

青少年性行为的脚本机制与社会工作自我技术

刘斌志,赵 茜

(重庆师范大学 社会工作系,重庆 401331)

摘要:随着社会转型的深化以及性观念的不断开放,青少年在性健康知识不断提升的同时,不良性行为尤其是高危性行为也越来越普遍。对网络平台相关自述案例进行文本分析后发现,青少年性行为的发生和发展遵循着人生脚本机制,具体包括脚本学习、脚本编辑、脚本演绎、脚本评估、脚本整合等五个阶段,其核心动力分别是社会环境、个人行为与需求、社会互动、压力事件以及自我概念对青少年的影响。为进一步增强青少年的性健康教育及其水平,社会工作在性教育的规划设计中引入性脚本理论视角,发展出以自我选择技术、自我探索技术、自我导演技术、自我反思技术以及自我实现技术为主的自我技术,不断完善性脚本理论的研究与探讨,促进青少年性教育的科学化和规范化。

关键词:青少年;性行为;脚本机制;社会工作;自我技术

中图分类号:C913.5;G479 **文献标识码:**A **文章编号:**2095-9303(2021)02-0032-10

一、青少年性健康与性行为的当代特征

世界卫生组织的调查显示,婚前性行为、未婚少女意外妊娠、性疾病传播、艾滋病蔓延是当前青少年性健康的几大重要挑战。健康问题不仅会给青少年的生理和心理带来长期的负面影响,更会严重影响其社会经济地位与发展机会。

具体来看,当前青少年性健康问题集中表现为:一是青少年首次性行为为低龄化现象较为严重。有研究发现,仅有 25.98% 的青少年认为婚前不应该有性行为,10.85% 的高中生及 26.61% 的大学生有过婚前性经历;高中生发生酒后性行为和“约炮”行为的比例均显著高于大学生且高危性行为增多,其中,男性性风险高于女性^[1]。特别需要注意的是,大学生婚前性行为尤其是同性性行为更为活跃。数据显示,我国 15—24 岁大中

收稿日期:2020-12-03

基金项目:2015 年国家社会科学基金一般项目“风险社会视域下青少年艾滋病易感机制及其防治的社会工作研究”(15BSH052)

作者简介:刘斌志(1980—),男,江西鹰潭人,重庆师范大学社会工作系副教授、硕士生导师,研究方向:青少年社会工作。

赵茜(1997—),女,四川泸州人,重庆师范大学社会工作系 2020 级硕士研究生,研究方向:社会工作实务。

学生 HIV 感染者净年均增长率高达 35%，且 65% 以上的学生感染发生在 18—22 岁的大学期间^[2]。二是青少年人工流产数攀升。世界卫生组织统计数据显示，每年全球约有 4800 万的女性进行人工流产，而我国每年人工流产人次多达 1300 万，位居世界第一，其中 25 岁以下青少年占一半以上^[3]。三是艾滋病病例增多，且性行为成为艾滋病病毒感染的主要原因。近年来，HIV 感染者中 90% 以上是通过性行为传播，其中有高达 30% 是通过男男性行为传播^[4]。

青少年属于个体生命周期的性活跃阶段，性观念开放、婚前性行为率高，且安全健康意识较差。青少年的性社会化过程受多样化主体的影响，其中家庭和学校被看作青少年性社会化的重要场所。也有研究认为，同辈群体和大众媒体提供了催化青少年性活动的信息，当同辈群体提供的信息占主导地位时，青少年可能较早发生性行为^[5]。受社会化主体的影响，青少年开始性知识的学习以及性态度的养成，并开始发展出对其性行为有重要影响的性脚本。通过性脚本，青少年在身心的双重变化中进行自我的性社会化，通过性社会化这个过程，青少年获得与性有关的价值、观点以及对行为意义和规则的理解^[6]。具体而言，青少年在性社会化的过程中对相关的性知识、性态度、性活动进行学习、编辑、演绎、评估与整合，最终形成自己的性脚本。因此，要对青少年性脚本的发生、发展过程进行探讨，分析和厘清青少年性脚本形成各个阶段的核心动力及影响因素，从而有效引导青少年养成理性而安全的性观念、性态度和性行为，这不仅有利于青少年的身心健康与发展，更有利于促进健康中国战略的实现。

