

# 女性主义心理学的逻辑演进及其对心理治疗的意义\*

宋建丽

(厦门大学 马克思主义学院 福建 厦门 361005)

关键词: 女性主义; 女性主义心理学; 女性主义心理治疗

摘要: 从实证主义取向的女性主义心理学、现象学取向的女性主义心理学到后现代取向的女性主义心理学, 当代的女性主义心理学力求把女性作为心理学知识的主体, 关注女性群体内部多元的差异性身份, 以社会性别视角透视女性心理发展, 主张在公平正义的视角下展开对女性心理的研究, 与此相应, 女性主义心理治疗家也更加重视社会文化情境以及情境的差异性如社会阶层、种族、性别、民族等对女性心理行为和心理健康的影响。

中图分类号: B844.4

文献标识: A

文章编号: 1004-2563(2013)01-0053-06

## The Logic Gradual Progress of Feminism Psychology and It's Meaning to Psychotherapy

SONG Jian-Li

(Marxism College at Xiamen University, Xiamen 361005, Fujian Province, China)

**Key words:** feminism, feminism psychology, feminism psychotherapy

**Abstract:** From feminism psychology which goal-oriented positivism to feminism psychology which goal-oriented phenomenology and feminism psychology which goal-oriented postmodernism, Contemporary feminism psychology strive to make women become the subject of psychological knowledge, pay close attention to pluralist differential identity within woman group and see woman's mental development through the view of gender, They maintain that we should study woman's psychology under the view of justice, Correspondingly, Feminism Clinical psychologists pay more attention to sociocultural situations and the difference of situations such as social class, race, gender and nationality so on which will cause the change of women's psychogenic behavior and mental health.

伴随 20 世纪蓬勃发展的妇女解放运动, 女性主义心理学家挑战传统心理学知识中充斥着男性偏见, 以对女性的临床和经验的研究来重新说明女性的心理发展。女性主义心理学的这种逻辑演进和方法论转换使得重在关注女性所受心理压迫的女性主

义心理治疗, 在反思自身研究现状的基础上, 越来越关注女性在社会政治地位上所受到的限制, 女性的性别身份及其独特的社会生存状况、多元身份认同、多种多样的权力层级关系等开始成为心理学分析的议题, 彰显了女性主义心理学不只是关于女性的研

作者简介: 宋建丽(1972-) 女, 厦门大学马克思主义学院副教授、哲学博士, 天津外国语大学“马克思主义理论翻译与传播”研究中心科研创新团队成员。

\* 本研究受以下课题资助: 2010 年度中央高校基本科研业务项目“马克思主义政治哲学及其当代意义研究”(2010221067); 2011 年福建省教育厅 A 类人文社科研究项目“政治哲学视域中的公民教育与社会和谐”(JA11004S); 2012 年度国家社科基金重点项目“西方伦理思想的女性主义解读”(12AZX011); 2012 年度福建省社科规划一般项目“正义与团结: 南茜·弗雷泽社会批判理论研究”(2012B160)。

究,也不只是由女性来进行的研究,而且是为两性平等服务的研究,其目标在于促进社会变革,提高女性生活质量,促进性别平等。

#### 一、女性主义心理学的逻辑演进和方法论转换

当代的女性主义心理学并没有一个统一的行动纲领,但是不同倾向的女性主义心理学家大都认为传统的心理学知识中充斥着男性中心的偏见,集中体现为以生物决定论为基础,认为女性的心理发展落后于男性并以男性的标准度量女性的心理发展。20世纪蓬勃发展的妇女解放运动极大地启发了女性主义心理学家,她们开始审视这些以往被认为是客观真理的理论,以对女性的临床和经验研究来重新说明女性的心理发展。在此基础之上,她们主张改造传统的心理学使之能容纳女性,正确反映女性的心理特征,并形成了三种旨趣不同的女性主义心理学的路径,分别为实证主义取向的女性主义心理学、现象学取向的女性主义心理学以及后现代取向的女性主义心理学。

