

國立臺灣師範大學教育學院教育心理與輔導學系

碩士論文

Department of Educational Psychology and Counseling

College of Education

National Taiwan Normal University

Master's Thesis

性侵害倖存者伴侶之生活經驗

The Lived Experiences of Partners of Sexual Assault

Survivors

鄭茹帆

Cheng, Ju-Fan

指導教授：姜兆眉 博士

Advisor: Chiang, Chao-Mei, Ph.D.

中華民國 114 年 6 月

June 2025

謝詞

回想這一千多個日子，在繁重課業、兼職與全職實習、打工與生活同時，鑽進各種縫隙之間書寫論文，著實難獲喘息之感，許多次痛苦地自問所謂何事，但只要一讀到文本及逐字稿，特別是與受訪者們的故事對話，就喚起了我對於創傷主題的關注與熱忱，而很幸運地，我能夠在研究過程中遇到兆眉老師，很感謝老師營造這份有原則又支持的指導空間，容納我的每次掙扎哀號、意外出包及破碎草稿，同時鼓勵我參與研討會發表，獲得更多經驗碰撞，到了書寫後期，看著越來越逼近口試大魔王的進度軸，也不斷提醒我落地沉澱及慢放腳步的重要性，真心感謝兆眉老師願意在這段時間，從旁陪伴著拖著沉甸甸步伐的我，走到書寫謝詞的時刻了。

感謝致芬老師與雅婷老師，在我因為程序失誤而延期口試後，仍然願意撥空擔任口試委員，細細品讀偵錯，印象最深刻的是在口試現場，聽見老師們讀出我的掙扎與不容易，同時不吝給予寶貴建議，讓我感覺到自身努力被看見的喜悅，很幸運邀請到老師們一起見證、雕琢這份研究。

衷心感謝每位幫忙轉發研究的朋友，及願意參與研究的受訪者們，謝謝你們願意信任我，和我分享生命中的種種不容易，同時讓我看見陪伴帶來的力量及成長，更教會我在創傷之外，看見整體關係動態及整個人的重要性，能夠與這麼多元而真實的經驗相會，我真心感激。

從社工轉向諮商並不容易，細數這個轉折從備考至今花了四年，而我選擇的動機從來不是功利導向，對此，家人們的不多言、不催促，包含媽媽一直以來的感情與實質支持，弟弟介紹動漫世界成為我拖延症發作時的逃遁之所，爸爸二話不說資助我重回校園，都是我在困頓難過時的安全堡壘，衷心感謝你們所付出的一切。

而論文互助會的夥伴：尚駿、Nathan、玠玫，謝謝你們在我覺得自己一無是處、寫出一坨大便時，看見我做到的好多事，陪我整理混亂思緒及發表前的焦慮，

兩次演練都有你們的聆聽與支持，真心感謝能在研究路上和你們成為夥伴，特別喜歡那些穿插分享彼此生活的時刻，希望之後也可以換我陪伴你們一起走到口試那天！再者也很感謝子茗答應成為協同分析，和我分享對於多元性別的理解，讓我看待文本的視角能更豐富。

同儕支持也是重要寄託呢，謝謝詠潔、廷恩、凱傑、劉薇，好喜歡那些交流八卦與玩樂的日子，那些看表演、逛展覽、吃午餐、承接彼此眼淚的片羽，都是我在黑暗中能堅持下去的重要存在。而全職實習夥伴：欣悅、筱涵、昱喆、維瑄、思淇，衷心感謝你們在我耍雷時 cover、幫我訂飲料留餅乾，讓我撐過實習與論文夾擊的崩潰歲月。而實習期間遇到的督導：晉維老師、小萍姐、育瑄，謝謝你們讓我感受到被理解及被承接的溫暖。還有創傷讀書會的夥伴：錫樺、品淵、繹婷，好感謝這段時間能和一群有共同關注的夥伴，一起啃那些豐厚難讀的文本，交流彼此對創傷議題的心得。

最後則是感謝這份書寫，讓我和受訪者們相遇，認識女性主義、多元性別以及創傷在關係中蔓延、轉化的模樣。研究告一段落，但故事仍持續撰寫著，我想一定還有好多尚未能觸及的角落，而每段訴說都是值得被聆聽的，只希望作為研究者沒有愧對這些寶貴經驗了。

中文摘要

本研究旨在探討性侵害倖存者伴侶的生活經驗，特別關注伴侶在陪伴過程中所承受的壓力，及性侵害事件浮現後伴侶關係動態之轉變，研究問題為：伴侶知悉倖存者之性侵害事件後，對伴侶自身的影響，以及對雙方互動經驗之影響。本研究採用現象學取向，透過半結構式訪談收集研究參與者的生命故事，以還原伴侶在面對性侵害倖存者時的真實經歷，最後以女性主義視框分析研究結果與發現。

研究共招募到六位研究參與者，參與者年齡介於 25 至 55 歲，其中兩位為女同志，一位為異性戀女性，三位為異性戀男性。研究發現對伴侶自身的影響共浮現四個主題：「面對揭露之情緒反應」、「逐漸成為照顧者或保護者」、「自我壓抑與次級創傷壓力」以及「尋求支持並拓展對創傷的認識」；而對伴侶互動的影響則有以下五個主題：「性別角色壓力形成互動不對等」、「創傷對話可能強化或阻礙彼此連結」、「調整性關係與肢體互動規則」、「原生家庭與社會文化可能支持或阻礙復原」以及「信任彼此扶持成長」。從女性主義觀點則發現，性別腳本影響伴侶之回應與角色，且父權體制思維阻礙伴侶間之對等互動，不過藉由知識導入與伴侶間持續對話，有助於伴侶跳脫腳本與框架，幫助彼此走向創傷後成長。

本研究根據上述研究結果，針對諮商實務工作者、社會工作實務者、性侵害倖存者之伴侶與重要他人及未來研究者提供建議，期望能提升大眾對性侵害倖存者伴侶的理解，並為助人專業工作者提供關係系統的視角，以發展更多針對伴侶的支持與資源挹注，促進性侵害倖存者與伴侶雙方的復原與關係重建。

關鍵詞：性侵害、倖存者、伴侶、次級創傷壓力、現象學

The Lived Experiences of Partners of Sexual Assault Survivors

Cheng, Ju-Fan

Abstract

This study aims to explore the lived experiences of partners of sexual assault survivors, with a particular focus on the emotional and relational pressures they encounter throughout the process of offering support. Special attention is given to the shifts in relational dynamics following the survivor's disclosure of the assault. The central research questions are: How are partners affected—both personally and relationally—after learning about the survivor's sexual assault?

Adopting a phenomenological approach, this study collected participants' life narratives through semi-structured interviews, seeking to reconstruct their authentic experiences in accompanying a survivor. The findings are interpreted through a feminist lens, in order to critically engage with the gendered dimensions and power dynamics embedded in these relational processes.

Six participants, aged 25 to 55, were recruited, including two lesbian women, one heterosexual woman, and three heterosexual men. Four themes were identified regarding the partners' individual experiences: (1) emotional responses to disclosure, (2) gradually assuming the role of caregiver or protector, (3) self-suppression and secondary traumatic stress, and (4) seeking support and expanding trauma-related knowledge. Additionally, five themes were found concerning the impact on the couple's relationship: (1) gendered role expectations contributing to relational imbalance, (2) trauma-related conversations as potential facilitators or barriers to

connection, (3) renegotiation of sexual and physical intimacy, (4) the dual role of family of origin and sociocultural norms in recovery, and (5) mutual trust as a foundation for shared growth.

From a feminist perspective, the study highlights how gender scripts shape partners' responses and roles, while patriarchal ideologies often hinder equitable interaction between partners. However, the incorporation of trauma-related knowledge and ongoing dialogue can empower partners to break free from rigid roles and move toward post-traumatic growth together.

Based on these findings, the study offers recommendations for counseling practitioners, social work professionals, partners and significant others of survivors, as well as future researchers. It advocates for a relational systems perspective that enhances societal understanding of partners' experiences and informs the development of more comprehensive support mechanisms that facilitate the healing and relational restoration of both survivors and their partners.

Keywords: sexual assault, survivor, partner, secondary traumatic stress,
phenomenology

目次

謝詞.....	ii
中文摘要.....	iv
英文摘要.....	vi
目次.....	viii
表次.....	x
圖次.....	xii
第一章 緒論.....	1
第一節 研究背景與動機.....	1
第二節 研究目的與問題.....	7
第三節 名詞定義.....	8
第二章 文獻探討.....	11
第一節 性侵害對倖存者的影響及其相關研究.....	11
第二節 性侵害對重要他人之影響及其相關研究.....	18
第三節 性侵害對伴侶互動之影響及其相關研究.....	23
第三章 研究方法.....	31
第一節 研究取向.....	31
第二節 研究參與者.....	32
第三節 研究工具.....	34
第四節 研究程序.....	39
第五節 研究嚴謹性.....	44
第六節 研究倫理.....	46
第四章 研究結果與分析.....	49
第一節 小珈作為性侵害倖存者伴侶之生活經驗.....	49
第二節 烏娜作為性侵害倖存者伴侶之生活經驗.....	65

第三節	希拉作為性侵害倖存者伴侶之生活經驗.....	81
第四節	官穎作為性侵害倖存者伴侶之生活經驗.....	96
第五節	文傑作為性侵害倖存者伴侶之生活經驗.....	110
第六節	阿輝作為性侵害倖存者伴侶之生活經驗.....	125
第七節	跨案分析.....	144
第五章	討論與建議.....	151
第一節	倖存者之性侵害事件對伴侶自身的影響.....	151
第二節	倖存者之性侵害事件對伴侶互動之影響.....	155
第三節	研究討論.....	158
第四節	研究貢獻、限制與建議.....	171
第五節	研究歷程省思.....	176
參考文獻	181
中文部分	181
西文部分	184
附錄	197
附錄 1	研究倫理審查核可證明（含持續案審查核可證明）.....	197
附錄 2	前導研究邀請函.....	201
附錄 3	正式研究邀請函.....	203
附錄 4	研究參與者知情同意.....	205
附錄 5	研究訪談大綱.....	209

表次

表 3-1	研究參與者基本資料	333
表 3-2	「逐字稿流水號」到「意義單元編碼」分析過程示例	422
表 3-3	「摘要性描述」群聚到「主題」分析過程示例	433





圖次

圖 1-1	我國性侵害被害人之性別分布	2
圖 2-1	性暴力漣漪效應環	14
圖 2-2	伴侶適應創傷壓力模型	27
圖 5-1	伴侶創傷適應歷程圖	165





第一章 緒論

本章共分為三節，第一節論述研究背景與動機，第二節呈現研究目的與問題，第三節則是與本研究有關之名詞定義。

第一節 研究背景與動機

一、我國性侵害之法治與社會現況

以下分別描述我國性暴力防治相關法律之立法演進、性侵害通報現況與倖存者揭露困境，並討論我國既存之權勢不對等與體制失靈，及#MeToo 運動帶動社會反思與轉變契機。

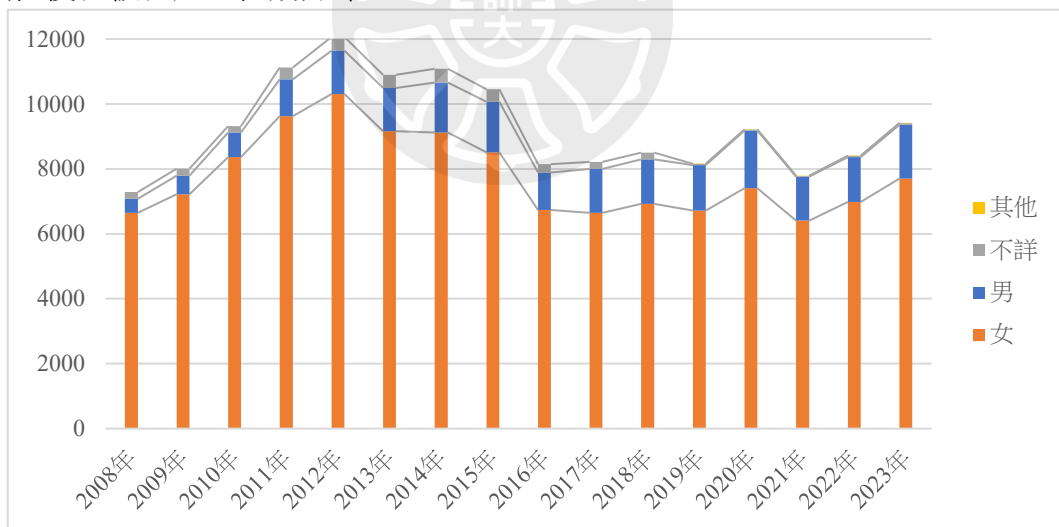
(一) 性暴力防治相關法律之立法演進

我國自 1997 年公布並施行《性侵害犯罪防治法》，加上多年來 NGO 及相關人士在倡議上不遺餘力，讓性暴力議題漸漸從黑箱中浮現，倖存者及重要他人的處境日益受到重視。而在法制面，我國為了更有效遏止性暴力犯罪，因應新興網路性別暴力（gender-based violence），並完善被害人保護制度，2022 年通過《跟蹤騷擾防制法》，2023 年公布性暴力犯罪防治四法，包含：「中華民國刑法」、「犯罪被害人權益保障法」、「兒童及少年性剝削防制條例」、「性侵害犯罪防治法」，保障性侵害案件（含性影像散布案件）及兒少性剝削案件被害人權益（保護服務司，2023）。在一連串#MeToo 運動後，行政院於 2023 年 7 月 13 日通過《性騷擾防治法》、《性別工作平等法》（法案名稱改為《性別平等工作法》）及《性別平等教育法》修正草案（陳昭如、黃長玲，2023）。然而，性侵害及網路性別暴力的猖狂與偵辦困難，及大眾輿論對倖存者權益的漠視，仍突顯目前法律制度、社會體系、性別教育尚有進步空間。

（二）性侵害通報現況與倖存者揭露困境

根據衛生福利部保護服務司（2023）統計數據（見下圖 1-1），我國性侵害被害人之通報數自 2010 年起每年約 8,000 至 10,000 人。在性別分布上，2015 年前約有九成是女性，2015 年後則為八成是女性，兩成是男性，特別在 2023 年男性高達 1,600 多人，研究者推測這或許與我國#MeToo 運動爆發之際，亦有多位男性倖存者公開發聲有關，間接促成男性願意正視自身受害經驗並求助。至於被害人與加害人之關係，依據 2023 年統計數據，兩造有一定熟識程度之比例高達 87%，足見性侵害常見於被害人的日常人際互動，特別是權勢不對等的場域，比如：家庭、職場、校園、伴侶關係等，顯示性別與權力在性侵害案件中是不可忽視的議題，且受害者往往處於劣勢之位。

圖 1-1
我國性侵害被害人之性別分布



註：引自〈性侵害案件被害人年齡與性別交叉統計〉，衛生福利部保護服務司，2023
（<https://dep.mohw.gov.tw/dops/cp-1303-59309-105.html>）。

現代婦女基金會（2022）統整多國研究指出，約有八成左右之倖存者選擇不報案，推估我國每年性侵害犯罪黑數介於 3 萬至 20 萬人，且從國外文獻發現男性更傾向隱藏性侵害事件（Sable et al., 2006）。澳洲皇家調查委員會 2017 年的

調查報告也發現，童年經歷性侵害之受害者平均花 24 年才能說出自身受害經歷（Royal Commission, 2017）。可見對性侵害倖存者而言，在巨大社會與心理壓力下，揭露與求助並不如想像中容易。

（三）我國既存之權勢不對等與體制失靈

雖然性侵害仍是充滿迷思與禁忌的議題，然而近年有越來越多影視作品及書籍討論兒少倖存者的處境，比如：2020 年上映的電影《無聲》及書籍《沉默的島嶼：校園性侵事件簿》（陳昭如，2018）、《沉默：特教學校集體性侵事件》（陳昭如，2022），向大眾呈現校園與機構性侵事件中，無法發聲甚至遭到噤聲的兒少受害者，以及體制中保持沉默的大人與揭弊者的不利處境。

有鑑於我國揭發多起校園及機構內的兒少性侵害案件，監察院於 2022 年針對我國 17 件重大兒少性侵調查案提出調查報告（紀惠容等人，2022），指出兒少性侵害被害人處於權勢不對等環境，使被害人大多選擇隱忍，體制斷裂與不完善也背叛了被害人與揭弊者，加上社會制度對兒少性侵害行為人的關注不足，及相關從業人員對權勢性侵的缺乏重視等，使兒少受害者難獲及時協助，揭弊者未受保護，加害者持續仗勢為所欲為，指出當前針對兒少性侵害受害者之資源挹注仍有分配不均之處。

除此之外，國家人權委員會於 2021 年發起兒少安置機構及校園性侵訪查計畫——「你的聲音，國家用心聽」，並於 2025 年完成系統性訪查專案報告（羅燦煥，2025），該研究訪談 73 名被害人，發現有 65% 被害人從未揭露或求助，原因可能在於加害人會扭曲性侵害是一種處罰或免除處罰的方式，加上被害人事發時年齡較小，而不知所措也不知如何求助，加害者也可能藉由情感操控，或孤立與隔離被害人，使被害人處境更為不利。可見校園、家庭與社會如何營造對被害人的支持環境，破除包庇文化，普及性別平等教育，仍有持續進步空間。

(四) #MeToo 運動帶動社會反思與轉變契機

我國於 2023 年掀起一波波「#MeToo」運動，讓演藝圈、政治圈、藝文圈、校園、軍警界、司法界等場域的性暴力倖存者相繼冒著被社會評價的風險，將塵封多年的性創傷經驗，血淋淋、赤裸裸公諸於社群媒體，揭開密室中加害者如何倚仗權勢，以工作、關心包裝的性掠奪（陌熙，2023；陳德倫等人，2023；謝孟穎，2023）。

研究者認為，我國對性侵害議題的關注雖晚了歐美國家數年，但這些開始都意味著社會的覺醒，輿論也逐漸將性侵害視為公眾議題，包含：公開表達對倖存者同理支持，正視存於體制之性別權勢不對等，修改與完備被害人保護制度，讓羞恥轉向加害者等等。而本研究期待能乘著這股覺醒浪潮，在社會逐漸理解倖存者處境之際，更加擴大聚光燈之範圍，看見陪伴在倖存者身邊的重要他人，讓重要他人也能夠有一個發聲的管道，讓大眾能進一步了解重要他人與倖存者同處於黑暗中，承擔何等壓力與為難，又如何在彼此關係中經歷掙扎與轉化。

二、看見性侵害倖存者之重要他人

此段將呈現性侵害事件對重要他人的可能影響，以及當前對重要他人之支持資源與關注不足困境，並總結本研究之起心動念。

(一) 性侵害事件對重要他人的影響與次級創傷壓力

性侵害除了對倖存者本人造成身心衝擊以外，也會對倖存者周邊的重要他人產生影響。研究指出約有 75% 的倖存者選擇求助於非正式支持者（informal support providers），包含：朋友、伴侶和家庭成員（Ahrens et al., 2007; Sable et al., 2006），換句話說，縱使倖存者未曾向正式資源揭露性侵害事件，仍可能向周遭重要他人尋求支持，而重要他人若能提供正向回應，對於倖存者的復原將有諸多正向影響

(O'Callaghan et al., 2021; Smith, 2005)。

研究者曾為縣市家庭暴力暨性侵害防治中心性侵害防治組之社會工作者，除了協助性侵害倖存者，亦時常與重要他人（比如：照顧者、伴侶、朋友、師長等）工作。觀察重要他人在知悉性侵害事件後，身心波動程度不亞於倖存者，而這可能是因為重要他人在陪伴倖存者復原過程中，一則長時間且密集承擔倖存者的情緒張力，二則須努力壓抑自身需求以扮演穩定支持的角色，尤其若重要他人的身分是倖存者的家人或伴侶，更可能在緊密互動中經歷次級創傷壓力（secondary traumatic stress）（Elliott & Carnes, 2001; Lorenz et al., 2017; O'Callaghan et al., 2021; Vladimir & Robertson, 2020）。李慧芳（2021）指出若重要他人未獲足夠支持，或者過去有未曾解決的個人議題，都可能提高經歷次級創傷的風險，可視為性侵害事件之次級受害者（secondary victims）。

而研究者回想過往擔任社會工作者，曾一度經歷類似替代性創傷壓力之症狀，包含：噩夢、情緒低落、失去動力、對世界喪失信任與安全感，當時研究者選擇壓抑以擔負「專業工作者」角色，卻也因此過度負荷而不自知。也許是基於自己的傷，讓研究者特別想著眼於更密切陪伴於倖存者身旁的伴侶，一則是研究者很能理解陪伴的重量與辛苦，二則也好奇我國伴侶們的處境為何，最重要是希望能讓助人相關專業工作者看見伴侶的需求、困難與韌性。

（二）重要他人之支持資源與關注不足

然而，我國受限於服務資源之有限性，重要他人的需求時常被忽略，比如：缺乏對重要他人的心理諮商補助、重要他人支持團體供不應求、創傷資訊不夠普及等，導致重要他人在陷入困境時，難以觸及求助管道而孤軍奮戰，肩負各種有形與無形壓力。再者，若重要他人因倖存者的性侵害事件受到衝擊，且未能獲取性侵害創傷知能，可能基於自我中心式的需求而要求倖存者面對司法調查，或因性侵害迷思而指責倖存者，對倖存者造成二度傷害，也使彼此互動陷入惡性循環

(Grandgenett et al., 2022; Rich et al., 2021)。

整理國內目前對性侵害事件中重要他人的討論，大多聚焦於母親角色（丁麗美，2005；黃麗娟，2004；楊婷雯，2014；劉佳芳，2012；簡美華、管貴貞，2006a，2006b），極少數談到父親、朋友與專業輔導人員（江秀英，2020；張琬婷，2007），由此觀之，本土化之重要他人經驗研究，除了母親角色外，其他重要他人（比如：伴侶、朋友）較少被提及，且有關重要他人的討論大多為碩士論文與期刊文章，大眾化資訊甚為稀缺。不過，近年來隨著性侵害議題逐漸在媒體、影視作品、書籍、社群討論曝光，徐思寧以陪伴者視角發表《遠方有哀傷，此地有我》（陳潔皓、徐思寧，2023），讓大眾看見陪伴者生而為人的需要。這也強化了研究者希望能將鏡頭轉往「伴侶」經驗的信念，照見在倖存者身邊重要的支持與陪伴角色，聽見他們承擔何等沉重壓力，又如何陷入難以言說的困境。

研究者期望能藉由這份研究，鼓勵相關單位與助人者們，了解如何讓伴侶在性侵害事件揭露後之急性期，提供足夠資源以利其度過危機；如何在餘波盪漾之重建期，支持其發揮適足保護及照顧功能。為了解答上述問題，研究者將透過文獻爬梳及整理伴侶們的生命故事，提供伴侶面對倖存者之性侵害事件時，有前人經驗作為依循；再者提升相關助人領域工作者，對性侵害倖存者之伴侶的關切與理解；最後則期待關單位持續發展對伴侶的資源挹注，盼能引發大眾對性侵害事件中伴侶的重視，因為我們都可能成為陪伴他人走過痛苦的要角。

第二節 研究目的與問題

一、研究目的

本研究欲探討性侵害事件中，伴侶作為重要他人與倖存者之互動經驗，了解伴侶如何解讀倖存者所經歷的性侵害事件，以及知悉事件後，伴侶與倖存者的生活經驗。

二、研究問題

- (一) 伴侶知悉倖存者之性侵害事件後，對自身的影響為何？
- (二) 伴侶知悉倖存者之性侵害事件後，雙方之互動經驗為何？



第三節 名詞定義

本節將分別描述性侵害 (sexual assault)、倖存者 (survivors)、伴侶 (partner) 與生活經驗 (lived experience) 知名詞定義。

一、性侵害 (sexual assault)

與性有關的傷害樣態繁雜，包含：性侵害 (sexual assault)、性虐待 (sexual abuse)、性暴力 (sexual violence)、性騷擾 (sexual harassment)、強暴 (rape) 等。而本研究所指之性侵害 (sexual assault)，係參考我國《性侵害犯罪防治法》(2023) 及《中華民國刑法》(2024) 「妨害性自主罪章」明定之犯罪行為，包含：強制性交，指違反他人意願進行性交、口交、肛交、或以異物插入性器官之行為；乘機性交；利用權勢性交；強制猥褻；乘機猥褻等接觸性的侵害行為。加害人則可能為倖存者之家人、朋友、師長、其他熟識之人或陌生人等。

二、倖存者 (survivors)

對於性侵害事件中受到傷害之人，司法體系多以加害人 (offenders) 與被害人 (victims) 區分刑事案件的兩造，報章媒體則以「受害者／被害人」作為當事人之代名詞，呈現新聞事件的嚴重性，讓閱聽者更直觀理解事件對個人所造成的衝擊。然在後現代主義思潮下，語言的影響力漸被重視，有些學者們認為「受害者」使個人被貼上「被傷害、被動」標誌，喪失權能感，彷彿生命就此凍結在受害事件當下，難以與事件分開。因此，許多論述上轉以「倖存者」描述暴力事件中被傷害的一方，但這並非忽略個人被傷害的事實，而是將關注焦點挪移到個人能動性，及事件後個人生命經驗的流動性，強調個人主動而富有權能的一面 (Dunn, 2004; Williamson & Serna, 2017)。

研究者基於實務觀察，肯認個人在性侵害事件過後，仍努力與創傷記憶共存

的主體性與能動性，故本文選以「倖存者」稱之。然為尊重文獻作者們的書寫脈絡，以下行文將依照原文作者於文獻中所採用的詞彙，交替使用受害者(victim)或倖存者(survivor)，避免扭曲原文作者之意。

三、伴侶(partner)

伴侶(partner)通常指與個人建立親密關係的重要他人，包含：情感、心理或生理上的連結。在依附理論框架下，伴侶被視為「安全基地」，提供情感支持與安全感(Simpson & Rholes, 2017)。除此之外，伴侶關係也涉及彼此的壓力調適與情緒共鳴，當彼此能夠有效而開放溝通，允許自我揭露空間，建立互信互惠關係，將有助於增強親密連結(Schoebi & Randall, 2015)。

本研究為初探性質，為有助於彙整伴侶經驗共通性，將以單一伴侶關係為主，另考量本研究之主題較為敏感，較難招募研究參與者，因此本研究將不限定伴侶之出生指定性別與性傾向，並以開放之眼光與態度，理解多元性別伴侶之經驗。

四、生活經驗(lived experience)

現象學認為個人是自己生命的專家，藉由個人生命敘事有助於他者了解其想法、使命與感覺(Reid et al., 2005)。Ashworth 與 Ashworth (2003)認為當我們試圖以語言描繪個人之主觀、內在經驗世界，可以從以下八個層面著手：自我認同(a person's sense of self identity)、實體感(a person's sense of embodiment)、人際關係(their relations with others)、空間感(spatiality)、時間感(temporality)、任務(project)、話語(discourse)、一般生活的情緒基調(mood-as-atmosphere)。不過生活經驗很難在當下展現時就立即而精準捕捉，只能從現在反思性的回憶過去，因此生活經驗是由解釋性意義構成，藉由冥想、對話、白日夢、啟發和其他解釋行動，由人們賦予回憶與意義(van Manen, 2016)。

本研究為了解伴侶在知悉倖存者之性侵害事件後，對於自身及互動經驗之影

響，擬藉由訪談貼近伴侶之主觀經驗，並開放聆聽當性侵害事件浮現之後，伴侶知覺到的互動歷程，包含：雙方之身心狀態、相處細節、親密關係變化，以及寄居於廣大的社會脈絡之中，伴侶如何回應有形與無形之壓力。研究者亦將懸置預設，專注於研究參與者之自然陳述，以還原其生活經驗。



第二章 文獻探討

本章分為三節，第一節回顧性侵害對倖存者造成的多重影響，以及在父權體制、性別刻板印象與性侵害迷思下的困難與沉默，並檢視臺灣社會當前性侵害倖存者處境；第二節討論家人與朋友作為重要他人，知悉倖存者的性侵害事件後，面臨的次級創傷壓力及因應策略，第三節聚焦於伴侶作為重要他人之身心壓力，雙方互動經驗與創傷後成長，以及性別權力在伴侶關係中的隱微運作。

第一節 性侵害對倖存者的影響及其相關研究

本節將探討性侵害對倖存者的多重影響，並討論倖存者揭露後可能承擔的性侵害迷思與社會壓迫，及#MeToo 浪潮下對性侵害倖存者與性別權力議題之反思。

一、性侵害對倖存者之影響

性侵害無疑是倖存者生命中的重大創傷，除了事發當下對倖存者帶來毀滅性傷害，事後餘波也衝擊倖存者的生理運作、心理狀態、認知功能及社會關係等，宛如平靜水面被投入巨石與碎石，為往後人生掀起陣陣漣漪。

倖存者通常在性侵害後經歷許多身心衝擊，研究顯示，約有 50% 的性侵害倖存者在事發後的三個月仍持續經歷創傷症狀，例如：重複回憶創傷情節、惡夢、情緒麻木及過度警覺，這些症狀有時長達數年，且創傷後壓力症候群（posttraumatic stress disorder，下以 PTSD 稱之）常與其他身心症狀共病，包括：憂鬱、焦慮和自殺傾向等，而這可能與下視丘—腦垂體—腎上腺（HPA）軸功能異常及前額葉受損等神經生物學的變化有關，影響倖存者的情緒調節與壓力反應（D'Elia et al., 2021; Dworkin et al., 2023; Kolk, 2017）。

羞恥感與自責是倖存者常見的心理反應，特別是當加害者是倖存者的熟識之人，倖存者的認知衝突與自我批評可能更為劇烈（Chwo et al., 2022; Ullman et al.,

2006)。倖存者也可能面臨無助與恐懼，認為自己無法控制生活，這往往使倖存者更容易自我懷疑與貶抑。另外，倖存者的人際關係也會受到影響，包含：對朋友、伴侶及家人產生不信任感，害怕揭露受害經驗反而被指責或羞辱，有些倖存者可能因恐懼再度受害或自我形象受損，而難以建立或維繫穩定親密關係，有些倖存者甚至完全斷絕社交聯繫，避免更多人際傷害（Gravelin et al., 2017; Lambert et al., 2012）。

除了情緒、認知與人際轉變，在生理功能上，女性倖存者可能有生殖系統疾病、慢性疼痛、性功能障礙、睡眠障礙及其他身體不適，也增加感染性病的風險（Lomax & Meyrick, 2022; Zilkens et al., 2017）。社會功能層面，倖存者可能因身心波動而在工作與學業上呈現注意力不集中、疲勞及動力不足，使職場或學業表現下降。一些倖存者選擇隱藏經歷以避免社會指責與羞辱，但可能導致其無法獲得適當支持與資源，此外，性侵害倖存者在公共場合可能經常感到焦慮或不安而降低社會參與（Herman, 2015/2018; Kolk, 2017）。

男性倖存者有些不同於女性的經驗，Tewksbury（2007）認為社會對「男子氣概（masculinity）」的追求及對性侵害的汙名貶抑，使他們害怕被視為弱者，或被認為無法服膺陽剛／強壯的性別腳本，因此對外尋求支持意願極低，許多男性倖存者延遲或從未揭露受害經歷，並可能假裝自己沒有受到性侵害事件影響，以維持男子氣概形象。研究顯示，若加害者為男性，男性倖存者可能感到極大羞辱感，會使倖存者質疑自身性別角色或性取向，種種內在衝突可能加深創傷影響（Bullock & Beckson, 2011; Davies, 2002）。此外，傳統性別文化對男性的刻板印象，使男性被期待保持堅強，並展現解決問題能力，使男性倖存者容易自我懷疑，陷入自我認同危機（Lew, 2004/2010; Lowe & Rogers, 2006; Wyles et al., 2025）。

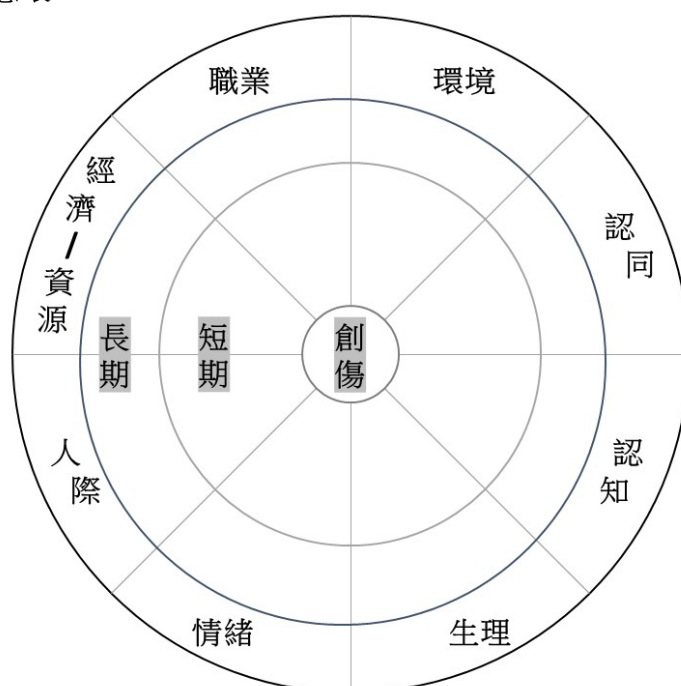
至於 LGBTQ+倖存者所受到的影響更為複雜，特別少數群體壓力（minority stress）讓 LGBTQ+群體承擔社會對性少數的誤解及指責，進一步加劇這些影響。Edwards 等人（2023）指出性侵害在 LGBTQ+族群中的發生率明顯高於異性戀者和順性別者，跨性別與性別多元族群中有高達 50%的受訪者曾經歷性侵害。此外，

雙性戀女性的終生性侵害發生率高達 46%，顯著高於異性戀女性的 17%和同性戀女性的 13%，部分原因是跨性別與雙性戀者常面臨來自異性戀和同性戀社群雙重歧視，環境脆弱性讓受害風險大幅增加（McCauley et al., 2018）。

少數群體壓力理論以社會脈絡視框，讓我們看見 LGBTQ+倖存者除了 PTSD、焦慮、憂鬱、自殘行為和自殺傾向等身心困擾，社會對 LGBTQ+族群的負面態度、歧視及內化恐同（internalized homophobia）（LeBlanc et al., 2015; Pepping et al., 2018），往往讓他們不自覺內化了外界對性少數及性侵害倖存者的汙名，而難以對外揭露身份，或者向家人、朋友或專業人士求助，尤其是跨性別族群，常面臨來自家庭和社會排斥，導致支持網絡更為缺乏（Edwards et al., 2023; Todahl et al., 2009）。此外，若支持資源（比如：警察、心理師、醫師、社工等）缺乏文化敏感度，會使 LGBTQ 倖存者在求助過程中受到歧視與惡意批評，顯見社會汙名可能限制他們在公共空間中的活動而更為孤立（Edwards et al., 2023）。

Murn 與 Schultz (2022) 提出「性暴力的漣漪效應環 (the ripple effect of sexual violence wheel)」整合了性侵害對倖存者的多重影響，包括：職業 (professional)、環境 (environmental)、認同 (identity)、認知 (cognitive)、生理 (physical)、情緒 (emotional)、人際 (interpersonal)、經濟／資源 (economic/resources) 等八個層面，內圈為短期影響，外圈為長期影響（見圖 2-1）。

圖 2-1
性暴力漣漪效應環



註：引自“*Healing the ripple effect of sexual violence,*” by L. T. Mum and L. C. Schultz, 2022, *Journal of College Student Psychotherapy*, 36(3), p. 311 (<https://doi.org/10.1080/87568225.2020.1819925>).

總結來說，性侵害對倖存者的影響涉及生理、心理、情緒、人際關係、社會功能等多個層面。這種影響不僅限於事件的直接傷害，還包括持續性後遺症，特別若以交織性觀點來看，當性侵害發生在多元性別或其他少數群體中，這些影響可能因社會歧視、少數群體壓力及系統支持不足而更加劇。

「性暴力的漣漪效應環」提供本研究一個系統性框架，提醒研究者可以從多層次、多角度理解伴侶所觀察到的倖存者狀態，而這些狀態又如何對伴侶產生影響，同時須考量其社會文化背景脈絡，才能真正貼近伴侶與倖存者的處境。

二、倖存者揭露困難之相關研究

性侵害倖存者承受之苦往往難為外人所道，社會上瀰漫的性侵害迷思（rape myths）與強暴文化（rape culture），例如：「她穿著暴露所以被強暴」、「如果他不同意就該用力反抗」，一則將責任從加害者轉移到倖存者，二則淡化性侵害

的暴力本質為誤解或溝通問題，這些迷思不僅漠視倖存者的創傷經歷，否認侵害嚴重性，也強化性別權力不平等（Murray et al., 2023; O'Connor, 2021）。特別是當倖存者未能強烈反抗或展現創傷症狀，違反「完美倖存者」形象時，所受到的責難將更為嚴重（Sit & Schuller, 2018）。研究發現，存有性侵害迷思的人傾向對倖存者表現出冷漠或指責，這會加劇倖存者的羞恥感和自責（O'Connor, 2021）。此外，性侵害迷思會因性別而有些內涵差異，例如：對女性倖存者可能聚焦於穿著和行為的不當性，而對男性倖存者則可能質疑其男子氣概或性取向（Franklin & Garza, 2021）。

除了迷思，「性」本身所帶有禁忌和私密性，使得倖存者更難講出真相或尋求幫助，研究顯示，與女性倖存者相比，男性更不願意揭露性侵害經驗，並且傾向將事件歸因於自身缺陷，特別是社會對男性的刻板印象，使得許多男性倖存者擔憂男子氣概受到質疑，從而選擇隱瞞經歷（Borja et al., 2006; Elliott et al., 2004）。

而 LGBTQ+倖存者還需受到社會對性少數偏見影響。例如：對於男同志或雙性戀男性倖存者而言，他們可能擔心自身性取向被質疑，甚至被認為應該享受性侵害過程。此外，LGBTQ+倖存者比異性戀倖存者更可能面臨負面的社會反應，包括：被貶低、被歧視與不被相信，這導致許多 LGBTQ+倖存者保持沉默（Gemberling et al., 2014; Todahl et al., 2009），足見隱而未報之黑數甚高。

雖然倖存者不一定會向正式系統揭露受害經歷，卻可能選擇向周遭的非正式系統尋求支持。研究指出約 65%至 92%的性侵害倖存者，至少會向一人揭露性侵害事件，平均而言，倖存者在性侵害事件後幾月到數十年間，會向三位支持提供者（support providers）傾訴，而朋友、家人和伴侶是倖存者們最常求助的對象，而後才可能轉向正式單位（比如：家暴防治中心、警察局、醫院等）（Ahrens & Aldana, 2012; Ullman & Filipas, 2001）。且非正式支持者（指朋友、家人和伴侶）的態度，可能影響倖存者後續求助正式單位的意願，若倖存者的揭露遭到否定、指責或漠視，可能會使倖存者加深自責，減少日後向正式機構求助的可能性（Ahrens et al., 2007）。

由此可知，倖存者面臨的多重壓迫以及內化的自我貶抑，往往使得「揭露」需延宕數十年，理解倖存者的處境後，本研究試圖將目光放在倖存者身邊的重要他人，接續探討重要他人如何面對與承接倖存者的創傷。

三、#MeToo 浪潮後的倖存者與性別權力反思

在父權體制及社會汙名下，性侵害一直是被噤聲與被消失的沉默螺旋（高瑛娟、陳政智，2019）。然而，2017年#MeToo運動於歐美爆發，試圖掀開長期被權力掩蓋的黑布，鼓勵倖存者發聲，打破長期存在父權社會的沉默文化，挑戰既有性別權力結構。從#MeToo發起的網路串聯，讓大眾有機會看見性騷擾與性侵害並非個別事件，而是普遍存在於社會的結構性問題。2024年Gisèle Pelicot's在法庭中公開發聲，試圖讓倖存者去污名化，讓社會理解倖存者不需為遭遇暴力而承擔羞恥，應將焦點放在加害者及體制問題（France-Presse, 2024）。#MeToo延燒至今也讓眾多倖存者公開分享自身經驗，使公眾認識到性暴力的多樣性，包括：權勢性侵、職場騷擾、約會強暴等（Drewett et al., 2021; Gallagher et al., 2019）。

#MeToo運動也揭開司法與社會體系對倖存者的不友善，如：性侵害案件往往因取證困難而難以成罪、行政體系懷疑倖存者或包庇加害者，種種都成為倖存者報案的阻礙（Drewett et al., 2021; Gallagher et al., 2019）。而2023年臺灣則啟動《性別平等教育法》、《性別平等工作法》與《性騷擾防治法》的快速修法，但這些法律仍存在諸多實務限制，使倖存者選擇報案後仍需面對漫長且充滿挑戰的司法與行政過程（陳昭如，2023；陳美華，2024）。

除此之外，長久以來的體制性縱容逐漸被攤在陽光下，特別是職場、學術界、政界與影視產業等高度階級化的環境，加害者往往處於較高社經地位，機構經常選擇掩蓋事件以維護組織聲譽。臺灣許多#MeToo倖存者在內部檢舉後，不僅未獲得正義，反而受到機構孤立或迫害，這顯示出體制仍習慣將性別暴力問題「內部化」，而非積極面對（陳昭如，2023；陳昭如、黃長玲，2023）。

回到倖存者個人身上，國內外許多針對#MeToo 的研究指出，從過去倖存者被迫噤聲、無法公開自身經歷，如今能藉由社群媒體建立自我敘事，尋求支持並挑戰社會對性侵害的刻板印象，個體能夠透過發聲來重新掌控自身經驗(沈秀華，2023；陳美華，2024；Gallagher et al., 2019；Saguy & Rees, 2021)。然而，這種轉變並不容易，許多倖存者在公開自身經歷後，仍面臨社會對其可信度的質疑，甚至受到誹謗訴訟反擊，這反映社會仍未完全擺脫指責受害者思維。

除了個別重新建構性侵敘事之外，透過社群媒體，倖存者能夠建立支持網絡，藉由串聯試圖對抗社會污名與懷疑，這些集體行動使得輿論能從個人傷痛，轉向對體制與權勢不對等的批判(陳美華，2024)。然而，在兩極化言論中，仍可看見社會對倖存者的審視與報復，而強勢男子氣概隱蔽了男性倖存者的存在，LGBTQ+所面對的多重邊緣化亦為真實，使其揭露的阻力更大(Flood, 2020; Zarkov & Davis, 2018)。這些現實都告訴我們，即便#MeToo 運動已為性侵害論述帶來一定程度的改變，社會仍存在對倖存者的排擠與壓迫。

臺灣社會長期受儒家文化影響，強調家庭與組織和諧，導致許多性騷擾與性侵害案件在「家醜不可外揚」的思維下被壓制(沈秀華，2023)。此外，臺灣的性別腳本，仍深植於男性的陽剛主動性與女性的被動性框架中，使得女性在面對騷擾時，往往被期待以含蓄或忍耐來回應，而不是直接拒絕或公開指控(陳美華，2024)。雖然起步較晚，但#MeToo 在我國政治、社會、文化層面仍促成翻轉性的討論，進一步推動性別平等，不過這場運動仍面臨許多挑戰，尤其是在性別腳本約制與體制性縱容影響下，倖存者的發聲與權益保障仍需更多努力與改革。

性侵害事件對倖存者所造成的漣漪效應不容忽視，且隨著事件揭露，影響也會擴及倖存者身邊的重要他人。然而，父權社會普遍蔓延的性侵害迷思、性別角色壓力都使倖存者與重要他人在其中的困難心聲，鮮少在體制中獲得聆聽與支持。因此本研究期望能探討我國性侵害倖存者的處境，將如何牽動著伴侶承接倖存者的性創傷，而伴侶又會如何因應，進而形塑伴侶互動關係，其中蘊含哪些性別權力與文化內涵。

第二節 性侵害對重要他人之影響及其相關研究

為了對性侵害事件中的重要他人樣貌有概括認識，本節將梳理非正式體系之重要他人，即家人、朋友在面對性侵害事件揭露後的身心反應、因應方式及連帶對倖存者造成的影響，並於下一節接續探討本研究主題——伴侶之經驗。

一、揭露後重要他人之身心反應

當倖存者揭露性創傷事件後，不論是家人、朋友、伴侶或助人工作者，作為創傷經驗的間接接收者，都可能在陪伴倖存者時，因密切接觸倖存者的創傷經驗，間接受到創傷影響其心理與情緒狀態，呈現類似 PTSD 的反應，稱為次級創傷壓力（secondary traumatic stress）（Bride et al., 2004）。另外有其他概念相似的詞彙，包含：同情疲勞（compassion fatigue）與替代性創傷壓力（vicarious traumatic stress），兩者較常使用於助人專業工作者，前者關注助人者的情感耗竭和職業倦怠，後者則描述創傷對助人者身心狀態、世界觀與信念系統的影響（Figley, 1995; McCann & Pearlman, 1990）。雖然三個詞彙的概念內涵略有差異，但共通點都指出重要他人雖然並非創傷的直接受害者，仍會間接受到創傷影響其身心狀態。因本研究探討的主要是非正式支持者，以下將著重探討家人、朋友作為重要他人的經驗與次級創傷壓力。

當性侵害事件發生於家庭成員之間，對倖存者及非加害家屬（non-offending family members）而言都是很大的關係創傷，雖然非加害家屬在倖存者的復原過程中扮演重要角色，但他們也承受巨大的信任摧毀、情感糾結與忠誠壓力，成為次級受害者（secondary victims）。研究顯示，非加害家屬對性侵害事件的揭露通常感到震驚、憤怒、自責和痛苦，而這可能回過頭影響他們對倖存者的支持能力（Elliott & Carnes, 2001; Fuller, 2016）。

以非加害母親而言，母親在知悉倖存者的性創傷事件後往往會感到衝擊，特

別當加害者是母親的伴侶或家庭成員，母親可能經歷強烈的內在衝突與情感拉扯，一方面對加害者感到震驚與憤怒，另一方面則因著感情牽絆而內疚與自責，甚至反過來將責任歸咎於受害者。此外，社會污名與對母親的角色期待，會讓許多母親因未能保護孩子而受到責難，甚至被認為是性侵害事件的共謀者，或被質疑不配成為孩子的照顧者，這會加劇母親的心理壓力，阻礙其向外尋求支持而陷入孤立（Cahalane & Duff, 2018; Stitt, 2007）。

而當母親本身具有身心疾病史、過往創傷經驗或處於較低社會經濟地位時，更容易感到力不從心，例如：經濟依賴伴侶或家庭資源不足的母親，常在照顧倖存者與維持生計、依賴加害者之間面臨難以抉擇的困境（Elliott & Carnes, 2001; Fong et al., 2017）。有些母親可能長期經歷次級創傷壓力，限制其支持倖存者的能力（McGillivray et al., 2018）。然而無可否認的是，母親的信任與支持對倖存者身心復原具有關鍵作用，受到母親信任與支持的倖存者，其創傷後調適能力顯著優於未獲得支持者（Corcoran, 2004）。然而，要達成這一點，非加害母親需克服來自自身、家庭與社會的多重壓力，這更突顯出非加害母親需要專業支持之重要性。

部分研究探討非加害父親對於倖存者復原的影響。父親基於社會對其「保護者」的角色期望，承受極大心理負擔，往往在知悉倖存者的性侵害事件後，經歷強烈自責與羞恥感，認為自己未能有效保護子女。他們可能對加害者感到極大憤怒，並對法律程序的拖延或結果不如預期感到挫折與沮喪（Fuller, 2016; Vladimir & Robertson, 2020）。除了情緒波動，父親還可能對世界與他人產生不信任，進而懷疑周圍人群、家庭成員及社會支持系統，這會降低父親與他人建立聯結的能力（Fong et al., 2017）。

