

受創的童年

- 看見目睹兒



誰是「目睹兒」？

◆ 「**目睹兒**」指的是生活在家庭暴力中未滿18歲的子女。

他們可能沒有直接遭到暴力對待，但卻直接或間接地，以**看見、聽見或事後得知**的方式，察覺到雙親其中一方對另一方造成身體、精神等方面的暴力。

例如：在隔壁的房間裡聽到父母吵架，或是在父母的爭執後看見家人身上的傷痕或是負面情緒。



目睹兒的『構成條件』

持續發生的
家庭暴力

沒有受到暴力
傷害，
但卻以**直接**
或間接的方式
感受到暴力

事後對兒童
的身體、社會
和心理層面
造成傷害

不可小看的傷害



目睹暴力對於任何人來說，都**不是愉快**的事情。



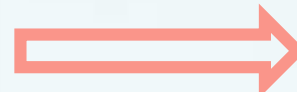
對於一個兒童或青少年來說，看見親人之間發生的暴力更是很沉重的，好像**心上壓了一顆大石頭**。



這個沉重的壓力，可能會對他們**造成各種短期或長期的影響**。

短程

- 焦慮
- 失眠
- 惡夢
- 難以集中精神
- 活動力比平時旺盛
- 侵略性變強
- 害怕分離



長程

- 生理健康問題
- 行為問題，如犯罪、酗酒與物質濫用
- 情緒障礙，如憂鬱症、焦慮症、和創傷後症候群

資料來源：美國的全國兒童創傷壓力網絡
(The National Child Traumatic Stress Network, NCTSN)

心裡掙扎

不懂大人們
為什麼暴力相
向，更擔心大
人們是因為自
己才吵架的。

被**夾**在父母
之間，感到痛
苦、徬徨，不
知道自己該站
在哪一邊。

不敢告訴別
人家裡發生的
事情，害怕因
此「破壞」自
己的家庭。

或是覺得自己
應該扮演大人，
「**拯救**」
被「欺負」的
母親或父親。

目睹兒長大以後...

目睹暴力的經驗對兒童和少年造成的傷害
可不只當下而已！

可能在成年後、甚至是他們組成新的家庭
時，持續影響著他們。



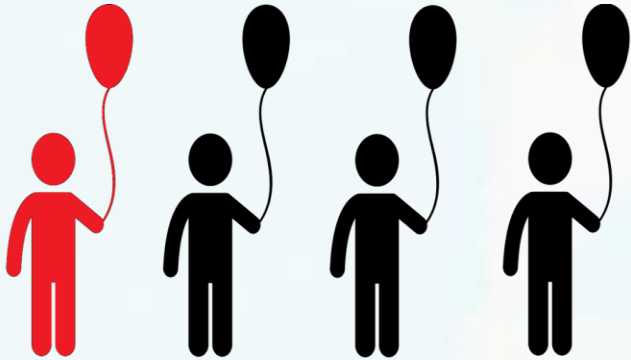
• 可能會學會用「**暴力**」
當作解決問題和發洩情
緒的方式

• **婚姻和家庭觀**會受影響

- 女性可能會因為
目睹經驗而感到
渺小、沒有用，變得壓抑
- 或對愛情跟婚姻關係
感到猶豫、遲疑

• 也有可能因為童年的經
驗而更努力經營婚姻，
拒絕「重蹈覆轍」

美國有多少目睹兒？



Created by Gan Khoon Lay
from Noun Project

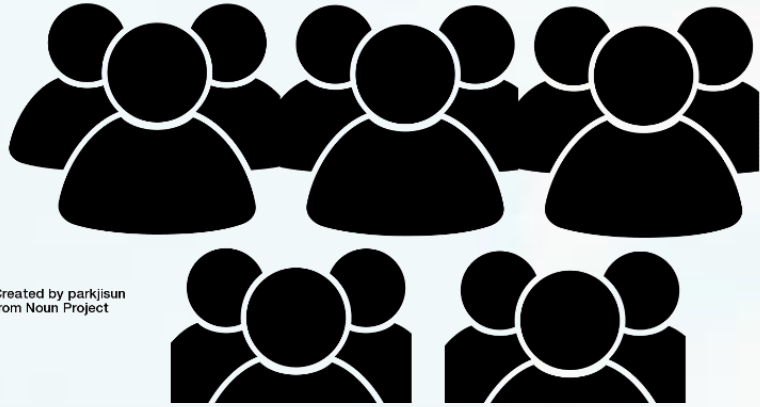
一份在2008年針對美國4,549位11至17歲的青少年所進行的調查顯示，**每4個青少年當中，就有1個曾經曝露在家暴的環境之下。**