实证主义取向的女性主义心理学建立在经验主义的基础之上,她们忠实于心理学中的科学主义传统,认为心理学研究中存在着大量的对女性的忽视和偏见,正如佩皮劳(Peplau, A.)和康拉德(Conrad, E.)所说,在心理学发展史上,性别偏见与男性中心主义价值观贯穿于整个科学心理学的发展。性别偏见不仅影响研究课题的选择和心理学概念与理论的发展,而且影响研究方法的使用、心理学在治疗领域的应用以及职业心理学的结构。<sup>[1](PP379-400)</sup>在她们看来,之所以如此,是由于心理学工作者没有真正遵循科学研究的客观程序,因此,只要更严格地贯彻科学研究的客观公正原则,在心理学的研究中坚持性别中立,排除性别歧视的价值观和男性中心的偏见等主观因素的影响,就能够建立一门以经验实证研究为基础的无性别偏见的客观心理学。<sup>[2](P283)</sup>因而,她们并不否定主流心理学的实证方法,而是试图通过设计无偏见的问题、使用有代表性的样本和合适的解释模式,客观地分析数据以及考虑文化价值因素的影响等途径来消除心理学研究中的性别偏见,进行性别公正的研究。<sup>[3](PP879-886)</sup>然而,值得质疑的是:一种绝对性别中立的研究是否可能?纯粹技术上的保证

能够完全排除信念、价值观的影响吗?性别中立的研究是否反而阻碍、限制了对女性独特经验的理解和关注呢?毕竟,无论实验设计多么符合科学规范,实际上,实验室的男女主试和被试都会把社会性别规范和男女权力关系中的不平等地位带进实验情景,并且在实验互动环境中表现社会性别关系,从而使实验结果受到影响。

伴随对实证主义方法之缺陷的思考,女性主义心理学家们逐渐认识到,要想使得女性主义心理学真正反映女性的心声,真正为女性说话,仅仅依靠对传统心理学的修补是远远不够的,而是需要对主流心理学的研究范式进行整体上的变革,挑战整个传统心理学的基础和假设,建构女性主义自己的研究范式和知识体系,如此才能够真正消除主流心理学中的男性中心主义,使女性和女性经验在心理学中得以呈现,从而服务于女性这一边缘性群体的特殊利益。这种强调建构基于女性主义价值观的心理学研究方法的女性主义心理学称为现象学取向的女性主义心理学,其典型代表有卡伦·霍尔奈(Karen Horney)、琼·贝克·米勒(Jean Baker Miller)、南希·乔多罗(Naney Chodorow)和卡罗尔·吉利根(Carel Gilligan)等人。

霍尔奈摒弃了以往心理学从男性视角说明女性、以男性标准度量女性心理发展的做法,强调应从女性的角度理解她们的生理构造和成长方式,而且不应当以这些构造和方式与男性的差异为借口把女性置于劣于男性的地位;米勒进一步从社会与女性心理的互动为突破点探讨女性的心理发展,并对女性心理发展中的各种问题进行了社会分析,试图对问题的解决提供可行的方案;乔多罗从性别认同入手研究女性的心理发展,并从这种认同中揭示出女性被压迫的根源,要求以重塑女性的性别认同来求得女性解放;吉利根则在审视和批评对女性心理发展的传统研究的基础上,指出在西方社会占统治地位的发展心理学理论丢失了人类的另一半即女性的声音,原因即在于忽视对女性心理发展的研究,女性或是被置于边缘地位,或是被以一种偏见来解释,或是被从研究男性得出的标准来覆盖。因此,只有当人们开始真正研究女性并从她们的生活中得出其发展结

构时，不同于传统心理学的女性心理学的发展描述才可能出现。卡罗尔·吉列根的最大贡献在于：让女性的经验与声音进入心理学的理论建构中，在“公平正义”的理想之外，提供另外一种以“关怀他人”为主的道德思考。