此外，性別文化對男性的刻板印象與男子氣概會加劇父親的孤立感，尤其在無法履行保護者義務時，許多父親會面臨自我認同危機，不願尋求外界支持（Corcoran, 2004）。性創傷事件也可能改變父親的日常行為模式，變得過度保護倖存者，對家庭生活採取高度控制，例如：限制倖存者與外界接觸，嚴格審核倖

存者社交圈。然而，這種過度保護可能無形中妨礙倖存者的康復與正常發展（Vladimir & Robertson, 2020）。不過，若父親能提供情感支持與安全感，能顯著提升倖存者的心理調適能力，並降低焦慮和退縮行為。然而，當父親自身無法克服創傷與壓力時，其支持能力可能會受限。

談完非加害母親與父親的處境後，本文將接續討論朋友之經驗。朋友不僅對加害者感到憤怒，也會關心和擔憂倖存者安全，一些朋友會認為自己應該保護倖存者或阻止事件發生，情緒反應可能包括：內疚、無助與極度自責，若這些情緒壓力沒有適當宣洩出口，將進一步影響其身心狀態，而性侵害事件與生命經驗的貼近，也會衝擊朋友的世界觀，使他們不再認為世界是安全或公平的地方，導致焦慮與無助感增加（Banyard et al., 2010; Branch & Richards, 2013）。

此外，朋友可能對倖存者的未來伴侶產生高度警覺，甚至對男性產生普遍不信任。不過，朋友也可能因不知如何回應倖存者的需求，或對性侵害議題的陌生，而感到震驚、不可置信或不知所措，尤其是男性支持者相較於女性支持者，對如何提供適當支持往往更加迷茫，因此感到無所適從，擔心自身反應會進一步傷害倖存者（Ahrens & Campbell, 2000; O'Callaghan et al., 2021）。

一般而言，穩固的人際網絡可作為個人面對生活壓力的重要緩衝，若倖存者能獲得良好的社會支持，將有助於身心狀況穩定（Grocott et al., 2023）。不過次級創傷壓力也告訴我們，伴隨倖存者的性侵害事件揭露，重要他人在身心狀態、家庭動力、經濟和社會文化層面都面臨波動。當家人與朋友作為倖存者支持系統的一環，他們的身心狀況與社會支持程度，都影響著他們能否有效支持倖存者的復原過程。因此，研究者認為針對非加害家屬與朋友提供專業支持與資源，亦能改善其身心健康及與倖存者的互動品質，進一步促進倖存者的心理復原。

二、揭露後重要他人之因應方式

當倖存者決定揭露過往性侵害事件，重要他人可能會採取不同因應方式，而

鑲嵌在關係中的倖存者，其復原過程也與重要他人的因應方式息息相關。Filipas 與 Ullman (2001) 指出，相比於向正式體系（比如：警政、社政、衛政單位等）求助，倖存者更常向非正式支持者（如：家人、朋友和親密伴侶）尋求支持。然而，非正式支持者的反應可能具有雙面性，既能提供情感支持，也可能因責備或控制行為對倖存者造成負面影響（Bonnan-White et al., 2018; O'Callaghan et al., 2021）。

O'Callaghan 等人 (2021) 認為重要他人的反應類型可區分為正面、負面與混合反應等三種。正向反應包含：情感支持（emotional support）與實際幫助（tangible aid），大多數倖存者認為，當重要他人能傾聽或肯定倖存者的情感、陪伴就醫或提供資源等，是能夠讓倖存者感受到同理與支持的行為。而負向反應包含：責備（blaming）、控制（controlling responses）、分散注意力（distracting responses）、用與以往不同的方式對待（treating differently）及自我中心式的行為（egocentric responses）則可能對倖存者造成二次傷害（secondary victimization）。

若重要他人落入「指責受害者」思維，懷疑、質問倖存者，試圖控制、干涉倖存者的決策，或基於自身對加害者的憤怒而逼迫倖存者報案，甚是忽視、淡化、否認倖存者的經驗，反而會加深倖存者的自責、自我懷疑等負向反芻認知（Dworkin et al., 2018; Lorenz et al., 2017; O'Callaghan et al., 2021; Sit & Schuller, 2018）。另外，某些反應類型可能被倖存者解讀為正面或負面的反應，而這取決於重要他人的語氣、彼此關係脈絡及倖存者的需求。比如：Ahrens 與 Aldana (2012) 研究指出，重要他人的控制反應，若被倖存者認為出於關心，可能被解讀為有正面助益。

而在重要他人的性別方面，女性支持者傾向提供較多情感支持，也更傾向相信倖存者的說詞，她們可能更主動提供安慰，陪伴倖存者度過復原過程，然而，女性也可能承擔過多照顧責任，加重其情緒負擔。而男性支持者則可能表現較多保護行為，或因缺乏處理性侵害的經驗而表現得較為不確定，而社會對男子氣概的期待，也可能使其不知如何適當地表達情感，試圖轉移話題或提供過度理性的

建議 (Banyard et al., 2010; Willcocks & Whalley, 2021)。

除了性別差異，倖存者與重要他人的關係脈絡，也讓重要他人的因應略有差異。伴侶與家庭成員的反應通常混合正向與負向，雖然他們普遍能提供情感支持，但也會出現責備、過度保護、自我中心式的憤怒 (Filipas & Ullman, 2001; Grandgenett et al., 2022; Ullman & Filipas, 2005)。有些朋友在聽聞倖存者揭露後，會感覺與倖存者之間的關係更加緊密，但若朋友反應冷漠、質疑、指責或逃避，則可能加深倖存者的自我懷疑或對人際關係失去信任 (Banyard et al., 2010; Jaffe et al., 2022; Ullman, 1999)。

綜上所述，重要他人在面對倖存者揭露時，可能因為性別、關係脈絡而承受不同的心理負擔，隨後所採取的因應策略也有所不同，牽動倖存者與重要他人之間的關係動態。這引發研究者想進一步細探，在互動相對緊密的伴侶關係中，伴侶將如何受到倖存者揭露的影響，而這些影響又如何與伴侶個人背景交織，進一步形塑其對倖存者的回應方式及伴侶互動經驗。

第三節 性侵害對伴侶互動之影響及其相關研究

本節將著重討論性侵害事件中，伴侶所承受的身心壓力與因應方式，以及伴侶關係之動態調適歷程，並討論伴侶間的性別權力關係。

一、揭露後伴侶之身心壓力

伴侶往往是倖存者復原過程的重要支持來源之一，在漫長陪伴旅程，伴侶暴露於倖存者的創傷敘說和身心波動，但伴侶的需求卻容易被忽視，使得伴侶成為難以發聲的「次級受害者」。Maltas 與 Shay（1995）提出「創傷傳染（trauma contagion）」，隱喻創傷就像病毒會在伴侶關係中交叉傳遞，其包含三個重要內涵，首先是「威脅信念、粉碎假設」，指創傷事件會使伴侶失去對世界的信任，懷疑關係是穩定安全的假設；再者是「慢性壓力」，伴侶可能因倖存者表現出來的創傷症狀，而經歷次級創傷壓力；最後是「重覆與再現」，指伴侶互動可能無意識再現原始的創傷關係經驗。可見創傷對伴侶的影響亦宛若漣漪效應一般，擴及伴侶個人狀態與伴侶互動之中。

目前針對性侵害倖存者伴侶經驗之討論，仍大多以異性戀男性為主，少數研究才能看見異性戀女性伴侶或同志伴侶的經驗，研究者推測可能是因為倖存者大多是女性，而在異性戀仍為多數的情況下，相對較容易看見異性戀男性伴侶之經驗。除此之外，社會汙名壓力會使男性倖存者傾向噤聲，連帶異性戀女性伴侶較難被看見，至於同志伴侶則可能交織著少數群體壓力，而面臨更難現身的處境。不過在 de Montigny Gauthier 等人（2019）的對偶研究中，可以看見不論伴侶之性別與性傾向為何，當面臨倖存者的性侵害創傷時，伴侶往往會將注意力完全放在倖存者身上，無形中承擔照顧許多負擔。

女性伴侶通常在關係中扮演「照顧者（caregiver）」，負責提供情感支持、理解與安慰，但這可能導致女性伴侶忽略自身需求，長期情緒勞動使其承受龐大

身心負擔，特別是當倖存者的創傷反應起伏不定時，女性伴侶可能在照顧過程感受到強烈壓力與無力，不自覺將倖存者的痛苦內化，共同承擔創傷卻也間接承受創傷帶來的身心影響，而有焦慮、情緒低落、睡眠失調、過度警覺等次級創傷壓力（Fredman et al., 2014; Nelson et al., 2002）。此外，在針對戰爭軍人的女性伴侶研究中發現，若倖存者拒絕談論過去經歷，或因溝通困難產生情感距離，會使女性伴侶感到孤立無援，不但難以理解倖存者的情緒狀態，也難為自身心理需求找到出口（Lambert et al., 2012; Weetman et al., 2022）。

男性伴侶在面對倖存者的創傷時，可能會因社會對男性角色期待而認為自己應該是「保護者（protector）」，並對於未能防止倖存者受害產生強烈內疚與自責，甚至懷疑自身能力與價值，產生憂鬱與焦慮的情緒（Henry et al., 2011）。在男子氣概的渲染下，內疚感可能導致男性伴侶封閉情緒，難以表達自身需求與困惑，加劇關係中的情感疏離。此外，部分男性伴侶可能因為對創傷經驗的無助感，而展現憤怒、壓抑與逃避的應對方式，比如：過度投入工作、酗酒、拒絕溝通以逃避與伴侶討論創傷話題，這些因應方式雖能在短期內降低壓力，卻可能導致伴侶間的互動惡化，影響親密關係穩定性（Brookings et al., 1994; Fredman et al., 2014; Ms et al., 2004; van Wijk & Harrison, 2014）。

由此可知，伴侶在支持倖存者的過程，都面臨多層次的身心壓力與關係變動，卻往往因社會角色期待、對性的污名或刻板印象而忽視自身需求，這些壓力不僅影響伴侶的心理健康，也可能衝擊親密關係。

二、揭露後伴侶之互動關係轉變

倖存者的性侵害事件除了對伴侶個人產生身心衝擊，對伴侶關係也有影響。伴侶往往視倖存者為創傷的直接受害者，因而扛起支持倖存者的責任，壓抑自身情緒需求，長期互動失衡可能導致關係緊張與矛盾。研究指出，伴侶關係可能在創傷壟罩後產生「追逐／逃避」互動模式，使彼此都被困在較不穩定的關係中，

難以找到出口 (Jacob & Veach, 2005; Nelson & Wampler, 2000)。

女性伴侶通常會嘗試以情感支持來減緩倖存者的痛苦。然而，當倖存者的情緒波動劇烈或抗拒溝通時，伴侶可能會開始質疑自身能力，對於能否真正幫助倖存者感到挫折 (Henry et al., 2011)。有些女性伴侶會發展出過度照顧行為，並試圖忽略自身需求以迴避衝突，確保倖存者的情緒不會受到刺激。然而，這可能使女性伴侶感到不被重視而產生情感耗竭 (Lyons, 2001; Powling et al., 2024)。不過，為了維持親密關係的穩定性，女性伴侶可能會試圖改變自身處境與互動模式，例如：尋求專業協助或社會支持減輕心理負擔，但若倖存者抗拒外界幫助，女性伴侶可能連帶感到孤立 (Vitek & Yeater, 2021; Weetman et al., 2022)。

至於男性伴侶則可能傾向壓抑情緒，採取迴避的應對方式，減少與倖存者討論創傷話題，避免觸發倖存者的負面情緒。然而，這種溝通模式可能導致雙方情感連結逐漸疏遠，使倖存者感到不被理解 (Fredman et al., 2014; Henry et al., 2011)。除此之外男性伴侶也可能過度保護，或有較多自我中心式作為，比如：關切倖存者行蹤安全、要求倖存者報案等，而在親密互動中，男性伴侶可能會感到矛盾與焦慮，一方面希望親近倖存者，一方面擔心自身行為無意間觸發創傷記憶，這 (Barcus, 1997; Sims & Garrison, 2014; van Wijk & Harrison, 2014)。

此外，不論伴侶之性別為何，性侵害對伴侶的性關係影響顯著，這可能出於倖存者對性行為的抗拒、焦慮與疏離，許多倖存者在性行為中可能經歷創傷回憶重現，使他們對親密接觸產生恐懼或不適，甚至完全避免性接觸，這可能使伴侶感到困惑、被拒絕，甚至對自己的吸引力或關係角色產生不安全感，或者在親密需求得不到滿足 (Henry et al., 2011; Vitek & Yeater, 2021)。部分伴侶可能會選擇壓抑自身需求，以避免讓倖存者感到壓力或不適，但這種壓抑可能會使親密關係缺乏雙向滿足，影響整體關係穩定性 (Nelson Goff et al., 2006; Fredman et al., 2014; O'Callaghan et al., 2019)。同時，部分伴侶可能因缺乏對性創傷的理解，而誤解倖存者的迴避行為，產生挫折、憤怒與關係衝突，無形中再現對倖存者性公民權的漠視與壓迫 (Hirsch & Khan, 2021/2025)。

目前討論 LGBTQ+伴侶的文獻較少，僅 de Montigny Gauthier 等人（2019）的對偶研究有招募到一對同志伴侶參與，因而較難直接看見 LGBTQ+伴侶的獨特經驗。不過從 Gemberling 等人（2014）及 LeBlanc 等人（2015）對 LGBTQ+性侵害倖存者的研究中，可以看見性侵害創傷與少數群體壓力（minority stress）交織，倖存者除了承擔性的污名之外，也須面對社會對性少數群體的偏見與誤解，使倖存者處境更加複雜。而壓力擴散（stress proliferation）現象告訴我們，即便只有一方感受到社會壓迫，也會在互動密切下形成伴侶層次的少數群體壓力（couple-level minority stress），意即伴侶雙方都可能互相感染到對外界的不安全感與擔憂，以及對內的自我否定與懷疑，連帶產生對於伴侶關係的矛盾與焦慮（LeBlanc et al., 2015; Pepping et al., 2018）。由此可見，社會污名往往可能會使性少數伴侶需擔負內心矛盾、關係壓力和社會孤立的多重困境。

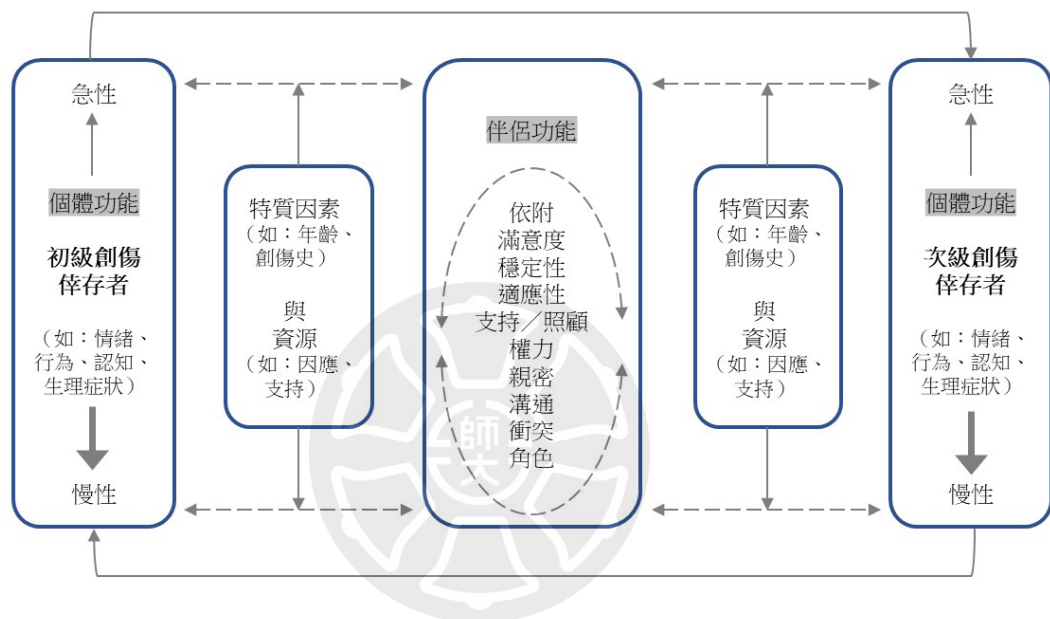
綜合以上，在性侵害事件後，親密關係的互動與調適可能因性別、性傾向與情境不同而有所變化。對於異性戀伴侶來說，男性或女性各自承擔不同社會角色壓力，而性少數伴侶也面臨著社會污名的多重壓力，但也有些臨床研究讓我們看見創傷帶來關係的成長與轉化。

三、伴侶適應創傷壓力與創傷後成長

為了更細緻探討伴侶關係中創傷倖存者及其伴侶的互動關係，Nelson Goff 與 Smith（2005）整合次級創傷壓力（secondary trauma stress）、依附理論（attachment theory）及系統家族治療（Bowen's systemic family therapy），以異性戀伴侶其中一方或雙方經歷創傷的臨床個案為系統性文獻回顧對象（例如：戰爭退伍軍人及其伴侶、童年性虐待倖存者及其伴侶），提出「伴侶適應創傷壓力模型（couple adaptation to traumatic stress model，下稱 CATS）」，從關係視角看見創傷不僅影響倖存者（該模型以初級創傷倖存者稱之），也在伴侶關係中產生交互作用，進而影響伴侶（該模型以次級創傷倖存者稱之）的身心狀態。

隨著倖存者的經驗逐漸被看見，Oseland 等人（2016）及諸多學者以實證研究驗證初級創傷倖存者與伴侶功能的交互作用，Smedley 與 Nelson Goff 於 2024 年再度以文獻回顧整理戰爭退伍軍人及其女性伴侶的經驗，顯示次級創傷倖存者與伴侶功能亦存在交互作用。該模型（見下圖 2-2）由三部分組成，分別為：

圖 2-2
伴侶適應創傷壓力模型



註：翻譯自“An update of the couple adaptation to traumatic stress model: Systematic research synthesis of the association between secondary trauma survivor functioning and couple functioning,” by D. K. Smedley and B. S. Nelson Goff, 2024, *Journal of Marital and Family Therapy*, 51(1), p. 3 (<https://doi.org/10.1111/jmft.12737>).

1. 個體功能 (individual functioning)

指創傷事件對倖存者和伴侶個人的影響。當倖存者出現創傷反應，包括：過度警覺、迴避、侵入性回憶、情緒麻木，可能使伴侶承受次級創傷壓力，呈現過度照顧或情感疏離等因應策略。

2. 關係功能 (couple functioning)

伴侶關係可能受到創傷影響而出現角色衝突、界線問題、親密關係困難、溝通障礙等，常見互動模式為「追逐／逃避 (pursuer-distancer)」，指一方較為急切尋求關係再保證，另一方無力因應而逃避回應，導致關係惡化。

3. 創傷適應資源 (trauma adaptation resources)

包括個體層面與關係層面，首先個體層面為：個人特質、早期創傷經驗、心理韌性、社會支持資源等，關係層面則包含：依附、滿意度、穩定性、適應性、支持、權力、親密感、溝通、衝突與規則等。

在臨床應用上，Oseland 等人 (2016) 整合 Remer 與 Ferguson (1995) 的創傷復原階段及 CATS，針對創傷伴侶治療提出以下三階段：1. 安全與穩定 (safety and stability) 階段，強調建立安全開放的治療環境與健康的伴侶互動模式；2. 創傷處理過程 (traumatic process) 階段，提升倖存者與伴侶的創傷意識，支持彼此共同面對與處理創傷經歷；3. 連結與支持 (connection) 階段，建立伴侶間的深層情感連結，逐步恢復身體親密感。

雖然性侵害對伴侶關係可能產生衝擊，但 Person 等人 (2024) 及 Vitek 與 Yeater (2021) 的研究都發現，性侵害對伴侶關係的負面影響並未達顯著差異，部分倖存者甚至在伴侶關係中展現復原力，在伴侶陪伴下走向創傷後成長 (posttraumatic growth)。雖然兩篇研究都是以異性戀女性倖存者為研究對象，但這提醒研究者，在看待創傷伴侶關係經驗時應納入復原力的眼光，即便創傷會為彼此生活帶來波動，但當伴侶願意共同面對困難並尋求支持，關係反而變得更穩固。Nasim 與 Nadan (2013) 的治療研究也發現，當伴侶見證倖存者的創傷，且倖存者能理解伴侶的壓力，以同理眼光看待創傷對彼此的影響，將有助於更深層情感連結，減輕孤立與疏離，對生活與世界的觀點產生積極轉變。

由此可見，對伴侶來說，除了創傷傳染下產生的次級創傷壓力之外，陪伴倖

存者走過復原之路，也宛若伴侶走了一段自己的次級創傷復原歷程，形成替代性創傷後成長（vicarious posttraumatic growth）。替代性創傷後成長源自於創傷後成長的概念，指重要他人在經歷倖存者的創傷後，也會對自身價值觀、世界觀及彼此關係產生正向轉變，特別常見於父母及助人專業工作者（Willcott-Benoit & Cummings, 2024），雖然此概念尚未見於創傷伴侶關係的討論，然研究者認為替代性創傷後成長之內涵，能夠呼應伴侶逐步看見創傷帶來的正向意義，重建信任感與親密感之過程。

儘管 CATS 及相關研究為性創傷伴侶提供系統性框架，然目前實證研究仍存在多項限制。首先，大多數研究聚焦於圖形左半邊，即倖存者與關係功能的交互作用，但對於圖形右半邊，也就是伴侶與關係功能的交互作用探討有限，且缺乏長期追蹤研究，較難看見伴侶互動的時間變化（Smedley & Nelson Goff, 2024）。其次，現有研究主要以異性戀為樣本，對於 LGBTQ+ 或不同文化背景者尚未被充分探討，較難看見背景中之性別權力差異。

四、伴侶關係中的性別權力差異

除了性侵害造成伴侶關係動態改變，其中性別權力分配也影響決策權、資源掌控、照顧責任與親密互動。在異性戀伴侶中，男性往往擁有較高權力地位，尤其在財務決策與話語權，而女性則在情感勞動與家庭照顧承擔較多責任，這種權力不對等影響對親密關係的掌控，例如在性行為頻率、親密程度及關係界線的決策，男性通常擁有較高主導權，而女性需求可能會被忽視或視為次要（McGeorge, 2010; Sprecher & Felmlee, 1997）。

其中性關係又具有高度權力象徵，異性戀之性腳本往往會要求男性是「主動方」，而女性則被期待「接受」或「回應」男性需求，這種性公民權（sexual citizenship）的不對等，可能導致女性在身體界線上缺乏對自主決定意識，而男性往往忽視了同意的重要，將展現性意圖與開展性行動視為理所當然（Hirsch & Khan,

2021/2025; McGeorge, 2010)。

相較於異性戀伴侶，LGBTQ+伴侶關係之權力動態呈現多元樣貌，但可能仍受到性別二元框架影響。研究顯示，男同志在決策權分配上較接近異性戀男性主導的模式，收入較高的一方通常掌控較多話語權，雖然男同志在性關係的協商上則較具彈性，不過性別氣質「陽剛 (masculinity)」或「陰柔 (femininity)」可能影響關係中的支配與服從 (杜思誠、彭治鏐, 2024; Bepko & Johnson, 2000; Gemberling et al., 2014; Kurdek, 2005)。

相較之下，女同志則展現較平均的權力分配與性別平權意識，雙方傾向共同決策，在日常生活與情感表達具有較高協商性，通常願意透過溝通來調整親密互動方式，不過女同志關係中的情緒勞動 (如：維護關係、情感支持與溝通) 常常成為權力動態焦點，儘管雙方理想上追求平等，但在日常互動中，若某一方長期承擔大部分的情感照顧與溝通責任，就可能形成隱性的權力不平衡 (曾秀雲等人, 2008; Balsam & Szymanski, 2005; Bepko & Johnson, 2000; Kurdek, 2005; Peplau & Fingerhut, 2007)。

經由以上討論，本研究認為當伴侶關係中浮現倖存者的性侵害經驗後，個人背後之性別、權力、性別腳本等背景，也在無形中形塑伴侶如何回應倖存者的創傷，以及兩人的互動模式，因此，本研究期望以 CATS 框架為基礎，描繪在我國性別腳本與文化脈絡下，性侵害倖存者之伴侶承擔何種身心壓力，又如何形塑伴侶互動關係。

第三章 研究方法

本章共分為六節，第一節說明研究取向，第二節介紹研究參與者，第三節描述研究工具，第四節詳述研究程序，第五節呈現研究嚴謹性，第六節則陳述研究倫理。

第一節 研究取向

一、質性研究派典

本研究欲探討性侵害倖存者伴侶之生活經驗，內容為參與者主觀經驗脈絡與思考歷程，研究者將據此作出解釋性理解（*interpretive understanding*），適以質性取向深入探究，且「現象學」焦點於個人生活經驗，使事件完整性得以顯現，與本研究目的相符，因此研究者採用現象學取向作為研究方法。

二、現象學理論觀點

現象學最早由德國哲學家 Husserl 所創，Husserl 認為「現象」並非實存，而是人類意識的展現（鈕文英，2020），其中「意向性」（*intentionality*）是了解人類意識性質的重要概念，即人們的意識總是對著某事物的意識，且將某事某物以如此這般的模樣呈現給我們，又因人們的意識總在變化，現象學主張實體是多元、建構和整體的（李維倫、賴憶嫻，2009）。藉由「回到事物本身」，有助於研究者探討世界如何被人們所經驗，瞭解人們對現象經驗為何，以及如何經驗到現在，藉由研究者與研究參與者交織互動，理解個人生活世界的意義與本質，最後達到現象還原（*phenomenological reduction*）（鈕文英，2020）。

為了實現上述本體論與知識論的主張，在方法學上，Husserl 認為研究者必須「存而不論」，懸置預設觀點與過去知識，拋棄先入為主的習俗、信仰、價值

觀等，而不影響研究參與者的表達，以及對他們觀點的了解，讓現象彰顯自身(鈕文英，2020)。因此研究者需要持續反思自我在研究主題上的過去經驗，抱持開放態度聆聽、好奇、反覆探問研究參與者的表達。

第二節 研究參與者

一、研究參與者招募標準

本研究因考量倖存者之性侵害事件在伴侶關係中浮現後，需要一些時間沉澱發酵，才能看見事件對伴侶自身的影響，及彼此互動關係的漸變過程，因此設定伴侶需知悉倖存者之性侵害事件至少六個月以上，招募研究參與者的標準如下。

(一) 年滿 18 歲以上。

(二) 現為性侵害事件(包含性猥褻事件)倖存者之伴侶，且知悉倖存者之性侵害事件(包含性猥褻事件)六個月以上。

二、研究參與者招募方式與歷程

本研究出於特定目的招募研究參與者，並為確保研究參與者之權益，於 2023 年 10 月 23 日通過本校之研究倫理審查(附錄 1)後進行研究招募。

研究者於 2023 年 11 月發布前導研究招募訊息、google 表單與前導研究邀請函(附錄 2)，初步蒐集研究參與者之姓名、年齡、聯繫方式等資訊，募集一位自願參與前導研究的參與者，以 email 核對研究內容，約定時間於本系諮商室簽定知情同意書及說明錄音同意，並進行 2.5 小時訪談，後依據訪談歷程回顧，調整後續訪談大綱之順序與訪談策略。後續於 2023 年 12 月至 2024 年 9 月，詢問基金會及公家單位有關合作研究事宜，然有幾間基金會回絕申請，幾間基金會則未有回音，同時也藉網路社群平台及個人人際網絡等管道，發布正式研究招募訊息、google 表單及正式研究邀請函(附錄 3)，募集五位自願參與正式研究的參

與者，以 email 核對研究內容及參與者資格意願，約定時間於隱密的短租空間簽定知情同意書並進行 1 至 2 小時的訪談。最後，考量訪談大綱並無修改太多，前導研究亦納入正式研究資料分析，本研究共有六位研究參與者

三、研究參與者基本資料

前導研究於 2023 年 11 月募集一位研究參與者，正式研究於 2023 年 12 月至 2024 年 9 月募集五位研究參與者。六位研究參與者年齡介於 25~55 歲之間，其中順行別女性與順性別男性各三位，另分別有兩位為女同志，一位為異性戀女性，三位為異性戀男性，而其中四位與伴侶交往時間為 5~28 年，另有兩位已進入婚姻關係。訪談皆以面訪進行，而訪談區域其中四位於北部，一位中部、一位南部。另雖然揭露時間點也會影響伴侶關係的演變歷程，但因本研究為初探性質，尚無對此做詳細討論。六位研究參與者的基本資料詳見下表 3-1。

表 3-1
研究參與者基本資料

研究 階段	參與 者化 名	出生指定性 別／年齡 (歲)	倖存 者化 名	出生指定性 別／年齡 (歲)	伴侶關係 存續時間	訪談時長
前導	小珈	女／26~30	光熙	女／26~30	交往 5~6 年	2 時 35 分
正式	烏娜	女／31~35	阿德	男／31~35	交往 2~3 年	1 時 20 分
正式	希拉	女／31~35	琳琳	女／31~35	交往 2~3 年	1 時 34 分
正式	官穎	男／36~40	小音	女／36~40	交往 1~2 年、 結婚 7~8 年	1 時 00 分
正式	文傑	男／41~45	沐妍	女／41~45	交往不到 1 年、 結婚 1~2 年	1 時 19 分
正式	阿輝	男／51~55	柔羽	女／51~55	交往 27~28 年	2 時 06 分

第三節 研究工具

本節呈現研究工具，包含研究者、協同分析者、研究邀請函、知情同意書、訪談大綱、錄音工具與研究者反思日誌。

一、研究者

質性研究中，研究者是重要的研究工具，以下將說明研究者之訓練背景、對研究主題之理解與觀點以及理論視框與位置。

(一) 研究者之訓練背景

研究者大學就讀社會工作相關學系，期間修習家庭暴力防治 2 學分，畢業後考取社會工作師，碩士班就讀輔導諮商相關科系，期間修習行為科學方法論 3 學分與質性研究 2 學分以提升研究知能，並持續參與性別暴力相關課程、講座、工作坊、讀書會、展覽、分享會等相關活動，持續擴展對此議題的理解。實務工作方面，研究者為社會工作師，曾於縣市家庭暴力暨性侵害防治中心之從事成人保護業務數個月，以及性侵害保護工作數年，在職期間不斷進修性侵害防治專業研習訓練，並於 2019 年通過衛生福利部辦理「兒童及心智障礙者性侵害案件之司法訪談專業人員實務檢核（下簡稱司法詢問員）」，並曾任性侵害案件陪同偵訊人員，及現任司法詢問員，自 2022 年迄今於婦幼警察隊及地方檢察署協助詢問約 12 次，投入於性侵害防治工作並積極參與性侵害知能訓練。

(二) 研究者對研究主題之理解與觀點

研究者對此議題之研究興趣，源於擔任社會工作師時，發覺性侵害事件中除了倖存者，重要他人亦面臨多重困境，且其辛酸、掙扎往往難為外人所道。性侵害事件對倖存者而言無疑是生命中的重大創傷，使倖存者深陷於情緒泥淖，反覆

經歷創傷事件，生活功能受到影響，而其身邊親近的家人、朋友、伴侶便成為浮木，支撐著倖存者漂離折磨之海。然而當我把眼光望向被緊緊抓著的那塊浮木，發現有些木質正被海水漸漸侵蝕，不再如想像中強壯而堅不可摧，重要他人成為性侵害事件的次級受害者，只是沒有聲音也缺少注視。

不論是爬梳文獻或實務觀察，重要他人都是倖存者在復原路上的關鍵支持，然而當重要他人自願或被迫站上陪伴者／照顧者之位，「我要堅強」、「我要照顧／保護倖存者」的互動腳本便滲透進倖存者與重要他人的關係中，一則使重要他人扛起過多責任，二則壓抑／忽視重要他人身為「人」的需求。研究者所看見的，是面對父女亂倫事件的母親，夾在相信丈夫與保護女兒之間而掙扎失眠，也是陪伴倖存者直視童年性虐待的伴侶，苦撐著自身疲勞，安慰夜夜因噩夢驚醒的倖存者，然而那位痛苦自責的母親，與疲憊不堪的伴侶又能向誰求助呢。

當重要他人在創傷感染下遍體鱗傷，這些形同次級受創的經驗，往往在陪伴者／照顧者的腳本被消失與漠視，然而研究者相信人活在關係之中，重要他人的身心狀態，與倖存者的復原進程是有交互往復的影響，因此期盼能聚焦於「伴侶」，即倖存者身旁最密切互動之人，藉由深入爬梳伴侶的生活經驗，理解伴侶作為次級受害者的處境，導引更多資源的重視與挹注。

（一） 研究者之理論視框與位置

研究者認為，性侵害是對個人身體自主性、能動主體性及關係界線的忽視、模糊、貶低與戕害，其中牽涉不單單只是「我看你不爽而打你一拳」的身體傷害，更多的是將倖存者物化的權力展現，本質與性別權力之不對等息息相關。研究者以「女性主義」作為本研究之主要理論視框，隨著女性主義發展演進，如今來到第四波女性主義，其關注的不只是男／女性的二元對立處境，而擴大關注在父權體制下，強／弱二元分野所形塑的弱勢處境，並試圖含納多元族群的聲音，在臺灣這些相對缺乏話語權的群體包含：多元性別、新移民、原住民、性別暴力倖存

者、政治受難倖存者等等。

源於社會工作訓練對不平等與弱勢的關注，研究者期能藉由研究為性侵害議題發聲，特別是在倖存者身邊的「伴侶」。研究者觀察「伴侶」作為倖存者之重要他人，承擔著形同倖存者一般的多重壓力，同時研究者也試圖探討性別權力結構，如何隱微地影響性侵害倖存者及其伴侶的互動經驗，而性別腳本與社會汙名又將如何作用在性侵害事件後的伴侶關係。

研究者認為性侵害、性騷擾、數位性暴力都屬於性別暴力的一種形式，究其本質即為加害者與倖存者間的性別權力不對等，而這些不對等，似乎根源於父權體制「做性別（doing gender）」過程，讓人們毫無防備進入社會後，服從於特定性別腳本：男性——陽剛／強勢／積極／主動；女性——陰柔／溫和／消極／被動。這一套性別建構，使得任何關係中的掌權者，會不假思索地站上支配、壓制之位，與受宰制、受支配的一方形成強／弱二元之況，而這一切性別權力運作的習以為常，都讓加害者仗著男性或權力優勢為所欲為，而倖存者則可能內化相對弱勢而消權的語言，存有深深的羞恥感、罪惡感和無力感，如同整個社會對弱勢方所施加的煤氣燈效應，讓身處受害情境中的人們，難以意識到自己遭受的是實實在在的傷害，更枉論為自己發聲。

研究者之所以選擇指稱加害者為「掌權者」，是因為性別暴力現場加害者並不一定總是男性，若納入多元性別及權力眼光，加害者可能是任何性別、任何人，加害情境也可以發生在任何場域，比如：公司女主管對男職員性騷擾、同志伴侶中較具經濟或社會地位的一方對另一方施加性暴力、家長對孩子性侵害、教保員觸摸學童私密處等等。性侵害事件除了對倖存者產生一生的影響，也會擴及周遭的重要他人，若性別暴力與階級、性少數、宗教、家庭關係等複雜因素交織，倖存者與重要他人往往會因著少數群體壓力而更難言說。

除此之外，研究者認為華人對集體與和諧的尊崇，往往會讓社會傾向「淡化、否認、忽視」傷害的存在，因為當人們選擇正視傷害，勢必會讓加害者或者加害事實現形，而這種現形將可能動搖到父權體制的權力核心，又或者必然迎向衝突

與解構，比如：2022 年底#MeToo 運動在政壇與影劇圈掀起動盪，狠狠撕開一直以來擁有良好外衣的政治家、導演、文壇巨擘、公司高管……等等高社經地位者，讓世人得以一窺潛伏在光鮮亮麗底下的醜惡、剝削與貪婪。不過，從種種護航加害者、指責倖存者的言論，我們不難發現那種「表面和諧被破壞」的不安焦慮，根深柢固的鑲嵌在華人文化脈絡中，乃至於強化了加害者與倖存者之間強弱二元的對立性，隨之而來就是言論極化，及相互的攻擊與不理解。

雖然臺灣#MeToo 浪潮相較國外開始的晚，如今仍是一波一波襲來了，而在這些巨浪下，解構性別權力有其根本上的重要性，也是促進社會反思與重構的力量，但研究者認為「人」的生活經驗也很需要被認真聆聽與理解，因此秉持謙卑與尊重看待研究參與者作為行動主體的每個選擇，並誠摯感謝他們的信任與訴說。研究者並未試圖以女性主義指責每個個人，而是期待能在頗析一切理所當然後，對現行社會體制提出反思，也照見個人選擇順應、挑戰、叩問的能動主體性。

（二）研究者之多重角色

研究者在本研究中，同時擔任研究設計者、蒐集資料者、錄音謄稿者、資料分析者與結果撰寫者等多重角色。在正式執行訪談之前，研究者反覆覺察自身與性侵害相關的個人經驗，以及閱讀相關文獻，對研究主題有基本周全的理解，同時保持探究的好奇心，並與指導教授定期討論，完成前三章內容之撰寫。為確保對研究參與者經驗之理解與保密原則，研究者將擔任訪談者與謄稿者，並於過程中撰寫反思日誌，避免以自身主觀意識過度解讀研究參與者之經驗。最後研究者亦會擔任研究結果的撰寫者，整段研究歷程中，將持續與指導教授討論和修改書寫內容，以求增進研究嚴謹性，並如實呈現研究結果。

二、協同分析者

為提升資料分析之可靠性，研究者於資料分析階段，邀請一位協同分析者協

助分析逐字稿。協同分析者為社會工作相關研究所畢業，在學期間曾以研究訪談員與分析員身份執行質性研究計畫，其畢業論文同樣為質性研究取向，現於大專院校從事輔導相關工作。

三、研究邀請函

研究邀請函之用意在於說明研究目的、欲招募研究參與者之標準、訪談的進行方式、時間、地點、次數、錄音與保密原則等資訊，供潛在研究參與者對本研究有初步理解，以評估參與研究的意願和決定是否參與研究，有意願參與的研究參與者，可透過邀請函上的網址或 QR Code 填寫表單，供研究者聯繫之用（見附錄 2、附錄 3）。

四、知情同意書

知情同意書之用意在於維護研究參與者的權利，內容包含研究目的、訪談的進行方式、時間、地點、次數、錄音與保密原則等資訊，供欲研究參與者再次詳閱，於進一步理解後同意參與，知情同意書將研究者與研究參與者以親筆簽名或電子方式簽屬後各持一份知情同意書（見附錄 4）。

五、訪談大綱

本研究以半結構式訪談進行資料收集，作為訪談歷程的架構指引。根據研究目的與問題，與指導教授反覆討論，確定研究訪談大綱後（附錄 5）。前導研究訪談與分析後，整體訪談歷程對話順暢，訪談大綱並無大幅度更動，故作為正式研究使用。

六、錄音工具

本研究將於訪談過程中使用電子錄音設備以輔助資料蒐集的完整性，音檔加密保存，並於研究完成後銷毀。

七、研究者反思日誌

研究者於每次訪談結束後撰寫研究者反思日誌，記錄下訪談的概要歷程與內容、自身於訪談前、中、後的心得與收穫，以及在資料分析期間，記錄自己反覆閱讀文本的省思與靈感，作為研究者自我覺察與研究討論的素材。

第四節 研究程序

本節說明研究進程序，包含：研究成形與準備、研究倫理審查申請、前導研究與調整、招募與資料蒐集、資料整理與分析。

一、研究成形與準備

研究者選擇有興趣探究的「現象」，即在擔任社會工作者期間與日常生活中，觀察性侵害重要他人之心路歷程，並投入時間閱讀文獻，定期與指導教授討論，聚焦研究主題與研究方法

二、研究倫理審查申請

研究者為了維護參與者權益，申請本校研究倫理審查之微小風險審查，確定獲得核可後再行前導研究與正式研究之招募程序，核可證明請參閱附件 1。

三、前導研究與調整

為了檢視研究方向及訪談大綱的適切性，研究者在正式招募與執行訪談前，訪談一位自願參與之參與者，以此經驗及研究參與者的回饋，作為調整訪談大綱的依據。進行前導研究過程中，研究者發現以訪談大綱文句進行引導及對話，整體過程流暢無礙，因此在訪談大綱上並無大幅度修改。

惟在訪談過程中，研究者有時會過多同理而切換到諮商對話模式，以至於有較多的情感反映，致使研究參與者之情緒詞彙有部分為研究者代答，這提醒研究者須留意自身立場與情緒並適當懸置，維持在專注聆聽之位，將陳述主權回歸參與者，研究者也據此經驗調整正式研究之訪談模式。

四、招募與資料蒐集

透過前導研究確立訪談大綱後，研究者發布正式研究邀請函，預計訪談四到六位參與者。潛在的研究參與者可透過邀請函中的表單填寫基本資料與聯絡方式，研究者主要以 Email 逐一聯繫符合招募標準的參與者，並於正式訪談時說明知情同意書及訪談大綱，再次詳述研究目的、訪談進行方式、時間、地點、次數、錄音與保密原則等資訊，澄清研究參與者的疑惑，並請研究參與者初步檢視自身經驗能否回應研究問題，當研究參與者同意參與研究後，由研究者與研究參與者簽署知情同意書並各持一份。

訪談後，研究者將把音檔謄打為文本資料，並撰寫反思日誌，進行初步的資料整理與反思，與指導教授討論資料的清楚度與飽和性，判斷是否需要進行第二次訪談及是否需要持續招募研究參與者。

五、資料整理與分析

本研究以現象學理論進行資料分析，研究者參考鈕文英（2020）之見，依循

「整體—部分—整體」的形式，綜合分析之步驟如下。

（一）謄打逐字稿及編號

訪談錄音檔謄打為逐字稿時，研究者反覆聆聽確認其正確性，並以文字或代號加註停頓、語調變化等非語言訊息，而後將逐字稿進行編號。研究者的代號為 R，前導研究參與者之代號為 A，五位正式研究參與者依序為 B、C、D、E、F，再標示訪談句數與分析階層，例如：編號「B-a020」代表研究參與者 B 第一次訪談時的第 20 個意義單元。

（二）整體聆聽、閱讀與反思，撰寫描述文

研究者反覆聆聽錄音檔及閱讀逐字稿，透過以第一人稱改寫之描述文，試圖靠近研究參與者的主觀經驗，對其表背後的意義和主題保持開放與好奇，留意自身保持現象學理論中「存而不論」、「懸置先見」、「現象還原」的態度，並記錄下聆聽與閱讀歷程中的省思。

（三）標記意義單元

研究者提取逐字稿中有意義的重點、事件、感受與想法，加以劃記，並給予初步的開放性編碼，成為意義單元。分析過程如表 3-2。

表 3-2

「逐字稿流水號」到「意義單元編碼」分析過程示例

逐字稿 流水號	逐字稿內容	意義單元編號
B-20	那時候我記得有在做的東西是，就是我們針對，肢體接觸的一些，那算什麼，底線或者是規則是講清楚的。	我們針對肢體接觸的一些底線或者是規則是講清楚的（B-a020）。
R-21	就是不論是對你的或對他的。	
B-21	對。因為就變得想的是，因為我也會擔心我會不會，有一些，碰觸或是什麼的，會讓他想起很不好的回憶，或是什麼的然後，然後甚至更進一步就是親密行為，也都是都有先，先，或者說，反正就是有，有在一直在調整跟彼此確認，這樣。	因為我也會擔心我會不會有一些碰觸或是什麼的，會讓他想起很不好的回憶，然後甚至更進一步就是親密行為，有在一直在調整跟彼此確認（B-a020）。

（四）將摘要性述命名為概念；群聚概念為類別；群聚概念為主題

研究者將意義單元精簡為摘要性描述，再將摘要性描述命名為概念別，將概念歸類為類別，最後將類別群聚為主題。

表 3-3

「摘要性描述」群聚到「主題」分析過程示例

摘要性描述	概念	類別	主題
我會更留意希望我自己能坦然接受，希望他在我面前可以自在做自己，比如他因為小事要大哭，我都可以。	研究參與者努力成為伴侶的支撐。	自我期許預作準備	自我期許與議題關注
我希望能讓他累積這樣的經驗，讓他知道不需要在意社會觀感或標籤，我不在乎，然後也需要更多私密的對話來累積。	研究參與者藉由對話為伴侶營造安全空間。	自我期許預作準備	
我會留意用詞，讓與我對話的人是自在的。吐槽開玩笑還是會，但因為我也在意標籤，用語會特別注意。	研究參與者留意自身用語避免標籤。	自我警惕與調整	

(五) 再次閱讀、回到整體、陳述現象本質

回到整體層次，再次閱讀每個主題，必要時重新歸納分類與安排段落文句。

(六) 研究參與者檢核

研究者於分析過程與協同分析者討論，並於分析完成後，邀請研究參與者共同檢視與調整描述文，以求資料之真實性，避免研究者的主觀經驗涉入，其中烏娜建議補充脈絡，包含在「不希望反過來安慰我」後面增加「避免出現不必要的衝突」，及修正原本內文缺漏的字詞；希拉則新增少許說明，包含「我變得比較小心男性」，以及加入「畢竟他們可能...」的连接句；文傑則建議將原本較為西式的匿名（傑斯）改為中文匿名。同時亦請研究參與者檢核文字呈現上對其身份的保密性是否做足，對此研究參與者多無意見。

第五節 研究嚴謹性

鈕文英（2020）整理諸多學者的觀點，以五大指標說明質性研究的嚴謹性，以下說明其內涵與本研究如何實踐，另本研究已送交本校之研究倫理審查通過核可（見附錄 1），以維護研究參與者權益。

一、可信賴性（credibility）

指研究結果的正確性與真實性。研究者的實踐作為包括於研究歷程中與指導教授持續討論、檢核，據此反覆省思與修改逐字稿編碼及群聚分類，並在訪談歷程中與研究參與者建立互為主體的互信關係，讓研究參與者能自然敘說自身經驗。

二、可轉換性（transferability）

指研究參與者的經驗與感受能以文字進行厚實描述（thick description），涉及研究過程中所有資料的轉化程序是否詳實透明。研究者透過進行前導研究、於訪談結束後和資料分析期間撰寫反思日誌，以及於本章第五節中，詳實描述資料轉化與分析的歷程。

三、可靠性（dependability）

指研究結果可以重複驗證。研究者的作法包括親自招募及訪談研究參與者，並自行謄打逐字稿，於訪談歷程中建立互為主體的互信關係，透過知情同意的過程確定雙方權利義務，並在描述文撰寫完成後交由研究參與者檢核。

四、可確認性（confirmability）

指研究結果的客觀與中立程度。研究者在研究歷程中與指導教授持續討論、

檢核，並撰寫反思日誌促進自我覺察，據此反覆省思與修改及群聚分類。

五、解釋有效性（**interpretive validation**）

指在特定的時空背景下，研究者使用的主題命名、用字遣詞需真實且貼切，達最佳的詮釋性。本研究的具體作為包括於研究歷程中與協同分析持續討論，並與指導教授來回檢核，並撰寫反思日誌促進自我覺察，據此反覆省思與修改逐字稿編碼及群聚分類。



第六節 研究倫理

為維護研究參與者權益，研究者於研究進行過程中謹守研究倫理，包含免受傷害與互惠原則，隱私保密與匿名原則以及知情同意原則。

一、免受傷害與受惠原則：申請研究倫理審查

指研究者應關照研究參與者在參與研究的歷程中，如何留意和降低潛在的風險或身心上的不適，維護其福祉，以及關注研究參與者能得到什麼好處，研究者又能如何回應研究參與者以示感激。研究者的實務作法如下。

