

本世紀最大規模心理危機，看美國高等教育的「安全文化」如何讓下一代變得脆弱、反智、反民主

為什麼我們製造出玻璃心世代？

為什麼我們製造出玻璃心世代？

本世紀最大規模心理危機，看美國高等教育的「安全文化」如何讓下一代變得脆弱、反智、反民主

The Coddling of the American Mind

How Good Intentions and Bad Ideas Are Setting Up
a Generation for Failure

"A disturbing and comprehensive analysis of recent campus trends... Lukianoff and Haidt notice something unprecedented and frightening... The consequences of a generation unable or disinclined to engage with ideas that make them uncomfortable are dire for society, and open the door – accessible from both the left and the right – to various forms of authoritarianism."

— Thomas Chatterton Williams, *The New York Times Book Review* (cover review and Editors' Choice selection)

葛瑞格·路加諾夫 Greg Lukianoff, 強納森·海德特 Jonathan Haidt ——— 著

朱怡康 ——— 譯

How Good Intentions
and Bad Ideas Are Setting Up
a Generation for Failure

Greg Lukianoff
葛瑞格·路加諾夫
Jonathan Haidt
強納森·海德特

朱怡康 ——— 譯



這是人人為了正義出征的年代，也是飽受憂鬱焦慮所苦的年代
差別只在於：你是為自己討回公道的受害者？還是咎由自取的加害者？
而無論何者，都感覺自身安全岌岌可危，個人權利遭受剝奪

為什麼在崇尚自由民主風氣的美國大學園裡，「走出同溫層」成了一件最危險的事？
因為數十年來，美國的整體社會氛圍持續鼓勵年輕人以扭曲的「三大謬誤」來思考！

當人心對立，民粹崛起，假新聞紛至，大型社會衝突不斷
「三大謬誤」取代了理性思維，「安全至上主義」成為校園的最高指導原則
與此同時，全國性的青少年情緒疾患比例不斷創下新高
新世代人類該如何重新打造強壯的心理素質？

本書乃美國最具權威性的社會心理學家強納森·海德特偕同憲法第一修正案專家葛瑞格·路加諾夫振聾發聵之作，兩位作者從自身專業領域出發，包括道德心理學、認知行為療法與言論自由等相關學說，探究了自2013年以來，美國的多起重大校園事件與高社經地位父母教養方式改變、社群媒體崛起、川普上任等變化之間的交互關係，抽絲剝繭地檢視了近年來新世代人類心理以及國家未來面貌的走向，並提出深刻的建言。

The Coddling
of the American Mind

ISBN : 978-986-344-735-1
00480
RV1162 NTS 480 HK\$160

麥田出版

建議分類：社會科學／文化研究

各界重磅推薦

沒有人無所不知或不會犯錯，所以願意評估新觀念對於了解世界很重要。然而，雖然大學應該是開放辯論的論壇，它們卻漸漸有了教條主義和不寬容的風評。路加諾夫和海德特都是傑出的言論自由擁護者，對於大學出了什麼問題，還有我們該如何讓大學維持最高理想，他們提出了深刻分析。

..... 史迪芬·平克 (Steven Pinker) , 哈佛大學教授，
《再啟蒙的年代》、《語言本能》作者

不容忍不同觀點的現象增加，不僅是大學校園浮現的挑戰，也是美國政治論述面臨的考驗。民主制度要求我們了解現況如何、原因何在——這樣才能找出解決方案，並採取行動。閱讀《為什麼我們製造出玻璃心世代？》是很好的起點。

..... 麥克·彭博 (Michael Bloomberg) ,
彭博有限企業及彭博慈善基金會創辦人，紐約市第一〇八屆市長

人在社會裡的行為不能免於理性科學分析的力量。請以本書為鏡，正視美國逐漸軟弱的事實，思考我們能做些什麼。

..... 奈爾·德葛拉司·泰森 (Neil deGrasse Tyson) ,
《宇宙必修課：給大忙人的天文物理學入門攻略》作者

路加諾夫和海德特解釋了『直升機家長』現象及其危險——過度保護如何放大孩子的恐懼，讓他們更不容易成為能管理自己生活的成人。為了成長茁壯，孩子必須接受考驗、承受壓力——包括面對不同觀點的挑戰。

..... 蘇珊·麥可丹尼爾 (Susan McDaniel) , 羅徹斯特大學教授，
美國心理學會前任會長

如果要讓不同背景的年輕人成為真理的追求者、民主的維護者，我們這個國家該怎麼做比較好？在《為什麼我們製造出玻璃心世代？》裡，路加諾夫和海德特嚴格分析這項由來已久的挑戰，檢討這個問題在今日的樣貌，並為如何應對開出縝密的處方。

..... 康乃爾·韋斯特 (Cornel West) , 美國當代哲學家，哈佛大學教授；
羅伯·P·喬治 (Robert P. George) , 普林斯頓大學教授

Greg Lukianoff

葛瑞格·路加諾夫 ----- 作者

個人教育權基金會 (Foundation for Individual Rights in Education, FIRE) 會長兼執行長，畢業於美利堅大學和史丹佛大學，專長是高等教育中的言論自由和第一修正案議題。著有《忘卻自由：校園言論審查和美國論辯的終結》 (*Unlearning Liberty: Campus Censorship and the End of American Debate*) 及《免於言論的自由》 (*Freedom From Speech*) 。

Jonathan Haidt

強納森·海德特 ----- 作者

紐約大學史登商學院 (Stern School of Business) 湯瑪斯·庫利 (Thomas Cooley) 倫理領導教授，一九九二年於賓州大學取得社會心理學博士學位，曾於美國維吉尼亞大學任教十六年。著有暢銷書《好人總是自以為是：政治與宗教如何將我們四分五裂》、《象與騎象人》，並與人共同編輯《心盛：正向心理學與幸福生活》 (*Flourishing: Positive Psychology and the Life Well-lived*) 。

朱怡康 ----- 譯者

專職譯者，守備範圍以宗教、醫療、政治與科普為主。譯有《為神而辯》、《塔木德精要》、《二十一世紀生死課》、《自閉群像》、《怎樣說科學》等書。其他歷史、科普譯作散見於《BBC知識》月刊。

臉書專頁「靈感總在交稿後」：www.facebook.com/helpmemuse

世 玻 我 為 代 璃 們 什 麼 ？ 心 製 造 出

本世紀最大規模心理危機

看美國高等教育的「安全文化」如何讓下一代變得脆弱、反智、反民主

The Coddling
of the American Mind

葛瑞格·路加諾夫 Greg Lukianoff , 強納森·海德特 Jonathan Haidt ————著

朱怡康 ————譯

為孩子做好上路準備，而非準備好路給孩子。

——民間智慧，出處不明

傷人最重者非極惡之敵，乃放逸之心；益人最深者非生身父母，為調伏之心。

——佛陀，《法句經》¹

善與惡的界線在每個人心裡。

——索忍尼辛，《古拉格群島》²

1

據Byron (1993), chapter 3, verses 40-43。更緊貼原文的譯本請見.. Mascaro (1973), chapter 3, versses 42-43。Mascaro 譯得不如Byron優雅，但意義相同：「敵人能傷害敵人，懷恨的人也能傷害另一個人，要是自己的心受到誤導，對自己造成的傷害更大。父母或親人的確對人有幫助，但擁有一顆方向正確的心，對自己幫助更大。」

2

Solzhenitsyn (1975), p. 168.

獻給我們的母親。為了讓我們做好上路準備，她們盡心竭力。

喬安娜·達爾頓·路加諾夫 (Joanna Dalton Lukianoff)
伊蓮·海德特 (Elaine Haidt) (1931–2017)

序章 追尋智慧 / 9

第一部分 三大謬誤

- 第一章 脆弱的謬誤：殺不死你的，讓你更脆弱 / 33
- 第二章 情緒推理的謬誤：永遠信任你的感覺 / 53
- 第三章 「我們」VS「他們」的謬誤：人生是好人與壞人的戰爭 / 79

第二部分 當謬誤化為行動

- 第四章 恐嚇與暴力 / 119
- 第五章 獵巫 / 151

第三部分 我們何以步入當前局面？

- 第六章 對立循環 / 189
- 第七章 焦慮與憂鬱 / 215
- 第八章 偏執教養 / 241

第九章 遊戲減少 / 265

第十章 行政官僚的安全至上心態 / 287

第十一章 追求正義 / 317

第四部分 提升智慧

第十二章 讓孩子更有智慧 / 345

第十三章 讓大學更有智慧 / 369

結論 讓社會更有智慧 / 383

謝辭 / 392

附錄一 怎麼做 CBT / 397

附錄二 芝加哥言論自由原則聲明 / 403

參考書目與引用資料 / 405

序章 追尋智慧

這本書談的是智慧及其對反。它源於我們（葛瑞格和喬）二〇一六年八月到希臘的一趟旅行。

我們那時正撰文探討大學裡流行的一些觀念，因為我們認為那些觀念對學生有害，可能阻礙他們創造豐富的人生。一言以蔽之：這些觀念會讓學生更沒有智慧。所以，我們決定寫書告誡他們這些觀念害人不淺，也打算從親自追尋智慧做起。我們倆都在大學校園工作，最近幾年，我們不斷聽人提起米索波諾斯（Misoponos）有大智慧。他是當代神使，住在奧林帕斯山（Mount Olympus）北坡的一處山洞，潛心奉行古代夸勒模斯（Koalemos）祕教教儀。

我們飛往雅典（Athens），再搭五個小時火車到山腳下的里托克洛（Litochoro）。次日，天色剛亮，我們便循著希臘人數千年來的足跡，踏上與希臘眾神神祕交融之路。我們在蜿蜒的山徑上走了六個小時，中午時分，山路在我們前方岔開，路標「米索波諾斯」赫然在目，箭頭指向右方。左方主徑則直通一處狹窄陡峭的山壁，似乎隨時有落石的危險，散發出凜然不可近的氣勢。

走向米索波諾斯的小徑恰恰相反，看起來平坦、坡緩又好走，彷彿在迎接來客。我們沿著它穿

過一片賞心悅目的樹林，四周淨是松樹和杉樹。不久，是一座牢靠的木製吊橋橫跨深谷，走過之後，右手邊就是大山洞的入口。

洞裡的景象有些古怪——米索波諾斯跟門人擺了個抽號碼機（就是你有時會在三明治店裡看到的那種），其他求道者已經列隊排在前面。我們排隊、取號，繳了私下拜見這位大人物的費用一百歐元，做了規定要做的淨化儀式，然後等待。

輪到我們時，有人把我們領到山洞後方一間昏暗的小房間。石壁上湧出一小股泉水，濺入讓人聯想起嬰兒澡盆的白色大理石鉢。石鉢旁邊的沙發上坐著的就是米索波諾斯。那張沙發看起來相當舒服，應該是巴卡龍傑（Barcalounger）公司一九七〇年代的經典款。我們早就聽說他會講英語，但是當他用帶著長島腔的道地美式英文開口問候，我們還是嚇了一跳。「小子們，來來來，跟我說說你們想求什麼。」

喬率先發話：「喔，智慧非凡的神使啊，我們求的是智慧。請告訴我們：什麼才是最深刻又最偉大的真理？」

葛瑞格認為該問得更精準一點，立刻補充：「我們其實正在寫一本關於智慧的書，對象是青少年、年輕人、家長和教育者。所以我們想請您提供您的慧見，把它們濃縮成幾句簡潔有力的格言，最好是三句，讓年輕人能一生遵循，透過它們開發智慧。」

米索波諾斯靜靜坐著，閉眼沉吟兩分鐘左右，最後他總算睜開眼睛，開口說話。

「這泉呢，是夸勒模斯之泉。夸勒模斯是希臘的智慧之神，但他現在不像雅典娜那麼有名。要

我說，雅典娜也太出風頭了點。你要問我，我會說夸勒模斯有些真正的好東西。既然你開口問了，我就告訴你。讓我給你三杯智慧。」

他拿出一個小雪花石杯，往水鉢一盛，遞給我們。我們都喝了一口，捧還給他。

「第一個真理是，」他說：「殺不死你的，讓你更脆弱。所以要避開痛苦，避開不舒適，避開所有可能讓你不快的壞經驗。」

喬心中一驚。他寫過一本《象與騎象人》（*The Happiness Hypothesis*），以現代心理學檢視古代智慧。那本書有整整一章是討論與神使這句話相反的觀念，而對它最有名的陳述是尼采（Friedrich Nietzsche）所說的：「殺不死我的，讓我更堅強。」¹喬認為一定出了什麼問題。「大師，不好意思，」他說：「您要說的真的是『脆弱』嗎？因為我看到很多智慧傳統說：痛苦、挫折，甚至創傷經驗，都能讓人更加堅強。」

「我剛剛是說『脆弱』嗎？」米索波諾斯問：「等等……是脆弱還是堅強呢？」他再次緊閉雙眼沉思。不久，他睜眼說道：「沒錯，我沒講錯。我要講的是脆弱沒錯。壞經驗很糟，誰想碰上那種事？啊？你們千里迢迢跑來是為了有壞經驗嗎？當然不是。痛苦是吧？這山裡多的是每天坐在地上十二個鐘頭的神使，結果呢？結果是循環不良，後背又疼得要死。要是你整天煩惱這裡疼那裡痛，你覺得你還剩多少智慧？所以我二十年前就弄來這張沙發。我為什麼不能舒服點呢？」他語氣

裡明顯帶著火氣，說：「這樣講夠了嗎？」

「抱歉。」喬姍姍地說。

米索波諾斯又盛了杯水，我們一飲而盡。「第二，」他繼續說：「永遠信任你的感覺，絕對不要質疑。」

這次嚇到的是葛瑞格。他練習認知行為療法（cognitive behavioral therapy, CBT）多年，而那種療法依據的原則正好相反：感覺太常誤導我們，所以，除非你學會質疑它們，不讓自己陷在對現實的扭曲認知之中，否則你無法獲得心理健康。不過，葛瑞格畢竟懂得控制自己的即時負面反應，他嚥嚥口水，閉口不語。

米索波諾斯再盛一杯，我們又一次喝下。「第三，人生是好人與壞人的戰爭。」

我們面面相覷，一臉狐疑。葛瑞格忍不住了：「喔，偉大的夸勒模斯神使啊，」他吞吞吐吐地問：「可否請您稍加解釋？」

「有些人是好人，」他放大聲量緩緩地說，唯恐我們聽不見似地：「有些人是壞人。」他盯著我們，眼神似有所指，接著深深吸了口氣。「世界上有這麼多邪惡。它們是怎麼跑出來的呢？」他停頓一下，像是在等我們回答。我們誰也沒開口。「都是壞人搞的！」他顯然火了：「你們得對抗他們！世界上其他的好人得對抗他們！你們必須捍衛道德和善良。你們都看得到有些人可以多壞，你們要對抗他們！去組正義者聯盟，狠狠羞辱那些壞蛋，直到他們改變為止。」

喬問：「可是大師，他們不也這樣看我們嗎？我們怎麼知道我們是好人，他們是壞人呢？」

米索波諾斯立刻反唇相譏：「喲，你們今天從我身上什麼也沒學到嗎？相信你的感覺。你覺得你是好人嗎？還是覺得自己是壞人呢？我倒是覺得會談該結束了。滾。」

*

其實沒有米索波諾斯這個人，我們也沒跑去希臘求問這三個恐怖觀念。沒這必要，因為你在大學、中學和很多家庭都見得到這三個觀念。雖然這些場所很少明白宣揚這些謬論，但成年人還是透過套在年輕人頭上的規矩、習慣和風氣，把這些觀念教給他們——而且經常是出於好意。

這本書想談談近年似乎廣為流行的三大謬誤：

- 一、脆弱的謬誤：殺不死你的，讓你更脆弱。
- 二、情緒推理的謬誤：永遠信任你的感覺。
- 三、「我們」VS「他們」的謬誤：人生是好人與壞人的戰爭。

² 波諾斯（Ponos）是希臘神話中的次要神祇，掌辛勞、苦痛與困難；「米索」（Miso-）則為希臘文表「厭惡」之字根（如「厭女」〔misogyny〕）。因此，「米索波諾斯」意為「厭惡艱辛工作及困難之人」。感謝維吉尼亞大學教授、古希臘哲學專家伊恩·麥可克萊迪－弗羅拉（Ian McCready-Flora）協助我們想出這個名字。亞里斯多芬（Aristophanes）在《鳥》（The Birds）一劇裡有稍稍提到夸勒模斯，愚笨之神。我們讓米索波諾斯當他的神使。

雖然錯謬的建議很多，但足以稱為「重大謬誤」（Great Untruth）的觀念得符合三項標準：

- 一、抵觸古代智慧（亦即，抵觸在很多文化的智慧文獻中都能發現的觀念）。
- 二、與現代心理學對幸福的研究有所衝突。
- 三、對相信它的個體和群體有害。

我們會指出這三大謬誤如何造成困境。它們和因之而生的政策和政治運動，都正給年輕人、大學和自由民主體制製造問題。在此僅舉數例：過去幾年，青少年焦慮症、憂鬱症和自殺率激增。很多大學校園的文化在意識形態上更趨一致，這不僅削弱學者追求真理的能力，也阻礙學生向立場不同的思想家學習的能力。極右和極左的極端派增加，彼此進一步激化仇恨。社群媒體成為黨同伐異的工具，創造出「嗆聲文化」（callout culture）。不論你出於善意說了什麼，只要有人惡意詮釋，你就可能被公開羞辱。新媒體平台成了宣洩出口，讓公民們縮進自以為是的泡泡，在泡泡中，一心挑起爭執和分歧的極端人士和網路酸民一口咬定並放大對於邪惡另一方的最深恐懼。

雖然三大謬誤盛行於大學校園，但它們植根於更早的教育和童年經驗，而且它們正從校園蔓延到職場和公共領域，連全國政治都受其影響。它們也從美國大學向外擴散，侵入整個英語世界。³這三大謬誤對每個人都有害。每一位關心年輕人、教育或民主的人，都應該嚴肅看待這些潮流。

本書的真正緣起

二〇一四年五月，我們（葛瑞格和喬）約在紐約格林威治村（Greenwich Village）吃午餐，一起討論葛瑞格那一兩年想解開的謎。葛瑞格是律師，專精第一修正案。他是個人教育權基金會（Foundation for Individual Rights in Education, FIRE）⁴會長，從二〇〇一年起就為學術自由和校園言論自由奮鬥。FIRE是非營利組織，沒有黨派色彩，宗旨是捍衛自由權利、言論自由、正當程序和美國大學校園的學術自由。

在葛瑞格的職業生涯中，對校園言論審查的呼聲通常來自校方，而學生相反，他們一直是支持言論自由的一方——事實上，他們不只力挺言論自由，還積極加以爭取。可是現在情況有了變化：在某些校園，言論漸漸被當成危險之源。二〇一三年秋，葛瑞格開始聽說有學生要求刪除課程裡的「觸發性」（triggering）^{*}資料。到二〇一四年春，《新共和》（The New Republic），和《紐約時

³ 請容我們在此稍微花些時間，為非美國讀者釐清幾個詞彙的美式用法。「學院」（college）和「大學」（university）對我們來說差不多是相通的，指的是英國和加拿大所稱的「大學」（university）。我們經常會以「校園」（campus）指涉大學的場地、環境和文化。「中學」（High school）是指九到十二年級，大約十四到十八歲。一般說來，我們會避免以「自由派」指稱左派（美國通常是如此），而會說左派、右派、進步派（progressive）和保守派（conservative）。

⁴ 更多資訊請見：<http://www.theFIRE.org>

* 編按：意指會觸發他人的不適情緒。

Jarvie, J. (2014, March 3). Trigger happy. *The New Republic*. Retrieved from <https://newrepublic.com/article/116842/trigger-warnings-have-spread-blogs-college-classes-thats-bad>

報》(*The New York Times*)⁶也報導了這種現象。葛瑞格還發現：學生對於他們認定看法具有冒犯性的講者，要求校方取消邀請的力道逐漸增強；要是校方不取消邀請，學生也漸漸會以「開場否決」(heckler's veto)為手段，透過抗議活動阻止同學參加座談或聆聽演講。不過，最令葛瑞格憂心的是：對於為什麼要以新方式抵制課程資料和講者，學生們的理由變了。

在過去，校方制訂校園言論規則的動機，是為了減少他們認為具有種族主義或性別歧視色彩的言論。然而，設立言論規則和拒邀講者的理由逐漸變得醫療化 (medicalized)：學生們說，某些類型的演講會阻礙他們發揮正常功能的能力 (ability to function)——連某些書籍和課程的內容都會造成這種惡果。他們希望能得到保護，好不受這些他們認為有害心理健康的讀物侵擾，因為它們可能「觸發」他們，讓他們「沒安全感」。

舉例來說：哥倫比亞大學 (Columbia University) 有個「核心課程」(Core Curriculum)，是大學部必修通識教育的一部分，裡頭有門課叫「西方文學與哲學名著選讀」。⁷有段時間，那門課要讀奧維德 (Ovid)、荷馬 (Homer)、但丁 (Dante)、奧古斯丁 (Augustine)、蒙田 (Montaigne) 和吳爾芙 (Woolf) 的作品。校方說，課程目的是讓學生挑戰「人類經驗中最艱難的問題」。可是在二〇一五年，哥倫比亞大學部有四名學生投書校園報，主張學生「在課堂上應有安全感」，但在「西方正典中的許多文本」「充斥排外和壓迫的歷史和敘事」，含有「具觸發性和冒犯性的資料，在課堂上有邊緣化學生身分認同之虞」。有些學生說這些資料造成的情緒衝擊太大，他們很難繼續閱讀並加以討論，所以教授們應該提出「觸發警告」(trigger warning)，並為受到觸發的學生提供支

持。⁸（教授可以用口頭或書面方式提出觸發警告，提醒學生他們將會讀到可能令人神傷的資料）。這篇文章寫得細膩，也的確提出幾個文學正典多元化的最重要論點，問題是：用「安全」對比「危險」的框架來討論對於文學的反應，真的有幫助嗎？或者，這種框架本身就會改變學生對古典文獻的反應？也許他們原本只會對這些資料感到不自在或不喜歡，是因為這個框架才反倒產生被威脅感和壓力反應？

學生運動當然不是新鮮事，幾十年來，學生一向積極參與「打造自己的學習環境」。在一九九〇年代，學生和教授一起加入「正典之戰」(canon wars)（這個運動認為閱讀書單不該只是「作古的男性白人」的天下，應該列入更多女性和有色人種作家）；在一九六〇和七〇年代，學生也經常試

⁶ Medina, J. (2014, May 17). Warning: The Literary Canon Could Make Students Squirm. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2014/05/18/us/warning-the-literary-canon-could-make-students-squirm.html>

⁷ Columbia College. (n.d.). The Core curriculum: Literature Humanities. Retrieved from <https://www.college.columbia.edu/core/lit/hum>

⁸ Johnson, K., Lynch, T., Monroe, E., & Wang, T. (2015, April 30). Our identities matter in Core classrooms. *Columbia Daily Spectator*. Retrieved from <http://spc.columbiaspectator.com/opinion/2015/04/30/our-identities-matter-core-classrooms>

⁹ 一九八七年，艾倫·布魯姆 (Allan Bloom) 出版《走向封閉的美國精神》(*The Closing of the American Mind*)，「正典之戰」隨之爆發。雖然加入論戰的多半是教員，但學生常常力挺支持納入更多女性及有色人種作品的老師。舉例來說：一九八七年，史丹佛 (Stanford) 校園辦了一場謳歌正典多樣性的集會，參加學生高喊：「嘿嘿，噏噏，西方文化必須走！」見.. Bernstein, R. (1988, January 19). In dispute on bias, Stanford is likely to alter Western culture program. *The New York Times*. Retrieved from <http://www.nytimes.com/1988/01/19/us/in-dispute-on-bias-stanford-is-likely-to-alter-western-culture-program.html>

圖阻止某些講者進入校園，或是干擾他們演講。舉例來說，哈佛大學生物學家愛德華·威爾森（E.O. Wilson）在好幾個大學的演講都遭到抗議，因為有些學生不滿他對「演化形塑人類行為」的解釋，認為他的作品可能被用以鞏固既定性別角色和不平等（有個號召學生抗議的標語說：「帶上能製造噪音的東西」）。可是，這些行動不是為健康隱憂而發起。從以前到現在，學生們都想把他們認定看法邪惡的人拒於門外，不同的是，在過去，學生並不認為同學會被某些講者的來訪或觀念傷害，更不會要求教授或校方採取更保護性的態度，不讓特定人士與學生接觸。

現在浮現的新現象是預設學生脆弱，連本身並不脆弱的學生都認為別人身處險境，所以必須出手保護。大家不指望學生能愈挫愈勇，不期待他們在接觸自己視為「具觸發性」的演講或文章之後，能變得更加堅強（這就是脆弱的謬誤：殺不死你的，讓你更脆弱）。

葛瑞格多次深受憂鬱症之苦，在他看來，這種走向十分危險。在尋求治療憂鬱症的過程中，他跟世界上幾百萬人一樣，都發現認知行為療法（CBT）是最有效的解決之道。CBT教你留意自己是否陷入種種「認知偏誤」（cognitive distortions），例如「災難化思考」（catastrophizing）（要是我小考考砸，我會拖累全班，然後被踢出學校，以後永遠找不到工作……），或是「負面過濾思考」（negative filtering）（只注意負面回饋，卻沒有同樣留意讚美）。這些扭曲而不理性的思考模式，正是憂鬱症和焦慮症的特徵。我們並不是說學生絕對沒遇上實際人身危險，也不是說他們對不義的控訴往往是認知偏誤，我們想指出的是：就算現在引起學生反彈的現象的確是問題，他們還是比前幾個世代的學生更容易陷入特定思考模式，這種思考模式讓問題看似更具威脅性，從而也讓問題更難解決。早期CBT研究者有項重要發現：人若能停止以這種方式思考，他們的憂鬱和焦慮程度通常會隨之降低。因此，當葛瑞格看到有些學生對校園言論的反應，竟然與他在治療中學著克服的認知偏誤一模一樣，他感到相當憂心。學生們是從哪裡學到這種不好的心理習慣呢？這些認知偏誤難道不會讓他們更焦慮、更憂鬱嗎？

當然，校園從一九七〇年代到現在已有許多改變。大學生之間的差異比以前大得多，他們入學時各有不同的偏見、創傷、經濟問題或心理問題。教育者必須考量這些差異，重新評估過去的預設，盡力創造更包容的環境。可是怎麼做最好？如果我們真的關心那些障礙最為嚴重的學生，我們首先該做的是採取保護立場，不讓可能冒犯他們的講者、書籍或觀念接近嗎？或者，不管這些保護措施立意多好，到頭來，都會適得其反，對他們造成傷害？

每個學生都得為畢業之後的人生做好準備，能跳得最遠的人——最可能感到自己與周遭格格不入的人——就是能學得最快、也準備得最努力的人。競技場上沒有老手新手之分，生命也不是公平之爭。大學很可能是世界上最好的訓練場地，讓你練習面對可能冒犯你、甚至敵視你的人和觀念。大學是頂尖的心理健身房，有先進的設備、技巧純熟的教練，甚至還有治療師待命——以防萬一。

葛瑞格擔心的是，要是學生自認脆弱，他們可能會對健身房望而生畏。要是他們既不鍛鍊技能，也不接受友善的邀請、試試身手，只因為有人好意告訴他們這些訓練可能會受傷，就迴避一切

練習機會，這對各方來說都是悲劇。要是他們深信自己和別人是脆弱的，在遇上不喜歡的觀念時，這份執念就會變成自我應驗的預言。要是學生打從心裡相信自己無法面對某些事物，而且依此執念而行，對這些事物退避三舍，那麼，他們最後真的會變得無能應付這些問題。要是學生成功在大學裡創造出智性的「安全」泡泡，他們無異於讓畢業後的自己陷入更大的焦慮和衝突，因為到了那時候，他們一定會碰上更多看法更極端的人。

葛瑞格從個人經驗和專業經驗思考之後，提出一個理論：學生們之所以開始要求獲得保護，期待能不受某些言論打擾，是因為他們不智地學到了 CBT 試圖矯正的認知偏誤。簡單來說：很多大學生學會以扭曲的方式思考，讓自己更可能變得脆弱和焦慮，也更容易受傷。

葛瑞格想跟喬談談這個理論，因為喬既是社會心理學家，也曾著書討論 CBT 的力量及其與古代智慧的契合。¹¹喬馬上看出葛瑞格的看法的潛力。喬是紐約大學史登商學院（Stern School of Business）教授，當時才剛注意到這種新出現的「脆弱學生模式」。他的主要研究領域是道德心理學，而他的第二本書《好人總是自以為是：政治與宗教如何將我們四分五裂》（*The Righteous Mind: Why Good People Are Divided by Politics and Religion*），就是為了協助人們了解不同的道德文化或道德「母體」（matrices），尤其是政治左派和右派的道德文化。

喬用的「母體」一詞出自科幻小說《神經喚術士》（*Neuromancer*），它是威廉·吉布森（William Gibson）一九八四年的作品（電影《駭客任務》〔*The Matrix*〕的靈感也出自該書）。吉布森想像的未來世界有如網際網路，把每一個人連在一起，他稱之為「母體」，說它就像「集體認可

的幻覺」（consensual hallucination）。喬認為這是思考道德文化的絕佳方式。當群體中的個體發生互動，群體便創造出集體認可的幻覺，個體也隨之以外人可能無法理解的方式行動。我們在格林威治村碰面的時候，兩個人都認為有種新的道德母體正在某些大學成形，而且它一定會日益壯大（而當然，社群媒體的設計正好推波助瀾，讓「集體認可的幻覺」在相互連結的群體中急速擴散——不分校園內外或左派右派，每個圈子都是如此）。

喬欣然答應與葛瑞格合作，一起試著解開這個謎團。我們合寫一篇文章探討葛瑞格的想法，以他的理論解釋過去一兩年的校園事件和風潮。我們給這篇文章取名〈爭入窮途：校園如何教出認知偏誤〉（“Arguing Towards Misery: How Campuses Teach Cognitive Distortions”），投稿《大西洋》（The Atlantic）雜誌。編輯唐恩·佩克（Don Peck）讀了喜歡，不但幫我們補強論述，還重新下了更簡潔也更聳動的標題：〈寵溺美國心〉（“The Coddling of the American Mind”）*。

我們在文章裡指出，很多家長、中小學老師、教授和大學管理階層不知不覺中讓一整代的學生養成某些心理習慣，而這些習慣正是焦慮症和憂鬱症患者身上常見的。我們認為：學生之所以開始用恐懼和憤怒來回應文字、書籍和受邀講者，是因為他們被教導去誇大憤怒，以二元對立的方式思考，放大最先萌生的情緒反應，並耽溺於其他種種認知偏誤（我們會在書中進一步討論這些

¹¹ Haidt (2006).

* 編按：即為本書原文書名。

偏誤）。這些思考模式不但直接傷害學生的心理健康，阻撓他們的知性發展，有時甚至還會妨礙他們身邊的人的發展。有些學校似乎出現防衛式自我審查文化，而部分原因就是學生急於為細故「嗆聲」或羞辱別人，只因為他們認定這些小事傷到自己，或傷到他們支持的社群成員。我們稱這種模式為「防衛式保護」（*vindictive protectiveness*），也認為這種行為讓全體學生更難進行公開討論——而他們原本可以透過這些討論受益，練習批判思考和文明爭論的基本技巧。

二〇一五年八月十一日，我們的文章登上《大西洋》網站，大約一週之後，紙本雜誌接著發行。我們原先以為會引來一波批評，但不分校園內外和政治立場，很多人都注意到我們描述的這些潮流，對文章的反應絕大多數是正面的。它成為《大西洋》網站點閱數最高的五篇文章之一，連歐巴馬（Obama）總統都在幾週後的演講裡提到它——他在盛讚多元觀點時說：對學生不該「寵著、護著，不讓他們接觸不同看法」¹²。

到十月，與文章有關的媒體曝光總算告一段落，我們很高興能重返其他工作。我們都沒想到：接下來幾個月、幾年，大學校園和整個美國都會出現翻天覆地的變化。到二〇一六年，事態已相當明顯：三大謬誤及其相關行動正擴散到英國¹³、加拿大和澳洲¹⁴的各個大學。所以我們在二〇一六年秋做出決定：我們必須再次深究那篇文章提出的問題，並寫作本書。

多事之秋：二〇一五—二〇一七

從二〇一八年年初回顧，著實令人感慨：從我們在二〇一五年八月發表那篇文章之後，世界居

然出現這麼多變化。當時已經發生聲勢浩大的種族正義運動，而每流出一份警察殺害手無寸鐵的黑人的手機錄影，都再次為運動火上澆油。¹⁵ 那年秋天，以種族正義為訴求的抗議在各大學爆發，從密蘇里大學和耶魯大學開始，一路延燒全美幾十所大學。運動規模之大，在校園中幾十年未見。

¹² Nelson, L. (2015, September 14). Obama on liberal college students who want to be “coddled”: “That’s not the way we learn.” *Vox*. Retrieved from <https://www.vox.com/2015/9/14/9326965/obama-political-correctness>

¹³ 英國早在二〇一四年便有跡可尋，見.. O’Neil, B. (2014, November 22). Free speech is so last century. Today’s students want the “right to be comfortable.” *Spectator*. Retrieved from <https://www.spectator.co.uk/2014/11/free-speech-is-so-last-century-todays-students-want-the-right-to-be-comfortable>. 不過，對「安全空間」及其相關現象的報導數量，似乎是在這類事件於美國引起注意（二〇一五年秋）之後才逐漸增加。例如，見.. Gosden, E. (2016, April 3). Student accused of violating university “safe space” by raising her hand. *The Telegraph*. Retrieved from <http://www.telegraph.co.uk/news/2016/04/03/student-accused-of-violating-university-safe-space-by-raising-he>

¹⁴ 關於這幾個國家的研究和報導摘要，見.. <https://heterodoxacademy.org/international>

¹⁵ 類似案例高達數十件，受害者包括艾瑞克·賈納（Eric Garner）、麥可·布朗（Mike Brown）、塔米爾·萊斯（Tamir Rice）和弗萊迪·葛雷（Freddie Gray）。其實還有幾位黑人女性遭到警方暴力攻擊，但她們較不為人所知，例如蜜雪兒·庫索（Michelle Cusseaux）、塔妮夏·安德森（Tanisha Anderson）、歐拉·羅瑟（Aura Rosser）和梅根·霍克代（Meagan Hockaday）。關於警方槍擊事件的更多資訊，請見.. Kelly, K., et al. (2016, December 30). Fatal shootings by police remain relatively unchanged after two years. *The Washington Post*. Retrieved from https://www.washingtonpost.com/investigations/fatal-shootings-by-police-remain-relatively-unchanged-after-two-years/2016/12/30/fc807596-c3ca-11e6-9578-0054287507db_story.html

同樣在這段時間，集體殺人慘劇屢屢成為新聞焦點。在歐洲和中東，恐怖分子多次發動大規模攻擊。¹⁶ 在美國，先是有人呼應 I S I S 號召，在加州聖貝納迪諾（San Bernardino）持槍濫射，造成十四人死亡，二十多人受傷；後來佛州奧蘭多（Orlando）的一家同志夜店也發生槍擊案，兇手同樣是受 I S I S 所鼓動，死亡人數高達四十九人，是美國有史以來最嚴重的一次集體殺人案。¹⁷ 不料，這個數字短短十六個月後就被打破：在拉斯維加斯（Las Vegas），有人持改造步槍掃射參加戶外音樂會的人，造成五十八人死亡，八百五十一人受傷。¹⁸

二〇一六年是美國政治史上最詭異的總統選舉年之一：毫無政治經驗的川普異軍突起，先後贏得共和黨初選和全國選舉，當選美國總統（因為他先前得罪太多族群，原本普遍認為他不可能選上）。美國幾百萬人抗議他就職，黨派對立升高，新聞也繞著總統最新的推特發文和核戰放話打轉。二〇一七年春，社會大眾的注意力再度回到校園。米德伯理學院（Middlebury College）和加州柏克萊大學（University of California, Berkeley）的抗爭轉趨暴力，嚴重程度數十年未見。抗議者自稱「反法西斯人士」，造成校園及市鎮數十萬美元損失，學校內外也有多人受傷。六個月後，新納粹和三K 黨手持火炬穿過維吉尼亞大學（University of Virginia）；次日，白人種族主義者駕車衝撞反對方的遊行隊伍，造成一人死亡，多人受傷。這一年最後在#MeToo 運動中結束，許多女性開始公開訴說遭到性騷擾和性侵的經歷，大家赫然發現：在有權有勢的男性主導的專業領域，這種惡行竟然比比皆是。

在這種背景下，不論屬於哪個年齡層，也不論位在政治光譜上哪一點，幾乎每一個人都為時局

焦慮、憂鬱或憤怒。難道，這還不足以說明校園為何不安，學生何以頻頻對「安全」提出新的要求？為什麼我們還要重新探討《大西洋》那篇文章的問題呢？

「寵」指的是「過度保護」

「寵」（coddle）這個字一直讓我們心情複雜。我們不喜歡這個字的暗示，好像現在的孩子既懶惰又嬌生慣養——這並不正確。現在的年輕人壓力很大（至少那些拚命擠進特定大學的人是如此），他們不但得在學業上力求表現，也必須盡力達成許多課外成就。與此同時，受社群媒體盛行之累，青少年都得應付新型態的騷擾、攻擊和人際競爭。他們的財務前景也充滿不確定，畢竟經濟

¹⁶ Dorell, O. (2016, June 29). 2016 already marred by nearly daily terror attacks. *USA Today*. Retrieved from <https://www.usatoday.com/story/news/world/2016/06/29/major-terrorist-attacks-year/86492692>

¹⁷ Parvini, S., Branson-Potts, H., & Esquivel, P. (2017, February 1). For victims of San Bernardino terrorist attack, conflicting views about Trump policy in their name. *Los Angeles Times*. Retrieved from <http://www.latimes.com/local/lanow/la-me-san-bernardino-trump-20170131-story.html>

¹⁸ Ellis, R., Fantz, A., Karimi, F., & McLaughlin, E. (2016, June 13). Orlando shooting: 49 killed, shooter pledged ISIS allegiance. *CNN*. Retrieved from <https://www.cnn.com/2016/06/12/us/orlando-nightclub-shooting/index.html>

¹⁹ Branch, J., Kovalski, S., & Tavernise, S. (2017, October 4). Stephen Paddock chased gambling's payouts and perks. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/10/04/us/stephen-paddock-gambling.html> 亦見..AP (2018, January 19). The latest: Timeline offers look at Vegas shooter's moves. *U.S. News & World Report*. Retrieved from: <https://www.usnews.com/news/us/articles/2018-01-19/the-latest-no-motive-uncovered-for-las-vegas-mass-shooting>

秩序已被全球化、自動化和人工智慧改寫，大多數職業都陷入薪資停滯的困境。因此，大多數孩子的童年過得並不輕鬆，遑論嬌生慣養。我們會在本書中指出，在這段時間裡，千方百計保護孩子的其實是成人，而這種過度保護可能帶來負面影響。事實上，字典對「寵」的定義便側重於過度保護，例如「以極端或過度的關心或體貼待之」²⁰。出錯的是成人和制度風氣，所以我們為本書下了這個副標：「好意和壞觀念怎麼耽誤一整代人」*。本書的主題正在於此。我們接下來會一步一步說明，從小學花生禁令到大學言論規範，出於好意的過度保護為何可能弄巧成拙，到頭來造成的傷害大過益處。

不過，過度保護只是我們稱為「進步的問題」(problems of progress) 的一部分，這種問題指的是實屬良善的社會變化卻帶來壞的結果：經濟體系生產充足而價廉的食物是好事，但另一方面，肥胖的問題卻變得更加普遍。能免費而即時地與人聯絡和溝通是好事，但過度連結卻可能對年輕人的心理健康有害。有冰箱、抗憂鬱劑、空調和冷熱自來水當然很好，我們總算免於祖先們的大多數疑難雜症，卸下我們這個物種自出現以來便日日纏身的勞苦。舒適和人身安全都是人類夢寐以求的禮贈，但我們也得為此付出代價：適應了新而進步的環境之後，我們對不舒適和風險的容忍程度跟著降低。用我們曾祖父母的標準來看，我們幾乎全是嬌生慣養之徒。每一代人總傾向認為下一代脆弱、愛抱怨又缺乏韌性。雖然老一輩人的看法可能不無道理，但世代變化的確反映出真實而正面的進步。

再強調一次：我們並「不」是說學生或年輕人面臨的問題無關緊要，只不過是小事或「胡思亂

想」。我們要說的是：人選擇在腦子裡怎麼「做」，會決定實際問題怎麼影響他們。我們的主張終究是實用的，而不是道德式的：不論你的身分、背景或政治信念是什麼，只要你「反」米索波諾斯之道而行，你就能更快樂、更健康、更堅強，也更可能成功達到你的目標。換句話說：要追求挑戰（而非排除或迴避一切「感覺不安全的事」）；要擺脫認知偏誤（而非永遠信任你最初的感覺）；要寬宏看待他人，留心他們為人處世的幽微之處（而非使出簡單的「我們—他們」道德邏輯，先假定別人是壞人）。

全書架構

我們要講的故事並不簡單，雖然裡頭是有一些英雄，但沒有輪廓清晰的壞人。我們的故事就像社會科學偵探推理，案子裡的「罪」是幾股社會潮流和力量激盪而成。大約在二〇一三到二〇一四年，大學校園開始出現一些令人詫異的事件，到二〇一五和二〇一七年，這些事件變得更怪異、也更頻繁。我們會在第一部分為你做好準備，先介紹幾個你接下來會用上的知性工具，讓你能透過它們釐清現象，理解自二〇一三年起席捲許多大學校園的「安全」新文化。學習辨識三大謬誤也是工具之一。在這段過程裡，我們會說明認知行為療法的幾個關鍵概念，也會指出 CBT 不但能改善

²⁰ Coddle [Def. 2]. (n.d.). *Merriam-Webster Dictionary* (11th ed.). Retrieved from <https://www.merriam-webster.com/dictionary/coddling>

* 編按：原文副書名為「How Good Intentions and Bad Ideas Are Setting Up a Generation for Failure」。

批判思考技巧，也能抵銷重大謬誤的效果。

在第二部分，我們會舉出三大謬誤造成的實例。大學的核心使命是教育和研究，但「鬧場」、威脅及偶爾出現的暴力行為，已經讓大學更難實現這些使命。我們會檢視這些干擾行為，探討新流行的「言論即暴力」觀念，並解釋這種思考方式為何對學生心理健康有害。我們會從社會學角度討論獵殺女巫和道德恐慌，還有會讓大學陷入混亂的一些條件。

在第三部分，我們會試著解開謎團。從二〇一三到二〇一七年，為什麼很多大學變化得如此之快？我們找到六條解釋線索：第一，美國政治趨向兩極化，黨派對立上升；第二，罹患焦慮症和憂鬱症的青少年增加，很多學生因此更想獲得保護，也更容易接受三大謬誤；第三，家長教養方式改變。雖然童年期變得更為安全，孩童的恐懼卻被放大；第四，孩子們缺乏自由遊戲和不受監管地冒險的機會，但要蛻變成懂得自我管理的成人，他們必須具備這兩種經驗；第五，校園行政管理組織擴大，保護任務隨之膨脹；第六，追求正義的熱情日益高漲，但對於該怎麼做才合乎正義的看法卻改變了。這六條線索對每個人的影響未必相同，可是在過去幾年，它們都在美國大學校園裡彼此交疊，相互作用。

最後，我們會在第四部分提出建言。我們對家長和老師有幾項建議，希望他們能依此教育出更有智慧、更堅強也更獨立的孩子。我們對教授、學校管理階層和大學生也有幾項忠告，希望他們能透過這些方法改善大學，也將它們運用到生活之中，在我們這個科技助長惡行的時代安身立命。

二〇一四年，我們曾試著邁出了解美國大學現狀的第一步，而現在，我們在這本書裡要談的已

遠遠超出這個主題。這個故事談的是我們這個怪異而不安的時代，很多學校功能失常、信任降低，而千禧世代之後的新世代正從大學畢業，投入職場。我們的故事將以期許作結，而我們描述的問題或許只是暫時的。我們相信它們可以解決。在健康、繁榮和自由的諸多改變中，歷史的軌跡終將朝進步而去，²¹而我們若能了解這六條解釋線索、拋下三大謬誤，或許還能進一步加快前進的速度。

²¹ 關於這些潮流，這個網站有開放而全面的資料可供查閱：humanprogress.org

三大謬誤

第一部分

第一章 脆弱的謬誤

殺不死你的，讓你更脆弱

天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚，空乏其身，行拂亂其所為，所以動心忍性，增益其所不能。

——孟子，公元前四世紀¹

1100九年八月，維吉尼亞州夏綠蒂鎮（Charlottesville），三歲的麥克斯·海德特（Max Haidt）開始在幼稚園上學。不過，在他獲准走上十八年的求學路到大學畢業之前，他的父母喬和潔恩（Jayne）必須參加強制出席的入學說明會，聽麥克斯的老師講解校方規定和各種程序。從討論所花的時間判斷，最重要的規定是：不可以帶堅果。因為可能有學生對花生過敏，所以絕對禁止

¹ The Book of Mencius, in Chan (1963), p. 78.

帶含有堅果的東西進學校。當然，花生是豆類，不是堅果，但有些學生也對木本堅果過敏，所以乾脆把堅果、堅果醬和花生、花生製品全都禁了。為以防萬一，只要是在有處理堅果的工廠製造的食品，學校也不准帶，所以很多乾果和點心亦在禁止之列。

隨著違禁品清單逐漸變長，隨著時間滴答滴答過去，喬問在場家長一個他認為能幫助討論的問題：「這裡有沒有人的孩子對堅果過敏？如果哪位的孩子真的有過敏，我想大家一定會全力配合。但要是班上的小朋友都沒有這類過敏，我們是不是能稍微放寬規定，不全部禁止，只禁花生就好？」

老師顯然對喬的問題有些不快，她馬上阻止其他家長回應。別讓其他人為難，她說。別讓其他家長不自在。不管班上有沒有人過敏，校規就是校規。

你總不能怪學校小心謹慎。直到一九九〇年代中期以前，還很少聽見美國孩童對花生過敏。一項研究顯示：在當時，八歲以下兒童有這類過敏的只占千分之四（照這個比例，麥克斯讀的幼稚園可能沒有人過敏，畢竟全校差不多才一百個孩子）。可是據同一份報告：用相同的方法在二〇〇八年再做一次調查，過敏率增加超過三倍，變成每千名孩童有十四名過敏（換句話說，麥克斯的學校可能有一兩個孩子過敏）。美國的孩子為什麼越來越容易對花生過敏呢？沒有人知道。但合情合理的反應是：小孩子比較脆弱，我們得保護他們，別讓他們碰花生、花生製品和所有接觸過堅果的東西。做得到的為什麼不做？反正，除了家長準備便當得麻煩一點，這不會造成任何傷害，不是嗎？

不料，這帶來的傷害挺嚴重的。³後來發現：花生過敏率之所以暴增，正是因為從一九九〇年代以後，家長和老師開始保護學生，不讓他們接觸到花生。⁴二〇一五年一月，權威研究出爐。⁵及早認識花生過敏（Learning Early About Peanut Allergy, LEAP）的研究假設：「規律食用含花生之製品，能誘發保護性免疫反應，而非過敏式免疫反應」。⁶研究人員徵求家長協助，對六百四十名四到十一個月大的嬰兒進行實驗（這些嬰兒或是濕疹嚴重，或是檢驗證實有其他過敏，因此是花生過敏高風險群）。研究人員請半數家長遵照對高風險兒的標準建議，完全不讓孩子接觸花生和花生製品；再給另一半的家長用花生醬和膨發玉米做的點心，請他們每週至少讓孩子吃三次。研究人員仔細追蹤每個家庭，等到小孩年滿五歲，再檢查他們對花生有沒有過敏反應。

實驗結果令人詫異：在受「保護」不碰花生的孩子裡，有百分之十七發展出花生過敏；而刻意接觸花生製品的那組孩子，則只有百分之三發展出過敏。其中一位研究人員在訪談中說：「為預防食物過敏，幾十年來，過敏學家一直建議別讓嬰幼兒吃過敏食品，例如花生。但從我們的研究發現

² Hendrick, B. (2010, May 14). Peanut allergies in kids on the rise. *WebMD*. Retrieved from <http://www.webmd.com/allergies/news/20100514/peanut-allergies-in-kids-on-the-rise>

³ Du Toit, Katz et al. (2008).

⁴ Christakis (2008).

⁵ Du Toit, Roberts et al. (2015).

⁶ LEAP Study Results. (2015). Retrieved from <http://www.leapstudy.com/leap-study-results>

看來：這個建議不但不正確，可能還造成對花生和其他食物過敏的人增加。」⁷

這種解讀完全有理。免疫系統是演化工程的奇蹟。既然它無法預測孩童會遇上哪些病原體和寄生蟲（而人類這個物種既雜食又能行動，預測更難），它就被（天擇）「設計」成能從早期經驗中快速學習。免疫系統是複雜的適應系統，我們可以說它是動態系統，它既能適應環境變遷，也能隨環境變遷改變。⁸ 它必須接觸各式各樣的食物、細菌，甚至寄生蟲，才能充分發展對應能力，以免疫反應回擊真正的威脅（例如造成鏈球菌咽喉炎的細菌），同時忽視種種非威脅（例如花生蛋白質）。預防接種也是運用同樣的道理。小時候接受疫苗注射之所以能讓我們更健康，並不是因為世界上的威脅減少了（「病菌禁入校園！」），而是因為在接觸少劑量的威脅之後，我們的免疫系統有機會學習怎麼應付威脅，將來再遇到類似的敵人便能成功抵禦。

這也是所謂「衛生假說」（hygiene hypothesis）的基本理據⁹。對於為什麼國家越健康、越乾淨，過敏率通常越會上升（這又是一個進步的問題的例子），衛生假說是最主要的解釋。發展心理學家艾利森·高普尼克（Alison Gopnik）對衛生假說的說明簡潔清楚，我們有幸受惠，正好引來佐證本書主題：

由於重視衛生、抗生素普及和戶外嬉戲太少，孩子們現在不像以前那麼常接觸微生物。這可能影響他們的免疫系統發展，讓免疫系統對其實不具威脅的東西過度反應，從而造成過敏。

同樣地，一味幫孩子擋開各種風險，我們可能讓他們過度懼怕毫不危險的情況，無法習得他們將來必須熟悉的成年技能（粗體為筆者所加）。¹⁰

這帶我們回到神使的第一個重大謬誤，脆弱的謬誤：殺不死你的，讓你更脆弱。當然，從字面上細細考究尼采的原句（「殺不死我的，讓我更堅強」），它也不完全正確：有些東西固然殺不死你，但還是能對你造成永久傷害，讓你元氣大傷。可是，讓孩子相信失敗、羞辱和痛苦經驗會讓自己永遠受損，這種做法本身就是傷害。人類需要在身體和心理上接受挑戰和壓力，否則我們會退化。舉例來說，肌肉和關節都需要承受壓力才能適當發展。休息太多會讓肌肉萎縮、關節活動範圍縮小、心肺功能降低，甚至造成血栓。少了重力的挑戰，太空人很容易肌肉無力、關節退化。

反脆弱

對於逃避壓力、風險和少許痛苦所造成的傷害，沒有人解釋得比納西姆·尼可拉斯·塔雷伯

⁷ LEAP Study Results. (2015); see n. 6.

⁸ Chan, S. (2001). Complex adaptive systems. Retrieved from <http://web.mit.edu/esd.83/www/notebook/Complex%20Adaptive%20Systems.pdf>. 亦見.. Holland (1992).

⁹ Okada, Kuhn, Feillet, & Bach (2010).

¹⁰ Gopnik, A. (2016, August 31). Should we let toddlers play with saws and knives? *The Wall Street Journal*. Retrieved from <http://www.wsj.com/articles/should-we-let-toddlers-play-with-saws-and-knives-1472654945>

(Nassim Nicholas Taleb) 更好。這位博學之士出身黎巴嫩，他是統計學家，也曾當過股票交易員，現為紐約大學風險工程學教授。他在二〇〇七年出版的暢銷作《黑天鵝效應》(The Black Swan) 中指出：我們大多數人是用錯誤的方式在思考風險。複雜系統裡幾乎一定會出現無法預見的問題，可是我們卻堅持要用過去的經驗計算風險。生命自有方法創造全然無可逆料的事件，塔雷伯將這種事件類比為黑天鵝——你照過去的經驗假定天鵝全是白的，怎料眼前突然出現一隻黑天鵝（塔雷伯是少數預測到二〇〇八年全球金融危機的人，他的根據就是金融系統難以招架「黑天鵝」事件）。

在後來出版的《反脆弱》(Antifragile) 一書裡，塔雷伯說明人和系統如何突破困境，如何在安度生命中無可避免的黑天鵝事件之餘，還能像免疫系統一樣在回應中日益強大。他要我們區分三種東西。有些東西是脆弱的（像瓷器茶具），它們很容易破，而且無法自行修復，所以你得小心呵護，不讓小孩子碰它們。另一些東西是堅韌的，經得起碰撞。舉例來說，家長之所以讓小孩子用塑膠杯，就是因為塑膠杯掉地上多少次也不會破，只不過這些碰撞對杯子毫無益處。除此之外，塔雷伯要我們擴大視野，超越被過度使用的「堅韌」一詞，找到那些反脆弱的事物。在經濟和政治生活中，很多重要系統就跟免疫系統一樣：它們需要藉由壓力和挑戰來學習、適應和茁壯。反脆弱的系統要是沒有東西挑戰它們或促使它們奮發回應，就會變得僵化、脆弱而功能不彰。塔雷伯提到，肌肉、骨骼和兒童都是反脆弱的：

只要在床上待一個月……就會造成肌肉萎縮。複雜系統一旦沒了壓力，就會衰弱，甚至

死亡。結構化的現代世界有很多事物在傷害我們，有的是由上而下實施的政策，有的是各式各樣的古怪安排……它們恰恰是在羞辱系統的反脆弱。這是現代性的悲劇：它們就像過度保護孩子的神經質家長，提供的幫助經常對人傷害最大（粗體為筆者所加）。¹¹

塔雷伯在書一開頭就拋出頗具詩意的意象，這個意象值得所有家長深思。他注意到燭火遇風則滅，野火因風而熾。他建議我們別學燭火，也別把孩子變成燭火：「你應該成為渴求朔風的野火。」¹²

只要你了解反脆弱的概念，便能清楚看到過度保護的不智。如果風險和壓力都是生命中正常而無可避免的部分，家長和老師該做的就是幫助孩子發展成長能力，教他們從這些經驗中學習。有句老話說得好：「讓孩子做好上路準備，而非準備好路給孩子。」但現在，我們做的似乎恰恰相反：我們試圖排除一切可能讓他們不愉快的事，卻沒發現這又犯了防止花生過敏的錯。要是我們出於保護之心，不讓孩子接觸各種可能令人不快的經驗，我們無異於讓他們更容易陷入無助，讓他們在離開我們的保護傘後無能應付這些事。我們認為：現代人對別讓年輕人「感覺不安全」的執著，是青少年自殺率和罹患憂鬱症、焦慮症的比例快速增加的原因（之一）。這一點我們還會在第七章詳加

¹¹ Taleb (2012), p. 5.

¹² Taleb (2012), p. 3.

討論。

安全至上主義的興起

在二十世紀，「安全」這個詞通常指人身安全。美國在二十世紀末期的重大成就之一，就是讓兒童的人身安全更受保障。由於集體訴訟迭起、調查記者揭弊（例如羅夫·納德〔Ralph Nader〕揭露汽車產業黑幕之作《任何速度都不安全》〔*Unsafe at Any Speed*〕），消費者運動蓬勃、國民常識提高，危險產品和習慣已不如以往普遍。在一九七八到一九八五年間，全美五十州全部通過法令，強制乘載兒童必須使用安全座椅。家庭和日間托育中心也紛紛採取保護兒童措施，仔細拿開尖銳物和可能造成孩子窒息的小東西。這些作為成效斐然，兒童死亡率大幅下降。¹³這當然是好事，只是在某種方面，對人身安全的重視可能已經過頭（我們剛才引用了艾利森·高普尼克的話，那段話出自她的文章：〈我們該讓小孩玩鋸子和刀嗎？〉〔“Should We Let Toddlers Play With Saws and Knives?”〕¹⁴她的答案是：也許應該）。

然而，進入二十一世紀之後，「安全」的意義在某些大學逐漸發生「概念蠕變」（concept creep），擴大納入「情緒安全」。例如在一〇一四年，歐柏林學院（Oberlin College）寄指引給全體教師，敦促他們用觸發警告來「讓學生看到您關心他們的安全」。¹⁵那份文件其他部分清楚顯示，校方真正要告訴老師們的是：讓學生看到您關心他們的感受。在這份文件另外一處，你可以發現將安全和感受混為一談的例證：校方要求老師使用每位學生偏好的性別代名詞（例如對不願被稱

做「he」或「she」的學生，老師應該用「zhe」或「they」稱呼他們），但原因不是出於尊重或適度保持敏感，而是因為教授要是用了不正確的代名詞，「會讓學生在課堂上不安全，或危害他們的安全」。如果學生知道自己能要求老師使用性別中性的代名詞，而老師沒有做到，學生也許會感到失望或不快，但這叫不安全嗎？教授在課堂上用錯代名詞，學生會面臨任何危險嗎？教授們是該留心學生的感受，可是，一再告訴校園成員應以「安全」和「危險」來評判別人的言論，歐柏林的學生和課堂討論難道不會因此變質嗎？

想弄清歐柏林校方為什麼會這樣使用「安全」這個詞，我們可以看看澳洲心理學家尼克·哈斯蘭（Nick Haslam）¹⁶六年發表的文章：〈概念蠕變：心理學傷害及病狀概念的擴大〉（“Concept Creep: Psychology’s Expanding Concepts of Harm and Pathology”）。¹⁶哈斯蘭檢視好幾個臨床和社會心理學裡的關鍵概念（其中包括虐待、霸凌、創傷和偏見），觀察它們的用法從一九八〇年代起發生什麼變化。他發現這些詞指涉的範圍向兩個方向擴大：一方面「向下」蠕變，應用在較不嚴重的

¹³ Child Trends Databank. (2016, November). Infant, child, and teen mortality. Retrieved from <https://www.childtrends.org/indicators/infant-child-and-teen-mortality>

¹⁴ Gopnik (2016); see n. 10.

¹⁵ Office of Equity Concerns. (2014). Support resources for faculty. Oberlin College & Conservatory [via Way-back Machine internet Archive]. Retrieved from <http://web.archive.org/web/20131222174936>

¹⁶ Haslam (2016).

情況；另一方面則「向外」擴張，含括在概念上相關的新現象。

以「創傷」為例。依據精神病學主要指引《精神疾病診斷與統計手冊》(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM) 的早期版本，¹⁷只有造成身體傷害的物理性因素才能稱為「創傷」，用法就跟現在在談「創傷性腦傷」時一樣。可是到一九八〇年出第三版 (DSM III) 時，「創傷後壓力症候群」(post-traumatic stress disorder, PTSD) 也被視為精神疾病——這是第一種非身體的創傷性傷害。不過，PTSD 必須是由非常 (extraordinary) 而恐怖的經驗造成。從過去到現在，認定創傷事件的標準一向嚴格：一起事件要能「在幾乎每一個人身上的引發顯著的痛苦症狀」，而且「在一般人經驗範圍之外」，才能被認定為創傷事件，因此造成的心理傷害也才能診斷為 PTSD。¹⁸換句話說，DSM三版想強調的是：創傷事件不可依主觀標準認定，它必須能讓大多數經歷它的人產生嚴重反應。戰爭、強暴和酷刑屬之，離婚和單純的悲痛則否（例如配偶因自然原因過世），因為後兩者即使事出不意，仍是生命中正常的部分。雖然這些經驗也令人悲傷痛苦，但痛苦和創傷不可等量齊觀。遭遇不屬於「創傷事件」的人也許能從諮商中獲益，但他們通常不需要治療介入也能從失落中恢復。¹⁹事實上，即使是經歷創傷事件的人，大多不需介入也能完全復原。²⁰

可是到二〇〇〇年代初期，「創傷」的概念在醫療圈內嚴重向下蠕變，納入所有「個人視為身體或情緒傷害的經驗……（這些經驗對他們的）官能、心理、身體、社交、情緒或靈性幸福持續造成不利影響」²¹。由於「傷害」的主觀經驗變成評估創傷的決定性因素，「創傷」一詞被用得更廣。不只心理健康專業人員這樣用，他們的委託人和病人也這樣用——而這些人裡有越來越多大

學生。

哈斯蘭檢視的大多數概念，都和「創傷」一樣發生了重大變化：這些概念都轉向了主觀標準。²²決定你的遭遇是不是「創傷」、「霸凌」或「虐待」的，不再是別人——只要你覺得有，就相信你的感覺。當一個人說某件事對他來說是創傷（或是霸凌、虐待），大家越來越傾向把當事人的主觀評估當成充分證據。而既然被診斷出精神疾病的學生急速增加（我們在第七章會再談），校園

¹⁷ American Psychiatric Association. (n.d.). DSM history. Retrieved from <https://www.psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm/history-of-the-dsm>

¹⁸ Friedman, M. J. (2007, January 31). PTSD: National Center for PTSD. U.S. Department of Veterans Affairs. Retrieved from <https://www.pysd.va.gov/professional/ptsd-overview/ptsd-overview.asp> 亦即.. Haslam (2016), p. 6.

Bonanno, Westphal, & Mancini (2011).

²⁰ ¹⁹ 「創傷倖存者 (trauma survivors) 大多相當有韌性，對創傷的餘波和影響也發展出適當的應對策略（例如運用社會支持）。大多數人會隨時間恢復，表現出的傷痛極小，在主要生活領域和發展階段上也能有效運作。」Center for Substance Abuse Treatment (U.S.), (2014). *Trauma-informed care in behavioral health services*, chapter 3, Understanding the impact of trauma. Rockville, MD: Substance Abuse and Mental Health Services Administration (U.S.). Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK207191>

²¹ Trauma. (n.d.). SAMHSA-HRSA Center for Integrated Health Solutions. Retrieved from <https://www.integration.samhsa.gov/clinical-practice/trauma> 請注意：這種對於「創傷」的同義反覆式定義，是以對這些「經驗」的反應來界定一個人有沒有創傷。

²² 這一點尤其令人憂心，因為要是「影響」也被放進對「創傷」的定義裡，那麼只要一個人感受到所謂「創傷後成長」(post-traumatic growth)，他之前的遭遇就不再能被界定為創傷（不論那次經驗離正常經驗範圍多遠）。這會消除人經驗創傷後成長的能力，因為他們一旦不再受苦，一開始的遭遇就不能被界定為「創傷」。見.. Collier (2016).

社群保護他們的需求也快速升高。

安全空間

二〇一五年三月，《紐約時報》刊登了茱蒂絲·舒拉維茲（Judith Shulevitz）的文章，內容探討布朗大學學生創造的安全空間。²³在此之前，美國沒什麼人知道「安全空間」的學術意義是什麼。話說從頭：布朗大學的學生當時在為即將到來的辯論做準備，那場辯論請來溫蒂·莫艾洛伊（Wendy McElroy）和潔西卡·瓦倫提（Jessica Valenti）兩位女性主義作家，主題是「強暴文化」，「一種普遍存在於社會的態度，這種態度讓性侵害和性虐待變得猶如常態，彷彿它們只是小事」。²⁴支持美國屬於強暴文化的人（如瓦倫提）認為：美國文化中充斥厭女情結，在這樣的環境裡，性侵害被當成較輕的罪行。的確，我們經常聽見性侵事件，在#MeToo運動期間尤其如此。問題是，這足以證明美國屬於強暴文化嗎？這似乎值得一辯。

莫艾洛伊則質疑這種看法。為說明她的論點，她將美國與強暴盛行、也寬貸強暴的國家對比（比方說在阿富汗，「女性被違背意願嫁人，她們因為男人的面子被殺，她們被強暴。而且被強暴的女性還會因此遭到逮捕，以後連家人都避之唯恐不及。」她說：「這才叫強暴文化。」²⁵）莫艾洛伊親身經歷過性暴力，她告訴布朗大學的聽眾：她十多歲時曾被強暴，成年後也曾遭男友毆打，一隻眼睛因此失明。但她認為：告訴女性她們身處強暴文化既不真確，也沒幫助。

可是，如果布朗大學有學生相信美國屬於強暴文化，怎麼做比較好呢？該讓莫艾洛伊挑戰他們

的信念嗎？還是說這樣的挑戰會讓他們陷入危險？布朗大學有位學生對舒拉維茲說：「請這樣一個講者來，可能會否定一些人的經驗。」她認為這有可能造成「傷害」。²⁶她的邏輯似乎是這樣：布朗大學有些學生相信美國是強暴文化，而對其中一些人來說，這種信念部分來自於他們自身遭到性侵的經驗。要是莫艾洛伊在辯論時告訴他們美國不算強暴文化，可能有人認為她「否定」了自己的親身經驗，因為他們正是依據親身經驗才認定美國是強暴文化。聽到別人否定自己的經驗確實痛苦，可是，大學生該把情緒痛苦解讀成自己身處險境嗎？

前述學生和其他布朗學生發起行動，試圖取消邀請莫艾洛伊，以保護同學不受「傷害」。²⁷這項行動適足以說明何謂概念蠶變，也反映出將「安全」擴大到情緒安適的現象。他們雖然沒有成功，但仍獲得了回應：布朗大學校長克麗絲汀娜·帕克森（Christina Paxson）聲明自己不同意莫艾

²³ Shulevitz, J. (2015, March 21). In college and hiding from scary ideas. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2015/03/22/opinions/judith-shulevitz-hiding-from-scary-ideas.html>

²⁴ Rape culture. (n.d.). *Oxford Living Dictionaries*. Retrieved from https://en.oxforddictionaries.com/definition/rape_culture

²⁵ McElroy, W. (2015, September 7). Debate with Jessica Valenti on “rape culture.” Retrieved from <https://wendymcelroyliberty.me/debate-with-jessica-valenti-on-rape-culture>

²⁶ Shulevitz (2015); see n. 23.

²⁷ 差不多同一時間，有位布朗學生在臉書上設立一個辯論自由祕密社團，致力推動文明對話。見.. Morey, A. (2015, December 28). FIRE Q&A: Reason@Brown's Christopher Robotham. FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/fire-q-and-a-reasonbrowns-christopher-robotham>. 亦見.. Nordlinger, J. (2015, November 30). Underground at Brown. *National Review*. Retrieved from <http://www.nationalreview.com/article/427713/underground-brown-jay-nordlinger>

洛伊的看法，學校也會在辯論期間舉辦反駁演講——沒有辯論——學生遂得以聽聽美國在強暴文化中陷得多深，而這論點卻沒有與其他觀點正面對決。²⁸

然而，反駁演講無法完全解決問題。既然莫艾洛伊還是會出現在校園裡，選擇聽辯論的學生仍舊可能被「觸發」到，並再次受創（畢竟他們預設學生脆弱，而非反脆弱）。因此，前述學生和其他布朗學生一起布置了「安全空間」，讓感到被觸發的人能在裡頭平復心情，並得到幫助。房間裡有餅乾、著色書、泡泡、幼兒玩具、平靜音樂、枕頭和毯子，不僅播放小動物嬉戲的影片，還有據稱受過創傷處理訓練的學生和職員待命。不過，這場辯論的威脅顯然不只是喚起個人痛苦經驗而已，它也威脅到學生的信念。有位來安全空間求助的學生是這樣說的：「我覺得被一堆觀點轟炸，而那些看法真的跟我最在乎、最私密的信念背道而馳。」²⁹

對舒拉維茲這篇文章的普遍反應是難以置信。很多美國人（當然也包括很多布朗學生）無法理解：大學生為什麼需要避開觀念「以策安全」？他們別去聽辯論不也就罷了嗎？但你如果知道脆弱學生模式（亦即相信很多大學生是塔雷伯定義的那種「脆弱」），你會了解他們何以相信社群成員應該通力合作，一起保護那些學生，不讓可能使他們想起過去創傷的東西靠近。在他們看來，布朗大學的每一個成員都該挺身而出，要求校長（或有力人士）阻止這位具有威脅性的講者，不讓她踏進校園。如果你認為自己或同學是燭火，你自然會希望校園是無風地帶。要是校長無法保護學生，那麼學生就該團結起來關心彼此。這似乎是創造安全空間的正向動機。

問題是，年輕成人並不是搖曳顫動的燭火。他們是反脆弱的。即使是暴力受害者和飽受

P T S D 之苦的人，也是反脆弱的。對「創傷後成長」(post-traumatic growth) 的研究顯示：大多數人在經歷創傷經驗之後，可以透過某種方式變得更堅強或更好。³⁰這並不是說我們應該對年輕人袖手旁觀，不再保護他們不受潛在創傷威脅，而是要指出這種安全至上文化基礎薄弱，根本誤解人類天性和創傷復原的動力。讓受過暴力的人習慣一般線索(cues) 和喚醒物(reminders) 非常重要，畢竟它們就交織在日常生活之中，避也避不了。³¹迴避觸發是 P T S D 的症狀，不是治療。哈佛心理學系臨床訓練主任理查·麥可納利(Richard McNally) 也說：

觸發警告違背治療原則，因為這等於是鼓勵迴避創傷喚醒物，而迴避會讓 P T S D 持續。如果課堂資料觸發嚴重情緒反應，這代表學生應該優先處理心理健康，取得有證據佐證的認知行為治療，這才能幫助他們克服 P T S D。這類治療會包括漸進地、有系統地碰觸創傷記

²⁸ 這正好印證前耶魯大學教授威廉·德雷西維茲(William Deresiewicz) 的批評：菁英文理學院(liberal arts colleges) 傾向迴避複雜而具挑戰性的對話，反而偏好能形塑正統共識的教條式對話。見：Deresiewicz, W. (2017, March 6). On political correctness. *The American Scholar*. Retrieved from <https://theamericanscholar.org/on-political-correctness>

²⁹ Shulevitz (2015); see n. 23.

³⁰ 研究摘要請見：Haidt (2006), chapter 7. 亦見：work by Lawrence Calhoun & Richard Tedeschi. Posttraumatic Growth Research Group, UNC Charlotte. (n.d.). Retrieved from <https://ptgi.uncc.edu>

³¹ Foa & Kozak (1986).

憶，直到它們觸發傷痛的能力弱化。³²

認知行為治療師會讓創傷病患接觸令他們不安的事物（一開始會用較輕微的方式，例如想像它們或看圖片），引發他們的恐懼，再協助他們漸漸習慣這些刺激。事實上，由於焦慮反應對康復非常重要，有些治療師會建議病人在接受暴露治療（exposure therapy）時避免服用抗焦慮藥物。³³

真正患有 PTSD 的學生需要接受適當治療。但要是朋友和教授出於好意插手干預（不論是隱藏傷痛經驗的潛在喚醒物，或是不斷警告學生他們可能遇上潛在喚醒物），反而可能阻礙他們復原。當一個文化容許「安全」概念蠕變到這種程度，甚至將情緒上的不舒適等同於人身危險，這個文化不啻於鼓勵大家有系統地迴避挑戰，保護彼此閃躲日常生活中的特定經驗，但他們恰恰需要這些經驗才能變得堅強而健康。

當我們談安全至上主義，我們指的是這個部分。安全當然是好事，保護別人安全而不受傷害的確是美德，但美德走向極端就可能變成惡行。³⁴「安全至上主義」指的是把安全當成神聖的價值，在這種文化或信念系統裡的人獨尊安全，無論潛在危險是多麼的無關緊要或多麼不可能發生，都不願為其他實務或道德需求做出任何妥協。安全至上主義的文化教孩子保持「情緒安全」，保護他們遠離所有想像得到的危險。但從小灌輸孩子這種觀念可能造成惡性循環：由於孩子變得更脆弱又更不堅韌，大人相信他們需要更多保護，進而讓孩子變得更加脆弱、更加不堅韌。結果可能和我們不讓孩子接觸花生是類似的：反效果全面引爆，「治療」反倒成了疾病的主因。

i世代與安全至上主義

在一〇一三年左右進入大學的世代身上，最看得出對安全至上主義的重視。很多年來，社會學家和行銷者把（大約）一九八二年到一九九八年出生的人全歸入「千禧世代」（Millennial generation），但聖地牙哥州立大學心理學家珍·圖溫吉（Jean Twenge）不做此想。圖溫吉是世代差異研究權威，她發現，大約以一九九五年為界，之後出生的世代與之前的世代差異驚人。她將出生在一九九五年和之後的人稱為「i世代」（iGen），亦即網路世代（internet Generation）（也有人稱他們為Z世代〔Generation Z〕）。圖溫吉指出：與千禧世代同年齡的人對照，i世代罹患焦慮症和憂鬱症的比例高出很多，連自殺率都更高。這種情況不太對勁，一九九〇年代末期出生的人的童年經驗一定不太一樣。圖溫吉把焦點放在社群媒體——從一〇〇七年iPhone問世之後，社群媒體在短短幾年內快速成長。到一〇一年左右，絕大多數青少年都能隔幾分鐘就上網晃晃（很多人也真的是如此），隨時察看自己在社群媒體引起什麼反應。

³² McNally, R. (2016, September 13). If you need a trigger warning, you need PTSD treatment. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/roomfordebate/2016/09/13/do-trigger-warnings-work/if-you-need-a-trigger-warning-you-need-ptsd-treatment>.

³³ R. Lechay (personal communication, December 29, 2017). 亦見.. McNally (2016); see n. 32.

亞里斯多德在《尼各馬科倫理學》（*The Nicomachean Ethics*）裡是這樣說的。對於這條定律，我們唯一想得到的例外是智慧。

我們會在第七章討論圖溫吉的資料和論點，目前只要先記住兩件事。首先，用圖溫吉的話來說，i世代的人「執迷安全」，而且把「情緒安全」也納入安全的定義之內。³⁵而重視「情緒安全」的結果，是讓他們很多人相信：「人不應只有免於車禍和性侵的安全，還應該擁有免於不贊同你人的安全」（引圖溫吉語）。³⁶

關於i世代，我們想請大家注意的第二點是：讓我們動念要寫最早那篇《大西洋》文章的校園風潮（尤其是要求安全空間和觸發警報的現象），是從i世代進入大學（一〇一三年左右）之後才開始流行的。接下來四年，隨著千禧世代逐漸畢業，i世代成為大學主體，對安全和言論審查的呼聲也迅速升高。³⁷所以，這本書要談的並不是千禧世代。事實上，千禧世代在這段時間背了黑鍋。雖然很多人把最近的校園風潮歸咎於他們，但這是錯的。這本書要談的是在千禧世代離開校園之後，各大學間出現一種對言論和安全很不一樣的態度。我們無意責備i世代，相反地，我們想指出的是：雖然現在大學生的家長用心良苦，在教養上總以孩子的最大利益為念，但他們往往沒有給子女發展反脆弱的自由。

總結

- 信念的人或觀念，並從中得到收穫。
- 孩子就跟其他複雜適應系統一樣，是反脆弱的。他們的大腦需要從環境中接收各式各樣的刺激，才能調整自己以適應環境。孩子就像免疫系統，他們必須（在一定限度內、以合乎年齡的方式）接受挑戰和承受壓力，否則無法成為堅強而有能力的成人，無法勇於接觸挑戰自己的見解和道德問和觸發警告，否則言論或觀念會對他們造成危險。
- 安全至上主義對安全奉若神明，讓人執迷於消除（真實或想像的）威脅，以致不願為其他實務或道德需求做出合理妥協。安全至上主義剝奪年輕人發揮反脆弱所需的經驗，導致他們變得更脆弱、更焦慮，也更容易自視為受害者。

³⁵ Twenge (2017), p. 3.

³⁶ Twenge (2017), p. 154.

³⁷ 關於大學校園中言論與審查的變化，相關討論和證據請見 Stevens, S., & Haitt, J. (2018, April 11). The skeptics are wrong part 2: Speech culture on campus is changing. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/the-skeptics-are-wrong-part-2>

第二章

情緒推理的謬誤

永遠信任你的感覺

真正讓我們恐懼和喪志的不是外在事物，而是我們看待它們的方式。令我們不安的不是事物，而是我們怎麼詮釋它們的意義。

愛比克泰德 (Epictetus)，公元一到二世紀¹

請把自己想像成大學二年級生。這時是仲冬時節，你感到有些憂鬱和焦慮。你覺得跟心理治療師談談沒什麼丟臉，所以你決定善用校園諮詢服務，看看把問題仔細談一遍有沒有幫助。

你與你的新治療師一起坐下，開始告訴他你最近的感覺。他回答：「喔，哇。人遇上重大危險總會覺得非常焦慮。你有時候會感到非常焦慮嗎？」

¹ From the *Enchiridion*. Epictetus & Lebell (1st-2nd century/1995), p. 7.

聽到感覺焦慮代表自己碰上重大危險，讓你當下感到非常焦慮，於是 you 說「會」。諮詢師答：「喔！天哪！那你一定遇上非常嚴重的危險。」

你一時無語，滿腦子困惑。在你過去的經驗裡，治療師會協助你質疑恐懼，而非放大恐懼。治療師又開口了：「你生命裡有沒有遇過真的很糟或很難熬的事？因為我得先警告你：經歷創傷會讓你像是碎了一樣，也許你的餘生會一直維持這種狀態。」

他從筆記板抬眼看了你一下。「好。我們現在知道你面臨嚴重危險了，接下來談談你能怎麼躲。」隨著焦慮不斷上升，你發現來找這位治療師真是個爛主意。

*

「永遠信任你的感覺。」米索波諾斯如是說。也許你覺得這句忠告聽起來既有智慧又耳熟，因為它常換個面貌溜進言情小說，通俗心理學紅人也常把它掛在嘴邊。可是，第二個謬誤——情緒推論的謬誤——直接抵觸很多古老智慧。我們在這章開頭引了希臘斯多噶哲學家愛比克泰德的話，但類似格言其實可以信手拈來，我們可以引佛陀（「萬法唯心造」²）、引莎士比亞（Shakespeare）（「萬物本身無好壞，是思考定其好壞」³），也可以引彌爾頓（Milton）（「心塑其境，既可毀天堂，造地獄，亦可化地獄為天堂」⁴）。

我們也可以談談波愛修斯（Boethius）在五一四年候刑的故事。波愛修斯既是學者也是元老

院議員，擔任過很多官職，在羅馬時代晚期可謂功成名就。可是他得罪了東歌德國王狄奧多里克（Theodoric），被判死刑。《哲學的慰藉》（*The Consolation of Philosophy*）是他在牢裡寫的作品，他想像「哲學女士」有天晚上來獄裡看他，他們的對話基本上就是一場認知行為治療（C B T）：哲學女士溫和地責備他為突遭橫逆而鬱悶、恐懼和痛苦，接著幫助他重新整理思緒，驅散他的負面情緒。哲學女士讓他領悟命運無常，而他長久以來一帆風順，其實已經應該心存感激。哲學女士也引導他回想家人，畢竟他的妻子、兒女和父親都還活著，也平安無事，而對他來說，每一位家人都比他的生命更加珍貴。每次練習都讓他以新的眼光看待自己的處境，也都讓他放下情緒執著，更能接受哲學女士最後的教誨：「除非你認定一件事悲慘，沒有一件事是悲慘的；除非你為一件事滿足，沒有任何事能帶給你幸福。」⁵

很多社會的聖賢都有同樣的洞見：雖然感覺總是沛然莫之能禦，但它們未必可靠。它們經常扭曲現實，讓我們失去智慧，不必要地損害我們與他人的關係。要走向幸福、成熟，甚至澈悟，都需

² Mascaro (1995), chapter I, verse 1.

³ Shakespeare, W. *Hamlet*. II.ii, ll. 268–270.

⁴ Milton (1667/2017), bk. I, ll. 241–255.

⁵ 見波愛修斯著：《哲學的慰藉》。值得注意的是：精神分析大師維克多·弗蘭克（Victor Frankl）在回顧集中營歲月時，也做出同樣的結論：「一個人的一切都能被剝奪，除了一件，也就是人類自由的最後角落——你可以選擇自己的態度，不論在任何處境，你都可以選擇自己的處世方式。」見：Frankl (1959/2006), Part I, p. 66.

要拒絕情緒推論的謬誤，並學會質疑我們的感覺。感覺本身是真實的，它們有時甚至能提醒我們注意沒意識到的真理，但它們有時也會帶我們走上歧路。

在《象與騎象人》裡，喬按照佛陀和其他聖賢的教誨提出比喻：心分成兩個部分，就像小個子騎在大象背上，兩者三不五時會起衝突。騎象人代表意識或「控制」歷程——以語言為基礎的思考。它充斥我們的意識層面，我們也能控制它到某種程度。象則代表我們心中外於意識層面的一切，它遠遠要比意識龐大。我們可以說「象」指的是直覺、無意識或「自動化」的歷程。雖然自動化歷程的結果有時會進入意識層面，但心理活動幾乎都在我們直接控制之外。⁶ 象與騎象人的比喻道出一項事實：雖然騎象人經常認為作主的是自己，但大象強大得多，兩者之間的衝突往往是大象獲勝。喬檢視心理學研究成果後指出：騎象人的作用其實更像大象的僕人，而非主人，只是騎象人極其精通自圓其說，總是能為大象做的或相信的提出事後說明。

當騎象人用大象的情緒反應來詮釋發生的事，卻不探究這種解讀是真是假，就犯了「情緒推論」的認知偏誤。騎象人表現得像律師或新聞祕書，只求合理化和正當化大象已經做好的決定，而不追問（甚至不好奇）這樣做是否真是對的。

雖然騎象人通常克盡職責，不持異議，但他還是有向大象回嘴（talk back）的能力。要是他能學會大象的語言，效果一定更好。不過，大象的語言是直覺而非邏輯。如果騎象人能重新描繪情況，讓大象能用新方式看待它，大象也會產生新的感受，從而往新方向行動。波愛修斯創造的哲學女士正扮演了「回嘴」的角色，她的提問也正是我們在 CBT 中要學會質問自己的問題。在波愛

修斯回答她的問題的時候，他開始用新的方式看待自己的人生。他心中湧現對家人的愛，對他們平安無事滿懷感激。他改變自己詮釋事物的方式，從而讓情緒發生轉變，並因此進一步改變想法。

如果你規律練習「回嘴」，這個過程會越來越容易。若能持之以恆，騎象人會變成技巧更好的訓練師，大象也會被訓練得更好。象與騎象人合作無間，這是 CBT 的力量和承諾。

什麼是 CBT ？

認知行為療法是一九六〇年代發展出來的，開創者是賓州大學精神病學家亞倫·貝克（Aaron Beck）。當時主導精神治療的是佛洛伊德學派，臨床醫師對憂鬱症的看法是：憂鬱症及其衍生的認知偏誤只是深層問題浮出表面，而深層問題通常延伸自尚未解決的童年衝突。因此，要治療憂鬱症就得解決潛在的根本問題，可能得治療好幾年才會有成效。然而貝克發現：人的想法及隨之而起的感受關係密切。他注意到他的病人有種傾向：他們會陷在回饋循環裡，任由不理性的負面念頭掀起強烈的負面感受，而負面感受似乎又回過頭來激化病人的推論，催促他們尋找能支持負面念頭的證據。貝克發現一組常見的念頭，他稱之為憂鬱症的「認知三角」（cognitive triad）：「我不好」，「我的世界一片淒涼」，以及「我的未來了無希望」。

⁶ 在廣為暢銷的《快思慢想》（*Thinking Fast and Slow*）裡，諾貝爾獎得主、心理學家丹尼爾·康納曼（Daniel Kahneman）的劃分是：自動化歷程是系統一，速度快；控制歷程是系統二，速度慢。

很多人都會閃過其中一兩個念頭，但憂鬱症患者通常會同時執著這三個念頭，讓它們化為穩定而持久的心理結構。心理學家稱這種結構為「基模」(schemas)。基模指的是長期建立的思考和行為模式，人與世界互動時會用基模處理資訊，因為這樣既迅速又省力。基模深深銘刻於大象，它是大象引領騎象人的方式之一。憂鬱症患者對自己和人生路也有基模，只不過那些基模讓他們意氣消沉，欲振乏力。

貝克的大發現是：雖然負面念頭和負面情緒的回饋循環挫人心神，但這個循環並非牢不可破。如果你能讓憂鬱症患者檢視這些念頭，並思考反證，他們至少能得到些許喘息，暫時不陷在負面情緒之中；而你如果能讓他們甩開負面情緒，他們也會更敞開心胸質疑自己的負面念頭。不過，要做到這點需要技巧，因為憂鬱症患者十分擅長為認知三角的念頭找證據；要做到這點也需要時間，因為挫人心神的基模不會在洞悉錯誤的瞬間解體（這也是為什麼頓悟而來的洞見常常消失得快）。但無論如何，人的確可以透過訓練學會貝克的方法。學會之後，他們就能每天自行質疑自己的自動化想法。這樣反覆練習幾個星期或幾個月，他們終能改變自己的基模，創造出不同而有益的習慣念頭（例如「我處理得了大部分挑戰」，或「我有足以信任的朋友」）。有了CBT，就不再需要花上幾年光陰談童年經驗。

CBT有效的證據比比皆是。⁷研究發現，在減緩焦慮症和輕到中度憂鬱症的症狀上，CBT的效果與百憂解和類似藥物一樣好，⁸而且效果持續更長，也沒有副作用。此外，CBT不只對

焦慮症和憂鬱症有效，也能改善厭食症、暴食症、強迫症、憤怒、婚姻不睦，以及壓力相關疾患。⁹CBT易於實行，廣獲使用，不僅已證實有效，也是目前被研究得最透澈的心理治療方式。¹⁰這種療法有最堅實的證據證明其安全有效。

以下列出九種最常見的認知偏誤，接受CBT的人都學過怎麼辨識它們。當初正是校園裡這些扭曲的思考模式引起葛瑞格注意，他為此邀請喬共進午餐，我們也因此寫了那篇《大西洋》雜誌的文章，最後決定合寫這本書（不同的CBT專家和工作者列出的認知偏誤各有不同）。我們這裡列的九種是根據羅伯特·萊希〔Robert Leahy〕、史蒂芬·霍蘭〔Stephen Holland〕和菈塔·麥金

⁷ 關於CBT對治療憂鬱症和焦慮症的效果，目前已有數千篇研究和數百篇後設分析加以檢視。最近一篇簡明易懂的文獻回顧請見：Hollon & DeRubeis (in press)。我們可以用英國皇家精神醫學院（Royal College of Psychiatrists）網頁上的這句話總結一般看法：「對於以焦慮或憂鬱為主要問題的疾病，CBT是最有效的療法」……（它是）對中度和重度憂鬱症最有效的心靈療法，（它）對很多種憂鬱症的效果和抗憂鬱藥一樣有效。」Blenkiron, P. (2013, July). Cognitive behavioural therapy. Royal College of Psychiatrists. Retrieved from <https://www.rcpsych.ac.uk/mentalhealthinformation/therapies/cognitivebehaviouraltherapy.aspx>

⁸ 「認知治療的效果可以與抗憂鬱藥物一樣有效……（認知治療）與藥物不同，它的益處在療程結束後依然持續……認知治療的效果至少和其他治療（廣泛性焦慮症的）方式一樣好，而且很可能效果更長。」Hollon & DeRubeis (in press)。

⁹ Blenkiron (2013), see n. 7.亦見：CBT outcome studies. (2016, November 25). Academy of Cognitive Therapy. Retrieved from <http://www.academycft.org/page/OutcomeStudies>

¹⁰ 我們無意宣稱CBT對所有心理疾患都更有效，但因為它簡單易行，又是被研究最多的心靈治療方式，所以它經常被視為其他治療方式（含藥物治療）應該對照的黃金標準。見.. Butler, Chapman, Forman, & Beck (2006).

