依靠了。我有思想支撑了，我的精神有一个港湾了，有了一个依靠。对，是理论！我前面的所有纠结，都找到了一个理论的支撑。包括我过去那些年对同性恋等等的思考，都找到一个理论支撑。这个理论支撑虽然它大多数谈到的是女性地位，但是我一开始就把它理解成所有被压迫、弱勢的地位。所以现在在我看来，国际政治可能也是这样，也可以用女权主义来解释国际政治啊，

对不对？那些被压迫的，被进攻的弱国是不是也可以说是被压迫的女人？被强大的有话语权的男人压迫。亲子关系是不是也一样？比如父亲打骂孩子。男人和女人的地位，可以成为所有不平等权力关系的一个缩影，或者说一个象征吧。所以不平等的权力关系，你都可以在男女这个不平等的权力关系中看到它的象征意义。所以我当时就觉得有理论支撑了。

到了1998年，又一次很偶然的的机会，我读到了一个电子报，是一个NGO组织编的，《桃李满天下》。这个组织叫什么我忘了。因为当时互联网不那么普及，他们也把那电子报打印出来了。他们都一期一期的，一期一个主题。我一个偶然的的机会得到了其中的一期。很小，两三页纸，好像四个版，十六开，小字儿印得密密麻麻的。那期的题目就叫男性解放。你想反正面，四页十六纸能印多少？但是我读完之后（大声地）又被点燃了，我又被点燃了。又燃烧了，又燃烧得不行了。这里有一个背景就是当我读那些性别的书的时候呢，在那之前，读这个电子报这前，我就开始一边读一边写，写了一本书叫做《性别的革命》，后来也出版了。每篇一千多字，写了将近二百篇。小随感，结合自己的生活写的针对女性受压迫的小随感。然后读了这四页纸之后呢，哇，男性的思考就开始起来了。当时我不在女性月刊吗？我自己就开了一个专栏，叫做男性解放，每月发表一篇，写更多的。有时一天就写三篇。就一直写，写成《男人解放》，这我的第一本关于男性的书。

虽然说1996年出版署下那个文件，但两年之后，1998年，我又出版了新书。当然不是谈同性恋的。这次出版，因为第一他们对那个文件都没印象，对这个没印象，不知道为什么没到他那儿，也可能发到广东省出版局，出版局觉得无聊，就没往下发。我不知道。1998年就出了我四本社会纪实。我的一生一共写了十二本社会纪实，啊哈（笑）。当然，也有一些自我管理的杂志，到了2000年有杂志编辑找我约稿，他们主编说，不行，多年前出版署禁过他的。两三年前，就是2010年以后，李银河想出我的《换偶研究》，《裸体主义者》，她编了一套酷儿文库，结果呢，出版社说不行，这个人被禁了。但实际上在出版署的文件下发两年之后基本上就没影响了。我来北京做编辑就好多了，不像在天津那个地方，人少，地小，观念封闭。

在《女性月刊》的时候我就非常困扰，我找不到自己的人生方向，我想做学术还是想做文学？后来找朋友聊过天，有个朋友挺了解我的，她说你就做观念的东西吧。因为《女性月刊》那个杂志不错，给我专栏，给我版面，每期我都自己写两三篇，都是非常颠覆的观念的文章，性别的观念，性的观念，都非常颠覆。还有人写抗议信寄到杂志社，挺有意思的。当然也有人说，恨不得杀了我，我觉得这更多是情绪宣泄。中国人没有人会为了理想去杀人。（大笑）开玩笑的，表示恨你呵。所以有朋友说你就做观念就行，干嘛去做纯文学？哎，我想对，我这时也发现自己非常不适合做纯文学，因为那个精美的细雕慢刻呀，不适合我。所以我觉得，那时候我的理想就由文学家转到学术研究了，主要是性学研究。

到了1999年，我就离开《女性月刊》。我的人际关系一直非常弱。我在职场总是不顺，不太会说话，非常不会处人际关系。这可能就是小的时候那种自卑环境下长大的孩子。潘老师说过我，他说自己的学生里最不爱说话的是我的一位师兄，我这师兄极少说话，开会，吃饭，都不说话。最不会说话的，就是方刚，一说话就把别人得罪了。我现在有的时候也是这样。这一定程度上也决定了我职场不顺，一直不顺，一般在哪儿干不了半年。

我离开《女性月刊》后，又去应聘了一家杂志，叫《健康人》。有人在北京办了一个传媒公司，下面有几家杂志，其中一家在报纸中登招聘启事，我去应聘了执行主编。这是我坐的最高职位啦（大笑）。面试我的是这个公司的副总，他何许人也呢？是当年湖南省的名记，人太自由了，所以不得志。他比我大十多岁。这个人是个理想主义者，诗人，自己出过诗集。我去面试的时候还没有办刊的具体想法。我面试前面一个人，他就问那个人，我就听到了。他说如果你当主编，你把它变成一本什么特色的杂志？然后我脑子里嗖嗖地闪，我唯一能闪出来的就是我的性别理想、性研究理想了。那人一走，他又同样问我那问题，我就吧吧吧

吧跟他一侃。我说中国没有啊，我说《人之初》是太过通俗的性科普杂志，我们办得雅一些，给白领看的，谈性和性别，等等等等。跟他一侃，好！没有过！独特的！他也是一个理想主义者。我们就一拍即合了。我在他手下就做的非常开心，把我的全部性别理想，还有性的理想，全都体现在这本杂志当中。比如我开了一个专栏就叫“艾滋”，从人权角度谈关怀艾滋病的感染者的，艾滋病的人文关怀的。还有电影中的性别。总之就是围绕着性别这块，我把它编成了一本性别与性别的杂志。

我在通过办杂志灌输我的性别理想。但是我们都忽视了一点。我们觉得做别人没有的一定好，因为你是唯一的。但是你不知道大众市场恰恰都爱做所有人都做的热门货，畅销杂志。为什么《家庭》、《知音》，大家都跟着学呢？恰恰是要做最通俗的，恰恰是不要你做阳春白雪。（笑）没有是因为没人看。我们总想别人有我不做。别人没有我们做，大家都来买。这说明我们不是个商人，我们就是个理想主义者，所以那哥们也被我忽悠了，（笑）呵呵，那哥们被我忽悠了。他也跟着比较倒霉呵。没有几个月人家老板就不干了，老板觉得卖不掉，发不掉。太雅！再加人际关系不会处，那个欣赏我的副总和我一样不会处人际关系。所以呢，我们先后都出来了。1999年底去，没多长时间，差不多2000年初我就再次失业，我就回家又写作。



方刚和他的男人解放

我一般工作半年回家写半年，也过得蛮好。但是就纠结呀，那时候已经出了二十多本书了。我不说十二本纪实吗？后来又陆续写了十多本关于性和性别的思考。我总是一边读书一边写，写了十多本，像什么《男性解放》呀，《精神我析》呀，《性别的革命》呀，还有好几本，都是关于这样的思考，包括有一本是《神话中的男女关系》，就都把这个社会性别的理念带进来去看神话，把性学的理念带进来看神话，评点神话，类似于这样的书。背后都是有一条性别和性的主线，等于说算个民间学者。

走入校园：研博之路

我前面说过，读到的书给我感觉太深奥了，太有意思了。这时产生了一个想法，我将来去做学术研究多好。当时就想读研了。这是我第二次想读研了。

当时崇拜潘绥铭啦。八十年代，我在博物馆工作的时候就读过他的书，就知道他，他出过一本叫做《美国人的性生活》，翻译的美国一个定性调查。当时没读，后来呢到北京读

了。我1996年就曾去人大找潘老师，想考研，然后写信给潘老师想读研。我跟潘老师说读研不为了拿文凭，就是为了做研究，潘老师说，读研就是为了拿文凭，做研究自己回家做去。读书就是为了拿文凭，做学术都得自己做。他是这个意思。我不理解。总之他不同意我考，然后我就是去听他课。我当时住在昌平小汤山那边。在人大，有一个学期每星期四的早晨，潘老师八点的课，《性社会学》，八点讲到十二点，讲一上午，我就需要五点多起床，坐358路公交车，吧啦吧啦坐过来，然后坐到安贞桥好像，再倒车倒到人大门口，基本上折腾两个多小时，就能在八点前赶到那个教室。大冬天的，寒冷无比啊！寒冷无比，来听他的课。哇！被震撼了！太棒了！太棒了！哇，又被点燃了！潘老师虽然很少谈到性别的议题呵，呃，但是他那讲的性太颠覆了！尤其在当年我听的时候，（加重语气）字字珠玉啊！每句话都撞击我的心灵啊！我会为听了他一上午课兴奋一个星期呀！然后下个星期早晨五点钟起来，再跑去。当时也年轻啦，二十七八岁，二十八九岁，早晨五点钟起来坐两个多小时的汽车，颠颠颠颠，可难受了，颠过去的。有时候连座儿都没有。听了一学期他的课，我想可能我是最勤奋的学生，从来不缺一次。太喜欢了，就是对于性别和性的研究，太喜欢了。

第二次想读研的想法和我自己当时的状态也有关系。出版了二十多本书了，1999年底到2000年初，就觉得自己写不下去了。为什么？总在重复自己。我是一个喜欢不断挑战自己，不断换新事做的人。我自己有过一句人生格言：你做过的事情越多，挑战的事情越多，你把你的生命就越延长了。因为你没有办法无限地延长生命的长度，但你可以不断地扩展自己生命的宽度。我早年读过的一本书，就是阿德勒的《挑战死亡》。他说人做的所有事情都是在挑战死亡，在面对死亡的恐惧。所以我特别理解柯云路，他原来写纯文学的，后来写气功，再后来写情感，写婚姻、爱情。我觉得他就是在挑战死亡，或者说，是另外一种的完美主义者。什么叫完美主义者？我要把这篇文章改啊改啊改啊，做得特别完美，还有一种横向的完美主义；我做更多的事情，不断开创新领域，这也是完美主义，纵向的完美主义。

好，接着刚才说。我当时在家里写作，但写不下去了，因我发现我在不断重复自己。我想我一辈子这么重复自己？有点受不了。我就又开始困扰。头一次困扰是关于我该不该写纯文学，后来放弃纯文学了，想致力于观念的革命。第二个困扰就是我的写作在重复自己！我觉得生命浪费。再一次萌发了考研的念头。这时候给老潘又能发了一电子邮件。老潘是我们对潘老师的昵称呀。老潘又在邮件里说，（笑，提高声调）不用读！不用考，考什么研？别考！他又说别考。我被拒了两次。我觉得我总傻乎乎的，我给他的信说，我是为了做研究，不为了学历。这是我的真实想法。其实当时幼稚不懂。学历是非常重要的，没有学历你研究什么呀？谁承认你在研究呀？而且学历改变命运，呵呵，要不我现在还当自由撰稿人呢。现在自由撰稿人可不好生活了，不像我们当时。总之他又拒了我，他就说没有必要考。

哎呀，我就纠结啊。我当时特别想考，但我当时还想当心理咨询师，但是当时中国没有心理咨询师这个职业的入门考试。一直到2001年，那时候我已经开始考研了，才有。当时我想，如果没考研我就干这个了，因为我早年在研究同性恋的时候接触过陈仲舜教授嘛。他对我的影响非常大。在那个时候，1993年的时候他就给同性恋者介绍对象。不是异性对象哟。颠覆吧。在当时整个中国心理咨询界，说同性恋是病要改变他们的时候，他就在给他们介绍同性恋伙伴。1993年世界卫生组织还刚刚把同性恋从精神疾病标准中去掉，中国人还不知道呢，一个老先生就开始在中国做这件事儿。中国人对同性恋还同仇敌忾呢，还把同性恋当耍流氓呢，那老先生就给他们介绍伙伴了！介绍他们一块儿耍流氓！人人都这么骂他。他的观念那么领先时代。当时他非常有勇气，所以对我影响也很大。包括他当时就说老年人结什么婚啊？他就鼓励老年人不结婚，同居。1993年这非常颠覆啊！非常颠覆。当时我在他那儿就能感受到各种美呵。这种颠覆不是说我为了颠覆而颠覆，这是一种人性，对人性的深刻洞察！是对主流社会的伪道德、假道德、最虚伪的不道德的挑战。

当时我也想考心理学，也到处联系，呵。但是觉得最后还是放不下老潘这块儿。听他课

的影响太大了。然后又给他写信，连续写了几次信。老潘终于吐口了。跟老潘通过电话，老潘说你考人类学吧，人类学稍微好考点，报人类学的少。当时人类学报得少，现在估计也不少。然后他介绍了俩学生，我跟他们聊聊，问问他们怎么考。其中一个就是黄盈盈。在人大请他们吃了顿饭，黄盈盈介绍了怎么考。那是2000年的年初。就决定考2001年的研。当时住在郊区，还挺好，就是电话都不通。一切交往，社会交往全都断绝。一篇文章也不写，整个闭关。我中学时学习特别差，属于问题学生。英语当时是从新概念第二册看起，就这么着学。整个自学一年，也出来上新东方的英语课呀，新概念呀什么的，全部学。学啊学啊学，到2001年考试的时候，别的都过了，但英语不够，英语37分。别人都夸我，已经不错啦，37分，你这基础呵，能过37分。没考上，第二次再考，这就2002年了。又一年基本上就是断绝一切。最喜欢的写作都不写了。对我来讲写作不是个工作，写作是玩。不干了，什么都不干了。唯一做的一件事情就是考。



方刚全家与潘绥铭教授一家合影（摄于2007年）

刚考完试之后不休息吗？那个时候一鼓作气，写了十多篇文章。还不错，当时天津有个杂志每个月发我一篇。说起来那杂志挺感动的。当出版署下文件说不许发方刚文章的时候，那杂志还坚持发我文章。有那么两家杂志。那杂志呢一个月给我一千块钱，那对我们家来讲挺重要的，因为我太太带小孩的时候也不上班。我基本上用半个月的考研后时间吧，把一年的一万二千块钱稿费赚起来。

第二年考得还挺好。别的也都过了，英语还是不行，英语基础太差啊。这次考了51。那年录取分数线，国家线是59。现在我们过国家线的一大批，但是那个时候考研的少，过线的全录取了，社会学系居然还有一个名额。还有名额，就是说可以破格录取一个。按理说，按照后面排序批吧，但老潘看我挺有毅力的，就去找研究生院。他当年的学生当了研究生院院长，反正就是报了学校特批手续。这分差8分，报到教育部，特批成功，就得上学了。当然后来考博的时候就很好，考博那年英语分数线50，我51。考博的时候，英语算自己考的。

当时是心比天高，我记得我自己在2000年开始考研的时候，立下了一个理想。我是从

1993 年开始写作，用了十五、六年的时间成为了一个不错的自由作家，出版了 20 多本书。考研时我就想，我再用十五、六年的时间，到四十、五六岁的时候呢，我希望也能成为一个不错的学者。这我当时给自己定的目标。现在看来这目标也还可以实现。

当时比较心高，后来好一些了。人到三十五、六岁的时候能看到自己生命的上限了，自己这辈子能做什么，不能做什么。当年刚考上的时候呢还想能成为大学者，后来发现自己不行，自己可能只能在中国这个情境下，做一点中国情境下的贡献。我自己呢比较喜欢做开创性的工作，我觉得做开创性的工作其实要多方面的素质。做开创性的工作一定承担非常多的风险，舆论的、压力的各种风险。但是这些跟我前面经历的那些东西有关系。我不怕，确实非常重要。我好多做性别研究的朋友都做不下来，因为，别人在骂他，或者说你受到的压力太大，冲击太大。女性就更麻烦了，有个女老师跟我说，“每访问一个人他都要跟我上床”，（笑）更麻烦了。所以其实蛮难的。这个读研的过程中其实没有太多的事件可以表述。我那届社会系研究生是两年，第二年就开始写硕士论文。当时我写的是多性伙伴与社会控制这个题目，里面也带了社会性别视角。

2004 年硕士快毕业了，一方面考博，也同时找工作，怕考不上怎么办呢。结果呢，当时硕士毕业很难找教职了。但是 2002 年刚刚成立的北林心理系，系主任是朱建军。朱建军何许人也？我当杂志编辑的时候啊，找他约过稿。他早年也当过编辑，编过心理的杂志，我给他写过稿，我们俩从来没见过面，但他读过我的文章，觉得我特别有天赋，所以我给他写邮件，他就回复说，欢迎你来。所以那年北林心理招教员，心理学的一堆博士在这儿应聘，我是唯一的一个社会学硕士，但是我应聘上了。那是我和朱第一次见面。从这件事就可以看出来，朱建军这个人太不一般。

应聘上了，我博士也考了。然后呢，北林不同意。北林人事处的规定，工作第一年不能去读博，你要读博就不能要求工作。挺纠结。心理系在人文学院下面，人文学院院长也特别欣赏我。我遇到好人了。我虽然说是硕士，但是应聘时带着二十多本书，还有好几个核心期刊，所以他也觉得挺好的。院长去谈，上了校长会议讨论，都没同意，说不能破例。那没办法，我就去读博了。没有来工作，但是他们让我代课，说，将来你博士毕业，欢迎你再来。

读博了，我在选自己的领域。我的博士论文要做什么领域呢？2004 年，刚开始我想，我要做性别，做女性主义。那显然，和我的方向，包括和导师的方向有点不太一致。然后我又想，我自己是男性，做男性气质吧。但是从哪个角度做男性气质呢？还没有想好。最吸引我的一些性现象呢，当时一个是换偶，非常吸引我，一个是裸体主义，天体营，非常吸引我。还有一个男公关，也非常吸引我。我早年那个记者的好奇心呢，在这儿，说实话起了很大的作用。换偶和天体在当时虽然也拿社会学理论试着套了一圈，但实际上当时我也真没有能力做。其实也是没有做下去，做了也未必做不成。然后就男公关。这个有价值啊，挑战男性气质啊。一般来讲是男人买女人嘛，男人消费女人嘛。所谓的“干”女人，（加重语气）男公关这里整个的变成了被干！被消费！被购买！所以这个可以从男人气质的角度来做。当时开始大量地专门去读男性气质的书。当时男性气质这个概念对中国的学术界来讲还是非常陌生的，所以我当时写了一个文献综述投给《国外社会科学》这个一级核心，谁也不认识，居然就发了。那之后这么多年再也发不了一级核心了（笑），哈哈！就因为那个还是比较新的领域呵。挺高兴。我记得我开题的时候一帮社会学的大家，坐一块儿，说你研究男性什么？我说研究男性气质。Masculinity，男性气质。什么？不知道！忧郁型气质，焦虑型气质，粘稠型气质，我们都知道，但男性气质是什么？不知道！不行，得换词儿。我说那就不用男性气概吧。后来我就用男性气概，包括博士论文都用男性气概。只不过后来出版的时候我给改回了男性气质。因为男性气概强调大阳刚，不是我要说的男性气质。所以说，博士期间研究男性气质是一个很重要的选择。

以前国际上对卖性给女人的男人的研究，仅仅停留在定量上。田野调查没有。我记得当

时有一个国际最好的性学杂志的主编来拜访老潘，他要每个学生都介绍自己的研究，那个主编说我这个研究在国际上也是领先的。



2007年，方刚博士毕业

当时做这种田野调查非常危险，基本不可能，我用一年的时间才能找到一个地方能进去。我就一年到处在北京找地方，进不去，明明知道这个酒店里到处都是男公关，全都是，别人领我去在那儿坐一圈，看一圈，全是男公关，但打不进去。当时一个要帮我的人，他自己要办夜总会。他说，我办了夜总会，让你去。他真办了的时候，也不让我去了。道理很简单，你在那儿写了之后，几百万元开的场子，当时几百万，现在一两千万办不下来，人家的身家性命啊，对不对？后来都是很偶然的的机会找到地方了。特别感谢当记者的经历，没有记者的那个经历根本不可能，就是说你对于人际的交往能力呀种种。而且我是一个平时不太愿意跟别人搭讪的人，但是当工作需要的时候，我也会做到，我也会做得特别好。帮我进夜总会调查的，是深圳的一个人，那个人早年就读我的《同性恋在中国》，所以他知道我早，这事愿意帮助我。他是在网上看到我发在要找地方研究男公关的贴子，来信要帮助我的。去前，讲老板同意了，到那儿老板又不同意了。那怎么办呢？人都来了，领你去另一个夜总会吧。通过一个朋友去了夜总会。夜总会那个爹地一听，哆嗦了：“啊，你要在这儿……”（哆嗦）都这语调。我一直讲实话实说，因为实话实说最安全，你用别的方法太不安全，性命之忧。我去深圳之前，老潘和我说：你看过香港电影吗？香港电影里那卧底的，不是缺条胳膊，就是短条腿。他吓唬我。我见爹地时呢，我那一刻我得让爹地同意我所有的要求，我套近乎，全都做到了，爹地也没同意。转天又跟爹地吃饭，又聊，人家要看你人啊，看你可信不可信。我觉得我还是比较真诚的人，然后他就认为你充分可信了。然后你再给他足够的物质利益，事儿就简单了。男公关，爹地，人都是非常好的，我从来对性多元者就没有偏见，我如果有一点点偏见，这些事情就都做不成。

