

征集 | 它是只有不到半数的女性的好朋友？

原创 性平会 WHU性别性向平等研究会 2020-10-16

我一直想知道——

女性，特别是未婚女性，可以自慰吗？

小时候的她，总喜欢夹着被子睡觉，这样便可以在黑暗的房间里获得安全感；

后来面对小说中的性爱场景，夹紧双腿蜷成一团；

了解了一些情趣用品，幻想着有一天能够拥有它们；

偶然下载了一些色情游戏，伴随着大尺度的动画，不自觉地用手揉着下体——那是一个在外旅行的夜晚，因认床而失眠，百无聊赖地打开游戏，想要解锁更多的场景。剧情中的一幕是女主角在自慰，于是鬼使神差地伸手向下探去，努力回想着人体知识，试图用手刺激阴蒂。

那是她的第一次自慰，是以“抚摸”的方式。偶尔仍会回忆想起那个时刻生涩、羞赧的快感，却迄今没有第二次。甚至有时候会想，这不是一件羞于启齿的、不应该发生的事？



究竟什么是女性自慰呢？

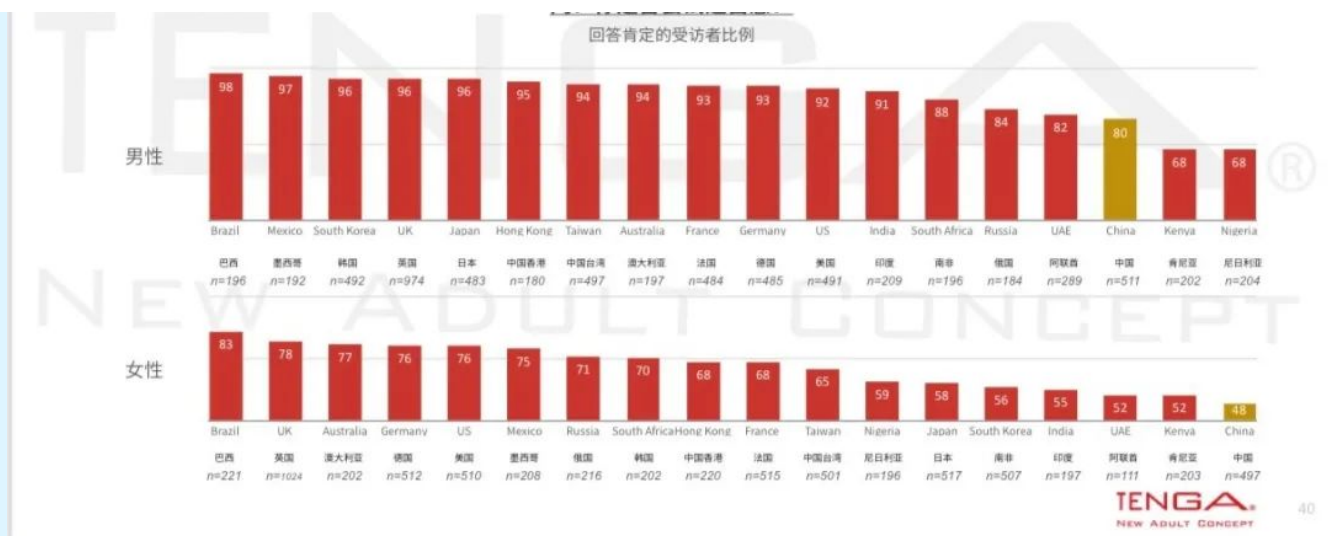
女性自慰是指女性为了性快感而刺激自己的生殖器的行为。女性自慰的方式有很多种，有人选择用手指或玩具刺激阴蒂，也有人会选择插入阴道，也有些女性会通过夹紧腿腓获得高潮。



