

由性別壓迫省思諮商師的性別教育

李明峰

(臺南大學諮商與輔導學系碩士班研究生)

壹、前言

性別議題是女性主義治療非常強調的觀點，但是對於諮商師而言是另一種人文觀點的思維（邱珍琬，2006），其中所延伸出來的性別意識覺察、性別與權力、訓練治療師的模式和文化與族群等議題一直都是備受討論的(Atwood, 2001; Evans, Kincade, Marbley & Seem, 2005; Maye, 1994; Marie, 1996)，而且治療中的性別議題也使心理衡鑑和診斷受到文化的影響(Corey, 2005; Evans et al., 2005)而須有所調整和檢視。

而在諮商師的養成教育方面，傳統的訓練方式也因為性別議題的多元而逐漸受到挑戰，在在顯示出諮商師教育須融入性別的議題才能符合後現代多元社會的要求（郭麗安，2002）。因此不管諮商師的諮商風格取向如何，在諮商的過程當中都須考量到性別議題對於當事人的影響。

貳、不同形式的性別壓迫

女性在成長發展的過程當中，可謂處在較「非主流」的地位，因為我們所處的世界，不管是東西方，女性的經驗一直是被壓迫、以男性為中心的。隨著

時間的進展，逐漸有一些不同的聲音慢慢地被聽到(Corey, 2005)。男性相較於女性而言所受到的壓迫是比較少的，不過可以看到男性在情緒表達上受到較多社會文化的影響（畢恆達、洪文龍，2006）。除此之外，對於性別的壓迫會以不同的方式來展現，諸如社會文化中的一些儀式和象徵(Sharaby, 2006)、職場上的不平等對待（莊慧美，2000）及家務分工不均(Atwood, 2001)等，都可見到對於性別的壓迫，現將此議題做詳細的敘述於下。

一、女性經驗的壓迫

女性自出生那一刻開始，直至長大成人，一直都是受壓迫的對象，不管是在家庭或是職場上（邱珍琬，2006；Atwood, 2001），而且也是主要的照顧者跟勞動服務者（畢恆達、洪文龍，2006）。以我國的歷史為例，中國歷史的女性並沒有處在很重要的地位，而且大部分都是「惡名昭彰」，像是慈禧太后、呂后、武則天等，直到近代史對秋瑾、楊惠敏等女性的重新詮釋，才逐漸擺脫女人為禍水的意識形態（邱珍琬，2006）。有關於女性在各方面所受到的壓迫，已經有很多相關的研究和論述

(邱珍琬, 2006; 郭麗安, 2002; 畢恆達、洪文龍, 2006; Atwood, 2001; Evans et al., 2005; McLeod, 1994), 現從女性與身體、女性與家庭和女性與職場三方面來描述女性受到傳統性別角色的壓迫。

(一) 女性與身體

女性的身體一直都是男性渴望卻又貶抑的物品(畢恆達、洪文龍, 2006), 男性渴望擁有女性的身體來達到感官上的愉悅, 但是在媒體及社會的影響下, 女性的身體同時也被貶抑的, 像是傳達「女性的乳房是社交用」的觀點(邱珍琬, 2006), 因此從另一方面來說, 女性的身體並不屬於自己的。另外, 社會的價值觀傳達出女性必須「瘦」, 也影響到了女性產生飲食性疾患的現象(Heenan, 2005), 因此女性的身體也就被物化了, 而女性也內化了其身體被物化的觀點, 所以在治療的過程中會強調須提升當事人對這方面的覺察: 女性可以擁有自己的身體, 並不須要靠身體吸引男性而提高自己的自尊。

(二) 女性與家庭

女性在家庭中主要也是扮演家事服務勞動的角色, 就算是在雙薪家庭, 女性在工作結束之後, 可能也要再進行家事的勞動, 而家中的男性角色, 像是父親或是兄長似乎佔盡了便宜, 回家之後可以做自己的事情(Atwood, 2001)。而在求學方面, 女性也常需犧牲自己求學的權利, 賺錢供應家中的兄長唸書(邱珍琬, 2006)。如此更顯現女性在家中的地位主要是照顧者的角色, 而這樣的角色常常使得女性容易產生低自尊的現象。相對地也反映了女性在家中的權力

是不足的, 女性往往屈於父權體制而變成男性的附庸品而不自知。筆者的母親及阿姨就是在這樣的環境中長大的, 筆者曾經從這些女性的口中得知小時候她們須在家中兄長吃完飯之後才能吃, 而她們幾乎到國中就不再繼續升學, 並到外面賺錢維持家中生計及提供兄長課業上所需的金錢。當筆者詢問她們會不會因為做如此的犧牲而感到後悔時, 她們只是認為那是她們應盡的義務, 已經視為理所當然了。縱然現今的社會女權意識高漲, 也有很多的男性投入性別意識平等的行列之中(郭麗安, 2002; 畢恆達、洪文龍, 2006), 很多女性還是被傳統的父權意識所支配著, 這也是現今諮商與心理治療須再多加努力的地方。

