



前 言	3
第一篇 理念篇	4
何謂親密關係暴力	4
親密關係暴力嚴重性	4
暴力本質—權力與控制	6
被害人與加害人的羈絆關係	7
暴力創傷影響	9
第二篇 教材運用篇	10
大專院校適用教材介紹	10
Mr. Right or Not Right	11
愛情迴紋	16
高中職適用教材介紹	21
小心愛情恐怖分子	21
教材使用及校園活動辦理注意事項.....	21
第三篇 親密關係暴力預防概念	25
暴力循環理論	27
親密關係暴力三級預防理念	29
初期暴力發生預防三部曲	31
分手的心理歷程	36
分手暴力與法律概要	38



第四篇 修復式正義在親密關係暴力處遇的運用	44
參與者及問題焦點	44
程序要件	46
調解前的準備程序	48
調解過程四階段	50
調解過程的問題轉變	51
第五篇 同志親密關係暴力問題探討	52
同志伴侶間可能的衝突議題	54
同志伴侶間的衝突解決管道	54
對於同志親密暴力的迷思	56
同志親密暴力的形式	57
為什麼選擇留在關係中	59
萬一發生了暴力，可以怎麼做	61
第六篇 預防親密關係暴力Q&A	64
第七篇 親密關係暴力協助資源	68
警政單位	68
家庭暴力暨性侵害防治中心	69
現代婦女基金會	70
同志服務相關資源	72
參考資料	68

前 言

家庭暴力防治法通過至今超過十二年，歷年累積的通報案量超過五十萬件，而在如此龐大的案量下，大部分被害人多有超過一次的受暴經驗。目前全國各縣市家庭暴力防治中心的網絡成員，為了執行終止暴力傷害所實施的第三級預防—加害人及被害人處遇計畫，已疲於奔命；然面對家庭暴力的普遍性、嚴重性和複雜性，如何才能有效減少家庭暴力傷害的問題，實為現今世界各國研究及預防的主要工作。為此，現代婦女基金會透過三級預防工作的概念，希望在一級預防「零暴力」的宣導教育工作，與三級預防「多次暴力」的治療處遇工作間，再尋求二級預防—「初期暴力危險因子」的早期介入點；期望透過「初期暴力發生前」的危險警訊宣導，及「初期暴力發生時」的正確因應態度教育，有效發現問題並早期介入以阻斷暴力，更避免當事人陷入多次暴力傷害的循環情境。

從美國、香港的相關調查中，一再顯示年齡介於16至24歲的年輕女性最容易遭受戀愛暴力，而其中最嚴重的暴力傷害則發生在分手的過程。現代婦女基金會曾在調查中發現，96年每月平均有14.7件戀愛暴力、分手暴力和情殺的新聞事件被報導，亦即每2天就發生1起戀愛暴力或情殺案件，而每月至少有3件情人間的殺人未遂或致死案件發生(現代婦女基金會，2008)。此外，本會更在97年七夕公佈的調查中發現，有44%民眾曾在交往中遇過愛情恐怖份子，顯示民眾在戀愛交往中便常發生戀愛暴力之情形。然縱使遇到愛情恐怖份子，在雙方關係糾葛或是對愛情包容的考量下，可能也會害怕對方報復，因此要當事人直接面對暴力問題並且解決，並不如想像中的容易。因此，內政部家庭暴力及性侵害防治委員會與現代婦女基金會，希望透過婚前教育的宣導工作，教導廣大青年學子與社會大眾如何「開心談戀愛，理性談分手」，如此才能早期介入、有效預防，以終止暴力再發生。



第一篇 理念篇

一、何謂親密關係暴力

親密關係暴力的定義是：「在浪漫的關係(romantic relationship)裡，不論是發生在異性或同性戀上，舉凡任何過度的(abusive)控制或攻擊行為(aggressive)，無論藉著言語、情感、身體、性關係或綜合形式出現，可稱為戀愛暴力」(The National Centre for Victims of Crime)。大致上可分為以下四種：

- (一)身體暴力(Physical Dating Violence)：用暴力對待對方，如拳打腳踢、掌摑、推撞、咬、以及使用刀械利器。
- (二)言語暴力(Verbal Dating Violence)：故意且經常使用言語傷害、數落、貶抑、威嚇或取笑對方弱點。
- (三)心理暴力(Psychological Dating Violence)：用心理壓力來對待伴侶，如不理不睬、孤立、恐嚇要分手或常常把伴侶與別人比較等。
- (四)操控暴力(Manipulative/Possessive Dating Violence)：用各種方法來操控，使對方屈服或配合，如眼淚攻勢的情緒操控；要求對方隨傳隨到、每天交代行蹤等行動控制；或者對伴侶施以經濟控制。
- (五)性暴力(Sexual Violence)：用肢體及精神暴力威脅、恐嚇等方法，違反對方意願而進行性行為。

二、親密關係暴力嚴重性

根據內政部家庭暴力及性侵害防治委員會全國統計(參表一)，近十年來家庭暴力通報案量逐漸增加，民國98年度已接近九萬件，其中以親密關係

(婚姻/離婚/同居關係)的比例為最高，將近六成之多。然而，每年五萬多的親密關係暴力案件，仍不是全部數據，其中還有更多的犯罪黑數存在。根據王麗容教授於民國92年提出的研究指出，婚姻暴力的盛行率可能高達13%之高。對許多仍處在戀愛中的男女而言，在他們的戀愛關係中，或許早已存在親密關係暴力的警訊，只是情難捨、害怕失去關係的結果，讓他們假藉只是口角、衝突，來逃避遭遇暴力的事實。但逃避無法解決問題，只會讓暴力問題更加嚴重、次數不斷增加，傷害永無終止之日。

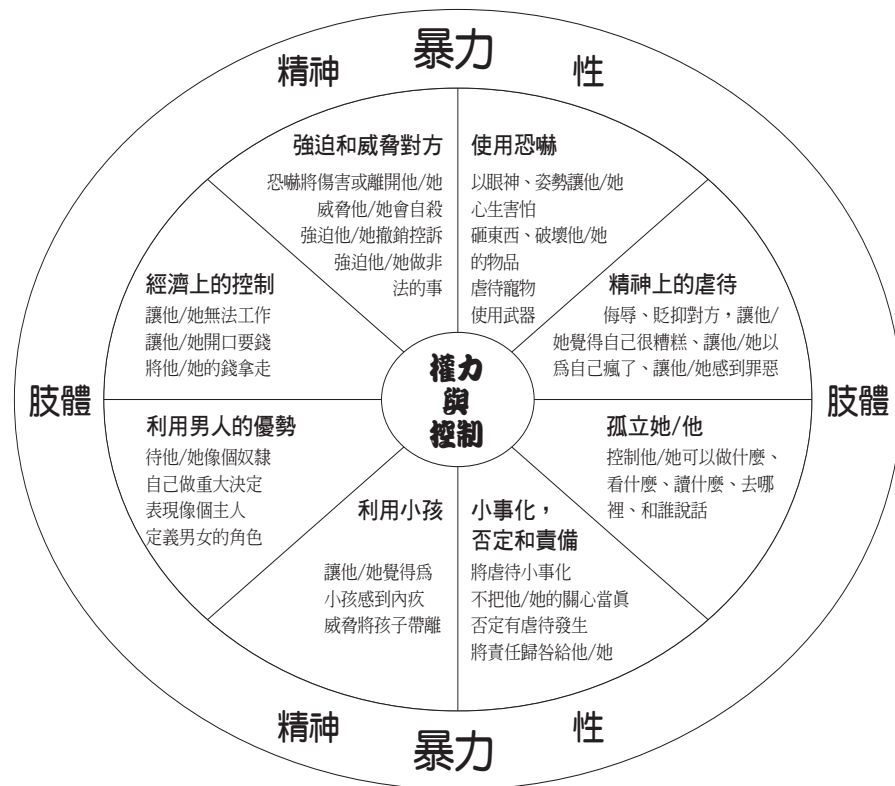
表一、88年至98年家暴的通報數據

年度	婚姻/離婚/ 同居暴力	兒少 保護	老人 虐待	其他	案件類型 年度
1999(88年)	1,208	50	52	8,188	9,498
2000(89年)	3,402	141	158	17,704	21,405
2001(90年)	9,581	506	398	29,455	39,940
2002(91年)	28,097	2,238	1,144	9,131	40,610
2003(92年)	30,676	3,072	1,289	6,007	41,044
2004(93年)	33,927	4,840	1,377	9,328	49,472
2005(94年)	40,659	8,865	1,616	11,170	62,310
2006(95年)	41,517	10,952	1,573	12,593	66,635
2007(96年)	43,788	14,243	1,952	12,623	72,606
2008(97年)	46,530	17,086	2,271	13,987	79,874
2009(98年)	52,121	17,476	2,711	16,945	89,253
歷年總計	331,506	79,469	14,641	147,131	572,647
百分比	57.89%	13.91%	2.57%	25.69%	100%

資料來源：內政部家庭暴力及性侵害防治委員會保護資料庫系統
整理：現代婦女基金會

三、暴力本質—權力與控制

許多人以為暴力只是加害人發洩情緒的緣故，這樣的迷思似乎暗示著他們不應該負起暴力傷害的責任，因為他們是被激怒的。其實許多的文獻皆已指出暴力的核心問題是「權力控制」，「發洩」不能再是冠冕堂皇的說辭，因為加害人可以選擇其他不同的方式發洩，但卻選擇了傷害對方的暴力行為，目的是為了駕馭她/他，為了要彰顯自己的權力，為了要威嚇對方說「我是老大」、「我是權威」，這才是暴力的本質。下圖之權控輪盤可以說明核心與衍生出的暴力形式：



這樣的權控模式不只是平面的循環而已，而是像漩渦一樣立體流動的，有股力量把受害者向內捲得更深，但是也有股力量可以向外捲出。向內捲入的力量是毀滅性的，使受害者更無助，失去自信、失去希望。向外捲出的力量則象徵受害者力量的增強，引發更多的覺醒，更了解暴力是控制的內涵，而服務提供者(如社工、律師、警察等)便是這股力量的重要關鍵，也是決定案主被二度傷害或重生的樞紐。因此，身為一位服務提供者，務必要尊重被害人的感受與決定，因為她在暴力中不曾被尊重，因為她在暴力中不斷地被質疑，如果我們試圖強加自己的想法給她，無異是再一次對她的控制與暴力。而要成為被害人向外捲出的力量，就必須像一盞燈一樣，照亮原本在黑暗中的蜘蛛網，讓案主看到自己的羈絆與束縛，像看清蜘蛛網的脈絡一樣，幫助他/她突破重圍。

四、被害人與加害人的羈絆關係

如果我們被陌生人攻擊，本能上，我們會反擊，甚至不惜一切要報復。可是對於家庭成員或親密關係間的暴力，被害人卻多所顧忌，甚至還得求饒賠不是，這正反應了被害人內心的掙扎。對一般人來說，離開傷害我們的人，是不難決定的事；但是，對長期被虐待的人來說，簡直是天人交戰。因為在受虐的關係中，被害人長年活在恐懼當中，受制於家庭羈絆，可說是心有千千結，例如擔心孩子沒有父親、害怕沒有經濟來源、害怕被殺害而不敢離開、不願家醜外揚而不告訴別人、覺得自己還愛對方等等。一般而言，被害人難以決定離開加害人有三個基本的原因：

(一)傳統性別角色影響：女性成長過程中，受到許多傳統性別刻板角色的影響，例如要順從，體貼、成就他人，不能有攻擊性、主動性等。在這樣



的性別角色中，遇到親密關係的暴力問題時，女性會被期待委曲求全、顧全大體，最好能以原諒的方式再給對方機會。這樣的結果讓處於婚姻暴力的婦女，受限於好太太、好母親、好媳婦的角色，為了顧全家庭面子、為了承擔家庭照顧的責任、為了成就先生的事業等，特別是加害人在暴力後的溫柔體貼與保證下，受暴婦女常會活在「暴力會終止」、「先生也有對我好的時候」這樣的幻夢裡。而在戀愛的親密關係中，女性也秉持這樣的理想扮演一個完美的受害者，先檢討自己是否不夠好、有無錯誤，而且為了對方一定犧牲奉獻，認為只要自己忍耐事情便會轉變，結果只讓暴力傷害更為嚴重。

(二)害怕離開的後果：有時候加害人會恐嚇被害人離開將遭遇更大的報復，婚姻中的暴力，加害人常以小孩為威脅使受害者無法下定決心離開。有些則是被害人本身害怕離開後的經濟問題、子女教養問題、住宿問題或就業問題等，甚至擔心被貼上拋家棄子的標籤。而戀愛中的親密暴力，被害人會擔心失去戀情的痛苦，擔心同儕、朋友的眼光，更擔心加害人的報復行為，例如害怕對方將親密照片曝光，或擔心寵物的安全等。

(三)無助感：對於長期身心受暴的人而言，他們的自尊感是很低的，低到他們無法相信自己有能力完成一些事。在加害人長期的權力與控制中，被害人一次又一次受傷，無論做什麼也無法改變暴力的結果，被害人逐漸習得無助的感覺，失去自己對生活的主宰力量或決定權，因此被害人可能會持續留在暴力當中而無法決定離開。