男性解放探索的深入：性别平等运动中的男性角色

在读博士的过程当中，我又做了一件事儿。什么事儿呢？我不是2004年开始在北林代

课吗？代课到 2005 年初，我想我们办一个男性的讨论小组吧。我就办了一个男性解放学术沙龙，谈男性解放。这个时候我就开始思考，把 1998 年就写的那个《男性解放》这本书的理论呢，我想通过这个小队来讨论。当时有十几个学生参与。我们这个小组好像办了十多期，主要讨论三个话题。一个是家庭关系中父亲角色的男性气质，还有一个是亲密关系中的男性气质，还有一个是什么呢？好像就是朋友关系中的男性气质之类的。当时我一直在反思我的男性气质，做了这么一个讨论。陆陆续续做了半年，当时有媒体报道，也挺热闹的。“大学老师倡导男性解放！”用类似于这样的题目报道，所以甚嚣尘上，各种骂声就出来了。这时候《中国新闻周刊》做了一期，它从男人节的角度来做。当时《时尚健康》杂志的主编瘦马，他倡导男人节。他说八三男人节，和三八妇女节对应。对设立男人节我支持，但是他的理念不太正确。他的理念说男人太累，男人给自己放天假。我倡导男人节呢，三月九号，比妇女节晚一天，鼓励男人参与性别平等运动，等等，我是从这个角度倡导男人节。

媒体报道之后就有一些女权主义学者开始写文章，反击，批评。其中比较重要的两个人。以她们俩为代表的，就开始批评。其中一个，曾积极鼓励我进行男性研究和男性运动，但显然没意识到我的路径有一些不一样；另一个，是现在非常活跃的女权主义活动家。我跟她从那时开始一直到现在，十几年的恩怨纠葛，哈哈（大笑）。虽然恩怨纠葛，但我一直很尊重她，我的活动都邀请她。别人给我反馈过来的，她私下对我的评价是说：“方刚还是有个社会性别意识的人，但他那个男性解放主张我不认可，而且特别一遇到性的时候，就不行了。”这里头就涉及到我跟一些女权主义的两个争论点。第一个争论点就是 2005 年开始的，就是男性在性别平等运动中的角色。第二个争论点是我后面要谈到的，就是人权和性权，性别平等和性人权之争。这是这几年开始遇到的。

先说在 2005 年遇到的是第一个争论点。（提高音量）哇！2005 年开始一直到 2006 年那个吵架呀！现在想起来记忆犹新。我是一个特别性情中的人，对面会激烈地吵架，包括在一些会议上会拍桌子。而那位女权活动家也是一个锋芒毕露的人，毫不留情，非常激进，（倒吸一口气）非常强的一个人。她写过好几篇文章批我，然后我又反击她。

后来我出了一本书叫做《男性要解放》。我把 1995 年我的那个小组沙龙的活动和我们的那个论战都收入到这本书中。当然那些争论触发我自己思考。我思考了很多东西，包括男人解放、男性觉悟、男性和女权主义的关系。要声明一点，我自己的英文不好，所以其实我读的英文东西非常少，但是我自己觉得，我在性和性别上有天分体现在哪里呢？很多我自己思考、悟出来的东西，当后来有机会去读完西方人的论著，我发现都是一样的，我自己思考也不落后。我当年就受到小电子报两页纸的启发写了一本《男人解放》，没有阅读其他东西。我去哪里读？就这两页纸！特别受启发，有感悟，就开始思考，好多想法出来了，一篇一篇地写。过了若干年之后，当我拿着这些文章去和我接触到的西方理念拿来一对比，哇，发现惊人的一致。这也是我挺自豪的一点呵。我觉得我可能找到我的天分所在了。一个人找到自己的天分不容易，哈。我在别的地方，比如说学英语，我总也学不好。虽然博士入学考了个 51，但是现在又都忘光了。语言天赋没有，文学天赋没有，但是这种思考的天赋还有。



2005年5月12日，中国女性主义沙龙讨论男性运动与女权主义，方刚左手为荒林

那个骂战呢，我称为骂战，也不一定真的是，不是那种常规意义上的骂人，是在争论观点，但很激烈。我觉得那时候基本上争论几点。后来我发现，整个女权运动世界上都是一样的争论过。后来我去香港，去台湾，包括我接触西方的文献，全世界都是一样的。争论点之一是：男人在性别不平等体制当中扮演了什么角色？男人是否能够成为社会性别平等运动的一份子？我自己认为，女性是父权制最深的受害者，这没有错；但是，男人也是父权制的一个受害者，所以那个时候我就使用父权制。这个词的翻译，有的说男权制，有的说父权制。大多数人我觉得现在还在用男权制，男权社会，等等，我一直在用父权。我认为男权针对生理男人，而我主张用父权，因为中国君为臣纲，父为子纲，权力拥有者对没有权力者进行压迫。从这个角度来看，我觉得父权更准确。像个父亲一样地管着你，不是一个单纯生理男人。我从父权角度来看，每个男人都是父权文化的压迫者，男性解放的理念在那里体现了，对不对？文化要求男人扮演硬汉，要求我们强壮，要求我们成功，要求我们大男人，要求我们勇武，要求我们有泪不轻弹，轻伤不下火线，要求我们性上能干，要求我们扮演硬汉，要求我们做严父，啦啦啦啦啦啦。这些恰恰是文化对这些男人的塑造，伤害男人，然后男人又在这种角色扮演过程中伤害了女人，所以我觉得父权文化既压迫女人，又压迫男人。这是我的一个思维脉络。所以，男人在性别不平等体制当中扮演了什么角色？男人是不是父权文化的受害者？这个就在争论呀。反对方就在说，你说男人也是受害者，谁是压迫者？我说压迫者就是文化本身嘛。人家又问：那这个文化谁来行使？我说文化是建构起来，但是不能把它归结为每个具体的个体的男人，不可以这样。围绕这个争论。

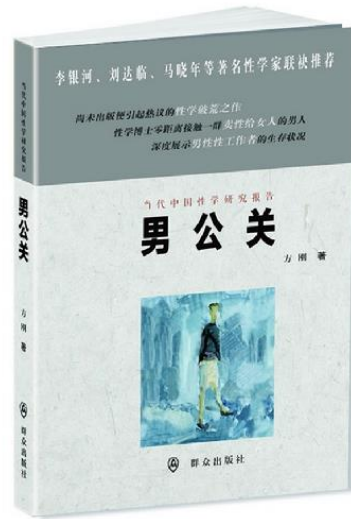
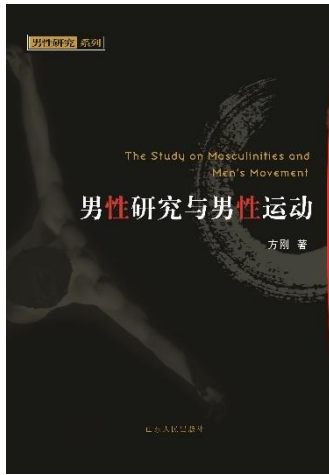
第二个争论是，男人在性别平等运动中扮演什么角色？当然我也肯定男人是父权文化的受益者，没有否定这一点。但是他同时也是受害者。我们必须同样承认这两者，承认这个两重性。如果你一直认为他是受益者，不承认他是受害者，那么你就会要求男人在性别平等运动当中扮演一个赎罪者的角色。那我觉得远远不够。如果我们永远批评人，说你不对你不对，你需要反思自己，批判自己，你来革命。但被批判的男人很难意识到，我为什么要来做这个革命？就像很多反对女权运动的人其实他们根本不知道女权运动是什么，也不知道父权文化给他带来什么。会说：“跟我没关系啊，都是你们女人自己的事情”。那么我们怎么能够唤起这个男人来参与呢？仅仅靠道德觉悟吗？政治说教吗？理论倡导吗？我觉得远远不够。所以在我的理念当中，我们要让男人意识到父权文化下你和女人一样是受害者，你要起来反抗这

个文化，而女人是更深的受害者。因为父权文化压迫你，给你进行 masculinity 霸权主义男人气质的角色定义，要你去压迫女人，进而你的亲密关系也被破坏。所有这些，所有关于男人和女人的角色都是对你的压迫，而且是对你的伤害，对不对？比如当你要扮演严父的时候，你和孩子的亲密关系在哪里？你失去了多少做一个慈父的机会？你的生命体验和幸福体验少了很多？当你通过暴力显示自己强大的时候，那么你的亲密关系也被破坏了。对不对？没有任何一个男人结婚就是为了找一个女人打着玩的，为了娶回家里打着方便。我们相信他都想建立亲密关系，但是什么使他施暴？背后是什么？所以我的理念就是说，要让男人意识到父权文化也压迫你，所以男人才会自觉地参与到社会性别平等运动中来，自我解放同时解放女性。



2005年方刚接受长沙电视台女性频道专访谈男性解放

这是我的一个理念，那么反对方就认为这是为男人开脱。她们说：你让男人扮演受害者的形象，其实男人不是受害者；男人扮演受害者的形象求可怜，这是为男人开脱；吧啦吧啦吧啦，等等。主要争论在这里。她们的担心有没有道理？我说有道理。2005年、2006年的时候，大陆有个台湾人叫蓝怀恩，她是个女性，她也做男性运动。她称21世纪为“她世纪”，她说21世纪是女人的世纪了。男人受压迫啦，男人三高，脂肪高，什么血脂高，所以要帮助男人解放，这是她的理念。香港呢也有一个男性组织，它也会觉得说，男人也受压迫，等等。包括瘦马，他提倡男人节怎么过呢，他曾说：男人节，几个男人泡泡澡，喝点小酒，放松一下。这些可能就是那些反对我的人的担心。我觉得他们这些主张也是没有社会性别意识的，我是反对这些观点的。那么当别人把我和他们放在一起的时候，一块儿就打击了。其实我觉得他们的问题在于，他们没有认识到女性是父权文化的更深刻的受害者，他们单单强调了男性受压迫，但男人受的伤害和女人受的伤害性质不同，程度更不同。我觉得这是我和他们的不同所在。



方刚的专著（《男性研究与男性运动》和《男公关》）封面



2006年“男性与性别平等：多元对话与研讨会”会议筹备组成员

当时争论很激烈，大家也都是性情中人，理想主义者，我觉得这是好的地方。所以我当时就倡导要开一次会。2006年的时候，我只认识乐施会的一个项目官员，我就向乐施会提交了一个申请，以男性解放沙龙的名义来做。乐施会觉得很好，但是觉得你一个男性组织不可以，你们要几个组织合作。就把前面提到的那两个最激烈反对我的人的组织，还包括首师大的一个女性组织。还有一个同性恋组织，拉到一起，五家机构联合主办。其实就是五个人，各代表一家。要补充一点，在这场论战当中呢，我并不是没有女性主义盟友的，比如说首师大那个女性主义者，荒林。她也是一个非常活跃的女权主义者，她又非常支持我的理念，还有一些女权主义者也非常支持。荒林自称是微笑的女权主义者，所以在会议上，有人就质问她，（提高声调）荒林，你说你是微笑的女权主义者，什么意思？难道别人都是怒目的女权主义者吗（笑）？类似于这样一些争论非常有意思。荒林解释说，因为女权主义在公

众的形象当中好像都是剑拔弩张的，所以要微笑的，强调这一点。荒林是支持我这面的，她当时编一本以书代刊的杂志叫《中国女性主义》，开了个男性研究专栏，每期发我一篇文章。我们一起被弄进了这次会议，2006 年底开。大家又吵得一塌糊涂，我也把香港的和台湾的请来，一起开这个会。台湾来的一个人开玩笑说：终于统一了，哈哈。这是我所知的中国第一次围绕男性参与运动的会议，六十多人。在这次会当中我个人觉得我的声音很弱。2005 年开始争论，2006 年初筹备，2006 年 10 月开的这次会。基本到开完会，我和女权主义也就不争论了。不是谁说服了谁，是都争完了，谁也影响不了谁，还傻争什么？

我 2006 年的时候还去台湾做了两个月的访问学者。我当时联系台北大学的一个教授作指导教师，他叫王雅各，一般认为是台湾最早做男性研究的人。当时台湾有三个大学的三个老师开了男性研究的课。其中一个王雅各，一个毕恒达。王雅各的男性观念和我一致。毕恒达是被中国大陆反对我的那一派最认可的女权主义者，因为他不会讲男性解放，他只讲男性责任。我除了男性责任，会讲男性权利，就是男性也有追求性别平等的权利。总之，她们都是从男性责任角度来看，我是谈男性责任和男性觉悟。



2006 年在台湾研究男性气质，左起：王雅各，方刚，何春蕤

在这两年的争论当中，有些人很少看我的文章，或者听到的声音不全面，可能会有误解。比如李洪涛老师一直很欣赏我，合作也很好，也很支持我。但是最近一次谈话的时候，李洪涛老师说：“你前几年那个观点是不对的，说男性受压迫，男性要解放，那个观点是不对的。”可见她也被别人误导了。其实我就从来没有只说这一点。我一直说女性受压迫更深，男性也是父权文化受压迫者。男性解放才能推动女性解放。但是坊间传说却变成了：方刚说男人受压迫。

再说台湾的王雅各，我在台北大学的指导老师。我也是为了完成我博士论文的男性气质研究才去台湾的，因为台湾做男性气质研究还蛮好的，比大陆领先 20 年吧。我去台北跟王雅各一聊，哇，我才知道我所经历的那些争论、误解，王雅各在台北全经历过。他从美国回来后，最早在台湾提男性运动、男性研究的时候，他的主张跟我的主张完全一样。台湾的女权主义者，我相信也不是每一个，但是一大批，主流，全在骂他。我们俩一说什么观点，我说她们怎么说我。王雅各便说，台湾人也这么说我。然后我说我什么观点，王雅各说我也这

个观点。我们俩分处两地，但完全一样。然后我说我被气得睡不着觉，我当时真的被气得睡不着觉，因为你的观点总在就被别人扭曲，歪解。然后你这么说，她非那么说。呵，很生气。然后王雅各说，我也（笑）被气得睡不着觉。我发现都一样。我说你怎么走出来的。王雅各说：“后来我就不跟她们争了，我不介入这个群体了，我淡化出来了。”他说，庄子云：“道之所在，虽千万人吾往矣。”真理在那里，即使一千人一万人反对我也要勇敢地往前走啊。这话震撼了我。跟我刚才说的面对压力面对挑战时候的那个理念相一致了，和我在骂声中成长的理念相一致了，和我那个做殉道者的英雄情结相一致了。所以后来我一直用这句话激励自己。道之所在，虽千万人吾往矣。

王雅各还说：争论什么，父子骑驴的故事你知道不知道？我说我不知道啊。他说到底谁是中国人啊？（笑）呵呵，王雅各是个独派，但是他还是认可自己是一个中国文化上的中国人。他就讲那个父子骑驴的故事，你知道吧？最后父子扛着驴走。哈。他说你争论什么呢，你何必管别人呢？你自己做事，别跟别人争论。

所以当时我就慢慢淡出。那次会议争论之后呢，我就基本上很少跟反对我的人接触了。道不同不相与谋。

那次争论对我创伤非常大。创伤在哪里？我从1997年的时候就骄傲地声称自己是女权主义者，被很多人当作笑话。你知道吗？现在如果离开性别圈里，在马路上一个男人说我是女权主义者，仍然很多人看你笑话。但是到2005、2006年的时候，我反问我自己是女权主义者吗？不是，我不知道女权主义者是什么！女权主义有各种各样的派别。女权主义者内部的争论也很大。那么我说我是女权主义者，我到底是哪一派的女权主义者？所以那个时候我开始称自己是性别平等主义者，不称自己是女权主义者。荒林说自己是微笑的女权主义者。我也不想说自己微笑的，（笑）呵呵，我是性别平等主义者。然后那个时候呢，我进一步认识到从性别平等的理想出发，我们一定要把跨性别纳进来。否认性别二元划分的人我们一定要纳进来。我觉得男女平等的概念在我的理解当中就是强调生理男人和生理女人的平等。而当我们谈社会性别平等的时候呢，在我的理解当中就是男性、女性、跨性别，包括不同的性别实践，而不止是生理的。跨性别，自我认同的跨性别，包括男人的不同性别实践，女人的不同性别实践，都平等。我觉得是一个更高层次的平等，而男女平等仍然在二元划分的角度上谈问题。我们不应该再用二元划分的思维方式来思考问题，性别平等应该是多元的。所以从这个角度来讲当然我更应该是性别平等主义者。我觉得这样说起来更准确。所以这是我对女权主义的一个反思的机会呵。但是在内心，我依然会觉得我是一个女权主义者。我会从更高的层次上来看。就是反对父权体制那个层次，追求平等那个层次。但是一般文字上，我觉得用性别平等这个词可能更准确一些。我曾经看过女权主义各个流派，如果说我把自己归类，应该归哪类呢？我觉得我自己好像有点像自由主义的女权主义。（笑），我自己感觉呵，好像更接近一些。因为她们也谈性人权，也谈性权利嘛。对不对？感觉上更接近一些。

把男人组织起来并不容易。1998年的时候，全国妇联的刘伯红接了一个福特的项目，是妇女健康项目。她们翻译了波士顿女性健康小组出版的一本书，《我们的身体，我们自己》，就是女性主义健康学。当时的这个项目里边有一块是给男性的，让男性来做。当时我不是个学者，我只是个《女性月刊》的编辑，但是我经常写性别文章，所以刘伯红她们也都都知道我，我去参加她们的会议。刘伯红就说，你们能不能找几个男人做这个活动。当时我完全不懂学术研究，但我觉得很有兴趣，我要参与。刘伯红想组织几个男人，这几个男人组织起来了。五个男人，我是其中一个，剩下的有NGO的，有大学的，有医院的，五个男人做个男人小组。我也挺高兴，因为我当时也写《男性解放》。

1998年的下半年吧，这五个男人就凑在一起，在亚运村的一个快餐店，我们准备见面来讨论小组工作。这第一次也是最后一次。当时我扮演一个挺热心的拿钱买饮料请客的角色。我记得非常清楚，五个饮料放一个盘子里，那托盘非常软，所以我自己端着上楼时，那个托

盘又软又晃，洒了三个剩两个，我很郁闷。然后，我再去买。嘿，（提高音量）又洒了！但最后还是凑足了五个。当时让我心里留了一个阴影是什么呢？为什么那四个人就在那坐着没人来帮我？如果他们来帮我端饮料就不至于都洒。他们没一个人来帮我，直到我第二次洒了，我说你们谁去帮我？才有人来帮我，然后就凑足了五个饮料。当然那个碟子很糟糕啊，肯定根本原因要怪那碟子、那托盘。

好！五个人开始在讨论。有一个人就说，既然是有项目，有经费，那我们应该把那经费拿过来，然后我们看怎么来做这个调查，比如我们开会，要给交通补助。还有人说呢，我们要把这个做起来再考虑经费的问题。还有人说别的。这五个人就有不同的观点在那里争论。在这会上没有达成任何一致的意见，五个人就散掉了，再也没有活动。再也没有人召集第二次活动。我当时一个小编辑，也没有话语权，我召集不了，人家也不理我，有大学老师什么的。刘伯红后来给我打过一次电话，在电话里说，你们男性小组怎么样了？我说好像没人组织没人召集呀，意见不一致就完了。刘伯红就没有说话。后来这个项目她们怎么结的我知道了。我参与的这个男性健康小组就这么失败了。

其实全世界都是一样的，让男人出来，几个男人在一块开会，讨论一个事情，促进一个有点公益的东西，非常难。男性参与非常难。不要说男性参与，让一个男性小组来讨论事情就非常难。我05年办的这个男性解学术沙龙，为什么能办那么多期？因为在大学里，是大学生，男生比较好些。即使那样，场子里面一半以上还是女生。女性愿意走出来，通过社团的方式参与这样的互动。男性气质使得男人不喜欢这样的方式。强调阳刚的男性气质使男人很难坐下来谈心。我跟你谈谈我的幼年经历，你跟我谈谈自己的情感经历，这对于男人来讲是非常大的挑战。男性气质使得男人不愿意做公益，为什么？男人都被要求挣钱养家糊口，男人被要求事业成功，做公益算什么事业成功了？除非你做得特别大。男性健康小组失败，我得出第二个结论是，女权主义推动的男性运动不可能成功。如果不是男性自发的运动，不可能成功。所以就直接影响到我，后来在2005年，我就说男性运动一定要唤起男性的自觉，一定要男性由“要我做”到“我要做”，这是非常重要的一点。男性运动一定要实现这个目标才可以。