〔Lata McGinn〕合著的《憂鬱症及焦慮症之治療計畫與干預》〔Treatment Plans and Interventions for Depression and Anxiety Disorders〕，原書列出的認知偏誤更多。關於 CBT 如何發揮作用和如何練習等進一步的訊息，請見附錄一）。

情緒推理（emotional reasoning）…任感覺引導你對現實的詮釋。「我覺得憂鬱，所以我的婚姻一定有問題。」

災難化思考（catastrophizing）…把焦點放在最糟的可能結果，而且認為那種狀況最可能發生。「我要是沒做好就完蛋」。

以偏概全（overgeneralizing）…因單一事件而感到負面模式無所不在。「我老是遇到這種事。我大概很多事都做不成。」

二分思考（dichotomous thinking）（也稱為「黑白思考」、「全有或全無思考」和「二元思考」）…從全有或全無的角度看待事或人。「每個人都拒絕我」或「這完全是浪費時間」。

讀心術（mind reading）…明明沒有充分證據，卻認為自己知道別人在想什麼。「他覺得我一事無成。」

標籤化（labeling）…認為自己或他人具有整體性的負面特質（常加深二分思考）。「我不受歡迎」或「他是個爛人」。

負面過濾思考（negative filtering）…焦點幾乎全放在負面的事，很少注意正面的事。「瞧瞧這

些人多討厭我」。

忽視正面事物（discounting positives）…認為自己或別人的正面行為微不足道，以繼續對自己或別人持負面評價。「對我好本來就是作太太的本分，有什麼了不起的？」或「這些成功輕輕鬆鬆就能到手，算得了什麼。」

歸咎他人（blaming）…一心把別人當成你的負面感受的根源，拒絕為改變自己負責。「我現在有這種感覺都要怪她」或「我的問題全都是父母造成的」¹¹。

把這些認知偏誤讀過一遍之後，應該不難想見：習慣用這些方式思考的人，很容易繞著不良適應核心信念發展基模，從而妨礙自己實際而具適應性地詮釋社會環境。

每一個人難免都會陷入這些認知偏誤，所以 CBT 對每一個人都有助益。若是我們都能少將負面感受歸咎於他人、少用二分法思考，並了解自己對衝突往往也有責任，我們的人際關係不是能更好一些嗎？另一方面，既然以偏概全和標籤化都會讓妥協更加困難，如果我們能少讓自己落入這些陷阱，政治辯論不是能更有建設性嗎？我們並不是說人人都該找治療師，開始用 CBT 調整自己的心態。葛瑞格對認知偏誤最早的理解是：光是學習如何辨識它們、駕馭它們，就是人人都該培

¹¹ 以上九項常見的認知偏誤取自：Robert L. Leahy, Stephen J. F. Holland, & Lata K. McGinn's, *Treatment Plans and Interventions for Depression and Anxiety Disorders*, 2nd ed. (New York, NY: Guilford Press, 2012)

養的良好思考習慣。

了解認知偏誤對大學校園尤其重要。上討論課時，如果有幾位學生總是習於訴諸情緒推論、以偏概全、二分思考和貼簡化標籤，教授的任務應該是婉言糾正這些扭曲，因為這些習慣不僅有礙認知偏誤的學生進步，也妨礙課堂上其他學生的學習。舉例來說，如果有位學生覺得小說裡的某段話冒犯了他，開始一竿子打翻一船人，指控所有與這位作家背景相似的作家都居心險惡。其他學生可能並不贊同他的看法，卻又不願公開反駁。這時，教授可以問幾個問題，鼓勵那位學生以文本為據提出論點，並考慮其他詮釋的可能性。久而久之，良好的大學教育應能提升全體學生的批判思考技巧。

雖然「批判性思考」沒有廣獲接受的定義，但大多數界定都包含一項特質¹²：努力以適切的方式將自己的主張連結於可靠證據——這是學術研究的基礎，也是CBT的本質（辨識和擊敗「假新聞」同樣需要批判性思考）。我們不可能接受學者這樣講：「雖然你們拿出可信的證據證明我的主張是錯的，但我還是覺得我的主張是對的，所以我會堅守立場。」要是學者無法反駁或調和抵觸自身論點的證據，他們就必須放棄原本的觀點，否則會失去同儕的敬重。學界若是對證據或論辯品質有一定期許，也彼此要求進行良好的推論，他們在這樣的環境中彼此挑戰，能讓觀點更精確、理論更細緻，而我們對真理的認識也將更進一步。

可是，如果有些教授鼓勵學生以上述認知偏誤思考，會產生什麼影響呢？

微侵犯：重視影響甚於意圖

這些教授（和部分學校主管）是怎麼鼓勵學生養成類似於認知偏誤的心理習慣的呢？最早的例子是他們推廣「微侵犯」（microaggression，又譯微歧視）的概念。這個概念在二〇〇七年因為一篇文章而流行開來，¹³主要作者是隋文（Derald Wing Sue），哥倫比亞大學教育學院教授。隋文和幾位同儕將「微侵犯」界定為：「在日常用詞、行為或環境上短而常見的侮辱，不論其有意或無意，向有色人種傳達出敵意、貶抑或負面的種族輕視和羞辱」（這個詞一開始是針對有色人種，現在適用範圍已廣闊得多）。

很多在歷史上處在邊緣位置的族群，現在還是經常會遇上偏見和歧視的言行。人們有時不太掩飾歧視，有時甚至赤裸裸地表現出敵意或輕視，稱這些情況為「侵犯」應該並不為過。如果侵犯言行很小或很細微，用「微侵犯」這個詞似乎也算貼切。可是無意間的言行或意外並不是「侵犯」。如果你不小心碰到某個人，而你一點也沒有傷害他的意思，就不是侵犯（雖然對方可能將此誤解為侵犯）。

不幸的是，隋文不但把「無意的」輕視也算進來，還完全按聽的一方的詮釋界定輕視，這不啻

¹² 對「批判性思考」的各種界定，請見 .. Defining critical thinking. (n.d.) *The Foundation for Critical Thinking*. Retrieved from

<https://www.criticalthinking.org/pages/defining-critical-thinking/766>

¹³ Sue et al. (2007). 定義可見於p271。首度提出並討論這個詞的是Pierce (1970)。

於鼓勵大家誤解別人，也無異於鼓勵大家進行情緒推理——從自身感覺出發，先認定對方的言行在侵犯自己，再以這個結論合理化自己的感覺。雖然這些感覺有時能引出正確推論，而弄清你認識的人是否輕視你或對你有敵意也很重要，可是，不論是預設對方居心不良，或是從最不友善的角度解讀他人的行為，都不是好的開始。這種認知偏誤叫「讀心術」，要是以這種方式負面解讀他人言行成了習慣，可能會導致絕望和焦慮，讓人際關係全面受損。

隋文的文章舉出好幾個微侵犯的例子，其中幾個講的是對不同族群的負面刻板印象。舉例來說：白人女性在黑人經過時抓住皮包；計程車略過有色人種去載白人乘客；白人稱讚黑人「話講得好」。要是有人不斷遇上這種事，懷疑對方對自己心存偏見或許並不為過，那些言行可能的確是負面刻板印象造成的。¹⁴

然而，隋文舉的很多例子並非如此，它們未必代表講話的人對其他族群有敵意或刻板印象。他的微侵犯清單有這樣幾個例子：白人請亞裔美人用「家鄉話」教她幾個字；白人說「美國是大熔爐」；白人說「我覺得那份工作該給最勝任的人」。可是，隋文之所以把這些言詞歸為微侵犯，是因為聽者可能選擇以特定方式——讓自己感到被侮辱或被邊緣化的方式——詮釋這些話。隋文說：亞裔美人可能認為那個語言問題影射「你是外國人」；拉美裔學生可能覺得「熔爐」這個字很刺耳，好像在逼他們「融入／同化於優勢文化」；黑人學生可能認為「最勝任的人」話中有話，似乎在暗批「有色人種老是因為種族而享有額外好處」。

沒錯，人當然可能以這種方式詮釋這些日常對話，把它們當成程度較輕的侵犯、非難或排擠

——它們有時也的確是歧視。可是，我們也可以用別的方式詮釋這些話。更直接點說：我們應該教育學生把這類言行詮釋為侵犯嗎？如果有學生聽到這種話，心裡微微感到被冒犯，他是擁抱這種感覺，把自己當成微侵犯的受害者比較好呢，還是再多想想是否有較為善意的詮釋比較好呢？善意詮釋對方的話並不代表你什麼都做不到，相反地，這正是提出建設性回應的良機。從善意出發，你可以向對方說：「我想你這樣講並沒有傷人的意思，但你恐怕得知道一下，有些人可能會用別的方式詮釋，以為你是指……」這種方式既能讓學生在感到受傷時更容易回應，也能把重點從遭受傷害轉移到自己的能動性。此外，它也讓人際溝通更可能產生正面結果。我們都該對自己的言詞更加留意，但在說者並無惡意的情況下，逕自認定對方歧視並不公平。¹⁵

以隋文的邏輯來看，CBT本身可能也算微侵犯，因為它質疑引發感受的前提與假設。隋文舉的例子之一是治療師問委託人：「你真的認為你的問題是因種族歧視而起嗎？」要是治療師意圖不善，這樣提問的確不妥，的確輕視委託人。但如果治療師的動機是協助委託人質疑情緒、尋找能證明負面詮釋的證據、實事求是地解讀這些事的意義，從而找出在這個充滿曖昧的世界裡安身立命的方式，那麼，這樣的提問其實既妥當又具有建設性。教人在幽微的人際互動中看出更多侵犯、揪出

¹⁴ 雖然聯結（association）與歧視行為的關係十分複雜，社會心理學家現在也對此爭論不休，但不自覺或隱性的聯結是相當真實的。見：Rubinstein, Jussim, & Stevens (2018)。對於造成歧視行為的隱性偏見，相關辯護請見：Greenwald, Banaji, & Nosek (2015)。

¹⁵ 即使是與褊狹的人互動，CBT也能協助你減少受傷的程度和風險。

更多惡意、感到更多負面情緒、拒絕質疑自己最初的詮釋，即使在最輕微的層次也會讓我們沒有智慧。這也違背好的心理治療的一般目標。

夏迪·哈彌德（Shadi Hamid）是布魯金斯研究院（Brookings Institution）的學者，他曾在《西洋》雜誌撰文敘述自己如何應對潛在的微侵犯：「身為阿拉伯人和穆斯林，我常被問：『你是哪裡人？』——他們的意思通常是『你到底是哪一國來的？』也常有人問我：『你是在這裡出生的嗎？』我通常並不覺得被冒犯。」¹⁶ 哈彌德說：「在我們這個強調身分認同的時代，冒犯人的門檻大幅降低，於是我們更難進行民主辯論——大家越是顧忌被貼上歧視或冷血的標籤，就越有可能保留真正想法不講。」

我們希望學生在大學校園裡能直抒胸臆，而非藏起想法噤口不言。哈彌德的見解對打造這樣的校園深具意義。請想像一下：如果你負責在美國某間大學辦新生訓練，那間學校相當多元，學生之間的種族、族群、宗教和社經背景差異很大。學校還有來自亞洲、非洲、歐洲和拉丁美洲的留學生，其中有些人英文講得不太好，很多人對英文和美國風俗的微妙之處不夠了解，所以他們在表達想法時經常用錯字。此外，學校裡也有一些泛自閉症障礙的學生，他們不太能掌握細微的社交訊息。¹⁷

既然學生之間差異不小，誤解在校園裡是家常便飯，幾乎每一句話都有可能傷人。你該怎麼讓學生們做好準備，讓他們能以最有建設性也有最有益的方式互動呢？你該讓他們接受微侵犯訓練一天，鼓勵他們發現微侵犯隨時報告嗎？你該為這次訓練找主管組成偏見反應團隊，請他們審查包括到懷疑的益處，並學著用最不致引發情緒反應的方式詮釋別人的言行？

從更廣的層面來看，微侵犯¹⁸的概念揭露出校園發生了重大的道德變化：道德評判的重點從「意圖」轉為「影響」。根據心理學家對道德評判的長年研究，人衡量言行是否有錯的關鍵是意圖。¹⁹ 只要一個人有意圖要做某件事，我們通常會認為他在道德上該為此負責。例如鮑伯想毒死瑪莉，但沒有成功，雖然他對瑪莉沒有造成影響，他還是犯下很嚴重的罪（謀殺未遂之罪）。相反地，如果瑪莉吃了花生醬三明治後（出於合意）親吻鮑伯，沒想到鮑伯因為嚴重花生過敏而死，雖然瑪莉意外導致鮑伯身亡，但她沒有犯罪。

大多數人是以這種方式理解種族歧視、性別偏見、恐同和其他歧視概念——把焦點放在意圖而

¹⁶ Hamid, S. (2018, February 17). Bari Weiss, outrage mobs, and identity politics. *The Atlantic*. Retrieved from <https://www.theatlantic.com/politics/archive/2018/02/bari-weiss-immigrants/553550>

¹⁷ Miller, G. (2017, July 18). The neurodiversity case for free speech. *Quilllette*. Retrieved from <http://quilllette.com/2017/07/18/neurodiversity-case-free-speech>

¹⁸ FIRE. (2017). Bias Response Team Report. [Blog post]. Retrieved from <https://www.thefire.org/first-amendment-library/special-collections/fire-guides/report-on-bias-reporting-systems-2017>

¹⁹ 對微侵犯研究的探討和批判，請見Lilienfeld (2017)。
例如Heider (1958)，項項原則的例外之一是：出於好意的行為如果意外造成傷害，年紀很小的孩子常常會認定那個行為是壞的。請見Piaget (1932/1965)。

非影響。如果你因為一個人屬於某個群體就厭惡他、希望他不幸或有意傷害他，即使你說的話或做的事在不知不覺間幫助到他，你還是歧視；相反地，如果你對某個群體既不厭惡也無惡意，可是你不小心說了或做了得罪那個群體的事，即使你說的話刺耳或不得體，你並不算歧視（但還是應該道歉）。一時失言不算十惡不赦或無端尋釁。

可是，有些社運人士說只要造成影響就是歧視（這裡的「影響」是他們定義的影響），有沒有意圖根本不是重點。從這種「影響重於意圖」的觀點來看，只要特定群體的人覺得被另一個人的行為冒犯或壓迫，那個人就犯了歧視的錯。就如EverydayFeminism.com的一篇文章所說：「說到底，要是我們的行為會對周遭的人造成影響，導致他們更加邊緣化或受壓迫，我們做出這些事的意圖是什麼有那麼重要嗎？」²¹

無可否認的是，有些人經常因為屬於特定群體而受辱。雖然冒犯他們的人並無惡意，但這些人粗心或無知的問題其實頗為惱人，不太可能一笑置之。喜劇演員兼多元教育者卡莉絲·福斯特（Karith Foster）也遇過這種不愉快的經驗。卡莉絲是黑人女性，與白人男性結婚多年。有一次，她先生騎摩托車發生嚴重車禍，性命垂危。在急診室裡，醫護人員向她先生詢問病史，但他意識模糊，時而清醒時而昏迷。卡莉絲開始幫他回答問題，但似乎沒人理她。卡莉絲說：「我這輩子第一次覺得自己是隱形人。」她告訴我們：「有個醫生終於漫不經心瞥了她一眼，以不帶感情的語調問她和病人的關係。他們一邊為她丈夫治療，一邊有更多人用同樣的語氣問她同樣的問題——而他們清一色是白人。問到最後，卡莉絲幾近落淚。」「讓我難過的不是那個問題。」她對我們說：「我知道

照法律和醫院規定，他們必須問我那個問題。讓我傷心的是他們的語氣。」她清楚記得當時心想：「我丈夫都奄奄一息了。都到了這種時候，我還得應付這些狗屁種族歧視嗎！」她告訴我們接下來發生的事：

我超想破口大罵，對醫生護士吼：「拜託一下，現在是二十一世紀！這叫跨種族婚姻！」

但我知道當時壓力太大，我整個人被情緒吞沒，很容易把醫生護士一股腦兒地當成種族主義者。我以為自己知道他們在想什麼，但沒這麼大壓力時我不會這樣想事情，是壓力讓我變了個人。於是深深吸一口氣，練習我平常教的C.A.R.E.模式。²²我提醒自己大家都在拚命救我丈夫，現場壓力可能影響了我的判斷，但我必須維持溝通順暢。這樣做一定改變了我給人的印象，因為我雖然不記得自己的表現有什麼不一樣，但醫生開始拿X光片給我看，向我解釋他們在做什麼處置。其中一位護理師甚至出去買了杯咖啡給我，還堅持不拿我錢。那時我才突然醒悟：原來我沒被種族歧視，沒有人因為我是黑人、我先生是白人就看我不順眼。只不過他們得改變對「夫妻」的預設印象，才能完全了解我們的關係。²³

²¹ Utt, J. (2013, July 30). Intent vs. impact: Why your intentions don't really matter. *Everyday Feminism*. Retrieved from <https://everydayfeminism.com/2013/07/intentions-don-t-really-matter>

²² C.A.R.E. 是卡莉絲想出來的，指的是「有意識地同理（Conscious Empathy）、積極聆聽（Active Listening）、負責任地反應（Responsible Reaction），對環境有所覺察（Environmental Awareness）」。她在工作坊和演講中教授這種技巧。

²³ K. Foster (personal communication, February 17, 2018).

卡莉絲跟我們說：「感受到醫護人員的冷漠時，『我要是沒退一步看，一定會把情況弄得更糟』。她的先生後來平安無事。出急診室後，卡莉絲主動跟醫院主管提起他們夫婦感受到的冷漠和疏忽。那位主管欣然接受意見，也向他們致歉。」

教新生與別人互動時細心一點是很重要的。現在被譏為「政治正確」的那些作法，有些只是想增進尊重有禮的互動，避免使用確實容易被當成貶抑的詞語。²⁴可是，你如果一方面教學生意圖不重要，另一方面又鼓勵他們找出更多具有冒犯性的言行（於是讓他們感受到更多負面影響），同時還告訴他們：只要有人說了或做了讓他們感到被冒犯的事，那個人就是「侵犯者」、就是在歧視他們。那麼，你或許是推波助瀾，讓你的學生更容易憤怒、絕望、自視為受害者。他們會把世界當成充滿敵意的地方，似乎什麼事都不會變得更好——他們甚至會這樣看待自己的大學。

要是有人想製造永遠充滿憤怒和群體衝突的環境，採取這種作法會很有效。教學生用最狹隘的方式詮釋他人言行，適足以引發大多數人都想避免的邊緣化和受壓迫感。尤有甚者，這種環境可能讓傷害雪上加霜，使人養成外在制握（external locus of control）的心理信念。「制握」這個概念是行為主義盛行時提出的，心理學家發現：可以訓練動物（包括人類）預期能透過自己的行為得到想獲得的東西（亦即控制結果的因素「內」於自己）；相反地，也可以訓練動物認為不論做什麼都無濟於事（對結果的控制完全「外」於自己）。²⁵很多研究發現：有內在制握信念能促進健康和幸福感，讓人更加努力，在學校和職場上取得成功。²⁶學者甚至指出，內在制握能減輕很多逆境所造成痛苦。²⁷

罷邀和講者意識形態審查

情緒推理在大學校園的另一種表現是「罷邀」講者，其典型邏輯為：如果講者會造成某些學生不安、不快或憤怒，那麼，光是因為講者會為學生帶來「危險」，就足以禁止講者進入校園。典型情況²⁸是學生向邀請講者的單位施壓，或是連署要求校長或相關主事者撤回邀請。學生往往會隱隱暗示或明確威脅：只要講者踏進校園，他們會有組織地發動抗議，極盡喧鬧和干擾之能事，絕不讓演講順利進行。抗議者的手段包括擋住演講場地入口；向每一個想參加演講的人咒罵或高喊：「可恥！可恥！可恥！」²⁹他們也會從外頭猛敲演講場地的門窗，或是直接擠爆演講廳鼓譟或唱歌，直到阻止講者為止。

²⁴ Zimmerman, J. (2016, June 16). Two kinds of PC. *Inside Higher Ed*. Retrieved from <https://www.insidehighered.com/views/2016/06/16/examination-two-kinds-political-correctness-essay>

²⁵ Rotter (1966).

²⁶ For reviews, see Cobb-Clark (2015).

²⁷ Buddelmeyer & Powdthavee (2015).

²⁸ 例如查爾斯·莫瑞（Charles Murray）在米德伯理學院被開場，海瑟·麥可唐納（Heather MacDonald）在克萊蒙特·麥肯納學院（Claremont McKenna College）被趕下台。這兩起事件我們會在第四章詳談。罷邀事件可上 FIRE 資料庫查詢。Disinvitation Database. (n.d.). Retrieved from <https://www.thefire.org/resources/disinvitation-database>

²⁹ Bauer-Wolf, J. (2017, October 6). Free speech advocate silenced. *Inside Higher Ed*. Retrieved from <https://www.insidehighered.com/news/2017/10/william-mary-students-who-shut-down-aclu-event-broke-conduct-code>

罷邀行動（依年份和抗議來源繪製）

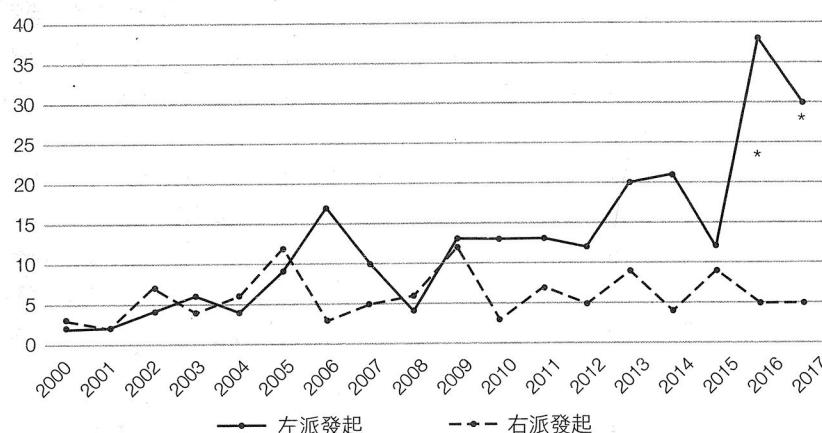


圖2.1 二〇〇〇年以來之罷邀行動。實線代表由政治左派的人或團體發起；虛線代表由右派發起。星號代表不計罷邀雅諾波魯斯行動的實線位置。（資料來源：FIRE）

由於越來越多人認為講者光是出現在校園就足以造成「危險」，罷邀講者的行動也變得越來越常見。葛瑞格所屬的組織——個人教育權基金會（FIRE）——曾追溯相關行動到二〇〇〇年，現在已有三百七十九起事件記錄在FIRE罷邀資料庫。這些行動有四成六成功：有的是講者被取消邀請，有的是活動被取消。而在照常舉行的活動中，約有三分之一在某程度上遭抗議者打斷。這些罷邀行動大多政治立場濃厚，可以明確看出發動者是政治光譜的哪一方。請看圖2.1：從二〇〇〇到二〇〇九年，右派發起罷邀行動的次數和左派不相上下。³⁰可是二〇〇九年後出現落差，差距在二〇一三年開始擴大，葛瑞格差不多也在這個時期注意到校園風氣變化。

造成這種變化的部分原因是：在某些校園，保守團體開始邀請更聳動的講者，其中尤其具有爭議性的是米羅·雅諾波魯斯（Milo Yiannopoulos）。雅諾波魯斯善於挑起他所謂的「溫和怒火」，他自稱「酸民」（troll），甚至把自己

1101七年的巡迴演講名為「米羅的酸民學院之旅」³¹。當然，酸民這種族群存在已久，但酸民和抗議者的戰火在二〇一六年變得更加普遍。請再看一次圖2.1：如果不計罷邀雅諾波魯斯的十七次行動，左派發起的罷邀次數應在標星號那裡。³²事實上，在二〇一三和二〇一四年，左派試圖罷邀的講者有好幾位是認真的思想家和政治家，例如保守派政治記者喬治·威爾（George Will），還有國際貨幣基金組織（International Monetary Fund）總裁克里斯蒂娜·拉加德（Christine Lagarde）。有幾位遭到抵制的講者甚至明顯左傾，例如前國務卿歐布萊特（Madeleine Albright）、喜劇演員比爾·馬厄（Bill Maher），以及前司法部長艾瑞克·霍爾德（Eric Holder）。

差不多在二〇一三年，³³很多校園開始出現變化；而現在，認為不應該讓大學生暴露於「冒犯性」

³⁰ 在壓力來自右翼的案例中，約有三分之二的抗議是從校園外開始延燒，半數案例有宗教團體涉入，反對講者談墮胎和避孕相關議題。在壓力來自左翼的案例中，抗議聲浪起於校園之外的不到百分之五。有意自行查看資料的讀者，請至：<https://www.thefire.org/resources/disinvitation-database>

³¹ Stevens, S. (2017, February 7). Campus speaker disinvitations: Recent trends (Part 2 of 2) [Blog post]. Retrieved from <https://milo/2016/08/20/trolls-will-save-world>

³² Stevens, S. (2017, February 7). Campus speaker disinvitations: Recent trends (Part 2 of 2) [Blog post]. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/2017/02/07/campus-speaker-disinvitations-recent-trends-part-2-of-2>

³³ 對於這些潮流的更多分析，請見Stevens, S., & Haidt, J. (2018, April 11). The skeptics are wrong part 2: Speech culture on campus is changing. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/the-skeptics-are-wrong-part-2>（有人批評這些調查沒有顯示校園近來對於言論的態度改變，這篇文章也有提出回應）

觀念的看法已蔚然成風，變成大學校園的主流觀點。二〇一七年，百分之五十八的大學生同意：「校園之為社群的重點之一是：我在校園中不會暴露於不寬容和冒犯人的觀念。」³⁴ 非常偏向自由派的學生有六成三贊同這點，但同意者不限於左派——非常保守的學生也有近半數（45%）認同這點。

「由於部分學生認為某些觀念冒犯人，所以大學應該保護所有學生不受這些[觀念]之害」，這種看法形同拋棄蘇格拉底的遺產。蘇格拉底自命為雅典人的「牛虻」，他相信自己有刺激、擾亂、質疑乃至挑釁雅典同胞的責任，好讓他們徹底思考目前的信念，並改變自己無法辯護的想法。³⁵

本於這種精神，麻州威廉斯學院（Williams College）左傾非裔美籍學生扎哈里·伍德（Zachary Wood）起而發難，籌劃「不自在學習」（Uncomfortable Learning）系列課程。伍德和蘇格拉底有志一同，也想讓學生接觸他們平常不容易遇到的觀念，好刺激他們想得更深。二〇一五年十月，伍德邀請蘇珊·溫克爾（Suzanne Venker）³⁶來課程中演講（溫克爾是保守派，對女性主義持批評立場，提倡傳統性別角色）。與伍德一起規劃課程的馬修·亨尼希（Matthew Hennessy）解釋：

我們之所以選她，是因為有上百萬美國人認為她的看法有份量，甚至同意她的論點。這些看法雖然很妙，但也實在讓人傷腦筋。為什麼有這麼多美國人真的這樣想？我們認為了解原因是很重要的。了解之後才能挑戰他們，也能更了解我們自己的行為和想法。³⁷

可是，因為威廉斯學生的反應太過激烈，伍德和亨尼希最後決定取消活動。有學生在臉書上這樣寫：

當你抬出「對話」和「聆聽另一方」的大纛，卻找了一個厭女、擁護白人男性至上的說客來校園，你不只是對學生造成精神、社會、心理和生理上的傷害，你也是在為虎作倀，幫著散布這些殘暴的意識形態，任它們繼續宰割我們的黑色及棕色人種（跨性別）女性姊妹……扎克·伍德你搞清楚：你是把手浸在她們血泊裡。³⁸

³⁴ Naughton, K. (2017, October). Speaking freely — What students think about expression at American colleges. FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/publications/student-attitudes-free-speech-survey>

³⁵ 蘇格拉底的同胞最後指控他不敬神明和敗壞雅典青年。陪審團判他有罪，令他服毒自盡。但願我們現在對「不敬神明」已更為寬容。

³⁶ Venker, S. (2015, October 20). Williams College's "Uncomfortable Learning" speaker series dropped me. Why? FIRE. Retrieved from <http://www.foxnews.com/opinion/2015/10/20/williams-college-dropped-me-from-its-uncomfortable-learning-speaker-series-why.html>

³⁷ Paris, F. (2015, October 21). Organizers cancel Venker lecture. *The Williams Record*. Retrieved from <http://williamsrecord.com/2015/10/21/organizers-cancel-venker-lecture>

³⁸ Wood, Z. (2015, October 18). Breaking through a ring of motivated ignorance. *Williams Alternative*. Retrieved from <http://williamsalternative.com/2015/10/breaking-through-a-ring-of-motivated-ignorance-zach-wood> 亦見伍德二〇一八年在TED的演講.. Why it's worth listening to people you disagree with. Retrieved from http://www.ted.com/talks/zachary_r_wood_why_it_s_worth_listening_to_people_we_disagree_with

這種反應明顯表現出災難化思考、標籤化、以偏概全、二分思考等認知偏誤。這也是典型的情緒推理，伍德解釋取消演講的原因時也是這樣說的：

只因為我支持找高度爭議的講者來威廉斯，就有人誇張到說我把手浸在她們的血泊裡，這等於在提倡一種信念：冒犯他們的事物之所以不應進入校園，正是因為這些事物冒犯到他們和贊同他們的人。³⁹

因為有學生說「這冒犯到我」，就應該取消一場演講嗎？如果很多學生都這樣覺得呢？如果被冒犯的是老師，也同樣應該取消演講嗎？

這取決於你怎麼看教育的目的。漢娜·霍爾本·葛雷（Hanna Holborn Gray），一九七八到一九九三年的芝加哥大學校長，曾提出一項原則：「教育的目的不應是讓人舒服自得，而是讓人思考」。⁴⁰這當然也是扎哈里·伍德的理念，它讓我們明辨真偽，分得清伍德與蘇格拉底的挑釁和雅諾波魯斯的挑釁有所不同。不幸的是，威廉斯學院校長另有一套哲學，他親自介入，取消後來對另一位爭議講者的邀請。⁴¹這樣做無異於默認米索波諾斯的人生態度：「不自在學習」根本自我矛盾。也許他該在學校門口貼個標語：教育的目的不應是讓人思考，而是讓人舒服自得。

總結

- 在世界各地的智慧傳統中，最普遍的心理洞見之一就如愛比克泰德所說：真正讓我們恐懼和喪志的不是外在事物，而是我們看待它們的方式。
- 認知行為治療（C B T）是人人可學的方法，它能讓人看出常見的認知偏誤，並改變習慣的思考模式。它能協助騎象人（控制歷程）訓練大象（自動化歷程），從而改善批判性思考和心理健康。
- 情緒推理是最常見的認知偏誤之一。大多數人只要少點陷入情緒推理，就能過得更快樂也更有活力。
- 「微侵犯」指的是對有色人種（及其他人）所為之短而常見的羞辱和輕視。由於小的侵犯行為是真實存在的，所以「微侵犯」一詞或許有用，可是它將意外而無意的冒犯也納入定義，因此使用「侵犯」一詞有所誤導。透過微侵犯的鏡片看世界，可能會放大遭受到的痛苦和隨之而來的衝突（另一方面，故意為之的侵犯和歧視行為無「微」可言）。

³⁹ Wood (2015); see n. 38.

⁴⁰ Gray, (2012), p. 86.

⁴¹ Falk, A. (2016, February 18). John Derbyshire's scheduled appearance at Williams. *Williams College Office of the President*. Retrieved from <https://president.williams.edu/letters-from-the-president/john-derbyshires-scheduled-appearance-at-williams>

- 當學校灌輸學生「微侵犯」的觀念，又鼓勵學生以最不寬容的方式解讀他人的行為，學校不啻於鼓勵學生陷入情緒推理論和其他認知偏誤，讓自己更容易懷疑別人、與別人起衝突。
- 關於以同理心重新評估可能被詮釋為微侵犯的行為，卡莉絲·福斯特做了很好的示範。當她把那些行為解讀成別無惡意（但稍嫌粗心）的誤會，結果對每個人都更好。
- 在過去幾年，校園裡「罷邀」講者的行動逐漸增加。為這些行動辯解的理由經常是：遭到質疑的講者可能對學生造成傷害。可是，不舒服並非危險。學生、教授和學校主管應該認識反脆弱的觀念，並牢記漢娜·霍爾本·葛雷的原則：「教育的目的不應是讓人舒服自得，而是讓人思考。」

第三章 「我們」VS「他們」的謬誤

人生是好人與壞人的戰爭

道德上的二元論認為人有善與惡兩種本能，人必須時時覺察，勉力抉擇。還有一種二元論認為人在本質上分為兩類，一類完美無瑕，無可挑剔，另一類惡貫滿盈，無可救藥，兩者涇渭分明，南轅北轍，我將這種二元論稱為病態二元論。

——強納森·薩克斯爵士拉比（Rabbi Lord Jonathan Sacks），
《毋以神為名》（*Not in God's Name*）¹

抗議總是為了宣告不義之行。當人組成團體一起抗議，他們便共同建構出某種敘事，訴說哪裡出了錯、哪個人該受譴責，以及該做什麼事來導正不義。可是，真相永遠比敘事更為複雜，所以我

¹ Sacks (2015), p. 51.

們會妖魔化某些人，也會吹捧另一些人——而且這些評判常常失之偏頗。二〇一五年十月，洛杉磯附近的克萊蒙特·麥肯納學院（CMC, Claremont McKenna College）就出了這樣的事。

奧莉維雅（Olivia）是這所學院的學生，她的父母是墨西哥人，但在她出生之前就移民加州。奧莉維雅發現：學校裡的拉美職員多半從事藍領工作（例如警衛和園丁），擔任主管和教職的就少得多。她為此難過，投書學生刊物抒發遭到邊緣化和排斥的感受。²她說：她覺得自己像是為了填補種族名額才獲得錄取。她認為CMC要人符合某種標準或典型，可是她偏偏不屬於那種樣貌：「我們的校園氣氛和制度文化主要植根於西方、白種、順性別異性戀霸權式的（cis-heteronormative）上層到中上階級價值」（「順性別異性戀霸權」一詞指的是：社會裡的人預設其他人並非跨性別或同性戀，除非有相反的資訊顯示如此）³。

奧莉維雅用電郵將這篇文章寄給「CMC全體教職員」。兩天後，學務長瑪莉·史沛爾曼（Mary Spellman）私下回信給她，全文如下：

奧莉維雅——

謝謝妳寫這篇文章與我們分享。我們不但是一所學校，也是一個社群，看來我們還有很多工作要做。妳願意找時間跟我談談這些議題嗎？它們對我和（學務處）同仁來說都很重要。我們都想把學生照顧得更好，尤其是與我們CMC的模子格格不入的同學。

很希望能進一步與妳談談。

祝好，
學務長 史沛爾曼⁴

你怎麼看史沛爾曼的信？是冷酷呢？還是溫暖呢？大多數讀者應該會覺得她在表達關心，主動提出想跟學生談談並提供協助。可是，奧莉維雅對學務長用了「模子」（mold）這個詞大為光火，她似乎是從最刻薄的角度加以解讀：史沛爾曼其實是暗諷她（和其他有色人種學生）不符CMC模子，不算CMC的一份子。這顯然不是史沛爾曼的原意。奧莉維雅自己說的：CMC有種身分標準或模式，但她跟這個模式不合。而且史沛爾曼後來也解釋⁵：她之所以用「模子」這個詞表達對奧莉維雅的同理，是因為其他學生跟她講話時用過這個詞，以此傳達自己跟校園格格不入。

要是學生原本已經有疏離感，讀到「模子」這個詞的確容易產生負面感受。可是，我們可以怎麼處理這股負面感受呢？哲學和修辭學有個原則叫「善意理解原則」（principle of charity），大意是

² 為保護學生隱私，我們更動了她的名字。

³ 定義參考根據：Cisnormativity. (2017). *The Queer Dictionary*. Retrieved from <http://queerdictionary.blogspot.com/2014/09/definition-of-cisnormativity.html>

⁴ 除了更動學生的名字並把縮寫「DOS」改為「學務處」（dean of students）之外，原信全文照錄。

⁵ 史沛爾曼的解釋在影片第48分：The CMC Forum (Producer). (2015, November 11). CMCCers of color lead protest of lack of support from administration [Video file]. Retrieved from <https://youtu.be/OIB7Vjy-IZZ?t=48m1s>

說：看待別人的論述時，應該用最具善意、最合理的方式加以解讀，而非以最惡毒、最傷人的方式加以詮釋。如果奧莉維雅學過應該從動機來評判別人，她本來可以在這件事上運用善意理解原則，像卡莉絲·福斯特在前一章做的那樣。如果有另一位學生遇上和奧莉維雅一樣的事，但她已養成質疑自身最初反應的習慣，懂得先尋找證據，暫時不斷定對方有惡意，這位學生或許能克制自己一开始的情緒反應，同意接受學務長的邀請，看到她的確有心處理學生的困擾。

可是奧莉維雅不是如此。相反地，她把史沛爾曼的信貼到臉書（此時大約已是她收到回信兩週之後），還加上感想：「我就是不符合偉大的 CMC 模子！轉貼請便。」她的朋友真的轉貼了，校園爆發抗議。⁶ 學生們遊行、示威，要求校長實施強制性多元化訓練，也要求史沛爾曼辭職。有兩名學生甚至開始絕食，誓言史沛爾曼不走他們就不吃。⁷ 你可以在 YouTube 上看到當時的影片：學生們圍成一圈，花了一個多鐘頭表達不滿，用大聲公批判史沛爾曼和其他到場聆聽的主管。⁸ 史沛爾曼為她回信「用詞不當」致歉，說明自己的「用意是認可那篇文章的感受和經驗，並提供協助」，⁹ 然而學生們不接受她的道歉。其中有段插曲是一名女性指責史沛爾曼「打瞌睡」（學生一片喝采），¹⁰ 並將此解讀為她傲慢無禮。可是從影片可以清楚看出：史沛爾曼不是打瞌睡，而是拚命忍住淚水。

學校沒有開除史沛爾曼，但校方高層也沒有人公開力挺。¹¹ 這場事件先是被社群媒體放大，後來又登上全國新聞版面。眼見學生的怒火節節升高，史沛爾曼遞出辭呈。¹²

同一段時間，另一場因電郵而起的風波也席捲耶魯。¹³ 愛瑞卡·克里斯塔吉斯（Erika

Christakis），耶魯大學兒童研究中心講師兼西利曼學院（Siliman College）副舍監（該院為耶魯大學住宿學院之一），在電郵中質疑校方的萬聖節裝扮指導政策：既然學院院長已經會提醒學生留意萬聖節裝扮，校方主管再介入指導是否恰當？¹⁴ 克里斯塔吉斯讚美校方「避免傷害和冒犯的用

⁶ Miller, S. (2015, November 18). VIDEO: CMCCers of color lead protest of dean of students, administration. *The Forum*. Retrieved from <http://cmcforum.com/news/11112015-video-cmcers-of-color-protest-dean-of-students-administration>

⁷ Tidmarsh, K. (2015, November 11). CMC students of color protest for institutional support, call for dean of students to resign. *The Student Life*. Retrieved from <http://tsl.news/news/5265>

⁸ 整組圖片 請見 .. The CMC Forum (Producer). (2015, November 11). CMCCers of color lead protest of lack of support from administration [Video file]. Retrieved from <https://youtu.be/OIB7VYiZZ8?t=3s>

⁹ Tidmarsh, K. (2015, November 11); see n. 7.

¹⁰ 請見註⁵影印連結41:33處。

¹¹ 我們找不到支持史沛爾曼的公開聲明，便以電郵詢問史沛爾曼是否知道有這樣的聲明，她回覆不知道。Spellman, M. (personal communication, February 8, 2018).

¹² Watanabe, T., & Rivera, C. (2015, November 13). Amid racial bias protests, Claremont McKenna dean resigns. *Los Angeles Times*. Retrieved from <http://www.latimes.com/local/lanow/la-me-in-claremont-marches-20151112-story.html>

¹³ FIRE (2015, October 30). Email from Erika Christakis: "Dressing yourselves," email to Siliman College (Yale) students on Halloween costumes [Blog post]. Retrieved from <https://www.thefire.org/email-from-erika-christakis-dressing-yourselves-email-to-siliman-college-yale-students-on-halloween-costumes>

¹⁴ FIRE. (2015, October 27). Email from the Intercultural Affairs Committee [Blog post]. Retrieved from <https://www.thefire.org/email-from-intercultural-affairs>. Note that the Intercultural Affairs Committee is part of the dean's office.

心」，但她憂心「助長學生脆弱的風氣日益增長，會帶來尚未獲得正視的代價」。¹⁵她擔憂這是從制度上「暗暗對大學生施加控制」，也邀請學生一起思考：身為成人，我們是否能自主建立規範，自行處理彼此之間的歧見？「彼此談談吧，」她寫道：「辯論自由和寬容冒犯的能力，是自由而開放的社會的標誌。」¹⁶

不料，這封信引爆部分學生的怒火，他們認為這代表克里斯塔吉斯贊成種族歧視的裝扮。¹⁷幾天後，大約一百五十名學生群聚在克里斯塔吉斯家後院（位在西利曼學院內），用粉筆寫上各種標語，例如「我們知道你住哪裡」。愛瑞卡的丈夫尼可拉斯·克里斯塔吉斯（Nicholas Christakis）是西利曼學院舍監（「舍監」[master]這個職稱後來也改為「學院長」[head of college]）。看到他現身後院，學生們要求他為妻子的信道歉——並予以撤銷。¹⁸尼可拉斯聽學生發言，試著跟他們對話，也多次為造成他們傷痛致歉，但拒絕撤銷妻子的信或否定信中的看法。¹⁹學生們斥責他們夫妻「種族歧視」、「欺人太甚」、「剝奪人性」、「製造不安全的環境」、放任「暴力」等等。他們用髒話罵他，批評他「充耳不聞」，指責他不記得學生的名字，要求他不准笑、不准彎腰、不准比手勢，還放話要讓他失去工作。最後有一幕在網路瘋傳²⁰——其中一個學生對著他吼：「誰他媽用你的？你下台！這跟什麼打造知性空間一點關係也沒有！一點也沒有！重點是讓這裡像家……你晚上怎麼還睡得著？噁心死了！」²¹

隔天，耶魯校長以電郵表示他知道了學生的傷痛，並承諾「採取行動讓我們更好」²²，但對支持克里斯塔吉斯夫婦與否未置一詞。直到後院事件數週之後，學生對克里斯塔吉斯夫婦已恨之入

¹⁵ Christakis, E. (2016, October 28). My Halloween email led to a campus firestorm — and a troubling lesson about self-censorship.

¹⁶ The Washington Post. Retrieved from https://www.washingtonpost.com/opinions/my-halloween-email-led-to-a-campus-firestorm-and-a-troubling-lesson-about-self-censorship/2016/10/28/70e55_732-9b97-11e6-a0ed-ab0774c1eaas_story.html. For the email from Erika Christakis, see n. 13.

¹⁷ Wilson, R. (2015, October 31). Open letter to Associate Master Christakis. *Down Magazine*. Retrieved from <http://downatyale.com/post.php?pid=430>

¹⁸十分湊巧的是..葛瑞格當天正好在耶魯校園，親眼看到這場爭端。葛瑞格的錄影請見.. Shibley, R. (2015, September 13). New video of last year's Yale halloween costume confrontation emerges [Blog post]. Retrieved from <https://www.thefire.org/news-video-of-last-years-yale-halloween-costume-confrontation-emerges>

¹⁹ Kirchick, J. (2016, September 12.). New videos show how Yale betrayed itself by favoring cry-bullies. *Tablet Magazine*. Retrieved from <http://www.tabletmag.com/jewish-news-and-politics/213212/yale-favoring-cry-bullies>

²⁰ FIRE (Producer). (2015, November 7). Yale University students protest Halloween costume email (VIDEO 3). Retrieved from https://youtu.be/9IEFD_JVYd0?t=1m17s

²¹ President and Yale College dean underscore commitment to a “better Yale.” (2015, November 6). *YaleNews*. Retrieved from <https://news.yale.edu/2015/11/06/president-and-yale-college-dean-underscore-commitment-better-yale>

骨，校長才略表支持之意。在持續不斷的開除聲中，²²愛瑞卡辭去教職，²³尼可拉斯為剩下的學年辦學術休假。學年結束時，夫妻兩人雙雙辭去住宿學院職務。愛瑞卡後來透露：其實很多教授私下相當支持他們，但因為「風險太高」也擔心報復，這些同事不願公開為他們辯護或支持他們。²⁴

史沛爾曼學務長和愛瑞卡·克里斯塔吉斯都是一片好意，有心幫助學生，為什麼學生們對他們的信反應這麼激烈？當然，兩所學校在爭端爆發之前都出過一些事，學生已經為種族歧視或其他因素對校方深感不滿，²⁵抗議不只是因電郵而起。但據我們所知，之前那些摩擦跟史沛爾曼和克里斯塔吉斯無關。所以，學生們到底為什麼會把這些信看得那麼惡意，嚴重到要求開除她們？我們認為，有些學生可能已有自己的心理原型，他們的基模已有兩個空格準備填上：一個是「受害者」，另一個是「壓迫者」，而每一個人都能代入其中一個。

團體和部落

社會心理學有一系列實驗十分有名，叫「最小團體研究典範」(minimal group paradigm)，開路先鋒是波蘭心理學家亨利·泰弗爾 (Henri Tajfel)。泰弗爾在二次大戰中為法軍效命，遭德國俘虜。在亂世之中身為猶太人的經驗深深影響了他（他留在波蘭的一家人全遭納粹殺害），他想知道在人什麼樣的情況下會歧視團體外的人。於是，他在一九六〇年代進行了一連串實驗。每次實驗開始時，他都先用隨便決定而無關緊要的標準（如擲硬幣）把人分成兩組。舉例來說：有一次，他先請受試者估量一張紙上圓點的數量。可是不管他們估的是多少，泰弗爾都跟一半的人說他們高估

了數目，編入「高估組」，另一半則編入「低估組」。他接著請受試者分點數或錢給其他受試者，但每個受試者的身分資料都只註明他們屬於哪一組。泰弗爾發現：不論他分組的原因多瑣碎或多「小」，受試者還是會多分回組的人一點。²⁶

²² Stanley-Becker, I. (2015, November 13). Minority students at Yale give list of demands to university president. *The Washington Post*. Retrieved from <https://www.washingtonpost.com/news/grade-point/wp/2015/11/13/minority-students-at-yale-give-list-of-demands-to-university-president/>.

²³ Schick, F. (2015, December 7). Erika Christakis leaves teaching role. *Yale Daily News*. Retrieved from <https://yaledailynews.com/blog/2015/12/07/erika-christakis-to-end-teaching>

²⁴ 物理學教授道格拉斯·史東 (Douglas Stone) 帶頭寫公開信為克里斯塔吉斯夫婦辯護。這封信花了很多個星期取得九十位教授連署，其中大多數是理學院和醫學院的老師。見.. Christakis, E. (2016, October 28). My Halloween email led to a campus firestorm — and a troubling lesson about self-censorship. *The Washington Post*. Retrieved from http://www.washingtonpost.com/opinions/my-halloween-email-led-to-a-campus-firestorm—and-a-troubling-lesson-about-self-censorship/2016/10/28/70e55732-9b97-11e6-a0ed-ab0774c1ea5_story.html

²⁵ For Claremont McKenna, see Watanabe, T., & Rivera, C. (2015, November 13). Amid racial protests, Claremont McKenna dean resigns. *Los Angeles Times*. Retrieved from <http://www.latimes.com/local/lanow/la-me-la-claremont-marches-20151112-story.html>. For Yale, see Stanley-Becker, I. (2015, November 5). A confrontation over race at Yale: Hundreds of students demand answers from the school's first black dean. *The Washington Post*. Retrieved from [https://www.washingtonpost.com/news/grade-point/wp/2015/11/05/a-confrontation-over-race-at-yale-hundreds-of-students-demand-answers-from-the-schools-first-black-dean-Tajfel \(1970\).](https://www.washingtonpost.com/news/grade-point/wp/2015/11/05/a-confrontation-over-race-at-yale-hundreds-of-students-demand-answers-from-the-schools-first-black-dean-Tajfel (1970).)

後續研究雖然用了很多不同的技術，但結論相同。²⁷ 舉例來說，神經科學家大衛·伊格曼（David Eagleman）用功能性磁振造影（fMRI）檢查受試者的大腦，觀察他們看見別人的手被針刺到或被棉花棒碰到時的大腦活動。結果發現：在看到別人的手被刺，而且對方標示的宗教與受試者一樣時，受試者大腦掌管疼痛的區域會大幅活動，但要是被刺的對象所標示的宗教與受試者不同，大腦反應就沒那麼強。此外，即使拖到受試者進磁振造影儀器之前才隨便決定組別（如擲硬幣），在受試者看到被刺手的人屬於和自己一樣隨便決定的組別時，雖然這個組別稍早之前根本不存在，受試者的大腦活動量還是較大。²⁸ 總之，我們對自己視為「他者」的人不會有同等的同理心。

重點在於：人心傾向部落主義。人類演化不只是各個團體裡人與人競爭的故事，也是團體與團體間相互競爭的故事——而且這些競爭有時相當暴力。我們的祖先都屬於能持續在競爭中取勝的團體。部落主義是我們繼承的演化遺產，它能團結我們，讓我們為團體間的衝突做好準備。²⁹ 每當「部落開闢」開啟，³⁰ 我們就把自己和團體綁得更緊。我們擁抱並捍衛團體的道德母體，停止為自己思考。道德心理學的基本原則是「道德讓人凝聚，也讓人盲目」。³¹ 在團體準備投入「我們／他們」之戰時，這一招非常有用。進入部落模式之後，我們似乎看不見挑戰「我方」敘事的論證和資訊。以這種方式融入團體是很愉快的——看看大學橄欖球賽那些搞笑的偽部落動作，你一定懂。

為了部落主義作好準備並不代表我們必須依部落方式生活。人心固然有很多演化而來的認知「工具」，但我們並不需要隨時隨地全部用上，只會在有需要時打開工具箱翻翻。實際情境會讓部落主義升高、衰落，或是關閉。只要團體之間有衝突出現（不論是真正發生衝突，還是大家意識到

有衝突），部落主義很快就會崛起，讓人高度留意能透露出別人站在哪一方的跡象。叛徒會遭到懲懲，與敵方交好也會受到處罰。相反地，和平繁榮往往能降低部落主義。³² 在承平時期，人不必對團體身分高度敏感，也沒有嚴格配合團體期待的壓力。當一個社群成功放鬆大家的部落主義神經，個體就有更多空間發展自由選擇的生活方式，也有更大的自由融合人民和理念。

²⁷ See overall review in Berreby (2005); see Hogg (2016) for a review of social identity theory; see Cikara & Van Bavel (2014) for a review of neuroscience work in this area

²⁸ Vaughn, Savjani, Cohen, & Eagleman (manuscript under review). 更多研究請見：iqsquared (Producer). (2012, June 22). David Eagleman: What makes us empathetic? IQ2 Talks [Video file]. Retrieved from <https://youtu.be/TDjWryXdv0?si=7m42s>

²⁹ 相關文獻回顧（包括「群體選擇」在人類史上的作用是否超過並高於個體選擇的辯論），請見本書作者之一海德特所著之《好人總是自以為是》第九章。相反觀點請看：Pinker, S. (2012, June 18). The false allure of group selection. Edge.

³⁰ Retrieved from https://www.edge.org/conversation/steven_pinker-the-false-allure-of-group-selection

³¹ 《好人總是自以為是》(Haidt, 2012)第十章有講到「蜂巢開闢」(hive switch)，發生這種心理反射時，自我利益關閉，群體利益主導，人在群體中失去自己。人不必啟動蜂巢開闢就能依部落主義行動。蜂群反應是在部落主義密集啟動時出現，在高度投入多感官儀式時尤其如此。

³² 雖然我們用了「部落主義」這個詞，但意義下得較重，現實世界的部落並沒有這麼封閉，衝突程度也沒有這麼高。關於部落實際上如何彼此借鏡，如何相互結盟以減少衝突，請見 Rosen, L. (2018, January 16). A liberal defense of tribalism.

Foreign Policy. Retrieved from <http://foreignpolicy.com/2018/01/16/a-liberal-defense-of-tribalism-american-politics>

那麼，要是團體之間的分別並非微不足道而任意的劃分，而且不但未被淡化，反而受到強調，像大學這樣的社群會發生什麼狀況呢？（其實高中也漸漸有這種趨勢。³³）如果你教學生把他人（和自己）視為特定群體的成員，人我之間涇渭分明，以種族、性別和其他重要的社會因素為界，而且你還告訴他們這些群體永遠處於零合衝突，永遠要為爭奪地位和資源交戰，會產生什麼後果？

兩種認同政治

「認同政治」(identity politics，又譯身分政治)這個詞頗有爭議，但它的基本意義很簡單。布魯金斯研究院學者強納森·羅希 (Jonathan Rauch) 對它的定義是：「依種族、性別和性傾向等群體特徵而組織的政治動員，用以反對政黨、意識形態或金錢利益。」羅希發現：「在美國，這種動員不新鮮、不稀奇、不與美式精神衝突、不歹毒、不非法，也不是左派專利。」³⁴政治不過是團體之間相互結盟以達成目標。如果牧場主人、紅酒愛好者或放任主義者合力促進自身利益是政治常態，女性、非裔美人或同志同心協力爭取權益，當然也是政治常態。

可是，動員認同政治的手段差異極大，有人以團體的成功機會為號召，有人高舉參與運動者的福祉，有人訴諸國家大義。有人是一方面以共同人性來動員認同，另一方面又強調某些人類同胞屬於另一個群體，所以他們不配擁有尊嚴與權利。還有些人動員認同的方式是誇大我們古老的部落主義，以彼此對於某個群體的共同仇恨凝聚士氣，讓該群體成為強化內部團結的共同敵人。

共同人性認同政治

馬丁·路德·金恩 (Martin Luther King) 牧師堪稱共同人性認同政治的縮影。金恩博士嘗試醫治一個日益擴大的傷口——幾百年來深入美國的種族主義。種族主義不只在南方各州化為法律，也在全國各地形成風俗、習慣和制度。光是耐心等待情況逐漸改變還不夠。民權運動是政治運動，由非裔美人領導，各方有志之士也加入他們的行列。他們攜手投入非暴力抗爭、公民不服從和杯葛，想出圓熟的公關策略向不讓步的立法者施加政治壓力，在此同時，他們也努力改變整個國家的想法和心態。金恩博士的高明之處在於：他運用能團結人心的宗教和愛國語言，打動美國人共有的道德感和身分認同。他不斷使用家的隱喻，將各種族和宗教的人稱為「兄弟」和「姊妹」。他經常談到愛和寬恕的必要，他的話讓人想起耶穌的話語，也隱隱迴盪很多文明的古老智慧，例如「愛是化敵為友的唯一力量」，³⁵還有「黑暗無法驅散黑暗，只有光做得到；仇恨無法驅散仇恨，只有愛做得

³³ 讀者如果有意了解本書所述之校園風潮正如何影響高中，並協助有志高中生在大學尋求更開放、在知性上更多元的文化，這裡有一些資料可以參考：heterodoxacademy.org/highschool

³⁴ Rauch, J. (2017, November 9). Speaking as a ... *The New York Review of Books*. Retrieved from <http://www.nybooks.com/articles/2017/11/09/mark-lilla-liberal-speaking>

³⁵ King (1963/1981), p. 52.

到」。³⁶（請將金恩的話與佛陀這句話對照：「恨無以止恨，唯愛可止，此為常法。」³⁷）

金恩在他最為著名的演講裡，也用了社會學家稱為「美國公民宗教」³⁸的語言和意象。在講到美國立國文獻和開國功臣時，有些美國人會以準宗教的語言、框架和敘事來敘述，金恩也是如此。「當我們共和國的締造者寫下憲法和獨立宣言那恢弘的文辭，」他在林肯紀念堂的石階上大聲宣告：「他們是唱出一首應許之歌。」³⁹金恩接著動員美國公民宗教的全部道德力，將它指向民權運動的目標：

即使我們面臨今日和明日的種種困難，我仍有一個夢想，這個夢想深深植根於美國夢。我有一個夢想：有一天，這個國家將勇敢奮起，實現它的信念的真義：「我等相信此為自明之理：人人生而平等。」⁴⁰

金恩的方法是明確指出：他的運動不會摧毀美國，反而能修復美國，讓美國重新凝聚。⁴¹在黑人酷兒聖公會牧師和民權運動者保莉·莫瑞（Pauli Murray）的話裡，我們也能看到這種訴諸包容和共同人性的取徑。一九六五年，五十五歲的莫瑞取得耶魯大學法學博士學位。今天，耶魯一所住宿學院以她為名⁴²。她在一九四五年寫道：

我願以正向包容的方式拆去隔離……當我的弟兄試圖畫個圈子排擠我，我願畫更大的圈納入他們。當他們為少數人的特權出聲，我願為全人類的權利吶喊。⁴³

這種訴諸共同人性的高尚策略，最近也用另一種方式在婚姻平權運動中發揮重要作用。二〇一二年，婚姻平權在幾個州級選舉中告捷，為最高法院裁決鋪平道路，讓同志婚姻在美國正式獲得法律保障。在二〇一二年這些選舉裡，有些十分動人的廣告就是採用金恩的方式，以愛與共同的道

³⁶ King (1963/1981), p. 51.

³⁷ Mascaro (1995), p. 2. 譯按：作者採用的英譯本有誤，原句為《法句經》〈雙要品〉第五節：「恨無以止恨，唯無恨可止，此為常法。」（維祇難等譯本為「惱於怨者，未嘗無怨，不惱自除，是道可宗。」）

Bellah (1967)

³⁸ King, M. L. (1963, August 28). "I have a dream..." Retrieved from <https://www.archives.gov/files/press/exhibits/dream-speech.pdf>

³⁹ King (1963); see n. 38. You can listen to an audio recording of the speech here: <http://www.americanherotric.com/speeches/mikitavedream.htm>

⁴⁰ King (1963) 前幾個月的哈里斯民調（Harris poll）顯示：雖然金恩博士當時已比〈我有一個夢想〉演講時（一九六三年）出名得多，但還是有近七成五的美國人不認同他（而他現在已被其聞名，認同他的人超過九成）。雖然是花了一些時間，但他那篇演講的確改變了美國。請見 Cobb, J. C. (2018, April 14)。事實上，金恩博士遇刺時還不像川普現在這麼有名，見 USA Today. Retrieved from <https://www.usatoday.com/story/opinion/2018/04/04/martin-luther-king-jr-50-years-assassination-donald-trump-disapproval-column/482242002>

⁴¹ Pauli Murray College. (n.d.). About Pauli Murray. Retrieved from <https://paulimurray.yalecollege.yale.edu/subpage-2> Murray (1945), p. 24.

德價值爭取認同。如果你想體會高貴道德的情緒感染力，請上YouTube搜尋「緬因人團結為婚姻」(Mainers United for Marriage)，你會看到消防員、共和黨和基督徒拍的一些短片。他們全都從宗教、愛國等強而有力的道德原則切入，說明他們為什麼希望子女或同事能與自己所愛的人成婚。以下是一則廣告的逐字稿，主角是一位聖公會牧師和他妻子⁴⁴：

丈夫：我們的兒子哈爾在伊拉克當排長。

妻子：他回國的時候找我們談，要我們一起坐下，說：「爸，媽，我是同志。」

丈夫：這是得花點時間適應，但我們愛他，也以他為榮。

妻子：我們的婚姻是我們人生的基礎，四十六年了。

丈夫：我們本來覺得民事結合對同志伴侶已經夠了。

妻子：但婚姻是發自內心的承諾。民事結合無法取代。

丈夫：我們的兒子為我們的自由而戰。他應該擁有結婚的自由。

這才是贏得人心、理性和選戰的方法——你必須打動大象（直覺和情感過程）也打動騎象人（理性）。⁴⁵金恩和莫瑞都懂這點。他們不羞辱也不妖魔化對手，反而著力於人性化他們，接著不斷喚起他們的人性。

共同敵人認同政治

雖然很多大學校園仍能見到共同人性認同政治，但最近幾年，我們發現另一種類型的認同政治迅速崛起。這種認同政治以對抗共同敵人來凝聚和動員不同群體，能挑起強烈的社會心理機制。有句貝都因諺語把這種心態描繪得入木三分：「我對抗我兄弟，我和我兄弟對抗我表兄弟，我和我兄弟和我表兄弟對抗世界。」⁴⁶指出共同敵人能有效擴大和動員你的部落。

因為我們現在正試圖了解校園裡發生了什麼事，這一章接下來會著重討論校園左派的認同政治。可是我們也發現，校園裡的發展常常是受右派挑釁影響（這一點我們會在第六章談），而右派的挑釁大多出自校外。在校外，右派和左派一樣熱中認同政治。

談到共同敵人認同政治的可怕，沒有比希特勒用猶太人團結並擴張第三帝國更戲劇化的事。而我們現在最讓人震驚的問題之一是：有些美國人（和歐洲人）公開擁抱新納粹的概念和象徵，而且他們多半是年輕白人男性。這些人和其他民族主義者合流，不只同樣敵視猶太人，也都憎恨黑人、女性主義者和「SJWs」(social justice warriors，「社會正義鬥士」)。在一〇一六年之前，這些右翼極端團體在校園政治裡並未扮演重要角色，可是到一〇一七年時，他們很多已經學到網路謾罵和線

⁴⁴ MainersUnited (Producer). (2012, November 2), Yes on 1: Mainers United for Marriage — Will & Arlene Brewster [Video file]. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=trizfhtN6UVc>

⁴⁵ 《好人總是自以為是》一到四章的文獻回顧支持這個論點。

⁴⁶ 引用版本.. Haji (2011), p. 185.

上騷擾的招數，開始對校園事件發揮影響。我們到第六章會進一步談。

至於起於校園左傾團體的認同政治，我們來看看近來引起廣大關注的例子。二〇一七年十一月，德州大學一名拉美裔學生在學生獨立報紙寫了一篇文章，標題是「你們的DNA討人嫌」。⁴⁷ 文章這樣開頭：

每當我想想我遇過的白人——不管是教授、同學、情人、朋友、警察等等——我覺得大概只有十個還算「正派」。

這個學生繼續寫道：「白人性」(whiteness) 是「人為建構的，用來讓種族歧視權力體系永遠長存」。他斷言：「透過持續不斷的意識形態鬥爭，我們終將戰勝，成功解構『白人性』及其一切附屬品。」文章最後這樣結束：

從本體論來看，白人之死代表解放一切……在此之前，給我牢牢記好：我恨你們，因為你們根本不該存在。你們既是地球上的宰制機器，也是虛無，其他文化只要碰上你們就難逃一死。

右翼網站把這篇文章解讀成種族滅絕宣言，說它真的在號召消滅白人。可是作者呼籲的應該是

滅絕白人文化：終結美國的白人霸權和「白人性」文化。無論如何，校園內外的反彈聲浪來得又快又猛。⁴⁸ 報社收到仇恨郵件，要求相關人員辭職，甚至發出死亡威脅。超過兩千人連署要求取消經費補助⁴⁹ (FIRE 則為其第一修正案權利辯護)。學生編輯立刻道歉、撤文、開除作者。⁵⁰ 校長說這篇文章是「種族歧視言論」，並表示她希望學生編輯「在決定出刊內容時行使良好判斷」。⁵¹

在提出拆解權力結構的呼籲時，作者用了某些學系常用的一組詞彙和概念，論證王線恰恰契合馬克思主義社會政治分析方法大家族。這套方法主要從權力的角度分析事物，團體之間彼此進行權力鬥爭。在這個典範裡，只要發現某個團體向其他團體施展權力，道德二分隨之而起：被視為擁有

⁴⁷ 這篇文章已遭刪除，但截圖可以在這裡看 [Coyne, J. \(n.d.\). Texas college newspaper publishes op-ed calling white DNA an “abomination” \[Blog post\]. Retrieved from <https://whyevolutionistrue.wordpress.com/2017/11/30/texas-college-newspaper-publishes-op-ed-calling-white-dna-an-abomination.> \(第 1 句其實用了《薄伽梵歌》的典故：「如今我變為潔白，成為諸世界的毀滅者。\)】](#)

⁴⁸ Cohn, A. (2017, December 13). Students, faculty, and administrators launch attack on Texas State University newspaper. FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/students-faculty-and-administrators-launch-attack-on-texas-state-university-newspaper>

⁴⁹ Defund the racist University Star. (2017, November 30). Retrieved from <https://www.change.org/p/bobcat-liberty-council-defund-the-racist-star>

⁵⁰ Cervantes, D. (2017, November 28). Editor’s note. *The University Star*. Retrieved from <https://star.txstate.edu/2017/11/28/letter-from-the-editor-3>

⁵¹ 詳情請見 [Cohn \(2017\); see n. 48. 亦見 \[Trauth, D. \\(2017, November 28\\). Message from the president regarding University Star column. Texas State University–Office of Media Relations. Retrieved from \\[http://www.txstate.edu/news/news_releases/news_archive/2017/November-2017/Statement112917.html\\]\\(http://www.txstate.edu/news/news_releases/news_archive/2017/November-2017/Statement112917.html\\)\]\(#\)](#)

權力的團體是壞的，被認為遭到壓迫的團體是好的。我們在本章開頭引了薩克斯拉比的話，這種二分是他說的病態二元論的變形。

馬克思的寫作背景是十九世紀工業革命。他把焦點放在經濟階級之間的衝突，例如無產者（勞動階級）和資本家（擁有生產工具者）的對立。不過，團體之間的任何鬥爭都能用馬克思主義方法詮釋。要了解大學校園今天的變化，最值得一談的馬克思主義思想家之一是馬庫色（Herbert Marcuse）。這位哲學家兼社會學家出身德國，為避納粹之禍逃至美國，擔任多所大學教授。他的著作在一九六〇和七〇年代深具影響力，美國左派當時正蛻變為「新左派」，主要焦點從工人與資本家的對立，轉移到民權、女權和其他推動公平正義的社會運動。對他們來說，這些運動往往有左右面向——進步派要的是進步，保守派要的是保持現存秩序。於是，馬庫色用馬克斯主義的詞彙分析左右衝突。

在一九六五年的文章〈壓抑性容忍〉（“Repressive Tolerance”）裡，馬庫色指出：容忍和言論自由只有在特殊條件下才對社會有益，但這種特殊條件幾乎不存在——這個條件就是絕對平等。馬庫色認為，只要團體之間還存在權力差異，容忍只會讓已有權力的團體更有權力，讓它們更容易宰制教育、媒體和大多數的傳播管道。因此，無差別的容忍（indiscriminate tolerance）其實有「壓抑性」，因為它阻礙政治議程，也壓抑權力弱者的聲音。

既然無差別的容忍並不公平，我們需要的容忍應是差別待遇的容忍（tolerance that discriminates）。馬庫色說：真正的「解放性容忍」（liberating tolerance）是扶弱抑強的容忍。那

麼，誰是弱者？誰又是強者呢？對一九六五年寫這篇文章的馬庫色來說，弱者是政治左派，強者是政治右派。雖然當時是民主黨執掌華府，馬庫色還是把右派跟商界、軍方和其他既得利益者連在一起。在他看來，只要玩弄權力、斂聚財富、阻礙社會變化，都算右派，⁵²而左派指的是學生、知識分子和所有少數派。對馬庫色而言，左右兩派在道德上並不對等。在他眼中，右派推動戰爭，左派力挺和平；右派是「仇恨」的黨羽，左派是「人道」的一方。⁵³

在馬庫色的框架裡，右派有權，所以是壓迫者；左派孱弱，所以是被壓迫者。認同這套框架的人，可能也很容易接受他的主張：無差別的容忍是壞的。馬庫色認為：解放性容忍應取而代之，「不容忍右派的運動，只容忍左派的運動」。⁵⁴

馬庫色是有想到：自己所倡導的觀點似乎既違反民主精神，又破壞不歧視的自由傳統。但他也說，當社會裡多數人遭到壓迫，以「壓制和灌輸思想」讓「受壓迫的多數」獲得他們應有的權利，並沒有什麼不對。他有段話彷彿預言了某些大學近日的事件，讀來令人心驚。他說：對於倡導保守目標或（他認定為）侵略或歧視政策的人，真民主或許必須剝奪他們的基本權利；而真正思想自

⁵² 馬庫色在一九六八年為這篇文章加上補記，說：「左派無法平等發聲，無法平等取得大眾媒體注意及其公共利益——這並不是因為有排擠左派的陰謀，而是因為在美好的老派資本主義風尚裡，左派並沒有必備的購買力。」Wolff, Moore, & Marcuse (1965/1969), p. 119.

⁵³ 馬庫色說：「官方容忍右派，也容忍左派；容忍侵略運動，也容忍和平運動；容忍仇恨派，也容忍人道派。」Wolff, Moore, & Marcuse (1965/1969), p. 109.

由，或許需要教授灌輸學生思想：

不應阻礙能讓受壓迫的多數邁向茁壯的路，如果路被有系統的壓迫和思想灌輸阻礙，重新開路或許需要顯然不民主的手段。這些手段包括撤回容忍——如果有團體或運動提倡侵略政策、發展軍備、沙文主義、基於種族和宗教的歧視，或是反對擴大公共服務、社會安全、醫療照顧等等，便不再容忍它們的言論和集會。此外，如果教育機構的方法和觀念是用以封閉思考，將心靈縮限在既定言論和行為的世界，那麼，恢復言論自由或許需要以約束為輔，對教育機構的教學和活動施加新而嚴格的限制。⁵⁵

馬庫色革命的目標不是平等，而是翻轉權力。他在一九六五年提出這個看法：

現在應該很清楚了：要讓尚未擁有民權的人行使民權，必須先收回阻礙他們行使民權的人民權；要讓世上受壓迫的人得到解放，必須先壓制他們的舊主人和新主人。⁵⁶

德州大學那位寫文章的學生也許沒有直接讀過馬庫色，但無論如何，他最後形成馬庫色式的世界觀。馬庫色被視為新左派之「父」，他的見解被一九六〇和七〇年代的學生接收，而那些學生就是現在老一輩的教授，所以，馬庫色的觀點到今天仍隨處可尋。問題是：〈壓抑性容忍〉都出版五論點對一九六五年的很多人來說相當合理，他的想法在今日校園還站得住腳嗎？

當代馬庫色主義

在〈壓抑性容忍〉出版後的幾十年裡，大學人文和社會科學院系發展出許多理論和方法，提供各種從權力關係分析社會的方式（例如解構主義、後結構主義、後現代主義、批判理論等）。其中有一個理論特別值得一提，因為在今日校園運動者的論述之中，經常能看到它的概念和用語。這套方法叫「交織性」（intersectionality）理論，由UCLA法學教授金柏利·威廉斯·克倫肖（Kimberlé Williams Crenshaw）提出（她目前在哥倫比亞大學執教，主持交織性與社會政策研究中心〔Center on Intersectionality and Social Policy Studies〕）。⁵⁷一九八九年，克倫肖在論文中指出：光是把黑人經驗和女性經驗加起來，並不能了解黑人女性在美國的經驗。⁵⁸透過分析一件訴訟，她生動地勾勒出

⁵⁵ Wolff, Moore, & Marcuse (1965/1969), pp. 100–101.

⁵⁶ Wolff, Moore, & Marcuse (1965/1969), p. 110.

⁵⁷ Columbia Law School. (2011, October 12). Center for Intersectionality and Social Policy Studies established. Retrieved from [http://www.law.columbia.edu/media_inquiries/news_events/2011/october2011/Intersectionality_Crenshaw_\(1989\).](http://www.law.columbia.edu/media_inquiries/news_events/2011/october2011/Intersectionality_Crenshaw_(1989).)

自己的觀點。在這件訴訟中，雖然通用汽車公司（General Motors）的確雇用很多黑人和女性，但在廠房工作的多半是男性，獲得文書工作的多半是白人女性，黑人女性還是受到歧視。⁵⁹ 儘管通用汽車公司並無歧視黑人或女性的事實，但它實際上極少雇用黑人女性。克倫肖的重要洞見是：不能只看少數幾個大的歧視「主效應」，還必須留意各種歧視的交互影響，或者說「交織性」。大體說來，就如派翠西亞·希爾·柯林斯（Patricia Hill Collins）和瑟瑪·比爾吉（Sirma Bilge）在最近合著的書中所說：

作為分析工具，交織性理論能檢驗權力關係如何交織和相互建構。種族、階級、性別、性傾向、失能／健全（dis/ability）、族群、國族、宗教和年齡，都是分析的範疇，都是點出重要社會分歧的術語。不過，它們也是從種族主義、性別主義、異性戀主義和階級剝削的權力關係獲得意義的範疇。⁶⁰

我們認為，交織性理論所依據的幾個洞見是有效且有用的：權力事關重大；團體成員有時會為保持權力而表現殘酷或不公；具有多重身分認同的人，可能會以別人往往看不見的方式遭受各種不利。之所以要用「交織性」這個術語，就如克倫肖在她二〇一六年的TED演講中所說，是因為「不給問題一個名稱，你就看不到問題；看不到問題，就很可能無法解決問題」。⁶¹

我們在此無意批評這個理論本身，我們想探究的是：對於交織性的特定詮釋，對大學校園可能

產生什麼影響？人心傾向部落主義，而這些對交織性的詮釋可能開啟部落主義之路。

這些對交織性的詮釋要人去看特權和壓迫的二元向度，去發現它們在社會相互作用中無所不在。交織性不只關乎就業或其他機會，也不只牽涉種族和性別問題。教交織性時有時會用到下頁圖3.1這種圖，我們也照多倫多大學哲學教授凱瑟琳·保莉·摩根（Kathryn Pauly Morgan）的圖畫了這張圖（為簡要起見，我們只取了她十四條交織線中的七條）。⁶² 摩根曾在論文裡介紹自己的方法，她說：中心點是特定的個人，這個人活在權力和特權等諸多向度的「交織」之中，在各條軸線上的位置可能高、也可能低。她這樣界定自己的用語：「特權關乎以系統性方式宰制他人的權力……壓迫牽涉的是一個人因為自己在各條軸線上的位置而受宰制的、系統性的親身經驗。」⁶³

摩根取徑於法國哲學家傅柯（Michel Foucault），她指出：我們每一個人「在每條線上都（至少）占著一點，這一點同時是我們能動性、權力、去權（disempowerment）、壓迫和抵抗的位置。端點代表每一條線的最大特權或極端壓迫」。⁶⁴ 摩根分析種族和性別這兩條線如何交互作用，建構

⁵⁹ Degraffenreid v. General Motors Assembly Division, 413 F. Supp. 142 (E.D. Mo. 1976).

⁶⁰ Collins & Bilge (2016), p. 7.

⁶¹ TED (Producer). (2016, October). The urgency of intersectionality [Video file]. Retrieved from https://www.ted.com/talks/kimberle_crenshaw_the_urgency_of_intersectionality

⁶² Morgan (1996), p. 107.

⁶³ Morgan (1996), p. 106.

⁶⁴ Morgan (1996), p. 106.

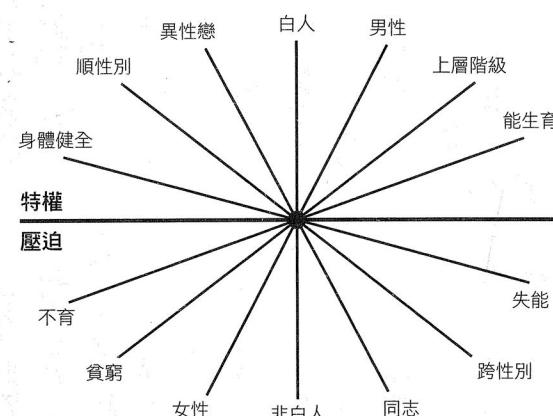


圖3.1 特權和壓迫的七條交織線。依交織性理論，每個人的親身經驗都是被他／她在這些（和很多其他）向度上的位置形塑的（我們這張圖是簡化摩根的圖，原圖見：Morgan [1996], p. 107。我們沒有納入的軸線是：性別典型—反常、年輕一年老、歐洲—非歐洲、文憑—知識低落、英語為母語—英語為第二語言、膚色淺—膚色深、外邦人—猶太人）。

出獨尊白人男性看法和觀點的學校。她說，女孩和女人實際上成了「被殖民者」。雖然她是全體學生中的多數，卻被迫學習白人男性的主張，生活在由白人男性設立框架的制度裡。

的確，在美國，規劃教育體制的主要是白人男性，建立大學的也幾乎都是白人男性，摩根這一點說得當然很對。這些學校也大多曾將女性和有色人種拒於門外。可是，這代表今天的女性和有色人種該自認是「被殖民者」嗎？這樣做究竟是為他們賦權，還是鼓勵他們產生外在制握感？這能讓他們更積極與老師互動、更認真讀課堂資料、更努力用功、更從學校生活受益嗎？還是正好相反？

更廣一點來看：訓練學生從二元交織線的框架看每一件事，而且每條線都一端標

「特權」、另一端標「壓迫」，學生的思考會產生什麼變化呢？既然「特權」被界定為「宰制的權力」，會造成「壓迫」，那麼，這些軸線本質上就屬於道德向度。上方的人是惡的，下方的人是善的。這種教育似乎可能加深「我們／他們」對立的謬誤，直接為學生的認知基模編進一條原則：人生是好人與壞人的戰爭。這無可避免會帶出一個問題：誰是壞人？壓迫的軸線往往指向同一個交織位置：異性戀白人男性。

這種思考方式活生生發生在一〇一五年十一月的布朗大學。當時有群學生闖進校長辦公室，向校長（女性）和教務長遞出要求清單（教務長是大學主管之首，通常是校內第二高的職位）。⁶⁵ 在對質影片裡可以看到：教務長（白人男性）才一開口：「我們可不可以談——」就馬上被一陣「不行！」和彈指聲打斷。其中一個學生有說為什麼打斷他：「大家的問題是：這裡老是被異性戀白人男性霸著。」教務長說他自己就是同志。學生支支吾吾了一下，但繼續抗議，無視布朗大學是由一名女性和一名同志作主。「呃，同志……隨便啦……反正白人男性總是在高層。」

簡單來說，為了適應部落競爭，人在漫長演化之後很容易偏向「我們／他們」對立的二元思考。如果我們想打造友善、包容的社群，就應該盡一切可能關閉部落主義，開啟共同人性感。可是，大學今天運用的某些理論方法卻正好相反，它們可能讓我們古老的部落傾向過動（即使那並

⁶⁵ 這段經過有剪輯在紀錄片《你閉嘴》(Silence U) 裡，這裡可以觀賞（文中場景在7: 53處）.. We the Internet (Producer). (2016, July 14). Silence U: Is the university killing free speech and open debate? We the Internet Documentary [Video file]. Retrieved from <http://youtu.be/x5uaVFFx3AQ?t=7m55>

非教授們的本意）。當然，有些人的確是種族歧視、性別歧視或恐同，有些機構也確實如此（即使主事者並沒有惡意，但要是他們還是比較不歡迎某些群體的成員，說這些機構「歧視」並不冤枉它們）。我們希望能教學生看出各種歧視和偏見，因為這是減少歧視和偏見的關鍵步驟。交織性可以教得有技巧，克倫肖在TED演講中就做到了。⁶⁶這套理論能增進同理，揭露我們以往沒注意到的不義。可是不知怎的，現在很多大學生似乎採取另一種版本的交織性思考，擁抱「我們／他們」對立的謬誤。

為什麼共同敵人認同政治對學生不利

請想想看：如果全年級的大學新鮮人一入學就接受新生訓練，而訓練內容不只包括前述交織性思考，還加上學習辨認微侵犯。第一週結束後，學生們都學會了評價自己和別人的特權等級，都已懂得分辨各種身分群體，都能看出人與人之間的更多差異。⁶⁷他們都學會把更多言詞或社會行為詮釋成微侵犯。他們都學會將侵犯、宰制和壓迫與特權群體連結。他們都學會忽視別人的動機，只重視自己感受到的影響。這個學校的學生，對史沛爾曼教務長和愛瑞卡·克里斯塔吉斯的電郵會怎麼反應呢？⁶⁸

結合共同敵人認同政治和微侵犯訓練，會造成高度傾向「嗆聲文化」的環境。這種文化的學生只要指出社群成員的小冒犯舉動，並公開對冒犯者「嗆聲」，就能人氣高漲。⁶⁹要是你私下溫和地找冒犯者談，你不但無法加分、無法得到肯定，還可能被解讀成跟敵人勾結。嗆聲文化讓人用簡單的方式吸引觀眾，而羞辱或懲罰據稱是冒犯者的人也能得到回報——觀眾會給你地位。這是社群媒體影響甚鉅的原因之一：永遠有群眾一心想看別人遭到羞辱，在旁觀者能輕易加入戰局或煽風點火時尤其如此。

在嗆聲文化裡生活需要隨時警戒、謹小慎微和自我審查。也許有很多旁觀者同情被羞辱的人，但他們不敢出聲，任人誤會他們全都認同這種譴責方式。這裡是一位史密斯學院（Smith College）學生的心聲，講她自己在一〇一四年開學見識到嗆聲文化的經驗：

⁶⁶ TED (2016); see n. 61.

⁶⁷ 舉例來說，克瑞頓大學（Creighton University）在官網上貼了一份練習，說它是「設計來讓團體對特權和不利的概念達成特定結論」。隨著問題不同，填答者不是前進就是後退。開頭是這樣：「在美國史上，因殺害有色人種而遭定罪和處決的白人很少。所有白人請前進一步。」下一題：「拉美裔、原住民裔和非裔美國人的高中輟學率超過五成五。拉美裔、非裔和原住民裔美國人請後退一步。」練習結束時，站在房間最前方的人是最具「特權」的，最後方的人則最沒有特權。指導者這時說：「請注意哪些群體的人在前面，哪些群體的人在後面。」請見：Privilege exercise (race focus). (n.d.). Retrieved from <https://people.creighton.edu/~idc24708/GenesDiversity/Privilege%20Exercise.htm>

⁶⁸ 我們不知道CMC在新生訓練中有沒有加進和交織性相關的觀念。這些觀念也可能來自課堂或其他學生。可是在與史沛爾曼交涉的影片裡，交織性理論的語言比比皆是：The CMC Forum (Producer) (2015, November 11). CMCCers of color lead protest of lack of support from administration [Video file]. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=OIB7VjyIZZ8>

⁶⁹ Friedersdorf, C. (2017, May 8). The destructiveness of call-out culture on campus. *The Atlantic*. Retrieved from <https://www.theatlantic.com/politics/archive/2017/05/call-out-culture-is-stressing-out-college-students/524679>

剛進史密斯學院那陣子，我常常看到有人跟其他人說他們的看法是錯的，那種對話我看過不計其數。每次講理幾乎都會出現「冒犯」這個字。短短幾週之內，我們大一那班很快同化，也開始用這種新的非思考方式。他們能立刻察覺政治不正確的觀點，對講錯話的人嗆聲，指出他們犯了「錯誤」。我開始較少講出想法，免得被那群自稱代表言論自由的人斥責或扣帽子。我跟其他所有學生一樣，學會戰戰兢兢，如履薄冰，唯恐自己講了什麼「冒犯」的東西。這裡的風氣就是這樣。⁷⁰

全美各地的報告非常類似：現在很多大學的學生戰戰兢兢，如履薄冰，唯恐講錯話、按錯讚，不敢為他們明明知道無辜的人辯護，因為他們怕社群媒體上的暴民也對自己嗆聲。⁷¹康納·弗萊斯多夫（Conor Friedersdorf）在《大西洋》雜誌上探討高等教育問題，回應我們二〇一五年最早那篇「寵溺」文章。學生有跟他講過同樣的事，例如：「學生為雞毛蒜皮的議題爭得面紅耳赤……這已導致學校精神解體，校園分崩離析。」另一位學生則這樣說：

我想講的話大概有九成忍下沒講，因為我怕被嗆聲……他們不光因為你看法有錯才嗆你，基本上什麼事都能拿來嗆你。

我今天在推特上看到有人嘲笑一個女生。她拍了一段影片說她多愛神、會為每個人禱告等等。結果影片底下灌進幾百個留言，很粗暴的那種。重點是，他們甚至不是嘲笑她的立場，而

是什麼都拿出來挖苦：她的眉毛、她動嘴的方式、她的聲音、她頭髮分邊的方式……荒謬到了極點。⁷²

從這段話裡，我們可以開始看到社群媒體怎麼放大殘酷和「曬優秀」（*virtue signaling*），這兩個都是嗆聲文化一再浮現的特徵（「曬優秀」指的是人說或做某些事來炫耀自己）。這能讓他們在自己的圈子繼續受到關注）。加入暴民能讓好人拋下良心，在戴上面具（現實暴民）或採用化名或分身（網路暴民）時尤其如此。匿名性推進了去個人化（deindividuation），去個人化則削弱了自制，讓一個人更甘願隨暴民起舞。⁷³

在特蘭特·伊迪（Trent Eady）的文章裡，我們可以看到這種思考方式所導致的智性災難。伊迪是加拿大酷兒運動人士，原本也熱中此道，二〇一四年好不容易逃出這種思考陷阱之後，他寫了一篇〈「一切都是問題」：我走向暗黑政治世界的旅程，還有我怎麼逃離〉（“‘Everything Is

⁷⁰ Barrett, K. (2016, September 22). Walking on eggshells – How political correctness is changing the campus dynamic. *The Sophian*. Retrieved from <http://www.thesmithsophian.com/walking-on-eggshells-how-political-correctness-is-changing-the-campus-dynamic>

⁷¹ 關於過去幾年校園諷諭風氣改變的調查資料，更全面的分析請見：Stevens, S., & Haidt, J. (2018, April 11), The skeptics are wrong part 2: Speech culture on campus is changing. Retrieved from [https://heterodoxacademy.org/the-skeptics-are-wrong-part-2-Friedersdorf \(2017\); see n. 69.](https://heterodoxacademy.org/the-skeptics-are-wrong-part-2-Friedersdorf (2017); see n. 69.)

⁷² Zimbardo (2007).

Problematic': My Journey Into the Centre of a Dark Political World, and How I Escaped"）。伊迪指出這種文化的四個特徵：教條主義，團體迷思（groupthink），十字軍心態，以及反智主義。在他的描述中，我們可以看出這與「我們／他們」對立的謬誤十分相關：

用這種方式思考，很快會把世界切成圈內和圈外——一邊是信徒，一邊是異端；一邊是好人，一邊是壞人……每個小異端都會讓你一步一步與團體疏離。我在這種團體時發現每個人的看法都一模一樣，立場一致的議題多到可疑。內部意見不一的情況很罕見。⁷⁴

很難想像有哪種文化比這個更與大學的使命相悖。⁷⁵

共同人性在今日的力量

在暢銷書《新種族隔離：種族盲時代的大規模監禁》（*The New Jim Crow: Mass Incarceration in the Age of Colorblindness*）裡，⁷⁶作者米雪兒·亞歷山大（Michelle Alexander）深入探討黑人男性的悲歌：被捲進刑事司法系統的黑人男性高達幾百萬，而原因常常是持有或使用少量大麻。他們獲釋後在社會求職不易，卻沒有受國家救濟的資格，有時甚至還失去投票權，成為美國社會裡的「低種姓階級」。從他們的角度來看，美國社會其實跟種族隔離時代的南方相去不遠。

這本書不但深深震撼政治左派，帶出的議題也引發政治光譜各方迴響。自由派明確反對警方濫

權和毒品戰爭邏輯（例如雷德立·巴爾柯〔Radley Balko〕的《戰士警察的興起：美國警方武力的軍事化》〔*Rise of the Warrior Cop: The Militarization of America's Police Forces*〕⁷⁷，還有FIRE共同創辦人哈維·希爾維格雷特〔Harvey Silvergate〕的《三重罪：聯邦政府如何針對無辜者出手》〔*Three Felonies a Day: How the Feds Target the Innocent*〕⁷⁸），保守派團體「為犯罪做對的事」（Right on Crime）也聲言反對過度入罪、大規模監禁和毒品戰爭。⁷⁹在嚴重但可能解決的問題上，左派和右派的確有攜手合作的機會。⁸⁰

對尋求改革的社運人士來說，這件事凸顯發揮共同基礎的重要。遊行和集會的確能為你的「團隊」激發士氣，但正如哥倫比亞大學人文學教授馬可·里拉（Mark Lilla）在《昔日與未來的自由派：認同政治之後》（*The Once and Future Liberal: After Identity Politics*）中所說：要造成長遠的

⁷⁴ Eady, T. (2014, November 24). "Everything is problematic": My journey into the centre of a dark political world, and how I escaped. *The McGill Daily*. Retrieved from <https://www.mcgilldaily.com/2014/11/everything-problematic>

⁷⁵ 關於政治活動往往妨礙學者探求真理的能力，進一步的討論請見：Van der Vossen (2014), Alexander (2010), Balko (2013).

⁷⁶ Silvergate (2009).