(三) 女性與職場

隨著時代的演變, 有很多的女性在職場中逐漸嶄露頭角, 不過她們的成就並不被欣賞(畢恆達、洪文龍, 2006), 縱然她們是從事社會上認為較男性化的工作, 像是律師, 可能也是在家事法庭工作。而在職場上表現卓越的女性, 可能會被冠上「女強人」、「男人婆」等不雅的稱呼(邱珍琬, 2006), 在在貶抑了女性在職場上的經驗, 而認為女性的職場是「家庭」(Evans et al., 2005)。而社會上另一方面也希望某些職業應該由女性擔任, 像是護士、秘書、教師等, 這樣的想法是很矛盾的。

二、男性經驗的壓迫

男性在成長過程當中一直都扮演握有權力的角色, 不管是在家庭、職場或是社會文化當中(邱珍琬, 2006), 甚至在心理學領域也居主流的位置(Corey,

2005)。而男性雖站在這主流的位置上，為了鞏固其地位，也付出了很多代價，像是為了認同父親這個男性的角色，他們被迫與母親產生心理上的分離以追求獨立跟自主(Nelson, 1996)；為了鞏固男兒有淚不輕彈、男性是英雄和強者的傳統性別角色，男性不輕易表達自己的脆弱和情感，而男性在軍中的訓練更加重了這樣的性別角色(畢恆達、洪文龍，2006)。經過如此的社會化過程塑造出的男性特質事實上是很悲哀的，也使女性口口聲聲說她們不懂得男性在想什麼。因此女性主義的思潮其實是在解放男性，使男性能擺脫性別角色的束縛，所以女性主義基本上是關懷男性的，並不是要打壓男性，這也是近來女性主義思潮或是治療的一個重要的焦點(Evans et al., 2005)。美國的男性研究學者麥可·基牟(Michael Kimmel)說得好，男人的性別盲正是出自於男人沒有能力看到自己是男人(引自畢恆達、洪文龍，2006)，而傳統的性別觀點認為須打壓、貶低女性或是拋棄自己內在的女性特質以證明自己是男人。從另一方面來說，這反而是一種病態的觀點跟想法，也使女性主義和男性研究思潮期望能改正的想法。

臨床上顯示女性較為男性憂鬱，不過Real(1997/2003)在其書中指出事實上並不然，女性抒發情緒的方式是說出來，因此使我們認為女性是憂鬱的，男性因為性別角色的關係，很多的情緒是不說出來的，可是卻以不同的方式表達出來，例如暴力、成癮行為等。而這樣的行為造成了受害者—女性，當與這些男性施暴者談話之後，往往可以發現他

們的內心深處存在著一個受傷的小男孩，這個小孩因為過去的事件而受了很多傷，可是傳統的性別角色卻不允許他出現，所以當我們談論女性主義或是男性研究時，主要在尋找男性內心潛藏多年、受到積壓的真實人性(畢恆達、洪文龍，2006)，使男性經驗能以不同的角度被看到。但是不是回到傳統男性所擁有的那個位置，藉由不同的角度去思考性別，男性還是可以保持自己身為男性的權力，並跟女性一起分享。

綜合以上，了解性別壓迫的議題不只是女性主義治療的根本思維，其他學派的治療者也可以了解性別角色分析的內涵，因為每一個治療者都是傳統性別角色所塑造出來的，了解此議題不只可以看到當事人的處境更可以了解自己。

參、對諮商師的挑戰

如依上面所述，對於性別壓迫的思考對於實務工作者而言是很大的挑戰，也須改變自己對於諮商與治療過程中的觀點，像是治療關係的權力與平等(Devoe, 1990; Jones, 2003)及相關的倫理議題和多元文化考量(Corey, 2005)。其中，很多學者針對女性治療師和男性治療師與女性當事人工作的想法和觀點進行探究(邱珍琬，2006；畢恆達、洪文龍，2006；Corey, 2005; Devoe, 1990)，大部分認為女性治療師是最適合跟女性工作的，因為她會了解女性的處境並進而提供相關的協助，不過女性治療師也須注意自己的想法跟觀點是不是也複製了傳統貶抑女性的想法，否則治療師只是把未經覺察的性別角色壓迫傳達給當事人。男性治療師與女性當事人工作是

較常被爭議的（邱珍琬，2006），因為部分學者認為男性擔任治療師可能會在治療關係中使當事人重新感受到父權體制的壓迫，如此一來會造成二度傷害。不過Devoe(1990)認為男性治療師的自主性、權力及有主見對於女性當事人而言是一個很好的角色示範，男性治療師可以把他身上的這些特質在治療過程當中表現出來，讓當事人學習並知道如何在現實生活中表達出來，要注意的是在治療師積極運用的同時，須注意當事人的個人狀態，勿淪為變相地壓迫當事人感覺的工具。

