

# 从性侵受害者到防性侵讲师

郝静身上,藏着两个“郝静”。她自认为是世上最倒霉的女孩:从8岁开始,直到11岁,她一直被隔壁的叔叔性侵,“活人都不遭这样的罪”。

被这段经历所伤,也为了掩盖它,高中整整两年,郝静和男同桌半句话都没说过;年过40岁,一个知心朋友都没有;她甚至抗拒前夫触碰自己——晚上无法相拥,白天上街从不牵手,对方最终出轨;很长一段时间内,她总在半夜思考如何结束生命,又记挂相依为命的儿子,迟迟不敢下手。她也是“防止儿童性侵害”中最勇敢的志愿者。作为公益组织“女童保护”的兼职讲师,她跑到许多地方给小学生上课,攒下来的飞机登机牌一只手都握不住,熟人甚至感觉她“有点神经病”。“女童保护”成立3年,在28个省份开展公益教学,她一人在12个省份培训过4000多名志愿者。

3年前刚给孩子上课,郝静总委屈,想哭。看着活泼的孩子,她总想自己“当初要也有人帮就好了”。

这两年,郝静不再想这些了。可当天真的小女孩说自己前几天被坏人拖到草丛里,有行人经过才挣脱,她心还是难受得发紧,下课嘱托学校的老师,“记得给女孩看心理医生”。

防性侵的课程看起来并不复杂。正式开始往往伴随一场“我说你指”的游戏,指到屁股,几乎所有孩子都会笑——讲师就能顺势开讲哪些部位不能碰、遇到坏人怎么办等内容。

如何在课堂的40分钟取得孩子的信任,才是讲师的本事。有小女孩在课堂上主动举手,说前几天单独去姨爷爷家,被“使劲抱住了”,连踢带打才挣脱。郝静赶紧摸摸她的头,给她礼物,夸她勇敢。在课堂上,这样的孩子不在少数,他们觉得这个阿姨像亲人。

有小孩和她约定,将来一起做公益,临走时特别不放心地嘱托,“老师你可得等着我啊!”“老师你可别老了!”还有一个班的小孩子围住她,让她在笔记本上签名留念。

能让别人敞开心扉的郝静,看起来已经彻底告别了以前那个倒霉又胆小的小女孩。在过去的许多年里,她总是梦到幼时隔壁男人把粗糙的双手伸进衣服,自己只能哭喊,无力反抗。如今,这场梦很少出现了,取而代之的是她讲课的场景,以及那些在课堂上的童声、注视着她的眼睛。

3年前的一天晚上,郝静第一次在网上看到“女童保护”的教案。半夜三更,开着台灯一页页看下去,郝静回忆自己当时像触了电一样,手抖个不停。儿童防性侵的内容,像钢钉般一字字敲进她的脑海。

封闭了33年的回忆瞬间决堤。“难道有很多人和我一样?”眼泪再也憋不住。

刚成为“女童保护”志愿者培训师,郝静曾在课后遇到一名小学老师。后者告诉她,自己在9岁时遭受了性侵害,和丈夫相处,眼前总会出现那个侵犯她的男人的影子,身体忍不住发抖。她不敢回家,最终在怀孕8个月



时离了婚。

郝静抱着有相同经历的姐妹嚎啕大哭,一晚上红着眼。

第二天课上,上百名中小学教师来听讲座,吵吵闹闹的。个别人还在玩手机,睡觉。他们觉得,这场内容还不涉及资质考核,不用那么严肃。那名小学老师坐在角落里,绝望地看着郝静。

强烈的愤怒感涌上了她的脑袋,“这么可怕的事,你们身边就有,为什么不重视?”郝静吼了出来,深吸一口气,“我曾经就有过被性侵的经历啊!”

教室瞬间安静了,郝静大脑一片空白,她不知道自己为什么在公开场合说这些,也想不到自己能在恍惚的状态下,把脑海中回放了无数遍的场景,哽咽着,一句句讲出来。

讲到最后,她回过神,首先感到惊慌。在此之前,她完美伪装着自己。因为自卑,她甚至不敢长久直视别人的

遇性侵的经历,还说“今天上了课深受感动,我要让我的学生们学会保护自己!”