⁷⁷ Right on Crime. (n.d.). The conservative case for reform. Retrieved from <http://rightoncrime.com/the-conservative-case-for-reform>

⁷⁸ Hirsh, M. (2015, March/April). Charles Koch, liberal crusader? *Politico*. Retrieved from <https://www.politico.com/magazine/story/2015/03/charles-koch-overcriminalization-115512>

改變，光是遊行和集會還不夠，你得打贏選戰；而要打贏選戰，你得從立場各異的團體中吸引夠多的人。里拉指出：從羅斯福（Franklin D. Roosevelt）總統任內到一九六〇年大社會計畫（Great Society）時代，左派在凝聚共識方面是成功的。可是從那之後，左派轉向錯誤，新的政治方法更強調分歧——也更不成功：

他們投入認同政治運動，忽略我們身為公民共享了什麼？是什麼讓我們凝聚為國家？羅福自由主義和支持它的工會的標誌是握手。現在身分自由主義常見的標誌，則是棱鏡將一道光折射成各種色彩，形成彩虹。這說明了一切。⁸¹

但直到現在，訴諸共同人性還是可以發揮作用，而且效果就跟金恩牧師當年一樣好。二〇一七年九月十六日，一群川普支持者在華府國家廣場（National Mall）舉辦集會，名稱叫「集會之母」站出來，愛國團結大會師（the Mother of All Rallies Patriot Unification Gathering）。⁸²當時，與他們立場迥異的「黑人的命也是命」（Black Lives Matter, BLM）也發起遊行，隊伍經過時向川普支持者叫囂，川普支持者也回罵。台上有人要川普支持者別理對方，「當他們不存在」。BLM遊行指揮霍克·紐森（Hawk Newsome）後來說，他原本打算「站在那裡向天舉拳，擺出拚鬥姿態，開始跟他們對罵」。雙方緊張情勢升高，旁觀者錄下一觸即發的場面。人稱湯米·岡恩（Tommy Gunn）的川普方集會主辦人站上台，說：「這是言論自由。」出乎大家預料的是，他請紐森和其他BLM支

持者上台。「我們讓你們在我們的台子講兩分鐘，講你們的訴求。」岡恩對紐森說：「他們贊不贊成你們的訴求不是重點，重點是你們有權利傳達訴求。」

紐森站上台，一開口就講：「我是美國人。」群眾一片歡呼。「美國的美好之處，就是在你發現自己國家出了什麼問題的時候，你可以找大家一起改正它。」但當他講起一名黑人男性遭警察殺害，群眾發出噓聲，向他叫罵，一名女性高喊：「閉嘴！是他犯法！」紐森開始辯解：「我們不是反警察！」群眾嘶吼：「少來，明明就是！」「我們是反壞警察！」紐森堅定表明立場，可是眾人似乎已經不太想聽。「我們不是要什麼施捨，」他繼續說：「我們也沒有要你們的東西。我們要的是我們天賦的自由權利，自由，還有追求幸福的權利。」群眾又聽得進去了，他們開始歡呼。這時有人喊道：「每個人的命都是命！」這句話通常是拿來叫陣，反斥「黑人的命也是命」。不料，紐森發揮保莉·莫瑞的精神，畫出更大的圈，納入現場每一個人：「沒錯，兄弟，你說得沒錯。一點也沒錯。每個人的命都是命，對吧？可是有個黑人失去性命，我們沒得到正義。所以我們才說『黑人的命也是命』……如果我們真的想讓美國偉大，我們得一起努力。」

群眾再次歡呼，齊聲喊：「U—S—A，U—S—A……」突然，這兩群人不再是「我們」和

⁸¹ Lilla (2017), p. 9.

⁸² 這裡可以看到這場互動的剪輯版。Now This Politics (Producer). (2017, September 8). This unexpected moment happened when Black Lives Matter activists were invited on stage at a pro-Trump rally [Video file]. Retrieved from <https://www.facebook.com/NowThisNews/videos/1709220972442719>

「他們」。他們的理念差異還是存在，但有了更大的圈容納他們，雙方都願放下敵意。至少在這短暫的時間裡，他們互動得像美國同胞、人類手足。「我感覺像是恢復信仰了，」紐森後來接受訪問時說：「雙方本來根本聽不進對方的想法，可是那天都往前跨了一步。」⁸³「重機騎士挺川普」的領袖之一後來也來找紐森，跟他握手、交談，還一起照了張相，紐森懷裡穩穩抱著車手的兒子。

總結

- 為適應衝突頻起的部落生活（而且衝突常常是暴力的），人類經過長期演化之後，現在已經傾向把世界分成「我們」和「他們」兩半，甚至會隨便以無關緊要的標準區分人我（亨利·泰弗爾的心理實驗也證明這點）。
- 認同政治有很多種形式。有些形式可以稱為共同人性認同政治，因為採用這種方式的人會人性化自己的對手，設法觸動他們的人性，同時以其他方式施加政治壓力。馬丁·路德·金恩和保莉·莫瑞屬之。
- 相反地，共同敵人認同政治用另一種方式團結盟友。他們利用的是貝都因諺語所反映的心理：「我對抗我兄弟，我和我兄弟對抗我表兄弟，我和我兄弟和我表兄弟對抗世界。」極右派和極左派都會運用這種手段。
- 交織性理論是今日校園流行的知識框架，部分版本教學生用特權／壓迫多線交織的方式看世界。雖然這個理論有其優點，但它在校園裡被詮釋和實踐的方式，有時可能放大部落式思考，肯定式的思考與這些條件不相容。

「我們」VS「他們」的謬誤：人生是好人與壞人的戰爭。

- 共同敵人認同政治若與微侵犯理論結合，會形成嗆聲文化。在這種文化裡，一個人所說、所做的，一切幾乎都會帶來公開羞辱。這可能造成「如履薄冰」的氣氛，也讓學生養成自我審查的習慣。嗆聲文化對學生的教育不利，對他們的心理健康也有害。要完成教育和研究使命，大學需要自由質疑、容忍異議、尊重以證據為基礎的辯論，以及智性上的誠實，但嗆聲文化和「我們VS他們」式的思考與這些條件不相容。

我們在此結束本書第一部分。在這三章裡，我們剖析了三種很不好的觀念，也指出它們全都合乎序章所列的重大謬誤標準：抵觸古代智慧、與現代心理學對幸福的研究衝突，而且對相信它的個體和群體有害。在第二部分，我們會檢視校園近期發生的幾個戲劇化事件，對校外觀察者來說，它們是難以理解的。我們會說明：一旦了解三大謬誤和它們對個人和群體的影響，這些事件會容易解釋得多。

⁸³ Hains, T. (2017, September 20). “Black Lives Matter” leader wins over Trump supporters: “If we really want America great, we do it together.” *Real Clear Politics*. Retrieved from https://www.realclearpolitics.com/video/2017/09/20/black_lives_matter_leader_wins_over_trump_supporters_if_we_really_want_america_great_we_do_it_together.html

當謬誤化為行動

第二部分

第四章 恐嚇與暴力

當我們把對手非人化和妖魔化，我們等於放棄和平化解彼此歧異的可能性，只想合理化對他們使用暴力。

——尼爾森·曼德拉（Nelson Mandela）¹

二〇一七年二月一日晚，加州大學柏克萊分校爆發暴力衝突，約一千五百人包圍米羅·雅諾波魯斯原訂要發表演講的大樓。雅諾波魯斯是挺川普的年輕英國同志，曾任布萊巴特新聞台（Breitbart News）編輯（「另類右派」*運動在前一年總統選戰期間席捲全美，布萊巴特新聞台是這股風潮的主要喉舌）。雅諾波魯斯幾個月前已被推特封鎖，理由是他違反推特規定，「引起或參與

¹ Mandela (2003), p. 545.

* 編按：另類右派（alt-right）：美國右派政治主義者中反對主流保守主義的一個分支，其擁護者多支持川普，特別對多元文化、女性主義、非法移民等議題表示反感，部分有白人至上主義傾向。

對其他人針對性的謾罵和騷擾」。²這個人深諳煽動之道，擅長引爆怒火，再利用這股怒火羞辱對手，以達成自己的目的。³

抗議者的目標是迫使演講取消。很多人來自當地無政府主義激進團體，自稱「反法西斯主義者」或「反法」(Antifa)⁴。照柏克萊大學方的說法，「只有大約一百五十名抗議者該為後續破壞和暴力負責——這些行為包括踢倒照明器材⁵、將商用級煙火⁶射向大樓⁷和警察⁸、砸毀 ATM⁹、放火¹⁰、拆護欄¹¹、用拆卸的護欄（和棒球棒）¹²打破窗戶、向警方扔石塊¹³，甚至投擲汽油彈¹⁴。雖然學校和鎮上財物損失超過五十萬美元¹⁵，但更令人寒心的是抗議者使用肢體暴力，出手攻擊學生

- ² Warzel, C. (2016, July 19). Twitter permanently suspends Conservative writer Milo Yiannopoulos. *BuzzFeed*. Retrieved from <https://www.buzzfeed.com/charliewarzel/twitter-just-permanently-suspended-conservative-writer-milo>
- ³ 米羅·雅諾波魯斯血口噴這樣說的：「謾罵很重要……我喜歡把血口喷成俠義酸民。你知道嗎？我是蒼天行道。」 Moran, T., Taguchi, E., & Pedersen, C. (2016, September 1). Leslie Jones' Twitter Troll Has No Regrets Over Attacking the 'Ghostbusters' Actress. *ABC News*. Retrieved from <https://abcnews.go.com/Entertainment/leslie-jones-twitter-troll-regrets-attacking-ghostbusters-actress/story?id=41808886>, 亦可參考雅諾波魯斯的聲明：「當然，真正的酸民就是以挑釁為目的。他們就是要惹人生氣，就是要惡搞，就是要這裡戳一戳那裡刺一刺，就是要把人搞火……所以各位酸民們，我今天要告訴大家的是：等選舉結束，趕快放下你的筆電，去附近的大學上課。」 Yiannopoulos, M. (2016, August 20). Trolls will save the world. *Breitbart*. Retrieved from <http://www.breitbart.com/milo/2016/08/20/trolls-will-save-a-world>
- ⁴ 前「反法」組織者史考特·克勞(Scott Crow)解釋：「『反法』的概念是：他們（按：右翼人士）去哪，我們就去哪。仇恨言論不是言論自由。如果你說的話和在別人背後做的事讓別人陷入險境，你就沒權利這樣做。所以我們去製造衝突，到他們去的地方阻止他們。」 See Suerth, J. (2017, August 17). What is Antifa? CNN. Retrieved from <http://www.cnn.com/2017/08/14/us/what-is-antifa-trnd/index.html>
- ⁵ Kell, G. (2017, February 2). Campus investigates, assesses damage from Feb. 1 violence. *Berkeley News*. Retrieved from <http://news.berkeley.edu/2017/02/02/campus-investigates-assesses-damage-from-feb-1-violence>
- ⁶ Lochner, T. (2017, February 1). UC Berkeley: Protesters shut down Milo Yiannopoulos event, clash with police. *East Bay Times*. Retrieved from <http://www.eastbaytimes.com/2017/02/01/uc-berkeley-cancels-breitbart-provocateur-milo-yiannopoulos-event>
- ⁷ Park, M., & Lah, K. (2017, February 2). Berkeley protests of Yiannopoulos caused \$100,000 in damage. CNN. Retrieved from <http://www.cnn.com/2017/02/01/us/milo-yiannopoulos-berkeley/index.html>
- ⁸ Riot forces cancellation of Yiannopoulos talk at UC Berkeley. (2017, February 1). *CBS SF Bay Area*. Retrieved from <http://sanfrancisco.cbslocal.com/2017/02/01/berkeley-braces-for-protests-at-yiannopoulos-talk>
- ⁹ Park & Lah (2017); see n. 7.
- ¹⁰ Arnold, C. (2017, February 1). Violence and chaos erupt at UC-Berkeley in protest against Milo Yiannopoulos. *USA Today College*. Retrieved from <http://college.usatoday.com/2017/02/01/violence-and-chaos-erupt-at-uc-berkeley-in-protest-against-milo-yiannopoulos>
- ¹¹ Riot forces cancellation (2017); see n. 8.
- ¹² Rioters break windows, set fire to force cancellation of Breitbart editor's UC-Berkeley talk. (2017, February 1). *Fox News*. Retrieved from <http://www.foxnews.com/us/2017/02/01/rioters-break-windows-set-fire-to-force-cancellation-breitbart-editors-uc-berkeley-talk.html>
- ¹³ RTQuestionsMore (Producer). (2017, February 1). Kiara Robles talks to RT International [Video file]. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=SUQdlc8Gc-g&feature=youtu.be>
- ¹⁴ Park & Lah (2017); see n. 7.
- ¹⁵ CNBC with Reuters and AP. (2017, February 1). Trump threatens UC Berkeley with funds cut after Breitbart editor's speech is canceled following riot. *CNBC*. Retrieved from <https://www.cnbc.com/2017/02/01/uc-berkeley-on-lockdown-amid-protest-over-milo-yiannopoulos.html>
- ¹⁶ 「校方表示，示威者在校園造成約十萬美元的損害，據柏克萊商區協會 (Downtown Berkeley Association) 約言，康納(John Caner) 說法，其他地方還有四十到五十萬美金的損失。」Kutner, M. (2017, February 1). Inside the black bloc protest strategy that shut down Berkeley. *Newsweek*. Retrieved from <http://www.newsweek.com/2017/02/24/berkeley-protest-milo-yiannopoulos-black-bloc-556264.html>

和有意參加演講的人。

有人帶標語「第一修正案人人適用」，臉部被毆，血流滿面。¹⁷ 抗議者還用拳頭、水管、棍子和竿子攻擊其他人的臉部和頭部。¹⁸ 有段影片錄到：一名戴著「讓比特幣再次偉大」棒球帽的年輕女子，才剛對記者說完：「我會出現在這就是表態，我想抗議的人也是一樣。向非暴力表達立場的人致敬！雖然我覺得做得到的人真的很少。」一轉身，就有隻戴黑皮手套的手伸進鏡頭，用胡椒噴霧往她臉上噴。¹⁹

戴面具、穿黑衣的「反法」抗議者用旗竿毆打一對夫婦，把他們抵在金屬圍欄上動彈不得。妻子卡崔娜·雷德薛默（Katrina Redelsheimer）遭棍棒攻擊頭部，丈夫約翰·詹寧斯（John Jennings）太陽穴遭到重擊，開始流血。其他抗議者隨即拿出防身噴霧，朝這對夫婦和他們三個朋友的臉噴，讓他們睜不開眼。在他們的朋友呼救時，抗議者不斷以棍棒毆打他們頭部，直到旁觀民眾把他們拉出圍欄。在此同時，五到六名抗議者把詹寧斯拖到幾呎之外，踢他、打他，等到旁邊的人好不容易把攻擊者拉開，詹寧斯已經失去意識。²⁰ 據雷德薛默說，警方當時已在大樓中架起圍欄防禦，拒絕民眾進入（有人想扶她進去沖洗眼睛，警方卻叫他們走，雷德薛默這才知道警方採取這種措施）。²¹ 這時，自稱「溫和自由派」的柏克萊學生記者普拉納夫·嚴迪亞拉（Pranav Jandhyala）也出事了：他正用手機記錄經過，卻遭到抗議者攻擊，而且他們還試圖搶走他的手機。²² 雖然他設法逃離，他們仍緊追不放，攻擊他頭部，用棍棒打他，還罵他「新納粹」。²³

暴民遂其所願，演講取消了。警方下令「就地避難」，關閉校園，²⁴ 把雅諾波魯斯護送到祕密

地點。²⁵

這都發生在川普就任總統十天後。美國當時氣氛緊張，總統的就職演說和頭幾道行政命令也無益於緩和情勢（其中一道行政命令是…對七個穆斯林人口占多數的國家關閉邊界）。²⁶ 這種時候有

¹⁷ Freedman, W. (2017, February 1). VIDEO: Trump supporter pepper sprayed at Milo protest. ABC 7 News. Retrieved from <http://abc7news.com/news/video-trump-supporter-pepper-sprayed-at-milo-protest/1733004>

¹⁸ Mackey, R. (2017, February 4). Amid the chaos in Berkeley, a grinning face, covered in blood. *The Intercept*. Retrieved from <https://theintercept.com/2017/02/04/amid-chaos-berkeley-grinning-face-covered-blood>

¹⁹ Freedman (2017); see n. 17.

²⁰ K. Redelsheimer & J. Jennings (personal communication, March 1, 2017).亦即…Fabian, P. (Producer). (2017, February 2). Protestors beating people at Milo Yiannopoulos event @ U.C. Berkeley [Video file]. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=GSMKGRyWKA8>

²¹ K. Redelsheimer (personal communication, March 1, 2017).

²² Gale, J. (2017, February). EXCLUSIVE FOOTAGE: Anarchists smash windows and riot at UC Berkeley after Milo Yiannopoulos's talk is canceled. *The Tab*. Retrieved from <http://thetab.com/us/uc-berkeley/2017/02/02/exclusive-footage-anarchist-group-smashes-windows-sets-fire-sprouts-riots-uc-berkeley-milo-yiannopoulos-talk-cancelled-3244>

²³ P. Jandhyala (personal communication, July 11, 2017).

²⁴ UC Berkeley Campus Police tweeted: @UCBerkeley Milo event cancelled. Shelter in place if on campus. All campus buildings on lockdown. #miloatcal. Retrieved from https://twitter.com/ucpd_cal/status/826978649341440000?lang=en

²⁵ Riot forces cancellation (2017); see n. 8.

²⁶ Zoppo, A., Proenca Santos, A., & Hudgins, J. (2017, February 14). Here's the full list of Donald Trump's executive orders. NBC News. Retrieved from <https://www.nbcnews.com/politics/white-house/heres-the-full-list-donald-trumps-executive-orders-n720796>

性好尋釁的川普支持者來演講，部分柏克萊學生和居民反應激烈並不令人意外。這並不代表他們心胸狹隘，或是對自己不喜歡的看法一概恐懼。可是，我們還是必須仔細深究柏克萊這場暴動，因為它是轉捩點——因校園講者而起的衝突越演越烈的轉捩點。柏克萊事件及其餘波開啟了新而危險的時代。從這之後，很多左派學生漸漸接受一種觀點：對於他們眼中的「仇恨」演講，使用暴力有時是合理的。在此同時，很多右派學生也變得更愛尋釁，熱中邀請會引起左派激烈反應的講者。

有些較早的報導指出：這些戴面具的暴力黑衣抗議者是校外人士，不是柏克萊大學的學生。²⁷可是我們無法得知到底有多少柏克萊學生參與，因為校方完全沒有對暴動進行公開調查，更未徹底查清這些黑衣抗議者的身分。有個柏克萊大學的職員在社群媒體上自吹自擂，為毆打詹寧斯一事洋洋得意——甚至貼出一張詹寧斯倒在地上不省人事的照片，幾個柏克萊學生也承認自己有參與。²⁸有個承認自己加入「反法」的學生在投書中說：那晚之所以採取「黑衣策略」，是為了「保護加入的人的身分」，也承認「在黑面罩和黑T恤後面的，就是你們的柏克萊同學」。

柏克萊大學沒有公開懲戒任何一個在混亂中涉入暴力或破壞的學生²⁹（連公開承認參與的學生都沒受懲處），警方也只逮捕了一個人（原因是拒絕驅散）³⁰。這似乎為抗議者上了重要的一課：暴力有用。並不令人意外的是，「反法」食髓知味，威脅學校要是邀請大衛·霍洛維茨（David Horowitz）、安·庫爾特（Ann Coulter）、班·夏皮羅（Ben Shapiro）等保守派來校園，他們會採取更暴力的行動。³¹

- ²⁷ Heisel, P. (2017, February 2). Protests, violence prompt UC Berkeley to cancel Milo Yiannopoulos event. NBC News. Retrieved from <https://www.nbcnews.com/news/us-news/protests-violence-prompts-uc-berkeley-cancel-milo-yiannopoulos-event-n715711>
- ²⁸ Lawrence, N. (2017, February 7). Black bloc did what campus should have. *The Daily Californian*. Retrieved from <http://www.dailycal.org/2017/02/07/black-bloc-campus> 類似宣稱亦見.. Meagley, D. (2017, February 7). Condemning protesters same as condoning hate speech. *The Daily Californian*. Retrieved from <http://www.dailycal.org/2017/02/07/condemning-protesters-condoning-hate-speech>
- ²⁹ 我們和柏克萊大學公事務室聯絡，但對方援引聯邦隱私法規，拒絕透露有沒有懲處涉入抗議的學生。他們後來澄清：二月有兩名學生遭到逮捕，一個是涉嫌破壞，另一個是拒絕驅散。據我們所知，學校沒有以任何方式處罰任何一個學生。所以，沒有對未來的暴力抗議發揮嚇阻作用的懲戒。
- ³⁰ Bodley, M. (2017, February 2). At Berkeley Yiannopoulos protest, \$100,000 in damage, 1 arrest. *SFGate*. Retrieved from http://www.sfgate.com/crime/article/At-Berkeley-Yiannopoulos-protest-100-000-in-1090_5217.php 亦見.. Berkeley free speech protests: Arrests, injuries, damages since February. (2017, April 25). *Fox News*. Retrieved from <http://www.foxnews.com/politics/2017/04/25/berkeley-free-speech-protests-arrests-injuries-damages-since-february.html>
- ³¹ 一〇一六年，加州大學洛杉磯分校校長取消保守派人士夏皮羅的演講。夏皮羅原訂要談多元性，UCLA 校長卻要求他「對多元性縱有不同觀點，與其他講者並觀應不顯突兀」（可是，校長對近期邀請的其他講者並沒有這樣要求）。雖然校長後來態度軟化，但在演講進行時，學生手勾手阻止其他人進入，有些想進去的人被按倒在地。由於柏克萊大學未能阻止二〇一七年二月的暴力事件，同年稍晚又已排定夏皮羅演講，抵制夏皮羅的暴力威脅不斷，維安花費將近六十萬美元。這場抗議至少有九人被捕，其中三人據報攜有「禁制武器」（包括一個過大的紙板標語）。儘管如此，夏皮羅還是順利講完（夏皮羅二〇一六年時曾到柏克萊大學演講，當時並沒有引起嚴重抗議）。見.. Logue, J. (2016, February 24). Another Speaker Blocked. *Inside Higher Ed*. Retrieved from <https://www.insidehighered.com/news/2016/02/24/cal-state-los-angeles-cancels-conservative-speakers-appearance>.

柏克萊的「米羅暴動」引起全國及國際媒體注意，這不只是因為它規模大，更是因為它的象徵意義。畢竟，這裡可是校園言論自由運動發源地。一九六四年，左傾學生要求宣揚政治理念的權利，以及聆聽爭議性政治講者演講的權利。這場運動的領袖是柏克萊學生馬里奧·薩維歐（Mario Savio），他對言論自由有句名言：「言論自由〔代表人〕之所以為人的堂堂尊嚴」。³²前一年夏天，薩維歐在密西西比州參加民權運動遊行，見識到和平策略的力量。於是在回到校園後，他開始為學生非暴力協調委員會（Student Nonviolent Coordinating Committee）工作。因為這項行動，他第一次與大學當局衝突，也因此熱切投身言論自由運動。³³豈料到一九七一年，柏克萊學生竟是為停止演講而抗議，甚至不惜訴諸暴力和破壞。在很多觀察者眼裡，這顯得格外諷刺。不過，更讓人憂心的是部分柏克萊學生合理化暴力的方式。

言論亦暴力，暴力即安全

暴動幾天後，柏克萊大學的主要學生報《加州人口報》（*The Daily Californian*）做出回應：在「暴力是自衛」的標題下刊出五篇投書。³⁴這幾篇投書全是重大謬誤的例子，篇篇都符合我們第二章介紹的認知偏誤。

這一段引自〈譴責抗議行動就是寬宥仇恨言論〉…

雅諾波魯斯講的是不折不扣的仇恨言論。譴責阻止他演講的行動，就是寬宥他的出席，他的

作為和他的觀點，這代表你在乎窗子受損甚於人身傷害。我無法彈劾川普，我也無法阻止另類右派橫行全國。我只能竭盡全力捍衛在家園生存的權利。現在是還在觀望的人選邊站的時候了。³⁵

-
- ³¹ 記.. Steinbaugh, A. (2016, February 26). CSU Los Angeles President Fails to Prevent Shapiro Talk, But Protesters Try Their Hardest Anyway. FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/csu-los-angeles-president-fails-to-prevent-shapiro-talk-but-protesters-try-their-hardest-anyway> 亦參見.. Gomez, M. (2017, September 15). Nine people arrested at Ben Shapiro event at UC Berkeley. *The Mercury News*. Retrieved from <https://www.mercurynews.com/2017/09/15/nine-people-arrested-at-ben-shapiro-event-at-uc-berkeley/> 及.. Alliance Defending Freedom. (2017, February 28). Cal State L.A. agrees to drop discriminatory speech policies, settles lawsuit. Retrieved from <https://adfdigital.org/detailspages/press-release-details/cal-state-l.a.-agrees-to-drop-discriminatory-speech-policies-settles-lawsuit> 及.. UC Berkeley declares itself unsafe for Ann Coulter. (2017, April 20). *The Atlantic*. Retrieved from <https://www.theatlantic.com/politics/archive/2017/04/uc-berkeley-declares-itself-unsafe-for-ann-coulter/523668>. 記.. Feheley, D. (2017, April 11). Conservative writer David Horowitz's talk at UC Berkeley cancelled. CBS SF Bay Area. Retrieved from <http://sanfrancisco.cbslocal.com/2017/04/11/uc-berkeley-presses-campus-republicans-to-cancel-another-conservative-speaker/> See also: McPhate, M. (2017, September 15). California today: Price tag to protect speech at Berkeley: \$600,000. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/09/15/us/california-today-price-tag-to-protect-speech-at-berkeley-600000.html>
- ³² Cohen, R. (2017, February 7). What might Mario Savio have said about the Milo protest at Berkeley? *The Nation*. Retrieved from <https://www.thenation.com/article/what-might-mario-savio-have-said-about-the-milo-protest-at-berkeley>
- ³³ Ashenmiller, J. (2013). Mario Savio. *Encyclopaedia Britannica Online*. Retrieved from <https://www.britannica.com/biography/Mario-Savio>
- ³⁴ Serju, H. (2017, February 7). Violence as self-defense. *The Daily Californian*. Retrieved from <http://www.dailycal.org/2017/02/07/violence-self-defense>
- ³⁵ Meagley, D. (2017, February 7). Condemning protesters same as condoning hate speech. *The Daily Californian*. Retrieved from <http://www.dailycal.org/2017/02/07/condemning-protesters-condoning-hate-speech>

從文字上看，作者似乎深受好幾種認知偏誤影響。最明顯的是災難化思考：如果容許米羅·雅諾波魯斯演講，我們這方會遭遇「人身傷害」，我可能也會失去「生存的權利」。所以我們可以使用暴力，因為這是自衛。作者也傾向二分思考：要是你譴責我方的暴力，你就是寬宥雅諾波魯斯的觀點。你必須「選邊站」，不是站在我們這方，就是與我們為敵。生命是好人與壞人之戰，如果你不同意我們的看法，就代表你是壞人。其他投書也很類似。它們充滿各種認知偏誤，力圖證明以肢體暴力阻止演講是合理的。有些投書像歐威爾式（Orwellian）*一樣反轉一般英文詞彙的意義，例如有一篇是這樣寫的：「要求抗議者跟那些合法不在乎他們性命的人和平對話，是一種暴力行為。」³⁶

這裡可能需要補充一點背景。幾週之前在另一所大學，雅諾波魯斯拿出一張跨性別女性的照片，講出她的姓名，嘲笑她。³⁷柏克萊事件前謠言四起，說他打算公布哪些柏克萊學生是非法移民。他否認這項傳言，抗議者也提不出證據。另一方面，就算他真的想這樣做，不讓他演講似乎也無濟於事，阻止不了他公布這些人的身分（他輕輕鬆鬆就能在網路上散布資訊）。不過，你看得出來為什麼有人反應激烈，認定那些呼籲與雅諾波魯斯和平對話的聲音是誤導，或者一定會造成反效果。在我們齷齪的政治氣氛裡，擔心他可能講出某些敏感資訊，導致無辜的人遭受網路騷擾、甚至人身傷害，並不是不理性的。

可是，如果要求和平對話也算暴力，那麼「暴力」一詞對某些學生來說或許已有新的意義。這又是一個概念蠶變的例子。在過去短短幾年之間，大學校園和校外激進政治社群不斷擴大「暴力」一詞的內涵，把各種非暴力行為也納入它的範圍。現在，連某個政治派系的主張對受保護的身分群

體的成員有負面影響，都算是「暴力」。

在安全至上文化圈外，「暴力」一詞指的是肢體暴力。雖然這個詞偶爾會以寓意使用（例如「I violently disagree」[「我激烈反對」]），但包括主張言論也是暴力的人在內，很少有人不懂這句話：「我們應減少為非暴力的冒犯入人於監」。可是，現在有些學生、教授和社運人士說他們對手的叫諱是暴力，從而容許自己為了意識形態而使用肢體暴力。這種邏輯就如柏克萊某篇投書所說：肢體暴力行為若是用以阻止必然掀起仇恨的言論，就「不是暴力行為」，而是「自衛行為」。³⁸

在很多校園，這種想法並不罕見。在二〇一七年布魯金斯研究院的調查中，五分之一的學生同意：以暴力阻止講者演講有時是「可接受的」。³⁹雖然有些評論家質疑這份調查的抽樣方法，但麥

* 編按：「歐威爾式」一詞衍生自作家喬治·歐威爾《一九八四》，指集權政體擅長玩弄的文字遊戲，特點是反轉字義，例如「戰爭即和平」。

³⁶ Dang, N. (2017, February 7). Check your privilege when speaking of protests. *The Daily Californian*. Retrieved from <http://www.dailycal.org/2017/02/07/check-privilege-speaking-protests>

³⁷ Overpass Light Brigade. (2016, December 14). Hate's insidious face: UW-Milwaukee and the "alt-right." Retrieved from <http://overpasslightbrigade.org/hates-insidious-face-uw-milwaukee-and-the-alt-right>

³⁸ Lawrence (2017); see n. 28.

Villasenor, J. (2017, September 18). Views among college students regarding the First Amendment: Results from a new survey.

Retrieved from <https://www.brookings.edu/blog/fivethirtyeight/2017/09/18/views-among-college-students-regarding-the-first-amendment-results-from-a-new-survey>. 批判請見.. Beckett, L. (2017, September 22). "Junk science" Experts cast doubt on widely cited college free speech survey. *The Guardian*. Retrieved from <https://www.theguardian.com/us-news/2017/sep/22/college-free-speech-survey>

克拉夫林及合夥人公司（McLaughlin and Associates）也做過類似調查，結果也很相近：在接受訪問的大學生裡，有百分之三十同意這句話：「如果有人使用仇恨言論或提出種族歧視評論，為防止此人倡導這些仇恨觀點，使用肢體暴力是正當的。」⁴⁰

如果你也覺得這聽來合理，請思考一下：在概念蠕變和情緒推理擴大「仇恨言論」和「種族歧視」的意義後，這句話代表什麼呢？在嗆聲文化裡，只要有人說某個言論對社群裡弱勢的成員有负面影响，不論發言者動機如何，幾乎都能扣上「仇恨言論」之名。哥倫比亞大學語言學家約翰·麥可沃特（John McWhorter）就講過：現在使用「白人至上主義者」一詞的情況「極其頻繁，近乎兒戲」，變得像是攻擊偏離黨派路線者的「破城槌」。⁴¹麥可沃特自己就有這種經驗：他是非裔美人，但因為他對現今通行的種族觀點提出質疑，他被斥為「白人至上主義者」。⁴²如果部分學生認為歐打法西斯主義者或白人至上主義者沒關係，⁴³而與他們看法相左的人可能被指為法西斯主義者或白人至上主義者，你應該不難想見：這種修辭上的變化，會讓人猶豫該不該在校園中提出異見。⁴⁴

柏克萊事件後的暴力與恐嚇

我們很難評估柏克萊的風波影響多大，也很難判斷後來的校園暴力事件是否因之而起。可是在二〇一七年下學期，因政治立場不同而導致的暴力、破壞和恐嚇事件越來越多，而且全是以「暴力」或「安全」提出道德論證，目標都是阻止講者在校園演講。其中一件廣受報導的事件發生在二月一日：佛蒙特州米德伯理學院的學生社團向查爾斯·莫瑞（Charles Murray）提出邀請，希望

能聽他談談二〇一一年的舊作《四分五裂》（*Coming Apart*）。

莫瑞是自由派學者，但他與保守派智庫美國企業研究中心（American Enterprise Institute）有合作關係。米德伯理學院政治學系也參與合辦這次演講，而《四分五裂》一書所探討的，正是二〇一七年最重要也最受討論的議題之一：

-
- speech-violence-survey-junk-science. 維拉森諾的回應 .. Volokh, E. (2017, October 23). Freedom of expression on campus: An overview of some recent surveys. *The Washington Post*. Retrieved from <https://www.washingtonpost.com/news/volokh-conspiracy/wp/2017/10/23/freedom-of-expression-on-campus-an-overview-of-some-recent-surveys>
- 40 McLaughlin, J., & Schmidt, R. (2017, September 28). National Undergraduate Study. *McLaughlin & Associates*. Retrieved from <http://c8.innotate.com/sites/default/files/NATL%20Undergrad%2009-27-17%20Presentation%20%281%29.pdf>
- 41 McWhorter, J. (2017, June 30). A Columbia professor's critique of campus politics. *The Atlantic*. Retrieved from <https://www.theatlantic.com/politics/archive/2017/06/a-columbia-professors-critique-of-campus-politics/532335>
- 42 「他們的想法是：.. 如果你反對某個正統，那不只代表你不贊同，也代表你希望白人當家作主，代表你厭惡有色人種乖乖坐好閉嘴。」見 .. McWhorter, J. (2016, November 29). The difference between racial bias and white supremacy. *Time*. Retrieved from <http://time.com/4584161/white-supremacy>
- 43 Stack, L. (2017, January 21). Attack on alt-right leader has internet asking: Is it O.K. to punch a Nazi? *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/01/21/us/politics/richard-spencer-punched-attack.html>
- 44 實事實上，我們在二〇一七年寫作本書的此刻就能預言：.. 對這本書的負面評論和回應，多多少少會點出我們的種族和性別，並直接咬定或隱隱指出我們是種族主義者或性別主義者，指控我們主要為了保持自己的特權才寫這本書。我們屆時會以馬可·里拉的精神回應。里拉是堅定的自由派，曾以《昔日與未來的自由派》一書批判認同政治，希望藉此協助民主黨勝選。對於接二連三的人身攻擊，里拉基本上是這樣回應的：「這是毀謗，不是論證，等真正有了論證我再回應。」例子可見 .. Goldstein, E. R. (2016, December 15). Campus identity politics is dooming liberal causes, a professor charges. *Chronicle of Higher Education*. Retrieved from <https://www.chronicle.com/article/Campus-Identity-Politics-Is/238694>

白人勞工階級的社會失能。很多評論家認為：川普的反移民和保護主義訴求之所以深受白人勞工階級支持，就是因為他們在社會和經濟層面陷入困境。⁴⁵不過，莫瑞的前一本書卻引起學生疑慮。在一九九四年出版的《鐘形曲線》（*The Bell Curve*）裡，莫瑞和合著者理察·赫恩斯坦（Richard Herrnstein）指出：種族之間的平均智商差異可能不完全是環境因素所致，遺傳差異可能也扮演部分角色。⁴⁶有些學生和教授認為提這種主張的人是白人至上主義者，遂一起要求取消莫瑞對他後一本書的演講。⁴⁷

取消邀請的努力失敗之後，一大批學生到莫瑞演講的地方開場，一起高呼口號，大聲打斷他講話。校方行政人員對這種場面早有預料，便將莫瑞和政治學教授愛莉森·史坦潔（Allison Stanger）挪到另一個房間（史坦潔已同意在莫瑞演講後提問），讓他能鎖上門用網路直播的方式演講。豈料學生很快發現他們人在哪裡，繼續試圖阻止莫瑞演講。他們不斷捶牆，甚至打開火警警報。等到直播結束，莫瑞和史坦潔教授要離開大樓時，抗議者一擁而上。一名抗議者推了史坦潔一下，另一個扯她頭髮，力道大到造成她腦震盪和頸部扭傷。⁴⁸莫瑞和史坦潔想上車離開校園，抗議者（有些戴著面具）卻捶打車子，左右搖車，跳上引擎蓋，⁴⁹還有人擺了大交通標誌擋住去路。但保全人員開出通道，車子總算駛離校園，載他們去與事先選出的學生和教職員共進晚餐。⁵⁰沒想到的是，抗議者居然發現他們預定用餐的地點，校方行政人員只好把他們帶到另一個地方，這次離學校有好幾哩遠。⁵¹

晚餐結束後，史坦潔教授前往醫院就醫，傷處也得到診斷。她必須接受物理治療六個月。⁵²史坦潔後來在《紐約時報》撰文敘述這次經驗。「讓我最感憂心的，」她寫道：「是我在群眾眼裡觀

察到一件事。希望演講進行的人會跟我眼神接觸，想阻撓的人則堅決不這樣做。他們沒辦法正眼看我，因為他們要是這麼做，他們會發現我跟他們一樣也是人。」⁵³

⁴⁵ 例如請參閱 .. J. D. Vance's 2016 book *Hillbilly Elegy*，以及處理類似主題的 Arlie Russell Hochschild's 2016 book *Strangers in Their Own Land*，本書都有不凡表現。

⁴⁶ Goodnow, N., & Pethokoukis, J. (2014, October 16). "The Bell Curve" 20 years later: A Q&A with Charles Murray. *American Enterprise Institute*. Retrieved from <http://www.aei.org/publication/bell-curve-20-years-later-q-a-charles-murray/>

⁴⁷ Stanger, A. (2017, March 13). Understanding the angry mob at Middlebury that gave me a concussion. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/03/13/opinion/understanding-the-angry-mob-that-gave-me-a-concussion.html>

⁴⁸ Independent, A. (2017, March 6). Middlebury College professor injured by protesters as she escorted controversial speaker. *Addison County Independent*. Retrieved from <http://www.addisonindependent.com/2017/03/middlebury-college-professor-injured-protesters-she-escorted-controversial-speaker>

⁴⁹ Seelye, K. (2017, March 3). Protesters disrupt speech by "Bell Curve" author at Vermont College. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/03/03/us/middlebury-college-charles-murray-bell-curve-protest.html>

⁵⁰ Independent (2017); see n. 48.

⁵¹ Murray, C. (2017, March 5). Reflections on the revolution in Middlebury. *American Enterprise Institute*.

⁵² Retrieved from <http://www.aei.org/publication/reflections-on-the-revolution-in-middlebury>

⁵³ 據史坦潔自述（二〇一八年一月五日私人通訊）。請注意，米德伯里的暴民似乎主要是米德伯里的學生。事後總共有七十四名學生遭到懲處：四十八名因演講時的風波受處罰，一十六名因參與打斷演講後的行動遭到某種形式的處罰。見 .. Middlebury College completes sanctioning process for March 2 disruptions. (2017, May 23). Retrieved from <http://www.middlebury.edu/newsroom/archive/2017-news/node/547896> Stanger (2017); see n. 47.

才一個月後，鄰近洛杉磯的克萊蒙特·麥肯納學院也出了事：大約兩百五十名學生⁵⁴阻止同學參加海瑟·麥可唐納（Heather Mac Donald）的演講。⁵⁵麥可唐納同時是記者、律師和社會評論家，她在二〇一六年出版的《對警宣戰》（*The War on Cops*）裡指出：「黑人的命也是命」運動讓警方多所顧忌，不願進入和積極介入少數族裔地區，結果是讓那些地方的居民更沒保障，面對犯罪時更為脆弱。她的理論在全國引起激辯，而就如左傾社會學家尼爾·葛羅斯（Neil Gross）在《紐約時報》上所說：「現在有某些證據顯示：當人人緊盯警方行為失當，犯罪率可能漸漸上升。進步人士應該承認這不是杞人憂天。」⁵⁶可是對某些學生來說，讓麥可唐納暢談她的理論等於讓「暴力」出現在校園，所以非阻止她不可。這些學生在臉書上號召「穿黑衣來」，「帶上你的同志，因為我們得阻止這種事」。⁵⁷抗議學生擋下想進去聽演講的每一個人。麥可唐納只好透過網路直播演講，一樓演講廳幾乎空無一人，抗議者則在玻璃牆上不斷拍打。麥可唐納後來從廚房出口撤出，讓已經等在那裡的警車載她離去。

這次事件後，波莫納學院（Pomona College）校長發表聲明，⁵⁸矢言捍衛學術自由和麥可唐納在學校演講的權利（波莫納學院是克萊蒙特五所盟校之一）。結果波莫納學院三名學生寫信回應（還有其他二十四名學生連署），說明為什麼不該讓麥可唐納演講。他們跟柏克萊的學生一樣，也認定言論本身就是某種形式的暴力：「邀請這個支持警察國家的白人至上法西斯主義者，已是暴力的一種形式。」

這封信充分展現「我們」VS「他們」對立謬誤的二元思考：

你可以表態支持邊緣身分的學生，尤其是黑人學生；不然就讓我們保護我們的社群，為他們組織起來，別擺出高高在上的樣子，別談什麼二元尊重政治，別用你對抗議和組織的單一認知指指點點。⁵⁹

⁵⁴ Blume, H. (2017, April 9). Protesters disrupt talk by pro-police author, sparking free-speech debate at Claremont McKenna College. *Los Angeles Times*. Retrieved from <http://www.latimes.com/local/lanow/la-me-in-mcadonald-claremont-speech-disrupted-20170408-story.html>

⁵⁵ Wootson, C. R., Jr. (2017, April 10). She wanted to criticize Black Lives Matter in a college speech. A protest shuts her down. *The Washington Post*. Retrieved from <https://www.washingtonpost.com/news/grade-point/wp/2017/04/10/she-wanted-to-criticize-black-lives-matter-in-a-college-speech-a-protest-shuts-her-down>

⁵⁶ Gross, N. (2016, September 30). Is there a "Ferguson Effect"? *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2016/10/02/opinion/sunday/is-there-a-ferguson-effect.html>

⁵⁷ ShutDown Anti-Black Fascists. (2017, April). SHUT DOWN anti-black fascist Heather Mac Donald [on Facebook] [via archive.is webpage capture]. Retrieved from <http://archive.is/qptW>

⁵⁸ 一年後，喬也受邀在克萊蒙特·麥肯納學院同一個演講廳發表演講，並從教職員處得知：抗議者大多不是克萊蒙特·麥肯納學院的學生，而是從波莫納、匹澤（Pitzer）、斯可利普斯（Scripps）等盟校來的學生。五校聯盟的學生能在盟校間自由選課和參加活動。

⁵⁹ We, Few of the Black Students Here at Pomona College and the Claremont Colleges. (n.d.). Response to Pomona College president David Oxtoby's "Academic freedom and free speech" email of April 7, 2017. Archive of Pomona Student Petition [Online document]. Retrieved from https://docs.google.com/document/d/1_y6NmoxBLcZIxYKn9ViYfaPYzvSMKCA17PgBzz10wk/edit

他們繼續寫道：「要是讓海瑟·麥可唐納上台，她根本不會只談觀點差異，還會挑起黑人生存權之爭。」這句話犯了預測未來（fortune-telling）的認知偏誤，學生幫麥可唐納預言她會講什麼。這句話也用了二〇一七年蔚為風潮的詞藻，一口咬定講者會「否定」某些身分群體的「生存權」。⁶⁰這種思維也是某種災難化思考，極力膨脹講者言論的嚴重性，誇大得遠遠超過講者實際上會講的話。這些學生還稱麥可唐納為「法西斯主義者、白人至上主義者、強硬派、跨性別恐懼症、酷兒恐懼症、階級主義者」。這是肆無忌憚的標籤化——不提支持證據就拋出一連串嚴重指控。⁶¹

這些學生是從哪裡學到這種思考方式的？我們無從得知他們在波莫納學院修了什麼課，也不知道他們上大學前會不會這樣思考，但看得出來的是：這封信有受我們第三章講的共同敵人認同政治影響，也通篇充斥交織性理論的語言。舉例來說，學生們在信末要求校長寫電郵——

給全體學生和教職員（以二〇一七年四月二十日星期四為期），為之前高高在上的聲明（按：捍衛學術自由的聲明）道歉，務使波莫納學院不寬貸仇恨言論，不容忍對邊緣學生和受壓迫之人暴力相向的言論，尤其是多種邊緣身分交織的黑人學生。

如我們在第三章所見，這種認同政治放大人類「我們」VS「他們」對立的思考偏好，讓學生更傾向爭鬥，而非學習。

夏綠蒂鎮暴力事件

從某種意義上說，柏克萊、米德伯理和克萊蒙特·麥肯納的事件是左派發動的，這些衝撞激怒也激化校園內外一些保守派。但右派也持續發動一連串挑釁，同樣激怒也激化左派，雙方的惡意行為在一年之間迅速攀升。其中最令人震驚的事件發生在維吉尼亞州夏綠蒂鎮：二〇一七年八月十一日，一群自稱另類右派的人（包括很多新納粹和三K黨）手持火炬，喊著新納粹和白人至上主義口號（如「猶太人取代不了我們」），在維吉尼亞大學美麗的校園耀武揚威。要是你想看看共同敵人認同政治的例子，應該找不到比這更明顯的了。

隔天，種族主義暴民舉著占字旗穿過夏綠蒂鎮中心，朝南北戰爭南方指揮官李將軍（Robert E. Lee）的銅像走去。遊行過程中，六名另類右派示威者用鐵管和棋竿毆打一名黑人，造成受害者骨

⁶⁰ Harris, S. (2017, November 17). The spurious move to stifle speech on campus because it is “dehumanizing.” *Reason*. Retrieved from <http://reason.com/archives/2017/11/17/the-move-to-stifle-speech-on-campus-because-it-is-dehumanizing/>

⁶¹ 語言學家約翰·麥可沃特說，諸如此類的用語是「製造傷害的工具，不只是辭典裡的詞匯」。McWhorter, J. (2016, November 29). The difference between racial bias and white supremacy. *Time*. Retrieved from <http://time.com/4584161/white-supremacy/>

折、撕裂傷、內傷和腦震盪。⁶²示威者也與「反法」抗議者暴力衝突。⁶³一名崇拜希特勒⁶⁴的白人至上主義者開車過來，先在反對方抗議隊伍前停下，倒車，再加速向前，狠撞他們，造成至少十九名和平抗議者重傷，三十二歲的律師助理海瑟·海耶爾（Heather Heyer）身亡。海耶爾的朋友說她「熱中捍衛被剝奪公民權的人，常為世界上的不公不義落淚」。⁶⁵她的母親說：海耶爾過世之後，她開始收到威脅，所以她選了祕密地點安葬愛女，以免墳墓被新納粹分子褻瀆。⁶⁶

看到納粹旗幟招搖過市和海耶爾無辜遇害，已經陷入對立的美國人深感驚愕。共和、民主兩黨多位領袖齊聲譴責，嚴詞抨擊白人至上主義者和新納粹分子。可是這些回應明顯缺少一個人的聲音——川普總統的。上任以來，他明確顯露自己樂於粗暴而迅速地斥責別人，可是對夏綠蒂鎮這些白人至上示威者，他的批評來得拖拖拉拉，而且相當克制。海耶爾過世那天，大多數美國人等著總統明確斷然地譴責新納粹和三K黨，結果他譴責的是「多方陣營的」仇恨、歧視和暴力。兩天後，他總算大聲唸出譴責暴力的書面聲明；沒想到才過一天，他又在沒講稿的情況下說「兩方都有很好的人」。⁶⁷這是美國幾十年來最受關注的一次種族主義和反猶太示威，而總統用「很好的人」⁶⁸這種敘述表達出對這些人的同理。

11〇. 1七年秋

夏綠蒂的悲劇是個契機。既然與總統及其言論保持距離的共和黨、保守派和商界、軍界領袖也很多⁶⁹，美國原本可以藉此機會畫出更大的圈，好好改變政治樣貌。⁷⁰然而不難理解的是，在夏綠

-
- ⁶² Levenson, E., & Watts, A. (2017, October 13). Man beaten by white supremacists in Charlottesville is arrested. CNN. Retrieved from <http://www.cnn.com/2017/10/12/us/charlottesville-deandre-harris-arrest/index.html>
- ⁶³ Jackman, T. (2017, August 27). Three men charged in Charlottesville attacks on counterprotesters. The Washington Post. Retrieved from https://www.washingtonpost.com/local/public-safety/three-men-charged-in-charlottesville-attacks-on-counterprotesters/2017/08/27/f08930a4-8b5a-11e7-84c0-02cc069f2c37_story.html
- ⁶⁴ Raymond, A. K. (2017, December 15). Man who rammed crowd at Charlottesville rally charged with first-degree murder. New York. Retrieved from <http://nymag.com/daily/intelligencer/2017/12/first-degree-murder-charge-for-man-who-killed-heather-heyer.html>
- ⁶⁵ Caron, C. (2017, August 13). Heather Heyer, Charlottesville victim, is recalled as "a strong woman." The New York Times. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/08/13/us/heather-heyer-charlottesville-victim.html>
- ⁶⁶ Buncombe, A. (2017, December 15). Heather Heyer was buried in secret grave to protect it from neo-Nazis after Charlottesville reveals mother. The Independent. Retrieved from <http://www.independent.co.uk/news/world/americas/heather-heyer-grave-secret-hide-nazis-charlottesville-attack-mother-reveals-a8113056.html>
- ⁶⁷ Nelson, L., & Swanson, K. (2017, August 15). Full transcript: Donald Trump's press conference defending the Charlottesville rally. Vox. Retrieved from <https://www.vox.com/2017/8/15/16154028/trump-press-conference-transcript-charlottesville-please-see-the-price>. The Atlantic. Retrieved from <https://www.theatlantic.com/politics/archive/2017/08/what-happens-when-the-president-commits-sacrilege/537519>
- ⁶⁸ 例如請見：Phillip, A. (2017, August 17). Trump's isolation grows in the wake of Charlottesville. The Washington Post. Retrieved from https://www.washingtonpost.com/politics/trumps-isolation-grows-in-the-wake-of-charlottesville/2017/08/17/5b83952-81ec-11e7-82a4-920da1aeb507_story.html
- ⁶⁹ 從夏綠蒂鎮事件那一天起，有些宗教團體就是這樣做的。宗教領袖們手挽著手排成一列，唱歌頌揚愛、抵抗全副武裝的種族主義者。見：Jenkins, J. (2017, August 16). Meet the clergy who stared down white supremacists in Charlottesville. Retrieved from <https://thinkprogress.org/clergy-in-charlottesville-e95752415c3e>

蒂鎮事件餘波盪漾下，恐懼和憤怒的氛圍節節升高，而最常見的反應似乎是「我們」vs「他們」的思考增強，甚至對原本可以成為盟友的人和團體（包括很多左派的人）表現出敵意。二〇一七年秋，學生們多次以「開場否決」打斷課程和演講，次數之多前所未見。⁷¹舉例來說，因為美國公民自由聯盟（American Civil Liberties Union, ACLU）聲明捍衛夏綠蒂鎮另類右派遊行發起人的憲法權利，⁷²其維吉尼亞分會執行長克萊兒·葛希·卡斯塔尼半（Claire Guthrie Gastañaga）在威廉與瑪莉學院（William & Mary）演講時就被學生打斷。ACLU向來保護窮人、少數族群、LGBTQ和其他進步派也會保護的人，一直為他們爭取權利。舉例來說，ACLU曾捍衛一名懷孕非法移民少女的墮胎權，⁷³也曾為英譯號召聖戰的激進伊斯蘭文件的譯者發聲，⁷⁴還曾為黑豹黨（Black Panthers）的權利據理力爭。⁷⁵ACLU捍衛的是權利，不是意識形態，但威廉與瑪莉學院的學生卻對卡斯塔尼卡這樣喊：「革命不挺憲法！」、「自由主義就是白人至上！」⁷⁶

幾週後，俄勒岡大學（University of Oregon）校長在演講「我校現況」（“State of the University”）時，近五十名學生占據講台，中斷演講，高喊：「沒有我們參與，就不關我們的事。」一名手持擴音器的學生堅決要求「不能忽視我們」，還有「我們準備好抵抗所有反對我們的人」。一名抗議學生埋怨少數族裔學生被壓迫、學費調漲，呼籲維護原住民權利，還說他們發動抗議的原因是「法西斯主義和新納粹」⁷⁷（豈料，校長麥可·希爾〔Michael Schill〕的家族在二次大戰時飽受摧折，多名成員被真正的法西斯主義者殺害。他寫了一篇〈被誤導的反「法西斯主義」學生十字軍〉〔“The Misguided Student Crusade Against ‘Fascism’”〕投書《紐約時報》⁷⁸）。隔週，美國大屠殺紀念館

（United States Holocaust Memorial Museum）在UCLA舉辦演講，題目是〈何謂文明翻譯？在自由社會中挑戰仇恨語彙〉（“What Is Civil Discourse? Challenging Hate Speech in a Free Society”）。到問與答階段，由於某個團體的抗議者頻頻高呼「拒絕法西斯主義」，正在進行的記者只好中斷。⁷⁹

-
- 71 Stevens, S. (2017, February 7). Campus speaker disinitations: Recent trends (Part 2 of 2) [Blog post]. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/2017/02/07/campus-speaker-disinitations-recent-trends-part-2-of-2>
- 72 Bauer-Wolf, J. (2017, October 5). ACLU speaker shouted down at William & Mary. *Inside Higher Ed*. Retrieved from <https://www.insidehighered.com/quicktakes/2017/10/05/aclu-speaker-shouted-down-william-mary>
- 73 Sullivan, S. (2017, October 19). Jane Doe wants an abortion but the government is hell bent on stopping her [Blog post]. Retrieved from <https://www.aclu.org/blog/immigrants-rights/immigrants-rights-and-detention/jane-doe-wants-abortion-government-hell-bent>
- 74 Stern, M. J. (2014, September 3). Translating terrorism: Is publishing radical Islamic texts on the internet a crime? *Slate*. Retrieved from http://www.slate.com/articles/technology/future_tense/2014/09/mehanna_at_the_supreme_court_is_translating_jihad_texts_a_crime.html
- 75 Glasser, I. (2017, August 22). Thinking constitutionally about Charlottesville. *HuffPost*. Retrieved from http://www.huffingtonpost.com/entry/aclu-charlottesville-free-speech_us_599c9bcac4b0d8d9e998c36
- 76 Truitt, F. (2017, October 2). Black Lives Matter protests American Civil Liberties Union. *The Flat Hat*. Retrieved from <http://flatthatnews.com/2017/10/02/black-lives-matter-protests-american-civil-liberties-union>
- 77 Carey, E. (2017, October 6). President Schill speech suspended by protesting students. *Daily Emerald*. Retrieved from <https://www.dailymetral.com/2017/10/06/president-schill-speech-suspended-protesting-students>
- 78 Schill, M. (2017, October 3). The misguided student crusade against “fascism.” *The New York Times*. Retrieved from <https://nytimes.com/2017/10/23/opinion/fascism-protest-university-oregon.html>
- 79 Leou, R. (2017, October 17). Panelists discuss constitutional rights in first Free Speech 101 event. *Daily Bruin*. Retrieved from <http://dailybruin.com/2017/10/17/panelists-discuss-constitutional-rights-in-first-free-speech-101-event>

接著是俄勒岡州波特蘭里德學院（Reed College）的事。從二〇一六年九月開始，校園運動者一直試圖干擾大一人文課，前後長達十二個月。他們抗議的原因是：這門課總是把焦點放在古希臘和東地中海世界的思想家——用今天的眼光來看，他們全是白人。⁸⁰事實上，這些抗爭策略經常為抗議者的目標帶來反效果，因為他們把很多原本會支持他們的人弄得離心離德。舉例來說，這門課程的其中一位授課者是露希雅·馬汀內茲·瓦迪維亞（Lucía Martínez Valdivia），她想教古希臘詩人莎弗（Sappho）的作品（莎弗出身雷絲波斯島〔Lesbos〕，是女性主義和女同志解放運動的偶像⁸¹）。可是，抗議學生走到教室前面，在她身旁揮舞字眼粗鄙又帶有攻擊性的標語。她覺得這樣很難上課，決定告訴學生她有PTSD，請他們顧及她的健康，不要在她的課堂抗議。結果他們寫公開信批判她，⁸²說她這項要求「製造（創傷的）上下階序，讓妳的創傷高人一等」，還指責她「反黑人」、「健全主義者」（ableist）、「煤氣燈操縱」（gaslighting）（意思是透過讓受害者質疑自己的感知或精神正常與否，來操縱受害者）。她很訝異校方居然放任不管，坐視這種恐嚇式的課堂抗議持續進行。最後，她認為自己必須站出來發聲。二〇一七年十月，她為《華盛頓郵報》（The Washington Post）寫了一篇擲地有聲的文章：〈當校園陷入極端主義，我等教授不應默不作聲〉（“Professors Like Me Can’t Stay Silent About This Extremist Moment on Campuses”）。這裡是其中一段：

沒有人應該先通過另一個人的意識形態純度測驗，才能獲准發言。若是無法自由交換意見，大學生活將歸於滅亡——文明生活也是一樣。面對恐嚇時，教育者應該挺身發聲，而非噤聲。

口不言。我們的職位負有特殊責任：不是要教大家思考什麼，而是要教如何思考。了解也接受這點之後，我，一個顯然可以取代的、沒有終身職卻有PTSD的混血女同志，明白自己有責任以身作則，珍惜差異，關心我試著讓學生培養的思想。如果我和全國許多同儕一樣，也不敢講出自己的想法，我不成了放任這個問題的共犯嗎？⁸³

-
- 80 Kolman, J. (2017, October 13). Class struggle: How identity politics divided a campus. *Spiked*. Retrieved from <http://www.spiked-online.com/newsite/article/how-identity-politics-divided-reed-college-black-lives-matter-free-speech/20417>
- 81 Mendelsohn, D. (2015, March 16). Girl, interrupted: Who was Sappho? *The New Yorker*. Retrieved from <https://www.newyorker.com/magazine/2015/03/16/girl-interrupted>
- 82 Reedies Against Racism. (2016, November 2). An open letter to Lucia [on Facebook]. Retrieved from <https://www.facebook.com/reediesagainstracism/posts/1186608438084694>
- 83 Martinez Valdivia, L. (2017, October 27). Professors like me can’t stay silent about this extremist moment on campuses. *The Washington Post*. Retrieved from https://www.washingtonpost.com/opinions/professors-like-me-can't-stay-silent-about-this-extremist-moment-on-campuses/2017/10/27/fd7aded2-b9b0-11e7-9e58-e2288544af98_story.html 關於里德學院出現的恐嚇行為，更多報導請見.. Soave, R. (2016, December 13). Reed College professor on social justice left: “I am a gay mixed-race woman. I am intimidated by these students” [Blog post]. Retrieved from <http://reason.com/blog/2016/12/13/reed-college-professor-on-social-justice> 請注意，以下這則留言是馬汀內茲·瓦迪維亞在一〇一六年十一月八日寫的，當時是抗議行動初期：「我在里德教書。我也被這群學生威脅過。我現在很怕教種族、性別或性傾向的課，連教到會引出這些議題的資料都怕——而且我還是個混血女同志。這裡跟其他地方（文科學校）都出「大問題」，而我連怎麼點出這個問題都不知道，何況這些學生很多都既不相信歷史性，也不相信客觀事實（他們說後者是白人異性戀父權制的工具」。】 Martinez Valdivia, L. [Blog comment, December 8, 2016] Re: Halberstam, J. (2016, December 7). Hiding the tears in my eyes — BOYS DON’T CRY — A legacy. [Blog post]. Retrieved from <https://bullybloggers.wordpress.com/2016/12/07/hiding-the-tears-in-my-eyes-boys-dont-cry-a-legacy-by-jack-halberstam/#comment-13710>

*

夏綠蒂鎮事件是國家悲劇，震撼美國各級學校，大學尤然。它發生在川普就任總統第一年的喧囂之中。接下來幾個月，校外白人至上團體在幾百所院校散發種族歧視海報、傳單和貼紙，既激怒了學生，也招募到新血。⁸⁴我們可以理解為什麼有這麼多學生擁抱更主動、也更具衝突性的抗議形式。可是，這種方式經常與三大謬誤密不可分，也往往誤傷潛在的盟友；另一方面，攻擊式的抗議常常遂了右翼尋釁者的意。所以我們認為：很多學生運動者不但在傷害自己，也在傷害自己想要傳達的主張。

為什麼告訴學生「言論亦暴力」是壞主意

大多數學生反對使用暴力。在 FIRE 的調查裡，被問到自己是否會以暴力手段阻止別人發言，只有百分之一的學生答是。⁸⁵可是被問到願不願意支持別的學生使用暴力，同意的人多出不少（根據我們前面提過的兩個調查結果，大約在百分之二十到三十左右），理由跟柏克萊學生的說法差不多。最常見的辯解是仇恨言論也是暴力，而有些學生認為這已足以證成以暴力阻止仇恨言論。我們姑且先不討論道德和憲法正當性，這種思考方式會造成什麼心理後果呢？

平均來說，與異性戀白人男性相比，某些身分群體的成員尊嚴受辱的頻率顯然更高。因此，要是對言論完全放任，讓人們想說什麼就說，不必擔心後果，對具有不同社會身分的人影響也會不

同。如我們在第二章所說，在常被稱為「政治正確」的用詞規範裡，有一部分只是出於細心和禮貌，希望盡量以體貼別人的方法講話。⁸⁶但當學生把言論詮釋為暴力，他們犯了大錯——即便是仇恨言論，都不該稱之為「暴力」。

110一七年七月，東北大學 (Northeastern University) 備受敬重的心理學和情緒研究者麗莎·斐德曼·巴瑞特 (Lisa Feldman Barrett) 為《紐約時報》寫了一篇文章，文中提到言論可以算是暴力。⁸⁷在這篇廣獲閱讀的文章裡，巴瑞特提出一個三段論：「如果言論可以製造壓力，而長期壓力可以造成身體受損，那麼言論（至少某些種類的言論）似乎可以算是某種程度的暴力。」

我們在《大西洋》雜誌上撰文回應。文中指出：接受「傷害等於暴力」在邏輯上有誤。即使這裡的「傷害」是身體損傷，還是不能將傷害等同於暴力。⁸⁸巴瑞特三段論的形式是：如果 A 能造成

⁸⁴ Kerr, E. (2018, February 1). "White supremacists are targeting college campuses like never before." *The Chronicle of Higher Education*. Retrieved from <https://www.chronicle.com/article/White-Supremacists-Are/242403>

⁸⁵ Naughton, K. (2017, October). Speaking freely — What students think about expression at American colleges. FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/publications/student-attitudes-free-speech-survey/student-attitudes-free-speech-survey-full-text/#executiveSummary>

⁸⁶ De Botton, A. (n.d.). Political correctness vs. politeness. *The School of Life*. Retrieved from <http://www.thebookoflife.org/political-correctness-vs-politeness>

⁸⁷ Barrett, L. (2017, July 14). When is speech violence? *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/07/14/opinion/sunday/when-is-speech-violence.html>

⁸⁸ Haidt, J., & Lukianoff, G. (2017, July 18). Why it's a bad idea to tell students words are violence. *The Atlantic*. Retrieved from <https://www.theatlantic.com/education/archive/2017/07/why-its-a-bad-idea-to-tell-students-words-are-violence/533970>

B，B 能造成 C，則 A 能造成 C。換句話說，如果言論能造成壓力，壓力能造成傷害，則言論能造成傷害——這無法證明言論是暴力，只能證明言論能造成傷害、甚至身體損傷，而我們並不質疑這點。想看出差異何在，只要把「與你女友分手」或「給學生很多作業」帶入三段論就可以了。這兩種行為都會造成別人的壓力（以及皮質醇升高），而壓力會造成傷害，所以兩者都會造成傷害，但這不代表它們是暴力行為。

將學校課程詮釋為暴力是種選擇，但這種選擇會增加你在課程方面的痛苦，也會減少你回應的選項。如果你把米羅·雅諾波魯斯的演講視為對你同學的暴力攻擊，你會有採取行動的道德義務，甚至得使用暴力。這正是酸民操弄受害者的手法。

可是，你在心中如果能清楚分辨言論和暴力，你會有很多回應選項。首先，你可以選擇斯多噶式的回應方式，發展你保持波瀾不驚的能力。正如馬庫斯·奧理略（Marcus Aurelius）所說：「選擇不受傷害，你就能不感受傷；不感受傷，你就沒受傷害。」⁸⁹你的身分越容易被不經意的日常互動威脅，培養斯多噶式（以及佛陀式、CBT式）情緒風波不生的能力就越為可貴，別讓別人左右你的心和皮質醇值。在斯多噶派看來，言論不會直接造成壓力，它們只會在將言論解讀為威脅的人身上引起壓力和痛苦。你可以選擇要不要把來訪講者視作洪水猛獸；你也可以自行選擇戰場，盡己之力改變對你來說事關重大的政策，讓你自己對酸民免疫。網路永遠會在那裡，極端分子永遠會上傳可能冒犯到你的圖像和文字，而有些群體就是比其他群體更容易變成箭靶。這並不公平，但不管我們多努力消弭仇恨、化解分歧，我們也都得學會對看到的某些事視而不見，繼續過日子。

在你拒絕「言論亦暴力」的觀念的時候，你也開啟第二種、也是更為激進的一種回應方式：用對手的看法和論證讓自己更強。二〇一七年一月，社運人凡·瓊斯（Van Jones）在芝加哥大學政治研究所（Institute for Politics）的對談中也肯定這一點。瓊斯曾經擔任歐巴馬總統的綠色產業顧問，在這場對談中，他和民主黨策士大衛·阿克塞爾羅（David Axelrod）談到進步派學生該如何自處——看到自己認為意識形態具冒犯性的講者受邀來學校演講（例如與川普政府有關的人），到底該如何回應？瓊斯一開始就講到我們第一章提過的人身安全與情緒「安全」之別：

安全空間有兩種概念，一種很好，另一種很壞。校園人身安全的概念很好，不要性騷擾、不要身體虐待，不要有針對性，不要帶入私人恩怨，不要口出「黑鬼」之類的仇恨言論——我覺得這樣很好。可是我覺得另一種觀念正在上升，我認為那種觀念很壞，就是「我需要意識形態安全。我需要情緒安全。我需要隨時感覺良好。如果有人講了我不愛聽的話，那一定是別人有問題，包括校方在內」。⁹⁰

⁸⁹ Aurelius, *Meditations*, IV:7.

⁹⁰ Haidt, J. (2017, March 2). Van Jones' excellent metaphors about the dangers of ideological safety [Blog post]. *Heterodox Academy*. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/2017/03/02/van-jones-excellent-metaphors>

瓊斯接下來講的話，是我們聽過給大學生最好的建議。他否定脆弱的謬誤，徹底扭轉安全至上主義：

我不希望你們在意識形態上保持安全，我也不希望你們在情緒上保持安全。我希望你們變強。這不一樣。我不會在叢林給你們開路。我要你們披荊斬棘，學會面對逆境。我不會拿走健身房的重訓器材，因為你在健身房就該做重訓。健身房就是你要你練習。

瓊斯很懂反脆弱。他要進步派大學生以野火而非燭火自許，尋找理念不同的講者和主張，傲然迎向大風。

總結

- 二〇一七年二月發生在柏克萊大學的「米羅暴動」，讓校園抗議活動發生重大轉變。暴力成功阻止講者演講，也造成民眾受傷，而且據我們所知，使用暴力的人並未付出代價。部分學生後來將暴力合理化為正當形式的「自衛」，認為以這種手段阻止他們視為暴力的言論師出有名。
- 願意親自使用暴力阻止演講的學生相當罕見，但二〇一七年末的兩項調查顯示：「可接受」其他學生以暴力阻止講者在校園演講的學生數量雖少，但比例不容小覷（一份調查是兩成，另一份是三成）。

- 在維吉尼亞州夏綠蒂鎮舉行的「右翼團結」集會上，白人民族主義者撞死一名和平抗議的反對方人士，也造成多人受傷。這起事件讓校園緊張情勢升高，由於接下來幾個月極右派團體不斷尋釁，校園氣氛更加緊繃。
- 二〇一七年秋，阻撓講者的行動層出不窮，創下歷史紀錄。
- 二〇一七年，有一種觀念似乎四處風行：即使言論不涉威脅、騷擾或號召暴力行動，還是可以視作「暴力」。某些圈子不看意圖、只重感受到的影響的傾向，也為這種觀念推波助瀾。造成某些群體成員的壓力和恐懼的言論，如今也常被視為某種形式的暴力。
- 言論不是暴力。將言論視為暴力只是一種詮釋選擇，而這種選擇不但增加痛苦和折磨，也阻礙其他更有效的回應方式——例如斯多噶式的回應（培養波瀾不驚），以及凡·瓊斯的反脆弱回應：「披荊斬棘，學會面對逆境。」

我們在本章開頭引了曼德拉的話，他諄諄告誡妖魔化對手和對他們使用暴力的危險。曼德拉的看法跟聖雄甘地、金恩牧師和其他非暴力抗爭倡議者一樣：暴力和非人化手段不但適得其反，也斬斷和平化解衝突的可能性。不過，要是某個運動的目標並不是尋求和平解決，而是（至少部分目的是）凝聚內部團結，會發生什麼情況呢？如果我們從社會學角度觀察新浮現的安全至上文化，又會看出什麼眉目呢？

第五章 獵巫

不信有神，群眾運動還是能崛起和擴散，但不信有魔鬼就做不到。

——艾瑞克·賀佛爾（Eric Hoffer），《群眾運動聖經》（*The True Believer*）¹

我們前一章描述的現象，有時被冠以「毛主義」、「麥卡錫主義」、「雅各賓黨」或「獵巫」之名，其中最重要的是「獵巫」。在使用這些詞語的人看來，我們見到的校園現況其實是社會學家研究已久的現象：一個社群因為太執迷於宗教和意識形態純淨，從而相信自己必須揪出並懲罰內賊以維護團結。

歐洲從十五到十七世紀* 經歷了好幾波獵巫，這些風波主要是因宗教改革後的宗教戰爭和衝突

¹ Hoffer (1951/2010), p. 19.

* 譯按：作者筆誤，應是十六到十八世紀。

而起，黑死病一再爆發的恐懼也推波助瀾。²無辜枉死的民眾在數萬、甚至數十萬之譜，而他們喪命前往往遭到「偵訊」（實為拷問），熱油淋身，烙鐵炙灼，螺釘碎指。³

美國史上最有名的獵巫事件發生在麻州賽稜（Salem）。一六九二年一月，兩名少女突然開始痙攣、顫抖，她們的長輩認為是巫術所致。接下來幾個月，有幾十個人聲稱自己被女巫折磨，或是自己或家裡的動物遭到下咒。以巫術罪名送上法庭的至少有一百四十四人（其中三十八名是男性），十九人被吊死，一人遭重石壓身而死。⁴

對於女巫審判的歷史學和社會學分析通常認為：這些事件之所以爆發，不是因為群體對外界懷有被威脅感，就是因為內部出現分裂或失去團結。賽稜幾年前才經歷慘烈的邊界戰爭（地點在今日緬因州內，當時屬於麻州），浴血對抗法國人及其美洲原住民盟軍。鎮民們對那場血戰餘悸猶存。⁵那麼，從一〇一五年秋不斷搶占頭條的校園事件，是否同樣符合這個社會學框架呢？

十九世紀到二十世紀初的法國社會學家涂爾幹（Emile Durkheim），是喬在歷史上最喜歡的思想家之一。在涂爾幹看來，團體和社群在某些方面就像有機體：社會實體長期需要強化自身內部的凝聚力，提高共同的道德秩序感。涂爾幹說人類是「雙重人」（*homo duplex*）——雖然我們非常善於當追逐日常目標的個體（涂爾幹稱這個層次為「俗」〔*profane*〕或凡常），但我們也有能力轉化，暫時進入他稱為「聖」（*sacred*）的更高集體層次。他說，只有在我們成為集體的一部分時，我們才能體驗一股類似於「集體亢奮」（*collective effervescence*）的感覺。他將這種感覺描述成社會「電流」，在團體成員齊聚並達成團結時萌生（你在參加團隊運動、合唱團或宗教敬拜時，或許也

體驗過這種感受）。人可能一天裡在兩個層次之間來來去去，宗教儀式的功能也是將人推向更高的集體層次，讓他們在團體中凝聚，再帶著強化的團體認同和忠誠回到日常生活。儀式如果包括齊心歌唱、舞蹈或吟誦，又尤其有力。

面對突然爆發而外人難以理解的道德化暴力，用涂爾幹的方式分析特別有效。一九七八年，社會學家亞伯·柏格森（Albert Bergesen）發表論文：〈涂爾幹式的「獵巫」理論：以一九六六到一九六九年中國文化大革命為例〉（“A Durkheimian Theory of ‘Witch-Hunts’ With the Chinese Cultural Revolution of 1966-1969 as an Example”）。⁶柏格森以涂爾幹解釋這場從北京引爆的瘋狂。一九六六年五月，毛澤東開始發出警告：走資派敵人陰謀滲透，威脅日益擴大。狂熱的大學生迅速回應，組成紅衛兵，誓言揪出革命敵人並予以嚴懲。全中國的大學因此關閉數年。在這段時間，紅衛兵到處尋找（或想像）資本主義、外國勢力、資產階級的蛛絲馬跡，將它們連根拔除——這實際上是把所有成功或有所成就的人當嫌疑犯，很多教授、知識分子和學校主管被監禁或殺害。⁷

² Pavlac (2009).

³ Pavlac (2009).

⁴ Norton (2007), Introduction.

⁵ Norton (2007), Introduction.

⁶ Durkheim (1915/1965). For an updated analysis of the joys of collective action and group ritual, 亦見.. Ehrenreich (2006).

⁷ Bergesen (1978).

⁸ 關於文化大革命，概述可見：MacFarquhar & Schoenhals (2006)，亦可見這位於十三歲時加入紅衛兵的女性訪談：

文化大革命的殘酷場面之一是「批鬥大會」。在批鬥會上，遭控思想不純的人被指控者團團圍住，一邊受到辱罵、羞辱，時而遭到毆打，一邊認罪、低聲下氣道歉，並發誓改進。學生有時還會批鬥自己的老師。接下來幾年，高達數千萬人遭到迫害，數十萬人被殺。⁹

這場自我毀滅的鬧劇是怎麼發生的？柏格森認為政治獵巫多半有三項特徵：興起速度很快、動輒扣上反對集體的罪名，還有招致罪名的犯行往往是微不足道或偽造的。柏格森的原話是這麼說：

1. 興起迅速：「獵巫似乎是戲劇性爆發，並非社會生活的正常特徵。社群好像猛然驚覺自己遭到種種破壞寄生，而這些破壞威脅到整個群體。想想法國大革命的恐怖統治、史達林的作秀公審，還有美國的麥卡錫時期，它們都有一個共同現象：社群高度動員以排除內部敵人。」¹⁰

2. 與全體為敵的罪行：「獵巫期間會出現種種罪名，其中一種指控是與全體國族作對。社群的整個集體存在遭到威脅，國族、人民、革命或國家遭到侵蝕和破壞。」¹¹

3. 罪名常是微不足道或偽造的：「這些罪行和偏差行為的其中一個特點，是把最小、最微不足道的行為當成對全體國族犯下的罪行。事實上，我們稱這些事件為『獵巫』的主要原因之一，就是這些事件常牽連或誣告無辜的人。」¹²

我們想為柏格森的項目加上第四項，因為前三項必然造成這種結果：

4. 恐懼為被指控的人辯白：有人提出公開指控後，儘管很多朋友和旁觀者知道受害者是無辜的，他們還是什麼也不敢講。挺身為受害者辯白無異於阻撓集體儀式進行，所以支持被指控者真的是與團體作對，會被當成反抗者對待。如果情緒夠高漲，恐懼夠深沉，有人甚至會作證打壓自己的朋友或家人。

大學校園從二〇一五年起一再發生戲劇性事件，我們在前一章也講了其中幾件，柏格森對文化大革命的涂爾幹式分析，是否有助於解釋這些事件呢？從歷史來看，文化大革命和美國大學抗議當然差異很大，最明顯的是紅衛兵受極權政權獨裁者支持，使用暴力受到鼓勵；美國大學生則是自主組織，而且幾乎不用暴力。不過，兩者之間還是有相似之處。舉例來說，這兩個運動都是由充滿理想的學生發動的，為的是實現他們眼中高尚的目標：以平等主義藍圖重塑世界。柏格森的分析掌握

Xiangzhen, Y. (2016, May 15). Confessions of a Red Guard, 50 years after China's Cultural Revolution. Retrieved from <http://www.cnn.com/2016/05/15/asia/china-cultural-revolution-red-guard-confession/index.html>

⁹ Song, Y. (2011, August 25). Chronology of mass killings during the Chinese Cultural Revolution (1966–1976). SciencesPo. Retrieved from <http://www.sciencespo.fr/mass-violence-war-massacre-resistance/en/document/chronology-mass-killings-during-chinese-cultural-revolution-1966-1976>

Bergesen (1978), p. 20.

¹⁰ Bergesen (1978), p. 21.

¹¹ Bergesen (1978), p. 20.

¹² Bergesen (1978), p. 21.

住兩個運動都「戲劇性爆發」的事實，而且後續動員來得猛烈迅速，隨即延燒全國大學。¹³他的分析也掌握住瑣碎小事常掀起軒然大波的事實，愛瑞卡·克里斯塔吉斯關於耶魯大學萬聖節裝扮的電郵是如此；¹⁴瑪莉·史沛爾曼用「模子」這個詞拉近與克萊蒙特·麥肯納學生的距離，也是如此。¹⁵外人常常難以理解這兩封電郵怎麼會引起這麼大的騷動，抗議者居然不僅要求譴責這兩位女士，甚至要求開除她們？

柏格森的方法也能解釋米德伯理學院的暴力事件。現場影片可以看到學生呼口號、唱歌，時而一起擺動身體，全力阻止查爾斯·莫瑞演講。¹⁶這樣展現涂爾幹的「集體亢奮」實在令人震撼，社會電流通了，團體也做好行動準備。研究顯示，唱歌、搖擺這種同步行動能讓團體更合作無間，讓參與其中的人在身體上更能承擔接下來的挑戰。¹⁷如果當時馬上送莫瑞離開，不讓學生有那麼多時間一起唱歌和搖擺，也許史坦潔教授不會遭到暴力攻擊。

當我們稱某個運動是「獵巫」，代表我們相信那起事件中的攻擊目標是無辜的（如愛瑞卡·克里斯塔吉斯和瑪莉·史沛爾曼），但即使我們沒判斷錯，也不代表獵巫者的憤怒和恐懼沒有道理。到二〇一五年，大多數人都看過警察槍擊或勒住手無寸鐵的黑人的影片。可以理解為什麼很多黑人學生緊張不安，感到四周充滿無以名狀的威脅，並逐漸投入遏止系統性種族歧視的運動，對刑事司法系統的議題又尤其關注。可是，大學生為什麼要花這麼多熱情和精力改變自己的大學、找出自己社群內部的敵人？還有一個與此相關的難解之謎：為什麼抗議力道最強、頻率也最高的地方，是向來以政治立場進步聞名的學校，而且是在美國風氣最開明的新英格蘭地區和西岸？¹⁸這些學校不是尋釁在這些反常事件中的角色）。

已經最致力於實現進步、包容的社會政策了嗎？

為了進一步推進問題，且讓我們暫時把焦點從學生移開，檢視教授圈裡另一股似乎符合涂爾幹框架的潮流：以公開信提出譴責。有些教授們會呼朋引伴找幾百位教授連署，一起譴責某位教授同儕或要求撤下學術論文（不只是駁斥錯誤而已）。教授圈也在發生變化，就跟學生圈一樣（我們下一章會從更廣的角度審視這些改變，放在全國政治對立升高的脈絡中看，屆時也會討論校外右翼人士尋釁在這些反常事件中的角色）。

¹³ 相關案例可參考：TheDemands.org。這個網站是二〇一五年耶魯抗議事件後幾週內架設的，八十所學校的學生都到這裡貼出要求。

¹⁴ 見第三章。亦參見：Friedersdorf, C. (2016, May 26). The perils of writing a provocative email at Yale. *The Atlantic*. Retrieved from <https://www.theatlantic.com/politics/archive/2016/05/the-peril-of-writing-a-provocative-email-at-yale/484418>

¹⁵ 見第三章。亦參見：Haidt, J. (2015, November 18). True diversity requires generosity of spirit [Blog post]. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/2015/11/18>true-diversity-requires-generosity-of-spirit>

¹⁶ DiGravio, W. (Publisher). (2017, March 2). Students protest lecture by Dr. Charles Murray at Middlebury College [Video file]. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=aoEAShiefel>

¹⁷ Wiltermuth & Heath (2009). 亦見：Cohen, Ejmond-Frey, Knight, & Dunbar (2009).

¹⁸ See Wooldard (2011). The culture of safetyism and the most vigorous protests and shout-downs seem to occur mostly in just two of the eleven “nations” that Wooldard identifies: Yankeedom (from New England to the upper Midwest) and The Left Coast (the coastal strip of the three West Coast states).

具刺激性的概念

11〇 | 七年三月一十九日，《希帕提婭：女性主義哲學期刊》（*Hypatia: A Journal of Feminist Philosophy*）官網貼出一篇文章：〈為跨種族辯〉（“In Defense of Transracialism”），¹⁹作者是田納西州曼菲斯（Memphis）羅德學院（Rhodes College）哲學系助理教授蕾貝卡·托維爾（Rebecca Tuvvel）。這篇文章對照了兩件事：一是對凱特琳·詹納（Caitlyn Jenner）性別重置（由男轉女）大致正面的公眾反應，另一件是對瑞秋·杜勒札爾（Rachel Dolezal）假冒黑人被揭穿後的「嘲弄和譴責」（杜勒札爾曾任全國有色人種協進會〔NAACP〕地方分會主席，是一位聲稱「認同為黑人」的白人女性）。²⁰托維爾說她在意的不是杜勒札爾事件的細節，而是其中「支持與反對跨種族的論證」。她認為：雖然社會對跨種族懷有敵意，對跨性別較為開放，但兩種身分轉換所帶出的思考很多是一樣的。

托維爾在文章裡強調：她非常支持跨性別權利，而且「並不認為種族和性別能等量齊觀」。她在這場爭議爆發之前已經討論過類似概念，她羅德學院的網頁上也說自己的研究「位在女性主義哲學、種族哲學和動物倫理的交界」。她很多作品都有探討對「動物、女性和種族次等群體」的壓迫，也指出這些壓迫交相重疊，一起「維護錯誤而有害的人性概念」。²¹這位學者很清楚自己在當代辯論中的位置，也絕對無意傷害跨性別人士。

可是在今日安全至上主義文化裡，動機不再重要，重要的是別人感受到的影響，而拜概念蠕變

之賜，幾乎每一件事都能被認定為傷害弱勢族群——甚至是對他們暴力相待。依柏格森的分析，凡 是能被解讀成對團體的攻擊的言行，都能被當成實施集體制裁和強化團體凝聚的機會。

這篇文章刊出後立刻引起騷動，短短幾週之內就出現給《希帕提婭》編輯和「廣大《希帕提婭》社群」的公開信，²²要求撤下這篇文章——不是駁斥（rebuted），是撤下（retracted）。連署人要的不是回應托維爾並更正他們指稱的錯誤（要求改正在學術界很常見），而是要這篇文章在學術紀錄中消失（這種作法相當罕見，通常只會對作假或剽竊的論文這樣做）。他們堅稱：讓這篇論文「繼續可以取得」，會對有色人種女性和跨性別族群造成「傷害」。可是，儘管寫這封信的人斷言「刊出（這篇文章）就造成諸多傷害」，他們卻沒有說明這裡指稱的「傷害」究竟是什麼。事實上，他們自己都說這封信「並非該文所造成之諸多傷害的全面性摘要」——簡言之，他們迴避缺少證據的問題，無法舉證這篇文章到底造成（或可能造成）什麼傷害。²³

¹⁹ Tuvvel (2017).

²⁰ Johnson, K., Pérez-Peña, R., & Eligon, J. (2015, June 16). Rachel Dolezal, in center of storm, is defiant: "I identify as black." *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2015/06/17/us/rachel-dolezal-nbc-today-show.html>

²¹ See <https://www.rhodes.edu/bio/tuvvel>

²² Open letter to Hypatia. (n.d.). Retrieved from <https://archive.is/IUeR4#selection-71.0-71.22>

²³ 請注意：「本聲明並非該文所造成之諸多傷害的全面性摘要」這一段是後來新加的，差不多在第五百一十位連署時才加入公開信，請見：Open letter to Hypatia. (n.d.). Retrieved from https://docs.google.com/forms/d/1efp9C0MfHch_6Kfgtm0PZ76nrWtceSdWHcvgidl2mU/viewform?ts=590666d20&edit_requested=true

沒過多久，個別批評者也紛紛加入，說這篇文章「恐跨」、「暴力」，反映出「白人女性主義的一切錯誤」。由納西大學哲學系助理教授諾拉·貝倫斯坦（Nora Berenstain）在臉書貼文，仔細說明這篇文章「到處充斥厭跨女暴力」。她認定托維爾「整篇文章以各種方式展現暴力，並讓傷害永久存在」，因為她「棄名錯稱（deadnames）」一位跨性別女性（意思是托維爾提到詹納還是男性時的名字「〔棄名〕」叫布魯斯）²⁴、「使用『跨性別（transgenderism）這樣的字眼』、『談到『生理性別』（biological sex）』，騙『用了『男性性器』（male genitalia）這樣的騙』。批評者的不滿居然有這麼多是針對托維爾的用字選擇，而非論證，實在令人嘆為觀止。事實上，公開信中要求撤下文章的論點之一，就是托維爾用了「不為相關次領域共同承認、接受或採用的詞彙和框架」。就如史沛爾曼在電郵中寫了「模子」便引起軒然大波，用柏格森的話來說，「小而微不足道的行為」被當成「與全體作對的罪行」。²⁵

左傾社會科學記者傑西·辛格（Jesse Singal）讀了公開信上的指控，再讀了托維爾的原始文章，在《紐約》（New York）雜誌網路版寫道：「好好讀過托維爾的文章之後，可以發現：（公開信上）每一個可否證的論點都只是錯誤或誤導。」他總結說：

總之，這封信連托維爾那篇文章的基本事實都弄錯不少，錯誤之多令人咋舌。寫信的人若非對文章內容撒謊，就是根本沒讀那篇文章。這份文件嚴重曲解他們一位同儕的作品（而且搞不好是惡意的），連署的那幾百個人現在都已在此留名。學術界通常不會發生這種事——這是

群眾團體迷思（mass groupthink）的例子，實在很怪又讓人不舒服，也許是網路羞辱加上跟風效應才越滾越大。²⁶

對托維爾文章的反應十分符合涂爾幹框架：「群眾團體迷思」莫名其妙「憑空」爆發，微不足道的小事（例如用「男性性器」一詞）被當成對弱勢族群的嚴重攻擊。這些攻擊隨即招來凝聚團結的集體反應——一封得到幾百個人連署的公開信。連署人公開亮出名字，一起把矛頭對準受到指控的女巫。辛格甚至把他的文章標題取作「今日獵巫是這等面目」。

托維爾事件也具備獵巫的第四項特徵：不敢保護受指控者。²⁷ 托維爾的博士論文指導教授凱

²⁴ 托維爾提到凱特琳·詹納時寫的是「凱特琳（舊名布魯斯）·詹納」。「棄名錯稱（deadnaming）指的是以跨性別人士的舊名（「死掉的」名字）稱呼他們。這篇文章的網路版在刊出後有再編輯過（二〇一七年五月四日），更正處註明：「應作者要求，刪除括號內提到的詹納原名」，請見：Tuvel (2017)。然而值得一提的是，連凱特琳·詹納本人都說：「在我覺得合適的時候，我也會提到布魯斯這個名字。」請見.. Oliver, K. (2017, May 8). If this is feminism... *The Philosophical Salon*. Retrieved from <http://thephilosophsalsalon.com/if-this-is-feminism-its-been-hijacked-by-the-thought-police>. 亦參見.. Berenstain, N. (2017, April 29). Nora Berenstain on Rebecca Tuvel and Hypatia. *GenderTrender*: Retrieved from <https://gendetrender.wordpress.com/nora-berenstain-on-rebecca-tuvel-and-hypatia>

²⁵ Bergesen (1978), p. 21.