全球性比较：哪些人尝试自慰？

80%的中国男性尝试过自慰，这一比例低于其他大多数受访国家。同样，中国女性在全球的排名最低，为48%。

问：你是否尝试过自慰？

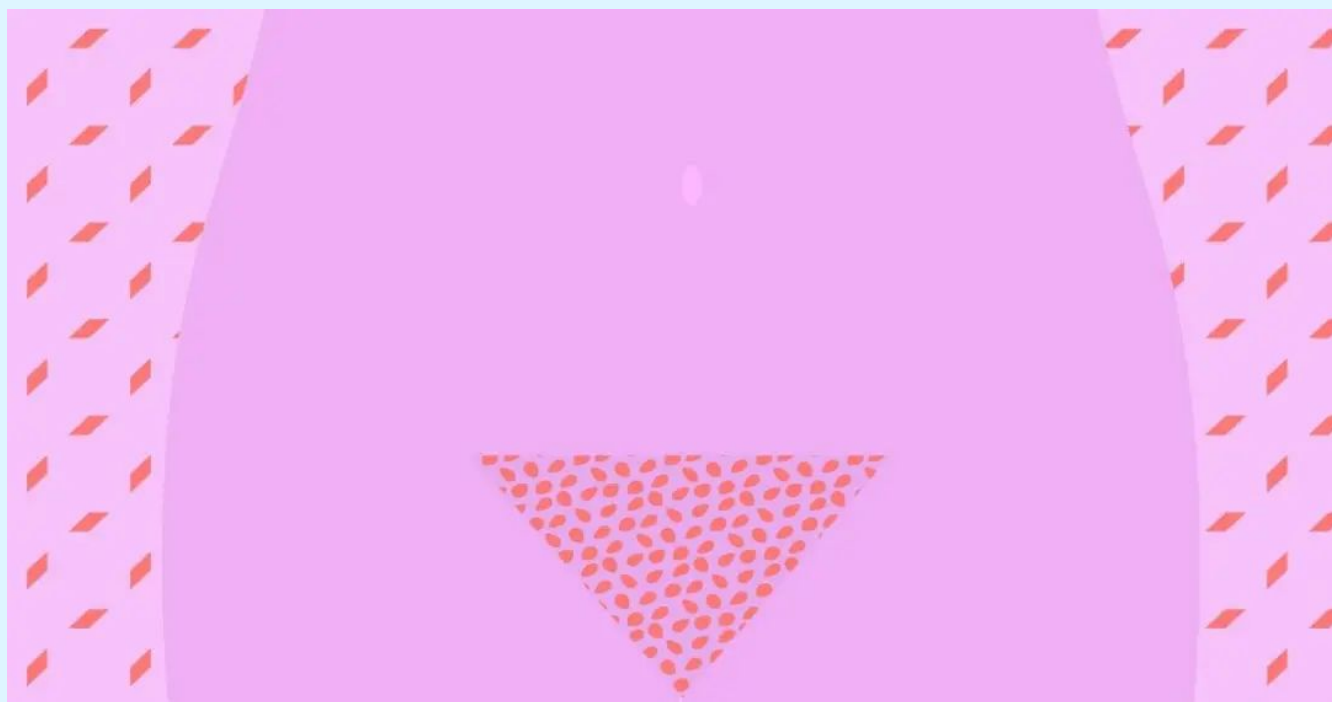


根据日本TENGA公司的全球自慰报告显示,中国仅48%的女性尝试过自慰,在世界排名倒数第一。在中国,与男性自慰相比,女性自慰仿佛是一项羞于启齿的禁忌。不仅了解自慰、尝试自慰的女性远少于男性,许多女性在自慰后都会产生严重的心理负担。

另外,在一份对6个省份的6个城市流动人口生育健康状况的抽样调查^[11]显示,有过自慰行为的男性占调查总男性人口数的9.3%,女性占调查总女性人口数的2.0%;在调查中,女性认为自慰行为并非不道德的比例仅为15.8%。同样,在一份基于7077人次的问卷调查^[12]显示,自慰后会产生心理负担的人群比例很大,其中偶尔有这一负担的比例为57.35%,经常有的占12.69%。

[11] 张金辉,陆杰华.城市流动人口的生育健康状况调查.中国生育健康杂志, 2005,16(2):79 - 83.

