

天主教輔仁大學社會學系學士論文

指導老師：石易平

「男生有什麼可怕的？」

恐男者的同儕、家庭與自我認同

"Why are you afraid of boys? "

Peer, family and self-identity of
malephobia

學生:陳貝俞 撰

中華民國一一零年十月

天主教輔仁大學社會學系學士論文

「男生有什麼可怕的？」恐男者的同儕、家庭
與自我認同

“Why are you afraid of boys?”
Peer, family and self-identity of
malephobia.

學生:陳貝俞撰

指導老師簽名:

中華民國一一零年十月

系所章戳:

謝詞

之前在聽學長姐論文發表的時候都沒想過離我這麼近，結果才一晃眼就要輪到我了。在寫論文的這一年，很謝謝石易平老師的指導，雖然老師很忙卻還是抽出時間指導我們，真的非常感謝。另外要謝謝的是助教芳庭，每次的 meeting 給我的論文很多實質的建議跟幫助，也謝謝所有碩班學長姐跟石寶，還有我的朋友們在練習發表過程提供的建議，讓我一次比一次更好。寫論文的這一年對我來說是很特別的經歷，第一次自己寫出一篇這麼長的文章，也是第一次感受到自己在這個領域是小專家的感覺，在這邊也要特別感謝七位受訪者願意讓我接受訪問，讓我順利的完成這篇論文。

中文摘要

心理學家 Timothy J. Legg 對於男性恐懼症提出了幾項常見的症狀，例如：在遇到男性的情況下會感到焦慮、擔憂，會有意識地避免接觸男性，迴避男性，逃避任何形式的人際互動。現有的研究中主要探討方向為病理上的男性恐懼，而較少研究這個現象形成的背後因素。因此本研究以半結構式訪談法，向八位年齡介於 18~26 之間單身女性進行深入訪談，並藉由受訪經驗脈絡化男性恐懼症的形成過程。首先研究發現，大多受訪者過去有被異性欺負，或是受到異性騷擾的經歷。再者大多數受訪者在成長環境中缺少與男性相處的經驗，以致於在踏入男女共處的環境時更難自在地與男性相處。最後從訪談中可以得知，受訪者對自己的自卑感以及與男性相處的尷尬感，讓她們在拓展交友圈時更不願意結識男性，也更難克服恐男。其中有一個特別的發現是，新聞媒體中男性的負面形象會加深恐男者對男性的恐懼。結論指出，男性恐懼症不是由單一因素所造成的，與家人、學校同儕、工作場合的男同事等相處經驗都有可能是恐男者難以信任男性的原因。恐男者期盼自己能跟一般人一樣自在地與男性相處，卻又無法停止害怕男性，這樣的情況也限制了他們的交友圈，進而阻礙戀愛關係的發展。

關鍵字：男性恐懼症、兩性關係、異性相處、生命歷程

Abstract

Psychologist Timothy J. Legg has put forward several common symptoms of male phobia, such as: feeling anxious and worried when encountering men, consciously avoiding contact with men, avoiding men, and avoiding any form of interpersonal relationship. In the existing research, the main research direction is pathological male fear, and there is little research on the factors behind the formation of this phenomenon. Therefore, this research uses a qualitative research semi-structured interview method to conduct in-depth interviews with eight single women between the ages of 18 and 26, and uses the interview experience to contextualize the formation process of male phobia. First, the study found that most interviewees have been bullied by the opposite sex in the past, or have been sexually harassed by the opposite sex in the past. Furthermore, most of the interviewees lacked the experience of getting along with men in their growing up environment, so that it is more difficult to get along with men comfortably when they step into an environment where men and women live together. Finally, it can be learned from the interview that the interviewees' sense of inferiority and awkwardness with men make them less willing to meet men when expanding their friendship circles, and it is more difficult to overcome male fear. One of the special findings is that negative images of men in the news media will deepen the fear of men. The conclusion pointed out that male phobia is not caused by a single factor. The experience of getting along with family members, school peers, male colleagues in the workplace, etc. may be the reason why it is difficult for male phobias to trust men. Male-phobics expect that they can get along with men as easily as ordinary people, but they cannot stop being afraid of men. This situation also

limits their circle of friends and hinders the development of romantic relationships.

Keywords: Androphobia, relationship between the sexes, getting along with the opposite sex, life course

目錄

壹、 研究背景	1
一、 研究動機.....	1
二、 研究問題.....	2
貳、 文獻回顧	3
一、 男性所帶來的恐懼.....	3
二、 社會化過程中的重要他人.....	4
參、 研究方法	6
一、 研究方法設計.....	6
因應新型冠狀病毒政策，加上受訪者所在地區遙遠，本研究採取線上視訊訪談的形式，透過 GOOGLE MEET 視訊會議一對一訪問，再利用手機錄音，將錄音檔紀錄為逐字稿進行分析。.....	6
二、 研究對象.....	6
肆、 研究結果分析	9
一、 恐男的察覺：發現自己好像沒辦法自在的跟男生相處.....	9
(一) 無法與男性對視.....	9
(二) 因為緊張難以交談.....	9
(三) 生理上的不適感.....	10
二、 男生、女生相處起來的差別.....	11
(一) 女性友誼情感導向的相處模式.....	11
(二) 在女生面前可以更有自信.....	12
(三) 拓展交友圈時習慣選擇女生.....	15
三、 對男生的恐懼為何.....	15
(一) 男生是不懷好意、帶有侵略意圖的.....	15
(二) 男生總是想要支配、表現強勢.....	20
(三) 男生是暴力、危險的.....	23
四、 缺乏跟男生的相處經驗.....	26

(一) 家庭對交友的限制	26
(二) 環境與同儕的限制	26
五、 戀愛經驗與恐男的克服	27
(一) 就算抱有好感也無法再進一步	28
伍、 結論與限制	31
一、 結論	31
二、 研究限制及建議	31

圖目次

表 1 訪者基本資料	6
------------------	---

壹、研究背景

一、研究動機

男性恐懼症 (Androphobia) 是一種以男性為恐懼目標的社交恐懼症。臨床心理學家 Timothy J. Legg 對於男性恐懼症提出了幾項常見的症狀，例如：在遇到男性的情況下會感到焦慮、擔憂，會有意識地避免接觸男性，迴避男性或是逃避任何形式的人際互動。在國外醫學網站 MedicineNet 上對於男性恐懼症 (Androphobia) 的定義如下：「對男人的異常而持久的恐懼。患者會感到焦慮，即使他們可能意識到自己沒有面臨真正的威脅。」 Charles Patrick Davis。 (2021) Medical Definition of Androphobia。檢自 <https://www.medicinenet.com/androphobia/definition.htm> (2021/3/26)。

而筆者對恐男症的認識可以追溯到高中就讀單一性別學校的經歷。

高中時因為就讀女校的關係，在升上高中之後生活圈面臨很大的改變，身邊的同學從原本有男有女的環境，到高中變成身邊只有女生的同性環境。這樣的改變也讓筆者的人際交往對象開始以女性為主。在就讀高中這三年期間，筆者發現身邊許多女性朋友因為學校環境的關係，身邊的同儕團體以同性為主，所以她們幾乎沒有異性朋友。就算有也不會具有高度的親密感。除此之外，我還注意到自己身邊也出現許多認為自己「恐男」的朋友，他們在面對異性的時候也同樣具有前面所述：對於男性抱有恐懼且有意識地逃避男性等恐男症特徵，或是在面對異性時會比同性來的不自在。然而，我在離開高中生活圈之後仍然會遇到沒有就讀過單一性別學校的女性認為自己有恐男的情形。綜上方的原因，我想藉由論文更深入了解「恐男症」在這些女性的生命歷程中是如何塑造而成，對男性的恐懼又是什麼？

在過去的研究中，在過去的研究中，筆者發現不論是國外或國內的文獻，以男性恐懼症 (Androphobia) 為主題的研究都屈指可數，國內有關異性或同性友誼的文獻也多以量化研究為主。因此，本研究會以恐男者為研究對象，並採用質性深入訪談的方法以了解恐男症如何在她們的生命中建構而成。再透過敘事的手法深入探索恐男現象在性別方面的社會意義。

二、研究問題

為了深入瞭解恐男症與恐男者，本研究設計了三個研究問題。

首先是關於「恐男症」所設計的問題。根據前面關於恐男症的症狀，其中包含與男性相處的不自在與恐懼，在這裡想先深入了解這些恐男者對男性產生恐懼的具體原因為何。為了先初步理解恐男症，筆者在網路上各大論壇中先搜尋一些恐男者的經歷與對男性的想法，並發現恐男者對男性的恐懼並不是單一的，而是多面向的。有的人恐懼男性氣質，有些人的不自在則是來自於男性的生理層面。因此恐男者對於男性的恐懼為何？是本研究的第一個問題。

發展心理學家 Erik Erikson 提出的社會心理發展階段理論中提到，人的一生分為八個階段，其中每個階段中都會有一個重要關係的網絡。不同的人會透過不同的重要關係網絡逐漸擴大，進入社會。在嬰兒期到青春期的五個階段中，在前期，父母、家庭是影響個人發展的重要關係。而到了成人前期之前，則是以同輩群體、朋友為主，從學校建立的重要關係。在研究問題上，除了理解恐男症以外，另外筆者探索的是關於恐男者本身。根據以上的發展理論可以了解在一個人成長逐漸步入社會的過程中，在家庭中與父母、家人的關係，與求學過程中的同儕關係都是在未來人格塑造上的重要角色。因此男性恐懼是如何在生命歷程中塑造而成？是本研究的第二個問題，並且會從家庭與學校的兩個面向來深入研究。

在這之後，恐男者如何察覺男性恐懼，又對自己產生了什麼影響？則會是本研究的第三個研究問題。而問題的目的則是想要了解恐男者意識到自己具有恐男症狀的過程，以及在確定自己是恐男者之後對自己想法上的改變，以及對後續行為的影響。