無論留下來的原因為何，被害人為了要存活下去，會與加害人之間發展出一套生存法則，兩者間便產生一種病態的依附關係(co-dependence)。被害人明知自己處於受暴的狀態，但是至少這個狀態是她所熟悉的，因此



又比鼓起勇氣，投奔到另一個充滿變數、完全未知的世界來得穩定一點。所以，要被害人決定離開並不是件容易的事，真的需要極大的勇氣。因此，工作人員在處理親密暴力事件時，需要更大的耐力與毅力支持受害人。特別是有時候會面臨被害人的出爾反爾，令我們百思不解，更令人洩氣。然而，想想看，一個被踩扁的汽球，需要花時間修補，也需要我們專業人員不斷打氣與鼓勵。

五、暴力創傷影響

親密暴力時常發生在我們認為最安全的避風港，而被傷害的往往是最親密的愛人。暴力的愛像裹著糖衣的毒藥，也像受暴婦女身上的一塊大淤青，再加上一條炫目的珍珠項鍊。最令人迷惑的暴力也往往是最恐怖的心靈控制，暴力循環裡愛與恨交織的訊息，常讓被害人感到迷失而焦慮。再次強調的是，用被害人的稱呼無意給予標籤，而是在說明施暴與被害人的相對位置。親密暴力會對被害人產生許多方面的影響：

(一)生理方面：各種明顯外傷、頭痛、睡眠失調、噩夢、沒胃口、暈眩、性功能失調、倦怠、健忘、全身無力、背痛、婦科疾病等。

(二)情緒問題：憤怒、孤立、無助、恐懼、自責、挫折、沮喪、自卑、憂鬱、焦慮、不信任、敏感、否認、懷恨等。

(三)行為問題：意圖自殺、意圖殺人、酗酒、濫用藥物、無法專心、虐待子女或動物等。

(四)認知觀念的扭曲：覺得自己很差勁、覺得不可能脫離暴力、覺得自己也有錯，需為暴力負責等。

(五)人際關係：孤立自己、疏離的人際關係、親職能力較弱、不易建立信任關係、害怕異性、害怕親密感、反對婚姻等。



第二篇 教材運用篇

一、大專院校適用教材介紹

本手冊建議的大專院校宣導教材包括「Mr. Right or Not Right」及「愛情迴紋」兩部影片，分別針對適婚男女的互動樣態及暴力後果提出可能的對比。以上教材可向各校學生輔導中心借閱，如有遺失請自行向內政部家庭暴力及性侵害防治委員會索取。第一部分(Mr. Right or Not Right)呈現兩位中產階級男女朋友的交往情形，突顯男方自我中心，缺乏尊重的交往模式，及女性受害人勇敢走出親密暴力的心路歷程。第二部分(愛情迴紋)則以勞工階級男女同居人的不良溝通與互動，突顯雙方可藉由察覺、反思及學習等歷程，克服差異，攜手共創未來。

本光碟影片藉由劇情設計，強調下列兩項重點：其一，親密暴力的雙方當事人，是具有主體性的社會行動者，可透過自我察覺與正向學習，改變日常生活中的不利處境 (如：遭受男友的親密暴力，與女友的一言不合大打出手等)，進而開創生命的新章節；其二，親密暴力當事人的社會支持體系 (如：朋友、同事、老闆娘及鄰居等)，可以發揮正向支持的功能，提醒當事雙方認清親密暴力的傷害，支持及鼓勵當事雙方修正行為，改善互動模式。

Mr. Right or Not Right

人物及劇情簡介

阿勳：男，28歲，電訊業副理

小森：女，26歲，廣告公司美術設計

毛妹：女，26歲，小森好朋友

阿沛：女，26歲，小森好朋友

阿臻：女，26歲，小森好朋友，阿沛的女朋友

小森和阿勳是交往3年多的情侶，兩人條件優異，工作能力相當，小森是任職於廣告公司的美術設計，阿勳則擔任電訊業副理。阿勳優異的工作表現來自於從小的菁英教育，由於勳爸對於阿勳有很大的期望，因此管教手段十分嚴格，造成阿勳既好強又壓抑的心理。阿勳長大後，情緒管理不良，面對工作壓力時，多遷怒於小森；又因自我中心，經常不顧及也不尊重小森的感受。

小森面對阿勳的情緒虐待及強烈的掌控需求，感到十分困擾。尤其阿勳幾次不顧小森的感受，強行求歡的行為，更對小森造成相當大的傷害。小森受到同志友人(阿臻及阿沛)及好友毛妹的現身說法後，開始正視阿勳的親密暴力行為，並期望兩人能共同努力，處理這個問題。但阿勳自以為是，拒絕溝通的態度，一再讓小森對這段人人稱羨的感情產生懷疑。在手帕交毛妹分享自身的受暴經驗後，而阿勳又再度對小森強行求歡時，小森終於看清親密暴力的嚴重性及傷害性，不願再容忍阿勳的行為，開始考慮結束這一段包著愛情糖衣的暴力毒藥。



討論議題

1. 從劇情中，妳/你看到了哪些傳統的性別角色影響小森與阿勳的互動關係？
2. 劇情中的小森曾經遭遇到什麼樣的親密暴力？
3. 劇情中的小森與阿勳，是運用何種方式處理兩個人的矛盾與衝突？
4. 如果妳/你是小森，妳/你會用相同方式來面對兩人的衝突嗎？如果不會，那麼妳/你會如何處理？
5. 如果妳/你是小森，妳/你會選擇與阿勳分手嗎？如果會，為什麼？如果不會，那會做什麼樣的選擇？
6. 若小森決定和阿勳分手，你認為她應該要注意哪些事項才能避免分手暴力的傷害？
7. 當小森與阿勳發生衝突時或之後，可能會需要哪些協助？
8. 當小森與阿勳發生衝突時或之後，有哪些社會資源可以幫助兩人面對這些衝突及降低親密暴力？
9. 如果妳/你是毛妹，妳/你也會插手介入朋友的感情家務事嗎？妳/你會採取哪些方式？為什麼？
10. 如果毛妹相信「清官難斷家務事」，選擇不予過問，妳/你認為這個故事會有怎樣的發展或結局？

影片內容架構

男女主角的關係	異性戀的交往階段：二、三十歲男女朋友
男女主角的社經地位	白領中產階級： 男(阿勳)－電訊業副理 女(小森)－美術設計
性別迷思	阿勳： <ul style="list-style-type: none"> • 女性的生活重心應以輔佐男性的事業為主。 • 親密伴侶間，女性應配合男性的性需求。 • 女性喜歡故作矜持，男性應可強行求歡。 • 女性應以情愛(家庭)關係為重，不應浪費時間在工作或交友上。 • 男性是家庭發號施令者，女性必須服從。 • 男性使用粗鄙語言是正常的。 • 女性應該隨時滿足男性的性需求，才是愛的表現。
親密暴力迷思	小森： <ul style="list-style-type: none"> • 責備自己，為加害人親密暴力行為辯護。 • 相信對方會改變，親密暴力行為將不會再度發生。 • 合理化對方的親密暴力行為，例如：男方是因為工作壓力大而產生暴力行為，女性應該多體諒、忍耐。 • 認為對方暴力行為只是偶發事件，經過一段時間後自然會停止。 • 相信只要自己迎合、順從加害人，親密暴力就會消失。 阿勳： <ul style="list-style-type: none"> • 親密暴力行為過後，以贈送禮物或表達悔意的方式，就可得到對方的原諒。



親密暴力的形式	<ul style="list-style-type: none"> • 阿勳限制小森社交活動，不斷奪命連環call追蹤小森行蹤。 • 情緒虐待(如：阿勳情緒控制不佳，常因工作問題遷怒小森)。 • 言語暴力(大聲怒罵)。 • 情緒虐待(男方情緒喜怒無常，讓女方不知如何因應、拍桌)。 • 身體暴力(推打對方)。 • 性暴力(如：阿勳不顧小森意願，強行求歡)。
親密暴力的結果/後果	<ul style="list-style-type: none"> • 小森透過朋友的鼓勵，嘗試與阿勳溝通，希望兩人共同處理親密暴力問題。 • 阿勳拒絕面對親密暴力衍生的問題，不願尋求改變。 • 小森在覺醒後考慮與阿勳分手。
親友/社區介入	<ul style="list-style-type: none"> • 身為親密暴力當事人的小森朋友(毛妹、阿沛與阿臻)主動關切與開導，表達對施暴行為的不能苟同。 • 毛妹分享自身經驗及提供相關資訊。

迷思與事實對照表

性別刻板迷思	事實
<ul style="list-style-type: none"> • 男性是家庭發號施令者，女性必須服從。 • 親密伴侶間，女性應配合男性的性需求。 • 男性使用粗鄙語言是正常的。 	<ul style="list-style-type: none"> • 家是由夫妻雙方共同組成的，不應該有誰去支配誰的想法。 • 親密伴侶間應該互相尊重對方性自主，不應強迫。 • 粗鄙的語言讓人不舒服，不論男性或女性都不應使用。



婚姻關係迷思	事實
<ul style="list-style-type: none"> • 對方會記得我說過的話，才表示很重視我。 • 若對方生氣一定是我不好。 • 若對方把大部份時間都花在工作或朋友上，表示並不在乎我。 • 浪漫愛情是婚姻幸福的條件。 	<ul style="list-style-type: none"> • 即使對方忘記妳/你說的話，也不一定表示他/她愛或不愛妳/你。 • 試著瞭解對方生氣或不舒服的感受，但不需要為對方的生氣負責。 • 愛一個人不表示一定要犧牲自己，愛對方會希望對方也愛自己。 • 真正幸福是來自成熟的愛，雙方彼此尊重、互信互諒、互敬互重，在婚姻關係中成長，婚姻才能長久。
親密暴力迷思	事實
<ul style="list-style-type: none"> • 親密暴力只是偶發事件。 • 親密暴力經過一段時間後自然會停止。 • 只要迎合、順從加害人，親密暴力就會消失。 • 男性因為工作壓力大而產生親密暴力，女性應該多體諒、忍耐。 	<ul style="list-style-type: none"> • 親密暴力會循環，若沒有適當介入處理，可能會越來越嚴重。 • 有暴力傾向者不會自己停止暴力行為，若被害人持續忍讓、退縮或逃避，有可能間接加強加害人的暴力行為。 • 若是未讓加害人瞭解暴力行為的錯誤，學習正確兩性相處模式，暴力仍會持續發生。 • 兩性都應該學習如何有效紓解自己的壓力，不應將工作壓力當作暴力藉口。



愛情迴紋

人物及劇情簡介

阿豪：男，34歲，餐廳廚師

珊珊：女，30歲，製造業業務助理

阿慶：男，45歲，阿豪同事及好友

餐廳老闆娘：女，56歲

楊姓夫妻：阿豪及珊珊的鄰居

珊珊和阿豪是同居情侶，兩人準備在一兩年內結婚。珊珊在一家製造業工廠擔任業務助理，阿豪則是餐廳廚師。由於兩人在對金錢使用、家務分工、與家人關係上，經常有不同的想法，甚或發生爭執。阿豪天性善良，個性直爽，但因生長在傳統家庭，帶有大男人主義，又因不諳溝通技巧，在面對和珊珊的爭執時，阿豪經常粗暴處理。同樣來自暴力家庭的珊珊雖決心不步上母親後塵，但由於不諳溝通技巧，經常與阿豪爭執及吵架。兩人在一次因觀念不同，又溝通不良的情況下，阿豪動手打人，珊珊不甘示弱，兩人大打出手。事後，珊珊受到鄰居的關切與提醒，開始察覺到兩人之間累積許多觀念及溝通上的問題，並也擔心兩人的緊張關係會影響到下一代。所幸，阿豪深具反省力，在同事好友阿慶的開導、建議及老闆娘的勸說引導下，願意學習比較有效的溝通技巧。阿豪開始以同理心瞭解珊珊的心情，並以具體行動鼓勵珊珊進修。而珊珊也覺察到自己的溝通技巧有待改進，願意調整自己。兩人終於得以化解危機，攜手共同邁向未來。

討論議題

1. 從劇情中，妳/你看到了哪些傳統的性別角色影響珊珊與阿豪的互動關係？
2. 從劇情中，妳/你看到了哪些「理想婚姻」的想像？這些想像中的男女角色是什麼？妳/你覺得合理嗎？哪些是不合理的？
3. 從劇情中，妳/你認為珊珊與阿豪兩人有哪些溝通上的問題？請問是這些溝通問題導致親密暴力的嗎？還是有其他原因？
4. 劇情中阿豪與珊珊大打出手，妳/你覺得誰有錯？為什麼？
5. 妳/你認為阿慶及老闆娘對阿豪的談話與建議，有沒有什麼樣的啟發或影響？
6. 如果妳/你是阿豪，妳/你會如何處理兩人之間的溝通問題？
7. 如果妳/你是珊珊，妳/你會如何處理兩人之間的溝通問題？
8. 妳/你覺得珊珊需要或可以做什麼樣的改變或調整，才能改善兩人的關係？
9. 妳/你覺得阿豪需要或可以做什麼樣的改變或調整，才能改善兩人的關係？
10. 如果妳/你是阿慶，妳/你也會選擇插手介入朋友的感情家務事嗎？妳/你會採用哪些方式？為什麼？
11. 如果阿慶、老闆娘以及樓上的鄰居都相信「清官難斷家務事」，選擇不予過問，妳/你認為這個故事會有怎樣的發展或結局？
12. 比較這兩個故事，你比較喜歡哪種結局？為什麼？你認為哪些原因導致這兩個故事的不同結局？