前面提到的2006年那次男性会议上，当时福特基金负责性与生殖健康的项目官员李文晶，也来了，她说男性气质研究非常重要，非常好。她2007年就找我去谈。当时我博士毕业，刚开始工作，她找我去谈了两次，看能不能做成项目。我就拼命想好项目啊，想了一堆，去谈都不成。后来李文晶聊天的时候说：“他们好多人跟我说你这个那个，我都不管，我就看，我就自己来判断。”（提高声调）噢，这什么意思？就是跟一些女权主义者的关系啊。我觉得还是有影响的，到最后没有项目。我现在的一些合作的基金会，有官员就说过：总有人和我们讲，不要和方刚合作，但我们还是信任你。这后面是什么，你自己想吧。

我要说的是2009年的一次男性会议。2009年这个男性会议是福特资助的，这是我知道的第二次男性会议。主办方是成都的一个NGO组织，做社区工作的。他们自己其实是没有性别研究背景，就在全中国找了学术界的四五个人帮助他们在各地组成论文。这也是我参加的第二次男性会议。这是我知道的中国仅有的两次男性参与男性研究的会议。我个人觉得这两次会议，第一次更好一点。第一次虽然吵得很厉害，但是那才有意思，对不对？就是说很多问题都可以讨论。当然了，我自己的一个经验是，所有的学术争论并不会使大家更接近于学术真理，或者求同存异。我跟别人进行学术争论的经验就是，这种争论的结果就是巩固偏见，然后找到自己进一步战胜对方的论据（笑）。这是我的感觉。每个人都有更多论点论据来跟对方辩论，不会真正达到学术共识。可能有的时候会，小的方面会受到一点启发，但是，大的方向其实挺难变的。这次男性研究会议，男性研究的成分比较少，男性研究这么多年一直非常少。

全国妇联妇女研究所，她们在编妇女研究年鉴，每五年编一次。2011年找我去，年鉴

第一次要增加一个男性研究的专题。我 2011 年查文献的时候，男性研究几乎还是空白。不能说完全没有，非常少，有价值的文献非常少。我觉得比较有价值的反而是硕士研究生的论文。这倒也正常，2006 年我去台湾的时候查，他们的男性气质研究成果丰富，硕士研究生、博士研究生的论文研究男性气质的非常多。我们这儿，男性研究依然是一个空缺。

男性解放探索的深入：性别平等与性人权

我开始做博士论文了，研究卖性给女人的男人的男性气质，我的性别研究和性研究的理想在这里都结合了。我觉得它对我后来的影响很大，就是我思考性别的时候，思考性的时候，思考性教育的时候，做反家暴工作的时候，都把男性气质视角引进来。我后来发表的几篇论文，如在《妇女研究论丛》上的论文，也都是从男性气质视角来谈家暴、家暴立法等问题。所以我的博士研究其实是和我现在的工作一脉相承的。

博士毕业，我就留在北京工作了。在博士期间，我常就各种性的事件发言，包括写博客文章，很有争论。有意思的是找工作的时候，我会因此受影响。比如说有的大学就很客气地说，我们要的是干活的老师，您成果太高（笑）。还有的学校呢，人家会要一个非常偏远的地外的大学的社会学系毕业生，却不会要我，人大怎么也算是一流大学吧。我当时想进社会学系嘛，但都会被拒绝。我成果不少呀，我就会觉得很奇怪，想一想，其实也很明白，就是我在性别与性的领域各种非主流想法太多，人家担心会给学校惹麻烦，或者本身对你的性方面的观点就反感，当然不会要我。我觉得主要是因为这个原因不要我。

相比，北林人文学院还是非常好的。可能他们不是社会学圈子里的，不是性别圈子里的，不知道我的“臭名”。我来了之后，挺如鱼得水的，开的都是自己的课，主流课程都没讲。心理系原有“女性心理学”，我把它改成“性与性别心理学”了。我觉得女性心理学，已经变成“没有女性的心理学”了。包括研究生课，我也开了“社会性别”。公选课也是，全都是性别。这对我如鱼得水。

那当然一开始是有争论的了，基本前三四年吧，每年都会被领导找谈话两三次。因为下面有大量老师告状，这老师呢未必是真听过你的课，道听途说。但是领导非常好，我的好多朋友说如果我在他的学校早被停课了，早不让我在学校讲课了。但是北林不仅让讲课，还讲你原来的课，还想怎么讲就怎么讲。我觉得我的领导真的是非常好。总有人告状要，要停我的课，告到学校，学校再找到他，他找到我。他说的最让我感动的一句话就是：“二十年前，我们很多老师在学校门口拿着剪刀，剪学生的裤腿。所以我们现在不要再做过二十年之后让别人觉得像当年剪裤腿那样可笑的事情了。”八十年代剪裤腿的事，我都经历过，我们学校就那样，基本上各校都有个老师拿剪刀，上学来了，学生裤腿太肥了，（笑）给你剪了；（笑）太瘦了，给你剪了。当时心理系也有人反对我，说怕我发表在媒体上的观点影响心理系招生。那我说以后我就不以心理系老师身份出现了。院长当时让我办了一个性与性别研究所，我给我一个平台，我很多事都用这个平台做。最近两三年基本上没人提教学上的问题了，大家可能也觉得，折腾这么多年了，你也不改，懒得告我了。我们原来有个书记也非常不错。有人告状告到书记那儿，书记说，你不了解方老师，你不能道听途说，太片面。她说，我把你的博客这几年的文章全读了，了解你的整个思想体系，别人以偏概全不了解，我就给他们解释。所以我觉得碰到两个好领导，非常难得，非常难得。我在其它大学，可能早就完蛋了。

该说说我和一些女权主义者的第二次论争了。我的身份是个纠结的身份。我不是一个纯粹的性学者，研究性，也不是一个纯粹的社会性别学者，研究性别，我是把它们放在一起。这是从我的成长过程中慢慢自然形成的。我很感谢这个形成的结果呵。我个人觉得我比单纯研究性或单纯研究性别的人都看得更高远，（笑）不好意思，又比较骄傲了。性别和性，在我理解，（加重语气）这是不可以分开的呀！这怎么分开啊？！离开性别你就没法谈性。我们很多性学家不谈性别来谈性，那怎么可以嘛！性与别，就是有性别的性。离开性别呢，离

开性别不能谈性。离开性呢，其实也不能谈性别。哪个性别议题里没有性呢？没有性的问题呢？很多性别议题有性的问题。我们如何对待性工作？我做博士论文之前，我跟很多女权主义者聊过，我说我想做男公关的研究，于是有两种声音。一种声音跟我说，（提高声调）你看着吧，一定还是男人消费女人，男人主宰、支配女人，虽然女人付钱。还有一种说，哎！有钱的有地位的女人主导，一定是颠倒过来的。但是当我真正研究的时候，我发现不是这样。没有那么简单，性别是一个复杂的建构机制。我会发现当同一个男公关和某个女客人在一起的时候，他可能是那个从属的、被动的、被压迫的；换一个女客人，他又变成一种主宰的、支配的。然后另一个角色关系当中，他们又是权力均衡的。所以后来论文当中我提出一个模型，最重要的一个观点是说男性气质是情景当中的流动。男性气质不是一个位置，它一定是一个变化的过程。这是我最重要的一个，后现代、后结构的论述。当然这个论述就能够直接影响到后来的研究与工作，因为男性气质是可以变化的，所以现在你做家庭暴力的辅导工作，你试图改善男性气质就可以了。如果男性气质是僵死的，那你就别做什么了，对不对，你也别唤醒男性觉悟了，（提高声调）它僵死的你还怎么觉悟啊！对不对？因为我们认为它不是僵死的，是流动的，是建构的，可以再建构的，解构再建构的，所以我们才能促进性别平等，推动男性参与，我现在做的这些工作才成为可能。所以我觉得性与性别的关系是不可以分割开来的。

我在2008年的时候开始召集一个活动，年度十大性与性别事件的评点。我叫了一些朋友一起做。它的背景是，台湾香港每年都搞，而且一搞十几年。台湾呢，有意思，台湾是两拨人在搞。你搞你的，我搞我的，观点全不一样。但是他们都叫性事件。一个是性保守团体搞的，一个就是何春蕊她们搞的。香港也叫性事件，我这个叫性与性别事件。我当时想要通过这评点把理念带出来，这个就是倡导，通过媒体报道，影响公众观念，持之以恒。有朋友说要么你评性事件，要么你评性别事件，干嘛放在一起？我当时是坚持地放在一起，性与性别事件是不可分割的。台湾的何春蕊，她创了个“台湾中央大学性/别研究室”。性和别之间画个斜杠。但是我们现在不好用这个词，到编辑那儿，这算错字儿，给你删了。插一句搞笑的事情，我在《女性月刊》做编辑的时候，包括在《健康人》做主编的时候，我当时的文章试图颠覆传统性别语言的使用。比如说一对男女，我说一对女男，或者夫妻，我写成妻夫，颠倒过来，结果到了主编那儿全给改过来了。主编说，如果我们这么出版，出版署就会封我们，说你那刊物错别字太多。到《健康人》的时候，我试图用过这样的写法，我加引号，用过两期。好，调回来说十大新闻。

我在读研的时候，2004年，潘老师搞过一次十大新闻评点。我2008年搞的时候，潘老师已经四年多没搞了，也不准备搞了。

我善于利用媒体资源，我早年做媒体呀。关于善于利用媒体，也有人批评我，说我会炒作，爱沽名钓誉。我会认为，我们做的不是物理学研究啊，我们做的不是纯自然科学研究，我们做的是改造社会的工作呀。一个社会学家，一个学者，不利用媒体，或者说不和媒体很好协作，你的理念观念怎么推广呀？我们不能坐书斋，我自我定义从来不是书斋中的学者，一定是行动派。我2008年搞的时候说我们至少要做这事做二十年，我说至少在我这儿做二十年。我们把十大新闻做了三届，全是大家义务的工作。第四届开始福特资助我们，以后资助不资助我们不知道。我们不管有没有资助，我说要做二十年我就会做二十年。很多人做事情我觉得他是一定有了资助，有了项目再做，我做的事情都是我觉得有价值我再做。所以你看十大新闻我自己没资助的情况下就做了三年，我做的很多事都是这样。

十大新闻的评委变了几次，前三年做的时候完全是邮件做，后面那几年呢我们得到了福特基金会的支持，我们可以见面讨论。邮件做的时候大家就有争论，但吵不起来，一见面的时候大家就吵起来了。我也邀请过前面提到的和我非常多争论的那位女权主义行动家来参加我们的评委，因为我一直还是非常尊重她的，我觉得她看问题非常犀利，所以我觉得带不

同视角吧。但是那次她正好不能参加会议，她说她不想“被代表”，那年“被”什么什么正流行呵。不想被代表，所以她就退出了。然后我们评委里面呢，比如说有上海社科院的陈亚亚，我觉得她就非常典型和那位女权主义行动家是一个思维体系的，所以我们会争论。但我和亚亚争论归争论，我一直把她当最好的朋友之一，我觉得她也应该是这样。

我们评委里面，慢慢地像我这一派的人多了，我自己称之为性权派。当然啦，我个人觉得性权和女权是不冲突的。性权这个词有人写成性权利，而我认为是性人权。我也是受中华女子学院的赵合俊老师启发，他是研究性人权的，他有一本书叫《性人权理论》。如果做一个简单的定义，人权就是与生俱来，人人平等的。性人权也是一样，与生俱来，人人平等。性人权包括性的自由选择权，（提高声调）无论你选择什么样的性，都可以，只要你不侵犯别人的人权。人权的行使一定要不能侵犯别人的人权。如果你侵犯别人的人权，当然就不可以。所以，这是自由选择权。第二个呢，平等权，无论你选择什么样的性方式，都是平等的。异性恋，同性恋，乱交，换偶，人兽交，卖性，禁欲，群交，吧啦吧啦，无论你选择什么样的性，你都是平等的。只要是你不伤害别人，这里面所参与的人都是自愿的，那都是平等的，对不对？我觉得性人权的核心主要包括这两点，就是自由选择权和人人平等权。当然前提是你不能伤害别人，拉着别人硬做，那当然不可以，是强奸。因为你侵犯别人的人权。人权的维护以不侵犯别人的人权为宗旨。

而当我们使用利益的利，来说“性权利”的时候，是和角色联系在一起的。有角色才有权利，而角色和义务，权利和义务是联系在一起的，所以经常会说“没有绝对的权利”，“一定是和义务联系在一起”。没有绝对的权利是指身份权，权利是身份权。但是人权不一样，人权是与生俱来的，根本不需要有什么承担义务。与生俱来，人人平等，先天具有的人权。当然，性人权也有争议。比方说李银河老师她就不喜欢性人权这个词，但是我比较喜欢用性人权。这个和我前面那些性少数研究又都结合在一起。

回到十大新闻评选时的争论。我们会有非常大的大争论。但最后我们都能够找到一个点达成一致。

争论在哪里呢？比如说 2011 年的一个案子，就是北大有个教授在丽江旅游的时候认识了一个女孩子，发生了一夜情。然后媒体说，教授答应帮她考北大，结果没考上。那个女孩就要挟这个教授你给我二十万，要不就杀你全家。教授报警，那个女孩被抓起来了，那个北大教授被北大停教职了。这个案件怎么评点？简单的女权的视角来看，这个案件当然是一个大学教师利用自己的权力关系做出虚假承诺，甚至利用自己的权力要挟得到有权力差异的性，行使权力不平等关系，欺骗、要挟。但是我如果从人权的视角看呢，我就会反思说，这个教授他真的是利用这个权力关系了吗？说我是北大教授，你和我上床我就让你上北大，还是仅仅说，你是我女朋友，我会努力帮你考上。我个人会觉得可能是后者。因为稍微有一点常识的人都知道，一个教授没有办法保证你上北大。别说上北大了，你保证别人上中华女子学院都保证不了，对不对？然后呢，我主张应该反思，他和那个女孩子有权力差异，但是有没有利用自己的权力差异达到性目的？不能简单地说有权力差异的两个人的亲密关系一定是有权力的一方利用了权力要挟另一方。对不对？这个世界上谁和谁没有权力差异，男人和女人本身就是有权力差异的，这个时候女权主义者又忽视普遍的权力差异的存在了。好，这件事有争论。我会反问：一个大学有没有权利因为一个人的私生活而去干涉职业生活？我们围绕这个进行争论。我说清楚了吗，我关注女权，但我认为女权和人权不冲突，女权一定是人权之下的。有些女权主义者，表面上讲女权和人权不冲突，但谈女权的时候，无视人权。

再比如 2012 年的那个艳照反腐事件。有些女权主义者说，你看这些当官的，利用权力要挟，等等。但是从我的角度我又会反思说，那个当官的到底真的是利用了自己权力，对女性说：你不跟我发生性关系我就怎么怎么样你；还是说那个当官的也可以跟比他地位弱的女子真的有爱情？我们不知道。当我们不知道的时候我们就不能够简单地来假设他们之间一定

有压迫的关系。如果是这样，人类社会不平等权力关系都在。男人和女人本来就是有不平等的权力关系，但你不能说所有的男女关系都是不平等的亲密关系。所以像艳照反腐的那一年，我们就极大地挑战、批判了当时几乎是全民为艳照反腐喝彩，而无视其侵犯了隐私权这一基本人权的心态。我记得我们这个评点，在 2012 年底还是蛮前卫的。到了 2013 年会发现，好多艳照反腐一出来之后，许多网民在质疑这一点了，觉得这不是又回到了那种利用个人的私生活打击人的时代吗？我发现我们的人民觉悟还是很快的，哈。

我们不能说两个人有权力差异，就不能有爱情，对吧？所以我主张从人权的角度思考，挑战主流价值观。在某些女权主义者看来，存在权力差异的一对情侣，一定就是不平等的权力关系的产物，一方以权力得到性。我们的评委围绕这个有争论。一开始我就引导大家讨论过，我说人权、性人权和女权到底冲突不冲突？我认为不冲突。但是在现实生活中，为什么很多人认为冲突呢？我觉得，如果你认为二者存在冲突，要么是你错误地理解了性人权，要么是你错误地理解了女权。在我的理想当中，女权和人权（加重语气）不冲突！女权就是人权，但是你如果一定让我选哪个是上位的，哪个是下位的，那么当然人权是上位的。没有人权，何谈女权？人权上位，人权里包含女权。所以从性的角度来讲，我一直在反思、挑战所谓的性道德、性伦理。我认为和性人权相比，性道德、性伦理是下位的，明显地，当它违反人权的时候，要否定它。我认为，理解对了女权，它根本不会反人权。但是有些人呢，坚定地永远要从那个权力的视角去思维，不惜忽视人权。

2008 年开始年度性与性别评点活动，是因为我觉得这事情有特别意义，我就给我认识的哥们姐们发信，我觉得跟我的关系比较好的，估计他们也愿意参与这事儿的，我给他们发信，然后他们就支持参与了。当然了，这样做也有缺点。因为物以类聚，人以群分嘛，你的朋友不会差别太大。你自己的哥们团体，覆盖面难免有偏颇。三年前，就是 2011 年福特资助的时候，福特官员提出了要求，要扩大评委的面儿。前三年我们就比较失败在哪里？前三年三十个事件我们竟然没有一个同性恋事件。我们竟然没有！然后 2011 年开始，我们评委里头有了同性恋领袖。我们开始每年都有同性恋事件。（提高声调）你评点了半天没有同性恋事件很奇怪，对不对？所以我们就弥补了这个缺点。我们把同性恋社会运动的积极分子纳入进来。

2008 年开始做的时候，我就主张不隶属于任何一个机构。有人劝我说找找中国性学会，找找这个，找找那个，我说那就死掉了，跟他们一块儿玩我们就死掉了。我们就搞自己的，不跟他们玩。

选评委的时候，还考虑要人文社科领域比较活跃的学者，发出独立的声音，不隶属任何机构，具有民间代表性。当然，最重要的标准，就是对评委的要求。后来有评委不符合这样的要求，把他去掉了。我的标准是，你要有性人权意识，同时要有社会性别平等意识，两者缺一不可。如果你在平时发表了违背性别平等或性人权的声​​音，你就不再适合做评委了。所以后来有一个早期的评委，也是我的朋友，他围绕同性恋问题老是说一些政治不正确的话，坚持政治不正确的态度。我们这时有同性恋评委了，就提醒他说，（笑）你这违反评委标准了。后来我给这位写了一封信，表达歉意，同时也告诉他，他不适合再担任评委了。

2009 年的时候就开始有别的媒体做十大评点了。什么十大家庭啊，十大婚姻，十大妇女事件呀，等等。各种跟性与性别有关的十大就出来了，家庭有关的十大就出来了。中国妇女报做了两年十大妇女事件，她们以前是报道我们的十大评点的，自从自己做了，就不再报道我们这个了。还有一个机构做十大婚姻家庭，去年做过，今年也就不再做了。你会发现非常有意思，同一个事件不同的人肯定都会用，但是评点完全不一样。价值理念都不一样，很有差别。

我依然认为我们的评点是最好的。当然现在掉头来看也不尽善尽美。为什么呢？其实有的时候我自己也会有一些警惕，害怕有人封掉，不让我们搞。类似的事不是没有先例。

最近这三年评选活动的做法是，先提出备选事件，大家讨论确定评点事件。有时候一个事件评点的点不一样。我们的点不以公众热议的事件为选择，而以那个事件有启发性，能够引导公众观念为选择。比如，2013年我们就没有把李天一轮奸事件纳进去。我们收入的是清华教授说卖淫女被强奸伤害小。跟李天一案有关系，但是李天一案基本上没有太大争议，最多是会有一些讨论，比如说权力阶层的影响，但远远不如清华教授这个争议大。所以我们是选择那些能够有挑战主流价值观的，公众观点不清的，选择这类事情纳进去有助于我们推动公众观念改变的初衷。

所以，我们以这个为标准来选。比如说，2012年的时候就选了叶海燕的那个一元店，她自己给民工提供性服务只收一元钱。我们评点甚至出现这样的句子，说此事件标志着中国性工作者高调维权时代的开始。价值非常鲜明，支持性工作。包括南京马教授换偶案，我们评点也非常鲜明，就是批评现有法律中的聚众淫乱罪。从人权的角度看，公民私权利不应该干涉，只要是自愿的，就没有问题。



