

离婚后,他尝试修正自己,尽管很难,但开始替前妻着想

暴露那些不堪,是为了自我救赎

从前,我认定她离婚后过不好,但现在看,她生活精彩多了。

本报记者 吴朝香

“你觉得自己改变了多少?”

“外人看,一半吧。”顾伟迟疑了一下,又补充一句,“如果从自己内心来看,可能三四成。”

顾伟是一位施暴者。持续家暴3年多,直到妻子提出离婚,顾伟才意识到自己在犯错误,“也许是生病了。”

离婚后,他开始修正自己,迄今已坚持了4年多,“这个过程很难。”

“百分之八九十的男性施暴者,都很难意识到自己是有问题的。”中国“白丝带”志愿者网络项目的心理热线咨询师葛春燕说,“而多数施暴者施暴行为的形成都是和家庭教育、生长环境有关。”



视觉中国供图

等到离婚才感到慌张

2014年,顾伟收到法院的离婚官司传票。他第一次感到慌张。“我没想到,她真的要离婚。”

中国“白丝带”志愿者网络项目推动男性参与终止性别暴力、帮助施暴者,它的发起者、北京林业大学性与性别研究所所长方刚表示,“男性施暴者一般都是在对方提出离婚时,才想到来求助,因为他觉得失控了。”

妻子提出离婚后的日子,顾伟心情苦闷。最开始,他担心因为自己家暴,争取不到儿子的抚养权,于是不断搜索和家暴有关的信息。这个过程,顾伟无意看到纪录片《中国反家暴纪实》,从中知道白丝带,还翻看了关于家暴的书。

“那个时候,已经有些后悔,觉得自己错了,可又不知道问题出在哪儿,想寻求帮助。”

2014年夏天的一个晚上,顾伟独自在卧室里,拨打了白丝带求助热线。接热线的是葛春燕。“他边说边哭,后悔自己施暴,说控制不住自己。”葛春燕记得,顾伟承认做错了,“但对自己暴力行为的认识还不足,觉得也不全怪他。抱怨妻子不理解他,总是唠叨,不支持他的工作。”

顾伟的这个电话持续了近一小时。

“大部分时间是在倾诉。”葛春燕在电话里引导顾伟讲述自己的原生家庭、成长经历。

对自己人生的复盘

这次对人生复盘性质的讲述,让顾伟印象深刻。“我想起小学、初中、高中期间,我都动手打过女同学。”

这些碎片化的记忆被唤醒后,顾伟第一次审视自己的家庭环境和成长历程:

顾伟的父亲在家并不动手打人,但对他和母亲会有语言暴力,在外则习惯用武力手段解决问题。

顾伟的爷爷对奶奶有家暴行为;

顾伟的几位叔叔会对婶婶动手;

“这让我觉得,打老婆并没什么不对,男人对女人就是这样的,还有就是,可以用暴力来解决问题。”

顾伟坦言,和女性发生争执时,他不止一次产生过“打她一顿”的念头。他踌躇很久,才说出“打一顿”这句话,低声含混带过。“觉得怎么说不通呢,烦。但如果对方是男性,就不会这样想。”

妻子不是第一个被他打的家人。高中毕业那一年,因为成绩不好,顾伟不想继续读书,父母在一旁反复劝说,心生烦意的他,挥拳打到母亲的脸上。“想停止争吵,这是最简单的方法。”这是一件羞耻的往事,叙述时,顾伟低着头。

边上的母亲先是愣住,随后捂着脸哭泣。当时,父母对这件事的处理是叫来众多亲戚评理,事情以顾伟挨了舅舅的一耳光告终。

他觉得,自己可以改

“我不是天生的暴力分子,只是从周围人那里学习、模仿,渐渐选择了这种方式。”这是拨打完白丝带热线后,顾伟一种模糊的认识,“我觉得,我应该能改正的。”