研究取得本校研究倫理審查核可（見附錄 1）後再行研究參與者招募程序。訪談中透過語言或非語言訊息，留意研究參與者回想和重述與性侵害倖存者互動經驗時，是否引發身心上的不適感，以及主動詢問是否有透過社會局、心理諮商等途徑獲得協助，若研究參與者需要，研究者將提供可運用的社福管道、法律資訊與諮商資源。

於研究結束後，主動告知研究參與者研究結果，提供研究參與者發聲、討論、省思的機會，並支持他們向重要他人分享研究結果。於研究結束後，向每位研究參與者提供 100 元超商禮券，以示感激之意。

二、隱私保密與匿名原則：刪除可被辨識之資料

指尊重研究參與者的隱私，在研究流程與資料呈現中上注意保密與匿名，除非研究參與者自願同意公開其身份，否則研究者對足以辨識其身份的資料，都應以匿名或代號處理。研究者回應此原則的作法如下。

訪談中僅蒐集與研究問題相關之必要資料，避免過度探詢其他個人隱私經驗，且對於研究參與者的種族、性傾向、宗教信仰等背景資訊，研究者皆不會主動詢問。本文中所有可能辨識研究參與者之人名、地名、區域名、學校名等，皆會以

匿名或代號呈現。完成描述文後，向所有研究參與者核對內容，確保其身份保密性、不被辨識。電子研究資料將加密保存與傳送，書面檔案則會歸檔妥善收存。

三、知情同意原則：清楚說明研究參與者之權益

指研究參與者對研究主題、內容與流程資料保存等面向，有全面的理解與清楚的認識，並自主決定參與研究。研究者的具體實踐方法為：正式研究開始前以及訪談開始前，逐一說明研究主題、內容、流程存等資訊，並與研究參與者討論其疑問，確認其清楚理解與自願參與，並有退出之權利。





第四章 研究結果與分析

本章共分為七節，前六節分別陳述六位研究參與者的訪談內容描述文及分析結果，最後一節為跨案分析，綜整研究參與者作為伴侶之生活經驗，以回應本研究問題：伴侶知悉倖存者之性侵害事件後，對自身的影響為何，雙方之互動經驗為何。

第一節 小珈作為性侵害倖存者伴侶之生活經驗

研究者針對小珈的訪談逐字稿進行整理和分析，以下將以第一人稱呈現小珈作為伴侶之生活經驗，並分析整理光熙之性侵害事件對小珈自身的影響，以及對雙方互動之影響。

一、小珈的描述文

小珈為本研究之研究參與者，談論與倖存者（下稱光熙）交往前共事經驗，交往後生活起伏，自身身心壓力調適及彼此溝通協調的過程。小珈為順性別女性，約 26~30 歲；光熙為順性別女性，約 26~30 歲，兩人交往約 5~6 年。

性侵害事件揭露的衝擊，對光熙增加關懷

我與光熙是在工作場合認識的。身為資深同事，我會教導和照顧新進人員，但當時因準備離職，並未特別帶領她。我只是間接從他人口中得知她似乎經歷過一些事。雖然我在團體中並不活躍，但她會主動約我聊天，因此我們漸漸有了互動。

某天下班一起吃飯時，她笑著以《房思琪的初戀樂園》為引，揭露了她過往的性侵害經歷。當下我很慌張，而她後來邊說邊哭，我不知該如何反應，也很訝

異她會告訴我這些，畢竟我們認識不久。自從知道她的經歷和身心狀況後，我會多加留心、關照她，下班後也會陪她聊天，但仍維持一般同事的互動方式。直到正式交往後，我才將她視為自己的責任。

時刻警覺與自我懷疑，心情難以對外言說

交往不久，有天晚上通話時她不斷哭泣，我急忙趕到她家，發現她狀況不穩且疑似服藥過量。出於擔心，我搬去與她同住。此後近兩年我無法安睡，深怕一不留神她會出事。為避免她獨處，我想時時看顧、保護她，例如親自接送。但這讓她感到失去自由，她和朋友們也無法理解我的做法，這使我感到難過且為難。

面對她反覆嘗試自殺，我曾懷疑：若她想離開人世，救她、強留她是否才是錯的。直到確認她對世界仍有留戀，我才稍感安心。後來我明白是她的身心狀況讓她想死，而我確實需要救她。我視她的這些自殺企圖為意外，儘管過程艱難，但我慶幸她始終平安無事。

親友提供理解與支持，但也曾帶來傷害

起初我不曾向人傾訴這些心情，因為這涉及她的隱私，且我也不知從何說起。直到我實在承受不住，才告訴姊姊，她是唯一會傾聽而不批評的人。那時我的心力都投注在光熙身上，很少與家人朋友來往。幸好姊姊居中協調我與家人的誤會，更幸運的是，後來家人完全接納了我和光熙。

我努力讓光熙融入我的交友圈。當時有位朋友知道她的事，在我不知所措時願意提供協助，也會陪她聊天。不過他曾說出令我感到受傷與不被理解的話，這成了我痛苦的回憶，至今想起仍會感到難過與憤怒。

光熙住院及反覆吞藥，不得不向家人曝光

談到最低潮的經歷，我認為是她住院期間。我無法陪在她身邊，她也很不適應醫院環境，我們都很痛苦。但這也是我少有能稍作喘息的時刻。當時醫院和公司都很體諒，給了我許多彈性。她出院後，我盡己所能地照顧、陪伴她，但後來她違背承諾再次吞藥，我崩潰地打電話給她家人，他們這才得知她的狀況。

她的家人是個敏感話題。她出院後，他們曾對我生氣、冷戰，我時常需要在她與家人之間擔任橋樑。他們明確表示不接受同性戀，我也感受到他們對我的排斥，因此我刻意避開與他們接觸。但這卻導致我後悔的事發生，我無法及時確保光熙的安全。所幸隨著時間推移，他們開始善待我也默許我們的關係。

溝通關係需求進進退退，逐步達成共識。

我對男性失去信任，特別是在我們男性較多的工作圈子裡。早期我覺得她不太會評估風險，擔心她在工作時遇險。為確保她的安全，我們偶有衝突，但經過協調後，約定互相報備行蹤，這讓彼此都能安心。關於性，我理解她過往的創傷經驗帶來的影響，我們已達成共識。雖然我有需求，但我認為她的快樂更重要。早期我會因此懷疑她對我的感情，但我知道她會用其他方式表達愛。

然而，長期保持警戒讓我缺乏安全感。將她的需求置於首位時，我也感到委屈、受挫。在她情況好轉後，我開始關注自己的需求。起初我不敢期望太多，也怕在溝通時傷害她，只能循序漸進地表達我的需要。我不安時會急著和她討論，她有時會拒絕對話，但我不怪她。重要的是，我們願意相互理解，吸收相關資訊，慢慢達成共識。

諮商與他人復原經驗，燃起陪伴希望

早期網路上很少看到性創傷復原的成功案例，這讓我們感到悲觀。直到讀到陳潔皓的《不再沉默》才燃起希望，而徐思寧的《遠方有哀傷，此地有我》則讓身為陪伴者的我感同身受。從中我明白，持續的陪伴能帶來復原的機會。分享這些經驗很不容易，我由衷感謝他們。

除了閱讀外，諮商為她帶來重大改變。一開始她抗拒諮商，我便私下使用健保諮商幾次。心理師的理解給了我支持與慰藉，也讓我更了解性創傷倖存者。有人可以傾訴很好，可惜受限於時間無法持續。後來在醫院協助下，她開始接受諮商。雖然因健保時數限制，加上我們遷居後難以定期安排與心理見面，但我發現她能接納心理師的建議，有很大的轉變。我也持續蒐集創傷相關資訊與她討論。

共同堅持與成長，珍惜當下並關注議題

決定與她交往前，我就承諾不輕言放棄。她對我來說很特別，我珍惜這段關係和現在平凡的日常。我知道她走得很辛苦，但我看見她的努力與進步，無論是在工作中獲得的成就感，還是持續近兩年的諮商，這些都是關鍵的轉變。

回首這段歷程，儘管艱辛，我仍感受到許多美好。當她情緒穩定時，她會認真聆聽我說話，我們一起散步、聊天、看書。撇開創傷不談，她本質就是個美好的人。這些親密的陪伴給了我力量，我深信雙向的能量交流很重要，這讓我感受到我們在一起努力，而非我獨自奮戰。

若能重來，我希望能更早知道如何因應光熙的身心狀況。在吸收相關資訊後，我學會了更好的溝通方式。我現在特別關注性侵相關議題，期待有朝一日能分享我們難得的成功經驗，為其他倖存者和陪伴者帶來希望，讓這個議題受到更多重視。

二、小珈經驗的分析結果

研究者針對小珈的訪談逐字稿進行整理和分析，呈現其在知悉光熙的性侵害事件後，對小珈自身及雙方互動關係之影響。

(一) 知悉光熙之性侵害事件，對小珈自身的影響

小珈在知悉光熙的性侵害事件後，對其自身身心調適、伴侶關係因應及世界觀都有影響。經分析歸納為「身心波動」、「增加照顧」、「處境為難」、「接收外界資訊及專業資源」、「轉變創傷觀點」五個次主題。

1. 身心波動

小珈在光熙揭露過往性侵害事件後，當下錯愕之餘，在兩人進展為伴侶關係後，為了照顧光熙長期保持警戒，多次處理生死議題讓其產生自我懷疑，交往時關係的浮動也加深小珈的不安全感。

(1) **面對揭露感到錯愕。**小珈在與光熙尚未熟稔時，毫無預期地聽聞光熙揭露自己的性侵害過往，基於性侵害倖存者近在咫尺的真實性，讓小珈當下錯愕，似乎處於衝擊之中而頓時不知道如何反應。

「因為我沒有這麼近距離的，就是知道身邊的人有發生這種事，可能蠻錯愕的吧，就是覺得：喔！怎麼這麼嚴重的事情，真的發生在我眼前的這個人身上。」(A-a004)

(2) **為照顧光熙保持警戒。**為了能更立即地照顧光熙，加上擔心光熙安危，小珈搬去與光熙同住。然而在巨大且密集的陪伴壓力下，小珈需要長時間保持警戒，睡眠容易中斷，生活作息也變得較為紊亂，難以獲得喘息的空間。

「我有很長一段時間是沒辦法熟睡的，就是真的很久，我只要聽到一點

風吹草動，我一定要醒來。……（略），所以我要隨時在警備狀態。那其實真的蠻硬的。蠻長的，應該有幾年吧。」（A-a015）

（3）面對生死的自我懷疑。當光熙因反覆自殺進出醫院時，小珈曾懷疑拯救光熙的決定是否正確，也對處理光熙的生命危機事件感到身心俱疲，直到確認光熙對世界的留戀才稍微安心，也得以放下內心對自己的懷疑。

「可能比較早期的時候，我也有懷疑過，就是我這樣做是不是不對。就是如果今天這個人，她就是想要離開，那我硬把她留下來，是不是我做的才是錯的決定。」（A-a018）

（4）互動產生不安全感。小珈除了需要因應光熙的突發事件之外，身為伴侶也常會感覺被光熙推開，長時間讓小珈變得比較沒有安全感，即便光熙狀態好轉，小珈仍無法在短時間內解除內心警報，依舊會為了光熙而害怕、擔憂，不安全感也難以消退。

「她早期會有一些奇奇怪怪的行為，然後她也會一直把我推開，所以在這麼長的時間下，我就會變成一個非常沒有安全感的人。她開始比較好了，她可能會覺得，喔，那應該不用再那樣了，但我其實還是不安全感的狀態。」（A-a052）

2. 增加照顧

小珈除了在工作與生活上增加照應，也在光熙狀況差時提供安撫陪伴，同時也在心裡期許對關係負責。

（1）照應光熙的工作與生活。在知道光熙的經歷後，小珈藉由閱讀性創傷相關書籍及資料，試圖理解光熙的身心狀況，並主動在工作及生活上多加體諒及關照

光熙，兩人因此成為較緊密的同事與朋友關係。

「我後來就是開始看那本書（《房思琪的初戀樂園》），想說瞭解一下她怎麼了，工作上可能就會比較有注意她吧，就照顧她一下。如果她需要 cover，就幫她 cover 之類的。然後就是陪她聊，可能聊到一半她就會突然不見了。然後其他的時候就是一般的工作相處。」（A-a009）

（2）安撫陪伴。兩人交往後，小珈親眼看到光熙較混亂的狀態，讓小珈感到衝擊與慌張，雖當下試圖保持冷靜提供安撫，離開後則難以放心，加上當時小珈對光熙的身心狀況並不熟悉，便試圖聯繫可能了解光熙狀況的朋友，查網路資料，期待自己能更妥善地照顧光熙。

「因為我第一次去的那時候，她就是可能剛好是狀態比較差的一個晚上。……（略），她沒辦法認出我，就是她看到我，她是害怕的，所以就是有安撫她一下。」（A-a013）

（3）對關係的自我承諾。小珈理解光熙的身心狀況後，在決定交往前就自發許下對關係的承諾，期許自己要對關係負責，也願意投注全副心力，即便遭遇再多困難也不能輕言放棄，同時也會避免將壓力加諸於光熙。

「如果我今天是像一般一樣的交往，然後不 OK 就離開，一定對她來說是更大的傷害。所以我在跟她交往前，我就有自己先承諾自己，我今天做了這個決定，我就要負責任到底。但那個承諾是我自己給自己的，我不是去對她說，比較不是要壓迫她什麼。」（A-a030）

3. 處境為難

小珈在照顧光熙的過程中，基於密切照顧而更少與朋友互動，也因保護隱私而選擇保密，直到難以忍受才向親近親友求助。

(1) 保護光熙卻不獲支持。由於擔心光熙單獨一人會出事，小珈會採取保護行動，比如親自接送、要求報備行蹤等，然而小珈的行為似乎無法被光熙及其友人理解，這讓小珈感到難過與孤單，難以獲得支持，而確保光熙安全背後的理由也難為外人所道。

「但是，他們還是會覺得，就是可能我們黏得太緊了啊，就她還有她的朋友。……（略），他們可能就會覺得，我真的管太多了，然後真的沒有給她一點空間什麼的。但事實上，給了空間出了事也是我要處理的啊。」

(A-a022)

(2) 為照顧光熙而人際變動。在人際關係上，雖然小珈本來就比較少與朋友互動，但當小珈將生活重心放在光熙身上後，仍自覺與朋友較為疏遠，不過小珈認為這方面的變動比較沒有影響到自己的心情。

「我覺得那時候，大家應該會覺得我很奇怪，就是因為我覺得，所有的心力都在光熙身上。所以可能我其他的朋友們（都知道我的習慣），不過我本來就不是一個常跟朋友聯繫的人，所以好像也還好。」(A-a076)

(3) 權衡隱私而較少求助。基於尊重光熙的隱私，小珈大多壓抑自身需求與感受，甚少向外求助。在光熙狀態不穩定時大多自行因應，除非事態緊急才可能會向較親近的友人求助，即便要與他人分享心事，也會在取得光熙同意後才行動。

「後來跟我的友人 S 還有另一個那個朋友講，其實我也是，就是光熙接受 OK 我才去說的。當下的時候可能沒辦法，因為當下她狀態不太好，

但後面如果我還有持續跟他們討論，我是有先讓她知道的。」(A-a027)

(4) **長期累積壓力而情緒崩潰**。面對難以負荷的身心壓力，小珈終究需要宣洩窗口，但也是壓抑到無以為計，才決定向信任的親友訴苦，傾倒積累多時的情緒。

「然後到有一次我是真的覺得不行了，我真的瘋了，我就打給我的姊姊，然後我就大哭。」(A-a066.2)

4. 接收外界資訊及專業資源

小珈為了陪伴光熙及維持伴侶關係，藉由閱讀與諮商提升知能，也在看到他人復原經驗時影響陪伴信念。

(1) **理解關係波動**。為了更適當因應光熙的身心狀態，也為了緩解內心對彼此關係的困惑，小珈藉由閱讀提升對光熙的理解，這也有助於其保持耐心與光熙溝通。

「但是後來我就是去看了一些書，我就知道就是，那個狀態下她就是這樣，然後我也可以理解她為什麼會想把我推開，但她又其實是想跟我好的。只是因為她會覺得自己沒有價值，所以沒有資格。」(A-a029)

(2) **他人復原經驗影響陪伴信念**。小珈認為當時網路上缺乏性創傷復原成功的實際案例，反倒是較為負面悲觀的訊息，讓其一度為彼此的未來感到絕望。

「他們(指網路社群分享)都是比較悲觀的，都是盡量吧，但應該很難，或者是說沒救了。」(A-a042)

而在陳潔皓與徐思寧以「性侵害倖存者及陪伴者」身分現身的書籍問世後，小珈從中看到一絲曙光，也更堅定自己對於陪伴光熙的信念。

「我覺得那個陳潔皓的書，對我來說也幫助蠻大的。……（略），就是我知道，就是只要好好的陪，就是有機會這樣子。那個應該對我來說滿重要的、滿關鍵的，所以我很感謝他。」（A-a043）

（3）認識性創傷。小珈曾短暫使用過諮商，雖然當時安排諮商的時間較零碎，但讓小珈有訴說的空間以及被理解之感，也幫助自己更認識性創傷倖存者，同時意識到陪伴倖存者的過程無法躁進，需要慢慢來、進進退退。

「因為他（諮商師）就說像他們這樣子的重大創傷的人，他們就是會需要一次一次的，就有點像一杯水，然後慢慢的去倒掉一點。……（略），但是他（諮商師）讓我知道這個其實都是過程，就是一點一點的，所以我到後面也知道，喔沒關係，這就是中間的倒一次這樣子。」（A-a038.2）

5. 轉變創傷觀點

小珈試著堅守當初對伴侶關係的承諾，也因著理解陪伴的難，期許自身經驗能為他人帶來幫助，至今回首過往仍提醒自己珍惜當下。

（1）期許分享自身經驗。小珈從他人真實的復原經驗中獲得很大的幫助，也期待自己能分享與光熙之間難得的成功經驗，以及與陪伴者有關的資訊，雖然基於隱私等考量尚未付諸行動，但小珈仍相信陪伴對於性侵害倖存者的重要性。

「我之前也一直想要分享一些陪伴者的東西，但我會覺得好難喔，……（略），因為今天如果真的要寫，還是會揭露一些光熙的事情。所以就一直擺到現在還沒寫。」（A-a045）

(2) 回首過往珍惜當下。每當回首過往的不容易與艱難，小珈仍會落淚，但也更珍惜現在得來不易的日常生活與彼此。

「其實每次想到，其實都還是會想哭。……(略)，雖然那段時間真的很艱難，我們現在真的很珍惜彼此，很珍惜生活。」(A-a074)

(二) 小珈知悉光熙的性侵害事件後，雙方之互動經驗

小珈認為光熙的性侵害事件，對伴侶關係的需求表達、相處磨合，及彼此與親友的互動都有影響。經分析歸納為「關係的不安定與困惑」、「親友的挑戰和支持」、「關係維繫的重要因素」三個次主題。

1. 關係的不安定與困惑

小珈分享在維持伴侶關係的過程中，感受到彼此關係浮動，且困難溝通自身需求，以及尊重光熙而調整性關係。

(1) 光熙身心波動使關係浮動。小珈認為光熙可能因為個人狀態波動，會讓小珈有種被推開又和好，無所適從的感覺，彼此關係較為浮動，這也讓小珈感到困惑、無助。

「因為她自己狀態不好，然後她會覺得她不值得，所以我對她好的時候，她有時候是把我推開的，我們會一直在那個被推開然後又好，又被推開的那個來回裡面。」(A-a028)

(2) 小珈溝通自身需求的困難。在光熙狀態好轉後，小珈意識過往因為照顧光熙，自身需求長期受到壓抑，未能在伴侶關係中獲得重視，又因積累多時，兩人花費諸多時間與心力不斷溝通，成為另一道關係難題。

「但因為過去以來，我會把我的需求放在後面，不會去跟她討論，但她

開始變好的時候，我也是已經累積了很多很久時候。所以我們中間也有很長的時間，一直在溝通我們之間的相處，也是另一個難題這樣子。」

(A-a049)

(3) 小珈對性關係的妥協。至於性關係，小珈能理解並尊重光熙對性的抗拒，雖然早期會因此懷疑光熙對自己的愛，而略有不安全感，但仍能在互動中感受到光熙的付出，以及彼此關係的特別。

「就是我的需求（指性需求），會想要，但是另一個是，我會懷疑她對我的感情，就會覺得她是真的喜歡我嗎，她真的覺得我對她是有吸引力的嗎，還是她只是因為她習慣我的照顧，或是只是把我當朋友之類的。」

(A-a081)

(4) 小珈對男性不信任而起爭執。在知悉光熙的性侵害事件後，小珈對男性的信任降低，初期對光熙與男性的互動感到困惑，認為光熙較未妥善評估風險，因此和光熙略起爭執。

「我覺得，就是為什麼要去跟一個，就一副就是看，就是看著妳的外表，然後要來跟妳聊天的人，持續的跟她聊天呢，就是那時候就有一點點小爭執啊，我覺得那個就是在她早期還很混亂的狀態。」 (A-a078)

2. 親友的挑戰和支持

小珈談到彼此之間共同友人、雙方家人對伴侶關係的不同影響，包含加劇關係緊張及提供包容支持。

(1) 共同友人對小珈造成傷害。小珈提到當時某位友人不一致的言行令自己感到受傷，甚至光熙與友人會站成一線，小珈感覺自己被指責，也不被理解，釋放

的求救訊息也未受重視，因此讓溝通關係的過程更加受挫，成為小珈痛苦的回憶。

「就是我知道她們兩個都還在聊天，但我很痛苦，而且有一段時間，就是我覺得這好像是我最大的創傷了吧，……（略），因為我有持續的，就是我剛剛有說，其實我有持續的釋放消息，但我發現她們兩個人完全不在意，然後，然後我就，就放棄了。」（A-a088）

（2）向光熙家人求援反造成伴侶關係緊張。家人是光熙的地雷，某次危急關頭小珈打破與光熙的約定，向光熙家人曝光其身心狀況後，小珈感覺彼此關係降到冰點，一度感到不安。

「可能一部分是因為我，我打破了不告訴她爸媽的這個約定。但她也打破了啊，就是她答應我不吃，她還是吃，吞藥。然後她在醫院，後來接回家，就有一段時間我們是，就她不太理我的，就是算是比較冷戰的情況。」（A-a067）

（3）雙方家人的接納與默許。光熙家人無法接受同性戀，讓小珈感覺不被接納，交往過程也因光熙家人的態度，而有些溝通衝突，然彼此伴侶關係持續至今，小珈認為光熙家人轉而採取消極默許，也願意善待小珈，緊繃的關係略有減緩。至於小珈的家人則全然接納光熙，也接受兩人的同性伴侶關係，是一股支持力量。

「其實他們（指光熙家人）一開始是不太能接受我的，但他們又知道，都是我在陪光熙，所以後面好像也就是消極的方式這樣子。但他們也是對我蠻好的啦，只是比較不能接受而已。他們一直都表明不能接受同性戀。……（略），像我家就真的蠻好的，我家就都可以接受，我家人是完完全全把光熙當家人那種，但是，我在他們家裡就是外人。」（A-a070）

3. 關係維繫的重要因素

小珈認為彼此不斷溝通，以及感受到光熙的努力有助於維繫關係，並表達對光熙的肯定。

(1) **溝通有助達成共識**。小珈認為溝通過程很漫長且充滿困難，也會時刻擔心光熙的身心狀態，為此懸著一顆心，但當能彼此緩慢達成共識，從衝突中和解，都是關係的進展。

「然後跟她之間的話，就是我們慢慢來，所以就是，還是有一點一點的，因為其實只要每次，雖然那個過程很漫長、很糾結，然後，但其實每次我們都有和好的那個，然後達到一點小共識，我覺得那個就夠了。」(A-a061.1)

(2) **知覺到光熙的正向回饋**。小珈認為，當光熙狀態穩定時，很願意給予自己回應及支持，是重要的力量來源。對小珈而言，彼此雙向能量交流很重要，而不能只有小珈單方面付出。

「她恢復到比較 OK 的時候，她會好好的跟我講話，就是會再給我一些力量，就是會回來。所以不會是我無止盡的。就是我覺得那個能量回來還是滿重要的，就是要雙向的，就是不能只有我自己。」(A-a019)

另外小珈能感受到光熙的努力與調整，兩人日常美好的相處與陪伴，也是支撐小珈持續走下去的關鍵。

「在她好的時候，我可以感受到很多好的一面，她也是一個很願意，就是聽我說。後來就有發現她慢慢的在思考，然後慢慢的就是在調整。」(A-a032)

(3) 看見光熙創傷之外的美好特質。小珈能真心欣賞光熙的獨特之處，在創傷以外，光熙本身的存在就很美好，而且小珈也能感受到光熙對自己的好。

「她其實把這個創傷拿掉的話，她一直都是很可愛，很美好的人。然後其實她生活中，就是她好的時候，她其實也很願意為我做什麼。」(A-a035)

三、研究者理解與反思

小珈作為光熙的重要他人，一肩扛起了「照顧者」與「保護者」的雙重責任，一則共同承擔光熙在性創傷後的身心波動，盡心盡力照顧光熙的生活起居，二則被迫獨自確保光熙的人身安全，包含：光熙的自殺自傷行動，以及再度暴露於受害情境的風險。研究者觀察到在性侵害創傷影響下，倖存者的身心狀態將擴及至伴侶及整個關係系統，使伴侶在緊密互動中經歷創傷傳染，產生次級創傷反應，而彼此情感交流的平衡也受到挑戰，性侵害創傷帶給倖存者的不信任與不安全感，使互動關係出現矛盾與拉扯，讓彼此承受了感情上的矛盾與困惑，使溝通與理解成為關係的重要議題。這讓研究者意識到，伴侶的困難不僅限於次級創傷處理，個人情感往往在倖存者面前被迫壓抑與忽視，伴侶關係的來回拉扯也會讓伴侶陷於自我懷疑的糾結之中，而這也可能連帶影響關係系統，衝擊彼此的連結與穩定。

除了性創傷本身的壓力，小珈與光熙是女同志，而光熙的原生家庭對兩人同志身分表現出明顯的厭惡與否認，雖然不確定兩人何者存有較強烈的內化恐同或出櫃壓力，但這個對少數族群直接的壓迫與汙名，也擴散到整個伴侶系統，一度讓伴侶遇到困難時求助無門，也使彼此產生不諒解與關係緊繃。此外，親友系統也可能產生支持作用，比如：小珈家人無條件接納與包容，成為她堅持下去的重要力量，也間接促成伴侶關係的穩定，這體現伴侶系統置身於社會文化，難以避免受到其他外部系統的牽動，而有崩解或穩定的可能。

另外，兩人原本基於社會對性的禁忌與隱私而處於「孤島」，也隨著彼此原

生家庭、醫療與諮商介入而有了改變，一則注入外部的支持力量，另則打散了原本緊繃糾結的伴侶互動關係，小珈在諮商時獲得理解，而光熙也在醫療與諮商協助下逐漸穩定。這顯示了創造社會連結的重要性，依據兩人經驗，外部資源若能具備創傷意識，帶著不批判與理解的關懷，將有助於降低伴侶與倖存者需要掀開秘密的不安與焦慮。

兩小時多的敘說，字裡行間滿是這些年來兩人共同努力的痕跡。聽著小珈細數日常相處的美好，留心周遭願意提供支持的力量，並且遍尋任何一絲有助於復原的機會，研究者著實佩服小珈面對困難的勇敢，同時也感受的到她對光熙毫無保留的愛。對倖存者來說，在癒後過程中，受到誰傷害有時並非最重要，而是受傷了之後，有誰陪在自己身邊。在她們的經驗中，研究者看到小珈作為重要他人，努力讓自己能對光熙有更多理解與包容，而光熙也非常用力的讓自己不被創傷綑綁，兩人共同經歷了創傷後成長。就如小珈所說的，能擁有如今平凡的日常，是兩人互相扶持，譜出屬於她們的復原篇章。

第二節 烏娜作為性侵害倖存者伴侶之生活經驗

研究者針對烏娜的訪談逐字稿進行整理和分析，以下將以第一人稱呈現烏娜作為伴侶之生活經驗，並分析整理阿德之性侵害事件對烏娜自身的影響，以及對雙方互動之影響。

一、烏娜的描述文

烏娜為本研究之研究參與者，談論與倖存者（下稱阿德）相識多年後交往的相處，面對阿德的早年性侵害事件及沉默，烏娜自身的身心壓力調適，及轉向自我期許的過程。烏娜為順性別女性，約 30~35 歲，阿德為順性別男性，約 30~35 歲，交往至今約 1~2 年。

對事件感到衝擊與心疼，保持鎮定表達安慰

我與阿德本是認識多年的朋友，曖昧期間我發覺他在肢體互動時，會特別確認我的感受和意願，對我來說，這樣的謹慎在異性戀男性是非常少見的。某天在公園散步時，我基於好奇隨口詢問原因，他輕描淡寫提到早年性猥褻經歷，當下我整個僵住也很衝擊，不敢細問也不知道該怎麼反應，很難描述當時的感受。

我當下真的很震驚，他用像是隨口講八卦的口吻，他也覺得我的情緒起伏比他大，但我知道自己不能把我的感受放第一，不能比他更慌張，而且我可能是他生命中第一個揭露的人。我很心疼，但也知道該怎麼做，只能輕拍他的背，氣氛瞬間從曖昧變成安慰。

阿德沒有談論更多事件細節，我試著了解更多，但他的反應讓我覺得他不想談或不知道怎麼談，我也無法繼續探問。阿德說他家人不知道此事件，我會藉著 #MeToo 詢問一些他家庭互動、性教育之類的問題，他只說到家人會買身體界線相關的書，但問不到太多，且他的手足提過被性騷擾的事情，我會藉此問他家人

的想法，也沒有得到什麼。我困惑他家人怎麼可能沒發現小孩子不對勁，特別他家人並不是對小孩不好的人。

蒐集資料提升創傷知能，評估風險後決定交往

我開始找資料想提升對阿德的理解，然而當時中文資料很少，尤其與男性受害者有關的資料更是稀缺，只有幾本翻譯和徐思寧的書。以思寧他們的經歷而言，我覺得因為思寧本身的專業背景，讓她在面對潔皓突然開啟性創傷過往的情況下，可以有些處置。

而我擔心自己若未具備相關知識，萬一日後阿德出現身心反應，我會手足無措，而且我想和他長久走下去，找資料也是讓我評估事件對伴侶關係的潛在影響。然而這只是我個人考量，我不想逼他面對，在我知道事件對他或關係的風險，加上長久以來對他的認識，我才覺得可以和他進入伴侶關係。

謹慎調整伴侶互動，壓力難以言說

正式交往後，我比他更注重互動細節，我們會相互調整肢體接觸的規則，初期我對性行為有所顧慮，比如親密行為時我會卡住，擔心勾起他不好的回憶，反倒是他看起來無所謂。我覺得可能因為他不願意回想，或事件已不在他意識內，反而是我太小心翼翼。雖然後來他不再談性侵害事件，我仍難以放心，也懷疑是否是我無法讓他放心談論，但我並未讓自身狀態影響阿德，因為這是我單方面的顧慮，不希望他反過來安撫我，也擔心出現不必要的衝突。

長期擔憂下，我發現自身情緒波動影響工作，看歐美的資料覺得不那麼貼合己身，當讀到《遠方有哀傷，此地有我》時，我止不住眼淚，作者們所處的環境和心情，尤其東方社會優先考慮長輩的文化背景，都和自己太親近，讓我不小心投入太多，這是我完全沒有預期的。然而基於保護阿德隱私，我難有訴說出口，人際互動也無法顧慮太多，有些人覺得我莫名其妙，也有些直接鬧翻，只能說服

自己他們不是那麼有包容力。

我試著和好友傾訴這本書帶給我的觸動，我覺得她可能隱約覺察到和阿德有關，但她未多問，我也沒有吐露實情，這是我和好友的默契，她和她老公的事情我也不會多問。後來她自己去看書跟我分享心得，因為我們一起長大，她會連結我家裡的事。我知道阿德對隱私極度看重，我也無法問他這些心情我可以和誰說，只能間接向好友尋求支持，而沒辦法說可能也是讓我難以負荷的原因之一。

閱讀作為情緒宣洩，承認身為陪伴者的壓力

我本來就會關注社會議題，也會找舉辦講座所需的資料，比如：南韓 N 號房事件、性平三法修法、Deepfake 青春煉獄等報導。不過那些是犯罪事件，對我還算有距離。直到看到寶瓶出版的書，以及作者們陳潔皓、徐思寧的生活經歷，讓我在辦公室整個人眼眶泛淚。

我不希望情緒影響工作狀態，會為了回到工作而調整自己，參與陳潔皓、徐思寧《遠方有哀傷，此地有我》新書分享會時，我會把自己分成兩邊，一邊是冷靜而清醒處理公事，一邊則帶入自己到他們的經驗而哭到不行。我覺得書中如此貼近自己生活環境的描寫很觸動我，尤其潔皓的事件也是發生在小時候，雖然與阿德所經歷的事件不同。而他們一起面對關係，以及思寧分享自己無法承擔陪伴壓力，對我都很重要，讓我逐漸接受身為陪伴者不必總是堅強。

書本對我觸動有點太大，大概將近三個月整個人狀態都不好，當時嚴重到近乎憂鬱，我會莫名其妙掉眼淚。認知上我知道他需要自己面對創傷事件，但心情上就是無法置之不理，只能邊看書邊哭作為宣洩。我有做一次諮商，諮商師陪伴我梳理當時難解的心情，現在才有辦法接受研究訪談。另外我在難過或人際關係斷掉時和阿德傾訴，雖然我並未讓他知道難過的真正原因，但他能理解我並給予安慰，找到關鍵點把我接起來，我很感激，我不是隨便哄就能過的人，也因此我希望自己可以接住他。

理解議題有助放下擔心，尊重倖存者個別差異

#MeToo 時我參加一些講座，讓我知道不要逼迫倖存者，我就先把自己的擔心放在旁邊。閱讀幫助我破除迷思，起初我覺得阿德一定很壓抑，擔心若哪天爆發我是否會受傷，看完書後才知道受創的男孩長大後，可能就安然度過，這讓我了解即便倖存者採取壓抑，也不一定會出現我所擔心的暴力反撲，加上我對他長久認識，他不是情緒激烈的人，讓我的擔心減少很多。在我知道他不會對我有直接傷害後，讓我能更放心地接觸相關議題。

在我了解灰色地帶後，我理解對倖存者而言梳理這些事情成本太高，可能影響家庭關係，也不是反抗與否的問題。倖存者要說出口本身就很不容易，而且有些倖存者與加害者之間，可能是因為喜歡才讓加害者有可乘之機，這些對成年人來說都很難釐清，更何況是回憶、訴說小時候的事。

知道倖存者的不容易，幫助我減緩焦急，我也理解每個人因應創傷事件的方法都不一樣，無法系統化要求每個人都求助體制，以潔皓、思寧為例，相比於找 NGO，他們是自己想辦法接住其他人，比如創作《蝴蝶朵朵》的繪本。

調整自身狀態，從日常累積安全對話經驗

我覺得把心靈空間擴大對我來說蠻重要，因為在他不願意談論前，我只能向內面對自己，把自己準備好。因為愛他，所以更不能把感受壓在他身上。在看到思寧分享自己被壓垮的經驗，我就覺得要把自己處理好，才有餘裕幫別人。我是個願意聆聽的人，即便面對衝突我也願意先聆聽，不過我個性比較直接，有時用語較為銳利，但我會留意用詞避免為別人貼上標籤，希望與我對話的人是自在的。

我會在和阿德分享社會議題或日常生活時，順便把天線打開，看看他會不會突然透漏或多說些甚麼，我會跟他分享自己被性騷擾的經驗，一則是測試，另外也希望自己可以梳理想法和感受後，和他分享我的事，我希望他在我面前可以自在做自己，比如他因為小事要大哭，我都可以。我想能讓他累積這樣的經驗，讓

他知道不需要在意社會觀感或標籤，我都不在乎，我會從日常互動中藉由傾聽、對話，為阿德營造安全空間並持續等待他談論過去，期許成為他的支持。尤其他創作的作品，我會更注意細節，也不會直接評斷好壞。

貢獻己身經驗，持續關注性侵害議題

在閱讀《傲慢的堡壘》和參與系列講座後，我覺得性侵害是權勢問題，大人仗著私慾而覺得自己可以對小朋友為所欲為，不論性別都是如此。我理解倖存者的困難，法制和相關單位尚有進步空間，而且男性受害者的案例很少，更別提陪伴者，不論哪方面的陪伴者心聲都很少，但他們也承受很多。

我不確定自身經驗能對研究有多少幫忙，因為阿德尚未與我深聊這件事，擔心自己的資訊不多。如今參與研究訪談，再次訴說也是整理自己的過程，我希望研究可以順利完成，畢竟歐美和東方社會不同。而且我覺得男、女心理特性不同，女性能訴說，但男性並不一定習慣透過訴說紓解壓力。了解社會偏見和標籤及男性的心理特性，讓我更想在工作上推廣性侵害議題。

二、烏娜經驗的分析結果

研究者針對烏娜的訪談逐字稿進行整理和分析，呈現其在知曉阿德的性侵害事件後，對烏娜自身心情及雙方互動關係之影響。

(一) 知悉阿德之性侵害事件，對烏娜自身的影響

烏娜在知悉阿德的性侵害事件後，對自身身心調適及世界觀都有影響，經分析歸納為「身心波動」、「因應作為」、「處境為難」、「接收外界資訊及專業資源」、「自我照顧並關注議題」等五個次主題。

1. 身心波動

烏娜與阿德本是相識多年的朋友，曖昧期間得知阿德的性侵害過往，感到震驚心疼，同時對於阿德未再透露事件細節充滿擔心困惑，長期壓力累積只能哭泣作為宣洩。

(1) **震驚而僵住**。烏娜與阿德曖昧期間，因發覺阿德會特別在乎烏娜對肢體碰觸的意願，令烏娜感到好奇，探問後阿德出乎意料地揭露童年遭性猥褻事件，使烏娜當下無比震驚而僵住。

「我當下整個僵住，我有點難描述我那時候感受。」(B-a011)

(2) **擔心困惑**。然而，阿德並未談論太多事件細節，且此後未再主動提及與事件相關的內容。烏娜除了擔心阿德可能出現身心狀況，也害怕自己反而在阿德無意願處理之下，使阿德需要為了回應自己，而面對這段可能已被塵封的回憶，反而無益於其身心健康。對烏娜來說，阿德的身心健康仍是首要考量。

「同時我也會擔心，如果他都不談，或是他都不願意講面對也很奇怪，就是如果他還沒有準備好的話，我也不希望他突然間，就被去碰撞這件

事情。因為那一切都是要以他的身心狀態為第一優先。」(B-a005)

阿德的沉默，使烏娜對阿德的內心狀態產生諸多困惑，一則不確定阿德是否已處理此段經驗，二則會有些擔心阿德是否不願意向自己揭露更多。

「而且你甚至不知道說，他到底是，可能他內心已經有處理過了，只是他不願意跟你講，還是說他其實根本沒有，你都不知道。」(B-a006)

(3) **哭泣作為宣洩**。烏娜雖然理性上知道，阿德終將需要自行面對自己的過往，然而情感上似乎難以做到完全放下，仍然會阿德的身心狀況感到擔心害怕，而在無法傾訴的情況下，只能選擇看書宣洩。

「我認知上知道那其實是他自己，就是他自己需要去面對的事情，我不能扛在我身上。可是心情上就是沒有辦法，我就看書宣洩，就看完然後哭了一場」(B-a031)

2. 因應作為

烏娜藉由試圖保持冷靜、安撫陪伴來因應阿德揭露當下的狀況。

(1) **試圖保持冷靜**。即便內心波瀾萬分，烏娜在意識到自己可能是第一個知悉此事件的人後，便立刻說服自己保持冷靜，避免反應過於激動或不恰當，而影響了阿德揭露之後的心情。

「然後可是同時間就是，我會覺得說不行，我現在不能把我的感受放在第一優先……(略)，我是第一個，可能是在他生命中第一個知道這件事情的人。然後就覺得，天啊...我不能比他慌張。」(B-a012)

(2) **安撫陪伴**。聽聞阿德的過往讓烏娜感到心疼與不捨，即便當下可能回應話

語不多，仍以拍背表達安撫、關心。

「但是我很清楚，我知道我沒有，我不是嫌棄他，然後我也不是，我是很捨不得，因為我就一直在拍他的背。」（B-a014）

3. 處境為難

烏娜基於保護隱私，難以對外言說內心波折，而壓力引起的情緒波動，也間接影響烏娜的人際關係，所幸當時有一名好友能傾訴心事。

（1）**難以對外言說**。雖然烏娜並未明確詢問過阿德的意願，但基於尊重，並未向親友透漏任何牽涉阿德隱私的事，同時也很難分享在伴侶關係中戒慎恐懼的心情。而缺乏傾訴出口，也使烏娜感覺身心緊繃難以負荷。

「我也沒有辦法跟我家人朋友說他的遭遇，當然那是他的隱私，他願意跟我說並不代表他願意讓別人知道……（略）。我覺得可能會讓我覺得難以負荷的有一塊原因，是因為我沒有辦法說。」（B-a034）

（2）**人際關係變差**。隨著烏娜的情緒壓力日漸累積，使其偶爾會陷入低落，又因自身狀態不佳，做決定時較難顧及他人想法或感受，再加上難以說出實情的考量，讓烏娜要和朋友澄清自身狀態更為困難，間接影響其在一般人際間的展現，甚至和部分朋友失去往來，社交關係轉變。

「因為我狀態就很差嘛，當你狀態差的時候，那時候做的決定，或是那些有時候人際上的互動，你可能就沒有辦法顧慮到這麼多。我覺得因為去年我人際關係有一段時間沒有那麼好。如果現在回頭來看的話，也許有可能是間接受到影響。」（B-a043）

（3）**避免揭露阿德隱私**。所幸當時烏娜身邊有一名認識多年的摯友，讓烏娜能

在不揭露伴侶隱私的情況下，向朋友訴說壓抑已久的心情，且朋友也基於彼此的默契無多做追問，讓烏娜稍有抒發窗口。

「我試圖的在不說出阿德的前提下，跟我好朋友傾訴……（略），我覺得他（指好友）可能隱約有覺察到，是跟我伴侶有關，可是他（指好友）沒有問，我也沒有說。」（B-a068）

4. 接收外界資訊及專業資源

烏娜積極蒐集資料以升對男性倖存者的理解，然也因共感書本內容而影響心情，壓抑多時的情緒在接受諮商後獲得釋放，原先對阿德的擔心也隨著理解倖存者處境逐漸寬慰。

(1) 蒐集資訊增加理解。在得知阿德過往後，烏娜試著查找心理學相關書籍與網路資料，試圖更了解阿德可能經歷的身心狀況。但發現資料太少，尤其與男性倖存者相關主題的資源更是稀缺，僅零星網路資料或國外文獻。

「就是男性的部分資料更少。所以那時候，我發現就是連翻譯的東西都很少，那時候找了老半天，只找到一些網路資料。」（B-a002）

再者，烏娜找資料也是想幫助自己評估，當曖昧對象有性創傷過往，是否適合與其進入親密關係，以及進入關係後可能的風險為何。後烏娜藉由努力獲取的資料，以及對阿德長久的認識基礎，決定與其成為伴侶。

「我那時候找資料還有一個原因是，因為那時候還在曖昧期，然後，我確實也有在評估說，如果他的狀態是這樣的話，那我後續我還要交往嗎。」（B-a017）

(2) 他人經驗影響心情。烏娜提到，當《不再沉默》及《遠方有哀傷》，此地有

我》相繼出版，一則讓自己對性創傷有更深的認識，另一方面也因作者與自己生活在同一片土地上，語言與文化相同，更增添自己與作者經驗的相近性，使其心情受到很大的衝擊，甚至只要想起書本內容都會落淚。

「就我那時候有一段時間，我是嚴重到就我只要一想起那本書（指《遠方有哀傷，此地有我》）的內容，我不管在幹嘛，我可以就三秒內掉淚這樣。」（B-a032）

而看到徐思寧揭露陪伴者的真實心聲，特別是分享面對多重壓力而無法承擔的心境，讓烏娜意識到不必總是假裝堅強，似乎更能接納自己有脆弱、無助、難以負擔的時刻。

「當思寧說，她自己也會覺得自己無法承擔的時候，我覺得那個對我來說是很重要的，所以我也不用一直都覺得 OK，我沒有，我不 OK。」（B-a030）

（3）諮商協助烏娜紓緩壓力。在意識到自身難解的強烈情緒後，烏娜決定接受諮商，讓諮商師陪伴自己梳理難以言說的複雜心情。而在經過梳理後，烏娜較能理解內心蘊藏多少糾結，也因而能直面過往，在接受研究訪談的當下侃侃而談。

「所以我有去諮商，後來結果是就是有聽諮商師，有梳理掉我那時候那個很難解的那個心情，所以現在才比較有辦法跟你說。」（B-a033.2）

（4）理解得以寬慰擔憂。藉由閱讀與參加講座，烏娜對性創傷議題的理解更為深入，這也促使烏娜更能同理阿德的心情，對經離童年創傷的人而言，回憶甚至是談論受害經驗並不如想像中容易。

「可是當你被這樣對待之後，你要怎麼去梳理跟描述這個心情呢？連大

人都，成年人都很難了，然後特別是要在回憶小時候曾經發生的事情，以及跟你說。」（B-a049.2）

隨著認識到童年創傷倖存者的複雜性，以及理解阿德難以說出口的可能緣由後，烏娜原本焦急、擔憂的心情減緩許多。

「然後當更知道這些事情是很不容易的時候，變成是我剛剛說那個很焦急的心情就變得更少了。」（B-a051.1）

5. 自我照顧並關注議題

烏娜決定不再專注於阿德的過往事件細節，將焦點放回穩定個人內在狀態，並在工作上持續推廣性侵害議題。

（1）重心放回個人內在狀態。烏娜在知道倖存者面對創傷的個別差異後，便不再執著於阿德沉默一事，選擇將焦點放到自身內在的心靈空間，期許自己能為彼此日常相處，及未來可能的突發狀況做好心理準備，也讓自己有能力安放原本擔心害怕的心情。

「後來把我的心靈空間擴大這件事情，對我來說蠻重要的。因為畢竟就只能向內，在他不願意公開之前，就是向內。我覺得初哀就變成，我在面對自己，初哀就還是我把我盡可能把自己準備好。」（B-a085）

雖然將重心轉向內的過程對烏娜來說很不容易，但因為對阿德的愛，烏娜不忍心讓阿德感受到自身情緒的重量，因而決定專注於內在狀態，也是為了讓自己有更穩定的力量，支持有需要的人。

「蠻難的，對啊，因為愛吧，一個很浮誇的說法。這更沒有辦法把我自己的感受壓在他身上……（略），連自己都沒辦法處理好的時候，你根

本沒有辦法幫助別人。」(B-a086)

(2) **持續關注與推廣議題**。烏娜認為在得知阿德的事件後，最直接的影響就是讓其接觸與性創傷有關的資料，且至今仍持續關注，也在能力所及範圍，迎合時事推廣性創傷相關活動。

「最直接的當然就是，剛剛說的就開始去找資料，去關注這件事情，然後比較間接的就是，後來去年各種事件什麼的，趁著這個 MeToo 潮流嗎，反正我就規劃一些相關活動。」(B-a047)



(二) 烏娜知悉阿德的性侵害事件後，雙方之互動經驗

烏娜認為阿德的性侵害事件，對伴侶關係的相處拿捏有些許影響。經分析歸納為「謹慎相處維持如常」、「彼此支持並等待對話」兩個次主題。

1. 謹慎相處維持如常

烏娜認為，雖然阿德對於過往事件保持沉默，也未觀察出創傷引起的身心反應，仍選擇謹慎調整肢體互動，並在阿德面前維持情緒穩定及日常互動，避免自身心情起伏影響阿德。

(1) **溝通調整肢體互動**。烏娜談到，在交往初期兩人即針對肢體互動有過討論，不過烏娜仍然會在親密接觸時有較多擔心，害怕一不留意會勾起阿德的創傷過往，因而特別謹慎核對彼此的底線，也會在交往過程不斷調整。

