

性侵知多少

瀛苑副刊

小蕙（化名）在一場聯誼之中認識了一位異性友人，他們有時和朋友一起出來見面、吃飯，偶而會e-mail往返聊聊自己與朋友的近況。一天在大家一起聚餐完畢之後，男性友人順路送小蕙回家，在路途之中他們聊起一個小蕙最近才買的網路遊戲，小蕙對遊戲的設定不熟，異性友人自告奮勇的願意幫小蕙設定。小蕙有一些顧慮，但告訴自己應該多慮了。小蕙刻意把房門打開，也確認室友應該馬上就回來了。友人就在進入小蕙房內後告訴小蕙很喜歡她，自己「情不自禁」，而強硬的與小蕙發生性行為。

什麼是性侵害？

性侵害是指以強制方式，未經他人同意的性交行為。性侵害是一種暴力方式的展現，它是一種嚴重的犯罪行為。性侵害不是性，而是藉由性的行為，以作為權力以及控制的展現。

常有的性侵害迷思

一般人皆認為性侵害是發生在深夜、通常為陌生人所犯下。事實上，性侵害多發生在你熟悉的場所，如：家中，加害者也通常是所認識的人。

社會對於性侵害的受害者（通常為女性）有過高的要求與標準，一再地責備受害者為什麼不小心，或認為受害者的衣著或行為引誘犯罪。但是，性侵害的加害者通常並非臨時起意，而是經過計畫與哄騙，若不成再加以暴力與威脅，造成受害者的恐懼而屈服。性侵害的受害者由小孩至老人都有，與受害人的衣著、出入場所並沒有直接關係。

也有人認為受害者是利用強暴之名來懲罰自己的「男友」。性侵害不是只是性行為，在性侵害過程之中所產生對生命的威脅、恐懼、對身體感受的無法控制、被侵入的感受是無人能夠感受的。控訴性侵害所要面臨的漫長司法程序、心力交瘁更是只有親身經歷的人才能夠體會。

還有人會認為若女性真的說不、真的阻止、就不會有性侵害產生。然而，我們的社會從小便教導女性要溫柔、乖巧、聽話，才是一個「好女孩」。我們的社會並不鼓勵女性在受到攻擊時反擊、或訓練女性的體能與勇氣。在這樣的教導之下，又雙重期待女性在遭遇性侵害之際能夠展現勇氣與力量反擊無異是給予受害者雙重標準。另外，許多加害者在性侵害時會以武器脅迫傷害受害人的生命，或威脅毀壞受害人名譽而令受害人感到恐懼，只求能夠生存，保住性命。

性侵害對受害者的影響

性侵害對我們的身體、心理都會產生巨大衝擊，其影響的程度以及反應通常因人而異。性侵害的受害者通常不願意，也沒有勇氣去面對被侵害的事實，讓自己生活在事件的陰影之中。通常在事發後的短期之內，受害者遭遇到震驚、憤怒、恐懼、緊張不安、沮喪。受害者也會面臨是否去驗傷、提出告訴，是否告知他人，告訴哪些人等等的決定，而對自己造成很大的壓力。受害者也因為對這些決定之後所要面臨的情況不清楚而感到混亂、慌張、不知所措。

接下來在事件發生一陣子之後，受害者可能會用各種方式讓自己感到「正常」或回復平常生活，但心中卻知道自己並非原先的那一個人了。受害者可能利用否認（當作事情沒發生過）、壓抑自己的想法（不要去想就好了、往好處想）、或合理化（其實事情也沒有那麼糟糕）等方式因應自己對於性侵害事件的感受。

在性侵害事件發生後半年至一年後，大多數的受害者可能產生憂鬱、開始浮現剛受害時的混亂情緒，有時會有罪惡感（是我不對）、污穢感（厭惡自己的身體），而影響到日常生活功能。

遭遇性侵害該怎麼辦？

1. 就近至醫院驗傷。不要先行沐浴或更衣而破壞關鍵證據。驗傷除了蒐集加害人的犯罪證據外，對受害者也是保護自己的方式，醫師的診治可以避免或減少受害人被傳染性病或懷孕的機會。

2. 告訴一個你可以信賴的人。獨自承受一個如此重大的傷痛對自己是太大的一個負荷。如果你對於告訴朋友、家人、或師長有疑慮，你可以打電話給113婦幼保護專線。
3. 各縣市的家庭暴力暨性侵害防治中心有社工可以協助你，陪同你一起去驗傷、報案、出庭、提供給你與法律有關的資訊，與你一同做決定。家庭暴力暨性侵害防治中心亦有心理輔導的服務，協助你心理復原。這裡的服務是免費而且保密的。

如何幫助性侵害的受害者

1. 傾聽。瞭解並接納受害者的心情，無論對你來說是多麼的不合理。不要努力去改變他們的想法，或強力提供建議，這些都不會對他們有幫助。
2. 不責怪。性侵害受害者在這樣的社會氛圍中很習慣會先責怪自己不小心、不勇敢、責備自己太輕忽等等。或許有些受害者不會說出來自責的想法，但大多數受害者會一再想像自己可以如何避免這個事件的發生。因此責怪受害者更加深受害者感到自己是不對或沒有做好的想法，對於受害者的心理復原是沒有幫助的。
3. 鼓勵並陪伴受害者接受幫助。一般人要獨立並全程陪伴性侵害受害者是很大的負荷。你應該鼓勵並支持受害者尋求專業的協助，以讓受害者獲得更有效的幫助與更多有用的資訊與權益。市面上有很多與性侵害復原有關的書籍，有心理輔導機構、113專線等可以協助受害者得到更好的心理復原。
4. 本校性別平等、性騷擾或性侵害申訴

專線：(02)2623-2424或電話：26215656轉2221、2491、2270

辦公室地點：商管大樓B413室

電子信箱：help885@mail.tku.edu.tw

網址：<http://spirit.tku.edu.tw/885>