²⁶ Singal, J. (2017, May 2). This is what a modern-day witch hunt looks like. *New York*. Retrieved from <http://nymag.com/daily/intelligencer/2017/05/transexualism-article-controversy.html>

²⁷ 莎莉·修茲（Sally Scholz）——被公開信點名的編輯——以這份強而有力的聲明為刊登托維爾的文章辯護：「我堅決相

莉·奧利佛（Kelly Oliver）撰文為昔日學生辯護，感嘆怯懦的同事如此之多：

在（給奧利佛和托維爾的）私訊裡，有些人表達同情和支持，為事態發展遺憾，也為沒有公開力挺致歉。有位學者在私訊裡跟我說：「抱歉我沒有公開講這些話（我沒興趣在臉書上戰那些惡女），無論如何，在我看來這很明顯，你們沒有對邊緣學者使用暴力。」

奧利佛也發現有些學者不只是懦弱而已——他們私下支持托維爾，但在檯面上還是跟風攻擊她：

這些人在私訊裡為她的遭遇遺憾，卻公開在社群媒體上煽動仇恨和憤怒之火。我不禁想問：為什麼有這麼多學者——尤其是女性主義者——關起門來表達一種心情，在公開場合又表達另一種？為什麼有那麼多人不敢公開發聲？²⁸

涂爾幹和柏格森為我們直接回答了奧利佛的問題。²⁹這正是人在獵巫時會做的事。

現在駁斥就是撤文

沒過多久，譴責其他教授、要求撤下他們作品的公開信也紛紛出現。³⁰一七年八月，賓

州報紙刊出一篇短論〈為中產階級文化崩潰付出代價〉（“Paying the Price for Breakdown of the Country’s Bourgeois Culture”），³¹作者是賓州大學法學教授艾咪·魏克斯（Amy Wax），以及聖地牙哥大學法學教授賴瑞·亞歷山大（Larry Alexander）。他們認為：今日很多社會問題——包括失業、犯罪、毒品和貧窮代間傳遞（intergenerational transmission）在內——部分是因「中產階級文化劇本」消失而起。這套人生劇本曾促使美國人「先結婚再生孩子，為孩子維繫婚姻，好好念書找賺錢的工作，努力打拚，不要懶惰」。點燃戰火的是文章裡的一句話：「文化並不個個平等。至少，

信：編輯否定自己已經接受刊登的文章，至為不妥（除非有剽竊或偽造資料情事）。我這份信念不會動搖。對於稿件獲得接受的作者，編輯必須做他們的後盾。這是我的立場。托維爾教授的文章已經通過同儕審查過程，也已獲得審查者與我接受。」³².. Weinberg, J. (2017, May 6). Hypatia's editor and its board president defend publication of Tuvel article. *Daily Nous*. Retrieved from <http://dailynous.com/2017/05/06/hypatias-editor-board-president-defend-publication-tuvel-article>

Oliver (2017); see n. 24

在女性主義哲學圈外更大的哲學社群裡，的確有很多教授為托維爾挺身而出，反對撤下她的作品。用涂爾幹的角度來看，相關社群是女性主義哲學家的子集（subset）。

另一封提出譴責並要求撤下論文的公開信，針對的是俄勒岡州波特蘭州立大學（Portland State University）政治學家布魯斯·季禮（Bruce Gilley），他在文中主張殖民主義為被殖民國帶來一些利益。在期刊編輯遭到死亡威脅後，這篇論文也被撤下，³³.. Patel, V. (2018, March 21). Last fall, this scholar defended colonialism. Now he's defending himself. *The Chronicle of Higher Education*. Retrieved from <https://www.chronicle.com/article/Last-Fall-This-Scholar/242880>

Wax, A., & Alexander, L. (2017, August 9). Paying the price for breakdown of the country's bourgeois culture. Retrieved from <http://www.philly.com/philly/opinion/commentary/paying-the-price-for-breakdown-of-the-country-s-bourgeois-culture-20170809.html>

要培養出能在經濟進步的世界裡當個有生產力的人，文化之間並不平等」。這句話之所以引發眾怒，是因為它違反了學術界普遍存在的禁忌：不應以任何方式說某個主流文化比非主流文化優越。不過人類學家一般同意：文化和次文化會灌輸其成員不同的目標、技能和品德。³² 不可能每個文化都能培養出能在其他文化功成名就的孩子。魏克斯和亞歷山大認為：如果我們真想改善移民和窮人的遭遇，讓他們在我們這種自由市場、服務導向的資本主義社會安身，談談中產階級文化是有幫助的。

一週後，五十四名賓州大學研究生和校友發表聲明，譴責該文及其作者展現「異性戀父權主義、階級主義和白人至上主義的邪惡邏輯」。公開信頗有涂爾幹之風，除了強烈號召「所有誓言對抗系統性不平等的賓大人」團結起來，也要求賓大校長一同對抗魏克斯和亞歷山大的種族主義，並「積極調查魏克斯對白人至上主義的提倡」。³³ 魏克斯的三十三名法學院同事響應號召（幾乎是全院半數教師），又寫了一封公開信提出譴責。可是他們並沒有做學者該做的事（以學術專業指出魏克斯和亞歷山大錯在這裡），只是「譴責」並「斷然拒斥」魏克斯的主張。³⁴

增進團結還是擴大分歧？

對需要攜手合作或投入戰鬥的團體來說，團結是好事。團結帶來信任、團隊合作和彼此相助，但它也容易造成團體迷思，讓人獨尊正統，對挑戰集體望之卻步。團結有礙於群體追求真理，追求真理也有礙於群體凝聚團結。希臘史學家修昔底德（Thucydides）兩千年前就發現這個道理。在公

元前五世紀那戰爭與革命頻仍的年代，他講過：「有方方面面了解問題的能力，代表一個人完全不適合投入行動。」³⁵

意見不一對學者群體之所以那麼重要，原因正在於此。教授跟每一個人一樣，也是有缺陷的思考者，也強烈傾向相信自己的看法是對的。每一位學者都有確認偏誤（confirmation bias）的問題，亦即傾向積極尋找能確認自身既定主張的證據。³⁶ 大學最美好的特質之一是：若能運作得當，它們可以成為學者之間相互消除確認偏誤的社群。雖然教授們常常無法看出自身論證的缺陷，但其他教授和學生可以協助他們找出弱點，學者的社群因此得以判斷哪些主張經得起檢驗。我們將這個過程

³² Shweder (1996).

³³ 這封信說：凡是反對種族優越性之仇恨概念的人，都「必須譴責勾結與支持白人至上主義的教師」，視魏克斯的概念為「白人至上主義的禍根」。見.. Guest column by 54 Penn students & alumni — Statement on Amy Wax and Charlottesville.

³⁴ 喬寫過一篇文章簡介事件經過，並為魏克斯辯護。見.. Haidt, J. (2017, September 2). In defense of Amy bourgeois values [Blog post]. *Heterodox Academy*. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/2017/09/02/in-defense-of-amy-bourgeois-values/>. 約拿·蓋巴赫（Jonah Gelbach）譯入長文，網羅回應魏克斯和亞歷山大的文章。見.. Haidt, J. (2017, September 21). Jonah Gelbach responds to Amy Wax & Jon Haidt [Blog post].

³⁵ Thucydides (431 BCE/1972) Book III, chapter 82, section 4. 見.. Haidt (2012), chapters 2 and 4.

稱為「制度性消除確認」（*institutionalized disconfirmation*）。這裡的「制度」指的是全體學界或學科（如政治學），它保證每份以研究發現為名發表的文章——當然還有經過同儕審查的論文——都已通過挑戰和審查。雖然制度無法保證文章正確無誤，但它的確讓我們有理由相信：通過制度檢驗的文章，比政黨智庫、公司行銷或你那好發議論的阿伯更加可靠。正是因為有制度性消除確認的機制，大學和學者群體才有仲裁事實問題的權威，所以他們有資格認定某些疫苗是否導致自閉症增加（否），³⁷ 或是為消除貧富兒童成績落差而設計的社會政策是否有效（有些有，有些沒有）。³⁸

可是，如果一所大學或某個學術領域的人都站在同一陣線，每個人的確認偏誤都一樣，會產生什麼結果呢？——會毀了消除確認過程。研究顯示：審到與自身政治立場一致的論文和研究計畫，審查者比較容易接受或通過補助；相反地，審到與自身價值或理念不合的論文和研究計畫，審查者的態度就較具批判性。³⁹ 在某種程度上，這正是很多學術領域從一九九〇年代開始發生的事，對今日大學文化產生千絲萬縷的影響。

不令人意外的是，整體而言，教授們立場傾左。藝術家、詩人和愛看外國電影的人也是。與政治左派關聯最強的性格特徵之一是對經驗開放，這樣的人渴望接觸新的概念和經驗，也更有興趣改變傳統安排。⁴⁰ 另一方面，軍人、執法人員和把房間整理得有條不紊的學生傾向右派（真的，只要掃一眼床頭擺的照片，差不多就能猜到一個人的政治立場）。⁴¹ 社會保守派對經驗的開放性通常較低，但責任感較高。他們喜歡事情有條有理、可以預測，他們更可能準時赴會，也更容易看出傳統安排的價值。

所以在自由社會裡，絕不可能每個職業的人都左右兩派各佔一半。教授們通常傾左，人文和社會科學界尤其如此。在牽涉政治議題的領域裡，只要不傾左的教授足以讓制度性消除確認繼續進行，就沒什麼問題。左右派人數比在二比一或三比一，應該就足以維持制度性消除確認。二十世紀大多數時間的人數比差不多也是如此。

下頁圖5.1是教授們（橫跨各領域）在一份調查中自述立場的百分比，上方的線是自認左傾者，下方的線是右傾者，中間則是「中間路線」。⁴² 左右比在一九九〇年代早期大約是二比一。我們找到的研究不多，但能一路追溯到二十世紀中期，結果發現教授們通常左傾、投民主黨，但不同陣營的人數差距不算太大。⁴³ 不過，情況在一九九〇年代晚期快速轉變。當時「最偉大的世代」（Greatest Generation）的教授開始退休，位置由嬰兒潮世代填補。到二〇一一年，左右派人數比已

³⁷ Eggertson (2010).

³⁸ 喬在學術生涯中最好的經驗之一，就是為一個兩黨貧窮問題專家工作小組做協調。他們努力放下黨派之見，仔細閱讀複雜的研究資料，一起找出真正有效的計畫。見：American Enterprise Institute/Brookings Working Group on Poverty and Opportunity. (2015, December 3). *Opportunity, Responsibility, and Security*. Retrieved from <http://www.aei.org/publication/opportunity-responsibility-and-security/>. Chapter 5 evaluates early childhood interventions.

³⁹ Duarte et al. (2015). See especially: Abramowitz, Gomes, & Abramowitz (1975). 亦見.. Crawford & Jus- sim (2018).
⁴⁰ 關於性格、政治立場、行為和開放性的關聯，請見.. McCrae (1996). 亦見.. Carney, Jost, Gosling, & Potter (2008).
⁴¹ McClintock, Spaulding, & Turner (1965).

⁴² 關於高等教育研究中心這篇調查的更多資訊，請見：<https://heri.ucla.edu>

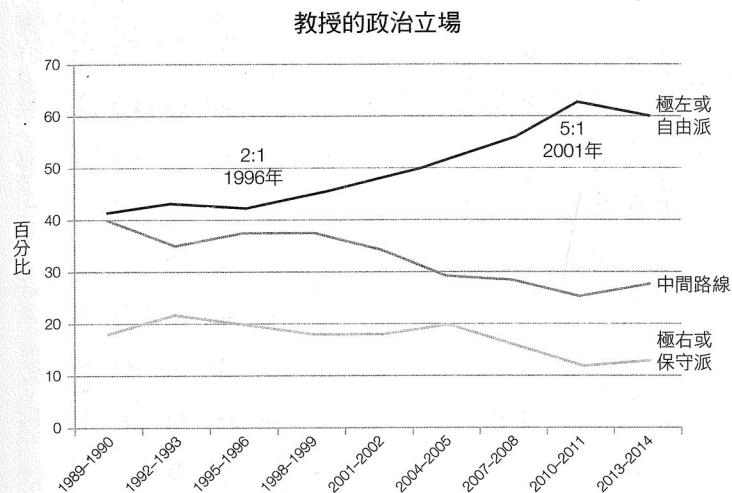


圖5.1 教授自陳政治立場。從一九九〇年代中期開始，左右派人數比急速上升。
(資料來源：高等教育研究中心〔Higher Education Research Institute〕。數據來自對美國教授的全國性代表調查。繪圖：山姆·亞伯拉姆斯〔Sam Abrams〕)

達五比二。「最偉大的世代」的教授絕大多數是白人男性，打過二次大戰，再透過協助他們回到戰後生活的法案接受高等教育。這波學者中有很多共和黨和保守派。

嬰兒潮世代的教授相反。他們在種族和性別上更加多元，可是在政治立場上較不多元。他們很多人深受一九六〇年代社會抗議浪潮影響，為了持續推動社會公義和社會進一步價值，很多人選擇進入學界，在社會科學和教育領域奮鬥。

牽涉社會公義議題的領域之所以人數比急速變化，這就是原因所在。喬的學術領域是心理學，從一九三〇年代到一九九〇年代中期，這個領域的左右派比例是二比一到四比一之間，可是它從一九九〇年代中期後迅速攀升，一〇一六年已達十七比一。⁴⁴在人文及社會科學其他核心領域，左右派人數

比幾乎全都超過十比一。這種失衡情況在新英格蘭名門大學更嚴重。⁴⁵人文和社會科學領域的唯一例外是經濟學。有一份對教授選民登記的研究顯示：經濟學教授的左右派人數比是四比一，相對算低，⁴⁶政治多元性還足以進行制度性消除確認。

一旦教授之間失去政治多元性，學術研究的品質和嚴謹也會跟著打折，處理政治議題的領域尤其如此。一〇一五年，包括喬在內的六位社會科學家曾合寫學術論文，解釋原因何在。⁴⁷舉例來說，當某個領域缺乏政治多元性，研究者往往容易囿於成見，一起鑽進能確認他們共同觀點的問題和研究方法，忽視無法提供這般支持的問題和方法。

教師之間缺乏政治多元性，也會從三個方面給學生帶來負面後果。第一，很多大學生很少或沒有接觸政治光譜另一邊的教授。⁴⁸很多學生畢業時對保守派、政治和很多美國的事理解不清。

⁴⁴ 一〇一四年前所有相關研究的分析，請見：Duarte et al. (2015)。最近的資料和十七比一的數據，請見：Langbert, Quain, & Klein (2016)。

⁴⁵ Langbert et al. (2016).

⁴⁶ 根據：Langbert et al. (2016)，該研究使用山姆·亞伯拉姆斯的數據，確定「新英格蘭的相關早期發現，見：Abrams, S. J. (2016, July 1). There are conservative professors, just not in these states. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2016/07/03/opinion/sunday/there-are-conservative-professors-just-not-in-these-states.html>.

⁴⁷ 與此同時，雖然進步派教授也能介紹保守派論點，但就如約翰·彌爾(John Stuart Mill)所說：「光是聽田口的老師用自己的方式講對手的觀點，而且老師還同時提出駁斥，是不夠的。一個人必須聽真正相信這些觀點的人解釋……必須從它們最有道理也最有說服力的形式去了解它們。」見：Mill (1859/2003), chapter 2, p. 72.

在川普出乎眾人預料勝選後二天，哈佛主要的學生報在社論中說的就是這點。他們引用哈佛校訓「*Veritas*」——拉丁文的「真理」——呼籲校方提供更多政治多元性：

追求真理能強化我們的智性生活，這不僅需要我們社群裡的每一位成員能自由辯論政治，也需要我們傾聽存在於我國的不同政治觀點。在校園裡壓抑這類討論，不僅有損我們學校的政治少數派同學，對我們的教育成長也有害。⁴⁹

第二，教師之間沒了觀點多元性，代表學生對政治爭議學到的主張往往「左偏」，與真相存在落差。在很多事實問題上，光譜兩方的見解其實都屬合理（例如：提高最低薪資對雇主雇用較少的低技術勞工影響多大？出生前激素對男生和女生的玩具選擇和遊戲偏好影響多大？）。可是在政治立場同質性高的系所，學生接觸的大多是光譜左方的書籍或研究，於是平均來看，他們可能採取真相的「左」方的立場（舉例來說，他們更可能低估勞動需求的彈性，新英格蘭名門大學的學生尤其如此）。雖然左派觀點有時剛好是對的，但有時是右派觀點正確。一般說來，如果學生能聽學養豐富的學者從不同角度辯論難題，他們能更接近真相。

由於老師和學生的政治立場在同一段時間變得更加同質，這項問題也變得更為嚴重。根據高等教育研究中心對即將入學的新鮮人的調查：大約百分之二十的大學新鮮人自認為保守派，這個比例從一九八〇年代初期開始一直很穩定。在一九八〇和一九九〇年代，自認為「中間派」的大一新生

大約一半，可是從一九九〇年代早期開始，這個比例一再下降，現在只有四十出頭。而進步派（自認為「自由派」）的比例升高到百分之三十一。變化速度從一九九一年起加快。⁵⁰

我們並不是說校園裡左傾學生變多本身有什麼不對，但我們的確認為：要發展批判性思考，觀點多元性是必要的。不論傾左或傾右，觀點同質性都會讓一個社群更容易陷入團體迷思，更難以抗拒獨尊正統。如果從一九九〇年代開始，老師和學生都是中間派變少、進步派增多，而學生的變化又從二〇一二年起加快，那麼我們不難想見：美國大學的文化和社會動力也會產生變化，二〇一二年之後尤其如此。⁵¹

⁴⁹ The Crimson Editorial Board. (2016, November 11). Elephant and man at Harvard. *The Harvard Crimson*. Retrieved from <http://www.thecrimson.com/article/2016/11/11/ideological-diversity>

⁵⁰ Eagen, K., Stolzenberg, E. B., Zimmerman, H. B., Aragon, M. C., Sayson, H. W., & Rios-Aguilar, C. (2018, February 15). The American freshman: National norms fall 2016. *Higher Education Research Institute*. Retrieved from <https://www.heri.ucla.edu/monographs/TheAmericanFreshman2016.pdf>

⁵¹ 有趣的是，二〇一二年起的變化完全是女性態度改變所致。男大學生並未轉向左派，但女性比男性更加左傾，性別差距從二〇一一年大約百分之六，擴大到二〇一六年大約百分之十一。Rempel, C. (2017, May 2). Political polarization among college freshmen is at a record high, as is the share identifying as “far left.” *The Washington Post*. Retrieved from <https://www.washingtonpost.com/news/rampage/wp/2017/05/02/political-polarization-among-college-freshmen-is-at-a-record-high-as-is-the-share-identifying-as-far-left>

⁵² 二〇一八年二月，有些論文說大學校園對辯論自由的看法並沒有變化，例如：Yglesias, M. (2018, March 12). Everything we think about the political correctness debate is wrong. *Vox*. Retrieved from <https://www.vox.com/policy-and-politics/2018/3/12/17100496/political-correctness-data>。不過，喬和非正統學院（Heterodox Academy）的同事仔細檢視資料後發現：不論是對爭議言論的態

這就是第三個問題，涂爾幹式的問題——有些學術社群（尤其是位在美國最進步區域的那些）可能正面臨相變（phase change）風險。他們的政治同質性太高也太過凝聚，以致產生與大學正常目標背道而馳的集體實體特徵。當集體實體為行動而動員，他們更可能是為了貫徹政治正統，而不是為了容忍對其核心意識形態信念的挑戰。政治同質的群體更容易發生獵巫，在他們感受到外部威脅時尤其如此。

歡迎光臨長青學院

州立長青學院（Evergreen State College）是所小型公立學院，距西雅圖車程一小時，一向以古怪的進步作風聞名。它位在自然保護區內，有自己的有機農場。它不為學生打分數，而以書面報告評估學習成果。長青學院曾獲評為美國最自由的十所大學之一。⁵³二〇一一年，他們更修改使命宣言，加進：「長青學院支持也受益於地方和全球對社會公義、多元性、環境管理與公益服務的努力」。⁵⁴可是在二〇一七年五月，這所學校陷入無政府狀態。不從涂爾幹的角度切入，我們很難解釋這場風波。

長青學院從二〇一月十五日便已氣氛緊繃。當時，政治立場屬自由派的生物學教授布萊特·懷恩斯坦（Bret Weinstein）寫電郵給其他老師，⁵⁵對即將在下個月進行的「缺席日」（Day of Absence）計畫表達憂心。⁵⁶缺席日是從道格拉斯·特納·沃德（Douglas Turner Ward）的同名劇作中獲得靈感⁵⁷。從一九七〇年代起，學校裡的有色人種教職員會選一天集體缺席（後來學生也加入），讓大

家真切感受到校園裡少了他們，從而體會他們的貢獻有多重要。不過，在川普勝選餘波蕩漾下，二〇一七年的缺席日籌辦小組決定做些改變：原本是讓有色人種自願選擇缺席，今年改成請白人學生和教職員當天不進校園。⁵⁸

懷恩斯坦教授認為這樣不對。⁵⁹他寫道：「讓一個團體或聯盟自願決定從共同空間缺席，從而

度，或是是否更想用不自由的手段防止這類辯論，整體上能看出不少變化。見... Stevens, S., & Haidt, J. (2018, March 19). The skeptics are wrong: Attitudes about free speech on campus are changing. *Heterodox Academy*. Retrieved from https://heterodoxacademy.org/skeptics-are-wrong-about-campus-speech

⁵³ Bestcolleges.com. (n.d.). The 10 most liberal colleges in America. Retrieved from http://www.bestcolleges.com/features/most-liberal-colleges

⁵⁴ Paros, M. (2018, February 22). The Evergreen Meltdown. *Quilllette*. Retrieved from http://quilllette.com/2018/02/22/the-evergreen-meltdown. See Evergreen's mission here: http://www.evergreen.edu/about/mission

⁵⁵ Weiss, B. (2017, June 1). When the left turns on its own. *The New York Times*. Retrieved from https://www.nytimes.com/2017/06/01/opinion/when-the-left-turns-on-its-own.html

⁵⁶ The Evergreen State College. (n.d.). Day of Absence & Day of Presence. Retrieved January 24, 2018, from https://evergreen.edu/multicultural/day-of-absence-day-of-presence

⁵⁷ Ward (1994). An online version is available here: Ward, D. T. (1965). Day of absence — A satirical fantasy. *National Humanities Center*. Retrieved from http://nationalhumanitiescenter.org/pds/mair3/protest/text12/warddayofabsence.pdf

⁵⁸ Jaschik, S. (2017, May 30). Who defines what is racist? *Inside Higher Ed*. Retrieved from https://www.insidehighered.com/news/2017/05/escalating-debate-evergreen-state-students-demand-firing-professor

「顯他們重要但未獲重視的地位，是一回事」，「鼓勵另一個團體離開，是另一回事」，「兩者之間差異很大」。⁶⁰他說：在共同空間裡，「一個人說話的權利——或置身其中的權利」，「絕不能依膚色而定」。他也擔心：要是有白人學生或教職員並不支持這次缺席日的安排，選擇在那天進入校園，會遭受負面眼光，他們的出現可能被解讀成不支持這件事的目的。⁶¹事實上，懷恩斯坦一年前也提過對學校發展方向的疑慮。那時，校長、主管和幾位老師積極推動全校「公平」(equity)計畫，其中一項建議是要求所有新進雇員符合「公平」要求。校長喬治·布理奇 (George Bridges) 開始把「教育，團結，包容」加進備忘錄和信件，他和他的「公平會」也規劃出各種凝聚團結的活動，例如公開點名教職員搭上想像的獨木舟，和主管象徵式地一起滑向公平（伴著湍急的水聲和美洲原住民的鼓聲）。⁶²從涂爾幹的角度來看，這些全校性「團結」儀式和講話是有道理的。它們為一個社群做好集體行動的預備。

據懷恩斯坦說，缺席日來了又去，「幾乎風平浪靜」，⁶³只不過白人師生並未全都配合。後來，學校陸續發生一些紛擾。到了五月二十一日，缺席日一個多月後，一群各種族組成的學生來興師問罪。他們怒氣沖沖抵達懷恩斯坦的教室門口，怒氣沖沖把他堵在穿堂，疾言厲色訓斥他。⁶⁴他們對他罵髒話，叫他「混帳東西」，要他「滾他媽蛋」。他們說他在電郵裡講了種族歧視的話，⁶⁵要求他不但要道歉，還要辭職。懷恩斯坦不接受他們對那封電郵的看法，不認為那封信「有傷害性」或「種族歧視」，也拒絕道歉。不過，他的確有試著跟學生好好討論，用他的話來說，他有試著開啟「對話，也就是我聽你們講，你們也聽我講」。不過學生的反應並不正面：「誰理你講什麼……反

正我們不講什麼白人特權！」⁶⁶

學生們不斷痛罵懷恩斯坦，氣氛越來越火爆。懷恩斯坦的學生擔心他的安全，偷偷聯絡警方。

- 60 Volokh, E. (2017, May 26). "Professor told he's not safe on campus after college protests" at Evergreen State College (Washington). *The Washington Post*. Retrieved from <https://www.washingtonpost.com/news/volokh-conspiracy/wp/2017/05/26/professor-told-hes-not-safe-on-campus-after-college-protests-at-evergreen-state-university-washington>
- 61 Long, K. (2017, June 10). Long-simmering discord led to The Evergreen State College's viral moment. *The Seattle Times*. Retrieved from <https://www.seattletimes.com/seattle-news/education/discord-at-evergreen-state-simmered-for-a-year-before-it-boiled-over>
- 62 關於前一年的事件，我們的消息來源是跟麥可·潘尼茲 (Mike Paros) 話私人事體 (110 | 八年 | 五十五)。關於那類像的獨木舟片段，請見以「影子連線 1:06 處」。The Evergreen State College Productions (Producer). (2016, November 18). Equity and inclusion council community report back [Video file]. Retrieved from <https://youtube.com/watch?v=wPZ77CASvCs&feature=youtu.be&be%26amp;>
- 63 Weinstein, B. (2017, May 30). The campus mob came for me — and you, professor, could be next. *The Wall Street Journal*. Retrieved from <https://www.wsj.com/articles/the-campus-mob-came-for-me-and-you-professor-could-be-next-1496187482>
- 64 Haidt, J. (2017, May 27). The blasphemy case against Bret Weinstein, and its four lessons for professors [Blog post]. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/2017/05/27/this-weeks-witch-hunt>
- 65 Caruso, J., & Gockowski, A. (2017, May 25). VIDEO: White prof harassed for questioning diversity event. *Campus Reform*. Retrieved from <https://www.campusreform.org/?ID=9233>
- 66 Kaufman, E. (2017, May 26). Another professor, another mob. *National Review*. Retrieved from <http://www.nationalreview.com/article/448034/evergreen-state-pc-mob-accosts-liberal-professor>

結果抗議者擋住警察，不讓他們接近懷恩斯坦。⁶⁷校警只好請其他警察局支援。⁶⁸

抗議者自稱「擔心生命安全」，成群結隊往行政大樓走去。他們在校長室外找到布理奇，也馬上開始對他叫囂。影片裡可以聽到學生對他說：「幹，喬治，我們不想聽你講屁話……你他媽閉嘴。」⁶⁹校長同意跟他們談，也請支持他們的職員和主管一起參加，同時向他們保證：在誤入歧途的教職員方面（例如懷恩斯坦），「他們到時會說我們不愛聽的話，而我們的任務是讓他們加入我們，或是叫他們走。我想我們要努力的方向是：帶他們歸隊，訓練他們，如果他們執迷不悟，就制裁他們。」⁷⁰（是的，這真的是一位美國公立大學校長講的話。照憲法第一修正案，他有保護學術自由之責，而他提議開除或懲罰不接受強制政治再教育計畫的教授。）

有些抗議者堅持校警隊長史黛西·布朗（Stacy Brown）出席會議——而且必須解除武裝。由於布朗不能既穿制服又不配武器，她特地換了便服過來。一到現場，只聽見學生大聲叫罵髒話，有些是衝著她來。⁷¹幾名抗議者交給她溝通，預計當天稍晚在另一場會議碰面，結果到時來了其他幾百個人。在這場更大的集會上，抗議者緊緊貼著布朗、懷恩斯坦和其他幾個不認同他們的老師和學生，而且從頭到尾守住出口。⁷²懷恩斯坦的學生偷聽到抗議者說他們有棍子，已經計畫好要阻止懷恩斯坦離開。他們趕忙傳訊警告懷恩斯坦，懷恩斯坦又傳訊給他的妻子希瑟·海英（Heather Heying）（也是生物學教授）：「有人說他們不會讓我離開。」接著又傳了句：「不知道能怎麼辦。」⁷³

那場會議的影片看了令人瞠目結舌。⁷⁴影片裡能聽到學生堅持開除懷恩斯坦，照一名白人抗議者後來的說法，這是為了防止懷恩斯坦「散播問題措辭」。⁷⁵有色人種學生不論是發言支持懷恩斯

⁶⁷ 抗議者後來說這是為了構成「保護圈，保護和懷恩斯坦講話的有色人種學生」。這種說法同時結合歐威爾式的奴隸制上主義和我們／他們對立謬誤。Kozak-Gilroy, J. (2017, May 31). A year of events, a timeline of protests. Cooper Point Journal.

Retrieved from <http://www.cooperpointjournal.com/2017/05/31/a-year-of-events-a-time-line-of-protests>. 燃起事件之後，懷恩斯坦與抗議者也進行過迴和對話，⁷⁶ Lavelle, C. (2017, May 23). This is what a discussion looks like [on Facebook]. Retrieved from <https://www.facebook.com/celestelavelle/videos/10203256021397424>

⁷¹ 匿名消息來源（私人通訊，11017年8月11日）。

⁷² Andy Archive (Producer). (2017, May 28). Black Power activist students demand white professor resigns over “racism” [Video file]. Retrieved from <https://youtu.be/ERd2HvCOHI?si=4m2s>

⁷³ Boyce, B. (Producer). (2017, June 20). Is Evergreen a cult? [Video file]. Retrieved from https://youtu.be/_VFVRaExwII?si=4m24s. 亦見.. Heying, H. (2017, October 2). First, they came for the biologists. *The Wall Street Journal*. Retrieved from <https://www.wsj.com/articles/first-they-came-for-the-biologists-1506984033>

⁷⁴ Anonymous (personal communication, August 23, 2017).

⁷⁵ Loury, G., & Weinstein, B. (Producer). (2017, June 30). Glenn Loury & Bret Weinstein — Bloggingheads.tv. [Video file]. Retrieved from <https://bloggingheads.tv/videos/46681>

⁷⁶ 「抗議者的確有讓布萊特離開，但他們指派『保鑣』看住他和他學生。」Heying & Weinstein (2017, December 12). Bonfire of the academies: Two professors on how leftist intolerance is killing higher education. *Washington Examiner*. Retrieved from <https://www.washingtonexaminer.com/bonfire-of-the-academies-two-professors-on-how-leftist-intolerance-is-killing-higher-education>

⁷⁷ VICE (Producer). (2017, May 31). [MIRROR] Student takeover of Evergreen State College. [Video file]. Retrieved from <https://youtu.be/2cMYfxOFBBM?si=2m19s>

坦，或者只是開口表示想聽聽不同於抗議陣營的說法，都會遭到喝止，並被斥為「種族叛徒」⁷⁶（沒參加抗議的白人學生則是被要求站到後面，不准發言）。⁷⁷

學生們不斷公然奚落校長，甚至因為他笑就痛罵他。布理奇校長講話常比手勢，這也讓學生看不順眼，一個學生對著他吼：「手放下啦！」另一個學生則模仿他的手勢嘲笑他：「我的問題就你啦！喬治，就你那些小手勢啦！」校長馬上把手放背後，那個學生繞著他走，邊笑邊拍手，宣布她已「解殖這個空間」。布理奇回說：「是啊，不費吹灰之力。」⁷⁸

第二天，五月二十四日，抗議者搜車尋找懷恩斯坦。⁷⁹他們打斷一場教師聚會，逕自拿走要慶祝其中一位老師退休的蛋糕，撂下一句：「我們會這樣不就你們教的嗎？」⁸⁰接著，照學生報紙的描述，抗議學生架設路障擋住行政大樓的主要入口，⁸¹占據大樓好幾個小時，把包括布理奇校長在內的學校主管全帶過來，⁸²接著將他們扣在一間辦公室裡。掌握學校領導團隊之後，學生們商量條件，提出要求，其中包括強制教師接受偏見訓練，還有准許抗議學生遲交作業。⁸³

辦公室外，學生四處錄影，一面檢查這裡是否無路可逃，一面確認有夠多學生「出席」，有辦法阻止學校主管離開。布理奇命令校警不要介入。一名抗議指揮告訴學生有房間可以「打盹」，建議抗議者「在這個時刻，務必照顧好自己」。這名指揮講完指示之後走進校長室，問學校主管有沒有什麼需求。布理奇在影片裡說：「我要尿尿。」指揮回他：「憋著。」好幾個人發笑（抗議者後來押著布理奇去廁所）。⁸⁴

校長室裡，一名抗議學生問被俘虜的學校主管：「領導階層都是白人，你們不覺得這是延續白

人至上嗎？」有幾個主管點頭稱是，給學生們極度擴大的「白人至上」定義背書。⁸⁵辦公室外，學生們齊喊：「嘿嘿，呴呴，這票種族歧視老師必須走！」當晚，長青學院一名媒體研究教授寫電郵

⁷⁶ Heying & Weinstein (2017, December 12); see n. 78. 亦即.. Boyce, B.A. (2017, July 29). Social Network Justice at Evergreen [Video File]. Retrieved from <https://youtu.be/Jye2C5r-QA0?rt=8m23s>

⁷⁷ Sexton, J. (Publisher). (2017, July 13). Evergreen student: "I've been told several times that I'm not allowed to speak because I'm white" [Video file]. Retrieved from https://www.youtube.com/watch?v=OQ8WQ_nsm14Ybestofevergreen (Publisher). (2017, May 27). Student takeover of Evergreen State College [Video file]. Retrieved from <https://youtu.be/b0tagIUhg?t=6m14s>

⁷⁸ 被問到的時候，他們說加口在「找人」，但拒絕回答找誰。校警認為他們是在找布萊特·懷恩斯坦。匿名消息來源（私人通話，110 | 七月八月|十一|廿）。

⁷⁹ Heying & Weinstein (2017, December 12); see n. 73.

⁸⁰ Kozak-Giltroy (2017); see n. 67.

⁸¹ I Hypocrite Too (Producer). (2017, May 29). Ableist students demand no homework Evergreen College [Video file]. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=nhlwGFFSits>

⁸² CampusReform (Producer). (2017, June 1). Student protesters at Evergreen hold administrators hostage over demands [Video file]. Retrieved from <https://youtu.be/Mstsp5Ofz4g>

⁸³ 後來在VICE新聞台拍的紀錄片裡，麥可·莫伊尼漢（Michael Moynihan）在訪問布理奇時說：「有學生跟我說你白人至上。」布理奇回說：「我不認為我是。」莫伊尼漢有點詫異，再問：「你不認為你是，但你接受你可能是？」布理奇答：「不……嗯，我想這取決於你說的『白人至上』是什麼。你指的是什麼？我是白人沒錯，我職位高也沒錯。」VICE (2017); see n. 75.

給全校師生，贊許學生的行為，說他們「做得正是我們教給他們的事」。

次日，五月二十五日，警方接獲抗議者對校警室蠢蠢欲動的消息。校警奉命撤退，⁸⁶在校外另設崗哨，以校園監視系統和當地執法直昇機監看情勢，氣氛高度緊繃。⁸⁷為懷恩斯坦講話的學生被盯上，抗議者大刺刺地在網路上威脅他們。校警隊長生口知懷恩斯坦：「為他的安全著想，最好盡快離開學校。⁸⁸懷恩斯坦匆匆帶著行囊離開校園，只留下那個學季沒上完的課。⁸⁹

除了妻子希瑟·海英之外，全校只有一位老師⁹⁰公開支持懷恩斯坦，⁹¹那就是獸醫學教授麥可·帕洛茲（Mike Paros）。懷恩斯坦後來才知道還有其他教授支持他，可是他們不敢公開發聲。⁹²懷恩斯坦只覺四面楚歌，既有校警催他盡快離開校園，又眼睜睜看著長青學院淪入無政府狀態，校園風聲鶴唳，卻沒有一家全國媒體予以報導。於是在五月二十六日，懷恩斯坦接受福斯新聞台的邀請，上《塔克·卡森今夜秀》（*Tucker Carlson Tonight*）接受訪問。⁹³

事件公開後立刻引起政治右派注意，另類右派的騷擾也隨之而來（我們會在第六章進一步討論）。六月一日星期四，紐澤西州有人撥打瑟斯頓縣（Thurston County）的緊急專線，對派遣員說他正前往長青學院，準備「在校園大開殺戒，逮到幾個殺幾個」。⁹⁴雖然執法單位告知學校沒有重大威脅，但學校為求保險，還是決定關閉校園到六月三日星期六。⁹⁵六月三日和四日，手持球棒和

⁸⁶ The Liberty Hound (Producer) (2017, May 26). “All white people leave campus OR ELSE!!” Tucker covers INSANE Evergreen State College story [Video file]. Retrieved from <https://youtu.be/n3SdjhJ2ips>; 4m10s. 校警隊長告訴懷恩斯坦他「必須立刻離開

開校園，連腳踏車都別騎，快走。騎腳踏車太容易被抓到了。警察也不能保護他，因為他們奉命撤退」。Heying & Weinstein (2017, December 12).

⁸⁷ Loury & Weinstein (2017); see n. 72. 亦見.. Zimmerman, M. (2017, July 10). The Evergreen State College: Is speaking with Tucker Carlson a punishable offense? *HuffPost*. Retrieved from https://www.huffingtonpost.com/entry/the-evergreen-state-college-is-speaking-with-tucker_us_596318a5e4b0c3c8e8d59fc; 卽見.. Heying & Weinstein (2017); see n. 73. 亦見.. Kanzenkankaku. (2017, June 1). Protesters lockdown Evergreen State College, situation spirals out of control [Online forum comment]. Retrieved from <http://forums.istdt.net/index.php?topic=7607.0>; 亦見.. Jaschik (2017); see n. 58.

⁸⁸ The Liberty Hound (Producer). (2017, June 12). “It's not safe to go back”: Tucker follows up with Evergreen prof Bret Weinstein [Video file]. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=SndNF93H3OU>

不領退休教師。

⁸⁹ Haidt, J. (2017, June 7). A second Evergreen professor speaks out [Blog post]. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/2017/06/07/a-second-evergreen-professor-speaks-out>

⁹⁰ 「很多學校老師私下支持我，但怕到不敢出聲，甚至怕到不敢在教師會議上依良心投票。」Weinstein, B. (personal communication, February 19, 2018).

⁹¹ The Liberty Hound (Producer). (2017, May 26). “All white people leave campus OR ELSE!!” Tucker covers INSANE Evergreen State College story [Video file]. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=n3SdjhJ2ips>

⁹² Jennings, R. (2017, July 6). N.J. man accused of threat to “execute” college students out of jail. *NJ.com*. Retrieved from http://www.nj.com/morris/index.ssf?/2017/07/morris_man_accused_of_threatening_college_3000_mil.html

⁹³ Sriluga, S., & Heim, J. (2017, June 1). Threat shuts down college embroiled in racial dispute. *The Washington Post*. Retrieved from <https://www.washingtonpost.com/news/grade-point/wp/2017/06/01/threats-shut-down-college-embroiled-in-racial-dispute/>; 亦見.. Sriluga, S. (2017, June 5). Evergreen State College closes again after threat and protests over race. *The Washington Post*. Retrieved from <https://www.washingtonpost.com/news/grade-point/wp/2017/06/05/college-closed-for-third-day-concerned-about-threat-after-protests-over-race/>; 亦見.. Jennings (2017); see n. 94.

電擊棒的學生成群結隊巡邏校園，到處找「白人至上主義分子」。他們破壞建築物，還攻擊了幾名學生。⁹⁶而那個打電話的紐澤西人一個月後被捕。

這場騷亂該怎麼結束？該負起責任的又是誰？六月一日，學校裡差不多四分之一的老師連署要求調查懷恩斯坦，指責他引發「白人至上主義者反彈」，說他上福斯電視台講學校發生的事，就是「置學生於險地」。⁹⁷懷恩斯坦和海英拒不接受這種指控。身為長青學院的雇員，他們向學校提出侵權賠償，指控學校容忍、甚至認可學生嚴重違反行為規範（以及做出犯罪行為），製造種族敵對工作環境。⁹⁸一七年九月，這對夫妻與校方達成和解，兩人辭職。⁹⁹校警隊長史黛西·布朗稍後也做出相同決定，因為「環境充滿敵意，她別無選擇，只能向學校辭職」。¹⁰⁰

布理奇校長則以批評芝加哥大學開始新的學年（他認為芝加哥大學保護言論自由和學術自由的政策失當），¹⁰¹也同意抗議者提出的很多要求。¹⁰²他說他「感謝」抗議者展現的「熱情與勇氣」，¹⁰³後來又聘其中一名抗議領袖當他的校長公平顧問。¹⁰⁴顧問群的主要任務之一，是重訂學生行為規範。

三大謬誤騙了你

我們到目前為止講過的一切，都能在長青學院的風波裡看得清清楚楚。早期階段符合柏格森的政治獵巫三特徵：整場運動似乎憑空爆發；起因只是一個微不足道的刺激（一封措辭禮貌、寄給老師們的電郵）；而這個刺激被詮釋成對全體長青師生的攻擊。事態愈演愈烈後，我們加上的第四項特徵也隨之浮現：想為懷恩斯坦辯白的老師和主管不敢發聲。

96

一名長青學生在電郵中對教授說：「因為我前幾週對校園裡的抗議提出一些批評，我被學校不少學生盯上和騷擾。最近有很多學生在校園裡巡邏，還帶球棒、電擊棒之類的武器。他們說是要讓校園更安全，其實〔是讓這裡更火爆而已〕。」

Kabbany, J. (2017, June 5). Evergreen official asks student vigilantes to stop patrolling campus with bats, batons. *The College Fix*. Retrieved from <https://www.thecollegefix.com/post/33027>

97

The College Fix Staff. (2017, June 2). Evergreen State faculty demand punishment of white professor who refused to leave on anti-white day. *The College Fix*. Retrieved from <https://www.thecollegefix.com/post/32946>. 亦即.. The Liberty Hound (2017, June 12); see n. 89.

98

Thomason, A. (2017, September 16). Evergreen State will pay \$500,000 to settle with professor who criticized handling of protests. *The Chronicle of Higher Education*. Retrieved from [http://www.chronicle.com/blogs/ticker/evergreen-state-will-pay-500000-to-settle-with-professor-who-criticized-handling-of-protests/120110](http://www.chronicle.com/blogs/ticker/evergreen-state-will-pay-500000-to-settle-with-professor-who-criticized-handling-of-protests/)

99

(2018, March 7). Former Evergreen chief of police alleges hostile work environment. *The Cooper Point Journal*. Retrieved from <http://www.cooperpointjournal.com/2018/03/07/former-evergreen-chief-of-police-alleges-hostile-work-environment-stacy-brown-makes-moves-towards-a-legal-claim-of-discrimination-based-on-race-and-gender>

100

Chasmar, J. (2016, September 2). Evergreen State College president slams Chicago's "tone deaf" approach to safe spaces. *The Washington Times*. Retrieved from <http://www.washingtontimes.com/news/2016/sep/2/george-bridges-wash-college-president-slams-chicag>

Jaschik (2017); see n. 59.

101

Richardson, B. (2017, May 29). Evergreen State College president expresses "gratitude" for students who took over campus. *The Washington Times*. Retrieved from <http://www.washingtontimes.com/news/2017/may/29/evergreen-state-college-president-expresses-gratit>

102

Zimmerman, M. (2017, July 25). A "Through the Looking Glass" perspective on The Evergreen State College. *HuffPost*. Retrieved from http://www.huffingtonpost.com/entry/a-through-the-looking-glass-perspective-on-the-evergreen_us_5971bd7ae4b06b511b02c271

不論是參加抗議的長春學生，或是從旁鼓勵的老師和主管，全都一再落入三大謬誤的陷阱。舉例來說，一名支持抗議者的教授點名批判她的幾個同事，她憤怒的獨白裡有句話很接近脆弱的謬誤（殺不死你的，讓你更脆弱）：「我累死了。這些屁事真的會把我搞死。」¹⁰⁴

在大廳集會時，有個學生犯了情緒推理的謬誤（永遠信任你的感覺）。她把自己的焦慮感當成長青學院出大問題的證據：「我好想哭，我講不出我心臟跳得多快。我腳都發抖了。」¹⁰⁵

而當然，這整件事活脫脫就是「我們」VS「他們」對立的謬誤（人生是好人與壞人的戰爭）。抗議學生和支持他們的老師全都陷入一場遊戲，一場共同敵人認同政治的龐大遊戲——他們把這所政治立場進步的大學、還有它政治立場進步的主管和老師，全都斥為白人至上主義的代表。後來在學校董事會上，一名拒絕參加抗議的學生是這樣作證的：「只要你提出不一樣的觀點，你就是『敵人』。」¹⁰⁶

長青州立學院並不是典型的例子。據我們所知，除了柏克萊大學的「米羅暴動」之外，這裡在一〇一七年春陷入的無政府狀態，比近幾十年美國大學園的任何一起事件都極端得多。我們把經過講得很細，因為它對每一位關心學生或大學的人來說都是警訊。長青學院的風波告訴我們：當政治多元性降低到相當程度，當學校領導階層軟弱又易受恐嚇，當教授和主管容許、甚至鼓勵三大謬誤，一所學校可能失控到何等局面。

總結

- 人類是部落動物，傾向組成團體與其他團體競爭（如第三章所述）。社會學家涂爾幹講過這些團體強化團結的方式：透過參與儀式（包括集體懲罰異常行為）提高凝聚力。
- 團結又道德同質的團體容易發生獵巫，在感到威脅時尤其如此（無論威脅來自內部或外部）。
- 獵巫通常有四項特徵：它們似乎憑空爆發；它們指控有干犯全體的罪行；引起指控的犯行往往微不足道，甚至是偽造的；明知被指控者無辜的人保持緘默，在極端案例中甚至加入暴民。
- 一〇一五年起，大學校園陸續爆發匪夷所思的事件和風潮，其中有些符合獵巫特徵。在耶魯大學、克萊蒙特·麥肯納學院和長青州立學院發生的抗議活動，一開始都是為了反擊措辭有禮的電郵，後來也都演變成要求開除作者（我們再次強調：為獵巫鋪墊脈絡的憂慮可能不無道理，可是在獵巫行動中，參與者的恐懼會以不合公義又具毀滅性的方式爆發）。

¹⁰⁴ Parke, C. (2017, December 14). Evergreen professor who made anti-white comments resigns, gets \$240G settlement. *Fox News*. Retrieved from <http://www.foxnews.com/us/2017/12/14/evergreen-professor-who-made-anti-white-comments-resigns-gets-240g-settlement.html>

¹⁰⁵ best of evergreen (Publisher). (2017, May 27). Student takeover of Evergreen State College [Video file]. Retrieved from <https://youtu.be/bO1agIIJhg?t=53s>

¹⁰⁶ Badger Pundit (Producer). (2017, July 12). Evergreen student: Campus unsafe for white students who want to focus on education [Video file]. *Fox News*. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=pNwVWq8EjSs>

• 二〇一七年出現教授集體譴責同儕的新風潮，他們連署公開信指責其他教授，要求撤下或譴責後者的作品（蕾貝卡·托維爾、艾咪·魏克斯和其他幾位都遇上這種情況）。這股新風潮也符合上述模式。在這些案例中，被指控者的同儕也不敢公開支持他們，或是為他們辯護。

• 觀點多元性能減低一個社群的獵巫傾向，而政治思考多元性是最重要的觀點多元性之一。可是從一九九〇年代開始，美國大學教授和學生的政治思考多元性都大幅降低。政治思考多元性降低，加之以美國政治迅速走向對立（這是我們下一章要談的重點），可能是安全至上主義新文化約二〇一三年出現後快速擴散的部分原因。

我們在此結束本書第二部分。我們之前曾在《大西洋》雜誌發表文章，講出我們對學生習於認知偏誤的憂心。在這兩章裡，我們檢視那篇文章發表後兩年美國大學發生的戲劇性事件。一旦你了解三大謬誤並能在現實生活中看出它們，你會更能掌握這些校園新風潮的來龍去脈。我們在第三部分要問的是：為什麼會出現這些變化？為什麼這些變化是現在發生？三大謬誤和安全至上文化是怎麼出現的？還有，為什麼它們在過去短短幾年之間散播得這麼快？

我們何以步入當前局面？

第三部分

第六章 對立循環

凡有作用力，必起等量而相反之反作用力。

——牛頓第三運動定律

我們在本書開頭介紹了三大謬誤，亦即違背追求幸福之道，乃至傷害接受它們的人的觀念。在第二部分，我們講了幾個引起全國關注、甚至造成全球矚目的校園事件，也談到有些涉入其中的學生和教授似乎執迷於這三大謬誤。從這裡開始是第三部分，我們準備擴大視野，探討我們何以陷入今日境地。我們稱為「安全至上文化」的這組相互關聯的概念，為什麼會在一〇一三到二〇一七年間長驅直入，橫掃許多大學？我們問過二〇一二年從大學畢業的人，他們很少看到這些潮流的跡象；可是二〇一三或二〇一四年進某些菁英大學的人告訴我們，他們在大學四年中的確見到這種新文化浮現。這幾年究竟發生了什麼事呢？

這個問題沒有簡單的答案。在第三部分，我們會提出六條相互作用的解釋線索：政治對立和黨

派敵意升高；青少年焦慮症和憂鬱症人數增加；家長教養方式改變；自由遊玩機會減少；校園行政組織膨脹；為全國重大事件爭取正義的熱情提高，再加上「什麼是正義？」的觀念改變。我們認為：不了解這六條線索，就不可能了解高等教育現況。不過，在開始介紹這六條線索之前，我們得明確強調兩個重點。

第一，不同線索對不同的人影響各異。我們的故事之所以複雜，部分原因就是：這些線索對校園裡不同的人和群體的影響並不均等。隨著美國政治對立逐漸白熱化，大學漸漸被視為左派的堡壘，有些校外右翼人士和團體的敵意和騷擾也隨之大增。這些事件有些已足以稱為仇恨犯罪，猶太人和有色人種特別容易成為目標。我們會在這一章討論這條線索。青少年憂鬱症和焦慮症增多對男生和女生都有影響，但年輕女性受的衝擊尤重（我們會在第七章詳述）。過度保護（或「直昇機」家長）的增加和自由遊戲的減少（第八章和第九章），對家境較為富裕的孩子（多半是白人和亞裔）¹的負面影響比對勞工階級或貧寒家庭的孩子更深。校園行政人員擴編和責任範圍擴大，可能所有學校都有受到影響（第十章）；新觀念的浮現和對社會正義更旺盛的熱情，對學生積極參與政治的學校影響較深（第十一章）。

第二，這本書想談的是好意何以帶來惡果。在本書這部分的六章裡頭，你可以看到各種出於善意或高尚動機而採取行動的人。在大多數案例中，他們的用意是幫助或保護孩童，或是大家眼中脆弱或受害的人。可是我們都知道：通往地獄的路可能是善意鋪成的。第三部分的目標不是責備，而是理解。唯有透過辨認和分析這六條解釋線索，我們才能開始討論可能的解決方式。

沸點

在前兩章裡，我們談了不少學生和老師對言論的反應，那些反應似乎不妥、過頭，有些例子甚至帶有侵犯性。在本書提到的校園問題中，不論是對電郵的激烈反應、將講者咆哮下台，或是連署譴責學界同儕，大多數風波似乎起於政治左派裡的一部份人。他們的目標有時是右派（例如海瑟·麥可唐納和艾咪·魏克斯），但更多時候，他們的目標本身也是左派（例如克里斯塔吉斯夫婦、蕾貝卡·托維爾、布萊特·懷恩斯坦，以及在里德學院教授人文課程的教授）。如果我們僅止於分析校園事件，很可能會勾勒出這樣的輪廓：近幾年來，極左派提出一組關於言論、暴力和安全的新概念，而校園裡的辯論主要是左派內部之爭——對言論自由態度開放的（大多）是老一輩進步派，以包容為名而支持對言論設限的（大多）是年輕進步派，雙方僵持不下。²

可是如果我們將視野放大，把美國大學當成寓於更廣大的社會的複雜機構，而這個社會已經漸漸變得更分歧、更憤怒也更對立，那麼我們會開始發現：不論是左派或右派，其實都卡在相互挑釁和以暴制暴的惡性循環裡。這才是本書試圖回答的核心難題的關鍵層面。愛莉森·史坦潔，那

¹ Reeves, R. V., & Joo, N. (2017, October 4). White, still: The American upper middle class. *Brookings*. Retrieved from <https://www.brookings.edu/blog/social-mobility-memos/2017/10/04/white-still-the-american-upper-middle-class>

² 關於這項轉變的證據（一方面更懼怕犯錯，另一方面，因為似乎又強加譴責和由極端）：譚貳，S. & Haidt, J (2018, March 19). The skeptics are wrong: Attitudes about free speech are changing on campus. *Heterodox Academy*. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/skeptics-are-wrong-about-campus-speech>

位遭抗議者攻擊的米德伯理學院教授，在《紐約時報》的文章就是這樣講的。那篇文章叫〈理解在米德伯理學院讓我腦震盪的憤怒暴民〉（“Understanding the Angry Mob at Middlebury That Gave Me a Concussion”），³她說：

暴力事件過後，這件事到一些人嘴裡成了：菁英大學和學院怎麼了？這些被寵壞的年輕人是怎麼回事？自由主義怎麼變得這麼不寬容？這些分析有欠全面。美國的政治生活和言論正處在沸點，沒有其他地方比大學校園對現況的反應更強烈。

接著，她列出幾項川普總統的慣用步數，這些手法一方面羞辱或冒犯邊緣族群的人，另一方面也煽動很多支持者發出仇恨言論。她說：「這就是莫瑞博士步入的處境，這就是他被嚴重誤解的原因。」

我們認同史坦潔的見解。的確，要了解大學校園這幾年出了什麼問題，一定得討論全國政治脈絡。美國確實處於「沸點」，你可以從下兩張圖看出溫度上升得多快。

圖6.1取自皮尤研究中心（Pew Research Center）。從一九九四年開始，他們每隔幾年就會做一次全國調查，先抽出代表性樣本，再問受訪者對十項政策陳述的同意程度。這些政策陳述包括：「政府規範商業活動通常弊大於利」、「現在的移民是我們國家的負擔，因為他們占走我們的工作、房屋和醫療資源」、「保障和平的最佳手段是軍事實力」⁴等等。皮尤統計不同群體對每項議題的差

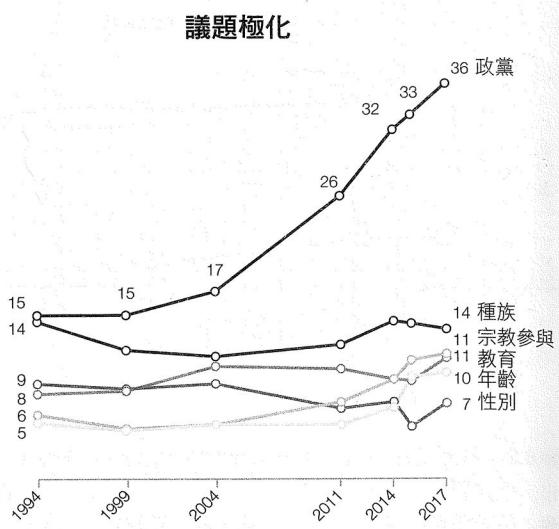


圖6.1 在對一組十個政策問題的回答上，共和與民主兩黨的距離從二〇〇四年起大幅拉開。而種族、性別、教育、年齡等組的差距，從一九九四年起變化不大。（資料來源：皮尤研究中心）

距多大，再將十項陳述的差距的絕對值加以平均。請看，最底下那條線標的是「性別」，男性和女性在一〇一七年的差距（七分）跟一九九四年（九分）差不多。事實上，只有兩條線明顯上升。在二〇一七年，規律參加宗教儀式的人跟從不參加的人差十一分，可是在一九九四年只差五分，二十多年來提高六分。不過，與共和民主兩黨同一時期前後差距二十一分相比，六分的差距是小巫見大巫，而且兩黨差距幾乎完全是從一〇〇四年起拉大的。

³ Stranger, A. (2017, March 11 13). Understanding the angry mob at Middlebury that gave me a concussion. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/03/13/opinion/understanding-the-angry-mob-that-gave-me-a-concussion.html>

⁴ Pew Research Center. (2017, October 5). The partisan divide on political values grows even wider. Retrieved from <http://www.people-press.org/2017/10/05/1-partisan-divides-over-political-values-widen>

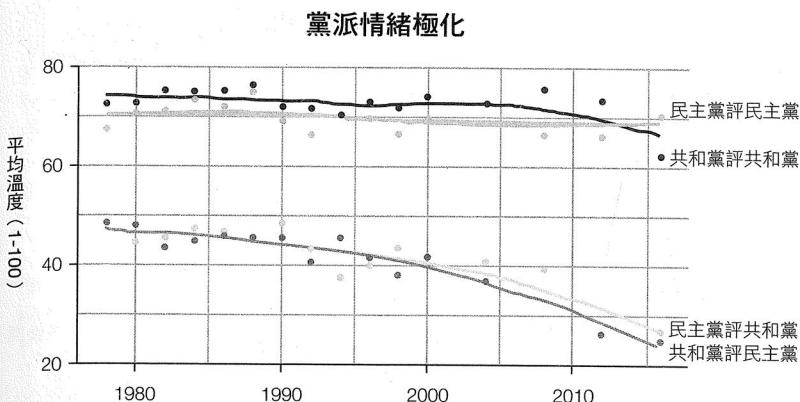


圖6.2 黨派情緒對立。從一九七〇年代至今，美國人對自身政黨的感覺少有變化，但他們對他黨的感覺從一九九〇年代起越來越「冷」（亦即有敵意）。（資料來源：美國國家選舉研究中心（American National Election Study）每兩年調查一次美國人對各種議題的態度。這個調查有一部分是「感覺溫度計」，研究者列出一組問題，請受訪者為各種群體和機構評分。○分是「很冷或不喜歡」，一百分是「很暖或喜歡」。圖上方的兩條線是共和黨和民主黨給自己打分數，兩條線都在正面區域，而且從一九七〇年代起就沒改變多少。⁵下方的兩條線是他們給對方打分數，雖然兩條線一直都在負面區域，但細看之後，很多人可能會有點驚訝：從一九七〇年代到一九九〇年，兩黨對對方的評價並不算太低，差不多都在四十幾徘徊。這兩條線要到一九九〇年代才開始下滑，二〇〇八年到二〇一二年降得更快（茶黨運動和占領華爾街都在這段時間）。）

對於一組十個道德和政治議題，如果「另一方」的人的看法與你越差越遠，不難想見，你對他們的觀感會越來越負面。圖6.2顯示實際情況的確如此。美國國家選舉研究中心（American National Election Study）每兩年調查一次美國人對各種議題

為什麼會這樣？原因很多，但想釐清美國當前的困境，你得先知道二十世紀中葉在歷史上是異常時期——政治對立和黨派敵意出乎尋常地低，而且社會互信和信任政府程度高。⁶從一九四〇年代到大約一九八〇年，美國政治出奇中立，兩黨制之穩固前所未見。原因之一是在此之前和這段期間，美國遭遇一連串重大挑戰和敵人，包括大蕭條、二戰期間的軸心國勢力，以及冷戰時的蘇聯集團。從我們第三章講過的部落主義心理來看，在蘇聯解體以致共同敵人消失之後，不難推估部落內部會發生更多衝突。

第二個重大原因是：從一九七〇年代起，美國人逐漸自我封閉於政治同質社群之內。⁷一九〇八年，利明璋（Bill Bishop）在他饒富影響的《大分群》（*The Big Sort: Why the Clustering of Like-Minded America Is Tearing Us Apart*）裡也提到這點。後續研究顯示：我們活在經濟上和政治上日益隔絕的社群裡，分群之細及於街區。⁸兩大政黨也同樣自行分群，共和黨裡的老人、白人、鄉村居民、男性和基督徒多得不成比例，民主黨裡則越來越多年輕人、非白人、城市人、女性和無宗教

⁵ 二〇一六年是例外，當時共和黨對自身政黨的評分下降。

⁶ 読者可自行至以下網站下載資料：<http://www.electionstudies.org>

⁷ 以前有很多文化衝突，一九六〇和七〇年代尤其如此，但國會裡的政治對立程度低，跨黨合作程度高。Hare & Poole (2014).

⁸ See Putnam (2000) on social capital.

⁹ Greenblatt, A. (2016, November 18). Political segregation is growing and “We’re living with the consequences.” *Governing*.

Retrieved from <http://www.governing.com/topics/politics/gov-bill-bishop-interview.html>

信仰者。¹⁰就如政治學家尚托·伊延格（Shanto Iyengar）和瑪莎·克魯朋金（Masha Krupenkin）所說：「結果就是：在今天，人的政黨偏好跟他們的世界觀密不可分，也跟他們的社會和文化身分意識連成一氣。」¹¹

第三個重大原因是媒體環境，它的蛻變也加速了分歧。全國電視頻道只有三台能選的時代早已遠去。到一九九〇年代，政治光譜上大多數論點都能在有線電視新聞台看到。到二〇〇〇年代初，凡是我们想像得到的利益團體或申訴團體，幾乎都已架了網站或開了討論區。到二〇一〇年代，大多數美國人都有用臉書、推特等社群媒體，這讓人更能輕鬆躲進同溫層。接著是「過濾泡泡」：搜尋引擎跟 YouTube 的演算法設計成投你所好，讓你看到更多你似乎感興趣的東西，結果是保守派和進步派各自進入互不相連的道德母體，各有相互衝突的資訊支持可見。¹²不論在現實世界或網路世界，我們都漸漸疏遠與自己看法不同的人，這讓確認偏誤、團體迷思和部落主義有機可乘，讓不同陣營的人離得更遠。

第四個原因是兩黨在國會裡日益敵對。民主黨掌握眾議院將近六十年，其中只有二十世紀中期和晚期短暫中斷。可是到一九九四年，金瑞契（Newt Gingrich）率共和黨大獲全勝，成為眾議院議長，民主黨失去優勢。在過去幾十年裡，不同黨派的議員建立私交是很正常的事，但金瑞契上台後推動一連串變革，有意從中作梗，阻撓新科議員與他黨同儕建立私誼。¹³舉例來說，金瑞契更改工作時程，把所有的工作安排在每週前幾天，同時鼓勵同黨議員不搬離選區，每週飛來華府議事幾天就可以了。金瑞契想打造更團結也更有戰鬥力的共和黨，他做到了，而且好戰風氣慢慢滲透到參議院（雖然形式較為微弱）。一九九五年後，隨著主控權數次來回易手，而且每次代價越來越高，文明風氣和兩黨合作的可能性幾近消失。就如政治學家史帝文·李維茲基（Steven Levitsky）和丹尼爾·齊布拉特（Daniel Ziblatt）所說：「政黨之間不再將對方看成合法的對手，而是視為危險的敵人。挫敗不再是政治過程中能接受的一部分，而成了天大災禍。」¹⁴

這四股潮流和許多因素相互加乘，¹⁵讓美國政治產生非常不幸的改變，政治學家稱之為「負面

¹⁰ 舉例來說，照二〇一七年九月對十八到卅四歲成人的一份調查，對共和黨很有好感或一點好感的非裔美國人只有百分之十一，亞裔是百分之十八，拉美裔是百分之二十。對照來看，對民主黨有好感的分別是百分之六十一、六十八和五十。見：NBC News & GenForward Survey: September 2017 Toplines, p.4. Retrieved from <http://genforwardsurvey.com/assets/uploads/2017/09/NBC-GenForward-Toplines-September-2017-Final.pdf>

¹¹ Iyengar & Krupenkin (2018).
Pariser (2011).「過濾泡泡」標誌是網站依據你的閱讀／觀賞紀錄，以演算法預測你的興趣，不讓你看到不同觀點。見：El-Bermawy, M. (2016, November 18). Your filter bubble is destroying democracy. *Wired*. Retrieved from <https://www.wired.com/2016/11/filter-bubble-destroying-democracy>

¹² Mann & Ornstein (2012).
Levitsky, S., & Ziblatt, D. (2018, January 27). How wobbly is our democracy? *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2018/01/27/opinion/sunday/democracy-polarization.html>

¹³ 其他因素包括教育增加（受過教育的人變得執著於黨派之見）、移民和多元性增加，以及金錢在競選中的重要性增加。See a list at Haidt, J., & Abrams, S. (2015, January 7). The top 10 reasons American politics are so broken. *The Washington Post*. Retrieved from <https://www.washingtonpost.com/news/wonk/wp/2015/01/07/the-top-10-reasons-american-politics-are-worse-than-ever>

「黨爭」（negative partisanship）。伊延格和克魯朋金最近回顧「情緒對立」（affective polarization）的數據（情緒對立指的是某黨成員對另一黨感到負面的程度），將他們的發現統整如下：

在對立時代之前，推動政治參與的是內團體偏私（ingroup favoritism），亦即支持者出於對自己的政黨或候選人的喜愛而行動。可是，最近促使人們參與政治的是對他黨的敵意。¹⁶

換句話說，美國人現在之所以會離開沙發採取政治行動，不是因為喜歡自己屬意政黨的候選人，而是因為憎恨他黨的候選人。負面黨爭代表驅動美國政治的比較不是希望，而是「我們」VS「他們」的謬誤。「我們」非阻止「他們」不可，不惜任何代價。

這是我們故事的關鍵部分。美國人現在對彼此充滿敵意，很多人像是舉著標語昭告天下：「拜託跟我講另一方的醜事，你講什麼我就信什麼！」美國人現在很好利用，不論是追逐利益的媒體網站、政治企業家或外國情報人員，從美國人這個弱點下手的比比皆是。

這個弱點又帶來一種不幸的不對稱：我們在前一章講過，從一九九〇年代開始，大學教師和學生已轉向左派，可是右派廣播電台、有線新聞頻道和陰謀論網站的「激怒產業」（outrage industry）發展得更好，效力也更大¹⁷（雖然主流媒體整體而言傾左，¹⁸但左派還沒摸索出足以和拉許·林博〔Rush Limbaugh〕、格林·貝克〔Glenn Beck〕、肖恩·漢尼提〔Sean Hannity〕等人抗衡的模式或公式）。右翼媒體向來喜歡消遣教授，也經常以大學校園裡的「政治正確」事件挑起憤怒。而校園

運動在一〇一五年逐漸增加，提供源源不絕、過程聳動的手機錄影（例如學生叫罵教授、趕下講者等等），右翼媒體見獵心喜，開始把更多注意力放在校園事件上，報導時也不說明來龍去脈。於是，校園左派表現得越來越憤怒，怒火有時直撲保守派講者而來；校外右派也表現得越來越憤怒，有時甚至以具有威脅性的方式恐嚇左傾師生，而這種行為再度激怒左派。結果雙方你來我往，針鋒相對，導致惡性循環。

校外右派怒氣沖沖

我們前兩章檢視了起於左派的抗議、鬧場、公開信和獵巫，因為左派是大多數大學校園的主導勢力（宗教和軍事大學姑且不論）。然而，只要把視野放寬到校園之外，我們會發現：右派裡有些人和團體也會對校園出手，發動道德式、侵犯式、恫嚇式的行動。

我們之前講過州立長青學院的事，但當時保留了一些細節，留待這一章說明。如前所述，這場內部騷亂從學生圍堵懷恩斯坦開始，三天過後，全國新聞還是沒有報導這起風波，於是懷恩斯坦

¹⁶ Iyengar & Krupenkin (2018), p. 202.

¹⁷ Berry & Sobieraj (2014).

¹⁸ Cillizza, C. (2014, May 14). Just 7 percent of journalists are Republicans. That's far fewer than even a decade ago. *The Washington Post*. Retrieved from <https://www.washingtonpost.com/news/the-fix/wp/2014/05/06/just-7-percent-of-journalists-are-republicans-thats-far-less-than-even-a-decade-ago>

同意上福斯電視台的《塔克·卡森今夜秀》。節目播出後，大量反彈隨之而至。懷恩斯坦上電視三天後，一名抗議學生在Medium網站上貼了一篇文章，說她在學校大樓牆上看到有人用噴漆噴了五十字，而且她和其他抗議者還被另類右派「起底」(doxxing)，她寫道：「指揮學生的長相、名字和電話號碼被公諸於世，放到專門騷擾左派人士和有色人種學生的版上。」¹⁹在《紐約時報》一週後的投書裡，這名學生說抗議者不斷遭到騷擾，「接到幾百通電話、匿名簡訊和暴力威脅。那些威脅具體得可怕，明白顯示他們知道我們住在哪裡，在哪工作」。她甚至在線上留言板看到針對她的強暴威脅。²⁰長青學院公共關係副校長珊德拉·凱瑟（Sandra Kaiser）說：學校收到「各位所能想像最令人震驚的一波社群媒體騷擾」。²¹雖然紐澤西那通恐嚇電話很快就被發現不可信，但有些暴民不只是「放話」而已，右翼極端團體的人真的到校騷擾。例如新納粹團體「核武雄貓」(Atomwaffen Division)就到學校貼海報，上面寫著「黑人的命不是命」、「加入地方納粹」等等。他們還把行動過程拍下來，事後上傳網路。只見他們一個個身穿黑衣（臉部模糊處理），在夜裡走進校園，到處張貼海報。²²

在物理學中，牛頓定律告訴我們：每個作用力都會產生等量而相反的反作用力。可是在對立螺旋裡，每個作用力都會帶來不成比例的反作用力。二〇一五年時，很多批判校園抗議者的人指責他們反應過度，只為一點小事就訴諸激烈手段（例如克萊蒙特·麥肯納學生對史沛爾曼學務長的電郵的反應）。可是從二〇一六年未開始，我們看到更多校外右派對左派教授的言論過度反應的例子。

二〇一七年春，麗莎·德登（Lisa Durden）獲聘為紐澤西州紐華克（Newark）艾塞克斯郡學

院（Essex County College）兼任教授，開設大眾媒體、流行文化和短文寫作課程。來艾塞克斯教書前，德登是勵志演講家，她有自己的脫口秀節目，以流行文化達人身分出席各種活動，還擔任電視和電影製作人。二〇一七年六月六日，她應邀擔任《塔克·卡森今夜秀》的來賓，為「黑人的命也是命」的「全黑人」陣亡將士紀念日派對辯護（那場活動辦在紐約布魯克林區，德登自己並沒有出席）。卡森以反對立場提出質疑時，德登回了一句：「嗚——好可憐喔！你們白人沒辦法靠『白人特權』受邀請就氣嘆嘆。」²³

老實說，她的話是有點刺耳。但這場「全黑人」活動不是辦在大學，所以她並不是為排除白人學生辯護——事實上，從來也沒人聽說德登歧視學生。然而，德登在電視上的發言讓右派相當憤

¹⁹ Littleton, J. (2017, May 29). The truth about the Evergreen protests. *Medium*. Retrieved from <https://medium.com/@princessofthefaeries666/the-truth-about-the-evergreen-protests-444c86ee6307>

²⁰ Littleton, J. (2017, June 16). The media brought the alt-right to my campus. *The New York Times*. Retrieved from https://www.nytimes.com/2017/06/16/opinion/media-alt-right-evergreen-college.html?_r=0 亦見.. Pemberton, L. (2017, July 13). Evergreen students, faculty, and alumni hold discussion after unrest. *The Chronicle*. Retrieved from http://www.chronline.com/news/evergreen-students-faculty-and-alumni-hold-discussion-after-unrest/article_c9d9f5f8-67ef-11e7-8b53-5ff0ef03700b.html

²¹ Long, K. (2017, June 5). Evergreen State College reopens; threat deemed not credible. *The Seattle Times*. Retrieved from <https://www.seattletimes.com/seattle-news/education/no-imminent-threat-at-evergreen-state-college-after-classes-canceled-for-third-day/>

²² Atomwaffen division visits Evergreen State College. (n.d.). Retrieved from [https://www.bitchute.com/video/bZMiJ2TC5bfTheFIREorg \[Producer\] \(2018, February 8\). Lisa Durden on her famous Fox News interview \[Video file\]. Retrieved from https://www.youtube.com/watch?time_continue=310&v=PfmldqdC3mE](https://www.bitchute.com/video/bZMiJ2TC5bfTheFIREorg [Producer] (2018, February 8). Lisa Durden on her famous Fox News interview [Video file]. Retrieved from https://www.youtube.com/watch?time_continue=310&v=PfmldqdC3mE)

怒，她收到仇恨郵件和匿名威脅，內容包括「我會上妳家門，宰了妳這個白痴黑賤人」，還有「妳上帝斯電視跟那傢伙講話的態度很跩嘛。跟我那樣講話妳試看看，看我不把妳揍成爛泥，踹死妳個種族主義者」。德登還讓我們看了很多，此處不再贅述，但已夠我們判斷：它們充滿種族歧視、性別歧視和恐嚇威脅，讀來讓人不寒而慄。

這一連串尖刻攻擊和暴力威脅對德登打擊不小，她很長一段日子惴惴不安。「我每次想到或談到那件事，還是會渾身不舒服。」她在電郵裡對我們說：「大家都說事情會好轉，因為跟碰到我這種情況的人講話，說『事情會好轉』才是政治正確。問題是，事情未必會好轉，它們有時還會變得更糟。我現在的感覺就是這樣。」²⁴——事態真的變得更糟：校方將德登停職，也開始進行調查，宣稱學校「突然湧入」大量投訴。²⁵ FIRE 請學校提供紀錄以昭公信，艾塞克斯郡學院拒絕，FIRE 遂提出訴訟。最後真相大白：據校方宣稱在停職決定之前大量湧入的投訴，原來只有一封電郵。²⁶ 但無論如何，學校校長在六月二十三日宣布已開除德登。²⁷

德登教授的遭遇並不是特例。二〇一六年聖誕夜，費城卓克索大學（Drexel University）教授喬治·西卡里洛—馬赫（George Ciccarello-Maher）發了一則聳動的推文：「聖誕節我只要白人滅絕。」這則推文立刻到處瘋傳，有個跟俄國有關、但假裝在田納西州的推特帳號更從中煽風點火。²⁸ 這則貼文從字面來看確實驚悚，但知道他用的哏之後，你對這句話的想法也會改變：「白人滅絕」是白人至上主義者的用詞，它傳達出他們的恐懼——擔心大量移民和跨種族通婚最後會導致白人滅絕。西卡里洛—馬赫後來解釋：「『白人滅絕』是白人至上主義者發明的概念，從跨種族關

²⁴ L. Durden (personal communication, March 24, 2018).

²⁵ ²⁶ 甫獲任命的新校長在聲明中說：學校「突然湧入學生、教師、有意入學的學生及其家長的反應」，對「本校一位雇員的看法」表達「灰心、憂慮，甚至恐懼」。他還說校方「有責任調查這些關切」。校長聲明學校「支持也肯定言論自由、獨立觀點，以及為本校教職員表達這些觀點的權利」，還有他的「主管有責任做容忍的強力表率」。Statement from Essex County College president Anthony E. Munroe. (2017, June 23). Retrieved from <http://www.essex.edu/pr/2017/06/23/statement-from-essex-county-college-president-anthony-e-munroe-3>

²⁷ ²⁸ 學校突然「湧入」投訴是怎麼回事呢？公開紀錄顯示：德登的節目播出後的十三天裡，只有一個人向學校投訴她——可是早在這個人找上學校之前，主管們已經採取行動，最後也導向停職。節目播出兩週後，NJ.com 網站宣布德登已遭停職。接著，主管們在短時間內收到二十九封電郵、兩則臉書訊息、一通隱藏號碼的電話，以及一通支持學校停職決定的語音留言（「這個老師竟然拿言論自由當幌子噴仇恨言論」）。整則語音留言在此.. TheFIRE.org [Producer]. (2017, January 21). Essex County College voicemail about Lisa Durden [Audio file]. Retrieved from <https://youtu.be/pTYM130Q4NsE>. Steinbaugh, A. (2018, January 23). After FIRE lawsuit, Essex County College finally turns over documents about firing of Black Lives Matter advocate. FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/after-fire-lawsuit-essex-county-college-finally-turns-over-documents-about-firing-of-black-lives-matter-advocate>.亦見.. Carter, B. (2017, June 20). Going on Fox News cost me my job, professor claims. NJ.com. Retrieved from http://www.nj.com/essex/index.ssf?2017/06/essex_county_college_professor_suspended_after_fox.html

Flaherty, C. (2017, June 21). Suspended for standing up to Fox News? Inside Higher Ed. Retrieved from <https://www.insidehighered.com/news/2017/06/21/college-allegedly-suspends-communications-adjunct-commnets-about-race-fox-news>. 亦見.. Adely, H. (2017, October 27). For speaking out, N.J. professors are punished. North Jersey. Retrieved from <https://www.northjersey.com/story/news/2017/10/27/professors-punished-for-speaking-out/77819001>. 亦見.. Steinbaugh, A. (2018, January 23). After FIRE lawsuit, Essex County College finally turns over documents about firing of Black Lives Matter advocate. FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/after-fire-lawsuit-essex-county-college-finally-turns-over-documents-about-firing-of-black-lives-matter-advocate>

Steinbaugh, A. (2017, October 20). Russia-linked Twitter account helped Drexel professor's "White Genocide" tweet go viral, prompting university investigation. FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/russia-linked-twitter-account-helped-drexel-professors-white-genocide-tweet-go-viral-prompting-university-investigation>

係到多元文化政策，他們全都可以拿這個詞攻擊……種族主義者憑空捏造的東西就是該拿出來嘲笑，我很高興自己這麼幹了。」²⁹一開始時，校方承諾不會為推特發文懲處西卡里洛—馬赫，但他們在二〇一七年一月悄悄啟動調查，後來又以「安全考量」為由不讓他進校園。二〇一七年十二月，也就是那則推文發布一年之後，這場調查終於停止——但完全是因為西卡里洛—馬赫自行請辭。³⁰西卡里洛—馬赫說他「被右翼分子、白人至上主義者和網路暴民騷擾將近一年」，對他和家人的「死亡威脅和暴力威脅」數不勝數。³¹

二〇一七年五月二十日，普林斯頓大學教授基姬安佳—雅瑪塔·泰勒（Keeanga-Yamahtta Taylor）在漢普夏學院（Hampshire College）畢業典禮上演講。泰勒著有《從#黑人的命也是命到黑人解放》（*From #BlackLivesMatter to Black Liberation*），她在演講中稱川普總統為「種族歧視加性別歧視的自大狂」，聽說他是學生將來的威脅。隔週，福斯電視台公布她演講中的幾句話，說這是「反總統的激烈言論」。³²到五月二十一日，泰勒說她接到「超過五十封充滿恨意和威脅的電子郵件」，有些具有「特定暴力威脅」，包括「謀殺」和「動用私刑，以點四四麥格農子彈打進我腦袋」。³³考慮到自己和家人的安全，泰勒取消接下來的演講行程。

保守派讀者也許並不認為我們講的這三個例子有什麼大不了，畢竟這幾個教授故意把話講得那麼刺耳或有攻擊性，他們還能指望別人怎麼反應？進步派讀者或許可以看「白人滅絕」的幽默，但你若想在推特上開種族滅絕的玩笑，你也許應該料到有人會從字面解讀你的推文。因此，有人或許會想：要是這三個教授表現得像個教授，講話更深思熟慮一點，他們應該不會惹上這種麻煩。

但我們要說的是：就算用學者的方式講話，也未必能不受撻伐。二〇一七年六月，愛荷華大學古典學助理教授莎拉·邦德（Sarah Bond）在線上藝術雜誌《超級過敏》（*Hyperallergic*）發表文章：〈為什麼我們要開始留意有色彩的古典世界〉（“Why We Need to Start Seeing the Classical World in Color”）。³⁴她在標題點出一件鮮為人知的事實：古希臘羅馬雕像通常會塗上膚色和鮮豔的顏色。可是在埋藏多年和日曬雨淋之後，它們在文藝復興時期出土時已經褪色，所以文藝復興時的藝術家和

²⁹ Saffron, I. (2017, December 27). How a Drexel prof's Christmas "wish" stirred a Twitter tempest. *Philly.com*. Retrieved from http://www.philly.com/philly/news/20161227_How_a_Drexel_prof_s_Christmas_wish_stirred_a_Twitter_tempest.html.