二、青少年性脚本理论分析框架

盖格农和西蒙认为，性脚本主要是指何为恰

当的性行为及在何种情境下可以发生这种行为^[7]。按照盖格农和西蒙的观点，性脚本包含了文化方面、人际方面和心理方面。其中，文化方面是指相关社会规范和影响性活动的社会规则；人际方面是指个体在文化脚本基础之上的再创造，体现了个体的性格特征及其进行社会互动的方式；心理方面是指对反复练习的脚本的内化或个人层面的接受，它是存在于自身内部的性对话，反映了一个人对其性行为和性欲望的理解^[8]。而个体脚本的创作对自我形塑有重要影响，也对个体性活动的发生提供指引。为了解释个体的性社会化过程，性脚本理论对人的性行为、性观念、性态度以及性的外部表征作出系统阐释^[9]，认为性行为就是个体社会脚本的一个方面，人们在性行为中就像演员表演，实现的是脚本化的角色表达；人们的性行为中蕴含着性脚本，每个人性脚本的获得，完全来自其社会化的过程^[10]。个人的所有性举止，都是在性社会化过程中所产生的脚本的实际体现。一方面，青少年在成长过程中，通过学习个体的性脚本来习得性关系中的角色认知；另一方面，青少年的不良性行为或高危性行为乃是缺乏对积极性脚本的构建所致。对青少年性脚本形成机制的研究，不仅可以进一步深化和发展青少年性行为的理论，更可以深入探讨青少年性行为产生和发展的关键因子，并通过社会工作的有效干预促进青少年的性健康。

三、青少年性行为的脚本 机制与核心动力

机制即事物发生发展的过程、阶段以及这些过程开展的基本特征、影响因素、核心动力及其最终结果。为了了解青少年性行为的脚本机制及其过程，通过网络民族志和文本分析方法，对青少年的性认知、性态度、性观念以及性行为进

行分析与考察,力求更加深入细致地探索青少年性行为的脚本机制。由于研究的特殊性,研究采用文本分析法,对互联网可以检索到的关于“性行为”“同性恋”“约炮”等内容进行分析和解读;并借助微博平台,研究追踪了12位处于青少年阶段的博主,观察其所发微博中的帖子及相关动态,收集聊天互动记录及相关评论信息,分析青少年性脚本机制的特征、形成机制、影响因素、核心动力和危险因子。在参与观察和收集信息的过程中,研究者未公开自己的身份,并将所呈现的微博用户昵称进行了匿名处理,对所收集的信息做好相应保密措施,仅作为本研究之用。通过考虑不同观点、时间维度以及信息的详细度等因素,最终选择了9个自述帖的部分内容作为本文分析资料。基于相关访谈数据与文本分析,青少年性行为的脚本机制包括“学习”“编辑”“演绎”“评估”“整合”等五个阶段,每一阶段的核心动力与发展状态具体如下:

(一)脚本学习阶段

所谓脚本学习,即是学习他人的东西。人生脚本中的图景一定是被预设好的,之后,人不断朝着那个图景发展,就好像戏剧的情节发展一样,而父母就是为孩子制定脚本的那个人,孩子的成长轨迹只是在践行父母制定好的脚本^[11]。班杜拉的社会学习理论提出,青少年在社会化的过程中,通过观察他所认同群体的行为模式而无须尝试即可习得行为;性的社会建构主义视角认为,性不仅是个体内在驱动力作用的结果,更是由具体的历史环境、社会环境和经济环境催生的^[12]。环境因素是影响青少年性行为、性观念的重要因素^[13]。脚本学习阶段的青少年还处于一种被动状态,循规蹈矩,行为模式固化。此外,脚本学习阶段的青少年身体机能开始发育,对两性关系及性行为的认知较为懵懂,对婚前性行为持拒绝的态度。但青少年学习能力强,对新鲜事

物有较强的好奇心,对性话语的吸收较为积极。“一开始其实什么都不懂的,后来在学习生活中,家长和老师会有意无意地给你说要注意,会讲一些生理健康知识。久而久之,好奇心驱使我去挖掘更多的东西。”(自述帖1)不同阶段的青少年会受到不同社会主体的影响。可见,脚本学习阶段的青少年,其核心动力受到社会环境的影响。首先是家庭教养。家庭对青少年的影响是潜移默化的,许多开明的父母会在孩子小时候就告诉他们要保护自己的隐私部位,不被他人侵犯;在孩子刚进入青春期时会告诉他们相应的生理卫生知识。性脚本理论提倡文化场景,文化场景在家庭中即表现为家庭氛围,而家庭互动对信息的传递会有直接影响。有研究发现,父母的感情状况良好有利于孩子产生积极的性期待,反之青少年可能会产生消极的性期待^[14]。其次是学校教育,包括生理教育、心理教育以及性道德法制的教育。学校性教育的科学性和系统性会影响青少年的性知识结构,从而影响其性观念。如今有些大学还开设了恋爱课,教授学生们什么是爱情,如何去爱与被爱。从另一个角度来看,这教的不只是恋爱,还是沟通、是社交、是心理,以及青春时期恋爱的系列涟漪效应。而性观念的差异会导致青少年在学校中产生不同的表现。最后是社会文化。社会文化不仅会影响个体的行为选择,同时也通过对性的管理、性认同、性意识形态来形塑集体的性行为。青少年在此类主体的影响下,潜移默化地学习与探索自己的性脚本。

