

王文娟：“卫生巾贫困”之外还有什么？

看到“散装卫生巾”的话题上了热搜，王文娟很高兴，“‘月经贫困’这个被遗落在角落里的伤痛和无助，终于被大众所看见了。”

过去的5年里，王文娟和她的团队一直在致力于执行“UU 公益白色贝壳计划”，这是一项关爱女童生理健康的公益项目。她们每年会向部分贫困地区女童资助卫生用品，截至2020年7月，已经惠及女童12754名。

资助卫生用品的过程中，王文娟发现，在女童群体中，“月经贫困”其实不仅是没有卫生巾那么简单，更深的是这些女童因缺乏老师和家长的引导，对生理知识的一无所知，让她们常常陷入恐惧、担忧和自卑。

“卫生巾就几块钱一包，从资金角度来看不值一提，但要让女孩明白不应该因生理现象感到羞耻、应该呵护自己、爱自己，就没那么容易。”王文娟和团队研究了一套能让女孩们接受的生理健康课程，在派发卫生用品时通过授课、游戏、不记名提问来解决女童们对生理方面的问题和困惑，让“月经”两个字不再成为这些女孩内心的洪水猛兽。

(以下为王文娟进行“白色贝壳计划”五年来的经历自述)

6个书包和1包卫生巾

我们公益组织之前一直是做助学项目的，经常会到云南、西藏这些地区去走访贫困家庭的孩子，资助一些孩子读书，或者给孩子们送书包、棉袄、棉鞋等。

有一次我在云南一个山区里给孩子们派发书包时，有一个眼睛红红的女孩子走了过来，她趴在我耳朵边偷偷和我说：“老师我能不能不要书包，能不能送我一包卫生巾？”这就是我们最初开展“白色贝壳计划”的一个起因。

当时我就被触动了，我们去走访了这个女孩的家庭，发现她母亲是精神病患者，不认识自己的女儿，还经常会犯病打她。所以女孩和爷爷两个人生活在一起，家庭非常贫困，可以说是一贫如洗，且不说她的家庭能不能买得起卫生巾，连月经这件事她都没办法和爷爷提。

我们根据这个女童的情况，又去走访了她班里的很多女生，发现卫生巾的问题不是个例，而是普遍存在的。有一个女孩家里已经有6个书包了，她说每到六一儿童节就有组织给他们捐赠学习用品，但从来没有人资助过卫生用品。

月经是这些女孩隐蔽而又苦涩的角落，它难以启齿又隐藏的很深，没有人看到。

我当时就在反思，我们做公益到底是为了我们自己做公益，还是要给这些孩子们真正需要的东西呢？有没有真正去深入了解这些孩子们的需求呢？

2015年我们开始走访调查，主要是针对贫困地区女童，特别

是留守女童和没有母亲的女童。

我们发现很多女孩经期都是使用草纸，就是比卫生纸还要粗糙的纸巾。有的女生在上学路上骑着自行车就会掉出来，她只能蹲在路边哭，觉得特别丢人。也有女生用毛巾、布条，但常常都会出现侧漏染上裤子的情况，这也让她们觉得很丢人、自卑。

有一个女生在走访的时候和我说：“我好幸运啊，每次来月经都是周末，就不用出门了。”最可怕的是，还有一个留守女孩和我说，她觉得月经是自己的问题，不敢见人。为了不让别人发现她的“秘密”，经期她就泡到河里去，后来村里老人见到了把她叫上来，但月经带给她的自卑和恐惧，一直都没有消退。

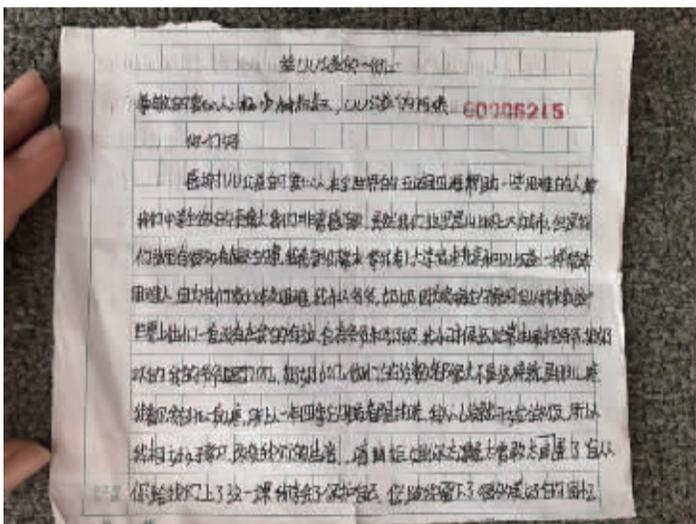
在走访学校的时候，甘南有一个学校的老师告诉我，班里女孩都用写了字的作业本当卫生用品，她看着很害怕也很担心，因为已经有一些女孩因为经期感染患上了妇科疾病，这是比月经更难以启齿的话题。

这些调查让我们下定决心要做这个项目。最初我们其实是打算给她们直接捐钱的，后来发现这些孩子根本不会拿去买卫生巾，因为她们算算吃饭、车费这些就会舍不得，会拿去买更需要的东西，因为她们不觉得经期这个事情特别重要。

