

學生性騷擾與性侵害議題之關懷與陪伴

一、 瞭解學生的心理狀況

性騷擾與性侵害的受害者，由於在整個過程當中無法控制自己的身體，即性自主權被剝奪，而產生強烈的恐懼。這也會使她／他失去對人與環境的信任與安全感。所以性暴力問題不只是關於「性」，更是有關「權力」的問題。

很多實證研究顯示，受害者在強暴經驗後會出現類似的身心症狀，如焦慮、沮喪、失眠、失去自信、性功能失調、意圖自殺、身理不適等諸多症狀，在醫學上稱為創傷後壓力症候群（PTSD）。遭遇陌生強暴者，較可能對身體傷害和死亡有強烈恐懼；而遭遇熟識或約會強暴者，除了恐懼之外，還會覺得被信任的人出賣，而有被背叛的感覺。

性騷擾與性侵害後的身心症狀可能包括下列情形：

（一） 情緒上的反應

1. 焦慮與低落：「我坐立不安」、「我覺得好累」、「我覺得人生沒有希望了」
2. 產生罪惡感：「我是不是做錯了什麼事？」、「我死了算了」
3. 憤怒與困惑：「我想殺死他」、「為什麼是我」
4. 震驚與否定：「我真的被強暴了嗎」、「我怎麼沒感覺」、「為什麼我哭不出來」
5. 產生恐懼感：受害者往往會對事發地點、與事件場景類似的場合產生恐懼，受暴的經歷時常重現腦海，也可能會擔心：「我是否會懷孕或染上性病」、「這件事還不會發生」、「我以後還能做愛嗎」

（二） 生理上的反應：頭痛、睡不好、做惡夢、呼吸困難、肌肉收緊、改變飲食的習慣、嘔吐、肚子不舒服等。

（三） 對自我認知的改變

1. 無助感：覺得自己無法保護自己、沒有能力或無法處理日常生活事物、不相信自己還能重新掌握一切。
2. 不潔感：覺得自己不潔，而不斷地洗手或洗澡；覺得環境很髒，而不停地打掃等。

（四） 社會關係方面，不再相信自己可以自在地活動或信任別人

1. 人際互動上：遇到與加害者有相似特徵的人，會感到極不舒服以及不安全。
2. 兩性關係方面：看到與加害者同性別的對象就害怕。
3. 性關係方面：由於某些動作、話語或撫摸會讓她想到被侵害的經驗，而導致性行為的障礙。
4. 其他：害怕陌生人、自我防禦、改變原本社會關係網絡或外型衣著、更換學習環境、改變生涯規劃等。

性騷擾與性侵害所造成的心理影響深遠且持久，身心症狀也會依個人的特質、年齡、生活經驗、受暴經驗、社會支持或資源、外在壓力而各有不同，並展現在身體、情緒、認知、社交關係等各方面。由於症狀會依個人的特質而各有不同，因此不會只有一種典型的「被害

人樣子」，也就是說，受害者若無焦慮、情緒低落等上述症狀，也不表示她／他沒有創傷，更不表示她／他沒有受傷害！

二、給老師們的建議

（一）態度

1. 學生向您尋求協助，就是對您有信心，您的陪伴與支持就是對她／他的重要協助。
2. 請相信她／他，不要質疑她／他。
3. 避免過與不及的關懷與態度。
4. 替她／他保密。

（二）行動

1. 詳細記錄申訴內容。
2. 蒐集與了解當事雙方對事實的陳述。
3. 了解申訴者的申訴目的及預期之調解結果。
4. 了解相關處理程序後，當學生希望報案或申訴時，可陪同協助報案。
5. 如果加害人是陌生人，可考慮報案；如果加害人是熟識或約會對象，請對受害人說明調查事件的發展與各種可能，並取得受害人的同意後，再約談加害人。
6. 通報責任：任何單位受理此類案件時，應立即向學校相關事件的處理單位報備。

（三）求助與自我資源

1. 向相關專業單位諮詢，請問注意事項。
2. 了解個案協助的各種方式及可能結果。包括正式與非正式的管道。
3. 提供其他可能的諮詢名單，如諮商中心或校內外相關單位。
4. 吸收有關性騷擾與性侵害之輔導知能。
5. 避免讓這些刻板印象影響與學生互動的過程。