³⁰ McLaughlin, S. (2017, December 29). Drexel professor resigns after months-long investigation, exile from campus. *FIRE*. Retrieved from <https://www.thefire.org/drexel-professor-resigns-after-months-long-investigation-exile-from-campus>

³¹ Thomason, A. (2017, December 28). Drexel professor whose charged tweets drew fire from the right will leave the university. *The Chronicle of Higher Education*. Retrieved from <https://www.chronicle.com/article/Drexel-Professor-Whose-Charged/242124>

³² Cornwell, P. (2017, June 1). Princeton professor cancels Seattle talk after Fox News segment, death threats. *The Seattle Times*. (Updated June 2, 2017). Retrieved from [https://www.foxnews.com/us/2017/05/28/trump-racist-sexist-megalomaniac-princeton-prof-says-in-commencement-speech.html](https://www.seattletimes.com/seattle-news/princeton-professor-cancels-seattle-talk-after-fox-news-segment-death-threats. 亦見 .. Trump a)

³³ Haymarket Books. (2017, May 31). A statement from Keeanga-Yamahtta Taylor [Facebook post]. Retrieved from <https://www.facebook.com/haymarketbooks/posts/1494045207312386>

³⁴ Bond, S. E. (2017, June 7). Why we need to start seeing the classical world in color. *Hyperallergic*. Retrieved from <https://hyperallergic.com/383776/why-we-need-to-start-seeing-the-classical-world-in-color>

贊助人都以為：這些「白色大理石雕像」所以素樸，是基於美感。於是，他們也以自己誤解的希臘羅馬理想創作新雕像（例如米開朗基羅的大衛像）。³⁵結果，文藝復興的白色大理石雕像形塑了我們對古典世界的想像，以為當時到處都是白色大理石雕像。

依邦德的看法，誤以為羅馬人認為白色大理石勾勒出理想的人類形體，導致十九世紀的學者以為羅馬人是「白人」（雖然古代並沒有「白種人」的概念）。邦德在文章中說，對白色雕像的誤會「進一步提供彈藥給今日『白人至上主義者』『歐洲認同』（Identity Europa）之類的團體就是如此，他們拿古典雕像當白人男性高人一等的象徵」。³⁶對我們來說，這種看法既新奇又有趣，我們相當驚嘆。邦德並非憑空杜撰，她有列出具有說服力的圖片和學術論文連結。然而，儘管她的論述經過仔細思考和學術辯證，還是躲不過排山倒海的惡意攻訐。

有個標題是這樣下的：「大學教授：用白色大理石作雕像是種族歧視，造成『白人至上主義』」；³⁷還有一個標題是：「愛荷華大學教授表示：『白色大理石』其實對『白人至上』觀念有影響」。³⁸在推特上，邦德被罵做「社會正義白痴鬥士」，一大堆推文要她被開除或死掉。³⁹她收到死亡威脅、呼籲開除她的叫囂，也遭到鋪天蓋地的網路攻擊。⁴⁰有個標題反映出右派怎麼看這場對立風暴：自由派教授自己講了怪話，卻怪保守派媒體報導出來⁴¹（左派的看法則很可能是：自由派教授講出一些東西，保守派媒體卻把他們講得像瘋子）。

110 | 七年起，這樣的對立循環一再影響大學生活。這些風波的典型經過是⁴²…

-
- 35 Gurewitsch, M. (2008, July). True colors: Archaeologist Vinzenz Brinkmann insists his eye-popping reproductions of ancient Greek sculptures are right on target. *Smithsonian Magazine*. Retrieved from <https://www.smithsonianmag.com/arts-culture/true-colors-1788836>
- 36 舉例來說，美國白人至上團體「歐洲認同」有張海報用的是大理石雕像圖片，上面大大印著：「保護你們的遺產」，見.. @IdentityEuropa. (2016, November 3). Seattle has never looked better: #FashTheCity [Tweet]. Retrieved from <http://web.archive.org/web/20171115062448/https://twitter.com/IdentityEuropa/status/794368750346588160>. Cited in Bond (2017); see n. 34.
- 37 邦德當然沒這樣講。Hoff, J. (2017, July 18). University prof: Using white marble in sculptures is racist and creates “white supremacy.” *Gateway Pundit*. Retrieved from <http://www.thegatewayspundit.com/2017/07/university-prof-using-white-marble-sculptures-racist-creates-white-supremacy.> 楚雲.. Jackson, D. (2017, June 8). Proof: “White marble” in artwork contributes to white supremacy. *Campus Reform*. Retrieved from <https://www.campusreform.org/?ID=9285>. 亦見.. Krayden, D. (2017, June 10). Professor equates white marble statues with white supremacy. *The Daily Caller*. Retrieved from <http://dailycaller.com/2017/06/10/professor-equates-white-marble-statues-with-white-supremacy>
- 38 Mikellionis, L. (2017, June 9). Iowa university professor says “white marble” actually influences “white supremacist” ideas. *Education News*. Retrieved from <http://www.educationviews.org/iowa-university-professor-white-marble-influences-white-supremacist-ideas>
- 39 Osgerby, P. (2017, June 19). UI professor receives death threats over article on classical art. *Little Village*. Retrieved from <http://littlevillagemag.com/ui-professor-receives-death-threats-over-article-on-classical-art>
- 40 Charis-Carlson, J. (2017, June 19). UI prof's post on ancient statues, white supremacists elicits death threats. *Iowa City Press-Citizen*. Retrieved from <https://www.press-citizen.com/story/news/2017/06/16/ui-classics-professor-receives-threats-after-online-essay-statue-race/403275001>. 亦見.. Quintana, C. (2017, June 16). For one scholar, an online stoning tests the limits of public scholarship. *The Chronicle of Higher Education*. Retrieved from <https://www.chronicle.com/article/For-One-Scholar-an-Online/240384>
- 41 Allen, C. (2017, June 26). Liberal professors say bizarre things — and then blame the conservative media for reporting on them. *Independent Women's Forum*. Retrieved from <http://iwf.org/blog/2804174/Liberal-Professors-Say-Bizarre-Things--and-Then-Blame-the-Conservative-Media-for-Reporting-on-Them>
- 42 See Haidt, J. (2017, June 28). Professors must now fear intimidation from both sides. *Heterodox Academy*. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/professors-must-now-fear-intimidation-from-both-sides>

1. 某個左派教授說了或寫了某些具刺激性或煽動性的東西，發言場合可能是社群媒體、主流媒體、授課或學術刊物（最後一種情況較少）。這些論述經常是為他們感受到的不公不義而發，而造成這些不公不義的往往是校外右翼團體或政治人物。相關影片或截圖隨即被分享到社群媒體。

2. 右翼媒體挑中這件事，以煽風點火的方式轉述。轉述過程經常脫離脈絡，有時甚至扭曲事實。⁴³
3. 聽到這件事的人在社群媒體上怒氣沖沖地貼文或留言，或是寫電子郵件給那位教授（內容經常包括種族歧視或性別歧視的謾罵，有時還有強暴或死亡威脅），數量可能數十、甚至數百。有些人會公開要求大學開除該名教授。
4. 在此同時，學校主管不但沒有出手保護教授，反而展開調查或讓當事人休假。沒有終身職的老師被開除或不續聘的風險很高。

5. 原本就有立場的人聽到任何一部分的經過之後，總會發現這證實了他們對另一方最壞的看法。右派會把焦點放在這位教授以前講過或寫過什麼，左派注意的則是對這件事的種族歧視／性別歧視反應。隨著怒氣越升越高，雙方都給惡性循環推了一把。

這種模式跟教授引發學生怒火的模式並不一樣，指控別人種族歧視或要求取消邀請，也不能跟強暴威脅或死亡威脅劃上等號。法律有劃出界線，第一修正案並不保護有可信度的強暴或死亡威脅。

脅。這種行為是犯罪。然而，不論這些反作用力是來自校外右派或校內左派，大學領導階層往往回應軟弱，而且經常不支持教授。於是風暴迅速擴大，一發不可收拾，而左派和右派的觀察者都得到同一個結論：另一方邪惡無比。

很多教授說他們現在教書和講話都更加謹慎，因為隨便一次失言或誤會都可能引起攻訐，甚至招來各式各樣的威脅。⁴⁴ 有個十分惡劣的新問題更讓情況雪上加霜：教授們現在會因為政治立場而受到密切注意。保守派校園團體「美國轉捩點」（Turning Point USA, TPUSA）甚至做了一份「教授觀察名單」，以「揭發並記錄」「在課堂上歧視保守派學生、宣揚反美價值、協助左派宣傳」的教師。⁴⁵ 看到美國轉捩點大剌剌地亮出名單，很多提倡言論自由的人深感憂心——畢竟美國史上有段扎眼而不堪的時期，也是將不受歡迎的觀念及其支持者列成名單。⁴⁶ 這些名單目的無他，就是為了警告榜上有名的人謹言慎行。提出令人不自在的想法原本是教授的關鍵任務之一，但現在，教授們

⁴³ Schmidt, P. (2017, June 22). Professors' growing risk: Harassment for things they never really said. *The Chronicle of Higher Education*. Retrieved from <https://www.chronicle.com/article/Professors-Growing-Risk-240424?cid=rclink>

⁴⁴ Haidt, J. (2017, April 26). Intimidation is the new normal on campus. *The Chronicle of Higher Education*. Retrieved from <https://www.chronicle.com/article/Intimidation-is-the-New-Normal/229890>

⁴⁵ Flaherty, C. (2016, November 22). Being watched. *Inside Higher Ed*. Retrieved from <https://www.insidehighered.com/news/2016/11/22/new-website-seeks-register-professors-accused-liberal-bias-and-anti-american-values>

⁴⁶ Heterodox Academy condemned the Professor Watchlist. (n.d.). HxA Executive Team. (2016, November 24). Heterodox Academy condemns Professor Watchlist. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/heterodox-academy-condemns-professor-watchlist>

的確有擔心因言賈禍的道理。任何一次具刺激性的教育練習或詰問，都有可能毀了他們的聲譽，甚至職涯。

威脅直撲校園

仇恨犯罪事件通報降低二十五年之後，在二〇一五年再次上升。⁴⁷據FBI追蹤，這項數字在二〇一六年又提高了百分之五。⁴⁸一份對美國主要城市的調查指出：在二〇一七年一到八月，仇恨犯罪事件通報數比二〇一六年同期增加百分之二十。⁴⁹統計仇恨犯罪的精確數字極其困難，有些廣受關注的事件後來也證明是騙局。⁵⁰不過，校園裡的普遍感受是仇恨犯罪在川普時期增加，而我們研究目前可以取得的資料之後，認為這種感受的確不是空穴來風。

校園裡出現具體、有時甚至恐怖的威脅。二〇一五年，密蘇里科技大學（Missouri University of Science and Technology）有名白人學生因網路恐嚇被捕。當時密蘇里大學主校區有黑人學生抗議，這名白人學生在社群媒體貼文，放話說要去那裡「殺光看得到的所有黑人」。⁵¹這件事發生在迪倫·魯夫（Dylann Roof）殺害九名黑人五個月後（他在南卡羅萊納州查爾斯頓〔Charleston〕教堂行兇，受害者都是教會裡的教友）。二〇一七年十月，一名馬里蘭大學（University of Maryland）的白人學生被判謀殺及仇恨犯罪——他刺死鮑伊州立大學（Bowie State University）訪問學生理查·柯林斯三世（Richard Collins III），後者顯然因為是黑人而被盯上。⁵²

很多觀察者原本以為另類右派只是群網路酸民，直到白人至上主義者在夏綠蒂鎮遊行時使用暴

⁴⁷ Middlebrook, H. (2017, November 14). The fascinating, if unreliable, history of hate crime tracking in the US. CNN. Retrieved from <https://www.cnn.com/2017/01/05/health/hate-crimes-tracking-history-fbi/index.html>. 米德布魯克（Middlebrook）的一項觀察相當正確：仇恨犯罪的通報數一直比實際數量少。但前幾年的下降和二〇一五年的激增，仍舊不能嚴格歸因於計算方式的變化。

⁴⁸ FBI: US hate crimes rise for second straight year. (2017, November 13). BBC News. Retrieved from <http://www.bbc.com/news/world-us-canada-41975533>

⁴⁹ Farivar, M. (2017, September 19). Hate crimes rise in major US cities in 2017. Voice of America. Retrieved from <https://www.voanews.com/a/hate-crimes-rising-in-us/4034719.html>

⁵⁰ Alfonseca, K. (2017, August 21). When hate meets hoax. ProPublica. Retrieved from <https://www.propublica.org/article/when-hate-meets-hoax>. Soave, R. (2018, January 19). Another hate crime at the University of Maryland turns out to be a hoax. Reason. Retrieved from <http://reason.com/blog/2018/01/19/a-second-hate-crime-at-the-university-of-maryland-turns-out-to-be-a-hoax/>

⁵¹ Suspect in Mizzou threats identified as Lake St. Louis teen. (2015, November 11) NBC12. Retrieved from <http://www.nbc12.com/story/30489913/um-police-arrest-suspect-who-made-racist-threats-on-social-media>

⁵² Bui, L. (2017, October 17). U-Md. student to face hate-crime charge in fatal stabbing on campus. The Washington Post. Retrieved from https://www.washingtonpost.com/local/public-safety/u-md-student-to-face-hate-crime-charge-in-fatal-stabbing-on-campus/2017/10/17/a17bfalc-b35c-11e7-be94-fabb0f1e9ff_b_story.html

一個半小時後，三名自稱白人民族主義者的人開車衝撞公車站旁的一群抗議者，對他們喊新納粹口號。在其中一名抗議者拿球棒敲打後車窗後，這三個人跳出車外，（據報）對著抗議者喊：「老子他媽宰了你！」、「斃了他們！」其中一個白人民族主義者泰勒·騰布林克（Tyler Tenbrink）有帶槍，他開了一槍，但沒打中人，接著三個人一起跑了。後來他們全部落網，以殺人未遂起訴。⁵³幾個月後，密西根州韋恩州立大學（Wayne State University）也發生暴力事件：在某個團體散發支持移民權利的傳單時，一名學生跟他們起了爭執，甚至憤而拔刀說他要「宰了所有不屬於我們國家的非法移民」。⁵⁴

有色人種學生一再面臨安全威脅，也經常聽到別的地方發生威脅事件，這並不是新鮮事。美國種族史就是一部歧視和恐嚇的歷史，間或交織一波波進步。然而，或許正是因為最近有進步，這股種族恫嚇的新風潮特別令人不安。隨著歐巴馬在一〇〇八年當選總統，很多美國人覺得自己的國家終於過了一關，總算在與種族主義的鏖戰中勝出。⁵⁵到一〇一六年末，美國大學生已在黑人總統主政下度過八年，多數專家學者也告訴他們：美國可能會跨過另一道門檻，迎來史上第一位女性總統。對許多黑人學生和左傾女性來說，川普勝選的震撼一定尤其讓他們感到幻滅。看到總統一再口出種族歧視之言，看到新納粹及其黨羽日益囂張橫行，即使用狹隘的方式定義「白人至上」，它似乎也比以往來得真實，不只是遙遙過去的遺跡而已。

我們再次以愛莉森·史坦潔的話為這章作結：「美國的政治生活和言論正處在沸點，沒有其他地方比大學校園對現況的反應更強烈。」現在的大學生正是從這個脈絡去理解全國大事，去回應看

似微不足道的地方小事。我們在本書裡一再指出：對一件事的詮釋有很多種，而其中幾種比另外幾種更有建設性。可是這一章想強調的是：學生們現在會這樣做不是沒有原因的。這背後還有故事、還有全國性的脈絡。對立螺旋和負面黨爭的成長都是深具影響力的政治活動，它們蔓延全國，驅使很多美國人擁抱「我們」VS「他們」對立的謬誤。

接下來三章，我們會說明不只大學校園在變，進入大學的年輕學子也在變。不論是青少年心理健康的變化，或是美國童年生活的改變，可能都讓很多學生更容易被「沸點」所傷，從他們踏進校園開始。

⁵³ 其中一個後來減為事後從犯。見.. Smithson, D. (2017, November 9). Sases continue in shooting after Spencer protest. *Ocala Star-Banner*. Retrieved from <http://www.ocala.com/news/20171109/cases-continue-in-shooting-after-spencer-protest>. 亦參見.. Rozsa, L., & Svrluga, S. (2017, October 20). 3 men charged in shooting after white nationalist Richard Spencer's speech in Florida. *Chicago Tribune*. Retrieved from <http://www.chicagotribune.com/news/nationworld/ct-shooting-richard-spencer-speech-20171020-story.html>

⁵⁴ Student in Trump shirt detained after brandishing knife, saying "Kill all illegals." (2018, February 16). *The Daily Beast*. Retrieved from <https://www.thedailybeast.com/student-in-trump-shirt-who-branded-knife-and-said-kill-all-illegals-detained>

⁵⁵ McWhorter, J. (2008, December 30). Racism in America is over. *Forbes*. Retrieved from https://www.forbes.com/2008/12/30/end-of-racism-oped-cx_jm_1230newwhorter.html

總結

- 一九八〇年代起，美國至少有一種對立形式持續上升——情緒（情感）對立。換言之，認同兩大政黨之一的人逐漸憎惡並恐懼另一個政黨及其黨員。在六條有助於我們了解當前校園變化的解釋線索中，這是第一條。

• 美國的情緒對立大致上是對稱的，但因為大學師生在黨派敵意升高的這段時期轉向左派，某些保守派和右翼組織對大學的信任減少、敵意增加。⁵⁶

• 從二〇一六年開始，教授們因言賈禍的案例增加。他們因為在訪談或社群媒體的發言成為眾矢之的，不但遭到騷擾，也引起高度關注。

• 政治對立升高是大學校園風氣改變的關鍵環節，在二〇一六年後尤其如此。隨政治對立升高而來的是右派更常挑起種族和政治爭議，這些攻擊通常由校外人士對校內目標發動。

⁵⁶ 關於大學對共和黨的信任度在二〇一五年後劇烈下滑，請見：Pew Research Center (2017, July 10). Sharp partisan divisions in views of national institutions. Retrieved from <http://www.people-press.org/2017/07/10/sharp-partisan-divisions-in-views-of-national-institutions>

第七章 焦慮與憂鬱

憂鬱症的人經常在自己的救生艇上戳洞，但讓心保持清醒能阻止這種習慣。人不是無助的。

——安德魯·所羅門 (Andrew Solomon),

《正午惡魔》(The Noonday Demon: An Atlas of Depression)¹

六條解釋線索裡的第二條，是美國青少年罹患憂鬱症和焦慮症的比例在二〇一〇年代升高。這些情感疾患與三大謬誤的關係千絲萬縷，緊密相連。

以下是一位憂鬱症患者的親身經驗。雖然案主並非青少年，但它闡明了安德魯·所羅門前面那句話的意義——讓心保持清醒能調整習慣：

¹ Solomon (2014), p. 110.

我一整天在網路上逛來逛去，到處找自殺的方法。可是，我幾乎每一次都會看到那種方法可能怎麼搞砸，讓你既死不了，又得承受永久性傷害。連舉槍自盡都有可能失敗。我不能冒這種險。於是，我去對街的五金行找強韌的塑膠袋和鐵絲。我打算壓碎我所有的安眠藥、鎮定劑和抗焦慮藥，一次全吃進去，然後用塑膠袋和鐵絲緊緊把頭包住。這樣就算沒有藥物中毒，至少也會窒息而死。可是塑膠袋得夠強韌才行，免得我臨時改變心意把它抓破。

我現在一定得做個了斷，越快越好，因為……為什麼呢？因為這是對的事，要是我拖，我搞不好就不會做個了斷，所以我得趁有決心時趕快了斷。要是我待會感覺變好，那八成是假象。我強烈感覺到某種黑暗、龐大的真理：我一定得死。

我不曉得自己是否短暫感覺到這種想法很奇怪，但這讓我閃過一絲清醒，讓我拿起電話撥九一一。我一開始講的是我用一種抽離的態度在計畫什麼，但沒講多久我就哭了。電話另一頭的聲音告訴我趕快去醫院。我聽進去了。

那時是二〇〇七年十二月，接下來三天，我都待在北費城一家精神病機構裡。我原已計畫搬離讓我感到無比孤立的費城，回到有家人朋友的紐約。我遇上幾年來第一個為我減藥、而非加藥的醫生。我一搬回紐約，就開始接受認知行為治療。

剛開始時似乎沒什麼差別。醫生一次又一次地讓我看到：我把每一絲的腦力都用在支持我對自己的看法（基模）——我是個無助、崩壞的人。我一天做CBT練習兩次，漸漸能看出我那顆憤怒、兇狠、防備的心多努力維護那齷齪版本的我。

我沒有什麼「頓悟」時刻，但我的理智知道我的想法扭曲了。本來什麼都沒變，直到我習慣聆聽我腦海裡最殘酷、最瘋狂、也最具破壞力的聲音，但不去相信我得照它們做。當我不讓這些聲音贏，它們就安靜多了。拜CBT之賜，我的心現在養成新的習慣：把我最糟糕的想法聽成愚蠢的卡通音。雖然我還是會感到憂鬱，但發作頻率和嚴重性與以往完全不能同日而語。

這篇敘述的作者是葛瑞格，他相信CBT救了他一命。短短幾個月內，他開始學習如何發現自己的認知偏誤。他一學會怎麼在自己身上找到它們，就也開始在別人口中聽出它們。一旦你習於尋找它們，你就很難不認出災難化思考、二分思考、標籤化和其他認知偏誤。

葛瑞格是二〇〇八年開始練習CBT的，差不多是同一段時間，他在FIRE會長的職位上發現：大學主管有時會灌輸認知偏誤的想法給學生。這些主管的作法常讓人以為學生隨時身處危險，需要保護，以避免各式各樣的風險和不自在（我們會在第十章詳談）。可是在那個時候，千禧世代的學生對校方的過度反應多半不以為然。要到二〇一三年左右，也就是第一批i世代的學生開始進大學之後，葛瑞格才發現學生自己也對言論出現這種態度。在安全空間、觸發警報、微侵犯和言論即暴力這些新討論裡，學生的論證和理由經常像是從CBT練習手冊裡抄的。這是葛瑞格二〇一四年邀請吃午餐的緣起，也是我們二〇一五年為《大西洋》寫那篇文章的緣起。

在那篇文章裡，我們有稍微談到美國童年生活的變化，例如不受看管的時間減少、社群媒體近

來的興起等等，可是我們當時注意的是學生入學之後發生的事，也剛開始聽見大學心理健康專業人員提出的首波警告，說學生需求提高，他們應接不暇。²我們當時的看法是：學校保護學生不受言語和觀念傷害的措施，或許恰恰鼓勵他們運用認知偏誤思考，從而導致心理健康服務需求大增。

可是到二〇一七年，我們發現自己顯然誤判。大學並非學生精神疾病潮的主因，相反地，有這麼多學生來尋求協助，反映的是有一股更大的、全國性的青少年焦慮症和憂鬱症浪潮，而現代社會從沒遇過這種情況。大學其實是在努力回應學生的需求，因為有越來越多學生飽受精神疾病之苦（主要是情感疾患）。³從這種脈絡理解新出現的安全至上文化，我們可以說它部分是學生、老師和學校主管共同造成的，目的是重塑校園以回應新的潮流。如果有更多學生感到被某些類型的演講威脅，學校就該提供更多保護。我們這本書的基本訊息是：這種思考方式可能是錯的，因為大學生是反脆弱，而非脆弱。有些出於好意的保護措施或許會產生反效果，對我們有意協助的學生來說，這些措施長期來看反而會讓情況變得更糟。

在這一章裡，我們會討論近期對於美國青少年心理健康衰退的研究。有證據顯示加拿大⁴和英國⁵可能也正出現同樣的情勢（雖然這兩個國家的證據並不像美國的那麼明確而一致⁶）。在這三個國家裡，女生所受的影響似乎比男生更大。校園內外的心理健康是怎麼改變的呢？為什麼安全主義新文化會在二〇一二年浮現呢？

i 世代

我們在第一章有提過二〇一七年出版的《i-世代》(*iGen*)，作者是聖地牙哥大學社會心理學家珍·圖溫吉。這本書勾勒今日青少年和大學生的行為、價值觀和心理狀態，描繪之細膩前所未見。圖溫吉長於解釋世代心理差異的變化及成因，她將千禧世代之後的世代稱為「網路世代」(internet generation)，簡稱「i 世代」（借用iPhone的典故），因為他們是口袋裡擺著網路成長的第一代

² Novotney (2014).

³ 二〇一五年，尋求心理健康服務的大學生有百分之三十一（有些學校只有百分之十，另一些學校則高達百分之五十），「全體大學生有百分之五十四說他們焦慮得受不了，高於二〇一〇年的百分之四十六點四」。See Estroff Marano, H. (2015, September 1). Crisis U. *Psychology Today*. Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/articles/201509/crisis-u>

⁴ Levinson-King, R. (2017, March 13). Teen suicide on the rise among Canadian girls. *BBC News*. Retrieved from <http://www.bbc.com/news/world-us-canada-39210463>. 亦見.. Canadian Institute for Health Information. (n.d.). Intentional self-harm among youth in Canada. Retrieved from https://www.cihi.ca/sites/default/files/info_child_harm_en.pdf

⁵ Sanghani, R. (2017, March 16). Why are so many of Britain's teen girls struggling with mental health problems? *The Telegraph*. Retrieved from http://www.telegraph.co.uk/health-fitness/body/why-are-so-many-of-britains-teen-girls-struggling-with-mental-he/. That article refers to a large longitudinal UK study 6. 7. which can be retrieved here: https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/599871/LSYPE2_w2-research_report.pdf 亦見.. Pells, R. (2017, July 9). Number of university students claiming special circumstances for mental health problems "soars." *The Independent*. Retrieved from <http://www.independent.co.uk/news/education/education-news/number-of-university-students-mental-health-problems-illness-claiming-special-circumstances-a7831791.html>

⁶ 要釐清英國和加拿大是否面臨與美國相同的問題，必須掌握二〇一八和一九年對英加兩國這股潮流所蒐集的資料。

(有些人稱他們為「Z世代」)。當然，年紀最長的千禧世代（一九八二年出生）也有趕上網路熱潮，在一九九〇年代末，他們會用Compaq電腦上Netscape和AltaVista找音樂和MapQuest。然而，搜尋引擎不會改變社會關係，社群媒體卻會。

在世代之間劃出界線向來困難，圖溫吉依據各年齡層的心理特徵提議：以一九九四年為千禧世代的最末出生年，以一九九五年為*i*世代的第一個出生年。千禧世代和*i*世代自述的特徵和態度之所以有不連續性，可能原因之一是：在一〇〇六年，也就是*i*世代年紀最長的人十一歲時，臉書改了會員要求：你不再需要證明自己是大學生才能加入，只要年滿十三歲——或是宣稱自己已年滿十三歲——就能註冊。

不過，在iPhone登場（一〇〇七），並於接下來幾年廣獲使用之前，臉書和其他社群媒體其實並沒有吸引太多中學生。所以，從一〇〇七年到大約一〇一二年這段時間，我們最好把它當成美國一般青少年社交生活實質改變的過渡期。社群媒體平台在這段時間激增，青少年也開始使用推特（一〇〇六成立）、Tumblr（一〇〇七）、Instagram（一〇一〇）、Snapchat（一〇一一）等各種平台。時間越久，這些公司越精通他們口中的「吸睛」之術，社群媒體越來越讓人上癮。在一〇一七年一次令人心寒的訪問裡，臉書首任總裁西恩·帕克（Sean Parker）這樣講他們的草創歲月：

臉書是這類應用程式中的第一個，我們設計它們的思考方向……完全是：「我們要怎麼分掉你最多的時間和注意力？」……換句話說，我們像是三不五時給你來點多巴胺，每次有人幫

你照片按讚或留言都有這種效果，這也能讓你心甘情願貢獻內容……更多的讚和留言……這是一種社會認可回饋迴路……這就是我這種駭客會弄出來的東西，利用人類心理弱點。⁷

在訪問比較前面的地方，他說：「天知道這對孩子的大腦會產生什麼影響。」

簡言之，*i*世代是社群媒體的第一代白老鼠。從幾年前到現在，他們一直把人格成形的青少年歲月交給社群媒體，置身於它們巨大的社會和商業實驗之中。這會造成什麼問題呢？

圖溫吉深入耙梳四份橫跨數十年的調查，以此作為《*i*世代》一書的立論基礎。在這四份調查中，一份是針對大學生，兩份針對一般青少年，最後一份是從美國全體成年人取樣。圖溫吉在書中依據這四份資料畫了幾十張圖表，呈現出青少年行為和態度從一九八〇或九〇年代起的變化。那些線多半水平和緩，直到一〇〇五和一〇一二年間的某個點才驟然上升或下降。有些變化很正面：*i*世代的人飲酒和吸煙較少，開車習慣較安全，發生性行為的年紀也較長。不過，別的變化不是不甚正面，就是十分令人憂心。《*i*世代》的副標犀利道出圖溫吉的發現：「為什麼現在連結度超高的孩子長大後較不叛逆、較忍耐、較不快樂——而且完全沒準備好成年？對我們其他人來說，這代表什麼？」

⁷ Allen, M. (2017, November 9). Sean Parker uploads on Facebook: "God only knows what it's doing to our children's brains." Axios. Retrieved from <https://wwwaxios.com/sean-parker-uploads-on-facebook-god-only-knows-what-its-doing-to-our-childrens-brains-1513306792-f855e7b4-4e99-4d60-8d51-2775559c2671.html>

圖溫吉的分析指出：自二〇一一年崛起的安全至上主義，可能是被兩項重大世代變化推動的。第一項是現在的孩子成長速度緩慢許多，通常被視為從童年過渡到成年的指標活動延後——例如開始工作、開車、喝酒、外出約會、性行為等等。與前幾個世代相較，i世代的人等年紀更長才做這些事，而且做得更少。現在的青少年不熱中這些通常需要面對面互動的活動，獨自與螢幕互動的時間倒是多出很多。⁸尤其重要的是：這些特質再加上家長溺愛、過度保護和螢幕引誘之後，i世代比前幾個世代更少在不受成人看顧下與朋友外出。

重點是：從二〇一三年秋天開始，i世代的人逐年進入校園。與前幾個世代相較之下，他們入學前不受監看的時間較少，參加非線上活動的經驗也較少。如圖溫吉所說：「十八歲的人的言行像以前的十五歲，十三歲表現得像以前的十歲。青少年的人身安全遠高於以往，但他們在心理上較為脆弱。」⁹這些風潮大多滲透各種群體，橫跨社會階級、種族和族群。¹⁰因此，與前幾個世代十八歲的人對照，i世代（平均來說）較沒做好上大學的準備。這或許可以解釋何以大學生突然想要更多保護，希望成年人插手他們的事務和人際衝突。

第二項重大世代變化是：罹患焦慮症和憂鬱症的比例快速上升。¹¹接下來三張圖（從7.1至7.3）都是依圖溫吉在《i世代》裡使用的資料畫的。這些圖赤裸裸地道出一則驚人的訊息。

長久以來，精神疾病研究一直顯示：女生罹患憂鬱症和焦慮症的比例比男生更高。¹²雖然男女差異在青春期前很小或不存在，但這項差異會從青春期開始增加。在一九九〇年代早期，青春期男生和女生的差異其實相當穩定，但從大約二〇一一年開始，隨著女生罹患憂鬱症和焦慮症的比例快

速上升，男生和女生之間的差異也逐漸擴大。到二〇一六年，如下頁圖7.1所示，自述症狀符合「前一年曾重鬱症發作」標準的女生，差不多每五名中就有一名。¹³雖然男生的比例也有增加，但速度緩慢得多（從二〇一一年的百分之四點五，到二〇一六年的百分之六點四）。

青少年真的在過去七年變了這麼多？圖7.1反映的會不會只是診斷標準改變？也許憂鬱症診斷門檻降低是好事？畢竟如此一來，就能讓更多人得到幫助。

這樣解釋或許也有道理。可是，降低診斷門檻、鼓勵大家使用治療和精神疾病的術語，也可能帶來負面影響。給人貼標籤會造成所謂「迴路效應」（looping effect），這會改變被貼標籤者的行

⁸ Twenge (2017), chapter 2.

⁹ Twenge (2017), p. 3

¹⁰ See Twenge (2017), Appendix B, Figures B1 and B2. The appendix is online; it can be retrieved at <http://www.jeantwenge.com/wp-content/uploads/2017/08/igen-appendix.pdf>

¹¹ Twenge (2017), chapter 4. 亦見：Twenge, Joiner, Rogers, & Martin (2017).

¹² 一九九四年，諾倫-霍克斯瑪（Nolen-Hoeksema）和傑谷斯（Grigus）的研究發現：「青春期前的兒童罹患憂鬱症的比例沒有性別差異，可是在十五歲後，女生和女人罹患憂鬱症的比例大約是男生和男人的兩倍。」沙克（Salk）、海德（Hyde）和亞伯蘭森（Abramson）二〇一七年的論文則指出：性別差異在十二歲左右浮現，比以往以為得早。標準是：在九種症狀中，一個人自陳幾乎每天都有至少有五種症狀，長達兩個星期。見：Hunter & Tice (2016).

15 14

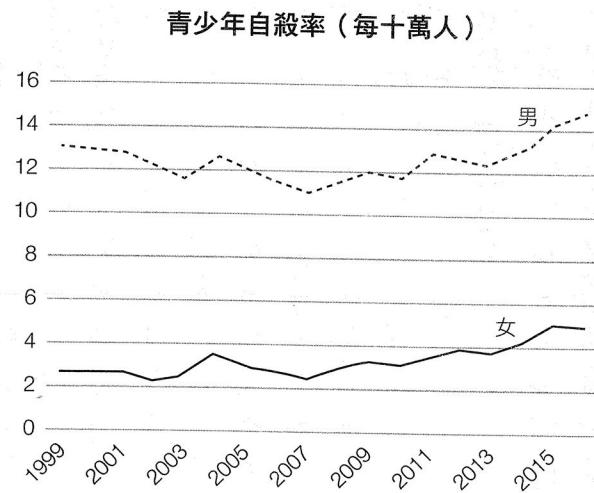
Hacking (1991), as described in Haslam (2016).
資料和報生在此不載.. <https://www.CDC.gov/injury/wisqars/fatal.html>

圖7.2 十五到十九歲每十萬人自殺率，依性別分（資料來源：美國疾病防制中心〔CDC〕致命性傷害報告〔Fatal Injury Reports〕一九九九—二〇一六¹⁵）。

圖7.2是美國每十萬名（十五到十九歲）青少年每年的自殺率。自殺率和自殺未遂率隨性別而不同，女生自殺未遂率較高，男生則較常自殺成功，因為男生比女生更傾向用不可逆的手段（如舉槍自盡或跳樓）。男生自殺率在近幾十年有過幾次變化：在一九八〇年代的犯罪和暴力狂潮中（這股浪潮後來在一九九〇年代迅速退去），男生自殺率上升，在一九九一年達到最高點。雖然二〇〇七年後的上升並未將它帶回最高點，但數字還是高得讓人不安。另一方面，女生的自殺率一直很穩定，從一九八一年開始有紀錄後就是如此。不過，雖然女生自殺率遠低於男生，但它從二〇一〇年開始持續增加，屢屢突破

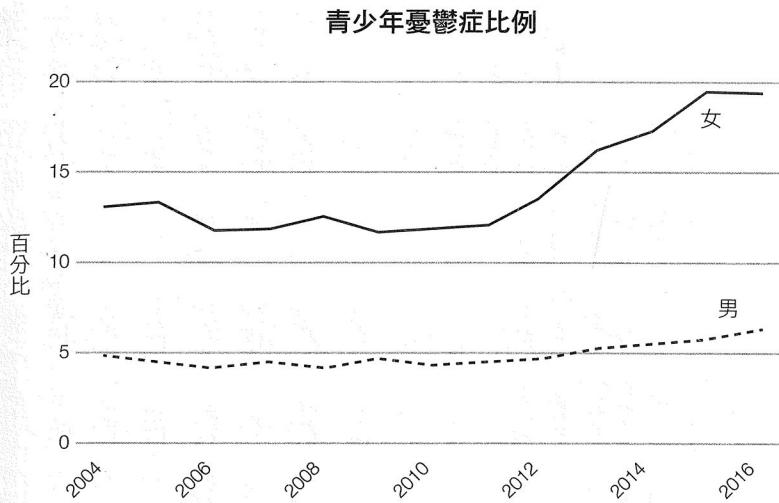


圖7.1 十二到十七歲青少年自述過去一年曾至少發作一次重度憂鬱之百分比。這項百分比從二〇一一年起持續上升，女生的變化尤其明顯（資料來源：全國藥物使用與健康調查）。

為，進而成為自我應驗的預言。¹⁴ 標籤化這種認知偏誤之所以是力道猛烈，原因正在於此。如果憂鬱成了你身分認同的一部分，隨著時間經過，你會對自己和自己的前途發展出相應的基模（我不夠好，我前途黯淡）。這些基模會讓你難以集中心力迎接挑戰，但你要是懂得發揮潛力，迎接挑戰原本是可以減輕憂鬱的。我們絕非否認憂鬱症存在，也絕不會光叫憂鬱症的人「堅強一點」克服難關——葛瑞格切身了解旁人這樣講這一點幫助也沒有。我們想說的是：貼心理健康標籤時降低門檻（或鼓勵「概念蠕變」），可能會讓受心理之苦的人數增加。

令人難過的是，有強烈證據顯示：圖7.1所呈現的青少年憂鬱症快速盛行，並不只是診斷標準改變的結果而已——在憂鬱症比例增加的同時，青少年自殺率也一起提高。

一九八一年有紀錄以來的最高點。與一〇〇〇年代早期對照，現在的青少女自殺率將近是當時的兩倍。加拿大的青少女自殺率也在增加，但不像美國這麼劇烈；青少年男生的自殺率則已減少¹⁶（英國近年則無明顯趨勢，男女皆然）。¹⁷

最近一份調查「非致命自殘傷害」的研究，以不同的數據集（dataset）確認精神疾病的確有上升的趨勢。¹⁸它找的是青少年因自殘而被送進急診室的案例，有些是以剃刀自傷，有些是撞牆，有些是服毒。研究者調查美國六十六間醫院二〇〇一年後的紀錄，藉此推測全國的自殘比例。結果發現：十五到十九歲男生每十萬人的自殘人數相當穩定，大約在兩百人左右。同年齡層女生的自殘率就高得多，大約在每十萬人四百二十人左右，不過在二〇〇一到二〇〇九年間也相對穩定。可是從二〇一〇年開始，女生自殘率持續提高，一路上升到二〇一五年的每十萬人六百三十人。更年輕的女生（十到十四歲）甚至增加得更快，從二〇〇九年的每十萬人一百一十人增至二〇一五年的每十萬人三百一十八人，幾乎暴增三倍之多（同一段時期，同年齡層男生的自殘率大約在每十萬人四十人左右）。女生從二〇一〇年起過得十分痛苦。

社群媒體反社群？

造成精神疾病和自殺率升高的原因究竟是什麼？圖溫吉認為：大約從二〇〇七年起，智慧型手機快速普及，社群媒體也進入青少年的生活，這是約莫在二〇一一年浮現的心理健康危機的主要原因。圖溫吉在書中一再以圖表說明使用電子媒體和心理健康問題相關——近幾年來，它們總是一起

提高。這讓電子媒體造成心理健康問題的嫌疑高於其他因素（例如二〇〇八年的全球金融危機及連帶衰退）。此外，到二〇一一一年時，美國經濟和就業市場已持續改善，因此，經濟因素應該不是接下來幾年心理健康惡化的原因。¹⁹

雖然簡單的相關性引人遐思，但我們無法推斷是哪個造成哪個。那段時間有很多東西都有變化，所以碰上所謂「偽相關」（spurious correlations）的機會很大。舉例來說，美國每年人均起司食用量，與每年因床單窒息而死的人數幾乎完美相關，但這不代表吃起司造成睡姿不良。這種相關就是「偽」相關，因為兩項數據在同一段時間同時上升只是巧合。

為了不被偽相關所欺，我們得思考另一個問題：如果某個因果解釋為真，我們可以預期還有哪些變項會跟著改變？圖溫吉採取了這種作法，她研究個別學生自述的所有日常活動（從兩個有衡量這些活動的數據集裡檢視），結果發現：只有兩種活動與憂鬱症和其他自殺相關選項（如動念自

¹⁶ Levinson-King, R. (2017, March 13). Teen suicide on the rise among Canadian girls. Retrieved from <http://www.bbc.com/news/world-us-canada-39210463>

¹⁷ Office for National Statistics (UK). (2017, December 18). Suicides in the UK: 2016 registrations (point 6: Suicides in the UK by age). Retrieved from <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/deaths/bulletins/suicidesintheunitedkingdom/2016registrations#suicides-in-the-uk-by-age>

¹⁸ Mercado, Holland, Leeniris, Stone, & Wang (2017).

¹⁹ Twenge, Joiner, Rogers, & Martin (2018).

²⁰ Vigen, T. (n.d.). Spurious correlations. Retrieved from <http://www.tylervigen.com/spurious-correlations>

殺、自殺計畫或實際嘗試）顯著相關：使用電子設備（如智慧型手機、平板電腦、電腦）和看電視。另一方面，有五種活動與憂鬱症逆相關（亦即每週花越多小時從事這些活動的孩子，憂鬱症比例越低）：運動和其他形式的健身、參加宗教禮拜、閱讀書本或其他印刷品、親身參與社交互動，還有做功課。

有看出這兩類活動的不同嗎？答案是一類需要用螢幕，另一類不用。如果孩子們每天花在螢幕上的閒暇時間在兩小時以下，憂鬱症的風險不會提高。²¹但要是每天花在螢幕上的時間超過兩小時，罹患憂鬱症的風險會隨每增加一小時而提高。相反地，孩子不用螢幕的時間越多，罹患憂鬱症和出現自殺想法的風險越低，在不用螢幕的時間是用來參加人際活動時尤其如此²²（圖溫吉也有談到螢幕和憂鬱的關係可不可能是反過來的——孩子們是因為憂鬱才花更多時間在螢幕上——她說明這不太可能）。²³

之所以會有這種現象，部分原因可能是電子設備把我們帶離人群。人類是「超級群居」（ultrasocial）的物種。雖然黑猩猩和狗也是喜好群居的動物，但人是超級群居的物種，不只是「群居」動物而已。²⁴人類和蜜蜂一樣，也能組成龐大的團體一起合作，並明確分工。人熱愛團隊、團隊運動、同步動作，以及所有能讓我們產生「我為人人，人人為我」的感覺的活動（超級群居性與我們第三章談過的部落主義心理有關。如果既想滿足人類對歸屬感和互動的追求，又不啟動部落主義較具防衛性又可能訴諸暴力的面向，分寸必須拿捏得恰到好處）。當然，社群媒體讓我們比以前更容易組成大型團體，但這些「虛擬」團體和人與人間的真實連結不同，它們沒辦法用同樣的方式

滿足對歸屬感的需求。正如圖溫吉和她的共同作者所說：

我們應該切記：人類神經結構的發展有賴於親密、持續、面對面的接觸（含非視覺和非聽覺的接觸，例如觸覺和嗅覺接觸），減少或消除系統關鍵輸入因素（inputs），可能危及系統穩定。²⁵

圖溫吉的觀察也支持這個看法。她發現：高度喜好社交的孩子——比一般同儕投入更多時間面對面社交互動的孩子——通常不會受花時間在電子設備上之害。²⁶換言之，螢幕和社群媒體的潛在負面影響，或許取決於青少年與他人互動的時間多寡。不過，電子設備之害不僅止於阻礙孩子們面

²¹ 如果孩子們需要用電腦寫報告或作業，花在螢幕上的時間似乎與憂鬱無相關性。

²² Twenge (2017), pp. 82 and 84. 更多深入分析請見：Twenge et al. (2018).

²³ 圖溫吉討論了逆相關的問題（憂鬱導致使用螢幕時間增加），也援引相關研究說明因果關係並非如此。在她提出的研究裡，有一個是運用隨機分配、貨真價實的實驗：在研究最後，隨機分配到停用臉書一週的受試者自述較不憂鬱。見：

Twenge, J. (2017, November 14). With teen mental health deteriorating over five years, there's a likely culprit. Retrieved from

²⁴ 關於真社會性和超級群居性，請見海德特所著《好人總是自以為是》第九章。

²⁵ Twenge, Joiner, Rogers, & Martin (2018), p. 4.

²⁶ Twenge (2017).

對面互動，它們還有更晦暗的影響——而且女生受害尤深。

為什麼受害的多半是女生？

從前幾張圖可以看出，i世代女生心理健康惡化的情況比i世代的男生嚴重。如果社群媒體該為心理健康惡化負一部分責任，或許只有女生部分的問題應該歸咎於它們。至於男生部分，圖溫吉發現：雖然使用螢幕的總時間與心理健康不佳相關，但專門花在社群媒體上的時間則否。²⁷為什麼社群媒體對女生的傷害似乎比對男生大呢？

可能原因至少有兩個。第一，社群媒體呈現的是「精心雕琢」後的生活版本，而表象與現實的落差可能更容易對女生產生負面影響。很多人觀察到：與男生相比，女生的社交生活更圍繞著接納與排擠進行。²⁸社群媒體大大增加青少年窺看同儕生活的頻率，透過社群媒體，他們會看到自己認識的人正一起玩樂或做事——而且有些活動並沒有邀自己參加。社群媒體會增加FOMO（fear of missing out，害怕錯過），也會提高喬治城大學語言學家黛柏拉·坦南（Deborah Tannen）所說的FOBLO（fear of being left out，害怕被拋下）。雖然男生和女生都會受FOMO影響，但當他們信手滑過幾百張這樣的照片，女生恐怕比男生更容易因FOBLO而難受。²⁹女生看到自己的朋友在做某件她有受邀、但無法參加的事（錯過），是一回事；發現別人刻意不邀自己（拋下），是另一回事，兩者造成的效果並不一樣。如圖溫吉所說：「女生更常用社群媒體，這讓她們有更多機會感到孤獨或被排擠，例如看到自己的朋友或同學湊在一起，卻沒找自己。」圖溫吉發現：不論

男生或女生，現在青少年各年齡層感到被拋下的比例比以往都高，而女生的比例升高更多。從二〇一〇到二〇一五年，自述經常感到被拋下的男生從百分之二十一增加到二十七；在女生部分，比例則是從百分之二十七跳到百分之四十。³⁰

社群媒體內容被精心雕琢的另一個結果是：女生被眾多經過人工美顏的同性照片轟炸，讓她們對自己的外貌更沒安全感。現在不只時尚名模的相片要修圖，Snapchat和Instagram等平台也提供「濾鏡」，讓擺各種姿勢自拍的女生能編輯照片。換句話說，現在連她們的朋友似乎都變得更美。這些濾鏡能讓鼻子更小巧、嘴唇更豐厚、皮膚更光潤。³¹這也帶來一個新現象：有些年輕女性現在

²⁷ Twenge (2017).

²⁸ Maccoby (1998).

²⁹ Wood Rudolph, H. (2017, October 11). How women talk: Heather Wood Rudolph interviews Deborah Tannen. *Los Angeles Review of Books*. Retrieved from <https://lareviewofbooks.org/article/how-women-talk-heather-wood-rudolph-interviews-deborah-tannen>.

³⁰ Twenge (2017), Appendix F, figure F1. Online appendix can be retrieved from <http://www.jcantwenge.com/wp-content/uploads/2017/08/igen-appendix.pdf>

³¹ Arata, E. (2016, August 1). The unexpected reason Snapchat's "pretty" filters hurt your self-esteem. *Elite Daily*. Retrieved from <https://www.elitedaily.com/wellness/snapchat-filters-self-esteem/1570236>

想動整型手術，讓自己看起來跟美化過的自拍照一樣。³²

社群媒體對女生的傷害或許更大的第二個原因是：女生和男生表現攻擊性的方式並不一樣。心理學家妮琪·克里克（Nicki Crick）的研究指出：男生更傾向以身體表現攻擊性，他們更常推撞別人或打人，對涉及肢體攻擊的故事和電影更感興趣。女生相反，她們更常在「關係」上展現攻擊性。她們傾向傷害對手的關係、名聲和社會地位，舉例來說：用社群媒體讓別的女生看見誰被故意拋下。³³雖然把所有攻擊加總後看不出整體性別差異，但在各自偏好的傷人方式裡，可以看出明顯而一致的性別差異（至少這是克里克在一九九〇年代的發現，當時還沒有社群媒體）。另外，如果男生的攻擊性通常是面對面爆發，那麼男生們的攻擊目標至少可以躲回家避難。可是在社群媒體上，女生無處可逃。

既然男生和女生對攻擊方式各有所好，那麼請設想一下：要是有個壞心腸的惡魔變出一大堆裝滿子彈的手槍，在美國每個青少年的口袋裡都放一把，會發生什麼事呢？哪個性別會受害更深？答案顯然是男生，因為槍戰對他們更有吸引力，他們也會更常用槍解決爭端。現在再換個方式想：如果這個壞心腸的惡魔變出來的不是槍，而是下載好各種社群媒體應用程式的手機，也在美國每個青少年的口袋都放進一支，會發生什麼事呢？除了惡魔那部分之外，這其實或多或少就是二〇〇七到二〇一二年發生的事。情況現在很明顯：女生受害更深。社群媒體的確給很多青少年帶來不少益處，它有助於強化關係，但它也會造成傷害。在社交關係的藝術上，社群媒體的確以某些方式帶給青少年可貴的練習。不過，它們也是發明語言以來最強大的關係攻擊武器，目前的證據顯示，女生

的心理健康成了社群媒體的祭品。

i 世代進入大學

一〇一三年九月，i 世代的第一批成員開始進大學就讀；到一〇一七年五月，高年級學生開始畢業，美國大學的學生組成幾乎全是 i 世代（至少在菁英大學四年制住校學院是如此）——這幾年正是安全至上新文化似乎憑空出現的日子。

也是在這段期間，大學心理健康中心突然被應接不暇的個案淹沒。當時很多報紙和雜誌都有報導：在全美各地，大學裡預約心理諮詢的學生絡繹不絕。³⁴然而，對個別大學這類現象的報導，或多或少被當成奇聞軼事來談。我們為《大西洋》雜誌寫那篇文章時，還看不到對這股風潮的全國性

³² Jowett, V. (2017, July 10). Inside the Snapchat filter surgery boom. *Cosmopolitan*. Retrieved from <http://www.cosmopolitan.com/uk/beauty-hair/a8617028/celebrity-cosmetic-surgery-snapchat-filter-boom>

³³ Crick & Grotpeter (1995).
例如.. Thielking, M. (2017, February 8). Surging demand for mental health care jams college services. *Scientific American*. Retrieved from <https://www.scientificamerican.com/article/surging-demand-for-mental-health-care-jams-college-services/> 亦見..

Peterson, A. (2016, October 10). Students flood college mental-health centers. *The Wall Street Journal*. Retrieved from <http://www.wsj.com/articles/stu-dents-flood-college-mental-health-centers-1476120902> 以及.. Tugend, A. (2017, June 7). Colleges get proactive in addressing depression on campus. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/06/07/education/colleges-get-proactive-in-addressing-depression-on-campus.html>

這幾年還可以看到另一個現象：自述尋求協助是因為焦慮的比例上升。有一份對大學諮詢中心的大型調查發現：在二〇〇九年和之前幾年，來諮詢的學生只有百分之三十七提到焦慮問題——比例跟另外兩個主要問題（憂鬱和關係）大致相同。³⁷可是從二〇一〇年起，談到焦慮問題的學生開始增加，二〇一三年上升到百分之四十六，二〇一六年更達到百分之五十一。現在，焦慮已是大學生尋求治療的主要問題。這幾年也能看到大學生自殘和自殺的比例大幅上升。³⁸因此，自認罹患心理疾患的比例提高，固然有部分原因可能是學生們更常給自己診斷，但我們得再說一次：精神疾

³⁵ Center for Collegiate Mental Health, Pennsylvania State University. (2016). 2016 annual report. Retrieved from https://sites.psu.edu/ccmh/files/2017/01/2016-Annual-Report-FINAL_2016_01_09-1gc2nj6.pdf

³⁶ 據高等教育研究中心。以下這個問題是「[]〇—〇年才加進去的，每兩年問一次，完整敘述是：「你有以下任何一種失能或疾病嗎？」（請為每一項勾是或否）」這份問卷接著列出七種不同類型的失能或疾病，其中包括「心理疾患（憂鬱症等）」，每一項有「是」或「否」兩個選項。調查工具和數據請見：<https://heri.ucla.edu/heri-data-archive>

³⁷ Reetz, D. R., Bershad, C., LeVine, P., & Whitlock, M. (2017). The Association for University and College Counseling Center Directors annual survey. Retrieved from <https://www.auccd.org/assets/documents/auccd%202016%20monograph%20-%20public.pdf>; 摘要與圖表亦見.. Tate, E. (2017, March 29). Anxiety on the rise. *Inside Higher Ed*. Retrieved from <https://www.insidehighered.com/news/2017/03/29/anxiety-and-depression-are-primary-concerns-students-seeking-counseling-services>

³⁸ 有一份在多元的都市型大學做的研究發現：在接受調查的學生裡，有百分之三十八自述過故意自我傷害至少一次，百分之十八自述曾故意自我傷害至少十次，百分之十自述曾故意自我傷害超過一百次。Gratz, Conrad, & Roeter (2002). See also appendix F in the online appendices for Twenge (2017); 圖溫吉還有另外畫圖呈現美國大學健康學會調查 (American College Health Association Survey) 和青少年危險行為監測系統 (Youth Risk Behavior Surveillance System) 的心理健康調查結果。附錄請見：<http://www.jeantwenge.com/wp-content/uploads/2017/08/gen-appendix.pdf>

大學生自述曾罹患心理疾患之百分比

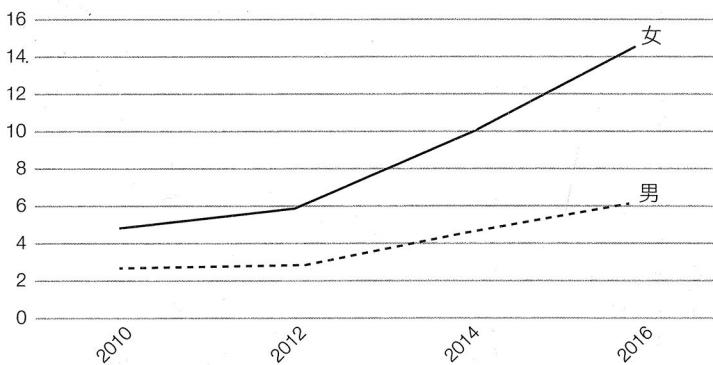


圖 7.3 大學生對「你曾罹患精神疾患（憂鬱症等）嗎？」答「是」的百分比（資料來源：高等教育研究中心）。

調查，二〇一六年後的現在則有幾份資料可以參考。
 Collegiate Mental Health 用一百三十九所大學的資料做出報告。他們發現：在二〇一五到二〇一六年中，接受調查的學生有半數自陳曾為心理健康顧慮尋求諮詢。³⁵這份報告也指出：近年唯二增加的心理健康顧慮是焦慮和憂鬱。圖 7.3 用另一個數據集證實了這個上升趨勢，³⁶也畫出大學生自述有精神疾患的百分比。從二〇一二到二〇一六年，男大學生的這項比例從二點六增至六點一（增加百分之二百二十六），女大學生增幅更大，從五點八上升到十四點五（增加百分之三百五十）。姑且不論這些學生是否都符合嚴格的診斷標準，我們可以明顯看出的是：i 世代大學生對自己的看法跟千禧世代很不一樣。變化最大的是女性：在美國的大學，現在每七名女性就有一名自認有心理疾患，相對於千禧世代最末幾屆每十八名女性中只有一名，人數明顯上升。

調查，二〇一六年後的現在則有幾份資料可以參考。

病的整體比例其實在升高。青少年的生活和心思在進大學前就起了變化，從大約二〇一二年起，越來越多憂鬱又焦慮的學生開始進入校園，這對大學文化和風氣一定會造成某些影響。

至此，大家應該可以看出我們何以很難主張問題是大學造成的。我們很難堅持是大學教學生胡思亂想，是大學讓學生變得既焦慮又憂鬱——不，全體青少年焦慮和憂鬱的比例在他們進大學前就已上升，連沒上大學的青少年也是如此。大學顯然沒有造成全國心理健康危機，相反地，他們是在回應這場危機。這也許可以解釋為什麼在二〇一三年後，安全至上主義的觀念和實踐竟然散播得那麼快。可是，安全至上主義對受焦慮和憂鬱之苦的學生幫助不大。事實上，如我們在本書中一再強調的：對已經在與情緒疾患搏鬥的學生來說，安全至上主義可能讓情況更加惡化。在此同時，安全至上主義也會對大學裡的自由提問文化造成附帶損害，因為它教學生把言論視為暴力，以「安全」或「危險」的框架詮釋講者的主張，而不只是分辨該主張「真實」或「虛假」。對言論的這種思考方式可能強化嗆聲文化，而當然，嗆聲文化又是另一個讓學生焦慮的原因。

憂鬱和焦慮往往一起出現。³⁹這兩個問題會帶來強烈的負面情緒，而負面情緒餵養情緒推理。焦慮會廣泛改變大腦，讓你在情勢不明、甚至根本無害的環境裡也不時感到威脅。⁴⁰因此，與不焦慮的同儕相比，焦慮的學生更可能對沒有惡意的問題感到危險（因此擁抱侵犯的概念），對小說裡的某個段落感到危險（因此要求觸發警告），對受邀講者所說的內容感到危險（因此希望罷邀講者，或為某些人打造安全空間，以作為演講的替代選項）。憂鬱也會扭曲認知，讓人對自己、對他人、對世界和未來產生過度負面的觀點。⁴¹眼前的問題似乎變得更大也更全面，自己處理這些問題

的資源顯得微不足道，感受到的制握能力好像也更外在化⁴²——這些感受都會打消奮力一搏解決問題的念頭。如果一個人認為自己處境不佳，而逃離其中的努力又一再失敗，久而久之，就會養成心理學家馬丁·塞利格曼（Martin Seligman）稱為「習得性無助」（learned helplessness）的心理狀態。處在這種狀態的人相信自己絕不可能逃脫困境，於是不再嘗試，甚至在努力能有收穫的新環境出現時也不嘗試。⁴³此外，人不論在憂鬱時，或是在威脅—反應系統高度戒備時，都容易陷入「敵意歸因偏誤」（hostile attribution bias），亦即更可能在別無惡意、甚至充滿善意的人、溝通和環境中看見敵意。⁴⁴這時更可能產生誤解，摩擦也更容易升級成大規模衝突。

螢幕時間：審慎看待相關警告

青少年精神疾病的上升規模龐大，在不同數據集中都看得出來，但能歸因於智慧型手機和使用螢幕時間的百分比不高，證據也更不直接。雖然圖溫吉用了目前所能取得的資料，但這些數據集對

³⁹ Zhiguo & Fang (2014).

⁴⁰ Shin & Liberzon (2010).

⁴¹ Gotlib & Joormann (2010).

⁴² Prociuk, Breen, & Lussier. (1976). 亦見：Costello (1982).

⁴³ Peterson, Mater, & Seligman (1993). See also: Seligman (1990).

⁴⁴ Chen, Coocaro, & Jacobson (2012).

青少年活動的測量仍顯粗糙，大多只是記下他們每週大約花幾小時在各種活動上（其中也包含使用電子設備的時間）。儘管圖溫吉發現有統計顯著性的關係，但這些關係在量上還不夠大。這並不是說智慧型手機的影響很小，只代表我們此時此刻、以現有的資料能解釋的精神疾病的變異數還不多。如果我們對孩子們做的活動、心理健康發生的變化測量得更好，我們能解釋的變異就多得多。這些問題非常新，我們還得做很多研究，才能釐清情感疾患率為什麼在一〇一〇年代上升得那麼快。

將來的研究幾乎一定會得到的一項結論是：智慧型手機和社群媒體的影響是複雜的，利弊互見，因哪種類型的孩子做哪種類型的線上活動（而非哪種類型的線下活動）而異。已經浮現的研究核心變項是青少年的關係品質，以及科技對關係品質有什麼影響。在最近一份對社群媒體影響的研究評論中，社會心理學家詹娜·克拉克（Jenna Clark）、莎拉·奧格蘿（Sara Algoe）和梅蘭妮·格林（Melanie Green）提出一項原則：「社群網路網站的使用者如果習於創造有意義的社會連結，社群網路對他們有益；但使用者要是沒有這種能力，社群網路就會透過孤立、社會比較之類的陷阱傷害他們。」⁴⁵

因此，我們不想製造道德恐慌，也不想危言聳聽恐嚇家長，要求他們禁止孩子使用所有電子設備到二十一歲。這是很複雜的議題，我們還有很多研究得做。然而在此同時，目前已有夠多證據支持為使用電子設備的時間設限（也許青少年一天兩小時，年紀更小的孩子更少），並限制或禁止使用會放大社會比較而非社會連結的平台（我們在第十二章還會再談）。另一方面，我們有強烈理據

重新思考電子設備的使用，除了要將這個議題放進整體教養哲學脈絡之外，更要運用我們對孩子玩樂需求的一切認識。這是我們接下來兩章要討論的課題。

總結

- 大約從二〇一一年起，美國青少年罹患憂鬱症和焦慮症的比例升高。這是我們的第一條解釋線索。
- 一九九五到二〇一二年出生的世代叫*i*世代（有時也叫*Z*世代），他們跟上一個世代（千禧世代）很不一樣。依世代差異研究專家珍·圖溫吉的看法，第一個差異是*i*世代成長較慢。一般看來，與前幾個世代的十八歲青年相較，現在的十八歲青年不受看管的時間較少，在獨立自主之路上達到的發展里程碑（例如找到工作或考上駕照）也較少。
- 承上，第二個差異是*i*世代罹患焦慮症和憂鬱症的比例提高很多。女生和年輕女子的增加幅度一般又比男生和年輕男子高很多。這些上升不僅反映定義或標準改變而已，從自殘住院率和自殺率上升也能看出這種趨勢。雖然青少年男生的自殺率還是比青少女高，但青少女自殺率在二〇〇七年後已激增兩倍。

⁴⁵ 圖溫吉認為，精神疾病增加的主因是頻繁使用智慧型手機和其他電子設備。一天使用兩小時以下

似乎不會帶來負面影響，但與使用電子設備時間較短、花較多時間參與面對面社會互動的青少年相比，一天花好幾個鐘頭與螢幕互動的青少年心理健康狀況較差（十多歲或更小就開始使用電子設備的青少年尤其如此）。

- 女生受社群媒體之害可能比男生深，因為她們更容易受社會比較的負面影響（電腦美顏技術尤其會帶來比較），更常為自己被拋下的訊號不安，也更常受關係侵犯之害。青少女獲得智慧型手機和社群媒體後，上述負面影響更容易出現，她們也更難避開這些傷害。
- i世代進入大學的時間（二〇一三到二〇一七年），正好與安全至上文化增強的時間相符。很多大學的安全至上文化提供過度保護，而i世代的學生由於焦慮和憂鬱程度較高，或許特別容易受這些過度保護措施吸引。憂鬱和焦慮都會造成認知改變，而其中一種傾向是把世界看得比實際上更危險、更有敵意。

第八章 偏執教養

很多青少年已經失去忍受頓挫和不確定的能力，其中一大原因是我們教養他們的方式。

——凱文·艾許沃斯 (Kevin Ashworth)，

俄勒岡州波特蘭 NW 焦慮中心 (NW Anxiety Institute) 臨床總監

葛瑞格和太太帶著他們第一個孩子出院回家幾天後，收到了一件不太尋常的禮物：一枚光可鑑人的紅色滅火器。不是玩具消防車，是貨真價實的滅火器。讓這份禮物更具意義的是它的寄件人：蘭諾·史坎納茲 (Lenore Skenazy)，作家、記者、紐約市兩個孩子的媽。你也許聽過她的外號：「美國最爛媽」。

¹ Denizet-Lewis, B. (2017, October 11). Why are more American teenagers than ever suffering from severe anxiety? *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/10/11/magazine/why-are-more-american-teenagers-than-ever-suffering-from-severe-anxiety.html>

史坎納茲的聲名狼藉之路始於二〇〇八年，起點是她讓九歲兒子伊席（Izzy）自己搭紐約地鐵。伊席其實已經求了她好幾個星期，希望媽媽能帶他到從沒去過的地方，再讓他一個人回家。於是，一個陽光燦爛的週日，史坎納茲決定時候到了。她帶伊席到布魯明黛爾百貨（Bloomingdale's），很有信心兒子能找得到路回家，也相信他需要時會向陌生人求助。她給伊席的裝備是：地鐵地圖一張，地鐵卡一張，二十元美鈔一張，還有幾枚兩毛五硬幣以備打電話之需，接著就讓他自行走。四十五分鐘後，伊席準時到家，老爸正等著他。他為成功出擊欣喜若狂，迫不及待要再做一次。

史坎納茲在《紐約太陽報》（*The New York Sun*）專欄寫了這個兒童獨立小實驗，²除了敘述伊席對此多高興之外，也談到其他家長聽到她讓兒子這樣做時有多驚愕。兩天後她上了《今日秀》（*Today*），接著又上了MSNBC、福斯新聞台和全國公共廣播電台。線上留言板被灌爆，大多數是斥責她的決定，但也有人鼓掌叫好。沒過多久，史坎納茲就被扣上「美國最爛媽」的帽子。³

大多數媽媽可能覺得這個綽號很丟臉，史坎納茲倒是大大方方收下。她給了兒子她自己在一九七〇年代享有的獨立（今日大多數父母也都曾享受過），而且當年的犯罪率還比現在高得多——所以，為什麼她的選擇會引來這麼多怒火和指責呢？史坎納茲認為應該是現代教養出了大問題。作為回應，她開部落格「放養小孩」（*Free-Range Kids*）說明她的想法，也呼籲大家留意已然成為美國教養常態的偏執和過度保護。「放養小孩」自此成為一場大規模運動，不但出版同名書籍、製作電視實境秀《世界最爛媽》，還成立非營利組織LetGrow（見LetGrow.org）。

滅火器這份禮由史坎納茲來送實在傳神（她附了一張字條：「你看看，我這個人很在乎安全

的！」），因為它簡單俐落地傳達出她的訊息：對於保護孩子的人身安全，我們都該保持合理的謹慎態度——例如準備好滅火器——可是我們不該屈服於安全至上主義（高估危險、崇拜安全，不接受任何風險），因為它會剝奪孩子童年最可貴的一些經驗。

我們在第一章討論過塔雷伯的反脆弱概念。我們談過出於善意保護孩童不受花生之「害」的計畫帶來反效果，因為它讓很多孩子的免疫系統沒學到花生蛋白無害，最後造成更多孩子對花生過敏，更多孩子也真的會因接觸花生而死。我們認為：大約從二〇一二年起在大學校園興起的安全至上主義，可能部分要歸咎於同樣的機轉。我們在第七章討論了珍·圖溫吉的發現：*i*世代（一九九五年以降出生）的童年跟前幾代人很不一樣，他們受焦慮和憂鬱之累的程度也高得多。在這一章裡，我們會更仔細探討近幾十年美國童年的變化。我們認為：現代教養方式可能在無意間教給孩子重大謬誤。我們會檢視家長和小學可能如何在不知不覺中誤導孩子，讓他們成為安全至上文化的一員。從一九八〇年代開始，我們對待孩子的方式變得更惴惴不安、更過度保護，這種轉向在一九九〇年代攀上高點，教育程度較高的家長更是如此——這是我們的第三條解釋線索。

² Skenazy, L. (2008, April 1). Why I let my 9-year-old ride the subway alone. *The New York Sun*. Retrieved from <http://www.nysun.com/opinion/why-i-let-my-9-year-old-ride-subway-alone/73976>

³ Skenazy, L. (2015, January 16). I let my 9-year-old ride the subway alone. I got labeled the "World's Worst Mom." *The Washington Post*. Retrieved from https://www.washingtonpost.com/posteverything/wp/2015/01/16/i-let-my-9-year-old-ride-the-subway-alone-i-got-labeled-the-worlds-worst-mom/?utm_term=.7cbce60ca0e0

為了進一步了解教養和童年，我們向三位專家請益。除了蘭諾·史坎納茲之外，我們還請教了茱莉·李斯寇特—漢姆斯（Julie Lythcott-Haims）和愛瑞卡·克里斯塔吉斯。李斯寇特—漢姆斯曾為為人父母者寫了《如何養出一個成年人》（*How to Raise an Adult*），十分暢銷。克里斯塔吉斯則是幼兒發展專家，著有《讓幼兒當幼兒》（*The Importance of Being Little*）（在耶魯大學任教時，她基於專業考量寫了一封談萬聖節裝扮的電郵，我們在第三章談過）。這三位專家都認為現在的教養方式讓孩子無法成長，難以變得茁壯而獨立，但她們得出這個結論的歷程不一樣：史坎納茲是透過我們前面講的經驗；克里斯塔吉斯當過幼稚園老師，對幼兒教育也研究多年；李斯寇特—漢姆斯則擔任史丹佛大學新生事務處主任超過十年。此外，她們三位都有子女。

為人父母最深的恐懼

一九七九年五月二十五日，紐約大學南邊幾條街外，一名名叫伊坦·帕茲（Etan Patz）的男生說服父母讓他自行出門，從自家公寓走兩條街到校車車站。他再也沒能回家，遺體也從未尋獲。⁴那段時間住過紐約的人，也許還記得尋人啟事貼遍全城的景象，還記得那對憂心如焚的父母上了晚間新聞，苦苦哀求掌握消息的人出面。

不過，直到一九八一年發生另一件備受關注的謀殺案，美國才開始持續推動保護兒童遠離陌生人的運動，美國人的童年面貌也才真正改寫。亞當·沃爾什（Adam Walsh）當年六歲，媽媽帶他到佛羅里達州好萊塢的西爾斯百貨（Sears）購物，讓他在推銷雅達利（Atari）新款電子遊戲機的

櫃位玩。因為那裡已經引來一群年紀較大的男生，亞當的媽媽留他在那看，自己去燈具區逛了幾分鐘。誰知道那群男生為了下一個輪誰玩打了起來，西爾斯的保全把他們全趕出去。其他男生似乎一哄而散，而亞當害羞到沒說媽媽還在店裡。他獨自站在店外，有個流浪漢騙他說要拿玩具和糖果給他，把他拐到車裡。然而，那個流浪漢其實是連續殺人犯。兩週後，亞當的頭顱在一百三十哩外的水道被發現。

亞當之父約翰·沃爾什（John Walsh）從此投身兒童保護，致力不讓其他孩子遭遇同樣的命运。他設立亞當·沃爾什兒童資源中心（Adam Walsh Child Resource Center），推動立法改革，並成功促使美國政府在一九八四年成立全國失蹤與被剝削兒童中心（National Center for Missing & Exploited Children）。他和製片合作拍攝電視電影《亞當》，首次播出有三千八百萬人觀看。一九八八年，沃爾什開始主持真實犯罪影集《美國通緝要犯》（*America's Most Wanted*），在節目中播出包括誘拐兒童在內的未破案件，請大眾提供協助。沃爾什也發明一種廣傳失蹤兒童照片的新方法：印在牛奶盒上，搭配全用大寫字母印的大字MISSING。“第一批紙盒在一九八四年推出，伊

⁴ 此案主嫌到二〇一七年才定罪。概要請見：McKinley, J. C. (2017, April 18). Pedro Hernandez gets 25 years to life in murder of Etan Patz. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/04/18/us/pedro-hernandez-etan-patz-sentencing.html>

⁵ Lafrance, A. (2017, February 14). When bad news was printed on milk cartons. *The Atlantic*. Retrieved from <https://www.theatlantic.com/technology/archives/2017/02/when-bad-news-was-printed-on-milk-cartons/516675/>

坦·帕茲的照片也是最早印上的其中之一。到一九九〇年代早期，這項計畫已巨幅擴大，失蹤兒童的相片印上商店紙袋、告示牌、披薩盒，甚至水電帳單。風氣變了，恐懼也提高了，很多家長開始相信：在公共場合只要目光離開孩子一下，他們就有可能被拐走。大人不再放心讓孩子到附近晃晃而不盯著他們。

孩子被陌生人拐走殺害，是人們能想見最恐怖的犯罪之一。但謝天謝地，這種犯行非常少。據FBI的紀錄，兒童失蹤案將近九成是誤報、迷路、逃家或擅離寄養家庭，⁶而其中有百分之九十九點八的失蹤兒童順利返家。⁷誘拐兒童的多半是他們失去監護權的親生父母，被陌生人拐走的只占小小百分之——換句話說，在一個未成年人口超過七千萬的國家，每年被陌生人誘拐的人數差不多是一百個。⁸從一九九〇年代起，以兒童為目標的犯罪率已經下降，⁹被綁架兒童的生還率也已提高。¹⁰

真實的風險與想像的風險

世代的父母成長的城鎮比現在危險得多。在嬰兒潮和X世代的成長歲月，不但騷亂頻傳，犯罪率也一再上升。¹¹搶劫是都市生活的常態，城市人有時還會拿廉價皮夾放些「買路錢」，碰上麻煩就不必交出真的皮夾。¹²海洛因注射器是街景的一部分，後來取而代之的是快克藥瓶。把六〇年代掀起的龐大犯罪潮、八〇年代有線電視頻道的快速普及，還有新聞台對失蹤兒童案的全天候報導合起來看，¹³不難想見九〇年代的美國家長為什麼憂心忡忡、戒心更重。

-
- 6 National Crime Information Center. (n.d.) 2016 NCIC missing person and unidentified person statistics. Retrieved from <https://www.fbi.gov/file-repository/2016-ncic-missing-person-and-unidentified-person-statistics.pdf/view>
- 7 Polly Klaas Foundation. (n.d.). National child kidnapping facts. Retrieved from <http://www.pollyklaas.org/about/national-child-kidnapping.html>
- 8 ChildStats.gov. (n.d.). POP1 Child population: Number of children (in millions) ages 0–17 in the United States by age, 1950–2016 and projected 2017–2050. Retrieved from <https://www.childstats.gov/americaschildren/tables/pop1.asp>
- 9 Simpson, K. (2010, November 27). Dispelled kidnap myths do little to allay parents' fears. *The Denver Post*. Retrieved from <http://www.denverpost.com/2010/11/27/dispelled-kidnap-myths-do-little-to-allay-parents-fears>
- 10 關於綁架案的潮流變化，更多資訊請見.. U.S. Department of Justice. (2016, June 14). Number of child abductions by strangers unchanged over past decade and a half: Fewer end in homicide. Retrieved from <http://www.unc.edu/crcr/Presspacket/Stereotypical%20Kidnapping%20.pdf>. ||個值得玩味的現象：(1)被綁架的兒童平安返家的比例，在二〇一一年是百分之九十一，在一九九七年只有百分之五十七（技術進步對執法的幫助很大，手機追蹤就是如此）；(2)在二〇一一年被陌生人誘拐的兒童裡，五個裡有四個沒有和兩名（親生或領養）父母同住家中；(3)被誘拐的兒童有三十分之一沒有報失蹤。沒有成年人為他們負起責任，他們是被忽視的一群。請見.. Flores, J. R. (2002, October). Nonfamily abducted children: National estimates and characteristics. Retrieved from <http://www.pollyklaas.org/media/pdf/NISMARTNonfamily.pdf>
- 11 FBI Criminal Justice Information Services Division. (n.d.). Preliminary semiannual uniform crime report, January–June, 2015. Retrieved from <https://ucr.fbi.gov/crime-in-the-u-s/2015/preliminary-semiannual-uniform-crime-report-january-june-2015>
- 12 Kurutz, S. (2004, October 24). The age of the mugger. *The New York Times*. Retrieved from <http://www.nytimes.com/2004/10/24/nyregion/the-city/the-age-of-the-mugger.html>
- 13 至少會一直播白人兒童失蹤的事。事實上，一九七九到一九八一年發生了一連串恐怖撕票案，亞特蘭大有超過二十五名黑人兒童遭綁架殺害，後來合稱「亞特蘭大兒童謀殺案」(Atlanta Child Murders)。雖然這場瘋狂謀殺與帕茲案和沃爾許案發生在同一時期，但在全國引起關注不如後兩者。

不過，犯罪潮在一九九〇年代初戛然而止，全美幾乎各種犯罪率都驟然下滑。¹⁴ 舉例來說，在二〇一三年，謀殺率降到跟六十年前一樣的水準。¹⁵ 可是，對犯罪的恐懼並沒有隨犯罪率降低，戰戰兢兢的新教養習慣反倒成為全國風尚。現在，美國家長的教養態度和陌生人對兒童的實際威脅嚴重脫節。

要想知道有些家長在安全至上主義裡陷得多深，不妨看看底下這則真實故事：二〇一五年，密蘇里州有一家人想幫他們六歲大的兒子「上一堂課」，讓他知道親近陌生人有多危險，便自導自演了一場綁架案。那個男生一下校車就被他姑姑的同事騙進小貨車，照警長的證詞，「綁匪」跟孩子說他別想再看到媽媽了。警方還說這人用夾克蒙住孩子的臉，不讓他知道自己是被帶回家裡地下室。他還把孩子綁起來，拿槍威脅他，說要把他賣去當性奴隸。¹⁶

當然，很少會有家長用這種方式嚇自己的孩子，但以較細膩的方法灌輸較不極端的安全至上主義的，大有人在。李斯寇特—漢姆斯和史坎納茲都跟我們分享過類似的故事：有家長不敢讓他們十多歲的孩子騎腳踏車到鄰居家。有位心理學家在HealthyChildren.org上說：「全國失蹤與被剝削兒童中心認為，不該讓任何年齡的孩子單獨使用公共廁所。」¹⁷ 她談到自己九歲大的兒子，並傳授以下技巧：

- 避免使用入口多於一個的廁所。
- 在孩子使用廁所期間，要站在門口跟他們講話。
- 絶不讓孩子單獨使用公共廁所。
- 教孩子使用個人廁所間，而非小便斗。

我們可以了解媽媽擔心兒子在公廁遇到壞人。可是，與其讓孩子擔心受怕一輩子，每次上公共廁所都要跟父母一直講話，教他們分辨不好或不適當的公廁行為，讓他們知道如果遇上這些十分罕見的情況要避開，不是比較好嗎？

安全至上主義的危險

如果你有在使用臉書，也許看過「一九七〇年代的小孩全該掛了的八個理由」之類的貼文¹⁸

¹⁴ 對於全美各地的犯罪為什麼下降得這麼快，犯罪學家之間沒有共識。喬認為七〇年代末到八〇年代初逐步淘汰含鉛汽油是主因之一。見：Drum, K. (2016, February 11). Lead: America's real criminal element. *Mother Jones*. Retrieved from <http://www.motherjones.com/environment/2016/02/lead-exposure-gasoline-crime-increase-children-health-infoplease>.

¹⁵ Stapleton, A. C. (2015, February 6). Police: 6-year-old boy "kidnapped" for being too nice to strangers. *CNN*. Retrieved from <http://www.cnn.com/2015/02/05/us/missouri-fake-kidnapping/index.html>

¹⁶ Berchelmann, K. (2017, May 4). When can my child use the public restroom alone? *Healthy Children.org*. Retrieved from <https://www.healthychildren.org/English/tips-tools/ask-the-pediatrician/Pages/When-can-my-child-use-the-public-restroom-alone.aspx>

¹⁷ Lowbrow, Y. (2014, June 9). 8 reasons children of the 1970s should all be dead. Retrieved from <https://ashbuk.com/8-reasons-children-of-the-1970s-should-all-be-dead/>

(理由 #1：玩草地飛鏢。理由 #4：用助曬油而非防曬油)。這類貼文會在一九七〇年代兒童(例如我們)的圈子裡瘋傳，因為它們讓我們這代人能挖苦一下現在的家長，酸一酸他們對安全顧慮太多，順帶指出我們長大時才沒人管這些。當年沒人綁安全帶，沒人騎腳踏車戴安全帽，大人多半抽菸(有小孩在旁邊也照抽不誤)，油漆和汽油含鉛，而且大人還鼓勵小孩自己去公園或遊樂場——那種輕而易舉就能綁架小孩的地方。

雖然這些貼文經常語帶挖苦和不以為然，但它們凸顯出對兒童安全的追求已有重大成就。普遍使用汽車安全帶挽救了很多生命；¹⁹ 單車安全帽降低了腦部創傷的風險；²⁰ 不在孩童身邊抽菸對他們健康有益；²¹ 油漆和汽油不用鉛所防止的醫療問題和死亡不計其數。²² 把這些改進加總的結果是：從一九六〇到一九九〇年，五到十四歲的孩子因非蓄意傷害和意外而死的人數降低了百分之四十八，年紀更小的孩子(一到四歲)更下降了百分之五十七。²³ 兒童安全運動的成功有助於解釋現代父母何以如此在意安全，甚至走到安全至上主義的極端。畢竟，要是合力迎擊重大威脅可以帶來這麼多紅利，為什麼不更進一步，讓孩子的安全滴水不漏？

這種思考的問題是：當我們試著打造無懈可擊的安全系統，我們幾乎不可能不製造出無法預見的新問題。舉例來說，以紓困企業的方式來避免金融不穩，之後可能帶來規模更大也更具毀滅性的崩潰；²⁴ 為保護森林而撲滅小火，可能讓朽木越積越多，最後造成比所有小火加起來更慘重的森林大火。²⁵ 安全規定和規劃經常帶來意料之外的後果——試圖改變複雜系統的作法大多如此——而且這些後果有時十分嚴重，不但沒能帶來預期中的好處，反而讓情況變得比什麼都不做還糟。

我們相信：努力保護兒童不受環境危險和交通意外之害，對孩子們來說的確很好；讓他們暴露於含鉛物質和二手菸之中，對他們一絲益處也沒有；讓他們不戴安全帶又遇上車禍，並不能讓他們將來碰上車禍時恢復得更快。可是，如果保護兒童不受危險的方式是不讓他們獲得經驗(例如走路上學、爬樹或使用銳利的剪刀)，意義就不一樣了。這樣的保護代價沉重——孩子會錯過學習技能、獨立自主和評估風險的機會(況且把他們關在屋裡也會增加肥胖風險)。史坎納茲的話一針見血：「『一切都有危險』的想法的問題是：過度保護本身就是一種危險。」²⁶

¹⁹ children-of-the-1970s-should-all-be-dead-323

²⁰ DeNoon, D. J. (2003, May 13). Quit smoking so your kids won't start. *Web MD*. Retrieved from <https://www.webmd.com/smoking-cessation/news/20030513/quit-smoking-so-your-kids-wont-start>

²¹ National Institute for Occupational Safety and Health. (n.d.). LEAD: Information for workers — Health problems caused by lead. Retrieved from <https://www.cdc.gov/niosh/topics/lead/health.html>

²² Christakis (2016), p. 131.

²³ Taleb (2007).

²⁴ 逆火效應。更多相關內容請見：Greg Ip, *Foolproof: Why Safety Can Be Dangerous and How Danger Makes Us Safe*. Ip (2015). Skenazy (2008); see n. 2.

李斯寇特—漢姆斯也是這樣想的：

我遇過不讓十七歲的孩子搭地鐵的家長。我問過他們：「你們對她的長期計畫是……？」……我成天看到這種事。我看過孩子不敢一個人走人行道，不愛一個人去哪裡走走，不喜歡一個人騎腳踏車晃晃。可能他們基本上就是被教成這樣吧，覺得自己隨時會被拐走。²⁷

正如塔雷伯在《反脆弱》中告訴我們的：在孩子身邊築起保護網，反而會阻礙他們成長，剝奪他們成為成功、健全的大人所需要的經驗。早在十五年前，記者哈菈·艾斯特洛夫·馬拉諾（Hara Estroff Marano）就已對此潮流提出警告。「家長大費周章繞遠路，就為了讓孩子避開生命中的坑坑窪窪，實在荒唐可笑。」她說：「可是總帳一算，家長過度顧慮的淨效果是讓孩子更脆弱。」²⁸家長大多在某種程度上意識到這件事，可是他們就是離不開孩子，就是忍不住要過度保護。連李斯寇特—漢姆斯都發現自己也是如此：

瞧瞧我，我一向高度批判那些子女上了大學還不放手的父母。可是我兒子十歲的時候，有一天晚餐我彎過桌子幫他切肉，當下我猛然想到：天老爺啊！他十歲了我還幫他切肉！我十歲就當其他小孩保姆了耶，我兒子十歲還需要人家幫他切肉。搞什麼鬼？²⁹

製造出安全至上文化不完全是個別家長的錯。過度養育和安全至上主義基本上是「進步的問題」，我們在序章談過這個現象。令人欣慰的是，每家通常有五個以上的子女，也有心理準備會夭折一個以上的時代過去了。當全國物質條件更充裕，女性獲得教育平等、完整政治權利、良好健康照顧，也能自由選擇避孕，生育率就跟著下降。現在每對夫妻只生一兩個孩子，但投入更多時間照顧更少也更健康的子女。³⁰事實上，與一九六五年的媽媽相比，現在的媽媽雖然孩子更少，在職場上花的時間更多，但她們照顧孩子的總時間還是變長。³¹爸爸與子女相處的時間甚至增加更多。

家長花時間陪孩子通常是好事，但看得太緊、保護太過就成了安全至上主義。安全至上主義改變天生反脆弱的孩子，讓他們變成更脆弱也更焦慮的年輕成人，於是他們更容易接受脆弱的謬誤：殺不死你的，讓你更脆弱。

²⁷ J. Lythcott-Haims (personal communication May 26, 2017).

²⁸ Estroff Marano, H. (2004, November 1). A nation of wimps. *Psychology Today*. Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/articles/200411/nation-wimps>

²⁹ J. Lythcott-Haims (personal communication May 26, 2017).

³⁰ 這叫人口轉型（demographic transition），譜牒.. Grover, D. (2014, October 13). What is the Demographic Transition Model? *PopEd Blog*. Retrieved from <https://www.populationeducation.org/content/what-demographic-transition-model>

³¹ Parker, K., & Wang, W. (2013, March 14). Modern parenthood: Roles of moms and dads converge as they balance work and family. *Pew Research Center*. Retrieved from <http://www.pewsocialtrends.org/2013/03/14/modern-parenthood-roles-of-moms-and-dads-converge-as-they-balance-work-and-family>

過度保護的壓力

當家長們湊在一起聊教養，通常會聽到幾句對過度保護的批評。很多家長也不願意一天到晚盯著孩子，也想給子女更多自由，但這並不容易。因為他們會受到其他家長的壓力、學校的壓力，甚至法律的壓力。有些法律讓家長不得不採取非己所願的過度保護措施。史坎納茲說社會壓力常使家長做「倒楣第一思考」（worst-first thinking）³²…除非家長為最壞的可能結果做好準備，否則其他家長和老師會輕視他們，認定他們是爛家長（甚至是「美國最爛媽」）。好家長就該謹小慎微，打從心裡相信孩子沒被看著就有危險。

實際情況其實更糟：給子女更多自由、拒絕過度教養的父母甚至會被逮捕。二〇一五年，佛羅里達有對父母因為回家較遲，被判疏忽照顧兒童重罪。³³他們十一歲的兒子因為進不了家門，在院子裡玩了九十分鐘籃球，結果一位鄰居報警處理。這對父母被上銬、脫衣搜身、印指紋、拘留一夜，以疏忽照顧罪名遭到逮捕。那個男孩和他四歲大的弟弟被送到寄養家庭一個月（但他弟弟當時並沒有被單獨留下），送還父母後還得參加「遊戲」治療。他們的爸媽雖然毫無疏於照顧子女的先例，還是奉命接受治療，上養育子女的課程。

二〇一四年在康乃狄克州布里斯托（Bristol），有位女士去CVS藥局買東西，把女兒一個人留在車上。看到這裡你恐怕要皺眉頭，要是你知道當時是夏天，而且車窗關著，你大概更會搖頭。總之，有個路人打電話請警察來打開車門。警察說那孩子當時「應答正常」，而且沒有不安。重點

來了：那個女生十一歲，是她跟媽媽說想待在車裡不進去的。³⁴

在偏執教養蔚為風潮之前，十一歲大的孩子可以幫鄰居當保姆，除了賺零用錢之外也能培養責任感，喬跟他姊姊在一九七〇年代就是這樣。而現在，照某些警局和好事之徒的說法，十一歲大的孩子自己都需要保姆。於是這位媽媽以輕罪被法院傳喚。

當警方為安全至上主義背書，家長們也不得不對子女過度保護。俄亥俄州新奧巴尼（Albany, Ohio）警長建議：不該讓孩子在沒大人看顧下外出——直到他們滿十六歲。³⁵把同儕壓力、丟臉和逮捕威脅加到一起之後，無怪乎那麼多美國家長不再讓孩子離開視線，連童年最美好的回憶是扔下大人跟朋友去戶外探險的家長，都無法免俗。

³² L. Skenazy (personal communication, May 4, 2017).

³³ Skenazy, L. (2015, June 11). 11-year-old boy played in his yard. CPS took him, felony charge for parents. *Reason*. Retrieved from <http://reason.com/blog/2015/06/11/11-year-old-boy-played-in-his-yard-cps-t>

³⁴ WFSB Staff. (2014, July 9). Bristol mother charged with leaving child unattended in car. *Eyewitness News 3*. Retrieved from <http://wfsb.com/story/25982048/bristol-mother-charged-with-leaving-child-unattended-in-car>. (For more stories like this, visit <https://letgrow.org/blog>)

³⁵ Skenazy, L. (2016, June 17) “16 is the appropriate age to allow children to be outside by themselves” — New Albany, Ohio, police chief. *Free Range Kids*. Retrieved from <http://www.freerangekids.com/16-is-the-appropriate-age-to-allow-children-to-be-outside-by-themselves-new-albany-ohio-police-chief>

給安全兒童的安全書單

蘭諾·史坎納茲指出，知名兒童讀物的情節多半是小孩子自己去冒險，身邊沒有成年人看著。對不想讓自己孩子的腦袋接收危險觀念的家長，史坎納茲和她的讀者列出以下最新經典書單，保證符合安全至上主義時代之精神：

- 《你不前往的地方-》(*Oh, the Places You Won't Go!*)
- 《乖寶寶哈克的遊戲時間》(*The Playdates of Huckleberry Finn*)
- 《哈洛與紫沙發》(*Harold and the Purple Sofa*)
- 《偵探男孩百科布朗與功課表》(*Encyclopedia Brown Solves the Worksheet*)
- 《哈利波特與坐端正的考驗》(*Harry Potter and the Sit-Still Challenge*)
- 《福特探險車裡的朵拉（絕不會沒鈍媽陪她-）》(*Dora in the Ford Explorer (But Not Without a Parent!)*)

* 編按：以上書單為史坎納茲藉由經典圖書所做的杜撰，純屬諷刺。

階級的影響

不同解釋線索對不一樣的人影響各有不同，在今日美國，造成生活經驗不同的最大因素或許是社會階級。為了解社會階級如何影響教養方式，我們將取徑兩本著作，它們都對家庭做出深刻的分析，也運用了扎實的社會學理論和數據。一本是賓州大學社會學家安妮特·拉蘿 (Annette Lareau) 的《不平等的童年：階級、種族與家庭生活》(*Unequal Childhoods: Class, Race, and Family Life*)，另一本是哈佛大學政治學家羅伯特·普特南 (Robert Putnam) 的《階級世代：窮小孩與富小孩的機會不平等》(*Our Kids: The American Dream in Crisis*)。這兩位學者不約而同發現：在教養方式上，社會階級的影響比種族重要得多。因此，我們接下來會擱置種族層面的分析，集中討論階級差異與教養方式的可能關聯，藉此了解大學校園目前的變化。為單純起見，我們會採用拉蘿的「中產階級」(middle class) 和「勞動階級」(working class) 兩個術語。需要留意的是：「中產階級」指的是中產階級以上的階級，含上層階級；「勞動階級」泛指中產階級以下，含貧困家庭。

教養方式的巨大差異，在對照以下兩種家庭時看得最為清楚：一種是孩子由兩名具備四年大學學歷的家長養育，而且兩名家長在孩子童年時期維持婚姻關係；另一種是孩子由一名家長或離婚家長（或親屬）養育，養育者沒有四年大學學歷。第一種家庭在社經光譜前三分之一很常見，這種家庭結婚率高，離婚率低，通常採取拉蘿稱為「協力栽培」(concerted cultivation) 的養育風格。採取這種風格的家長視自己的任務為培育孩子的潛能，激發他們的認知和社會技能發展。他們會用成人

指導的活動、課程和經驗填滿孩子的時間，並密切留意學校發生了些什麼事。他們常跟孩子講話，用講理和說服的方式，幾乎不用身體威嚇或體罰。第二種家庭在社經光譜後三分之一很普遍，孩子大多由未婚媽媽所生，通常採用拉蘿稱為「自然成長」(natural growth)的養育風格。勞動階級的家長傾向認為孩子會自己成熟，不需要大人給太多指導或干涉。因此，這類家庭的孩子會有「大筆閒暇時間，很多由孩子帶頭的遊戲，大人和小孩界線明確，與家族成員經常互動」。³⁶ 和中產階級的家長相比，這類家庭的家長與孩子講話時間較少，講理的時候更少，他們更常下命令或指示，有時會打小孩或體罰。

從這些敘述來看，勞動階級的孩子似乎有一項優勢：他們有更多不被安排也不受看管的玩樂時間，這非常有益於發展社會技能和獨立自主（我們會在下一章詳談）。事實上，普特南說這項階級差異相對來說很新，也很重要。他指出：嬰兒潮世代的父母受育兒專家班傑明·斯波克（Benjamin Spock）醫師的影響很深，這位醫師認為「要讓孩子照自己」的速度發展，別催他們達成大人的時間表和規定」。³⁷ 斯波克鼓勵家長放鬆，讓孩子當孩子，而嬰兒潮和X世代的孩子一般來說的確如此，他們能自由在住家附近遊蕩，也可以在沒有大人看顧下玩耍。但普特南發現，有一股新趨勢從一九八〇年代開始出現，在一九九〇年代進一步加快：「關於什麼是好的養育方式，主流觀念和社會風氣起了變化，從斯波克的『放任教養』(permissive parenting) 轉向新的『密集教養』(intensive parenting)」³⁸——也就是轉向拉蘿說的「協力栽培」。發生改變的主要是中產階級家長，他們或是讀了大量鼓勵及早激發孩子潛能的新報導（例如嬰兒聽莫札能更聰明的錯誤觀念），³⁹ 或是希望

孩子在日益激烈的名門大學競爭中盡可能占有優勢，無論如何，中產階級教養風氣的變化是本書的關鍵。普特南看出這項變化正好在*i*世代出生前發揮作用，也就是說，如果*i*世代大學生的行為真的與前幾個世代不同，原因之一是可能是：與前幾個世代相較，中產階級*i*世代（及千禧世代末）學生的童年被安排太過、也保護太過。

然而，如果認為勞動階級的孩子因此具有全面優勢，也不正確。普特南和拉蘿都注意到一件事：有種種因素造成勞動階級的孩子一般較難成功，在大學裡尤其如此，即使他們被菁英大學錄取亦然。其中一項因素是：透過那些精心規劃的活動，中產階級的孩子會更熟悉大人的應對方式，更知道在專業場合和成人主持的機構該怎麼表現。他們從家長身上看到：只要在正確時機向正確的人提出正確理據，就能讓制度為他們的需求服務。相反地，勞動階級的孩子通常較少接觸大人的世界，更沒見過父母以同樣的實力、權利或資格和這些機構打交道，並取得好的待遇。於是，勞動階級的孩子在大學裡更容易覺得「如魚離水」（克萊蒙特·麥肯納學院那位奧莉維雅之所以沒歸屬感，這或許也是原因之一。請見第三章）。

³⁶ Lareau (2011), p. 3.

³⁷ Putnam (2015), p. 117.

³⁸ Putnam (2015), p. 117.

³⁹ DeLoache et al. (2010).

眼中產階級的孩子比起來，勞動階級孩子面臨的第一個重要劣勢是：長期而嚴重的逆境可能已對他們造成影響。一九九〇年代，有研究人員設計出將「負面童年經驗」(Adverse Childhood Experiences, ACE) 標準化的評估調查。⁴⁰這份調查列出十個項目（例如「父母分開／離婚」、「你缺乏食物或衣物，或你的父母喝酒或吸毒到不省人事，沒辦法照顧你」、「你感到家裡沒人愛你或支持你」、「成年人對你性虐待」等等），請受調查者回答童年時遇過哪幾項。結果發現：答「是」的項目超過兩個，成年後的健康和成功評估就偏低。這給我們的反脆弱論點帶來一個重要難題：如果孩子很早就遭遇嚴重逆境，不但不會變堅強，反而會更脆弱，要是與成人之間缺乏安全和關愛的連結關係，更是如此。長期而嚴重的逆境會造成「毒性壓力」(toxic stress)，這會改寫兒童的壓力反應，讓他們將來對壓力更敏感，受壓力影響的時間也更長。普特南將這些發現總結如下：

有支持孩子的大人做緩衝的適度壓力未必有害，甚至可能有益，因為這種壓力能增進因應技能的發展。但另一方面，嚴重而長期的壓力會破壞基本執行功能（亦即指揮大腦各部分一起合作，以回應挑戰、解決問題的功能），在沒有支持孩子的大人做緩衝時尤其如此。結果是：經歷毒性壓力的孩子在專注、控制衝動行為和聽從指令方面會遇上問題。⁴¹

在負面童年經驗調查中，中產階級以下家庭的孩子平均來說得分較高。他們的家庭環境往往較不穩定，經濟生活常出問題，他們也更可能目睹暴力或受暴力之害。這意味的是：即使他們進了大學

學，他們可能還是帶著瘡疤和劣勢。跟那些出身富裕、大腦被協力栽培的同儕比起來，他們需要的支持並不一樣。

雖然我們只簡短回顧對於社會階級和教養方式的研究，但我們還是可以看出：雖然孩子天生反脆弱，但他們的發展可能被兩種很不一樣的方式破壞。一種是忽視和保護不足，讓他們過早遭遇嚴重而長期的逆境。現在有些大學生是如此，出身勞動階級或貧困家庭的學生可能性更高。另一種是看管過度和過度保護，這會讓孩子失去很多克服小挑戰、小風險和小逆境的機會，但要成為堅強又有韌性的成年人，他們非自己經歷這些經驗不可。

美國名門大學的學生大多出身上層階級或中上階級。最近一份分析報告發現：在三十八所頂尖大學中（含大多數常春藤盟校），大學部學生出身收入分配前百分之一的家庭的人數，多於出身收入分配後百分之六十的學生人數。⁴²換句話說：在這些大學，過度保護比保護不足更可能是造成脆弱的原因。

⁴⁰ 該研究計畫網站由疾病管制中心主持，見：<http://www.cdc.gov/violenceprevention/acestudy>

⁴¹ Putnam (2015), p.112.