影片內容架構

男女主角的關係	異性戀的預備結婚階段：三十幾歲同居情侶
男女主角的社經地位	藍領勞工階級： 男(阿豪)－餐廳廚師 女(珊珊)－業務助理
性別迷思	阿豪： <ul style="list-style-type: none"> • 大男人主義，女性應以男性為中心。 • 男性應負起養家的責任。 • 女性應負責處理家務。 • 女性應善盡照顧婆家父母的義務。 • 男性比較不善於與人溝通，也不需學習溝通技巧。 • 男性較習慣草率、不注重衛生及儀表，女性不要太苛求。 • 婚姻關係中女性的自主必須被犧牲。
親密暴力迷思	阿豪： <ul style="list-style-type: none"> • 自己會施行暴力是受到幼時目睹父母婚姻暴力所致。 • 親密關係中兩人是不需要學習成長的。 珊珊： <ul style="list-style-type: none"> • 兩性相處時不需要學習溝通技巧，只要自己有道理就站得住腳，不需考慮對方感受。 • 遭伴侶施暴時，可以用以暴制暴的方式，解決問題。
親密暴力的形式	阿豪： <ul style="list-style-type: none"> • 企圖掌控珊珊的進修規劃，認為珊珊進修是浪費金錢。 • 企圖掌控珊珊的時間資源。 • 言詞暴力(對珊珊大聲怒罵)。 • 肢體暴力(丟東西、推珊珊撞牆、打珊珊巴掌)。

親密暴力的結果/後果	<ul style="list-style-type: none"> • 阿豪後悔施暴，願意學習非暴力之衝突解決方式。 • 阿豪願意改變不當的認知及態度。 • 當事雙方願意學習正確溝通方式，共同努力經營情感。
親友/社區介入	<ul style="list-style-type: none"> • 當事人雙方同事及鄰居的主動關切與協助。 • 當事人雙方鄰居及朋友分享自身經驗，及提供相關的資訊。 • 當事人同事及鄰居表達對施暴行為的不能苟同。

迷思與事實對照表

性別刻板迷思	事實
<ul style="list-style-type: none"> • 男性是家庭發號施令者，女性必須服從。 • 男性比較不擅溝通，女性較擅於與人溝通。 • 女性屬於家庭，女性的天職是照顧家人。 	<ul style="list-style-type: none"> • 家是由夫妻雙方共同組成的，不應該有誰去支配誰的想法。 • 溝通是可以透過學習改善，沒有哪一個人天生就具備良好溝通能力。 • 照顧能力可以培養，沒有人是天生的照顧者，只要有心都可以成為好的照顧者。
<ul style="list-style-type: none"> • 男性習慣草率，而女性較愛整潔。 	<ul style="list-style-type: none"> • 衛生習慣依個人家庭教育而異，不會受到性別影響。



開心談戀愛
理性談分手

婚姻關係迷思	事實
<ul style="list-style-type: none"> • (女性) 結婚後應該放棄自己的獨立性。 • (女性) 婚後的生活重心應該放在家庭，家庭外的人際關係應盡量減少。 • 理想的兩性分工應該是男主外、女主內。 • 兩人意見不同時，一定有一方是錯的。 	<ul style="list-style-type: none"> • 每個人都是獨立個體，不應該要求進入婚姻就改變自己，唯有雙方相互尊重並讓對方擁有自由空間，婚姻才會更長久美滿。 • 婚姻關係只是人生的一部分，日常生活中在夫妻關係外還有許多人際關係，所以不需因婚姻而放棄與他人互動的機會。 • 夫妻應該將性別平等的觀念，落實在日常生活中，才能創造和諧美滿的婚姻生活。 • 意見不同只是反映觀點不同，無對錯之分。
親密暴力迷思	事實
<ul style="list-style-type: none"> • 被害人的個人特質(如：嘮叨、無理取鬧)會引發親密暴力。 • 目睹兒童或受虐兒童長大之後一定會成為加害人。 	<ul style="list-style-type: none"> • 打人是不對的行為，若對配偶的行為或特質有意見，應該以平和方式溝通，而不是以暴力相向。 • 親密關係暴力對於兒童確實會產生影響，但並不是每個受虐兒或目睹兒童長大後都會成為加害人。



開心談戀愛
理性談分手

二、高中職適用教材介紹

小心愛情恐怖分子

本影片為教育部製作《性別平等教育影片二》中之第6單元「小心愛情恐怖份子！— 分手暴力」，長度為15分鐘，以溫馨感人的方式呈現。影片情境安排隱含許多議題的探討，提醒正在戀愛中的男女，應該如何正視戀愛暴力及分手暴力的問題。本影片可至國立教育資料館→教育頻道學習影片→健康與體育專區下載(網址：<http://3w.nioerar.edu.tw/physical.jsp>)。

人物及劇情簡介

張 彪：李琳同學，住同社區，彼此互有好感

李 琳：性格率真、好打抱不平，知識豐富，常常幫同學解惑

小 禾：李琳同學，分手時不太懂得自保

張 妤：張彪妹，跟李琳住同社區，幫助班上同學芸芸終止自殘

A + B：綜藝短劇演員(演出恐怖愛情份子的情境短劇)

張 母：擔任警察，但是位開明又關心孩子的單親媽媽

李琳發現同學小禾手上出現黑青，追問之下才知道是她提出分手時被男友打的，而張妤的同學芸芸為了引起男友注意而有自殘行為，好打抱不平的李琳，以「愛情恐怖份子」的比喻提醒小禾，張媽媽也用「愛情事務機」的比喻，說明什麼才是真愛，最後李琳幫助小禾訂出「反恐計畫」。希望每個人都擁有自己的愛情選擇權，能夠開心談戀愛，理性談分手。



討論議題

1. 戀愛關係暴力有哪幾種類型？
2. 你覺得戀愛暴力中操控暴力會有哪些種情況？男女之間操控模式有何不同？還是都相同呢？你的看法或是你的經驗為何？
3. 如果你面臨戀愛(親密關係)暴力，你會選擇何種方式處理？
4. 如果面臨戀情生變、涉及分手時，你會選擇何種方式分手？你認為這樣的分手方式的優缺點？
5. 當你發生戀愛暴力時，你會找誰討論？還是會尋求何種社會資源的協助？

三、教材使用及校園活動辦理注意事項

(一)教材使用

1. 大專院校及高中版本DVD各約15分鐘及18分鐘，請教師自行參閱內容，並視學校及學生特性狀況彈性運用，因此所建議的大專院校教材亦可適用於高中職學生。
2. 本教材之使用應注意觀賞後的討論進行，以免學生各自解讀而產生錯誤理解，有關討論議題可參考上述教材建議。

(二)活動辦理—大專院校

1. 建議學校辦理學生活動前，先行辦理學輔老師、認輔老師及班導師的訓練，以提升老師對學生親密關係暴力問題的敏感度，有助於學生尋求協助。
2. 藉由性平週或性平月時間播放，並邀請專家或老師參與討論。
3. 藉由社團主題活動辦理並強化宣導，引起校內學生討論。

4. 藉由週會演講、主題演講、科系班級合作演講等形式辦理。
5. 注意參與學生的科系，盡量以邀請自然組學生，或平時較少機會修習人文課程的科系為主。
6. 注意參與學生的性別比例，建議男女生共同觀看，有助於性別互動及討論，如僅為單一性別的參與，建議課程及討論的內涵應隨參與學生的性別而有所調整。
7. 活動整體時間建議為二個小時，人數100~200人較為適合，流程建議為
說明主題及內涵—5分鐘
影片播放—15分鐘
課程說明(搭配PPT)—60~70分鐘
問題討論—10~15分鐘
有獎徵答10分鐘

(三)活動辦理—高中職

1. 建議學校辦理學生活動前，先行辦理學輔老師、認輔老師及班導師的訓練，以提升老師對學生親密關係暴力問題的敏感度，有助於學生尋求協助。除以上教師參與外，亦可增加公民老師、教官、護理老師等的參訓。
2. 藉由性平週、性平月時間或由社團主題活動辦理，並強化宣導以引起校內學生討論，可邀請專家或老師參與討論。
3. 藉由週會演講、主題演講、班級合作(公民課、軍訓護理課)演講等形式辦理。
4. 注意參與學生的性別比例，建議男女生共同觀看，有助於性別互動及討論，如僅為單一性別的參與，建議課程及討論的內涵應隨參與學生的性別而有所調整。



5.高中職學生參與的人數盡量不要超過五百人以上，以免影響學生學習效益。

6.活動整體時間建議二堂課(約為100分鐘)，流程建議為

說明主題及內涵—5分鐘

影片播放—15分鐘

課程說明(搭配PPT)—60分鐘以內

問題討論—10分鐘

有獎徵答10分鐘

第三篇 親密關係暴力預防概念

曾有一封郵件，這樣描述著～

英文	中譯
I got flowers today. It wasn't my birthday or any other special day.	我今天收到花了… 既非我的生日， 也不是什麼特殊的日子
We had our first argument last night, and he said a lot of cruel things that really hurt me.	昨晚我們發生了第一次爭吵， 他說了很多很多殘忍的話， 而那的確也刺傷了我
I know he is sorry and didn't mean the things he said. Because he sent me flowers today.	我知道他很難過， 他所說的也不是有意的， 因為他今天送我花了
I got flowers today. It wasn't our anniversary or any other special day.	我今天收到花了… 既非我們的結婚紀念日， 也不是什麼特殊的日子
Last night, he threw me into a wall and started to choke me.	昨晚他對我拳打腳踢 (摔我撞牆後又勒我脖子)
It seemed like a nightmare. I couldn't believe it was real.	就像是一場惡夢似的， 我不敢相信那是真的
I woke up this morning sore and bruised all over.	早上醒來全身酸痛， 到處是瘀青
I know he must be sorry, because he sent me flowers today.	我知道他該難過的， 因為他今天送我花了



I got flowers today, and it wasn't Mother's Day or any other special day.	我今天收到花了… 今天不是母親節， 也不是什麼特殊的日子
Last night, he beat me up again. And it was much worse than all the other times.	昨晚他又揍我了。 而且比之前更狠、更嚴重
If I leave him, what will I do? How will I take care of my kids?	如果我離開他，那我怎麼辦？ 我要怎麼照顧我的小孩？
I'm afraid of him and scared to leave.	我怕他，也怕離開
But I know he must be sorry, because he sent me flowers today.	但我知道他該難過的， 因為他今天送我花了
I got flowers today. Today was a very special day.	我今天收到花了… 今天是個非常特殊的日子
It was the day of my funeral	今天是我出殯的日子
Last night, he finally killed me.	昨晚，他終於殺了我了
He beat me to death.	他把我打的半死
If only I had gathered enough courage and strength to leave him, I would not have gotten flowers today.	如果我有夠多的勇氣及力量離開他， 我今天就不會收到他的花了



一、暴力循環理論

親密關係暴力並非單獨與偶發的行為，它是循環的歷程與一組行為模式。尤其在婚姻暴力中，暴力的循環顯而易見。在壓力期、爭執期、虐待暴力期與蜜月期的輪流出現下，被害人經常會迷惑，也在傷痕、淚痕與吻痕的不斷循環下度過。在實務上，歷程不一定每次都經過一樣的時間或按順序，在許多嚴重的親密關係暴力中，蜜月期甚至是不明顯的。暴力循環的概念有助於了解親密關係暴力的權控是動態的、也是立體的。以下僅就親密關係暴力循環歷程的四個階段做說明：

(一)壓力期：為親密關係暴力的醞釀時期。在這個時候，引起親密暴力的潛在因素已經存在，雙方關係開始緊張，形成一觸即發的態勢，像是一個輕碰一下就會失去平衡的天平，此時被害人會有「如臨深淵，如履薄冰」般戰戰兢兢的心情。此時還不至於有激烈的爭吵，多以冷戰的方式出現，偶而會有小型的爭吵。這段期間也是制止暴力發生最有效的時期，如雙方能進行有效的溝通，整個暴力循環就可能在尚未展開時，就予以終結。隨著暴力循環發生次數的增加，壓力期會逐漸縮短，甚至這段醞釀期會完全被省略。