三、協助的行動守則

心理後遺症會因每個人特質不同，表現的方式亦不同。即使受害者表面看來沒有異樣，仍會產生心理後遺症。心理重建的過程中，受害者及週遭的朋友都需要重新學習。下列為協助的參考原則：

（一）尊重與支持：可表現在態度和行動兩方面。

1. 態度

- (1) 相信受害者：受害者最大的恐懼，就是害怕沒有人相信或覺得她／他的遭遇「沒什麼」。傾聽她／他，了解事情的狀況，不要去檢驗她／他的言行舉止、穿著、說這些話的動機。您的完全信任是十分重要的。
- (2) 不要責怪受害人：不要問「妳／你為什麼不叫」、「妳／你為什麼去她／他的房間」這些話。性騷擾常發生在模糊而待辨識的狀況，受害人當下常不知道要做何反應，責怪她只會造成二度傷害。

- (3) 適當的表達你的同情：在聆聽的過程中，同理受害者的感受，給她／他一些回饋。如適時告訴她／他：「真的很不容易」、「真的好辛苦」、「哭出來沒有關係，我在這裡」，或鼓勵她／他「妳／你真的好勇敢，願意站出來面對這一切」。
- (4) 不要同情加害人：很多熟悉強暴或性騷擾的加害人和被害人有相同的朋友圈，他們共同的朋友往往難以接受他所認識的人會去侵犯別人的事實，或基於同窗情誼而有意無意的同情加害者。請記得，不需為加害者開脫責任。

2. 行動

- (1) 陪伴受害人，在她／他覺得需要的時候，不要讓她／他她獨處。
- (2) 傾聽受害人的感受。不要說「別再想了」，因為受暴經驗是無法遺忘的，當她／他想說的時候就傾聽她／他的訴說，「說」本身也是一種治療。
- (3) 如果您想採取行動，應該尊重當事人的感覺，不要冒然行事。自以為是的救援行動，容易造成進一步的傷害。但您可以試著在她／他的同意下，幫她做一些紀錄，如錄音、寫下過程。這是一種治療，也是一種證據。
- (4) 鼓勵受害者尋求專業的協助。如果受害者的創傷很深、或有自殺傾向，幫她／他尋求合適的專業協助。
- (5) 尊重及保護受害者的隱私權，替她／他保密。
- (6) 倘若您陪伴受害者的同意，請提醒醫生，任何的檢驗步驟都要經過被害者的同意，不要讓她／他再受到二次傷害。

(二) 避免不當的關懷或態度：

1. 不以特殊的眼光看待受害者。如：「小美被糟蹋了，以後怎麼見人！」。一般人認為「被侵害就是不完整或有汙點的人了」，這是錯誤的。她／他仍是個獨立而完整的個體，正勇敢、堅強、努力地讓生活步上正軌的人。
2. 避免過當的支持態度，如：「強暴！怎麼會這樣」、「實在太嚴重了」、「我不敢相信！太可惡了」。
3. 避免不當地保護受害者，如：「要不要我們每天 24 小時輪班保護妳／你？」、「我找一票人揍她／他！」。
4. 避免錯誤的表示「好意」。如：「不要再跟別人說了」、「把這件事忘掉就好了」。
5. 不需要容忍受害者突然爆發的、無法控制的攻擊行為。這樣的容忍會加重受害者的罪惡感和羞恥感，而形成反效果。
6. 週遭的人也要學習面對接受發生的事實，並以積極的態度面對未來的改變：
 - (1) 學習關於性騷擾與性侵害的相關知識、治療過程及創傷症候群。
 - (2) 理解治療所需花的時間和空間。復原的時間是漫長的，受害者狀況時好時壞，但她／他會慢慢地自行摸索她／他與世界的關係。這段期間內她／他可能會求助，也可能自我封閉。體諒這一段復原之路所需要的時間與空間。
 - (3) 重建過程中，她／他與家庭、朋友、男女朋友的關係可能改變，請尊重她／他的選擇。
 - (4) 如果你是她／他的親密愛人或伴侶，妳／你們親密行為的模式可能會改變，因為某些性行為或是互動方式可能讓她／他重新憶及受暴經驗。試著了解她／他的想法與改變，不要苛責其復原的太慢。

- (5) 妳／你自己也要求助。如果過程中妳／你覺得需求助，可以像救援中心、婦女團體或大學的性侵害防治單位及輔導中心可以請求協助。