⁴² Chetty, Friedman, Saez, Turner, & Yagan (2017). See a summary of that paper in this infographic: Some colleges have more students from the top 1 percent than the bottom 60. Find yours. (2017, January 18). *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/interactive/2017/01/18/upshot/some-colleges-have-more-students-from-the-top-1-percent-than-the-bottom-60.html>

安全而不智

不論是偏執教養還是安全至上主義崇拜，都會把我們第一章講的認知偏誤灌輸給孩子。我們問史坎納茲：在與家長互動時，最常看到認知偏誤是哪一種？她的回答是：「幾乎全部都有。」⁴³

史坎納茲發現，家長過度看管會產生「貶損正面價值」(discounting positives)的作用：「不論自由而不受看管的時間能帶來什麼益處（快樂、獨立、韌性、解決問題的能力等等），都被當成芝麻小事，跟你不陪在孩子身邊可能給他們帶來多大傷害比起來，簡直微不足道。除了安全之外沒有正面的事了。」家長們也常用**負面過濾思考**。史坎納茲說：「家長們老愛說：『瞧瞧那種食物／活動／言論／人，它們可能傷害我們的孩子！』而不會想：『我很高興我們終於克服了白喉、小兒麻痺症和飢荒！』」她也提到家長的**二分思考**：「只要一件事不是百分之百安全，就是危險。」

偏執教養是教孩子學會三大謬誤的有力方式。我們說服孩子世界充滿危險，邪惡躲在暗處、藏在街上，在公園和公廁裡伺機而動。用這種方式帶大的孩子，情緒上更容易擁抱「我們」VS「他們」的謬誤：**人生是好人與壞人的戰爭**——這種世界觀讓他們恐懼和猜忌陌生人。我們教孩子注意自己是否「感覺不安全」，又百般告知他們的感覺有多不安全。這可能讓他們以為感覺「不安全」（不自在感或焦慮感）就足以證明自己確實不安全（情緒推理的謬誤：**永遠信任你的感覺**）。最後，因為感覺這些情緒並不愉快，所以孩子們可能認定感覺本身是危險的——如果不消滅壓力，壓力就會傷害自己（脆弱的謬誤：**殺不死你的，讓你更脆弱**）。

要是孩子們從小養成這些思考習慣，就有可能發展出相應的基模，並以那種基模詮釋在高中和大學遇上的新狀況。他們可能會在環境裡看到更多危險，在別人的行為中看出更多敵意。哪怕只是面對小小的威脅，他們可能也比前幾代的孩子更相信自己應該逃避。在詮釋言論、書籍和觀念時，他們可能更容易套用「安全／危險」或「善／惡」的框架，而非能增進學習的「真／假」或「有趣／無趣」框架。當這種思考模式進入大學校園，我們不難看出學生為什麼會要求安全空間、觸發警告、微侵犯訓練和偏見反應團隊，但我們很難想像這種思考方式能推進教育，培養出學識豐富、勇敢無畏、思想開闊的大學畢業生。

總結

- 偏執教養是我們的第三條解釋線索。
- 過度保護孩子是在傷害他們。孩子們天生反脆弱，過度保護會讓他們往後變得脆弱而不具韌性。
- 平均而言，現在孩子的童年比他們父母的童年限制更多。雖然他們父母那一代人的成長階段較多危險，但發展天生反脆弱的機會也較多。與前幾個世紀相比，千禧世代末、尤其是 i 世代的成員（一九九五年以後出生）不受看管去玩樂和探索的時間遭到剝奪。他們錯過很多有助於孩童成長為堅強、能幹、獨立的成年人的挑戰、負面經驗和小風險（我們會在下一章詳談）。

⁴³ L. Skenazy (personal communication, May 4, 2017).

• 與歷史上任何一段時間相比，美國和其他繁榮國家的孩童現在都比以前安全。但因為種種歷史原因，美國的家長還是很怕孩子遭到誘拐，他們很多人認為孩子絕對不能沒有大人看管。既然大家不斷告訴孩子世界很危險、他們無法獨自面對挑戰，無怪乎很多孩子真的這樣相信。

• 法律和社會風氣讓家長很難給予孩子不受看管的時間，這種環境再加上過度保護，對今日年輕人的心理健康和抗壓性可能帶來負面影響。

- 不同社會階級之間的教養方式差異很大。中產階級（以上）的家庭傾向使用社會學家安妮特·拉蘿稱為「協力栽培」的教養方式，勞動階級（以下）的家庭則通常使用「自然成長」教養。出身較為富裕的家庭的大學生，有些可能已經因為過度教養和過度看管而變得更脆弱。另一方面，背景較為貧困的大學生遭受的是很不一樣的風險（例如長期處於嚴重的逆境）。要是這樣的孩子與大人缺乏關愛關係，沒有大人為他們緩衝壓力，幫助他們將逆境轉化為成長，這些困境對他們的韌性發展傷害尤烈。

- 偏執教養讓現在的孩子更傾向擁抱三大謬誤。換言之，在進入大學之後，他們在心理上更容易助長安全至上文化。

第九章 遊戲減少

只顧工作不知玩，但凡是人必犯呆。

——十七世紀諺語

為什麼小孩子都不想當「鬼」？為什麼每次玩捉迷藏，他們都忙不迭地喊「我不當！」，全指著喊最慢的人當？

其他哺乳類多半也有捉迷藏遊戲，看看牠們怎麼玩，或許能發現有點讓人不安的答案：如果是掠食性動物（如野狼），幼獸似乎比較愛當追獵者；如果是被掠食動物，幼獸比較愛當被追獵者。¹我們的靈長類祖先既掠食也被掠食，但牠們被掠食的時間長得多。這或許可以解釋為什麼人

¹ LaFreniere (2011).

類孩童特別愛磨練逃跑和躲藏技巧。²

從旁觀者的角度來看，孩子們的遊戲其實很怪。緬因大學（University of Maine）發展心理學家彼得·拉豐尼耶爾（Peter LaFreniere）講過，小孩子的遊戲「結合耗費龐大精力和顯然毫無意義的冒險」。³可是，既然幾乎所有哺乳類動物都這樣做，而且有些這樣做時還受傷甚至被吃，那麼冒這些險一定有非常大的益處。

的確如此。嬉戲是哺乳類形塑大腦以長成健全成年動物的關鍵。被剝奪遊戲的哺乳類無法發展完整能力，這一點有實驗證明。以三種方式養育幼鼠：(1)完全單獨關在籠子；(2)單獨關在籠子，但每天放進一隻正常、愛玩的小鼠一小時，這段時間會發生打鬥遊戲；(3)同第二種方式，但放進來的小鼠有用藥物除去打鬥行為，只保留嗅聞、用鼻愛撫等其他社會行為。研究人員發現：把幼鼠換到新環境後，曾玩過打鬥遊戲的那些表現出較少恐懼跡象，也更投入於探索新環境。⁴

發育生物學的關鍵概念之一是「經驗—預期發育」（experience-expectant development）。人類只有大約兩萬兩千個基因，但我們大腦的神經元數量在一千億之譜，突觸連結更高達幾百兆。這麼複雜的東西，我們的基因絕不可能提供編碼簿或營建藍圖。就算基因能傳下藍圖，這種藍圖對人類孩童來說彈性也不夠大，因為我們這個物種習於四海為家，需要適應的環境和解決的問題數不勝數，基因傳載的資訊無法面面俱到。大自然有更好的方式形塑我們的大腦，大致說來是這樣：基因是啟動胚胎中各種細胞株的關鍵，基因也引導大腦發展成胎兒的「初稿」。可是經驗也很重要，即使對尚未出生的胎兒來說，也是如此。在胎兒出生之後，經驗的角色變得更重。經驗對形塑大腦極

其重要，所以連大腦的「初稿」都有強烈練習動機，對能給大腦正確回饋的行為躍躍欲試，因為這種回饋能讓大腦最佳化，從而成功因應周遭環境的變化。正因如此，即使遊戲有其風險，哺乳類幼獸還是樂此不疲。

我們很容易看出這種機制也作用於人類語言：基因啟動大腦語言結構的發展，但要完成這個過程，孩子必須實際接觸和練習語言。語言腦「預期」收到某些訊息，所以小孩有和他人往來互動的動機，以便得到這些訊息。對他們來說，以聲音（後來是詞彙）互動是有趣的事。語言學習是正常發展過程的一部分，青春期前被剝奪語言互動的孩子會錯過學習語言的「關鍵期」，結果是無法完全學會語言，或是無法正常講話。⁵

² 拉豐尼耶爾說：「在涉及追捕的遊戲裡，小孩子似乎比較喜歡當逃跑的那方（例如在捉迷藏和所有以捉迷藏為原型的遊戲裡，小孩子比較喜歡當被追捕的那方）。這顯示這類遊戲跟我們當獵物、而非獵人的過去比較有關。」見LaFreniere (2011), p. 479.

³ LaFreniere (2011), p. 465. 亦見.. Sandseter & Kennair (2011). 以及.. Gray, P. (2014, April 7). Risky play: Why children love it and need it. *Psychology Today*. Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/blog/freedom-learn/201404/risky-play-why-children-love-it-and-need-it>

⁴ Einon, Morgan, & Kibbler (1978). 亦見.. Hol, Berg, Ree, & Spruijt (1999) for another experimental study with rat pups, and see Mustoe, Taylor, Birnie, Huffman, & French (2014) for a correlational study with marmosets. See a review of this literature in Gray (in press).

⁵ Black, Jones, Nelson, & Greenough (1998).

⁶ Johnson & Newport (1989). 關於受虐兒「吉妮」（Genie）的著名案例，請見Curtiss (1977)。失聰孩童的學習模式也是如此，只不過用的是手勢。口說的字詞並非關鍵，但與他人互動必不可缺。

熟悉身體技能（如逃脫掠食者）和社會技能（如協調衝突和合作）的邏輯也是一樣。基因固然啟動大腦初稿，但大腦仍「預期」孩子花幾千個小時嬉戲（其中包括幾千次失敗、傷害、衝突、羞辱、結盟、背叛、地位競爭和排擠），以便能真正完成發展。因此，被剝奪嬉戲的孩子較難成熟，不易發展成在身體上和社會上健全的青少年和成人。⁷

對遊戲的研究自一九八〇年起快速增加。目前已有強烈證據顯示遊戲有益，越來越多學者認為剝奪遊戲與日後的憂鬱和焦慮有關（雖非定論，但有其意義）。⁸正如一份對這類研究的評論所說：

研究已經顯示，焦慮的兒童可能引起其他人（如家長和照顧者）的過度保護行為，這會強化兒童的受威脅感，並降低他們對危險的控制感。因此，過度保護可能導致焦慮程度被誇大。政府管控遊樂場和放大對遊樂場意外的恐懼，也都屬於過度保護，而且這種過度保護可能增加社會焦慮。或許我們需要提供孩童更具刺激性的環境，而非阻礙他們的發展（粗體為筆者所加）。⁹

看看這篇研究的論點，再想想今日青少年焦慮症、憂鬱症和自殺率的升高（詳見第七章），如果現行教育體系和教養方式該做改變，應該是給孩子更多自由遊戲時間才對。但實際情況正好相反。

我們這一章要探究的是：為什麼從一九七〇年代起，大多數有益發展的遊戲形式大幅降低？我們要問：童年期的這項變化，對青少年和大學生可能造成什麼影響？不受看管的自由遊戲減少——包括原本豐富的小冒險機會減少——是我們的第四條解釋線索。

自由遊戲減少

遊戲研究翹楚彼得·格雷（Peter Gray）將「自由遊戲」界定為「由參與者自由選擇並帶領的活動，參與者是為活動本身而參與，並非有意識地追求達成有別於活動本身的目標」。¹⁰因此，鋼琴課不是自由遊戲，繞著鋼琴亂跑是；足球練習不是自由遊戲，臨時湊隊踢球是。格雷和其他研究者發現：遊戲之間並不平等。激烈的體能自由遊戲——在戶外進行，與其他孩子一起——是很重要的遊戲類型，我們發展中的心智「預期」的正是這種遊戲。孩子們最喜歡的一般也是這種類型¹¹

⁷ 至少這是很多遊戲研究者的看法，可參考Gray（出版中）、LaFreniere（2011）以及Sandseter & Kennair（2011）。有一個版本的說法是：童年被剝奪遊戲會改變成年性格，但我們沒有發現能直接證明這種說法的實驗證據。我們這裡講的以幼鼠進行的對照實驗，絕不會用人類來做。在這章接下來的部分，我們會解釋為什麼我們認為這種說法可信，而且可能為真。

⁸ Gray（2011），亦見：Gray（in press）。

⁹ Sandseter & Kennair（2011），p. 275。

¹⁰ Gray（2011），p. 444。

¹¹ Singer, Singer, D'Agostino, & DeLong（2009），cited in Gray（2011）。

（這也正好說明想像式遊戲或扮演遊戲的重要性，¹²這種遊戲不只在較不喧鬧的室內自由遊戲裡看到，在打打鬧鬧的戶外自由遊戲中也經常看得到）。

格雷提到，孩子們傾向為戶外自由遊戲加入危險和冒險，例如爬樹、爬牆、用滑板溜下階梯和扶手等等。

他們似乎會自己服用適度恐懼。他們像是刻意製造一些適度危險的情境，好讓自己學習怎麼處理這些情境的體能挑戰和情緒挑戰。這些活動之所以有趣，某種程度上是因為它們適度嚇人。摻進的恐懼太少，活動就顯得無聊；摻進的恐懼太多，活動就成了恐怖，不再是遊戲。只有孩子自己對劑量拿捏得準。¹³

可惜的是，戶外體能遊戲是美國兒童生活中減少最多的活動。對相關潮流勾勒得最清楚的研究，是密西根大學一群社會學家做的。一九八一年，他們請十三歲以下兒童的父母協助，詳細記錄子女在隨機抽選的幾天怎麼運用時間。他們在一九九七年又做了一次。對照之後發現：花在遊戲的時間總共下降百分之十六，而且不但大多數遊戲變成室內活動，活動內容也經常跟電腦有關，沒有其他孩童相伴。¹⁴這種遊戲無法增進體能，對培養心理韌性和社交技能也效果有限。因此，真實、健康、有益社交的自由遊戲，其實減少幅度還遠遠超過百分之十六。這份研究等於比較了X世代的童年（一九八一年）和千禧年世代的童年（一九九七年）。圖溫吉對i世代童年（即現在）的分析

則顯示：自由遊戲減少的速度已在加快。與千禧世代相比，i世代與朋友外出的時間較少，與父母互動的時間較多，與螢幕互動的時間則多出更多（我們在第七章講過：雖然與螢幕互動也算社會互動，但它有負面影響）。¹⁵

在格雷看來，不受看管的自由遊戲是最可貴的。可是跟前幾個世代相比，i世代參與這類遊戲的時間少了很多。他們被有系統地剝奪「自己服用」風險的機會。這一代人沒有享受到健康份量的風險，相反地，他們比前幾代人更傾向規避風險。圖溫吉也發現，對問卷中「我喜歡做些有點小危險的事」這句陳述，世代之間的回答已有變化：從一九九四到二〇一〇年，青少年同意這句話的百分比一直很穩定，都在五十出頭。可是在i世代進入數據集後，同意比例下降，二〇一五年掉到百分之四十三。的確，如果i世代的人被剝奪冒險，也因此更厭惡風險，他們對「驚悚」或「威脅」的標準可能變低。在他們眼中，連一般生活雜務都超出他們能力範圍，沒有成人幫忙根本做不到。由此看來，無怪乎i世代進入大學之後，大學生罹患焦慮症和憂鬱症的比例快速提高。

Hirsh-Pasek, Golinkoff, Berk, & Singer (2009).

¹² Gray (2011), p. 456.

¹³ Hofferth & Sandberg (2001), cited in Gray (2011).

¹⁴ 圖溫吉等人的中介變項分析（2018）顯示：所有形式的螢幕時間都與負面心理健康結果有關。不過，彼得·格雷對透過螢幕進行社會互動的看法較為正面。他認為這也是真實的社會互動，多人電玩遊戲也是一種遊戲形式。他還認為：線上社會互動是典型的不受成人監看的活動，這是它的好處。然而他也同意：線上互動缺乏激烈體能遊戲的益處，而且某些形式的線上互動可能對心理健康有害。P. Gray (personal communication, February 8, 2018).

同一份時間運用調查還發現另一件事：從一九八一到一九九七年，雖然遊戲時間減少，但學校時間上升百分之十八，做作業時間更提高百分之一百四十五。¹⁶ 杜克大學（Duke University）心理學家哈里斯·庫伯（Harris Cooper）的研究指出：如果作業的內容和份量都出得恰到好處，做作業對國高中生來說是有益的，可是對小學生的好處就比較少；要是作業出得過多又太難，甚至會降低學習成就。¹⁷ 然而在過去二十年，小學生的作業卻不斷增加。¹⁸ 有些學校甚至要幼稚園學生做作業（蘭諾·史坎納茲跟我們說：她有問兒子的老師為什麼要幼稚園學生做作業，老師的回答是：「讓他們為之後一年級的作業做好準備。」¹⁹）為什麼會發生這樣的事？為什麼我們會剝奪對孩子最健康的遊戲形式，卻給他們更多作業、又看管他們更嚴？各種不受看管的戶外遊戲之所以減少，主因之一顯然是媒體渲染誘拐事件，讓家長恐懼得不合常理（我們在前一章有談過）。在二〇〇四年公布的一份大型調查中，高達八成五的媽媽說孩子去外面玩的次數比自己當年少。請她們勾選孩子為何不在外面多玩一玩的原因時，百分之八十二的媽媽選了「安全考量」（其中包括對犯罪的恐懼）。²⁰

不過，除了安全顧慮之外，美國家長和學生還有另一個恐懼。這種恐懼在中產階級以上的家庭尤其嚴重，而且它比二十世紀末時膨脹太多——大學申請入學。

童年是考試訓練班

在千禧世代和 i 世代的家長還是孩子的時候，幼兒教育的內容和現在很不一樣。請看底下這張一九七九年的清單，²¹它的目的是提供家長參考，幫助他們判斷自家六歲大的孩子有沒有準備好讀一年級。它只有十一項，但幾乎全都與身心成熟和獨立有關——其中一項還會讓今天的家長遭到逮捕（第八項）。

¹⁶ Hofferth & Sandberg (2001).

¹⁷ .. review in Shumaker, H. (2016, March 5). Homework is wrecking our kids: The research is clear, let's ban elementary homework. *Salon*. Retrieved from https://www.salon.com/2016/03/05/homework_is_wrecking_our_kids_the_research_is_clear_lets_ban_elementary_homework/ 亦見.. Marzano, R., & Pickering, D. (2007, March). Special topic: The case for and against homework. *Educational Leadership*, 64(6), 74-79. Retrieved from <https://www.lincnet.org/cms/lib05/MA01001239/Centricity/Domain/1108/Homework.pdf> 亦見.. Cooper, Lindsay, Nye, & Greathouse (1998). 以及.. Cooper, Civey Robinson, & Patall (2006).²² 及 .. Cooper, Steenbergen-Hu, & Dent (2012).

¹⁸ 「[獨]長」十年只把低年級擴加作業，這種擴加跟高中生成績呈中性影響（極端是負面影響）極端。」 National Education Association. (n.d.). Research spotlight on homework. Retrieved from <http://www.nea.org/tools/16938.htm>

¹⁹ L. Skenazy (personal communication, January 23, 2018).

²⁰ Clements (2004), cited in Gray (2011).

²¹ Whitley, C. (2011, August 1). Is your child ready for first grade: 1979 edition. *ChicagoNow*. Retrieved from <a href="http://www.chicagonow.com/little-kids-big-city/2011/08/is-your-child-ready-for-first-grade-1979-edition. (We thank Erika Christakis for pointing it out to us.)

您的孩子準備好讀一年級了嗎？一九七九年版

為什麼我們製造出玻璃心世代？ 274

- 一、您的孩子開始讀一年級並接受閱讀教學時，是否已六歲六個月以上？
- 二、您的孩子是否有[一到五顆恆牙或永久齒？
- 三、您的孩子能否說明自己住在哪裡，而且能讓交通工具護或警察聽懂？
- 四、您的孩子能否畫圖、著色，並塗在著色部分的線以內？
- 五、您的孩子能否閉眼單腳站[五到十秒鐘？
- 六、您的孩子能否不用輔助輪騎二輪腳踏車？
- 七、您的孩子能否分辨左手和右手？
- 八、您的孩子能否自己一個人去附近（四到八個街區）的商店、學校、遊樂場或朋友家？
- 九、您的孩子能否不在您身邊一整天而不心煩意亂？
- 十、如果您先說一次八到十個字的句子（如：小明從店裡一路跑回家），您的孩子能否重述？
- 十一、您的孩子能否正確數八到十枚硬幣？
- 十二、您的孩子是否嘗試過寫或描字母或數字？²²

請把這張清單和今天的對照一下。德州奧斯汀（Austin）有所學校的清單洋洋灑灑列了三十一項，幾乎每一項都跟學業有關，例如：

- 認識並能寫出一到一百
- 以十為倍數數到一百，以一為倍數數到二十，以五為倍數數到一百
- 解釋並填入圖上的資料
- 認得所有幼稚園程度的常見字
- 每頁能讀五到十個字
- 以表音拼寫（phonetic spelling）在紙上造出完整的句子（亦即寫日記或故事）²³

一九七九年的幼稚園主要著重社會互動和自發的遊戲，再教一些美勞、音樂、數字和字母。愛瑞卡·克里斯塔吉斯指出，幼稚園編班是為了建立社會關係、促進動手探索（例如玩積木或林肯圓木〔Lincoln Logs〕），並鼓勵想像式或象徵式遊戲（例如用道具和服裝開商店或扮家家酒）。當時的幼稚園（kindergarten）可能看來像現在的學齡前托兒所（preschool），孩子大多只上半天課，有

²² Whitley (2011); see n. 21.

²³ St. Theresa's Catholic School (Austin, TX). (2012, January). Expectations for incoming first graders. Retrieved from https://www.st-theresa.org/wp-content/uploads/2012/02/1st_Expectations.pdf

「結果開放的自由遊戲，吃點心，唱押韻的歌來練習一點口語，說故事，也可能做勞作、玩分類遊戲或積木來做點數學啟蒙」。²⁴而現在，幼稚園課程變得一板一眼，比以前靜態得多，孩子們更多時間是坐在椅子上，聽老師直接講授學業內容——這種教學方法叫「熟能生巧」(drill and skill)，但不甚欣賞的老師叫它「熟能生厭」(drill and kill)。²⁵如果是為較大的孩子指導學業，這種方法有時有效，可是對小孩子並不合適。有越來越多證據顯示：用這種方式教小孩會造成反效果，對孩子的創意、社會發展和情緒發展產生負面影響。²⁶

維吉尼亞大學的研究者曾比較一九九八年和二〇一〇年的幼稚園（一九九八年的幼稚園有千禧世代末段的一些人），結果發現：到二〇一〇年時，幼稚園使用標準化測驗的情形變得相當普遍，教學和編班方式都變了，花在進階閱讀和數學上的時間也多出很多。這項研究也發現：二〇一〇年的老師對幼稚園學生的學業期待，比一九九八年的老師高出很多，²⁷而且這股潮流似乎仍在持續。舉例來說，現在的共同核心幼稚園數學標準包括「建構可行的論證，並評論別人的推理」，²⁸閱讀技能則包括「帶著目的閱讀初級讀本，並了解內容」。²⁹

為因應二〇〇一年的《不讓任何孩子落後法案》(No Child Left Behind Act)、州立托兒所標準、對考試的普遍重視，以及後來建立的共同核心標準，托兒所和幼稚園的樣貌已大幅改變。³⁰為了迎合幼稚園入學的學業要求，托兒所已不惜犧牲孩子們的社交和遊戲時間，這讓克里斯塔吉斯相當感嘆。但即便如此，據她說，幼稚園老師依然宣稱對幼稚園孩子最重要的不是學業，而是社會和情緒技能（例如懂得輪流和聽別人講話）。³¹

現在，從托兒所開始到小學畢業，孩子們的時間被安排得越來越沒彈性。自我引導、社會探索和科學求知的機會逐漸讓位給直接講授核心課程，而核心課程的方向往往又受學校左右，重點經常是如何讓學生做好準備，順利通過州定測驗要求。在此同時，孩子們放學後不再找附近的朋友自由玩樂，而是去參加課後活動，例如補習、音樂課、運動團練或其他精心規劃又受到嚴密看管的活

²⁴ E. Christakis (personal communication, October 21, 2017).

²⁵ Christakis (2016).

²⁶ Gopnik, A. (2011, March 16). Why preschool shouldn't be like school: New research shows that teaching kids more and more, at ever-younger ages, may backfire. *Slate*. Retrieved from http://www.slate.com/articles/double_x/doublex/2011/03/why_preschool_shouldnt_be_like_school.html 亦即 .. Gray, P. (2015, May 5). Early academic training produces long-term harm. *Psychology Today*. Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/blog/freedom-learn/201505/early-academic-training-produces-long-term-harm>

²⁷ Bassok, Latham, & Rorem (2016).

²⁸ Common Core State Standards Initiative. (n.d.). Introduction to Common Core. Retrieved from <http://www.corestandards.org/Math/Content/introduction>

²⁹ Common Core State Standards Initiative. (n.d.). English language arts standards » Reading: Foundational skills » Kindergarten. Retrieved from <http://www.corestandards.org/ELA-Literacy/RF/K>

³⁰ E. Christakis (personal communication, June 2, 2017).

³¹ 「諷刺的是，去問現在的幼稚園和一年級老師：托兒所孩子該熟悉的、最重要的入學準備技能是什麼？他們還是會說是社會和情緒技能，例如懂得輪流、懂得聽朋友講話，他們還是會說這比認識數字和字母等學業技能重要。可是家長看事情的方式常常很不一樣。」Christakis (2016), p. 7.

動，³² 富裕家庭的孩子更是如此。更小的孩子則由家長安排跟其他孩子遊戲，³³ 通常從頭到尾都有一位家長看著。

對很多學歷高、財力厚的家長的孩子來說，下午和週末逐漸不是用來跟朋友閒混或休息的，課外時間要拿來培養技能，好讓自己將來能在大學申請中脫穎而出。整體風氣如此，也難怪家長會投注這麼多心力規劃孩子的時間。哪個八歲大的孩子會有如此遠見，知道學低音號或女子高爾夫有助於贏得大學青睞呢？³⁴ 哪個十二歲大的孩子會算得那麼精、看得那麼遠，又那麼懂得規劃，知道若想增加自己對大學的吸引力，就該早早聽從《普林斯頓評論》（*The Princeton Review*）的建議，盡早選個社區服務活動參加，十一級時更要每週當志工兩個小時，堅持不懈做個幾年？³⁵

履歷軍備競賽

現在要獲得美國頂尖大學錄取比以前困難得多。舉例來說，在一九八〇和九〇年代，耶魯錄取率在百分之二十左右，可是到二〇〇三年降為百分之十一，二〇一七年更降至百分之七。³⁶ 在這種情況下，家長們漸漸開始和孩子一起準備入學申請，想方設法幫他們在履歷上多添幾筆課外活動。前耶魯大學英國文學教授威廉·德雷西維茲（William Deresiewicz）稱這為「履歷軍備競賽」，家人不加入戰局等於讓孩子陷入劣勢。德雷西維茲在《優秀的綿羊》（*Excellent Sheep*）中說：「拿下更多籌碼的唯一理由是：你的籌碼要比每一個人都多。沒有人需要兩萬顆核彈頭——直到另一方坐擁一萬九千顆。同理，沒有人需要十一種課外活動——參加這麼多幹什麼呢？——除非另一個人有

十種。」³⁷

由於升學競爭激烈，有些社交圈的家長對孩子的成績非常敏感，近乎恐慌（即使他們的孩子才在念國中），好像一門課沒拿A就會決定一生。雖然一般說來這是災難化思考的典型例子，可是在某些競爭激烈的學區，這可能不完全是杞人憂天。茱莉·李斯寇特—漢姆斯是這樣講的：「比方說數學。要是他們六年級數學沒拿A，就代表他們在中學可能沒辦法上高級數學，換句話說，他們進不了史丹佛。」³⁸ 這樣看來，有這麼多家長過度看管、繞著孩子打轉，似乎不足為怪，畢竟他們不只是想守護孩子安全，還要確定孩子有寫作業和準備考試。³⁹ 這類家長有一部分可能以為：要求

³² Pew Research Center. (2015, December 17). Parenting in America: Children's extracurricular activities. Retrieved from <http://www.pewsocialtrends.org/2015/12/17/childrens-extracurricular-activities>

³³ Mose (2016).

³⁴ Scholarship America. (2011, August 25). Make your extracurricular activities pay off. *U.S. News & World Report*. Retrieved from <https://www.usnews.com/education/blogs/the-scholarship-coach/2011/08/25/make-your-extracurricular-activities-pay-off>

³⁵ Princeton Review. (n.d.). 14 summer activities to boost your college application. Retrieved from <https://www.princetonreview.com/college-advice/summer-activities-for-college-applications>

³⁶ Yale University Office of Institutional Research. (2016, November 30). Summary of Yale College admissions class of 1986 to class of 2020. Retrieved from https://oir.yale.edu/sites/default/files/w033_fresh_admissions.pdf

³⁷ Deresiewicz (2015), p. 39.

³⁸ J. Lythcott-Haims (personal communication, May 26, 2017). 正如蘭諾·史坎納茲所說，這些家長「被兩種恐懼籠罩，一是孩子被綁架……」「把他們送上史丹佛」。L. Skenazy (personal communication, January 23, 2018).

³⁹ Morrison, P. (2015, October 28). How "helicopter parenting" is ruining America's children. *Los Angeles Times*. Retrieved from <http://www.latimes.com/opinion/op-ed/la-oe-morrison-lythcott-haims-20151028-column.html>

孩子做完通過高級課程該做的一切，能幫助孩子發展「恆毅力」。可是，《恆毅力》(*Grit*)作者、心理學教授安琪拉·達克沃斯(Angela Duckworth)告訴我們：「恆毅力常被誤解為沒有熱情的堅持，這是悲劇……沒有熱情的堅持只是苦撐而已。」她希望年輕人「投身自己打從心底感到充實的追求」。⁴⁰

今天，在申請大學的壓力下，中學生很難享受學校生活或追求內在充實。《紐約時報》專欄作家、《不讀名校，人生更好》(*Where You Go Is Not Who You Will Be: An Antidote to the College Admissions Mania*)作者法蘭克·布魯尼(Frank Bruni)說：申請過程「扭曲學生的價值觀，讓他們陷入瘋狂競爭」。⁴¹最明顯的證據是競爭激烈的中學的自殺潮，例如《大西洋》雜誌報導過的加州帕羅奧圖(Palo Alto)，⁴²還有《紐約時報》報導過的波士頓近郊。⁴³二〇一五年的一份調查顯示：在麻州萊辛頓中學(Lexington High School)，有九成五的學生說自己在班上感到「很多壓力」或「極大壓力」。疾病管制中心CDC六年的份研究則指出：加州帕羅奧圖的青少年自殺率是全國平均的四倍以上。⁴⁴

在美國頂尖大學占最高學生比例的，正是這些經濟富裕又競爭激烈的菁英學區。⁴⁵「學生準備好應付學業，卻沒準備好應付日常生活。」格雷說：「因為他們缺乏應付日常問題的機會。」⁴⁶美國中上階級的弔詭是：家長和學校為幫助學生錄取大學而做的一些事，也許讓他們進大學後更不容易施展長才。

童年是民主訓練班

剝奪遊戲和看管過度的影響可能遠遠超出大學之外。史蒂芬·霍維茲(Steven Horwitz)是印第安納州鮑爾州立大學(Ball State University)經濟學家，他做過我們這章提過的遊戲研究，也推

⁴⁰ A. Duckworth (personal communication, March 19, 2018).

⁴¹ Bruni, F. (2016, January 19). Rethinking college admissions. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2016/01/20/opinion/rethinking-college-admissions.html>

⁴² Rosin, H. (2015, November 20). The Silicon Valley suicides. *The Atlantic*. Retrieved from <https://www.theatlantic.com/magazine/archive/2015/12/the-silicon-valley-suicides/413140>

⁴³ Spencer, K. (2017, April 5). It takes a suburb: A town struggles to ease student stress. *The New York Times*. Retrieved from https://www.nytimes.com/2017/04/05/education/edlife/overachievers-student-stress-in-high-school-.html?_r=0

⁴⁴ Farrell, A., McDevitt, J., & Austin, R. (2015). Youth risk behavior survey Lexington High School—2015 results: Executive summary. Retrieved from <https://ps.lexingtonma.org/cms/lib/MA01001631/Centricity/Domain/547/YRBSLHSExecSummary08Mar16.pdf>; Luhar & Latendresse (2005).亦即.. Chawla, I., & Njoo, L. (2016, July 21). CDC releases preliminary findings on Palo Alto suicide clusters. *The Stanford Daily*. Retrieved from <https://www.stanforddaily.com/2016/07/21/cdc-releases-preliminary-findings-on-palo-alto-suicide-clusters>

⁴⁵ Chetty, Friedman, Saez, Turner, & Yagan (2017). See a summary of that paper in this infographic: Some colleges have more students from the top 1 percent than the bottom 60. Find yours. (2017, January 18). *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/interactive/2017/01/18/upshot/some-colleges-have-more-students-from-the-top-1-percent-than-the-bottom-60.html>

⁴⁶ Quoted in Brody, J. E. (2015, January 19). Parenting advice from "America's worst mom." *The New York Times*. Retrieved from <https://well.blogs.nytimes.com/2015/01/19/advice-from-americas-worst-mom>

測出自由民主體制未來的幾個可能結果。⁴⁷他運用了政治學家伊莉諾·歐斯壯（Elinor Ostrom）⁴⁸和文森·歐斯壯（Vincent Ostrom）⁴⁹的見解，而後兩者都研究過自治社群如何和平解決衝突。成功民主國家的作法是發展各種制度和習慣，讓具有不同目標和衝突需求的人能自行解決問題，很少找警察或國家強制同胞該怎麼做。托克維爾（Alexis de Tocqueville）在一八三五年遊歷美國時，讓他留下深刻印象的正是這種「結社的藝術」（art of association）。

民主社會的公民，絕不是在十八歲生日當天瞬間掌握這門藝術的。我們需要花很多年才能養成這些技能，而它們與彼得·格雷認為要從自由遊戲中學習的技能是重疊的。自由遊戲最重要的是它永遠基於自願，任何人都能在任何時刻退出，從而導致活動中斷。所以，只要孩子們希望遊戲繼續進行，就必須仔細留意其他人的需求和顧慮。他們必須設法自行公平化解衝突，絕不能找大人助陣對付彼此。

霍維茲指出，當大人看管的遊戲排擠掉自由遊戲，孩子們將較難養成結社的藝術：

否定孩子自行探索的自由，無異於奪走他們重要的學習機會，這些機會原本不僅有益於培養獨立和責任感，也有益於建立各種在自由社會與他人共處所必備的社會技能。如果上述看法是正確的，那麼，讓孩子們更難自行遊戲的教養策略和法律，就是對自由社會的嚴重威脅——因為這違背我們「靠自己想出怎麼化解衝突」的原始設定，轉向「一有衝突就訴諸武力和／或第三方」。這正是文森·歐斯壯點出的「民主制的弱點」之一。⁵⁰

這種發展可能為民主帶來悲慘結果。對美國這樣一個黨派對立升高、⁵¹制度信任下滑⁵²的民主國家來說，更是如此。霍維茲憂心禍患迫在眉睫：

一個社會若是削弱孩童學習這些技能的能力，不啻於不給他們細膩化社會互動的必要工具。這將導致社會互動越來越粗暴，進而帶來一個衝突和暴力更多的世界。在這樣的世裡，人的一直覺會逐漸傾向訴求他方強力介入，以解決他們本應能夠自行解決的問題。⁵³

葛瑞格從二〇一三年左右開始見到的情況是：學生越來越常要求學校主管和教授規範誰能說什麼、誰可以來校園演講，還有學生之間應該怎麼互動（甚至包含私下場合的互動）。要求更多規範的呼聲和學校當局訂立規範的衝動，是我們下一章的主題。

現在，我們想用較為正向的例子結束這一章。儘管孩子們經常接觸以三大謬誤之貌出現的不

⁴⁷ Horwitz (2015).

⁴⁸ Ostrom, E. (1990).

⁴⁹ Ostrom, V. (1997).

⁵⁰ Horwitz (2015), p. 10.

⁵¹ Iyengar & Krupenkin (2018).

⁵² Ortiz-Ospina, E., & Roser, M. (2017). Trust. Retrieved from <https://ourworldindata.org/trust>

⁵³ Horwitz (2015), p. 3.

智，我們還是看得到塑造兒童和青少年經驗的好例子，這裡就有一個：二〇一七年六月，首席大法官約翰·羅伯茲（John Roberts）應邀在兒子中學畢業典禮上演講。羅伯茲跟我們第四章提到的凡·瓊斯一樣，也懂反脆弱。他祝福兒子的同學經歷各種磨難，好讓自己成為更好的人和公民。⁵⁴以下 是演講其中一段：

在接下來的歲月，我希望你時不時遭到不公平對待，這能讓你領悟正義的價值。我希望你嚐到背叛之苦，因為這能教導你忠誠的重要。抱歉我這樣說，但我希望你時不時孤單寂寞，這能讓你不致以為朋友是理所當然。我希望你時不時走厄運，這能讓你意識到機運在人生裡的角色，知道自己的成功不完全是應得的，也明白別人的失敗不完全是自找的。當你失敗——你當然時不時會失敗——我希望你的對手時不時會幸災樂禍，這能讓你懂得運動家精神的重要。我希望你被漠視，這樣你會體會傾聽別人的重要。我希望你吃過夠多的苦來學會同情。不論我願或不願這些事發生，它們都會發生，而你能否從它們之中受益，則取決於你能否在自己的不幸中看出這份意義。⁵⁵

總結

- 能較不健全。他們可能比較無法忍受風險，也更容易罹患焦慮症。
- 不受看管的自由遊戲時間減少是我們的第四條解釋線索。兒童和其他哺乳類動物一樣，需要自由遊戲以完成複雜的神經形塑發展過程。不論在身體上或心理上，被剝奪自由遊戲的兒童成年後可
- 依彼得·格雷的定義，自由遊戲是「由參與者自由選擇並帶領的活動，參與者是為活動本身而參與，並非有意識地追求達成有別於活動本身的目標」。遊戲專家認為這種遊戲對孩子最有價值，但美國兒童生活中減少最多的也是這種遊戲。
- 自由遊戲減少可能是幾項因素造成的，其中包括：對陌生人和綁架不切實際的恐懼（從一九八〇年代開始）；頂尖大學入學競爭日益激烈（此一趨勢已長達數十年）；對測驗、準備測驗和回家作業越來越重視；承上，對體能和社會技能越來越不重視（從二〇〇〇年代早期開始）。
- 智慧型手機和社群媒體的普及與這些潮流相互影響，各項因素綜合之後，美國兒童不但運用時間的方式大幅改變，引導他們複雜的神經形塑發展過程的體能和社會經驗，也發生重大變化。
- 自由遊戲有助於孩子培養合作和化解爭議的技能，而這些技能與民主體制仰賴的「結社的藝術」密切相關。如果公民對這種藝術不夠嫋熟，他們解決日常衝突的能力將較為遜色。他們會更常請求權威用強制力對付他們的對手，也會更歡迎奉行安全至上主義的行政官僚。

⁵⁴ 我們發現：出身不佳的學生比較不需要這段建議，因為他們更常把不公平和「厄運」當成人生常態。

⁵⁵ Reilly, K. (2017, July 5). "I wish you bad luck." Read Supreme Court Justice John Roberts's unconventional speech to his son's graduating class. *Time*. Retrieved from <http://time.com/4845150/chief-justice-john-roberts-commencement-speech-transcript>

第十章 行政官僚的安全至上心態

主權權力（或柔性專制者）將觸爪伸向整個社會。它以細微、繁複、精密、統一的規則籠罩社會表面……它不殘民以逞，但使出阻撓、壓抑、削弱、撲滅、威嚇等種種手段，最後把每個國族馴化成一群怯懦而勤奮的動物，而政府就是牧人。

——托克維爾，《民主在美國》(*Democracy in America*)¹

還記得第二章的思想實驗嗎？你去學校諮商中心求助，結果心理治療師反而讓你更加焦慮？

現在請想像一下：去諮商中心幾天後，你收到副學務長寄來的電郵，標題是「行為政策提醒」。你緊張兮兮地點開來看，心裡疑惑為什麼副學務長要提醒你行為政策，畢竟你不記得有做過什麼違反行為政策的事。那封信說：

¹ De Tocqueville (1839/2012), book 4, chapter 6.

我收到報告說別人擔心你的安康。我想和你見面，談談你尋求支持的選項，也看看我能不能幫上什麼忙……跟其他學生談自殺或自殘的想法或行為，會干擾或妨礙他們對教育和群體的追求。重點是別跟其他學生談這些事，善用以下合適資源。如果你讓其他學生產生自殺或自殘的想法或行為，你將面臨懲處。我希望你明確了解這種行為可能帶來處分，別讓自己陷入這種局面。²

你一頭霧水。去諮商中心的時候，你根本沒提任何「自殺或自殘的想法或行為」，你也沒有傷害自己的念頭。你腦海裡突然湧上一堆問題：副學務長怎麼知道你去諮商中心呢？心理治療不是應該保密嗎？副學務長為什麼要寄信給你又警告又威脅的？他真的能管你要不要跟朋友講什麼話嗎？這件事不是虛構的。二〇一五年，北密西根大學（Northern Michigan University, NMU）一名學生去學校諮商中心求助，因為她同年稍早遭到性侵害。在諮商過程中，她完全沒有提到自我傷害或自殺念頭，但她卻收到北密西根大學副學務長的電郵，內容跟上述那封一模一樣。她不是唯一一個：北密西根大學每學期有二十五到二十名學生收到同樣的信——不論他們有沒有表達過自殺或自殘想法。³北密西根大學的政策就是如此：如果有學生向其他學生吐露這類念頭，他們可能遭到校規懲處（甚至退學）。心理健康專業人員嚴詞批判這項政策，擔心這種誤導可能造成汙名化，也可能增加有意尋死的學生的風險。但無論如何，那位副學務長接受地方報社訪問時為政策辯護，說：「依賴朋友對朋友來說可能是很煩的事。」⁴請再看一次這句話。這位副學務長的想法似乎是：學生

開口談自己的痛苦可能會傷到朋友。這活脫脫是讓脆弱的謬誤（殺不死你的，讓你更脆弱）凌駕常識和基本人性。

到底是什麼讓一所大學——尤其是副學務長——變得如此冷漠、僵化？葛瑞格當初就是因為看到校方矯枉過正，才開始思考大學教導學生認知偏誤的問題。他二〇〇八年開始研究認知行為治療時發現：校方的作法鼓勵學生擁抱扭曲感，讓他們覺得自己缺乏韌性。校方表現得像是學生無能應付同儕之間的小摩擦，沒辦法忍受不舒服的對話或相對細微的輕慢。若想完全掌握三大謬誤為何能在校園中大行其道，我們必須了解校園行政官僚的影響，探究行政組織擴編如何在無意間助長這種壞思考習慣，而且從好幾年前到現在一直如此。這是我們的第五條解釋線索。

² FIRE letter to Northern Michigan University, August 25, 2016. (2016, September 19). Retrieved from <https://www.thefire.org/fire-letter-to-northern-michigan-university-august-25-2016>

³ THE "I CARE PROJECT": Revise NMU Student Self-Destructive Behavior Policy. (n.d.). Change.org [Petition]. Retrieved from <https://www.change.org/p/northern-michigan-university-the-i-care-project-revise-nmu-student-self-destructive-behavior-policy>

⁴ Singal, J. (2016, September 22). A university threatened to punish students who discussed their suicidal thoughts with friends (Updated). *The Cut*. Retrieved from <https://www.thecut.com/2016/09/a-school-is-threatening-to-punish-its-suicidal-students.html> 北密西根大學此後修改政策，不再寄這封信。二〇一六年一月，他們進一步廢除規定，不再禁止學生跟回學談自殺傷害。見…Northern Michigan University. (2016). Northern Michigan University practice concerning self-destructive students changed January 2016. Retrieved from <http://www.nmu.edu/mc/current-mental-health-communication>

大學公司化

一八六九年，也就是聯邦教育署（Office of Education）開始收集全國資料時，全美只有六萬三千人在高等教育機構註冊，占十八到二十四歲人口的百分之一。⁶而現在，在美國高等學校就讀的學生據估達兩千萬，差不多是十八到二十四歲人口的四成。⁷在二〇一五到二〇一六學年（亦即目前能取得統計數字的最近一年），美國中學後教育機構的總收入約五千四百八十億美元⁸（這樣或許更好理解：GDP這麼高的國家在世界上排第二十二名，在阿根廷跟沙烏地阿拉伯之間）。⁹

二〇一五年會計年度結束時，美國獲得最多捐贈的前一百二十所大學，受贈總值為五千四百七十億美元。¹⁰美國名門大學吸引的國際學生數量可觀，¹¹世界頂尖二十五所大學有十七所在美國。¹²領域、規模和財產的巨幅擴張，需要專業化、專門化和數量龐大的職員。

一九六三年，加州大學系統總校長克拉克·克爾（Clark Kerr）觀察這些發展，將其所造成的組織稱為「多元大學」（multiversity）。在「多元大學」中，大學裡的不同部門和權力結構各自追求不同的目標，例如研究、教學、募款、建立品牌、配合法律等等。¹³克爾預測：隨著教師逐漸把重心放在自己的系所，非教學職員將逐漸主導學校的領導權。他推測得沒錯，學校行政人員的數量已經攀升，¹⁴在此同時，他們的責任也逐漸外擴。¹⁵

-
- 5 National Center for Educational Statistics (1993), p. 64.
- 6 Fast Facts: Back to School Statistics, (n.d.). National Center for Education Statistics. Retrieved from <https://nces.ed.gov/fastfacts/display.asp?id=372>
- 7 Digest of Education Statistics. (2016). Tables 333.10 (Revenues of public institutions) and (333.40) (Revenues of private institutions). National Center for Education Statistics. Retrieved from https://nces.ed.gov/programs/digest/current_tables.asp
- 8 Gross Domestic Product 2016. (2017, December 15). World Bank Development Indicators Database. Retrieved from <https://databank.worldbank.org/data/download/GDP.pdf>
- 9 Digest of Education Statistics. (2016). Table 333.90 (Endowments). National Center for Education Statistics. Retrieved from https://nces.ed.gov/programs/digest/d16/tables/dt16_333.90.asp?current=yes
- 10 在《泰晤士高等教育》（Times Higher Education）列出的前二十五所頂尖大學中，國際學生占比最低是密西根大學的百分之十六，最高是牛津基·美隆大學的百分之四十五。
- 11 World University Rankings 2018. Times Higher Education. Retrieved from https://www.timeshighereducation.com/world-university-rankings/2018/world-ranking#!/page/0/length/25/sort_by/rank/sort_order/asc/cols/stats
- 12 News & World Report. Retrieved from <https://www.usnews.com/education/best-global-universities/rankings>
- 13 Kerr (1963).
- 14 「在經濟衰退期間，儘管預算刪減、學費調漲，大學的業務、行政和管理單位還是成長了百分之十五。」 Marcus, J. (2016, October 6). The reason behind colleges' ballooning bureaucracies. *The Atlantic*. Retrieved from <https://www.theatlantic.com/education/archive/2016/10/ballooning-bureaucracies-shrinking-checkbooks/503066>
- 15 例如，請見.. Cattoppa, D., & Andrews, M. (2013, February 8). Bemoaning the corporatization of higher education. *Inside Higher Ed*. Retrieved from <https://www.insidehighered.com/blogs/strategic-edgy/bemoaning-the-corporatization-of-higher-education>

有些行政單位擴大是必要而合理的，但擴大比例如果比聘任教師的比例高出數倍，¹⁵負面影響也很明顯。最顯而易見的是攻讀大學學位的費用提高，¹⁶比較沒那麼看得出來的是：當大學越來越像大企業——亦即步入常常被嘆為「公司化」(corporatization) 的潮流——與追求學術卓越無關的目標會開始取得優先性。¹⁷政治學家班傑明·金斯伯 (Benjamin Ginsberg) 在二〇一一年出版《教師的衰微》(The Fall of the Faculty: The Rise of the All-Administrative University and Why It Matters)，書中指出：雖然教師曾是大學治理的主要角色，但幾十年來，隨著行政組織日益擴編，教師已將很多治校權力讓給非教學行政人員。¹⁸金斯伯發現：行政專才階級一旦鞏固，而且變得跟教授階級判然有別，他們幾乎一定會擴張。而在校園出現新問題時，行政人員比教授們更傾向以成立新單位的方式解決問題。¹⁹(在此同時，雖然教授們對大學公司化有諸多怨言，但他們通常樂得不擔行政責任)。

顧客永遠是對的

回顧二〇一五年以降的校園抗議事件，我們可以發現一個特色：大學領導層的回應經常瞻前顧後，而且往往傾向息事寧人。少有學校處分妨礙演講或干擾授課的學生，即使那些行為往往已違反行為規範。很多大學校長跟長青大學的喬治·布理奇一樣：收下學生提出的「最後通牒」，設法達成多項要求，但通常毫不批評學生的手段。²⁰批判這種作法的聲音指出：在組織裡的主導風氣是「服務顧客」時，它們回應問題的方式就是如此。

馬里蘭大學古典學教授艾瑞克·亞德勒 (Eric Adler) 就是這樣看的。二〇一八年，他在《華盛頓郵報》(Washington Post) 犀利地表達過這個論點。他指出：「（造成校園不寬容的）根本原因，並不是學生的極左立場或其他政治意識形態，」而是「大學幾十年來市場導向的決策方向，把學生當顧客——別忘了，為了課程、美食、舒適的住宿和多采多姿的校園生活，他們每年得花上六萬美元。」對於學生阻止特定人士來校園演講，亞德勒的看法是：

¹⁵ 「照美國大學教授協會 (American Association of University Professors) 二〇一四年的報告，自一九七五年至今，專任行政職成長百分之三十五，專任終身教職成長百分之十一，兼任教職成長百分之兩百八十六。」Braswell, S. (2016, April 24). The fightin' administrators: The birth of a college bureaucracy. *Point Taken*. Retrieved from <http://www.pbs.org/wgbh/poverty-taken/blog/ozy-fightin-administrators-birth-college-bureaucracy>.

¹⁶ Campos, P. F. (2015, April 4). Is UC spending too little on teaching, too much on administration? *Los Angeles Times*. Retrieved from <http://www.latimes.com/local/education/la-me-uc-spending-20151011-story.html>

¹⁷ Ginsberg (2011). Chapter 1, section "Professors and Administrators?" paragraph 16.

¹⁸ Catropa & Andrews (2013); see n. 15. ¹⁹ Lewis (2007), pp. 4–5. ²⁰ McArdle, M. (2015, August 13). Sheltered students go to college, avoid education. *Bloomberg View*. Retrieved from <https://www.bloomberg.com/view/articles/2015-08-13/sheltered-students-go-to-college-avoid-education>

我們知道的極少數例外之一是歐柏林學院 (Oberlin) 校長馬文·克里斯洛夫 (Marvin Krislov)。他拒絕接受學生列為「無協商餘地」的要求。See Jaschik, S. (2016, January 21). Oberlin's president says no. Inside Higher Ed. Retrieved from <https://www.insidehighered.com/news/2016/01/21/oberlins-president-refuses-negotiate-student-list-demands>

即使在收費較低的公立大學，十八歲青年購買的基本上還是奢侈品。所以，他們覺得自己有權掌控消費經驗又有什麼奇怪呢？……學生已經習於主導大學經驗的方方面面，所以他們也要學校照他們的意思去做。如果顧客能決定課程安排和選擇所有想要的設備，他們當然認為自己也能決定該邀哪位講者，該讓哪種觀點在他們中間傳播。我們也許可以這樣講：對現在的學生來說，講者也是設備。²¹

消費化理論（consumerization theory）的確符合當前潮流——在營造生活風格的設備上多花錢。學校現在競相招攬學生時也跟著這股潮流走。從一〇〇三到一〇一三年，公立研究型大學在學生設備上的開銷增加百分之二十一點三，遠大於研究（百分之九點五）或教學（百分之九點四）開支的增加幅度。²²很多校園變得不像潛心求知的修院，反而更像奢華的「鄉村俱樂部」。²³路易斯安納州立大學（Louisiana State University）那條五百三十六呎長的「懶人河」堪稱此間典範：學生交的學費有八千五百萬美元花在那條河上。懶人河是條流速緩慢的人工河道，學生能悠哉悠哉泡在裡頭漂，彎彎曲曲的河道還刻意設計成該大學的首字母縮寫——LSU。²⁴在懶人河剪綵典禮上，LSU 校長說他的教育願景是結合消費主義和安全至上主義：「我坦白跟大家講：我一點也不希望你們離開校園。所以不論我們得做什麼把你們留在這裡，我們都會設法把你們安全地留在這裡。我們的目的是你們需要什麼，我們就給什麼。」²⁵

²¹ Adler, E. (2018, March 15). Students think they can suppress speech because colleges treat them like customers. *The Washington Post*. Retrieved from http://wapo.st/2pmMwCB?tid=ss_tw&utm_term=.75b5e44fa1d0

²² See figure 5 on page 11 of Desrochers, D. M., & Hurlburt, S. (2016, January). Trends in college spending: 2003–2013. American Institutes for Research. *Delta Cost Project*. Retrieved from <https://www.deltacost.org/sites/default/files/products/15-4626%20Final01%20Delta%20Cost%20Project%20College%20Spending%202011131406P0.02.001%20...pdf>

²³ Carlson, S. (2013, January 28). What's the payoff for the "country club" college? *The Chronicle of Higher Education*. Retrieved from <https://www.chronicle.com/blogs/buildings/whats-the-payoff-for-the-country-club-college/32477>. ²⁴ College Ranker. (n.d.). Colleges as country clubs: Today's pampered college students. Retrieved from <http://www.collegeranker.com/features/colleges-as-country-clubs>. ²⁵ Jacob, B., McCall, B. & Stange, K. M. (2013, January). College as country club: Do colleges cater to students' preferences for consumption? National Bureau of Economic Research. Retrieved from <http://www.nber.org/papers/w1845.pdf>.《富士十》(Forbes)拿這個現象開玩笑，把大學和鄉村俱樂部比做「聯邦俱樂部」(Club Fed)——最小安全措施矯正懶懶。Pierce, K. (2014, July 29). College, country club or prison? *Forbes*. Retrieved from <https://www.forbes.com/special-report/2014/country-college-prison.html>

²⁴ 根據全國校內休閒運動協會（National Intramural-Recreational Sports Association, NIRSA）一〇一一年所做的調查，準備興建休閒中心的九十二所學校預計花費十七億美元。Cited in Rubin, C. (2014, September 19). Making a splash: College recreation now includes pool parties and river rides. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2014/09/21/fashion/college-recreation-now-includes-pool-parties-and-river-rides.html>. ²⁵ Koch, J. V. (2018, January 9). Opinion: No college kid needs a water park to study. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2018/01/09/opinion/trustees-tuition-lazy-rivers.html>

Stripling, J. (2017, October 15). The lure of the lazy river. *The Chronicle of Higher Education*. Retrieved from <https://chronicle.com/article/The-Lure-of-the-Lazy-River/241434>

學校行政人員如何形塑扭曲思考？

從學校改以對待顧客的方式對待學生，我們可以想通很多事，但這還是無法解釋北密西根大學的舉動：他們的行政人員為什麼要限制「顧客」的言論呢？想了解這些事件，我們必須看到行政人員面臨的其他壓力，例如擔心風評不佳和訴訟威脅等等。管理階層經常接到四面八方各種指示（來自校內法律顧問、外部風險管理專家、學校公關團隊或行政高層），必須想方設法縮限學校的法律責任範圍，從人身傷害訴訟、非法解雇到智慧財產權、過失致死，全是他們需要嚴陣以待的問題。這是他們急於規範學生言行的原因之一。

在二十一世紀第一個十年，FIRE是唯一一個完全以大學校園言論自由、學術自由和程序正義為關注焦點的團體。在那段時間，大眾不甚關注校園言論自由是可以理解的，因為某些引起爭議的發言的確悖離民情（例如有個教授在九一一當天開玩笑說：「誰炸了五角大廈我就投誰。」他後來被革職）。可是從第一修正案的角度來看，這類案例該如何處理是很清楚的。第一修正案的基本原則是：光是冒犯他人並不能正當化禁止或限制言論，在學校裡尤其如此。²⁶

在葛瑞格大半職涯歲月中，學生一直是校園裡最寬容也最支持言論自由的一群——開放程度甚至超過老師。可是大約從二〇一三年開始，葛瑞格覺得氣氛變了。似乎越來越多學生認同行政人員的看法：學生並不安全；學生生活的很多面向必須由成人仔細規範；對於潛在的風險和威脅，過度反應遠比反應不足要好。於是，儘管行政人員的出發點通常是好的，但他們漸漸形塑出扭曲

思考。²⁷

在學校裡，與第一修正案有關又直接助長這種思考的案例有兩種：過度反應的案例，以及過度規範的案例。

過度反應的案例

我們就從過度反應的字面意義來界定這類案例：相對於被感受到的冒犯，校方的回應方式不成比例。幾乎所有過度反應案例都會養成災難化思考的心理習慣，並認定校方若不介入將是災難一場。²⁸以下是兩個例子：

- 伯根社區學院（Bergen Community College），紐澤西州，一〇一四：一名教授因為在社群媒體發了一則貼文，被要求休無薪假和接受心理諮詢。那則貼文是他年幼女兒的照片，她身上

²⁶ Papish v. Bd. of Curators of the Univ. of Missouri, et al., 410 U.S. 667 (1973) (案由：一名學生因散發有冒犯性標題和漫畫的地下刊物被退學，透過訴訟爭取恢復學籍)；Texas v. Johnson, 491 U.S. 397 (1989) (案由：燒國旗)。

²⁷ 為簡明起見，我們以「行政人員」（administrators）指涉維繫大學運作的人、各院系院長，以及所有處理學生生活事務的職員，這包括學校除了教師之外的大多數（但並非全部）專業職員——大致上說，就是學生說他們要跟「校方」（the administration）談判時指的那批人。

²⁸ 葛瑞格的第一本書《忘卻自由》（*Unlearning Liberty*），討論的是二〇〇一到二〇一三年的大學校園，裡面有提到幾十個行政人員過度反應的例子。Lukianoff (2014)

穿的T恤有龍的圖案，寫著「我要用火和血奪回我的東西」。雖然教授解釋那只是熱門影集《冰與火之歌》裡的台詞，行政主管仍堅持「火」可能是指AK-47自動步槍。²⁹

- **歐克頓社區學院（Oakton Community College）**，伊利諾州，二〇一五：一名教授寫了封電郵寄給幾位同事，卻因為信裡的一句話收到學校的禁止令。他在信上寫的是：勞動節是「全世界勞工慶祝他們為工會權利奮鬥的日子，也是紀念芝加哥乾草市場暴動（Haymarket riot）的日子」。校方說提一八八六年那次暴動是在威脅校長，因為她也是收件人之一。為什麼呢？因為那次事件「造成十一人死亡，超過七十人受傷」。³⁰問題是：單就人命傷亡而言，美國很多重大節日紀念的事件都死傷慘重，而且傷亡情況比乾草市場暴動嚴重得多。可是在提到陣亡將士紀念日、退伍軍人節，甚至國慶日時，沒有人認為那是威脅。

過度規範的案例

過度規範重視的是預防潛在犯行發生，而非處置實際犯行。行政人員像是接續過度保護的直升機家長的工作，用牢牢規範學生來保障他們的「安全」。事實上，從「政治正確」相關言論規範在一九八〇年代晚期浮現之後，對言論規範提起的訴訟已經超過七十件，而被帶到法庭上挑戰的言論規範，幾乎全都被修改、廢止或裁定為違憲。然而儘管如此，言論仍是過度規範的常見目標。

以下兩種言論規範類型極其荒謬，但它們在美國大學校園還是不斷出現：

一、模糊而空泛的言論規範：大約在一九八〇年代晚期到一九九〇年代中期，第一波現代

個人電腦言論規範出現。其模糊而空泛的特色，具體而微呈現在康乃狄克大學（University of Connecticut）的一條規定：禁止「不適當而具針對性地笑」。結果學校被告，一九九〇年撤銷規定以達成和解。豈料十五年後，費城的卓克索大學（Drexel University）又定了一模一樣的規定，被FIRE選為「本年度精選言論規範」之後才總算撤銷。³¹阿拉巴馬州傑克遜維爾州立大學（Jacksonville State University）也定過風格類似的規定：「學生不得於本校產業內冒犯他人。」西阿拉巴馬大學（University of West Alabama）也不遑多讓：禁止「簡訊或電郵用詞尖刻」。³²這些規定

²⁹ 校方要求這位教授休假並接受精神衛鑑之後，終於取消懲處。見.. Victory: College backtracks after punishing professor for "Game of Thrones" picture. (2014, October 28). FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/victory-college-backtracks-punishing-professor-game-thrones-picture>

³⁰ College declares Haymarket Riot Reference a violent threat to college president. (2015, June 8). FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/college-declares-haymarket-riot-reference-a-violent-threat-to-college-president>. FIRE 寄過兩封信給歐克頓社區學院，但沒有下文。學校沒有撤回禁止令，但也沒有對那位教授採取正式行動。

³¹ Harris, S. (2016, September 1). Speech code of the month: Drexel University. FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/speech-code-of-the-month-drexel-university>

³² FIRE 將大學言論規範分成「紅燈」、「黃燈」和「綠燈」三種（完整分級標準請見：<https://www.thefire.org/spotlight-using-the-spotlight-database>）。西阿拉巴馬大學的「紅燈」政策依然有效（包括禁止尖刻簡訊和侮辱）。傑克遜維爾州立大學的言論規範幾年來已有改變（最近一次修訂是二〇一七年），現在整體來說是黃燈。查詢學校屬於紅燈、黃燈或綠燈（請見：<https://www.thefire.org/spotlight>，亦見.. (n. d.). Spotlight: Jacksonville State University. Retrieved from <https://www.thefire.org/schools/jacksonville-state-university>，以及.. (n. d.). Spotlight: University of West Alabama. Retrieved from <https://www.thefire.org/schools/university-of-west-alabama>

不只教育學生用過度寬鬆又全然主觀的標準判定孰是孰非，更實際示範了情緒推理的謬誤：永遠信任你的感覺。如果你覺得被冒犯，就一定有發生該受懲罰的犯行。這種言論規範也教育學生脆弱的謬誤，它們讓人以為冒犯言論或不適當的笑可能造成嚴重傷害，所以行政人員必須出手保護弱勢和脆弱的學生。它們等於賦予大學行政人員權力，讓他們確保一定會有權威人物「擺平」言語衝突。

一、「言論自由區」：大學好像老是喜歡設立「言論自由區」，把特定言論和表述限制在校園裡狹小（而且往往偏遠）的地方。言論自由區最早似乎是在一九六〇和七〇年代設立的，地位崇高，學生隨時都能在那裡自由發言，作用類似於倫敦海德公園（Hyde Park）的演說者之角。可是到九〇年代，很多大學改變言論自由區的性質，把它們變成學生在校內唯一能自由發表言論的地方。有些言論自由區因為遭到公眾嚴格檢視和批評，後來限制學生團體每學期只能使用一次，例如路易斯安納州的麥克尼克斯州立大學（McNeese State University）。³³有些大學的言論自由區被已遭法院撤銷，辛辛那提大學（University of Cincinnati）就是如此。他們的言論自由區不但只占校園面積百分之零點一，而且要求講者在十個工作天前預約。³⁴然而，儘管言論自由區已經原意盡失，學校還是繼續保留它們。

只要看看現在大學的學生手冊，就能發現學生生活還有很多面向受政策影響，包括在社群網站上能發什麼文，在宿舍裡能跟彼此講什麼、在校外能做什麼，甚至連能參加什麼組織都有規定。³⁵過度反應和過度規範通常出自官僚結構中人，他們往往已經養成自保心態，知道自己業務範圍內不論出了什麼問題，自己可能都需要負責，如果沒有事先做好預防更是如此，所以他們經常採取

防衛立場。對他們來說，過度反應好過反應不足，過度規範好過規範不足，告誡好過鼓勵。這種態度強化了很多學生的小學會的安全至上心態。

感覺可疑，立刻通報

今日大學生成長在九一一攻擊後杯弓蛇影的歲月，這種生長背景當然無益於他們突破安全至上主義。事實上，從二〇〇一年九月十一日那駭人的一天起，美國政府就不斷告訴我們：「看到可疑的事立刻通報」。連大人都如驚弓之鳥，開始隨著他們焦慮的感覺走。圖10.1就是好例子，那是在紐澤西火車站播的一小段宣導片。紐澤西轉運站等於是旅客擁抱情緒推理的謬誤，它說：「如果你感覺什麼事不對勁，也許它真的不對勁。」可是實情不太可能如此。也許到處都有美國人在某些時刻覺得什麼事「怪怪的」，他們心中的警報搞不好每年響起幾百萬次。然而，美國每年各種形式的恐怖攻擊只有寥寥數起。³⁶換句話說，這些中小警報幾乎全是錯的。當然，美國轉運站的旅客要

³³ Harris, S. (2009, May 29). McNeese State revises “public forum” policy but still prohibits “derogatory” speech. FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/mcneese-state-revises-public-forum-policy-but-still-prohibits-derogatory-speech>

³⁴ Univ. Of Cincinnati Chapter of Young Americans for Liberty v. Williams, 2012 U.S. Dist. LEXIS 80967 (S.D. Ohio June 12, 2012).

³⁵ 各式各樣五花八門的校園規範請見：[Spotlight Database and Activism Portal](https://www.thefire.org/spotlight). (2018). FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/spotlight>

³⁶ 從二〇〇一年九月十一日到二〇一六年十一月三十一日十五年間，美國發生八十五次「恐怖極端分子」攻擊，平均每年

是看到背包或手提箱被扔著不管，是該通報相關人員注意，但這並不代表他們的感覺「可能」是對的。

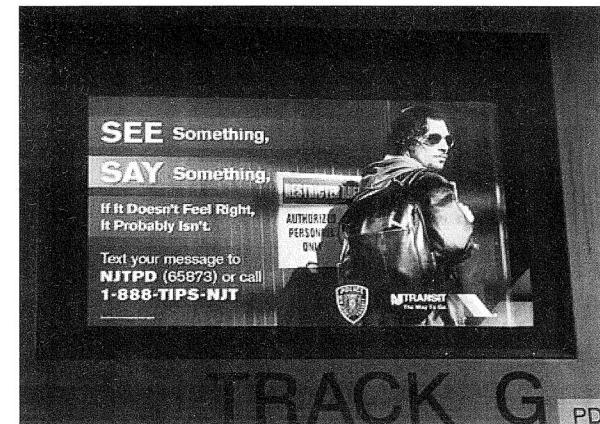


圖 10.1 紐澤西席卡克斯站 (Secaucus Junction) 的影片片段 (蘭諾·史坎納茲攝)。

年輕人已經相信危險無所不在，連課堂和私下對話裡都有。每個人都該保持警覺，都該向權責單位報告威脅。舉例來說，二〇一六年，紐約大學行政單位在廁所貼了一則告示，請大家對言論採取「感覺可疑，立刻通報」方法。這則告示簡介通報流程（其中包括致電「偏見反應專線」），凡經歷「偏見、歧視或騷擾」的紐約大學成員都可匿名舉報。³⁷ 紐約大學不是特例，FIRE 二〇一七年的報告指出：在 FIRE 列入言論規範重點觀察名單的四百七十一所學校裡，具有某種形式的偏見舉報系統的學校有百分之三十八點四（一百八十一所）。³⁸

當然，在處理真正的騷擾和就業歧視時，我們是該讓舉報方法簡單可行，因為這類行為既不道德也不合法。然而，光是具有偏見並不算騷擾或歧視。紐約大學偏見反應網站並未定義「偏見」，心理實驗也一再證明偏見是人的天性。我們對自己、自己人、有吸引力的人和幫助過自己的人都有偏見，連對與自己同名或同生日的人都有偏見。³⁹ 不難想見，紐約大學的行政人員之所以設立偏見點四（一百八十一所）。

反應專線，主要用意是回應基於身分（如種族、性別、性取向等）的負面偏見。問題是：大學校園裡的概念蠕變程度已經很高，學生又普遍相信微侵犯既危險又無所不在。換句話說，一定有學生把偏見的標準放得很低，輕而易舉就能揪出別人的「偏見」，或是把模棱兩可的說法指為「偏見」。

在這樣的環境裡，教授和學生更難建立信任感。偏見反應專線讓學生能舉報教授的一言一行，有時候甚至課沒上完，檢舉已至。現在很多教授說他們教書教得「如臨大敵」或「如履薄冰」，⁴⁰ 這代表願意在課堂上談爭議課題的老師更少，會指定重要但敏感的閱讀資料的老師也更少。哈佛法學院教授石珍妮 (Jeannie Suk Gersen) 就有這樣的觀察，她在《紐約客》(The New Yorker) 談自己

³⁷ 不到六次。Valverde, M. (2017, August 16). A look at the data on domestic terrorism and who's behind it. *PolitiFact*. Retrieved from <http://www.politifact.com/truth-o-meter/article/2017/aug/16/look-data-domestic-terrorism-and-whos-behind-it>

³⁸ 告示中列出的網站說：「有鑑於偏見、歧視或騷擾行為可能發生在我們社群之中，紐約大學偏見反應專線提供以[...]機制，讓我們社群的成員能藉此分享或舉報自己對相關行為的經驗和關切。」NYU Bias Response Line. (n.d.). Retrieved from <http://www.nyu.edu/about/policies-guidelines-compliance/equal-opportunity/bias-response.html>

³⁹ FIRE. (2017). 2017 Report on Bias Reporting Systems. *Blog post*. Retrieved from <https://www.thefire.org/first-amendment-library/special-collections/five-guides/report-on-bias-reporting-systems-2017>

⁴⁰ 對於這封偏見的簡介，請見海德特著《象與騎象人》第 1 章。

Pappano, L. (2017, October 31). In a volatile climate on campus, professors teach on tenterhooks. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/10/31/education/edlife/liberal-teaching-amid-partisan-divide.html> 亦即.. Belkin, D. (2017, February 27). College faculty's new focus: Don't offend. *The Wall Street Journal*. Retrieved from <https://www.wsj.com/articles/college-faculty-s-new-focus-don-t-offend-1488200404>

教性侵害法的經驗時說：「現在已經很難要求學生在討論強暴法時彼此挑戰，所以老師們開始放棄這個主題……要是性侵害議題在法學院課堂消失，損失絕不容小覷——對性侵害受害者而言尤其如此。」⁴¹

承擔風險的意願多容易被偏見反應系統打消？從下面這個例子就看得出來。麥可·簡森（Mike Jensen）是北科羅拉多大學（University of Northern Colorado）兼任教授，因為他在一年級寫作課上帶的一次討論涉及爭議課題，一名學生提出「偏見事件舉報」，簡森因此被找去開了好幾次會。⁴²那門課的第一份閱讀資料是我們在《大西洋》雜誌的文章：〈寵溺美國心〉。簡森請全班閱讀那篇文章，然後自行選擇一個爭議主題加以討論。學生們後來選的主題是跨性別（那學期最大的新聞之一，是凱特琳·詹納公布自己的跨性别女性身分），簡森建議學生讀的文章是家長們反對一名跨別高中生使用女生更衣室。他有事先說明：雖然大多數學生可能無法同意這類懷疑觀點，可是做學問就是要和難解又有爭議的主張纏鬥。所以，就算自己難以苟同某個論點，還是要加以討論。據簡森後來回憶，這場對話「讓大家看到不同的觀點，是一場很好的討論」。⁴³因此，當他得知有學生對他提出偏見事件舉報，他相當詫異。⁴⁴學校建議他這學期接下來的時間別再討論跨性別議題。簡森後來未獲續聘。⁴⁵

官僚組織革新「偏見回應」工具或許用心良善，但這些措施可能帶來意料之外的反效果，造成「我們」與「他們」對立的校園氛圍，導致過度緊戒和信任降低。有些教授最後決定：與其冒被評議小組質問的風險，不如把可能惹來申訴的內容從課程大綱和講課裡去掉。當越來越多教授迴避

⁴¹ Suk Gerson, J. (2014, December 15). The trouble with teaching rape law. *The New Yorker*. Retrieved from <https://www.newyorker.com/news/news-desk/trouble-teaching-rape-law>

⁴² Steinbaugh, A. (2016, July 7). University of Northern Colorado defends, modifies “Bias Response Team” as criticism mounts and recording emerges. Retrieved from <https://www.thefire.org/university-of-northern-colorado-bias-response-team-recording-emerges>

⁴³ Melchior, J.K. (2016, July 5). Exclusive: Transcript of bias response team conversation with censored professor. *Heat Street* (via Archive.org). Retrieved from <https://web.archive.org/web/20160805130848/https://heatst.com/culture-wars/exclusive-transcript-of-bias-response-team-conversation-with-censored-professor>

⁴⁴ 請注意劉跟琳賽·雪菲德（Lindsay Shepherd）的遭遇非常像。雪菲德是加拿大威爾弗里德·勞雷爾大學（Wilfrid Laurier University）教學助理。她在課堂上播放一段電視辯論影片，但沒有事先譴責其中一方。如果班上有學生強烈認為其中一方是正確的，這樣做有讓全班陷入爭論的風險。見：Grinberg, R. (2017, November 23). Lindsay Shepherd and the potential for heterodoxy at Wilfrid Laurier University. *Heterodox Academy*. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/lindsay-shepherd-and-the-potential-for-heterodoxy-at-wilfrid-laurier-university>

⁴⁵ As FIRE’s Adam Steinbaugh notes, “academic freedom chilled politely is still academic freedom chilled.” 見：Steinbaugh, A. (2016, July 7); 見.. note 2.

⁴⁶ 不過，有時並非出於好意。由於很多校園存在政治角力（我們在第四和第五章談過），有心人士要惡意利用偏見反應工具並非難事。二〇〇九年，也就是這種制度剛出現的時候，加州州立理工大學（California Polytechnic State University）偏見反應團隊其中一名學生在訪談中承認：這套制度針對的是「政治不正確或言行傷人的老師」。在約翰·卡羅大學（John Carroll University）的案例中，好幾個學生利用學校的偏見反應機構指控一名學生，似乎是誤傳。見：Cal Poly suspends reporting on “politically incorrect” faculty and students. (2009, June 1). FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/cal-poly-suspends-reporting-on-politically-incorrect-faculty-and-students-2>. 亦見：John Carroll University. (2015, December). Bias reports 2014-2015. Retrieved from <http://webme.dia.jcu.edu/diversity/files/2015/12/2014-2015-Bias-Report-web-version.pdf>

具有潛在爭議的閱讀資料和討論主題，他們的學生會逐漸失去培養智性反脆弱的機會。這可能造成的效果是：學生甚至在更多資料中看出冒犯性，並要求更多保護。

騷擾和概念蠕變

不論在道德上或法律上，大學都有責任防止校園出現騷擾行為。然而這些年來，認定「騷擾」的方式改變很多。現代「歧視性騷擾」(discriminatory harassment)的概念源於一九六四年《民權法案》(Civil Rights Act)第六和七條。一九七一年的《教育修正案》(Education Amendments)第九條（以下簡稱第九條）擴大這些法條的範圍，禁止領取聯邦經費的大學在教育機會上歧視女性。這項保護來得很晚，現在還納入透過騷擾造成的歧視。⁴⁷

依照這些法規，認定「騷擾」的標準很高：首先，「有效阻止當事人獲得教育機會或利益」⁴⁸的嚴重行為模式才算「騷擾」；其次，該嚴重行為必須是歧視性的，亦即其所針對的對象屬於法規列舉之受保護族群，例如性別、種族和宗教。⁴⁹可是在實務上，認定「騷擾」的門檻已經降低，很大多大學用「騷擾」的概念證成對一次性發言的懲處，但那些發言雖然可以解釋為具有冒犯性，卻怎麼也稱不上騷擾，有些甚至跟種族或性別一點關係也沒有。舉例來說：二〇〇五年在中佛羅里達大學(University of Central Florida)，有個學生因為在臉書上成立社團，說一個學生會候選人是「蠢蛋加白痴」，就被指為「人身攻擊」，被控騷擾。⁵⁰也許你也覺得這種行為不對或冒犯人，問題是：難道行政人員應該隨時待命，只要有人感到被冒犯就介入嗎？⁵¹也可以想想這個例子：有個在學

校當門房的學生，只因為被人看到在讀《聖母大學對抗三K黨》(Notre Dame vs. the Klan: How the Fighting Irish Defeated the Ku Klux Klan)就遭到處罰。這本書講的是一九一〇年代三K黨去聖母大學示威，結果鎩羽而歸，而去舉發的那兩個人是對這本書的封面感到不快。⁵²把認定騷擾的門檻降得這麼低，只是讓真正的騷擾對學生教育的傷害瑣碎化（這種傷害不只可能發生，實際上也經常

⁴⁷ 20 U.S.C. § 1681 et seq. (1972).

⁴⁸ See Davis v. Monroe County Board of Education, 526 U.S. 629, 633 (1999); Bryant v. Indep. Sch. Dist. No. I-38, 334 F.3d 928, 934 (10th Cir. 2003).

⁴⁹ Civil Rights Act of 1964 § 7, 42 U.S.C. § 2000e-2(a)(1) & (2) (1964) (禁止基於「種族、膚色、宗教、性別或出生國」而在聘僱或職場上歧視)；Education Amendments of 1972 § 9, 20 U.S.C. § 1681(a) (1972) (禁止「基於性別」而在教育上歧視) (prohibiting discrimination in education "on the basis of sex").

⁵⁰ Student wins facebook.com case at University of Central Florida. (2006, March 6). FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/student-wins-facebookcom-case-at-university-of-central-florida>

⁵¹ 請注意，在提供感到被騷擾的人支持或諮詢服務時，學校可以、也應該採取非常低的門檻；但對於被指控說了騷擾的人，判定懲處的標準應該更高。舉例來說，依照《教育修正案》第九條的規定，在尚未判定受指控者的行為是否失當之前——甚至在沒有判定行為失當的情況下——舉報的受害者有權先獲得待遇改善。我們認為將這兩種情況混為一談是錯的，不應該因為一個人感到被一次性的言論冒犯，就指控另一個人騷擾。將兩者混為一談的學校等於是將情緒推理的謬誤明文化，教學生使用情緒推論，鼓勵學生養成道德依賴。

⁵² 門房／學生凱斯·約翰·山普森(Keith John Sampson)接獲學校通知：因為他「公然閱讀涉及在歷史上和種族議題上可憎的主題的書籍」，校方裁定他觸犯種族騷擾規定。Lukianoff, G. (2008, May 2). Judging a book by its cover — literally.

發生）。⁵³這些法律的本意是保護學生「不受這些不法行為之害」，不是賦予審查者權力。

無論如何，在一九八〇年代開始出現這些規範時，大學辯稱它們是反騷擾規範，而法院不費吹灰之力就能戳破這種說詞。從一九八九年裁定密西根大學言論規範不合法開始（該規範禁止以「羞辱或傷害個人的言論」製造「貶低人的」環境），⁵⁴法院一再推翻各大學在這段期間制訂的類似規定。⁵⁵然而，儘管各大學在法庭上屢戰屢敗，它們還是宣稱言論規範是應教育部要求而訂，以符合第九條和其他民權法案。⁵⁶

一九〇一至年，教育部和司法部發布影響深遠的「騷擾」新定義：不論「言論、非言論或肢體行為」，任何一種「關於性的不受歡迎行為」都可視為騷擾。⁵⁷這個定義既不限於會冒犯理性自然人（reasonable person）的言論，也不要求據稱受到騷擾的目標真的遭到冒犯（在傳統上，「騷擾」的指控必須滿足這兩個條件才能成立）。去掉理性自然人這個標準，「騷擾」的定義便各行其是，依大學社群裡每個成員自述的主觀經驗而定。這無異於將情緒推理變成聯邦規範。

隨著第九條的「騷擾」概念擴大，言論自由和學術自由受到威脅。西北大學蘿拉·吉普妮斯（Laura Kipnis）的經歷是最好的例子。一九〇一五年五月，吉普妮斯在《高等教育紀事報》（*Chronicle of Higher Education*）上撰文，砲口對內，批評她稱為「性別偏執狂」的校內風氣。她認為這種風氣是因兩個變化而起，一是對性的態度改變，二是女性主義新概念出現——但她認為這些新概念是去權的（disempowering）。她說：

我當學生時認同的女性主義強調獨立和韌性。可是這些年來，對學生弱點貌似高尚的呵護靡然成風，惺惺作態的氛圍厚得穿不透。沒有人敢提出質疑，因為沒有人想被貼上反女性主義的標籤。⁵⁸

吉普妮斯批評西北大學的兩性不當行為政策，尤其是禁止成年學生與教員或職員建立愛情關係

⁵³

For examples, see Gluckman, N., Read B., Mangan, K. & Quilan, B. (2017, November 3). Sexual harassment and assault in higher ed: What's happened since Weinstein. *The Chronicle of Higher Education*. Retrieved from <https://www.chronicle.com/article/Sexual-HarassmentAssault/241757>; Anderson, M.D. (2017, October 19). How campus racism could affect black students' college enrollment. *The Atlantic*. Retrieved from <https://www.theatlantic.com/education/archive/2017/10/how-racism-could-affect-black-students-college-enrollment/543360/>; Berrieux, A. (2016, September 15). In the safe spaces on campus, no Jews allowed. *The Washington Post*. Retrieved from https://www.washingtonpost.com/news/acts-of-faith/wp/2016/09/15/in-the-safe-spaces-on-campus-no-jews-allowed/?utm_term=.2bb763389a248

Doe v. University of Michigan, 721 F.Supp. 852, 865 (E.D. Mich. 1989).

Silvergate, H. A. (1999, January 26). Memorandum to free speech advocates, University of Wisconsin. Retrieved from <https://www.thefire.org/memorandum-to-free-speech-advocates-university-of-wisconsin>

Corry v. Leland Stanford Junior University, No. 740309 (Cal. Super. Ct. Feb. 27, 1995) (slip op.).

Bhangava, A., & Jackson, G. (2013, May 9). Letter to President Royce Engstrom and University Counsel Lucy France, Esq., University of Montana. U.S. Department of Justice, Civil Rights Division, & U.S. Department of Education, Office for Civil Rights. Retrieved from <https://www.justice.gov/sites/default/files/opa/legacy/2013/05/09/un-itr-findings.pdf>

Kipnis, L. (2015, February 27). Sexual paranoia strikes academe. *The Chronicle of Higher Education*. Retrieved from <https://www.chronicle.com/article/Sexual-Paranoia-Strikes/190351>

的部分。她也提到一名研究生引第九條控訴教授。文章見報之後，吉普妮斯成為學生抗議的目標，他們帶著床褥穿過校園，要求校方譴責這篇文章。接著，有兩名研究生也引第九條提告吉普妮斯，指控她的文章製造敵意環境。這些行動導致校方對吉普妮斯展開第九條祕密調查，前後長達七十二天⁵⁹（這次調查隨吉普妮斯在《紀事報》發表另一篇文章結束，文章標題是〈我的第九條審訊 [My Title IX Inquisition]〉）。在她寫書談這次經驗時，她又遭到另一次第九條調查。這次調查是因為西北大學有四名老師和六名研究生提出申訴，他們批評書中對於第九條和兩性不當行為假指控的討論，說這些內容違背學校對報復和性騷擾的政策。⁶⁰第二次調查持續了一個月。吉普妮斯被要求回覆超過八十個針對她的書的書面問題，並交出她蒐集的資料。⁶¹雖然這兩次調查最後都中止，但整個過程從頭到尾超過兩年。⁶²

吉普妮斯在這番折騰後說：

我的感覺是：這些保護全都不是讓人更不脆弱，而是讓人更加脆弱……等學生離開大學，進入世界，他們會遭受挫折，到時候沒有人會保護他們不受各種傷害和輕慢，沒有人會護著他們，讓他們不去應付我們在日常生活中都得應付的那些事。⁶³

如何加深道德依賴

社會學家布萊德立·坎伯（Bradley Campbell）和傑森·曼寧（Jason Manning）深具先見之

明，在二〇一四年的一篇論文裡，他們說明這種新脆弱文化從何而起，還有行政單位的作為如何推波助瀾。⁶⁴他們將這種新風氣稱為「受害者文化」（victimhood culture）。在他們看來，這種文化是新的道德秩序，與較早的「尊嚴文化」（dignity culture）相悖，但後者在美國大多數地區和其他西方民主國家中仍是主流。

在最為健全的尊嚴文化中，群體共識是人的尊嚴和價值不因他人看法而易，所以人對小小的輕忽怠慢不該反應激烈。完整的尊嚴一度只屬於成年白人男性，但二十和二十一世紀的權利革命已經

⁵⁹ 在調查進行時，吉普妮斯獲知不能請律師，也不能記錄她和調查人員的會面內容。一開始時，他們甚至告訴她在出席會議之前，他們不會對她說她被指控了什麼。Cooke, R. (2017, April 2). Sexual paranoia on campus — and the professor at the eye of the storm. *The Guardian*. Retrieved from <https://www.theguardian.com/world/2017/apr/02/unwanted-advances-on-campus-us-university-professor-laura-kipnis-interview>

⁶⁰ Title IX Coordinating Committee response to online petition and ASG resolution. (2014, March 4). *Northwestern Now*. Retrieved from <https://news.northwestern.edu/stories/2014/03/title-ix-coordinating-committee-response-to-online-petition-and-asg-resolution>

⁶¹ Suk Gersen, J. (2017, September 20). Laura Kipnis's endless trial by Title IX. *The New Yorker*. Retrieved from <https://www.newyorker.com/news/news-desk/laura-kipniss-endless-trial-by-title-ix>

⁶² 醫生指出吉普妮斯毀謗的訟訟仍在進行。Meisel, H. (2018, March 7). HarperCollins can't escape suit over prof's assault book. *Law360*. Retrieved from <https://www.law360.com/articles/1019571/harpercollins-can-t-escape-suit-over-profs-assault-book>

⁶³ FIRE (Producer). (2016, April 6). In her own words: Laura Kipnis's "Title IX inquisition" at Northwestern [Video file]. Retrieved from <https://youtu.be/vVGOp0ffCQ2t=8m58s>

⁶⁴ Campbell & Manning (2014). 亦參見二人的續作.. Campbell & Manning (2018).

