

## 心靈捕手-導師電子報第 88 期

### 這不是「我愛你」-淺談親密關係暴力

發行人：蔡一鳴學務長

總編輯：黃宏宇主任

執行日期：學輔中心

發行日期：110/01/12

#### 本期介紹

「小利最近有了新的交往對象，交往前小利認為對方貼心、溫暖，但交往一段時間後對方開始要求小利隨時報備自己的行程，去哪裡、幾點去、跟誰去等等的細節都要提到，並且會查看小利的手機。對方表示這是自己關心小利、愛小利的方式，有次小利終於受不了而企圖拒絕對方的“關心”，對方卻開始辱罵小利甚至以自殺威脅小利順從自己……」類似的社會新聞近年來層出不窮，親密關係暴力已是近年來台灣社會與校園內相當重視的議題。

根據衛福部委託現代婦女基金會的統計(2016)，在台灣有將近五成的人曾經在戀愛時遭受過親密關係暴力，其中 7-15%受到性暴力及肢體暴力，超過三成的人遭受過精神暴力；而 16-24 歲女性最容易在戀愛時遭受到親密關係暴力，且不敢或選擇不向他人求助。因此，本期導師電子報將與老師討論在校園中該如何協助同學覺察自己正處於暴力之中並遠離親密關係暴力。

#### 心靈交流站

親密關係暴力是指在戀愛中，遭受到伴侶實施身體、精神或經濟上的騷擾、迫害、恐嚇或傷害等行為，親密關係暴力通常分成以下五種（姚淑文、溫筱雯 2010,親密關係暴力防治手冊）：

1. 身體暴力:以拳打腳踢、推撞等肢體暴力，或使用器具如刀、玻璃瓶等攻擊、傷害。
2. 言語暴力:經常且故意以言語的方式數落、傷害、貶抑、威脅或去笑對方。
3. 心理暴力:以心理壓力例如冷暴力、不理不睬、孤立、常拿伴侶與他人比較，或是以威脅、恐嚇、分手、自殺、對待關係中的另一半。
4. 操控暴力:以不同方式控制關係中的另一半，如經濟控制、情緒控制、行動控制等。
5. 性暴力:以違反另一半意願的方式威脅、強迫對方與自己發生性行為。

校園中的戀愛氣息興盛，相愛是人的本能，我們總認為談戀愛就是要被“愛”著，卻沒想到“愛”也可能造成傷害，有時候是在關係產生衝突時發現對方有暴力傾向，卻因陷在愛裡，難以斷捨離，這是當事人選擇沈默或逃避的原因，甚至有許多當事人正在受到親密關係暴力都未覺察到。

## 認識行為人的暴力原因

歷年來對於親密關係暴力行為人的暴力原因，有許多研究，以下整理供導師們認識：

1. 家庭的代間傳遞:Giles-Sims 等人(1998)以社會學習理論觀點提出暴力循環理論，指出親密關係暴力可用家庭成員之間的代間傳遞解釋，若行為人幼時生成長於暴力家庭或經常目擊父母有暴力行為，便會內化“暴力行為能解決問題且是被接受的”信念，並延用至與伴侶的衝突之中。
2. 權力的表現:Pleck(1980)指出親密關係暴力是來自早期不良的親子關係經驗。且透過把伴侶當作是「一面鏡子」，藉由這面鏡子證明自己是「權力的表現」或「支配者」，若伴侶在互動中無法完美的滿足行為人「自我形象」、「內在自尊」及「情緒」的需求時，行為人內在的「權力」形象就會破裂，暴力行為便會在關係中一再的出現。
3. 不良的家庭功能:Forward 與 Buck(1991)認為行為人的家庭功能往往會影響暴力的行動，行為人在成長過程當中，因為照顧者角色失職，可能是父母長期為藥酒癮、長期忽略照顧兒女等等，因此行為人常要扮演家中照顧者、發號施令的權力者甚至必須維持家中經濟等等;這些經歷讓行為人有著被需要的需求。若另一半不依賴行為人，甚至挑戰他們的權威及命令，便會喚回過去被父母拋棄的感受，無法與父母連結的感受導致行為人有深刻的痛苦，甚至會引起暴力行為。

透過瞭解行為人施暴原因，導師可適時建議行為人在面對及意識到暴力行為後，主動性的拉開自己與伴侶的距離，維持不聯繫對方一到兩週，藉由暫時休息，思考這段感情值不值得繼續經營。

## 導師可以怎麼做？

在很多時候相對人即使與對方分手，仍然會被跟蹤到家中甚至施以暴力對待，當師長們覺察到學生正遭受親密關係暴力威脅時，可參考衛福部保護服務司所提供的以下三步驟，協助相對人自我保護：

1. 危險評估：相對人可能隨時都處在暴力的環境中時，師長可與學生討論規劃距離租屋處或家中與學校、工作場所之間最安全的路線，並思考最常碰到行為人的地點或場所，討論如何避免與對方碰面。
2. 信任對象：協助相對人列出幾名信任親友，在相對人感到不安全時可以即時聯繫尋求協助。
3. 求助資源：協助相對人規劃當遭受威脅及感受到不安全時，能夠即時尋求協助的地方，並提醒相對人準備緊急逃離小包，並確認小包中備有相對人的重要物件，如錢包、手機、鑰匙、身分證等。

## 結語

「戀愛」是大學生在大學的必修學分，往往深陷在粉紅泡泡中時，很難清楚得覺察自己可能正在經歷親密關係暴力，又或者是有許多的不得已也難以「斷捨離」，甚至是在終於提出分手時，伴侶依舊使用暴力的方式希望挽留這段關係。遭受親密關係暴力是不分性別、也可能隨時都會發生，當學生們遇到親密關係暴力時，若有能夠信任且具專業能力的師長，在情緒上給予支持、並提供協助，便能陪伴學生瞭解如何保護自己。

## 求助資源

單位	聯絡方式
臺北市立大學 學生輔導中心	博愛校區:02-2311-3040 轉 4332~4336 天母校區：02-2871-8288 轉 7932
臺北市立大學 校安中心	博愛校區：02-2371-4063 /0920300456 天母校區：02-2871-9222 /0965169595
家庭暴力暨性侵害防治中心 ( 24hr )	113
男性關懷專線	0800-013-999
警察局報案專線	110

## 參考文獻

- 王沂釗、陳若璋 ( 2011 ) 。大學生親密關係暴力：其性質與實務工作者處遇能力之分析。家庭教育與諮商學刊，( 10 )，1-29。
- 姚淑文、溫筱雯 ( 2010 ) 。親密關係暴力防治手冊。內政部家庭暴力及性侵害防治委員會。
- 姚淑文 ( 2017 ) 。校園親密暴力事件實務處理手冊。教育部出版。
- 衛福部 保戶服務司-認識親面關係暴力  
<https://dep.mohw.gov.tw/dops/cp-1143-36478-105.html>