有一个贵州的留守儿童，常年和爷爷生活在一起。我问她经期怎么办？她低头。我问她会和爷爷要钱吗？她摇摇头。我说那你怎么办？她说自己想办法。然后她没有再回答到底会想什么办法。我说我给你钱你会愿意买卫生巾吗？她说她不知道在哪里可以买到，如果有钱，她更想去买一个自行车，因为每天走路上



公益机构志愿者在给女孩们派发卫生用品



UU公益在“白色贝壳计划”中已经收到一万多封感谢信

学要走两个半小时。这些话听了真的很让人心碎。

后来我们就开始直接向资助地区派发卫生巾，大多数地区我们都是一季度一发，每季度给女孩们提供5包日用卫生巾2包夜用卫生巾。比较偏远的藏区，就是半年一发。

最初我们是直接派发，但发现因为包装上印着卫生巾的图案和字样，很多女孩都不好意思拿回去，后来我们就用一个爱心小包包起来，她们心理负担就小一些。

生理教育是更深层次的需求

在派发卫生巾时，我才发现这些孩子对生理知识有多么匮乏。一开始我们只是发卫生巾，和她们说卫生巾怎么使用、一片使用多久。后来发现她们真的对经期和自己身体一无所知，就教她们生理期应该怎么保护身体，甚至延伸到性侵、自我保护的话题。

我当时意识到，卫生巾其实只是这些女孩月经问题的一个表象。对生理知识的匮乏，才是让这些女孩因生理期陷入自卑、恐惧，甚至仇视自己身体的主因。

有一个让我印象特别深刻

的小女孩，在派发卫生巾的时候，她很伤心地和我：“老师能不能带我去检查身体？”因为她母亲得了某种妇科病不能生育孩子，她是母亲抱养的。但现在她发现自己也出现了妇科疾病，这已经让她恐惧了很长时间，觉得自己未来也无法生育了。我们带她去检查后，告诉她这个病是能治好的，这才让她慢慢安心。

这些事情是促使我们给这些孩子开展生理健康教育的原因之一，因为相比物资，知识和观念对她们来说其实更需要。

后来志愿者们在送卫生用品的时候，就开展生理健康课程。我记得第一次是在藏区的一个学校讲课，连续讲了三天三堂课。第一堂课时，这些女孩们恨不得把头塞到抽屉里去，埋得很低很低。但随着慢慢通过游戏和互动的方式打开她们的心扉，让她们明白月经并不丢人，不是一件羞耻的事情，也不是很脏，她们才开始说出心中那些让她们困惑很久的问题。

当天我们以不记名的方式收上来了很多问题小纸条，什么问题都有，比如“我的血是黑色的，我会不会死掉啊？”这些问题其实已经困扰她们很久，让她们长期处于恐惧和担忧之中。

还有一些孩子因为经期护理不当感染了妇科疾病，我们走访的时候也会带她们去医院看病。但这些女孩是非常抗拒的，她们觉得去看妇科就是一件很丢人的事情，如果被别人知道了还以为她们怀孕了。这些无知的观念，让女孩们很多时候即使不舒服，也都选择默默承担。

所以我们很多时候在课后会采取不记名纸条的方式去了解她们的问题，有的问题是因为没有卫生用品，但更多女孩的问题还是缺乏生理知识，这不是一片卫生巾就能解决的。

后来我们组成了一个授课团队，有妇产科医生，也有心理医生，让她们来给我们讲一些生理知识，然后志愿者们再去给孩子们上课。当时我就发现，医生们讲得太“露骨”了，用词比如卵巢、子宫内膜脱落等，不仅难理解，对于这些山里孩子而言，每一个词可能都很羞涩，她们会更难接受。

后来我们就讨论采用苹果、房子墙皮脱落等打比方的方式来打磨这套生理健康课，先让孩子们心理上接受，再教授知识。我觉得润物细无声，教孩子生理知识，其实就是教会她们怎么更好去爱自己、呵护自己，所以我们的课程到后面还会延伸到爱的教育。

课程反馈也很好，女孩们会由最初的羞涩、寡言，到后面围在一起交流讨论。我记得有一次在河南驻马店黄楼中学给600多个女生讲课，当时讲了3个多小时，孩子们还是不想结束，校长就上来维持秩序，说你们怎么不上厕所吗？老师也很累啊。当时校长问我，说他开半个小时的会这些孩子都坐不住，为什么我讲课却能听三个小时？我就开玩笑说，你是喜欢被关爱还是被管教？校长马上就明白了。第二次我们把物资发过去后，校长也给孩子们开了一场爱的教育课程。这是我们特别愿意见到的。

还有一些山里学校的老师和我们说，在听完我们的生理健康课后，这些女孩变得更加开朗、自信了，有些女生学习成绩也提高了。我当时就想，其实我从未在课上讲过成绩的事情，但这是一个辐射作用，也是出乎意料的惊喜。

“白色贝壳计划”发展到后来，我发现物资其实只是一部分，更重要的是从知识和观念的角度，来改变由于长期月经贫困，带给这些孩子的无助、恐惧和自卑等心理。

月经是一些女孩心里最深处的伤痛，我们希望通过努力，能让这些苦涩和无助被善意地看见，能够被温柔的呵护。也希望有一天不用我们送卫生用品，学校、家长也能关爱这些孩子的成长，女孩们也能懂得自己照顾自己。

(据澎湃新闻)