另外，在諮商過程中催化當事人的歷程上，女性主義治療也提供了不同的思維（邱珍琬，2006）。以往的人格發展理論和心理治療認為人是逐漸要「分離一個體化」的，可是近來的研究發現，這樣的理論觀點似乎不適用在女性身上。女性的人格發展和心理成熟主要是在透過跟人建立關係中來成就自我的，尤其是與母親的關係(Nelson, 1996)。只不過女性必須從關係中建立界限，因此治療師必須注意女性的這個特質，與當事人建立關係並在治療關係中設限。這對於治療師而言是不同的諮商催化思維，對於男性而言，其實也是適用的。男性雖然在傳統的心理學觀點認為心理的成熟是「分離一個體化」，但是成年男性可能也會需要跟別人建立親密的關係（邱珍琬，2006），男性也需要學習如何在關係中與人互動跟建立界限。因此「分離一個體化」或是「關係－自我」兩種不同的諮商思維須因人而異，對於諮商師而言也必須視情況需要而有所調整。

肆、結語

性別壓迫的議題是性別議題中諸多面向的一環，當思考到性別壓迫與治療關係時，是希冀諮商師對於當事人能採取去性別化的視框，不因當事人的性別不同而採取不同的對待方式(Gilbert & Scher, 1999/2008)，而是站在人文觀點去思考當事人的處境。在過程中須營造出平等的諮商關係，而不使權力強加在當事人身上，否則諮商師可能會將性別壓迫的意識形態帶入諮商關係中（賴美言，2007）。

因此諮商師對於自己或是當事人都須運用性別角色和權力分析的觀點以進行自我覺察或是對當事人進行相關的處遇，並學習性別與文化的相關課程，如此才能真正落實性別公平的諮商師教育（郭麗安，2002）。

參考文獻

- 邱珍琬（2006）。**女性主義治療－理論與實務運用**。臺北：五南。
- 郭麗安（2002）。從婚姻諮商中的性別議題論諮商師的性別教育。**輔導季刊**，**38**(1)，46-53。
- 莊慧美（2000）。小學女教師的性別障礙－一個小學學校的性別生態觀察。**兩性平等教育季刊**，**10**，121-124。
- 畢恆達、洪文龍（2006）。**GQ男人在發燒**。臺北：女書。
- 賴美言（2007）。「邊緣舞進中心」～從女性主義治療觀點跨越習以為常的性別盲。**輔導季刊**，**43**(4)，42-51。
- Atwood, N. C. (2001). *Gender Bias in Families and Its Clinical Implications*

- for Women. *Social Work*, 46(1), 23-36.
- Corey, G. (2005). *Theory and Practice of Counseling & Psychology*. 7th ed. CA: Brooks/Cole.
- Devoe, D. (1990). Feminist and Nonsexist Counseling: Implication for the Male Counselor. *Journal of Counseling & Development*, 69, 33-36.
- Evans, K. M., Kincade, E. A., Marbley, A. F. & Seem, S. R. (2005). Feminism and Feminist Therapy: Lessons From the Past and Hopes for Future. *Journal of Counseling & Development*, 83, 269-277.
- Gilbert, A. L. & Scher, M. (2008). 性別諮商與心理治療 (Gender and Sex in Counseling and Psychotherapy) (吳寶嘉、林素妃及陳靜儀譯)。臺北：心理 (原著出版年：1999)。
- Heenan, C. (2005). A feminist psychotherapeutic approach to working with women who eat compulsively. *Counseling and Psychotherapy Research*, 5(3), 238-245.
- Jones, L. S. (2003). Power and Women in the Counseling Relationship. In M. Kopala & M. A. Keitel(Eds.), *Handbook of Counseling Women* (pp.31-39). Sage Publications.
- Maye, T. (1994). Gender and Power in Counseling and Supervision. *British Journal of Guidance and Counseling*, 22(3), 319-326.
- Marie, H. R. (1996). Gender: Issues of Power and Equity in Counselor Education Programs. *Counselor Education and Supervision*, 36(2), 104-112.
- McLeod, E. (1994). *Women's Experience of Feminist Therapy and Counseling*. Philadelphia: Buckingham.
- Nelson, M. L. (1996). Separation Versus Connection, The Gender Controversy: Implications for Counseling Women. *Journal of Counseling & Development*, 74, 339-344.
- Real, T. (2003). 男人其實很憂鬱 (I don't want to talk about it—Overcoming the Secret Legacy of Male Depression) (黃漢耀譯)。臺北：張老師 (原著出版年：1997)。
- Sharaby, R. (2006). The Bride's Henna Ritual: Symbols, Meanings and Changes. *A Journal of Jewish Women's Studies and Gender Issues*, 11, 11-42.