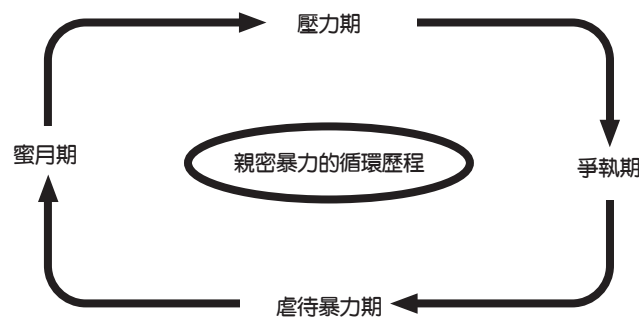
(二)爭執期：為親密暴力導火線的引爆時期。此時在壓力期的平衡狀態已經被破壞，雙方開始會有大型的爭吵，爭執情形進入白熱化階段。這個時期通常會直接引出暴力行為。一般而言，這段期間已開始有心理虐待的行為，如用言辭羞辱對方、威脅對方將以暴力對待、意圖強迫改變對方行為等。在這些歷程後，就會直接引出身體暴力的行為，即加害人意圖以暴力行為中止爭執，維持絕對優勢。同壓力期一般，爭執期也會隨著暴力循環次數的增加而縮短，甚至在爭執期一開始或根本沒有發生爭執的情形下，暴力行為就會發生，這是因為暴力行為已經成為一種習慣。



(三)虐待暴力期：為暴力行為正式開始的階段。經過上述兩個階段的孕育而產生出具體行為，這個時期的暴力以身體虐待及性虐待為主。在一連串暴力行為(如拳打腳踢、強暴等)後，這個時期的被害人往往因為極度的驚嚇而覺得腦中一片空白，等到暴力行為結束後才開始會有情緒的知覺。她們通常先是覺得困惑，然後感覺到恐懼、害怕，接著會產生憤怒及無助等較複雜的情緒。這個時期會隨著暴力行為次數的增多而漸漸成為暴力循環的全部，因為加害人學習到採取暴力是解決問題、中止爭執、紓解壓力及維持地位優勢最快的方式，而且通常不會受到任何的懲罰，因為他是關係中懲罰的執行者而非接受者。而當親密關係暴力次數增加，甚至成為一種常態、或習慣時，暴力循環就只是暴力虐待期的延續，其他的階段已無發生的必要，而此時期的加害人已把這些行為視為他理所當然的權力。

(四)蜜月期：為親密關係暴力的暫時停歇時期。此時加害人通常會竭盡所能地示好、道歉，也會做一些彌補性的行為，或者否認、縮小、合理化先前的暴力行為；而被害人通常在此階段會有暴力已經結束的錯覺，但其實只是暫時停歇而已，很可能又會是另一個暴力循環的開始。由於加害人在此時可能會比平常更加討好被害人；再加上與虐待暴力時期比較起來，加害人的態度實在落差很大，因此被害人常常說服自己「他還是很愛我的」、「他只是一時衝動」、「反正他已經道歉了」，便覺心軟而未採取任何阻止暴力的措施。加害人則會認為「反正她一定會原諒我」、「只是哄哄她、道個歉，也不會很難取得她的原諒」、「反正她也不能怎麼樣」，加害人總是被原諒而沒有遭到反擊或懲罰，所以其暴力行為會更變本加厲，使用暴力對加害者而言，只有好處而沒有壞處。和壓力期及爭執期相同，蜜月期也會隨著暴力循環次數的增加而縮短，

甚至消失，因為加害人漸漸將暴力視為理所當然，久了也認為沒有必要再去討好和安撫受害者，或是否認、合理化暴力行為。



婚姻暴力的循環歷程

說明：就一般個案可以歸納出親密關係暴力包含了上圖所示的這些階段，而這些階段以壓力期開始，形成一個周而復始的循環。由這個循環可得知，一旦發生過一次暴力的行為，而加害人並沒有受到阻止或懲罰，就會引出下一次暴力循環；而且每一次循環的時間間距會縮短，虐待暴力期的出現也會一次次提早，蜜月期則會漸漸縮短甚至消失，不過也有某些剛開始循環的歷程，就沒有蜜月期的出現。長此以往，便會形成虐待暴力期的無限延續，暴力就成為常態、正當、例行的行為。

二、親密關係暴力三級預防理念

所謂三級預防模式是援引公共衛生預防流行疾病模式的概念發展而成，並將犯罪預防工作分成三個層級進行，對於親密關係暴力防治亦可依照此概念進行預防工作。



(一)第一級預防(primary prevention)提供民眾家庭暴力相關知識及正確態度，並從根本改變使用暴力的觀念。此層級著重宣導教育工作：

- 1.減少社會及家庭內所讚揚的或認為合法的暴力行為，例如：減少媒體將暴力的使用當成是一種合理化的人際互動行為。
- 2.透過教育改變社會傳統的父權文化，改變社會中的性別歧視，增加性別平權的觀念。
- 3.結合社區力量共同譴責暴力，並形成家庭或親密暴力防治網絡。

(二)第二級預防(secondary prevention)則強調「致力於辨識潛在的危險因子」，並尋求早期有效的介入工作，以降低家庭及親密關係壓力和負面互動的頻率，減少危險因素對家庭及親密關係的衝擊。

- 1.發展偵測家庭暴力危險因素的方法，建立各種危險評估指標，以利早期介入處理。
- 2.訓練警政、教育、衛生和社政等防治網絡，辨識早期危險因子，並及早處遇。例如在親密關係發生初期暴力時，提供及時的介入策略，以阻斷暴力再發生。

(三)第三級預防(tertiary prevention)則管理、處遇和控制問題的發生，目的在於降低被害人身體和心理重複傷害的危險，減少被害人傷害或是死亡的機率，同時進行加害人處遇計劃及家庭重建工作，預防暴力再發生，將傷害減至最低。

三、第二級預防工作的宣導內容：初期暴力發生預防三部曲

在犯罪防治三級預防工作中，第二級預防主要強調「致力於辨識潛在的危險因子，並尋求早期有效的介入，以降低家庭及親密關係壓力和負面互動的頻率，減少危險因素對家庭及親密關係的衝擊」。當兩人之間交往已經發

生暴力警訊，尤其在初期發生時，雙方面對問題的態度，深深影響暴力問題的變化。我們期待早期有效介入，不隨便容忍、不讓暴力合理化，只有勇於認錯及面對處遇治療，才能有效終止暴力行為，並使雙方不致因分手而發生危險傷害。初期暴力預防三部曲說明如下：

第一節 注意你們之間的戀情是否存在親密關係的暴力警訊

你是他的戀愛事務機嗎？— 親密關係暴力八大警訊

他總是口口聲聲說愛你，但在這段愛情關係中，他的對待方式，卻令你感到恐懼、害怕、無助？他總是告訴你，他所作的一切都是因為你的錯嗎？

在親密關係發展過程中，你是否曾有以上的感覺，但卻害怕失去這段關係而勉強維持呢？如果我們不能注意自己是否已經身陷於親密關係暴力的警訊中，未來只會讓暴力傷害更加嚴重。期待您能注意親密關係的暴力警訊，避免成為他的戀愛事務機，而失去尊嚴、失去權力。

1.影印機(複製心中完美伴侶—心理虐待)

他對你總是有很多要求，希望你能成為他心中理想的對象，他總是對你嫌東嫌西，又希望你能多多學習別人的樣子。在你努力學習下，你卻發現這不是你喜歡的樣子、更不是你要的生活。

2.GPS衛星定位器(掌控追蹤你的行蹤—行動控制)

戀情開始，如膠似漆，黏膩的生活讓你感受他的愛。但隨後的日子他會隨時出現在你的身旁，跟隨你的行動，甚至拒絕你出席他不喜歡的聚會，並且常要求你回報行蹤，這樣的日子已經讓你無法喘息。



3. 拳擊機(拳打腳踢暴力發洩—肢體暴力)

他時常會情緒失控，捶胸頓足、丟東西、捶牆壁或損壞家中物品，讓你感到害怕？他也常用暴力方式解決問題，甚至虐待你的寵物。而你發現他會推打你，縱使他道歉了，可是還是再度情緒失控，讓你逐漸害怕與他共同生活。

4. 電子寵物機(任意使喚專屬於他—孤立對待)

他會要求你必須對他畢恭畢敬，只能服侍他一人，不得對待別人好。甚至他不喜歡你和同事、朋友、家人相處，逐漸要求你遠離他們。他會告訴你，你的生活只能有他的存在，別人都只是在利用你、破壞你們的關係。而你也發現，你的生活只有他，不再有朋友家人。

5. 電視機(掌控你心賺你熱淚—情緒控制)

他會不斷指責你，你是關係裂痕的元兇，他甚至企圖傷害自己或別人，讓你感到自責、有罪惡感。他有時會變得異常冷漠，忽略你的存在與言行。你發現自己的生活都在他的情緒掌控中度過。

6. 提款機(你存他提只進不出一經濟控制)

在你們生活中，他總是可以我行我素購買他斷定的必需品。而你購買生活必需品，卻常常遭受他的指責與拒絕，甚至你不能擁有使用金錢的權力。他是你們兩人的財務大臣，你的花費都需經過他的同意。

7. 大聲公(咄咄逼人出口成讎--言語暴力)

他會在任何地方大聲斥責你，讓你感到害怕，他甚至會批評、貶抑你，不管你的尊嚴。甚至他會用粗俗貶抑的言詞怒罵你，罵你又蠢又笨、像白癡一般。而且他的出現，就像歡樂殺手，讓你在朋友間常常處在被貶抑、被辱罵的尷尬情境中。

8. 情趣用品(想到用時隨手可得—性虐待)

他會告訴你愛他就要配合他，他不管你是否太累、疲倦或身體不舒服，總是在他想要發生性行為時，你就必須配合，他也不願戴保險套或拒絕你的避孕措施。甚至他會以暴力方式脅迫，或是讓你感到壓力厭惡的方式進行性行為。

第二部曲 親密關係初期暴力發生，兩造都有責任面對

愛情反恐CSI守則，你千萬要知道

「事前預防，及早處置」是處理親密關係剛出現暴力危機的不二法門！只要關係當中初期出現暴力，就要馬上尋求協助，在專家的幫助下找出最適合的對策。若你的愛人也願意接受幫助，去了解他需要為自己的行為負責、承認暴力、學習處理壓力和挫折的新方法的話，這段關係就還有可為。若是一再原諒，或是只想靠自己的忍耐和改變來經營關係，不但逐漸形成暴力循環，難以逃脫對方的控制外，更只是縱容暴力，還可能因此小命不保！

在此，我們提出「CSI」面對愛情恐怖份子的行動策略，幫助自己和所愛的人找出可能出現暴力的警訊，並作出適當的回應，讓大家遠離危險，自在談情說愛。



1.Consult：尋求「商談」與協助。試著與家人朋友或者專業人員談論這件事情，兩人願意面對暴力問題、尋求專業解決之道，才是改變的開始。

2.Safety：「安全」才是上策。面對暴力警訊，不要認為一再委曲求全就可以保住愛情。應該審慎思考自己的安全問題，保持冷靜，凡事要多小心保護自己。

3.Implement：要求對方「履行」改善的行動策略。注意施虐者是否願意真心承認暴力行為的失當，雙方進行溝通，亦可以要求對方面對問題寫道歉信，或進行相關協談諮商、接受情緒及憤怒管理課程等，有效地改善暴力與相處模式。如果對方沒有誠意改變或是拒絕負責任，便要立刻採取隔離的保護措施，並且設法安全分手。大家都要了解：只要對方沒有誠意面對，暴力情況只會愈來愈糟，一旦遇到第一次暴力，一定要把握時機立即處理，才能及時培養健康愛情，或是有效終止恐怖關係。

第三部曲 面對危險情人，分手也要安全計畫

如果他(她)是危險情人，安全分手四步驟要記牢

如果他/她在暴力傷害後，不僅不承認錯誤，甚至怪罪於你；你期待的原諒條件，他/她仍然不願意履行或沒有積極改變的行動力；當你提出分手時，他的情緒更經常失控。對此，我們就要思考，你的情人特質為何？分手又該有何計劃呢？

第一步：他是危險情人？－情人特質檢視

所謂「危險情人」，是指：



1.性格不夠成熟、舉止衝動，對任何事常會有過度批判的反社會人格。

2.自我、時常堅持己見、不容易妥協、喜歡控制別人。

3.對女性充滿貶抑歧視，並會經常以不堪字眼辱罵女性。

4.處事或與人互動時常用暴力解決問題，甚至被激怒後易有攻擊行為者。

5.平常有酗酒、吸毒或虐待小動物的習性。

第二步：沙盤推演！－分手角色扮演

1.想好分手的理由，理由盡量減少傷害性。

2.考慮對方的個性、兩人交往的深度，及對方可能的反應等，準備好自己說的方式、態度和理由。

3.找朋友角色扮演，了解分手時可能會有的反應，並討論解決策略。

第三步：讓對方滿意、讓自己安全－分手情境安排

1.慎選談分手的時間和地點。最好以白天為主，因為晚上人的情緒較難控制；地點最好是公開、安靜、明亮，有旁人但不會干擾談話的地方。

2.告訴他人你要談分手的「人、時、地、事、物」，及回來時間；或者請親近的人在離地點不遠的地方等你，以預防危險事件發生，保護雙方安全。

3.若看見對方手拿物品、器械，切勿讓對方靠近您，並想辦法立即呼救或離開現場，分手當天亦避免飲酒。



4. 分手談判時，千萬不要以言語或行動激怒對方，讓對方有尊嚴地離開，有時可適時避免悲劇的發生。

第四步：報警、聲請保護令有必要—分手安全計畫

1. 分手後讓雙方冷靜，保留一段情感的真空期，避免再有聯繫或牽扯，也不要再有財務糾紛或往來。
2. 當對方在分手後持續騷擾時，可向警方舉證報案，並儘量避免單獨外出。
3. 不要害怕面對法律，如分手後對方仍過度追求，可提出性騷擾申訴；若雙方曾有同居關係，亦可在傷害或騷擾發生時，提出傷害告訴或保護令聲請，並且擬定分手後安全計畫及注意事項。