「我們針對肢體接觸的一些，底線或者是規則是有講清楚的。因為我也會擔心，我會不會有一些碰觸會讓他想起很不好的回憶，然後甚至更進一步就是親密行為，反正就是有一直在調整跟彼此確認。」(B-a020)

(2) **期許在阿德面前保持穩定**。秉持著以阿德身心狀況為首要考量的堅持，雖然烏娜內心經歷許多波瀾，也很在意與阿德的互動細節，但仍很節制的不讓自身狀態影響阿德，以避免阿德在面對創傷之前，需要先安撫烏娜。

「那就會離我原本想要討論的東西，或者是我所預期的東西會越來越遠。就會變成說那當他在面對他自己之前，還要先來安撫或處理我的心情或感受，那也會遠離我的初衷。」(B-a024)

(3) **維持互動如常**。而在烏娜身心狀態較為波動的時刻，她會強迫自己在與阿德互動時，不要思考會勾動自身情緒的事情，努力維持彼此互動的品質，因此烏

娜認為伴侶關係並未被自身狀態影響。

「反而跟他的互動，不太會被影響到，因為我會直接強迫，因為就是，就完全不會去想了。你不會去想就不會，就不會被觸發。」（B-a040）

2. 彼此支持並等待對話

烏娜雖然並未向阿德透露情緒低落的原因，但交往期間感受到阿德的情緒支持，也讓烏娜更希望自己能營造安全對話空間，並持續試探等待阿德願意談論過往創傷的那天。

（1）阿德提供情緒支持。在烏娜狀態很差的時候，雖然烏娜並未坦承是因為擔心阿德的過往創傷而身心不寧，但烏娜能感受到阿德的理解與支持，而對於阿德能承接自身情緒一事，烏娜甚為珍惜，期許自己能在阿德需要時接住他。

「我去年狀態很差，有一些人際關係就斷掉或什麼，我還是會難過，然後我這些難過也都是會跟他傾訴。他也很好地接住我那個時候的狀態，這件事情我是很感激的。我就會更希望可以接住他。」（B-a078）

（2）營造安全對話空間。為了鼓勵阿德能在關係中展現任何狀態，以及等待阿德願意談論創傷事件的那天，烏娜打算從日常互動著手，展現對阿德的無條件傾聽與接納，讓阿德能坦然而自在的展現情緒，而阿德也確實曾有過在烏娜面前展現脆弱一面的經驗。

「我目的是希望他在我面前，是完全可以自在做自己的。比方說他在我面前，可能因為一些小事情，或因為他很不舒服的事情大哭什麼的，我都 OK，然後他也有過類似這樣子的事情。」（B-a072）

(3) 試探阿德對過往經驗的想法。雖然阿德只揭露過一次過往事件且未再深入談論，但烏娜偶爾會藉由貼文內容、時事話題等與性別、MeToo 等相關主題，從旁試探阿德的想法，等待阿德準備好時願意揭露更多。

「因為我還是會想要去有一些從旁側擊之類的。但有時候還是會討論到一些什麼，比方男女生的那種互動啊，或者是一些 MeToo 的事情還是會聊到嘛。」(B-a045)

烏娜會分享自身被性騷擾的經驗，除了希望能有試探阿德過往的效果外，也藉由表達自身想法與感受，讓阿德知道彼此的關係時能夠容納這些分享的。

「我也有跟他分享，但當然情節也沒那麼嚴重，就是性騷擾這類的事情……(略)，當然我就會更梳理我自己的想法跟感受會跟他分享。」(B-a084)

三、研究者理解與反思

烏娜作為本研究中唯一的異性戀女性參與者，談到陪伴男性倖存者的獨特經驗，一方面彰顯男性童年性侵害倖存者難以訴說的處境，另一方面提醒研究者留意伴侶更為壓抑、無援的狀態。烏娜提到，雖然阿德揭露後便不再訴說，也未觀察出阿德的創傷反應，但烏娜仍會在擔憂下跳入「照顧者」的心理位置，試圖扛起阿德後續的復原責任，敏感留心阿德的身心狀態，同時壓抑自身需求避免勾起創傷，也避免自身焦慮而過度逼迫阿德。烏娜的同理體貼與內心糾結，雖然展現對阿德的愛與照顧，但這也體現伴侶在支持過程中，往往會隱藏自身需求，進而導致更大的身心壓力。

而烏娜提到社會文化中，對男性的性別期待使男性倖存者傾向隱身，讓她在尋求資源時遭遇困境。尤其在華人文化背景，性創傷議題本已敏感，加上男性倖

存者背負社會汙名，讓其經驗更加少見，使烏娜陷入龐大的無助。加上阿德作為男性倖存者的不願、不敢或不能言說，使烏娜的擔憂無法透過伴侶系統獲得寬慰，只能在各種負面想像中持續疊加。這讓研究者反思，現存社會環境應如何超越既有框架與性侵害迷思，開拓更多關於男性倖存者及其伴侶的討論與資源分享途徑。

作為助人專業工作者，觀察到隨著親友支持與諮商資源介入，烏娜原本封閉而不斷疊加的擔憂也獲得宣洩出口，這顯示社會支持對伴侶的重要性，而烏娜在汲取創傷相關知能後，意識到男性倖存者的困難，及倖存者既存的能動主體性，而選擇將重心放回自身內在狀態，雖然伴侶關係系統在烏娜的刻意隔絕下，並沒有因烏娜的個人狀態受到顯著影響，但烏娜自身似乎獲得了替代性創傷成長，間接使其更有能力與信心穩定伴侶關係。

烏娜一度擔心自身經歷不夠豐沛，但研究者其實非常珍惜她願意花費時間，與研究者訴說這麼艱難的歲月，而且在與烏娜訪談前，研究者從沒想過當倖存者不願深談自己的創傷過往，也會對伴侶造成很大的壓力，尤其是戒慎恐懼以避免造成對方傷害，以及隨時可能面對倖存者身心反應的擔憂，聽著烏娜回憶當時種種，研究者彷彿也跟著一起經歷這番糾結。不過研究者可以感覺到，烏娜非常在乎阿德的身心健康，因而堅守界線，不讓自身擔心焦慮影響伴侶關係，也基於很深的尊重與愛，極力保護阿德的隱私，然而研究者也很心疼身處其中的烏娜，重重心事反而無處訴說，可以想像當時的她需要多麼壓抑自己才能維持穩定。總體而言，烏娜的經歷不僅深化研究者對性創傷議題交織性別角色處境的理解，也促使研究者持續思考對伴侶多元樣貌的關注與支持。

第三節 希拉作為性侵害倖存者伴侶之生活經驗

研究者針對希拉的訪談逐字稿進行整理和分析，以下將以第一人稱呈現希拉作為伴侶之生活經驗，並分析整理琳琳之性侵害事件對希拉自身的影響，以及對雙方互動之影響。

一、希拉的描述文

研究者將逐字稿以第一人稱改寫為本節描述文。希拉談論與倖存者（下稱琳琳）相識，交往後的生活起伏，自身身心壓力調適及彼此溝通協調的過程。希拉為順性別女性，約 30~35 歲，琳琳為順性別女性，約 26~30 歲，兩人交往至今約 2~3 年。

關注性侵害議題，隱約察覺琳琳的創傷過往

我本身對性侵害議題有興趣，也聽聞周遭友人被性侵害或性騷擾的經驗，並曾協助在國外被性侵害的朋友，讓我知道性侵害事件並不少見，只是倖存者不一定能說出口。我知道性侵害對倖存者可能是一生的創傷，認識琳琳後，我意識到事件後續的社會壓力，對倖存者會造成更嚴重的二次傷害。

我與琳琳初識時，視訊聊天瞥見她自殘的傷痕，考量她的國家和宗教背景，猜測與性侵害有關，但我並未多問。幾個月後她才揭露自己的性侵害經驗，她說當時承受許多社會壓力和不實指責，讓我覺得荒謬也很驚嚇。她提到創傷後引發許多心理疾病，曾因此住院和長期諮商。我記得她在敘述事件時很壓抑，感覺她非常努力克制自身情緒，我聽了之後很生氣也很心疼，而她感謝我能理解。

彼此生活習慣差異，交往需要磨合

知道她的性侵害過往，對我判斷是否與她進入親密關係沒有影響，當時我覺

得喜歡且相處合適就決定交往，直到在一起後才理解生活有所不便。她的身心狀況需要規律服藥，但我喜歡自由，作息與生活習慣差讓我有些不是應，我會直接碎念表達不滿，我知道她聽到之後不會誤解或生氣，然而我也要有技巧地表達需求，不然她會害怕，覺得我要分手而僵住。

早期我可能說過指責受害者的話，有時我會不耐煩讓她有點自責，磨合的過程就是戳到死線又退回來，只能不斷溝通取得平衡。關於性，我們有事先討論，我不會去採她的雷點，所以沒有太大問題。我會把她的身心狀態納入生活考量，但學習互相配合對我來說有點辛苦，而她因為愛我，也願意配合我的需求。

理解琳琳成長背景，因琳琳狀態起伏而情緒波動

她的情緒起伏較大，有時會進入狂喜，讓我覺得壓力很大，交往初期她會突然解離，比如聊天過程好似沒聽到我說話，也令我無法理解，偶爾她會被某些事件誘發而回憶閃現、顫抖。當這些創傷反應發生時，她大多能控制自己，而我就是心疼，接著對她曾遭遇的事感到憤怒，但也只能安撫、陪伴她。她的成長環境似乎不容許她責怪別人，當我得知這些經歷時，反應比她還生氣，很想為她報仇，我看到性侵相關新聞的反應也比她大。雖然我的情緒會被她的狀態擾動，不過不至於太影響我的生活。

琳琳信仰的宗教，父權思維普遍存在，法制與社會氛圍都對女性不友善。雖然她們家比較開放，也接受我們的同性伴侶關係，然而在「性」這件事上仍是偏向厭女觀點，她家人雖為她的經歷感到憤怒，但會希望她自己想開一點，這讓琳琳難以真的獲得理解與支持。創傷若能在當下好好止血，預後會比較好，然而琳琳當時並沒有被妥善處理。

尊重琳琳隱私，自行排解情緒並尋求支持圈

我喜歡掌控事情的感覺，當事情無法朝我期待的方向發展時，比如面對琳琳

的身心狀況而無法照原定行程進行時，我會感到焦慮和失落。我大多能自己想辦法排解，而且我不希望她感到被指責，所以從沒和她說過這些心情。另外考量她的隱私，我不會隨意揭露她是倖存者，而且她也不想要別人知道自己的創傷過往，因為曾有人問起她身上的傷，她會開玩笑或以其他事件帶過。

支持圈很重要，我會和周遭有相似經驗的朋友討論性侵害相關議題，一起憤怒，形成同溫層，不過在傾訴之前我仍有所顧忌，我覺得外人很難理解倖存者及陪伴者的處境，而可能說出讓我生氣的話，比如指責受害者的語言，因此我仍傾向與熟悉的朋友討論、抒發。

擔憂琳琳在外安全，協助回絕他人騷擾

琳琳說過，性侵害事件後加害者曾散布不實謠言，讓其他人指責她說謊，她因為不想再被誤解，沒辦法說出善意謊言，不太會拒絕別人，也很難掩飾自身情緒。我們在歐洲國家居住地區的男性會直接盯著街上的女性，也會搭訕路人，琳琳不太會拒絕對方的死纏爛打，她無法堅定表達自己或說點小謊，讓我覺得她面對騷擾時較難保護自己。

起初需要幫忙她善後讓我有點不耐煩，無法理解為何要把事情弄複雜，也很擔心她若再度經歷創傷，會很難再站起來。我的個性直接、剛硬，而她和我完全相反，她做事情都很畏懼，覺得自己沒資格要求，面對她的自卑，我會試圖安慰她，幫她減輕擔憂，也會肯定、鼓勵她多嘗試，我有看到她的成長，隨著她的狀況改善，我對她人身安全的擔心也跟著減少

希拉提高對男性友人的標準，堅定對性侵議題的立場

我變得對男性更為小心，也讓我篩選男性友人的標準提高，但我以前能和他們當哥兒們，說些不那麼具性別意識的 men talk（男性之間的對話）。我覺得少數異性戀男性（簡稱異男）能跳脫性別框架，並反思自己很不容易。反觀有些異

男根本就是狩獵者，對女性有特定期待，也深受傳統觀影響讓他們放不下有毒的男子氣概，我也同情周遭異性戀女性的處境，似乎在有毒男子氣概的影響下，難以找到合適伴侶。

我對性侵議題的立場變得更堅定。我本來就比較剛烈，若有不喜歡的事情會直接表達，我會實事求是導正對方觀念。我希望自己是倡議者，比如最近遇到比較有性別概念的男性，我會大方鼓勵、支持他。我覺得性別平等的議題，男性也深受其害，而性別觀念的改變要從男性內部開始。我不確定男性作為伴侶的同理如何，畢竟他們可能比較沒有性侵害相關經驗或性別知識，也許會使他們較難設身處地為倖存者著想。我覺得在這個社會氛圍下對男性蠻不容易的，另外東西文化面對性侵害議題，也可能會有處理上的差異。

琳琳分享專業知識，陪伴希拉因應家人身心疾病

琳琳本身具備創傷經驗和心理相關知識背景。在我家人經歷身心疾病時，她給我很多建議，讓我不再執著於身心疾病的負面影響。我覺得創傷是一體兩面，現在比較能用綜觀、正面態度看待。我大概花了兩年，才從創傷的不便中取得平衡，當我不再執著於創傷帶來生活上的不適應，我反而能看到其中的學習，也因為這幾年陪伴她的經驗，讓我面對自己及家人的身心狀況時，可以有所依循。

我覺得經歷有好有壞，琳琳在我面對家人的身心狀況時，給我很好的指引，透過她，讓我認識自己焦慮的一面。她分享的個人創傷經驗也讓我 know，大腦在創傷當下會保護我們，比如壓抑記憶、隔離情緒，讓我們不會過度痛苦。和她在一起後，我比較會和有心理疾病的人相處，這是意外收穫。

同理陪伴帶來伴侶關係轉變，創傷並非關係中的全部

我對性侵害本來就沒有汙名，對我來說只是個生命中的不幸事件。我認為創傷並不是伴侶關係中很大的問題，感情其實還有很多需要磨合，比如性格差異、

生活習慣、政治觀點等等，一般情侶會碰到的狀況我們也都會遇到。性侵害經歷只是在我們的感情中多了一層，但不會佔據全部。

回想在交往初期，我查閱很多網路資料，和罹患身心疾病者及經歷性創傷者的心得，試圖了解性侵害倖存者的心理歷程，這讓我比較能和琳琳相處。我覺得陪伴的過程就是表達同理，將她當作一個人看待，不要指責受害者，在遇到困難時一起想解決方法。我看到她逐漸能興致盎然和我討論如何處罰加害者，這是她的成長。而她在經歷這段感情後，覺得自己以後不需要去屈就別人，讓我很感動。

二、希拉經驗的分析結果

研究者針對希拉的訪談逐字稿進行整理和分析，呈現其在知悉琳琳的性侵害事件後，對希拉自身心情狀態及雙方互動關係之影響。

(一) 知悉琳琳之性侵害事件，對希拉自身的影響

希拉在知悉琳琳的性侵害事件後，對其自身身心調適及世界觀都有影響。經分析歸納為「身心波動」、「因應作為」、「堅定對性別議題的態度」、「轉變創傷觀點」四個次主題。

1. 身心波動

希拉在得知琳琳的性侵害事件後，對琳琳的遭與感到心疼憤怒，交往後隨著琳琳的身心狀況逐漸感受到生活壓力。

(1) **憤怒心疼**。隨著希拉和琳琳在幾次視訊對談後逐漸熟悉後，琳琳向希拉分享過往性侵害事件，希拉除了震驚，也對琳琳掙扎著復原的過往感到難過，同時也為琳琳曾遭受不公平待遇及困難處境感到憤怒，而琳琳似乎是看到希拉如此在

乎自己的創傷過往，且為了自己心疼與生氣的模樣，感受到希拉的理解和支持。

「聽她講的時候覺得很心疼，然後就會很生氣（笑）。」（C-a030）

「我是憤怒多於難過。她覺得我憤怒很可愛（笑）。她說她很感謝我可以理解，因為去理解這個議題，然後去同理她的 struggle 吧。」（C-a017）

（2）煩躁不耐。琳琳長期服用身心科藥物以協助其穩定情緒，然若因夜晚外出未能服用藥物，琳琳的情緒起伏及狂喜之況，讓希拉在玩樂時仍須顧及琳琳，希拉對此感到壓力與煩躁。

「如果是從情緒起伏的角度來說，是有一點，我覺得很煩，就有時候就狂喜……（略），如果她沒有吃（藥），就是假設我們比較晚睡在外面待比較久，她就會很亢奮，那我就覺得很煩哈哈。」（C-a025）

（3）對生活變動感到失落遺憾。雖然琳琳的身心健康對希拉而言是第一優先考量，但當希拉意識到生活需有所調整時，仍有些不習慣，比如某次出遊因琳琳的身心反應被迫中止行程，希拉雖保持鎮定安撫琳琳，處理旅遊變更事宜，心中不免因期待落空而略感遺憾。

「但當然就是看她的狀況，然後她就說她沒有辦法待在這裡，回到車上她在去控管她情緒的時候，我還是有點：『喔……真的喔……』（哭哭手勢）。」（C-a047）

希拉習慣對周遭事物保有掌控感，期待能照著計畫行事，然因著琳琳身心狀況的不可預期，往往會使計畫有所更動，無法朝著原定方向執行時，希拉會感到焦慮與失落。

「我喜歡把事情就是控制得好好的。然後我有一點焦慮，當它沒有辦法往我想要的方向前進，我就會覺得失落。」 (C-a049)

(4) **自我調適**。當琳琳陷入過往受傷害的回憶，或呈現不穩定的身心狀態時，希拉也連帶進入較不安定的狀態，情緒隨之起伏，不過希拉能夠在短時間內幫助自己調適心情，日常生活不太會被影響太多。

「就是她在那個狀態的時候，我也會在那個狀態，然後她結束之後我可能大概再一兩小時，我就可以脫離那個狀態，就是我可以趕快彈回來。所以還不至於影響到生活太多。」 (C-a045)

2. 因應作為

希拉為了避免加重琳琳的負擔，雖對生活變動感到失落，仍選擇擱置自身的心情起伏，也不會隨意向外人透露琳琳的隱私。

(1) **安撫陪伴琳琳**。面對自身心疼與憤怒的心情，希拉選擇擱置一旁，以安撫、陪伴琳琳為主，似乎對希拉而言，在權衡琳琳狀態與自身感受時，首要之務是給予琳琳足夠的支持與理解。

「又是循環心疼然後加憤怒了。就去安撫她，然後去抱抱她，但我能做的事情就也不多，就只能陪伴吧。」 (C-a044)

(2) **尊重琳琳而選擇保密**。希拉會向朋友抒發心情，也有同溫層能一起討論性別議題、一起為了社會現狀生氣，但與琳琳過往性創傷有關的事仍選擇保密，主要也是在日常觀察中，發覺琳琳並不希望外人知悉其倖存者身分。

「她不希望別人知道，她是倖存者這件事情，這是她的隱私嘛。」 (C-a064)

除了尊重琳琳隱私，希拉選擇不揭露琳琳的性創傷過往還有另一個考量，是擔心他人可能難以理解性創傷的核心議題，反而說出一些讓自己生氣的話，比如指責受害者的言論，這反而無助於希拉紓解心情。

「他們可能很難理解。然後會講一些，可能讓我更生氣的話。」(C-a068)

3. 堅定對性別議題的態度

希拉對加害者的所做所為感到憤怒，也發覺自己提高對男性友人的標準，不滿有毒男子氣概對兩性處境的影響，自我期許能做個倡議者。

(1) 削弱加害者權力。在實際見證琳琳被性侵害餘波影響後，希拉談到性侵害加害者時顯得憤怒，認為加害者違反他人意願的性行為是為了展現男子氣概，而為了讓加害者能體會倖存者的痛苦，期待能有化學或物理去勢，以削弱其施展男性權力之能力。

「我們覺得對性侵加害者最好方法，不是死刑或什麼，最好方法就是關掉哈哈，或者是讓他不舉。他想要透過性行為，展現他的 manhood (男子氣概)，那我們就把他的 manhood 拿掉，那這件事情比死還要痛苦。」

(C-a034)

(2) 提高對男性友人的標準。希拉對男性的看法也在有所轉變，雖然一直以來希拉的女性朋友較多，但以前較能自然地與男性成為朋友，相處較無顧慮，現在則自覺較為厭男，也提高對周遭男性朋友的篩選標準。

「我覺得讓我很厭男欸。以前對男性就是一般朋友，但我幾乎八成都是女性友人，然後男性友人就是比較，我的標準很高，後來發現大部分都是 gay (男同性戀者)。」(C-a076)

(3) **不滿有毒的男子氣概**。希拉認為大部分男性難以放下傳統觀念，比如與女性之間的社經地位差異，且「有毒男子氣概」似乎使男性對自己與女性抱持特定期待，而困難與較為現代且有能力的女性發展親密關係。

「我覺得男性就會對女性有特定的期待，或是有一些就是很傳統的觀念，就怪（男性）自己啊，你不放下你那些就是有毒男子氣概。」（C-a086）

(4) **倡議性別議題**。希拉對性侵害與性別的立場堅定，也勇於表達自身想法，若是遇到身邊有人缺乏性別意識，會試圖開啟對話以提升對方對性別議題的理解，再者也會在聽到一些對事件真實性有害的言論時，直接與對方討論。

「然後我希望可以某種程度上是一個倡議者。就是第一個是 raise awareness（提升意識），然後第二個就是如果他的想法，我認為是錯的，或者是我認為對真實性沒有幫助反而有害，那我會很直接的去講。」（C-a092）

4. 轉變創傷觀點

希拉在經過兩年的陪伴，逐漸轉換對創傷的觀點，看見創傷為自己及關係帶來的成長，也能更宏觀的看待生活。

(1) **陪伴創傷經驗帶來自我成長**。希拉認為在經歷幾年與琳琳相處的時光後，變得比較知道如何與有心理狀況的人互動，特別是面對親人發病時，能有更合適的相處之道，認為能提升對心理健康的理解，是一個意外收穫。

「因為跟她算是病人就是相處很久，我也比較知道要怎麼去相處，尤其是親人。我覺得蠻重要的體悟。然後開始對心理健康這件事情有比較大的，就是比較大的涉獵還有理解，算是一個意外的收穫。」（C-a118）

(2) 宏觀看待生活。希拉自覺過往較容易過度放大或專注，在琳琳過往創傷影響下的生活不便，但在經過兩年彼此陪伴，以及面對自身家人身心疾病後，希拉能以更宏觀的角度看待這段經歷，包含其中的痛苦與學習。

「我覺得真正可以從一個比較宏觀的角度去看待這件事情，然後去理解到說她這件事情造成了不便，但它同時也會跟我們帶來很多學習。就是很近期的事情，大概是可能這個月才有的事情。所以花了兩年吧。」(C-a060)

(二) 希拉知悉琳琳的性侵害事件後，雙方之互動經驗

希拉認為琳琳在經歷性侵害事件的餘波，對伴侶關係的相處磨合，及彼此的自我觀、價值觀都有影響。經分析歸納為「生活變動與彼此調適」、「確保伴侶安全」、「伴侶的扶持與成長」三個次主題。

1. 生活變動與彼此調適

希拉與琳琳生活習慣差異甚巨，交往過程經歷許多作息時間與家務調整，希拉會斟酌溝通用語，但對要平衡自身需求，以及琳琳服藥狀況感到為難，且某次希拉期待已久的出遊，也因琳琳身心狀況而被迫中止。

(1) 難以理解琳琳的身心症狀。希拉提到在交往初期，琳琳會突然解離，希拉由於對解離症狀不熟悉，較難因應琳琳突然陷入症狀的反應，經由琳琳提醒與說明解離之況，希拉較能理解琳琳可能突然失現實感或失自我感的反應。

「她有時候會 dissociate (解離)，就是我剛講話就解離，然後跟她講話就會，就是好像沒有聽進去，然後一開始我無法理解。」(C-a028)

(2) 溝通彼此生活作息。希拉表示兩人的喜好與作息存在諸多差異，若希拉偶爾想在夜晚外出玩樂，會事先和琳琳表達自身需求，並說服琳琳一同參與自身生活。希拉知道在充分溝通後，琳琳願意配合，也能從中感受到琳琳對自己的用心與關愛。

「譬如說今天要去夜店好了，就是她可不可以一起試圖就是去說服她吧，她是願意去配合的。但是我也知道說，她願意配合是因為她對我很好，她很愛我。」(C-a052)

(3) 希拉斟酌溝通用語。希拉大多能直接向琳琳表達自身需求，然在溝通時仍需小心，以避免琳琳在聽到之後升起對關係的不安全感，而陷入害怕或僵住無法反應的情況。

「講的時候要想出解決方案。不然她聽到可能就會害怕，然後可能就會僵住。要有技巧的表達我的需求。」(C-a062)

(4) 平衡希拉自身需求與琳琳服藥狀況。雖然琳琳願意配合希拉調整吃藥時間和作息，但未按時服藥會琳琳其隔天狀態不適，藥效也會與穩定服藥時不同，這使希拉也感覺不太舒服，讓希拉對於要如何權衡自身需求，以及琳琳身心狀況感到困難。

「可是隔天她就很痛苦，因為她藥太晚吃就會 withdrawal(戒斷反應)。就是她隔天藥效會不一樣，那我看了也會覺得很不舒服。我覺得有點兩難。」(C-a053)

另琳琳需吃藥才會有食慾，但吃藥不久後也會使其昏昏欲睡，故需於睡前坐在床上服藥及用餐，但這並非希拉的生活習慣，雖然初期可以忍受，但久了希拉仍對此有些埋怨，不過關於家務分工，雙方在協調後有取得平衡。

「因為我不喜歡別人在床上吃飯，一開始可以忍受，但時間久了就覺得，喔我不喜歡這樣子。我就要起來然後就順便把東西收一收，那有時候會覺得有點怨嘆。」 (C-a058)

「後來我們就講好說，那如果晚上(我)多做點，那妳白天就多做一點。就是有點互相平衡。」 (C-a059)

(5) 希拉因應琳琳創傷反應而變更旅遊行程。希拉回想某次與琳琳出遊經歷，原本兩人都很期待此行程安排，未料到了當地，發現 Instagram 上加害者曾在該場所打卡，琳琳的創傷反應立刻被勾起，陷入巨大驚恐而想立即離開現場，希拉雖然知道真實發生機率不高，但也願意理解琳琳的恐懼，立即調整旅遊行程。

「她說我們可不可以趕快離開這裡，我說哦好啊沒問題，那我們就趕快上車，然後她說她真的很怕，她會再看到他(指加害者)會突然出現。但以機率來講這不算高，但是我可以理解她，就是很懼怕這個心理。」 (C-a036.2)

2. 確保琳琳安全

希拉為了保護琳琳，曾協助處理路人的騷擾，同時也很擔心琳琳在外安全。

(1) 幫助琳琳面對路人騷擾。希拉表示琳琳曾提到，過往創傷經驗讓其不願成為一個說謊的人，即便是善意謊言也困難說出口，使其更難拒絕別人。

「因為她就是不想要當那個說謊的人，就會把自己逼得很直接……(略)，就是 convenient lies (善意謊言)，她沒有辦法。」 (C-a105)

當琳琳困難回絕他人而與路人互留聯絡資訊後，路人傳訊息來大多是希拉出面善後，希拉認為這些事其實在更前端就有清楚簡便的處理方法，自認過往較不

耐煩，會語帶埋怨的回應琳琳。

「其實我覺得我一開始處理不太好，我一開始就有點不耐煩，就這麼簡單的事情，我就在想，妳就為什麼有點拖泥帶水，然後變得很複雜呢。」

(C-a106)

(2) 希拉擔心琳琳再度受害。希拉觀察琳琳的成長背景使其難以拒絕別人、也不太敢表達自己的真實想法，因此會擔心琳琳面對騷擾或死纏爛打時，較難在當下獨自回絕。

「我就會擔心她，我會覺得她沒有保護自己的能力，在面對騷擾或者是 unwanted attention (令人困擾的關注)，她沒有辦法就是獨立的把這件事情解決掉。」(C-a101)

除了善後的麻煩外，希拉更擔心萬一琳琳在被騷擾、被糾纏的過程，再度經歷創傷，將會很難從傷害中站起來。幸好曾多次溝通與鼓勵後，琳琳越來越能表達拒絕，人際界線變得比較不那麼令人擔心。

「她現在好多了，所以我現在就比較沒有擔心。不過在一開始，這件事情是有影響到我真的會蠻擔心的，我覺得創傷這件事情影響的方面在於，我很擔心，萬一她又再度經歷一次創傷，她沒有辦法再站起來。」(C-a103)

3. 伴侶彼此扶持與成長

希拉分享兩人彼此扶持的過程，琳琳基於創傷經歷與專業背景，陪伴希拉因應親人身心疾病，而希拉也會鼓勵琳琳長出自信。

(1) 琳琳協助希拉因應親人的身心疾病。在希拉的家人罹患身心疾病時，琳琳

憑藉親身走過創傷的經驗與心理專業背景，遠端提供希拉具體可行的建議與知識，讓希拉不至手足無措。

「就剛提到家人有身心疾病……（略），然後有些情況我就會問我女朋友，這個我不知道怎麼處理，她通常都可以給我很好的建議。」(C-a116)

除此之外，希拉也在與琳琳分享家庭經驗的過程中，看見自己的焦慮特質，以及對事情習慣握有掌控權的一面，對此琳琳也能提供希拉一些自我因應與調適的指引。

「然後也知道我們家，就是整個家族比較偏焦慮傾向，有控制慾，然後很容易事情超出自己的掌控範圍就會很焦慮。所以就透過她，我認識到我這一層就是焦慮。」(C-a117)

(2) 希拉鼓勵琳琳長出自信。希拉性格直接而剛烈，琳琳與其完全相反，人際互動時較易退縮害怕。希拉會鼓勵其勇於表達自身想法，經過一段時間後，希拉有看見琳琳的成長。

「然後我就會去告訴她，就妳很值得這件事情，妳要去 reach out(爭取)，然後妳不要怕什麼，我就去鼓勵她然後教一些方法，她現在有比較好，她有在成長這樣子。」(C-a071)

希拉談到，琳琳從原本比較沒有信心的狀態，在經過彼此陪伴扶持後，如今能夠相信，即便未來分開也能值得正常感情生活，似乎是這種內在自我價值的成長與轉變，讓希拉很感動。

「因為她以前就覺得，因為自己的心理狀態的關係，她沒有辦法找到，就是所謂的正常人嘛。她跟我在一起之後，她就覺得如果今天就算我們

分手了，她也很有信心，她可以有一個比較正常的感情生活，不需要去
屈就，就是那些怪人。對啊，然後覺得蠻感動的。」（C-a130）

三、研究者理解與反思

希拉與琳琳是女同志伴侶現居於國外，兩人不論是成長環境、家庭經驗、個性、生活習慣都有很大不同。希拉認為性創傷只是生活的一部分，並未影響希拉看待琳琳作為一個能動主體的觀點。這提醒研究者，當研究者試圖聚焦創傷，可能無形中放大創傷對個人及關係的影響，但人是整體的，關係是共構的，生活經驗也是全面的。因此在聆聽創傷的同時，如何聽見研究參與者們的行動力及復原力也很重要。

作為助人專業工作者，研究者觀察雖然希拉隨著與琳琳互動日益密切，也成為創傷共同承擔者，難免會隨琳琳的身心狀態有情緒起伏，但也許是基於希拉有意識地維護自身情緒界線，並沒有出現太強烈的次級創傷反應。而希拉亦不會過於壓抑自身需求，能在潤飾表達方式後直接和琳琳溝通，這提醒研究者看見「界線」的重要性，伴侶雙方願意照顧彼此，固然是愛與責任的展現，然而當伴侶在承接倖存者的創傷壓力時，確立自身情緒界線避免過度涉入，並表達內在需求，也許有助於維持關係平衡。這連帶讓研究者反思，如何在與創傷個案工作時，保有合適的情緒界線。

希拉存有視琳琳為一個「完整的人」的核心思想，縱使生活習慣磨合不易，但雙方也努力在關係中營造開放聆聽與溝通調整的空間，讓彼此都有在關係中訴說自己的可能，希拉看見琳琳漸漸發展出對自己及關係的信任，而希拉獲得創傷帶來的成長與學習，回過頭拓展自身對創傷的理解，我想也是這段具有修飾性經驗的伴侶關係，帶給彼此的禮物。

第四節 官穎作為性侵害倖存者伴侶之生活經驗

研究者針對官穎的訪談逐字稿進行整理和分析，以下將以第一人稱呈現官穎作為伴侶之生活經驗，並分析整理小音之性侵害事件對官穎自身的影響，以及對雙方互動之影響。

一、官穎的描述文

研究者將逐字稿以第一人稱改寫為本節描述文。官穎談論知悉倖存者（下稱小音）遭受性侵害的過往，婚後伴侶關係磨合，及自身性別觀點轉變的過程。官穎為順性別男性，約 36~40 歲，小音為順性別女性，約 36~40 歲，兩人交往 1~2 年，結婚至今約 8 年，育有 3 名孩子。

從平常心聆聽重複故事，到意識小音為「倖存者」

這個研究資訊是小音分享給我的，但收到當下讓我有點意外，難在第一時間將「性侵害倖存者」一詞與她產生聯想。在與小音交往初期，我抱著平常心了解她的過往情史，她分享差點被約會對象強暴的事，原本我覺得那是一段糟糕的約會經驗，當下沒有特別反應，只是對那個約會對象評價很差。當時我沒意識到這是性侵害犯罪，也未感受到她的強烈情緒。

後來小音在許多場合分享過自己曾遭約會強暴的經驗，對我而言，如同重複的故事而沒有特別感覺。直到第二個小孩出生不久，她再次分享讓我印象深刻，那時她較為激動地描述整個過程，我才感受到她的情緒，也才了解她曾經歷的危險情境，以及慶幸自己逃過一劫、活下來的感覺。我知道她對這段過往尚存情緒，如今更意識到她把自己視為「性侵害倖存者」。

理解小音的創傷與恐懼，然內在焦慮影響回應

坦白說當時我們關係不太好，開車回家路途聊天都很乾，她願意再次分享過往經驗，是她難得吐露心房的時刻。在她分享的當下，我試著同理，想拉近我們的距離，但我也為了彼此關係不好而焦慮，聽她分享過往與其他男人的親密互動經歷，我感受也不太好，以至於我覺得自己只做到同理聊天，不太有情緒支持，且不久後我們的關係又變回沒那麼好的狀態，我也沒有繼續表達支持。

然而這些分享讓我認識她的恐懼與創傷，我很開心她願意和我聊，不過當關係不好時，我內在未被滿足的身心需求與關係焦慮，讓當時的我沒有很支持她。我比較壓抑，以前有較多溝通衝突，且我認為親密關係的事情很私密，也不太對外人訴說。隨著我更了解她，學習到在關係裡她需要支持，也更理解她對性侵害倖存者議題的共鳴與投入，現在溝通情況好轉許多。

意識到互動中隱含的性別不平等，學習關注小音身心狀態

小音很著迷一本書：《寬宥之南》，內容描繪社會中的強暴文化。她認為男性有優勢，會給予女性很大的壓力，她過往遭遇的是真實危險，但我們的關係互動中也存有這些不平等，而她對其中不對等很敏感，我也意識到自己不自覺將不平等帶入我們的關係中，也許可以說是社會結構使然，以及我對性別的瞭解不夠深入。有時當我無意識地展現對性的需求時，她會提出根本質問何以「我覺得我可以」，似乎是集體潛意識形成了「你覺得你可以」的想法，但這種想法的展現本身就會對另一方造成傷害。

藉由小音分享她對書本內容的理解，我贊同社會上男性被鼓勵、被縱容去不擇手段達到目的。我也逐漸意識到我們關係的課題，比如我會基於自身需求而表現出想和她發生性行為的意圖，若我沒有將她的身心狀態納入考量，這種意圖的展現本身可能就對她造成傷害。隨著我更關注她的身心狀態，我感覺伴侶關係有慢慢改善。

性關係曾觸發小音激動情緒，親密關係課題需持續學習

我不確定與她過往性侵倖存的經驗有無直接關聯，但在我們的性關係中，有時我會感覺到她不想跟我做愛，我會試著要求她，曾有次她以為我會用強制的方式要她和我發生關係。雖然我從未想過要用強制的方式，但當下她情緒反應很大且難以信任我，我也有點被驚嚇。我試著提供情緒安撫，我知道她感到不適且排斥男性壓迫女性的想法，也試著表達同理讓她安心。

因著她的分享，開啟我對關係課題的學習。回想當時我停留在對事件的了解，認為她分享約會強暴未遂只是一段很爛的約會經驗，後來才意識到危險真實存在，她曾說過：「每個男生都是強暴犯。」在更認識她的想法後，我開始學習分辨生理需求的出發點是為了滿足自己或她。我有些愧疚，若沒有自我反思，可能根本不會意識到這些理所當然。我希望能支持她，也是支持自己在關係中持續調整，但我有時也會因壓力大而無法好好處理關係。

理解小音感受的危險與警覺，默默學習、反省與支持

她從小至今都有被性騷擾的經驗，常感受到身邊男性對她可能有意圖，若她遇到實質危險，比如搭計程車感到不安，我會與她通話。若我在場會提供保護，但當我不在場時，我信任她能自我保護，我會特別關注、陪她談論她感受到的危險以表達支持。

我身為男性自覺有些原罪，當她表達對男性的想法時，我大多默默表達支持，處於聆聽學習的角色，因為這些性別觀點我比較追隨她的腳步，我也怕意見無法如同她一般深入，因此在性別相關話題較少主動表達自己的想法。比如她會擔心女兒在外安全，我則不像她有危險偵測器，關於她的擔心，我大多聽從及認同，但不會有太多額外回應。不過我會訓練女兒面對危險時要拒絕、反抗或逃離，這對我很重要。

藉由這些對話，我更認識性別的不平等，包含男性優勢及女性感受到的壓力與危險，我也會不斷反省，並檢視周遭男性朋友的想法。我認同小音對性別議題的獨到觀點，希望能有人站在她身邊，我很重視與小音的關係，希望能更理解她並提供支持。我覺得她也許不太了解我的內心歷程，但可能感受到我的支持。

二、官穎經驗的分析結果

研究者針對官穎的訪談逐字稿進行整理和分析，呈現其在知悉小音的性侵害事件後，對官穎自身狀態及雙方互動關係之影響。

(一) 知悉小音之性侵害事件，對官穎自身的影響

官穎在知悉小音的性侵害事件後，對其自我反思、理解小音與伴侶關係，以及認識性別議題都有影響。經分析歸納為「逐漸意識到小音為倖存者」、「未滿足的親密關係需求侷限回應」、「學習反思性別議題」三個次主題。

1. 逐漸意識到小音為倖存者

官穎認為自己在初次得知小音的性侵害事件時，是以平常心理解為一段糟糕的約會經驗，也將小音在不同場合的分享視為重複故事，直到小音某次富含情緒的才意識到當時性侵害的危險性。

(1) 平常心面對小音揭露性侵害事件。在交往初期，官穎抱著理解小音過往感情史的心情，聽小音分享曾互動過的親密對象及交往經驗，談到約會強暴未遂的那名對象時，也比較是以平常心看待小音的揭露，當下未有太多情緒反應，只認為那是一段糟糕的約會經驗，而未意識到這是性侵害犯罪。

「但是我當然對他（指約會強暴未遂嫌疑人）的評價可能會比較差，就是因為他是一個詐欺犯嘛。我可能只是把他當作一個很糟的約會經驗，

或是很爛的一個交往對象。」(D-a011)

(2) **平淡看待小音的重複故事。**小音在許多場合與時刻分享過這段約會強暴未遂的經驗，似乎在官穎的印象中，成為小音重複訴說的故事，多數時候聽聞小音陳述，並沒有太深刻的印象或感覺。

「但是對我來說都印象不是很深刻，因為可能都只是我太太對我，或甚至是對其他人描述這個（約會強暴）事件。所以它對我來說只是一個重複的一個故事，所以我可能都沒有特別有感覺。」(D-a015)

(3) **從小音的情緒理解事件嚴重性。**官穎回憶小音初次揭露時，覺得比較感受不到小音的情緒，自己也只停留在對事件的理解，直到小音再次分享並夾雜較為激動的情緒，讓官穎印象深刻也了解小音對此事存有強烈感受。

「她可能講到她如何處理這件事情，那我比較感受不到那個情緒，就是我剛才說第二次分享的時候，那時候我比較強烈感覺到她的情緒。」(D-a006)

(4) **意識到小音為倖存者。**官穎知道小音曾有這段約會強暴未遂的過往，但並未直接將小音與「性侵害倖存者」作連結。當小音將本研究之研究邀請函傳給官穎，雖然官穎能聯想到小音曾分享的約會強暴未遂經驗，但對於小音自我認定為「倖存者」略感意外。

「等到她丟這個問卷給我的時候，我就會覺得 OK，所以她有把自己當作一個性侵害的倖存者……（略）。所以就是意外也不意外啦。」(D-a007)

2. 未滿足的親密關係需求侷限回應

官穎回想面對小音再度揭露，正值兩人關係不佳，官穎試著同理以拉近雙方關係，但不久後又因親密關係不佳及內在對關係的焦慮，而難以延續對小音的關心，也未能持續表達支持。

(1) 嘗試同理以拉近關係。官穎提到某段時期兩人的婚姻關係不太好，開車回家的路上話題都很乾，當小音在車上再度揭露這段性侵害經驗時，官穎驚訝於小音對於性創傷抱有激動感受，也從描述中感受到當時的危險情境，官穎試著同理回應小音，想要拉近兩人之間的關係。

「我是有覺得就是：哇！原來是這樣，就是她情緒是這麼的，還是有一個創傷在那邊，就是當時確實是蠻危險的……（略），我記得我那時候就是有用比較同理的角度去跟她聊……（略），然後想要拉近我們的關係。」（D-a021）

(2) 親密關係不佳難以延續話題。雖然小音再度揭露的當下，官穎試著同理聊天，但當話題結束後，兩人的親密關係又回到沒那麼好的狀態，官穎也因內在對親密關係的焦慮，而無暇顧及小音，侷限對小音的回應，後續也未再針對此事表達支持。

「可能又回到了就是，我們關係比較沒有那麼好的狀態，所以我也好像也沒有再繼續，就這些事情去支持她這樣子。」（D-a023）

(3) 對關係焦慮而未能持續支持。官穎對小音願意再度自我揭露感到開心，也希望話題能延續，然因個人的身心需求沒有受到滿足，加上對親密關係不佳的焦慮，使官穎未能持續處於支持小音的位置。

「我對於她願意跟我聊這件事，我是開心的，那我也想要跟她多聊，在

車上的時候。但是實際上就是我的還是有一些內在的需求，然後對關係的一些焦慮，所以我覺得我那時候並沒有說很處在一個很支持她的一個位置。」(D-a027)

3. 學習反思性別議題

官穎不斷沉澱反思性別議題及親密關係後，逐漸理解小音的性創傷，也意識到彼此關係中隱含的性別不平等，並反省對「性」的理所當然及男性優勢。

(1) **理解小音性創傷**。官穎自認過往面對小音揭露性侵害事件時，回應不甚理想，但在沉澱反思之後，這些分享都讓官穎更認識小音的恐懼及性創傷過往，從而更理解小音的感受，以及小音對親密關係中性別不平等的想法。

「但是那件事情（指性侵害事件），確實有讓我了解到我太太的一個恐懼啦，然後她等於說創傷的一個經驗……（略），我覺得我有更理解我太太，就是可能她的一些想法啦，包括我們的關係裡面。」(D-a025)

(2) **逐漸意識性別不平等**。官穎反思在理解小音的性創傷前，可能無意識在親密關係中塑造出不對等的權力差異，加上對小音想法的不認識，使官穎很難覺察隱微的性別不平等。

「就是你沒有了解到你太太的想法……（略），就是你其實也沒有意識到……（略），這中間確實有一些不對等的一些關係在裡面。」(D-a045)

(3) **反思對「性」的理所當然**。在持續與小音對話及自我反思後，官穎對於先前無意識地在親密關係中展現性別不平等，以及自我認識不足感到愧疚。他認為在學習性別觀點前，對於親密關係中的「性」視為理所當然，會不加思索在某些

情境出現時，認定自己可以與對方發生性行為。

「我覺得就是有點愧疚啊……（略），就是如果你沒有去自我認識，然後有自我去學習，你就會很沒有意識，那如果這個情境出現的時候，你可能就會覺得自己好像可以（與太太發生性行為）。」（D-a053）

（4）反省男性優勢。官穎認為性別不平等及男性優勢地位確實普遍存在於社會之中，除了不斷自我反省，在與男性友人聊天時，官穎心裡的性別雷達也變得較為敏感，會檢視友人們說的話是否落入性別不平等的思維中，並作為自我反省的參考。

「我覺得就是反省再反省，就會覺得這個東西是蠻真實存在的，所以就是遇到一些男性的朋友，可能就會對這塊比較敏感，就是他們在聊天的過程，他們表達一些他們自己的想法，其實就是加以檢視啊，這樣子的想法是不是，其實是有些問題的這樣子。」（D-a069）

（二）官穎知悉小音的性侵害事件後，雙方之互動經驗

官穎認為小音在經歷性侵害事件的餘波，加上小音對性別不平等的敏感，對伴侶關係互動及彼此相處磨合有影響。經分析歸納為「從性關係認識性別不平等」、「調整親密關係的權力差異」、「理解小音並提供支持與保護」三個次主題。

1. 從性關係認識性別不平等

官穎回想小音曾誤以為官穎會強制發生性行為，對於小音的反應官穎甚感驚訝，但也逐漸理解小音長期經驗的性別權力差異及親密關係不平等。

（1）小音曾誤解官穎的性要求。官穎提到某次小音拒絕與官穎發生性行為，官穎試著更多的要求小音與自己發生性行為，然而要求的過程卻讓小音誤以為官穎

會強制讓性行為發生，而引發小音比較激烈的情緒反應。

「在我們的關係中也有發生過就是，例如像是她沒有想要跟我做愛，但是我還是有的時候，就是想試試看要盧她，那有一次發生她就是覺得說，我是不是想要就是強制的方式。」(D-a060)

(2) 官穎驚訝於小音的激動反應。官穎認為，自己雖然在小音拒絕後持續嘗試要求發生性行為，但並未想過要強制要求小音配合。然而，小音的情緒反應仍然較為激動，甚至無法信任官穎，以為官穎一定會以強制的方式進行性行為，這也讓官穎受到驚嚇，推測可能是小音的過往經驗有一些關聯。

「其實我的心理狀態是並沒有（想要強制），但我確實是有想要盧她這樣子，但那時候她的情緒反應就比較大，她就覺得沒有辦法信任，她就覺得我一定要強制的方式。那次也是讓我有一點就是驚嚇到，我覺得可能是跟她過往的經驗有一點關係，就是她可能就會覺得，那時候的狀態已經是，可能是要我想要強制了，就是她反應比較大的這樣子。」(D-a061)

(3) 小音長期經驗性別權力差異。官穎知道小音長期都有被性騷擾的經驗，且小音也長期感受到兩性的性別權力差異，這可能對兩人的親密互動產生影響，不過對於小音在親密關係中的激動反應，則較難歸因於特定事件。