“你看!这么多人都经历过,而且都不敢讲出来。我克服了,讲出来,是希望能帮助更多孩子远离性侵,这是不是也算一种勇敢?”

在童年最黑暗的岁月,郝静的母亲将所有爱倾注给了小她一岁的弟弟。很多夜晚,小郝静蜷缩在炕头,回忆着白天令人惊恐的细节,彻夜难眠,母亲则拥抱着弟弟,安睡在炕的另一头。她想告诉母亲自己的遭遇,可又觉得不会被当回事,甚至挨揍的可能是自己。

无数次纠结后,她脑海里只剩两个问题:我是不是多余的?我是不是该去死?

如今,郝静在很多时候会把要死要活的劲儿投到“女童保护”的课上,

因为“较真”,一位领导在聚餐时不客气,直接对郝静说,讲课“没啥用”,发生性侵案件的几率太小,“哪能遍地都是流氓啊。”

在郝静眼里,这逻辑幼稚得可笑,坏人又不会把特征写在脸上。曾经性侵她的邻居叔叔就是社区里公认的“好男人”,不喝酒,不骂人,经常从菜市场提点菜回家做饭,见谁脸上都挂着笑。

这个男人可怕的阴暗面只在单独面对郝静时展现。在被性侵的那3年里,郝静放学后为了躲避他,趴过自家菜园子,也躲进过玉米地和小树林。可叔叔经常能找到她,面带微笑地把她带回屋子里,或者就在外面施暴。平日出现在郝静父母面前,这个男人又是很自然的样子。

反转也很快发生在当晚的饭桌上。领导高谈阔论的间隙,郝静的手机响了,白天上课的一名小女孩打来电话,“老师,我的舅舅总喜欢摸我怎么办啊?”紧接而来的是第二、第三个电话,“我爸爸喜欢看我换衣服可以吗?”“我都这么大了,爸爸还摸我的隐私部位。”郝静一边回答着问题,一边瞪着身旁的领导。

知道电话的内容,领导擦擦汗,清了清嗓子,对郝静说,“咱们准备一周,然后推广这门课。”

做了3年女童保护,郝静对自我的芥蒂已经消磨了很多:找到了真心相爱的人并结婚,能拉手、亲昵,相拥入睡了。但直到去年年底,冲突还是会在两人间频繁爆发:郝静会时不时突然陷入对丈夫的怀疑,如果对方恰好没接到电话或短信,她就会陷入绝望,觉得已经遭到背叛。丈夫偶尔买了水果、花,郝静会惶恐,第一反应是“做了什么对不起我的事”。

今年2月16日,她转发了一条“那些被性侵的女孩,最后都怎么样了?”的文章,配的评论是,“恐怕很难走出阴影”。

对于儿童性侵害,毫无疑问,预防是最好的办法。像郝静这样的受害者,“即使极度幸运能走出来”,两种力量的搏斗也仍旧久远地蔓延在血液里。

郝静说自己无论在哪里,都喜欢走在人群最后。当有男人在自己身后时,“整颗心都会缩起来”,总怕对方会像当年邻居的叔叔一样,突然从背后抱住自己。这个习惯已经改不过来了。

(为保护采访对象隐私,文中郝静为化名) 程盟超

## 性教育:全世界的话题

### 瑞典

瑞典从1942年开始对7岁以上的少年儿童进行性教育,教师采用启发式、参与式和游戏式的教学方法,在小学传授妊娠与生育知识,中学讲授生理与身体机能知识。1966年,瑞典又通过电视节目实施性教育,打破了家长难以启齿谈性的局面。

### 美国

美国从小学一年级起就开始传授生育、两性差异、性道德等知识,初中阶段讲生育过程、性成熟、性约束等,高中阶段讲婚姻、家庭、性魅力、性病等,向学生发放避孕套。现在全美14个城市的32所