然而，在后现代女性主义心理学看来，无论是女性主义心理学中的实证主义取向还是现象学取向，都存在一个共同的本质主义的缺陷：她们都假定了一种共同的、公认的女性特质的存在，这种共同的、公认的女性特质既不受个人身份、个体差异和立场的影响，也不受民族、种族和阶级地位的影响。后现代女性主义心理学反对这种本质主义，认为社会性别同他人的一切心理和行为，包括感觉、知觉、思维、记忆、情绪和心灵等一样，都不是具体存在的实体，而是社会、历史和语言等文化建构的产物。因此，抽象的、超然的、绝对同一的“女性特质”是不存在的，它忽略了女性多样化的生存和多样化的经验。在反对本质主义的基础上，后现代女性主义心理学从建构主义心理学的基本观点出发，强调研究中要包容女性经验的多元性，并将情境作为多元性的不可分割的组成部分，强调在社会情境中理解社会性别。

## 二、方法论转换背景下的当代女性主义心理治疗

综上所述，当代的女性主义心理学力求把女性作为心理学知识的主体，对传统的主流心理学理论中的实证主义假设和性别偏见提出了挑战。它们以社会性别视角透视女性心理发展，关注社会情境对女性心理健康的影响，主张在公平正义的视角下展开对女性心理的研究，并给予女性多样化的道德关怀，从而促进社会变革与发展。这种心理学研究上的逻辑演进和方法论转换，对女性主义的心理治疗实践产生了重要的影响。

传统的心理治疗，关注的焦点主要是个体，治疗家们的任务就是通过改变个体内在的心理过程和外显的行为，通过所谓的“领悟”、“矫正”、“改变不合理的信念”等技术，令个体向当下的社会规范“看齐”，与社会保持一致。如此做法等于默认了这样一个理论前提：社会的合理性是毋庸置疑的，个体应无条件地去适应社会，否则就是病态。所以，长期以来，治疗

家们的努力几乎都集中在治疗技术和治疗方法的创立和改善上，而较少关注宏观社会环境的研究以及个体与社会互动关系的研究。

20世纪六七十年代，在第二次女性运动浪潮中，理论家们从仅仅追求形式上的平等认同进一步深入到探究两性不平等更为深刻的社会根源。“父权制”(patriarchy)、“社会性别”(gender)等概念被大量引用到对女性心理压迫的分析中。基于这种社会性别的观念，女性主义治疗家们开始检视并坚决反对强调生物本质论的“去情景化”和“去社会化”，女性主义者开始对个体所处的社会环境和价值体系的合理性提出不断的质疑，女性的性别身份及其独特的社会生存状况开始成为心理学分析的中心，“个人即政治”成为女性主义心理治疗的基本原则之一。治疗家在关注个体的同时，也坚持用批判的眼光去考察宏观的社会环境，把个体与社会放到相互关联和相互作用的过程中加以审视，由此说明个人经历不是发生在真空中的。事实上，个体女性所遭遇的痛苦经历是在现实社会生活中的普遍性别经历，是一种政治的和社会的经历。因此，当事人心理痛苦的主要来源是社会和政治，而非个体本身。

相应的心理治疗技术主要有性别角色分析和性别角色介入，性别角色分析可以使当事人洞察到性别角色对女性产生的不利影响，从而帮助女性了解性别角色期望对她生活造成的影响；性别角色介入则主要是将当事人的忧虑置于社会角色期望的脉络下，从而使当事人明白，只有她自己想冲破传统女性社会角色框架的束缚，才能与她的自我和她的生活进行抗争。以上心理治疗技术和手段的运用意在强调女性的“意识觉醒(consciousness raising)”，这是一种从妇女解放运动的小组工作实践中借鉴而来的技术，旨在于个人和社会互动关系的体验中，透过个人经验来分析性别的社会政治结构，从而使妇女们团结起来，尝试以集体的行为来实现社会的改变。

在现实的咨询情境中，女性来访者经常认为自己是问题的唯一来源，并由这种自怨的心理造成更多的心理病症，因此，女性主义心理咨询和心理引导的责任在于帮助她们认识到社会环境以及社会中不平等的权力关系往往是造成女性受害者个体所遭遇

困境的主因,从而引导女性避免盲目自责,进而陷入悲观自怨的恶性循环。由此,女性主义心理咨询和心理治疗强调把社会角色、女性面对的政治和经济压力作为她们心理问题的重要原因加以呈现,从而鼓励女性心理和经济独立,并努力去改变社会性别歧视,而不是仅仅依靠调整个人心理去适应不平等的社会。