性与性别事件点评会议合影（摄于2011年12月10日）

评点活动的流程是，先确定案件，再确定评点视角，然后大家写头评点，分几个人写。最近两年发现，不如一个人写。然后就基本上一两个人写。去年一个人，今年两三个人写。两三个人写完再发给大家，补充评点，开会的时候再一个字一个字地改。好处是我们现在照顾到不同学科，比如法学教授就有两位。然后呢，有同性恋的，我们一直想纳入跨性别的，但是跨性别的人找不到合适的。有社会学的，有社会工作的，性别学的，文学的，涉及到的比较多元，不同学科的视角都能纳进来了。

这二年最后开会面对面讨论的时候，我就不直接引导讨论了。我找别人引导讨论，我把精力腾出来调和冲突。我们第一年讨论的时候就很激烈了，有人哭了。第二年讨论也很激烈，但是没有人哭（笑）。第三年呢，我们也很激烈，但是我就很快就调和下去了。呵。我们尽可能就事论事，不要引申太多。最后尽可能达成一个大家都认可的观点。

比如说我们对北大教授那个案例，我们最后的评点就分两段，第一段我们说：“事件双方确实在身份上存在不平等的权力关系，我们反对拥有优势资源的一方利用自己的资源权力进行性诱骗，因为这可能会妨碍弱势一方的性自主权。如果教授在此事件中确实利用自己的职务、权力通过虚假承诺来满足自己的私欲，这种行为是我们所谴责和抵制的，而有关机构对其的处罚也并非毫无依据。”第二段我们说：“但我们不反对权力关系不平等的人之间自主的爱与性。在个人关系的私领域，简单地以身份来定义权力关系，也是刻板和不负责任的。教师没有义务成为性规范的牺牲品。私生活是个人权利，不应该与职业绑在一起。”我觉得

这把两种观点都照顾到了。2011年之前我们主要想推主流媒体来宣传报道，2012年开始把宣传推广定位在新媒体，微博之类的，所以我们努力把字句压短，一百五十个字解决。艳照反腐，我们评点说：“在网络集体狂欢式的艳照反腐中，性道德成为人们反对公权力腐败的一把利器。而无论当事人的性事是否存在腐败行为，均成为性政治砧板上的鱼肉。以偷窥、曝光、滥用个人隐私为方案的反腐，使当事人个体，尤其是女性当事人，受到更加深刻的伤害。网络艳照反腐已成为公然侵犯公民私权利的性暴力。”2012年年底，这么评点是非常有争议的。当时主流的声音不是这样的。

2013年争议最大的就是性侵犯案。当时性侵犯事件不断曝光，大众一片骂声。我当时写过一篇文章，题目是“全民反性侵下的警惕”。我讲到，面对性侵犯除了完善的制度保障外，需要加强旨在提升青少年自我保护、自我决策能力的性教育。在全民反性侵话语膨胀之时，警惕舆论对司法的干预，警惕只是强调对青少年强调反性侵，忽视性的正面价值，警惕以保护为名进一步剥夺青少年的性权利，更要警惕保守势力以道德进步之名，将社会带入道德威权时代。我们这些不是主流的声音，主流的声音是什么呢？以反性侵为例。我们社会主流的声音都是在要进行反性侵的教育。像去年发起的一系列所谓女童保护行动，包括要提高最低保护年龄的呼声。总之都是让青少年学习反性侵。但是从性教育的角度看，这是非常危险的。这就是性教育当中的一派，非常容易坠入的一派。哪一派呢？就是守贞教育。这样的所谓性教育的结果是，学生形成对性的错误认识，性是可怕的，性是污名的，性是羞耻的。一想到性，就想到性侵。哇，这是现在主流性别学者做的事情呀。她们都在喊反性侵，而我们从性教育的角度，强调反性侵不是目的，更不能只讲反性侵。在十大新闻评点当中我们把不同的声音纳进来了。

评委之间会有妥协。我想妥协可能还会持续一段时间，因为我觉得这样评点出来不偏颇。尤其在我们认可父权文化是主流文化的时候，这个评点是我个人能够接受的，也是多数评委能够接受的。但是慢慢地发展，我不知道未来会是什么样的。我相信二十年之后也许我们的观念会改变。比如说2012年谈艳照反腐，有这么多争论，今年谈艳照反腐，大家都比较一致。我们有的评委就说，其实这几年下来，大家观点越来越接近了。

在十大新闻评点中，性权和性别视角能够达成妥协或一致。但我想谈另外一些研究，包括男公关的研究，会体现出性别视角和性权视角的不一样。我们真的不能那么简单地理解性别和性。我觉得有些人太简单了，就是认定男人一定怎么样，这还是二元划分嘛！女权主义在我理想当中，应该挑战二元划分嘛，对不对？但是我们有的时候一不留神又堕入二元划分的那个窠臼里面去。我的另外几个研究，比如说我研究裸体的时候，有女权主义者说，“我关心的是那些女人的处境：那些裸体女人，她们是不是被迫的，”等等。

总体来说，当我挑战所有那些被污名的、简单的、概念化的性的时候，基本上我都能够得到学界很多人的认同，特别是在那些性少数多的会议上。我挑战的性工作当然没问题，大家都支持性工作。对吧，我挑战换偶的旧观念，我觉得也没有问题，大家都觉得没问题。但是，到乱伦研究，我称之为亲属性关系研究，情况不一样了。

我为乱伦正名的时候，大家都觉得有问题，甚至被压迫的性少数也觉得有问题。同性恋解放运动是当前中国所有性少数解放运动中做得最好的，但我一直讲工作不能止步于此。不能变成异性恋歧视同性恋，同性恋歧视双性恋，双性恋歧视性工作，性工作歧视SM，SM歧视恋屎的，（笑）恋屎的歧视恋足的……各种各样的歧视，我觉得挺可怕的。我们一定要有全员的平等这个理念。但是我发现做到这一点是非常困难的。以乱伦为例，乱伦是最最最挑战我们的包容性的。多数人没有办法包容。我要说的是查到的所有关于乱伦的文章，都是什么母亲跟儿子，儿子受害，成年之后找不到理想的伴侣，爱恋对象固执于中年妇女。这很奇怪，他爱中年妇女就一定有错吗？他一定要爱比他年轻的吗（笑）？什么父亲跟女儿，都是父亲压迫女儿，吧啦吧啦的。我自己查到的中文文献当中只有一篇文章，也是一个学者，

她做的访谈里面出现了这样一句话，那个女孩子说，“其实我是有情欲的。我跟我的父亲在一起是有情欲的。”她文章点到了，但是她没有再继续下去。她又转向了，又回到那个简单批判的主流论述里面了。

当我做研究时，我不是这样。我研究的每一个性多元人群，在接触他们之前我都用人权视角来解读它。然后我有谈性人权的视频节目和文章在网上，所以这些找到我的人都觉得，我的观念很新，我不是简单地贬损他们，而是更多的理解。开始访谈就会发现，所谓权力关系、性别关系没那么简单。这个权力关系非常复杂。比如说，在亲属性关系中，过去认为都是长辈支配晚辈，其实不是，是男人主导。男人主导不等于男人主宰，要清楚这两者之间的差别。儿子主导跟母亲的性，父亲主导跟女儿的性。但不等于就是他主宰，比如对方不愿意我也一定要，或者说对方只是被动的。不是这样的。许多亲属性关系中，母亲跟儿子的互动，其中权力关系互动微妙得很。她可能有暗示，可能等她儿子来做，但她不动，非常有趣。那个父亲呢，蛮符合主流的权力关系，男人主宰。有意思的是，当母亲跟儿子发生关系之后，母亲那个长辈的角色行使被削弱了。但是父亲跟女儿有性关系之后，父亲的那个长辈角色的行使不被削弱。这其实是符合我们主流的性别论述的。但是，不要简单地就认为说这些女孩子都是被压迫被剥削的。很多女孩子是自主的，甚至主动选择的，主动诱导父亲开始第一次的。她可能不会说上来主动做，但她用各种方式来诱导。总之，我想说的是，性别的关系和权力的关系非常微妙，性别的运作不是那么简单的。我会觉得只要是符合人权就没有问题。在我的价值观里，我仍然会尊重人权的选择。当然问题又来了，许多人会问：多大年龄才可以自主行使人权呢？父亲、长辈和孩子之间有不平等权力关系，孩子真的能够行使自己的人权吗？这又回到那个有权力关系差别的两个人之间，真的能够是平等吗的话题。

再说换偶。在中国做任何研究都非常危险。并不是说这个研究本身可能有什么危险。问题是，你做了这件事情，社会怎么评价你，你周围的同事怎么看你，这个危险你有没有勇气承担。马尧海的“南京换偶案”，二十多个人被抓起来，全中国一片骂声。只有我跟李银河写文章支持。法学界全在沉默，但是许多法学家其实认为根本就不该判罪。一位刑法学的泰斗级人物早就在他写的《刑法学》一书中说了，聚众淫乱罪涉嫌违反宪法，根本就不该判罪。但是为什么法学家不出来表态？我的一个朋友，也是法学教授，一直非常低调，他就和我说：“如果谁敢出来说聚众淫乱不应该被判罪，别人就会说，你这个教授是不是也换偶？”当然他这个说法有点不着边际，但却是很多人的思维习惯。那个时候，马教授被判刑之前，很多媒体都会报道我和李银河的观点。我们院长跟我谈话了，讲有北林的老教授告到校长那儿，说上街的时候都不敢说自己是北京林业大学的了，否则人家会问：你们林大老师是不是都在换偶？（笑）你说有些教授们的脑残到了什么地步！

主流社会关于换偶的知识和态度也是想当然的，是建构出来的，比如建构为在换偶中男人支配女人，都是男人动员女人去换偶。生活中不可能是这样的。男人主导，但不是男人支配。在我的访问当中有一两个女人在动员老公去换偶，多数是老公动员妻子，但是在现实当中往往是妻子具有一票否决权。那个妻子不想去的时候，这个事情根本做不成。到了那个现场，都已经脱了衣服了，那女的还有一票否决权。现实当中是这样的，就是女人被动，但不是被迫。被动和被迫不一样。文化建构了女人被动。但是当女人在性上觉悟了之后，她可能是一个非常活跃的性积极分子。所以我们不能说女人在换偶中一定是被压迫的。如果把被动理解成被迫，我认为不可以，你忽视了那个性别社会体制对女人的性的建构。而男人没有那个建构。我觉得挑战那个建构才真正挑战父权制。

换言之，你为什么认为一个女人去换偶一定是这个女人是被动、被迫的呢？为什么这样认为呢？这不又回到了那个二元划分的性别窠臼里头了吗？所以我说在这些研究当中，我看到女人不是铁板一块的。女人可以在性上是非常主动的，而这样的女人不一定是被迫的，这样的女人也可能恰恰是，我们性别平等运动的一分子。一个女人如果不能在性上挑战传统文

化的那种父权的压迫，她怎么可能全面地挑战压迫？我在性上一定要做守贞的，我不敢颠覆自己，我怎么追求性别平等？当然守贞也是一种选择，但是，我们不妨反思一下，贞操观本身是有压迫性的。我知道你有选择权，但是否就可以忽略了贞操观本身的压迫性？就像我们现在一般习惯地说女人可以有权利选择回家做主妇，也可以有权利选择工作。没有错，我自己觉得女人有这个选择权。但是当我们支持这个选择权的时候，我们有没有想到女人回家本身是有压迫性的？是文化对女性角色进行的建构，几千年来女人一直做家务，这个压迫性是有的。贞操观的压迫性，性上的压迫，本质上是一样的。我们是不是可以用简单的一句“平等选择”，就忽视了过去几千年女人受性压迫的血泪史？我觉得不可以。当然不是说要剥夺她的选择权，但是我们要问一下：在性上，为什么我们总假设说，那些女人，她愿意跟她老爸做爱一定是被压迫的，她愿意去换偶一定是被压迫的。有人说：“父权社会压迫女人，过去一个男人占有女人，现在是一群男人占有女人”，这种对换偶的指责，这是常见的。这是认为男人在玩女人。为什么你不反思一下，也可能是女人在玩男人呢？对不对？我们总在假设成女人是受压迫的，这是错误的，我觉得这是性权和性别的一个争论点。女权主义有一句非常著名的话：“个体差异大于群体差异”。意思，女人并不比男人差，两个女人之间的差异可能要大于男人和女人整体的差异。但是为什么独独在性的自主权上，我们很多人却忽视了这一点？忽视了女性的个体差异也可能大于群体差异。有一些女权主义者，她们是反对这一点，她们对女人的性的自主权是忽视的，她们会一直认为女性在性上是被压迫的。

这里面就又涉及到一个特别有争议的争论。几乎所有的中国女权主义者都在主张废除嫖宿幼女罪。我们社会主流的声音是废除嫖宿幼女罪。司法界、刑法界不太认可，为什么？

对这个问题，要从几个层次来说。我也主张废除嫖宿幼女罪，但是理由和那些女权主义的理由（一字一顿）恰恰相反。完全相反。为什么？她们说，嫖宿幼女罪是为男人开脱，等等。法学界其实主张维护这个罪的声音是非常强的。但是我觉得在强大的舆论攻势下，慢慢地有可能这条罪真要被废除了。那可不是一个进步。绝对在我看来是一个倒退。最高法院也表态了，但是有人把这个解释为最高法院的安民政策，亲民秀。法学界，包括我们的评委里面也有做刑法的，会觉得女权主义的这个废除嫖宿幼女罪的论述非常荒唐。我会说，女性没有卖性的权利吗？（停顿）未满十四岁的女性就没有卖性的权利吗？性人权的理论是什么？人权与性人权，都是生来就有，（提高声调）可不是到十四岁才有性人权啊！人权是与生俱来的啊！一出生就有啦！不是说到十四岁、十八岁才有人权，不是的。但是我们马上面对的一个质疑是：她那么小怎么行使她的人权啊？我们当然要帮助她更好地行使她的人权。但是，我们用什么样的方式？最低保护年龄，取消嫖宿幼女罪，等等，（提高声调）是要用禁止的手段，管理的手段，约束行为的手段，是剥夺你的人权，不是为保护你的人权。

我主张用赋权的手段使青少年能够行使自己的人权。empowerment，给你权利的手段，保护你的人权。我做了几年的性教育，去年提出一个赋权型性教育。我要强调赋权，赋权是什么？不是权利给你我不管了，你们死活自己决定，不是的！赋权恰恰是帮助那些最底层的，我们要帮助的那些人获得资源和能力，赋予她自己决定自己身体的能力和权利。我们要做的是这件事情，是给她行使人权的能力。

一个孩子到十二岁、十三岁，她还不懂得卖性的意义是什么，她还不知道我卖性会给我带来什么伤害，影响我未来的人生，她还不懂吗？那是我们赋权失败！不是说她学不会，不能理解，是我们根本没有让她学习和理解，没有告诉她怎么去理解这件事情。

十四岁女生不懂得卖性对自己意味着什么？她不懂那些性对她的伤害？那你就去性教育好了，你教育她，我们要做的是让她具有懂得这个的能力。获得这个能力一点不难懂。这个难懂吗？我觉得一点不难。我们教给一个青少年说，性是什么，可能给你快乐，也可能给你伤害，然后你自己决定要不要做这件事情，如果做，如何不要伤害。做到这一点这么难吗？这件事情根本没有我们想像的那么难。但是我们现在不想做这件事情。我们要做的是“保护”

她。你也一定会说：（加重语气）这一定不是你的想法！我们坚定地相信她没有这个权利。即使她真的自主做了这个选择，我们也不相信她是自主做的。我们一定要剥夺她的这个权利。用什么方式来剥夺？用取消嫖宿幼女罪来剥夺，用提高最低保护年龄来剥夺。总之我们认为我们成年人要保护未成年人，而我们忽视了，在我看来，我们成年人要做的唯一一件事情就是，赋权给未成年人，让她知道我做的每一件事意味着什么？我可以做出不同的选择，我这个选择对我来说意味着什么，有什么伤害，得到了什么？然后我自己决定。我的性教育要做的是这件事情，赋权，而不是剥夺。我觉得我们很多人做的是剥夺。

取消嫖宿幼女罪，你侵犯了一个人卖性的基本的人权。它是基本的人权。然后你要提高最低保护年龄，也是侵犯人权。在台湾曾经也经历过这么一个阶段，台湾性骚扰问题受重视的时候，有人就主张把最低保护年龄提高到二十二岁，非常荒唐！

好，回来了，为什么我刚才说，我也主张取消嫖宿幼女罪呢？我的视角和她们不一样。因为，性工作就应该是合法的，性工作应该被认可的。对不对？当然你如果有个嫖宿幼女罪，那等于说性工作被污名和非法了。我们应该允许别人从事性工作，和购买性服务，所以当然要取消嫖宿幼女罪。但是她们主流派的主张，取消嫖宿幼女罪是要严惩那些客人，按强奸罪来处理。

我觉得，这个争论的背后，我还是在坚持那个性人权的视角。我认为每个人一出生她就有性人权，你不能伤害她。但是她也有卖性的权利。所以理想的社会应该是根本没有最低保护年龄的社会。李银河也持这个观点，但是我想我这辈子是看不到这一天了。未来呢，我相信一百年，两百年，人类终有一天会形成这个普遍的价值观，不应该有最低保护年龄。有人说，全世界都有呀。全世界都有就是对的吗？

当有一天我们性教育真的做得很好，当然就没有最低保护年龄存在的必要了。不管你几岁，只要是被迫的，从人权角度来看都是坏的，都要处罚的。对不对？二十岁，三十岁，被迫都是处罚。相反如果是自主选择的，都是可以的。十五岁，十四岁，十三岁，只要我自主选择都是可以的。所以从人权的角度来看呢，最低保护年龄，嫖宿幼女罪，这些都应该取消，但是呢，我也知道，在我们能看到的时间内，这个达不到。但这不影响我们追求，因为当我们追求的时候，实际上我们在传达性人权的理念。我们在传达这个理念。我觉得这一点和性别平等权不冲突。在我看来一点都不冲突。但是呢，她们会认为冲突，有些人会认为冲突。她说，你这么倡导就是男权，你根本就没有性别平等意识，你如果有性别平等意识，你知道女性怎么被压迫，女性怎么被剥削，你就不会这么倡导。但我觉得，如果是被压迫，被剥削，那当然是坏的。如果没有做好性教育，一定是坏的。当然在中国现在性教育普遍缺失的情况下，做到她自己赋权，是蛮困难的，但是这不能成为我们不去做好的性教育的理由。你不能说，因为好的性教育没有，所以我现在就来做这个剥夺性人权的教育吧。

我说的这些，支持的人一定非常少。但我相信，未来历史会证明我是正确的。虽然整个人类社会主流的，不只是中国，全世界大多数人都是不认可我前面说的观点的。但历史会证明我是正确的，这可能要二百年，也许五百年。

转向性教育领域

我会这么分解自己的研究阶段：第一个阶段，总体来讲就是性多元。性的各种多元存在，比如说，我的硕士论文多性伙伴与社会控制，博士论文男公关与男性气质。后来的换偶者、“乱伦”者、裸体主义者，都是性多元。这个性多元就是以性人权为出发点的，但是社会性别一直交织在里面。到了最近五六年，是我的第二阶段，就是性教育。因为我感觉性多元我真的做得差不多了，就是我不知道可以再做什么了。有的一些多元现象的研究呢，一定要让当事人自己去做。比如说虽然我早年做同性恋的研究，但后来就几乎完全不涉及了。因为那个时候同性恋者自己不敢出来做研究，不敢，不能发声。但是后来很快就一样了，我们就

不能越俎代庖了。所以我现在对同性恋的接触多数就是在他们需要的场合去讲讲话，写个推荐信，写个书序言等等，停留在这个层次了。五六年前，很偶然的机遇，我开始做性教育。一家公司给朝阳区的中小学教师做培训，这个机构的负责人听过我的课，她觉得性教育不错，应该给老师讲讲怎么对他们的学生进行性教育。然后我就开始去那儿讲性教育。在这之前并不是完全没有接触，我孩子成长的过程当中我就一直有性教育。讲了几次课以后，那个负责人说咱们办一个青少年性教育基地，可以利用这个基地平台来发展。