綜上所述，本研究的問題為以下

1. 恐男者對於男性的恐懼為何？
2. 男性恐懼是如何在生命歷程中塑造而成？
3. 恐男者如何察覺男性恐懼，又對自己產生了什麼影響？

貳、文獻回顧

本章文獻回顧分成兩個部分來回答前一章提出的研究問題。第一部分是回答第一個問題：恐男者對於男性的恐懼為何，這一個部分是為了釐清，在臨床心理學定義出的恐男者，對於面對男性所產生出的負面情緒：像是恐懼、焦慮，以及與男性相處時感受到的不自在，這樣的負面情緒是如何產生的？而這種負面情緒的誘發對象會是什麼？在社會學觀點下的男性不只是一種在生物性別上的分類，其中還有包含了社會上所扮演的「男性」這個角色。雖然每一個男性在生理構造上都是一樣的，但是在不管是性格，還是個人展現出的角色上，都會因為彼此所經歷的成長環境的不同而發展出自己的獨特性。因此，本研究期望能從過去的文獻了解恐男者對於男性產生的恐懼，除了臨床心理學所解釋的「生理男性」之外，是否有更多的可能。

第二部分的文獻回顧則是在回答第二跟第三個問題，也就是男性恐懼在恐男者生命歷程中的塑造。在這個部分中為了了解在一個人的生命歷程中所經歷的人事物是如何對其產生影響，以及在生命經驗中出現的男性對於恐男者成長過程中行為的改變，在這裡會以第一章所提到的社會心理發展理論為基礎，從與父母的關係、與家庭中手足的關係、與步入校園後的同儕關係來尋找相關的文獻資料，並且會著重於具有親密關係的男性上。在這裡關於親密關係的定義並不只是愛情的一種情感聯繫，而是更廣泛的解釋所有相互依存的人際關係，像是家庭中與父親、兄弟的關係，在學校與男性朋友的關係、戀愛中的伴侶關係等等。這些過去的文獻資料都會有助於本研究釐清這樣對於男性的負面情感是如何在這些恐男者的過去經驗中建構而成。

一、男性所帶來的恐懼

生理性別 (sex) 與社會性別 (gender) 的概念來自於七零年代的英國社會學者 Ann Oakley，生理性別指的是由染色體、賀爾蒙、生殖器官所決定的先天性、生物之間男女二元的不同，生理性別是一種生物事實。而社會性別則是一種後天的社會規則，是由社會長久下來建構出的性別機制，它要求男性跟女性在社會化的過程中學習這種機制，男性就必須表現出堅強的陽剛特質，女性則是要展現出溫柔、有女人味的樣子。在釐清恐男者對於男性的恐懼為何以前，必須先把「男性」這個恐懼的目標對象梳理清楚，所以在這裡恐懼的目標

將被劃分成生理性別上的男性，與社會性別上的男性來進行文獻的搜集與整合。

首先要提到的是對生理男性的恐懼，在這裡的生理男性是指在外表、體格上面所呈現出來的生理特徵，像是有喉結、肩膀寬大、聲音低、相對較高的身高，若是恐懼男生的生理層面，那這裡可能會需要從生物學的角度做探討，因此本研究會著重在討論社會文化機制營造出來的，對男性氣質，也就是所謂的陽剛特質所產生的恐懼，去探究恐懼形成背後的脈絡。

目前男性恐懼症的相關文獻都還是透過男性恐懼症以維度較大的觀點來看性別之間的關係。但是在臺灣，筆者所觀察到的是一種相對來說維度較小，更偏向是一種個人經驗中的男性恐懼。

二、社會化過程中的重要他人

家庭經驗對兒童來說是重要的一環，不管是家長還是手足都會對兒童未來的行為發展有所影響，在踏入學校生活之後重要他人轉變成學校的同儕，在這裡會從這些重要他人的文獻來幫助本研究釐清恐男者的生命歷程與男性恐懼症之間的連結。

首先從家庭中的重要他人談起，在家庭關係中女兒與父親的互動會影響未來與異性的互動，甚至會影響到未來親密關係的發展，在對父親長期具有負面形象加上父女關係疏離的情況下，女兒會對父親採取逃避閃躲的態度，也會讓她從小對男性就持有負面觀點，在成長過程中不只會特別排斥中年男性，在與一般男性的互動上也會感到困難(蔡如棠，2009)。除了父親之外，母親的性別教養態度對女兒長大後的異性相處態度也有關係(潘婉茹，2000)，兒童會從家長身上學習性別角色的展現，家長是塑造幼兒性別角色觀念的重要角色。除了父母外，與手足的關係親密程度也會影響未來在校園中與同儕的友誼(陳若男，1993)，兄弟姐妹會為男孩、女孩提供在同輩關係中的跨性別互動經驗，尤其是在兒童期，女孩與兄弟相處能得到更多關於如何與同齡異性相處的觀察。(Kimberly A. Updegraff, Susan M. McHale and Ann C. Crouter, 2000)。

學校也是社會化過程中一個重要的環境，在劉曉嵐(2006)研究發現這種女性與同性朋友之間的關係相依交友模式會影響到與異性的交往，她的研究指

出未曾戀愛的女性，在同性友誼的發展上重視距離因素，他們的同性好友都是經過近距離且長時間的相處發展出來的人際關係，而這樣交友模式會導致交友圈無法擴張，也會影響到對於異性交友的價值觀，讓她們認為女性不應該積極主動地接觸異性，不能表現出對於異性交往的渴望與著急。

參、研究方法

一、研究方法設計

為了能深入了解男性恐懼症與恐男者的主觀感受、生命歷程，以及過去與男性的相處經驗，本研究採用質性研究法，先設計出訪問的架構，但不會侷限於訪談大綱的順序與內容，採取半開放式結構進行深入訪談，受訪者在題目以外所分享的經驗跟想法也會成為重要的回饋。訪談的問題包含：（一）與異性相處的現況描述、（二）受訪者的恐男經驗、（三）受訪者與家庭成員的關係、（四）受訪者的同儕關係、（五）恐男對受訪者造成的影響。然後訪談結束後，再以敘事方式述說受訪者的經驗，進行轉錄與分析。

因應新型冠狀病毒政策，加上受訪者所在地區遙遠，本研究採取線上視訊訪談的形式，透過 Google meet 視訊會議一對一訪問，再利用手機錄音，將錄音檔紀錄為逐字稿進行分析。

二、研究對象

本研究設定的研究對象為恐男者，研究者透過自身的網絡，在個人的社群平台、好友圈尋找符合條件的對象。為了能獲取不同成長脈絡的受訪者經驗，研究者在 Facebook、Dcard 等網路論壇、社群平台上尋找男性恐懼相關文章，在留言區發放 google 問卷，並請身邊願意幫忙的朋友宣傳問卷。讓恐男者或是認為自己具有恐男症狀的人自由填寫。筆者也在表單中詢問受訪的意願，請填表者留下聯絡資料，再根據表單中的回覆進行立意抽樣。最後邀請到七位受訪者分享自身經歷，她們都認為自己會恐男，在跟男性相處上都有覺得不自在的地方。

表 1 訪者基本資料

小雅	生理性別女，異性戀，無戀愛經驗 25 歲，目前工作中，公司男生數量大於女生 國中、高中就讀女校，大學就讀男女合校
----	--

	單親家庭，父母離異，目前與媽媽、妹妹同住，感情很好
嘉嘉	生理性別女，異性戀，無戀愛經驗 25 歲，目前在家族企業的餐廳上班 從小到大皆就讀男女合校 家庭成員有父母、哥哥、姊姊 跟姊姊媽媽感情較好
小葛	生理性別女，異性戀，無戀愛經驗 21 歲，目前就讀大學四年級 從小到大皆就讀男女合校，從小在金山長大，大學才到台北 單親家庭，家庭成員有媽媽、妹妹，跟他們感情好
傅傅	生理性別女，異性戀，無戀愛經驗 22 歲，目前準備就讀研究所 皆就讀男女合校，二技四專都是讀護校，班上男生少於五個 家庭成員有奶奶、父母、妹妹弟弟
小萱	生理性別女，異性戀，無戀愛經驗 21 歲，目前就讀大學四年級 高中三年是女校，大學後是男女合校，多職場經歷 單親家庭，父母離異，目前家庭成員有爸爸、奶奶、姊姊
小羽	生理性別女，異性戀，無戀愛經驗，也沒有喜歡過別人 21 歲，在日本讀大學，最近因為疫情關係待在台灣 從小到大皆就讀男女合校

	獨生女，家庭成員有爸爸、媽媽
若若	生理性別女，異性戀，無戀愛經驗 18 歲，目前剛上大學一年級 從小到大皆就讀男女合校，國中是嚴格的私校 家庭成員有父母、妹妹

肆、研究結果分析

一、恐男的察覺：發現自己好像沒辦法自在的跟男生相處

接受訪談的這八個人都主觀認為自己恐男，也認為自己有符合受訪條件：

「無法與男性自然相處的恐男者」。為了先理解受訪者恐男的概況，筆者一開始就先破題向八位受訪者提問：「覺得自己哪一項特徵符合恐男呢？什麼情況下會對男性感到排斥、想逃避呢？」，以及如何察覺到自己是「恐男」的人。從回答可以得知，大部分的受訪者都是在生活中各種場合，跟男生講話、相處過後，發現自己沒有辦法感到很自在。意識到自己異常的緊張跟尷尬後，才察覺自己是恐男者，以下是他們在面對男性時會出現的焦慮情形：

（一）無法與男性對視

小雅覺得跟男生對視會讓她感到不舒服，尤其是在面對超商店員的時候，如果店員是男生，小雅會把目光放在店員的手或是商品、錢、悠遊卡上，會刻意的不去與他目光交流。在面對陌生的男性店員上嘉嘉也有相同的經歷，嘉嘉會因為不自在所以沒辦法待在店裡太久，會想趕快出去。傳傳也有提到說在面對陌生男性時會有一種「不敢對到眼睛」、「不敢面對面的感覺」，如果對到眼神也會立刻避開。

