

## 社區諮商模式在青少年約會暴力輔導之應用

曹幼萱·顏麗敏·陳香玲

### 壹、前言

青少年時期是自我認同形成與親密關係發展的關鍵時期，由於生理和心理逐漸成熟，青少年開始對異性感到好奇，渴望愛人與被愛，男女交往應該是美好的經驗，兩性之間的交往使人感受到幸福和愉快，藉由與另一半的相處，雙方可以互相分享經驗和學習成長。

然而，青少年的認知、情緒發展尚未完全成熟，仍處於不穩定的階段，在異性探索的過程中可能產生衝突，若沒有辦法以理性的方式處理衝突，則有可能訴諸暴力來解決，這也就產生青少年的約會暴力（秦穗玫、黃馨慧，2011）；對 16-24 歲的青少年情侶來說，約會暴力發生的盛行率並不低，國內外的相關研究都顯示，大約有三成到五成的青少年情侶曾經遭到另一半的暴力對待（沈瓊桃，2013；Lewis & Fremouw, 2001）。

約會暴力的經驗，對青少年身體和心靈的健康都有負面的影響，肢體的衝突除

了造成身體的疼痛之外，更可能造成致命性的危險；身體上的傷痕可以藉著醫學的治療恢復，然而，情感上的創傷，卻可能對青少年造成長期的負面影響，此影響包含憂鬱的情緒以及認知行爲的問題，研究進一步指出，不論是青少年的施暴者或受暴者，暴力經驗可能持續到婚後，造成持久性的暴力模式（沈瓊桃，2013；林曉清，2012；孫頌賢、李宜玫，2009；Draucker, Martsolf, & Stepheson, 2012）。

儘管青少年約會暴力的盛行率極高，研究也指出暴力經驗對青少年的負面影響，長期以來，社會卻一直忽視此議題的嚴重性，青少年的自我發展尚未完成，無法成熟的處理兩性相處議題，對兩性相處的原則和技巧也沒有足夠的認知，面對約會暴力，大多青少年選擇容忍或向同儕傾訴，僅有非常少數的青少年受害者曾主動將此經驗告知父母、學校老師，或透過正式的管道尋求幫忙（范世玲，2008；沈瓊桃，2013）。

面對青少年約會暴力的議題，父母、

學校、輔導工作人員、社區、甚至整個社會都有責無旁貸的責任，我們應教導青少年對約會的正確知識，保護青少年，並促成一個安全的約會環境。因此，本文試圖以「社區諮商模式」提供一套整體性的介入方式，不僅對青少年約會暴力的輔導工作提出策略上的建議，更積極的促進社會環境的改造，讓青少年約會暴力的問題可以充分獲得改善。

## 貳、青少年約會暴力的定義和盛行率

約會暴力是指正在處於交往狀態的男女雙方，因為各種不同原因發生衝突，而採取暴力的方式面對衝突，造成另一方的身體或心理傷害，與一般家庭暴力不同的是，產生衝突的雙方沒有任何的血緣或是法律上的親屬關係 (Schnurr & Lohman, 2008)；青少年約會暴力則指發生在 16~24 歲左右的青少年情侶間的暴力衝突；以暴力的形態區分，約會暴力可分為「肢體暴力」、「心理暴力」和「性暴力」三大類 (范世玲, 2008)；根據暴力的嚴重程度，孫頌賢和李宜玫 (2009) 更進一步將其分成「口語暴力」、「輕微暴力」、「嚴重暴力」和「性與親密暴力」四種類型。

國內外已有許多研究調查約會暴力在青少年情侶交往之間的盛行率，根據西方研究統計，約有 30% 左右的大學生曾遭受到另一半的肢體暴力對待 (Lewis & Fremouw, 2001)，若將口語精神暴力、性暴力和肢體暴力接納入研究範圍，則根據國內

學者的研究，青少年約會暴力的發生率高達 60% 左右。

從新聞報導中，我們也可以看到屢見不鮮的青少年約會暴力案件，男女雙方因為意見不合或對交往的認知不同而爭吵，嚴重甚至引發殺機 (林曉清, 2012)，在我們瞭解了約會暴力的定義後，發現在日常生活中，常常被青少年認為是愛的表現的行為，如吃醋、奪命連環 call、強迫的親密行為...等，都屬於約會暴力的一部分，青少年常常處於受虐的情境中而沒有認知察覺，進而促成更嚴重的暴力行為；因此，身為教育輔導人員，我們應該教導青少年正確的約會知識，並使青少年瞭解如何在身處約會暴力情境時，保護自己與請求外援協助。

