

親密關係暴力與復原

蔡宓苓

壹、前言

民國 76 年，時值臺灣少女被賣最嚴重的時期，善牧修女會來臺接任少女中途之家「德蓮之家」，並展開外展服務工作，當時修女們跑遍花東地區，亦在婦職所及觀護所發現從事性交易的少女分為三種來源：被騙、被賣、自願的。在被騙的少女中，有多數為單純的原住民少女，因尋求工作被騙下山，開始被逼賣淫的工作。由於上述的不幸案例屢見不鮮，因此善牧基金會開始著手原住民家庭服務的工作，勤於走訪部落，並成立服務中心。

另外，從被賣的少女中發現到，許多少女來自有家暴狀況的家庭，母親因不堪受虐離家，父親失功能，便將女兒亂倫或賣至色情行業……善牧也因此展開家暴的服務工作，而從家暴的服務經驗中更看到，一個暴力家庭的背後隱藏著許多危機，因此除了受到家暴的婦女之外，接著推展出受暴兒童、目睹暴力兒童、單親家庭及新移民家庭等的服務工作，積極防治從家暴衍生出來的諸多危機。

在家暴受害人服務部分，目前善牧基金

會在全臺一共有三個婦幼服務中心及五個庇護家園，服務遭到家暴的婦女及其子女。善牧基金會雖是國內小型的社福機構，但光是一年就有上述約兩萬人次求助於善牧，而且人數日益攀升，讓善牧不能單單專注於治療層面，坐視暴力問題發生，也因此在家暴的預防工作之一，就是於民國 97 年 9 月 11 日首度發起「911 無暴日」，藉由「911 無暴日」的推動邀請社會大眾對暴力議題有所省思。

貳、親密關係暴力，婚姻以外形式多

在 911 無暴日的推動中，善牧基金會也於 97 年曾提出「親密關係暴力，婚姻以外形式多」的發現。善牧基金會從多年的實務經驗中發現，家暴早已被定義為「親密關係暴力」，擴及更大的族群，不限於婚姻中夫妻關係的「婚姻暴力」；立法院也於 96 年 3 月三讀通過修正家庭暴力防治法，已將「同居關係」納入適用範圍，足見將家庭暴力的法律保障限定於婚姻關係的暴力受害者，早已不符合實際社會需求。

所謂的「親密關係暴力」，係指發生於夫妻、同居人及親密伴侶之間的暴力。善牧基金會發現，在 20 年前，發生於夫妻間的「婚姻暴力」是家暴求助案件的大宗，而今，除了婚姻暴力之外，其它形式的親密暴力關係亦成為家暴案件中高比例新趨。根據內政部家暴暨性侵害防治委員會近三年（94-96）的統計，「親密關係暴力」（含婚姻、離婚或

同居關係）占所有家暴類型的 6 成；而根據善牧基金會統計附設婦幼收容安置中心 15 年（81-96）來的資料顯示，非婚姻形式的求助個案（同居暴力）在 15 年前只占 0.07%，等於 1000 名個案中只有 7 位；10 年前則攀升到 5.6%，每 20 位個案中有 1 位來自同居暴力；到了近 5 年，每 10 位就有 1 位來自同居暴力，每五年以驚人的倍數成長！