「超商男店員我會不敢看他，結帳只看我的悠遊卡或者是錢、發票，只看他的手或是動作還有螢幕上的數字，我不會去看他的人還有臉，我會刻意的去不跟他對視，我不敢跟他們目光對視。」（小雅）

（二）因為緊張難以交談

無法自在地與男生講話是大部分受訪者都有的情況。在詢問恐男經驗時，大部分的人第一個想到的是，他們在跟男生講話時會綁手綁腳的很不自在。小葛就說如果有男生找他講話或詢問事情的話，他會停住呆掉，不知道怎麼跟他講話。而且對於嘉嘉而言，不只陌生人甚至連認識的男生在交談上都會覺得緊張，包括哥哥跟爸爸。在面對男生時，他們沒辦法做出及時的反應，講話會結巴，互動的時候會覺得放不開，也會覺得很尷尬。在尷尬這點小萱有提到，她在跟男生聊天時，會害怕話題之間的空隙跟尷尬感。

「我跟別人就差很多，他們可以跟那個男生很自在的打打鬧鬧

互嗆，但是我沒有辦法做出我自己覺得很自在行為，頂多你一句我一句，他可能問問題，然後我簡短回答一下我就跑走了。」（嘉嘉）

恐男不只在男女關係上有影響，傳傳跟小羽都覺得因為無法跟男生自然相處，影響到自己的溝通交際能力與未來發展。傳傳在討論報告或是需要跟男生進行協商溝通的時候，會因為緊張結巴而無法完整的傳達自己的想法。也會擔心這樣的情況會帶給別人她很難溝通，講話不利索的形象。小羽則是會覺得，因為無法跟男生自然相處，就少了很多跟別人出去拓展人脈的機會。像是在日本常常會有的業務聚餐，這種場合都是有男有女，小羽就會常常因為恐男沒辦法參加而少了很多機會，影響到自己未來的發展。

不管是在工作場合或者是學校討論報告做實驗，大部分的人都是可以自然地與男性交流的。但是他們不會有工作以外的交談，也不會聊到私事，只講到一個點就會停止，不會越線。

比起現實世界的交流，在網路上可以自在很多。嘉嘉在現實生活雖然無法跟男生正常的相處，但是他在網路上卻可以自在的用交友軟體跟男生傳訊息聊天，而在這點上若若的情況卻完全相反。若若在網路上沒有辦法跟男生一對一的對話，在跟男生聊天的時候沒辦法延伸話題，而且回覆訊息的態度跟舉止會非常奇怪，很不自然。在現實若是遇到男店員，或是同組的男同學時嘉嘉反而不會像網路上來的焦慮，但是在這點上嘉嘉就沒有辦法做到。

「我跟他不是同班同學，所以說就必須要用我最不擅長的領域就是網路聊天，可能一開始都還好，可是到最後可以感受到對方完全就是已經，不想跟我講話了。之後在再去審視自己在這段時間那個每個言行就發現天啊我真的是太奇怪了，我表現得非常詭異，如果我幾天是對方我可能也會被我自己嚇到。」

（若若）

（三）生理上的不適感

受訪者面對男性時除了會出現上述心理上的不適感外，有三位受訪者甚至會出現生理上的不適感。小萱提到，她恐男有一個很明顯的反應是她一定會冒冷汗，雖然看不出來，但是她越慌張冒的冷汗越多。「我去燙頭髮，預約的設計師叫做 mickey，結果到現場才發現他是男的，那時候燙頭髮我就在冷氣房流了四個小時的冷汗。」（小萱）

傅傅也有提到說，她只要看到路邊有裸上半身的工人，或是在游泳池看到光著上半身的男生，她就會不由自主的乾嘔。在這點小羽也有類似的經歷，只要有男生靠近小羽她就會想逃離，如果男生主動搭話小羽就會有想吐的感覺。

「高中然後抽籤分組討論，然後那組只有我一個女的，我跟他們討論事情討論到一半，看到眼前四五個男生然後看到他們在那邊嘻嘻哈哈就覺的很噁，我當下覺得很反胃然後就跑去廁所吐了。」（小羽）

從上面的資訊可以得知，恐男者在跟男生相處或講話的時候是相當不自在的。雖然程度因人而異，在面對陌生或是認識男性時也會有不同的相處模式。有些人因為工作、課業需要而訓練自己能夠在男生面前展現專業且冷靜的一面，跟男生的相處可以做到公私分明。但是也有人因為沒辦法跟男生講話、相處而可能影響自己的專業表現。

二、男生、女生相處起來的差別

在「覺得女生朋友跟男生朋友相處起來的感覺有差別嗎？」這個問題上，全部八位受訪者一致回答「差別太大了！」。

「相處起來差超級多，跟女生相處真的太舒服了，我跟他們相處差異的情況已經明顯到連女生朋友的都感覺得出來，他們有些人還問過我不是同性戀！」（若若）

每個人都認為男女相處有差別。這也讓筆者疑惑相處上具體的差別為何，男生跟女生為何會需要用不同的相處模式來應對。筆者根據受訪者的回答梳理出以下恐男者在男女相處上的差異：

（一）女性友誼情感導向的相處模式

受訪者在跟女生相處時，心情比較放鬆可以想說什麼就說什麼，對象是女生的話可以輕易的傾訴自己的事情，也能對女生也可以說很多瑣事。「跟女生聊天可以跟他說：欸我現在在大便耶，但是我沒有辦法跟男生去講這個，這麼私人然後那麼瑣碎的事情。」（小羽）

在過去的研究有提到，女生在同性友誼的相處上會更注重交心與扶持，女生之間也會有更多的自我揭露。相較於男生，女生朋友間會有較多的情感交流跟互動行為（趙梅如、王世億，2013），跟前面研究相同的是，恐男者跟女生朋友會有較頻繁的情感交流，也更能吐露更多關於自己的事。由於情感導向的相

處型態並不適用於男生，這也讓恐男者跟男生相處時會有距離感，沒有辦法成為關係更親密的朋友。大多數的受訪者跟男生的關係也只會止步於點頭之交，走在路上遇到會稍微打招呼，平常私底下不會有太多的交集，也不有過多的聊天對話，更不用說單獨出門。

(二) 在女生面前可以更有自信

受訪者普遍在面對男生的時候展現出的行為舉止、形象是沒有自信的，面對面對話的時候會感到綁手綁腳，無法輕鬆的向男生展露自己。但是如果對象是女生，恐男者就會像是變了一個人似的，可以主動的表示友好，在女生面前多半也是開朗活潑的形象。

受訪者表示在跟男生對話時，會在意他對自己的看法，更注重自己的形象，講話也會比較拘謹。「在女生面前我可以肆無忌憚地做一些比較無厘頭的事情，我也不需要太擔心自己做的太過頭太樺眾取寵。」(若若)

許多人表示在跟男生相處的時候會有一種壓迫感，感覺自己的言行舉止都正在被男生審視。大部分的受訪者都很在意別人、尤其是男生對自己的看法，就算他只是一個偶然經過一點都不重要的路人。嘉嘉說她在路上如果有男生經過就會感受到壓迫感，在當下不管做什麼事情都會感到很不自在，會覺得他在看著自己，在這點小葛也有相同的經歷。

「我今天有點外送，經過健身房門口的時候，那邊就坐著一堆男生，我走過去的時候他們剛好在大聲的笑，然後我就在想說會不會是在講我還是討論我，我怕他們是在講我不好，或是在取笑我。」(小葛)

小萱在國小的時候有被不認識的隔壁班男生嘲笑過的經驗，她稱他為「小明」，小明的存在讓小萱對男生感到害怕、不安。「我覺得我對男生的不安感是來自於小明，隨時都覺得說他們是不是在笑我的那種感覺。」(小萱)不只在意男生對自己的想法，小萱更害怕的是男生或許正在嘲笑自己。小葛、傅傅、也表示有同樣的感受，小葛會在意男生的目光是因為會擔心他們是不是正在評價自己的外貌身材，而傅傅則是擔心男生覺得自己行為舉止不正常，差勁。

但是在面對女生的時候，這種被審視的不安感會直接煙消雲散。在跟女生相處時，受訪者不會感受到壓力、不安，面對男生時受訪者普遍認為自己看起來

會是很不好相處、冷淡的人，而且絕對不會主動的去向陌生男性攀談搭話。但是如果換成女生，大部分的受訪者都能很主動的向陌生女性開話題、聊天，聊天的內容也可以很隱私不會有所顧忌，可以很輕易地跟女生變成好朋友。小萱覺得自己在跟女生講話的時候會比較有幽默感，可以很輕易的讓女生開懷大笑，若若在女生面前自己更放得開，可以更無釐頭。

「女生的話我感覺比較不會在意他對我怎麼想，我會覺得比較親近然後講話也比較自然。男生的話就是一見面就會有一個壓迫感在，不管他跟你講什麼，我沒有辦法用一個很放鬆的狀態去去講話。」（嘉嘉）

在面對男生的時候大部分的受訪者會更容易客體化自己。Fredrickson & Roberts 在 1997 年所提出的客體化理論中提到，女性在環境中受到男性帶有評價目的的凝視，以及社會文化、媒體的影響，女性身體常會被客體化，被放在社會塑造出「美」的標準下比較、評斷，最後女性將自己客體化，把自己放在社會標準下檢視自己，在無法達到標準時會進而造成負面情緒，自我貶低，社會標準內化成為女性身體的自我認同。回到受訪者的角度，他們比起一般人更容易在意男生對自己投射的目光，並在意識到目光的當下評價自己，就算對方只是個陌生人，也無法得知對方的想法。彭湘蘭、許韶玲（2012）在女性客體化身體的經驗中發現，過去來自於過去同儕、家人、媒體以及不相干他人，對女性的比較、評價、審視、監督，都會內化成為她客體化自己的社會標準。小萱有一位跟她年齡相近的姊姊，小萱小時候跟姊姊的交友圈很重疊，在跟姊姊、朋友相處時意識到朋友會因為姊姊比較漂亮、牙齒比較整齊而更想跟姊姊當朋友。