四、分手的心理歷程

分手可視為一種個人失落的經驗，每個人對失落的反應與調適可能各有不同，哀傷並不是一個疾病或失常，而是面對各種失落的一個自然反應，而在哀傷中有所成長，也有著各種的經驗。面對分手事件時，心理歷程的變化可分為以下四個階段(引自修慧蘭、孫頌賢，2002)：



階段名稱	時間及定義	關係中的經驗	個人內在經驗
階段一：關係衝突	從關係中發生衝突到個體知覺關係可能結束	1. 差異性過大 2. 用愛束縛彼此，以對方為中心 3. 移情別戀的外力介入 4. 關係品質下降 5. 事事想兩全	1. 無意義感 2. 自我的不平等感、被壓縮與被否定 3. 自我的不安全感與消失 4. 自我受到情緒性的傷害 5. 關係情節與個人中心情節的糾結
階段二：關係拉扯	從知覺可能分手到真正分手	1. 在期望維持關係的幻夢與現實殘酷間遊走 2. 在對關係的罪惡感與自我受傷中拉扯	1. 對反覆拉扯的痛苦感，以及發現夢幻成泡影的痛苦感 2. 罪惡感、劊子手情結，以及不願意傷害對方，甚至負起責任的心態企圖為罪惡感尋求救贖
階段三：自我浮沈	從正式分手到個體回歸自我時經歷到情緒上的最低潮期	1. 過去回憶與現實孤寂間的失魂沈浮 2. 獨吞難過情緒 3. 痛苦看到自己	1. 自我的失落 2. 捍衛自我與自尊 3. 為重拾自我而有的反動，進而接納自我的不完美
階段四：起飛	從知覺可以從分手事件中走出到現在	1. 生活事物與人際關係的轉移 2. 關係情節與自我中心的情節平衡	1. 自我的奮力振起 2. 對於關係與自我感受的重新定位



分手歷程的關係中，關係的拉扯讓感情受傷的個人，在無任何轉移或傾訴對象的情境下，可能在情緒困擾中傷害自己或傷害對方，對此，本會建議在面對分手的議題時，可尋求師長、專業機構或朋友處理情緒困擾，避免因一時憤怒而傷害他人或自己，造成難以彌補的遺憾。

五、分手暴力與法律概要

男女朋友分手過程不平順，因而發生感情糾紛，真是剪不斷理還亂。而經常見到分手後一些激烈的作為，可能觸及法律的責任有以下幾項(一至六項引自姜智逸律師，台灣法律網)：

(一)糾纏或跟蹤與偷拍

男女雙方在分手時並未做妥善溝通，一方會不停地糾纏，想知道分手原因，甚至懷疑有第三者介入；情緒激動的一方甚至會跟蹤另一方，或偷拍與他人的活動，因而造成許多困擾。跟蹤的行為違反社會秩序維護法規定，將可處處新台幣三千元以下罰鍰或申誡；至於偷拍行為涉及隱私，處罰較重，將處三年以下有期徒刑、拘役或三萬元以下罰金。

相關法條

社會秩序維護法第89條：有下列各款行為之一者，處新台幣三千元以下罰鍰或申誡：

1. 無正當理由，為人施催眠術或施以藥物者。
2. 無正當理由，跟追他人，經勸阻不聽者。

刑法第315-1條：有下列行為之一者，處三年以下有期徒刑、拘役或三萬元以下罰金：



1. 無故利用工具或設備窺視、竊聽他人非公開之活動、言論、談話或身體隱私部位者。
2. 無故以錄音、照相、錄影或電磁紀錄竊錄他人非公開之活動、言論、談話或身體隱私部位者。

(二)恐嚇

俗語說，相罵無好言，男女雙方若是在多次吵架後分手，在吵架的過程中任誰都會有非理性的言語，諸如「要讓妳全家好看」、「給妳死」等等，甚至於有時候會不斷傳送手機簡訊或電子郵件給對方，這些會讓人心生恐懼的話語，有可能會構成刑法上恐嚇安全罪，最高可處二年以下有期徒刑、拘役或三百元以下罰金。

相關法條

刑法第305條：以加害生命、身體、自由、名譽、財產之事，恐嚇他人致生危害於安全者，處二年以下有期徒刑、拘役或三百元以下罰金。

(三)散佈猥褻言論

還有一些惡劣的人，在分手後會傳簡訊或電子郵件給對方，內容並非恐嚇安全的話語，而是關於調戲、猥褻的文字或圖片，這些情形會構成違反社會秩序維護法第83條第3項「以猥褻之言語、舉動或其他方法，調戲異性」，處新台幣六千元以下罰鍰。這些舉動亦可能構成性騷擾行為，可依性別工作平等法、性別平等教育法及性騷擾防治法規提出行政申訴。



相關法條

社會秩序維護法第83條：有下列各款行為之一者，處新台幣六千元以下罰鍰：

- 1.故意窺視他人臥室、浴室、廁所、更衣室，足以妨害其隱私者。
- 2.於公共場所或公眾得出入之場所，任意裸體或為放蕩之姿勢，而有妨害善良風俗，不聽勸阻者。
- 3.以猥褻之言語、舉動或其他方法，調戲異性者。

(四)傷害

傷害行為也是經常發生在男女分手時，如潑硫酸、毆打等，傷害行為將被處三年以下有期徒刑、拘役或一千元以下罰金，如果導致他方受到重傷，則重處三年以上十年以下有期徒刑。

相關法條

刑法第277條：傷害人之身體或健康者，處三年以下有期徒刑、拘役或一千元以下罰金。犯前項之罪因而致人於死者，處無期徒刑或七年以上有期徒刑；致重傷者，處三年以上十年以下有期徒刑。

(五)散布誹謗言論

有些男女朋友分手後，一方不甘被甩，就會開始散佈謠言與誹謗話語，或是寄黑函到另一方求學或工作的場所，甚至於在網路上留言，這些意圖散布於眾，而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事的誹謗行為，可處一年以下有期徒刑、拘役或五百元以下罰金；至於散布文字、圖畫加以誹謗者，包括用



黑函、光碟或透過電子郵件等行為，將處二年以下有期徒刑、拘役或一千元以下罰金。

相關法條

刑法第310條：意圖散布於眾，而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事者，為誹謗罪，處一年以下有期徒刑、拘役或五百元以下罰金。

散布文字、圖畫犯前項之罪者，處二年以下有期徒刑、拘役或一千元以下罰金。對於所誹謗之事，能證明其為真實者，不罰。但涉於私德而與公共利益無關者，不在此限。

(六)將私密照片或電話號碼傳送至網路上

最惡劣的分手後報復行為，莫過於將私密、親密照片上傳至網路，供人閱覽或乾脆用寄E-MAIL的方式傳給不特定人，徹底破壞對方的人格、尊嚴與形象，傳送私密照片涉及散佈猥褻物品，將處二年以下有期徒刑、拘役或併科三萬元以下罰金。實務上還發生一種情形，就是分手後男方到一夜情網站，留下女生的手機號碼，謊稱女生從事援交，讓其他男子大打騷擾電話給女生，讓女生不堪其擾，此種情形乃以偽造不實文字，足以妨害女生名譽之行為，網路文字目前被司法實務承認屬於刑法上文書的一種，因此這樣的行為成立偽造私文書罪與加重誹謗罪，最高可處五年以下有期徒刑。

相關法條

刑法第310條：意圖散布於眾，而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事者，為誹謗罪，處一年以下有期徒刑、拘役或五百元以下罰金。



散布文字、圖畫犯前項之罪者，處二年以下有期徒刑、拘役或一千元以下罰金。對於所誹謗之事，能證明其為真實者，不罰。但涉於私德而與公共利益無關者，不在此限。

刑法217條：偽造印章、印文或署押，足以生損害於公眾或他人者，處三年以下有期徒刑。

盜用印章、印文或署押，足以生損害於公眾或他人者，亦同。

刑法218條：偽造公印或公印文者，處五年以下有期徒刑。

(七)有性騷擾意涵的身體碰觸行為

有些情況分手之一方仍一直停留在談戀愛的生活記憶中，甚至認為對方曾為他的情侶，在分手後仍然有過度的身體碰觸行為，而讓對方感到不舒服，有種被性騷擾的感覺；或者是分手後才後悔，不管對方是否願意複合，仍然死纏爛打，甚至以被害人的情侶自居，造成對方正常生活之影響。上述相關行為恐觸及刑法犯罪行為，不得不慎。

其中，若被害人遭受加害人性騷擾，乘他不及抗拒而為親吻、擁抱或觸摸其臀部、胸部或其他身體隱私處之行為者，可處二年以下有期徒刑、拘役或科或併科新臺幣十萬元以下罰金。另外，被害人還可以對於加害人的不當行為加以蒐證，例如騷擾簡訊、猥褻言詞、糾纏方式等提出行政申訴，若加害人同樣為學生，可以向加害人就讀的學校性別平等教育委員會提出「性騷擾」申訴；若加害人非學生身分，則可以向加害人雇主或地方縣市政府社會局提出性騷擾申訴。



相關法條

性騷擾防治法25條：意圖性騷擾，乘人不及抗拒而為親吻、擁抱或觸摸其臀部、胸部或其他身體隱私處之行為者，處二年以下有期徒刑、拘役或科或併科新臺幣十萬元以下罰金。

前項之罪，須告訴乃論。

性別教育平等法

性別工作平等法



第四篇 修復式正義在親密關係暴力處遇的運用

Pranis認為，復歸式正義是一種「和平創建圈」(peacemaking circle)，它的目的在於治癒加、被害雙方的關係；同時，主要建立在幾點重要基礎之上：尊重每一個人、信任感、對協調結果的認同、開放地傾聽被害者的痛苦與了解受害經驗對其影響。由此可知，復歸式正義的哲學理念著重於「關係的治癒」，而非該行為在法律上所觸犯的法律實害為何，它並非否定應報式正義的「懲罰」(punishment)，更進一步地說，它反而看重應報式正義仍帶有「補償」的「替代性懲罰」意味，只不過不需要太快直接訴諸「暴力」刑罰，讓已受損的「受害者—加害人」之間是否還有治癒彼此關係的「希望」(hope)？如果有，鼓勵加害人發展出一種「道德直覺」(類似同理心)，願意擔負賠償、道歉之責，進一步逐漸緩和關係間的衝突緊張關係。(引自陳祖輝，2003)

修復式正義在親密關係暴力處遇的運用上，主要考量來自於許多陷在戀情中的兩個人無法明確表達問題與需求，甚至不願分手而讓暴力持續發生；或是面臨分手議題時，被害人會擔心遭受報復。因此，透過修復式的調解會議，讓問題澄清、處理，並且由加害人承擔行為改善責任以阻斷暴力再犯，讓問題最後得以藉由關係修復或以和平分手的方式結束。

一、參與者及問題焦點

就修復式正義而言，親密關係暴力行為的損害是全面性的，並非僅僅限於受害者。其主要主張當原有具社會平等之關係遭受破壞以後，受到影響的各方當事人均應參與調解會議。

(一)被害人

被害人為誰？被害人或及其家人？其損害及需求為何？這是修復式正義最重要也最難解決的問題。被害人所受到的傷害應加以補償，且需要同儕的支持與協助，避免產生被害者的漣漪效應。

問題焦點

1. 被害人是否有充足的機會將實情告訴相關的人或加害人？
2. 被害人是否獲得必要的賠償？現在他需要如何被處理？
3. 傷害的問題是否被合理的認知？
4. 在過程中，被害人是否有發言的機會？
5. 如何讓加害人不再傷害他的方法？

(二)加害人

加害人在犯罪事件中，事實上也經歷了許多傷害。承認加害人對自我造成的傷害是促使加害人能面對自己、自我負責的重要步驟，亦可促使其逐漸理解受害人的受害經驗，亦即用他們自己的受害經驗去同理被害者的受害經驗，將心比心，產生所謂的「同理心」。

假設加害人遭受的傷害被忽略，就容易產生報復的心態，如此便不易復歸。在復歸的過程中，也應該注意加害人是否遭到同儕的歧視、孤立，加以完善的配套措施，才能避免其遭標籤化、污點化。

問題焦點

1. 讓加害人想想要怎樣為此暴力行為負責而非逃避，才是問題轉變的關鍵。



- 2.加害人為行為負責是一個過程，但兩人彼此願意面對問題討論，就是負責的開始。
- 3.當加害人願意參與會議討論，願意向受害人道歉，並討論行為改善方法時，才是願意承擔責任，並且讓加害人在此過程中受到幫助。