促使一个人去自我改变的因素往往复杂又微妙,很难说是因为某一个原因。对顾伟来说,也是如此。可能是妻子提

出离婚,让他觉得事情失控了;可能是因为儿子,“我不想他以后学我”;也可能是葛春燕的引导,让他觉得自己并不是无药可救……

总之,顾伟试探性地迈出了这一步。

最初一段时间,他频繁拨打白丝带热线,一周一次,每次通话一个小时,持续了两个多月。

“他那时正和妻子打离婚官司,犹豫要不要离婚。也很迷惑,不知道该怎么办,因为冲动的时候,就控制不住自己。”葛春燕给顾伟一些简单建议,比如激动的时候,立刻离开,脱离那个情景,“但这其实很难。在离婚的问题上,我说站在受害者的立场,我肯定建议离婚,因为你的行为已经伤害到她。”

2015年,打了一年的离婚官司后,顾伟和妻子离婚,他争取到了儿子的抚养权。也是在这一年,方刚开出全国第一个男德班,顾伟报名参加。

之后,顾伟又进行了持续半年多的线下心理咨询,每周出去爬山、周末参加公益活动……

“我以前是一个不会沟通的人,心情不好就窝在家里打游戏、玩手机,从来不会排解。心理老师说,要有爱好,多走出去。”3月2日那天,顾伟和户外俱乐部的朋友徒步11公里,走完了徽杭古道,他拍的照片里,云雾缭绕,山色空蒙。

2016年,顾伟做了一个决定:申请调换部门。他原来是一个小主管,职务调整后不再分管工作,年薪也少了一万多元。

顾伟原来的岗位,工作压力大,和领导关系不太融洽,他不会排解,经常把负能量带回家。这也是他家暴时,最大的借口。

控制情绪,是最大的难题

如今的岗位,顾伟很满意,“和直属领导沟通顺畅,工作也没以前那么烦。”这在某种程度上,缓解了他的情绪。但这并不意味着顾伟已经修正了自己。“施暴者的改变是一个漫长、持续的过程。”

在自我治疗的过程,顾伟经历过一次又一次这样的反复。

儿子两岁时,晚上一直和顾伟的父母睡,他觉得要多陪陪儿子,想自己带。“我父母说,孩子怕我。这话让我听着很不舒服。”有天晚上,顾伟强行把儿子往自己房间抱,“他大哭,挣扎,我一下子把他扔到地上,他的嘴角破了,流出血来。”

顾伟意识到自己又失控了,抱着儿子一遍遍道歉。

“对施暴者来说,最大的难题就是控制情绪。”顾伟说,在治疗后,已经好一些了。

离婚后,顾伟和前妻依旧住在同一个小区,两人管孩子的时间各一半。“最开始,接送孩子碰到时,她看我的眼神都是恐惧的,不敢看。”渐渐地,前妻能和他谈一两句话,偶尔还会到家里给儿子送点生活用品。

不过,顾伟和前妻更多的交流还是通过微信,内容基本是围绕孩子。他和前妻相处时,最大的改变是会听对方说话了。

“以前全是我说了算。”顾伟笑了下,像是嘲笑曾经的自己,“从前,我认定她离婚后过不好,但现在看,她生活精彩多了。”

顾伟有了换位思考的能力:“她能从家暴阴影中走出来,不容易。”

暴露那些不堪,是为了自我救赎

修正和改变没那么容易。

2018年,拨打白丝带热线咨询的人数300人次,方刚说,这其中男性施暴者占比约20%。

做了6年白丝带热线咨询师的葛春燕说,她接过的男性施暴者求助电话也就10位左右,占比不到百分之五,而这其中真正能改变的少之又少。

“90%的男性施暴者在求助时,都是因为妻子要离婚,或者女友要分手,他们打电话是想解决这个问题,而不是觉得自身有问题。”葛春燕说,顾伟是个极少数。“要消除家庭暴力,最关键的一点是,受暴者一定要反抗。这很重要。”

顾伟确信自己不会再动手打人,不会再用暴力解决问题。但他给自己的评价是修正了一半,“如果从内心的自我认同来看,只有三四成。”

但他觉得一切都还来得及。他愿意正视自己的内心,暴露那些不堪,这是为了自我救赎。

如今,前妻看着他时不再惊惧;他们会有交流,虽然只是关于孩子;春节前,他第一次当着前妻的面,说了道歉的话……

在他看来,这一切都是好的迹象。至于复婚,他不敢想,但他也做好了准备:修正自己,路还很长。