## 參、青少年約會暴力的因素

造成青少年約會暴力有許多可能的原因，約會暴力的根源來自於男女之間的衝突，衝突是因為意見或習慣的不同所產生的情緒反應，例如伴侶的順從度、相互期望、尊重...等因素都會造成衝突，另外，Draucker、Martsolf 和 Stephenson (2012) 特別指出當青少年情侶之間關係不明確時，較常出發生暴力攻擊行為，因為個案希望透過此方式卻認彼此的戀愛關係。

面對衝突，青少年情侶雙方可以選擇正向或負向的因應策略，若採取「反省自己」、「調整自己」或「理性溝通」的正向溝通方式，則有較高的機率就此化解衝突；然而，若雙方選擇採用負向的因應策

略，如「情緒性的語言發洩」、「爭吵」等策略，則加深了雙方衝突的情緒，情緒失控的雙方則有可能以暴力的方式處理紛爭，青少年約會暴力因此產生（秦穗玟、黃馨慧，2011）。

面對衝突情境，有些人選擇以正向行為因應，有些人則採取爭吵和暴力的負向應對方式，許多研究已探討造成青少年情侶選擇暴力方式面對衝突的預測因子，首先，Bandura 所提出的社會學習理論（Social Learning Theory）指出了模仿學習對個人行為的影響，若個案在原生家庭中或社會環境中目睹了父母或其他人之間的暴力行為，或是甚至受到直接的暴力對待，由於觀察模仿，此個案本身在面對類似衝突情境時，也傾向以同樣的暴力方式處理衝突，導致暴力行為的代間傳遞，對青少年情侶個案來說，則會引起青少年約會暴力的產生（孫頌賢、李宜玫，2009；范世玲，2008）。

除了社會學習論以外，學者也以成人依戀理論（adult attachment theory）解釋約會暴力行為發生的原因，此理論人認為兒童時期不良的家庭互動，會破壞其情緒管理，使兒童發展出不適當的依戀風格或依戀向度，包括「焦慮」和「逃避」兩個因子，個體發展至成人期之後，焦慮和逃避的情緒會因為親密關係中的衝突情境被激發，失去了情緒控制的能力，而產生施暴的行為（孫頌賢、李宜玫，2009；范世玲，2008）。

除了原生家庭的早期經驗以外，青少年所屬的情境，包括同儕團體以及校園環

境都有可能影響約會暴力的行為，因此 Schnurr 和 Lohman（2008）以生態理論的觀點探討青少年約會暴力的因素：

## 一、微視系統

屬於青少年的個人因素，包含藥物與酒精的使用情形、心理健康、遭受性侵害經驗以及外在行為問題都是催化約會暴力的潛在因子，另外，個人的種族、性別和年齡也會影響約會暴力行為的發生。

## 二、中距系統

影響約會暴力的中距系統包含家庭和學校兩個主要系統。

### （一）家庭系統

不論是與父母的親密關係、體罰對待、教養督導，或是家庭的背景，如社經地位、家庭結構、父母教育程度或年紀都可能影響青少年約會時的衝突因應。

### （二）學校系統

青少年在學校的學業表現如果遭遇到挫折、在學校無法感受到安全感、無法融入校園生活或是與反社會性較高的同儕團體交往，則會催化青少年約會暴力的產生。

## 肆、青少年約會暴力的因應方式

當青少年遭受到另一半的暴力對待時，受暴者本身對暴力行為的詮釋會影響其因應方式，若青少年將伴侶的暴力行為解讀為愛的表現時，個案通常不會主動的

因應或面對暴力，而傾向採取情緒取向的合理化策略自我安慰；相反的，隨著受暴次數越多、嚴重程度越高、受害者擁有的社會支持越多，約會暴力的受害者才會向外尋求幫助或是正式因應問題，以下將探討青少年面對約會暴力的因應策略（沈瓊桃，2013）：

### 一、問題導向策略

受害的個案透過努力和行動嘗試改變現況或解決問題，青少年可能和交往的伴侶理論、提分手，甚至採取語言或肢體的反擊。

### 二、情緒導向策略

採取此策略的個案，他們不會主動處理問題，而是透過各種方式改變自己的情緒或認知想法，他們可能不斷回想這段感情的美好之處、忍耐或暗自哭泣，也可能盲目的順從對方，爲了紓緩自己的負面情緒，受害者也可能用酒精或藥物麻醉自己。