我觉得基地起名称的时候我又往前走了一步。这是在四年多前吧，2010年左右，虽然那个时候我完全没有看国际上性教育的各种指导纲要。但一开始做性教育的时候我就想，性教育是一个大的体系，不仅仅性生理教育，一定要有社会性别的教育，最后我们这个基地起名字的时候呢，中文名字他们怎么起的，我没有坚持，英文名我就说，叫做 sexuality and gender education。社会性别进来了。这里头就是一个非常大的重点是什么呢？因为中国的性教育，以往一直是做 sex education。性生理教育，这几年开始变成 sexual health education，他们说是性健康教育。性生理教育在我看来显然太狭窄了。性健康教育呢，教育的目标是为了健康，这又太狭窄了！根本不是我理想中的性教育。所以那个 sexuality，我们都知道是个大的性，全面的性文化、心理都在里面。然后我把 gender 都加进去了，我当时会觉得性教育一定是整个人格成长过程中的一个环节，其中社会性别完全不能没有。虽然那个 sexuality 里头我觉得已经有了 gender 了，但是在这里要特别强调一下 gender。这就是我当时性教育理念。我们有一个小组曾讨论，别人就说叫性教育好了，干嘛要加性别呢？但是我就坚持加性别。有些女权主义者批评我不是性别平等主义者，你说我是不是性别平等主义者？（笑）我当时坚持要把性别加进去呵。这个基地现在还在安慧里中心小学里。我们当时设计这个基地的展板，要设计两个主人公，给两个主人公起名字，一个男孩，一个女孩。然后大家就提出过 N 多个版本。其中一个叫大智小爱，男生叫大智，女生叫小爱。那当然我不喜欢这个名子了，男人大，女人小，男人有智慧，女人有爱心，这不是传统性别概念吗？我就要求颠倒过来。女生叫大智，男生叫小爱。后来就统一了，一个叫小智一个叫小爱，小智是女生，小爱是男生。最后在展板上我们又加了一句引导的话：“我们都要做既有爱心，又有智慧的好孩子。”

当时设想是一个学校一个学校培训老师，做的是收费培训。但是这个商业运营的设想不顺利，后来主办方就想跟中国性学会合作，因为中国性学会是一级协会，它发性教育教师资格证，这样是不是老师就来这上课？当时跟我商量这个事情。我对中国性学会比较了解，他们不保守也不行，在中国，中国性学会保守也不能全怪他，不保守不行。它是民政部注册的，好像是隶属北医大，就是现在的北京大学医学院。当年是北京医科大学的几个人成立的，他们的党委书记兼任会长，基本上都是医学口的，其他学科是后介入的。在中国有这样一个协会能成立就不错了。当时吴阶平还在世，是第一任名誉会长。所以它如果不保守，像我这样总是发表这类声音，早给它灭掉了，所以也不能全怪他们。但是显然我和他们是道不同，不相与谋。所以当时我内心是不主张合作的，但是我从人家主办方的经济利益考虑，也支持他们合作。我也参加了他们一次会议，但是发现实在没有办法合作，跟我的理念不一样。然后基本上我就退出来了。我觉得商业运营模式推不动。那么哪种模式比较好呢？我去培训的几个地方，以济南为例。济南这个地方有一个有话语权的心理老师，现在性教育通常归心理健康老师管。他们成立了一个济南心理健康教育协会，然后他请我去做这些老师的培训。他去教育局拿钱，整个项目都得到教育局的支持。我觉得这种方式可行，而且成本非常低。他可能只给我一个人讲课费，几百人来听都行。我们有一次培训了四百个老师。如果是商业培训，一个老师可能要收几百元至几千元，这种事学校承担不了。我也跟一些地方讨论过，学校没有能力承担。也就是说，性教育用商业运营的方式推不动。就算是赠送的方式，人家都不一定做，因为性教育还是比较敏感的。性，敏感；孩子，敏感；加在一块，双重敏感，所以比

较难做。当然，如果一些有志者慢慢推动，然后一点一点地，当足够多的地方形成气氛了，就会比较好。

在这个过程中，我也一直很警惕守贞教育，包括仅谈预防性侵犯的性教育模式。我前一段时间参加了一个会，这个会也是跟性侵有关的。有一个老师说她做过一个调查，到一个中学里边问：说到性，你想到什么？学生随便写下来。结果拿来一看，挺吓人的。学生写的都是：性骚扰，性暴力，强奸，死亡，性病，痛苦……。全是负面的。我们要的不是这样的结果，我们要的不是这样的性教育结果呀。

开始做性教育之后半年左右，我才读到了联合国教科文组织的《国际性教育指导纲要》的中文版。哇，那里面的性教育就是 sexuality 和 gender 的教育。你看我又未学习就先悟到了。性别教育在 2010 年的中国性教育界是很有争议的。当时中国的性教育界，不要说 gender, sexuality 都是个陌生的词汇。最前卫的就是 sexual health。直到今天主流的中国性教育依然是 sexual health。

这可能稍微涉及到一点背景。2010 年有一个小小的人事变动，这件事我觉得对中国的性教育，包括对我自己的研究都有影响很大。

2011 年福特基金会生殖健康领域换了一个项目官员。这个项目官员叫苏茜。这个官员是何许人也呢？这个官员是个同性恋者，是一个社会活动家，我觉得她是一个社会活动家。她牛仔裤，旧毛衣，很随意地往那儿一坐，一盘腿，哈哈，非常工人阶级的社会活动家。苏茜早在 1996 年的时候就在北京，她推动了中国最早的女同性恋小组。我们办性健康教育基地的时候，我跟基地的负责人去拜访李银河，想请李银河当顾问。李银河对我还是很支持的。李银河自己曾说：“方刚的主张我都支持，我都同意，我们俩观点完全一致。”其实也有一点点不一致，但是我们不一致的地方太少了，基本上都一致。李银河当时虽然不做性教育，以前也没有发表很多性教育的文章，但一见面她问了两个问题。我觉得这两个问题太深刻了。一个呢，“你们怎么讲同性恋？讲不讲同性恋？”一个呢，“你们讲不讲安全套？”哇，我觉得这就是性教育不同理论流派争论的焦点呀！后来我了解的性教育流派的差异，由这两个问题能看出。不讲安全套的就是守贞教育。性教育在国际上有三大流派。一个守贞教育，不许做不许做不许做，性可怕！一旦有了性，怀孕、堕胎、性病、艾滋病！要严防性骚扰！这是它的一套。什么是性？不讲。性的正面价值？不讲。性的人生价值感？全不讲。就讲不许做。我们把它称作为禁止派的守贞教育。第二派告诉你最好不做，如果你做，要戴安全套。第三派呢，欧洲性教育，（感慨地）它是什么都讲，就是我刚才说的那个 sexuality 加上 gender。然后呢，它也不会告诉你性交不好。它讲权利、责任、尊严、爱，要让人学会对自己负责，这是它的教育理念。总之跟李银河聊，李银河问两个问题，然后李银河挺满意，说你们找福特要点资助，现在苏茜当官员。

然后我就联系苏茜去谈。苏茜支持了我们的性教育项目。每年的 8 月 12 日国际青年节，我们提出把这一天作为性教育倡导日。然后苏茜又支持了我的十大新闻评比。后来又主动给了我一个性别多元会议。后来又支持了我的中学性教育教案库。以前我没有项目，没有钱，好多事儿做不起来，现在由于福特的支持，我整个的工作就做起来了。苏茜是一个非常好的项目官员，我真的佩服她。她对同性恋运动的理念非常强，但她不止是一个同性恋运动家，我们涉及的生殖健康领域她全懂，她非常有策略地在中国推进这方面的工作。比如说，她会带动一大批的学者，给一大批的学者项目，不像以前，我们只知道几个人有项目，然后别人都眼巴巴看。她会分散给很多人，然后有的力量就一下就被带起来了。我个人会觉得她对中国的性的运动的推动非常非常大，对中国的性教育的推动也非常大。为什么？她要求我们的性教育项目当中必须有社会性别视角。在这之前，中国做性教育比较有影响，比较有势力，做得比较好的人，不多，也就是五六个人，在五六个人地方做。基本上没有社会性别意识呀！（提高声调）天哪！得罪人太多了（大笑）。但苏茜 2011 年支持项目之后有社会性别了。不

管是到不到位，但是你重视到这点了。我觉得挺好。最近几年出版的性教育教材，性教育书，全尽量加上社会性别、社会性别、社会性别（笑）。那个书名可能会叫社会性别视角下的性教育，但你看内容可能会有社会性别刻板印象、社会性别偏见，根本没说我们说的 gender。但是，我们要给学者一些成长的空间，对吧。所以我说，苏茜是有很大功劳的。

当然，我想说我就一直有社会性别意识（笑）。虽然这两三年，社会性别成了性教育中的一个主流。而在我在 2010 年开始做性教育就一直用这个概念。我得益于我阴错阳差同时接受了性别和性两个学科领域的影响。其实你知道在中国，性别学者不谈性，性学者不谈性别，是非常普遍的现象。

我 2005 年参加一个会，有一个非常著名的性别学者到会。最后快结束了，那个著名学者让每一个人发言展望未来中国的女性研究应该加强哪一点。到了我这儿，因为我有性别和性研究背景，所以我说应该加强女性的性权利研究。那时我还不懂性人权，我说的是女性的性权利研究。（提高声调）她不让我说完，竟然不让我说完。当时我只是博士生，她是个大佬，那是我们性别学的大佬，她竟然不让我说，就打断我了，她很不高地说：“不要说了！”很粗暴地打断我。打断我还不算，底下的女权主义学者也对我群起而攻之，说在今天中国妇女人权没有保障的情况下，谈女人的性权就是空话。我们的生存权没得到保障呢，我们的人权没得到保障呢，你还谈什么性权！那意思就是我谈性权是非常不道德的事情，影响了妇女人权的实现。总之一批女权主义者把我骂了一通，让我很郁闷。回来我和老潘说过这事，被老潘笑话半天。老潘说，他被女权主义给骂住了（大笑）。2005 年，我谈女性的性权利竟然这么可笑，你就知道中国长期以来性学者不谈性别，性别学者不谈性。唯一既谈性别又谈性的，我觉得就是李银河。李银河她两种视角都有。好，我也很幸运，自然地就接受两者。我个人觉得我从中特别受益。我特别地高兴能够很好地把性别和性融合在一起。

接着说性教育。我这几年到处去培训性教育教师。我去年申请到福特一个项目，编一百节中学性教育课教案。我们编了一百零九节。这些课涉及非常广。我们项目组有四个中学生，有同性恋，有老师，有学者。这四个中学生是让老师们推荐的。家里头同意，有的就是老师自己的孩子，他们在这个项目里起了一个很重要的作用。最主要的作用是，我们开头一次会议的时候，提到课程里要讲到自慰。我说我们只讲自慰无害，还不够，我们要讲自慰的正常方法，等等。哇，中学老师就翻天了：“学生都不感兴趣，学生不关心，你还想教他们自慰方法，你这就叫性教唆。”（大笑）有意思极了。然后我就问一个学生：你说你们学生感兴趣吗？那个学生看看一屋子老师说：“我觉得吧，多数学生吧，多数时候吧，应该感兴趣。”（大笑）那几个中学生还是挺好的。我们的教育以往一直都是教师主导，我们要改变这种思维，要变成学生主导。性教育就是你不感兴趣也给你讲，因为那是你生命的知识，不能光看你感兴趣不感兴趣。其实有时候兴趣是被压制的，是我们的教育体制压制着学生不敢对性感兴趣，但是你讲“三个代表”的时候学生都感兴趣吗？你也没问他感不感兴趣。（笑）政治课从小学一直讲到博士毕业，也没问我们感兴趣不感兴趣。关于生命的知识，关于亲密关系交往，却担心我们不感兴趣就不讲。

我就跟项目组说，我们的教案要领先二十年，二十年之内无人能出其右，让大家觉得没有教案可写的了，因为已经写到头了。我说我们不以教师喜恶为标准，有的学校根本就不讲我们的教案，认为没法讲，这没关系。还有，我们要对历史负责。我特别高兴的就是苏茜她能够支持这样的理念。你编一本书一个教案没人用，没人用我们也一点不退步，就是这个。好多人确实没敢用（笑），我们在济南试讲的时候好多中学老师都觉得难讲，不敢讲。里头有性工作，有少女援交，有同性恋，全是去污名的。我就想你不敢讲没关系，这本书放在这儿，教案库里边一百多节课，你从里边挑几个讲。然后你总会看别的吧，不要等到有一天你想讲的时候没有教案给你讲。这本书还没有出来。我们现正在全面修改，精益求精。原来计划今年 6 月出，但是出不来啦，因为我们想更精益求精，改了很多遍。我们特意找做性权的

学者来审性权，找做性别的学者来审性别，我就想说的就是，这里边真的把性别和性权融合在一起，男性研究也有。我现在要出的一个是联合国教科文支持的项目成果，我把八十部电影写成了性教育教案，完全是我自己写的。从幼儿园到大学，根据八十部电影写了五十多万字的性教育教案。



2013年方刚亲自全程讲授初中生性教育夏令营，与学员们合影



2011年方刚在性教育论坛上洒下性教育的金沙

去年性侵犯案连续曝光出来，很多人都围绕性侵犯做工作，好多机构都冒了出来，都是女性或女性组织在做，都强调保护女性，都是进学校进行所谓的性教育。一开始我觉得这是蛮好的推进性教育的机会，因为中国的性教育雷声大雨点小。李银河曾问我中国性教育处于什么阶段，我说是“调情”阶段，总说咱俩做吧做吧做吧，但就是不做，就在那儿调情。现

在这个性侵犯是大家可以做的，但没想到最后这些人都在只讲性侵犯，而且多数在讲保护女童。男童不受性侵犯吗？又把男人忽略了；有人讲课的时候还让男生走开专门给女生讲，这是我们性教育中的大忌讳。只讲防止性侵犯的教育不是性教育！

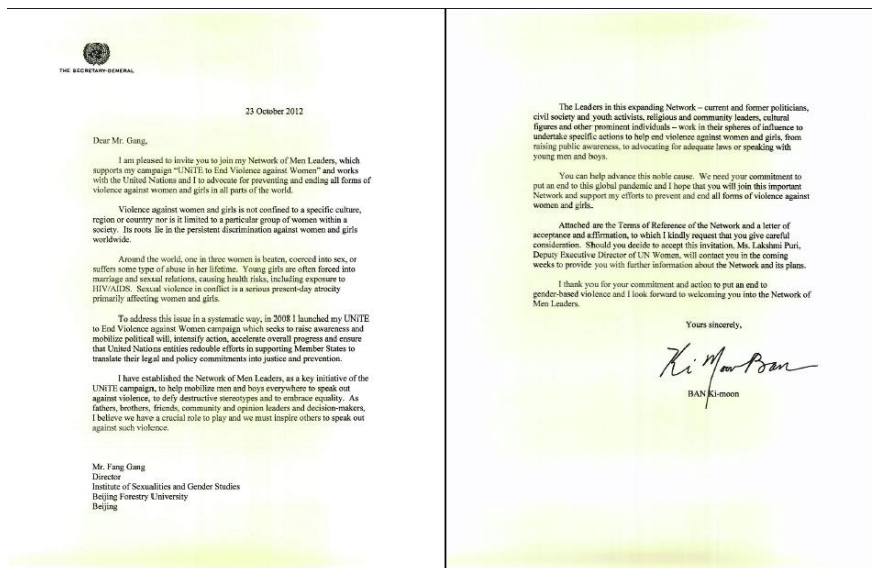
投身白丝带运动

再说白丝带。刚才我提到，我做性多元研究，我觉得我基本做到头了，没有什么东西可做了，然后偶然的时机我又做了性教育，然后就做了白丝带。差不多 2010 年，李洪涛老师跟我说，当时联合国人口基金正招标，说做一个大的项目，亚洲的几个国家都在做，就是男性跟家庭暴力关系的定量调查。她给我打电话，提议说，咱们申请这个项目。我说好啊。她说你看咱们组合多好，你是研究男性气质的，我是研究家庭暴力的，还有一个天津师大的王向贤老师是做定量调查的。这个项目对我后期的影响就是让我后来一直能够做白丝带。

那个时候我已经有一个白丝带热线了。刚毕业那几年手头没有项目，但是特别想自己做事。那就做一条白丝带热线吧，然后就做了一条热线。做联合国人口基金项目的时候，联合国有一个男性参与项目。在和他们交流的过程中，他们对我这个男性热线非常有兴趣。插一句，2009 年不是开过第二次男性研究会议吗？当时福特的总代表知道我做男性研究，就跟别的官员说，男性研究太重要了，方刚太重要了。我想说的是，国际社会认识到男性气质、男性研究的重要。这些人全都意识到了。好，回过来讲，联合国人口基金的官员看到我做男性热线，特别高兴，虽然我当时做得非常有限，但是他们都非常高兴有这条热线。

2008 年潘基文发起“制止针对妇女暴力运动”，2009 年，他在这个运动里成立了一个男性领导人网络。联合国人口基金 2011 年便推荐我参加这个男性领导人网络。这也是阴错阳差的，因为如果一定要推荐一个中国人的话应该不一定是我，比如说李明舜，他做得早。但是正好推荐了我，2012 年被接收了。我也觉得蛮光荣的，他们也都觉得这是一个很好的平台，都想我应该做一些事情，这就更进一步推动了我。在 2012 年底，这个男性领导人网络在全世界只有三十多个人，我是唯一的华人。没有这个身份的话，许多工作我也会做；有了这个身份，我就觉得自己必须做了。重要的是，我也喜欢做事。我做过的那些项目的官员都会非常非常认可我。认可我哪里呢？用人口基金官员的话讲，方老师行动快。我通常是一个项目刚开始有眉目的时候就已经在做了，然后通常是别人要求你做到八十分，我会做到一百甚至更多。像苏茜那个中学性教育项目，她要求我编一百个教案，结果我编了一百零九个，那我的钱就要多花呀。她当时支持我在一个省培训，我说我要做两个省的培训，同样的钱我会做更多的事情。这倒不是说我一定要做得更多给你看，而是因为我特别想做事，所以对我来讲工作从来都不是工作，我做的这所有的事情都是娱乐，都是游戏，都是让我特别开心的，满足我的成就感，满足我的工作欲望。总之都是特别开心的事，如果我不做反而很不开心。

有了那个秘书长终止针对妇女暴力男性领导人网络成员的身份，我在 2012 年“消除性别暴力 16 日”在网上发起了一个实名承诺不使用暴力的活动。你要注意到这是一个实名承诺，不是随便签个名，是真名，在互联网上要公开，你的单位名称，如果你是学生就公开你的大学。哇，还不错，这十六天里有三百六十个人实名承诺。还是蛮有挑战性的，我的名字公开在互联网上让你看，中国人还是比较内敛的，但我们做到了这一点。承诺的内容就是不对女性使用暴力，也不对暴力保持沉默。这里说的性别暴力包括我们说的家庭暴力、性暴力、拐卖妇女儿童。其实还有基于性别选择的堕胎等等，但我们主要是在中国情境下，通常只是强调性暴力和家庭暴力，联合国人口基金都不怎么提基于性别选择的堕胎。还有那个拐卖妇女儿童，也涉及较少。总之就是做这么一个承诺。



联合国秘书长潘基文邀请方刚加入他领导的“制止针对妇女暴力运动”男性领导人网络的签名信



中国白丝带志愿者第一届年会上，与会者宣誓：不使用暴力，并且不对暴力保持沉默（2013年11月23日）

做完了之后呢，我就申请了热线志愿者的培训。从2010年到2012年将近三年的时间里，我们一条热线就是只有一两个人在值机，当时我们也没有申请项目，是我自己拿了一点钱，那都是很有限的钱，然后印了点宣传品，做了一次小培训，半天的小培训，我自己来讲。当时想过请李洪涛老师，但是你没钱给人家怎么请人家，对吧？我就自己培训。这时好了，人口基金支持了我们的培训。这个白丝带就开展起来了。

从性研究——什么乱伦、换偶、性教育到白丝带，你会看到我貌似一步一步走向主流。所以有人说啊，你终于主流了。现在周围不理解我的人会想，你原来一直被批被骂，你是被禁止的，现在你开始做主流来了，越来越主流来了，你在有意识地转型。其实在我看来完全不是，我一直比较坚定地认为，只有做别人没有做过的事我才有热情。我认为我做的性教育和以往做的都不一样。我不太谦虚地说，那本教案库出来，我认为是中国性教育一个划时代

的革命。太颠覆了，我们有的老师这在大学里都没办法讲，但是这确实是应该中学生知道的。



白丝带志愿者能力提升工作坊（2013年4月19-21日）

这个白丝带运动，看起来太主流了，但我自己其实一点没有意识到它主流啊。去年11月23号白丝带开年会，我都害怕别人来封我的会，我都这样小心翼翼的，我自己一直没有意识到主流。我跟院长说，院长说这会没关系，这会当然不会封你了。我说还是低调些？他说不用！然后又派了一个副院长参与会议。媒体报道了，院长说，拿过来给我，我回去跟学校汇报一下，让他们重视这事。噢，我还有这待遇？因为我做的所有的研究，所有的事情，别人让我做，就已经是很幸运了。我才知道这次真的很主流，但是对我来讲它和我整个学术思考一脉相承，一点儿没有偏离。做性教育时，我把前面几年做性多元、性少数研究的那些心血、经验，全放在性教育的一百零九个教案里头了，我们对于性工作的态度，对于色情品的态度，对于跨性别的态度，对于艾滋病，对于同性恋，全都投入到性教育里头了。