(二)脚本编辑阶段

脚本编辑是指随着成长,青少年要面对越来越复杂的社会,生活也多了些趣味与挑战。此时,他们将根据对新环境的感知,开始脚本的修改、编辑。青少年不满足于原生脚本,他们充满想象与好奇,以及对未知的探索。促使青少年进

行脚本编辑的核心动力是个人行为与需求。宋著立在研究大学生对“恋爱和同居”的看法时,对大二学生进行调查,发现一半左右的人认为从恋爱到同居应顺其自然,超过六成的大二学生认可恋爱同居,表示他们认可“性”是个人的事情,尊重个人的价值选择^[15]。可见,青少年有了较强的自我意识和清晰的自我诉求,不会选择过度压抑自己的需要。在这一过程中,青少年所做的是与父母定制的脚本做抗争,寻求自我,反对父母的压制,试图从父母规定的脚本中跳脱出来。“妈妈总是会跟我说女孩子要自尊自爱,要保护好自己,婚前应避免性行为的发生,女孩子的贞操是很重要的。我每次听到这种话都很不舒服,觉得妈妈还是活在传统思想下,但现实社会其实已经很开放了。”(自述帖5)可见,青少年一方面遵从着父母的教导,另一方面又在压抑的、被管制的状态下试图打破常规,摆脱父母的指令,由顺从变为自由的状态。此外,脚本编辑阶段的青少年处于生命周期的性活跃阶段,个体性机能迅速发育趋近成熟,其生理需求和心理需求都在一个较高的水平线,心理上会产生微妙的变化。“高中的时候,班上有些男同学会有意无意之间给你说一些性知识,有些甚至带有不健康性质,我们都觉得男同学比我们懂得好多,有些话语我根本都没听过。”(自述帖2)青少年两性意识觉醒,意识到两性之间的差异,产生了一种特殊的情感体验和主观意识,形成性观念与性取向。此外,脚本编辑阶段的青少年还会受到自身身体意识的影响,如身体概念、身体印象和身体气质。身体概念,指青少年对身体有关知识的掌握程度;身体印象,指青少年处于身体发育并逐渐走向成熟的关键期;身体气质,指青少年个人的魅力与吸引异性的气质。好奇心驱使青少年对性行为进行探索与了解,青少年进行脚本编辑的同时为性行为的发生提供指引。青少年性脚本编辑的过程是青少年性社会化的过程,青少年在这

个过程中慢慢编辑、生成了自己的脚本模式。脚本的形成不仅有促进因素,更有危险因素。除了不良的家庭结构,同辈群体中的不良社交与滥交也会使青少年形成消极的性脚本。此外,自我认知能力与学习能力低下不仅会使青少年的健康信息来源受限,也会加剧青少年性身份认同的困惑。不良的早期经验以及不好的经历更易导致坏脚本的生成。青少年社会化过程中习得的性行为模式和观念,会决定最终的性实践^[9],使其进入脚本“演绎”阶段。

(三) 脚本演绎阶段

所谓脚本演绎,指青少年反复对脚本进行修改后,他们仍然期待自己的世界充满趣味,随着时间的推移,这种欲望更为强烈,期待周围的人按照自己的期待做出反应,演绎自己的脚本^[16]。青少年的性脚本在编辑阶段就已经初步形成,在脑海中也有一套模式。在脚本情节的吸引下,应该得到什么样的结局、感觉如何以及如何获得这个结局是青少年想要去探索与实践的。青少年的主体意识使他们迫切想从父母编制的脚本中切换到自我编辑的脚本中,试图从原生脚本中得到解放。当想象变为实践时,即是青少年自我满足和自我证明的体现。

此阶段促使青少年发生性活动,践行其脚本的核心动力主要是社会互动,具体表现为朋辈群体、情感状态和社会网络。首先,在同辈群体层面,研究发现同辈群体和大众传媒通常提供催化青少年性活动的信息^[5]。“寝室四人,两人在大三的时候都谈了恋爱,会时不时给我讲如何甜蜜、如何幸福,目睹他们撒狗粮、秀恩爱已是常事。当他们结对外出旅游时,便感觉自己是个孤独老人,也萌生了想谈恋爱的冲动。”(自述帖2)可以发现,当青少年表现出与集体行为不一致时,在朋辈群体的刺激与诱导下,会想要融入集体,获得一种被认同感。有研究称,青少年的性