(三)學校或同儕

一般而言，兩人的暴力問題，其利害關係家人或同儕較容易受到事件直接影響，對整個校園則是間接影響。相關知悉成員和加、被害人同樣需要整合，因為治療了相關成員才可以治療個人。

二、程序要件

許春金(2006)認為修復式程序是一種「事實的呈現→情感的抒發→補償及修復行為的產生」，包括以下要素：

- (一)說實話：修復式正義程序，必須建立在以說實話為開端。加害者首先要承認他/她的所作所為，且承擔責任。
- (二)面對面：在經過說實話的過程後，各方當事人接著面對面敘述各自的經驗，自由表達各自的情緒，心靈的創傷方得逐漸解放舒緩。在過程中，加害者面對受害者，傾聽他/她的故事及心聲；受害者面對加害者，看看他/她是否真為邪惡之徒或僅是一時的錯誤、疏失。因此，面對面可以說是修復、整合的基礎。



- (三)權利保障：修復式程序必須關懷各方當事人間權力的不均衡，以及是否有強迫、壓力的策略運用，而使結果不平等。首先應重視自願性參與，避免任何一方受到強迫。站在平等的基礎上，建立修復式會議中的基本規則，讓雙方都能遵守，創造一個自由溝通和協調的良好環境。
- (四)結果：無論是那一種方案或協議結果，其本質均應是修復式而非收買式的方式。修復式正義雖然是以被害人為中心，但並非只有復歸被害人，而是要修復全部的關係。被害人不是可以需索無度，但修復式正義並未排除能造成加害人痛苦或犧牲的協議。修復式協議可能會因要求加害人的補償行為造成其部分痛苦，但這些痛苦是為了要補償被害者的損失而產生，絕非「有意」地製造其痛苦做為懲罰之手段。
- (五)評估：評估的結果才是判斷一個司法程序是否為修復式正義的充足要件，修復式正義是結果導向，如果有回復的結果則是成功的修復式程序，如果有好的意圖卻沒有好的結果，則亦非修復式程序。在評估的標準中，修復式正義應以損害、關係回復了多少為評量的標準，而非加害人受到的懲罰是否與其造成的傷害相符為標準。



三、調解前的準備程序

(一)介紹自己

- 1.介紹自己，並保證會公平處理
- 2.說明問題處理的目的
- 3.讓雙方知道處理過程會保密
- 4.說明會議流程

(二)聆聽並關注問題焦點

- 1.讓當事人吐露心聲
 - (1)發生何事？誰是主要當事人？
 - (2)當事人的想法
 - (3)暴力發生時間及嚴重程度
- 2.問題解析：了解當事人對問題處理的期待

(三) 找出目標：了解雙方的問題解決方式及目標，衡量目標的期望落差，並說明期待目標的想法，如果有人堅持目標不可被洩漏，有時問題不容易被處理。調解員可說明問題並讓他們思考是否願意繼續參與調解。

(四)評估問題

- 1.當事人是否有心理準備接受調解，思考其介入的方法。
- 2.有無討論到安全的議題，是否有其他問題沒有被提出來？
- 3.調解過程雙方是否有需要被協助，是否有其他人要共同參與？(考量雙方的情緒或安全問題，適時安排其他人員，例如社工或保全)
- 4.雙方在調解前的溝通情形如何？
- 5.是否有跨文化或權力不平等問題存在？
- 6.還有誰牽涉到此暴力事件之內？有誰知悉此事件？
- 7.還有誰想要參加此會議？(家人或同學)

(五)調解會議前的準備

- 1.開會準備：調解過程如何進行？誰負責調解？介入方法的代價及需求？何時開始？
- 2.調解督導：
 - (1)準備提問內容
 - (2)準備各種解決方案
 - (3)準備雙方負責任的方式
 - (4)為雙方可能在調解過程的焦慮準備
 - (5)為雙方可能在會議中發洩憤怒準備

(六)進入會議



四、調解過程四階段

(一)第一階段：介紹會議

- 1.介紹自己及參與者
- 2.製造溫馨的氣氛
- 3.說明會議過程、角色及目的
- 4.說明問題焦點及注意事項
- 5.取得共識再開始

(二)第二階段：事件說明(說故事)

- 1.邀請每一個人從他們的角度或立場說明此事件
- 2.請他們分享每一個人對此事件的感受
- 3.重複每個人的故事
- 4.說明故事摘要，詢問是否有補充

(三)第三階段：讓彼此了解問題

- 1.強調大家關注的焦點
- 2.鼓勵大家投入並解決問題
- 3.鼓勵大家以如果、這樣的想法
- 4.鼓勵大家想辦法如何解決問題
- 5.鼓勵大家再以如果、那麼的方向思考問題
- 6.在適當的時機要分別與對方討論

(四)第四階段：結束會議

- 1.說明事情的進展或成果
- 2.針對協議結果，說明如何改善行動？何時進行？並解釋為何如此處理
- 3.不要有任何預設立場看待
- 4.撰寫協議書內容
- 5.感謝大家的付出

五、調解過程的問題轉變

歷程	受害人	加害人
初期對問題的想法	否認引發問題或問題的嚴重性	否認引發問題或問題的嚴重性
對暴力事件的態度變化	傷害 憤怒 不明白為何會受到傷害 感到不公平 渴望對方受到懲罰 希望事件不要再發生	懊悔 真心悔過 承認事實的大部分責任 感到事件的影響及後果 為後果及自己的行為負責 承擔事件並保證不會再發生 做出承擔行為及補償
調解中態度	面對問題並願意原諒	祈求被害人原諒
調解過結果	復合或和平分手	復合或和平分手



第五篇 同志親密關係暴力問題探討

同志伴侶親密關係暴力的形式類似於異性戀伴侶間的暴力，同樣有肢體暴力、精神暴力與性暴力。其中精神暴力的形式，呈現一種較為細緻而具傷害性的樣態；暴力事件發生的頻率，則存在著類似於異性戀伴侶親密暴力的暴力循環週期，暴力多半發生在關係穩定期之後，並且有越趨嚴重的趨勢。暴力發生的地點除了在私領域的家中，更由於社會大眾的冷漠與不在意，也讓暴力可能發生在公共場域當中。親密暴力的背後有一些相同而類似的因素，包括施暴者與受暴者的特質、過去曾經歷或目睹家庭暴力/親密暴力的影響等。而伴侶之間的關係動力也有些相同的經驗，諸如：矛盾的融合關係、不平衡的權力關係、既競爭又佔有的關係、兩個人背景的極大差異、對於關係的未來感、伴侶關係中多次的分分合合等。在社會層面的脈絡因素中，由於受到性傾向與性別雙重弱勢的影響，這些有親密暴力的同志伴侶經常處於孤立的情境之中，施暴者或受暴者有對性別角色的僵化思想，以及內化的恐同症(指人們對於自己被同性吸引這事實而產生的羞恥感、自我憎厭等)。這些因素影響暴力的發生，更影響當事人日後採取何種因應策略的抉擇(溫筱雯, 2008)。因此在面對同志親密關係暴力問題，請先了解以下訊息：

- 流動的權力關係：同志伴侶由於是同性別的結合，其性別角色具彈性，也更具平等特色，關係中的權力是流動的，其權力組成是因為雙方在各方面條件的改變之下，而產生不同的權力分配狀況。而權力來自於雙方擁有社會資源的多寡，例如：社會階級、收入、經濟安全程度、所擁有的職能技術、社會網絡、年齡、身體力量、健康條件…等。在不同段的關係中，或同一段關係的不同情境中，都可能有不同的權力傾斜狀況。兩人間的權力關係較為對等，但也並非完全對等關係。

- 家務分工狀況：家務的分工未固定，呈現較多主動分擔的現象，誰有空誰就多做一些，或是誰擅長，誰就多做一些。
- 財務分工狀況：男同志伴侶間呈現雙方都較為經濟自主的特性，在平等原則下，有能力者會傾向自動分擔較多的支出。女同志伴侶間，則有較多單方依賴的情況。
- 對性行為的角色，固定中保有彈性。
- 更重視伴侶關係的經營：關係得來不易，對於如果分手了，能否還有其他的關係感到茫然，因而更恐懼害怕失去，也因此更重視關係的品質。伴侶的共同理念是期待關係繼續走下去，經營關係的承諾高。
- 伴侶關係維持不易，容易較為短命，因為無法律保障，兩人容易沒有未來感，若能維繫一到兩年的交往，就已被視為長期關係。
- 在外界壓迫的情況下，呈現出「衣櫃裡的革命情感」，面對外在威脅，而容易產生孤立感。
- 脈絡形塑出的關係：生理性別受到社會價值的諸多要求之下，在關係中展演不同的樣態，在伴侶關係中重新的轉換與定義。例如：在關係中陽剛與陰柔特質的重新定義、照顧者與被照顧者的重新定位。
- 女同志伴侶之間呈現較為黏膩的、融合的、緊密結合的關係特性：妳泥中有我，我泥中有妳，兩人如同汪洋中的兩條船，互相緊緊相依，彼此相依為命。反映在行為上，兩人總是同進同出，生活圈總是攪和在一起。



一、同志伴侶間可能的衝突議題

同志伴侶與異性戀伴侶關係一樣，每段不同的關係都因個別的因素，而有些爭吵與衝突。在此，僅整理出男同志伴侶間與女同志伴侶間，可能成為衝突因素的議題。

- 男同志衝突議題：對伴侶關係忠誠與否、對第三者吃醋（可能是人、工作、嗜好等）、彼此不同的生活習慣差異、金錢觀或財務分工、性生活中的不一致…等。
- 女同志衝突議題：情感表達方式、彼此的金錢觀或財務分工、生活習慣差異、外遇、交友方式…等。
- 同志伴侶衝突主要仍以伴侶關係的經營與互動、背景價值觀的差異、對分手的決定不一致…等，而引發關係中的衝突。但如同異性戀伴侶關係，每一段關係都是獨特且單一的，因為兩個人的原生家庭經驗、背景脈絡、個性、階級、社經地位、種族、族群、宗教信仰、性別、性別特質…等，都影響兩個人相處交往的品質與結果，也產生各種不同的衝突原因。

二、同志伴侶間的衝突解決管道

如同異性戀伴侶間的衝突一般，同志伴侶間的衝突解決管道也是因個別關係而異，在欠缺外在資源的情況下，往往只能仰賴兩人自己的方法與力量解決，有時未解的衝突會持續累積，可能會引發更大的衝突。根據依附理論，情感回應有三要素：



1. 可及性（Accessibility）：我能找到妳/你嗎？
2. 回應性（Responsiveness）：我能信賴妳/你會在情感上回應我嗎？
3. 投入性（Engagement）：妳/你會珍惜我，並陪伴在我身邊嗎？

一旦失去安全感及伴侶的回應，一方可能只有兩種途徑可以保護自己，並維持住與對方的連結。一種是避免投入感情，否定自己的需求；一種是聆聽自己的焦慮，並爭取對方的注意力與反應。缺乏安全感後，可能表現出不同型態的解決衝突方式，可整理為幾者：

- 一方不斷要求，另一方不斷退縮
- 一方不斷以批評方式回應，另一方則不斷地防衛
- 冷戰或逃遁
- 積極的理性溝通



三、對於同志親密暴力的迷思

迷思與事實對照表

性傾向或性別刻板迷思	事實
<ul style="list-style-type: none"> 異性戀間才會有親密暴力？ 受暴者自己引發暴力，是她/他們自己應得的，是因為她/他們自己選擇了這個性傾向？ 法律不會保護同志免於親密暴力 女人間的暴力，就算發生肢體暴力衝突，應該比較不嚴重？ T/葛格都是施暴者，婆/底迪都是受暴者？ 同志間的暴力只是互毆。 男同志不可能是親密暴力受害者？ 男同志伴侶間的親密暴力只是愛人間的衝突？ 男同志親密暴力是受暴者很享受的一種性行為而已？ 	<ul style="list-style-type: none"> 事實上，根據國外研究，女同志肢體暴力盛行率粗估9%-64%。與異性戀伴侶間的暴力盛行率相近。 性傾向只是一種愛欲，並沒有任何的錯。 事實上，法界見解《家庭暴力防治法》原本就已涵蓋同志伴侶，96年修法後，更明文訂定同居關係在家暴法的保護範圍之內。 與異性戀伴侶一樣，也有嚴重危及生命者，也有不嚴重者。 反過來的亦有。 因為權力流動，有些確實是在同一段關係中互毆的狀況，也有些在不同段關係是不同的身份（施暴者與受暴者），但大多數看似互毆的狀況，其實是一方的自我防衛。 事實上是存在的。 無論同性或異性戀伴侶間的親密暴力，都是一種暴力行為。 SM是一種性愛形式，但不以真正的傷害為目的，且不是每對男同志伴侶都選擇這種性方式。

伴侶關係迷思	事實
<ul style="list-style-type: none"> 擁有較多資源的一方是施暴者？ 施暴者一定比受暴者高壯？ 	<ul style="list-style-type: none"> 有時候暴力也是一種控制及取得資源的手段。 在同志伴侶當中，柔弱的一方，也可能對另一方有肢體、心理、言語暴力。
親密暴力迷思	事實
<ul style="list-style-type: none"> 如果暴力狀況真的很糟糕，她/他們應該要離開，所以不離開表示暴力其實不嚴重。 同志伴侶間沒有婚姻的束縛，應該很好結束暴力關係？ 	<ul style="list-style-type: none"> 受暴者在關係中的羈絆，詳見五、為什麼選擇留在關係中。