「她不只是說這個性侵害的這一次的事件，其實她可能從小到大可能都有被性騷擾經驗，或是她其實也常常可以感覺到身邊的男性，可能對她有一些意圖。」(D-a059)

(4) 小音感受的親密關係不平等。官穎提到在性互動上，有時當小音拒絕與自己發生性行為，自己仍可能基於個人需求而持續要求她，而在性關係之外，有些日常互動即便自己並未多說什麼，小音也會感受到這種被要求的不平等，官穎認為，對小音來說這些互動壓力與不平等，本質都是社會所建構的性別權力差異。

「就是她有時候可能說拒絕，但是我還是會一直盧她，就性的時候。或者是我沒有特別說什麼，但她也有感覺到這部分的壓力，等於說在很多時候就是，其實對她來說這個（指被要求的感覺）都是一樣的。」（D-a035）

2. 調整親密關係的權力差異

官穎提到小音對性別的關注及分享，讓官穎學習反思性需求出發點，即不斷在關係中反省與調整自己。

(1) 小音關注性別議題。隨著小音分享對《寬宥之南》的想法，讓官穎有機會認識小音的性別觀點，包含小音何以特別關注社會中不同性別的處境，以及敏感於強暴文化對不同性別的影響。

「那我太太就非常熱愛這本書（指《寬宥之南》），然後她覺得這本書是非常重要的，就是在講述在社會中男生跟女生所處在的一個，如果隨便講就是強暴文化之類的（處境）。」（D-a032）

而小音鉅細靡遺且富含情感的揭露自身受害經驗後，也讓官穎深刻了解小音當時的感覺，連帶理解她何以如此投入性別議題，包含藉由書寫、宣導或者表達支持。

「我就會更了解她的感覺，為什麼她對這件事情（指性別議題）是非常重要的在乎，然後她非常也想要加入這個方面的一些書寫，或是就是宣導或

是支持這樣子。」(D-a033)

(2) **官穎反思性需求出發點**。官穎談到，兩人曾對於官穎無意識地展露性意圖一事有過深度對話。起初官穎似乎是以自身需求為出發點，不加思索在自己覺得可以發生性行為的時刻，向小音展露性意圖，但對小音來說，何以在那個當下官穎會覺得自己可以展露性意圖，是一件需要深刻思考的事，這些質問多次出現在兩人的對話中，讓官穎學習反思自己所持有男性優勢。

「那對她來說，你光是展露意圖本身，其實她就會覺得說，為什麼你覺得你可以(展露性意圖)。可是你當下可能你很無意識的就是覺得說，第一個是，你想要嘛，或是你覺得你可以。可是我太太就會可能提出根本的質問就是：『為什麼你覺得你現在可以。』」(D-a056)

(3) **官穎的自我調整**。隨著官穎漸能意識到親密關係中性別差異所帶來的不平等，以及了解小音對性別議題關注與投入的背後脈絡，官穎期許自己能夠支持小音，同時也是支持自己持續自我調整，避免無意識的將不平等帶入親密關係中，官穎認為這種彼此互動的對等是可以處理到很深化的。

「我是非常希望可以能夠支持她，因為我覺得支持她也是支持我自己啦。能夠我自己的所作所為上，避免把這些東西(指性別權力差異)帶入我們關係裡面。因為這個東西我覺得可以，去把它做得非常的，就是可以做得非常的深化，就是可能在我跟她的互動中。」(D-a041)

3. 理解小音並提供支持與保護

官穎在逐漸理解小音的創傷後，會試著在小音不安時表達安撫與支持，在小音需要時提供保護與支持，並追隨小音的性別觀點。

(1) 官穎安撫並支持小音。當小音表露對親密關係不平等的顧慮與不適時，官穎會試著安撫小音，讓小音知道現在所處環境是安全的，也會表達同理與支持。除此之外，官穎也很希望小音所重視的性別議題，能有更多人與小音站在同一陣線，理解小音所看到的性別差異與困境，並與小音為了此議題努力。

「那所以我一方面就是第一個是讓她就是安心嘛，就是說她現在沒有這樣的危險。那第二就是說同理她、支持她……(略)，那我也希望就是，有更多的人可以就是跟她站在一起，就是看到她所看到的，然後跟她一起就是往這個方向去前進。」(D-a063)

(2) 適時表達保護與支持。官穎表示大多時候都能信任小音自我保護的能力，除非小音真的感受到實質危險，比如搭計程車時，官穎會與小音通電話，又或者在某些場合小音感覺有些不舒服，官穎也會站在小音身邊，盡己所能提供小音保護與支持。

「就是如果她真的有，就是實質的危險的時候，就是當然會支持嘛，像例如有時候她覺得，她搭計程車的時候，她覺得比較危險，那我可能就是打電話給她。那或者是她覺得這個場合並不是很好，那我就可能會站在她身邊。」(D-a064)

(3) 官穎追隨小音的性別觀點。官穎在與小音討論性別議題時，不太主動表達對於性別議題的觀點。對官穎而言，身為男性本身或許是個「原罪」，加上官穎自認對性別的思想不如小音深入，因此大多居於聆聽、學習的角色。相對而言，小音可能也只是隱約覺察官穎對於性別議題的了解與學習，但也無法清楚知道官

穎自我反思的心路歷程。

「她可能覺得，我確實有在學習有在聆聽，但是我到底現在位置在哪裡，我可能比較不會主動表達，因為我畢竟還是有一個可以說原罪嗎，我沒有了解她這麼深入，所以我可能也不會主動表達這一塊(對性別的想法)啦。」(D-a075)

三、研究者理解與反思

聽完官穎作為異性戀男性伴侶的分享，讓研究者反思性別權力如何在個人及伴侶關係中產生影響，首先官穎身為男性在父權文化中的優勢地位，可能使其較難在第一時間覺察到性侵害事件中所蘊含的權力不對等，又因小音的受害經驗發生在具有感情關係的前曖昧對象，身為同樣出生指定性別的官穎，可能更難覺察性腳本中，男性應積極／主動的假設，本質上存在著對另一方的侵略與剝奪，若被要求方並未表達積極同意，有極大可能將是違反被要求方意願之性侵害事件。

當官穎帶著男性優勢的思維進入親密關係，展演了性腳本中男性可以為所欲為，展現陽剛特質以服膺男子氣概想像，即便官穎的本意並未想傷害小音，仍在伴侶關係中再現小音曾感受到的性創傷情節。這提醒研究者，出了同溫層外，人們對於性別權力的反思與自我檢視並非理所當然，意即，對於尚未有機會接觸性別平等觀點的個人而言，在關係中複製與再現壓迫／被壓迫可能是常見的。

研究者認為，這樣的複製與再現不只是官穎的個人責任，而是父權體制之下，對於性別弱勢的缺少關注，以及媒體不斷傳播的異性戀腳本，加上性侵害迷思導致倖存者的噤聲與被誤解，以及加害者責任的淡化所致。這提醒研究者，未來在探討性別相關議題時，應同時考量性別論述對男性、女性、非二元角色的形塑，以及性腳本如何建構了親密關係中的理所當然，避免單向以受害與加害的二分框架解讀親密關係中的性別互動，而忽略更大的社會體制影響。

除此之外，在官穎與小音的互動中也看見個人與關係系統的交互影響。基於

伴侶系統的不穩定，官穎隨之承受著巨大的親密關係焦慮，連帶影響其對小音的回音，讓小音在創傷喚起當下難以獲得支持，而官穎與小音各自的身心狀態又加劇溝通衝突，形成關係中的惡性循環。

而官穎在反思性別權力不平等及學習支持伴侶的過程，對實務工作具有重要啟示。例如：心理諮商與教育介入可以更多強調男性作為優勢地位的自我反思，並鼓勵男性以同理與對等經營伴侶關係，同時也可以提供資源與機會，協助男性理解性別議題。從官穎的經驗中發現，伴侶間的性別議題受到社會化經驗影響，而這些影響往往不易被身處其中的當事人清晰覺察。不過，若能協助男性主動參與關係修復，讓男性能以更敏銳且包容維持關係中的性別平等，也有助於促進伴侶系統的穩定，提升對倖存者的支持。



第五節 文傑作為性侵害倖存者伴侶之生活經驗

研究者針對文傑的訪談逐字稿進行整理和分析，以下將以第一人稱呈現文傑作為伴侶之生活經驗，並分析整理沐妍之性侵害事件對文傑自身的影響，以及對雙方互動之影響。

一、文傑的描述文

研究者將逐字稿以第一人稱改寫為本節描述文。文傑談論與倖存者（下稱沐妍）相識，交往後的生活起伏，自身身心壓力調適及彼此溝通扶持的過程。文傑為順性別男性，約 41~45 歲，沐妍為順性別女性，約 41~45 歲，兩人交往不到 1 年、結婚約 1~2 年。

#MeToo 突顯教育不足，期待更多性創傷相關資源

2023 年#MeToo 波及很多我認識的人，有些甚至是有權有勢者。我覺得這些事涉及對人的尊重，他人有拒絕及保護自己的權利，但有些人卻不允許他人說「不」，我對此感到不滿。我覺得在臺灣或說東方文化，不論同性與異性之間，關於身體界線的尊重其實很模糊，教育和理解都很缺乏，這使得很多人不知如何了解自身感受，也不知如何表達對他人的喜好，只能用很原始的方式表現。

我覺得很多倖存者或伴侶需要訴說出口，他們應該有許多感受與不敢說的經驗，我們身處都市相對有機會獲得這些資訊，相對有些人較難有機會討論，希望能有更多關切性創傷議題的組織和資源。我知道自己的經驗比較特例，我猜想大多數倖存者身旁的陪伴者，在知悉倖存者的經驗後，狀態可能會比較低沉，或者變得內向緊縮，也沒機會和他們接觸並聊這些事。對我來說，參與研究聊聊自己的感受與想法也很好。

波瀾之下提供支持陪伴，討論創傷加深關係親密

我和沐妍認識不久便結婚，相處時她會片段地談論過往經歷，直到 2023 年臺灣爆發#MeToo 浪潮，她才藉由對話及書寫仔細梳理性創傷。性平三法修法期間，她曾想過對加害者採取法律行動，我們花時間釐清是否想與加害者耗下去，期間有很多對話、討論和發洩，有種同舟共濟之感。不過考量事件發生時間久遠，追訴期過了，記憶也逐漸淡忘，雖然回首還是會有些激動、憤怒，不過梳理過程是相對平緩的。我覺得不論她是否想處理，讓她感到被支持、被在意，而且有開放空間討論各種選擇方案是重要的。

聽她陳述過往創傷經歷時，我會感到不捨、難過、委屈和憤怒，而我所能做的就是陪她慢慢把事情講出來，我希望讓她感到舒服與安全。在知道她發生的事情後，作為伴侶會更想珍惜她，陪她處理傷痛，當創傷能被拿出來討論，我覺得關係的親密感能被強化。

沐妍藉書寫獲得療癒，親友回應溫暖關切

從#MeToo 到現在，她能感受到我的支持，慢慢有勇氣講出過往。她的文字是有力量的，她也從投射裡抽離出來，重新感受及看待整件事情，一開始一定會氣憤自己或手足無措，逐漸能原諒過去自己的沒有作為，也許原諒對方。她的文字除了自我療傷，也是趁著#MeToo 讓大家知道她的經歷。

親友看到她的文字會感覺不捨與難過，這都會轉化成關心和心疼。比如我媽媽會支持她的貼文，讓她感受到被保護與被理解，我媽很關照沐妍的心情，幾乎視為女兒般關愛，大家的回覆也都是溫暖和關切，這些都讓她願意說。有時我們會開玩笑，若時候到了她也願意，她那些豐富經歷可以寫一本自傳。

成為沐妍的安全堡壘，建立信任與對話習慣

我覺得伴侶就是在過好自己的同時提供彼此陪伴，表達關愛支持，營造安全空間也是重要的，讓她知道不需要再被過去糾纏，然而讓她放心和取得信任可能不容易，她過往的交往經驗也從未有這種信任感。讓她袒露傷痛的前提是有足夠信任感，當她願意說的時候，需要讓她好好講完，並能感受被愛。

我從小和母親就一直對話，我也會如此與沐妍互動，每天聆聽都是重新整理狀態，慢慢養成習慣，自然都可以說。剛開始相處時會感覺她說比較多，但我覺得是因為尚未建立對話模式，她需要我安靜聽，我則需要藉由提問挖出我的感覺，之前她講的過程會發現自己講太多，而她也想停下來了解我，我們都想了解彼此，只是聆聽方式不同。

我們建立信任的方式特別，交往後很快就結婚，我們透過爬山建立關係，在山上有很多突發狀況需要相互扶持，也需要許多心電感應或非語言交流，這讓我們培養信任，也有許多互相幫忙度過困難的時刻，這都讓我們建立連結，使得語言溝通不會是大問題。

沐妍曾經歷多重創傷，家庭關係為待解議題

我覺得她的經歷很不容易，最早被家人性侵，離家後被別人性侵，這很複雜，當初為了躲避痛苦反而換來新的恐懼。我一開始聽到也覺得不敢想像，若是我該如何因應這樣的痛苦。我猜想她早年遭逢低潮時，自我價值可能會被嚴重打擊，若在那個時間點遇到她，我也不確定她能否回復到現在的狀態，也許距離事件的時間點越近，處理過程會越辛苦。

她曾因性創傷對親密關係有些陰影和焦慮，但我們實際交往後，也許是這段關係讓她有安全感，我並未觀察出她有創傷反應。我猜想性創傷經驗可能在之前她已經很用力的處理完，如今事情已經完結，待處理的反而是其他議題，去年（2023年）她的兩位親人過世，處理的是生死和家庭關係，當然性侵事件也有連

帶被討論，只是她曾分享在諮商、催眠的過程，釋放較多的反而是家庭關係。

成長背景鼓勵自我探索，開放經驗彼此家庭的影響

我的原生家庭相對健康完整，成長過程自由開放，家庭背景讓我接觸很多自我探索課程，朋友圈也多為療癒工作者，我很能感同身受陰性的力量，相對不太理解陽性、剛硬、權威的東西。沐妍幾乎沒有婆媳問題，她起初對比自己的原生家庭，會對我媽媽的好感到驚訝，而我就是陪伴她體驗原生家庭的影響，那些影響有時會波及到我，因為我們是共同的家庭。

沐妍會覺得她的原生家庭讓她很煩也很傷心，我除了陪伴她，也用不同觀點去回應她的家人。我曾和丈母娘吵架，而這個情景是之前的我完全無法想像的，當時沐妍在與丈母娘互動時經驗到不開心，我覺得自己需要支持她，然而我無法與丈母娘溝通，她聽不進我們說的話，我只能直接表達我的生氣和想法，對我來說這些溝通過程的情緒波動，對我影響不大且是有趣的體驗。

家族的漠視與不作為，武裝自己保護沐妍

就我所知，性侵害加害者疑似為她的家族成員，且受害者不只她一人，當其他家人知道後仍用逃避因應，而且她家人在她小時候會指責她做錯事或亂講話，而沒有保護、照顧她。去年她親人過世，告別式時我們需要面對那些親屬，當時我知道她很難過，而我要武裝起來保護她。

我覺得悲傷藏在憤怒底下，有點把憤怒發洩在她家人身上，她家人其實不是主要對象，但她的行為讓我覺得不是在保護女兒，而是掩藏秘密。後來她家人可能有些懺悔，曾傳訊表示她早年也發生類似的性侵害事件但不敢說，她也有傳達對沐妍的關懷與補償。沐妍雖然有些同理家人的處境，但仍覺得她沒有好好處理或表態，似乎只是逃避，放任事情腐爛，直到被淡忘。

後來家變得分崩離析，我們不願再與他們有瓜葛，就只是武裝自己、保持禮

儀，我們作為晚輩也做不了甚麼，只能逃離，許多家族糾葛都讓我覺得很荒謬和戲劇化。後續她就抱著事情快結束的心情，繼續處理被家族指派的工作，我覺得性侵害只是眾多經歷的一部分，但很大的家族業力也需要被修復。

經歷憤怒後選擇放下，專注當下彼此療傷

在一篇梳理家外性侵事件的文章引起討論時，適逢她家人離世，她花較多心力處理哀傷，反而是我在網路上與加害者對峙，她沒有和對方接觸，我也不希望她再和對方有牽扯。雖然得知加害者的行為讓我很生氣，但事情過了之後，我覺得沒必要如此氣憤，有些事情是靈魂設定的體驗，若決定要與對方糾纏就需面臨相對應的後果，但若不想再有瓜葛就隨他去，我們只需專注過好生活、彼此療傷。

我覺得在釋放創傷後，用新的觀點看待往後人生，是讓生命更輕盈的方式，我不會告訴她這是命中注定，我覺得這麼說不太好，是直到她自己消化並持續多方體驗後，告訴我有些釋放，也是為自己負責而能放下了。

事件頻仍傷痛不斷，環境轉換與多方嘗試調適心情

去年（2023 年）發生很多事情，我自己經歷開刀，還有#MeToo 及她家人的事，情緒很滿。也許也是發生很多，使我們不會過於糾結某一點，而是平均而言傷痛值很高，我們就一路走過來。我們平常都是緊密互動，工作讓我們能四處跑，我們與環境的關係一直變化，比如出國讓我們的空間和心情都能有轉換和重新經歷，有時想到那些事，同時也要適應新的人和環境，比較能放下或淡化，而不會一直糾結。

移動幫助我們轉換心情，加上我們遇到的人都比較明亮，相對讓我感覺傷痛沒這麼大。除了諮商，沐妍曾經致電家庭暴力暨性侵害防治中心訴說此事，她最近轉向運用藝術，重新轉譯或釋放早年創傷，也有一些進修計畫，期待自身經驗日後可以療癒他人，我則是身藉由靜坐、深呼吸與對談來自我清理。

二、文傑經驗的分析結果

研究者針對文傑的訪談逐字稿進行整理和分析，呈現其在知悉沐妍的性侵害事件後，對文傑自身心情狀態及雙方互動關係之影響。

(一) 知悉沐妍之性侵害事件，對文傑自身的影響

文傑在知悉沐妍的性侵害事件後，對其自身身心調適及世界觀都有影響。經分析歸納為「身心波動」、「關注性別議題」兩個次主題。

1. 身心波動

文傑知悉沐妍的性侵害事件後，感到震驚與心疼，情緒波動之餘提供沐妍陪伴，並藉由日常習慣的方法進行內在情緒清理。

(1) **委屈不捨**。文傑在聽聞沐妍陳述過往時，內心升起許多委屈、不捨、憤怒與難過，然而也意識到在沐妍訴說當下，自己能做的有限，只能好好陪伴，讓沐妍能放心說出自身經歷與感受。而對文傑來說，讓沐妍能有穩定的陪伴與支持，也是身為伴侶的自我期許。

「對於這樣的事情發生，會有很多的委屈，或者說很多的憤怒在裡面，跟不捨跟難過，我覺得我能夠做的其實是陪伴她，或者是陪她一起把這件事情說出來。」(E-a008)

(2) **震驚心疼**。文傑一方面能同理沐妍的過往傷痛，一方面則難以想像若將沐妍過往事件主角換成自己，該如何消化這些痛苦，更為沐妍所經歷的一切感到心疼。

「其實我那時候聽的時候也是會覺得，哇，真的是我也不敢想像如果是我，我能怎麼樣去面對跟因應這樣子的心情跟這樣子的痛苦。」(E-a092)

(3) **悲傷憤怒**。文傑與沐妍家人的衝突，發生在沐妍至親的告別式之後，雖然告別式本質凝重而悲傷，但文傑也對整個家族隱匿、漠視家內性侵害事件加害者（下稱加害者 B）的方式感到不滿，在後續試圖與沐妍家人談論此性侵害事件時，不自覺以較強烈的憤怒與家人對談，似乎將積累的怒氣一併發洩。

「就是那種憤怒感，我覺得都藏在悲傷的下面。所以我也覺得..後來就有點像是，跟她媽媽去講這件事情的時候，我就覺得，我有點像是把那個憤怒發洩出來在她媽媽上面。」（E-a099）

(4) **內在情緒清理**。文傑面對沐妍的原生家庭，雖然情緒和狀態會有所波動，但文傑將之視為前所未有的體驗，而文傑本身就有藉由靜坐、深呼吸來自我梳理的習慣，擾動幅度尚在文傑可因應之範圍。

「靜坐、深呼吸，然後去做一些自己的抒發清理。我覺得波動到不會很大，就是對我來說那種波動，是一種有趣的體驗。」（E-a044）

2. 關注性別議題

文傑回想#MeToo 時期的觀察，表達對當時部分言論的不滿，認為東方文化的人際界線模糊以至於性侵害事件發生，也期許求助管道能夠更普及。

(1) **不滿#MeToo 浪潮中的不尊重**。2023 年我國爆發#MeTo 運動，文傑認識許多該事件當事人，觀察#MeToo 事件當事人對受害者的不友善態度與作為，以及周遭部分友人對#MeToo 的言論，都讓文傑感到憤怒，覺得他們不尊重身為人的權利，包含保護自己、表達拒絕的權利，思及至此讓文傑強烈不滿。

「我覺得就是不尊重一個人，他之所以有這樣的權利，他可以保護自己，或者是他可以也有這樣的權利，不接受你，但是你卻不讓他說『不』，或者是你覺得他不可以說「不要」這件事情，我就覺得，為什麼你可以

這樣子做。」(E-a028)

(2) **檢視文化中的人際界線模糊**。文傑認為性侵害之所以發生，不論性別，來自加害者對於他人身體界線與感覺界線的邊界模糊，特別是我國所處的東方文化，人際之間的尊重可能相對於西方是不被強調的。

「我覺得這件事情就是出於，異性或者是同性之間，某種就是對於身體界線，或者是感覺界線的一個尊重，那這個事情其實就是，我覺得在臺灣或者在東方國家，就是對於這種界限其實很模糊。」(E-a024)

(3) **期待求助管道普及**。文傑認為自己身處都市，相對方便接觸與性侵害有關的討論，然而對於其他倖存者及陪伴者們來說，並不一定有機會能獲得此資源，若能讓相關資訊更普及，也許能讓他們得到更即時的關切。

「那我覺得相對來說，有一些沒有辦法有這些機會的人，就是資訊，其實就會覺得蠻可惜，會覺得如果可以更有一些這樣子的討論啊、機構啊，或者是這樣子的關切，我覺得蠻好的。」(E-a074)

(二) 文傑知悉沐妍的性侵害事件後，雙方之互動經驗

文傑認為沐妍在經歷性侵害事件的餘波，對伴侶關係的默契培養，及彼此的世界觀都有影響。經分析歸納為「聆聽與重視沐妍的創傷」、「保護沐妍的作為」、「塑造安全空間」、「扶持彼此度過身心困難」、「持續對話加深彼此理解」五個次主題。

1. 聆聽與重視沐妍的創傷

文傑認真聆聽與回應沐妍對過往性侵害事件的想法，並陪伴沐妍釐清是否要採取司法行動，認為這些討論有助於強化彼此連結。

(1) 釐清是否採取司法。文傑提到，在性平三法修法期間，有和沐妍討論是否要對加害者提起告訴，文傑認真營造安全空間，並與沐妍釐清採取司法行動的利弊得失。考量事件發生久遠，記憶日漸模糊，最終沐妍選擇不再就這件事與加害者消磨時間。

「因為發生一些事情（指性侵害事件）的時間大概都蠻久了，可能都將近是追訴期的時間要完了，甚至是有的是超過，那就其實時間會淡忘一些事情。」（E-a011）

然而對文傑而言，營造安全空間，並開放與沐妍討論各種可能性，是重視沐妍感受的實質表現，而沐妍也能從中經驗到自身經歷能被討論、被看見的過程。

「我覺得我的角色，就變得是讓她舒服，覺得有安全的把這些事情（是否想要採取司法行動）可以理清。」（E-a009）

(2) 討論創傷強化彼此連結。當沐妍願意攤開自己的脆弱面，讓文傑看見沐妍的過往創傷，文傑內心升起的心疼，讓其更想好好珍惜眼前的人，也直接向沐妍表達關懷與不捨，並好好陪伴沐妍處理傷痛，而訴說與聆聽的過程，能讓彼此關係更緊密。

「我覺得應該會比較像是關係更緊密吧，比較會是知道了她發生的事情，然後我覺得產生了那種不捨跟難過，我覺得作為一個伴侶，會更覺得是要珍惜這個人。」（E-a013）

2. 保護沐妍的作為

文傑談到為了維護沐妍的心情與權益，曾與沐妍家人發生衝突，也對沐妍家人發洩憤怒。

(1) 與沐妍家人曾有衝突。文傑曾與沐妍的家人有過比較激烈的口角衝突，然而，帶有激動情緒與家人互動，似乎是文傑成長歷程中很難想像的。

「所以我其實有跟丈母娘吵架，有點像罵她的經驗。所以我就覺得很有趣，就是我不會這樣對我（的家人），就是我如果想像我婚前，如果對我的丈母娘講話，我就覺得怎麼可能。」（E-a046）

文傑回憶在與沐妍家人互動當下，感受到沐妍的不開心，而讓文傑選擇指責沐妍的家人，以表達對沐妍的支持，雖然這讓文傑情緒起伏較大，但過程讓文傑感覺是從未有過的互動體驗。

「但是事實上就是，當我太太經驗過這件事情，她的不開心，然後我聽到她不開心的時候，我覺得我站在她這邊。」（E-a047）。

(2) 面質加害者 A。文傑回憶當時沐妍 PO 出網路文章，引起家外性侵害事件的加害者（下稱加害者 A）針對該篇貼文回應，文傑看到後對加害者 A 所作所為感到憤怒，便在網路上面質加害者 A。當時沐妍至親過世，使得沐妍花費較多心力處理家人離世的悲傷，無暇顧及文章引發的激烈討論，反而是文傑對此有較多情緒與行動。

「因為那段時間是她至親過世，所以就是她整個狀態，其實不是在那件事情（指網路文章引發的討論）裡面，而是 focus（聚焦）在至親過世這件事情裡面。那反而是我看到了這件事情，我用一個很氣憤的方式去回罵他（指加害者 A）。」（E-a056）

而由文傑出面對質加害者 A，讓沐妍與加害者 A 隔一層距離，也是文傑保護沐妍的方法。

「反而是她完全沒有跟那個人（指加害者 A）接觸，所以我自己也會覺得這樣是好的，所以我不想要讓她跟他再去牽扯關係。」（E-a057）

（3）武裝自己面對加害者 B。另外，隨著加害者 B 在沐妍的家族中被揭露，家人非但沒有保護受害者，反而選擇隱匿、漠視的反應都讓沐妍感到受傷，而文傑也感受到沐妍的難過，便決定繃緊神經、武裝自己以保護沐妍，迴避與加害者 B 接觸，在告別式結束後完全切斷與加害者 B 的聯繫。

「那時候的我覺得有種程度上是武裝起來的，那種武裝起來就是，我知道她很難過，我要保護她，然後對於她那個加害者 B，我們就是敬而遠之，就完全切斷聯繫。那所以我覺得那種情緒是比較緊繃跟不舒服。」（E-a098）

3. 營造安全空間

文傑認為這段關係帶給沐妍足夠的安全感，也在耐心陪伴之下，幫助沐妍穩定心情，逐漸在每次的討論與經驗中，放下過往傷痛。

（1）安全感有助沐妍穩定。對文傑而言，在與沐妍成為伴侶後，並未發覺沐妍有創傷反應，文傑推測也許是沐妍能感受到親密關係中的安全感，讓沐妍漸漸拋下過去，專注於當下生活。

「就是覺得可能現在我們在一起，她這樣的過去可以拋下，或是覺得很有安全感，就可能就沒有像妳（指研究者）剛剛說的那些（創傷）反應出來。」（E-a019）

(2) 陪伴沐妍逐漸放下過往傷痛。文傑雖在身心靈的背景之下，有自己的世界觀及處事態度，但在陪伴沐妍經歷創傷時，並未強加自身價值觀在沐妍身上。

「其實我在過程中沒有太多去告訴她說，這件事情是你一定會經歷過的。」 (E-a063)

而是從旁陪伴，等待沐妍親自走過往昔傷痛，讓沐妍為過去負責，從中獲得釋放，並藉由閱讀消化後逐漸可以放下。

「而是就是等到她自己看完書，或是她自己去消化完了以後，她告訴我這樣，我覺得很好，就是你這樣說，那你等於是你為了你自己過去的這些傷痛，有點像是自己也釋放了，自己也負責了，自己也覺得放下了。」

(E-a064)

4. 扶持彼此度過身心困難

文傑認為雖然過去經歷許多動盪，但彼此的陪伴扶持，以及工作帶來的人事物轉換，都有助轉換心情，彼此療傷

(1) 陪伴彼此走過情緒擾動。對文傑和沐妍來說，2023 年是多事的一年，除了沐妍的家庭糾紛與性創傷事件，文傑也有個人身體狀況需處理，當每件事都足以引發兩人一定程度的情緒擾動，似乎也沒有多餘心力專注於特定事件，因此雖然每件事都讓兩人很不好受，但在彼此相互陪伴下，也就一件一件的經歷直到如今。

「其實我們去年是發生很多事情，所以就是因為發生了很多事情，我們沒有一直很用力的糾結在某一件事情上面，而是平均下來就是那個傷痛值已經很高了，所以我們就只是一路就是這樣子走過來。」 (E-a067)

(2) 適應新事物有助重整心情。文傑與沐妍是工作夥伴，兩人的工作性質經常需要轉換環境，有許多出國、探訪戶外、與不同人接觸的機會。雖然 2023 年經歷許多不容易的事件，但移動本身有助於兩人轉換心情，加上互動對象也能給自己不同能量刺激，使得原本可能沉重而哀傷的情緒能被沖淡。

「所以我覺得我們的移動，是一個蠻大的扶持跟轉換心情的地方，然後加上我們的相處，跟我們去碰到的人，其實都蠻明亮或是蠻開心的狀態，所以我覺得那個憂愁感跟傷痛感其實一定有，但沒有那麼大。」(E-a071)

(3) 療傷彼此。文傑分享自己看待世界的觀點，認為我們可以選擇是否需再與造成自己痛苦、糾結的對象互動，不論選擇如何，都有相對需持續下去的功課，以文傑而言，體驗過與加害者、沐妍家人的波動以後，他選擇遠離這些關係，並將焦點放在與沐妍之間的生活及彼此療傷。

「可是如果你不想要跟他（指造成傷害的對象）發生再有連結、再有關係，那就祝福他，讓他去，他會有他自己的業力要自己去處理。那我們自己好好過好我們自己的生活，我們做好我們自己，互相療傷。」(E-a059)

5. 持續對話加深彼此理解

文傑認為彼此藉由爬山培養的非語言默契，以及日後逐漸建立的對話模式及聆聽習慣，都有助於加深彼此了解，強化關係品質。

(1) 爬山培養默契。文傑與沐妍的共同興趣是爬山，在野外常有相互照應的時刻，文傑感覺交流並不一定仰賴語言，可能是一些眼神或手勢就能傳遞訊息，無形中累積與沐妍之間的信任與連結。

「然後在山上也不會真的一直講話，而是透過有一點像是心電感應或是

非語言的東西，這種默契型的東西，我覺得是在那樣子的過程當中去建立出來某一種信任感。」（E-a084）

文傑認為，隨著非語言默契的連結加深，使得日後兩人在語言溝通上不會有太大隔閡，很快就能彼此了解。

「然後那個連結越來越強，然後強到就是覺得，那就對於語言上面的溝通，就比較不會是那麼大的問題。」（E-a085）

（2）建立兩人的對話模式。文傑回憶，在初期與沐妍對話時，有時會發現沐妍說的比較多，不過文傑認為這是兩人習慣的溝通方式不同。對文傑來說，他感受的到沐妍想了解他，因此只要沐妍提問，文傑都願意袒露自己，隨著每天的對話累積，兩人也逐漸在彼此的溝通模式中取得平衡。

「我覺得那是因為有些模式還沒有建立起來，就像她可能會需要我安靜的聽她講，然後她就會自己慢慢的流出來，那我的形式，我的方式就會比較是，欸你想要問我什麼，然後你告訴我，我會願意就是劈哩啪啦的講給你聽。」（E-a087）

（3）形成聆聽與對話習慣。文傑的成長背景讓其習慣聆聽與訴說，而文傑也將此互動形式帶進與沐妍的關係中，讓相處時刻能夠養成相互分享與傾聽的習慣，自然的不論怎麼樣的感覺、想法，都可以在關係中被討論與承接。

「每天的聆聽，或是每天的發生的狀態，都會去把它重新整理一次。我覺得這個是有點像是養成一個習慣吧，然後每天做這樣的事情，把這些事情講完以後，就會很自然而然的什麼都可以講。」（E-a081）

三、研究者理解與反思

文傑與沐妍是異性戀伴侶，而阿傑作為異性戀男性參與者，在其分享如何理解與回應創傷時，讓研究者學習到，雖然社會建構性別腳本仍是單一而強勢的，但當個人成長背景、教育環境，能夠撐起安全探索的空間時，將有助於鼓勵個人在陽剛／陰柔二分的框架下產生流動，即男性亦能發揮同理而支持的力量。

作為助人專業工作者，研究者也深知陪伴多重人際創傷倖存者非常不容易，特別是信任感與安全感的重建，更是建立了一點點又可能隨時被打碎的過程，而在文傑的經驗中，讓研究者學習到跟隨倖存者的步調，尊重倖存者的時間軸，陪伴倖存者開放討論各種可能與決定，一方面能夠將決定權交還給倖存者，另一方面也可以避免自己的過度涉入或過度擔憂，而產生情緒界線模糊交融。

另外，在文傑所描述有關於沐妍原生家庭中隱藏的性別權力結構，雖然是倖存者原生家庭系統的議題，但一旦進到伴侶關係中，就成為伴侶雙方須共同面對的難題，這讓研究者感覺到伴侶系統是鑲嵌在社會文化脈絡之中，也許這也說明了伴侶雖自成一個系統，但原生家庭的窠臼仍會悄悄被帶進個人當下的親密關係之中。

而作為學習者，研究者也看見「脆弱」帶來的力量，而這個力量並不是指陽剛、對抗、掌控，而是更多的耐心、等待及允許，除了是文傑為沐妍撐起的療傷空間，也是為伴侶關係開啟更多溝通的可能，同時強化彼此的真實情感連結。研究者認為要能夠正視親近之人與自己所真實經驗到的悲傷、憤怒、絕望、無助都是很不容易的事，然而，文傑的經驗也提醒研究者，好好地陪伴彼此抒發、釋放，隨著時間流逝，也將能逐漸放下使自己受困的過往。

第六節 阿輝作為性侵害倖存者伴侶之生活經驗

研究者針對阿輝的訪談逐字稿進行整理和分析，以下將以第一人稱呈現阿輝作為伴侶之生活經驗，並分析整理柔羽之性侵害事件對阿輝自身的影響，以及對雙方互動之影響。

一、阿輝的描述文

研究者將逐字稿以第一人稱改寫為本節描述文。阿輝談論與倖存者（下稱柔羽）相識，交往後的生活起伏，自身身心壓力調適及彼此溝通扶持的過程。阿輝為順性別男性，約 51~55 歲，柔羽為順性別女性，約 51~55 歲，兩人交往至今約 26~27 年。

性侵害事件延宕婚期，多年相處早已形同家人

我和柔羽經由朋友介紹認識，交往至今 20 多年，我打算先處理債務再結婚，她個性簡樸對此並無意見，然而等我好不容易存錢求婚，卻爆發此性侵害事件，被迫延宕婚期，如今過了結婚時機點，且性侵害官司和行政調查的事情拖著，讓我沒心情結婚。

案件在 2022 年發生，加害人是她公司主管，且住處離她老家很近，避免危險讓她來我家住比較安心。當時是在家與柔羽爭論此事時被家人聽到，家人們都建議柔羽離開公司避免再度受害，也希望我們不再追究，我雖未於當下回應，但有私底下和手足說我不可能就此放過。柔羽的家人則是收到傳票得知此事，考量柔羽的其中一名至親可能私下報復，尚未讓其知悉，避免任何衝動行事影響官司。我觀察柔羽比較孤僻沒什麼朋友，應該只有同事知道性猥褻事件。

柔羽目前在我家協助整理環境，我下班後會找柔羽外出散心，我們相處形同家人，以前放假她會來我家住幾天，適應無特別問題，我家人不會對柔羽的處境

發表評論，他們都很關心也不會批評柔羽，我覺得雙方家人已彼此認同，結婚與否對生活並無影響。

逐漸知悉案情嚴重性，至今仍為此傷神且困難啟齒

事發期間恰逢她至親癌末，她常情緒低落，偶爾沉默哭泣，但都不說原因，原本我以為她是因為至親病情而心情不好，某天我發現她很怪，一問之下她才哭著揭露性侵害事件。她避重就輕提到被長官摸肩膀和手，基於佛教信仰我相信她不會說謊，我聽到後很生氣、激動地罵她，後來才意識到她是受害者，但我心情很複雜。她打算先告訴公司，我們申訴兩次，但公司回覆速度緩慢，只說長官已無後續犯行，似乎想息事寧人，我忍到受不了便跑去報案。

直到警詢筆錄我才知道整個過程。她說長官從言語、觸摸對她性騷擾，她以為長官不小心而無特別留意，未料犯行越發頻繁嚴重，甚至在四下無人的場合強制要脫她衣服，她馬上逃跑但不敢和我說，擔心我知道後會報警，也怕屆時爆發會影響到她至親的病情。

身為柔羽的家人和伴侶，考量與擔憂面向眾多，但制度限制讓我無法為她做什麼，而她則惦記著婚期及至親病情，拖了很久不敢告訴我，至今我仍會獨自哭泣並感到自責。我自認會受到傳統觀念影響，認為性侵害並不是甚麼好事，為此感到丟臉而難以啟齒，另一方面則不想隨意揭露柔羽隱私，擔心外人會說出檢討受害者的言論，反而影響我的心情，因此並無特別對外訴說。

身心不適且失去耐心，報復念頭強烈

自從得知此事件，我常情緒低落，曾心悸、胃痛，感染尿道炎，有時會一天吃好幾餐或幾天吃不下，熬夜整理司法文書，也沒耐心念佛經。我習慣睡前反省，發覺自己對家人態度不如以往溫順，這既違反宗教也不孝順，不過可能因為我回話方式不算激烈，家人應未發現我的轉變。信仰使我們生活作息正常，我也大多

生悶氣且隔天就氣消，我和柔羽互動沒有太大轉變，但對外人會開始記恨，看到別人做出讓我不爽的事情也直接反駁。

我夢到她被人糟蹋，也會夢到她脫光衣服亂跑，夢中的我無任何作為，這讓我很生氣。我想報復，曾多夜未眠推演如何殺死對方，甚至上網發文預告，後來想到可能會被叫去警局就把貼文刪除，我也曾夢到自己去殺人，雖然想過很多殺死對方的方法，但考量父母健在，我不想讓他們擔心而作罷。

柔羽常情緒崩潰，我忍著但心裡生氣

我覺得她忍著不說時比較堅強，揭露後她反而常常崩潰、生氣亂罵，有時我只是想了解公司處理進度，但她都激動回應：「不是我的錯」等語，我會等她狀態好一點再找時機問，她偶爾能回答問題，有時則情緒發言，我大多忍著，受不了才會和她爭論，對話大多在她情緒上來後直接終止。過往我們意見不同時，會聽從對的人所言，但在此事上難以討論。

某天和她起口角時，我氣不過捶牆壁把房間裝潢打壞，她沒有多說甚麼，默默拿了月曆蓋住破洞。她知道我在生氣，會找我外出或聊天轉移注意力，與柔羽外出散步能幫助我放鬆，家人有看到我的手受傷，他們沒有問我原因，只告訴我要節制怒氣。我自覺可以控制情緒，只是和以往相比氣比較久。

懷疑公司隱匿與護航，加害人為所欲為

我猜公司是擔心裁罰而刻意隱匿，讓監視器資料覆蓋而無提供錄影畫面，且公司都在護航加害人，比如事發大門與逃生門平常都是關閉，但在照片中卻是敞開的，法官也依據照片表示該處不可能發生性騷擾。我不認同此結果，但也無法要求重新勘驗現場。

她前同事轉知加害人的惡劣言行，加害人曾在公司放風聲說我們告不成，要反告我們誣告。但公司內部都知道加害人是慣犯，其他受害者有私下聯繫柔羽，

只是公司無作為使受害者們默不作聲，柔羽曾向加害者的家人反應但也未獲處理，目前尚未得知加害人是否提誣告，事件後她已離職，不過公司並無給予離職承諾，現正調解中。

深究案例尋找有利證據，懷疑判決不公

我擔心影響她的心情，文書多是我在處理，偶爾才會和她討論。關乎己身之事我會找資料深入閱讀，也會研究判決系統的案例，遇到不懂之處會多看幾次並上網搜尋，我們的案件缺乏生物跡證，起訴書上檢察官依據我的證詞，說她精神狀況可能是因至親病情而起，不認為我們的精神鑑定可以證明性猥褻事件，此經驗讓我很自責，上網建議其他當事人不要實話實說，可能對己不利。

今年（2024年）性平新法通過後，我們有重啟性平調查，最新的性平報告明示性騷擾成立，然而調查結果無法在司法偵辦上有任何幫忙，因為准予自訴不接受新證據。有時看判決會生氣也覺得判決不公，檢察官都寫有利被告的事，讓我懷疑檢察官是否認真辦案。我知道司法講求證據，但當我仍對司法結果很無奈，新聞上很多人也和我們一樣承受司法的痛苦。

難獲公道動搖信仰，絕望欲以死明志

我在認識她後，配合她改吃素，在此事後我氣得不想再信佛，除非祂還我公道。我告訴佛祖要違反佛法及戒律，雖然對佛祖不敬，但沒獲得公理讓我很氣，我不怕修行毀於一旦，若能得公道再修行一世也行。

我有協助提出勞工局申訴和申請重啟性平調查，然而重啟調查過程並不順利，許多機關互踢皮球，最後我到總統信箱申訴並威脅自殺。我當時是真心感到絕望，和政府單位接觸有時讓我覺得是官腔回覆，多次收到司法的不利判決也都讓我想到法院旁以死明志。我曾和柔羽說過若無獲公道一起去死，她沉默以對。

擔憂柔羽情緒與人身安全，頻繁表達關心

司法塵埃落定後，我不再和她提起這件事，說了我會生氣，也怕她心情不好，只要說這件事她就會偏頭痛，有時嚴重需看醫生。她以前沒有睡眠問題，為此持續服用身心科藥物，且我觀察她在事發不久會拒絕去人多的地方，對於特定情景和人會有害怕焦慮反應。

我會擔心柔羽獨自外出，有次柔羽外出散步但我找不到人，我擔心得差點報警，後來在樹林裡發現她在看魚。我會希望她報備行蹤，也會常常去找她，即便在家有時想到就去看她、聊聊天，她應該知道我的擔心而會主動交代去向，以前我們未同住時不會特別報備。

性行為在此事件後完全沒有，我也發現自己的性反應消失，可能年紀和心情都有影響，我們沒有特別討論性行為，但我比較常親她、抱她，她有時會覺得我調情的行為很奇怪，我覺得多點調情讓我們都比較安心，我比她浪漫也會偶爾調皮。她會主動和我聊天，內容和以往相比沒什麼改變，不過新聞話題多很多，聊天時的心情沒有特別起伏。

貢獻己身經驗，期許制度繼續改進

我從網路看到研究招募訊息，除了對研究好奇之外，也想找個人說話，希望研究能對現行制度的不足有所幫助。雖然我的心情還是難以平復，但也只能希望生活能回到正軌，我覺得社會制度和資源已很足夠，建議報案要找婦幼隊，婦幼隊人員專業且會安排隱密空間製作筆錄，派出所則較不避諱，會在公開場合談論性侵害案件，這對受害者隱私較沒有保障。

我對司法很失望，性侵害是密室犯罪缺少證據，我認為檢調應更積極，偵辦流程也有很大的調整空間。不過勞工與社福單位都很幫忙，社工會致電關心，也幫忙申請生活補助及律師補助。初期求助無門只能依靠網路搜尋，我認為社工若能及早介入介紹司法流程，提醒被害人如何陳述會比較有利。

二、阿輝經驗的分析結果

研究者針對阿輝的訪談逐字稿進行整理和分析，呈現其在知悉柔羽的性侵害事件後，對阿輝自身心情狀態及雙方互動關係之影響。

(一) 知悉柔羽之性侵害事件，對阿輝自身的影響

阿輝在知悉柔羽的性侵害事件後，對其自身身心調適及世界觀都有影響。經分析歸納為「內在糾葛」、「激動控訴」、「較難釋懷司法判決結果」、「獨自投入調查與申訴」四個次主題。

1. 內在糾葛

阿輝對柔羽較遲才向自己揭露性侵害事件，一則感到震驚不捨，同時也對於無能為力感到難過自責，也在司法餘波下處於高壓緊繃的狀態。

(1) **震驚不捨**。柔羽並未在事發當下立刻告訴阿輝，使得阿輝在得知事件後，第一時間是生氣大罵，雖不確定實際上阿輝說了什麼，但可能略有責怪柔羽之意。

「(從發生到揭露)差不多四個月。我一開始很生氣，我有罵她的樣子，我一開始很生氣有罵她，但是我罵她什麼，我也不太記得，算歇斯底里亂罵。」(F-a019)

在阿輝回過神，並意識到柔羽的受害者身分後，才能較為冷靜向柔羽探詢事件始末，複雜心境也許包含生氣、震驚與不捨。

「我亂罵之後，我發覺說應該不對，她是受害者，應該不是她的問題，後來我才問她那個過程的事情，她才跟我說這樣...(我的心情)很複雜。」(F-a020)

(2) **難過自責**。在知悉案件細節後，阿輝認為自己難以在司法訴訟上幫忙太多，似乎也對柔羽的遭遇感到心疼，因此直到接受研究訪談時，仍會獨自躲起來哭泣。

「(哽咽流淚)因為她不在的時候，我自己一個人還是會哭，有點怪我自己沒有什麼能力。」(F-a029)

(3) **無能為力**。阿輝發覺自己既無法為柔羽提告，也無法真的報復加害者，濃重的無力感多次在夢境中體現，身為伴侶雖然離柔羽很近，也當事件發生時也只能旁觀一切並感到氣憤，但無法改變任何事。

「我記得有一次(在夢中)，就是我就在旁邊看著(柔羽被糟蹋)，又沒有在做什麼。當下就很生氣，但是我也不知道我到底是在氣什麼，畢竟也只是一個夢境。」(F-a031)

(4) **緊繃壓力**。除了事件本身衝擊，面對柔羽身心崩潰與後續司法餘波，都讓阿輝處於高度緊繃的壓力鍋中，使阿輝心情受到影響，並出現一些以往沒有的壓力反應，包含反覆的惡夢、心悸、胃痛與尿道炎。

「心情是一定會低落，我也很嚴重的心悸，就像一種高度緊張的那種心悸。我以前從來沒有在胃痛，我為了這件事以後很會胃痛，醫生說可能是生活壓力緊張型的胃痛，我現在還有那種尿道炎都治療不好。」(F-a034)

2. 激動控訴

阿輝在承受知悉性侵害事件壓力下，變得失去耐心且憤怒外顯，對家人也失去往昔的溫順，且不時浮現報復加害者的念頭，也在司法、行政調查碰壁時心生絕望。

(1) **失去耐心且憤怒外顯**。也許是長期處於壓力之中，阿輝變得較為缺乏耐心，特別是聽到他人在發表一些指責受害者，或者不理解受害者處境的言論時，會較為激動地反駁對方。