依此計算，可以得出

- 全美約有**8百萬名**兒少曾經在一年間目睹暴力
- 更有超過**1千8百萬**的兒少在過去人生中有過目睹暴力的經驗。

台灣有多少目睹兒？



在台灣，我們仍然**沒有**相關的統計數字。

不過，根據衛生福利部的家庭暴力事件通報案件統計，民國99年至103年間，家庭暴力通報案件數年年突破**10萬件**

假如我們假設每個家庭都至少有1個未成年子女，則代表每年就有**10萬名的目睹兒少**。

怎麼發現目睹兒？

因為恐懼、不信任，或是擔心害家人「惹上麻煩」，兒童與青少年**不一定會主動**告訴其他成年人自己目睹暴力的經驗。

親友和專業人員們，例如社工、教師和醫療人員等，可以透過**一些徵兆**察覺出目睹兒少的問題，提供協助。

每一個兒少目睹暴力後的反應，以及後續**表現出來的「症狀」**都會不同。

「症狀」會依照他們的年齡和經驗（例如是否親眼看到）、暴力的嚴重程度，還有受暴家人的反應而定。



Created by Vladimir
from Noun Project

雖然這些症狀並不一定和目睹暴力直接相關，但這份資料仍可作為重要的參考。

目睹兒的特徵

5歲以下

- 睡眠或飲食不正常
- 疏離、缺乏回應
- 強烈的分離焦慮
- 無法克制的哭泣
- 發展退化、失去某些技能
- 強烈的焦慮感、擔憂或是恐懼
- 侵略性或是衝動行為增加

6-11歲

- 惡夢、睡不好
- 侵略性行為、和同儕相處出現問題
- 在課堂上無法專心或完成老師交代的作業
- 疏離、情緒麻木
- 逃避上學、翹課

12-18歲

- 反社會行為
- 學業表現不佳
- 衝動、魯莽的行為，如暴力傾向等
- 翹課、逃家
- 出現物質濫用的情形
- 憂鬱、焦慮
- 疏離

資料來源：美國的全國兒童創傷壓力網絡
(The National Child Traumatic Stress Network, NCTSN)

保護目睹兒

目睹暴力的兒童與青少年，也在家庭暴力防治法的保護之內喔！

今年1月，立法院三讀通過了
《**家庭暴力防治法**》修正案

修正後的家暴法將目睹家暴的兒
少也列為保護對象

現行保護令款項有關**禁止騷擾**、
遷出被害人住居所、**遠離特定場
所**等命令都將延伸到目睹兒少

家庭暴力防治法保護的對象有……



家長們怎麼幫助目睹兒

了解家庭暴力對子女的影響

了解並讚美子女的內在潛能

在談話以前，
先探索自己的情緒

傾聽與溝通

找時間和子女一同玩耍

保護子女安全，
回應他們的恐懼

管理子女的問題行為

必要時尋求專業協助

在安全的情況下，引導子女
與施暴父母建立關係

自我照顧與反省

不論家長是決定留在關係之中，或是離開關係展開新生活，都需要適度地和子女溝通，並且重新建立關係。

老師們怎麼幫助目睹兒

不帶任何價值判斷的聆聽

辨識學生的感受

讓學生知道，
自己相信他們所說的

讓學生知道，
家暴的責任在施虐者身上

讓學生了解保密的限度

使學生安心，
增加他們在學校的安全感

幫助學生發展應對技巧

讓學生知道，
自己接下來會怎麼做

儘可能支持當事學生做決定

啟動人身保護機制

一個安全的校園環境，是目睹兒少可以暫時逃離家庭，在情感及生理上感到安全的唯一避難所。

不要小看目睹兒的傷



- ♥ 當親近的、應該保護自己的家人，卻成為自己的恐懼來源，這樣的心理漩渦，往往讓未成年的兒少產生很多複雜的情緒，從挫折、自責、憤怒、到悲傷，互相交雜。
- ♥ 如果這些情緒壓力沒有受到處理，可能對他們的學業、工作和家庭關係造成長遠的影響。
- ♥ 曾經的目睹兒童，更有可能在成年之後成為親密伴侶暴力的受害者，甚至加害者，創造出下一輪的目睹兒少。
- ♥ 我們必須為這群兒少們提供更多的關心和協助，終止暴力的循環，必須及早開始。

我想知道更多的相關資訊

製作：台灣反性別暴力資源網

參考資料：

台灣反性別暴力資源網特別企劃

「驚懼童年—目睹兒的處境與處遇」

http://tagv.mohw.gov.tw/TAGV12_2.aspx?PK_ID=282

台灣反性別暴力電子報第5期

http://tagvedm.mohw.gov.tw/epaper_1.php?content=newsupply&id=135

圖片來源：

1. <http://xxsuperpeaxx.deviantart.com/art/Sad-teardrop-244055229>

2. <https://de.pinterest.com/pin/558939003724641049/>

3. <https://jojofeelings.wordpress.com/2012/03/25/grown-up/>

4. https://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:USA_Flag_Map.svg

5. https://zh.wikipedia.org/wiki/File:Taiwan_symbol.png

6. <http://www.slideshare.net/TWRF-advocacy/2015-43813606>

7. <http://thechildinthecorner.deviantart.com/art/NZ-Vacation-White-Roses-74002110>