「我姐是開朗漂亮的類型，像我牙齒很亂但是他牙齒就蠻整齊的。所以感覺朋友都比較會選擇跟他更親近些，國小的時候，我的朋友很多都會跟他比較好然後比較想認識他，有時候我前幾天才跟他提過的人，過幾天就變成姊姊的朋友。」（小萱）

小萱和在姊姊外貌上的比較，來自於共同朋友交友上的選擇，這些手足、家人，或是同儕之間，間接的外貌評價形成小萱內心對於「漂亮」的社會標準，最後內化成為自我認同（彭湘蘭、許韶玲，2012）。除了家庭，在校園中同儕的評價也會形成一種外在的標準，一旦女性意識到自己不符合這樣的標準時，

會對自己產生負面的評價。從受訪者的過去經驗可以發現，許多受訪者在國小、國中時期曾遭受過男生對自己外表、行為的嘲笑，而對象有時候甚至是受訪者完全不認識的男同學。

傅傅在國中三年遭受過嚴重的校園霸凌，霸凌的起源是來自班上一位完全沒有交集的男同學，由他主導的言語霸凌在班上擴散，最後霸凌的情況擴散到全年級。

「我到現在都還很印象深刻的就是說，他可能就是走過去，走到我這，我坐在課桌椅上然後他走過來，會摸一下我的課桌椅在我面前很大聲說好髒喔這樣我會腐爛掉，然後就趕快衝去洗手。所有的言語霸凌都是由他都是由他帶頭的，我在上國中前完全不認識他，完全是陌生的，我不知道他為什麼要這樣做。」（傅傅）

小萱在國小的時候也經歷過類似的事情，這個男生也就是前面提到的小明。升旗的時候，每個小朋友都會一排一排地坐在操場，而那個時候的小萱身上穿著矯正衣，所以在坐下時矯正衣就會從背後露出來，在那個時候坐在小萱後面的正是隔壁班不認識的小明。

「那時候就聽到後面就一直有很大聲的訕笑聲，小明跟一群男生就在笑我，因為我的矯正衣坐著某個角度就會突起來，那時候有點露出來，我也不認識他們，後來我就哭了，男生就算看到我當時的反應他們也沒有停止他們的嘲笑。」（小萱）

嘉嘉在國小的時候也有被男生嘲笑的經驗，跟前面的受訪者比較不一樣的是，嘲笑嘉嘉的男生是嘉嘉認識的，而且喜歡嘉嘉的男生。

「我國小的時候可能因為也比較沒有自信吧，因為我們的運動服中間是白色的，如果流汗的話會露出裡面那一件衣服，所以我很常穿著外套，不管多熱的天氣我都穿外套。之前那個喜歡我的男生就在我旁邊，有別人的時候笑我穿外套的樣子，然後跟別人說我有味道，我就變得更不喜歡他。」（嘉嘉）

這些過去對這三位受訪者來說都是難以抹滅的記憶，這些男生或許在當時只是因為小時候不懂事，只是一時覺得好玩的捉弄，他們現在可能也不記得自己曾經做過這些事情，但是這些無心的嘲弄都已經在受訪者心中埋下了不安的因

子。受訪者比起一般人更在意男生投射在自己身上的目光，擔心他們正在嘲笑、評價自己，而這些覺得自己不夠好的想法或許根本就不存在。在男生面前她們習慣客體化自己，用一套標準打量自己，而這套標準的形成來自於過去家庭、同儕間的相處經驗。受訪者被男生嘲笑的經驗或許不是造成現在恐男的主要原因，但是這些經驗會是她們在男生面前表現出自卑與不安的因素之一。

（三）拓展交友圈時習慣選擇女生

受訪者在跟女生相處的時候可以很自在、也可以很有自信，所以大部分的受訪者在拓展交友圈時，會更習慣去向女生拓展友誼，目前受訪者朋友圈的組成基本上也都是以女生為主。「朋友會很習慣性只找女生，我們班上雖然男女比例很懸殊，但是還是會有男同學，我一看到男同學我就不會想要去跟他講話。」（傅傅）因為跟女生相處起來比較舒服、沒有壓力，所以在進到一個新的環境的時候，受訪者普遍會主動的向女生搭話，向她們展現善意。在這個問題筆者向受訪者提供一個情境：「假設現在是在大學的新生宿營，你身處的小隊裡面沒有認識的人，你會怎麼做？」在這個問題下，大多數受訪者回答，她們會願意主動的向看起來跟自己處境相似的女生搭話，一起行動，相同的是絕對不會主動的跟男生搭話。在現實生活中受訪者在進入像是大學、辦公室等全新的階段與環境時，都會避免跟男生有進一步的相處，也因為這樣的交友習慣，最後檢視自己身邊熟識的朋友便會發現，自己已經身處在全部都是女生的環境中。嘉嘉覺得雖然她對這樣的現狀感到安心舒適，但是也會擔心自己待在舒適圈太久，年紀越來越大之後會更難認識新的人，進而影響自己的戀愛關係、婚姻關係。

三、對男生的恐懼為何

（一） 男生是不懷好意、帶有侵略意圖的

大多數的受訪者在談到過去的男性相處經驗的時候，都會強調「距離感」的問題，他們在過去都曾遇到過一些不懂的保持距離，不懂的尊重的男生，而這些男生不管是行為還是言論，都會讓受訪者感到害怕、不懷好意，而男生帶有「性」目的的接觸也讓受訪者感到憤怒與不適，但是受訪者不會向這些男生表示自己的不舒服或是不悅，而是選擇自己被動遠離這些男性。

受訪者在過去大多有受到陌生男性搭訕或是追求的經驗，這些男生都是受訪者不認識，或是根本沒有什麼交集的人。男生會透過主動攀談，主動搭話，在言行舉止中向受訪者展現出想要更進一步的意圖，受訪者在察覺到男生的示好後普遍感到不知所措，也表示這種行為會讓他們感到過於主動，帶有侵略性。在受訪者的經驗中，最常見就是男生主動向受訪者搭話、攀談，一開始只是正常的聊天，詢問事情，她們回應之後男生就會進一步的詢問「有沒有男朋友？」等具有意圖，試探性的問題。

「這同事原本他就會來跟我聊天，一開始覺得還好，後來就變有一點點奇怪，他會問說：你連假去哪裡玩啊，跟誰啊男朋友喔，第一次覺得奇怪是他講一些閒話家常的事情，後來他講一講就說：所以我可以跟你要賴嗎。」（小萱）

除了小萱，嘉嘉之前在麥當勞打工的時候也有遇過男生同事主動親近，私底下向嘉嘉要聯絡方式的經驗。小萱跟嘉嘉遇到的是工作時會接觸到的男同事，若若則是遇過完全不認識的陌生人主動搭訕。

「之前去外面就是我跟朋友女性朋友去海邊然後我們穿泳衣，在海邊看風景，突然有一個陌生男子過來，他看起來像是在地人，所以他問我們一些我們是不是觀光客的問題，聽起來其實還好一開始可能想說他只是在表現善意，後來他就突然就開始問說，啊怎麼沒有跟男朋友一起來之類的，我就是會覺得有點不舒服」（若若）

這些男性對小萱、嘉嘉、若若來說都是不夠親近，還不能允許進入自己私領域的人。在雙方都還不熟悉彼此的情況下，男性過於主動的試探會讓受訪者覺得自己的私領域被侵犯，而感到尷尬、不自在，如果對方窮追不捨的話甚至會感到噁心。受訪者在跟男生相處時會更重視「距離」的因素，在過去遇到的這些男生，剛開始主動的去聊天，問好，受訪者不會感到不適，但是在男生問了「有沒有男朋友？」這種窺探隱私的問題後，她們發現男生可能想要進一步的認識，或是發展關係，在察覺到男生帶有目的，感到侵略性的同時，她們會立刻啟動自己的保護機制，對男生表現出逃避拒絕的態度。前面小萱被男同事問到有沒有男朋友等比較私人的問題時，也立刻表示拒絕並感到排斥。

「再跟我要賴之後，我當下直接拒絕他，之後遇到他都會覺得

噁心跟有點尷尬。他問我有沒有男朋友，我騙他說我有男朋友，但是其實我沒有，因為我不希望他跟我太過親近。」（小萱）

除了前面所述這些，人際交往上太過主動，不懂的拿捏距離的男生以外，大部分受訪者都有經歷過男生言語或是肢體上的性騷擾，這些男生都是受訪者身邊的人，有些是男老師，有些是國中、高中班上的男同學，有些是工作場合遇到的男同事，這些身邊男生的騷擾經驗是這些恐男者在未來面對男生，更容易感受到不安、害怕的主要原因。

首先要從小羽、若若在學校遇到的同儕性騷擾經驗說起，小羽在國中的時候身邊的男生同學會對她開黃腔，會不經過小羽同意就摸她的頭髮，上課的時候彈她的肩帶，小羽印象深刻而且覺得最不舒服的是，小羽有時候在跟朋友一起吃午餐的時候，這群男生會把小羽圍住，對小羽的身材指指點點。

「我覺得不是男朋友的話這樣很噁心，我不知道他可能覺得感情好吧，反正摸頭髮這件事情現在想起來是覺得蠻噁的。一群男生把我圍住的時候也會覺得很噁心，比如說，我跟我朋友兩個人在那邊吃飯他們一群人圍著然後就是會對我的身材品頭論足，講一下很噁心的話，說你是不是奶很大對不對，這種很露骨的話。」（小羽）

接下來要講到的是若若的經驗，她跟小羽有類似的情況是，她在高中的時候身邊有一個沒有很熟的男同學，他喜歡若若，但是他讓若若很不舒服，最讓若若感到噁心的舉動是他會去跟其他朋友討論若若的身材，甚至會講一些具有性暗示意味的話。