[12] 刘德凤,姜辉等.我国现阶段人群中自慰行为的状况及相关分析.中国男科学杂志, 2010, 24(5):26 - 29.



是谁阻止了女性自慰?

时至今日,主流文化仍然认为,自慰仅是性交的补充,是羞耻的、禁忌的。而女性自慰则要面对更大的偏见。

中国教育体制的完善与否，许多父母认为家庭教育对孩子至关重要。无独有偶，医生往往也认为自慰是不好的行为。更有“三无”通过浏览色情网站获得性知识，而这些色情内容总是把女性自慰描绘成服务于性交的“情趣”，又或者将其描写得淫秽而下流，给自慰的女性冠以“荡妇”的名头，污名化了自慰和自慰的女性。

有一种说法认为，女性受到父权社会的性压抑，被要求用来满足男性的需求。许多女性被灌输“只有跟男性性行为才能得到性满足”的错误观点，女性自慰则会打破这一谎言。因此，女性自慰被挡在主流话语之外。

“在很多的话语体系之下都显现着对于女性的“性的污名”。社会文化中对自慰的否定，整个文化环境都在渲染“性污名”，并宣扬保守甚或禁锢的性观念。社会主流文化认为自慰会影响健康，男女差异较大。不建议婚前女子有自慰的习惯。认为不洁性自慰，往往易诱发阴道炎、宫颈炎、子宫内膜炎以及输卵管炎，严重者还可能引起腹膜炎、败血症等。自慰禁忌在世界上许多文化中都有发现，伴随着自慰禁忌的是大量以医学和生理名义出现的恐吓。在易苹的研究中总结了女性对于自慰看法种种误解，例如女性自慰是性反常、女性婚前自慰将造成婚后性冷淡、自慰会损伤处女膜、自慰会加快青春期少女的发育使乳房和臀部增大、女人婚后自慰便会对丈夫表现冷淡。只有那些文化层次较低和缺乏积极生活态度的女性才更热衷于自慰、男人们喜欢看女人自慰、自慰与同性恋仅一步之遥。这些对于自慰的荒谬误解，使女性在这种性行为中承受了很多压力。”

——刘爽《女性性自慰的污名——一种“性污名”的社会性话语建构》



然而，不论是对于男性还是女性，自慰绝对不是一种罪恶的行为。与此相反，合理的自慰是对自己身体的探索和掌控，是对内心性需求的正视和满足。在性观念愈加包容的今天，我们更需要敢于面对、用于表达。

你自慰过么？

如果你也曾拿腿夹着枕头或被子睡觉，越来越舒服；

如果你也曾初中生物课后，悄悄躲在被子里伸手去触摸，或是拿着小镜子窥探本属于自己但是却从未见过的一面；

如果你也曾有一天憋尿没有地方上厕所，却莫名觉得舒爽刺激；

如果你也曾跟随着小电影里的节奏揉搓打圈，或者自主探索购买各式各样的用具，花式探索新世界的大门。

又或者你没有尝试过，但对它好奇、害怕又有点渴望.....





你是否也对女性自慰有一些思考与观点？身为女性的你在自我探索与实践之中又有哪些或有趣或苦恼的特别故事呢？关于自慰“第一次”或者“很多次”有没有什么经历经验可以分享？


关于女性自慰的一切我们都可以倾听！如果你也想要分享、想要倾诉，**欢迎在推送下方留言**，我们会将你的留言匿名处理后在下一期整理放出（请留言时同时**留下想用的匿名名称**）；也可以添加小兰的微信，把你想说的发给小兰。期待你的留言！



文案：悦桃 小叶 异化

排版：清羽



Whu性平会唯一小秘书-小兰 



Scan the QR Code to add me on WeChat