### 三、注意安全策略

處於暴力威脅中的個案，並未積極解決問題，也沒有調整自己的情緒，但會蒐集資訊或安排逃離計畫以避免自己再度處於受暴的情境中，並在暴力衝突再次發生時保護自己。

### 四、尋求親友協助

此時受害者不再隱忍伴侶的暴力對待，而主動告知家人和朋友，尋求他人的幫助。

### 五、尋求正式協助

以青少年個案來說，他們可以透過學校尋求幫助，如將其受虐的狀況告訴學校老師、教官或輔導老師；另外，也可以尋求警察和司法的協助，如暴案或申請保護令；最後，個案可以尋求家暴中心或醫療資源的協助。

即使青少年約會暴力的受害者可以透過許多重的策略因應約會暴力衝突，沈瓊桃（2013）的研究發現大專學生最常使用的策略爲與對方理論、想想對方的優點、尋求朋友的幫助和忍耐；也就是說，受暴者通常透過個人系統因應暴力，很少尋求正式的因應管道。

假如遭受約會暴力的青少年沒有正視自己的創傷經驗，可能對個案的身心健康和行爲表現有立即性和長久性的影響，以立即性的影響來說，首先，伴侶的暴力對待使個體身體安全處於持續性的威脅之中；第二，青少年約會暴力的受害者負面情緒常藉由反社會行爲發洩，受害者會做一些危險的行爲，像是暴飲暴食、自殺、打架鬧事、抽菸、吸毒、酗酒、不當性行爲...等，造成個人和社會的問題；第三，受暴的經驗造成青少年心理的創傷，因此受害者會產生憂鬱情緒、創傷後壓力症候群（PTSD）、自責感和低自尊的負向心理狀態（沈瓊桃，2013；Rizzo, 2009）。

至於長久性的影響，根據研究統計，在青少年第一次受到暴力對待之後，有超過 30%的個案會再次或多次歷經伴侶的各種暴力相向，甚至此種暴力相處模式常會在另一段感情中再次發生，造成永久性的

影響 (Rizzo, 2009)；沈瓊桃 (2013) 也認為青少年約會暴力可視為婚姻暴力的前奏，因為青少年是自我認同發展的關鍵時期，他們正在學習如何與異性發展親密關係，所以此時的異性相處受暴經驗可能延續到婚後，形成終生的行為模式。

青少年約會暴力對發展中的青少年具有高度的危害，所以社會大眾應該要正式此議題，並加以防範和處理，輔導人員或是整體社區應該更積極介入協助個案，並教導青少年正確的兩性相處觀念，讓青少年知悉可以尋求協助的管導，並讓青少年之道尋求協助並不丟臉，為處於弱勢的青少年受害者連結內在與外在的資源。

## 伍、社區諮商模式

社區諮商模式強調多面向的助人架構，且強調整體情境的重要性，輔導諮商不

僅幫助個案本身，更要從社區中發掘個案可以利用的優勢資源，使個案增權賦能、自我協助，並且從社區整體與多元文化的觀點針對特殊議題做預防與倡導，以達到社會正義的目標 (Lewis, Lewis, Daniels, & D'Andrea, 2011)。

根據上述定義，社區諮商人員所輔導的對象不僅是個人，也需要促進整體社區的發展；另外，社區諮商所運用的輔導策略可分為兩大類，第一類為焦點性策略 (Focused Strategies)，或稱為直接策略，此類的策略直接針對特定個人或團體做輔導工作，第二類為寬廣為基礎的策略 (Broad-Based Strategies)，或稱為間接策略，此輔導策略則針對一般大眾做預防與倡導；因此，以輔導對象以及策略做分類，社區諮商模式可區分為四個面向的服務方式，而四個服務方式如下 (如表 1)：

表 1 社區諮商的四個面向與服務方式

(引自 Lewis 等人 2011: P.15)

	促進人類發展	促進社區發展
焦點性策略	脈絡中諮商、對於有危急或被邊緣化的個案提供外展服務	個案倡導、社區同協合作
廣泛為基礎的策略	發展性/預防性的介入	為巨觀層級的改變做社會/政策倡導

### 一、促進人類發展：焦點性策略

社區諮商員敏察情境的特性與優勢，以主動外展的方式瞭解當事人的危機情境和壓力經驗，並確保當事人得到支持和增

能，諮商員應教導當事人理解其所面對的挑戰，幫助他們學習面對挑戰所需的技能，增進其心理抗壓性，使當事人能因應壓力並預防事件對心理健康的影響。

## 二、促進人類發展：廣泛為基礎的策略

諮商人員協助社區民眾看見未來潛在或未知的挑戰，不僅要察覺這些挑戰，更要透過研討會、工作坊、放鬆訓練...等方式，教導並提升民眾面對挑戰的能力與技巧，進而達成預防教育的目的。