公立学校中都建有性咨询室,回答咨询的也是孩子,其内容对教师和父母都保密。

### 英国

2011年起,所有中小学开设性教育必修课,向5岁以上学生讲授性知识。学生年满15周岁后,家长无权以任何理由让孩子免修这门课程。

### 芬兰

芬兰有本性教育书——《我们的身体》,家长可以像讲《一千零一夜》那样每天讲一节,性教育就自然而然地开始了。荷兰从孩子6岁进小学时就开始性知识教育,与其他课程一样,没有什么区别。

眼睛,害怕从别人眼中看到哪怕一点鄙视的目光。现在,“一下子全完了。”

然而害怕的事情并没有发生。恰恰相反,听课的老师们目光变得严肃、专注,还多了尊重。飘了多年的心回到了地上。

如今,当有人看不清防性侵的重要性,或者更直白地问“你们是觉得我们这边不安全,才想来讲课?”时,抛出自己是郝静获取对方理解的最好方式。

有一次,一位她培训过的女老师在她上车离开前,把一张纸条塞到她手里。打开一看,里面写着自己幼时遭

以淡忘过去的不愉快。“女童保护”的负责人孙雪梅记得,刚开始听郝静的课,有点心疼,甚至觉得她在和自己较劲。快乐是强颜欢笑,可她又努力把课堂气氛整得活跃,甚至会紧张到忘词。一天给某小学上完示范课,有孩子给郝静发短信:“老师,你能不能帮帮我。我才上五年级,可已经发生过性关系了。”

郝静慌忙回电话,手机关机,后来,又收到短信。郝静特别严肃地找到学校的校长,希望能帮忙排查。可对方笑着答应,没有下文,郝静着急难受得不行。

## 【枕边心事】

### 听说前任被人甩

前任甩了我的理由是跟我不幸福。看到前任和女朋友甜甜蜜蜜,我就感觉泛酸。最近听说他被女朋友甩了,我知道跟我没关系,也不想和他复合,但是感觉大快人心。我不是心理阴暗,需要去看医生?

人比人,比上会不断带来挫折感甚至绝望感,比下却能带来心理抚慰。听到前任失恋,会觉得自己的恋情或自己单身的状态是更好的。既然你现在的的生活状态和自我评价优于前任,那何必再想起当初的愤怒,赶紧把前任从你生活中抹去吧。

我辞职后过间隔年,穷游了一年,回来被家里逼着相亲,对方是个小富二代。相亲后,介绍人跟我家说,人家听我那点钱旅行了那么多地方,说我是卖身上路!我真没有啊,有可能出种试纸,就像验孕棒一样,测试姑娘做没做过吗?

用内窥镜分析阴道内壁磨损度,是可以测量出近期的性生活频率的。但是,你问题的本质是,人与人之间有没有信任?你要是说你几年没有性生活,对方若是脑袋进水,还是会怀疑你激素分泌不正常的。对于这样的人,赶紧说“再见”。

我是天生乳晕特别大,包括初恋都怀疑我不是性生活特丰富,我知道这是没法以理服人的,但是,我又不想动刀做手术。有什么办法不让今后的男友因为乳晕大再怀疑我性生活特丰富吗?

不要想着改变别人,或者为了别人而改变。告诉你的男友,香蕉大则香蕉皮大,他从咪咪头判断性生活丰富这点并不靠谱。

为什么在家泡了一周牛奶浴,我下面开始有奇怪的味道了?我是每天往浴缸里加一升牛奶,洗完排空的,并不是循环洗的,为什么会发炎?

主要是看您泡多久,以及泡完后有没有淋浴清洗。阴道真的是不需要很多营养物质滋润的地方,本来就闷热潮湿容易滋生细菌,如果再因为牛奶浴里的糖分破坏了酸碱度,确实容易发炎。

在两性关系中,如何让自己的主动殷勤显得像无意之举?

求无意本身就是刻意。这个世界本身就是由两性组成,你遇到的人有一半是异性,这么多的人当然会有产生好感的人,用自己最真实的一面吸引对方,你们之间的距离总会拉近。

我特别喜欢翘二郎腿,会不会把老二夹坏?

经常翘二郎腿会使大腿内侧及生殖器周围温度保持在高温的状态,而精子生成和存活的适宜温度是要低于正常体温2℃左右的。若长期保持在高温状态,就会破坏了精液形成和生存的环境,严重者还导致不孕。