行为易受到同伴影响,越是信任同伴、依赖同伴,越容易模仿同伴发生性行为^[5]。其次,在情感状态层面,恋人之间的性活动通常发生在主体双方感情成熟、想要进一步发展的状态下。朱爱林通过调查,列举了大学生发生首次婚前性行为的原因,其中主要有“加强与恋人感情”“感情发展的结果”等。最后,在社交网络层面,青少年长期暴露在网络环境中,接收的信息良莠不齐。各类交友 App 中隐藏着“约炮”“性交易”等软色情信息,认知能力差的青少年可能会陷入其中,迷失在充满性暗示的网络环境中。互联网的开放性和匿名性使性行为更加自由。相关研究发现,拥有广泛同伴社交网络的青少年更易暴露于发生健康危险行为的高风险中^[17]。可见,互联网在很大程度上会影响青少年获取性知识和进行性活动。

此外,不可控因素会造成脚本紊乱,导致脚本走向不好的结局。一方面,如脚本冲动。危机意识不强的青少年容易有无保护措施性行为,进而导致意外怀孕或患病,激进的青少年甚至会有多个性伴侣。另一方面,如坏脚本的产生。当一个人尝试同时执行坏脚本和好的脚本时,就会产生奇怪的行为。而脚本都无法执行时,容易导致分裂与自我怀疑。如非意愿性行为即是坏脚本的表现。相关研究表明,非意愿性行为更易使女性屈服于对方,甚至感染艾滋病或性病等^[18]。也有研究称,缺乏社会支持网络增加了青少年首次非意愿性行为的发生。一旦脚本的执行给身体和心理都带来了危害时,青少年就不得不对自己的性脚本进行评估与反思。

(四) 脚本评估阶段

人生脚本理论认为,脚本是持续一生的计划,在践行脚本时要确定它是好的脚本还是坏的脚本。因为脚本结局将决定下一步的计划,即修改脚本、跳出脚本还是继续践行脚本。确定脚本

好坏的方式就是评估脚本演绎的结局。在经历过相关边缘性行为和高危性行为后,青少年会产生自我怀疑与纠结。传统观念认为,青少年发生性行为是不符合学生行为规范的,因此在发生性行为时会承担较多的心理压力。此外,此阶段的青少年性别意识较为强烈,有意识维护自己的利益,开始关注性平等,维护自己的性权利。人往往会在自己犯了错误或者利益受损之后才会特别去反思自己的行为。部分青少年在发生无意识的性行为、没有安全的保护措施以及发生高危性行为后,会产生自我焦虑,担心怀孕或艾滋病,影响自己的心理健康状态。有学者研究发现,这类青少年在社会中捕捉到关于艾滋病的相关信息时会产生联想恐惧,也会反思高危性行为经历,产生恐惧^[19]。“怎么说呢,其实我感到很害怕。家里人并不知道我交了男朋友,而且男朋友年龄比我大好几岁。我其实并不了解他的过往和经历,也很担心同学们在背后议论我。”(自述帖 3)

可以发现,青少年进行脚本评估的核心动力是受到压力事件的影响,包括社会关系、社会舆论、自我道德感等因素。本文的社会关系指发生性行为的双方身份是已婚、情侣或是其他;社会舆论指自身行为是否符合社会主流价值观以及是否有违社会道德;自我道德感指青少年的自我意识,包括自我保护与保护他人。研究发现,青少年会通过对自己行为或他人行为进行合理化解释来保护良好的自我感觉和减少自我意识的矛盾感,或者通过生理归因和文化归因来减轻其内在道德束缚以及降低内心焦虑^[19]。“我觉得没什么,虽然我才刚刚成年,但我知道自己该做什么,怎么做才对自己负责,而且我在大学里面,父母也管不着我。”(自述帖 8)可见,部分青少年尽可能为自己的行为找合理化的理由,很少有主动性反思。若受到正确引导,青少年大概率会有一个好的评估;若受到危险因素的影响,则脚本

的评估会朝消极方向发展。知识薄弱的青少年对性与生殖健康权利的认知程度较低,也缺乏辨别是非善恶美丑的能力。应对能力低也是一个危险因素,当青少年的隐秘行为被父母和朋友知晓后,会产生自责与恐惧心理。此外,社会支持薄弱的青少年,其情绪宣泄的渠道较为狭窄。

(五) 脚本整合阶段

对脚本评估过后,必然会对脚本进行重新整合。脚本编程是一个自然的过程,有时脚本与脚本相互作用,会造就最为骇人的脚本。伴随人的成长,脚本和脚本混合在一起,彼此难以区分,个体会将所有的脚本指令综合在一起形成一个计划或路线。受社会互动因素的影响,在讨论青少年性行为时,年龄成了一个重要因素,年龄关乎是否成年及是否能承担责任。再者是主体双方的接收度、与对方的感情程度以及体验度。可见,促使青少年进行脚本整合的核心动力是自我概念。所谓自我概念,即一个人对自身存在的体验,包括一个人通过经验、反省和他人的反馈,逐步加深对自身的了解。