## 三、促進社區發展：焦點性策略

當社區諮商人員發覺系統中存在阻礙個人發展的外部因素時，可透過倡導的方式為個案或個案家庭的權利發聲，諮商者應協助個案連結社區的各種資源，共同合作促成個案所屬之系統環境的正向改變。

## 四、促進社區發展：廣泛為基礎的策略

從事個案倡導的過程中，諮商人員常會察覺影響社會人群或不合理的法令和政策，這時，社區諮商者就可促進整體社區

結合的力量，促使政府制訂更合理的法令政策，以達成社會正義的目標。

## 陸、社區諮商模式應用在青少年約會暴力之輔導工作

上段文章使用生態系統觀點討論導致青少年約會暴力的因素，也探討受害青少年採行的因應方式和影響，以下將針對這些要素嘗試以社區諮商模式，從四個向度中針對遭受約會暴力對待的青少年個人和系統相關因素，可以提供哪些社區諮商服務，詳列如下：

### 一、促進人類發展：焦點性策略

促進人類發展的焦點性策略會透過諮商服務、外展服務等方式協助需要幫助的當事人。茲將針對約會暴力的受害青少年的諮商可行策略整理如下表：

方法	對象	目標
個別諮商	遭受約會暴力的受害青少年	1.協助受害青少年正視受虐的事實 2.受害青少年心理創傷復原、偏差行為矯正...等
伴侶治療	發生暴力衝突的青少年情侶	協助解決兩性相處的問題，教導正確的溝通觀念，降低暴力衝突發生的機率
家族諮商	青少年受害者之相關家人	1.促進照顧者與青少年的溝通，時時關心青少年的兩性交往狀況 2.教導父母成為青少年的楷模，示範正確的兩性相處模式
團體諮商	青少年同儕團體	透過同儕團體的力量，鼓勵受到暴力對待的青少年面對創傷經驗、走出創傷

外展服務	遭受約會暴力的受害青少年	由社工、輔導等相關助人工作人員或志工定期訪視受害青少年
危機介入	疑似約會暴力的個案	針對疑似面對約會暴力的個案，社區諮商師或相關人員應立即進行危機處理，以將傷害減至最低。

## 二、促進人類發展：廣泛為基礎的策略

用諮詢或倡導等方式協助當事人或得間接的幫助。茲將針對青少年約會暴力防治的可行策略統整如下表：

促進人類發展的廣泛為基礎的策略運

方法	對象	目標
提供諮詢服務	1.青少年情侶 2.家長、老師...等相關人員	提供對「青少年約會」相關議題的專業諮詢建議與資訊，宣導正確的求助管道
學校輔導教育課程	青少年	加強兩性教育課程和人際溝通技巧，設計情緒處理的課程，以預防青少年約會暴力衝突的發生
助人網路的建立	學校、政府、警政機關、社會福利機構與相關專業人員	提供交往中的青少年與其家庭成員取得實際協助的管道和資源
小團體課程	青少年	促進青少年自我價值與自我瞭解，以健康的態度處理感情議題
相關權益的倡導	社福機構、校方、老師	保障青少年情侶雙方的權益

## 三、促進社區發展：焦點性策略

列的預防推廣教育課程協助社區大眾進行教育。茲將青少年約會暴力的社區焦點策略統整如下表：

促進社區發展的焦點性策略藉由一系

方法	對象	目標
性知識相關宣導	全體青少年	增進正確的性知識、兩性態度與男女交往的分際和準則
青少年自我保護宣導	全體青少年	宣導青少年自我保護的概念並瞭解求助的管道

教師相關教育訓練	全體教師、輔導老師、教官	促進教師對青少年約會暴力案件的相關知能與處理原則、方式
種子志工的訓練	全體青少年	增進當身邊同學面臨約會暴力時，應該如何協助和保護同學
親職教育講座	家長或照顧者	增進家長對青少年約會行為的認知，鼓勵家長主動瞭解子女交往狀態，預防約會暴力衝突
個案倡導	全體青少年、其他相關人士、社福單位、政府機關	透過倡導提升社會大眾對青少年約會暴力問題的重視