伴从平等权利到差异诉求的演进,女性特质越来越被视为政治价值的重要来源,女性主义者开始力求将“女性”作为政治实践的基础。克服歧视需要的不仅是平等,而且还有对差异的尊重。女性主义通过要求主张差异以及与之相伴的承认,从而实现社会正义的扩展。在女性的身份政治当中,母性思想、关怀伦理成为女性主义的正义诉求,与此相应,崇尚女性的独特经验、遵循平等的治疗关系成为女性主义心理治疗的又一基本原则。

在传统心理治疗模式中,治疗师处于一个专家的位置,女性主义心理咨询和治疗理念则主张将权力平等的理念运用到医患关系中,强调心理治疗者和心理患者拥有平等的权力关系,并强调彼此之间相互的协作、相互间的责任以及权力共享。因此,现象学取向的女性主义心理学重视采取质的分析的方法,如访谈、口述史等叙事治疗(feminist narrative therapy),重视采用非中心化和克制式的话语表述方式,把谈论话题的优先权给予患者,允许其以自己的语言描述自身的经验,并对之进行概念化。为使治疗中的权力关系能得到均衡的分布,治疗家们还常常通过“扩展性的提问”鼓励患者扩充、修正和重新解释她们所经历的事情,并特别注意给那些常常被边缘化或被忽视的成员以优先权,让她们说出自己的故事和经历。

相应的心理治疗技术主要有权力分析与权力介入、自信训练、阅读治疗、自我揭露等。权力分析与权力介入旨在协助当事人更加意识到社会上男女权力的差异,并赋予当事人对自我、对生活负责的权力,帮助当事人学会如何把某些性别角色信息有意或无意的内化,从而发展从女性角度对女性情感的认知。自信训练旨在教会女性如何行使自己的权力,而又不会遭受侵犯。阅读治疗旨在提供给当事人一些阅

读材料,使她认识到她的个人痛苦不只是限于她自己,许多女性都有类似的经历,从而增加其对女性群体的心理认同并增强其面对困难的勇气和信心。阅读材料还可以帮助当事人增长专业知识,缩短和治疗者之间的权力差距,通过探索当事人对书本内容的反应,对提高治疗效果也有一定的帮助。自我揭露是指女性主义心理治疗师要作出恰当的自我暴露(自我揭示),讲出自己的情感、思想、经验与当事人分享。在这种新型的医患关系中,一方面,通过治疗家向患者进行自我暴露,将医患关系放在一个更为平等的基础之上,消除患者对治疗家所持有的敬畏态度,舒缓治疗家和患者之间的关系,给患者以积极的自我暗示,使其树立起康复的信心;另一方面,患者是治疗过程中的主体,患者的个人经历和知识经验都被视为是有价值的、有根据的和值得尊重的。在这样一种治疗情境中,女性可以达到高水平的自我理解和自我接纳,以更积极的方式来对待自己的情绪、恐惧和欲望,提高自我选择和控制生活的能力。

综上所述,社会性别概念的引入使心理学关注女性独特处境和社会状况成为可能,心理咨询与心理治疗模式从注意个人的个性特征转向强调个人与外部社会环境的互动;现象学取向的女性主义心理学对女性价值的强调,以女性为经验研究对象,倾听女性的声音、关注女性的利益,实现以女性为主体研究女性心理发展的转变,围绕着女性的社会关系和生活经历揭示女性发展的规律和各种困惑的根源,关注女性的心理健康,把对于女性的研究置于两性的关系背景之下,看到女性心理健康对于两性关系和谐以及社会生活稳定的意义,在探索和把握女性的内在心理世界方面作出了极为有益的尝试。<sup>[4](P41)</sup>其研究视角、研究方法、研究内容丰富了心理学的研究,为更准确地理解女性世界提供了一个更为合理的基础。

### 三、对后现代的女性主义心理学以及女性主义心理治疗的展望

世纪之交,西方国家开始向后工业社会迈进,后现代主义、后结构主义、后殖民主义等社会思潮风起云涌。在这一背景下,女性主义第三次浪潮初见端倪。对女性主义而言,唤起性别意识是重要的,但却