「他會去跟同學去說我很騷之類的，你一聽到會覺得說，這完全不是一個正確的表達方式，然後之前他也會在我旁邊跟他朋友討論我身材，我聽到會覺得，你是什麼意思？感覺就是很差，跟他也沒有很熟平常也不會講話他就只是同班而已。」（若若）

接下來要提到的是小葛跟傳傳在工作的環境中經歷的性騷擾經驗，小葛在餐廳打工的時候曾經被一起工作的同事，用帶有性意味的口吻評論身材，表示好感，這件事讓小葛覺得很不舒服。「打工的時候有那種偏八家酒，可能就說蠻喜歡我的，結果他理由是，他跟別人討論我的身材，說我肉肉的很可愛之類

的，我覺得很不舒服。」（小葛）傅傅也曾經在職場上經歷過性騷擾，她因為讀護校的關係需要去醫院實習，在實習的時候遇到了一個會對她言語性騷擾，讓她感到不舒服的清潔工。

「有一個清潔工會跟我們講一些就是一些黃色笑話，可能會講說什麼那他今天內褲穿什麼之類的。有幾次我跟他單獨在病房工作，我要放什麼床頭卡或是整理一下病房，他可能要清床之類的，只有我們兩個的時候，他就會講一些很奇怪的話，他可能就會講一些黃色、不雅的事情。」（傅傅）

最後要提到的是小雅跟小萱在就讀女校的期間發生的事，首先是小雅。她在高中就讀女校時期去補習班上課的時候，因為補習班劃位的關係所以他的位子一直都是坐第一排，在那個時候有一位男老師，他上課的時候常常會去摸小雅的手，這件事讓小雅覺得很不舒服，到現在還是一直記得這件事。另一個跟男老師有關是小萱的經驗，小萱高中就讀女校的時期有一個男性物理老師，那時候老師有給全班通訊軟體的帳號，班上同學只要有物理問題就能直接用私訊的方式請教老師，而小萱那時也跟其他同學一樣會私訊老師問題，那位男老師平常除了回答問題外還會傳一些可愛的小狗影片或是早安圖，小萱平常也是會隨意回覆貼圖，結果有一次小萱在上課的時候收到一個影片連結，小萱從縮圖看發現是一個女生在揉胸部，才發現那是一個色情影片連結。

受訪者雖然都來自不同的成長背景跟環境，但是都同樣經歷過這些帶有性意味的男性負面經驗。會受訪者在闡述上述經驗的時候，都會對當時的自己抱著氣憤、懊悔的心態，她們會很氣自己在受到性騷擾、感到不舒服的當下沒有立刻反擊，認為是自己當時不懂事，不懂的反抗，沒有正確的傳達出自己的不舒服的感受跟制止對方。「就是覺得自己那時候很笨，我覺得我自己當下應該是這樣，太慌張不知道要怎麼反擊，現在想到還是很氣！」（小羽）

對小羽來說，國中時身邊男性同儕的性騷擾是他在未來進到高中後開始恐男的重要原因，在筆者詢問小羽跟這些男生的詳細相處情況時，小羽說：「他們都是普通的男生，後來也都正常的上高中上大學，但是我反而會因為他們都是普通、正常的男生，讓我對其他男生更感到害怕，這樣我就知道原來外面一般外表看起來正常的男生，心裡也只想著性跟一些黃色的東西。」對小羽來說，國中班上那些男生雖然看起來是普通正常的男生，在跟他們有越多互動之後，

他們時不時表現出帶有「性」的舉動跟思想讓小羽感到噁心，這些經驗讓小羽開始改變對男生的看法。在面對男生時，小羽會考慮他是不是跟國中的那群男同學一樣，外表看起來普通正常，但是其實心裡都會有這些讓小羽感到噁心的想法。

對小羽跟若若來說，新聞媒體跟男生在網路論壇上的言論也讓他們對男生抱有更多的警戒。首先是男性負面新聞的影響，若若跟小羽認為，過去時不時會看到女生受到男生性侵，或是遇到恐怖情人襲擊的新聞，這些男性的負面報導會加強她們對男生的不安感。

「男生有很多那種性侵的新聞，然後我只要看到男生就會一直聯想到那些新聞，不管他是怎樣的男生，我會一直聯想到這些不好的事，我會覺得噁心但是我沒辦法克制這些想法。」（小羽）

除了頻繁出現的男性負面新聞，網路論壇 PTT 上，許多男生用匿名的方式，留下對女生不尊重的言論也讓若若對男生感到反感。

「之前我在 ptt 上看到有一個有篇熱門討論串，就是是一篇討論強暴以及強暴、肉便器當作主題的成人作品的貼文，在那篇貼文裡，發文的人覺得侵犯一個女生是完全沒有問題理所當然的，甚至覺得女生自己心裡想要，我覺得這種想法很可怕，在那篇貼文的討論中，很多男生覺得女生被強暴是自己的錯，單一言論的話就還好但是那個貼文下面很多很認真在附和的聲音，不是反串的程度，大家是很認真思考這件事的可能性，這讓我覺得相當可怕。」（若若）

在網路上時不時會看到男生用匿名的方式留下對女生不友善，暴力的言論，讓若若無法信任現實中的男性。雖然網路論壇上面的這些仇女言論從現實層面來看是完全不洽當且不尊重女性的，這令若若害怕的是，這些想法可能來自於身邊任何一位男性，身邊任何一個男生都有可能會有這種讓若若感到害怕的想法。而若若在現實中也能從身邊的男生觀察到一些端倪，讓她更無法相信男生。

「（在被班上男生言語性騷擾件事）其他男生其實都會把他們當笑話看，女生比較可以同感說我覺得很不舒服的種心情，像之前有一個算是跟我是朋友的男生他也開過我身材玩笑，當下

也是覺得很不舒服，他也是覺得沒什麼大不了的。男生就是在這種環境下長大的吧，他們可能打手槍的時間比讀書多所以腦子裡面都是這種比較有點黃色的思想，但是不會有人去跟他們說你不應該把這些想法表現出來，有些女生不喜歡，你要接受她們的不喜歡，他不知道」（若若）

受訪者都曾經遇過讓他們感受到「侵略性」的男生，這種侵略感來自於男生在相處過程展現的目的性，一旦受訪者感受到男生「想要關係更進一步」的當下，受訪者便會感到尷尬不自在，會立刻表現出逃避的態度來拉開距離。有些男生會更進一步透過當面評論受訪者的身材，或是肢體接觸的方式讓受訪者感受到性暗示。不論感受到侵略的程度為何，這些經驗對受訪者來說都是負面的記憶。除了直接的男性負面經驗，媒體與網路言論傳達出的負面男性形象也會間接地讓受訪者對男性產生戒備。新聞報導時常出現的性侵、恐怖情人案例讓小羽跟若若對男性帶有警戒，小羽身邊男生時不時流露出的「性」，以及若若在 PTT 上對貼文串的觀察，讓他們意識到男生的想法可能是不懷好意的，而小羽跟若若再受到身邊男生言語性騷擾後，又更加驗證了他們心中男生的形象，進而導致她們在面對男生時會比一般女生帶有更多的警覺。這些或大或小的男性負面經驗，以及媒體呈現的男性，一點一點堆疊出「男生是具有侵略性、不懷好意的負面形象，在談及過去被男生觸碰、性騷擾等感到不舒服當下，受訪者大多是帶有氣憤，責怪自己在當下不懂的保護自己，這也讓受訪者在未來接觸到男性時會提高自己的警戒心，為了不要讓自己受傷。「有沒有甚至會覺得我這樣是蠻好的，至少我沒有受過什麼傷或是會覺得我沒有被男生侵犯，有時候會蠻慶幸自己很害怕男生。」（小羽）

（二） 男生總是想要支配、表現強勢

在小羽、若若跟小萱的訪談中，他們共同提到的他們沒有辦法忍受男生想要支配、掌控女生的言語或行為，他們過去都有遇過男生刻意展示強勢或是「女生就是要怎樣怎樣」的樣子，這種態度會讓她們感到不適，也不認同這種想法。首先要提到的是曾經在日本留學，最近因為疫情先休學回台灣的小羽，在筆者問到：「台灣男生跟日本男生有什麼差別呢？」小羽回答：「日本男生更噁心！因為他們很大男人主義，他們會覺得叫你幹嘛你就幹嘛，為什麼要廢話這麼多的感覺。」小羽在日本讀大學的時候，班上的男生同學會覺得小羽身為女生卻跑來國外讀大學很奇怪。日本男生的大男人主義讓小羽感到疑惑，日本

男生因為「女生就是要結婚在家相夫教子」的理由，質疑到日本追求理想的小羽，這也讓小羽感到生氣。

「我去那邊我是台灣人日本男生一定會問說：為什麼你要來日本讀書，我回答說我自己有想追求的梦想，然後他就說女生就是趕快嫁一嫁，在家裡照顧小孩陪老公就好了，做這麼喔白費功夫的事情幹嘛，對他們來說女生最後只有結婚在家那一條路所以中間的努力是沒有必要的，都什麼年代了還會有這種想法？」（小羽）

但是不只有日本男生會有這種「大男人主義」的言論出現，在各地都有可能存在信奉這種思想的男生。若若身邊也有男生會展現出對女生的支配慾，這種言論一旦出現，會引發若若的制約心理，對男生產生警戒心。

「我只要聽到一些比較大男人主義的言論像是什麼女生就應該在家或是女朋友應該就要聽我的話之類的，就會想說所以你覺得女生是你的附屬品??」（若若）

在這點上，小萱也有相同的經驗。小萱在剛升大學的時候遇到了一個 30 歲左右的 A 男，有一次小萱幫忙印講義，因為沒有訂書機的關係 A 男去買了一個全新的釘書機，後來講義訂好之後 A 男就表示要直接把釘書機送給小萱，但是小萱覺得沒有很熟，也不覺得自己有需要所以就拒絕了，A 男從這件事情開始不斷透露出的強勢態度讓小萱感到害怕。

「我覺得我們才剛認識覺得說為什麼要收別人的東西，他一開始態度強硬但是溫和的說，但是我也很強硬我就說：如果你不拿走後我就放在桌上我不會拿走我就放著，他就生氣了。」（小萱）