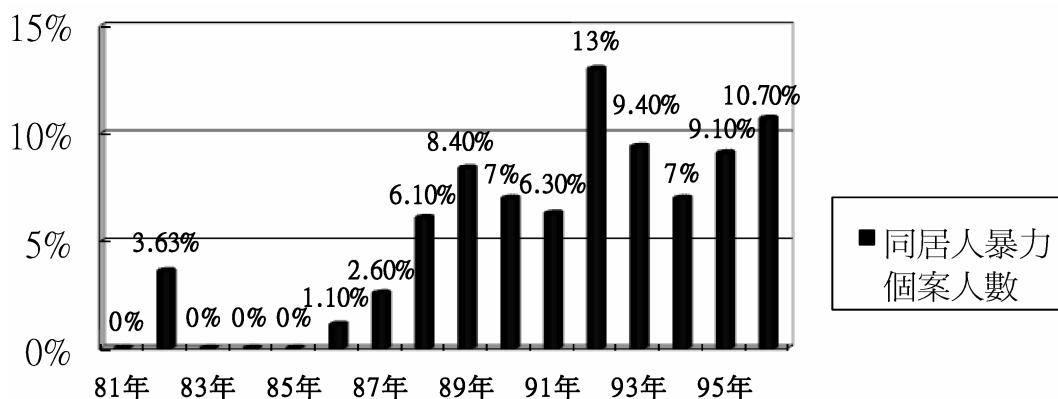


表 2-1 善牧基金會受暴婦女收容安置中心相關統計民國 81~96 遭受同居人暴力占所有家暴個案之比例

（資料來源：善牧基金會）

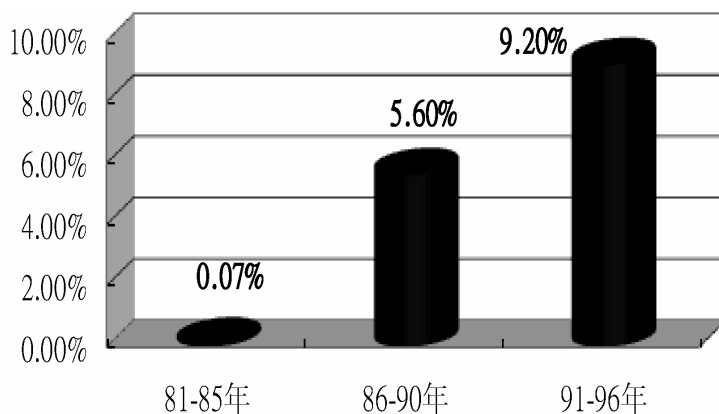


表 2-2 善牧基金會受暴婦女收容安置中心相關統計民國 81~96 遭受同居人暴力占所有家暴個案之比例 5 年區間成長比例圖

（資料來源：善牧基金會）

參、親密關係不暴力，8 大警訊可洞察

不管是夫妻、親密朋友還是同居人，會不會「遇人不淑」而遭到暴力對待，有時很難判斷，但就許多文獻指出，暴力的核心問題是權力控制，在「權力與控制輪」(The Empowerment Wheel, Domestic Violence Project, Inc.資料來源：家庭暴力工作手冊，內政部家庭暴力暨性侵害防治委員會 2004)的分析基礎下，一旦親密關係出現以下 8 大警訊，就該多注意。

警訊 1：壓制威脅對方

威脅對方要傷害他或離開他、威脅要自殺、威脅他撤銷告訴、威脅他做違法的事情等等。

警訊 2：恐嚇脅迫

出現讓對方害怕的表情、動作或姿勢、砸東西破壞對方物品、虐待寵物、亮出兇器等。

警訊 3：情緒虐待

貶抑對方，讓他覺得自己很差勁；羞辱對方讓他以為自己瘋了；玩心理遊戲、讓對方充滿罪惡感等等。

警訊 4：隔離孤立

控制對方所做的事、所見的人、所談的話及任何行動；限制對方在外的行動等等。

警訊 5：淡化、否認和指責

否認、責怪表示並沒發生什麼事，而且不將對方關心的事當一回事；強辯自己並無虐待對方；將暴力的責任歸咎於對方等等。

警訊 6：利用小孩

讓對方覺得對不起小孩、用小孩傳達訊息、利用探視小孩的機會騷擾對方、威脅要帶走小孩等等。

警訊 7：使用（男性）特權

待對方有如奴僕、獨掌所有重大的決定、獨斷男女角色之定義等等。

警訊 8：經濟虐待

限制對方找工作或持續工作、控制他的經濟，如：不給錢、拿走他所有的錢、不讓他知道家中收入等等。

而在「親密關係暴力」的倡議中，以及多年來在校園深入宣導「暴力預防」的議題，善牧企圖讓更多的社會大眾，尤以學生了解到，「家暴」不單單指婚姻暴力，唯有透過了解暴力類型的全貌，才能發揮預防以及通報、協助通報的效益。