自我概念能对个人行为起到定向和调节作用。自我概念体现在少年身上,是反映评价、社会比较和自我感觉。反映评价,指从他人那里得到有关自己的信息,渴望得到肯定,强化自我。有学者认为,青少年的恋爱不仅是一件生理方面的性事,更是将自我印象投射到他人那里得到反馈,并重新澄清对自己的认识过程^[5]。社会比较,指与他人比较来衡量自己的标准。“我在班里属于差等生,快要高考了我的成绩还是提不上来,而我还花时间去谈恋爱。班里谈恋爱的同学也很少,我想我该反思我自己的行为了。”(自述帖5)自我感觉,指对自己的认识大多来自他人对自己的反应,并用合适的方式看待自己。“上一段恋情给我造成了较大的阴影,我现在都能辨别哪种男生是典型的渣男,反正我较长时间内是

不会交男朋友了。”(自述帖4)青少年在进行社会比较、获取他人评价的过程中进行脚本反思,进而促进了脚本整合。“我在遇到感情问题的时候会主动与妈妈交流,询问她的想法与意见,也会听从妈妈的建议对自己做出调整,毕竟她是过来人,也不会害我。”(自述帖7)可以发现,青少年会努力构建积极脚本,注重性别平等,以促进健康自我。人本主义学者罗杰斯将自我分为理想自我和实现自我。脚本整合阶段的青少年是在往理想自我的方向发展,在发展的过程中自动消减了一些危险因素,如两性关系中一味迎合与讨好、刺激放纵心理等。

四、青少年性行为的社会工作应对技术

青少年时期的主要任务就是自我同一性的形成。在埃里克森的表述中,同一性是“一种熟悉自身的感觉,一种知道个人未来目标的感觉,一种从他信赖的人们中获得期许认可的内在自信”^[20]。在新时代、新环境中,网络信息变得更加虚拟、更加匿名,青少年在网络社会交往中缺乏相应的知识技能,会导致自我迷失,因此,信息筛查与甄别是非常重要的。探索社会工作的自我技术也必不可少,它使个体能够通过自己的力量或者他人的帮助,进行一系列对自己身体及灵魂、思想、行为、存在方式的操控,以此表达自我的转变,以求获得某种幸福、纯洁、智慧、完美或不朽的状态^[21]。在全球化影响下,我国青少年受到了西方自由性观念的影响。从实际的性活动层面来看,我国青少年的参与情况较之过去已经变得频密和深入。在此背景下,相关领域的理论研究应做出适时的转向,应该肯定青少年在性实践中的主体性,培养其主体意识并且引导其创作出积极的性脚本,即一些积极的基本性观念的集合^[9]。

所谓社会工作自我技术,是一种脚本重构技术,倡导以自我改变的方式帮助青少年重塑自我,形成积极自我,达到自我实现^[22]。社会工作自我技术以青少年为中心,注重青少年自我能力的培养与发展,使青少年形成积极肯定的自我概念。有学者结合青少年的自我认知与需求层次,把青少年的自我概念界定为生理自我、心理自我、家庭自我、社会自我以及道德自我,认为积极的自我在成长过程中对人对物有更多的接纳性和认同度^[23]。社会工作自我技术强调工作者的脚本重构能力,并遵循一定的服务原则:一是尊重青少年的生理和心理需要。青少年正处于追寻自我认同的阶段,那些拥有美丽外表、独特个性的偶像,正好对他们产生强烈的吸引。他们将偶像当作“榜样”,并将情感寄托于偶像身上,通过模仿、支持偶像等行为找到内在的自信。二是保护青少年的身心安全、对青少年积极性脚本的重构需要在青少年身心健康的条件下才能进行。个体的性社会化过程是生理发育、理解认知、实践社会的性规范的同步过程^[9],积极性脚本的建构也应该从这些方面来考虑。三是促进青少年的自我发展,提升青少年的自我认识能力。

(一) 自我选择技术

自我选择技术即自我选择的权利与能力。人生脚本中会面临很多选择,而如何做选择是一个人价值与态度的综合体现。有些人对那些不太重要的事情,反而会做出理智的判断,而对关乎人生大事的决定,却会纠结与恍惚。选择脚本时,要先了解,确定是好的脚本还是坏的脚本。好的脚本能使人充满自信,会暗示自己怎么做。这类选择好脚本的人往往生活在健康的环境中,父母对他们的控制较弱,他们对自己的生活有掌控感,做事显得有计划且从容。而脚本的建构需要推动力和构成元素,即脚本的形成必须有可用的脚本装置。基于此,与性有关的知识作为性脚