「我覺得我比較沒有耐心去聽別人說甚麼，還有有時候人家都會說受害者應該要往哪個方面想，看開一點、想開一點，但是我都跟他反駁說：

『你也不是受害者啊，你憑什麼說這樣。』」（F-a037）

阿輝提到某天與柔羽因為案件起口角時，一時氣不過將牆壁裝潢打壞，這樣外顯的憤怒是以往不會有的。

「我們家的牆壁被我打壞，比如說裝潢啊，被我打壞。我以前不會生氣到這個程度。」（F-a040）

(2) **對家人不再溫順**。阿輝習慣自我反思，發覺自己失去耐心之時，面對家人態度也不如以往溫順，較會出言反駁，這讓阿輝感覺違反教義與孝道而略有愧疚。

「有時候我會覺得我對我爸媽的態度，比較不像以前這麼柔和，就算會多少把他們回話。我覺得很不好，因為這違反我的宗教信仰，我覺得這樣對他們不孝順的感覺。」（F-a048）

(3) **報復念頭強烈**。阿輝對加害者懷有強烈的憤恨，多次盤算如何殺死對方，甚至也曾在決心行動之際上網發文預告，雖然阿輝最終並未採取復仇行動，但報復念頭似也反映其欲以私刑維護正義之感。

「最近也是還會推演說看要怎麼去把那個人殺死，我還會這樣，我甚至還有一次在〇〇公社（某社群平台）預告說，我要去做這件事情（笑），說你們等著看明天的報紙頭條。」（F-a125）

(4) **心生絕望**。阿輝接連收到司法不利結果，加上重啟性平調查過程並不順利，讓案主絕望想結束生命，似乎有種以死明志，揭示司法不公、政府辦事不利、罔顧民意之感。

「我想要去跳○○河，我覺得他人來人往，順便給人家看啊。大家知道這樣子。」 (F-a140)

3. 較難釋懷司法判決結果

阿輝對司法不利結果甚感無奈，同時在閱讀不起訴處分書時，也自責當時的陳述影響判決，同時也懷疑判決不公，不滿佛祖未還公道，面對家人規勸放下時內心實難就此妥協。

(1) **對司法結果無奈**。對於不起訴與敗訴定讞，阿輝感覺無奈與不舒服，看到新聞上許多名人#MeToo 案件，許多受害人在司法上也是得到與自己相似結果，讓阿輝意識到不只自己在受苦。

「心裡是不舒服，不過也只能這樣，也沒有什麼辦法。不然你看新聞，我會去關注那種新聞，最近也發生很多名人的事情，像黃子佼跟那個什麼，他也是都不起訴啊。」 (F-a055)

(2) **自責陳述影響判決**。阿輝提到判決書中，檢察官不採納柔羽的精神鑑定書，亦即柔羽的精神狀況未能直接證實是性猥褻事件所致，且檢察官有引用阿輝對柔羽情緒低落的觀察與柔羽至親癌末之況，這讓阿輝自責在法庭上實話實說，反而對自身案件不利。

「(上法庭的經驗)都沒有，所以就不知道要怎麼說，只好就照自己的想法，自己的感受和實際發生的事情這樣說，完全沒修飾，像這樣我們所有的事情都是實話實說的，對我們自己不利。」 (F-a064)

(3) 懷疑判決不公。阿輝常對司法文書感到生氣，對於檢察官不採信己方證據，以及判決書上維護被告權利等語，讓阿輝懷疑司法機關辦案的嚴謹與公正程度。

「有時候會（越看越氣），因為我們提出的證據，為什麼檢察官沒有採信，我們就會覺得很怪，就會覺得說檢察官到底是不是真的在辦案。」

(F-a083)

「他（指檢察官）都會寫說刑事案件有利被告，對這個制度感覺判決不公這樣。」 (F-a084)

(4) 不滿佛祖未還公道。阿輝吃齋禮佛多年，但自從此事件在司法與行政調查上處處碰壁且難獲公道，阿輝也對佛祖生氣，曾於參拜時表示自己不願再遵守佛法，希望佛祖能夠還自己和柔羽應有的公平正義，憤怒、挫折與失望也讓其難以表達對佛祖的尊敬。

「我說本來就是啊，他要我信任他，他起碼要做一些業績給我看，我很氣。不過這樣來說，實在是對佛祖大不敬，我這個坎我就過不去了，我還要尊敬你?!」 (F-a102)

(5) 內心難對家人的規勸妥協。阿輝的家人都知悉案件進展，會試圖勸導阿輝放下此事，不要再為此事煩擾心神，而阿輝雖表面上應允，心理卻難以就此妥協。

「我家人都一直會說，因為她知道我們的官司敗訴，她就說這件事情就算了……（略），我都會跟他們反應說，對啊，該結束就結束了，但是我的心裡，我不太會這麼想。」 (F-a051)

4. 獨自投入調查與申訴

阿輝投入諸多心力研究司法判例，仍難尋有利證據，雖司法文書難懂，但阿輝仍願意深究關乎己身之事，行政調查的過程也一波三折，然因感到丟臉而未向他人揭露，選擇獨自投入調查與申訴。

(1) **難尋有利證據**。為了藉由司法討回公道，阿輝會深入研究司法判例，尋找任何可幫助自身案件的蛛絲馬跡，可惜不論是生物跡證或精神鑑定書，在柔羽的案件都不適用，讓阿輝感到挫折。

「所以我有時候也是都會去司法院的判決系統，去看別人的案例。」(F-a058)

「這樣我想說，他們在做的動作，如果正好可以幫助到我，也想來做做看，（但我們）都沒有，因為他們都有，他們有去醫院檢查，也是有精神鑑定書什麼。」(F-a059)

(2) **深究關乎己身之事**。因案件與自己切身相關，阿輝耐心反覆研讀司法卷宗，上網搜尋釐清不懂之處，並查找相關資料以補充對案件及相關知識背景的了解。

「不過這關係到我的事情，我就慢慢看，看不了解，看不清楚，我就多看幾遍了，像我有去申請一種卷宗，那本卷宗大概有六十八頁，我差不多看二十幾遍，我一字一字地看，一直看，看了二十幾次，我會自己在 google 上搜尋。」(F-a079)

(3) **重啟調查一波三折**。在 2024 年性平新法上路後，阿輝積極申請重啟性平調查，試圖藉由行政管道為案件開啟其他可能性，也突顯其不願輕易放棄的心。

「我有跟勞動部申請那種性平調查的重啟調查，勞動部他最後有給我回

文說，根據今年 3 月 8 號通過的性平新法，我們是有權力要求這樣做。」

(F-a087)

不過重啟調查的路走得並不順利，阿輝經歷許多政府機關互踢皮球，決定到總統信箱申訴，並揚言自殺以表達無助絕望之意。

「後來我跑去那個蔡英文的那種電子信箱申訴，這一次我就把他寫的很難聽，說這次如果不同意，你準備看我們兩個去自殺。」(F-a136)

(4) **感到丟臉而未向他人揭露**。除了家人以外，阿輝並未向他人提到柔羽的性侵害事件，也幾乎沒有向外人求助，除了擔心暴露隱私，似乎也有種此事見不得光的羞恥感，使其選擇獨自面對。

「這種事情也不敢去問，問你如果遇到這種事情要怎麼處理，不可能，我覺得這種事情很丟臉難以啟口。」(F-a177)

(二) 阿輝知悉柔羽的性侵害事件後，雙方之互動經驗

阿輝認為在陪伴柔羽經歷性侵害事件餘波時，對伴侶關係的相處磨合，及彼此的自我觀、價值觀都有影響。經分析歸納為「揭露至報案的糾結過程」、「討論案件引起雙方情緒張力」、「調整親密肢體互動」、「彼此關心陪伴」四個次主題。

1. 揭露至報案的糾結過程

阿輝在對柔羽延遲揭露性侵害事件，以及柔羽的情緒狀態反常，最終忍無可忍而決定報案，而柔羽避重就輕談論案件也讓阿輝心情複雜。

(1) **柔羽延遲揭露性侵害事件**。事發之時恰逢柔羽至親癌末，柔羽或許出於對阿輝性格的認識，知道阿輝不會輕易放過此事，為避免消息被至親得知，而影響

到至親病情，柔羽並未在第一時間向阿輝揭露性侵害事件。

「她也不敢把這件事跟我說。因為她知道如果告訴我，我可能會去報案，到時候報案，如果寄什麼單子，還是警察局打電話回去，她至親就知道。」

(F-a008)

(2) **柔羽情緒狀態反常**。阿輝回想在柔羽正式揭露前，已有觀察柔羽情緒低落之況，原本以為是至親病情影響而未多作探問，直到某日柔羽狀態反常，阿輝詢問後柔羽才哭著揭露受暴經驗。

「但事情越來越不對勁，有一天我就發現說她很怪，就是他對她施暴那天之後，我就問她，她就一邊哭一邊跟我說這樣。」 (F-a010)

(3) **阿輝忍無可忍而報案**。柔羽在向阿輝揭露後，選擇先向公司申訴而未立即報案，但當阿輝試圖向柔羽詢問公司處理細節時，柔羽卻崩潰亂罵且情緒一時難以平復，阿輝忍無可忍便決定報案。

「我還記得那天是禮拜天，我就跟她說，她的情緒就不好，就一直罵，一直罵，算情緒有點崩潰，這樣算人發瘋。」 (F-a015)

「我一開始一直忍，忍到最後受不了，我就直接跑去報案。」 (F-a016)

(4) **柔羽避重就輕談論受害經過**。柔羽起初並未詳實揭露受害經過，阿輝猜測可能是柔羽為了避免自己擔心，或者也是為了避免自己激動跑去報案，阿輝基於佛教信仰選擇相信

「她一開始跟我說的時候就避重就輕，說沒有啦，他只是摸我一下這樣而已。」 (F-a021)

隨著筆錄得知柔羽的受害實情，阿輝深受衝擊而難過想哭，但又考量人多而只能忍下眼淚。

「一開始當作可能是騷擾，後來知道已經有到性猥褻。（聽完）我想哭耶，不過（做筆錄時）人很多不好意思。」（F-a025）

2. 討論案件引起雙方情緒張力

阿輝發覺案件成為柔羽的情緒刺激源，隨著柔羽情緒崩潰，也讓阿輝決定在收到敗訴定讞後避談案件，減少彼此的情緒壓力。

（1）案件成為柔羽的刺激源。阿輝觀察柔羽在揭露事件後，身心不適反應加劇，只要阿輝提及案件相關話題，都成為柔羽很大的壓力源，使其偏頭痛更加嚴重。

「她很會偏頭痛，我如果跟她說這件事的時候，她都會說她頭很痛，有時候一痛就會好幾天，甚至痛到要去看醫生吃藥，之前就稍微有了，這件事情發生之後又更嚴重。」（F-a066）

（2）柔羽崩潰難討論案件。阿輝覺得柔羽常情緒崩潰，特別是觸及事件有關話題，柔羽更容易爆發亂罵，讓阿輝難以了解案情與公司處理進度，即便阿輝試著吞忍柔羽的情緒起伏、耐心找時機探詢，但柔羽情緒反應仍不穩定，且似乎會視阿輝的話語為指責而感到委屈，偶爾才能回答阿輝的提問。

「跟我說完之後，可能整個情緒崩潰的感覺，就常常有事沒事就是發瘋隨便罵，我如果問到這件事情，她就會罵我，罵我說：『又不是我的錯』類似這種的話。」（F-a070）

「其實我也是不舒服，我就一直等她情緒比較好一點的時候，就找機會，還是找話題問。」（F-a073）

(3) **阿輝避談案件避免影響柔羽心情**。在收到敗訴定讞以後，阿輝決定不再提起案件，一方面避免影響自己的心情，另也顧及柔羽情緒，不願再激起彼此波瀾。

「說這也是多氣，加上我有時候可能考慮到，如果她說這件事，她都會心情不好，所以我就不想再說。」 (F-a065.2)

3. 調整親密肢體互動

阿輝發覺在 2022 年性侵害事件過後，與柔羽之間已無性行為，但會增加一些比較親密浪漫的舉動以讓彼此安心。

(1) **暫無性行為**。阿輝表示在事件爆發後，兩人幾乎未再有性行為，阿輝也發覺自己的性反應消失，推測可能因年紀或心情所致，不過兩人並沒有針對性行為一事特別討論，也未因此有過爭執。

「(性行為)有影響，幾乎就完全沒有了。」 (F-a151)

「還有我有發現，我的性反應像變不見了。因為我有時候早上睡醒，我都會有性反應，現在幾乎都完全沒有了。」 (F-a152)

(2) **阿輝增加親暱行為**。阿輝分享雖然兩人暫時沒有性行為，但阿輝會主動擁抱或偶爾親吻柔羽，自覺調情行為增加，能讓彼此安心。

「因為或許我是這麼想的，或許這種調情的小動作(擁抱、親吻)，會讓我們兩個覺得比較安心什麼。」 (F-a156)

4. 阿輝確保柔羽安全及彼此關心陪伴

事件過後雖然柔羽搬到阿輝家同住，阿輝仍擔憂柔羽安全，柔羽也會主動報備行蹤，當柔羽發覺阿輝情緒不佳，會主動轉移阿輝的注意力，彼此外出散步、聊天都有助於排解壓力，不過對於婚姻，阿輝自認也因事件而失去結婚心情。

(1) **阿輝擔憂柔羽安全**。阿輝在事發初期很擔心柔羽獨自外出，也曾經有過柔羽到住家附近散步，但找不到人且電話不通的經驗，雖事後發現柔羽只是在森林裡看魚，但仍讓阿輝更緊張害怕。即便柔羽大多待在阿輝住家，阿輝仍會時不時想到就去關心柔羽，似乎也是親眼確保柔羽安全之意。

「這件事情發生之後，我還擔心柔羽自己一個人出去。」 (F-a141)

「她都在我們家阿，我就去房間找，或是去我家後面找……(略)，那一段時間，常想到就去給她看一下。」 (F-a147)

(2) **柔羽主動報備行蹤**。在事件爆發前，兩人交往時大多各自忙碌工作，並未有報備行蹤的習慣，但在事件發生後，柔羽似乎隱約覺察阿輝對自己人身安全的擔心，因此也會主動報備行蹤讓阿輝安心。

「我沒有跟她說(我會擔心)，不過她應該知道。所以她大部分的時間，她要去哪裡她都會跟我說。」 (F-a148)

(3) **柔羽轉移阿輝注意力以安撫情緒**。柔羽在覺察阿輝的憤怒與壓力後，會主動關心並轉移阿輝的注意力，比如邀請阿輝吃東西、外出散步、聊天說話，舒緩阿輝的緊繃情緒。

「她會去拿東西給我吃，還是叫我帶她出去隨便走走，我就說：『好』這樣，就是說找一點話說這樣。」 (F-a054.1)

(4) 外出散步轉換心情。阿輝自覺心情調適尚可，或許是顧及柔羽大多時間待在家，會在下班後主動找柔羽外出散心，聊天散步的過程也有助於阿輝排解壓力。

「其實我覺得我的心情還好啦，我都會想辦法帶柔羽出去走走，之後我的心情就會比較輕鬆。」(F-a122)

(5) 聊天如常。阿輝覺得目前聊天的內容，與以往相比並無太大轉變，只是與性侵害案件有關的新聞討論較多，比如涉及性相關犯罪的名人新聞，雖然談論的是性侵害案件，但阿輝感覺聊天過程並不會擾動彼此情緒太多。

「除了這件事情，以前什麼事都會跟我說，沒有改變什麼。(與案件有關的)新聞會，有時候是她跟我說的，什麼名人都會有上新聞，都會跟我說。」(F-a158)

(6) 失去結婚心情。阿輝與柔羽愛情長跑多年，原本預計還完債後結婚，彼此也取得共識並著手籌備婚期，未料在事件爆發後，阿輝失去對婚姻的憧憬，雖然隨著敗訴定讞，試著說服自己往前走，但至今彼此尚未從性侵害事件衝擊中平復。

「最主要是沒有心情，我也不知道這件事情處理到底要多久，我不知道。結婚喔，我現在會變成，不然乾脆不要結婚在一起就好了，因為我覺得可能是這個時機點過了的感覺。」(F-a170)

三、研究者理解與反思

阿輝與柔羽是異性戀伴侶，而阿輝作為異性戀男性，且是唯一以台語進行訪談的研究參與者。雖然研究者台語聽力尚可，但口說並不特別流利，在澄清語言限制後，研究者多以中文提問，阿輝以台語回答，若有特定詞彙或語境是研究者無法理解時，會多作停留討論。但這個經驗也讓研究者反思，在傳遞資訊或邀請

當事人進行對話時，語言能否貼近當事人生活脈絡，似乎一方面影響對話能否順暢進行，另一方面也影響閱聽者吸收的容易程度，而臺灣作為多元文化共融之地，身為研究者、實務工作者也需要使用更能接觸在地的語彙與傳播管道，才能避免資訊分布不均所帶來的不對等。

作為助人專業工作者，在聽到阿輝透漏的自殺訊息及不同以往的激動情緒時，內心不由升起「危機評估」的警鈴，因此在訪談過程中不免讓研究者與工作者的角色有些錯位，甚至在訪談後的關心訊息傳遞，研究者也會擅自將阿輝的內容解讀成一種「求助」，而在第一時間陷入慌張，想多做些什麼以提供協助，但卻忘了自己在這個關係脈絡中是一名「研究者」，也忽略了應該和阿輝核對，當他透露出這些訊息，是否期待身為研究者的研究者能做些甚麼。

而阿輝不斷談到面對司法端與加害者端的兩頭巨獸，讓研究者深深感受到身處龐大體制與權勢不對等下，倖存者與伴侶的聲音有多麼微弱與委屈，聽著他描述受到種種壓迫與不公平對待，理性層面研究者也明白訴諸司法就是需要「證據」，但情感共鳴讓研究者也不禁想起身控訴體制。

這個經驗讓研究者意識到做這個研究主題的困難，也就是伴侶作為間接倖存者，往往情緒張力是高的，特別阿輝他們的申訴過程尚未結束，而研究者須藉由研究見證這些波折。但身為研究者，研究者需要適時抽身、觀察、紀錄、分析，但這讓研究者骨子裡的社工角色擔負了「無作為」的罪惡感。

另外，試圖訪問阿輝最近的身心狀態，常常得到「還好」、「沒什麼」的回覆，觀察其非語言訊息（比如：聲音顫抖、皺眉、嘆氣等）似乎透露阿輝的心情尚存餘波，細細琢磨後，研究者猜想這可能是阿輝承載著男子氣概在背景運作，因而讓其需要收起眼淚且不允許展示脆弱，或許對他來說，研究者作為一個陌生的女性研究者，雖研究者已試圖表達出善意與理解，但或許研究者身上仍背負著性別隔閡及專業評價的符號，讓阿輝在現場仍有些感受無法自在流淌。

此外，阿輝的經驗讓研究者感受到異性戀男性面對情緒與壓力的生存策略，往往是不願提起、轉移注意力，但心中的結仍難以獲得緩解，這提醒作為諮商新

手的研究者，更深入了解男性所受到的文化桎梏，以及表達愛與關心的獨特方法。
或許阿輝不顧柔羽意願採取的司法行動，也是基於對柔羽的愛的展現。



第七節 跨案分析

本節綜整研究參與者作為伴侶之生活經驗，以「知悉性侵害事件對伴侶自身的影響」以及「知悉性侵害事件後伴侶間的互動經驗」兩個研究問題為架構，詳述六位研究參與者經驗的共通性與個殊性。

一、知悉性侵害事件對伴侶自身的影響

在倖存者揭露性侵害經驗後，研究參與者普遍提及此經歷對自身身心狀態的影響，以及採取的因應作為與世界觀的改變。儘管每位研究參與者的反應與經驗各異，本研究歸納出以下三個主要影響層面：

(一) 身心波動

研究參與者在初次聽聞倖存者親口揭露性侵害經歷時，普遍感受到「震驚」與「心疼」，尤其是意識到倖存者的創傷經驗與研究參與者生活如此貼近時，這種震撼更加強烈。例如，小珈與烏娜在得知倖存者經歷後感到「不知所措」與「僵住」，內心雖然掀起巨大波瀾，但在當下未能立即做出反應。少數研究參與者則呈現不同的情緒反應，例如：阿輝在震驚後感到「憤怒」，對加害者的行為與倖存者的延遲揭露表現出強烈不滿；官穎則因未能意識到揭露內容的嚴重性，而表現「平淡」，無特別情緒起伏。

隨著伴侶關係的深入，研究參與者的情緒波動變得更加顯著。他們在接近倖存者的生活，或深入了解更多性侵害細節後，經常感到「難過」與「無助」。例如，小珈因目睹倖存者的身心折磨而深感痛苦，烏娜則憂心倖存者可能長期承受未能言說的傷害，文傑能同理倖存者經歷的複雜創傷。與此同時，對加害者的「憤怒」情緒也浮現，比如，希拉在心疼倖存者後隨即對加害者生氣；文傑則對倖存者原生家庭的冷漠態度感到憤慨。

部分研究參與者經歷更深層的「自我懷疑」、「自責」，甚至對生活產生了疑問。例如，小珈因倖存者的多次自傷行為，而對生命價值感到迷惘與無力；阿輝在無法透過司法尋求公平正義，陷入無助與自責。此外「擔心」與「警戒」也浮現在部分研究參與者的日常生活中，例如：烏娜獨自承受倖存者不再討論創傷的心理壓力，默默為倖存者可能的狀態起伏而擔憂；而希拉與小珈則對倖存者與男性互動保持高度警戒，小珈更因擔憂倖存者的生命安全而出現睡眠困擾。少數研究參與者感到「煩躁」，例如希拉在配合倖存者調整生活作息時感到不適；另有少數研究參與者提及「絕望」，如阿輝在獨自面對加害者公司及龐大的司法體系時感到毫無希望。

研究參與者的情緒反應涵蓋了「震驚」、「心疼」、「憤怒」、「難過」、「無助」、「擔心」等多種情緒，隨伴侶關係的進展而更加明顯。這些情緒波動顯示倖存者創傷經歷對伴侶的深遠影響，並突顯研究參與者在面對這些挑戰時的情感連結與身心困境。

（二）採取多元化的因應作為

在經歷身心波動的同時，研究參與者採取多樣的因應策略，以平衡自身需求與對倖存者的支持責任。其中「保持冷靜」、「安撫陪伴」是主要的應對方式。例如：小珈與烏娜壓抑自身激動情緒，將重點放在照顧倖存者的感受；文傑與希拉則試圖以情緒支持緩解倖存者的痛苦，而官穎則透過「同理回應」來表達對倖存者的理解。

基於對倖存者隱私的保護，部分研究參與者選擇「保密」，不向外界透露倖存者的創傷經歷。然而，這種保密壓力也導致他們難以尋求外援，使部分研究參與者感到孤立無援。例如：小珈、烏娜與阿輝都因無法分享而面臨沉重壓力；希拉雖未揭露倖存者的經歷，但透過「同溫層支持」找到部分情緒出口。相較之下，官穎與文傑則因倖存者在許多場合談論過自身創傷經驗，得以減輕保密負擔。

部分研究參與者主動尋求「外界資源與資訊」來提升對性侵害創傷的理解，例如：小珈、烏娜與希拉透過書籍與網路資訊增進知識；少數研究參與者選擇「諮商」，如：小珈與烏娜在諮商過程中獲得了情緒支持與釋放。另有少數研究參與者選擇「尋求司法正義」，如：阿輝投入證據蒐集，積極聲請司法救濟，嘗試改變倖存者面臨的不公平處境。

這些因應作為顯示，研究參與者在支持倖存者的過程，必須在自我需求與伴侶需求之間取得平衡。他們的行動反映努力承擔支持角色的責任，同時揭示了社會支持與資源連結對減輕孤立的重要性。

（三）世界觀轉變

部分研究參與者在知悉倖存者的性侵害經歷前，就對性侵害與性別議題有所關注，例如：烏娜、希拉與文傑長期關心社會議題。然而，陪伴倖存者的經歷進一步深化他們對「理解性侵害創傷」的認知，並促使他們將這些議題融入自身生活與行動。例如：小珈與阿輝開始留意性侵害相關新聞與討論，並希望透過分享自身經驗來改善現行制度；烏娜因倖存者是男性，進而關注男性倖存者的特殊處境。

多數研究參與者更主動「關注性別議題」，例如：烏娜在工作場合推廣性別平等資源；希拉對性別議題的堅定立場更促使她自我期許成為倡議者；官穎則透過「自我反思」，重新審視伴侶關係中的性別不平等與男性優勢。

此外，陪伴創傷倖存者也促進了研究參與者的「自我成長」。例如：小珈學習以更溫和的方式表達需求；希拉認為自己因共同生活經驗，提升了與身心疾病者相處的能力；烏娜逐漸轉向關注自己的內在狀態，以便在倖存者需要時提供支持；官穎則透過不斷省思，增強了對性別權力的理解。

綜合而言，陪伴倖存者的過程對研究參與者的世界觀產生了深遠影響，不僅深化了他們對性侵害創傷與性別議題的認知，也促使他們從關注個人經驗，走向

更廣泛的社會倡議與行動。同時，這段經歷也提升了研究參與者的自我覺察與成長，突顯支持倖存者在個人價值與社會責任上的雙重意義。

二、伴侶間的互動經驗

知悉伴侶的性侵害經驗後，研究參與者的生活與關係模式往往受到深遠影響。他們需在倖存者的身心需求與自身感受之間找到平衡，並在溝通、安全、性關係及家庭互動等層面進行不斷調整與適應。同時，伴侶間的相互陪伴與支持成為克服困難的重要力量。本研究將這些經驗歸納為以下四個面向：

（一）彼此溝通困境與持續調整

研究發現，倖存者的創傷經歷使伴侶關係中的溝通面臨挑戰，研究參與者需在互動中展現「斟酌表達自身需求」的高度敏感性。例如：小珈在與倖存者協調關係需求的過程中，多以倖存者需求為主，但這樣的壓抑使她對關係產生不安全感。希拉在與倖存者的互動中需刻意調整用詞，避免引發對方驚嚇；官穎則在經歷被倖存者質疑後，逐漸反思並調整自己表達親密與性需求的方式。此外，阿輝在試圖討論性侵害案件時，倖存者因情緒崩潰而無法繼續，使溝通過程充滿壓力與不適。

針對這些挑戰，多數研究參與者提到「不斷溝通」的重要性。例如：小珈將與倖存者的相處形容為達成微小共識又退回失衡的循環漸進過程，而希拉則勇於表達自身需求，透過生活作息的調整促進關係平衡；文傑則強調，建立「相互傾聽與訴說」的時刻是穩定伴侶關係的關鍵。此外，因創傷議題的敏感性與隱私性，倖存者未必能順暢地進行討論。一些參與者選擇耐心等待或採取間接方式探問，例如，烏娜透過日常話題試探倖存者的情緒，阿輝則會等待倖存者情緒較為平穩時，繼續探索相關問題。

整體而言，研究參與者的經驗展現了在伴侶關係中「謹慎拿捏表達方式」與

顧及倖存者情緒狀態的努力。同時，他們也強調耐心、同理與持續調整的重要性，這些經歷反映了伴侶間在磨合過程中的成長與韌性。

（二）協商倖存者的安全與身體界線

倖存者揭露性侵害創傷後，研究參與者普遍對倖存者的「擔憂安全」表現出強烈的關注。例如：小珈因擔心倖存者外出接案時需與陌生男性共事而與其起衝突；希拉則擔心倖存者因生活環境的不友善而遭遇再度受害的風險，甚至協助倖存者以訊息拒絕他人的騷擾；阿輝則在倖存者搬入同居後，仍會主動確認倖存者的動向，而倖存者在感受到他的擔憂後，選擇「主動報備」行程以減輕阿輝的不安。

性侵害事件也對性關係的互動帶來深遠影響。多數研究參與者選擇「調整性關係」的互動規則以尊重倖存者。例如：小珈認為倖存者的快樂比自身需求更重要，因此願意在性關係中妥協；希拉則透過與倖存者確認「身體界線的底線」，確保任何互動不會引發倖存者的不適；烏娜則保持對肢體接觸的高度敏感，避免觸發創傷回憶；阿輝則因自身情緒壓力，選擇自然而然地停止與倖存者的性行為。此外，有些參與者逐步調整對性的認知。例如，官穎在經歷倖存者質疑性意圖後，反思自身的男性優勢與性別權力的不平等，學習將伴侶的身心狀態納入考量。

研究參與者在安全問題與性關係互動中展現了對倖存者的高度尊重與細膩關注。這些行為不僅是對創傷事件的應對，也是一種對性別權力結構的反思與調整，逐漸形成更敏感且包容的伴侶關係。

（三）共同面對原生家庭的阻礙與支持

研究參與者的原生家庭對伴侶關係的影響既深且廣，既可能提供支持，也可能帶來挑戰。例如：小珈的原生家庭接納同志伴侶關係，為她和倖存者提供歸屬感；然而，當倖存者因自殺住院時，小珈試圖尋求倖存者家人協助，卻因倖存者

與家人關係不佳，進一步加劇伴侶間的緊張。相較之下，文傑的原生家庭則將倖存者視如己出，成為兩人重要的社會支持系統，但倖存者的至親漠視其經歷，迫使文傑與倖存者「團結對抗」原生家庭的壓力。

希拉與倖存者的家人則在支持同志伴侶關係方面表現出接納與理解，倖存者更在希拉親人面對身心挑戰時提供了重要的知識與情感支持。另一方面，阿輝則面臨倖存者家人採取息事寧人態度的困境，雖難以認同，但他選擇包容倖存者的身心狀態，並努力提供安全空間。

這些經歷顯示原生家庭在伴侶關係中的角色具有雙面性，既可能促進關係穩定，也可能成為壓力的來源。無論家庭的接納還是衝突，均促使伴侶在困境中尋求平衡與支撐。

（四）彼此陪伴共度困難

大多數研究參與者都提到「彼此扶持成長」是克服創傷的重要力量。例如，小珈能感受到倖存者的付出與照顧，認為能量是「雙向交流」而非單方面付出；烏娜在自身狀態不佳時，從倖存者的支持中獲得力量，進一步努力調整自己，等待倖存者願意分享的時刻；希拉看到倖存者在生活作息上的配合與努力，試圖減少創傷對自身的影響。官穎則逐漸學會關注倖存者的身心狀態，並在性別議題的倡議上支持倖存者。

文傑透過不斷傾聽與對話，陪伴倖存者走過生活中的困難；阿輝則在倖存者情緒低落時，透過轉移注意力讓生活回歸如常。這些經歷反映了雙向情感交流在伴侶關係中的重要性，不僅幫助雙方克服創傷，也促進了關係的穩定與深化。

綜上所述，研究參與者在伴侶關係中展現了對倖存者的細膩關注與深刻反思。他們在溝通、安全、性關係、原生家庭等多層次的挑戰中，展現了高度的適應力與成長動能。這些經歷不僅突顯了創傷伴侶關係中的複雜性，也展現了彼此扶持與雙向支持的力量，為理解創傷關係中的性別與權力動態提供了深刻的啟示。



第五章 討論與建議

本章共分為五節，第一節與第二節分別討論本研究之兩個研究問題，即倖存者之性侵害事件對伴侶自身的影響，以及對伴侶互動之影響，第三節根據研究發現，對照相關文獻進行討論，第四節呈現研究貢獻、限制與建議，第五節陳述研究歷程省思。

第一節 倖存者之性侵害事件對伴侶自身的影響

本節綜整六位研究參與者的分析結果，整理出當性侵害事件浮現後，對研究參與者自身的影響，包含：研究參與者們面對揭露之情緒反應，在考量倖存者需求後，逐漸成為照顧者或保護者，並大多採取自我壓抑，連帶產生次級創傷壓力反應，然而也看見逐漸尋求支持並拓展對創傷認識的過程。

一、面對揭露的情緒反應

研究發現，無論研究參與者之性別或性傾向為何，當其知悉倖存者的性侵害經歷時均會經歷情緒波動。在倖存者揭露初期，研究參與者共通反應是「震驚」，特別是意識到性侵害事件如此貼近自身生活，甚至就是眼前那位倖存者的親身經歷，會讓事件更具衝擊性。

多數女性及部分男性研究參與者隨即升起對倖存者的「心疼」與同理，試圖以情感支持表達關懷，但也有部分研究參與者感到「不知所措」，不知該如何反應，這與 O'Callaghan 等人（2021）的研究結果一致，即倖存者的揭露一方面讓伴侶感到被信任，然而也為近在眼前的重大創傷感到震驚與無助，研究者推測，可能是揭露當下，研究參與者與倖存者的關係尚處於朋友或曖昧階段，尚未建立穩定的互動模式，另也可能是基於對性侵害議題的不熟悉，使研究參與者難以拿捏如何適當表達支持。

此外，少數男性研究參與者呈現「平淡」反應，未能意識到性侵害事件的嚴重性，也有少數男性研究參與者對倖存者延遲揭露表現出「憤怒」與指責，這呼應了 Willcocks (2021) 提到性別對於創傷揭露的態度差異，即男性整體上比女性更不容易相信創傷揭露、較少表現同理心且更容易指責受害者，研究者認為，這可能是男性的生命經驗普遍與性侵害的距離較遠，因而難以在第一時間理解倖存者的處境，隨著男性參與者逐漸了解此事件的傷害本質，也漸能以自己的方式表達對倖存者的支持。

二、逐漸成為照顧者或保護者

隨著伴侶關係深化，研究參與者更為貼近倖存者的創傷經歷，進一步經驗到倖存者較為激動或低迷的情緒狀態，呼應 Powling 等人 (2024) 的研究，本研究發現多數女性研究參與者會自動承擔起「照顧者」角色，將倖存者的創傷復原視為自身責任，密切關注倖存者身心起伏，並反覆思索如何因應，然而這種高強度的情感投入，使她們的身心狀態連帶受到波及，經歷包括：難過、無力、自責、自我懷疑、憤怒等情緒反應。

如同 van Wijk 與 Harrison (2014) 對男性伴侶的研究結果，本研究亦發現大多數男性參與者會成為「保護者」，同時也顯現出「男性不該表現脆弱」的內化信念，在心中築起對抗加害者的高牆，這種角色定位常讓他們升起對外界的不滿與憤怒，同時又難以尋求支持或表達情緒，而可能在嘗試保護倖存者的過程中，與倖存者因為溝通衝突產生緊繃壓力，讓研究參與者有不被理解與不被支持的委屈與無助。另有少數男性參與者似乎尚未能完全理解倖存者的為難，將重心放在追求正義與公道，試圖為倖存者爭取權益，反倒要求倖存者面對司法與行政調查程序，自身也為沒能得到公理而憤恨絕望。

三、自我壓抑與次級創傷壓力

在這些複雜情緒影響下，大多數研究參與者的因應策略為「自我壓抑」，將自身需求置於次要位置，全心關注倖存者的身心狀態，試圖以關愛與保護減輕倖存者的痛苦，呼應 Nelson Goff 等人（2006）的研究，非創傷伴侶常扮演「照顧者」角色，常擔心觸發對方創傷反應而選擇壓抑需求，努力平衡對方情緒但也感到筋疲力盡。同時因為性侵害的高度私密性，加上研究參與者基於對倖存者隱私的尊重，大多選擇不對外訴說，導致自身壓力缺乏宣洩出口，加劇孤立與無助感，經歷形同次級創傷壓力的症狀，比如：過度警覺、噩夢、睡眠失調、難以代謝的憤怒或難過。

不過，本研究也觀察到少數研究參與者似乎能確立自身情緒界線，同理而不至於過度涉入，且能在關係中表達個人需求，避免過度壓抑。此外，也有些研究參與者能將性侵害事件視為公共議題，在安全人際圈進行討論，從而紓解情緒壓力，維持身心平衡。

四、尋求支持並拓展對創傷的認識

多數女性與部分男性研究參與者透過閱讀書籍、尋求諮商與網路資訊等方式，提升對性創傷的理解，從而理解倖存者的創傷反應與處境，讓過度擔憂的心情獲得寬慰。研究參與者們也認為理解倖存者，有助於讓自己的視野跳脫創傷，視倖存者為一個完整有尊嚴的個體，因而不再過度壓抑自己，逐漸能夠表達內在需求，在關係中尋求倖存者的支持，如同 Powling 等人（2024）的研究提到，當伴侶試著了解創傷時，雖然一方面需承擔生活變動，一方面也是在創傷知識中獲得解釋和希望。

多數研究參與者表示，陪伴倖存者的經驗讓他們更關注性別議題，部分研究參與者不僅更加留心性侵害相關時事新聞，也投身性別平權的推廣與倡議，但有少數研究參與者對現存制度缺失感到憤慨與焦急。少數男性參與者則是在與倖存

者溝通伴侶關係衝突的過程，發現自己無意識再現性創傷，從而反思性別不平等與男性優勢等議題。可見研究參與者們在本身已具備的創傷與性別知能以外，陪伴倖存者的歷程也幫助他們展現出對性別平等更高敏感度與行動意識。

在倖存者揭露性侵害之後，研究參與者雖然經歷個人情緒動盪，也面臨許多溝通衝突與孤立無援的困境，但隨著研究參與者願意尋求內部協調與外部支持，促進與倖存者之間的互相理解，將逐漸看見創傷帶來的正向轉化，並深化自身對性別與權力議題的反思。



第二節 倖存者之性侵害事件對伴侶互動之影響

本節綜整六位研究參與者的分析結果，發現當性侵害事件浮現後，研究參與者之性別角色壓力可能在無形中讓彼此互動不對等，而彼此之間的創傷對話，可能強化或阻礙伴侶關係連結，此外，研究參與者普遍談到調整性關係與肢體互動規則，原生家庭與社會文化可能支持或阻礙復原，最後則是信任彼此扶持成長的重要。

一、性別角色壓力形成互動不對等

研究發現，女性研究參與者在倖存者的創傷面前，經常被推向「照顧者」(Powling et al., 2024)，需要擔負倖存者的情緒責任，加上考量倖存者身心狀態，避免傷害或指責倖存者，她們在表達自身需求時常感到受限，而不得不壓抑情緒，配合倖存者調整溝通方式與生活作息。然而，這樣的關係模式長期下來會讓她們產生不舒適及委屈。在女同志伴侶關係中，當倖存者因對世界的不信任或自身情緒起伏，在關係中呈現推拉動態時，女性研究參與者很容易陷入低落與焦慮。

另外，多數男性研究參與者會扮演「保護者」(van Wijk & Harrison, 2014)，試圖限制倖存者與潛在危險接觸，比如：關切倖存者行蹤以確保安全，甚至主動對抗外部威脅，試圖為倖存者維護安全環境，部分研究參與者能感覺到共同抵禦外敵的同盟感，從而強化彼此連結，但若倖存者無法理解或尚未能達到自我保護的期待時，反而會形成關係衝突。隨著相處時間日久，倖存者的情緒起伏可能成為研究參與者之壓力源，讓研究參與者隱忍累積之後容易爆發，進一步惡化了倖存者的身心狀態。這些經驗顯示，伴侶系統中彼此身心狀態的連動性，而性別角色期待會讓女性承擔更多情感照顧義務，男性則傾向壓抑自身脆弱，若缺乏彼此理解與尊重，將加劇伴侶間的緊張與摩擦，使得依附關係較為不穩定。

二、創傷對話可能強化或阻礙彼此連結

性侵害創傷能否在關係中被討論也會影響伴侶互動。大多數女性與少數男性研究參與者認為，隨著創傷能被訴說，共感雖讓彼此經歷情緒動盪，但也有助於加深彼此瞭解及情感連結。然而，當倖存者不願或避重就輕談論創傷時，少數男性研究參與者會產生無能為力，以及自我中心式的憤怒，從而限縮其同理能力，忽略倖存者的真實需求，然而若從男性伴侶的觀點，似乎呼應 Sims 與 Garrison (2014) 的研究，即男性伴侶往往傾向問題解決，雖感覺自己一直在努力表達支持，但仍無法讓關係前進，常描述如在跑步機上徒勞奔跑。

此外，少數女性研究參與者因男性倖存者始終難以表達，其出於不願逼迫倖存者面對的考量，而選擇獨自承受對倖存者的擔憂，並努力維持關係，這也間接凸顯出男性倖存者在創傷中難以現身的陰暗處境。

三、調整性關係與肢體互動規則

在性關係中，多數女性與少數男性研究參與者能意識到性別權力的微妙差異，並透過主動確認肢體互動規則，尊重彼此的性公民權 (Hirsch & Khan, 2021/2025)，從而避免性關係的衝突與創傷再現。然而，少數男性研究參與者不自覺重現倖存者的創傷情境，在要求發生性行為時，讓倖存者誤以為會有強制性交之情事，這讓男性研究參與者感到驚訝，這些經驗，大致符合 Sims 與 Garrison (2014) 的研究，即男性伴侶往往在性行為時，可能會因倖存者的創傷反應而產生罪惡感，進而可能在情感與性互動中退縮，但也可以因此更意識到創傷對關係互動的影響。另外有少數男性研究參與者在經歷倖存者的性侵害創傷波動中，逐漸失去對性行為的興趣，轉以增加親吻、擁抱等親密行為，來確保與倖存者的情感連結。

四、原生家庭可能支持或阻礙復原

在伴侶系統之外，原生家庭既可能為伴侶關係提供支持，也可能成為伴侶衝突的來源。研究發現，大多數研究參與者的原生家庭能提供理解與寬慰，能夠表達對於倖存者的接納，這形成強大的支持力量，讓研究參與者能更堅定自身陪伴倖存者的信念。但當倖存者的原生家庭對於性侵害、性別認同的態度是否定與漠視時，這份壓力將蔓延到伴侶關係之中，讓研究參與者連帶承擔對抗倖存者原生家庭，以及保護倖存者的責任。不過目前較少研究提到原生家庭對「伴侶」的影響，研究者推測這可能是因為研究主軸大多仍是以「倖存者」為主，因此尚未能發展以「伴侶」為主軸，探討影響伴侶身心狀態的其他可能因素。

五、信任彼此扶持成長

儘管如此，多數研究參與者認為，提供穩定支持與安全感仍是伴侶關係的重要基石。例如：建立安全空間、表達支持與關懷，不僅能讓倖存者逐漸信任伴侶，身心狀態更加穩定，也讓研究參與者得以接受到來自倖存者的陪伴與支持，彼此扶持成長，如同 Henry 等人（2011）的研究所呈現的，創傷浮現不必然代表關係破裂，當伴侶能學習辨識與回應創傷，並看見倖存者的付出，同持保有良好溝通與支持，將可成為關係的保護因子。然而，也有少數研究參與者藉由忽視創傷，以期減少生活擾動。這些經驗顯示，關係雙向性對雙方都至關重要，而平等的伴侶關係需要建立在尊重、溝通與彼此理解的基礎之上。

總體而言，性別角色與權力結構深刻影響了伴侶關係中對性侵害創傷的應對方式。女性常承擔情感照料與自我壓抑的角色，男性則因父權文化的侷限，更傾向保護者或問題解決者，雖然關係曾因此失衡，但當彼此能夠建立平等的對話與支持，將有助於促進雙方共同成長。

第三節 研究討論

本節將分成兩部分討論，首先是性創傷顯現於伴侶關係中的漣漪效應與替代性創傷成長，再者以女性主義觀點理解性侵害倖存者之伴侶。

一、性創傷顯現於伴侶關係中的漣漪效應與替代性創傷成長

漣漪效應（ripple effect）（Murn & Schultz, 2022）主要用於描述性侵害事件對倖存者的影響，然在研究者著眼於「伴侶」時，發現伴侶受到倖存者性創傷的衝擊亦是全面性的，因此借用「漣漪效應」描述伴侶間接暴露於性創傷壓力下的經驗，包含：伴侶的次級創傷壓力、伴侶互動惡性循環與孤島處境，另外原生家庭與社會環境可能阻礙或支持伴侶關係，外界資源支持伴侶經歷替代創傷後成長。

（一）伴侶產生次級創傷壓力

研究發現，當性侵害事件在伴侶關係中現形，事件將宛如一道陰影，壟罩整個伴侶系統，對伴侶和彼此互動關係造成影響。Maltas 與 Shay（1995）以「創傷傳染（trauma contagion）」描述創傷在伴侶關係中的傳染性，本研究觀察，若倖存者具有創傷後壓力症候群（posttraumatic stress disorder，下以 PTSD 稱之）或其他身心症狀，比如：過度喚起、過度警覺、解離、憂鬱、自傷行為、自殺行動等，會讓伴侶在密切陪伴的過程中受到衝擊，經歷與倖存者相似的身心反應。

大多數伴侶在知悉性侵害事件後，也會陷入倖存者的性侵害事件細節產生身心起伏，包含：夢到倖存者的性侵害情節、情緒低落、突發的憤怒與恐懼、失去對世界的安全感與信任感，形成次級創傷壓力（secondary traumatic stress）。這些認知、情緒、行為與生理症狀，呼應 Nelson Goff 與 Smith（2005）提出的伴侶適應創傷壓力模型（couple adaptation to traumatic stress model，下稱 CATS，見圖 2-2），即初級創傷倖存者（指本研究之倖存者）所展現出的急性與慢性壓力症

狀，會連帶影響次級創傷倖存者（指本研究之伴侶）表現出相似的身心症狀，然因本研究僅訪談伴侶單方，而未能直接得知初級創傷倖存者是否也會受到次級創傷倖存者影響。

除此之外，本研究觀察倖存者如何揭露性侵害事件，對伴侶產生影響之機制略有差異。首先，當伴侶接受到倖存者之揭露，並隨著性侵害事件逐漸被討論，部分伴侶會受到倖存者的 PTSD 傳染產生身心壓力，但也有部分伴侶認為談論創傷有助於強化彼此連結，不一定會出現次級創傷壓力。

而有少數異性戀伴侶在等待倖存者揭露過程並不順利，伴侶可能會覺得倖存者有延遲或不願揭露之況，即便如此，當伴侶嗅到一絲倖存者的「受害」訊息時，仍因擔心而主動扛起「保護者」或「照顧者」角色期待，但可能在缺乏溝通的情況下，使得彼此需求不夠透明，反而讓伴侶對倖存者的身心狀態有更多負面聯想，恐懼與不安也因想像而有無限上漲的空間。對少數異性戀女性伴侶而言，當男性倖存者難以談論自身受害經驗，會讓女性伴侶感到無所適從，也更難在關係中袒露內在真實擔憂，仍可能出現次級創傷壓力。雖然本研究之女性伴侶並未讓自身壓力波及伴侶關係，但其所經歷的身心重擔，加上難以言說的孤立處境，也值得被理解與重視。

雖本研究並未直接訪談倖存者，未能得知倖存者對於揭露的主觀想法，但從伴侶之描述及參考 Ahrens 等人（2007）與 Bullock 與 Beckson（2011）針對倖存者處境的研究，研究者認為倖存者的難以訴說，可能與社會整體瀰漫的「性侵害迷思」有關，讓倖存者傾向內化指責而自我審查與鉗制，加上敵意環境讓倖存者未曾有被鼓勵表達的經驗，這都可能使倖存者困難揭露或向外求援，特別男性倖存者所承擔的多重壓力，更讓其難以現身。

研究者認為其他社會因素也會影響伴侶的身心狀態，包含：社會汙名及潛在的威脅感。許多伴侶對於加害者與男性所帶來的威脅感到擔憂，比如：伴侶會對倖存者創傷敘事中的真實加害者感到憤怒，逐漸對其他男性的懷疑，可能變得厭惡男性，過度關切倖存者的行蹤安全，產生對關係及他人的不安全感。

另外，社會普遍存在對「性」的偏見，以及種種偏袒加害者、指責受害者的言論，無形中讓伴侶內化羞恥與自責，形成難以言說的桎梏，這使伴侶宛若處於壓力鍋之中，一則是次級創傷壓力於內在翻攪，二則是外部威脅與汙名不斷施壓，加上伴侶大多因不願影響倖存者，認為倖存者才是創傷事件的主角，而選擇壓抑自身需求，使風暴在壓力鍋中持續疊加，難有宣洩出口。