這件事情過後又發生了一件事，讓小萱跟 A 男產生衝突。小萱在上課的時候暫時離開位子，並且把課本放在桌上，回來之後 A 男對小萱說：「你的筆記抄很多耶」，小萱在當下直覺認為 A 男在她離開座位的期間擅自翻開她的課本偷看，於是小萱就用斥責的態度對 A 男說：「你憑什麼偷看？」，這句話讓 A 男勃然大怒。在發現自己誤會 A 男的當下，小萱也立刻向他道歉，但是 A 男在接下來的上課時間一直都對小萱不理不睬，正讓小萱感到慌張的時候，A 男突然很靠近小萱表示支配，這讓小萱感到不舒服與害怕。

「後來等他比較沒那麼生氣的時候 A 男就靠我很近，在我耳朵旁邊跟我說：我跟你講啦，剛剛我跟你說那釘書機叫你拿你不拿，一個釘書機在那邊拉拉扯扯的，就一個釘書機在那邊推來推去，還說剛剛有跟你說你的書我就沒給你翻你在兇什麼。」

(小萱)

在當天晚上，小萱剛洗完澡之後發現 A 男突然打電話來，他們的關係沒有到很好也不熟，所以小萱在看到 A 男打電話過來的當下很慌張，但還是有接起來，結果一接起來 A 男就用很強勢的口吻問：「你剛剛在洗澡？」這種語氣讓小萱慌張的立刻把電話掛掉，打開 Line 發現 A 男連續傳了一大串訊息給小萱。

「後來我看 LINE 紀錄，發現他跟他早上的態度完全不一樣，他就說：對不起啦是我做不好然後說什麼，我是看你平常穿穿衣服吃飯打扮，點東西跟穿衣服打扮覺得你可能需要比較多幫忙之類的，然後他說什麼對不起你不要在意什麼，後面打電話給我沒有接，他還說：你掛我電話？我覺得超級可怕。」

(小萱)

A 男從早上想要把釘書機送給小萱的舉動，以及晚上傳的那一大段訊息，都是一直在向小萱表現自己是很靠的住、掌握權力的大男人，在被小萱拒絕之後感到自尊受傷，面子掛不住，所以態度轉為強硬，甚至出現憤怒的情緒，這種擅自表現出的優越、以及認為「男生就是要照顧女生」的行為，讓小萱感到不適。後來小萱又陸續遇到 B 男跟 C 男，在這兩次經驗都是男生在小萱沒有要求的情況下，擅自對小萱表示關懷，做一些自以為對小萱好的事情。

「有一次 (B 男) 就他又在表達關心的時候就是，當時的情況是我們部門的人都很累就是大家都要加班，然後又沒有加班費啊然後又要承受很多的責任，當時他是我們那個部門的一個主管，這個時候大家都覺得他的身體狀況很差，面色每天都很差，當他關心我的時候我就用 LINE 回他說：我覺得你要先擔心你自己，然後他就回我說：早知道就不要照顧你，他有點惱羞成怒。」

(小萱)

不管是 B 男還是 C 男，在小萱拒絕了他們的關心之後態度都會直接大轉變，覺得小萱不給他們面子，一開始刻意表現出的貼心或是親切會直接轉為生氣，

用質問的態度面對小萱的拒絕，這種態度讓小萱不知所措，不知道要怎麼處理男生憤怒的情緒。

「看到他生氣之後，我第一個想法是我到底做錯什麼，是不是我哪裡做錯什麼，我哪一個步驟錯了。是在我後來跟朋友說這件事的時候，朋友說：他憑什麼，我才把自己從這種罪惡感中解脫出來吧。」（小萱）

小羽、若若跟小萱都共同對男生想要表現優越的態度感到反感，小羽跟若若不能接受的是男生在言談中透露出「女生就是該如何」這總想要支配女性、掌握權力的想法。小萱在過去經驗中遇到的 ABC 三位男生，他們對小萱表現出「你必須要接受我的關心、依靠我」的態度讓小萱感到不適，在拒絕了男生之後，男生因為沒有面子、自尊心受傷所以「見笑轉生氣」，因為沒辦法妥善處理與男性的爭執以及他們憤怒的情緒，所以小萱對男生這種想要表現自己很大男人、很靠的住的這點感到害怕與反感。

「男生很難相處其中一個原因就是因為你很難抓到他不高興的那個點。跟男生相處要很小心，不然會傷害到他的自尊，女生比較不會傷到自尊。像 A 男那件事，我跟其他人講男生都說覺得我這樣會讓他沒面子，男生可能會故意做出我很單、靠得住的感覺，女生不會想要裝逼，女生就算拒絕他也不會有那種，你是不是看不起我的感覺。」（小萱）

（三） 男生是暴力、危險的

在這裡要特別提到小雅的經驗。訪談的一開始，小雅就明確的向筆者表示：她害怕男生是因為她覺得男生是暴力、危險的。小雅的父母從她小時候感情就很不好，她曾經目睹過爸爸對媽媽施暴的場景，這對小雅來說造成很大的心理陰影。之後小雅就沒有再跟爸爸一起生活了，她跟媽媽還有妹妹相依為命，感情也非常好，媽媽在成長的過程中會不斷灌輸小雅關於她父親的負面情緒，這也讓小雅非常的討厭爸爸。

「我父母在我小時候就一直感情都不好，然後他會家暴。我目睹過他拿花瓶砸我媽媽，所以我一直都覺得男生很危險。媽媽從小也會灌輸我們一些針對父親的話，說他很自私啊然後什麼事情都只想到自己啊，會抱怨他的情緒，所以我非常討厭我爸爸。」（小雅）

除了爸爸帶給小雅對男生的暴力印象外，小雅生命中還有另一個男生也對她帶來很大的影響，這個人是小雅國小班上的男同學。小雅在遇到他之前跟男生相處是正常的，個性也很活潑外向，直到有一次小雅跟那位男同學吵架，他拿一本很厚的書從小雅頭上打下去，造成小雅腦震盪之後，小雅才開始對男生感到恐懼，到現在腦震盪的後遺症也都還在困擾著小雅。「這件事情過後我就是動口不動手，然後我就覺得說男生的力量很大，我可能會受傷，所以我都跟他們不會再有肢體上接觸，不像以前打打鬧鬧了。」（小雅）在現在跟男生的相處上，爸爸以及國小男同學帶給她的暴力經驗帶給小雅很大的影響，因為在國小之後，國中、中小雅都是就讀女校，在這六年的環境裡小雅幾乎沒有跟男生相處的機會。

上了大學之後，小雅的生活環境開始有男性存在，但是小雅不會主動接觸男生，分組跟平常走在一起的人也都是女生，但是在這個時候小雅身邊又出現了一位讓小雅感到害怕的男生，而這次小雅決定要保護好自己。「大學的時候有一個男同學我跟他其實很不熟，可是他會一直跟著我，跟我到宿舍然後一直就是會追蹤我到底人在哪裡，我就覺得他怪怪的很可怕。」（小雅）從這個男生出現之後，小雅出門會隨身帶一把瑞士刀在身上，這個習慣也一直持續到現在。

「我很害怕男生，我出門都會帶一把刀，因為我害怕被襲擊，我就放在口袋裡面，就是一把瑞士刀。我不知道是不是因為害怕男生對我施暴，小時候雖然也會被打爸爸，但是真正開始意識到男生的暴力是國小又被砸了一個頭之後。我覺得男生真的很危險，所以我自己晚上白天，只有我一個人外面，如果沒帶刀我會沒有安全感。」（小雅）

爸爸是小雅成長過程中第一個接觸到的男性，爸爸帶給小雅的暴力形象形塑了小雅對男性的認知。在蔡如棠（2009）的研究中，相較於父親形象正向的其他女性，對父親帶有負面知覺的女生在未來跟男性的相處上會更加困難，也會更顯得被動，在這點上小雅的經驗跟過去研究的結果相符。而小雅特別的地方是，她害怕的男性暴力形象不只是來自於爸爸的家暴經驗，同儕的暴力行為也有所影響。在國小被班上男同學打到腦震盪之後，「男生就是暴力、危險」的認知被驗證，並且根深蒂固在小雅的心中。

綜合以上三點，可以發現受訪者害怕的是帶有侵略性、重視權力地位、暴力的「陽剛特質」，受訪者害怕的不是男生，而是帶有陽剛特質的男生。受訪者一致認為，如果一個男生他給人的感覺是比較陰柔、或是帶給人比較中性，不帶有侵略性的感覺，跟他們相處比起一般男生會自在很多。

「我覺得啦我自己，比較能這是相處的男生我覺得普遍上來說個性都是比較偏陰柔的，像我那個打工那邊比較熟的學長我也想我也想過他是不是 gay，就是比較沒有侵略性的男生吧。像我高中比較好，敢開玩笑的也是那種外表看起來比較沒有侵略性的男生。」（小葛）

在跟不具有陽剛特質的男生相處時，受訪者表示，「跟他們就跟姐妹一樣」大部分的受訪者身邊也都有這種像姐妹一樣、不具有陽剛特質的男生。除此之外，大部分受訪者也表示，在面對小男孩的時候他們也不會感到害怕。

「我們辦夏令營的對象是國小一二年級，那我們是隊輔，我們是主辦人主持人然後我們帶的對象都是國小一二年級的我對小小孩不會有這種害怕的感覺，但是我跟自己同輩或是，已經是感覺看起來是成年的那一種男生就會比較不敢跟他對到。」（傅傅）

小葛跟嘉嘉有特別提到的是，他們在遇到帶有陽剛特質的女生時也會有恐男的感覺。但是對其他人來說並不會特別地感到害怕，除了小葛跟嘉嘉外，在跟外表陽剛的女生相處時都能跟一般女生一樣自在。小葛跟嘉嘉就算對方是女生，也會因為「她可能會對自己有意思」這種想法而覺得不自在。

