

施暴者变身反家暴志愿者：

我现在连蚂蚁都不敢伤害

日前，“宇芽被家暴”“蒋劲夫外籍女友控诉家暴”等话题再度引发公众对于家庭暴力的关注，针对施暴者行为的控诉成为大众的焦点之一。施暴者为什么会施暴？有没有可能改正？

2010年，北京林业大学人文社会科学学院心理学系副教授方刚成立“白丝带终止性别暴力男性热线(4000110391)”，致力于帮助施暴者终止暴力行为，同时也为受害者提供心理咨询和帮助。

热线拨打者顾伟今年35岁，离婚已经四年，作为曾经持续4年的家庭暴力施暴者，每次施暴顾伟都会以职场压力大、家庭婆媳矛盾等为由，选择将情绪发泄到妻子身上。离婚至今，顾伟已经接受近十家媒体的采访，每次他都会提及离婚前最后那次家暴，妻子发出从未有过的低吼，恐惧的眼神，颤抖的身体，以及不时隐约的头痛。

法院判决离婚，顾伟猛然认识到自己暴力行为带来的严重问题，此后申请成为白丝带志愿者，致力于终止家庭暴力的志愿服务，离婚四年他不考虑寻求新的感情，“害怕反复，如今的我连一只蚂蚁也不敢伤害。”

丈夫一阵拳头，一个月后妻子起诉离婚

2014年5月，顾伟收到当地法院传票，妻子起诉离婚。就在一个月前凌晨四点多，顾伟对妻子实施了以往对任何人都未有过的暴力。“我死死攥紧拳头，像铁锤一样。”连续快速捶打一分多钟后，岳母赶来，两岁的儿子在隔壁房间哭醒，岳母离开，顾伟又再次实施十几秒时间的捶打。

“此后连续两年，我手掌攥紧后击打的地方还是会痛；宝宝妈妈说，自己会时不时地头痛。”

引发这次家暴的原因，是前一天白天参加一场亲戚的婚宴，“结束后，她说我宴席上不照顾她和宝宝，还用很蔑视的眼神看她。”凌晨顾伟被起床上厕所的妻子不经意地踢了一脚，他突然控制不住自己，瞬间爆发。这是他对妻子的最后一次施暴，却并不是第一次暴力行为。

顾伟的自述中，更早之前就曾对母亲有过暴力行为。2003年，顾伟步入社会开始工作，起初的一年时间内换了六七份工作，引来母亲的唠叨和抱怨。“她就觉得我什么都做不好，不停地指责，我只想让她赶紧闭嘴”，于是他把拳头挥向了母亲的眼角，此后每年都会发生三到四次对母亲的暴力行为。

针对打母亲一事，家里亲戚出面，把顾伟训斥了一番。

2011年在自己结婚的喜宴上，就感受到了自己对妻子的变化，“不知道为什么，从宴请亲戚后，觉得就可以任意使唤她了。”

没有被惩戒，就不会有停止



最好的保护

新华社发 朱慧卿 作

“家暴只有0次和N次。”许多预防家庭暴力组织都会提及。但事实是，第一次家暴的发生并不会马上引起受害者的警觉。

2011年夏天，顾伟和怀孕三个多月的妻子躺在床上看电视，妻子提到亲戚家男人将工资卡交给媳妇管的事情，希望顾伟也照样做。顾伟拒绝了一句再没说话，妻子在一旁继续叙述理由。突然，不耐烦的顾伟一脚踹到妻子小腿上，第二天小腿便出现了淤青。“宝宝妈妈愣住了，什么话都没说，她终于闭嘴，我的目的达到了，就没有再理她。”

妻子似乎没有跟任何人提过这件事，没有要求道歉，只是第二天对顾伟说，要是再打她就告诉父母或找妇女主任。暴力没有因为这次不痛不痒的警告而结束，从此开始，持续三年时间的家庭暴力不曾间断，最频繁时候，每个星期都会发生。“感觉自己像魔鬼，被情绪牵引着。”引发冲突的原因都是些琐碎、不值一提的小事。

根据全国妇女联合会的统计数据，我国近90%的家暴受害者为妇女，平均每7.4秒就有一位女性遭家暴，但平均在遭受35次家暴后才会报警。世卫组织在2017年的数据显示，全球三分之一的女性遭受过身体或性暴力，仅有不到10%的女性报过警。

改变，从一通电话开始

妻子没有报警，在分居一个月后，向法院提起离婚诉讼。

收到法院传票的那一刻，顾伟意识到事情已不在他的掌控之内了。他开始从网络上查找资料，“为什么自己会对身边最亲密的人们实施暴力。我想要寻找根源。”一次偶然的机会，顾伟看到电视里播放名为《中国反家暴纪事》的纪录片，影片中有一部分长期忍受家暴的女性，最终选择以暴制暴，杀死丈夫，最终入狱。“或许，目前选择离婚，是对我们双方都好的方式。”看着纪录片中那些遭受家暴的女性的真实陈述，顾伟第一次感受到她们