我记得曾经有一个学者非常不屑地说，以前男人都不研究性别问题，后来看到有项目可以申请钱了，大家都呼呼都来研究性别问题了，她说过这样的话。至少我对这种论点是很不屑的。2005年的那个男性解放沙龙，如果我不是真正热爱它，这个事情根本就做不长远，我也不会投入热情去做它。我做的每件事情都是我自己有项目之前就开始，包括这个热线。

我的白丝带跟我的男性气质研究是一脉相承啊。比如说去年我想做针对施暴者的辅导小组，国内有人做过，李老师他们做过几个，但是我感觉好像没有持续，后来就没有再听说有人做施暴者小组。我做施暴者小组的时候找来大量的资料，看看国外的，美国的，台湾的，香港的，他们大量翻译的书嘛，看他们的那个辅导模式，我发现，里头全都没有男性气质。不是说没有男性气质，可能有的书提到了要反抗男性角色，但是真正要把男性气质作为一个影响的角度带进去，这个没人做。我也稍微受点心理学影响，我们做辅导小组，比如我们做二十次，做二十次里头你有几次让他反思男性气质，以及男性气质跟暴力的关系，这样的辅导流程，以前没有啊，这不就是我的特长和贡献吗？所以我将来想，我们先来做这个，下学期开学我准备试验一个小组，把男性气质直接带进去，这就是我的经验我的收获啊，这就是我对反家暴这个领域的贡献。你说看起来貌似主流，但是实际上跟我的学术研究一直是一脉相承的，我如果没有男性气质研究，我不可能做这个。

这里问题又来了，家暴领域的研究，你敢不敢挑战这个领域的主流话语？家暴领域也是有主流话语的。哪种主流话语呢？就是说，我们怎么理解性别暴力，在国际社会，包括今天在中国社会，把性别暴力和针对妇女的暴力等同使用，你有没有勇气挑战这个东西？我是挑战了。我去年写了一篇文章，轻易不敢往外投。后来我给李洪涛老师发邮件，让她帮我看一看，因为这个圈子里我觉得比较信赖的也就是李老师。我所说的信赖是指她不会带有偏见，

她也并不是一个很偏激的人。但是她好像也没有说什么，最后我也等不及了，我就投了，到现在也没有发表。但是我就觉得这个性别暴力概念需要重新定义。我觉得要远远超出针对妇女暴力的概念范畴，也包括针对跨性别的暴力，针对男人的暴力。我们长期以来忽视家庭暴力领域里针对男人的暴力。人们通常认为针对男人的暴力很少，只占到百分之十。中国大陆各种调查显示百分之十，但是百分之十足以成为我们忽视的理由吗？你既然反对性别暴力，那么你当然应该把这百分之十纳入到你思考的范畴，对不对？好，这只是一个初步的思考啊，就是我觉得要彻底提出一套挑战、颠覆的东西，现在这样还不够。再给我五年的时间，把性别暴力问题再消化多一些。但是我已经看到一些东西，比如说我们对针对男性暴力的忽视。还有一些问题就是，2013年这一年，人口基金支持我们了，我们大量做宣传，我们接热线接得比较多。我自己就接过多个女性施暴者的电话，我还看到这里暴力之间的互相建构。我的第一个热线就是一个家暴男人打过来的，还有性骚扰的男人打来的，这些更坚定了我的信念，男性是可以改变的，男性不是铁板一块。别人会问我说，施暴者打热线？他干嘛打热线？怎么可能呢？男性施暴者不是铁板一块，我们不要把人都二元划分对不对？我觉得这才是女性主义的精髓对不对？

那么下一个问题就来了。不是大家不承认有针对男人的暴力，而是如何对待它。在中国情景下，我看到的是完全漠视，觉得它少，所以可以先不管。这不是理由。所以你看我们现在的宣传品，我们的资料，我们一般都尽可能使用去性别化的TA。我们宣传品里的一些口号使用前进行过一些讨论。联合国有全世界通用的口号，比如“对暴力零容忍”，还有“让我们一起对针对妇女的暴力说不”，我在白丝带的宣传品中改成“让我们一起对暴力说不”，把“针对妇女”去掉了。我们不是只关注针对妇女的暴力，我们是关注所有暴力。这绝对不意味着我们更倾向于哪一个，我只是想去掉那个女人是受暴者，男人是施暴者的二元划分模式。我们不能不管受暴男人、施暴女人。施暴女人你也要帮助她啊，她也很痛苦啊。我们的宣传语还有一句：“每个人都向往亲密关系，每个人都厌烦暴力的生活，每个人都渴望改变”，我们承认人是会改变的，这也是我们存在的价值。否则，遇到施暴的，都抓起来不就简单了吗？

我们常听到有人争论性别差异是生理决定的还是社会建构的。虽然我们这些学者都强调社会性别，认为性别差异是社会建构的，但是我们很多人思考问题的时候其实内心还是在固守生理差别，认定女人都是被施暴者，男人都是施暴者。但不是这样的，我接过热线后就知道，那个施暴的女人比许多施暴男人还有更多的霸权主义男人气质，她的那个思维方式都是和施暴男人一样的。我想说的是，如果说我做的白丝带运动可能有一点不一样的地方，就是我们对性别暴力的扩展。我现在也接触的国际上的白丝带运动，包括联合国介绍给我的澳大利亚的白丝带运动，还有发起人之一加拿大的考夫曼，他们的网站、文章，全都在谈针对妇女的暴力，但是我想定位新的性别暴力。肯定有人会指责我，说你忽视女性的地位等等。这样的声音一定会有，但是现在我直接听到这种声音的机会少了，我不太参加女权主义的会议了。

去年我也就参加了一个，很多年都没有参加女权的会议了。去年参加的那个是反性侵犯的会议，把我气得够呛，在会上发飙了，还被她们拍照下来了，说这个方刚发飙了。当时在讨论那个海南校长开房案。如果从女权主义的角度看，我当时的观点又非常政治不准确。但是我们回顾一下那个校长开房案。校长约女生去开房，连哄带骗开房了，然后跟一个女生躺在一张床上说，给你两千你和我做。女生不做，校长说我给三千你和我做，女生还是说不做，然后就走了，总之没做。这件事是按强奸罪去判的。强奸在哪儿？还强奸未遂也没有嘛。如果一对普通恋人，男的跟女生说你和我做吧，我给你钱，女的说我不做，最后没做。他没有强行去扒她的衣服，没有强行威胁说你必须和我做，他只是用物质诱惑而没有达到目的，连约会强奸未遂都算不上，对不对？所以，海南校长开房案完全算不上强奸，但是因为涉及到

了校长，涉及到了女学生，而且是十几岁小学生，未成年人，媒体就把它爆炒放大，一些女权主义者就借机造势，所以这件事情是按强奸罪判了。但是这个判得非常重，远远超出了我国现行法律的标准。一个这个案子，一个李天一案，法学界都知道这两个案子判得重。最近出来一个案子跟李天一案接近，那个判五年，李天一判八年，差不多一样的案子。海南校长案好像判了二十几年。为什么？因为当事人是小学生，一方是校长，还因为被媒体爆炒了。所以，我们看问题时又把身份角色带进思维里去了。而在我一直想说，我们应该离开那个身份角色只把他们当成两个普通人。但是有人会说你的想法根本不切实际，在今天中国根本不可能，太过于理想主义，等等。但是人权不就是理想吗？我们所有的理想追求不都是为了人类的理想吗？

OK，那次反性侵案会议上，一位人大代表谈到海南校长开房案时说：“我们就是要他重判，每出一个案子我们就炒作它，我们要全国媒体都报道它，让法官不敢不重判，所以我们这次胜利了。我们就要重判。”有一个和她同校的老师，平时见了我也挺客气的，我们单纯做性别研究的时候都非常好，相互尊敬，但是一到涉及性的时候就开始吵架，她可能还不知道我是性权派。就像我跟我那些朋友，我们单纯谈性别的时候都是好朋友，都挺一致的，但是一涉及到性就开始吵架。那个老师当时说：“要像八十年代严打的时候严打他们，以后看他们谁还敢！”前面人大代表说话的时候我就已经很生气了，再听这么一说，我就受不了了，实在忍不住，我就拍了桌子。我说：“我下边说的话就要得罪一批人了，以前我们都是关系挺好的人也都得罪了。今天这个地方我来错了，要不是因为后边有我发言我早抬腿走了。”她们就笑，我说：“我在这里听到了什么？人大代表在这里公然号召通过舆论干涉司法，我们的大学教授号召重拾八十年代的严打，而八十年代的严打在法学界是有定论的，那是违反宪法的啊！我们今天有人面对性侵犯的时候就公然倡导这些！”这个时候我有点失控了。我觉得我第一次失控。后来熟悉我的人告诉我：“吓死我了，没见过你这样的。把我吓坏了。”（笑）我忍不住拍桌子，把我男权色彩带出来了。哈。总之我咆哮了一通。后来我看到了一个报道，访问那位人大代表的，说一个男性学者拍桌子叫嚣咆哮，全场鸦雀无声，她对记者说：“我早就习惯了那些男权学者。他们对的我态度我早就习惯了。”我就这样真成男权学者了。（笑）

关于白丝带，我觉得这里可以讨论有价值的一个问题：你怎么可以让那么多的男人来做事，可以让那么多的男人来做公益？因为男人出来很难的，刚才我已经说过。有一个朋友到澳大利亚去，澳大利亚的白丝带运动做的很不错。她跟澳大利亚的女权主义团体问：白丝带运动怎么样？那个女权主义团体跟她说：那帮男人就没事喊喊口号，没什么用。其实喊口号就有倡导。男性参与的意义在于，当有男人站出来旗帜鲜明地说，我支持性别平等，我反对针对妇女暴力，我认为应该建立什么样的关系，这本身就是一种倡导，就是意义。第一点，这些男人被改变了，已经改变了。第二点，那些看到这些男人的男人也在慢慢地改变。更何况口号喊好了就是非常好的行动，就是行动，所以我不觉得这是一个什么问题。但是中国的白丝带运动喊口号还不够，我们想做各种各样的辅导小组，各种各样的事情。

关键是，怎么带动男性参与？这其实是一个蛮重要的问题。我以前参加的那个男性小组失败了，对不对？另外，在中国过去的十多年间，我个人觉得太缺少男性研究了。我查到了一些文章多数是什么文学领域的研究，还有一些影视的研究，但是涉及行动的这种研究，包括亲职关系的研究都太欠缺了，改变父亲角色的都太欠缺了。我自己认为这里头有几个原因：首先我觉得当然是男人自身的原因，这毫无疑问。男性不觉悟，男性学者没有社会性别意识，有社会性别意识的学者太少了，这肯定是男性自身的原因。但是我们需要问，男性运动、男性研究跟女性主义有什么关系？又回到这个问题来了。它是不是性别平等的一部分？如果是的话，在这个过程中，已经有了话语权、有了足以推动一个运动的资源的女权主义领导人，在男性运动进展过程当中，她们扮演了什么角色？我觉得这是应该思考的呀。她们扮演了一

个推动者的角色吗？现在男性运动在国际社会上基本没有争议了，联合国一堆文件都在说它多么重要。但是在性别平等运动方面走在前面、拥有话语权、资源的女权主义者扮演什么角色呢？在我看来，至少2005年、2006年留给我的经验是更多地扮演着“打击”的角色。在香港有一个女性主义学者曾经说过这样一句话：“我们千万要小心，不要因为我们的工作把同盟者逼到死胡同，转而成为我们的敌人”。她指的是香港情况，跟大陆一样。但是我觉得这句话也有缺陷，为什么呢？我觉得真正的同盟者不会变成你的敌人的，我也没有变成敌人，顶多我不理你，谁支持我，我就跟谁站在一起。因为我觉得可能有一些理念不同，但是还都想推动男性运动。

不久前我还见到过一次荣维毅老师，她特别高兴，跟我说：“我们好几年没见面了。现在在中国主要是你做男性运动了吧？你还知道有别人做吗？唉呀太高兴了，太高兴了。”我也觉得很温暖，2005做那个“男性解放沙龙”还是她建议的。在一次会议上，她说：“方刚，你太应该做点活动了，你做个男性解放沙龙吧。”没想到做了之后，我把她请来跟那些沙龙成员交流，我发现她说的跟我说的不一样，再后来我们有一些争执。但是我们都觉得男性运动应该做，很重要，只是视角不一样。她基本肯定我，但是深入讨论，可能又要批评我了（笑）。但从整体看，我还是非常感激她。我们之间没有个人恩怨，都是为了学术理想。所以，我觉得在男性参与的过程当中，女权主义的态度非常重要。我一直觉得，不止性别研究啊，性研究，中国所有领域都一样，我们缺少真正的领袖，大师级的领袖人物。这个领袖的概念是什么？就是说不在于我自己把这个工作做得很好，而是我能够很好地推动我所热爱的事业蓬勃发展，后继有人。我觉得中国缺少这样的人物，也许有，我接触的太少。我们都是想我做多好，我把我自己的事情做好。我们缺少一个知道推动别人，带动别人的人。比如说男性运动，我们缺少这样的积极推动者。现在我能看到的推动者，比如像李洪涛老师，她们所做的就是给予一定的肯定，已经不错了，不是打击者。可能也跟每个人的资源有限有关系。但是我觉得像苏茜，她能够推动。肯定是有资源的人才能够推动，我们可能也没有人有这么大的资源，我们没有那种人物。打个比方，假设我是中国社会学会会长，或者假设说全国妇联主席，我一定要设一个男性工作委员会，至少要安排一个男性当这个机构的副领导人。我们缺少这样一个具备全局眼光的人，有布局谋篇的能力。

我们需要的不是组织。组织许多时候可能反而成为最最屏蔽、最最打击别人的资源。比如说中国性学会，我会认为是最打击中国性学研究的一个机构。老潘、李银河都不是会员，都拒绝参加，这是中国性学会的耻辱呀。如果我们将来像一些国家那样有性别平等部，那么这个性别平等部可能恰恰成为打击男性运动的一个部门（笑），如果他们还纠结于某些女权主义者反对男性运动的那些理由的话。所以重要的是有一个具有全局眼光、战略眼光，并且有资源的领导者。当然，没有的时候，我觉得至少你不要打击，要给予支持，这点李洪涛老师做得还真不错。

我们前段时间有一次聚会，联合国人口基金驻华副代表要走，我们搞了个送别晚宴，坐一圈，李老师、我、人口基金会官员。白丝带印个书签，人口基金都一个字一个字审，把我烦死了。我就对那个官员说：你们这世界最大的官僚机构，真是把人烦死了。这个官员就跟我：“方老师，你理解吧，为什么我们审，就是帮你把关，你知道多少人找我们说：你们怎么能支持方刚呢？你们怎么能支持方刚的项目呢？他是男权思想，他是性权思想，他不懂性别。”还记得当年李文晶说过那句话吗，许多人在四处告我状哟。现在也一样。这些人是谁？这些人只能是性别学界的学者（笑）。因为他们可能并不反对我的“性别平等”，但是他们反对我的“男性研究、男性觉悟”的主张，反对我的性人权主张。我认为这些就是阻碍男性运动的因素，我们缺少的就是一个开放的视野。当时在餐桌上，人口基金那个官员就和李洪涛说：“那么多人反对方刚，说方刚怎么怎么不好，我们至少在反暴力这个领域还是支持方刚的，别的什么性教育，我们不懂。”因为我的性教育理论也被他们批评了，我觉得批评

的都是不做性教育的人。然后就问李洪涛老师：“李老师，您怎么评价方刚老师？”李洪涛说：“不管怎么样，我觉得性别研究不能一言堂，一定要有各种各样的声音，方刚即使有再多的问题，但是他在这里做性别研究这件事就非常非常重要。一个男人在这里做性别平等的工作，这就非常非常重要。”我觉得这个评价，在她的视角下还是很中肯的，对不对？她也不是一个性权学者，我也不能要求她用性人权视角说：“我当然支持你的性人权！”她说不能一言堂啊，不能非要你说的对，我说的不对。我们中国很多学者就是没有办法接受跟自己学术观点不一样的人，特别是跟自己一个学科领域的。我更愿意把这理解为价值观冲突，不愿意理解为利益之争。反性侵就是这样一个激烈的争论。我现在其实基本上不对最低保护年龄限制和嫖宿幼女罪发言，我只发过一次言，发过一次博客，写过一篇长文章论述。我也不参加这类会议，因为现在参加会议对我也没有什么用处，我参加我自己想学东西的会议，因为学术会议基本上无学术，不如去读书。所以我听不到直接批我的声音，但是我能够感受到这些声音的存在。

我刚才讨论的是，男性研究、男性运动在中国发展的土壤。我说了除了男性自己的问题，还有已经有了话语权和资源的女性主义学者、领导人应该做什么的问题。下面一个问题是：男性运动的领导人，应该做什么？为什么你能够吸引那些男人来？我们这次开年会的时候，一个英国人来了，说：“你们怎么能够吸引这些多男人来参加，挺伟大。”她说，能够做到这一点的人，通常有非常强的人格魅力。我觉得我没有什​​么人格魅力，我从来不认为自己有人格魅力。怎么做到这一点的？其实我自己反思一下，还是又回到了2005年的那个争论，一定要理解男性自身的欲求，自身的诉求。我们不能总站在一个政治正确的高度上，说男性应该参与，你应该，你必须！喊口号没有用啊，对不对？每个人都要做道德模范吗？你要那些男人做道德模范吗？甚至要他放下自己的很多事情去做道德模范吗？我觉得不太现实。我们是这么一个现实的时代，所以你一定要激发男性自身的欲求。我在《中国妇女报》写了一篇文章，《把公益活动和人生理想结合起来》。我现在看我自己做的这些事情，都没有超出我的人生理想。你说我在做纯公益吗，我就为了别人奉献吗？没有，这都是我的人生理想啊！我在追求我的人生理想，同时也奉献了。对性别研究的推进，都是符合我的那个“挑战死亡，不断超越自己”的理想主义者的角色呀！为什么男性气质研究那么打动我？为什么我当年看那四页纸，就那么兴奋，并且写了一本书？你说是公益吗？不是，它是我的事业呀，它是我的人生理想啊！甚至进一步说，它就是我自己的生命，它就是我对自己的生命体验、生命的消费，它就是我自己生命的一部分！

当然，动员别的男性时也一定要这样。我现在有一个研究生，一个男生，挺能干的，做事也挺认真。我就说白丝带志愿者网络你多参与吧，我们有六个部，你申请个部长吧。他不愿意，他说这不是我的理想，这不是我的兴趣所在。我说我尊重你。人不能做自己没有兴趣的事情，那是很勉强的。这些志愿者，我怎么鼓励他们？我们的志愿者中最最勤奋的，最最活跃的，都是把“白丝带”和他的人生理想相结合在一起的，或者是和他自身的生命体验相结合在一起。比如说，暴力家庭里长大的那些孩子，比如说他是心理咨询师、婚姻家庭指导师，白丝带给给他新的空间。我觉得我在这方面做得还比较好，比如说我们开年会的时候，这些志愿者，我尽可能的让每一个人有发言的机会，每一个人能够在台上展示他自己。那次来了很多老外，因为志愿者可能来自不同的地方，有的人可能从来没有在一个国际性的、来了几百人的一个会议上来展示自己。我觉得我们给他这样一个机会，然后让每一个人从中感到骄傲和自豪感。总之，我一直在强调说，你做白丝带志愿者，把它和你的工作、人生理想结合起来。心理咨询师会觉得，白丝带工作和他的职业是相互促进的。我记得很清楚，我们那个会议上，到结尾自由讨论的时候，本来已经终止发言了，有一个女孩子总举手，结果主持人就让她发言了。我当时想怎么还让她发言，没想到她说：“我是拨打过热线寻求帮助的。那个接线的老师如何如何好地帮助了我。”别人还以为我安排的托儿呢，其实不是。然后，

我们就对上了号，是哪个人接的，是哪个咨询师。那个咨询师很兴奋哪，他很开心，然后那天中央电视台专门又采访了他。他很开心，至少在他那一天，他找到了一种成就感，找到了人生的归属感。这种兴奋他全找到了。中央电视台采访了他，未来的片子里面会有他的镜头。如果没有参加“白丝带”运动，他作为来自三线、四线城市的一个咨询师，可能永远没有这样的机会。