（二）伴侶互動可能出現惡性循環與孤島處境

研究觀察伴侶大多為了照顧或保護倖存者，而長期壓抑自身情緒感受，然而被潛抑住的需求並未消逝，當伴侶內在壓力大到難以承受，又缺乏合適且可信賴的外界資源介入時，伴侶的次級創傷壓力將回過頭影響倖存者，形同創傷反應在伴侶系統內部交叉傳染。

回應學者們針對創傷伴侶的臨床研究（Henry et al., 2011; Nelson et al., 2002; Oseland et al., 2016），以及 Nelson Goff 與 Smith（2005）提出的 CATS（見圖 2-2），以下將針對該模型中之伴侶功能進行討論，試以我國伴侶之經驗回應可對照模型之處，包含「依附、滿意度、穩定度、適應性、支持、權力、親密感、溝通、角色」。

在本研究中，不論異性或同性伴侶，當伴侶關係作為一整個系統，將共同承擔來自個人內部及外界環境的壓力，有些伴侶會形成「追逐／逃避」的互動模式。內部除了創傷壓力反應及次級創傷壓力反應的交互傳染，在互動層面，若伴侶的情感與親密需求長期被忽視（權力失衡），累積爆發後有時會引起倖存者僵住或逃離，然而伴侶又會基於照顧者或保護者角色的自我期許（角色固著），而暫時缺乏因應內外壓力之彈性（適應性不足），而選擇持續壓抑隱忍以維持關係，不久後仍可能因著在關係中持續的不滿足與不平衡，使伴侶陷入較為焦急索求，而倖存者無力因應的惡性循環。

研究者認為，此惡性循環又牽涉到伴侶與倖存者的身心狀態，當兩人陷於各

自的壓力之中，這可能成為兩人之間的巨大鴻溝，讓彼此難以達到真實溝通與理解（溝通與支持不足），雙方都陷入難以言說的桎梏。另外，因為性侵害衝擊著人對世界的安全感與信任感，當不安與不信任在伴侶關係中蔓延時，便可能使依附關係呈現推拉動態（依附受阻），雙方都可能產生對關係的不滿意（滿意度不足），也因此衝擊關係穩定度（穩定性不足）。

而外部壓力則包含想像或真實加害者的潛在威脅感，即便只有一方受此威脅感影響，但這些對外界的不信任仍會蔓延在互動細節中，比如：伴侶試圖確保倖存者的行蹤安全，可能讓倖存者覺得自由受到限制；又或者倖存者基於恐懼而迴避與人群過多接觸，伴侶連帶較少出沒公眾場合等。由此可見，當關係裡浮現對他人及世界的懷疑與不安，可能讓彼此陷入互動的惡性循環，或者較難獲得社群連結的孤立處境。而社會汙名也可能會讓伴侶與倖存者共同內化羞恥感與罪惡感，一則擔心隱私曝光，二則害怕他人無法理解，而不敢對外求援。

這些來自外界的壓力，原本可能只存在於伴侶或倖存者個人層次，隨著身心壓力的交叉傳染，讓伴侶系統成為創傷共同體，加上彼此可能都因為性的禁忌，而承擔保守秘密的壓力無法對外言說，陷入宛若孤島的困境，這與國外針對性侵害創傷伴侶研究之結果一致（Connop & Petrak, 2004; O'Callaghan et al., 2021; van Wijk & Harrison, 2014）。

不過本研究發現，雖然多數伴侶曾經歷互動壓力，但並不是每對伴侶都會形成惡性循環，又或者即便經歷惡性循環，也能在不斷磨合後達到相處平衡。有些伴侶可能因倖存者未展現明顯創傷而未受影響，有些伴侶能設立情緒界線避免過度擔憂，也會留意避免逼迫倖存者，有些伴侶則隨著更加理解倖存者處境，逐漸能看見彼此對關係的努力，加上雙方能共同創造溝通與支持的空間，發展較為平衡穩定的互動模式，反有助於增強彼此連結。這回應 Vitek 與 Yeater（2021）針對創傷伴侶的互動關係所做的系統性回顧研究，也就是伴侶關係的複雜動態，加上許多研究方法限制，使得性侵害創傷如何影響伴侶系統的結果並不一致。

（三）原生家庭與社會環境可能阻礙或支持伴侶關係

研究者觀察原生家庭及社會環境對伴侶關係也有影響，特別是倖存者原生家庭對於性侵害事件及伴侶關係的態度，牽動著伴侶的回應，以及整個伴侶關係系統的運作。有些伴侶能深切感受到面對倖存者原生家庭的壓力，特別當倖存者的性侵害事件加害者是家庭成員，且非加害家屬對此傷害事件反應是隱匿或否認，雖然這可能是倖存者原生家庭的沉痾痼疾，但當伴侶作為伴侶關係系統的核心成員時，倖存者乘載的壓力也會擴散到伴侶關係中，讓伴侶連帶感受到不被支持的孤立感，以及必須保護倖存者，起身對抗倖存者原生家庭的緊繃壓力，形成系統間相互對抗的局面。

另外在女同志伴侶關係中，倖存者原生家庭對女同志的否定，讓原生家庭成為倖存者的情緒刺激源，也讓伴侶在面臨倖存者的創傷反應時，難以向倖存者原生家庭求助，使伴侶關係更為孤立無援，呼應 LeBlanc 等人（2015）提到對同性伴侶而言，若其中一方受到來自社會或家庭施加的少數群體壓力，另一方將連帶受到影響，在伴侶關係中形成壓力擴散（stress proliferation）。不過，本研究發現，多數伴侶的原生家庭能給予伴侶系統足夠支持與理解，也能夠接納包容伴侶與倖存者的身心狀態，這有助於伴侶堅定信念，繼續陪伴倖存者共同面對龐大的內部與外部壓力。

國外針對伴侶的研究，較少提到原生家庭對伴侶的影響，大多將原生家庭與其他社會支持歸屬於同一大類，且討論的主要對象仍是倖存者非對伴侶（Bonnar-White et al., 2018; Powling et al., 2024）。然而在本研究中，部分伴侶提到自身原生家庭的支持性角色，也描述面對倖存者原生家庭的對抗壓力，但並非所有伴侶都會感受到原生家庭的影響，研究者推測這可能與伴侶系統如何與原生家庭互動有關，比如：伴侶與原生家庭的緊密程度，是否與原生家庭同住等等。而這些互動經驗差異甚巨，或許也是目前研究較難討論原生家庭對伴侶影響的原因。

此外，我國於 2023 年爆發一波波#MeToo 運動，召喚許多倖存者埋藏多時的

秘密。本研究之伴侶大多對#MeToo 運動持正面態度，認為#MeToo 後湧生出更多外界資源，包含：書籍、講座、網路文章、社群討論等等，而鼓勵發聲的氛圍也有助於打破伴侶與倖存者的孤島狀態，能夠藉由網路平台彼此串聯（陳美華，2024；Alaggia & Wang, 2020）。然而，我國仍普遍存有對性的禁忌、羞恥與罪惡感，加上網路仍瀰漫指責受害者的言論，讓伴侶系統依舊感受到社會環境的不友善，大多數倖存者仍在沉默螺旋下被迫噤聲（高瑱娟、陳政智，2019），連帶讓伴侶無法為自身處境發聲，甚至可能在伴侶試圖訴諸公理與正義的過程，加劇彼此誤解與相處壓力。這顯示我國不論是社會輿論或法制層面，對於伴侶與倖存者處境的理解與支持尚有不足。

（四）外界資源支持伴侶經歷替代性創傷後成長

性侵害雖然是重大創傷事件，但社群討論能見度不高，特別是在 2023 年臺灣爆發#MeToo 前，與性侵害創傷有關的書籍、網路文章和資源付之闕如，使得伴侶在倖存者揭露創傷後，承受著對未知的恐懼，這個未知包含著伴侶不理解何謂性侵害，也尚未具備創傷相關知能，並擔憂未來可能浮現在伴侶關係中的考驗。而該如何降低這層焦慮，似乎受到伴侶的資訊獲取能力影響，這項能力又與個人的教育背景與生活環境息息相關。本研究觀察，若個人處於較高社經地位與教育水平，將有更多機會觸及更多資源，比如：在語言能力上，當中文資料相對貧瘠時，伴侶若具備外語能力有助其讀取外文資源，汲取性創傷相關資訊，而在地區差異上，北部相較於南部有更多性創傷相關講座及民間組織。因此，若伴侶所處的社會及地理位置與資源距離遙遠，將限制其獲得協助的機會。

不過#MeToo 之後，性創傷知識和資源經由媒體推波助瀾擴散，且近幾年許多與性侵害有關的中文書籍陸續問世，加上公眾人物公開揭露受到性侵害的經歷，社群逐漸浮出支持倖存者的聲音，讓伴侶有更多管道接觸性創傷資訊，有助於提升創傷相關知能，並有更多選擇資源的機會，而倖存者的相繼露出，也有利於孤

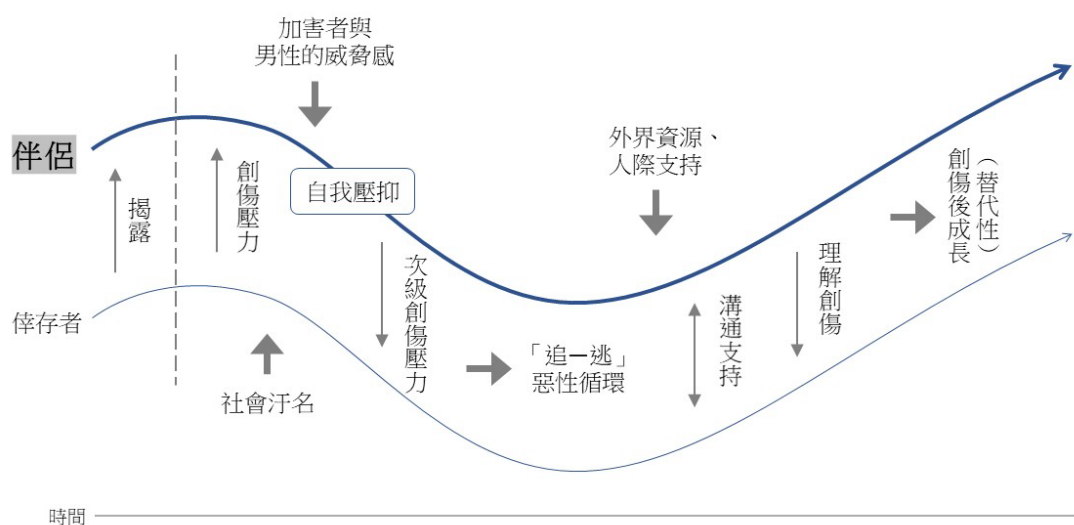
島間透過網路彼此串聯，形成支持網絡（王聖芬，2023；Alaggia & Wang, 2020）。

對部分伴侶而言，引進適當的社會支持，將宛如為孤島般的封閉系統注入活水，減輕伴侶所承擔的身心壓力，打破伴侶系統的惡性循環，這呼應了國外對於臨床創傷伴侶的介入研究（Henry et al., 2011; Nasim & Nadan, 2013），雖然本研究的伴侶皆未接受伴侶諮商或治療，但當其中一方願意與外界資源接觸，並逐步建立社群支持，將能大大減緩難以言說的心理負擔，讓倖存者和伴侶更有能量成為彼此的支持。

雖然性侵害陰影籠罩下，伴侶與整個關係系統經歷許多動盪不安，然而本研究也看見部分伴侶在間接暴露於創傷後，在心理與認知上產生的正向轉變，包含：更珍惜眼前生活、看見創傷帶來的個人學習、提升創傷相關知能、發展更具適應性的伴侶互動模式等等，如同替代性創傷後成長（vicarious posttraumatic growth）（Willcott-Benoit & Cummings, 2024）。不過，伴侶適應創傷的路徑具有極大個體差異，這牽涉到伴侶關係動態、伴侶與倖存者本身特質及外部資源的介入程度。若伴侶能夠設立情緒界線，在親密同時保有自主，有排解情緒的方式與人際支持圈，加上外部資源，包含：諮商、醫療的引進，將有助伴侶與伴侶關係系統獲得紓解，進而穩定伴侶關係，讓彼此逐漸走向創傷後成長。

綜上所述，研究者認為當伴侶接受到倖存者揭露性侵害事件之後，伴侶個人與關係會經歷一段創傷適應的動態歷程（見圖 5-1）。本研究僅訪談伴侶單方，無法得知倖存者的觀點，因此特別加粗「伴侶」之線條並置於上方，代表本研究著重討論「伴侶」對自己及關係互動的主觀感受，然因本研究也關注互動歷程，因而仍試著以較細的線描繪倖存者可能在關係中經驗的歷程，並以箭號代表可能的影響方向。為了方便閱讀，研究者以平滑曲線描繪適應歷程，但研究者認為過程並不會是平順，而是崎嶇的鋸齒狀，代表生活過程的起起伏伏。

圖 5-1
伴侶創傷適應歷程圖



首先，伴侶在面對倖存者創傷壓力及背後所乘載的社會汙名，同時感受到事件中的加害者與男性帶來的威脅感，會連帶經歷次級創傷壓力與身心波動。大多數伴侶因著照顧者／保護者的角色期許，傾向自我壓抑，然而次級創傷壓力仍會擴散到伴侶關係，若倖存者無力因應或承受，將漸漸在關係中形成追逐／逃避的惡性循環，經歷較多的磨合與混亂。

不過，研究者也看見，隨著伴侶之間不斷溝通及相互支持，能幫助彼此在衝突後達到和解與理解，加上伴侶受到外界資源（包含：諮商、書籍等）及人際網路支援，有助於伴侶更加認識倖存者的創傷，宏觀看待創傷帶給關係的學習，從而達到替代性創傷後成長，也支持倖存者一同走向創傷後成長。

二、以女性主義觀點理解性侵害倖存者之伴侶

研究者試以女性主義理解伴侶之經驗，發現性別腳本影響伴侶之回應與角色，父權體制思維阻礙伴侶間之對等互動，而伴侶關係腳本也讓彼此關係中隱微出現權力傾斜。

(一) 性別腳本影響伴侶之回應與角色

研究發現，當伴侶做為性侵害倖存者之重要他人時，不同出生指定性別可能擔負起相異的社會角色期待，從而偏向行使符合其性別腳本（gender scripts）之功能。在異性戀伴侶中，女性伴侶在社會化過程，常被期待成為「照顧者」，擔負溫暖支持及提供情感性照顧的責任，回應方式多以「情緒支持」、「訊息提供」為主；而男性伴侶則可能被期待成為「保護者」，須展現積極捍衛並提供功能性照顧，較多以「控制」、「自我中心式反應」為主。此一基於伴侶出生指定性別的回應傾向差異，與國外研究結果大致符合（Ahrens et al., 2007; Filipas & Ullman, 2001; Ullman, 2024）。可見在性別二元框架下，性別腳本具有普世性。而本研究之異性戀伴侶關係中，當一方揭露性侵害創傷經驗，另一方選擇承接後，便可能跳入固定的性別腳本，且基於想像倖存者的「脆弱性」，似乎會更強化伴侶的照顧者或保護者功能，以此表達對倖存者的重視與關懷。

在女同志伴侶關係中，女同志伴侶除了行使女性腳本之「照顧者」角色，回應情感需求與生活照顧，同時也肩負「保護者」任務，而出現確保行蹤安全的控制因應。研究者認為，這可能與多元性別的伴侶關係，較不會受到異性戀單一性別腳本框架限制使然（Kurdek, 2005），讓女同志伴侶在腳本選擇上具有流動性，不過似乎也因著這個選擇的彈性與開放，女同志伴侶會主動或被迫承擔多重角色，集倖存者的身心波動與安全維護於一身，成為身負重任的「拯救者」，壓力不容小覷。這些經驗反映了社會風險不僅存於個人層次，而是在整個伴侶關係層次運作，而女同志伴侶對外界的擔心與焦慮，正是扛著倖存者所面對的環境中厭女與

性壓迫的威脅，而這些敵意也會擴散到伴侶的感知之中

雖然不同出生指定性別的社會化歷程，常被賦予單一社會期待，然本研究也發現在性別腳本框架外的彈性，部分伴侶能夠在腳本外尋找例外或有些轉變（Masters et al., 2013），比如：少數異性戀男性伴侶能展現難過與心疼，並提供同理支持，少數異性戀女性伴侶則能逐漸放下照顧責任，尊重倖存者的時間軸，讓互動能更貼合彼此的真實需求。研究者認為，這可能與近代對性別展演之反思有關，特別在文化資本相對多元之處，比如：北部、高等教育現場，環境氛圍鼓勵個人在做性別（doing gender）過程能有多樣選擇，而不只侷限於單一腳本想像，讓伴侶關係互動出現溝通與理解的空間。

（二）父權體制思維阻礙伴侶間之對等互動

除了性別腳本，研究者觀察不同出生指定性別的伴侶，對於性侵害理解略有差異，而這可能源於父權體制隱微的「男性優勢」及「強暴文化」思維，意即男性掌管較多特權與優勢，且女性從屬於男性的不對等狀態，讓不同性別養成過程有所差異。比如：部分異性戀男性伴侶，似乎承襲這些理所當然的不平等，在面對倖存者揭露過往受害經驗時，較難於第一時間意識到受害經驗的本質是暴力與不平等，因而表現出淡漠或難以同理，甚至指責、質疑倖存者之況。

在此要特別強調的是，研究者並非想歸咎單一個人，而且研究者相信伴侶在當下所有的回應，都已經是盡力的結果，也不認為伴侶的反應有所謂對錯之分，而是希望能藉此看見個人寄居於世的背景中，父權仍為主流的情況，如何形塑出關係中的回應落差，而這可能如王曉丹（2019）所描述在男／女二分框架下，大多數人仍存有對性腳本（sexual scripts）的單一想像，即男性應「積極／主動／侵略」，女性則「消極／被動／承接或拒絕」，讓部分異性戀男性伴侶在解讀或展演與性有關的事件時，會視男性「提出性要求」為陽剛且理所當然，並將拒絕義務歸屬於女性，認為女性若沒有明確表達拒絕就是默許。

當這樣責任二分思維被置於性侵害事件時，反而讓異性戀男性伴侶難以認知到倖存者創傷敘事中，所涉及的是加害者仗著權勢行使暴力的傷害事件，也容易忽略倖存者的受害事實，較難看見權力的隱微運作，是如何讓倖存者的「不同意」如此困難，因而誤解性侵害本質，淡化加害者罪行，責怪或懷疑倖存者，然而從伴侶的經驗也可以得知，往往在指責背後，其實是對倖存者的心疼與關心，以及對加害者的憤怒。

再者於性關係中，部分異性戀男性伴侶仍深受父權體制下的性腳本思維影響，可能無意識將男性（優勢）對女性（劣勢）的壓迫複製到伴侶互動與性關係中，未能意識到腳本中的權力不對等（李佩雯，2019），使倖存者再度經歷主體被忽略的二度創傷。然而這並不代表異性戀男性伴侶就是比較占上風的一方，從經驗中可發現，這種無意識的權力行使，可能讓伴侶因喚起倖存者的創傷反應，感到自責、委屈或需求不滿足，加劇溝通衝突，使伴侶關係緊繃，這與許多學者提到異性戀男性伴侶的經驗相互呼應（Barcus, 1997; Davis et al., 1991; Hirsch & Khan, 2021/2025; Lorenz et al., 2018）。

研究者想重申，這些討論與觀察，並非將責任全數歸究於異性戀男性伴侶，而是經由對父權體制、男性優勢、強暴文化與性腳本的理解，可以發現社會化過程，對於個人如何做性別，如何在關係中協商性行為與尊重彼此性同意權，仍然相當薄弱與單一，以至於個人難以跳脫框架，並直視、反思這些不對等，使得身處於惡性循環的雙方都是受害者，尤其異性戀男性伴侶的處境，可能更難以被理解與聆聽。

（三）伴侶關係腳本之權力傾斜

「我是為你好」、「愛你就要保護／照顧你」，是伴侶關係中常見的互動腳本，似乎傾向將彼此視為生命共同體，讓伴侶願意無微不至照顧倖存者的創傷，也願意為倖存者的安全與正義赴湯蹈火。從本研究之部分異性戀伴侶及女同志伴

侶之互動經驗，都可瞥見此關係動力痕跡。然而，這些為了所愛之人的付出與犧牲，雖符合社會對於一段歷經風霜的情愛關係圖像，但研究者不禁反思，這樣以關心與為名的照顧與保護，可能在無形中形成讓倖存者需要「依賴」伴侶的權力傾斜（Kim et al., 2019）。

另外，研究觀察伴侶關係腳本，似乎會讓關係中的個人願意共同承擔創傷壓力，形成「生命共同體」，特別在倖存者受害經驗橫互於關係中時，容易讓伴侶主動或被迫站上照顧者或保護者之位，此時若伴侶深受性別角色桎梏而過度發揮功能，將倖存者的情緒壓力與安全責任吸納進個人界線中，使彼此界線逐漸模糊交融，反而使伴侶容易為了達成對自己的角色期待，而過度照顧或過度控制倖存者，且在陪伴倖存者的過程中，難以避免感染到倖存者的創傷，產生次級創傷壓力（Carranza & Bueno-Guerra, 2025; Nelson Goff & Smith, 2005）。

研究者認為，若行使這套「妳／你（指倖存者）受傷了，我（指伴侶）要照顧、保護你」的腳本，將可能無形落入強／弱二元的框架中，而我國家父長式對於關心的表達，有時會以「指責」與「控制」來取代，反而在伴侶關係裡重現創傷事件的本質——壓迫與被壓迫、支配與被支配的互動關係，而倖存者往往被視為較弱勢、被動、脆弱的一方（Hirsch & Khan, 2021/2025），這些以愛為名的控制與關心，可能剝奪或淡化了倖存者的能動主體性（agency），讓倖存者成為被弱化的脆弱幼體。可能被視為無法為自身安全做主，人際與行動自由受到監管與限制，也讓倖存者被放到需要承接所有照顧與保護的位置，這讓研究者不禁擔憂，這似乎隱含著一種倖存者需為自己做錯事而受到規訓的思維，強化「完美受害者」的想像——倖存者是脆弱無助的，倖存者是需要被保護與照顧的。

呼應王曉丹（2019）在討論倖存者能動性時，所提到的體現性自我（embodied self）及關係中的自我（relational self），研究者認同人的脆弱性是普世而正常的，倖存者有性侵害的創傷，相對地伴侶也可能因次級壓力反應而感到脆弱。若伴侶能夠在性侵害創傷以外，跳脫加害／被害、堅強／脆弱、陽剛／陰柔二元框架，視自己與倖存者都具有部分能動主體性（partial agent），也就是相對於完全能動

主體的概念，看見個人鑲嵌在社會文化與成長背景之下，仍能展現其自由行動的能力，這有助於伴侶與倖存者在關係中，能做出更貼近自己與彼此需求的選擇與回應。

(四) 知識導入與伴侶間持續對話有助跳脫腳本與框架

在重重社會困境與互動困難中，本研究觀察有些伴侶得以跳脫性別框架，逐漸達到對等互動，而這似乎來自於伴侶能夠開放蒐集與性侵害創傷有關的知識，並回到伴侶相處中不斷對話與溝通。研究者發現異性戀女性伴侶、女同志伴侶及少數異性戀男性伴侶，似乎較能看見倖存者為父權體制下「受害者」，對於尚不理解的知識，會藉由主動收集資料，更深入理解倖存者的處境，並小心翼翼在親密關係與性關係中進行協商與確認，避免複製壓迫的情境。研究者認為，這或許是如 Herman(2015/2018)所說，女性集體共享對性別不平等之差別待遇與壓迫，使得女性伴侶較能貼近倖存者的性創傷，提供理解與支持。至於少數異性戀男性伴侶，則呼應畢恆達(2003)提到男性成長經驗，當家庭中保有開放的性別養成，與重要她者(比如：伴侶關係中的女性倖存者)及女性主義相遇碰撞的經驗，有助於允許男性跳脫性別二元框架，讓其在做性別的過程，有更多反思與流動的可能。

除此之外，研究者觀察隨著伴侶關係進展，對話與溝通成為開拓單一關係腳本的重要基石，讓彼此有機會協商出更符合兩人關係的互動模式，加上創傷知能的導入，幫助伴侶更了解倖存者與自己的身心狀態，包含：揭露為難、普遍存有的不信任感等等，進而在這份理解之上，跳脫強／弱二元對立的關係形式，發展對等互動，這使伴侶有機會放下性別腳本的期待枷鎖，看見倖存者在創傷以外的能動性，這也促使伴侶為自己設立互動界線，避免過度涉入倖存者的創傷漩渦，同時在關係中更自在表達自己，而較容易代謝創傷壓力，讓彼此都能掌有更多生命主控權。

第四節 研究貢獻、限制與建議

綜合前述研究結果與討論，本結論述研究之貢獻、限制與建議。

一、研究貢獻

本研究之貢獻在於首次探討我國性侵害倖存者之伴侶之現象內涵，以及結合多元性別與女性主義觀點理解伴侶之互動經驗。

(一) 首次探討我國性侵害倖存者之伴侶之現象內涵

本研究首次呈現我國性侵害倖存者之伴侶經驗，一則在性侵害倖存者之外，照見親密伴侶在陪伴過程中的身心壓力及種種難以言說的為難處境，呼應近期越來越多對於「陪伴者（意即本文之伴侶）」的關注，本研究也試圖為伴侶們提供發聲管道，作為創傷的次級受害者，伴侶的需求也值得被助人專業工作者們重視。

二則是讓本土脈絡經驗浮現，本研究發現在我國的伴侶關係中，性別腳本根深柢固，使得部分異性戀伴侶會在父權思維下，無意識在關係中重現性別不平等，再者是伴侶關係腳本中，賦予伴侶作為生命共同體的「照顧者／保護者」責任，可能加劇伴侶自身的壓力，並回過頭形成伴侶互動的惡性循環。

(二) 結合多元性別與女性主義觀點理解伴侶之互動經驗

首先，過往研究較少提及女同志的經驗，而本研究有機會發現女同志關係中，雖較不會受到異性戀框架對於出生指定性別的單一想像影響，卻可能同時承擔多重角色，無形中也增加互動壓力。除此之外，研究也呈現了異性戀女性伴侶在面對男性倖存者不願揭露的身心壓力，間接反映了男性倖存者處境的艱難，而異性戀男性伴侶的經驗，也讓我們有機會看見男性優勢與父權思維，對於男性伴侶可能造成的理解限制。

不過，隨著性別平等觀念日漸普及，不論伴侶出生指定性別為何，皆有機會透過關係中的對等溝通，突破性別二元框架與性別腳本的理所當然，並進一步在互動中看見並尊重彼此的部分能動主體性，促成關係互動的實質平等。

二、研究限制

因本研究所談論之「性侵害」，以社會觀感而言仍存有禁忌與私密性，「伴侶」又是相對於倖存者更容易被隱身的一群，相較之下，研究參與者皆為主動回應招募訊息且目前仍維持伴侶關係，這樣的參與樣貌，可能也代表著參與者們是相對具有經驗開放性及較高資源可及性，因此，本研究之結果較難代表整個社會現象，也較難類推到所有性侵害創傷伴侶，亦尚未能觸及那些因創傷張力而分手、或尚未有餘裕分享其經驗的伴侶們，這使得本研究可能忽略相對沈默的經驗。

另外，研究者雖已試圖懸置預設，然在研究者與參與者互為主體之互動過程，仍不免因投入於研究參與者的敘說，而切換到諮商師角色產生過多同理與猜測，使得部分研究參與者之情緒與感受，係由研究者提問與摘述而得，並非研究參與者在自然對話中流露之結果，一則可能有引導疑慮，再者則因研究參與者並未主動提及特定字句，使得部分訪談內容無法納入分析，限縮資料的豐富性。

本研究之參與者多以女同志伴侶、異性戀男性伴侶及異性戀女性伴侶為主，尚未有機會觸及多元性別伴侶之經驗，比如：男同志伴侶、跨性別伴侶、開放式伴侶等，且對於「少數群體壓力」如何介入性創傷伴侶之探詢尚不夠充分。經過與研究參與者們對談，伴侶關係所牽涉之動態複雜，特別伴侶們也是置身於社會文化脈絡之中，若能納入多元性別所承擔的少數群體壓力，也許更能描繪出多元性別之性創傷伴侶所面臨的困境與經驗獨特性。

三、研究建議

以下將就研究結果與討論，提供諮商實務工作者、社會工作實務現場、性侵

害倖存者之伴侶與其他重要他人、及未來研究者一些想法與建議。

（一）諮商實務工作者

研究顯示多數性侵害倖存者之伴侶真實承受著次級創傷壓力，而壓力反應可能因著性別有所差異，加上伴侶往往自認為不是直接受害者，而更難正視與討論自身需求，這提醒諮商實務工作者抱持開放與好奇，看見不同性別之伴侶如何以其習慣之策略表達情緒，無論是憤怒、難過、無助、心疼等都值得肯認，並看見伴侶所承擔的生命重量，適時鼓勵排解累積已久的情緒，表達內在需求。

再者，異性戀伴侶可能因性別腳本差異，加上性侵害創傷導致信任感與安全感的摧毀，而有較複雜的關係動態，而多元性別伴侶則可能同時乘載著性侵害創傷，以及少數群體壓力的困境，讓鑲嵌在各自社會脈絡中的彼此，進入關係中互動更為困難。因此建議諮商實務工作者，可以存有性別敏感度的眼光，看見彼此背負著性別角色的為難，肯認雙方分別承擔的創傷壓力與次級創傷壓力，適時提供創傷教育，協助伴侶看見創傷如何影響自己與伴侶，同時又如何形塑著關係的惡性循環，並看見彼此在關係中的真實需求。

另外性的污名往往會讓伴侶陷入孤立無援處境，因此，邀請伴侶參與重要他人支持團體，鼓勵伴侶建立安全的人際支持圈，提供性創傷相關講座或書籍資訊，或許有利於孤島得以注入活水，促成相互串聯，協助伴侶在人際關係或者閱讀中獲得支持與理解。

（二）社會工作實務現場

社會工作現場大多以「倖存者」作為直接服務對象，特別是面對成年倖存者，社工甚少有與伴侶直接對談之機會。然而研究發現伴侶作為倖存者在成年後的重要依附對象，也在密切互動與創傷傳染下，成為性侵害的次級受害者，而伴侶的身心狀態與穩定性，往往牽動著倖存者的復原歷程。

因此，研究者認為若以「人在關係中」的觀點，建議社會工作者在與成年倖存者工作時，可以適時關懷其伴侶關係，心有餘力亦可邀請伴侶作為重要他人進行會談，提供伴侶創傷教育，讓伴侶能夠減少資訊缺乏的驚慌失措，而若伴侶有後續協助需求，亦可轉介相關諮商、就醫或法律資源，讓伴侶的需求有初步被聽見與被重視的機會。

（三）性侵害倖存者之伴侶與重要他人

本研究關注於性侵害倖存者伴侶之經驗與調適歷程，然在撰寫本段時，研究者亦想特別向可能閱讀本論文的倖存者本人、其伴侶、家人或親密他人表達關懷與敬意。性侵害創傷常對個體與其關係系統帶來深遠衝擊，而在創傷陰影的影響下，日常生活中的種種困難與挑戰往往被進一步放大，使得尋求平衡與穩定變得更為艱鉅。研究訪談中呈現出伴侶們對於創傷事件的回應各異，有些處於憤怒或震驚之中，有些仍行走於療癒歷程，有些則逐漸帶著傷痕前行。這些差異性顯示，創傷調適與復原之歷程具有高度個別性與多樣性，研究者因此邀請讀者尊重自身與倖存者的復原節奏，並理解「理想」復原時程或單一路徑之觀點，未必適用於所有人。關係中的進退與反覆亦為歷程之一部分，值得被理解與珍視。

此外，研究亦觀察到，許多伴侶在知悉創傷事件後，傾向迅速進入照顧或保護的角色。此種回應固然來自真摯的關懷，然研究者也欲提醒，伴侶與重要他人在回應他人創傷之前，亦需自我覺察自身之情緒反應與壓力狀態，並考量其對日常生活所可能造成的影響。在陪伴他者的同時照顧自身，尋求適當之專業支持，亦是重要的心理自我照護策略。進一步地，研究亦鼓勵伴侶間能持續展開對話，釐清彼此真實的需求與期待。研究參與者經常提及：「身為陪伴者，我不需要總是堅強」，此番言語反映了陪伴歷程中之情緒複雜性與脆弱性。研究者認為，脆弱的呈現並非無能的象徵，而是一種真實且人性的情感流動，亦可能在關係之中轉化為深化連結與互相扶持的契機。

(四) 未來研究者

本研究顯示，性侵害倖存者的伴侶在陪伴歷程中常面臨情緒耗竭、關係壓力與自我懷疑等心理困境，然而相關經驗仍未被主流實務與學術充分關注。因此，建議未來研究可持續擴展對「次級倖存者」的理解，並發展回應其需求的心理社會支持策略。例如，可設計以伴侶為對象的心理諮商介入模式，如伴侶諮商、支持性團體與同儕經驗分享平台，協助其表達情緒、釐清自我角色定位，並強化其與倖存者共處創傷歷程的心理韌性。此外，本研究雖已涵納異性戀與女同志伴侶之經驗，然在性別與性傾向的多元樣貌上仍有不足，特別是未能深入探討多元性別伴侶所可能承受的少數群體壓力如何與性侵害經驗交織。因此，未來研究建議進一步聚焦於跨性別者、男同志等不同性別認同與性傾向者的伴侶經驗，以呈現更多元與立體的關係樣貌，並與異性戀伴侶歷程進行比較，豐富對性別角色與文化脈絡交織性的理解。

此外，研究也觀察到即便倖存者性別分布大致符合現行官方統計，男性倖存者在關係中談論受害經驗的困難依然顯著，顯示在父權體制與性侵害迷思之下，其伴侶往往難以辨識或承接創傷訊號，陪伴角色也因此更具隱匿與壓抑特性。建議未來研究能更細緻地探討男性倖存者伴侶之支持經驗與壓力來源，補足目前文獻中的缺口。最後，未來研究亦可考慮採用混合方法或長期追蹤設計，動態觀察伴侶的心理歷程與關係調適過程，進一步建立更具實證基礎的介入方向，以回應性侵害創傷對親密關係之深遠影響，並強化對伴侶角色的理解與支持。

第五節 研究歷程省思

本節將回顧研究者身為諮商學習者、社會工作師、研究者、資料分析者與我自己，在撰寫論文過程中的省思。

一、身為諮商學習者，反思性侵害對倖存者伴侶及關係的整體影響

在親自爬梳伴侶經驗後，研究者更加意識到，這些被視為「支持角色」的伴侶，其實長期暴露於創傷影響下，形同次級創傷倖存者。其所經歷的情緒波動、身心耗竭、角色混淆與自我懷疑等，皆屬真實且深刻的次級創傷反應。這促使研究者反思，對於創傷反應的理解，不僅需聚焦於倖存者，更需涵納其親密關係中之重要他人，以全面理解創傷如何在關係中傳遞與作用。

研究者也意識到，當創傷伴侶關係進入惡性循環時，倘若僅從單一個體視角進行理解，容易落入責怪或簡化的詮釋。然而這些循環多半源自於雙方對創傷的不同回應與外在社會壓力（如：性別期待、社會汙名）的交織影響。當伴侶無法辨識自身的創傷反應或缺乏資源因應，往往也會使關係中的支持意圖轉為壓力來源，進一步強化彼此的無力與距離。

因此，研究者認為，諮商工作者若能對伴侶所承受之次級創傷保持敏感，不僅有助於更適切評估轉介或介入時機，也能協助伴侶更坦然面對自身身心變化，學習在關係中表達自身需求與界線。從諮商學習者的角度來看，此一歷程亦是研究者在專業發展中重要的提醒——創傷並非僅影響個體，而是深刻牽動整體關係的歷程。而助人者的工作，應致力於為整體關係尋求理解與支持的可能。

二、身為社會工作師，回顧撰寫研究計畫之起心動念

本研究約於 2021 年準備諮商所推薦甄試資料時發想，當時基於過往從事社會工作的實務觀察，而想藉由研究，關心與理解倖存者身邊的重要他人，特別是

在我國相對不被聽見的伴侶經驗。然而當時本土化資料稀缺，曾讓研究者懷疑若這個議題是重要的，何以沒有本土研究或經驗可供參考，又或只是個人一廂情願。直到 2022 年徐思寧的書出版，才有種終於不孤單的感覺，且在閱讀文字、參加講座的過程中，徐思寧的一字一句都讓研究者深刻感受到，伴侶所承擔的壓力及難以言說的處境都很真實，這也鼓舞研究者繼續完成這份研究。隨著性創傷相關書籍相繼問世，加上 2023 年我國影劇圈、政治圈相繼爆發#MeToo 運動，促成倖存者們彼此串聯現身，讓性侵害議題有更多被公開討論的機會，強化研究者想好好寫完這份研究的初衷。

看著社群媒體上倖存者經驗的同時，研究者也想像在倖存者身旁的重要他人，該如何承接、面對與陪伴倖存者的傷痛。而曾經擔任過社工的位置，讓研究者在面對某位研究參與者提到的不利處境與敵意環境時，會很想立刻跳進去媒合資源，當一個創傷現場的「拯救者」，但退一步想，研究者忽略自身角色並非社工，且研究參與者可能只是描述近況，並未要求研究者多做些什麼，加上當研究者抱持拯救的眼光，可能無形中屏蔽看見參與者本身能動性的可能。

三、身為研究者，看見性侵害與伴侶關係背後的性別權力運作

回想發想研究初期，其實並沒有這麼明確以「女性主義」作為主要視框，一方面是對女性主義未有太多理解，再者是對自身能力的不自信，害怕語彙不夠精準或誤用，也怕拿捏不好而顯露出一種菁英式的傲慢，這就遠離研究者想貼近伴侶經驗的初衷。不過，在反覆閱讀文本及爬梳資料時，不論是談到性侵害、異性或同性伴侶關係，似乎都難以將這些經驗從社會脈絡中抽離看待，也就是女性主義所認為的「生活中處處都是性別」，而不論是研究者自身，或研究參與者們背景中的性別權力關係也難以忽視。

本次招募到兩位女同志伴侶，回想訪談當下，研究者雖自認為是性別友善的研究者，也試著抱持開放心態聆聽參與者經驗。然而自以為的開放與懸置，卻是

遺忘參與者們身後交織的性別脈絡，這讓研究者習以為常的異性戀框架成為背景，沒有辦法看見同志伴侶處境的特殊性。或者更坦白的說，一年多前研究者對於性別多元只是粗淺認識，而不到深入理解與同理，因此沒有辦法看見社會對少數群體壓迫，也聽不出研究參與者們在性侵害事件之上，又疊加著性少數的身分，擔心社會污名的艱難，以及與異性戀伴侶的差異，回過頭想，這些都是很值得停留細問的故事，不過當時的研究者，並沒有足夠知能與敏感度，探索女同志的性別經驗。

至於這些反思，並不是在研究初期浮現，而是在撰寫第五章回望與擴充文獻時，再次讀到了少數群體壓力，才讓研究者發現研究資料並無法充分與這個理論對話，也因而發現自己仍然有太多異性戀的理所當然，以至於在訪談當下缺乏對性少數身分的好奇，把他們的性別經驗與伴侶的經驗切割了，回想起來，這樣的眼光反而是斷裂的，忽略人都是活在脈絡中，而社會文化與性別經驗也鑲嵌在她們的生活處境。

另外在聽異性戀男性伴侶的經驗時，研究者則深深有一種，在社會對性別腳本的強制建構下，身為不同出生指定性別，要能設身處地為不同性別的伴侶著想，真的不是一件容易的事。研究者想這個不容易也牽涉到社會化過程中，根深蒂固的性別腳本，本身就存在著極大的差異。男性成長過程被餵養的陽剛、主動、堅硬，阻礙他們換為思考理解倖存者身為相對弱勢一方的處境。而研究者作為一名女性研究者，似乎在面對男性研究參與者時，也有一種理解上的距離，這也可能使研究者較難深入獲取更多有關於他們的生活經驗，或者也因著這個性別讓訪談現場仍存有一些不信任與距離，限制研究者對他們更深入的照見與理解。

最後，研究者希望能聲明，藉由研究討論重要他人的重要性，並不是想將責任下放到伴侶系統、家庭系統，作為研究者，其實是希望能夠在一大堆的論述、統計數據之外，慢下來傾聽一個又一個活生生的「人」，特別是看見當人鑲嵌在社會文化脈絡之下，那種被社會污名的噤聲、被性別腳本的要求，似乎有許多難以發聲的時刻。因此這個聚光燈是多層次的，在這個研究過程中，研究者看見倖

存者的困境、伴侶系統的為難，但研究者們也無法忽視社會體制對於性別暴力的責任，而這些對於社會文化的持續反思，也是研究者期許自己能著墨的。

四、身為資料分析者，覺察人在關係之中的區分困難

在面對研究參與者們的經驗時，從第三人稱撰寫描述文是相對容易的，因為只需專注於他人經驗，想像研究參與者訴說的處境與感受，再依據時間脈絡將零散而片段的經驗歸納，搬移到較貼近研究參與者的生命脈絡的軸線中。然而，當切換到分析視角撰寫分析文時，發現要將經驗區分成「對個人的影響」或「對關係的影響」時，很容易卡關而迷失在部分中，不確定到底該如何區分才能更切合現象本身。

不過，質性研究也允許研究者在部分與整體間來回游移，有時回到整體，重新對照前後脈絡，更能將片段經驗找到安放空間，不過現象學所需要的懸置、回到經驗本身，又會讓研究者產生懷疑，不確定這些區分與命名，是否太過出於個人主觀詮釋。因此，即便分析者已盡最大力氣嘗試貼近、小心翼翼地擺放研究參與者們的經驗，但也無法肯定這些結果能真實反映研究參與者們的主觀感受。特別「人活在關係之中」，因而有些經驗可能是處於灰色地帶的，對個人的影響也可能是對關係的影響，反之亦然，這種個人與關係的難以分割，或許也代表著人寓居於世，也是鑲嵌在社會文化與每一段關係之中的存在。

五、身為我自己，堅定自身性別立場與實踐平權倡議

隨著本研究進行及#MeToo 浪潮擴展，使研究者有機會沉浸於大量文本、社群討論與研究參與者的生命敘說中，逐步看清媒體再現與日常互動中潛藏的性別不平等，並慢慢看見隱伏於「同意」與「不同意」之間模糊界線中的權勢性暴力。這樣的浸潤歷程不僅促進了對議題的理解，也使研究者更勇於透過書寫反思與轉發文章、podcast 等方式，持續表達對性別暴力防治的關注與立場。

研究者在聆聽他人經驗時，習於將自身感受暫時擱置，以專注理解對方的處境。然而，在承接這些沈重生命故事的過程中，這些經驗對自身的影響往往需要更長時間的沉澱與消化，才能逐漸浮現。正因如此，當研究者進行反思書寫時，經常面臨難以停留於個人經驗、語言卡住的狀態，彷彿當需要回到「我」的位置時，腦中便被一層霧籠罩，難以清楚辨識自身的感受與回應。

隨著各種角色逐漸退場，回望自己長時間接觸創傷敘說的歷程，也讓研究者開始正視自己身為女性且身處父權體制中的位置，尤其在社會強勢灌輸的性別腳本影響下，也曾經歷過被騷擾、被物化的不安感，那些過往的隱約不適，在這些創傷文本中逐漸被喚醒。或許正是這樣的性別處境，使研究者對於受創經驗有更多共鳴，雖然在閱讀與撰寫過程中難免會感到失重與黑暗，但也因看見研究參與者們在掙扎中的堅持與真誠，使研究者更加堅定投入性侵害防治工作，並積極參與性別暴力倡議、展覽、讀書會、講座與文本書寫，期望持續以自身微小但真誠的行動，為性侵議題發聲。

最後，也借用本研究中幾位伴侶的話語作為結語——復原往往是一條看不見光的漫漫長路，而陪伴的歷程也未必總是順遂、溫柔或確定。然而，能夠在人我之間、在關係之中被看見、被回應，本身就是極其珍貴且值得記錄的存在。

參考文獻

- Herman, J (2018) : 《從創傷到復原：性侵與家暴倖存者的絕望與重生》(施宏達, 陳文琪, 向淑容譯)。左岸文化。(原著出版年: 2015)
- Hirsch, J. S.、Khan, S. (2025) : 《性公民權：「知情同意中, 曖昧不明的性界線到底是誰界定的？」》(梁永安譯)。麥田。(原著出版年: 2021)
- Kolk, B. (2017) : 《心靈的傷, 身體會記住》(劉思潔譯)。大家出版。(原著出版年: 2015)
- Lew, M. (2010) : 《哭泣的小王子：給童年遭遇性侵男性的療癒指南》(陳郁夫、鄭文郁等譯)。心靈工坊。(原著出版年: 2004)
- 丁麗美 (2005) : 《父女亂倫家庭中母親之創傷研究》(未出版碩士論文), 國立高雄師範大學。
- 中華民國刑法妨害性自主罪章 (2024 年 7 月 31 日) 修正公布。
<https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawHistory.aspx?pcode=C0000001>
- 王聖芬 (2023) : 〈2023 臺灣#MeToo 浪潮：當事人的經驗與觀察〉。《婦研縱橫》, 119, 26–33。 [https://doi.org/10.6256/fwgs.202310_\(119\).04](https://doi.org/10.6256/fwgs.202310_(119).04)
- 王曉丹 (2019) : 〈破解二元對立, 改寫能動主體：性暴力受害者脆弱性的正面意義〉。《女學學誌：婦女與性別研究》, 44, 77–108。
[https://doi.org/10.6255/jwgs.201906_\(44\).03](https://doi.org/10.6255/jwgs.201906_(44).03)
- 江秀英 (2020) : 《台灣亂倫被害人之重要他人支持性團體之分析研究》。碩士論文。淡江大學。
- 李佩雯 (2019) : 〈大學生, 性別平等了沒? : 異性戀大學生愛情腳本之初探研究〉。《中華傳播學刊》, 35, 89–123。
<https://doi.org/10.3966/172635812019060035003>
- 李維倫、賴憶嫻 (2009) : 〈現象學方法論：存在行動的投入〉。《中華輔導與諮商學報》, 25, 275–321。 <https://doi.org/10.7082/cjgc.200903.0275>

李慧芳（2021）：〈創傷兒童之主要照顧者替代性創傷初探〉。《輔導與諮商學報》。43（2），59–87。 <https://doi.org/10.3966/181815462021064302003>

杜思誠、彭治鏐（2024）：〈男男間的性騷擾：看見男同志的成長經驗、社群文化與結構困境〉。《性別平等教育季刊》105，83–87。

沈秀華（2023）：〈臺灣#MeToo 運動與中國公民運動：性平與批判文化作為連結的核心價值〉。《婦研縱橫》，119，82–91。

[https://doi.org/10.6256/fwgs.202310_\(119\).09](https://doi.org/10.6256/fwgs.202310_(119).09)

性侵害犯罪防治法（112 年 02 月 15 日）修正公布。

<https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawHistory.aspx?pcode=D0080079>

林奕含（2017）：《房思琪的初戀樂園》。游擊文化。

紀惠容、王美玉、張菊芳、葉大華（2020—2022）：〈說不出的傷痛——政府對防範兒少性侵案件執行成效之探討〉。監察院。

陌熙（2023 年 6 月 13 日）：〈從《人選之人——造浪者》的三大切面，看台灣的#MeToo 風波：拔除完美受害者迷思！〉。女人迷。

<https://womany.net/read/article/31938>

高瑱娟、陳政智（2019）：〈以沉默的螺旋理論談#MeToo 的系統暴力現象〉。《中科學報》，6（1），35–46。

[https://doi.org/10.6902/jntust.201912_6\(1\).0003](https://doi.org/10.6902/jntust.201912_6(1).0003)