「我不完全只是對男生，我對 T 也會怕，對那種比較男性化的 T，對了就真的應該就是怕人家怎麼看我，去健身房啊什麼的如果旁邊有那種踢的話，我也就是會變得比較不自在。」（嘉嘉）

受訪者再提到對男生的害怕的時候，最常提到的就是男生帶給她們的「侵略性」，當男生向受訪者展現意圖、性騷擾、展現支配、強勢以及使用暴力的時候，會讓受訪者感受到男性的侵略感，感到壓迫、害怕。也因為經歷過這些男性的負面經驗，受訪者在未來遇到男性的時候，會選擇先提高自己的警戒心，選擇遠離男性、避免接觸，「恐男」成為一種保護自己不受傷害的方式。

四、缺乏跟男生的相處經驗

(一) 家庭對交友的限制

在受訪者的經驗中，家庭對受訪者交友上的干涉讓他們在就學期間更難接觸到異性，也因為缺少與異性相處的經驗，讓受訪者未來在面對異性的時候，更不知道要怎麼去接觸或互動。

家庭結構會是父母想要控制子女交友的一個原因。小羽在家中是獨生女，從小爸爸媽媽就非常保護她，所以會對他的交友情況進行嚴格的管控，除了門禁之外，連小羽的朋友都會了解的一清二楚。

「我是獨生女，爸媽管我很嚴，而且我要出去我都要給他們同學家裡還有爸媽的電話還有他們的電話，以前小時候都會說大學之前不能交男朋友，然後男生不能來家裡然後也不能去男生家。」（小羽）

(二) 環境與同儕的限制

除了家庭的管教讓受訪者在成長過程種缺少與異性相處的機會，就學環境也是受訪者缺少異性相處經驗的重要因素。以地理環境來說，可以從小葛的例子來觀察。小葛在大學之前都是在金山生活，小葛在上大學之前都沒有真正「認識」一個男生，因為地方小的關係，身邊的男生都是本來就有印象或是知道的，不用再特地相處就能熟識，也因此當小葛到台北上大學之後，身邊的男生都是完全不認識的狀態，在沒有真正跟男生從零開始的相處經驗下，小葛會很難去認識男生，或是建立友誼。

「我從小到大都在同個地方長大巴，那些男生我其實不用刻意認識其實也都會知道他們是誰他們也會知道我是誰，所以我們其實算是省略掉認識這個過程。我覺得大學之後我的恐男變的很明顯，因為我覺得高中也還好就可以跟男生可以打打鬧鬧，我可能沒有真的超級好的男生，但是不會像現在一樣那麼社交困難。」（小葛）

就周圍同儕環境的角度來說，受訪者在過去就學環境中缺少與同齡男性的相處時，會讓她們在未來進入有男生的環境，會更偏向跟女生互動、交往。在這裡以小雅跟小萱的同儕環境跟其他人比對觀察，在所有受訪者裡面只有小雅跟

小萱曾經就讀過單一性別學校，小雅讀了六年，而小萱則是讀了高中三年，在她們就讀女校期間鮮少有跟年紀相符的男生相處的機會，在這段期間不管是身邊的好友還是周遭環境會接觸到的人也都是以女生為主，也因此在上大學之後會更傾向跟女生互動，交友也會優先選擇女生。

「我的家裡因為我是單親然後我讀女校，我其實在上大學以前，我幾乎生活當中都是女的，國中跟高中都是私立女校，後來大學是讀一類組，女生比較多，大學分組的時候也盡量找女的」（小雅）

但是所有的受訪者裡面只有小雅跟小萱過去讀過女校，其他的受訪者在就學環境中一直都有同齡男性的存在，但是他們直到現在還是沒辦法跟男生自然的相處。這裡可以觀察到，這群受訪者雖然身邊中都是有男生存在，但是她們會主動過濾掉男生，讓生活圈只留下女生。

「我應該是從小到大然後，男生的朋友越來越少，因為我記得我國小的時候跟班上大概有4、5個男生都還是可以聊天，或是上課會一直講話的那種。然後到國中國中就減少了然後也比較不太會跟男生相處，高中的話身邊已經有gay朋友然後也不太會想要多認識男生什麼的然後就是活在自己的世界，大學的話，大學跟班上朋友就是我都淺啊沒有什麼很深交情。」

從受訪者成長的家庭、同儕環境可以發現說，家長對兒女交友上的管控、成長的環境跟同儕，都可能是受訪者在未來在異性相處上感到困難的因素。從受訪者過去的就學經驗也可以發現，過去就學環境中是否有男性同儕並不是未來恐男的主因，就算身處在有男生的環境，受訪者還是會主動避免與男生接觸，讓自己生活圈限縮於女性同儕。對過去就讀女校的小雅跟小萱來說，過去就讀女校的經驗確實讓他們跟別人相比缺少了許多跟男性相處的機會，但是最主要讓他們現在對男生感到害怕、不願接觸的原因還是因為過去的負面經驗。「可能是我人生經歷上跟男生接觸的機會，因為讀女校的關係本來就少，些微的幾次好像都不是很好的經歷，所以會讓我害怕男生。」（小雅）

五、戀愛經驗與恐男的克服

這節主要是在講述受訪者的戀愛觀與恐男的克服。所有的受訪者在過去都沒有交過男朋友，其中除了小羽跟傅傅沒有喜歡過男生，從來沒有對男生有好感

過以外，其他的受訪者在過去或是現在都還是有喜歡過男生，或是對男生產生好感過。大多數受訪者也會希望自己能夠跟男生發展關係，也會渴望戀愛。但是同時受訪者也會因為自己恐男的現況，覺得自己可能沒辦法交男朋友或是結婚。所以受訪者也曾經想過要克服恐男，也有嘗試壓抑自己害怕的感受試著跟男生相處，嘗試克服的結果有好也有壞，有的人在嘗試過後有感覺跟男生的相處更自然一點，但是也有受訪者在克服的過程中有不好的經驗。

(一) 就算抱有好感也無法再進一步

雖然會恐男，但是大部分的受訪者還是有喜歡過男生，或是對男生抱有好感的經驗。這些男生對受訪者來說都不算是關係相當親近的人，對受訪者來說，她們喜歡的男生只是一種「想像中的他」。

「大學的時候是會一個學長，他要出國念書，我已經知道他不喜歡我了但是，我喜歡別人我必需要知道他不喜歡我，我才會甘心、才會放下的那個感覺，那時候是為了想要破除自己這種美好的想像，所以跟他告白結束這種關係。其實也沒什麼關係，我喜歡男生通常都是那種跟他不是很熟的喜歡，我喜歡的都是自己想像中的他。」（嘉嘉）

對受訪者來說，這些她們有好感的男生可能都不是自己真正了解的人，對她們來說，就算對方是有好感的對象，她們也沒辦法跨出心中的那一步。因為沒辦法跨過心中的坎，拉近跟好感對象的距離，所以大部分的關係到最後也都漸行漸遠。

「其中一個男同事是希望我可以當他當他女朋友，平常相處也算蠻有好感的可是我覺得我沒有辦法跟男生，可以是同事同學可是再更進一步，變親密朋友我只能接受女生男生的話我很難，很難就是把我內心像他們打開。」（小雅）」

也因此，大部分受訪者會嘗試跟男生相處，希望自己有一天能夠克服恐男，之後遇到有好感的對象時可以打開自己的心房。

(二) 恐男的克服

受訪者最主要嘗試克服恐男的方法就是強迫自己跟男生多相處，像是傳傳，她自己去報名了志工活動，讓自己跟男生有更多的相處機會。而這樣的練習對她來說也確實有用，能比較流利地跟男生講話。

「我會強迫自己就是出去就是像是去做什麼志工啊或者是去社團一些帶隊活動我就強迫自己去面對，然後跟男生講話會比較流利也比較不會說在講話當下不會有一直想逃的感覺就是可以讓自己鎮定住就，然後但是最近的話就因為疫情關係沒辦法做這種練習。」（傅傅）

但是也是有失敗的例子，小雅跟小萱曾經有試著答應男生的邀約，或是在接觸時選擇主動一點，但是在嘗試過後覺得還是不行，還是沒辦法拉近距離，還是會有不舒服的感覺。

「我也有想要克服，可是我發現我還是沒有辦法，我會開始逃避。我不是說我現在有一個男同事都是他想要追求我嗎，有一次我都給自己做了一段時間心理建設終於答應他在周末跟他一起去散步去公園走走這樣，可是去完之後我回來我就覺得很後悔我應該不會再跟他出去下一次，因為我整個人就覺得很不舒服，相處很不自在，這個其實某程度上也是我自己在對我自己做實驗我能不能夠突破。」（小雅）

小萱遇到了最糟的情況，小萱為了要克服恐男，嘗試主動一點去接觸男生，結果在她嘗試克服的時候都剛好遇到不好的人。而這也影響小萱對於恐男克服的意願，現在小萱就覺得對壹切順其自然就好，不會想要再主動改善恐男的情況。

「我好像每次想要克服，最後那個對象都會變成就是我所害怕的樣子。感覺之後想要嘗試接觸男生但是可能運氣比較不好，都會遇到幾個不懂得保持距離的人，距離感奇怪的人。害怕的感覺會一直捲土重來，在覺得克服的時候又會把可怕的感覺掀開來。」（小萱）

在受訪者的經驗可以發現，雖然她們會害怕男生，但是還是會渴望戀愛跟婚姻，但是也會因為清楚自己的狀況，所以她們會對自己戀愛、婚姻的未來抱有悲觀的看法，他們會覺得自己沒辦法。在過去受訪者普遍也都有對男生產生好感過，但是就算是面對喜歡的男生，恐男會成為心中一個很難跨過的坎。對她們來說對男生的恐懼就像是一個保護罩一樣，就算對方可能是自己有好感的人，也會被她們隔絕在防護罩之外，因為她們害怕自己再次受傷。也因為渴望愛情、婚姻，又或者是單純因為恐男影響到自己的交友圈與溝通能裡，大多數