并不充分：女性有着差异性的背景和历史，遭受多样的、不同类型的从属和歧视，她们在社会中的境况是阶级、民族、种族、人种、宗教以及性倾向等多种关系的产物。

因此，新近的女性主义心理学家的女性心理研究越来越多地基于多种多样的权力层级而非仅仅基于性别。移民群体、跨性别者、种族群体、社会阶级以及彼此之间的交叉互动关系等议题开始成为当代女性主义心理学家关注的重要议题。这些主题深受后现代主义和福柯关于主体性、认同、权力以及制度观念的影响，都明确地关注种族、阶级、性别以及性征对社会身份的建构以及对心理治疗的影响。比如埃斯平(Olivia Espin)以对从世界各地移民到美国的43个女性样本进行访谈的形式，讨论了移民、性征以及种族划分的主题。通过这种心理访谈和样本分析，对发育、发展过程(大多数女性移民是青少年)是如何建构并反映着女性的经验和身份做出了有力的说明。莫里斯(Jessica Morris)则通过四个维度提供了一种研究同性恋的路径：性身份构成、性取向公开、性表达和性行为以及女同性恋意识。这种研究使得传统的对性发展阶段模式的线性描述以及男同性恋和女同性恋之间的概括复杂化，使得关于性征的一般研究历史化，并涉及到多重的身份和社会背景，包括年龄、民族、种族划分、宗教、地理归属、收入、职业以及教育等等。这种研究在主流心理学的测量方法的基础上，进一步将对性征的各种复杂理解进行综合，进而阐明不同经验和行为的差异。金柏莉(Kimberly King)首次对女性意识进行了经验主义的研究，她区分了女性意识、种族意识以及黑人女性意识，并通过对群体意识的审视，表明边缘化群体的弱势地位如何使得歧视的体验进一步夸大。另外，艾琳(Eileen Zurbruggen)和梅根(Megan R. Yost)的实验探究了权力和性之间的关联以及侵略性的性行为，审视了男女性幻想中权力、支配、欲望、愉悦之间的关系。再比如希德(Heather Bullock)和温迪(Wendy Limbert)探究了低收入女性对身份和机会的认知，与此相关，奥斯特洛夫(Ostrove)以受过大学教育的女性为背景显示了社会阶级的不同含义，马哈林甘(Ram Mahalingam)则审视了有关社会阶级和社会种

姓之信念中的本质主义。此外，该领域另外一个最新发展是对意识形态合法化的研究，赫加蒂(Hegarty)探究了性征永恒性信念和污名化之间的关系，他的研究既是政治干预主义的，也是对政治和科学之间关系的批判。<sup>[5](PP497-505)</sup>

可见，后现代取向的女性主义心理学重视女性群体内部多元的差异性身份，与此相应，女性主义心理治疗家也更加重视社会文化情境以及情境的差异性，如社会阶层、种族、性别、民族等对女性心理行为和心理健康的影响。在他们看来，性别的意义对于来自不同种族和文化背景，不同经济环境以及不同性取向的妇女来说是迥然相异的，离开具体的、差异的社会文化情境就不可能真正地理解人类行为。<sup>[6](PP67-84)</sup>

由此出发，后现代的女性主义心理治疗学家们主张重新定义心理困扰与“心理疾病”，他们反对传统精神疾病的“疾病模式”，认为由于特定社会角色和社会地位所遭受到的歧视和侮辱往往成为女性内心痛苦的心理体验，而这种痛苦的心理体验更由于欠缺社会和经济权力等外部因素而雪上加霜，成为女性心理疾病的重要根源。因此，在后现代视野下，心理痛苦不再被看作一种疾病，而是被重新定义为对不公正制度的反应；痛苦也不再被看作是心理缺陷的证据，而是被看作抵抗和生存能力及生存愿望的证据。因而，与此相应，心理治疗的技术手段主要体现为对心理压迫的整合性分析、社会活动的积极参与，进而寻求社会认同。所谓对心理压迫的整合性分析，是指女性主义治疗者除了对性别的强调外，同时也会体认到种族、阶级、文化、宗教等各种形式的压迫皆根深蒂固地影响着一个人的信念、选择与知觉。因此，女性的心理压迫，是多种因素的综合作用，要想改变心理压迫现状，必须挑战所有形式的压迫。所谓参与社会活动，是指女性主义心理治疗的最终目的是要使当事人明白，她个人的痛苦是与一个群体中所有女性的集体权力联系在一起，通过鼓励当事人参与社会活动，旨在减轻她们的孤独感，并能通过一定的社会参与引起一些社会制度、政策层面的改变。