帶來重大改變，將尊嚴擴及每一個人。「尊嚴文化」跟更古老的「面子文化」(honor culture) 不一樣。面子文化裡的男人執迷捍衛自己的名譽，哪怕自己或親近的人只是遭到一點羞辱，他們都傾向激烈反擊，甚至不惜決鬥。可是在尊嚴文化裡，訴諸決鬥似乎滑稽可笑。大家認為人在執行自己的計畫時應有足夠的自制力，對怒意、侮慢和小摩擦置之不理即可。如果遇上較大的衝突或是對自身權利的侵犯，可以循可靠的法律或行政管道救濟。不過，為小事尋求這種協助有失尊嚴，因為人應該有能力自己解決小事。尊嚴文化的核心要素是胸襟，不輕易將他人言行視為對自身尊嚴的威脅，不認為遇上不如意事非反擊不可，不論那些不如意事是不一樣的看法、無意間的怠慢，甚或直接的侮辱。

小孩子多半學過某種版本的「棍子石頭打得斷我骨頭，被講個一兩句傷不了我」，這是尊嚴文化化的顯例。從字面意義來看，這句兒童諺語當然不對——人的確會為別人的話感到痛苦（要是沒有人會被言語刺傷，我們根本不需要這句諺語）。可是，尊嚴文化的兒童懂得以「棍子石頭」為盾，輕蔑而漠然地趕走羞辱，像是在說：「來啊！罵我啊！我才不會為你們不高興。我真的不在乎你們怎麼想。」

二〇一三年，坎伯和曼寧開始留意葛瑞格已在意的校園變化——微侵犯、觸發警告和安全空間這些新概念正拉幫結派，相互串連。他們發現：在道德情操上，逐漸成形的受害者文化與尊嚴文化截然不同。他們以三項特質界定受害者文化：第一，「個人和團體對輕忽怠慢高度敏感」；第二，他們「傾向以向第三方投訴的方式處理衝突」；第三，他們「致力於勾勒理應獲得協助的受害

者形象」。⁶⁵

與我們這一章的主題最相關的是第二項。坎伯和曼寧指出：除非行政人員或法律權威可以被說服選邊站，也願意出手介入，否則受害者文化成不了氣候。他們發現：當行政救濟能輕易取得，人也不以訴諸行政救濟為恥，就可能造成被稱為「道德依賴」(moral dependence) 的情況。人開始依賴外部權威解決自己的問題，而漸漸地，「他們以其他方式管理衝突的意願和能力可能退化」。⁶⁶

這是吉普妮斯憂心忡忡的問題，所以她強調過度保護會讓學生更加脆弱，而非更不脆弱，但學校正在創造脆弱的文化；這也是愛瑞卡·克里斯塔吉斯不甘坐視的危機，所以她提醒「助長學生脆弱的風氣日益增長，會帶來尚未獲得正視的代價」，並請學生彼此對話，而非依賴校方介入。⁶⁷蘭諾·史坎納茲之所以開始推動放養小孩運動，同樣是因為對過度保護感到不安。

當史蒂芬·霍維茲指出過度看管妨礙培養結社的藝術（我們在第九章末討論過），他看到的還是這個問題。鼓勵道德依賴的大學，是容易陷入長期衝突的大學，衝突可能帶來更多對行政救濟和保護的要求，而補救和保護又進一步加深道德依賴。

⁶⁵ Campbell & Manning (2014), p. 695.

⁶⁶ Campbell & Manning (2014), p. 697.

⁶⁷ 愛瑞卡·克里斯塔吉斯的電郵請見 .. FIRE (2015, October 30). Email from Erika Christakis: "Dressing Yourselves," email to Silliman College (Yale) students on Halloween costumes. FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/email-from-erika-christakis-dressing-yourselves-email-to-silliman-college-yale-students-on-halloween-costumes>

總結

- 大學行政官僚的成長及其保護任務的擴大，是我們的第五條解釋線索。
- 行政人員的作法通常出於好意，他們試著保護大學和學生，可是好意有時候會造成對學生有害的政策。西北大學有項政策就是如此，我們認為它的原意是保護學校不擔責任，結果卻讓尋求諮商的學生遭到不近人情的對待。
- 為因應聯邦命令、法律訴訟等種種因素，大學行政人員的增長速度比教授的增長速度更快，教授在大學治理上扮演的角色已經縮小。這是「公司化」潮流的結果。
- 在此同時，市場壓力（以及對高等教育日益高漲的消費主義心態）已經鼓勵大學以其所提供的設備相互競爭，這也讓它們把學生當成必須取悅的顧客。
- 大學行政人員既須肩負各種責任，又須保護學校不遭各方究責，因此他們傾向以制訂新規則的方式自保。規則日積月累引起禍迫眉睫的危機感，就算實際威脅很小或並未發生亦然。行政人員就這樣形塑出各種認知偏誤，加深脆弱的謬誤，助長安全至上文化。
- 行政人員發布的某些規則對言論自由造成限制，因為這些規則經常以高度主觀的方式界定關鍵概念。這些規則認為：為顧及部分學生情緒上的不適感，我們可以、也應該對言論自由設限。部分因為這個原因，這些規則催化了校園中壓抑言論的風氣。這種風氣不僅灌輸學生各種認知偏誤（其中又以災難化思考和讀心術為最），也推進情緒推理的謬誤。
- 「偏見回應專線」和「偏見回應團隊」都是行政組織近來推動的變革，它們讓學校成員更容易彼此匿名舉報「偏見」。這種「感覺可疑，立刻通報」的方法很容易腐蝕群體中的信任感，它也可能讓教授更沒意願嘗試創新或具刺激性的教學方法。此外，它還可能養成凡事先求自保的態度。
- 從更廣的層面來看，致力創造新的行政途徑以解決問題和衝突，會造成加深道德依賴的非預期效果，而道德依賴可能降低學生獨立解決衝突的能力，不論在學期間或畢業之後，都是如此。

第十一章 追求正義

正義乃社會制度首要之德，如真理之於思想體系。

——約翰·羅爾斯（John Rawls），《正義論》（*A Theory of Justice*）¹

美國政治有個奇怪的現象：大多數美國白人在總統選舉時投共和黨，除非他們出生在一九八一年後，或是出生在一九五〇和一九五四年之間。一九八一年後出生的白人之所以投票意向不同，原因不難理解：他們屬於千禧世代或 Z 世代，如伯尼·桑德斯（Bernie Sanders）所見，他們在大多數社會議題和很多經濟議題上左傾。他們不像前幾個世代那麼重視宗教，而共和黨在各方面都讓他們厭煩。不過，一九五〇到一九五四年出生的白人是怎麼回事？他們在一九八〇年代強烈支持民

¹ Rawls (1971), p. 3. 羅爾斯是二十世紀引領群倫的政治哲學家之一，他的著名提問是：如果我們必須待在「無知之幕」後面設計社會，不知道自己會在社會裡扮演什麼角色，我們會設計出什麼樣的社會？

主黨，在那之後大致平均分開，整體上稍微偏向民主黨（你可以自己看看是不是如此：請上網搜尋「出生年如何影響你的政治看法」〔“How Birth Year Influences Political Views”〕。那張互動式政治資訊圖是我們見過最好的之一）。²

為什麼一九五〇年代早期出生的美國白人獨樹一幟，特別受到民主黨吸引？為什麼他們的兄弟姊妹同樣出生在二十世紀中期，跟他們只不過前後相差幾歲，可是在二十一世紀初的投票選擇卻不一樣？

答案可能是一九六八年，或者該說是一九六八前後幾年（約一九六五到一九七一年）深具情緒煽動性的全國政治事件。³政治學家賈珥·吉薩（Yair Ghita）和安德魯·吉爾曼（Andrew Gelman）檢視美國人的投票模式，試圖釐清一個問題：童年經歷的政治事件或政治氛圍，是否會對一個人以後的政治傾向留下某種影響？⁴他們發現：受影響較深的年紀大約在十四到二十四歲，高峰在十八歲左右。與其他年紀比較，人在這個年紀經歷的政治事件（或大家感受到的整體時代精神）對他們影響更深。

要是你遇上一九六〇年代早期出生的美國人，很想聽他們談談自己對一九六八年的感想，這幾個關鍵詞能讓他們掏心掏肺：馬丁·路德·金恩、約翰·甘迺迪、黑豹黨、春節攻勢、美萊村、芝加哥民主黨全國代表大會、尼克森。如果這些關鍵詞沒能激起你的感觸，請上網搜尋「Chuck Braverman 1968」，這部五分鐘的剪輯短片，會讓你啞然無語。請想像一下：當這些歷史性的道德奮戰、悲劇和勝利就在身邊發生，正在形成政治認同的年輕人——他們也許才剛踏進大學校園而已

——會怎麼看這些事呢？

我們今日又置身於這樣的時代。如果吉薩和吉爾曼是正確的，那麼，前幾年的大事和政治氛圍可能影響現在大學生的投票方向一輩子。假設你生在一九九五年，也就是 i 世代的第一年，你進入最受政治影響的階段時（十四歲）是一〇〇九年，歐巴馬宣誓就職那一年。一兩年後，智慧型手機在青少年間變得普及，你也獲得人生第一支 iPhone。如果你決定讀大學，你大概會在一〇一二年踏進校園，這時你十八歲。請問：你和新朋友會討論、發文或抗議的政治事件是什麼呢？會讓你用推特、臉書來按讚表態的議題又是什麼？是一〇一三年十月政府停擺嗎？還是股市開出長紅？

不太可能。引發青少年關注和熱血的不太會是純政治或純經濟的議題，多半是社會議題或不公平者此時還沒有投票權。

² Data from Ghita & Gelman (2014) is made interactive in Cox, A. (2014, July 7). How birth year influences political views. *The New York Times*. Retrieved from https://www.nytimes.com/interactive/2014/07/08/upshot/how-the-year-you-were-born-influences-your-politics.html?_r=0

³ 一九六五年的大事有：《選舉法案》（Voting Rights Act）通過、瓦特暴亂（Watts riot）、塞爾瑪（Selma）遊行、對美國加強介入越戰的抗議升高。一九七一年，尼克森壓倒性擊敗「和平候選人」喬治·麥戈文（George McGovern），順利連任，對很多反文化成員來說，這是沉重的一擊。一九五四年出生的大多數美國人都能在這次選舉中投票，一九五五年出生者此時還沒有投票權。

⁴ Ghita & Gelman (2014) 這篇論文以總統支持率為觀察指標（特點是容易取得），衡量每一年發生的政治事件影響多大——如果你是白人，你剛獲得投票權時的總統又極受支持，你接下來的歲月會更可能投那一黨。但兩位作者也承認：有各種「政治震撼」可能造成影響，例如暗殺、暴動等等，這套模型對白人選民的描述性比對黑人或拉美裔選民高。

Pyramid Film Producers (Producer). (1969). The World of '68 [Video file]. Retrieved from <https://archive.org/details/worldof68>

年	與社會正義有關的重大新聞
2009	巴拉克·歐巴馬就任總統
2010	泰勒·克雷門提（Tyler Clementi）自殺（提高大眾對於LGBT年輕人被霸凌的關注）
2011	占領華爾街（提高收入不平等意識）
2012	崔文·馬丁（Trayvon Martin）命案；歐巴馬連任；桑迪·胡克（Sandy Hook）小學校園屠殺（提高槍枝管制意識）
2013	崔文·馬丁命案兇嫌喬治·茲莫曼（George Zimmerman）無罪開釋；「黑人的命也是命」運動開始
2014	密蘇里州佛格森（Ferguson）警察殺害麥可·布朗（Michael Brown）；紐約警察殺害艾瑞克·賈納（Eric Garner）（有事發影片）；「黑人的命也是命」運動傳遍全美；密西根州弗林特（Flint）飲用水被發現含鉛，提高「環境正義」意識
2015	最高法院裁定同性婚姻合法；凱特琳·詹納公開表示自我認同為女性；白人至上主義者迪倫·魯夫在南卡羅萊納州查爾斯頓殺害九名黑人信眾；南卡羅萊納州議會移除聯盟旗；警察殺害沃特·史考特（Walter Scott）（有事發影片）；各大學爆發反種族主義抗議，從密蘇里和耶魯開始散播到幾十所大學
2016	恐怖分子奧馬爾·馬汀（Omar Mateen）攻擊佛州奧蘭多的同志夜店，殺害四十九人；警察殺害歐頓·史特林（Alton Sterling）（有事發影片）；警察殺害菲蘭多·卡斯提爾（Philando Castile）（有事發影片）；五名警官在達拉斯（Dallas）遇害；四分衛柯林·卡佩尼克（Colin Kaepernick）拒絕在唱國歌時立正：卡羅萊納州要求跨性別人士根據出生證明之性別使用洗手間；立巖印第安保留區（Standing Rock Indian Reservation）抗議興建達科他（Dakota）輸油管；川普獲共和黨提名參選總統，勝選
2017	川普就職；川普試圖實施多項「穆斯林禁令」；女性於華府遊行；柏克萊大學和米德伯理學院為抵制受邀講者發動暴力抗議；川普禁止跨性別者從軍；川普稱讚夏綠蒂鎮遊行者是「很好的人」，在這場遊行中，一名新納粹份子開車衝撞群眾，造成海瑟·海耶爾死亡，多人受傷；拉斯維加斯發生美國有史以來最大規模的槍擊案，五十八人死亡；揭露和阻止性騷擾和性侵害的#MeToo運動開始
2018 (到三月 為止)	在佛州帕克蘭（Parkland）的一所高中，有情緒和行為異常紀錄的退學生尼可拉斯·克魯茲（Nikolas Cruz）槍殺十七人；全美各地學生發起罷課和遊行，要求管制槍枝

不義，而二〇一〇年代的相關議題異常豐富。底下的圖表列出一些通常歸為「社會正義」議題的重大新聞，每年挑出幾件，從 i 世代第一批成員進入十四歲開始。在二〇〇九和二〇一〇年，美國最重要的新聞包括正在發生的經濟危機、健保改革，以及茶黨的興起。可是在接下來幾年，也就是第一批 i 世代成員準備進大學的時候，受高度矚目的社會正義事件越來越多。

雖然每一年都會發生讓人恐懼、戰慄、震撼的重大事件，但二〇一二到二〇一八年似乎尤其特殊，最接近一九六八到一九七二年的強度。要是你仍不相信過去幾年以客觀標準來說相當異常，請再把社群媒體的放大力量加進去。在越戰和一九六〇年代民權運動之後，再也沒有這麼多美國人被似乎沒完沒了的暴戾新聞包圍——無辜的人被打、被殺、被全副武裝的國家機器驅趕。今日大學生親身經歷這異常的年代，於是，他們很多人對社會正義產生異常的熱情。這份熱情是我們的第六條解釋線索，是它推動我們近年看到的一些校園變化。

這一章要談的是社會正義。我們會探究這個詞的意義，並在批判其中一種版本時擁抱另一個。社會正義猶如左右文化戰爭中的引雷針，所以我們認為這是揭露自身立場的好時機。從政治理念來說，葛瑞格自認是自由派，對自由主義觀點有一定程度的共鳴。到 FIRE 任職之前，他曾效力於環境正義團體，曾在中歐一間倡議難民權益和保護的組織工作，也曾在北加州的美國公民自由聯盟實習過。喬認為自己是中間派，在很多議題上傾向民主黨立場，但保守派知識分子的作品讓他獲益良多，從愛德蒙·柏克（Edmund Burke）到湯瑪斯·索威爾（Thomas Sowell）都給他很多啟發。我們都沒有在總統或國會選舉中投過共和黨，都認同社會正義運動追求的大多數目標，例如種

族完全平等、終止性騷擾和性侵害、全面槍枝管制，以及為環境盡好管理之責。我們都認為：大學校園目前思考和追求社會正義的方式，不但會帶來很多問題，也會引起抗拒和反感，但有些投身相關運動的人似乎沒看出原因何在。在這一章裡，我們會陳述大學目前對於社會正義的一些看法，並提出另一種思考方式。我們相信這種思考方式能讓社會正義更可能達成，同時也能兼容大學的傳統目標：追求真理。

「社會正義」究竟是什麼？目前沒有廣為接受的定義。我們會從「正義」著手，先呈現各種「社會正義」的界定在概念上有哪些不同，再找出它們的共同之處。我們會試著這樣抽絲剝繭，帶出「社會正義」的意義。

直覺正義

正義或許是西方哲學史上最重要的道德概念。從柏拉圖的《理想國》到羅爾斯的《正義論》，哲學家們一直試著思考公平或「正義」社會的基礎，也提出許多建立這種社會的規範和原則。儘管我們有心推導正義的哲學定義，但我們不會在這裡回顧整部哲學史。我們會抄捷徑帶你認識心理學研究的兩大領域，因為結合這兩個領域之後，我們可以為人們日常的、一般的、「直覺」的正義觀念下工作定義。「直覺正義」(intuitive justice)結合「分配正義」(distributive justice)和「程序正義」(procedural justice)，前者是社群成員認為人應得所應得，後者是大家認為分配資源和實施規則的過程應該是公平而值得信任的。我們接下來要討論的是：對於社會正義的主張，在哪些地方合

乎直覺正義？在哪些地方又不符合？

分配正義

分享在孩子們的道德生活裡扮演重大角色，他們經常練習均分東西。如果四個孩子分十二顆軟糖，那麼每個人都該分到三顆。理所當然。可是，如果軟糖是打掃教室的獎品，而其中一個孩子做了大部分工作，另一個卻什麼也沒做，孩子們會怎麼分呢？似乎連幼兒都認為比例原則很重要。有一個實驗讓兩歲孩子看分東西，結果發現：當一個人做事、另一個沒做事，兩個人卻獲得一樣的獎賞，孩子會顯出訝異的樣子。⁶到六歲時，孩子會明確傾向讓群體裡最努力的人得到獎賞，即使平等獲酬也是選項之一。⁷如果照比例直覺是自己得的較少，年紀小的孩子在順從這份直覺上會遇到困難，但青春期的孩子不一樣，他們讓自己一體適用比例原則的能力好得多。⁸發展心理學家克里斯蒂娜·史塔曼(Christina Starmans)、馬克·謝斯金(Mark Sheskin)和保羅·布倫(Paul Bloom)回顧對孩童做的相關研究後結論道：「人天生偏好公平分配，而非平等分配」，「當公平(fairness)

⁶ 史隆(Sloane)、貝拉真(Baillargeon)和普瑞馬克(Premack)¹〇二一年的研究發現：二十一個月大的嬰兒注視不符比例原則的場景的時間，比注視只有做事的人獲得獎賞的時間更久。關於公平意識在幼年時期便已出現的文獻回顧，請見：Bloom(2014)。

⁷ Damon(1979); Kamgiesser & Warneken(2012).

⁸ Almas, Cappelen, Sorensen, & Tungodden(2010).

和平等（equality）衝突，人偏向公平但不平等，而非不公平但平等」。⁹

講得更清楚一點：分配正義有時要的是平等。舉例來說，對於父母過世後留下的遺產，美國人的共同直覺似乎是兄弟姊妹平等均分，而非估量誰為父母做的更多或誰更需要。不過，分配正義有時候要是不平等，例如依需要程度來分配，這種情況在家庭或團體裡尤其常見。如果成員之間有共識，都認為把資源給最需要的人是公平而適切的，就會選擇這種形式的分配正義。不過，正如史塔曼、謝斯金和布倫的論文所說，孩童和成人在家庭以外分配酬賞時，最常見也最受偏好的原則是依照比例或論功行賞。

比例原則是「衡平理論」（equity theory）的核心，而衡平理論是社會心理學中分配正義的主要理論。¹⁰它的核心主張是：當成果（outcome）之於付出（input）的比例對所有參與者是平等的，大家就認為這合乎平衡或公平。¹¹我們能用簡單的等式表達這個理論，如圖11.1。

衡平理論研究的一貫發現是：在大多數關係中，人很在意每個人的回報（亦即成果，例如薪資和津貼）和他們的貢獻（亦即付出，例如工時、技能或資歷）合乎比例。雖然人較常在工作關係上斤斤計較，較少在親密關係裡這樣做，但人就算在婚姻中也不會放下這些比例。另一方面，因為自利偏差（self-serving bias）的關係，人常常覺得自己做的比從部分或全部工作中獲得的「公

平份額」更多。¹²當大家感到各種比例是平等的，大家會認為分配是公平的，達成和諧的可能性很高。但當大家認為某個人的比例太高，他們會憎惡那個人，因為那個人得到的回報與他們的貢獻不成比例。他們也可能會憎惡容許這種不公平存在的老闆、公司或制度。不過，在計較酬勞時，人的出發點並不單是貪心。一份早年研究衡平理論的報告發現：如果引導人相信自己在工作上得到過多酬勞，他們會更加努力，好讓自己值得拿那麼多酬勞——簡單來說，把比例拉回來。¹³

程序正義

直覺正義不只在乎一個人得到多少，也牽涉決定分配（和其他事務）的過程如何。社會心理學家湯姆·泰勒（Tom Tyler）是研究「程序正義」的先鋒之一。¹⁴他的主要發現是：當人認為決定過程是公平的，即使結果對自己不利，他們還是很願意接受決定。

評判程序正義時，人基本上關心兩件事。第一是決定是怎麼做的，包括：決定者是否已盡其所

⁹ Starmans, Sheskin, & Bloom (2017).

¹⁰ See Adams (1963); Adams (1965); Huseman, Hafield & Miles (1987); Walster, Walster, & Berscheid (1978).

¹¹ Walster, Walster, & Berscheid (1978).

¹² Ross & Sicoly (1979).關於對平等和比例的在意如何隨關係和脈絡而變化，請見費斯克（Fiske）一九九二年的討論。

¹³ Adams & Rosenbaum (1962).

¹⁴ Lind & Tyler (1988).亦可見.. Tyler & Blader (2014).以及.. earlier work by Thibaut and Walker (1975).

能維持客觀中立，所以值得信任？是否有利益衝突、偏見或其他因素導致他們心存偏見，以致偏袒特定人士或特定結果？此外，大家都清楚程序內容嗎？第二個基本考量是：在整個過程中，人是怎麼被對待的？這主要指：人是否獲得尊嚴對待？是否能提出自己的說法？——他們能否完整陳述自己的情況，而且被認真以待？

泰勒的發現對了解人如何回應警察尤其重要。當大家認為警察有依公平程序行事，而且尊嚴對待自己和與自己類似的人，他們會更願意支持和協助警方打擊犯罪，甚至可以接受偶爾被警方制止和搜身，因為他們相信警方是為周遭地區的安全行事。然而，如果大家認為警方挑人搜身是出於種族偏見，而且以不尊重的態度、敵意、甚至暴力對待與自己類似的人，他們可想而知會感到憤怒，並把警方當成敵人。在一〇〇一年發表的一份研究裡，泰勒和心理學家霍媛（音譯：Yuen Huo）發現：在兩個加州城市中，雖然白人和非白人居民對程序正義的意義看法相近，但各自的經驗讓他們對警方待人方式的感受非常不同，這項不同正足以說明對警方態度的種族差異。¹⁵

結合正義的兩種形式，我們可以說：直覺正義具有分配正義的特色（如衡平理論），也有程序正義的內涵。如果你想鼓勵大家因正義之故支持新政策或參加運動，你必須讓他們產生清楚的感受（或直覺）：有人沒有得到他們應該得到的（分配不正義），或是有人成為不公平程序的受害者（程序不正義）。如果你無法帶起其中至少一種感受，大家就更有可能安於現狀，即使這種現狀裡有人或團體能比其他人得到更多的資源、更高的地位。¹⁶

比例—程序社會正義

保守派和自由派都有人主張：「社會正義」這個詞沒有用處——世上只有正義，加上「社會」根本多餘。¹⁷我們不贊同這個看法。我們認為：在西方世界的現代政治論辯裡，可以看出兩種判然有別的社會正義形式，一種屬於直覺正義，另一種則否。

這裡有一則與正義的直覺概念相符的社會正義定義，出自全國社工協會（National Association of Social Workers）：「社會正義指的是每一個人在經濟、政治、社會上應有平等的權利和機會。社工的目標是為每一個人打開權利（access）和機會之門，尤其是那些最需要的人」。¹⁸美國人大多同意人人應有平等的權利和機會，門應該向每一個人敞開。¹⁹在社會政策上，很多左右之爭的爭執點

¹⁵ Tyler & Huo (2002).

¹⁶ 也有研究指出另一種因果關係：想合理化現狀的人很多，這種意願促使他們合理化現存的不義。See this accessible and recent overview: Jost, J. T. (2017). A theory of system justification. *American Psychological Association*. Retrieved from <http://www.apa.org/science/about/psa/2017/06/system-justification.aspx>

¹⁷ 普特南在《階級世代》中說：「如果被迫選擇，美國人無分收入多寡，會這樣講的幾乎二比一：『對美國來說……保證每一個人有改善自身經濟地位的公平機會，比降低美國的不平等更重要。』」（英文原版第31至32頁）他引述的問題出自

¹⁸ 全國社工協會網站現在找不到這則定義了，但它至少被運用到一〇一七年八月十一日。這裡可以看到：NASW. (2017, August 11). Social justice [via web.archive.org]. Retrieved from <https://web.archive.org/web/20170811231830/https://www.socialworkers.org/pressroom/features/issue/peace.aspx>

¹⁹ 二〇一一年皮尤經濟流動項目（Pew Economic Mobility Project）的調查。

是：對出身不平等環境的孩童，為了讓他們獲得平等的機會，政府應該介入到何種程度？（還有：該負起平等化責任的是聯邦政府？州政府？還是地方政府？）

我們從社會正義的定義出發，將比例—程序社會正義（proportional-procedural social justice）界定如下：如果有人因為他們出身貧困或屬於社會弱勢族群，就被排斥在分配正義或程序正義之外，比例—程序社會正義便是發現和調整這些情況的努力。這樣的案例有些十分明顯，一九六五年以前美國南方歧視黑人的法律就是如此。這些法律踐踏程序正義，肆無忌憚得令人震驚。種族歧視的警察、法官和立法機關冷血忽視美國黑人的尊嚴，殘酷地侵犯他們的權利。這些對程序正義的侵犯直接造成對分配正義的大規模破壞，傷害幾乎遍及生活每一個領域（即使是對既隔離又極不平等的學校，公共支出也非常不平等）。

民權運動是追求比例—程序社會正義的漫長奮鬥。不是每個人一開始都能看出這種不義，很多白人也被鼓動視而不見。²⁰可是，共同人性身分認同最後之所以能如此有力，原因正在於此。這種身分認同一方面強調人性共通，另一方面讓大家注意有人的尊嚴和權利遭到剝奪。它不逼美國白人接受新的正義概念，而是試圖幫助美國白人看見自己的國家自相矛盾——它違反了自身的正義觀念。儘管開國元勛將正義說得崇高，美國卻把正義實現得如此不完美。

據我們所知，比例—程序社會正義在大範圍的直覺正義中完全失敗。可是，這並不代表我們應該拋棄「社會正義」這個詞。有些基於種族、性別或其他因素（及其交織）的不義很明顯，但其他不義幽微隱晦，沒經歷過的人可能察覺不出來（金柏利·克倫肖已指出這點）。²¹如果正義研究領

域的專家能進一步討論這種類型的不義，我們相信是有益的。此外，當有人指出這些不義，多數團體的人常常被鼓勵忽視它們或否定它們。²²民主社會必須滿足的重要要求之一，是提供管道讓人民和團體對正義提出新的主張。開放的民主社會會思考、辯論這些主張，並採行在論證上有說服力、在政治上亦形成有效壓力的主張。如果最後完成的新法能廣受社會新風氣支持（如一九六〇年代民權運動所帶動的風潮），便相當符合民主制度中的道德和社會進步定義。

舉個例子解釋幽微的不義：假設有所高中的學生有百分之八十是白人、百分之二十是黑人。學生會正在為畢業舞會做計畫，必須選好在舞會上要播哪些歌。剛好，學生們的音樂品味大致上因種族而異。學生會用投票決定該怎麼選歌，勝出的方案是讓學生各自提名一些歌曲，然後每一首歌都由全體學生表決是否採用。民主就是投票，對吧？既然程序都照民主方式來，選歌結果應該符合制度公平，沒錯吧？

在一九九四年出版的《多數的暴政》(*The Tyranny of the Majority*) 中，哈佛法律學者菈妮·吉

^{21 20} 請參考系統正當化理論（System Justification Theory）的研究，如.. Jost, Banaji, & Nosek (2004)。請見第三章的討論，以及 .. Crenshaw's TED talk: TED (Producer). (2016, October) Kimberlé Crenshaw at TEDWomen

²² 有時候，少數族群的成員也被鼓勵否認這些不義；請參考系統正當化理論的研究，如.. Jost, Banaji, & Nosek (2004)。

尼爾（Lani Guinier）討論了一此類似的案例。²³她指出：看似公平的過程有時可能造成偏差，讓少數族群在過程最後完全失語。拿上面那個高中的例子來說，表決之後，很可能百分之百的選舉都是白人學生提名的。要是你覺得選舉只是無關宏旨的小事，請想像你選的是州議員而不是歌。吉尼爾提了幾種替代方案，讓群體既能進行選舉、又能分割選舉權力，讓少數族群不致被排除或陷入不利。

某些右派政治人物對吉尼爾的主張深表憤怒，尤其是她的方法可能改變「每席一人一票」的基本制度。她被《華爾街日報》（*The Wall Street Journal*）稱作「配額女王」。²⁴她也曾被柯林頓提名為司法部民權司副部長，但因為她的觀點引起不少爭議，提名終被撤回。²⁵雖然她建議的方案是否合適有待討論，但她精心申論的原則確實有理：民主國家必須保護少數人的權力。美國憲法當年之所以迅速加入十條修正案（即權利法案），原因之一就是要實現保護少數原則（民主國家裡的多數不需要權利法案保護，因為他們已經能透過投票保障自身權力了）。

如果社會正義指的是找出並終結對人權或民權的侵害（尤其是涉及社會身分群體的侵犯），那麼，社會正義的意義就是移除障礙，創造機會的平等。當社工們將社會正義界定為「為每一個人打開權利（access）和機會之門，尤其是那些最需要的人」，他們想實現的正是這種社會正義。比例——程序社會正義是正義，而正義從來不是真理的敵人。正義需要真理和誠實，所以，正義也與大學的目的、價值和日常生活完全相容。那麼，如果社會正義運動者一心實現他們企望的最終狀態，但他們追求的目標違反分配正義或程序正義，會造成什麼情況呢？

平等——結果社會正義

喬還在維吉尼亞大學（UVA, University of Virginia）教書時，有時會雇 UVA 男子划船隊的隊員來幫他整理院子。每到秋天和春天，划船隊的男學生會在老師們的郵箱塞傳單，幫他們的「划船手出租」服務打廣告。喬原本以為自己請來的是 UVA 男子划船隊的隊員，跟他們聊過之後才知道不是這麼回事——沒有 UVA 男子划船隊這種東西，只有 UVA 划船會。雖然參加划船會活動的全是維吉尼亞的學生，但學校沒有提供經費給他們。他們每年得繳超過一千美元的會費，也必須加入「划船手出租」活動，自己籌船隻費、教練費、比賽交通費和其他費用。他們跟 UVA 女子划船隊在里瓦納湖（Rivanna Reservoir）共用一間船塢，但女子划船隊不一樣——她們的經費由學校全包，包括交通費、教練費和船塢零食費在內。

為什麼同樣想划船、同樣是維吉尼亞大學的學生，卻因為性別而有這麼不一樣的待遇？答案是第九條的實踐方式多年來已有變化。它的本意是提供平等權利（access），讓女性和男性都能獲得教育機會，可是執行方式已經演變成逼學校達成平等結果，不論學生付出多少。

從表面上看，第九條相當公平合理，它禁止領取聯邦資金的大學在「教育機會」上歧視女性。

²³ Guinier (1994).

²⁴ Bolick, C. (1993, April 30). Clinton's quota queens. *The Wall Street Journal*.

²⁵ Lewis, N. A. (1993, June 4). Clinton abandons his nominee for rights post amid opposition. *The New York Times*. Retrieved from <http://www.nytimes.com/1993/06/04/us/clinton-abandons-his-nominee-for-rights-post-amid-opposition.html>

適用到大學體育活動時，卡特（Carter）政府在一九七九年將它詮釋為「平等機會」：獎學金應「以參加該校體育計畫之男女人數比例為基礎發放之」；另外，「此領域之指導原則為：男女學生之體育興趣與能力須平等而有效地相符」。²⁶換言之，結果（如獎學金和運動隊伍員額）和付出（如參加興趣）必須合乎比例。人無分男女，獲得運動類獎學金或加入運動隊伍應該同樣容易。

可是在一九九六年，柯林頓政府開始向學校施壓，希望學校能達成平等結果。²⁷美國教育部民權辦公室向所有接受聯邦經費的學校發布「親愛的同事」（Dear Colleague）信函（落實第九條的總指導方針），²⁸信中說明學校應該如何配合第九條的相關義務。²⁹其中一種配合選項是：學校證明該校體育課程（全部課程合計）反映出全體學生性別平衡。信中其實還有提出另外兩種落實方式：³⁰可是就實務面而言，選擇那些方式會讓學校處在灰色地帶，很容易招來民權辦公室的監督、甚至調查，所以幾乎沒有學校這樣做。另一方面，媒體和各式各樣組織向來對學校盯得很緊，男女生比例很容易被見縫插針。³¹於是，學校紛紛千方百計達成平等結果。有些學校以裁撤男生運動隊伍作為改善性別平衡的努力，而且有時候以第九條為裁撤理由。³²更常見的作法是增加女生隊伍。雖然這種作法比較符合第九條的原始精神，但有時還是造成不平等待遇。維吉尼亞大學就是如此：一九九四年以前，男子划船和女子划船都是社團運動——沒有校隊。為了配合第九條，學校把女子划船升為校隊運動，卻沒有對男子划船這樣做。

當然，如果男女學生對參加運動有同等的興趣，兩種版本的社會正義會朝同一個方向發揮影響，一起造成政府希望看到的平等結果最終狀態。讓每個人有同樣的運動權利（access），運動隊

伍便能反映整體人口性別比例。但請注意：這些例子的「平等結果」不一定指一半一半，而是指能代表全體學生的性別比例，而全體學生的性別比例通常是女生較多。「平等結果」指的是：參加

²⁶ See U.S. Dept. of Education, Office for Civil Rights. (1979, December 11). A policy interpretation: Title IX and intercollegiate athletics. Retrieved from <https://www2.ed.gov/about/offices/list/oer/docs/t9interp.html>

²⁷ 一九九三年柯漢控布朗大學案（*Cohen v. Brown Univ.*）的聯邦判例，已預示教育部三年後的官方立場。在柯漢案中，女子體操隊和排球隊因為遭到裁撤（據稱出於財務原因），狀告布朗大學。法庭裁定布朗大學違反第九條，理由是：女生取得代表權的比例低於女生占全校學生的比例，還有，女生參加運動的興趣未獲充分滿足。為符合第九條的要求，布朗大學必須完全照顧到代表不足的性別，或是依註冊學生比例提供平等機會。請見：99 F.2d 888, 899 (1st Cir. 1993)。換句話說，如果無法完全照顧到代表不足的性別的興趣，就必須削減過度代表的性別的機會，直到比例相符為止。

²⁸ 其實全國只有五所學校沒收到關於「親愛的同事」信函的更多資訊，請見.. Admin. (2013, May 28). Frequently asked questions regarding the federal “blueprint” for sexual harassment policies on campus. FIRE. Retrieved from <https://www.thefire.org/frequently-asked-questions-regarding-the-federal-blueprint-for-sexual-harassment-policies-on-campus/#whatisdc1>

²⁹ Cantú, N. V. (1996, January 16). Clarification of intercollegiate athletics policy guidance: The three-part test [Dear Colleague letters]. U.S. Department of Education. Retrieved from <https://www2.ed.gov/about/offices/list/oer/docs/clarific.html>

³⁰ 第一種配合方式是證明學校在達到第一個標準上「有進步」。第三種配合方式是證明代表不足的性別的興趣已被「完全而有效地照顧」——在實務上，學校必須證明有興趣參加某種運動的女生不夠組成一隊。這兩種方式雖然看似能讓學校在達成平等結果上脫身，但實際上，這兩種作法只會引起民權辦公室嚴密審查，而配合規定的最高目標之一就是避免政府單位調查。所以，徹底避免調查的唯一辦法是滿足第一項標準，幾乎每間學校都選了這一種。

³¹ 關於學校被以最高標準監督的證據，請見.. Thomas, K. (2011, April 25). College teams, relying on deception, undermine gender equity. *The New York Times*. Retrieved from <http://www.nytimes.com/2011/04/26/sports/26titlex.html>

³² Thomas, K. (2011, May 1). Colleges cut men's programs to satisfy Title IX. *The New York Times*. Retrieved from <http://www.nytimes.com/2011/05/02/sports/02gender.html>

運動的學生的男女比例，應該跟全體學生的男女比例一樣。更廣泛點說，推動平等—結果社會正義的人似乎認為：所有機關、職業都該反映美國人口比例：女性百分之五十，非裔美人百分之十五左右，拉美裔百分之十五……等等。只要有任何一項不符比例，就代表某個群體「代表不足」（underrepresented），而代表不足常被視為制度偏見或不正義的直接證據。

可是男女對很多事興趣不同，對運動也是如此。在對於這類研究的一份回顧裡，密西根州河谷州立大學（Grand Valley State University）心理學家羅伯·丁納（Robert Deaner）發現：男性比女性對做運動和觀賞運動都更有興趣，而且不論文化、時代、年齡層，採取的是訪問調查還是觀察遊戲行為，結果都是如此。³³當然，這些差異可能只反映一種廣泛的跨文化傾向：人習於阻礙女性參加運動，慣於剝奪她們的機會。然而，如果這種解釋是對的——如果女孩想做某些事卻被勸阻——那麼，和在校園裡相比，女生在非正式場合（例如在公園玩樂）表現的性別差異應該較小才對，但實際情況是反過來：女生在學校表現的性別差異相對較小——高中隊伍裡有百分之四十二的運動員是女生——相反地，不論是觀察青少年在公園裡做些什麼，或是調查他們如何運用空閒時間，男女之間的性別差異都大得多。³⁴目前能看到的研究指出：女性對鍛鍊身體的興趣和男性是一樣的，可是對團體運動就不是如此。³⁵

如果這是真的——如果平均而言，男性對團體運動更有興趣——大學就不可能光靠提供平等機會來達成平等結果的目標。他們還必須更努力找女生加入，也許還得勸退一些男生。事實上，為了達成平等結果目標，很多大學已經使出有倫理疑義的手段，這些手段被籠統稱為「人頭管理」

（roster management），它們有時近乎欺騙。根據《紐約時報》110—11年的爆料，³⁶虛報的情況非常普遍。學校把沒來練習的女生也填進女子運動隊紀錄，而且本人有時根本不知道有人替自己簽到。有些學校找男生來跟女生練習，然後把男生也算進女子隊紀錄。這份爆料讓人覺得美國大學不光明磊落也不誠實，但我們在上一章講過，行政官僚會這樣回應並不令人意外。當聯邦政府向大學施壓，硬要他們在不平等的付出下達成平等結果，行政人員只好使出渾身解數保護學校，即使他們可能得為此違反程序正義、分配正義和誠信。

用衡平理論來思考這件事，你一定能看出基本問題何在（如圖11.2）。在維吉尼亞大學，想划船的男生必須比女生付出更多（每年一千美金以上的會費，而且要兜售自己的勞力），但他們得到的

³³ Deaner, Balish & Lombardo (2016). 他們也提出很多證據證明：女生出生前暴露於睪酮素與往後對運動感興趣相關（尤其是更典型的男性運動）。

³⁴ Deaner et al. (2012).

³⁵ 當然，持懷疑態度者會說這些差異是因幼年社會化差異而起，舉例來說：在玩具店裡，擺放男生玩具和女生玩具的專櫃很不一樣，女生玩具那邊放的運動玩具少得多。這種看法確有可取之處。可是，就算以性別中立或性別顛倒的方式對待孩童，試圖藉此改變他們因性別而不同的遊戲行為，過去成功的案例很少，例如大衛·利馬（David Reimer）的悲慘例子，請見.. Burkeman, O., & Younge, G. (2004, May 12). Being Brenda. *The Guardian*. Retrieved from <https://www.theguardian.com/books/2004/may/12/scienceandnature.gender>. 此外，玩具店應該是在回應不同性別的偏好，而非形塑男生和女生的好。即使不同性別的運動偏好全然是幼年社會化（而非出生前激素）所致，還是無法合理化要求大學做到平等結果，雖然如此一來，要求小學做到平等結果可能有其意義。

成果卻比女生更少（女生的預算比他們多很多）。比例非常不平等。

當然，如果我們看維吉尼亞大學的全部運動預算，得到的印象又不一樣。男子橄欖球計畫的預算相當龐大，而且沒有女子橄欖球隊。所以整體來看，學校花在男生運動上的錢還是高於女生運動。如果你堅決支持平等——結果社會正義，你也許會說男划船手遭到不平等待遇是必要的，因為這樣才能打平用在他男運動員身上的錢。

男生的成果	<	女生的成果
男生的付出	>	女生的付出

圖 11.2 男划船手必須自行賺取經費，女划船手由學校補助，男生成果之於付出的比例比女生低很多。

可是你一出校園就會發現，這種論點沒辦法說服太多人，因為它很難連上衡平理論或程序公平，所以不太可能讓人在直覺上信服。大多數人希望個體被好好對待，看到為了達成某種集體層次的平等而讓個體受到不公平待遇，他們會不以為然。配額制之所以往往引起強烈反彈，原因正是在於：為了達成特定的平等結果最終狀態，它不惜要求違反程序正義（人因為自己的種族、性別或其他因素遭到不同對待），侵害分配正義（收穫與付出不成比例）。

有一點必須講清楚：不平等的現象有時的確代表有某種偏見或不義在發酵。有些機構或公司讓某些群體的成員更難成功，例如最近一些書籍和文章裡提到的矽谷「兄弟文化」（bro culture）。³⁷這種有害的文化傷害女性的尊嚴與權利（程序不正義），不讓她們獲得地位和升遷，不依工作品質支付她們應得的薪資（分配不正義）。當你看到某些群體被代表不足，你難免會想找出原因，

相關性不代表因果

探究是否有障礙、敵意氣氛或制度因素從中作梗，對那些群體的成員造成不一樣的影響。問題是：發現不平等的結果時，你怎麼知道那真的透露出正義受到侵犯呢？

每個社會科學家都知道相關性不代表因果。如果 A 和 B 似乎有關聯——A 和 B 隨著時間一起改變，或是以高於偶然的機率一起出現在母體中——那就一定有 A 造成 B 的可能性。不過，也有可能是 B 造成 A（逆向因果關係），或是第三個變項 C 造成 A 和 B，而 A 和 B 之間沒有直接關係（A 和 B 也可能是我們第七章講過的「偽相關」，亦即 A 和 B 和關聯只是巧合）。

舉例來說，有一份對七千五百個德國家庭所做的研究發現：性行為一週四次以上的人，比性行為一週只有一次的人多賺百分之三點一。性行為頻率與薪資（略微）相關。可是為什麼會這樣？哪個是因？哪個是果？Gawker.com 有一篇介紹這個研究的文章，標題是：〈多多嘿咻錢多多：多做愛做的事讓你發大財〉（More Buck For Your Bang: People Who Have More Sex Make The Most Money）。³⁸ 標題說 A（性行為）造成 B（錢），如果你的目的是拐人進來衝點閱率，選這種因果解釋當然再好不過。可是，每個聽到這個因果解釋的社會科學家都會當場一怔，馬上開始想可不可能

³⁷ Chang (2018).

³⁸ Rivlin-Nadler, M. (2013, August 17). More buck for your bang: People who have more sex make the most money. Gawker. Retrieved from <http://gawker.com/more-bang-for-your-buck-people-who-have-more-sex-make-1159315115>

是逆向因果關係（是不是賺越多錢讓人發生越多多性行為？），接著又想能不能放進第三個變項加以解釋——就這個例子來說，好像該用第三個變項解釋才對。³⁹ Gawker那篇文章本身就有提到：越外向的人性行為越多，賺得錢也越多。也就是說在這個例子裡，可能是第三個變項C（外向，或高社交性）造成A（更多性行為）和B（更多錢）。

社會科學家向來會以這種方式分析相關性（讓家人朋友煩死）。他們自命為對話裁判，每次有人想把相關性詮釋成因果關係就舉黃牌。可是校園近幾年來發生一件有趣的事：現在如果有人指出結果差距，並明示或暗示差距本身就是制度不正義的證據，社會學家常常只是跟其他人一樣點頭稱是。

結果差距也是一種相關性。但現在只要有人翻出研究或其他資料，指出它們證實某個群體在某種職業中被過度代表，或是在薪資上存在差距，他們常常是暗示那個群體的成員造成該群體的成員更容易受雇用，或是能拿到更好的薪水。如果除了該群體的身分之外，找不出其他解釋結果差距的理由，那麼這項差距的確是不恰當或不法歧視的證據。舉例來說，如果有人指出頂尖科技公司的電腦工程師多半是男性，他們的意思經常是：這些員工的男性身分造成他們更容易獲得雇用或升遷。如果男性和女性電腦工程師之間沒有別的差異，這顯然不正義。

可是，真的沒有別的差異嗎？真的沒有其他因果解釋嗎？如果你提出對於這項差距的其他解釋，其他人可能以為你是說這個問題沒有指出的人講得那麼嚴重——這時要是有人對你的解釋感到不悅，你就可能被指控犯了「微侵犯」之過（更確切點說是「微無效」[microinvalidation]）。⁴⁰ 要

是你提出的其他假設居然包括猜測有根本差異存在——或許有某種與成果相關的付出（例如：男女之間對運動或寫程式的興趣，或許存在性別差異）⁴¹——你恐怕觸犯了很嚴重的禁忌。

在〈想都不行的心理〉（“The Psychology of the Unthinkable”）這篇文章裡，社會心理學家菲利普·泰特洛克（Philip Tetlock）將這種行為稱做使用「禁止的基本比率」（forbidden base rates）。⁴² 然而，如果禁止這種思考，社會學家也不像平時那麼努力挑戰在政治上受偏愛的理論，「制度性消除確認」——挑戰和檢驗觀念的過程——將土崩瓦解。如果教授和學生怯於對結果差距提出其他解釋，解釋這些差距的理論可能僵化為教條。人們接受觀念不再是因為它們真確，而是因為政治優勢團體要它們真確，以便推展其所偏好的敘事和補救方式。⁴³ 到了這種時候，有缺陷的學術理論有

³⁹ 實際研究指出：因為「性行為被視為健康、生活品質、幸福和快樂的指標」，而「健康、認知技能、非認知技能和個性，都是影響收入水準的重要因素」，所以「我們不清楚這種相關性是否代表因果關係」。Drydakis, N. (2013). The effect of sexual activity on wages. *IZA Discussion Paper No. 7529*. Retrieved from <http://ftp.iza.org/dp7529.pdf>

⁴⁰ 依照隋文（Sue）等學者的定義，「微無效」指「排除、否定或忽視某有色人種之心理思考、感受或其所經驗之現實的溝通」。Sue et al. (2007), p. 274.

⁴¹ 在認知能力上，性別差異通常很小或不存在。可是在感興趣或喜歡的事情上，性別差異經常很大，在不同文化裡都是如此，與暴露於哪種出生前激素相關。關於性別差異與職業選擇相關性的研究回顧，請參考… Stevens, S. & Haidt, J. (2017). The Google memo: What does the research say about gender difference? *Heterodox Academy*. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/the-google-memo-what-does-the-research-say-about-gender-differences>

⁴² Tetlock, Kristel, Elson, Green, & Lerner (2000).

⁴³ See Nordhaus, T., & Shellenberger, M. (2013, Winter). Wicked polarization: How prosperity, democracy, and experts divided America. *The Breakthrough Institute*. Retrieved from <https://thebreakthrough.org/index.php/journal/past-issues/issue-3/wicked-polarization>

社運人士的熱血和確信做後盾，它們可能不但在大學裡實行，也被運用到高中、公司和其他組織。當改革者嘗試干涉複雜的制度，使用的理論卻漏洞百出，立基於對因果關係不完整或有缺陷的認識——很遺憾，他們為改革付出的心血不太可能帶來任何好處，甚至可能讓情況更糟。

*

現在的大學生活在特殊的年代，他們很多人對社會正義具有特殊的熱情。他們看到劣跡斑斑、但始終沒有好好處理的不義，遂起而挺身挑戰。一九六〇年代的學生也曾為很多議題而戰，從今天回過頭看，他們的抗爭目標確實崇高，例如結束越戰、賦予非裔美人和其他人完整民權，還有保護自然環境。在我們看來，今日學生爭取的很多目標也很崇高，例如：終結法律制度和警民交涉中的種族不義；為每一個人提供平等的教育機會和其他機會，不論出身；以及掃除鼓勵或造成性騷擾和性別不平等的文化習慣。在這些議題和很多其他議題上，我們認為抗議學生站在「歷史正確的一方」，我們也支持他們的目標。不過，社運人士要是選擇擁抱平等結果版的社會正義——要是他們將所有不符母群體常模的偏差都當成制度偏見的證據——他們會陷入無窮無盡又不斷造成反效果的抗爭，甚至將矛頭指向與他們目標相同的人。在這個過程裡，他們會強化本書一再談到的不良心理習慣。

我們很希望學生們能改變看法，把不符母群體常模的偏差當成進一步深究的邀請。求職名單

和求職管道有偏差嗎？如果有，請多留意這套程序的起點，而非終點，也請敞開心胸思考一種可能性：不同性別和不同文化的人，也許偏好本來就不一樣。此外，對程序正義和分配正義應該同等看重：各種身分群體的人都有受到平等的尊嚴對待嗎？在達成統計數字平衡的組織裡，答案也許是否定的；可是在某些群體代表不足的組織裡，答案卻可能是肯定的。請釐清哪種最終狀態比較重要，原因又是什麼。只要社運人士留心人人心中的直覺正義兩組成——分配正義和程序正義——他們將能把心力用在最可能創造最大福祉的地方，並一路贏得更多支持。

總結

- 二〇一二到二〇一八年政治事件極具情緒煽動性，社會氛圍類似於一九六〇年代後期以降。為回應這些事件，今日的大學生和學生抗議者熱中投入社會正義運動。這是我們的第六條、也是最後一條解釋線索。
- 人對正義一般的、日常的、直覺的觀念包含兩大類型：分配正義（認為人應得所應得），以及程序正義（認為分配資源和實施規則的過程應該是公平而值得信任的）。
- 衡平理論主張：當成果之於付出的比例對所有參與者是平等的，便合乎公平。這也是人對分配正義最普遍的思考。
- 程序正義關切的是決定如何做成，以及人在程序進行中被如何對待。
- 社會正義是今日校園生活的核心概念，它有很多種形式。當社會正義的努力完全合乎分配正義和

程序正義，我們稱之為比例—程序社會正義。這些努力的目標通常是移除障礙以達成機會的平等，並確保每一個人都獲得尊嚴對待。然而，當社會正義的努力目標是達成群體間結果的平等，而社會正義運動者也願意為某些個體的緣故，在過程中侵犯分配正義或程序正義，這些努力會違反很多人的直覺正義感。我們稱這種情況為平等—結果社會正義。

- 相關性不代表因果關係。可是在今日大學的很多討論裡，只要發現特定群體的特徵或身分與結果差距有關，相關性就被當成（結構或個體）歧視造成結果差距的證據。然而，雖然結果差距有時是歧視造成的，有時並非如此。如果提出其他可能的因果解釋總是招來負面後果，社群將很難獲得對該問題的精確認識。而不理解問題的真正本質，就不太可能加以解決。

我們在此結束本書第三部分。在這六章裡，我們討論了近年交織的多股潮流和解釋面向，說明它們如何造成第一部分呈現的安全至上新文化，以及第二部分回顧的戲劇性事件。這些面向有的能追溯到過往歷史，有的孕育於童年時期，有的涉及全國政治風氣。在解釋我們何以陷入今日處境之後，我們要轉向下一個問題：今後該怎麼做？

提升智慧

第四部分

第十二章 讓孩子更有智慧

美國青少年出了嚴重問題，我們在統計裡看到憂鬱症、焦慮症和自殺率越來越高。很多大學校園也出了嚴重問題，我們看到嗆聲文化發酵，看到學生投入更多心力寵邀講者或開場，也看到言論規範漸漸改變，例如近來傾向以「安全」或「危險」的框架來評價演講。安全至上新文化和報復式的防衛心態對學生有害，對大學也有害。若想改變這種風氣，我們該怎麼做呢？

我們會在下一章提出改善大學的建議，但我們得從童年階段談起。第八和第九章提過：家長現在變得更緊迫盯人和過度保護（中產階級和較富裕的家庭尤然）。之所以會出現這種變化，部分是因為對誘拐不切實際的恐懼，部分是因為對申請名校（稍微）合乎現實的擔心。我們講過：自由玩樂減少可能是孩子越來越脆弱的部分原因。在這一章裡，我們會以前面各章為基礎，提出讓孩子更

¹ Stevens, S., & Haidt, J. (2018, March 19). The skeptics are wrong: Attitudes about free speech are changing on campus. *Heterodox Academy*. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/skeptics-are-wrong-about-campus-speech>

有智慧、更堅強又反脆弱的養育建議。如果孩子在大學裡和畢業後能更獨立，他們會更有成就。

我們有注意到童年經歷隨民族、世代、社會階級和其他因素而異，此處提出的建議是為採用「協力栽培」教養的美國家長量身訂做（我們在第八章有談過這種教養方式）。社會學家安妮特·拉蘿發現：人無分種族，所有中產階級的家長都選擇「協力栽培」。政治學家羅伯特·普特南也指出：進入一九九〇年代以後，這種教養方式在中產階級以上的家庭蔚為風潮。這種策略需要投入大筆時間和大量勞力，對孩子過度保護、過度規劃和過度教養，希望能讓他們在競爭激烈的社會裡取得先機——但這個社會已經忘卻遊戲的重要和不受看管的經驗的可貴。

儘管以下建議源於我們對美國當前潮流的分析，我們還是認為其中很多能供別的國家的家長和教育者參考。舉例來說，南韓家長是全世界最擔心孩子大學考試的一群，也最願意拿孩子幾乎全部的自由遊戲時間換昂貴而累人的升學課程。²再舉一個例子：英國學校重視安全勝於常識的地步絕不遜於美國人。在我們快寫完這本書的時候，東倫敦一位小學校長規定學生不准摸剛降下的雪，因為摸雪可能演變成打雪仗。他的解釋是：「問題在於：只要有一個學生，一把雪，一顆摻進石頭的雪球，打傷一隻眼睛，就能改變一個人的視力。」³這是安全至上主義的縮影：只要能保護一個孩子不受傷，就該剝奪全體孩子玩稍有風險的遊戲的機會。

我們也注意到孩子是「複雜適應系統」（如第一章所述），不是簡單的機器。從為了保護孩子避免花生過敏而禁止花生開始，本書舉了很多善意改革卻造成反效果的例子。我們希望能用這些建議提出諫言：改變孩子生活任何一部分的任何作法，都可能為其他部分帶來無法預料的後果。雖然

還有更多研究得做，但我們認為這些建議應該是有幫助的。我們希望能在家長、教育者和研究者間開啟對話，也會在我們的網站 TheCoddling.com 繼續追蹤這些對話。

我們以六條原則統整這些建議，前三條是三大謬誤的相反。

一、為孩子做好上路準備，而非準備好路給孩子

我們在這本書的開頭引用了三句格言，第一句總結了本書最重要的建議：為孩子做好上路準備，而非準備好路給孩子。這永遠是好建議，而隨著網路出現，一部分的「路」變成虛擬的之後，這項建議甚至更加有益。在網路出現之前，認為自己能為孩子安排好路已屬不智，而現在，這種想法甚至成了痴人說夢。不妨再想想花生過敏的例子：孩子們需要發展的是免疫反應，不是過敏反應。不只對花生如此，對日常生活中的不快和爭執也該如此，而當然，網路生活也是日常生活的一部分。

雖然你無法直接教反脆弱，但你可以送你孩子另一份禮物——經驗。要成為獨立又有韌性的大人，孩子們需要成千上萬的經驗。這份禮物起於你願意承認孩子需要一些沒人安排、沒人看管的時

² Diamond, A. (2016, November 17). South Korea's testing fixation. *The Atlantic*. Retrieved from <https://www.theatlantic.com/education/archive/2016/11/south-korean-seniors-have-been-preparing-for-today-since-kindergarten/508031>

³ Diebelius, G. (2018, February 27). Head teacher bans children from touching snow for “health and safety” reasons. *Metro News*. Retrieved from <http://metro.co.uk/2018/02/27/head-teacher-bans-children-touching-snow-health-safety-reasons-7345840>

間，以學習如何自行判斷風險，練習處理挫折、沉悶、人際衝突等等。他們對空閒時間最重要的運用方式是遊戲，尤其是自由遊戲，到戶外跟其他孩子一起玩。某些情況或許需要大人待在旁邊，幫忙留意孩子們的人身安全，但大人不應介入一般爭執和吵架。⁴

本於這份精神，以下是一些給家長、老師和所有關心孩子的建言：

- A. 假定你的孩子這個月比上個月更能幹。每個月問問他們認為自己能面對什麼困難或挑戰，例如走到幾條街外的商店買東西、自己做早餐，或是開始幫忙遛狗賺點零用錢。在他們遇上困難或可能做錯的時候，請按捺插手幫忙的衝動。從錯誤中學習雖然不如直接指導快，但往往效果更好。
- B. 讓孩子嘗試更多小冒險，讓他們在跌跌撞撞中學習。如彼得·格雷所說，孩子需要「自己服用」危險的機會。喬的孩子很喜歡紐約市總督島（Governors Island）的「垃圾遊樂場」（junkyard playground）。⁵那裡讓孩子玩建築材料，廢木料、槌子和釘子都可以玩（但家長要先簽一份長長的免責聲明）。第一次帶孩子來時，喬隔著圍欄在外面看。他家兩個十歲大的男生忙著把釘子釘進木頭，玩得不亦樂乎。其中一個不小心用槌子打到手指，他皺皺眉，甩甩手，接著繼續釘。他打到手兩次，但興致一點不減，那天也學會怎麼釘釘子。

C. 查詢蘭諾·史坎納茲的「放養小孩」運動資訊，將她的課程融入家庭生活。請回想一九七九年一年級學生的入學準備清單，想想你六歲大的孩子能否「自己一個人去附近（四到八個街區）的商店、學校、遊樂場或朋友家」？從讓孩子自己出門開始，只要你認為他們具備這種能力，就讓他們去外面走走或玩玩。讓他們跟兄弟姊妹或朋友一起外出，告訴他們跟陌生人講話、問路或請求幫住他們報警。⁶你可以在LetGrow.org的搜尋欄位查「州法」，了解一下你那一州的法律要求。

忙是沒關係的，只要不跟陌生人走就可以了。請記得：犯罪率現在已經降到一九六〇年代早期的水準。

D. 邀請Visit LetGrow.org，這是史坎納茲、喬、彼得·格雷和投資家兼慈善家丹尼爾·舒克曼（Daniel Shuchman）⁷一起創立的組織。你可以從這個網站繼續接觸新的研究、新聞和觀念，讓你的孩子從童年開始培養韌性。我們最簡單可行的想法之一是：先印一張像底下這樣的「讓我成長證書」（Let Grow License），給孩子，再讓他們去附近走走。這樣一來，就不必太擔心有好事之徒扣住他們報警。⁸你可以在LetGrow.org的搜尋欄位查「州法」，了解一下你那一州的法律要求。

⁴ 我們了解有些孩子的確遭到霸凌，也認為大人不該忽視或小看符合霸凌定義的行為。「廣為接受的霸凌定義符合三項標準：(1)重複：孩子成為侵犯行為模式的目標，或孩子參與針對別人的侵犯行為模式；(2)涉入其中的孩子之間存在權力不平衡（權力較大的孩子侵犯權力較小的孩子）；(3)做出侵犯行為的孩子有意傷害其他（一名或數名）孩子。」Paresky, P. (2016). We're giving bullying a bad name. *Psychology Today*. Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/blog/happiness-and-the-pursuit-leadership/201604/we-re-giving-bullying-bad-name>

⁵ PlaygoundNYC: built for children, by children. (n.d.). Retrieved from <https://play-ground.nyc/history>. To see a video about this kind of playground, visit https://www.youtube.com/watch?v=74vOpkEin_A

⁶ 丹尼爾·舒克也是EIR的董事長。

⁷ “Let Grow License.” Available at www.LetGrow.org/LetGrowLicense

⁸ 當然，「濫用權威」在本質上超過法律許可的範圍，因此，我們無法保證沒有人會扣住你的孩子。不過，不論是與有志一同的家長組成倡議團體，或是在發生爭議之前先聯繫當地執法機關，試著教育他們，應該有助於避免衝突。此外，我們在此提出的不是法律建議，而是教養建議，請向你所在的州／省／國的持照律師尋求法律建議。

我是兒童，我要成長！

您好：

我叫_____。我沒有迷路，也不是沒人照顧。大人有教過我怎麼過馬路。我知道絕不可以跟陌生人走……但可以跟他們說話（包括您在內！）本州容許家長決定孩子幾歲時可以獨立做一些事。我家家長認為：在住家附近探索一下，對我來說安全、健康又有趣。如果您不相信我說的話，請撥以下電話或傳簡訊跟他們確認。如果您認為讓我自己一個人出門不妥或違反法律，麻煩您：

(1) 讀《頑童歷險記》

(2) 想想您的童年！您小時候隨時都有大人看著嗎？現在的犯罪率已經降回一九六三年的水準，所以，現在在外面玩比您在我這個年紀時更安全。

(3) 造訪網站：LetGrow.org

家長姓名：_____

家長簽章：_____

家長電話：_____

備用電話：_____

E. 鼓勵你的孩子走路或騎腳踏車上下學：衡量距離、交通、治安等當地環境後盡早開始。請學校提供讓孩子簽到和簽退的辦法，如此一來，家長就能掌握自行上下學的孩子的行蹤，不必給他們智慧型手機直接追蹤。

F. 協助孩子熟識附近的孩子：應該找得到和你一樣決心避免過度保護的鄰居，讓這些家庭的孩子一起去附近公園或誰家院子玩。你必須和其他家長一起訂出界線和指引，確保孩子們的人身安全，讓他們沒有受重傷的危險，懂得團結互助，也知道有人受傷時該怎麼處理。跟有人看管的遊戲時間和大人安排的活動比較起來，孩子在這種團體裡更容易發展成熟，養成韌性。

G. 送孩子去要過夜的森林夏令營：不帶電子設備過幾個星期。「在讓孩子發展自身興趣上，我們認為老派的通才營隊影響最大。」愛瑞卡·克里斯塔吉斯說：「孩子們在那裡可以自己選擇要做什麼、不做什麼。」Y M C A 的過夜夏令營大多符合這項條件，但即使是較為專門、興趣導向的夏令營，有些也符合這項條件——而且很多都有提供獎學金。克里斯塔吉斯認為，重點是讓孩子不受大人「指導」，把大人培養技能的考量擺在一邊。讓他們為興趣而玩或從事某些活動，同時練習

⁹ E. Christakis (personal communication, February 18, 2018).

托克維爾一八三五年看到的「結社的藝術」。

H.鼓勵孩子多多參與「有產值的爭執」(productive disagreement)。誠如心理學家亞當·格蘭特（Adam Grant）所說，最有創意的人往往是在吵吵鬧鬧的家庭長大的。可是，現在不但少有家長會教孩子怎麼吵得有產值，「我們還阻止兄弟姊妹拌嘴，自己也關起門來吵」。學習如何提出和接受批評而不感到受傷，其實是非常重要的生活技能。重要的思想家只跟自己尊敬的人進行深度爭論。格蘭特為有產值的爭執提出以下四項原則¹⁰：

- 讓爭執像辯論，而非衝突。
- 講的時候當自己是對的，聽的時候當自己是錯的（而且願意改變自己的想法）。
- 以最尊重的方式詮釋對方的觀點。
- 大方承認有些部分你贊同批評者的論點，為你從他們身上學到的東西致予感謝。

一、傷人最重者非極惡之敵，乃放逸之心

孩童很容易走向情緒推理（跟大人一樣）。他們必須學會認知技能和社會技能，透過這些技巧緩和情緒推論，引導自己更有產值地回應生命中的不愉快。現在的孩子更是如此，由於網路普及，他們在人生路上一定得應付許多謬論，學習留意和管理自己的情緒反應和回應方法，對他們來說是重中之重。

本書開頭的第二句格言出自佛陀：「傷人最重者非極惡之敵，乃放逸之心；益人最深者非生身父母，為調伏之心」。我們的建議以這份洞見為基礎。

A. 教孩子基本 C B T 。C B T 指的是「認知行為治療」(cognitive behavioral therapy)，不過，它在很多層面其實只是「認知行為技巧」(cognitive behavioral techniques)，因為它教導的思考習慣對每一個人都有幫助。家長可以在孩子任何年紀時教他們基本 C B T，從簡單的開始，例如讓孩子看家長反駁自己過度誇張的想法。葛瑞格學過的一個技巧是：練習給自己焦慮和悲觀的自動化想法配上滑稽的聲音，例如艾默小獵人（Elmer Fudd）或達菲鴨的聲音。聽起來似乎很蠢，但這能很快把焦慮或煩心化為幽默。葛瑞格和妻子米雪兒都有這樣跟他們兩歲大的孩子練習，用這種方式讓每個人在壓力來臨時冷靜下來。

美國認知治療中心¹¹所長羅伯特·萊希博士指出，在孩子不高興或可能產生認知偏誤時，家長可以陪孩子做以下練習：

把你的想法呈現出來，然後問它一些問題。我們有時會對人產生某些想法，而且認為自己一定是對的。接著，這種思考方式會讓我們不高興、生氣或傷心。想法不一定是對的。也許我

¹⁰ Grant, A. (2017, November 4). Kids, would you please start fighting? *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2017/11/04/opinion/sunday/kids-would-you-please-start-fighting.html>

¹¹ The American Institute for Cognitive Therapy: <https://www.cognitivetherapynyc.com>

以為外面在下雨，可是到了外面才發現沒有下雨。我們必須找出事實是什麼，對吧？我們有時像是透過墨鏡看東西，一切看起來暗暗的。不妨試試不一樣的眼鏡。¹²

我們建議家長讀萊希博士《解憂妙方》(The Worry Cure)裡的CBT概述。貝克認知治療研究中心（Beck Institute）¹³也推薦塔瑪·強斯基（Tamar Chansky）寫的《讓孩子不焦慮》(Freeing Your Child From Anxiety)¹⁴（貝克認知治療研究中心本身也是認知行為治療寶庫）。CBT練習的資源很多，有書籍、部落格¹⁵、課程，甚至手機APP。美國焦慮與憂鬱協會（Anxiety and Depression Association of America）對兩個APP評價很高，一個是CPT Coach（適合有治療師引導積極治療者），¹⁶另一個是AnxietyCoach。¹⁷

B.教孩子正念。麻州大學醫學院榮休教授喬·卡巴金（Jon Kabat-Zinn）說，「正念」指的是「以特殊方式專注——帶有目的、凝神當下、不做判斷」。¹⁸研究指出，養成正念習慣能降低焦慮、減輕壓力反應、提升應變能力、促進專注、增加（對人和對己的）同情，並強化情緒調節能力。研究者發現練習正念的孩子在很多方面有長進，不但在校行為、考試焦慮、換位思考、社交技巧和同理心都有提升，連成績都進步了。¹⁹練習正念的兒童和青少年更能讓自己冷靜和「活在當下」。²⁰更多訊息和簡單的親子正念練習，請見大衛·蓋爾斯（David Gelles）在《紐約時報》寫的〈兒童正念〉（“Mindfulness for Children”）²¹，以及艾默里—西藏合作計畫（Emory-Tibet Partnership）的認知基礎同情訓練（Cognitively-Based Compassion Training）。²²

三一、善與惡的界線在每一個人心裡

本書開頭的第三句格言出自《古拉格群島》(The Gulag Archipelago)，蘇聯時代俄國異議人士索忍尼辛 (Aleksandr Solzhenitsyn) 的回憶錄。一九四五年，索忍尼辛在給朋友的私人信件裡批評史達林。他隨即遭到逮捕，送往遍佈西伯利亞的「古拉格」(監獄營) 勞改。古拉格向來惡名昭彰，很多囚徒在裡頭被凍死、餓死或打死。索忍尼辛最後終於獲釋，開始流亡。在一段令人動容的敘述中，他提到剛被逮捕的時候，他跟其他幾個人被押著長途行軍好幾天。他反思自己的美德，思索自己對祖國「無私的奉獻」。但就在那時，他想起自己當初差點加入國安單位 N K V D (內部人民委員會)，也就是後來的 K G B。他恍然大悟：原來自己本來也很可能是劊子手，而不是被押著行軍、搞不好要送上刑場的罪犯。寫下這段經歷後，他告誡讀者留意「我們」VS「他們」的謬誤：

最好有那麼簡單！最好壞人都在某處暗中策劃惡行，而我們要做的只是把他們跟我們分開，然後消滅他們。可是，善與惡的界線在每一個人心裡。²³

那麼，我們該怎麼養育出更有智慧的孩子，讓他們既不陷於「我們」VS「他們」的謬誤，也不困於這種謬誤驕育的自以為是嗆聲文化？如果有心創造和促進共同人性的思考方式，青少年和大學生自己又該怎麼努力呢？

A. 讓人從質疑中受益。使用「善意理解原則」。善意理解原則是哲學和修辭學的原則，代表盡力以最好或最合理的方式詮釋對方的主張，不把他們的話解讀成最壞或最冒犯人的意思。家長可以以身作則，在家中出現討論和爭執時運用善意理解原則。

B. 培養「知性謙卑」之德。知性謙卑 (intellectual humility) 是承認自己的推理充滿瑕疵，很容易產生偏見，所以我們很少能確定自己是對的。國高中的孩子可以看一個叫「犯錯的價值」("On Being Wrong") 的 TED 演講。²⁴ 講者凱特琳·舒爾茲 (Kathryn Schulz) 一開始就問聽眾：「犯錯是什麼感覺？」得到的答案有「糟透了」、「遜掉」、「尷尬」等等。可是她接著說：聽眾描述的其實是他們明白自己犯錯時的感覺。在此之前，犯錯的感覺和自認正確的感覺還無從分辨。我們每時每刻對很多事物的看法都是錯的，但直到發現自己犯錯之前，我們常常很篤定自己是對的。身邊有人願意不同意自己的看法是種福份。所以當你發現自己有錯，請大方承認自己錯了，並感謝批評你的人幫你發現錯誤。²⁵

²³ Solzhenitsyn (1975).

²⁴ TED (Producer). (2011, April 26). On being wrong—Kathryn Schulz [Video file]. Retrieved from <http://www.youtube.com/watch?v=QleRgTBMX88> (譯按：中文字幕版請見：https://www.ted.com/talks/kathryn_schulz_on_being_wrong/transcript?language=zh-tw)

²⁵ 我們料想這本書裡會有一些錯誤，也會在TheCoddling.com 保留更正網頁。對指正我們錯誤的批評者，我們會在那裡致上感謝。

C.仔細觀察你的學校如何處理認同政治。學校的言行表現，是否接近我們第三章提到的共同人性認同政治？還是學校更傾向共同敵人認同政治，鼓勵孩子不將彼此視為個體，只將對方當成某個群體的樣本，而群體之間有的是全善的，有的是全惡的？如果學校使用校外團體設計的課程內容，請查出是哪一個團體，並仔細詳閱那個團體的網站，看看他們擁抱的是共同人性或共同敵人方法。如果你擔心學校正引導學生走向「我們」VS「他們」對立的謬誤——如果你是家長，請向校長傳達你的關切；如果你是中學生，請看看有沒有其他同學也對此感到憂心。彼此腦力激盪，找出能為學校帶來共同人性觀點的方法。

四、協助學校對抗重大謬誤

如果學校和家長有志一同，也有心擊敗重大謬誤，家長的努力比較可能成功；但若學校支持重大謬誤，家長們可能事倍功半。假如你的身分可以影響學校政策——如果你是老師、學校主管或家長——你能造成的影響是很可觀的。以下幾個改變教育的建議，都與我們這本書提過的問題有關。

我們從對小學的建議開始：

A.初年級作業應盡量減少。在初年級階段，鼓勵孩子與家長一起閱讀或自己閱讀必是好事，除此之外的作業不應擠壓遊戲時間或家庭時間。除了鼓勵閱讀以外，應該盡可能減少或取消幼稚園和一年級學生的作業。到了小學高年級，作業應該簡單而簡短。正如杜克大學心理學家和回家作業專家哈里斯·庫伯所說：

在小學階段，簡短而簡單的作業有助於強化簡單技能。此外，簡短而簡單的作業能幫助年紀較小的學生開始學習時間管理、組織技能、責任感，也有助於家長了解孩子的進步情況。不過就小學兒童而言，如果期待以大量作業讓他們在成績上取得重大進步，恐怕是緣木求魚。²⁶

B.更多休息時間，更少大人看管。學校裡的休息時間通常人身安全無虞，為自由遊戲提供了理想環境。然而，我們先前已經講過：如果大人待在旁邊監看，隨時準備化解爭執或阻止孩子冒點小風險，可能讓孩子養成道德依賴。讓孩子在休息時間享有更高的獨立性，能為他們帶來正面效果。如果想看看相關例子，請上網搜尋「沒有規定的學校」(No Rules School)。²⁷這部短片講的是紐西蘭一位小學校長循序漸進，逐漸不讓大人在休息時間盯著孩子，讓他們能做些「有風險、無規劃的遊戲」。孩子們爬樹、想出自己的遊戲，把板子、木頭和廢棄物都拿來玩。他們得衡量風險、碰碰運氣，經驗真實世界的後果。而當然，他們也得面對（故意招惹的）危險。想實施這種作法，必須照顧到很多人身安全和避免霸凌的需求。但如果在討論休息時間政策前能先看看這部片，得到的結論很可能更接近反脆弱的概念（事實上，那位紐西蘭校長說：實施休息時間無規則之後，霸凌的情況減少了）。想讓孩子既能待在人身安全有保障的環境裡，又能享受更多不受看管的遊戲時間，一種

²⁶ H. Cooper (personal communication, February 27, 2018). 亦見.. Cooper, Civey Robinson, & Patall (2006).

²⁷ SBS Dateline (Producer). (2014, October 21). No rules school [Video File]. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=rIY0cuufVGI>

簡單的作法是：建立課後遊戲社團，同時每天放學後開放遊樂場（或體育館）幾個鐘頭。²⁸ 對孩子們來說，讓他們不分年級自由遊戲，也許比很多規劃過的課後活動更好（當然，這絕對比一放學就坐在家裡跟螢幕互動更好）。

C. 避免以「安全」一詞指涉人身安全之外的事。喬的一個朋友最近轉寄一封電郵給他，那封信是一位三年級老師寫給家長的，裡頭講到休息時間，還有孩子們自己組了「小圈圈」（休息時間一起玩的孩子不讓「不是同一國的」加入）。講道理的人也許不會贊成強逼孩子們在休息時間展現包容，但信中最後一句話讓喬心生警覺：「我們正在思考：該怎麼讓每一個人在休息時間感到安全和受到接納？」這就是安全至上主義的種子。感到被排擠的確不好受，如果老師能以排擠開啟討論，協助小朋友思考為什麼包容是好的，倒也是美事一樁。可是，偶爾遭受排擠的痛苦不至於讓孩子不安全。如果我們命令孩子每件事都要包容，教他們說排擠讓他們置身危險——或是被排擠應該讓他們感到不安全——那麼，我們無異於讓他們將來被排擠的經驗更加痛苦，讓他們以為只要遭到排擠，就有權利訴諸權威阻止排擠。

D. 實施「無電子設備」措施。在孩子開始沒有大人陪同上下學之後，有些家長會想給他們手機，好追蹤他們的行蹤，或是幫他們弄清接送或課後活動的複雜安排。可是學校在政策上應該設限，要求學生在學校時把手機鎖進衣物櫃，或是以其他不容易取得的方式存放。²⁹

以下是對國中和高中的建議：

E. 保障或延長國中休息時間。國中的重點逐漸偏向學業，所以有些學校取消休息時間。然而，

美國兒科學會（American Academy of Pediatrics）二〇一二年的一份聲明說：「認知進展和學業表現，有賴於定時中斷需要保持專注的教室課程。這對青少年和年紀小的孩子一體適用」。³⁰

F. 培養知性德行。不論想成為有批判性的思想家，還是想成為能有效吸收新知的學習者，知性德行（intellectual virtues）都是必須具備的特質。知性德行包括好奇心、思想開放和知性謙卑，而培養知性德行的過程必須在進大學前早早開始。知性德行學院（Intellectual Virtues Academy）³¹ 正是為了這個目的而設。這所特許中學於二〇一二年在加州長灘（Long Beach）成立，依三項核心價值運作，每一項都與情緒推理的謬誤對立：思考的文化（提出問題、尋求理解、養成良好思考習

²⁸ 也可以在早上上課前實施。更多資訊請見：Let Grow. (2017, March 4). Let Grow Play Club Final [Video file]. Retrieved from <https://youtu.be/JXZG0b9I-U>

紐約長島帕喬格—梅德福（Patchogue-Medford）學區有七所學校已經打頭陣建立Let Grow Play Club，幾乎沒有大人介入。學區裡的崔蒙（Tremont）小學校長蘿芮·柯爾納（Lori Koerner）說：「在我二十八年的教育生涯中，這或許是最讓我驚喜的經驗。」她補充道：「沒有發生霸凌……他們幾乎不吵架，因為他們知道沒有人會插手幫忙解決問題，所以他們必須好好相處。」見.. News Desk. (2018, January 25). Pat-Med debuts before school play program. *Patchogue Patch*. Retrieved from <https://patch.com/new-york/patchogue/pat-med-debuts-school-play-program>

還有一種選擇是：要孩子把手機放進可鎖式手機袋，拉鍊拉上。有些表演藝術家現在開始用這種方式，要求看他們表演的觀眾這樣做，喜劇演員戴夫·查普爾（Dave Chappelle）就是如此。他們在表演入口發袋子，讓觀眾把手機鎖在裡頭，要用解鎖裝置才能打開。這樣一來，雖然手機還是帶在身上，可是沒辦法用。請看這個例子：Yondr. (n.d.). How it works. Retrieved from <https://www.yondr.com/howitworks>

³⁰ American Academy of Pediatrics. (2013). The crucial role of recess in school. Retrieved from <http://pediatrics.aappublications.org/content/pediatrics/early/2012/12/25/peds.2012-2993.full.pdf>

³¹ Intellectual Virtues Academy: <http://www.ivvalongbeach.org>

慣），自知（養成隨時自省和自我覺察的習慣），以及開放和尊重（努力建立堅實的社群意識，讓社群體現合作精神、賦權精神，以及有意識地對其他人的想法保持開放和尊重；這也是「我們」vs 「他們」的謬誤的解方）。關於培養知性德行和如何將這此德行融入學校，可參考 [intellectualvirtues.org](#) 和傑森·貝爾（Jason Baehr）的作品³²（傑森·貝爾是羅耀拉·瑪莉山大學〔Loyola Marymount University〕哲學教授，知性德行學院創辦人之一）。

G. 教授辯論並成立辯論社團。參加結構井然的正式辯論，是讓學生學習文明表達不同意見的好辦法。練習為與自身立場相反的見解辯論尤其重要。學習辯論技巧和參加正式辯論對每個學生都有益。辯論能讓學生學習如何提出理據扎實的論證，這方面的好處是很明顯的。除此之外，辯論也有助於學生區分觀念批判和人身攻擊。關於如何成立辯論社團，國際辯論教育協會（International Debate Education Association）有提供建議。³³ 學生（以及老師和家長）也能收看智慧平方辯論會（Intelligence Squared debates），觀摩技巧純熟的辯士如何辯論。³⁴

H. 挑選能促進理性討論的閱讀資料和作業或課程。傳遞良好思考習慣的閱讀資料和作業，是支撐全校辯論風氣的後盾。我們建議學校提供媒體識讀課程，教學生分辨證據和意見的差異，還有如何評估資料的正當性。此外，喬參與創立的非正統學院（Heterodox Academy）也有提供參考資源。這間教授協會以促進多元觀點為宗旨，有出約翰·彌爾經典之作《論自由》（*On Liberty*）第二章的插圖版，PDF 檔可免費下載。³⁵ 關於為了發現真理，我們為什麼需要和見解與自己不同的人互動，彌爾這部作品或許是有史以來最具說服力的論證。非正統學院也有設立免費互動式網頁（見：[TheCoddling.com](#)）。

五、限制和善用使用電子設備的時間

如果放任孩子使用電子設備，把自由時間大多拿來盯著銀幕的孩子會很多。根據非營利組織常

OpenMind，能快速教導基本社會心理學和道德心理學。想學習縮小分歧的對話技巧，可以以此為前奏。³⁶ 我們也推薦安妮·杜克（Annie Duke）二〇一八年的工作《高勝算決策》（*Thinking in Bets: Making Smarter Decisions When You Don't Have All the Facts*）。杜克是成功的職業撲克牌玩家兼決策策略顧問，她以自身經驗為本所寫的練習很值得參考，有助於學生了解為何必須排除情緒推理的謬誤，才能養成良好的思考習慣。透過檢視「爆衝」（“tilt”，撲克牌玩家術語，形容一個人被情緒沖昏頭，沒辦法做出好決定），杜克坦率告訴讀者：我們不能永遠信任自己的感覺（更多推薦資料請見：[TheCoddling.com](#)）。

³² 貝爾教授著作的書評、文章和部分章節，可以上他的網站查閱：<https://jasonbaehr.wordpress.com/research>. There you can also download *Educating for Intellectual Virtues: An Introductory Guide for College and University Instructors*; https://jasonbaehr.files.wordpress.com/2013/12/e4iv_baehr.pdf.

³³ International Debate Education Association: <https://idebate.org/start-debate-club>

³⁴ ³⁵ 相關辯論請見：<https://www.intelligencesquaredus.org/debates> Reeves, Haidt, & Cicirelli (2018). The book is titled *All Minus One: John Stuart Mill's Ideas on Free Speech Illustrated*. A free version of the e-book can be downloaded from HeterodoxAcademy.org/mill

³⁶ Available at OpenMindPlatform.org

識媒體（Common Sense Media）的調查，青少年平均每天花九個鐘頭在螢幕上，八到十一歲的孩子每天大約花六個鐘頭，而且這還不計他們在學校使用螢幕的時間。³⁷越來越多研究指出：這種重度使用與壞的社會和心理健康結果有關。由於這個議題非常複雜，提出建言的研究基礎還不夠大，所以我們在此只提出三個整體建議。儘管我們認為這些作法是合理的，但對於大多數家長和很多學生來說，它們或許令人咋舌（等更多研究出現，我們會在網站上多談一些）。

A. 為使用電子設備的時間明確設限。以每天兩小時為上限應該是合理的，因為沒有證據顯示這種長度會對心理健康產生負面影響。對於年紀較小的孩子，可以考慮週間完全禁用電子設備。這樣做的目的是盡量推遲電子設備融入生活的時間。

B. 對「孩子們在做什麼？」和「他們花多少時間做這件事？」要同樣注意。我們在第七章說過：評判社群網路網站和APP的原則是：它們是幫助還是妨礙青少年建立和維持緊密關係？³⁸與你的孩子談談他們和朋友用了哪些APP？使用情況如何？哪些對他們直接溝通最為重要？哪些會讓他們感到FOMO（害怕錯過）、引起社會比較，或是其他孩子呈現的生活正面得超乎現實？請閱讀圖溫吉的《i世代》（如果可以，請全家都讀），再與家裡的青少年討論如何減低重度使用電子設備的潛在危害。電子設備和APP極具吸引力，也非常容易成癮，要孩子自律恐怕很難。你或許需要在你孩子的電子設備上裝家長監控APP，³⁹或是做好相關設定，以便監管他們使用。另外，也請注意你自己的行為。你是不是也因為使用電子設備的關係，造成與孩子相處的品質降低呢？⁴⁰

C. 保障孩子的睡眠。睡眠充足有助於提升孩子在學校的表現，能避免意外、阻擋憂鬱，也能帶來其他許多益處。⁴¹然而，美國青少年大多睡眠不足，其中一個原因是：很多人三更半夜還盯著螢幕看，還在經歷痛苦的社會比較，還在攬亂隨日光變化的睡眠—清醒週期。⁴²睡前三十到六十分鐘就該停止使用電子設備，把它們擺在盒子或廚房抽屜裡（或其他離小孩房間較遠的地方）。

³⁷ 常識媒體的研究請見：<https://www.commonsemmedia.org/research>

³⁸ Clark, Algoe, & Green (2018).

³⁹ 常識媒體和人性科技中心（Center for Humane Technology）這兩間非營利組織正進行合作，試圖改變科技對心智的影響。

⁴⁰ 關於如何減少使用智慧型手機的負面影響的建議，請見：<http://humanetech.com/take-control>

⁴¹ 我們通常反對過度管制和過度監控孩子。可是在這個議題上，由於社群媒體公司操控使用者的手段周密，青少年自述電子設備使用成癮的比例很高，而且這與憂鬱症和自殺可能有關，所以我們認為施加外在限制和家長監控是適當的。

⁴² 有報告指出：有行動裝置在身邊，人對談話對象的同理心較低。見：Misra, Cheng, Genevie, & Yuan, M. (2014). 亦見：

Nauert, R. (2017, May 25). Parents' digital distractions linked to kids' behavioral issues. *Psych Central*. Retrieved from <https://psychcentral.com/news/2017/05/25/parents-digital-distractions-linked-to-kids-behavioral-issues/121061.html>

⁴³ 「睡眠經常少於建議時數，與注意力、行為和學習問題有關。睡眠不足也會增加事故、受傷、高血壓、肥胖、糖尿病和憂鬱症的風險。青少年睡眠不足與自我傷害、自殺念頭和自殺嘗試有關。」Paruthi, S., et al. (2016). Recommended amount of sleep for pediatric populations: A consensus statement of the American Academy of Sleep Medicine. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 12(6): 785–786. Retrieved from <https://aasm.org/resources/pdf/pediatricsleepdurationconsensus.pdf>

Stanford Medicine News Center. (2015, October 8). Among teens, sleep deprivation an epidemic. Retrieved from <https://med.stanford.edu/news/all-news/2015/10/among-teens-sleep-deprivation-an-epidemic.html> 亦見：Twenge (2017), chapter 4.