本的基本构成要素应该得到重视。学校和家庭作为青少年性社会化的主要场所,青少年性知识的获取也主要来自学校和家庭。因此,学校和家庭应该与时俱进,更新自己的性教育方式。同时,在新媒体时代,网络成了青少年获取性知识的主要阵地。若通过网络开展两性健康教育,对目前我国的性教育做出一些改进,能够弥补家庭、学校作为性教育阵地的不足。

相关自我选择技术的运用包括:一是判断鉴赏力。青少年在价值观形成阶段,需要对信息有重新编码的过程,培养鉴赏判断力就是培养一种解读信息的健康方式。具有鉴赏判断力的青少年可以根据这一内在机制,从外在环境中自动吸取健全自我人格的养分,在性情的摇荡中完成自我的进化^[24]。因此,要正确引导青少年从网上获取性知识,选择性教育题材,辨别有危害的色情信息。性教育是终生教育,它有两个重要的阶段,一个是孩子两岁时,一个是青春期。错过童年性教育的青少年,应在青春期来临前进行补救,获取合理的性教育。此外,在青少年性社会化过程中,父母对女孩往往较为严格,对男孩则相对宽松,青少年如何辩证地践行这个规则,对其性脚本的形成有重要影响。二是角色选择力,即选择想成为什么样的人。如有些女性年幼时便决定长大后成为母亲,另一些则在同一时期决定要永远做处女。不管做何选择,这都是一种角色定位与身份认同。社会工作者应帮助青少年在这一阶段实现自我同一性的发展,并为下一阶段的发展打下良好的基础。

(二) 自我探索技术

自我探索技术主要解决生理自我的问题,即正确应对生理的成熟感。中国的性教育大多是禁欲式的,但这种教育模式的积极效果是十分有限的。在传统家庭长大的女孩,父母会在她们成长的过程中不断强调“贞洁”的重要性,并且告

诫她们不要轻易和别人发生关系。懵懂无知的女孩会在父母的影响下觉得性是可怕的,也会常说“直到结婚才能和对方发生关系”。过分的压抑会导致青少年对“性”的畸形印象,缺乏自我认知。一味忽视青少年的自然需求,会造成青少年心理和行为问题。社会工作的自我探索技术在于帮助青少年进行自我合理化,顺利实现自我认同。

自我探索技术有三个目标:一是自我认识,即青少年要以自我为中心,有对自身的掌控感以及高自尊的人格。福柯认为,认识你自己的前提是关注你自己,关注自己即拥有管理自己的技术和知识^[25]。青少年不仅要有管理自己的能力,更要有关心自己的自觉。关心自己是为了更好地认识自己、完善自己,发现自己的内在品质。关心自己是贯穿人一生的生活方式,是人毕生应尽的职责^[26]。二是自我创作,即创作自己的人生脚本。认识自我之后,需对自己的人生做出规划,即确定在各年龄段该做什么事情及实现怎样的目标、自己扮演何种角色,并安排脚本中的装置。脚本装置关乎人们如何使用一生的时间。研究发现,决定一个人最终命运的不是成年后的规划,而是童年的决定^[27]。可以说,早期规划的脚本能对最终的脚本结局带来影响,好的脚本会带来好的结局,坏的脚本则会导致不好的结局。青少年正处在脚本创作的关键期,合理的规划能促进自我实现。三是自我书写。书写是创作脚本的重要条件,书写亦能理清自身生命线与故事线。自我书写时首先要知道写什么,如青少年对过往经历的回忆,或是对未来美好生活的畅想,确定了书写的主题才能有清晰的方向。其次要找到写作的方法,如思维方式的训练以及笔记本的运用。一定程度上说,写作即是一种思维的训练,而笔记本则是记忆的辅助工具。再次,找到叙事线,如人生轨迹中的突出事件,以及如何处理与看待突出事件对人带来的转折性影响。对

青少年来说,童年时期不好的经历也算是一种突出事件,如较早有性经历或被性侵害的青少年,其性别意识、性别角色或自我认同可能发生扭曲。因此,青少年在创作脚本的过程中,需要合理书写与看待突出事件以及创造突出事件,这样既合理利用了突出事件,也塑造和丰富了人生脚本。