四、同志親密暴力形式

同志親密暴力指的是在LGBT(Lesbian、Gay、Bisexual、Transgender)的關係中，伴侶中的其中一人，為了設法控制另一人的思想、價值觀或行為，而採取的暴力或強制行為；或是為了懲罰另一人而施以的暴力手段。形式主要可區分為身體暴力、精神/口語暴力、心理暴力、社會隔絕、經濟控制、性暴力、淡化暴力等，分別敘述如下：

- 身體暴力：**指對伴侶進行直接的身體攻擊或傷害，如：搥巴掌、毆打、推撞、拉扯、捏、咬、踢、踹、扼喉、掐脖子、鞭打、使用武器、拉頭髮、監禁、扔擲東西、危險駕駛，輕則造成身體上的傷痛，嚴重者可能有導致喪失性命的威脅。



- **精神/口語暴力**：指足以引人精神痛苦之不當行為。如：謾罵、吼叫、侮辱、嘲諷、貶抑、批判、玩心理遊戲、使伴侶感到有罪惡感、強化內在恐同症、過度嫉妒、製造不合理的需求以得到伴侶的關心、在朋友面前製造羞辱受暴者的情境、騷擾受暴者的學校或公司、指控受暴者不是真正的同志、強迫改變生活習慣。
- **心理暴力**：指透過強迫、威脅、恐嚇的方式，以達到所要的目的，具體形式如：瞪伴侶使其心生畏懼、毀損物品、傷害寵物、亮出武器、威脅要離開或分手、帶走孩子或其他以孩子做為威脅的方式、威脅要自殺或自殘、威脅要向家人/親友/同事/前配偶揭露受暴者是同志。
- **社會隔絕**：社會隔絕是一種社交的控制，具體形式包括：限制伴侶只能看什麼、只能跟誰說話、只能去哪裡、限制伴侶不能參與同志社群活動、限制不能見朋友或家人、要求外出要報備、定時查勤、跟蹤、監控、竊聽。
- **經濟控制**：經濟控制亦是控制的一種，如：控制伴侶不得去工作、使伴侶失去工作被辭職、要錢、擅自拿伴侶的錢、搶奪或盜用錢財、使其負債、未經同意變更被害者的資產、毀損被害者的資產。
- **性暴力**：包括強迫性行為或不愉悅的性活動、不斷外遇、強迫SM、批判性方面相關行為或外在、製造情境讓受暴者覺得自己的性需求是不被允許與不重要的、在其他暴力後立刻要求發生性行為，不顧伴侶仍在恐懼中、在不當的時間干擾受暴者的睡眠或日常生活，要求發生性行為等。性暴力難以認定，有時連受害者本身都受限於兩人的關係，而難以覺察正處在性暴力當中。
- **淡化暴力**：在同志伴侶中，有許多施暴者透過淡化暴力，加重被害者的責任與負擔，具體的作為包括：不承認暴力存在、認定暴力是互相的、責備受暴者必須為暴力負責、讓受暴者以為她/他才是施暴者。

上述這些暴力，有的是獨立出現，有的是互相伴隨的，在此，列舉出的是較普遍的行為，但仍無法涵蓋全數暴力樣態。有些時候，親密暴力的認定是一種感受性的，在不同情境與不同的關係中，會有不同的意義。但如果是超越界線或過度，已經使得受害者本身感受到痛苦，便已構成暴力。

五、為什麼選擇留在關係中？

如同前述迷思所言，有些人會質疑，為何不結束關係就好了？既然沒有婚約的牽絆，為何選擇留在關係中呢？事實上，有以下這些原因，使得同志伴侶並非能輕易離開關係：

- 害怕離開關係後的孤獨與不確定感
- HIV影響：有些HIV患者，即使家人知悉，也不會提供任何援助，因而更讓患有AIDS者覺得疏離，而更加依賴施暴者的經濟援助及健康照顧，也更因擔心獨自死去而無法離開關係。有些人擔心離開關係後，因為自己的疾病影響，再也找不到其他關係，因而更難以離開施暴者。若是施暴者患有AIDS，受暴者會有罪惡感離開施暴者—這樣一個瀕死痛苦的人，而施暴者也更會強化這種罪惡感。有些罹患AIDS的施暴者，為了控制受暴者，使其不離開，進而會強暴或強迫發生性行為，讓伴侶也感染。
- 缺乏經濟獨立
- 缺乏援助：我不知道可以到哪裡求助或向誰求助？我不相信別人可以幫助我，或缺乏合適的、所需的資源。
- 缺乏辨識親密暴力的知識：不知道自己就是受暴者；認為這些暴力都是偶發事件，不可能一再發生；不認為發生的事情親密暴力；我不曉得原來同志間也有親密暴力。



- 與朋友或家人疏離：異性戀朋友、同學、同事或家人不知道我是同志，所以當我進入一段同志伴侶關係時，就已經與他們疏離，不再聯絡。或是，我的異性戀朋友、同學、同事或家人知道我的性傾向，但因為擔心他們的觀感，所以我只敢報喜，不敢報憂，只好在發生暴力時，自己想辦法。
- 遭受對方以傷害孩子、其他親友或寵物作為威脅控制。
- 遭受對方以自殺、自殘作為威脅控制。
- 遭受對方以威脅揭露同志身份，使其失去事業、學業作為威脅控制。
- 希望改變：相信對方承諾改變，相信能夠有解決衝突的出路，相信自己可以改變他、幫助他或拯救他。
- 愛：不相信我會愛這樣的人，不相信我愛的人會如此對我，或是相信他還愛我。
- 害怕受到傷害：擔心引發更嚴重的暴力，或是認為他會傷害我周遭親密的人，如小孩、親人朋友、寵物。或是擔心如果我離開他會怎麼樣？
- 受到監控：曾經嘗試離開，但他都還是找到我，並說服我回去。
- 忠誠：我認為無論如何，我都還是要忠於承諾關係。
- 社群忽視：同志社群都不相信有親密暴力的存在，我的同志友人都無法理解或相信我發生這樣的事情。我們共有的圈子太小，大家都認識他，我不敢跟其他同志友人說他不好，因為我擔心會再傳到他的耳中。



六、萬一發生了暴力，可以怎麼做？

- 暴力發生當下：首先先確保安全，設法讓暴力終止，避免更嚴重的暴力發生，再評估離開或留下，哪一種方式會讓暴力減緩，不會讓暴力更嚴重。若可以安全離開現場、到醫院醫治並考慮驗傷留下證據（可不公開與施暴者的關係）、尋找可信任的人及安全的庇護場所、危急當下可報警（可不公開與施暴者的關係）
- 冷靜過後，下一步可以是：
 1. 決定是否繼續在一起，這可以是循序漸進地處理，絕對不是一刀兩斷的。
 2. 可尋求信任的人商談與討論，討論如何避免暴力再發生，及再次發生暴力的因應方式。
 3. 發展關係中的獨立與自主。
 4. 不論提不提告，都要保存證據（驗傷、拍照）。
- 準備自己的資源：
 1. 確認對同志友善並且能提供支持的手足、親戚、老師、朋友
 2. 在經濟上，尋找獨立的可能性
 3. 找到安全自主或是能暫時庇護的空間
 4. 平時注意哪些機構對同志是友善的，或是有哪些同志團體社群可以尋求支持
 5. 累積人脈



• 如果選擇留在關係中：

1. 這是普遍大多數人的選擇，妳/你並非是奇怪的，無須認為自己有受虐狂或覺得應該為暴力負全部責任，或因此自責。

2. 持續準備自己的資源，並確認：

我有24小時都能打的重要求助電話：_____

我能告訴_____與_____關於暴力的事情，且當我有一個暗號告知她/他們時，她/他能協助我緊急報警。

這個暗號是：_____

當在家中、在學校或在工作場所時，我都能有一套對方不知道的安全逃生路線

假如我離開家，我有哪些地方可以去？（至少列出三個）

準備安全萬用包，內容包括：錢（含零錢）、重要證件、護照、印章存摺、簡單衣物、電話簿、鑰匙，並放在家中安全地方或信任的他處，以便隨時取得離開

保持經濟獨立：開立個人帳戶、避免對方再繼續使用我的錢、隨時有所準備若需更換工作，能有何打算。

3. 如果在未準備好的情況下被強迫出櫃了，評估可能的影響性與因應方式（家人、學校、職場、朋友圈），如果被迫出櫃，你還是可以：打死不認、打馬虎眼、部份承認、或是暫時認錯重新取得信任、或是勇往直前大方承認…等。

4. 自己思索或與對方在冷靜的時候討論，如果類似的情境再發生，可以如何因應或化解。

5. 在關係中，如何仍能保有獨立與自主，如慢慢地爭取自己的空間或時間。

6. 計算成本效益，訂下決定結束關係的停損點。

• 如果決定要離開？

1. 以對方可以接受的方式，和平理性並有技巧的談分手。（千萬不要以傷害、貶低、責怪對方的方式分手）

2. 如果已經離開，新的住處或原本的住處可換上更堅固的門鎖、安裝保全系統、煙霧偵測器，並加強戶外照明系統。

3. 當已經分手，我可以告知信任的親友，我們已經不再同住，並且避免洩漏我目前的行蹤。如果發現對方在我家或工作場所、學校附近時，可以用何種方式警告我。

4. 暫時避免前往一些以前在一起時，經常共同前往的商家、銀行、酒吧、運動中心…等。

5. 如果我有些創傷反應與心理傷害，能尋求專業友善同志的諮商師協助，或參加同志社群活動，多擴充自己的交友圈。



第六篇 預防親密關係暴力Q&A

儘管到目前為止，我們對親密暴力成因的了解並非百分之百，但我們確實知道一個人如何處理壓力、焦慮的方式是重要的指標。根據被害人所提供的施虐特質，也許你不妨先問自己幾個問題，再決定是否要與對方做朋友、或互訂終身(資料來源：羅燦煥(2008)，家庭暴力防治婚前教育方案宣導手冊)。

Q1.他/她生氣時都做些什麼？

不論你們的爭執多麼微不足道，他/她卻常常威脅著要摔東西、捶牆、打破物品、傷害你等等。這正是他/她缺乏自制力的危險訊號。

Q2.他/她是否對動物很殘忍或曾對他人暴力相向？

你應該留意他/她是否認為使用暴力、獲得權力是一種可以被接受的事，甚至他也會對家人或寵物使用暴力呢？

Q3.他/她企圖使你在他的控制之下嗎？

他/她是否以一種看似出於關心，但卻可能過於干涉的方式管束你如何穿著、如何過日子？甚至可能到了讓你覺得沒有他/她，你就不能做決定的程度？

Q4.他/她試圖將你與親友隔離？

切斷你與親友的聯繫是一種有效控制你的方式，他/她常有這樣的舉動嗎？

Q5.他/她常常覺得你要為他的錯誤負責？

對他/她而言，每件事都是別人的錯？

Q6.對於你的成功，他/她如何反應？

顯示一些忌妒是自然的，但他/她若感到受威脅、生氣、憤怒等都是一種警訊。

Q7.他/她能否同理他人的感受？

如果他/她沒有能力去考慮別人的感受，則表示他/她可能會傷害別人。

Q8.他/她曾經打過你嗎？

不管他/她事後如何表示道歉，一旦他/她打你一次，就已經打破男女關係的禁忌，這也使得下一次出手更容易些。

Q9.他/她曾經打他/她前任的男、女友嗎？

他/她是否打過他前任男、女友，不論理由為何，這更能顯示他/她會打你的潛在因子。

Q10.他/她重視你的意見嗎？

施虐者的低自尊往往使他/她想要控制他人的意志、行動，以增強他/她的自尊。因此往往他/她是非常自我中心，而忽視你的意見與自主選擇權。

Q11.他/她讓你積極的追求你自己的興趣嗎？

施虐者的低自尊常會因為你追求個人理想而感到威脅，以致於不願意你追求自己的興趣、成長與發展。

Q12.當你要他/她停止對你的無禮行為，他/她是否真的停止？

記錄一下他/她如何回應你的要求！如果改善有限，便需要認真考慮你們是否要繼續目前的關係！

Q13.他/她的需求是否來得太快、太強烈？

他/她要求立刻要擁有你，而且想一天到晚都看到你。這已顯示他/她只是要滿足他/她的幻想，而非與真實的你建立關係。



Q14.他是否對男人、女人的角色抱持非常傳統的觀念？

注意看他是否認為女人應該留在家，照顧先生並且遵循先生的指示。

Q15.他/她是否用暴力來解決問題？

習慣用暴力解決問題的人，往往無法用理性的方法來處理事情，因此在你決定與此人建立長久的關係前，最好了解他/她是否有意願改變自己用暴力解決問題的方式！

Q16.他/她是否看輕他/她自己？

越是看低自己的人，越容易用暴力掩飾他/她的不安全感。

Q17.他/她的情緒呈現兩極化？

心情好時，他/她很仁慈；但其他時候都相當暴力而殘忍？

Q18.他/她是否來自一個暴力家庭？

在暴力家庭中成長的孩子，往往也可能學會以暴力面對問題。

Q19.他/她是否對他人也相當無禮？

他/她能夠公開地對他人無禮，則難保私底下，他/她不會對你粗暴。

Q20.在約會時，他/她是否對你很惡劣？

如果在約會時他/她已對你粗暴，那麼施虐者決不會因為與你結婚而改變暴力行為。

Q21.你是否因害怕分手後遭到報復，而不敢提出分手要求？

若你已感受到這股恐懼威脅，應馬上尋求協助。



Q22.他/她說如果我不選擇原諒，就是不夠愛他/她？

勿輕易委屈妥協，避免縱容暴力，讓對方得寸進尺。

Q23.我不選擇原諒，就可能失去他/她，我無法承受該怎麼辦？

在不平等和受折磨的關係中更是無盡的痛苦。如果你無止盡地忍受對方，就是不懂自愛或自我照顧，這樣未來的傷痛將更嚴重。建議你能尋求專業機構協助或諮商輔導，幫助你渡過難關。