肆、如何協助受暴女性復原

求助於善牧的女性無論是在婚姻關係，還是親密關係中受暴，如何協助她們復原，是輔導工作中最重要的一環。從善牧的實務經驗來看，「復原力」的輔導概念是協助受暴婦女相當有果效的工具。

善牧基金會自民國 81 年承辦臺灣第一所受暴婦幼庇護家園以來，無論是對受暴婦

女，還是其他的服務對象，一直無法為會內深具特色的服務理念（如善牧相信每個案主都有生命韌性）找到一個理論基礎，直到在接觸國際天主教兒童局（International Catholic Child Bureau BICE），發現「復原力」（resilience）一概念，與我們的服務理念幾乎對應，善牧便開始以此概念為依據，用以整理及歸納我們的服務風格。

什麼是復原力？簡單的說，我們相信，藉由被接納，在獲得支持及有規律與穩定生活後，心靈受創的人將從看重自己開始，探索自我、找回自尊；透過堅定的精神信念及生存技能的開展，重新發現不同的生命意義；用不同的眼光，看見不完美的人生仍有希望；也因著逆境的淬鍊，找回保護自己抵抗毀滅及積極重建的原有力量，運用自己這樣的力量，為自己的生命活出意義來。

在國際間，“Resilience”並非陌生概念，臺灣也有不同的專家學者引進，並使用不同的翻譯來解釋，如「生命韌性」、「韌性」或「復元」等等，而它的學派有多支，善牧所引用的只是其中一支（如上述）而已。在所選用的這個支派中，它強調建構復原力的要素，一共有五個積木，即「幽默感」、「社會支持網絡」、「發現生命意義的能力」、「社交技巧與解決問題的技能」以及「自我價值」。當這五個積木疊得穩定、紮實，就很容易找回身上的復原力。以上五個積木內涵解釋如下：

幽默感

「幽默」往往意指，我們承認不完美、有痛苦，但我們以微笑將它積極整合到生活

內。當陪伴的工作中有了這個概念後，案主很容易了解到，我們無法避免苦難，但也不會被它打倒。

社會支持網絡

在這部分強調的，便是藉由社會支持網絡所提供的無條件接納，能成為案主的重要力量，然而這樣的無條件接納，非正式社會網絡（如家人、朋友）又比其它網絡來得更加重要。

發現生命意義的能力

簡單來說，生命中有許多經歷，「意義感」或許可如此描述：即使有許多不好的或痛苦的經驗，但仍然明白或有能力去發掘這個經驗帶來的正向的東西，如德蕾莎修女照顧垂死的窮人，以功利主義的觀點來看，不易被了解，但如果相信每個生命都是珍貴的，值得關懷，就容易理解了。歷經外人難以想像的痛苦的案主，若能發展此一能力，也能協助其走過傷痛。

社交技巧與解決問題的技能

包括學習種種社交技巧、解決問題的技能，以及某些有用的專門技術。以善牧所服務的受暴婦女經驗，許多人難以想像很多婦女長年受另一半控制，包括不准工作、不准外出、不准回娘家、不准交友等等，所以當逃離受暴環境，求助於機構時，很多曾經被嚴重「封閉」的能力都必須再發展，才能有助於結案後獨立生活。

自我價值

也可以說是「自尊」，而強調「自尊」是在陪伴婦女中相當重要的工作。一個人的自尊，每天都經歷許多能激發或毀滅的事情，而很多長期受暴的婦女，正是自尊遭到嚴重摧毀的一連串過程，讓她們覺得自己毫無價值，但在協助及陪伴的過程中，會建立婦女一個信念，即「自己是有價值、是值得被愛的」，相當有助於復原。