(三)自我导演技术

自我导演技术即演绎脚本,目的在于处理社会自我的问题,帮助青少年将创作好的脚本以角色化的方式展现出来,观察在脚本中的角色互动,以便帮助青少年发现脚本中存在的缺陷与不足,及时对脚本进行评估与修改。每个人的脚本都是不同的,脚本信号的发出可以预示脚本的走向,而演绎脚本是对脚本的再创作。在演绎脚本的过程中,自我表露是重要的,青少年需学会自我表达,将所思、所想、所感表达出来,让对方知晓、明晰你的意图。其次,自我表露的同时,也要适当自我隐藏,不必和盘托出,学会保护自己,在两性关系中敢于拒绝,不做违背内心与社会公德的事情。再者是社会互动。青少年在社会交往中需明白双向交往的重要性,在角色互动中能做到对照进步,知晓网络社会的虚拟性,不沉溺于网络交往中,进而减少自我封闭。最后是自我教育。青少年需明白性教育包含艾滋病、生殖和性传播疾病相关的教育。社会工作者也应掌握有效的性教育模式,借鉴国外的性教育模式。如亲子参与式的性教育模式,其中包含了对青少年进行角色扮演和情景训练的方法,在目标上增加了青少年对艾滋病、生殖和性传播疾病等知识的了解^[28]。

(四)自我反思技术

自我反思技术,即对脚本的反思。这需要锻炼青少年自身对脚本的觉察程度以及敏感性。自我反思可以有两种方式,一是自我觉察,二是

通过他人反应来进行自我判断。不管是个人层面还是外在层面,都需要青少年具备自我评估、自我分析、自我控制和自我总结的能力。首先是自我评估。青少年不仅需要对自身生理、心理以及行为有一个正确且清晰的认识,更需要对自己所构建的脚本以及在脚本中的表现有正确的判断,用认知引导行为,评估认知与行为的相符性。其次是自我分析。分析自身性格特点以及在脚本中扮演的角色,进行自我角色定位。当脚本无法进行或者角色出现问题时,青少年能够从自身个性特点和人格特质中去分析原因,辨别自我情绪和他人情绪,学会内在归因而不是埋怨外在环境或者其他个人。然后是自我控制。自我控制能有效避免角色冲突。青少年正处于生命周期的性活跃阶段,思想和意识比较超前,受互联网和社会交往的影响,容易发生性冲动行为。古希腊人把性节制作作为“自我修行”的一种形式,通过有意的节制、自我修炼、自我教化,以此关怀自己、提高自我控制的能力,从而有助于自身面对外在事件和内心激情^[29]。青少年需要有意识的修炼与控制,如对身体的控制、对思想的控制,促进对自我的掌控能力,才能有更好的角色呈现。最后是自我总结。通过前面几个步骤来对自己做出判断,做到有取有舍,好的行为继续保持,坏的给予改进。此外,自我书写也是一种重要的反思技术。自我创作是脚本的构建手段,而书写则是脚本的反思手段,通过书写来审查自己过往的经历。整体来看,青少年可以通过反思来发现自由的伦理维度,以及在性实践中的道德感。

(五)自我实现技术

自我实现技术主要解决道德自我的问题。每个人都有一个无意识的人生脚本,在人生脚本中,有些人通过环境的巨变获得了自主性,有些人通过内心重构获得自主性^[30]。对青少年来说,从自我出发,对内心和脚本进行重构是达到

自我实现的重要途径。首先是脚本整合。青少年在成长过程中会受到两种脚本的影响,一种是父母制定的脚本,一种是自我构建的脚本。遵从哪个脚本取决于青少年的内心及其与脚本的契合度。但是从某种层面来说,两种脚本的底色与初心都趋于统一,目的都在于帮助青少年往好的方向发展,但是很多因素会改变当下及未来的脚本,比如生活风格、自我意识、情感经历等。因此需要青少年对脚本进行整合,避免脚本复杂与角色混乱。其次是自我认同。帮助青少年树立信心,对其灌输希望,用梦想指引其前进,使其在践行脚本的过程中不必过度怀疑。爱、理想和自律是自我完善的动力。青少年在构建自己的脚本时,如果具备了爱和理想的原动力,并有自我觉知、自我鉴赏以及自我判断的能力,这些力量将会促使他进行自我的蜕变与升华^[29]。可见,帮助青少年实现自我认同的最好方式是拥有付出爱与获取爱的能力。最后自我归属。青少年归属感的建立,包括家庭归属感、同伴归属感、组织归属感以及现实生活归属感。应帮助青少年认清网络的虚拟性,使其回归现实生活当中,在现实生活中达到个人自由。福柯把自由设想为气质,即一种存在和行为方式。为了将自由实践为一种气质,大量的自我训练是必要的^[31]。如发挥榜样的力量,学习榜样身上的正义感和责任感,从榜样身上寻找自我支持,强化道德自我,最终实现积极自我。

参考文献:

- [1] 赵芮,张磊,富晓星,等. 中国 11 省市青少年性与生殖健康知识、态度及行为调查[J]. 中国公共卫生, 2019(10):1330-1338.
- [2] 贺生,甘启英,范双凤,等. 青年学生艾滋病的流行趋势与防控对策[J]. 中国艾滋病性病,2018(10):208-210.