Q24.性等於愛，愛他/她就要配合他/她？

如果你將性行為視為戀愛的焦點和目的，這樣的戀情脆弱易碎。如果他/她愛你就必須尊重你的意願與感受，當然更重要的是你們的性行為絕對要合乎法律所規範的年齡，才能發生。



第七篇 親密關係暴力協助資源

一、警政單位

(一) 全國報案專線：110

(二) 各縣市警察局及婦幼警察隊

區域	地址	電話
基隆市婦幼警察隊	201基隆市信義區信二路205號	(02)242-11971
台北市婦幼警察隊	110臺北市信義區信義路5段180號	(02)2759-0827
台北縣婦幼警察隊	235台北縣中和市中正路1167號8樓	(02)2228-6033
桃園縣婦幼警察隊	330桃園市縣府路51號7樓	(03)336-5215
新竹市婦幼警察隊	300新竹市中山路一號	(03)523-6302 (03)522-4168#3041~3048 (03)524-9995
新竹縣婦幼警察隊	302新竹縣竹北市光明六路12號	(03)5511153
苗栗縣婦幼警察隊	360苗栗縣苗栗市建功里府前路2號	037-339292
台中市婦幼警察隊	407台中市西屯區文心路二段588號	(04)232-89100~9
台中縣婦幼警察隊	420臺中縣豐原市明義街46號	(04)2529-3707
彰化縣婦幼警察隊	500彰化縣彰化市中正路二段778號	(04)751-6198
南投縣婦幼警察隊	540南投縣南投市南崗2路133號	(049)220-8149
雲林縣婦幼警察隊	640雲林縣斗六市大學路三段100號	(05)532-2598
嘉義市婦幼警察隊	600嘉義市中山路195號	(05)227-6715
嘉義縣婦幼警察隊	612嘉義縣太保市祥和一路東段三號	(05)362-5432
台南市婦幼警察隊	700臺南市中西區民生路1段1號	(06)220-7072
台南縣婦幼警察隊	730臺南縣新營市中正路3號	(06)637-2300

高雄市婦幼警察隊	801高雄市前金區中正四路246號	(07)271-6658
高雄縣婦幼警察隊	830高雄縣鳳山市曹公路23號2F	(07)741-4115
屏東縣婦幼警察隊	900屏東市中正路119號	0800-033110
宜蘭縣婦幼警察隊	260宜蘭市中山路2段167號	(03)932-4459 (03)936-5590
花蓮縣婦幼警察隊	970花蓮市府前路226號	(03)8226300
台東縣婦幼警察隊	950臺東縣臺東市中山路268號	(089)322-034
澎湖縣婦幼警察隊	880澎湖縣馬公市治平路36號	(06)9274995
金門縣少年警察隊	893金門縣金城鎮金山路15號	(082)325-341
連江縣警察局	209連江縣南竿鄉介壽村260號	(0836)25859

二、各縣市家庭暴力暨性侵害防治中心

機關名稱	電話	傳真
宜蘭縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(03) 935-1515	(03) 933-2081
基隆市家庭暴力暨性侵害防治中心	(02)2434-0458 # 2203	(02)2427-2620
台北市家庭暴力暨性侵害防治中心	(02)2396-1996	(02)2396-0177
台北縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(02)8965-3359	(02)2969-3701
桃園縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(03) 332-2209	(03) 332-0156
新竹縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(035)558-241 # 3147	(035)264-001
新竹市家庭暴力暨性侵害防治中心	(035) 269-387	(035) 269-358
苗栗縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(037) 360-995	(037) 325-963
台中市家庭暴力暨性侵害防治中心	(04)2225-8659	(04)2227-9175
台中縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(04)2529-3453	(04)2525-1732
彰化縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(04) 725-2566	(04) 726-3137



開心談戀愛
理性談分手

南投縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(049)224-7970	(049)220-7061
雲林縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(05) 534-8585	(05) 534-8530
嘉義縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(05) 362-0269	(05) 362-3667
嘉義市家庭暴力暨性侵害防治中心	(05) 225-3850	(05) 223-6913
台南市家庭暴力暨性侵害防治中心	(06) 297-7171	(06) 293-3416
台南縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(06) 637-0074	(06) 632-2055
高雄市家庭暴力暨性侵害防治中心	(07) 535-5920	(07) 335-6203
高雄縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(07) 719-8322	(07) 710-6292
屏東縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(08) 738-0067	(08) 738-0115
台東縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(089) 356-491	(089) 340-774
花蓮縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(03) 823-7304	(03) 823-2582
澎湖縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(06) 926-4068	(06) 926-0647
金門縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(0823) 73-000	(0823) 73-333
連江縣家庭暴力暨性侵害防治中心	(0836) 23-575	(0836) 22-209

三、現代婦女基金會

現代婦女基金會自民國76年正式成立至今，已經邁向第二十三個年頭。成立之初，主要是期待協助婦女朋友在社會快速的變遷，與現代、傳統的角色中找到平衡點。但在服務的過程中，發現婦女朋友基本的「人身安全」並未受到重視，我們認為這是婦女權益無法完善發展的重要原因，因為所有婦女權益的提升，都必須從基本的人身安全來做最基礎的思考。

因此，早在民國77年我們就成立了「婦女護衛中心」，提供受暴婦女專業的法律、醫療、報案、出庭諮詢與陪同等服務，成為全國第一個提供遭受性侵害、家庭暴力、性騷擾婦女及兒童服務的公益團體。



開心談戀愛
理性談分手

多年來，我們仍持續不斷的關懷遭受暴力侵害的婦幼，更以實際的行動發展成為專業社會工作機構，從個案輔導、預防宣導、到法律推動及制度倡導工作，積極推動各項具有前瞻性的制度與服務方案，持續為遭受家庭暴力、性侵害和性騷擾的婦女朋友爭取平等、安全及尊嚴的社會環境。我們亦結合各界專家、律師和學者組成「受暴婦女訴訟扶助委員會」，成為本會在各項業務推動時的指導。

1.現代婦女基金會會本部

電話：(02)2391-7133 傳真：(02)2391-7133

2.桃園工作站

電話：(03)3378366 傳真：(03)3378385

3.新竹工作站

電話：(03)532-0119 傳真：(03)542-3667

4.台南工作站

電話：(06)295-3315 (06)295-3438 傳真：(06)295-1079

5.士林地院家暴服務處

專線/傳真：(02)2831-9011 電話：(02)2831-2321轉136、103

6.台北地院新店家暴服務處

專線/傳真：(02)2915-9317 電話：(02)8919-3866轉398或378

7.新竹地院家暴服務處

專線/傳真：(03)525-8995 電話：(03)521-0022轉118、182

8.花蓮地院家暴服務處

專線/傳真：(03)823-9067 電話：(03)-822-5144轉507、508、511



9. 台中地院家暴服務處

專線/傳真：(04)2229-7771 電話：(04)2223-2311轉3992

10. 苗栗地檢署犯罪被害人保護服務處

專線/傳真：(037)369-639 電話：(037)353-410轉231、232

11. 大直婦女暨家庭服務中心

電話：(02)2532-1213 傳真：(02)2532-1216

四、同志服務相關資源

(一) 社團法人台灣同志諮詢熱線協會

1998年3月一則青少年同志自殺的新聞觸動身邊的一群同志，他/她們有的是教師、有的是大學生或研究生、有的是專業助人工作者、有的是上班族，在其成長的過程中都曾經摸索、害怕的走了過來。於是，為什麼不把自已的同志生命經驗，提供給其他青少年、青少年同志朋友參考？不要等，也不能等，如果等到所有的事情都順利完備，又有多少孩子要自己面對孤單、無助和壓迫？「同志諮詢熱線」的構想從這些動力中醞釀成形。其服務宗旨如下：

1. 建立同志支援網路

以社群互助的力量讓更多缺少資源的同志和社群連結，鼓勵同志交換彼此的生命經驗、扶持陪伴。融入社群、認識自己以外的同志朋友會是同志新生命的開始，本會提供各種同志訊息，期望成為同志生命改變的可能開口。

2. 提供同志同儕輔導

透過課程，讓義工瞭解同志歷史、同志文化、以同志的生命經驗為參考，融入諮商助人的專業技能。認識同志的社會處境、以更瞭解同志本身需求的基礎，聆聽同志心聲、陪伴同志面對困境、協助釐清同志自己的現狀及面對社會結構之處境。

3. 發展同志社區中心

以同志諮詢熱線開放的空間，提供同志朋友、同志社團、校園同志學生團體可以獲得資訊、認識同志群、互相交流、集結參與同志公共事務的空間和機會，透過熱線之空間，讓各同志社團產生連結，並合作辦理各項活動。

4. 致力同志平權運動

督促政府重視同志人權，並結合國內各社會、學生同志社團承辦90年度台北同玩節。經由同志社群的自主發聲，改善社會大眾對同志的刻板印象與偏見，並致力於教育、法律與人權之改變，期望達成一個對同志平等公義之社會。

行政電話：(02)2392-1969 (週一至週五14:00~22:00)

諮詢電話：(02)2392-1970、(07)552-3264

(週一、四、五、六、日，晚間19:00~22:00提供電話諮詢服務)

地址：100台北市中正區羅斯福路二段70號12樓

網站：<http://www.hotline.org.tw>

(二) 社團法人台灣拉拉手協會(LesHand Association)

2004年8月1日新成立的女同志團體，發起人多是社工心理背景的朋友，也都曾在同志團體與非營利組織工作過。由於感嘆台灣目前仍沒有專門為女同志設立的正式立案組織，也沒有提供女同志服務的團體，所以想貢獻一己之專長，為女同志盡一份心力。拉拉手，其實給大家很多的想像空間，除了「手」是個對女同志而言最重要的器官；而「拉」除了代表我們自己，也代表了我們攜手同心，為女同志建立一個「有家的感覺」的成立宗旨。



成立日期：2004年8月1日

服務對象：女同志

服務項目：1.個案諮商與成長團體

2.生活講座

3.交友聯誼

網站：<http://www.leshand.org>

電子郵件：leshand@kiss99.com

部落格：<http://tw.myblog.yahoo.com/leshandtw>

(三)台灣性別人權協會

電話：(02) 2228-9598

傳真：(02) 2228-9599

電郵：gsrat@gsrat.net

通訊處：220板橋郵政21-6號信箱

(四)同光同志長老教會

電子信箱：tongkwang@gmail.com

行政專線電話：0966-941420

(五)台灣同志家庭權益促進會

網站：<http://lgbtfamily.org/discuz/index.php>



參考資料

林美薰(2004)。家庭暴力防治工作人員服務手冊。內政部家庭暴力及性侵害防治委員會。

陳祖輝(2003)。本土性的復歸式正義“和解”經驗建構：探索性的文本分析研究。犯罪學期刊，6卷2期，頁251-298。

許春金(2006)。人本犯罪學—控制理論與修復式正義。台北：五南。

現代婦女基金會(2008)。愛你愛到殺死你—戀愛暴力新聞事件調查記者會新聞稿。台北：現代婦女基金會。

姜智逸(2009)。六種分手後糾纏的法律責任。台灣法律網。網頁引用時間：2009.08.03。<http://lawtw.com/article>。

修慧蘭、孫頌賢(2002)。大學生愛情關係分手歷程之研究。中華心理衛生學刊，15(4)，71-92。

羅燦煥(2008)。家庭暴力防治婚前教育方案宣導手冊。內政部家庭暴力及性侵害防治委員會。

溫筱雯(2008)。不能說的秘密：女同志伴侶親密暴力經驗與因應策略之研究。台灣大學社會工作研究所碩士論文。



開心談戀愛 理性談分手
親密關係暴力防治手冊

主辦單位/內政部家庭暴力及性侵害防治委員會

承辦單位/財團法人現代婦女教育基金會

作者/姚淑文、溫筱雯

校稿/吳姿瑩

設計/洪千千

印刷/千千廣告

中華民國九十八年三月 出版

中華民國九十九年十月 修訂再版