另外，在復原力的概念中也提到，找到之後如何增強呢？在陪伴及關懷的過程中，不斷地讓婦女知道，「我有」，比方自己有什麼特長，或擁有什麼支持網絡；「我是」，不管別人怎麼看待，自己都是一個很有價值的人；「我能」，我能做的事有什麼，而這些都是我特有的優點。

然而，「復原力」對善牧在實務經驗上的幫助，乃為可整理歸納一內涵供實務人員參考，強調我們服務精神的重點，它並非工具，更非輔導技巧。當復原力一旦進入實務工作中，我們可以看到的是的確達成受暴婦女順利復原的良好果效，而善牧基金會 20 年來與婚暴被害人輔導的經驗中也發現，創傷復原的歷程，其實就是復原力實踐的歷程。以下善牧曾經協助過的秀茹（化名）可為一例證。

秀茹遭受婚姻暴力 15 年，看著孩子因為長期處在暴力的家庭環境中，學習用暴力解決問題、無法控制自己的情緒，孩子常說：為什麼學校教我不能用暴力對待別人，可是在家裡卻完全相反。孩子學習到拳頭才能獲得權力，所以覺得如果不想在學校被欺負，就要打別人，就加入幫派打別人。在此同時，

秀茹也因為長期對暴力的忍受，讓她出現心悸、失眠等影響身體健康的警訊，睡夢中每每出現被先生毆打、被懷疑外遇的辱罵、被指責孩子所有行為問題都是她的責任，這種種的肢體暴力及心理虐待，還有長期在家中的無權，先生無理的決定家中所有人的思想、行為，她發現自己不是一個有同等權力的太太，而是一個要負擔所有家庭工作、責任的女傭，或許，連女傭都不如，因為經濟與外出的自由也完全遭受先生的限制，多年的婚姻生活，她從恐懼、絕望，到感覺麻木，只為讓孩子跟自己還能在家裡生存，繼續維持外界期待的、允許的，有一個完整的家。

許多肢體攻擊、心理虐待、破壞家具、控制經濟、傷害孩子……等傷害身體及造成心理恐懼，這樣恐怖的暴力發生在應該是支持的家庭裡，在家庭暴力防治法已通過 15 年，臺灣社會發展不斷進步的時代，這樣的家庭權力失衡，暴力成為家庭成員解決問題、相處核心的案件，卻沒有隨著法律保護、時代演進而減少，或有所不同，性別尊卑決定家庭或社會權力分配的傳統社會價值觀，還是不斷延續，代代相傳，讓看似完整家庭就像藥丸外裹著糖衣，其中包藏的，是早就苦不堪言、千瘡百孔的關係，所有的家庭成員，身、心都受到長期的傷害，這不是家人，不是家，而是彈藥庫，隨時可能引爆，帶來最至極的傷害——死亡。

那秀茹後來呢？

在忍受家庭暴力 15 年後，為了保護自己跟孩子，她鼓起勇氣跟善牧聯絡，剛開始生活還沒有因著一通求助電話有太大的變化，有的只是她跟一個善牧的專業社工，固定一

起討論，有哪些資源、方法可以保護自己；怎麼和孩子討論同為家暴被害人受到的影響，和孩子一起面對遭受家暴的事實，希望能藉此彼此支持，讓孩子看到媽媽不忍受暴力的態度，給孩子一個不暴力的一致價值觀。

秀茹跟社工的輔導一天天的累積，一年後，秀茹見到社工時突然大哭，一次例行整理家暴歷程的會談，這樣的會談已經好幾次了，這次秀茹為什麼哭呢？秀茹說：以前我覺得好像在講別人的事，這次我突然發現好可怕，我怎麼在那樣恐怖的環境生活那麼久。創傷復原一個重要的歷程，就是將過去為了生存而將感覺抽離的狀態，在社工的接納、有社會各種資源支持（家人、朋友、警察、法官……）的情境下，被害人逐漸恢復了「人」的感覺，才萌生不再忍受暴力恐懼的想法。警醒是重要的，但伴隨而來的是離開或留下抉擇的兩難，離開有離開需要的現實及心理準備（失去一切要重新開始、沒有錢要開始找工作、要面臨離婚、孩子監護權的官司、可能前幾年會比較辛苦，但不會再擔心受怕，孩子跟自己的未來才可能有希望……），留下有留下要付出的代價（繼續看似穩定的生活但可能會死、孩子沒有正確的價值觀影響自我認同或性別認同……）。