六、支持建立全國新風氣：進大學前先從事服務活動或工作

我們在第七章講過，孩子們這些年來成長得更為緩慢。⁴⁴雖然抵達成年里程碑較遲的潮流已經有好幾十年，⁴⁵可是在*i*世代身上尤其明顯。成年階段延後本身並沒有什麼錯，可是既然出現這個現象，我們難道不該考慮把讀大學的時間也往後延？跟千禧世代和其他世代的大學生比較起來，今日大學生罹患焦慮症和憂鬱症的比例高出很多，自殘和自殺的人也更多。很多人擁抱安全至上主義，而他們反對的書和觀念，幾年前其實並不讓千禧世代困擾。我們目前採行的對策，其實效果不彰。

我們建議美國人建立新的全國風氣：高中畢業之後不直接升學，留一年「空檔年」(*gap year*)，像瑪莉亞·歐巴馬(Malia Obama)110—六年那樣。這種作法已經獲得高中輔導老師、青少年發展專家和大學入學審查人員支持。⁴⁶讓高中畢業生離開家長，花一年的時間工作、學習、探索興趣、發展人際技能，在進大學前讓各方面更加成熟。高中畢業後那一年是服國民役的理想時機，正好可以用來當國民成年禮。⁴⁷退伍將官史丹利·麥克克里斯托(Stanley McChrystal)現在擔任服務年聯盟(*Service Year Alliance*)主席，這個組織以剛畢業的高中生或大學生為支持對象，且在協助他們獲得全職、支薪的機會，用一年的時間參與裨益美國各族群的計畫。⁴⁸麥克克里斯托將軍置身這場運動的前線，致力凝聚全美共識，希望能讓十八到二十八歲之間服務一年成為習尚。他說：「透過參加這些服務，不同家境、種族、族群、政治傾向和宗教信仰的美國年輕人能學會彼此

合作，一起完成事情。」⁴⁹我們贊成這種想法，我們也相信：不論這一年是用來服務或工作，如果年輕人去的地方與家鄉迥異，風土人情和自己生長的環境非常不同，對美國當前對立嚴重的民主制

⁴⁴ Twenge (2017). 麻省理工教授雪莉·特克(Sherry Turkle)在《重新與人對話》(*Reclaiming Conversation*) (2015)裡也講過，有一位中學主任告訴她說：「在操場遊戲的時候，十二歲的孩子表現得跟八歲大的孩子似的。」(p. 3) 特克也發現：孩子們解讀他人情緒的能力發展遲緩，友誼淺薄，大學生整體而言同情心降低。Turkle, S. (2015, September 26). Stop Googling. Let's talk. *The New York Times*. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2015/09/27/opinion/sunday/stop-googling-lets-talk.html>

⁴⁵ 由於結婚和為人父母的年齡在二次戰後一延再延，阿奈特(Arnett)將二十歲前後幾年視為新的人生階段，稱之為「成年初顯期」(emerging adulthood)。見Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. New York, NY: Oxford University

⁴⁶ Dunn, L. (2017, April 24). Why your brain would love it if you took a gap year. *Forbes*. Retrieved from <https://www.forbes.com/sites/nooodleeducation/2017/04/24/why-your-brain-would-love-it-if-you-took-a-gap-year/#d59496e41e2>. 亦見Southwick, N. (2014, December 2). What do college admissions really think of your gap year? Retrieved from <https://www.gooverseas.com/blog/what-do-college-administrations-really-think-of-your-gap-year>

⁴⁷ Aspen Ideas (n.d.). A civic rite of passage: The case for national service. Retrieved from <https://www.aspenideas.org/session/civic-rite-passage-case-national-service>

⁴⁸ Service Year Alliance (n.d.). What we do. Retrieved from http://about.serviceyear.org/what_we_do

⁴⁹ McChrystal, S. (2014, November 14). How a national service year can repair America. *The Washington Post*. Retrieved from https://www.washingtonpost.com/opinions/mcchrystal-americans-face-a-gap-of-shared-experience-and-common-purpose/2014/11/14/a51ad4fa-6b6a-11e4-a31c-7775fc1eacc_story.html

度是有益的。⁵⁰

*

二〇一八年，芝加哥大學校長羅伯特·齊默（Robert Zimmer）接受訪問，談及該校素有追求知性卓越和學風開放之名。他說，進入大學的時候，其實很多學生還沒準備好迎接言論自由的文化：

高中讓學生準備好學高等數學，準備好寫歷史報告，準備好做各種事情……可是，他們成為大學生後必須習慣開放討論和自由論證，高中在這個部分為他們做好準備了嗎？⁵¹

如果家長和老師養育出反脆弱的孩子；如果國中和高中能培養知性德行；如果所有高中畢業生都離家一年，投入服務或支薪工作，等十九歲或更晚再開始讀大學，我們認為：大多數學生能準備好迎接任何事情。

⁵⁰ 關於空檔年的更多資訊，請見：<https://www.GapYearAssociation.org>

⁵¹ Varadarajan, T. (2018, February 16). The free-speech university. *The Wall Street Journal*. Retrieved from <https://www.wsj.com/articles/the-free-speech-university-1518824261>

第十三章 讓大學更有智慧

亞里斯多德經常以事物的「telos」來評估其價值——「telos」指的是目的、宗旨或目標。刀的目的是切割，所以無法切割的刀不是好刀；醫生的目的是健康或治療，所以不會治療的醫生不是好醫生。那麼，大學的目的是什麼呢？

最明顯的答案是「真理」。「真理」這個字出現在很多大學校徽上，例如哈佛校徽寫的是「Veritas」（「真理」），耶魯校徽是「*Lux et Veritas*」（「光照與真理」）。如果我們接受「知識」和真理密切相關，我們會發現更多類似的大學校訓，例如芝加哥大學的拉丁文校訓意思是：「增益知識，豐富人生」（連電影《動物屋》〔*Animal House*〕裡虛構的法柏學院〔Faber College〕，校訓都是「知識有益」）。¹

¹ 在此只舉幾個例子（都已譯為英文）：布蘭戴斯大學（Brandeis University）：「至真」；加州理工學院和約翰·霍普金斯大學：「真理會使你們得自由」；柯爾蓋特大學（Colgate University）：「為上主，為真理」；霍華德大學（Howard University）：「真理與服事」；西北大學：「凡為真實」；密西根大學：「藝術，科學，真理」。

當然，大學如今是複雜的「多元大學」(multiversities)，有很多系所、中心、利害關係人和功能。除了追求真理之外，校長室還有許多目標，體育室和學生健康中心也是如此，學生和老師也一樣。可是，這麼多人和單位一開始為什麼會湊在一起？為什麼大家認為大學是重要機構，而且直到最近都很信任它們，²相信它們值得接受幾十億元的公共補助？——因為大家普遍同意：真理的發現與傳遞是崇高目標，而且具有公益性質。

如果大學的目的是真理，那麼：只要大學沒有增益人類知識，或是沒有將知識精華傳遞給學生，就不是好大學；只要學者沒有在自身領域推進知識前緣，或是為滿足其他目標（如累積財富和推廣意識形態）而背棄真理，就不是好學者；只要教授沒有讓學生更了解自身學科裡發現的真理，也沒有傳承技巧和習慣給學生，讓他們畢業後更善於發現真理，就不是好教授。

或許有人認為大學另有目的，最常被提到的有進步、改變、讓世界更好等等。馬克思曾經這樣批判學術界：「哲學家僅止於以不同方式詮釋世界，但重點是改變世界。」³現在似乎也有學生和老師認為：做學問的目的是改變社會，而教育的目的是訓練學生更有效地推動這種改變。⁴

我們不贊同這種看法。雖然真理有其力量，可是，不論是追求真理之人的私欲，或是社群內部的社會力量，都有可能腐蝕獲得真理的過程。如果大學以改革或社會進步為目標，學者就有動機做岀合乎這份目標的結論，社群也會讓得出不同結論的人付出社會代價——哪怕只是問錯問題，都要付出代價（我們在第四和第五章已經談過這種例子）。真實永遠可能讓政治議程陷入尷尬，要評判一所大學或學術領域的優劣，看看它怎麼對待異議者便可略知一二。

我們認同前西北大學教授愛麗絲·德瑞格 (Alice Dreger) 的看法。在《伽利略的中指》(Galileo's Middle Finger) 裡，她敦促熱中社運的學生和教授「Carpe datum」(緊扣論據)。⁵她也堅決主張：做好學問必須「把探求真理擺在第一，將追求社會正義放到第二」。她解釋道：

證據確實是倫理議題，是現代民主國家中最重要的倫理議題。如果你渴求正義，你必須努力找出真理；而如果你有心發掘真理，你的所作所為必須不止於渴求正義。⁶

² Pew Research Center. (2017, July 10). Sharp partisan divisions in views of national institutions: Republicans increasingly say colleges have negative impact on U.S. *U.S. Politics and Policy*. Retrieved from <http://www.peoplepress.org/2017/07/10/sharp-partisan-divisions-in-views-of-national-institutions>

³ 這句話出自《費爾巴哈提綱》(Theses on Feuerbach)，是馬克思一八四五年寫的，恩格斯原以附錄形式出版，見Engels (1888/1976) 第65頁。這句話以英文刻於馬克思在倫敦的墓碑上。

⁴ 我們在第五章提過，州立長青學院在一〇一一年修改使命宣言，加入「長青學院支持也受惠於地方和全球對社會公義……的努力」。布朗大學也已考慮採取類似行動，請見紀錄片.. Montz, R. (2016). Silence U: Is the university killing free speech and open debate? We the internet documentary. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=x5uaVFX3AQ>. 在布朗大學校長說學校「堅決支持社會正義和平等」之後，一群教師寫道：「我們為校長和教務長的呼籲喝采，盼望大家群起響應，為本校的社會正義議程團結起來。」Brown Faculty Members (2015, November 13). Brown faculty members: Supporting students of color in changing Brown. *The Brown Daily Herald*. Retrieved from <http://www.browndailyherald.com/2015/11/13/brown-faculty-members-supporting-students-of-color-in-changing-brown>

⁵ Dreger (2015), p. 262.

⁶ Dreger (2015), p. 262.

德瑞格心目中的大學以真理為目的。對有志於在這種大學就讀、授業、領導的人，我們依前面談過的觀念和研究提出以下建議。我們將這些建議統整成四大原則，即使今日風波不斷、對立嚴重，我們依然相信這些建議有益於大學發展茁壯。準備申請大學的高中生應該對這些原則有所思考，升學輔導向學生和家長推薦學校時也應考量這些原則。我們也希望學生、教授、校友和學校董事會能一同努力，與校方領導階層和行政單位討論這些建議。

一、結合身分認同和自由學風

A. 認可芝加哥聲明。不分公立學校或私立學校，大多數學院和大學都承諾言論自由、學術自由和探索自由，而且話都說得光鮮亮麗。⁷可是，這些言論自由的既有諾言很多是二十世紀初寫的，它們並沒有讓教授和學生不因言論遭受處分。因此，我們建議全美所有大學付諸行動，更新對於言論自由的承諾，採納依芝加哥大學二〇一五年宣言修訂的聲明。這份聲明由法律學者傑福瑞·史東（Geoffrey Stone）主持的委員會執筆，在我們這個習於寵邀講者、干擾演講和規範言論的時代，他們堅定立場，重申對言論自由和學術自由的決心。到目前為止，已經有四十所學院和大學的行政機構和教師採納這份聲明，包括安默斯特學院（Amherst College）、哥倫比亞大學、約翰·霍普金斯大學、普林斯頓大學和范德比大學（Vanderbilt University）。⁸

FIRE 寫了一份芝加哥聲明的修訂版，可供其他學校做模版使用（請見附錄二）。關鍵段落如下：

(校名) 深自服膺以下原則：不因 _____ (校名) 之部分、甚至大多數成員認定論辯或研究中的觀點冒犯他人、欠缺智慧、不符道德或頑冥不靈，便打壓該論辯或研究。做為學校，_____ (校名) 不會如此認定；_____ (校名) 之個別成員雖可自行認定，並依此認定而行，但不可訴諸打壓言論之手段，應該公開而熱烈地質疑其所反對的觀點。

大學亦應重新審視相關政策，確定自身作為合乎第一修正案。在法律上，公立大學必須保障學生和老師在校園裡的表意權利。因此，確定政策不違言論自由不僅對學生有益，也可避免大學在一修正案訴訟中屈居下風。至於承諾維護言論自由、學術自由和探索自由的私立學校，修訂（或取消）言論規範是重大宣示，可以藉此展現態度鄭重。準備申請大學的人在選擇學校時，應該將各校

⁷ 這類文辭很多出自美國大學教授協會（American Association of University Professors, AAUP）。AAUP 成立於一九一五年，以捍衛校園學術自由為宗旨。從一九一五到一九四〇年，AAUP 發布的很多聲明思考縝密，發人深省，充滿對學術自由和自由探索的決心。AAUP 後來對學生言論和「校外」（“extramural”）言論發布的聲明也貢獻卓著（「校外」言論指的是教授在校園外發表的言論）。AAUP. (1940). Statement of principles on academic freedom and tenure. Retrieved from <https://www.aau.org/report/1940-statement-principles-academic-freedom-and-tenure>. 亦即.. AAUP. (1915). Declaration of principles on academic freedom and tenure. Retrieved from <https://www.aau.org/NR/rdonlyres/A6520A9D-0A9A-47B3-B550-C006B5B224E7/0/1915Declaration.pdf>

⁸ FIRE. (n.d.). Adopting the Chicago Statement. Retrieved from <https://www.thefire.org/student-network/take-action/adopting-the-chicago-statement>

的言論規範列入考量；大學生則應留意自己學校的政策。⁹

B. 建立不回應公開暴行的風氣。即使已經為言論和學術自由制訂強烈而明確的政策，在情勢艱困或領導階層遭受校內或校外壓力時，如果學校高層沒有維護這些政策的意願，再多的政策也是枉然。如果校長在每學年開始能公開宣示維護這些原則的決心，申明立場於任何爭議爆發之前，大學將更容易維護這些原則。當然，不論在網路上、課堂上，或是在其他校園場合中，如果學生或教師的言論或行為涉及真正的威脅、騷擾、煽動立即之非法行為，或屬於其他任何不受第一修正案保護的言論，那麼，大學應該採取行動。可是即使是這種情況，校長也不該倉促行動，而應遵守書面政策和懲處程序。在懲處程序上，制訂規定時應確保受指控的教師或學生能獲得公平審理。一般說來，對於要求言論審查和懲罰的公開暴行和偏狹訴求，大學越是回應，這類暴行和訴求就越得寸進尺。因此，在暴行來得快速、猛烈但半衰期短的今日，大學應該讓時間冷卻情緒。這對保護資淺或兼任教師尤其重要，因為他們比終身職教師更容易被開除。

C. 不容許「鬧場否決」：大學校長必須表明立場：沒有任何人有權阻礙其他校園成員參加或聆聽演講。不妨礙他人表意自由的抗議活動亦屬應受保障的言論，是有產值的爭執的合法形式。雖然短暫妨礙其他聽眾權利的喧鬧抗議活動，也在可以容許之列，但要是抗議行動的總和實質妨礙聽眾聽的能力、或講者說的能力，應為妨礙行為負責者必須受到懲處。對於容許鬧場人士中斷演講又不予以懲處的學校，準備升學的學生應避免申請。¹⁰

二、秉持使命招生，找出最佳組合

A. 多收年紀較長，並有證據顯示具備獨立生活能力的學生。我們在前一章談過，現代人成年越來越晚，而且這股潮流已經持續了好幾十年。¹¹我們相信：如果全國形成新的風氣，學生普遍在上大學前留一年空檔、服國民役一年或從軍幾年，對學生、大學和整個國家都能帶來許多益處。如果名門大學宣布優先錄取曾多方嘗試培養自我獨立的學生，對促進這股新風氣將大有助益。如果大學開始多收能展現一定獨立性的學生，不再招收那麼多把童年花在準備考試和撰寫履歷的學生，校園文化或許會能大幅改善。

B. 多收教授「知性德行」的學校的學生。如果名門大學收的學生很多畢業於強調知性德行的學校（例如我們前一章提過的學校），或是常讓學生練習辯論的學校，會有更多中小學願意採行這種教育方式。如此一來，下個世代的大學生將更能處理具有挑戰性的觀念，也更能與不同背景的同學

⁹ 可參考 FIRE 網站，查看超過四百五十所大學和學院的政策：www.thefire.org。目前學校政策獲 FIRE 評為「綠燈」的大學越來越多，歡迎各大學加入綠燈的行列，這通常能為大學帶來正面聲望。截至本書付梓之前，已有四十所學院和大學獲評為綠燈。可參考以下網站，查看哪些大學被評為紅燈、黃燈或綠燈：<https://www.thefire.org/spotlight/using-the-spotlight-database>

¹⁰ 關於各大學對觀點多元性的開放性（包括對最近干擾言論事件的回應），可參考非正統學院大學指引：<http://heterodoxacademy.org/guide-to-colleges>

¹¹ Amett, J. J. (2004).

互動。

C. 將觀點多元性納入多元政策。多元性在很大程度上能為社群帶來益處，因為以不同觀點看問題的人能因此聚在一起。如第五章所述，近幾十年來，不論是教授或學生，在種族、性別和其他特質上都變得更為多元，可是政治立場的多元性逐漸降低。我們建議大學在多元性聲明和策略中加入「觀點多元性」。這並不代表教師或學生必須平等反映（或依比例反映）主要政治立場，也不代表師生必須反映所有觀點。可是，觀點多元性能讓大學不至於成為政治一言堂，或是以某種政治立場為正統。¹²

三、引導和教育學生進行有產值的爭執

A. 明確拒絕脆弱的謬誤：殺不死你的，讓你更脆弱。致力於追求真理的大學必須讓學生做好準備，勇於迎接衝突、爭議和辯論。很多學生最珍視的信念會遭到挑戰，他們必須學到那不是騷擾或人身攻擊，而是協助彼此消除確認偏誤。學生也必須學會提出有理有據的論證，避免訴諸人身（*ad hominem*）的謬誤（亦即批判對方，而非對方的觀念）。在給新生的暑期閱讀建議和始業輔導資料裡，大學應該明確傳遞前布朗大學校長——同時也是常春藤盟校首位黑人校長——露絲·希蒙斯（Ruth Simmons）的訊息：「遇上反對觀點時，一個人的聲音反而能成長茁壯……觀點和理念的碰撞深植於學術機構的DNA。我們這裡不需要任何避免碰撞的伎倆。」¹³ 對學生說明：大學課堂和公開演講不是知性「安全空間」（當然，學生有自由結社的權利，他們可以用自己的時間在別的地

方創造自由空間，自由加入）。¹⁴ 防止「不安全」一詞蠕變成包含「不舒適」。讓學生看第四章提到的凡·瓊斯的短片，鼓勵他們拋下情緒「安全」，視大學如「健身房」。¹⁵

B. 明確拒絕情緒推理的謬誤：永遠信任你的感覺。始業輔導時，大學應該提醒學生確認偏誤的威力，以及認知偏誤的普遍。好好思考是項挑戰，我們很容易被感覺和團體忠誠帶偏方向。在社群媒體、網路酸民和假新聞充斥的時代，全國、甚至全世界都出現道聽塗說的危機，人們輕易跟著感覺走，急於接受關於敵人的荒謬流言。如果社群裡的成員能彼此要求，在提出主張的同時也舉出能支持論點的證據，這個社群就是能在暴行漫天的時代一起追求真理的社群。對學生強調批判思考的重要，然後給他們能增進批判思考的工具。CBT就是這樣的工具。相對簡單的作法是直接在CBT中訓練學生，或是提供他們可以免費使用的網站或APP，讓他們自行練習（請

¹² 如果教授或院長有意衡量校園言論風氣，可使用非正統學院開發的免費工具「校園言論調查」（Campus Expression Survey）。請見：<http://heterodoxacademy.org/campus-expression-survey>

¹³ Simmons, R. J. (2014, May 18). Commencement address, Smith College. Retrieved from <https://www.smith.edu/about-smith/smith-history/commencement-speakers/2014>. 這場畢業演講原本邀請的是克里斯蒂娜·拉加德，國際貨幣基金組織前總裁，但因學生抗議，講者改為希蒙斯。

¹⁴ 在芝加哥大學學務長傑伊·艾利森（Jay Ellison）二〇一六年寫給新生、也廣獲討論的信裡，這個區分更為清楚。他有一句是這樣寫的：「我們不容創造知性『安全空間』，讓人退到那裡，迴避與自身信念相悖的觀念和視角。」整封信可以在這裡看到：https://news.uchicago.edu/sites/default/files/attachments/Dear_Class_of_2020_Students.pdf

¹⁵ Haidt, J. (2017, March 2). Van Jones' excellent metaphors about the dangers of ideological safety [Blog post]. *Heterodox Academy*. Retrieved from <https://heterodoxacademy.org/2017/03/02/van-jones-excellent-metaphors>

見附錄一）。另一套工具是OpenMind計畫，它能幫助學生養成與人進行艱難對話的技能（請見OpenMindPlatform.org）。

C.明確拒絕「我們」VS「他們」的謬誤：人生是好人與壞人的戰爭。仔細觀察學校怎麼對新生引介認同政治，尤其是暑期閱讀建議和始業輔導資料的選擇。多多運用從系統層次剖析社會問題、不抬出道德大纛的讀物。由於即將入學的學生（含國際學生）背景不同，最好能跟他們談談很多情況可能造成誤會，不智地冒犯或排擠其他同學，在這科技超載的時代尤其如此。鼓勵禮貌和同理，但不要用微侵犯的框架看待這些議題。試著改用更善意的方式回應，就像家人之間為了對方的益處提出質疑。在問題出現時，家人之間會非正式地私下化解。

四、為社群畫出更大的圈

在這本書裡，我們一再強調一項社會心理學基本原則：你越是把人區隔開來，指出他們的差異，他們就越分裂、彼此越不信任。¹⁶相反地，你越是強調目標相同、利害攸關、命運與共、人性相通，他們就越能看到人我同樣生而為人，應該相互善待，珍惜彼此對社群的貢獻。當保莉·莫瑞寫道：「當我的弟兄試圖畫個圈子排擠我，我願畫出更大的圈納入他們。」¹⁷她傳達的正是這項原則的力量。在擴大圈圈上，學生、教授和行政主管都得扮演重要角色。

A.促進學校精神。在開學週，有些大學會努力推廣「學校精神」，為學生形塑共同的身分認同。學校精神聽起來或許是小事，但它能創造更具信任感的社群，讓學生往後能處理更困難的

議題。

B.保障人身安全。我們在這本書裡也不斷提醒：不應把情緒舒適和人身安全混為一談。不過，正如第六章所說：在我們這個時代，極端分子越來越常利用網路和社群媒體，或是威脅、或是騷擾學生和教授，尤其是那些屬於歷史上的邊緣族群的人。這些威脅有時會躍出網路，縱入校園。大學必須出資採取適當的保全措施；對於暴力威脅和暴力行為，學校必須強力回應，與校警、地方警察、FBI和相關單位合作調查，予以懲處，而且態度必須始終如一。有鑑於全國各地有色人種學生經常反映遭到警方差別對待，校警和地方警察應該格外留意，不可待他們如潛在罪犯。保護各種背景的學生不受攻擊，讓他們的人身安全獲得保障，也知道校警會保護自己，是非常重要的。

C.為學生舉辦文明有禮的跨黨派活動。如果校內團體邀請講者不是因為他們有見地，而是因為他們善於譁眾取寵、惡言攻訐、挑起過度反應，很可能讓雙方對立加深，演變成我們第六章談過的惡性循環。有很多組織能協助邀請理念不同的講者來校園演講，他們不但能提供引人入勝的內容，也能展現政治多元性的價值。如果你是學生，不妨邀請共和黨和民主黨的校園組織合辦活動。另

¹⁶ 可參閱希丹紐斯(Sidianius)、范拉爾(Van Laar)、里文(Levin)和辛克萊(Sinclair) 1900四年作品。他們發現：加入大學裡的「族群小圈圈」會造成很多負面效果，例如共同身分認同感降低、族群受害感增加。少數族群學生和白人兄弟會學生也有這種情形。

¹⁷ Murray, P. (1945). An American Credo. *CommonGround*, 5 no.2 (1945): 24. Retrieved from <http://www.unz2.com/print/CommonGround-1945q4-00022>

外，不論能否成功，請考慮在你的學校成立BridgeUSA，這是由學生主持的網絡，有時會辦有建設性的政治討論。¹⁸

有智慧的大學的特徵

校友、家長、升學輔導和有意申請的學生，應該問大學五個問題：

- (1) 在新生開始上課之前，你們會不會先教他們學術自由和自由探索？如果會，你們會採取哪些步驟？
- (2) 如果有人因為一位教授在文章或訪談中表達某種看法，讓其他人深感遭受冒犯，因此要求將這位教授解聘，你們會怎麼處理呢？
- (3) 如果因為邀請某位爭議性講者來校演講，引發大規模抗議，其中不乏可能為真的暴力威脅，學校會怎麼做？
- (4) 學生罹患焦慮症和憂鬱症的人數日益增加，學校如何因應？
- (5) 學校會為增進共同身分認同做些什麼？

看看答案是否顯示學校高度容忍激烈爭執，但不容忍暴力或脅迫？看看答案是否顯示學校預設學生反脆弱，而且了解現在很多學生在努力學習情緒成長時，也需要旁人支持？看看答案是否顯示學校試圖畫出涵容全員的圈，讓圈內能更有產值地探索差異和分歧？

很多美國大學近來遭遇困難，但我們相信：本書討論到的問題是可以修正的。若能結合我們前章建議的改變，本章的革新能強化大學追求真理的能力。如果學校能以自由探索為身分認同的核心部分，錄取特別有望成為真理的追求者的學生，引導並培育這些學生進行有產值的爭執，為整個社群畫出更大的圈，讓每個人知道自己在圈裡有人身安全，都相信自己屬於這裡——這樣的大學令人心嚮往之，讓人樂在其中，更是社會之福。

¹⁸ 見 .. BridgeUSA.org, and see a profile of the group in: Khadaroo, S. T. (2017, October 26). The antiWashington: College group offers a model for debating politely. *The Christian Science Monitor*. Retrieved from <https://www.csmonitor.com/EqualEd/2017/1026/The-anti-Washington-College-group-offers-a-model-for-debating-politely>

結論 讓社會更有智慧

這本書談的是智慧及其對反。這本書講了三項心理原則，還有當家長和教育者出於善意、採行不符這些原則的作法，年輕人會面臨什麼後果。對照開頭的三句引言和三大謬誤，我們可以為這本書做出總結。

心理原則	智慧	重大謬誤
年輕人是反脆弱的。	為孩子做好上路準備，而非準備好路給孩子	殺不死你的，讓你更脆弱。
我們都傾向情緒推理和確認偏誤。	傷人最重者非極惡之敵，乃放逸之心；益人最深者非生身父母，為調伏之心。	永遠信任你的感覺。
我們都傾向三元思考和部落主義。	善與惡的界線在每一個人心裡。	人生是好人與壞人的戰爭。

在第一部分，我們介紹了三項心理原則，並說明今日很多學校的作為和政策如何帶來副作用，變相鼓勵學生擁抱不智，而非智慧。在第二部分，我們講述了在觀點多元性低、領導風格軟弱、對

威脅高度敏感的學校裡（學校之所以對威脅敏感，部分是因為政治對立的確升高，以及校外人士主動尋釁），學生擁抱三大謬誤之後會出現什麼情況。在第三部分，我們提到這些現狀無法簡單解釋，你必須留意六股相互影響的潮流：政治對立升高；青少年罹患憂鬱症和焦慮症的比例上升；中產階級和富裕家庭的教養方式變得更草木皆兵、更呵護備至、更緊迫盯人；世代成員普遍被剝奪玩樂和冒險；學校行政官僚擴大，也變得越來越過度保護；追求正義的熱情湧現，而且越來越熱中在所有領域達到「平等結果」。在第四部分，我們以三項心理原則為基礎提出建言，盼能改進親子教養、十二年教育和大學。

我們在本書裡提到一些令人憂心的趨勢。在討論美國政治日益對立，還有青少年憂鬱、焦慮和自殺比例提高的那兩章裡，有些趨勢尤其令人不安。這些問題很嚴重，我們也看不到這些風潮能在下個十年扭轉的跡象。然而，心理學家史迪芬·平克（Steven Pinker）的論點還是說服也激勵了我們。在《再啟蒙的年代》（*Enlightenment Now*）裡，他說：長期來看，大多數事物會變得更好，而且速度很快，規模也是全球性的。平克指出：從以前到現在，人對未來之所以總是傾向災難化思考，其實有很多心理因素可以解釋。舉例來說，我們在本書裡討論的某些問題是「進步的問題」（詳見序章）：當我們在某些領域推動進步（如安全、舒適、包容等），我們的期望也會跟著提高。於是，雖然我們的確有所進步，但當我們逐漸適應改善後的環境，我們經常又對進步視而不見。

我們當然不想向災難化思考屈服，所以我們應該找出相反的證據，從相反的方向好好評價我們當前的處境。底下這段話是悲觀的強效處方，我們是在科學作家麥特·瑞德里（Matt Ridley）的書

裡第一次注意到它。在一〇一〇年的《世界，沒你想的那麼糟》（*The Rational Optimist*）裡，瑞德里引述道：

有些人說社會已經邁入轉捩點，說我們最好的日子已經過去，雖然我們無法完全證明他們是錯的，可是這些話以前也有人講過，而且前人也提出過顯而易見的理據……為什麼我們回頭看，進步明明俯拾即是，卻依舊認為未來只會退化？這到底是什麼原因？¹

這段話是湯馬斯·巴賓頓·麥考利（Thomas Babington Macaulay）在一八三〇年寫的。他是英國歷史學家，也是國會議員。而當然，英國最好的日子並沒有過去。

平克和瑞德里之所以能保持樂觀，部分是因為一項簡單的觀察：問題越是嚴重，就越能引起人、公司和政府尋找新的解決方法，不論背後推動的是個人使命、市場力量或政治壓力。事情可能怎麼變化呢？讓我們從已經現身的幾隻「春燕」著手，試著勾勒可能浮現的前景。在這本書即將付梓的二〇一八年五月，有些逆流可能正洶湧而至。

¹ Thomas Babington Macaulay. 摘自他為 *Southey's Colloquies on Society* 一書寫的書評，出版於《愛丁堡評論》。Retrieved from <http://www.econlib.org/library/Essays/macS1.html>

一、社群媒體。社群媒體是當前問題的主要部分，在日益上升的心理疾病罹患率和政治對立中，都可以看到社群媒體的影子。不過，在社群媒體企業連續兩年爆發醜聞、引發公眾怒火、激起政府管制的呼聲之後，主要巨頭終於回應。它們至少稍微修改了演算法，核實了部分使用者的身份，也開始採取行動以減少騷擾。隨著劍橋分析（Cambridge Analytica）醜聞爆發，各國政府接下來可能會施加更大的壓力。在此同時，家長、學校和學生也會有所因應，逐漸採取更好的作法，就像我們（不完美地）適應充滿垃圾食物和香菸的世界一樣。

春燕·臉書²和推特都開始聘請社會心理學家，徵求相關研究，思考怎麼改變自己的平臺才能「促進全體健康、開放，以及文明的公共對話」。³我們希望能在往後幾年看到一些實質改變，減少社群媒體助長對立、憂鬱和騷擾的效應。臉書和Google的早期員工已經成立人性科技中心（Center for Humane Technology），他們正與常識媒體合作，試著以科技產業之力減少使用電子設備的負面效應（尤其是減少對孩童的負面效應）。他們發起科技真相運動（The Truth About Tech），向學生、家長和老師說明各種科技對健康的影響。他們的目標是改革科技產業，讓科技產品對使用者更健康。⁴

二、自由遊戲和自由。青少年心理健康危機總算引起公眾注意。隨著發現過度保護對孩子有害的家長和教育者越來越多，也隨著一九七〇和八〇年代的犯罪潮離我們越來越遠，我們相信會有多家長願意讓自己的孩子和其他孩子去外面玩，不受大人看管。

春燕·二〇一八年三月，猶他州成為第一個通過「放養式教養」法案的州——而且獲得兩黨一致支持。⁵我們在第八章提過，目前有些地區的家長要是讓孩子自己出門，不加看管，家長可能會

遭到逮捕。猶他州以法律確認孩童有權擁有不受看管的時間，家長也有權給予孩子這樣的時間而不遭逮捕。隨著越來越多州通過這樣的法律，家長和學校也會更願意試行這種政策或作法，讓孩子更獨立、也更能為自己負責。

三、認同政治改善。隨著另類右派和白人民族主義在一〇一六年崛起，更多學者撰文呼籲：在多種族社會中強調種族認同，會導致惡果。我們現在看得越來越清楚：不論是認同政治哪一方的極端份子，都得靠對方的激烈行為樹立共同敵人，從而凝聚自身團體。這種過程並非美國獨有，在茱利亞·艾布納（Julia Ebner）的《烈怒：伊斯蘭極端主義與極右派極端主義的惡性循環》（*The Rage: Common Sense Media* (2018, February 5). Common Sense partners with the Center for Humane Technology; Announces "Truth About Tech" Campaign in response to escalating concerns about digital addiction. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2018/03/29/well/family/jutah-passes-free-range-parenting-law.html>

² 臉書說他們正嘗試促進「更有意義的互動」.. see Vagelstein, F. (2018, January 11). Facebook Tweaks Newsfeed to Favor Content From Friends, Family. *Wired*. Retrieved from <https://www.wired.com/story/facebook-tweaks-newsfeed-to-favor-content-from-friends-family>

³ Tsukayama, H. (2018, March 1). Twitter's asking for help on how to be less toxic. *The Washington Post*. Retrieved from https://www.washingtonpost.com/news/the-switch/wp/2018/03/01/twitter-asking-for-help-on-how-to-be-less-toxic/?utm_term=.4b28ef8a631b. See especially this post by researchers working with Twitter: Measuring the health of our public conversations. (2018, March 1). *Cortico*. Retrieved from <https://www.cortico.ai/blog/2018/2/29/public-sphere-health-indicators>

⁴ Common Sense Media. (2018, February 5). Common Sense partners with the Center for Humane Technology; Announces "Truth About Tech" Campaign in response to escalating concerns about digital addiction. Retrieved from <https://www.nytimes.com/2018/03/29/well/family/jutah-passes-free-range-parenting-law.html>

The Vicious Circle of Islamist and Far Right Extremism) 裡，我們也能發現同樣的例子。艾布納是奧地利人，在總部設於倫敦的戰略對話研究所（Institute for Strategic Dialogue）擔任研究員。她設法與 I S I S 成員建立交情，又盡力結識極右派人士（如英格蘭護衛聯盟〔English Defense League〕成員），完成艱苦的田野調查。在接受訪問時，她總結自己的觀察：

現在的情況是：極右派把伊斯蘭極端主義者描繪成全體穆斯林社群的代表，伊斯蘭極端主義者也把極右派描繪成整個西方世界的代表。隨著極端派從政治中間派吸走越來越多人，這種看法也成了主流觀點，結果就是文明衝突敘事成了自我應驗的預言。⁶

春燕：更多不同背景的學者呼籲反思認同政治。包括土裔美籍政治學者帖木兒·庫蘭（Timur Kuran）、⁷華裔美籍法學教授蔡美兒，⁸以及同志作家、社運人士強納森·羅希，在內，很多學者發出警告，指出極左和極右的共同敵人認同政治如何彼此助長氣焰。這些作者都在尋找截斷惡性循環、轉向共同人性的方式，他們的解方通常也貼近本書前面提過的基本社會心理學原則。以羅希為例，他在稱讚蔡美兒近作《政治部落》（*Political Tribes: Group Instinct and the Fate of Nations*）的評論中寫道：

心理學研究顯示：部落主義是可以被團隊合作扭轉和克服的。讓個人以平等地位參加共同任務，就能減輕部落主義。換句話說，有意識地付出努力能讓人打破部落螺旋，而很多人正試

著這樣做。「光看電視新聞和社群媒體沒法察覺，」蔡美兒寫道：「但全國各地都露出跡象：大家試著跨越鴻溝，突破自己的政治部落。」¹⁰

達賴喇嘛長久以來鼓勵的也是這種作法，依據的也是同樣的社會心理學。二〇一八年五月，他在推特上說：

我是西藏人，我是佛教徒，我是達賴喇嘛。如果強調這些差異，我是讓自己四分五裂，也是在自己和其他人之間築起藩籬。我們該做的是多注意我們和別人在哪些方面是一樣的。¹¹

⁶ 親..Illing, S. (2017, December 19). Reciprocal rage: Why Islamist extremists and the far right. *Vox*. Retrieved from <https://www.vox.com/world/2017/12/19/16764046/islam-terrorism-far-right-extremism-isis>.

⁷ 親..Illing, S. (2017, October 13). 20 of America's top political scientists gathered to discuss our democracy. They're scared. Retrieved from <https://www.vox.com/2017/10/13/16431502/america-democracy-decline-liberalism>

⁸ 親..Chua (2018).

⁹ 親..Rauch, J. (2017, November 9). Speaking as a... *The New York Review of Books*. Retrieved from <https://www.nybooks.com/articles/2017/11/09/mark-lilla-liberal-speaking>

¹⁰ Rauch, J. (2018, February 16). Have our tribes become more important than our country? *The Washington Post*. Retrieved from https://www.washingtonpost.com/outlook/have-our-tribes-become-more-important-than-our-country/2018/02/16/2f8ef9b2-083a-11e8-b48c-bb7fea9579d5_story.html

¹¹ @DalaiLama. (2018, May 21). [Tweet]. Retrieved from <https://twitter.com/DalaiLama/status/998497410199437312>

四、大學唯真理是從。芝加哥大學在學術文化強度上向來出類拔萃（他們頗以非官方校訓為傲：「樂趣命喪此處」）。¹² 在安全至上主義橫掃許多美國頂尖學府的時候，芝加哥大學不為所動。近來最好的一份言論自由聲明在這裡起草（請見附錄二），絕非偶然。

春燕：現在有很多大學採行芝加哥聲明，也開始反擊安全至上主義的蠕變。如果這些學校順利推展這種立場，又在各種評比和排行榜上名次提升，應該會有更多大學跟進。

綜合來看，我們預測情況會有所改善，而且變化可能會在將來幾年的某個時點突然發生。就我們私下談話所知，大學校長大多拒絕安全至上文化。他們知道這對學生和自由探索都不好，但他們發現在政治上很難公開這樣講。我們與學生交談過後也相信：大多數高中生和大學生鄙視嗆聲文化，他們更想在鮮少出現這種情況的學校求學。大多數學生並不脆弱，也不是「草莓」，他們不怕接觸觀念。因此，如果有幾所學校能推動不一樣的學術文化——找出辦法讓所有身分群體的學生感到被接納，不使用在很多大學引來反效果的分裂手段——我們相信市場的力量自能照顧其他層面。申請和就讀這些學校的學生會增加，校友捐款會增加，更多高中會協助學生爭取這些學校的名額，更多家長會鼓勵子女以錄取這些學校為目標。換句話說，考試準備減少，過度保護降低，自由遊戲增加，獨立自主提高。整個城鎮和學區會組織起來，讓放養式教養變得可行，也鼓勵大家這樣對待孩子。他們這樣做主要不是為了幫學生進大學，而是要扭轉傷害我們孩子的憂鬱、焦慮、自殘和自殺風潮。這個國家會有越來越多人同意安全至上主義是危險的，它在阻礙我們孩子的發展。

英屬美洲殖民地最早的幾所大學，是為培育神職人員而設。可是在更重視實務的美國文化發展

之後，成立學校的目的漸漸變成打造自治公民社會棟梁，讓年輕人養成這個社會必備的技能和德行。一七五〇年，在富蘭克林（Benjamin Franklin）創立後來成為賓州大學的學校時，他在信中對山繆·詹森（Samuel Johnson）說：

從公共福祉來說，沒有比塑造和培育有智慧和德行的年輕人更重要的事。在我看來，有智慧又善良的人是國家的力量，比財富和武器更為可貴。被無知和邪惡操縱的財富和武器經常帶來毀滅，而不是賦予人民安全。¹³

這本書談的是教育及智慧。如果我們能將下一代教得更有智慧，他們會更堅強，更富足，更有德行，甚至更安全。

¹² Klein, A. (2010, April 26). Not cool: The U of C tops HuffPo's anti-party list. *The Chicago Maroon*. Retrieved from <https://www.chicagomaroon.com/2010/04/26/not-cool-the-u-of-c-tops-huffpo-s-anti-party-list>

¹³ Franklin, B. (1750). Available at <https://founders.archives.gov/documents/franklin/01-04-02-0009>

謝辭

這本書有個並未言明的前提：思考是社會活動。作為個人，我們兩個並不絕頂聰明，因為我們都會犯認知偏誤和確認偏誤。但你若能把人放到團體或網絡中正確的位置，讓觀念在那裡得到分享、批評和改善，更好也更真的事物就能浮現。我們想感謝我們團體和網絡裡的很多人，是他們讓這本書更好也更真。

第一位是潘蜜拉·帕斯基（Pamela Parseky），她在這個計畫的早期階段加入我們，以葛瑞格在 F I R E 的研究總監的身分。潘蜜拉是相當優秀的寫手，也是芝加哥大學人類發展委員會（Committee on Human Development）的跨領域博士。在加入這個計畫之前，她已寫作、教授、演講過與本書議題類似的題目。她定期為《今日心理學》（*Psychology Today*）線上版撰文，為我們擔任很多研究領域的主題內容專家。她也大幅編輯了這整本書，幫我們把兩種寫作風格合而為一。我們尤其感謝她在知識和專業上展現的深度。她擔負起魔鬼辯護人的角色，迫使我們強化論點，也為這本書提供很多重要概念——「安全至上主義」這個詞就是她想出來的。

葛瑞格要向 F I R E 很多人致謝，首先是讓他進行這項計畫的董事會，尤其是 F I R E 現任董事長丹尼爾·舒克，他多次閱讀本書書稿，並在整個過程中提供建議。葛瑞格也想特別一提他極其沈著的行政助理艾利·菲爾德曼（Eli Feldman），以及能幹的前研究助理海莉·哈德勒（Haley Hudler）。艾利是耶魯大學二〇一六年畢業生，有心理學學位。本書從草擬綱要到完成書稿，他一直提供大量協助，也對心理學和他所屬的 i 世代提出敏銳的洞見。海莉從我們寫《大西洋》那篇文章開始就與我們共事，她一路參與本書的寫作計畫，也為本書做了好幾個月的研究，後來才離開 F I R E 到喬治城大學法學院就讀。在本書編輯過程的最後幾個月，F I R E 律師亞當·高德斯坦（Adam Goldstein）為它做了快速而全面的研究，我們在此向他和 F I R E 工作人員致謝。感謝一路相助的每一個人：執行長羅伯·許柏利（Robert Shibley）、夫人阿拉茲·許柏利（Araz Shibley）（她協助我們研究幾個案例）、F I R E 最資深的幾位同事，以及我們最新的幾位學生「夥伴」（愛莉莎·班尼特〔Alyssa Bennett〕、凱莉·庫許納〔Kelli Kushner〕和馬修·威廉斯〔Matthew Williams〕）。雖然我們無法列出 F I R E 的每一位參與者，但一定要特別向以下幾位致謝：莎拉·麥克拉夫林（Sarah McLaughlin）和萊恩·懷斯（Ryne Weiss）提出犀利的回饋，以及對今日校園氛圍的深刻洞見；威爾·克里利（Will Creeley）以專業寫作功力協助我們潤飾書稿。此外，我們感謝蘿拉·貝爾茲（Laura Beltz）和辛希雅·梅耶斯柏（Cynthia Meyersburg）的研究支援，以及彼得·波尼拉（Peter Bonilla）、妮可·貝里諾（Nico Perrino）、波妮·史奈德（Bonnie Snyder）和 F I R E 律師（兼 F I R E 非正式總編）莎曼珊·哈里斯（Samantha Harris）的回饋與

建議，在本書完成的最後階段，他們對細節的敏銳目光和無比專注極其可貴。

喬首先要向卡洛琳·梅爾（Caroline Mehl）致謝。卡洛琳剛從耶魯和牛津畢業，在這個計畫開始前不久加入團隊，擔任研究助理。她貢獻很多概念和大多數圖表，促使我們納入多方觀點，更走出約翰·彌爾會大加讚賞的一步——她找來五位看待校園事件的角度與我們大相逕庭的試閱者。我們感謝這幾位提出既具建設性又細膩精微的批評，他們是崔維斯·吉達多（Travis Gidado）、瑪德蓮·海（Madeline High）、伊泰·歐爾（Ittai Orr）、丹妮耶樂·湯森（Danielle Tomson），以及另一位希望匿名的讀者。我們還要感謝以下幾位試閱者通讀書稿，並提出詳盡而可貴的評論。從左派立場評論的海倫·克雷默（Helen Kramer）、舒莉·帕索（Shuli Passow）和卡里·史密斯（Khalil Smith），從右派立場評論的史帝夫·梅森傑（Steve Messinger）和威廉·莫達爾（William Modahl），以及從非特定立場評論的賴瑞·安索（Larry Amsel）、希瑟·海英和丹尼爾·舒克曼。

喬特別感謝華樂莉·苦狄—格林爾威（Valerie Purdie-Greenaway）對我們的初稿提出深刻批評，讓這項計畫邁入轉捩點。喬也感謝非正統學院的團隊，尤其是通讀書稿的拉菲·金斯柏（Raffi Grinberg）、尼克·菲利普（Nick Phillips）和傑瑞米·維林傑（Jeremy Willinger），西恩·史帝凡斯（Sean Stevens）協助研究，以及戴伯·馬謝克（Deb Mashek）來引領組織走向新方向，這將使我們的大學更有智慧。

我們一路上受到好幾位學者和專家的協助，他們的作品是本書核心論點的基礎，我們感謝愛瑞卡·克里斯塔吉斯、彼得·格雷、史蒂芬·霍蘭、羅伯·里希、茱莉·李斯寇特—漢姆斯、哈拉·

艾斯特洛夫·馬拉諾·蘭諾·史坎納茲，以及珍·圖溫吉。

感謝很多朋友、同事和認識的人對其中一章或多章提出可貴的評論，協助我們分析資料，或提出他們的專業看法：傑森·貝爾、安德魯·貝克（Andrew Becker）、半里布·伯納（Caleb Bernard）、保羅·布倫、莎曼珊·伯德曼（Samantha Boardman）、布萊德立·坎伯、丹尼斯·達爾頓（Dennis Dalton）、克拉克·佛萊許曼（Clark Freshman）、布萊恩·蓋勒格（Brian Gallagher）、安德魯·蓋茲（Andrew Gates）、克里斯多福·蓋茲（Christopher Gates）、班傑明·金斯伯、傑希·葛拉翰（Jesse Graham）、丹·格里斯沃德（Dan Griswold）、班傑明·海德特（Benjamin Haidt）、蘿琪·海德特（Rebecca Haidt）、泰瑞·哈爾特（Terry Hartle）、瑞夫·艾爾（Ravi Iyer）、洛布·瓊斯（Robb Jones）、克莉絲汀娜·金恩（Christina King）、蘇珊·克雷斯尼卡（Susan Kresnicka）、半爾文·賴（Calvin Lai）、瑪賽拉·拉森（Marcella Larsen）、哈瑞·李維斯（Harry Lewis）、凡妮莎·洛布（Vanessa Lobue）、布萊恩·羅（Brian Lowe）、傑森·曼寧、伊恩·麥可克瑞迪—弗羅拉（Ian McCready-Flora）、約翰·麥可沃特（John McWhorter）、約翰·帕爾佛瑞（John Palfrey）、麥可·帕洛茲·南多·佩洛希（Nando Pelosi）、史蒂芬·平克、安·拉斯穆森（Anne Rasmussen）、布萊德利·里德（Bradly Reed）、法比歐·羅哈斯（Fabio Rojas）、半特琳·桑托拉（Kathleen Santora）、莎莉·薩特爾（Sally Satel）、史帝夫·舒茲（Steve Schultz）、馬可·舒爾曼（Mark Shulman）、娜汀·史托森（Nadine Strossen）、約書亞·蘇利文（Joshua Sullivan）、瑪莉安·托達拉希（Marianne Toldalagi）、約翰·托馬希（John Tomasi）、蘇希·托馬

索（Tracy Tomasso）、蕾貝卡·托維爾、李·泰納（Lee Tyner）、史帝夫·維希（Steve Vaisey）、羅伯·馮·哈爾伯（Robert Von Hallberg）、扎哈里·伍德以及傑瑞·祖克（Jared Zuker）。我們也謝謝歐馬爾·馬赫穆德（Omar Mahmood）自告奮勇架設網站TheCoddling.com。

感謝《大西洋》雜誌的唐恩·佩克在一〇一四年看出這項計畫的潛力、開啟計畫，並在一〇一五年予以修訂。感謝經紀人約翰·布魯克曼（John Brockman）及布魯克曼公司團隊居間牽線，讓我們找到企鵝出版（Penguin Press）和我們出色的編輯維吉尼亞·「金妮」·史密斯（Virginia “Ginny” Smith）。金妮將我們的概念和文字修得更好，我們每次逾期也都多虧她鼎力相助。

最後，我們想感謝家人。葛瑞格要感謝妻子蜜雪兒·拉布朗（Michelle LaBlanc）的付出，在這段緊湊的過程裡，她不僅展現出無盡的耐心、彈性和支持，還在這段日子裡生下馬克思威爾（Maxwell）（一〇一七年十一月出生）。在當爸的陷入某種泥沼的時候，她繼續當乖戾的兩歲兒班傑明的完美媽媽。

喬感謝妻子劉潔恩（音譯：Jayne Riew）讓他所有的文章更上一層樓，看見他在寫作和生活上遺漏的很多事，默默分擔養育麥克斯和法蘭契斯卡的冒險。喬最後要感謝媽媽伊蓮·海德特（Elaine Haidt），她在一〇一七年五月辭世，當時這本書正在進行。她在一九六〇年代上過心理學家海姆·吉諾特（Haim Ginott）的育兒課，學到他的座右銘「別只顧著做，停下來」。有這樣一位知道什麼要做、什麼別做的媽媽，是喬和姊姊蕾貝卡和莎曼珊的福份。

附錄一 怎麼做 C B T

有意練習 C B T 的人有時會找治療師協助，訓練他們辨認和改變偏誤思考模式的技巧。有些人則是自己讀如何練習 C B T 的書。對於治療憂鬱症，美國心理健康專業人員經常推薦的是大衛·柏恩斯（David Burns）的暢銷書《擁有好心情：新情緒療法》（*Feeling Good: The New Mood Therapy*）。有些研究發現讀這本書能有效治療憂鬱——是的，光是讀這本書就可以。¹我們也推薦羅伯·里希博士的傑作《治療擔憂：不讓擔憂阻礙你的七個步驟》（*The Worry Cure: Seven Steps to Stop Worry from Stopping You*），這本書更著重於處理焦慮，也加進了最新 C B T 技巧。

C B T 的好處是容易上手：你只需要準備紙跟筆就夠了（也可以用筆電，或是有能做紀錄的 A P P 的電子設備）。C B T 練習的特定細節因書和治療師而易，但基本過程差不多是：

¹ 憂鬱自助書籍的介紹，請見：Anderson et al. (2005)。

(1) 當你感到焦慮、憂鬱或情緒不佳，花點時間寫下你的感受。

(2) 寫下你情緒不佳的程度（例如以一到一百為它評分）。

(3) 在你受到焦慮或絕望打擊時，發生了什麼事？你的自動化想法又是什麼？寫下來（例如：「有個我感興趣的人取消了我們的約。我心想：『每次都這樣。沒有人想跟我出去。我失敗透頂。』」）

(4) 寫看下列自動化思考偏誤類別，然後自問：我的想法是認知偏誤嗎？寫下你注意到的認知偏誤（舉例來說：回顧前述第三步的自動化想法之後，你或許會寫：「個人化，以偏概全，標籤化，災難化思考」）。

(5) 尋找支持和否定你的想法的證據。

(6) 問你自己：不贊同你想法的人可能會怎麼說？他的看法有沒有任何優點呢？

(7) 再次想想發生了什麼事，在除去認知偏誤後重新評估情況。

(8) 寫下你的新想法和感受（例如：「我很期待的約取消了，我覺得又難過又失望。」）

(9) 用先前的標準再評估一次，寫下你焦慮、憂鬱或情緒不佳的程度。分數可能會降低——甚至可能降低很多。

CBT需要紀律、實作以及投入。很多治療師建議每天至少這樣練習一到兩次。隨著時間和練習的累積，你可能會發現自己有所改變，不像以前那麼容易被扭曲的負面思考掌控（但請注意：你

鼓勵所有讀者進一步學習CBT。如果你有意請CBT治療師協助，你可以上專業學會網站查找你附近的醫師：

行為及認知治療學會（Association for Behavioral and Cognitive Therapies）.. <http://www.fndcbt.org>
認知治療學會（Academy of Cognitive Therapy）.. <http://www.academyofct.org>

當然，經受嚴重心理困擾的人應該尋求專業協助。

以下幾頁是認知偏誤完整清單，取自羅伯·里希、史蒂芬·霍蘭和菈塔·麥金合著之《憂鬱症及焦慮症之治療計畫與干預》第二版（已取得轉載許可）。

自動化思考偏誤類型

(1) 讀心術：明明沒有充分證據，卻認為自己知道別人在想什麼。例如「他覺得我一事無成」。

(2) 預測未來：從負面方向詮釋未來：情況會變得更壞；接下來會有危險。例如「我會考砸」或「我一定得不到那份工作」。

(3) 災難化思考：認定已經發生或即將發生的事糟透了或難以承受，自己一定受不了。例如「我

要是沒做好就完蛋了」。

- (4) **標籤化**：認定自己或他人具有整體性的負面特質。例如「我不受歡迎」或「他是個爛人」。
- (5) **忽視正面事物**：認定自己或別人的正面行為微不足道。例如：「對我好本來就是作太太的本分，有什麼了不起的？」或「這些成功輕輕鬆鬆就能到手，算得了什麼？」
- (6) **負面過濾思考**：焦點幾乎全放在負面的事，很少注意正面的事。例如「瞧瞧這些人多討厭我」。
- (7) **以偏概全**：因單一事件而感到負面模式無所不在。例如：「我老是遇到這種事。我大概很多事情都做不成。」
- (8) **二分思考**：從全有或全無的角度看待事或人。例如「每個人都拒絕我」或「這完全是浪費時間」。
- (9) **應然思考（shoulds）**：從應然面詮釋事物，而不單純把重點放在實際情況。例如：「我應該要做得好的。要是我沒做好，那一定是我有問題。」
- (10) **個人化（personalizing）**：將負面事件不成比例地歸咎於自己，看不到有些問題是別人造成的。例如「婚姻失敗都是我的錯」。
- (11) **歸咎他人**：一心認為自己的負面感受是別人造成的，拒絕為改變自己負責。例如：「我現在有這種感覺都要怪她」，或「我的問題全都是父母造成的」。
- (12) **不公比較（unfair comparisons）**：以不切實際的標準詮釋事物，主要把重點放在表現得比自己好的人身上，發現自己相較之下較差。例如「她比我更成功」或「別人考得比我好」。
- (13) **後悔傾向（regret orientation）**：把焦點放在自己之前原本可以做得更好，而不是現在可以表現得更好。例如：「如果當初好好努力，我本來可以有比較好的工作」，或「當時實在不該那樣講」。
- (14) **杞人憂天（what if?）**：不斷設想各種問題，卻無法對任何一個答案滿意。例如：「要是我覺得焦慮怎麼辦？」，或「要是我沒辦法呼吸怎麼辦？」
- (15) **情緒推論**：任感覺引導自己對現實的詮釋。例如：「我覺得憂鬱，所以我的婚姻一定有問題。」
- (16) **妄自菲薄（inability to disconfirm）**：否定所有抵觸自身負面想法的證據或論證。舉例來說：在你認為「我不討人喜歡」的時候，你否定一切顯示別人喜歡你的證據，結果無法推翻自己的想法。例如：「真正的問題不是這個。一定還有更深的問題。一定還有別的原因。」
- (17) **妄下斷語（judgement focus）**：以好／壞、優／劣的框架評價自己、別人或事件，而不只是描述、接受或理解。不斷以抽象標準衡量自己和他人，結果發現自己和他人都達不到標準。把焦點放在對別人的評價或對自己的評價。例如「我在大學表現得不好」、「我學網球一定學不好」或「看看她多成功，我多失敗」。

附錄二 芝加哥言論自由原則聲明

為什麼我們製造出玻璃心世代？ 402

芝加哥言論自由原則聲明（「芝加哥聲明」）寫於二〇一五年一月，由愛德華·里維傑出服務法學教授（Edward H. Levi Distinguished Service Professor of law）傑福瑞·史東主持之委員會執筆。該委員會負責起草聲明，「明確傳達大學矢志支持其所有成員能自由、熱烈、不受拘束地進行論辯和研究」。¹以下是FIRE改寫的精簡版聲明，用意在於協助各校將芝加哥聲明的觀念融入自己的學校。截至二〇一八年，已有超過四十所大學予以採用。請敦促與你有關係的學校制訂類似聲明，只要舉手之勞，你也能為改善校園環境盡一份力。

_____（校名）矢志支持一切自由和開放的探究，保證_____（校名）社群之所有成員在發言、寫作、聆聽、挑戰和學習上擁有最寬廣的自由。除為維護_____（校名）功能之必要限制之外，_____（校名）完全尊重並支持_____（校名）社群所有成員「討論出現的任何問題」的理由。

當然，_____（校名）社群不同成員的觀念將經常發生衝突，這相當自然。可是，當某些人對特定觀念或意見感到厭惡、難以苟同，甚至深受冒犯，_____（校名）不宜出手保護他們不接觸這些觀念或意見。儘管_____（校名）十分看重禮貌，而且_____（校名）社群每位成員都有責任維護相互尊重的氣氛，但我們絕不能以禮貌和相互尊重為由，合理化關閉討論特定觀念，即使那些觀念對我們社群部分成員來說是冒犯性的或無法同意的。

辯論和討論競爭觀念孰優孰劣的自由，當然並不代表每個人想說什麼就說什麼，或是想在哪裡說。_____（校名）可能限制違法的言論、毀謗特定人士的言論、造成實際威脅或騷擾的言論、不當侵犯實質隱私或保密利益的言論，或直接抵觸_____（校名）之功能的言論。此外，_____（校名）可能合理規範言論表達之時間、地點和方法，以確保言論之表達不妨礙_____（校名）之正常活動。不過，這些是言論自由一般原則的少數例外。極其重要的是：例外之運用絕不可違反_____（校名）對維護全然自由而開放的觀念討論的決心。

簡言之，_____（校名）深自服膺以下原則：不因_____（校名）社群之部分、甚至大多數成員認定論辯或研究中的觀點冒犯他人、欠缺智慧、不符道德或頑冥不靈，便打壓該論辯或研究。做為學校，_____（校名）不會如此認定；_____（校名）社群之個別成員雖可自行認定，並依此認定而行，但不可訴諸打壓言論之手段，應該公開而熱烈地質疑其所反對的觀點。促進

¹ 委員會報告請見：<https://freeexpression.uchicago.edu/sites/freeexpression.uchicago.edu/files/FOECommitteeReport.pdf>

參考書目與引用資料

- Abramowitz, S. I., Gomes, B., & Abramowitz, C. V. (1975). Publish or politic: Referee bias in manuscript review. *Journal of Applied Social Psychology*, 5 (3), 187–200.
- Adams, J. S. (1963). Towards an understanding of inequity. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 67 (5), 422–436.
- Adams, J. S. (1965). Inequity in social exchange. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 2, pp. 267–299). New York, NY: Academic Press.
- Adams, J. S., & Rosenbaum, W. B. (1962). The relationship of worker productivity to cognitive dissonance about wage inequities. *Journal of Applied Psychology*, 69, 161–164.
- Alexander, M. (2010). *The new Jim Crow: Mass incarceration in the age of colorblindness*. New York, NY: The New Press.
- Almas, I., Cappelen, A. W., Sorensen, E. O., & Tungodden, B. (2010). Fairness and the development of inequality acceptance. *Science*, 328, 1176–1178.
- Anderson, L., Lewis, G., Araya, R., Elgie, R., Harrison, G., Proudfoot, J.,... Williams, C. (2005). Self-help books for depression: How can practitioners and patients make the right choice? *British Journal of General Practice*, 55 (514), 387–392.
- Aristotle. (1941). *Nichomachean ethics* (W. D. Ross, Trans.). New York, NY: Random House.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. New York, NY: Oxford University Press.
- Aurelius, M. (2nd century CE/1964). *Meditations* (M. Staniforth, Trans.). London: Penguin Books.
- Balko, R. (2013). *Rise of the warrior cop: The militarization of America's police forces*. New York, NY: Public Affairs.
- Bassok, D., Latham, S., & Rorem, A. (2016). Is kindergarten the new first grade? *AERA Open*, 1 (4), 1–31.
- Bellah, R. N. (1967). Civil religion in America. *Journal of the American Academy of Arts and Sciences*, 96 (1), 1–21.
- Bergesen, A. J. (1978). A Durkheimian theory of “witch-hunts” with the Chinese Cultural Revolution of 1966–1969 as an example. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 17 (1), 19.
- Berreby, D. (2005). *Us and them: Understanding your tribal mind*. New York, NY: Little, Brown.

(校名) 社群成員以有效而負責的方式參與這類論辯或研究的能力，是——(校名) 教育使命的關鍵部分。

(校名) 既決心保障和促進言論自由，——(校名) 社群成員也必須依言論自由原則而行。雖然——(校名) 社群成員可自由批判在校園裡表達的觀點，為之爭辯；亦可自由批判受邀來校表達觀點的講者，與之爭辯，但他們不可阻撓或干擾其他人表達他們否定、甚至厭惡的觀點的自由。——(校名) 對此肩負崇高責任，不但要促進活潑而無畏的論辯和研究自由，也要在其他人試圖加以限制時保障這份自由。

這份聲明改編和摘錄自二〇一五年芝加哥大學言論自由委員會報告。報告全文請見：

<https://freeexpression.uchicago.edu/page/report-committee-freedom-expression>

- impulsivity. *Aggressive Behavior*, 38 (1), 47–63.
- Chetty, R., Friedman, J. N., Saez, E., Turner, N., & Yagen, D. (2017). Mobility report cards: The role of colleges in intergenerational mobility. Unpublished manuscript, retrieved from: http://www.equality-of-opportunity.org/papers/coll_mrc_paper.pdf
- Christakis, E. (2016). *The importance of being little: What young children really need from grownups*. New York, NY: Viking.
- Christakis, N. A. (2008, December 10). This allergies hysteria is just nuts. *BMJ*, 337.
- Chua, A. (2018). *Political tribes: Group instinct and the fate of nations*. New York, NY: Penguin Press.
- Cikara, M., & Van Bavel, J. J. (2014). The neuroscience of intergroup relations: An integrative review. *Perspectives on Psychological Science*, 9 (245).
- Clark, J. L., Algoe, S. B., & Green, M. C. (2018). Social network sites and well-being: The role of social connection. *Current Directions in Psychological Science*, 27 (1), 32–37.
- Clements, R. (2004). An investigation of the status of outdoor play. *Contemporary Issues in Early Childhood*, 5 (1), 68–80.
- Cohen, E. E., Ejsmond-Frey, R., Knight, N., & Dunbar, R. I. (2009). Rowers high: Behavioural synchrony is correlated with elevated pain thresholds. *Biology Letters*, 6 (1), 106–108.
- Collier, L. (2016). Growth after trauma. *APA Monitor*, 47, 48.
- Collins, P. H., & Bilge, S. (2016). *Intersectionality*. Cambridge, UK: Polity Press.
- Cooper, H., Civey Robinson, J., & Patall, E. (2006). Does homework improve academic achievement? A synthesis of research, 1987–2003. *Review of Educational Research*, Spring 2006, 76 (1), 1–62.
- Cooper, H., Lindsay, J. J., Nye, B., & Greathouse, S. (1998). Relationships among attitudes about homework, amount of homework assigned and completed, and student achievement. *Journal of Educational Psychology*, 90 (1), 70–83.
- Cooper, H., Steenbergen-Hu, S., & Dent, A. (2012). Homework. In K. R. Harris, S. Graham, T. Urdan, A. G. Bus, S. Major, & H. L. Swanson (Eds.), *APA educational psychology handbook, Vol. 3. Application to learning and teaching* (pp. 475–495). Washington, DC: American Psychological Association.
- Costello, E. J. (1982). Locus of control and depression in students and psychiatric outpatients. *Journal of Clinical Psychology* 38 (2), 340–343.
- Crawford, J. T., & Jussim, L. J. (2018). *The politics of social psychology*. New York, NY: Routledge.
- Crenshaw, K. M. (1989). Demarginalizing the intersection of race and sex: A black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics. *University of Chicago Legal Forum*, 1989 (1).
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1995). Relational aggression, gender, and social-
- Berry, J. M., & Sobieraj, S. (2014). *The outrage industry: Public opinion media and the new incivility*. New York, NY: Oxford University Press.
- Bishop, B. (2008). *The big sort: Why the clustering of like-minded America is tearing us apart*. Boston, MA: Houghton Mifflin Harcourt.
- Black, J. E., Jones, T. A., Nelson, C. A., & Greenough, W. T. (1998). Neuronal plasticity and the developing brain. In N. E. Alessi, J. T. Coyle, S. I. Harrison, & S. Eth (Eds.), *Handbook of child and adolescent psychiatry* (Vol. 6, pp. 31–53). New York, NY: John Wiley & Sons.
- Bloom, P. (2014). *Just babies: The origins of good and evil*. New York, NY: Penguin Random House.
- Boethius. (ca. 524 CE/2011). *The consolation of philosophy* (R. H. Green, Trans.). Mansfield Centre, CT: Martino.
- Bonanno, G. A., Westphal, M., & Mancini, A. D. (2011). Resilience to loss and potential trauma. *Annual Review of Clinical Psychology*, 7, 511–535.
- Buddelmeyer, H., & Powdthavee, N. (2015). Can having internal locus of control insure against negative shocks? Psychological evidence from panel data. *Journal of Economic Behavior and Organization*, 122, 88–109.
- Burns, D. D. (1980). *Feeling good: The new mood therapy*. New York, NY: Avon Books.
- Burns, D. D. (1999). *The feeling good handbook*. New York, NY: Plume.
- Butler, A. C., Chapman, J. E., Forman, E. M., & Beck, A. T. (2006). The empirical status of cognitive-behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Clinical Psychology Review*, 26 (1), 17–31.
- Byrom, T. (Ed. and Trans.). (1993). *Dhammapada: The sayings of the Buddha*. Boston, MA: Shambhala.
- Campbell, B., & Manning, J. (2014). Microaggression and moral cultures. *Comparative sociology*, 13, 692–726.
- Campbell, B., & Manning, J. (2018). *The rise of victimhood culture: Microaggressions, safe spaces, and the new culture wars*. [No city]: Palgrave Macmillan.
- Carney, D. R., Jost, J. T., Gosling, S. D., & Potter, J. (2008). The secret lives of liberals and conservatives: Personality profiles, interaction styles, and the things they leave behind. *Political Psychology*, 29 (6), 807–840.
- Chan, W. T. (Ed. and Trans.). (1963). *A source book in Chinese philosophy*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Chang, E. (2018). *Brotopia: Breaking up the boys' club of Silicon Valley*. New York, NY: Portfolio/Penguin.
- Chansky T. (2004). *Freeing your child from anxiety: Powerful, practical solutions to overcome your child's fears, worries, and phobias*. New York, NY: Random House.
- Chen, P., Coccaro, E. F., & Jacobson, K. C. (2012). Hostile attributional bias, negative emotional responding, and aggression in adults: Moderating effects of gender and

- Peking: Foreign Languages Press.
- Epictetus & Lebell, S. (1st–2nd century/1995). *Art of living: The classical manual on virtue, happiness, and effectiveness*. New York, NY: HarperOne.
- Fiske, A. P. (1992). The four elementary forms of sociality: Framework for a unified theory of social relations. *Psychological Review*, 99 (4), 689–723.
- Foa, E. B., & Kozak, M. J. (1986). Emotional processing of fear: Exposure to corrective information. *Psychological Bulletin*, 99, 20–35.
- Frankl, E. (1959/2006). *Man's search for meaning*. Boston, MA: Beacon Press.
- Ganti, L., Bodhit, A. N., Daneshvar, Y., Patel, P. S., Pulvino, C., Hatchitt, K.,..., Tyndall, J. A. (2013). Impact of helmet use in traumatic brain injuries associated with recreational vehicles. *Advances in Preventive Medicine*, 2013, 1–6.
- Ghitza, Y., & Gelman, A. (2014, July 7). The Great Society, Reagan's revolution, and generations of presidential voting. Working paper. Retrieved from https://static01.nyt.com/newsgraphics/2014/07/06/generations2/assets/cohort_voting_20140707.pdf
- Ginsberg, B. (2011). *The fall of the faculty: The rise of the all-administrative university and why it matters*. New York, NY: Oxford University Press.
- Gosling, S. (2008). *Snoop: What your stuff says about you*. New York, NY: Basic Books.
- Gotlib, I. H., & Joormann, J. (2010). Cognition and depression: Current status and future directions. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 285–312.
- Gratz, K. L., Conrad, S. D., & Roemer, L. (2002). Risk factors for deliberate self-harm among college students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 1, 128–140.
- Gray, H. H. (2012). *Searching for utopia: Universities and their histories*. Berkeley: University of California Press.
- Gray, P. (2011). The decline of play and the rise of psychopathology in children and adolescents. *American Journal of Play*, 3 (4), 443–463.
- Gray, P. (In press). Evolutionary functions of play: Practice, resilience, innovation, and cooperation. In P. Smith & J. Roopnarine (Eds.), *The Cambridge handbook of play: Developmental and disciplinary perspectives*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Greenwald, A. G., Banaji, M. R., & Nosek, B. A. (2015). Statistically small effects of the Implicit Association Test can have societally large effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108 (4), 553–561.
- Guinier, L. (1994). *The tyranny of the majority: Fundamental fairness in representative democracy*. New York, NY: Free Press.
- Hacking, I. (1991). The making and molding of child abuse. *Critical Inquiry*, 17, 253–288.
- Haidt, J. (2006). *The happiness hypothesis: Finding modern truth in ancient wisdom*. New York, NY: Basic Books.
- Haidt, J. (2012). *The righteous mind: Why good people are divided by politics and religion*. New York, NY: Pantheon Books.
- Haji, N. (2011). *The sweetness of tears*. New York, NY: William Morrow.
- psychological adjustment. *Child Development*, 66 (3), 710–722.
- Curtiss, S. (1977). *Genie: A psycholinguistic study of a modern-day "wild child."* Boston, MA: Academic Press.
- Damon, W. (1979). *The social world of the child*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- de Tocqueville, A. (1839/2012). *Democracy in America* (E. Nolla, Ed.; J. T. Schleifer, Trans.) Indianapolis: Liberty Fund.
- Deaner, R. O., Balish, S. M., & Lombardo, M. P. (2016). Sex differences in sports interest and motivation: An evolutionary perspective. *Evolutionary Behavioral Sciences*, 10 (2), 73–97.
- Deaner, R. O., Geary, D. C., Puts, D. A., Ham, S. A., Kruger, J., Fles, E.,..., Grandis, T. (2012). A sex difference in the predisposition for physical competition: Males play sports much more than females even in the con-temporary U.S. *PLoS ONE*, 7, e49168.
- DeLoache, J. S., Chiong, C., Sherman, K., Islam, N., Vanderborgh, M., Troseth, G. L., Strouse, G. A., & O'Doherty, K. (2010). Do babies learn from baby media? *Psychological Science*, 21 (11), 1570–1574.
- Deresiewicz, W. (2015). *Excellent sheep: The miseducation of the American elite and the way to a meaningful life*. New York, NY: Free Press.
- Dreger, A. (2015). *Galileo's middle finger: Heretics, activists, and one scholar's search for justice*. New York, NY: Penguin Books.
- Duarte, J. L., Crawford, J. T., Stern, C., Haidt, J., Jussim, L., & Tetlock, P. E. (2015). Political diversity will improve social psychological science. *Behavioral and Brain Sciences*, 38, 1–13.
- Durkheim, E. (1915/1965). *The elementary forms of the religious life* (J. W. Swain, Trans.). New York, NY: Free Press.
- Du Toit, G. D., Katz, Y., Sasieni, P., Mesher, D., Maleki, S. J., Fisher, H. R.,..., Lack, G. (2008). Early consumption of peanuts in infancy is associated with a low prevalence of peanut allergy. *Journal of Allergy and Clinical Immunology*, 122 (5), 984–991.
- Du Toit, G. D., Roberts, G., Sayre, P. H., Bahnsen, H. T., Radulovic, S., Santos, A. F.,..., Lack, G. (2015). Randomized trial of peanut consumption in infants at risk for peanut allergy. *New England Journal of Medicine*, 372 (9), 803–813.
- Ebner, J. (2017). *The rage: The vicious circle of Islamist and far right extremism*. New York, NY: Tauris.
- Eggertson, L. (2010, March 9). Lancet retracts 12-year-old article linking autism to MMR vaccines. *CMAJ: Canadian Medical Association Journal*, 182 (4), E199–E200. <http://doi.org/10.1503/cmaj.109-3179>
- Ehrenreich, B. (2006). *Dancing in the streets: A history of collective joy*. New York, NY: Metropolitan Books.
- Einon, D., Morgan, M. J., & Kibbler, C. C. (1978). Brief periods of socialization and later behavior in the rat. *Developmental Psychobiology*, 11, 213–225.
- Engels, F. (1888/1976). *Ludwig Feuerbach and the end of classical German philosophy*.

- Accumulated evidence of conscious and unconscious bolstering of the status quo. *Political Psychology*, 25 (6), 881–919.
- Kahneman, D. (2011). *Thinking fast and slow*. New York, NY: Farrar, Straus and Giroux.
- Kanngiesser, P., & Warneken, F. (2012). Young children consider merit when sharing resources with others. *PLOS ONE* 7, e43979. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0043979>
- Kerr, C. (1963). *The uses of the university*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- King, M. L. (1963/1981). *Strength to love*. Philadelphia, PA: Fortress Press.
- LaFreniere, P. (2011). Evolutionary functions of social play: Life histories, sex differences, and emotion regulation. *American Journal of Play*, 3 (4), 464–488.
- Langbert, M., Quain, A. J., & Klein, D. B. (2016). Faculty voter registration in economics, history, journalism, law, and psychology. *Econ Journal Watch*, 13 (3), 422–451.
- Lareau, A. (2011). *Unequal childhoods: Class, race, and family life*. 2nd edition. Berkeley: University of California Press.
- Leahy, R. L., Holland, S. F. J., & McGuinn, L. K. (2011). *Treatment plans and interventions for depression and anxiety disorders*. 2nd edition. New York, NY: Guilford Press.
- Lewis, H. R. (2007). *Excellence without a soul: Does liberal education have a future?* New York, NY: PublicAffairs.
- Lilienfeld, S. O. (2017). Microaggressions. *Perspectives on Psychological Science*, 12 (1), 138–169.
- Lilla, M. (2017). *The once and future liberal: After identity politics*. New York, NY: Harper.
- Lind, E. A., & Tyler, T. R. (1988). *The social psychology of procedural justice*. New York, NY: Plenum Press.
- Lukianoff, G. (2014). *Unlearning liberty: Campus censorship and the end of American debate*. New York, NY: Encounter Books.
- Luthar, S., & Latendresse, S. (2005). Children of the affluent: Challenges to well-being. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 49–53.
- Maccoby, E. E. (1998). *The two sexes: Growing up apart, coming together*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- MacFarquhar, R., & Schoenhals, M. (2006). *Mao's last revolution*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Mandela, N. (2003). *In his own words*. New York, NY: Little, Brown.
- Mann, T. E., & Ornstein, N. J. (2012). *It's even worse than it looks: How the American constitutional system collided with the new politics of extremism*. New York, NY: Basic Books.
- Marano, H. E. (2008). *A nation of wimps*. New York, NY: Crown Archetype.
- Mascaro, J. (Ed. and Trans.). (1995). *Buddha's teachings*. New York, NY: Penguin Classics.
- McClintock, C. G., Spaulding, C. B., & Turner, H. A. (1965). Political orientations of academically affiliated psychologists. *American Psychologist*, 20 (3), 211–221.
- McCrae, R. R. (1996). Social consequences of experiential openness. *Psychological Bulletin*,
- Hare, C., & Poole, K. T. (2014). The polarization of contemporary American politics. *Polity*, 46, 411–429.
- Haslam, N. (2016). Concept creep: Psychology's expanding concepts of harm and pathology. *Psychological Inquiry*, 27 (1), 1–17.
- Hayek, F. A. (1976). *The mirage of social justice*, Vol. 2 of *Law, legislation, and liberty*. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relationships*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., Berk, L. E., & Singer, D. G. (2009). *A mandate for playful learning in preschool: Presenting the evidence*. New York, NY: Oxford University Press.
- Hoffer, E. (1951/2010). *The true believer: Thoughts on the nature of mass movements*. New York, NY: Harper Perennial Modern Classics.
- Hofferth, S. L., & Sandberg, J. F. (2001). Changes in American children's time, 1981–1997. In S. L. Hofferth & T. J. Owens (Eds.), *Children at the millennium: Where have we come from? Where are we going?* (pp. 193–229). Amsterdam: Elsevier.
- Hogg, M. A. (2016). Social identity theory. *Encyclopedia of Identity*, 3–17.
- Hol, T., Berg, C. V., Ree, J. V., & Spruijt, B. (1999). Isolation during the play period in infancy decreases adult social interactions in rats. *Behavioural Brain Research*, 100 (1–2), 91–97.
- Holland, J. H. (1992). Complex adaptive systems. *Daedalus*, 121, 17–30.
- Hollon, S. D., & DeRubeis, R. J. (In press). Outcome studies in cognitive therapy. In R. L. Leahy (Ed.), *Contemporary cognitive therapy: Theory, research, and practice* (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.
- Horwitz, S. (2015). Cooperation over coercion: The importance of unsupervised childhood play for democracy and liberalism. *Cosmos+Taxis*, 3–16.
- Hunter, D., & Tice, P. (2016, September). 2015 national survey on drug use and health: Methodological summary and definitions: B.4.8 Major depressive episode (depression). Rockville, MD: Substance Abuse and Mental Health Services Administration.
- Huseman, R. C., Hatfield, J. D., & Miles, E. W. (1987). A new perspective on equity theory: The equity sensitivity construct. *Academy of Management Review*, 12, 222–234.
- Ip, G. (2015). *Foolproof: Why safety can be dangerous and how danger makes us safe*. New York, NY: Little, Brown.
- Iyengar, S., & Krupenkin, M. (2018). The strengthening of partisan affect. *Advances in Political Psychology*, 39, Suppl. 1, 2018, 201–218.
- Johnson, J. S., & Newport, E. L. (1989). Critical period effects in second language learning: The influence of maturational state on the acquisition of English as a second language. *Cognitive Psychology*, 21 (1), 60–99.
- Jost, J. T., Banaji, M. R., & Nosek, B. A. (2004). A decade of system justification theory:

- and how we think*. New York, NY: Penguin Press.
- Pavlac, B. A. (2009). *Witch hunts in the Western world: Persecution and punishment from the Inquisition through the Salem trials*. Westport, CT: Greenwood Press.
- Peterson, C., Maier, S. F., & Seligman, M. E. P. (1993). *Learned helplessness: A theory for the age of personal control*. New York, NY: Oxford University Press.
- Piaget, J. (1932/1965). *The moral judgement of the child* (M. Gabain, Trans.). New York, NY: Macmillan.
- Pierce, C. M. (1970). Offensive mechanisms. In F. B. Barbour (Ed.), *The black seventies* (pp. 265–282). Boston, MA: Porter Sargent.
- Pinker, S. (2016). *The blank slate: The modern denial of human nature*. New York, NY: Penguin Books.
- Pinker, S. (2017). *Enlightenment now: The case for reason, science, humanism, and progress*. New York, NY: Viking.
- Prociuk, T. J., Breen, L. J., & Lussier, R. J. (1976). Hopelessness, internal-external locus of control, and depression. *Journal of Clinical Psychology*, 32 (2), 299–300.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. New York, NY: Simon & Schuster.
- Putnam, R. D. (2015). *Our kids: The American dream in crisis*. New York, NY: Simon & Schuster.
- Rawls, J. (1971). *A theory of justice*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Reeves, R. V., Haidt, J., & Cicirelli, D. (2018). *All minus one: John Stuart Mill's ideas on free speech illustrated*. New York, NY: Heterodox Academy.
- Rempel K. (2012). Mindfulness for children and youth: A review of the literature with an argument for school-based implementation. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 46 (3), 201–220.
- Ridley, M. (2010). *The rational optimist: How prosperity evolves*. New York, NY: Harper.
- Ross, M., & Sicoly, F. (1979). Egocentric biases in availability and attribution. *Journal of Personality & Social Psychology*, 37, 322–336.
- Rubinstein, R., Jussim, L., Stevens, S. (2018). Reliance on individuating information and stereotypes in implicit and explicit person perception. *Journal of Experimental Social Psychology*, 75, 54–70.
- Sacks, J. (2015). *Not in God's name*. New York, NY: Random House.
- Salk, R., Hyde, J., Abramson, L. (2017). Gender differences in depression in representative national samples: Meta-analyses of diagnoses and symptoms. *Psychological Bulletin*, 143 (8), r783–822.
- Sandseter, E., & Kennair, L. (2011). Children's risky play from an evolutionary perspective: The anti-phobic effects of thrilling experiences. *Evolutionary Psychology*, 9, 257–284.
- Seligman, M. (1990). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. New York, 120 (3), 323–337.
- Mercado, M. C., Holland, K., Leemis, R. W., Sto e, D. M., & Wang, J. (2017). Trends in emergency department visits for nonfatal self-inflicted injuries among youth aged 10 to 24 years in the United States, 2001–2015. *JAMA*, 318 (19), 1931.
- Mill, J. S. (1859/2003). *On liberty*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Milton, J., & Blake, W. (2017). *Paradise lost*. London: Sirius Publishing.
- Misra, S., Cheng, L., Genevie, J., & Yuan, M. (2014). The iPhone effect: The quality of in-person social interactions in the presence of mobile devices. *Environment and Behavior*, 48 (2), 275–298.
- Morgan, K. P. (1996). Describing the emperor's new clothes: Three myths of educational (in-)equity. In A. Diller et al., *The gender question in education: Theory, pedagogy, and politics* (pp. 105–122). Boulder, CO: Westview Press.
- Mose, T. R. (2016). *The playdate: Parents, children, and the new expectations of play*. New York, NY: New York University Press.
- Murray, P. (1945). An American credo. *Common Ground*, 1945 (4), 22–24.
- Mustoe, A. C., Taylor, J. H., Birnie, A. K., Huffman, M. C., & French, J. A. (2014). Gestational cortisol and social play shapes development of marmosets' HPA functioning and behavioral responses to stressors. *Developmental Psychobiology*, 56, 1229–1243.
- National Center for Education Statistics. (1993, January). 120 years of American education: A statistical portrait. Retrieved from <https://nces.ed.gov/pubs93/93442.pdf>
- Nietzsche, F. W. (1889/1997). *Twilight of the idols* (R. Polt, Trans.). Indianapolis, IN: Hackett Publishing.
- Nolen-Hoeksema, S., & Girgus, J. S. (1994, May). The emergence of gender differences in depression during adolescence. *Psychological Bulletin*, 115 (3), 424–443.
- Norton, M. B. (2007). *In the devil's snare: The Salem witchcraft crisis of 1693*. New York, NY: Random House.
- Novotney, A. (2014). Students under pressure: College and university counseling centers are examining how best to serve the growing number of students seeking their services. *Monitor on Psychology*, 45, 36.
- Nozick, R. (1974). *Anarchy, state, and utopia*. New York, NY: Basic Books.
- Okada, H., Kuhn, C., Feillet, H., & Bach, J. (2010). The "hygiene hypothesis" for autoimmune and allergic diseases: An update. *Clinical & Experimental Immunology*, 160, 1–9.
- Ostrom, E. (1990). *Governing the commons: The evolution of institutions for collective action*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Ostrom, V. (1997). *The meaning of democracy and the vulnerability of democracies*. Ann Arbor: University of Michigan Press.
- Pariser, E. (2011). *The filter bubble: How the new personalized web is changing what we read*

- Thucydides (1972). *History of the Peloponnesian War*. (R. Warner, Trans.). London: Penguin Classics.
- Tuvel, R. (2017). In defense of transracialism. *Hypatia*, 32 (2), 263–278.
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood—and what that means for the rest of us*. New York, NY: Atria Books.
- Twenge, J. M., Joiner, T. E., Rogers, M. L., & Martin, G. N. (2018). Increases in depressive symptoms, suicide-related outcomes, and suicide rates among U.S. adolescents after 2010 and links to increased new media screen time. *Clinical Psychological Science*, 6 (1), 3–17.
- Tyler, T. R., & Blader, S. L. (2014). *Cooperation in groups: Procedural justice, social identity, and behavioral engagement*. New York, NY: Psychology Press.
- Tyler, T. R., & Huo, Y. J. (2002). *Trust in the law: Encouraging public cooperation with the police and courts*. New York, NY: Russell Sage Foundation.
- van der Vossen, B. (2014). In defense of the ivory tower: Why philosophers should stay out of politics. *Philosophical Psychology*, 28 (7), 1045–1063. doi: 10.1080/09515089.2014.972353
- Vaughn, D., Savjani, R. R., Cohen, M., & Eagleman, D. M. (under review). Empathy is modulated by religious affiliation of the other.
- Walster, E. H., Walster, G. W., & Berscheid, E. (1978). *Equity: Theory and research*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Ward, D. T. (1994). *Happy ending and day of absence: Two plays*. New York, NY: Dramatists Play Service.
- Wiltermuth, S. S., & Heath, C. (2009). Synchrony and cooperation. *Psychological Science*, 20 (1), 1–5.
- Wolff, R. P., Moore, B., & Marcuse, H. (1965/1969). *A critique of pure tolerance*. Boston, MA: Beacon Press.
- Woodard, C. (2011). *American nations: A history of the eleven rival regional cultures of North America*. New York, NY: Viking.
- Zhiguo, W., & Fang, Y. (2014). Comorbidity of depressive and anxiety disorders: Challenges in diagnosis and assessment. *Shanghai Archives of Psychiatry*, 26 (4), 227–231.
- Zimbardo, P. G. (2007). *The Lucifer effect: Understanding how good people turn evil*. New York, NY: Random House.
- NY: Vintage Books.
- Shakespeare, W. (ca. 1600/2008). *Hamlet* (G. R. Hibbard, Ed.). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Shin, L. M., & Liberzon, I. (2010). The neurocircuitry of fear, stress, and anxiety disorders. *Neuropsychopharmacology*, 35 (1), 169–191.
- Shweder, R. A. (1996). True ethnography: The lore, the law, and the lure. In R. Jessor, A. Colby, & R. A. Shweder (Eds.), *Ethnography and human development* (pp. 15–52). Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Sidanius, J., Van Laar, C., Levin, S., & Sinclair, S. (2004). Ethnic enclaves and the dynamics of social identity on the college campus: The good, the bad, and the ugly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 96–110.
- Silvergate, H. A. (2009). *Three felonies a day: How the Feds target the innocent*. New York, NY: Encounter Books.
- Singer, D. G., Singer, J. L., D'Agostino, H., & DeLong, R. (2009). Children's pastimes and play in sixteen nations: Is free-play declining? *American Journal of Play*, 1 (3), 283–312.
- Sloane, S., Baillargeon, R., & Premack, D. (2012). Do infants have a sense of fairness? *Psychological Science*, 23 (2), 196–204.
- Solomon, A. (2014). *The noonday demon: An atlas of depression*. New York, NY: Scribner Classics.
- Solzhenitsyn, A. I. (1975). *The Gulag Archipelago, 1918–1956: An experiment in literary investigation* (Vol. 2) (T. P. Whitney, Trans.) New York, NY: Harper Perennial.
- Starmans, C., Sheskin, M., & Bloom, P. (2017). Why people prefer unequal societies. *Nature Human Behaviour*, 1 (4), 0082.
- Sue, D. W., Capodilupo, C. M., Torino, G. C., Bucceri, J. M., Holder, A. M., Nadal, K. L., & Esquilin, M. (2007). Racial microaggressions in everyday life: Implications for clinical practice. *American Psychologist*, 62 (4), 271–286.
- Tajfel, H. (1970). Experiments in intergroup discrimination. *Scientific American*, 223 (5), 96–102.
- Taleb, N. N. (2007). *The black swan: The impact of the highly improbable*. New York, NY: Random House.
- Taleb, N. N. (2012). *Antifragile: Things that gain from disorder*. New York, NY: Random House.
- Tetlock, P. E., Kristel, O. V., Elson, B., Green, M., & Lerner, J. (2000). The psychology of the unthinkable: Taboo trade-offs, forbidden base rates, and heretical counterfactuals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 853–870.
- Thibaut, J. W., & Walker, L. (1975). *Procedural justice: A psychological analysis*. Hillsdale, NJ: Erlbaum Associates.

Copyright © 2018 by Greg Lukianoff and Jonathan Haidt. All rights reserved.
Published by arrangement with Brockman, Inc.
Complex Chinese translation copyright © 2020
by Rye Field Publications, a division of Cité Publishing, Ltd. All rights reserved.

國家圖書館出版品預行編目 (CIP) 資料

為什麼我們製造出玻璃心世代？：本世紀最大規模心理危機，看美國高等教育的「安全文化」如何讓下一代變得脆弱、反智、反民主／葛瑞格·路加諾夫（Greg Lukianoff）、強納森·海德特（Jonathan Haidt）作；朱怡康譯。-- 初版。-- 臺北市：麥田出版：家庭傳媒城邦分公司，民109.02面；公分。-- (不歸類；162)

譯自：The coddling of the American mind : how good intentions and bad ideas are setting up a generation for failure
ISBN 978-986-344-735-1 (平裝)

1.校園暴力 2.知識自由 3.公民權 4.美國

527.59

109000347

不歸類 162

為什麼我們製造出玻璃心世代？

本世紀最大規模心理危機，看美國高等教育的「安全文化」如何讓下一代變得脆弱、反智、反民主

The Coddling of the American Mind: How Good Intentions and Bad Ideas Are Setting Up a Generation for Failure

作者／葛瑞格·路加諾夫（Greg Lukianoff） 強納森·海德特（Jonathan Haidt）

譯者／朱怡康

責任編輯／賴逸娟

國際版權／吳玲緯

行銷／何維民 巫維珍 蘇莞婷 黃俊傑

商業務／李再星 陳紫晴 陳美燕 馮逸華

編輯總監／劉麗真

總經理／陳逸瑛

發行人／余玉雲

出版／麥田出版

10483 臺北市民生東路二段 141 號 5 樓

電話：(886)2-2500-7696 傳真：(886)2-2500-1967

發行／英屬蓋曼群島家庭傳媒股份有限公司城邦分公司

10483 臺北市民生東路二段 141 號 11 樓

客服服務專線：(886) 2-2500-7718、2500-7719

24 小時傳真服務：(886) 2-2500-1990、2500-1991

服務時間：週一至週五 09:30-12:00 · 13:30-17:00

郵撥帳號：19863813 戶名：書虫股份有限公司

讀者服務信箱 E-mail：service@readingclub.com.tw

麥田網址／<https://www.facebook.com/RyeField.Cite/>

香港發行所／城邦（香港）出版集團有限公司

香港灣仔駱克道 193 號東超商業中心 1/F

電話：(852)2508-6231 傳真：(852)2578-9337

馬新發行所／城邦（馬新）出版集團 Cite (M) Sdn Bhd.

41-3, Jalan Radin Anum, Bandar Baru Sri Petaling, 57000 Kuala Lumpur, Malaysia.

電話：(603)9056-3833 傳真：(603)9057-6622

讀者服務信箱：services@cite.my

封面設計／莊謹銘

印刷／中原造像股份有限公司

■ 2020 年（民 109）02 月 27 日 初版一刷

■ 2020 年（民 109）05 月 初版四刷

定價：480 元

著作權所有・翻印必究

ISBN 978-986-344-735-1

城邦讀書花園

書店網址：www.cite.com.tw

Printed in Taiwan.