我们还有一个咨询师，他回去之后成立了本省的白丝带运动，他认为他从中感受到了成就感，“我是这个省的白丝带运动的发起人”，他有这个成就感，所以我们要把这个结合在一起。还有一个非常活跃的志愿者，他自己是读性别的博士生，决定博士论文要做性别暴力研究，因此他在白丝带运动中投入很多的激情，把它当作自己的一个事业。我觉得我们就是要通过这种方式，让每个人都可以在白丝带这里找到自己的成就感。我们做网站，有几个帮我们义务地做网站，因为我们现在没有资助到帐，就只能大家义务。还有不少别的事，也都是志愿者义务做。我会及时地给他们一个感谢状，没有公章，只是签名的感谢状。我们有一个人事部，他们会整理志愿者风采。你的照片，你的简介，你做了什么，给你挂到网上去。我觉得我们要激发一个男人内心的一些欲求。比如说我们里面有一个男孩子非常非常活跃。为什么？他自己是一个酷儿，不是男人，不是女人，也不是跨性别，就是个性别多元的实践者。这些人不就是挑战父权体制的那种二元划分男性角色的最有力的力量吗？白丝带激发他内心的诉求，他在这个群体里感到一个归属感。所以我觉得不是靠钱，我们钱非常少，这个不足以使他投入，所以我们就用这些精神的东西来吸引他投入。

只要我自己意识到了，我就一定尽可能地给每一个人更多的资源，无论是精神的，还是物质的。当我们没有经济资源的时候，我们就给精神性的资源好了。早期就跟着我做白丝带工作的有十几个人，他们是做热线最积极的。后来当我设立各个部门的时候，我都鼓励他们出来自己自荐当某个部门的负责人，我希望这也能够促进他们的参与感，那种一体的感觉。我觉得自己对管理的体会就是，也许最好的管理就是看不到管理，就是没有管理。你必须激发每一个人的热情，其实有的人做得真的很好，他真的把这件事情当成自己的。比如有一个志愿者就说，我们应该让每一个人登记，给每一个人编号。没有人让他这么做，但是他就会去张罗做。还有一个志愿者接到一个小城市的受暴女人打来的电话，这个志愿者很着急帮不上她，这个女人要带着孩子离家出走，因为家里再也不能呆下去了，在家里再呆就会被打死，但她不知道该去哪里。我们这个志愿者就很着急，最后通过朋友找了一家私人旅店，让这个人去那儿住。后来他就想，应该把全国各地的资源都收集起来，这样如果哪个地方再有这样的情况，可以提供给她，所以那个志愿者就开始自己在做这件事情。这个志愿者非常好，我很感动。我们有好几个这样的人，非常活跃，真正把白丝带当作自己的事情。

另外，生命的体验很重要。为什么在1998年我看了那四页纸的男性解放资料后，那么兴奋？因为我就是那个男人，我就是那个需要解放的男人。那张纸告诉我们，男人可以哭泣，我就是那个爱哭的男人；男人可以脆弱，我就不是一个硬汉。你想，我是一个自卑内向的男孩子，对吧？被人欺负被人打，我的生命体验中有太多的时候，被人质疑我还是一个男人吗？我们男人骂男人可有一套，骂女人最狠的可能是“丑女人、懒女人”，因为文化要求女人漂亮，女人勤于做家务。骂男人根本不用骂，只需要反问一句：“你还是男人吗？”因为男人被认为应该是优等动物，对于男人有一堆标准，“你还是一个男人吗？”这意思就是你根本不够格做一个男人，你做一个女人吧！什么时候骂一个男人，问“你还是个男人吗”，比如说，你絮叨的时候，你不果断的时候，你脆弱的时候，等等，而这些都是我自己的生命体验中有过的。我是一个三岁的时候没有父亲，然后长期和母亲不在一起，从小被人打被人欺负的孩子，我内心该有多脆弱。但是那是以前了。我觉得二十八岁那年，就是1996年的那个波折之后，我变得非常强大。我们院长曾说你怎么那么强大？好多人说我内心非常强大，那是因为经历的磨难太多。1995年我全国签名售书，然后“啪”一下就落到低谷，不得发表

文章，失去工作。那时我就在思考，我在分析我的内心，我写了一本书叫《精神我析》，分析我的生命成长。现在如果有一年没有什么挫折找到我，我反而不适应，觉得哪儿不对劲。我已经习惯于在各种挫折中成长，所以实际上我现在内心非常强大。但这是指现在的我。在1998年看到那几页纸的时候我可能不是这样。所以当我看到这些纸的时候，我发现都是我，写的就是我，那就是一个自我解放的宣言呀！当我写男人要解放的时候，那不就是一个自我解放的宣言吗？如果说当我接触第一本女权主义书的时候，只是点燃了我作为一个同属于弱者，社会弱者的一些感受的话，那么当我接触到男性解放的时候，又直接切入到我生理男性的那种体验。所以性别意识是这个过程当中完成的。这就是我为什么后来特别关注男性、男性气质，因为我“不是一个男人”啊，不是一个加引号的主流的一个阳刚之气的“大男子汉”，我根本不是啊，从来不是一个大男人。所以我就觉得，你投身的事业一定要和你的生命当中的很多东西结合在一起，你才有力量。

参加到白丝带中的，没有一个大男子主义的男人，甚至有些不够男人气的男人。还有一些在暴力家庭长大的孩子。我会让他们找到自己的位置，让他们有认同感，让他们为在白丝带做事而骄傲。当然，在他们骄傲的同时，我又能够保证整个活动不出现偏差，这需要一些把握。比如说，有人告诉我，有个地方的一些志愿者活动，自己印了白丝带的旗帜。他说这样不行啊，你不能让他们轻易用白丝带的名义，他可能会犯错误，会影响你，等等说一堆。我觉得说得有道理，但我当时有一个基本的判断：那人也没有做什么，一群人在一个地方开了个会，也没有上街，最重要的是，他之所以这样做，是他热爱白丝带，认同白丝带，那个热情一定要保护好。而且关键是，你不是保护他一个人，你是让所有人都在看着你，二百多人都在看着你。如果一个人在当地做白丝带，你就说不能用我们的 logo，不能这个不能那个，那个人会受打击的。所以我觉得事情还是得具体调控。当然我也给大家发了邮件，提了一些希望。

要把白丝带做好，有时也要有策略。我们在去年四月做了一个培训，联合国人口基金支持我们的，为来培训的人提供交通费住宿费。一般人可能会说我们提供交通费住宿费，你想参加我们这个热线就来吧。但是我没有这么做，为什么？要知道心理咨询师都是到处花钱去学习的，有免费培训我当然要来了，但是来了之后我可能不做事。我这个培训项目结束了，但是如果来参加培训的人都不做事，我的可持续性在哪里？所以我一开始对外发的启事就根本就没有提我负责任何费用，就是你自己花钱来培训，甚至连饭钱我都说要自付。但来了之后我才告诉他们报报销，这样我就筛选了一遍人了。计划培训二十个人，但我实际培训了四十人。这样，最终尽管流失了一些人，但是我也留下了一些人了。如果当时就二十个人，想来就来，那我现在不知道剩下几个人了。我觉得这都是策略，通过这些策略我发现那些真正想做事的人。

成功与失败

回顾我自己的研究和实践工作经历，很多事情我觉得都挺成功的，至少是在当时那个时代看。比如说，在1998年我可以凭借两张纸的东西，就写了一本男性解放的书，况且我当时还完全不通英文，连英文的文件都没有看过。所以我有时候说，我在这方面有一定的天分。像我博士的论文，我也觉得蛮棒的。这种研究对于一直在书斋里的学者是做不到的。我的换偶研究、天体研究也蛮棒的，不太谦虚地讲，能在中国做成这些研究的人不多，（笑）没有几个。这有点太不谦虚了啊，不过性多元的田野研究确实对研究者的挑战非常多，何况我一个人做了那么多性多元的研究。

再看白丝带运动。1991年白丝带运动就在加拿大发起了，2001年李明舜教授也在中国做，没有一直持续地做。但是我一定可以做下去，毫无疑问。所以我就觉得，在所有这些事情里头，性教育，性多元，男性参与，能做任何一件事情的人都不多，能把所有事情都做好

的人更不多，（大笑）太吹牛了哈。包括性教育，那么多人做性教育呀，但是我私下里会挺骄傲的，因为他们做了二十几年的性教育，但是我刚开始做性教育的时候，就可以拿到这么多项目。我觉得我成功的关键在于理念。理念非常非常重要，我特别感谢“人权”和“性别平等”这两个理念加在我身上。还有一个就是勇气，我觉得勇气也非常重要。因为每一件事情，不仅有风险，还可能有污名。

做纯学术研究最重要的是你的学术思维，要用理论去思维。作记者、作家的经历对我的感觉非常大，我受益非常大，如果没有记者和作家的经历，我后来那些事情根本做不了。我觉得我的一些同学，他们理论比我强，我不是科班出身的，人家是本科就开始学这个专业，这还蛮重要的。我本科是中文，自学的中文，学术思维能力差，但是我发现问题的能力。有个老师曾跟我聊，说你挺奇怪的，英文不好，也没出国留学，也没当过访问学者，做出来的全是国际上最前沿的。这就是在社会上这么多年，我的观念，我的生命的积累。因为我觉得我做学术，一直没有离开我做记者、做自由作家的积累，全都没有离开，一直就这么下来的。所以我会觉得这是我的优势。如果要我去做纯理论研究，肯定不行，我的思维能力不如我同学们。像我写我的博士论文的时候都已经快废掉了，人大社会学的那些老师，他们整天盯你的理论创造，多难整啊，我真的快疯掉了。毕业后写作的时候，终于不用每天盯着理论了，可以自由地去表达自己的想法了。理论研究肯定不是我的强项，所以，恰好那也不是我的兴趣所在，我的兴趣所在就是能够改造社会。2008年我成立北京林业大学性与性别研究所时，给自己定的理想就是“学术研究为改造社会服务，通过性学研究促进性人权，通过社会性别研究促进社会性别平等运动，特别是男性参与”。所以我不是书斋型学者，我的导师潘老师一般不接触媒体，但是我就主张比较好地利用媒体。我做不了那种纯理论，也不是我的长项，恰恰我的长项是我懂得怎么跟媒体合作，懂得怎么传播理念，然后懂得怎么把一个活动推出去，把十大新闻这样的活动推出去。所以私底下朋友们就告诉我说，即使不是特别认可我的人也认为，像我现在做的这些工作别人做不了。只有我能做这个，做得非常好。我能够比较好地把学术跟社会运动结合起来，一起推进。比较幸运的是，我自己喜欢做这个事情，如果我自己不喜欢，就比较麻烦了。更大的好处还在于，我比较喜欢挑战自己，从头再来。那比较造就我，要是总做一件事情，烦死了，我肯定做不出那么多事。我只做性教育，我现在怎么开启白丝带。但是我开启白丝带的时候，我开始寻求新的东西。春节这段时间，我就在读团体辅导的书，我觉得特别好玩。我们做施暴者小组，做目击者小组，都是用团体辅导的方式，十几个人在一块工作，我觉得特别好。我特别向往，我已经摩拳擦掌了。还没有项目支持，我就先开始做起来。有些人没有项目支持，他是不会去做的，我从来不是这样的，我想做就是因为自己渴望，有兴趣。我查了一下，发现台湾、香港针对目击者的小组都没有，比较空缺。我想找一个中文现成的辅导提纲都没有，有英文的，白丝带有国际部专门在做翻译。这些志愿者非常好，非常可爱。我觉得自己何德何能把他们这些人凑在一起，我真的挺感动的，我真的内心很感激的。

其实做一件事情我觉得你选好了不太容易不成，而且通常我也不会允许我自己做不成，一定会想办法，比如说我那个性教育教案库，一开始就没有想到这么难，我当时希望两年做完，苏茜就说可能不行，给你三年吧。我心里说反正我早做完就完了，结果发现真得三年，而且满满的三年，就是太难了，就是你跟人合作太难了。我们那么多老师，我当时想，要完成一百个教案，我先从各地教师那里选出三四十个优秀的。所以我搞了一个全国征文，征来两百多个教案，最后我一个也没有收进教案库。全用不了。比如，四十多个写艾滋病的，全是在介绍艾滋病传播怎么预防，我要你这个干什么？这跟我的理念完全不一样。艾滋病怎么传播怎么预防我用十分钟就讲完了，我要你用那剩下的三十五分钟来讲人文关怀，这是我的理念。所以中国竟然没有找到一个可以直接收入我们教案库的教案。全国最好的性教育老师找来了，这个不同意写那个不同意写，最后终于分配下去了，三四个月了谁也没写来。写来

后发现理念有太多问题，从头改；然后终于审稿过了，找到副主编希望她能把关教学关，还是不断出各种问题。现在我们基本上还要每个教案从头再改一遍，因为我还有点完美主义，我想把它定位为二十年之内无人出其右。我一开始真没想到这么难，但是最后还是能做成。我一次次改计划，我原想征集三四十个能用的，没有，好，从头做，从零做。这些老师们不行，我马上就把学者们带进来，以学者为主做；我们请两个专家来审再提意见，然后再找几个人重新写。反正最后一定得把它做成，不可能让它半途而废。所以只要你想做成，就一定能做成。而且保质。

如果说曾经想做而没做成的事，好像只有一件，就是我前年想做一个华人性与性别博物馆。没有做成的那件事情，是因为当时理想有点大，当然另一方面有更好的事情在做，所以那个事情就没有做，放下了。其实我也没有完全放弃。我自己在慢慢收集着东西，我想我死之前一定可以做成。如果我活得到七八十岁的话。

这个博物馆不是什么古代性文物博物馆，这个博物馆收集今天中国社会的那些东西，我们十大新闻每年会收集一些东西，比如“我可以骚你不可以扰”的那身衣服我收集来了，比如说女权徒步的那双鞋，比如说同性恋运动的资料，有的海报已经绝版了，我都收集来了。苏茜也挺感兴趣，她说不能肯定就支持你们，但你们先做着。后来我也成立一个筹委会的班子，我当时觉得不难，为什么？我想找一个郊区的度假村当场地，我提供展览，场地呢它空着也是空着，也许还能给他带来一些客源，对吧？我是这么想的，但是后来没人去找，我委托了几个人任命他博物馆筹委会秘书长，也没人去找。我也顾不过来，没有精力去办这件事，所以现在只停留在我们只收留了藏品，而且还会继续不断地去收集藏品，慢慢来，也许将近退休的时候可以。我觉得这个事情可以暂且不做，但我觉得一定能成，一定有机构愿意这样合作。北京那么多度假村，郊区旅游区，一定有机构愿意合作，木板房都行，活动房都行，对他们来说基本成本是零。展品、设计、展柜这些东西我都可以申请资助，如果有场地，后面的事就好办。我觉得这个事情阻力就是算上场地，所需要的资源太多。还有，需要投入好多的时间精力，而且还要好多人员的配合，需要一群人在做，我一个人不行。我原来希望我的一个粉丝会做。我所有的会都他都来，感兴趣，性学会也去，都去听。他整天开车到郊区玩，我就指望他能够去帮我勾搭勾搭，说兑说兑。我写了好多材料，结果他一个也没给我问，他没管这事，所以这事也就放下了。后来就忙别的事了，我自己现在就是手头的事太多，我自己压力也蛮大，我原来想写的好多东西都是半成品。

一个学者没项目的时候想要项目，有项目的时候你会发现太影响学术研究了，我现在就比较影响学术研究，幸好我这个项目跟研究还有关系。我每年都坚持写几篇论文，争取发一两篇 CSCI。但是做项目还是太影响你的研究，所以有些中国学者就变成项目专业户了，都在做项目。嗯，我不希望自己是那样，但是挺难的，反正就是太忙，压力特别大，各种各样的事情同时要应对，而且我还喜欢事必躬亲，现在白丝带还不错，我放出去一些事情，因为事情运转得比较好了。一般来讲我还是事必躬亲，别人做不放心，学生做更不放心，因为曾经失败过。如果是靠谱的人就行，不靠谱就不好了，所以就有好多事，挺难的，忙不过来。我昨天晚上忙忙乎乎地写了一个征集参加家暴目击者小组的通知，发到网上去了。我想如果我昨天不发出去，一旦我开始忙其他事情，这件事可能就放下了，而我实在不希望它再放下，我想下学期一定要开始做这个事情。

研究与亲密关系

性与性别研究对我的亲密关系影响非常大。

我结婚比较早，1997年之后，我有一段时间痴迷于性别，所以我感到紧张的是，在我和我太太的关系当中，我们是不是足够的平等？我该怎么跟她交往？我会觉得我不知道该怎么交往。我印象非常深的一次，当时我搞男性解放沙龙，长沙电视台来拍一个小片儿。他们

进了我们家，支好机器，这时我太太就端了两杯水过来，然后我就浑身不自在，紧张。我太太扮演了家庭里边的那个照顾者角色。这是我对性别的敏感，那个时候性别敏感到了这样一个地步。其实，可能很少有家庭能够一直做到完全平均分配劳务的。

别人也经常问我这个问题：你的家庭是什么样子的？你是一个主张性别平等的人，你的家庭是什么样子呢？你们家庭的家务分工是什么样子的呢？你也谈“男性解放”，你自己的男性解放是什么样子的？对于第一个问题呢，我一直非常纠结，因为总体来讲，我的家庭依然是一个传统性别角色的家庭，就是说我太太承担绝大部分的家务，我承担得很少，比如说厨房里的的工作我主要是刷碗，我会非常喜欢刷碗。这也一直让我自己反思，我自己也在努力地改变，但是我自己觉得仍然做得很不够。我太太这两三年基本上不去单位了，她是做服装类报纸的广告经营的，广告经营本来就不需要去上班，经济危机之后服装业大滑坡，没有什么广告了，她就基本上每天在家呆着。这个对于家务分工也有一定关系，我自己呢也确实很忙。有个项目官员看出来我做很多个项目，别人可能做一个事情，我同时几件事情在做，所以曾问我：你这么忙，你怎么承担家庭责任？在家庭里干不干活？我说：其实真的干得非常少。男性跟配偶的关系，我觉得可能理念上我做到尽可能平等，但是实际上，以承担家务为例，可能并没有真的均分，远远没有做到。如果仅以量的方式来看，我觉得还是蛮不平等的。

我自己的男性角色呢，我觉得我挑战了很多霸权主义男性气质对我们的要求，但是总想做事，总想建功立业，这个我没有挑战。这个绝对不是简单的对名利的追求，我觉得到了我现这个年龄，对名利的追求当然也有一点点，但已经很淡了。二十几岁的时候，满脑子充满了成名成家的想法，我觉得一个人在二十多岁没有狂妄过，没有成名成家的大理想，也不好。但是到四十多岁的时候，其实已经看透了很多东西，看到自己生命的上限了。我的问题是，我就是喜欢做事，就从中有点成就感，我觉得更多地是挑战死亡，让我觉得自己的生命有价值，这是我没有成功挑战的男性气质。我认为挑战传统男性气质最好的，做到最符合我的理想的，就是我和我孩子的关系，这个我觉得非常符合我的理想，非常幸福的感觉。从有了他，我就尽可能每个周末都在家，每天晚上都在家，从来不去参加任何晚上的活动。比如说下学期，我想周末做暴力目击者辅导小组，就可能有一个半天不能和他在一起。我会跟我的孩子讨论，问他哪天他最有可能不在家，我就会安排在哪天。本来我不想周末的，因为周末是我跟孩子在一起的时候，但是他说他下学期星期天的下午一定要上托福。所以我就安排星期天的下午做辅导小组。类似这样的。我跟他的关系，我觉得相处得蛮好，那是生命当中一个非常富足的体验。但是还可以做得更好，还有太多遗憾。我记得孩子三岁左右的时候，我为了考研关起门来读书，他就会敲门找我，总找我，我就不开门，然后他就会哭，现在想起来挺难过的，挺自责的。虽然我最后一定会开门，心软就会开门，但还是没有马上开。我当时写过一篇文章叫《爸爸是敲不开的门》。我不想让爸爸是敲不开的门。有一次他跟我说：爸爸陪我玩一会。那时我正忙写作，就说：“等一会”。等一会可能我就忘记了，他可能也忘了。有一天我忽然意识到这一点，我就跟他说：“下一次你跟爸爸说，陪你玩一会，如果爸爸告诉你，等一会。你就要告诉爸爸说：‘不要再等了。你告诉过我，不要让我再等，立即放下来。’”那之后孩子再找我，我就做到立即放下手中事，陪孩子玩。所以其实我觉得从性别觉悟这一点，对于男人非常重要的一个就是亲子关系。在西方他们现在做的一个很重要的辅导项目，其实就是“学做爸爸”。我将来也想用白丝带引进这个项目。就是学习做父亲。我觉得做父亲的感受好了，能够解决很多问题。有时候我们不会做父亲，我们只会文化教育我们要教的那套东西。真到了我们想做温情的父亲时，我们也不太会做，这挺是一个问题的。在我孩子小的时候，我也跟他发过脾气，训斥他。我不懂，其实那是家暴，其实那是家暴。所以当我做白丝带运动之后，开始大量、系统地读“家庭暴力”的书的时候，我意识到，哇，原来这是家暴。我曾训斥他，甚至有一次我把他喜欢的一个玩具毁掉，原来那是家暴。我内心难受了好长时间，我认真地和他道歉许多次，我说对不起，原谅爸爸，当然他说都不记得了。我