秀茹決定選擇改變，跟先生分居，因為有社工的陪伴她不孤單。秀茹找到打掃的工作，獲得律師費補助幫她上法庭處理離婚跟爭取孩子監護權，同時秀茹自己也把過去受暴的所有證據仔細整理，好讓律師能幫她，訴訟不是短期的事，秀茹很怕也很緊張，每次出庭前都跟律師討論，請社工與她練習如何在法庭上陳述。秀茹越來越堅定，心情也

開始穩定，她發現自己在這過程中，原來不是以前先生罵她笨的那個女人，她能夠有條理的思考、面對問題、處理問題，秀茹找到自己的尊嚴，知道她為了自己跟孩子的未來在努力，感覺很踏實，每天都很努力的生活，用積極處理的心去面對困境。秀茹的孩子也有了轉變，在秀茹鼓起勇氣跟孩子討論暴力對他們的影響及擔心孩子用暴力反應問題會受傷的關懷後，孩子開始慢慢與幫派疏遠，有一天突然告訴秀茹：媽媽，你現在比以前快樂，每天都好有活力，我喜歡現在的媽媽。力量會傳遞，秀茹反抗暴力的堅定意志也傳達給孩子，讓孩子知道保護自己是每個人自己的責任，不用暴力也能有很多方法解決問題。

當然，善牧也強調，「復原力」並非只是社會工作者能運用的輔導理念，高高在上，尤其前面所提到的「社會支持網絡」，更是善牧多年來不斷向社會大眾宣導的重要概念，希望受暴婦女的親友能給予幫助。不過很多人會認為，身為親友，並非專業的社工，到底能如何陪伴受暴者度過難關呢？事實上在實務經驗中發現，對於受暴者來說，身邊親友給予的力量才是最重要的，很多人就是靠著親友的鼓勵，才有勇氣向專業機構求助。該如何幫助他們？可以從幾個面向來著手：

- 一、讓他知道他並不孤單，很多人會認為家醜不可外揚，不想讓人知道，但你可以告訴他社會上還有許多人碰到了同樣的難題，而且你會一直在他身邊支持他。
- 二、讓他知道會發生這樣的事情，不是他的錯。很多婦女會認為是不是自己犯了什

麼錯誤，才會遭到如此對待，你可以向他強調，不管發生什麼狀況，都不是他的錯，沒有人有權利以暴力對待他人。

三、提供有用的資訊給他，比方諮詢專線 113、緊急求救電話 110（需特別提醒對方求助用的手機要時時帶在身邊），還有如要驗傷，醫院也有社工的陪伴；家庭暴力防治法保護受到家暴傷害的人；各種求助及輔導資訊等……但別爲他做任何決定，事實上面臨家暴的傷害，每個需要思考、決定的時間都不同，除非對方處於緊急狀況需要報警，否則耐心地陪伴會比不斷叮囑對方要做什麼決定（如離婚、離家等）來得妥當。

四、關懷必須持續，不是一次、兩次就中斷，尤其當對方還很慌亂，不知道該做什麼決定時，持續性、長期的陪伴和關懷很重要。很多人覺得自己好像幫不上什麼忙，但別忽略了「傾聽」的重要性。

五、可依據上述善牧「復原力」的概念，向對方強調「你是很有價值」的，讓他知道自己值得一個安全無虞的生活，不必時時刻刻活在暴力的威脅中。

（本文作者爲善牧基金會宣導企劃部主任）

關鍵詞：家暴，家庭暴力，家暴防治，親密關係暴力，復原力。