综上所述，女性主义心理学以及在此基础上的

女性主义心理治疗实践,已经越来越成为全球化背景下追求人的全面自由发展,追求社会公平正义的一支重要文化力量。以女性主义各种新的运动形式为基础,以女性主义心理学的最新发展为前提,探究女性深层次心理意识,形塑女性多元身份认同,追求女性多元权益保障和社会公平正义,促成女性全面自由发展越来越成为女性主义心理学研究和女性主义心理治疗的根本宗旨。越来越多的女性主义治疗家们认为,心理治疗必须要为实现社会的公平和公正做出努力。她们指出,权力不平等和社会认同缺失是造成诸多心理问题的基础,<sup>[7](PP17-37)</sup>而不平等的经济资源的占有更是造成权力不平等的根本原因。经济资源少的群体往往承担较多责任,却得不到来自于社会的普遍尊重和认同。因此,女性承担无工资的家务劳动以及由此带来的心理抑郁。单身女性不得不面对种种非议和蔑视。另外,有色移民群体、同性恋者、跨性别者由于得不到社会普遍认同而产生严重的心理认同危机,所有这些都必须联系特定社会中性别角色分工和劳动分工的特点来加以理解,否则,心理治疗实践只能是再造种种不公。

总之,女性主义心理学不只是关于女性的研究,

也不只是由女性来进行的研究,而且是两性平等服务的研究,其目标在于促进社会变革,提高女性的生活质量,促进性别平等。在当今的女性主义心理学家看来,所有的研究方法,包括质的分析与量的分析,与女性主义经验论和立场论有关的研究方法,每一种方法所提供的都是既有益但也有有限的关于女性现实的观点,因此,她们主张整合定量和定性的分析方法来探索女性差异性的生活经历以增加研究结论的有效性,以便使心理研究结论更加贴近女性生活的现实。只有以多元的研究视角深入全面了解女性心理,才可能超越父权制与性别关系的简单的决定论,才可能包容更多的复杂性与矛盾性,从而为全面认识女性生活的多重样态提供有益的分析框架。正如沃特尔(Vaughter)所言,来自于女性心理学的重要挑战是方法论和认识论上的:“女性成为心理学家说明不了什么。具有革命意义的是心理学以及女性心理学中妇女推动科学信念系统进行变革,从而建构一种人类行为心理学的那种力量。”<sup>[8](P146)</sup>因此,女性主义心理学不仅是心理学知识,同时也是社会行动和实践,女性主义心理学理念在心理治疗领域正在得到日益广泛的实践性应用和发展。

#### [参考文献]

- [1]Peplau, L. A.& Conrad, E.. Feminist Methods in Psychology[J]. *Psychology of Women Quarterly*, 1989, (13).
- [2]叶浩生,郭爱妹.西方女权心理学评介[J].*心理学动态*,2001,(3).
- [3]McHugh, M. C. et al.. Issues to Consider in Conducting Nonsexist Psychological Research: A Guide for Researchers[J]. *American Psychologist*, 1986,41(8).
- [4]肖巍.20世纪关于“女性心理发展”研究的转向[J].*妇女研究论丛*,2001,(2).
- [5]Abigail J. Stewart and Andrea L. Dottolo. Feminist Psychology[J].*Signs*, 2006,31 (2).
- [6]Raja, S.. Culturally Sensitive Therapy for Women of Color[J]. *Women and Therapy*, 1998, 21(4).
- [7]Parker, L.. The Unequal Bargain: Power Issues in Couples Therapy[J]. *Feminist Family Therapy*, 1998, 10(3).
- [8]Vaughter, Reesa M.. Psychology[J]. *Signs*, 1976,2(1).

责任编辑:含章