#### 四、促進社區發展：廣泛為基礎的策略

促進社區發展的廣泛為基礎策略藉由

透過影響公共政策的方式來改變區環境，使得社區民眾間接受益。在青少年約會暴力的輔導工作中，服務方式如下：

方法	對象	目標
制度與政策的建立	校方、政府機構	1.制訂校規保護約會中的男女青少年權益，及確認相關的處理流程 2.促成相關法規的修定
相關議題的研討會、研究	學校、媒體、政府	促使政府、社會重視青少年約會暴力相關議題
拍攝青少年健康約會宣導短片	政府機構、媒體	藉由大眾媒體的宣導方式，讓青少年瞭解兩性正確相處模式、自我保護的方式以及求助資源

#### 柒、結論

對發展中的青少年來說，能找到互相吸引的另一半，互相交往、互相鼓勵、互相成長，能夠在求學的過程中，留下一段美好的回憶；然而，因為對兩性交往的觀念不正確，或衝突處理不夠成熟，往往造成雙方語言、肢體甚至性暴力的對待，使青少年受害的一方之身體和心靈嚴重的創

傷，若青少年受到暴力對待時沒有接受適當的諮商協助，則可能產生憂鬱情緒或不良行為，對暴力的隱忍也可能導致此受虐情形延續到未來的婚姻。

青少年約會暴力的因素、受害者的因應方式以及受害經驗對青少年的影響是複雜且多元的，並不適合以單一面向進行處理，換句話說，傳統針對受到暴力對待青少年的個別諮商僅能解決少部分的問題，

若是沒有考量到整體生態系統的影響因素，則輔導諮商的成效將會有所限制。

社區諮商模式提供了一個較具整體觀的諮商架構，透過四個不同的面向設計相關方案，顧全了青少年約會暴力議題的整個層面，不但對受害個案增權賦能，提升其自我保護和身心健康的復原力，更藉由事前的預防教育，從學校、家庭、社區面減少青少年約會暴力發生的機率，此外，社區諮商模式更透過政策法規的修訂，促成社會大環境的改變，提供青少年安全健

康的兩性交往空間。相信透過社區諮商模式，我們可以用更具整體性、系統性的觀點介入且改善青少年約會暴力的問題，減少青少年約會暴力的發生。

(本文作者曹幼萱、顏麗敏、陳香玲皆為國立嘉義大學輔導諮商研究所碩士在職專班研究生) 感謝嘉義大學張高賓教授辛勤指導

**關鍵詞：**約會暴力、青少年、社區諮商模式

## 參考文獻

- 沈瓊桃(2013)。大專青年的約會暴力經驗與因應策略初探。中華心理衛生學刊。26(1)，1-31。
- 林曉清(2012)。高雄市高中職學生戀愛關係之探討(碩士論文)  
<http://ndltd.ncl.edu.tw/cgi-bin/gs32/gswweb.cgi/ccd=qmp9nw/record?r1=1&h1=0>
- 范世玲(2008)。大專女學生對約會暴力容忍度及影響因素之研究—以臺北某商業技術學院為例(碩士論文)。取自  
<http://ndltd.ncl.edu.tw/cgi-bin/gs32/gswweb.cgi/ccd=qmp9nw/record?r1=1&h1=1>
- 孫頌賢、李宜玫(2009)。暴力的代間傳遞：原生家庭暴力經驗與依戀系統對大學生約會暴力行為的預測比較。家庭教育與諮商學刊。7，23-43。
- 秦穗玟、黃馨慧(2011)。青少年愛情關係滿意度：以臺北縣市高中職學生為例。應用心理研究。49，219-251。
- Draucker, C. B., Martsolf, D., & Stephenson, P. S. (2012). Ambiguity and violence in adolescent dating relationships. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 25 (3), 149-157.
- Lewis, J. A., Lewis, M. D., Daniels, J. A. & D'Andrea, M. J. (2011). *Community Counseling: A Multicultural-Social Justice Perspective*. CA: Brookes/ Cole Cengage Learning.
- Lewis, S. F. & Fremouw, W. J. (2001). Dating violence: A critical review of the literature. *Clinical Psychology Review*, 21 (1), 105-127.
- Rizzo, C. J. (2009). Family and peer contexts shape teen perceptions of dating violence.

*The Brown University Child and Adolescent Behavior Letter*, 25 (7), 1-8.

Schnurr, M. P., & Lohman, B. J. (2008). How much does school matter? An examination of adolescent dating violence perpetration. *Journal of Youth and Adolescence*, 37 (3), 266-283.