- [3]肖璐,陈燕华. 青少年人工流产现状及影响因素的研究进展[J]. 中国计划生育学杂志,2017(3):206-208.
- [4]王俊杰,陈清峰,韩孟杰. 大学生艾滋病相关行为潜在风险评估量表开发研究[J]. 中国艾滋病性病,2018(10):1036-1039.
- [5]张娜,潘绥铭. 国外互联网与性的研究述评[J]. 中国青年研究,2013(12):89-93.
- [6]孙淑敏. 未婚新生代农民工性脚本研究——基于长三角地区调查数据的分析[J]. 华东理工大学学报(社会科学版),2020(4):11-25.
- [7]WILLIAM J, JOHN H G. Sexual Scripts: Permanence and Change [J]. Archives of Sexual Behavior, 1986(3):97-120.
- [8]ELISABETH T, JAN VAN DEN B. Casual Sexual Scripts on the Screen: A Quantitative Content Analysis [J]. Archives of Sexual Behavior, 2018(5):1481-1496.
- [9]施曲海. 国外性脚本理论研究综述——兼论对我国青少年性教育的启示[J]. 青年研究,2017(1):84-93.
- [10]黄盈盈,潘绥铭. 21世纪我国女性的多伴侣性行为变迁之分析[J]. 中国青年研究,2011(3):58-63.
- [11]艾瑞克·伯恩. 人生脚本——说完“你好”说什么[M]. 周司丽,译. 北京:中国轻工业出版社,2019:36.
- [12]黄盈盈,王文卿,潘绥铭. 男民工与阶层、社会性别、性的主体建构[J]. 社会,2011(5):114-132.
- [13]杨雄. 青少年性行为“滞后释放”现象的实证解释[J]. 社会科学,2006(5):92-105.
- [14]吕岚琪. 家庭背景、学业成绩对青少年性观念的影响[D]. 上海:上海社会科学院,2019.
- [15]宋著立,黎艳,曾学毛,等. 90后大学生性观念的特点与反思[J]. 中国性科学,2012(10):72-74.
- [16]王静,张胜友,张艳梅. 大学生“屌丝”群体图式的结构及行动脚本[J]. 中国青年研究,2016(5):93-97.
- [17]崔元起,楼超华. 青少年社会资本与健康危险行为关联的综述[J]. 中国健康教育,2019(12):1117-1121.
- [18]徐阳,杨贵霞. 青少年意外妊娠相关因素研究进展[J]. 世界最新医学信息文摘,2019(63):158-159.
- [19]刘斌志,何冰冰. 青少年艾滋病易感的虚拟机制与网络社会工作技术[J]. 青年发展论坛,2020(3):12-24.
- [20]埃里克森. 同一性:青少年与危机[M]. 北京:中央编译出版社,2015:253-254.
- [21]迈克尔·福柯,汪民安. 自我技术:福柯文选Ⅲ[M]. 北京:北京大学出版社,2016:53.
- [22]李晓林. 福柯的“生存美学”[J]. 文史哲,2003(5):114-118.
- [23]王荣华. 社会工作介入青少年自我概念形成的问题研究[D]. 乌鲁木齐:新疆大学,2019.
- [24]赵海燕. 青少年建构“网际健全人格”的自我技术研究[J]. 河北青年管理干部学院学报,2011(6):1-5.
- [25]王辉. 从“权力的技术”到“自我的技术”——福柯晚期“技术—伦理”思想研究[J]. 浙江社会科学,2014(9):103-109,159-160.
- [26]蒋雯. 自我技术的三种实践[J]. 中国图书评论,2016(8):18-23.
- [27]袁晓川,徐冠群. “为了承认的斗争”:当代青年社交媒体的自我展演现象[J]. 青少年研究与实践,2020(3):54-63.
- [28]黄丹,袁芮. “旧瓶装新酒”:青少年社会工作补位学校性教育的经验初探[J]. 社会建设,2018(6):67-76.
- [29]陶琦. 福柯性学及其文化意义[D]. 上海:上海师范大学,2008.
- [30]阮俊华,裴冠雄. 高校青年工作创新的价值探析与模式思考——以“彩虹人生”育人平台为例[J]. 青少年研究与实践,2016(1):44-47.
- [31]王少杰. 福柯自由主义的逻辑谱系[J]. 社会科学家,2020(3):37-41.

(责任编辑:丁小文)