作为受害者时的痛苦。

通过这部纪录片，顾伟了解到“白丝带终止男性性别暴力公益热线”，并致电寻求帮助。“我只想让她闭嘴。”而电话那端接听的人问：“她是个人，没有说话的权利吗？”顾伟哑口无言，热泪盈眶。

热线接听者提供了三个参考建议：1.试着找到自己情绪爆发的“临界点”；2.当想要打人的时候，立即抽离现场环境；3.培养其他合理的兴趣爱好。对方并没有简单指责，把他当成“坏人”“打老婆的变态者”，而是给予了尊重。这一点让顾伟消除担忧，此后每周二晚上，都会拨打白丝带热线电话，每次沟通约一个半小时左右。

“白丝带终止性别暴力男性热线(4000110391)”是北京林业大学人文社会科学学院心理学系副教授方刚在2010年成立，到今年已近十年。近十年间，接听来电超6000次，其中男性咨询者占到15%左右。

因400电话的严格管理，目前白丝带热线只有5人接听，皆为具有专业认证的资深心理咨询师。但基于热线电话的伦理要求，咨询师不能留下对方的姓名、电话，更不能回拨号码。

咨询师会根据来电者不同情况给予指导和建议。针对受暴者，热线会分析暴力危险度、接纳情绪体验、评估暴力等级、提供法律知识信息、疗愈心理创伤、制定安全计划，为如何应对暴力提供多元选项。

针对施暴者，热线会首先赞赏对方的求助行为，肯定求助者摆脱暴力行为的愿望，而后帮助施暴者“去权”，认识到法律威慑性，帮助其分析当前暴力和婚姻状况，指导其一步步放弃暴力。

“如今的我，连一只蚂蚁都不敢伤害”

2015年9月，法院二审判决顾伟与妻子离婚。不久，他申请加入到中国白丝带志愿者网络项目中，

成为一个反对家庭暴力的志愿者。

中国白丝带志愿者网络项目同样由方刚发起，2013年在联合国人口基金支持下进行活动。白丝带志愿者提倡“不使用暴力，并对暴力不保持沉默”，只要作出承诺者都可成为志愿者，目前全国登记志愿者4000余人。

由于只是一个项目而非社会组织，全国各地的白丝带志愿者活动并没有经费支持。国际上公认的最成熟有效的帮助施暴者的方式，方刚曾组织施暴者团体辅导小组活动，顾伟曾经想要参加，但针对施暴者一次完整的团辅需要至少20次，每周一次，这意味着顾伟要至少20次从老家往返北京，即使时间上能安排，路费也要近两万元。

每个志愿者都有自己的职业，除了志愿服务工作与自己的本职工作高度吻合，例如心理咨询师、律师等，一般参与度高的志愿者持续时间也就在一至两年时间。

顾伟算个例外，已经做了近四年志愿者。平时他会在当地心理协会的组织下，到学校、社区进行预防暴力的宣传倡导活动；若有媒体发出采访要求，他也会同意。“也是对自己的一种约束和监督”。作为一名暴力习得者，从小家庭环境的熏染，让他明白：改心换性，并不那么简单。只有持续地接受行为辅导与心理矫治，暴力行为才有可能被改变。

“离婚4年多，我暂时不考虑去找另一半。”顾伟说，担心自己没有彻底改好，会再次给对方带来伤害，“如今的我，连一只蚂蚁都不敢伤害。”

如今儿子已经8岁，顾伟也担心孩子曾目睹过暴力冲突场面而受影响。他会坦诚地告诉孩子，爸爸伤害了妈妈，妈妈为了保护自己，选择离开，她是对的，爸爸错了。其间，也会带孩子参加一些行为习惯及心理成长建设的社教班，为的是避免孩子将来产生跟自己一样的暴力行为。

方刚介绍，家暴的重点其实在于预防，明年他研究的性教育相关课题将出版13本绘本，其中3本与家暴话题相关，要从孩子便开始抓家庭暴力的预防。

家庭暴力的情况有没有可能改变？方刚认为，家暴的根源是权益和控制，通过控制彰显权益，不平等的社会性别制度是家暴根源，而解决这一问题需要为施暴者“去权”和为受暴者“增权”，颠覆原有权益关系。

“施暴者”不是一个标签，每个人都有可能在明天成为施暴者。施暴者的改变，依赖本人强烈改变的愿望，以及专业心理辅导，两者缺一不可。而根本解决这一问题，方刚仍然相信有可能，“这是一个系统而漫长的工程，或许需要几百年时间，是我们现在这些工作者看不到那一天的漫长工作。”

《新京报》12月9日报道