的受訪者表示：他們會嘗試克服，會試著主動接觸男生，在克服的經驗中，最好的情況是跟傳傳一樣，可以比較自在的跟男生相處，但是也有不好的經驗，像是跟小萱一樣遇到了讓她不舒服的男生，讓她現在對恐男的克服比較偏向被動。

伍、結論與限制

一、結論

最後結論回到我的三個研究問題來討論，恐男者對於男生的恐懼是什麼？

受訪者在跟男生相處的時候會感到不自在，包含：無法與男生對視、無法跟男生自然地交談，以及生理上的不適反應，可以發現每個人恐男的現況都有不同的地方，對男生的排斥程度也因人而異。受訪者在面對女生都可以很自然的交談，相處上也覺得很舒服、自在，在女生面前可以更有自信地展露自己，這讓受訪者在拓展交友圈的時候會優先選擇女生，對男生採取逃避態度。

再經過深入的訪談跟分析之後可以發現，過去跟男生有關的負面經驗會一點一點的影響他們現在對男生的認知，讓她們對男生抱持著警戒。

受訪者對男生的負面認知包含：男生是不懷好意的、男生總是想要支配，以及男生是暴力危險的這三點，這些男生讓受訪者感受到侵略性、意圖感。對受訪者來說，在跟男生相處的時候強調「距離感」，一旦言行舉止跨越了界線，受訪者就會立刻對男生帶有警戒，表現出拒絕以及迴避的態度。

受訪者會對展現意圖、侵略性，表現出強勢、暴力的「陽剛特質」感到害怕，這裡可以發現，如果一個男生不具有陽剛特質，他表現出陰柔、中性的樣子，受訪者在跟他們相處的時候也能跟女生一樣自在。另外，如果女生具有陽剛特質，也有部分受訪者表示，在跟這個女生相處的時候會像一般男生一樣對她感到恐懼，因為具有陽剛特質的女生一樣會讓她們感受到侵略性跟意圖，這個發現回應了文獻中提到的生理性別（sex）跟社會性別（gender）的區別，恐男者所恐懼的是社會形塑出來的陽剛特質，而不只是生理上的男生。最後可以發現，「恐男」對他們來說是一種防護罩般的存在，對男生保持警戒、迴避男生是受訪者保護自己的方式，為了不要再次受到傷害。

另外可以發現。在男生面前，就算只是一點也不重要的路人，大部分的受訪者會擔心那個男生是不是正在嘲笑、審視自己，從女性客體化自己身體的歷程（彭湘蘭、許韶玲，2012）可以得知，過去不管是同儕的嘲笑、霸凌經驗，或者是家庭中同齡手足外貌上的比較，都會讓受訪者建立出一套自我評價的標準，用這套標準評價自己，甚至會內化成為負面的自我認同，而這些過去的經

驗也會成為他們在未來面對男生會感到不安、自卑的原因之一。另外發現，全部受訪者在面對女生都可以很自然的交談，相處上也覺得舒服、自在，在女生面前也能有自信地展露自己，這讓受訪者在拓展交友圈的時候會優先選擇女生，對男生採取逃避態度，現在生活圈的組成也以女生為主。

最後，恐男是什麼在這裡就有了解答，「恐男」對他們來說是一種保護自己不受傷害的方式。受訪者雖然恐男，但是在過去普遍還是有對男生產生好感，也有喜歡過男生，但是就算對方是自己有好感的對象，她們還是會感到害怕，也因為無法拉近彼此距離的關係最後都是不了了之。也因此大部分受訪者有嘗試著克服恐男，在主動接觸男生之後有的人恐男的情況有改善，但是也有人遇到了不好的男生之後恐男的情況又更嚴重了。恐男者期盼自己能跟一般人一樣自在地與男性相處，也會想跟男生建立親密關係，卻又無法停止害怕男生。

二、研究限制及建議

礙於受訪者人數不足，研究結果沒辦法代表所有的恐男者，再加上研究內容較隱私，若是沒有基礎認識的受訪者會比較不願意透露自己。另外在生命歷程的部分，受訪者較少提到關於家庭的相處經驗，也因此本研究在家庭方面的分析篇幅較少，未來可以往家庭相關的恐男研究發展。另一個限制就是本研究可引用文獻少，我國對於男性恐懼的研究較為匱乏，兩性相處與生命歷程的研究也多以量化為主。

再來就是受訪者的背景單一，缺少多樣性，七位受訪者全部都是生理女性、無戀愛經驗，未來研究可以嘗試尋找有過戀愛經驗的恐男者，或是生理男性的恐男者，使恐男的研究更加完整，也期待不管是質化還是量化，未來能有更多相關的研究出現。

在教育的建議上，筆者希望能加強校園中兩性相處的教育，教導孩童跟青少年「尊重」的重要性。對本研究的受訪者來說，國小國中所經歷的，不管是男同學惡意的嘲笑攻擊，還是被性騷擾的經驗，這些可以被視作為「不懂事」的行為，對這群恐男者來說都已經是難以抹滅的負面記憶，甚至帶來長久的影響，讓他們直到現在都還是無法停止的害怕男生。最後也期待未來能有更多關於恐男的研究，讓更多人注意到恐男者正在面臨並且

克服的困境。

陸、附錄

以下為訪談題目

年齡/性別/教育程度/居住地

恐男經驗

會覺得自己恐男嗎？是如何察覺到的？

覺得自己哪一項特徵符合恐男呢？什麼情況下會對男性感到排斥、想逃避呢？

現在的交友圈中有男性好友嗎？數量大約幾個呢？親近程度如何？是平常都會聊天嗎還是偶爾會回限時動態？還是之前很熟現在不熟呢？跟這些男性好友的相處情況為何？聊天、互動的情況為何？

現在生活圈中有任何會接觸到的男性嗎？（像是工作上必須有交流的主管、同事）跟他們是如何互動的呢？

在面對陌生男性會感到緊張、不自在、尷尬嗎？詳細的情況為何？（像是超商店員、不熟的男同學、不熟的同事）可以詳細描述不自在、尷尬的情境嗎？在與爸爸、兄弟相處時也會這樣嗎？

曾經有和男性發展過戀愛關係嗎？或是曖昧？

會覺得恐男這件事對生活造成影響嗎？有哪些方面會因為恐男的關係會感到不方便嗎？

會覺得自己的恐男影響自己的交友關係跟戀愛關係嗎？

對自己的看法為何？覺得自己是有自信的人嗎？還是對自己感到自卑呢？

會希望自己能正常的和男生相處嗎？曾經有沒有試著克服恐男呢？有成功的經驗嗎？

家庭關係

家庭成員有哪些？有沒有兄弟姐妹呢？

家庭成員的關係如何？是親近的嗎還是疏離的？親近跟疏離的程度

覺得兄弟姐妹是怎樣的的存在？相處方式跟朋友一樣嗎？會不會讓兄弟姊妹追縱哀居？大帳跟小帳都會讓他們追蹤嗎？那父母呢？

父母是保守還是開放的呢？會管得很嚴嗎？具體情況是如何呢？

在過去有沒有發生過父母阻止你與異性交往的經驗（像是阻止你和其他男生聊天、出去玩）？他們有沒有給過關於與異性相處的建議或是警告？

平常跟父母會聊戀愛的事情嗎？（像是最近喜歡誰）會跟手足聊戀愛的事情嗎，會想分享/不想分享原因？

從小到大任何事情都會跟父母、手足分享嗎？

同儕經驗

幼稚園、國小、國中、高中、大學就讀的是男女合校還是單一性別學校呢？

在讀單一性別學校的期間會有認識男生的機會嗎？在什麼情況、場所認識的呢？現在還是朋友嗎？

在國小、國中跟其他男生的相處情況為何呢？是友好的嗎還是互相敵對的呢？

在男女合校就學期間有很好的男生朋友嗎？相處情況大概是怎樣呢？

在學校有討厭男生過嗎？是發生了什麼事讓你討厭他呢？

覺得女生朋友跟男生朋友相處起來的感覺有差別嗎？具體來說差別在哪呢？自己面對女生跟男生朋友的狀態會一樣嗎（比如面對女生會比較放得開）

在學校有對男生有好感過嗎？是發生什麼事讓你開始注意他呢？

之前有發生過男生的行為舉止讓你感到不舒服、奇怪的事情過嗎？他做了什麼事情呢？這件事對你有造成什麼影響嗎？

柒、參考文獻

中文參考書目

陳若男 (1993) , 〈兒童手足關係與友誼關係之研究〉, 台北, 國立臺灣師範大學家政教育研究所碩士論文。

彭湘蘭、許韶玲 (2012) , 〈女性客體化身體經驗之探究〉, 新竹, 國立交通大學教育研究所碩士論文。

趙梅如、王世億 (2013) 。大學生同性友誼品質之內涵驗證及性別差異分析。
教育心理學報, 44 卷, 4 期, 829-852 頁

劉曉嵐 (2006) , 〈未曾戀愛的成年前期女性之同性情誼探究〉, 台北, 國立臺北教育大學育心理與諮商學系碩士班碩士論文。

蔡如棠 (2009) , 〈父親心理缺席之成年女性其親密關係之經驗研究〉, 高雄, 國立高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士論文。

潘婉茹 (2000) , 〈母親性別教養態度與高職女生性別特質、異性交往態度之相關研究〉, 嘉義, 國立嘉義師範學院家庭教育研究所碩士論文。

英文參考書目

Carlos David Navarrete, Andreas Olsson, Arnold K. Ho, Wendy Berry Mendes,

Fredrickson, B. L., & Roberts, T. (1997). Objectification theory: Toward understanding women' s lived experience and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173-206.

Kimberly A. Updegraff, Susan M. McHale and Ann C. Crouter(2000) Adolescents' Sex-Typed Friendship Experiences: Does Having a Sister versus a Brother Matter?71(6), 1597-1610.

網路資源

Charles Patrick Davis(3.29.2021).Medical Definition of Androphobia. MedicineNet

(<https://www.medicinenet.com/androphobia/definition.htm>)