想也许我们未来的父亲，可以不犯这样的错误。但是有的时候真的很难，许多做父母的说，我们不应该打孩子，但遇到的时候又控制不住，那时候可能我们需要调整一下心情，或者我们想一想到到底是孩子的问题让我们发怒，还是说我们自己原来有些问题，只不过借孩子的这个机会来表达。所以我做反暴力工作的时候，我是受益者。

我慢慢形成了性人权意识。但对我太太来说，这个成长过程非常不明显。我们恋爱的时候才十九岁、二十岁，一路走过来。那个时候我们是传统价值观下的人，直到现在，她仍然是一个传统价值观下的人。她实在不理解我写的那些东西，（笑）她也不看，拒绝看，她觉得实在忍受不了，写这种东西。包括我做同性恋研究的时候，她也表示对这个接受不了，但是现在她对同性恋还是能接受的。她更多地是担心我，她会觉得我是一个太不懂得保护自己的人，其实我觉得我是一个表面看起来很感性，内心有的时候还很理性的人。我会把握度，我绝对会在遇到风险的时候把握度。就比如，我开个会都小心谨慎。她慢慢也会知道这一点。但是她更多地是对我做的这些事情的担心，人身安全啊，社会舆论啊，失去工作啊，因为我太长的时间没有工作，太长时间颠沛流离，现在进入大学混个教职，算是蛮好的归宿。我是一个高考考不上的人，只是因为参加过高自考，学了中文，然后才能够参加考研。我们收入一直都很低，我进大学之后才好起来。我们原先有一套房子，工作之后，正好赶上学校可以买经适房。我们现在住在学校里，原先那套房子可以出租。那套房子的房租够我儿子的学费，还有富余。我太太会很担心，生怕眼前的这些东西都失去，对我现在的一些主张，她都会担心。但是我现在会评估各种风险再往前走。

考研本身对我也是非常大的挑战，因为我本身学习太差，完全没基础。连我妈都说，你大学都没考上，还要考研。但是当时就是想改变路径。我太太当时支持我做这个事情，很多人都不支持。如果我不考研，出去找工作，当时我当主编，一个月还拿七千，那已经非常多了。在那个时候拿七千非常高了，算是个白领。考研呢，一个月稿费一千，她自己带孩子，也是我支持的。她带孩子时三年没上班，也完全没收入。也就是说，我们有段时间非常困难。我记得那年中秋节花七块钱买一块月饼，十四块钱买两块，觉得好贵好贵啊。就是挺困难的，但是她一直很支持我。她担心，不放心，操心，但是一直很支持我做的事情，我觉得这是从年轻时一直走过来那种爱吧。她对自己承担家庭角色也没有怨言，她觉得这也蛮好的，反正她也不上班，她也没有什么爱好，平时就看看电视，上上网。在我看来，如果我的伴侣不支持你，甚至我没有一个伴侣，我这些年一定走不过来。有一个支持的力量还是挺重要的。考研那几年其实蛮苦的，根本不知道自己会不会考上，太不靠谱了。当时算，我要考两年研，但是我又怕两年考不上，我还得考第三年。然后要再上研究生，加一起十几年。十几年我会损失多少钱（笑），我会损失多少收入？但是确实太想做学术了，还是坚持考。现在掉过头来看，当然觉得太值了。不说事业、学说，我们只谈物质上的，学校这套房子能值多少钱呀，这房子现在能值三百万。一百一十平米就值三百万，对不对？就可以住进来了，你要不住进来，我们那套房子不能出租，孩子上学的钱都没有。更何况你可以做这么多事情，这么多项目，到处去讲课培训。就经济上的利益，显然是回报很多。而且考研时也是走进死胡同了，我实在不喜欢重复自己，已经做挺好的了，还在做同样的事，我觉得这是在浪费生命，我那种挑战死亡的意识挺强的。要用精神分析学的分析，这可能都跟幼年经历等等都有很多关系。

评价与期待：性别平等与男性运动

男性研究直到现在，在中国都没有多大的社会影响，我个人仍然认为在中国还是空白。虽然有些人在做这个事情，虽然我现在在做白丝带，但我觉得在中国还是空白，远远没有成为一个社会运动。我在2005年就说这是社会运动的萌芽状态。现在看来远远没有成为社会运动。我们带动不了那么多男性觉悟。男性参与，男性出来反思性别问题太难太难了。你数数全中国有几个男人在做性别研究，然后那几个做性别研究的男人坐下来和他们谈一谈，你

会发现，十个里头至少有两三个，他们说的那个“性别”跟我们说的“性别”完全不是一回事。所以我们能不能找到十个做性别研究的男人，我都很怀疑。所以说男性研究仍然是一块处女地，谁开垦，谁得益。

我一直跟心理学的学生们说，学术创新最简单的办法，就是在你的生活国度做别人没做过的事。这样你的学术位置就能奠定。我觉得现在男性研究和男性运动还是空白，白丝带还不错了，去年的年会弄得热热闹闹的，大家都知道。但是你说我们现在做了什么？至少到今天为止，就一条热线，接了百十来个有效的电话，弄了两百多个人在那儿忽悠。我们今年开始慢慢做，我自己是想用五年的时间把这件事情做好。五年之后，我可以真正地说，我是一个关于性别暴力的专家。性教育我做了五年，现在我可以自豪地说，我是做性教育的专家。我希望做五年的时间，成为反对性别暴力专家。去年我接了一年的热线，今年、明年两年到三年我做辅导小组，然后，五年之后，我可以真的成为专家。

我们的志愿者基本都是咨询师、学生或者律师等专业人士，我们没有学者，有性别意识的男性学者非常稀缺。清华大学有一个男老师，我忘了叫什么名字，他做自然科学领域的性和社会性别研究。上海社科院有一个研究影视的，他从男性气质视角研究影视，年轻人。所以说做性别研究的男人非常少，用男性气质来做研究的，那就更没了。其实用男性气质理论，就像用社会性别理论一样，它可以切入各个点。我觉得男性气质研究在过去二十年基本上就是从完全不知道知道了，并且开始有人在做，但是根本没有形成一个学者团队。2012年我们办福特支持的那次性别多元会议的时候，想做一个男性研究的专题，我发现就非常困难。我自己凑了一篇文章，我让研究生凑文章，然后上海社科院那个老师凑文章，剩下的我就凑不上了。所以其实是非常空缺的。

男性参与的社会运动呢，我觉得在过去这些年当中，已经不是喊口号了，只是偶尔喊口号了。喊口号没喊起来，就偶尔喊一两声。比如说白丝带运动，上网一查就会知道，只是白丝带日前后，有的地方组织戴着白丝带，念点宣言，就完了。从2001年李明舜第一次倡导，把白丝带带进中国，那之后，加上我自己，所有人加起来做的，能有二十次吗？我指的是，凑一块喊口号，能喊二十次吗？没有。就是没有形成一个稳定的、有理念的这样一个社会运动，根本没有。未来我觉得也不太会有，因为你得有一批人哪，或者是NGO，或者是学者。要是排起来，肯定还得是白丝带人多。我们申请了一个项目，针对监狱中的施暴者进行辅导的，但是我不知道最后能不能下来，如果能下来，我们会带动起来。但是这个过程，我们得用五年时间慢慢来带动。

至于社会性别平等的整体进展，我觉得还是蛮好的。1997年我买不到一本书，到现在有很多书，我买不过来。我们现在任何一个专业的领域的性别书都会有一堆，女性主义法学，女性主义社会工作，都会有一堆。而且很深入，从学术研究到社会运动，从政策倡导到实务，我觉得全有，只有极个别的领域几乎空白，社会性别视角没进去。我们说女权主义七八十年代在西方清理各学科，在中国这么多年极个别的领域还没有清理，别的我不知道，心理学没有，中国只有一本女权主义心理学的书，只有一本，还有几篇文章都是一个女学者写的，那个学者现在好像也不做女权主义了。我认识的许多心理学界的人都没有社会性别意识，对不起，太得罪人了，我的天哪！我认识的心理学老师没有社会性别意识，甚至会有社会性别刻板对象，比如说很多老师在研究性别认同障碍，研究这个人怎么会认同性别障碍？从性别多元的角度看，我不认同我自己的性别，就是障碍吗？当然不是。但心理学界主流的声音是这样的，所以我觉得个别领域没进去。这个时候这个领域如果有几个人物那就不得了了，她们一定就成为那个领域中国的No. 1。但是为什么没有？太有挑战性了！你说你是这个领域里的第一人，得有多少人骂你（笑）。一个学者的学术远见还有学术胆识都是非常重要的，这些领域没进来，是一个遗憾。我看到的只是心理学，别的学科我不晓得。总体来讲二十年还是进步不得了，1994年我曾傻乎乎地问李银河世妇会是什么，到现在，整体来讲还是不错

的。但是我觉得性别平等运动其实是整个人权运动、民主运动的一部分，当不具备一个好的、多元的、民主的、包容的社会的时候，它的发展注定是受到一定阻力的。经常有人说，同性恋跟政治有什么关系？总有人问我哪年中国的同性恋能结婚哪？用多少年性工作能够合法化啊？我说，这个太难预测了，为什么？它不是独立的，只有在多党制、宪政的情况下成为可能。你看世界上哪个非宪政国家同性恋婚姻或性工作能合法？宪政不一定带来同性恋性工作合法，但是没有宪政绝对不可能，因为那是选票政治。我觉得性别平等运动也是一样。

有个变化比较重要。1995年之前我们很多的平等是政策上的平等，政策规定男女平等，但是表面上这么说，其实也未必真的政策上平等。但是这些年不一样了，我们一个非常大的发展是，性别平等理念不再是靠一个男女平等政策来倡导了，不是执政者要你平等，而是开始慢慢地融入社会了。还有一个大的变化特别令人欣喜，就是从八十年代到九十年代初，甚至到九十年代末，我感觉理论研究居多，九十年代末之后呢，我感觉学科建设增多，然后就是行动。哇！最好最好的是从去年开始的，这里吕频功不可没，她推动了所谓青年女权主义行动派，我们去年十大新闻评奖时，就把当年的“性与性别年度维权人物奖”给了她们。这个奖我们前年开始发。年度维权人物奖，前年给了Kim，就是李阳家暴案里的李阳前妻，去年给了女权主义行动派，就是那些在街头搞行动的人，搞行动倡导的。她们做了好多事，去年她们给教育部写了一封信，说招生中存在性别不平等。教育部回信说了一堆，女权主义认为都是废话、错话，于是剃光头，意思是教育部的回复等于零。我的很多朋友都剃光头，她们让我也剃，因为我是教育部下属高校的老师，我要剃了不好办，我就跟她们说我这永远是光头，（笑）因为我谢秃嘛。还有一个是反家暴的行动，女孩子赤裸上身，写上“家暴可耻”、“平胸光荣”之类的。类似这样的行动很多。各种各样的街头行动，这是以前没有的，现在有了。它特别好在哪里？它吸引公众注意，转变成公众议题，性别不再是学者书斋少数人的话题，变成了一个公众话题。我有一个朋友，也是我们的评委，叫朱雪琴。她想出来在上海地铁2号线里举牌，说“我可以骚你不可以扰”，引起社会争论。我觉得很好地普及了一些理念，这就是行动派。行动派在中国是有风险的。以我去年年底的白丝带年会为例，天津师大的两个学生要来参加，结果临时来通知说有事来不了了，后来她们的老师告诉我因为她剃过光头，所以天津市公安局在监控她，知道她要来开这个会，通知她们学校不让她们来。连这个主流会都不能参加，足以说明在中国做行动派是有风险的，但是现在的这个风险已经不像原来那么大了。

我们争取明年选一个维权人物奖。我们今年总怕出事，这样很不好，太背离我们的理想了。变成项目之后缺点在这里，你总怕别人封了你，不让你做。

虽然我主张男性运动与性别平等运动是一个硬币的两面，但它们发展差距很大，主要的问题在于男性不觉悟，缺乏倡导男性觉悟的行动。我觉得中国男性运动做得最好的是男同性恋运动。那些跨性别运动的声音其实也冲击了主流男性气质，而恰恰是这个冲击间接地影响了社会上对于男性气质多元性的看法。在未来，白丝带运动持续做下去，做的很好，那才有可能直接针对男性气质，挑战异性恋男人的主流话语的声音。但是这种声音太弱，从事的人太少，不可能指望我一个人做，如果现在中国有十个学者在写反思男性气质的文章，这就不得了。现在其实很少，我现在都不知道除了我还有谁在做。

男性的问题全世界都一样，澳大利亚的男性运动，不是有人说也不过只喊喊口号吗？全世界都一样。所谓的全世界有八十多个国家和地区在做白丝带运动，但可能某个地方，就是出来搞一次活动以后就销声匿迹了。我之所以能把白丝带做起来还是要感谢资源，没有资源也不可能。2010年我刚做热线的时候一分钱没有，我们做的冷冷清清的，接线的人也没有钱，当时几千块钱买电话和付电话费是我拿的。后来人口基金给了点钱，我们就可以做培训，可以全国招志愿者，可以编制资料，可以到年底开了个会。这个会很多媒体报道，一下子声名打出去了，就不一样了，如果我们能够顺利地拿到对辅导小组的资助，我们又可以做

更多的事情。我觉得资源很重要，当然人也很重要，如果没人做谁给你资源？所以如果有可能，我倒是觉得我们的女性主义学者，那么多老师在各地的高校讲课、做研究，可不可以至少在你的性别课里，开一两节男性的气质，男性参与的课呢？可能一个人的热情就会因此被点燃，就会焕发生命的热量，就像我当年看到四页纸的时候所焕发的一样。台湾在06年我去的时候已经有三所学校在开，我们今天中国虽然大陆不可能开那门课，但是我们女权主义学者的课中，可不可以有男性研究，在男性气质里加几节课？这个一点也不难，加两三节课，但是当然得自己先认识到那个问题的重要性。如果你这个课是谴责男性，仇男恐男，那怎么会点燃在座的男性。我今天面对施暴者也仍然说他其实也是受害者，为什么？他一方面施暴，另一方面他和伴侣的亲密关系被破坏了，幸福生活被破坏了。他施暴他开心吗？他愤怒啊，其实那种东西他宣泄不出去的，他并不会打完老婆就开心了，他内心也会愤怒压抑啊。所以你说他从暴力中受益多少？没有受益。我们为什么不换一种方式处理我们的亲密关系呢？对不对？同样是针对施暴者，我想如果我们做辅导小组，我们不仅仅说你错了，我们要让他看到你施暴你受害，启发他觉悟。所以我觉得如果未来推进男性研究，至少比较现实的是，女权主义者可以讲男性气质，可以首先要自己正视男性研究，不要总觉得男性研究只是帮助女性平等，而是其实我们有共同的敌人——父权体制。我觉得这个至少可以做，如果有更多的学者也做就更好，但是挺难的。

男性学者更应该多做男性研究。当然这也得看你是否有我当年找到的那种感觉，如果只是因为没有人做你来，做着做着你就会不做了。就像我们学校主打生态文明，所以我就写了一本书《社会性别与生态研究》，写完了我就再也不写了，太受罪了！因为那个生态我不太懂，也不是太有兴趣，虽然我用社会性别的视角进去。但是我也很难，举步维艰。但是像辅导团体这个东西，以前我也不熟悉，没接触，但我懂人呀，感觉太好笑了太有趣了。

我觉得‘95算是精神吧。’95为中国社会打开了一扇性别平等的窗，给很多人、很多学者带来了一个新的视野，一个新的天地。这个天地绝对不仅仅只是性别的，我觉得它其实是影响整个社会的。我不知道这算不算‘95精神，追求性别平等？这样有些太虚了，别的我也想不起来。’95对我的影响是间接的，因为我没有参加‘95世妇会，还是进入这个领域比较晚。’95精神带动了中国的性别研究，‘95世妇会上也有人散发男性研究、男性气质的宣传品，这是我后来看文献才知道的。世妇会带动了中国的性别研究，如果没有性别研究这个整体的背景，男性研究不可能孤立地出现。我是在这个整个大的社会气氛下、学术气氛下受到影响，它带给我的是机遇，是一扇窗，一个铺垫性的东西，不像我们很多学者其实参与了‘95世妇会并且直接影响了她。我有点像第二代的感觉（笑）。我觉得如果离开中国社会整体的不断开放，空谈‘95还是不可能的。就是说如果‘95之后，中国社会一直保持在一个封闭状态，没有进一步改革开放，我觉得世妇会也带不来什么深刻影响。

对年轻人的期待，如果我提，我肯定只是针对男性，因为我觉得女性有更多的学者在提，而且这个似乎大家都知道。我觉得男性要认识到，对于男性气质的反思，其实能带给你生命多大的能量，能带来多少幸福的感受。我觉得还是要鼓动男性觉悟吧。我希望年轻的学子，或者是新一代人，能够关注男性气质对你生命的影响，并且反思挑战这种影响，然后你就会获得你生命中的很多能量，它一定会改善我们的亲密关系，远远不止学术、职业，而是改善你的亲密关系，甚至改善你的人生，你的生活。你想一个和孩子一起成长的父亲，与一个和孩子隔阂的父亲会有什么差别？不要以为我们社会父亲都不再是严父，其实还是，很多父亲依然是严父，依然是那个缺席的父亲。所以我觉得男性应该更多关注、反思男性气质，当你反思男性气质的时候，你就一定会思考到父权文化对女权的压迫等等不平等的东西。我觉得你可能永远不从事性别研究，甚至你的工作当中不再涉及性别研究，但是你的生命一定会从中获得很多力量，这也是我自己的感受。

2014年9月6日，方刚校对完

访谈员后记

对方刚先生的访谈是一次性完成的，持续近六个小时。这对访谈人的考验在于，如何保证自己始终集中精力；对被访者的考验无疑更大，因为他肩负着绝大部分的表述任务。这绝对是个体力活，显然，没有激情的人，很难接受这样的挑战。幸运的是，我碰到了能够侃侃而谈的受访者，他时而欢乐，时而激动，时而深沉，时而戏谑。除了最后略显疲态以外，全场激情满满。我相信方先生数十年特立独行的人生，也用激情作为支撑。

童年的遭遇使他可以将对平等、权利和人权的追求与自己的生命体验紧紧相连，使他的内心在面对性与性别主题时迅猛而持久地燃烧。如他所言，他所从事的工作的确是“危险”的。如果没有那些终身难忘的生命记忆，在世人的围观、猎奇、非议和谩骂中，哪怕是最好胜的人，恐怕也难坚持下来。至少现在看来，他完全没有停下来的迹象。他迷惘过，彷徨过，但最终还是寻觅到了前行的方向。当然，他并非不食人间烟火，他的计算、权衡使得一个在荆棘路上行走的人获得了更为真实、鲜活而丰满的形象。

在性中谈性别，在性别中谈性，这是方刚先生的特色之一。使他显得与众不同的还有，他从男性解放的角度表达对性别平等的关注。在一个观念之争可能多于事实之争的领域里，这两个特色推着他成为业内争议的焦点之一。在访谈中，我的感受是，方刚先生享受这种争议，这又从侧面印证了他的富于激情。

他的一些观念和言论显然外在于这个时代的主流。如果我们理解社会价值多元化所具有的深刻意义，如果我们坚信宽容是值得每个人去追求的品性，这些观念与言论在特定历史时段中是否符合主流规范显然不是我们首要考虑的问题，或者说，根本就不是个问题。我感觉，他为自己的观念和言论找到了一以贯之的根基。在这个意义上，他虽然有时看似匪夷所思，但显然他可以自豪地说自己活在一种自圆其说的逻辑之中，活得有根有据。

扫码关注“白丝带志愿者”公众号



扫码添加“白丝带公益热线”微信号