畢恆達（2003）：〈男性性別意識之形成〉。《應用心理研究》，17，51–84。

羅燦煥（計畫主持人）（2021—2025）：《校園及安置機構兒少性侵害系統性訪查案》。專案報告，國家人權委員會。 <https://nhrc->

[ws.cy.gov.tw/Download.ashx?u=LzAwMS9VcGxvYWQvNDM1L3JlbGZpbGUvMTIzOTAvMjE3MS84ZWY5MWNkNS05OGMwLTQ5ZGltYjIxNC0xNGZIMDE5OGQyZTMucGRm&n=5qCh5ZyS5Y%2bK5a6J572u5qmf5qeL5YWS5bCR5oCn5L615a6z57O757Wx5oCn6Kiq5p%2bl5bCI5qGI5aCx5ZGKLnBkZg%3d%3d](https://nhrc-)

- 張琬婷（2007）：《重要他人對性侵害被害婦女復原歷程之影響》。碩士論文。國立中正大學。
- 現代婦女基金會（2022年5月10日）：〈展心復原計劃——《迴路》重現性侵受害者創傷心歷路〉。<https://www.38.org.tw/news/2/717>
- 陳昭如（2018）：《沉默的島嶼：校園性侵事件簿》。財團法人人本教育文教基金會。
- 陳昭如（2022）：《沉默：特教學校集體性侵事件》。春山出版。
- 陳昭如（2023）：〈專題導言：#MeToo的臺灣故事〉。《婦研縱橫》，119，8–15。[https://doi.org/10.6256/FWGS.202310_\(119\).02](https://doi.org/10.6256/FWGS.202310_(119).02)
- 陳昭如、黃長玲（2023）：〈在遲來的受害者公信力之後，正義能隨之而到嗎？〉。《婦研縱橫》，119，34–47。
[https://doi.org/10.6256/fwgs.202310_\(119\).05](https://doi.org/10.6256/fwgs.202310_(119).05)
- 陳美華（2024）：〈臺灣#MeToo運動的性／別政治〉。《性別平等教育季刊》，105，58–62。
- 陳潔皓、徐思寧（2023）：《遠方有哀傷，此地有我：從性侵受害者到倖存者，一段陪伴者同行的創傷療癒之路》。寶瓶文化。
- 陳潔皓（2016）：《不再沉默》。寶瓶文化。
- 陳蔚爾（2023）：〈不是個案，而是總和：一位「女」導演說出MeToo的之前和之後〉。《婦研縱橫》，119，16–25。
[https://doi.org/10.6256/fwgs.202310_\(119\).03](https://doi.org/10.6256/fwgs.202310_(119).03)
- 陳德倫、許詩愷、嚴文廷、洪琴宣、張子午、張鎮宏、陳子軒（2023年6月27日）：〈遲來的台灣#MeToo運動，揭開疤痕後怎麼走下去？〉。報導者。<https://www.twreporter.org/topics/taiwan-me-too>
- 曾秀雲、謝文宜、蕭英玲（2008）：〈從同志伴侶關係經營的衝突處理談權力關係〉。《東吳社會學報》，23，71–106。
<https://doi.org/10.6417/sjs.200803.0071>

- 鈕文英（2020）：《質性研究方法與論文寫作（三版）》。雙葉書廊。
- 黃麗絹（2004）：《亂倫事件母親的心路歷程研究》。碩士論文。國立暨南國際大學。
- 楊婷雯（2014）：《以父女亂倫家外安置個案的母親情結敘事反思社工角色與經驗》。碩士論文。國立高雄師範大學。
- 劉十賢（2023年4月25日）：〈最親密的療傷夥伴：專訪陳潔皓、徐思寧〉
<https://visionproject.org.tw/story/6666>
- 劉佳芳（2012）：《父女亂倫家庭的母親角色困境與需求》。碩士論文。國立中正大學。
- 衛生福利部保護服務司（2023）：〈性侵害案件被害人年齡與性別交叉統計〉
<https://dep.mohw.gov.tw/dops/cp-1303-59309-105.html>
- 謝孟穎（2023年7月14日）：〈一篇「求救信」引爆全台灣#MeToo 陳汗瑛首揭完整心路：我們不能對性騷擾「麻痺」〉。
<https://new7.storm.mg/article/4830069>
- 簡美華、管貴貞（2006a）：〈向非施虐母親揭露亂倫經驗及其影響之探究〉。
《東吳社會工作學報》，14，1-24。
<https://doi.org/10.29734/sjsw.200606.0001>
- 簡美華、管貴貞（2006b）：〈變與不變之間：曾遭遇亂倫經驗的成年女性談母女關係〉。《中華輔導學報》，19，109-135。
<https://doi.org/10.7082/cargc.200603.0109>
- Ahrens, C. E., & Campbell, R. (2000). Assisting rape victims as they recover from rape. *Journal of Interpersonal Violence*, 15(9), 959-986.
<https://doi.org/10.1177/088626000015009004>
- Ahrens, C. E., & Aldana, E. (2012). The ties that bind: Understanding the impact of sexual assault disclosure on survivors' relationships with friends, family, and partners. *Journal of Trauma & Dissociation*, 13(2), 226-243.
<https://doi.org/10.1080/15299732.2012.642738>

- Ahrens, C. E., Campbell, R., Ternier-Thames, N. K., Wasco, S. M., & Sefl, T. (2007). Deciding whom to tell: Expectations and outcomes of rape survivors' first disclosures. *Psychology of Women Quarterly*, *31*(1), 38–49.
<https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2007.00329.x>
- Alaggia, R., & Wang, S. (2020). "I never told anyone until the # MeToo movement": What can we learn from sexual abuse and sexual assault disclosures made through social media? *Child Abuse & Neglect*, *103*, Article 104312.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104312>
- Balsam, K. F., & Szymanski, D. M. (2005). Relationship quality and domestic violence in women's same-sex relationships: The role of minority stress. *Psychology of Women Quarterly*, *29*(3), 258–269.
<https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2005.00220.x>
- Banyard, V. L., Moynihan, M. M., Walsh, W. A., Cohn, E. S., & Ward, S. (2010). Friends of survivors: The community impact of unwanted sexual experiences. *Journal of Interpersonal Violence*, *25*(2), 242–256.
<https://doi.org/10.1177/0886260509334407>
- Barcus, R. (1997). Partners of survivors of abuse: A men's therapy group. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, *34*(3), 316–323.
<https://doi.org/10.1037/h0087830>
- Bepko, C., & Johnson, T. (2000). Gay and lesbian couples in therapy perspectives for the contemporary family. *Journal of Marital and Family Therapy*, *26*(4), 409–419. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2000.tb00312.x>
- Bonnan-White, J., Hetzel-Riggin, M. D., Diamond-Welch, B. K., & Tollini, C. (2018). "You blame me, therefore I blame me": The importance of first disclosure partner responses on trauma-related cognitions and distress. *Journal of Interpersonal Violence*, *33*(8), 1260–1286.
<https://doi.org/10.1177/0886260515615141>
- Borja, S. E., Callahan, J. L., & Long, P. J. (2006). Positive and negative adjustment and social support of sexual assault survivors. *Journal of Trauma Stress*, *19*(6), 905–914. <https://doi.org/10.1002/jts.20169>
- Branch, K. A., & Richards, T. N. (2013). The effects of receiving a rape disclosure: College friends' stories. *Violence Against Women*, *19*(5), 658–670.
<https://doi.org/10.1177/1077801213490509>
- Bride, B., Robinson, M., Yegidis, B., & Figley, C. (2004). Development and

- validation of the secondary traumatic stress scale. *Research on Social Work Practice, 14*(1), 27–35. <https://doi.org/10.1177/1049731503254106>
- Brookings, J. B., McEvoy, A. W., & Reed, M. (1994). Sexual assault recovery and male significant others. *Families in Society, 75*(5), 295–299. <https://doi.org/10.1177/104438949407500512>
- Bullock, C. M., & Beckson, M. (2011). Male victims of sexual assault: Phenomenology, psychology, physiology. *Journal of the American Academy of Psychiatry and the Law, 39*(2), 197–205. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21653264/>
- Cahalane, H., & Duff, S. (2018). A qualitative analysis of nonoffending partners' experiences and perceptions following a psychoeducational group intervention. *Journal of Sexual Aggression, 24*(1), 66–79. <https://doi.org/10.1080/13552600.2017.1384264>
- Campbell, R., Dworkin, E., & Cabral, G. (2009). An ecological model of the impact of sexual assault on women's mental health. *Trauma, Violence, & Abuse, 10*(3), 225–246. <https://doi.org/10.1177/1524838009334456>
- Campbell, R., Sprague, H., Cottrill, S., & Sullivan, C. (2011). Longitudinal research With sexual assault survivors: A methodological review. *Journal of Interpersonal Violence, 26*(3), 433–461. <https://doi.org/10.1177/0886260510363424>
- Carranza, L. T., & Bueno-Guerra, N. (2025). Evidence-based recommendations for partners and friends of adult survivors of child sexual abuse. *Child Abuse & Neglect, 161*, Article 107271. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2025.107271>
- Chase, L. M. (2011). Wives' tales: The experience of trans partners. *Journal of Gay & Lesbian Social Services, 23*(4), 429–451. <https://doi.org/10.1080/10538720.2011.611109>
- Chwo, M. J., Huang, S. H., Huang, Y. C., Lin, I. J., Yu, C. P., Chung, C. H., Chien, W. C., Sun, C. A., & Wu, G. J. (2022). Sexual assault is the biggest risk factor for violence against women in Taiwan-A nationwide population cohort study from 2000 to 2015. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(6), Article 3473. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063473>
- Connop, V., & Petrak, J. (2004). The impact of sexual assault on heterosexual couples. *Sexual and Relationship Therapy, 19*(1), 29–38. <https://doi.org/10.1080/14681990410001640817>

- Corcoran, J. (2004). Treatment outcome research with the non-offending parents of sexually abused children: A critical review. *Journal of Child Sexual Abuse: Research, Treatment, & Program Innovations for Victims, Survivors, & Offenders*, 13(2), 59–84. https://doi.org/10.1300/J070v13n02_04
- D’Elia, A. T. D., Juruena, M. F., Coimbra, B. M., Mello, M. F., & Mello, A. F. (2021). Posttraumatic stress disorder (PTSD) and depression severity in sexually assaulted women: Hypothalamic-pituitary-adrenal (HPA) axis alterations. *BMC Psychiatry*, 21(1), Article 174. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03170-w>
- Davies, M. (2002). Male sexual assault victims: A selective review of the literature and implications for support services. *Aggression and Violent Behavior*, 7(3), 203–214. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(00\)00043-4](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S1359-1789(00)00043-4)
- Davis, R. C., Brickman, E., & Baker, T. (1991). Supportive and unsupportive responses of others to rape victims: Effects on concurrent victim adjustment. *American Journal of Community Psychology*, 19(3), 443–451. <https://doi.org/10.1007/bf00938035>
- de Montigny Gauthier, L., Vaillancourt-Morel, M. P., Rellini, A., Godbout, N., Charbonneau-Lefebvre, V., Desjardins, F., & Bergeron, S. (2019). The risk of telling: A dyadic perspective on romantic partners' responses to child sexual abuse disclosure and their associations with sexual and relationship satisfaction. *Journal of Marital and Family Therapy*, 45(3), 480–493. <https://doi.org/10.1111/jmft.12345>
- Drewett, C., Oxlad, M., & Augoustinos, M. (2021). Breaking the silence on sexual harassment and assault: An analysis of #MeToo tweets. *Computers in Human Behavior*, 123, Article 106896. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106896>
- Dunn, J. (2004). “Victims” and “survivors”: Emerging vocabularies of motive for “battered women who stay.” *Sociological Inquiry*, 75(1), 1–30. <https://doi.org/10.1111/j.1475-682X.2005.00110.x>
- Dworkin, E. R., Jaffe, A. E., Bedard-Gilligan, M., & Fitzpatrick, S. (2023). PTSD in the year following sexual assault: A meta-analysis of prospective studies. *Trauma Violence Abuse*, 24(2), 497–514. <https://doi.org/10.1177/15248380211032213>
- Dworkin, E. R., Newton, E., & Allen, N. E. (2018). Seeing roses in the thorn bush:

- Sexual assault survivors' perceptions of social reactions. *Psychol Violence*, 8(1), 100–109. <https://doi.org/10.1037/vio0000082>
- Edwards, K. M., Mauer, V. A., Huff, M., Farquhar-Leicester, A., Sutton, T. E., & Ullman, S. E. (2023). Disclosure of sexual assault among sexual and gender minorities: A systematic literature review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 24(3), 1608–1623. <https://doi.org/10.1177/15248380211073842>
- Elliott, A. N., & Carnes, C. N. (2001). Reactions of nonoffending parents to the sexual abuse of their child: A review of the literature. *Child Maltreat*, 6(4), 314–331. <https://doi.org/10.1177/1077559501006004005>
- Elliott, D. M., Mok, D. S., & Briere, J. (2004). Adult sexual assault: Prevalence, symptomatology, and sex differences in the general population. *Journal of traumatic stress*, 17(3), 203–211. <https://doi.org/https://doi.org/10.1023/B:JOTS.0000029263.11104.23>
- Flood, M. (2020). Men and #MeToo: Mapping men's responses to anti-violence advocacy. In B. Fileborn & R. Loney-Howes (Eds.), *#MeToo and the politics of social change* (pp. 285–300). Palgrave Macmillan Cham.
- Figley, C. R. (1995). Compassion fatigue as secondary traumatic stress disorder: An overview. In C. R. Figley (Ed.), *Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized* (pp. 1–20). Brunner/Mazel.
- Filipas, H. H., & Ullman, S. E. (2001). Social reactions to sexual assault victims from various support sources. *Violence Vict*, 16(6), 673–692. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11863065/>
- Fong, H. F., Bennett, C. E., Mondestin, V., Scribano, P. V., Mollen, C., & Wood, J. N. (2017). The impact of child sexual abuse discovery on caregivers and families: A qualitative study. *Journal of Interpersonal Violence*, 35(21–22), 4189–4215. <https://doi.org/10.1177/0886260517714437>
- France-Presse, A. (2024, September 14.). 'Shame must change sides' France's rape plaintiff becomes feminist icon. Voice of America. <https://www.voanews.com/a/shame-must-change-sides-france-s-rape-plaintiff-becomes-feminist-icon-/7784817.html>
- Franklin, C. A., & Garza, A. D. (2021). Sexual assault disclosure: The effect of victim race and perpetrator type on empathy, culpability, and service referral for survivors in a hypothetical scenario. *Journal of Interpers Violence*, 36(5–6),

2327–2352. <https://doi.org/10.1177/0886260518759656>

- Fredman, S. J., Vorstenbosch, V., Wagner, A. C., Macdonald, A., & Monson, C. M. (2014). Partner accommodation in posttraumatic stress disorder: initial testing of the significant others' responses to trauma scale (SORTS). *Journal of Anxiety Disord*, 28(4), 372–381. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2014.04.001>
- Fuller, G. (2016). Non-offending parents as secondary victims of child sexual assault. *Trends & issues in crime and criminal justice* no. 500. Australian Institute of Criminology. <https://doi.org/10.52922/ti158270>
- Gallagher, R. J., Stowell, E., Parker, A. G., & Welles, B. F. (2019). Reclaiming stigmatized narratives: The networked disclosure landscape of #MeToo. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, 3, 1–30. <https://doi.org/10.1145/3359198>
- Gemberling, T. M., Cramer, R. J., Miller, R. S., Stroud, C. H., Noland, R. M., & Graham, J. (2014). Lesbian, gay, and bisexual identity as a moderator of relationship functioning after sexual assault. *Journal of Interpersonal Violence*, 30(20), 3431–3452.
- Grandgenett, H. M., Steel, A. L., Brock, R. L., & DiLillo, D. (2022). Responding to disclosure of sexual assault: The potential impact of victimization history and rape myth acceptance. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(5–6), 2102–2125. <https://doi.org/10.1177/0886260519898429>
- Gravelin, C., Biernat, M., & Baldwin, M. (2017). The impact of power and powerlessness on blaming the victim of sexual assault. *Group Processes & Intergroup Relations*, 22(1), 98-115. <https://doi.org/10.1177/1368430217706741>
- Grocott, L. R., Schlechter, T. E., Wilder, S. M. J., O’Hair, C. M., Gidycz, C. A., & Shorey, R. C. (2023). Social support as a buffer of the association between sexual assault and trauma symptoms among transgender and gender diverse individuals. *Journal of Interpersonal Violence*, 38(1–2), 1738–1761. <https://doi.org/10.1177/08862605221092069>
- Henry, S. B., Smith, D. B., Archuleta, K. L., Sanders-Hahs, E., Nelson Goff, B. S., Reisbig, A. M. J., Schwerdtfeger, K. L., Bole, A., Hayes, E., Hoheisel, C. B., Nye, B., Osby-Williams, J., & Scheer, T. (2011). Trauma and couples: Mechanisms in dyadic functioning. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(3), 319–332. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1752->

0606.2010.00203.x

- Jacob, C., & Veach, P. (2005). Intrapersonal and familial effects of child sexual abuse on female partners of male survivors. *Journal of Counseling Psychology, 52*(3), 284–297. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.3.284>
- Jaffe, A. E., Blayney, J. A., Schallert, M. R., Edwards, M. E., & Dworkin, E. R. (2022). Social network changes and disclosure responses after sexual assault. *Psychol Women Quarterly, 46*(3), 299–315. <https://doi.org/10.1177/03616843221085213>
- Kim, J. J., Visserman, M. L., & Impett, E. A. (2019). Power in close intimate relationships. In C. R. Agnew & J. J. Harman (Eds.), *Power in close relationships* (pp. 192–224). Cambridge University Press.
- Kurdek, L. A. (2005). What do we know about gay and lesbian couples? *Current Directions in Psychological Science, 14*(5), 251–254. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2005.00375.x>
- Lambert, J. E., Engh, R., Hasbun, A., & Holzer, J. (2012). Impact of posttraumatic stress disorder on the relationship quality and psychological distress of intimate partners: A meta-analytic review. *Journal of Family Psychology, 26*(5), 729–737. <https://doi.org/10.1037/a0029341>
- LeBlanc, A. J., Frost, D. M., & Wight, R. G. (2015). Minority stress and stress proliferation among same-sex and other marginalized couples. *Journal of Marriage Family, 77*(1), 40–59. <https://doi.org/10.1111/jomf.12160>
- Lomax, J., & Meyrick, J. (2022). Systematic Review: Effectiveness of psychosocial interventions on wellbeing outcomes for adolescent or adult victim/survivors of recent rape or sexual assault. *Journal of Health Psychology, 27*(2), 305–331. <https://doi.org/10.1177/1359105320950799>
- Lorenz, K., Ullman, S. E., Kirkner, A., Mandala, R., Vasquez, A. L., & Sigurvinsdottir, R. (2017). Social reactions to sexual assault disclosure: A qualitative study of informal support dyads. *Violence Against Women, 24*(12), 1497–1520. <https://doi.org/10.1177/1077801217732428>
- Lowe, M., & Rogers, P. (2006). Perceptions of male victims in depicted sexual assaults: A review of the literature. *Aggression and Violent Behavior, 11*, 367–377. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2006.01.002>
- Lyons, M. A. (2001). Living with post-traumatic stress disorder: the wives'/female partners' perspective. *Journal of Advanced Nursing, 34*(1), 69–77.

<https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2001.3411732.x>

Maltas, C., & Shay, J. (1995). Trauma contagion in partners of survivors of childhood sexual abuse. *American Journal of Orthopsychiatry*, 65(4), 529–539.

<https://doi.org/10.1037/h0079673>

Masters, N. T., Erin, C., A., W. E., & Morrison, D. M. (2013). Sexual scripts among young heterosexually active men and women: Continuity and change. *The Journal of Sex Research*, 50(5), 409–420.

<https://doi.org/10.1080/00224499.2012.661102>

McCann, I. L., & Pearlman, L. A. (1990). Vicarious traumatization: A framework for understanding the psychological effects of working with victims. *Journal of Traumatic Stress*, 3(1), 131–149. <https://doi.org/10.1007/BF00975140>

McCauley, H. L., Coulter, R. W. S., Bogen, K. W., & Rothman, E. F. (2018). Sexual assault risk and prevention among sexual and gender minority populations. In L. M. Orchowski & C. A. Gidycz (Eds.), *Sexual assault risk reduction and resistance* (pp. 333–352). Academic Press.

McGeorge, C. (2010). Couples, gender, and power: Creating change in intimate relationships. *Journal of Family Theory & Review*, 2(4), 428–431.

<https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00073.x>

McGillivray, C. J., Pidgeon, A. M., Ronken, C., & Credland-Ballantyne, C. A. (2018). Resilience in non-offending mothers of children who have reported experiencing sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse*, 27(7), 793–810.

<https://doi.org/10.1080/10538712.2018.1477221>

Ms, S., Bischoff, R., & Pretorius, R. (2004). The husband's experience of his wife's childhood sexual abuse. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 3(4), 1–21. https://doi.org/10.1300/J398v03n04_01

Murn, L. T., & Schultz, L. C. (2022). Healing the ripple effect of sexual violence. *Journal of College Student Psychotherapy*, 36(3), 310–330.

<https://doi.org/10.1080/87568225.2020.1819925>

Murray, C., Calderón, C., & Bahamondes, J. (2023). Modern rape myths: justifying victim and perpetrator blame in sexual violence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), Article 1663.

<https://doi.org/10.3390/ijerph20031663>

Nasim, R., & Nadan, Y. (2013). Couples therapy with childhood sexual abuse survivors (CSA) and their partners: Establishing a context for witnessing.

- Family process*, 52(3), 368–377. <https://doi.org/10.1111/famp.12026>
- Nelson, B. S., Carter-Vassol, E., Yorgason, J., Wangsgaard, S., & Kessler, M. H. (2002). Single- and dual-trauma couples: Clinical observations of relational characteristics and dynamics. *American Journal of Orthopsychiatry*, 72(1), 58–69. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.72.1.58>
- Nelson Goff, B. S., & Smith, D. B. (2005). Systemic traumatic stress: the couple adaptation to traumatic stress model. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(2), 145–157. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2005.tb01552.x>
- Nelson Goff, B. S., Reisbig, A. M. J., Bole, A., Scheer, T., Hayes, E., Archuleta, K. L., Henry, S. B., Hoheisel, C. B., Nye, B., Osby, J., Sanders-Hahs, E., Schwerdtfeger, K. L., & Smith, D. B. (2006). The effects of trauma on intimate relationships: A qualitative study with clinical couples. *American Journal of Orthopsychiatry*, 76(4), 451–460. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0002-9432.76.4.451>
- O'Callaghan, E., Lorenz, K., Ullman, S. E., & Kirkner, A. (2021). A dyadic study of impacts of sexual assault disclosure on survivors' informal support relationships. *Journal of Interpers Violence*, 36(9–10), NP5033–NP5059. <https://doi.org/10.1177/0886260518795506>
- O'Callaghan, E., Shepp, V., Ullman, S. E., & Kirkner, A. (2019). Navigating sex and sexuality after sexual assault: A qualitative study of survivors and informal support providers. *J Sex Res*, 56(8), 1045–1057. <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1506731>
- O'Connor, J. (2021). The longitudinal effects of rape myth beliefs and rape proclivity. *Psychology of Men & Masculinities*, 22(2), 321–330. <https://doi.org/10.1037/men0000324>
- Oseland, L., Gallus, K. S., & Nelson Goff, B. S. (2016). Clinical application of the couple adaptation to traumatic stress (CATS) model: A pragmatic framework for working with traumatized couples. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 15(2), 83–101. <https://doi.org/10.1080/15332691.2014.938284>
- Pepping, C., Cronin, T., Halford, W., & Lyons, A. (2018). Minority stress and same-sex relationship satisfaction: The role of concealment motivation. *Family process*, 58(2), 496–508. <https://doi.org/10.1111/famp.12365>
- Person, A. I., Frazier, P. A., Selvey-Bouyack, A. M., Anders, S. L., Shallcross, S. L.,

- & Simpson, J. A. (2024). Associations between sexual assault and romantic relationship functioning: A mixed-methods analysis. *Journal of Social and Personal Relationships, 41*(8), 2297–2322.
<https://doi.org/10.1177/02654075241241496>
- Powling, R., Brown, D., Tekin, S., & Billings, J. (2024). Partners' experiences of their loved ones' trauma and PTSD: An ongoing journey of loss and gain. *PLOS One, 19*(2), Article e0292315. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0292315>
- Reid, K., Flowers, P., & Larkin, M. (2005). Exploring lived experience. *The Psychologist, 18*(1), 20–23.
- Remer, R., & Ferguson, R. A. (1995). Becoming a secondary survivor of sexual assault. *Journal of Counseling & Development, 73*(4), 407–413.
<https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1995.tb01773.x>
- Rich, K., Seffrin, P. M., & McNichols, E. (2021). College students' responses to their sexually assaulted friends: impact of rape myth acceptance, prior victimization, and social relationships. *Archives of Sexual Behavior, 50*(1), 263–275. <https://doi.org/10.1007/s10508-020-01842-4>
- Royal Commission (2017). *Royal Commission Into Institutional Responses to Child Sexual Abuse: Final Report*. Commonwealth of Australia.
<https://www.childabuseroyalcommission.gov.au/final-report>
- Sable, M. R., Danis, F., Mauzy, D. L., & Gallagher, S. K. (2006). Barriers to reporting sexual assault for women and men: Perspectives of college students. *Journal of American College Health, 55*(3), 157–162.
<https://doi.org/10.3200/JACH.55.3.157-162>
- Saguy, A. C., & Rees, M. E. (2021). Gender, Power, and Harassment: Sociology in the #MeToo Era. *Annual Review of Sociology, 47*, 417–435.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1146/annurev-soc-090320-031147>
- Schoebi, D., & Randall, A. K. (2015). Emotional Dynamics in Intimate Relationships. *Emotion Review, 7*(4), 342–348. <https://doi.org/10.1177/1754073915590620>
- Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (2017). Adult attachment, stress, and romantic relationships. *Current Opinion in Psychology, 13*, 19–24.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.006>
- Sims, P. L., & Garrison, S. (2014). Childhood sexual abuse and intimate relationships: A support group for male partners. *Contemporary Family Therapy, 36*(1), 17–24. <https://doi.org/10.1007/s10591-013-9293-z>

- Sit, V., & Schuller, R. A. (2018). Understanding support providers' views of "helpful" responses to sexual assault disclosures: The impacts of self-Blame and physical resistance. *Journal of Interpers Violence*, 33(8), 1236–1259. <https://doi.org/10.1177/0886260515614563>
- Smedley, D. K., & Nelson Goff, B. S. (2024). An update of the couple adaptation to traumatic stress model: systematic research synthesis of the association between secondary trauma survivor functioning and couple functioning. *Journal of Marital Family Therapy*, 51(1), Article e12737. <https://doi.org/10.1111/jmft.12737>
- Smith, M. E. (2005). Female sexual assault: The impact on the male significant other. *Issues in Mental Health Nursing*, 26(2), 149–167. <https://doi.org/10.1080/01612840590901617>
- Sprecher, S., & Felmlee, D. (1997). The balance of power in romantic heterosexual couples over time from “his” and “her” perspectives. *Sex Roles*, 37(5), 361–379. <https://doi.org/10.1023/A:1025601423031>
- Stitt, S. (2007). Non-offending mothers of sexually abused children: the hidden victims. *The ITB Journal*, 8(1), Article 3. <https://doi.org/10.21427/D7016T>
- Tewksbury, R. (2007). Effects of sexual assaults on men: Physical, mental and sexual consequences. *International Journal of Men's Health*, 6(1), 22–35. <https://doi.org/10.3149/jmh.0601.22>
- Todahl, J. L., Linville, D., Bustin, A., Wheeler, J., & Gau, J. (2009). Sexual assault support services and community systems: Understanding critical issues and needs in the LGBTQ community. *Violence Against Women*, 15(8), 952–976. <https://doi.org/10.1177/1077801209335494>
- Ullman, S., Filipas, H., Townsend, S., & Starzynski, L. (2006). The role of victim-offender relationship in women’s sexual assault experiences. *Journal of Interpersonal Violence*, 21, 798–819. <https://doi.org/10.1177/0886260506288590>
- Ullman, S. E. (1999). Social support and recovery from sexual assault: A review. *Aggression and Violent Behavior*, 4(3), 343–358. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(98\)00006-8](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S1359-1789(98)00006-8)
- Ullman, S. E. (2024). Aspects of selective sexual assault disclosure: Qualitative interviews with survivors and their informal supports. *Journal of Interpersonal Violence*, 39(1–2), 263–289. <https://doi.org/10.1177/08862605231195808>

- Ullman, S. E., & Filipas, H. H. (2001). Correlates of formal and informal support seeking in sexual assault victims. *Journal of Interpersonal Violence, 16*(10), 1028–1047. <https://doi.org/10.1177/088626001016010004>
- Ullman, S. E., & Filipas, H. H. (2005). Gender differences in social reactions to abuse disclosures, post-abuse coping, and PTSD of child sexual abuse survivors. *Child Abuse & Neglect, 29*(7), 767–782. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2005.01.005>
- van Manen, M. (2016). *Researching Lived Experience: Human Science for an Action Sensitive Pedagogy*. Taylor & Francis.
- van Wijk, E., & Harrison, T. C. (2014). Relationship difficulties postrape: being a male intimate partner of a female rape victim in Cape Town, South Africa. *Health Care Women Int, 35*(7-9), 1081–1105. <https://doi.org/10.1080/07399332.2014.916708>
- Vitek, K. N., & Yeater, E. A. (2021). The association between a history of sexual violence and romantic relationship functioning: A systematic review. *Trauma Violence Abuse, 22*(5), 1221–1232. <https://doi.org/10.1177/1524838020915615>
- Vladimir, M., & Robertson, D. (2020). The lived experiences of non-offending fathers with children who survived sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse, 29*(3), 312–332. <https://doi.org/10.1080/10538712.2019.1620396>
- Weetman, C., Kiemle, G., Lowe, M., & Balfour, R. (2022). The experience of partner relationships for male survivors of childhood sexual abuse: A qualitative synthesis. *Trauma Violence Abuse, 23*(5), 1478–1493. <https://doi.org/10.1177/1524838021998311>
- Willcocks, A. (2021) Gender differences in attitudes towards trauma/abuse disclosure, *The Plymouth Student Scientist, 14*(2), 669–691. <https://doi.org/10.24382/qea8-5494>
- Willcott-Benoit, W., & Cummings, J. A. (2024). Vicarious growth, Traumatization, and event centrality in loved ones indirectly exposed to interpersonal trauma: A scoping review. *Trauma, Violence, & Abuse, 25*(5), 3643–3661. <https://doi.org/10.1177/15248380241255736>
- Williamson, J., & Serna, K. (2017). Reconsidering forced labels: Outcomes of sexual assault survivors versus victims (and those who choose neither). *Violence Against Women, 24*(6), 668–683. <https://doi.org/10.1177/1077801217711268>

- Wyles, P., O’Leary, P., Tsantefski, M., & Young, A. (2025). Male survivors of institutional child sexual abuse: A review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 26(1), 183–198. <https://doi.org/10.1177/15248380241277272>
- Zarkov, D., & Davis, K. (2018). Ambiguities and dilemmas around #MeToo: #ForHow Long and #WhereTo? *European Journal of Women's Studies*, 25(1), 3–9. <https://doi.org/10.1177/1350506817749436>
- Zilkens, R. R., Smith, D. A., Kelly, M. C., Mukhtar, S. A., Semmens, J. B., & Phillips, M. A. (2017). Sexual assault and general body injuries: A detailed cross-sectional Australian study of 1163 women. *Forensic Science International*, 279, 112–120. <https://doi.org/10.1016/j.forsciint.2017.08.001>



附錄

附錄 1 研究倫理審查核可證明（含持續案審查核可證明）



國立臺灣師範大學

National Taiwan Normal University

臺北市大安區和平東路一段162號
162, Section 1, Heping E. Rd.,
Taipei City 106, Taiwan.
Tel : 886-2-7749-1903

研究倫理審查核可證明書

計畫名稱：性侵害倖存者之伴侶之生活經驗

案件編號：202310HS001

校/系/計畫主持人：國立臺灣師範大學/教育心理與輔導學系/鄭茹帆碩士生

校/系/共同主持人：國立臺灣師範大學/教育心理與輔導學系/姜兆眉副教授

計畫書版本/日期：Version 2/ 2023-10-22

知情同意文件版本/日期：Version 2/ 2023-10-22

案件類型：微小風險審查案件

審查聲明：本案若有疑義，經研究倫理審查會決議，本會有權撤銷本案核可證明。

通過日期：西元2023年10月23日

有效期間：西元2023年10月23日至西元2024年10月22日止

※計畫內容若有任何修改，或增加招募人數，應申請變更審查通過後，始得實施。

※本案應於核可證明屆期前申請持續審查通過，方可繼續執行。並應於核可證明屆期後三個月內，申請結案審查。

國立臺灣師範大學研究倫理審查委員會
主任委員

潘淑滿

西元2023年10月23日

Certificate of REC Approval

Proposal Title: The lived experiences of partners of sexual assault survivors

REC Number: 202310HS001

University/Dept./Principal Investigator: National Taiwan Normal University/ Department of Educational Psychology and Counseling/ Master' s Candidate Ju-Fan Cheng

University/Dept./Co-Principal Investigator: National Taiwan Normal University/ Department of Educational Psychology and Counseling/ Associate Professor Chao-Mei Chiang

Project Version/Date: Version 2/ 2023-10-22

Informed Consent Document Version/Date: Version 2/ 2023-10-22

Type/REC Announcement: Expedited Review

NTNUREC retains the right to revoke the approval before the final endorsement by board.

Approval Date: October 23, 2023

Effective Period: October 23, 2023 to October 22, 2024

※Amendments should be submitted to REC before implementation if there are any changes to the approved protocol, including increasing participant enrollment.

※Continuing Review Applications should be submitted to REC before the current approval expires. The final report should be submitted within 3 months after expiration.

Shu-Man Pan

Chair
Research Ethics Committee
National Taiwan Normal University
October 23, 2023





國立臺灣師範大學
National Taiwan Normal University

臺北市大安區和平東路一段162號
162, Section 1, Heping E. Rd.,
Taipei City 106, Taiwan.
Tel : 886-2-7749-1903

研究倫理審查核可證明書

計畫名稱：性侵害倖存者之伴侶之生活經驗
案件編號：202310HS001
校/系/計畫主持人：國立臺灣師範大學/教育心理與輔導學系/鄭茹帆碩士生
校/系/共同主持人：國立臺灣師範大學/教育心理與輔導學系/姜兆眉副教授
計畫書版本/日期：Version 2/ 2023-10-22
知情同意文件版本/日期：Version 2/ 2023-10-22
案件類型：微小風險審查持續案件
審查聲明：本案若有疑義，經研究倫理審查會決議，本會有權撤銷本案核可證明。
通過日期：西元2024年08月26日
有效期間：西元2024年10月23日至西元2025年06月30日止
※計畫內容若有任何修改，或增加招募人數，應申請變更審查通過後，始得實施。
※本案應於核可證明屆期前申請持續審查通過，方可繼續執行。並應於核可證明屆期後三個月內，申請結案審查。

國立臺灣師範大學研究倫理審查委員會
主任委員

潘淑滿

西元2024年08月26日

Certificate of REC Approval

Proposal Title:The lived experiences of partners of sexual assault survivors
REC Number:202310HS001
University/Dept./Principal Investigator: National Taiwan Normal University/ Department of Educational Psychology and Counseling/ Master's Student Ju-Fan Cheng
University/Dept./Co-Principal Investigator:National Taiwan Normal University/ Department of Educational Psychology and Counseling/ Associate Professor Chao-Mei Chiang
Project Version/Date:Version 2/ 2023-10-22
Informed Consent Document Version/Date:Version 2/ 2023-10-22
Type/REC Announcement:Expedited Review of Continuing Report
NTNUREC retains the right to revoke the approval before the final endorsement by board.
Approval Date: August 26, 2024
Effective Period:October 23, 2024 to June 30, 2025
※Amendments should be submitted to REC before implementation if there are any changes to the approved protocol, including increasing participant enrollment.
※Continuing Review Applications should be submitted to REC before the current approval expires. The final report should be submitted within 3 months after expiration.

Shu-Man Pan

Chair
Research Ethics Committee
National Taiwan Normal University
August 26, 2024



附錄 2 前導研究邀請函

您好：

我是臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士班諮商心理學組鄭茹帆，目前在姜兆眉老師的指導下進行碩士論文，題目為「性侵害倖存者之伴侶之生活經驗」，試圖了解伴侶如何理解倖存者所經歷的性侵害事件，及伴侶與倖存者的互動經驗。以期提升大眾對性侵害事件中重要他人的重視，並提供性侵害倖存者之伴侶在因應性侵害事件與後續復原的指引，增進相關領域工作者對性侵害倖存者之伴侶的了解與關心，使有關單位持續發展對性侵害倖存者之重要他人的資源挹注。

【邀請對象】

- 一、年滿 18 歲以上。
- 二、現為性侵害（包含性猥褻）倖存者之伴侶，且知悉倖存者之性侵害（包含性猥褻）事件 6 個月以上。

【參與方式】

一、本前導研究預計招募 1 名研究參與者，以當面訪談的方式蒐集資料，每次訪談約 1-2 小時，預計進行 1-3 次，訪談過程中，您有權力決定回答的內容與開放程度；訪談地點可選擇於研究者就讀系所之隱密空間或具隱密性的短租空間等方式進行；訪談過程將全程錄音，並由研究者親自謄打成逐字稿，後續由研究者及協同分析者共同分析資料。

二、訪談所獲得與您相關的任何資訊，只會有研究者、協同分析者與指導教授知悉，研究團隊會謹守保密與匿名原則，不會洩漏您的資料，若有特殊需要或學術研究（投稿至學術研討會或學術論文期刊）以外之用途，會事先徵求您的同意。

誠摯邀請您參與本前導研究，本研究已通過國立臺灣師範大學研究倫理審查（案件

編號:202310HS001)。若您符合邀請對象之描述且有意願參與，歡迎您掃描下方 QRcode 填表，我將儘快回覆與您聯繫，若對本研究有興趣或疑問，想進一步瞭解之處，歡迎來信。



國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士班諮商心理學組研究生 鄭茹帆

指導教授：國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系副教授 姜兆眉



敬邀

附錄 3 正式研究邀請函

您好：

我是臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士班諮商心理學組鄭茹帆，目前在姜兆眉老師的指導下進行碩士論文，題目為「性侵害倖存者之伴侶之生活經驗」，試圖了解伴侶如何理解倖存者所經歷的性侵害事件，及伴侶與倖存者的互動經驗。以期提升大眾對性侵害事件中重要他人的重視，並提供性侵害倖存者之重要他人在因應性侵害事件與後續復原的指引，增進助人領域工作者對性侵害倖存者之重要他人的了解與關心，使有關單位持續發展對性侵害倖存者之重要他人的資源挹注。

【邀請對象】

三、年滿 18 歲以上。

四、現為性侵害（包含性猥褻）倖存者之伴侶，且知悉倖存者之性侵害（包含性猥褻）事件 6 個月以上。

【參與方式】

三、本研究預計招募 4-6 名研究參與者，將以當面訪談的方式蒐集資料，每次訪談約 1 至 2 小時，預計進行 1 至 3 次，訪談過程中，您有權力決定回答的內容與開放程度；訪談地點可選擇於研究者就讀系所之隱密空間或具隱密性的短租空間等方式進行；訪談過程將全程錄音，並由研究者親自謄打成逐字稿，後續由研究者及協同分析者共同分析資料。

四、訪談所獲得與您相關的任何資訊，只會有研究者、協同分析者與指導教授知悉，研究團隊會謹守保密與匿名原則，不會洩漏您的資料，若有特殊需要或學術研究（投稿至學術研討會或學術論文期刊）以外之用途，會事先徵求您的同意。

誠摯邀請您參與本研究，本研究已通過國立臺灣師範大學研究倫理審查（案件

編號:202310HS001)。若您符合邀請對象之描述且有意願參與，歡迎您掃描下方 QRcode 填表，我將儘快回覆與您聯繫，若對本研究有興趣或疑問，想進一步瞭解之處，歡迎來信。




國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士班諮商心理學組研究生 鄭茹帆

指導教授：國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系副教授 姜兆眉



敬邀

附錄 4 研究參與者知情同意

	國立臺灣師範大學研究倫理審查委員會
	參與者知情同意書

計畫名稱：性侵害倖存者之伴侶之生活經驗	
研究機構名稱：國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系	
經費來源：主持人自籌	
計畫主持人：鄭茹帆	職稱：碩士班研究生
共(協)同主持人：姜兆眉	職稱：副教授
※研究計畫聯絡人：鄭茹帆	電話：09XX-XXXXXX
1. 研究背景與目的： <p>2023年2月15日，我國公布四部性暴力犯罪防治法律，保障性侵害案件和兒童少年性剝削案件倖存者的權益。同年7月13日行政院通過《性騷擾防治法》、《性別平等工作法》和《性別平等教育法》修正草案，以更有效打擊性暴力，完善性侵害倖存者保護制度，可見性侵害議題事件日益受到重視。</p> <p>根據2021年衛生福利部統計，我國自2008年起每年性侵害通報約1萬人且逐年增加，女性倖存者占九成。國外研究顯示約八成倖存者不報案，現代婦女基金會據此估計我國每年實際案件數介於3萬至20萬之間，而男性倖存者更傾向隱藏受害情事。研究者曾在縣市家暴暨性侵害防治中心工作，觀察重要他人（如家人、伴侶等）在陪伴倖存者復原過程中，除了需要成為穩定支持的力量，也同時承受著情緒壓力和次級創傷風險（比如情緒調適困難、一直想到與倖存者創傷事件有關的記憶、過度警覺等）。</p> <p>考量伴侶作為倖存者身旁密不可分的陪伴者，研究者計畫透過文獻爬梳，整理倖存者之伴侶的故事，讓助人工作者能更了解倖存者之伴侶的生活經驗，並呼籲相關機構為重要他人挹注資源，同時希望引起大眾對重要他人的關注。</p> <p>另外，研究者採用「倖存者」一詞取代「受害者／被害人」，原因在於「受害者／被害人」可能會使個人感覺無力，仿佛時間凍結在被傷害的那刻，也使個人難以與創傷事件分開。因此，研究者採用「倖存者」描述性暴力事件中被傷害的一方，並非忽略個人被傷害的事實，而是將關注焦點轉換到個人在事件過後的生活狀態，以及在復原之路所經歷的不容易與努力，強調個人主動而有能力的一面。</p>	

2. 研究方法及程序：

本研究想要了解在性侵害事件後，伴侶與倖存者的日常生活經驗，性侵害事件對倖存者之伴侶有何影響，雙方互動又有何改變。研究者閱讀相關文獻，定期和指導老師討論研究內容，並將進行前導訪談以確定研究走向，預計於112年11月至113年3月於網路社群平台尋找1位自願參與前導研究的參與者，參與者需要填寫基本資料表單，研究者將以電子郵件聯絡，解釋研究目的和訪談過程，約定時間於本系諮商室或隱密的短租空間，簽定知情同意書並進行1至2小時的訪談，視研究內容所需可能進行1至3次訪談，之後再依據前導研究之訪談內容，調整後續訪談計劃。

本研究預計於112年12月至113年10月透過縣市家庭暴力暨性侵害防治中心、非營利組織、網絡社群平台及個人社交平台，發佈研究招募資訊，邀請4至6位自願參與者。參與者需填寫基本資料表單，後研究者會以電子郵件聯絡，解釋研究目的和訪談過程，約定時間於本系諮商室或隱密的短租空間，簽定知情同意書並進行1至2小時的訪談，視研究內容所需可能進行1至3次訪談。後續研究者將訪談音檔轉錄成文字，整理及分析資料，最後請參與者核對分析結果。

3. 可能產生之副作用、危險及處理方法：

本研究將邀請參與者回憶和分享陪伴性侵害倖存者經歷，這些回憶可能帶來壓力和情緒波動，因此訪談過程可能會讓參與者感到不適。為了保障參與者權益及研究倫理，研究已通過研究倫理審查（案件編號：202310HS001）。研究者在訪談中將密切關注參與者的身心狀態，主動詢問是否需要轉介社會福利機構或心理諮商資源以獲得幫助。

在研究結束後，研究者將繼續關心參與者的身心適應狀況，如果參與者需要，研究者會提供可用的社會福利資源、法律資訊和諮商資源。以下提供免費心理支持資源供參：生命線：1995（24小時專線）、張老師專線：1980（9:00-21:30）、衛福部安心專線：1925（24小時專線）、臺北市政府衛生局社區心理衛生中心：02-3393-7885。

4. 研究預期效果與對參與者的益處或報償：

伴侶得知性侵害倖存者的經歷後，雙方除了經歷生活改變，也需調適隨之而生的情緒變化，而且對於自己、他人和世界的看法也可能有所調整。國外研究指出，儘管伴侶面臨身心壓力，基於複雜的心理與現實考量，較少主動向外求助，且目前國內尚缺乏對於倖存者之伴侶生活經驗的深入研究，因此本研究希望能幫助參與者整理自身狀態，若參與者有需要，也將提供社會福利資源、法律資訊和諮詢服務資源。參與者的經驗也將成為專業幫助人員在工作中的有用參考。

此外，每位參與者在完成單次訪談後，將獲得100元禮券作為感謝。如果參與者在訪談過程中決定提前停止，同樣會提供100元禮券以示感謝。

5. 參與研究的篩選條件，及研究進行中的禁忌或限制活動：

- (1) 年滿18歲以上。
- (2) 現為性侵害事件（包含性猥褻事件）倖存者之伴侶，且知悉倖存者之性侵害事件（包含性猥褻事件）6個月以上。

6. 研究材料保存期限、運用規劃及機密性：

- (1) 研究資料使用地點：僅於國內使用。
- (2) 研究資料性質、保存人員、保存地點、保護方式：
 - A. 資料性質為：紙本資料 電子檔案
 - B. 保存人員為：計畫主持人 其他：_____
 - C. 保存地點為：計畫主持人研究室櫃子 計畫主持人研究電腦 其他：_____
 - D. 保護方式為：僅計畫主持人有研究室鑰匙可取得資料
僅計畫主持人有電腦密碼可取得資料 其他：_____
- (3) 保存期限：本研究將保存您的資料至通過研究倫理結案審查後5年銷燬，直至西元 2030 年 /12月/31日為止。屆期將以碎紙機銷燬紙本資料、刪除所有研究資料電子檔案、其他方式處理您的資料。
- (4) 機密性：研究計畫主持人將依法把任何可辨識您身分之紀錄與您個人隱私之資料視同機密處理。將來發表研究結果時，您的身份將被充分保密。凡簽署知情同意書，即表示您同意各項原始紀錄可直接受監測者、稽核者、研究倫理委員會及主管機關檢閱，以確保研究過程與數據，符合相關法律和各種規範要求；上述人員亦承諾維繫您身分之機密性。

7. 研究之退出與中止：

- (1) 您可決定是否參加本研究，研究過程中您可隨時撤銷同意，退出研究，不須任何理由，且不會引起任何不愉快或影響您的權益。若您決定撤銷同意，可與計畫主持人（聯絡人）聯繫，以利協助您退出研究。
- (2) 計畫主持人、經費來源單位，或研究計畫監督單位亦可能於必要時中止本研究進行。
- (3) 若中途退出研究，研究團隊對您的資料將：銷毀不再作為分析。仍納入研究分析使用。

8. 損害補償或保險：

本研究依計畫執行，若因參與本研究而發生不良事件或損害，比如：訪談記錄遺失或者研究者未妥善保存造成資料洩漏，將由鄭茹帆（本研究之計畫主持人）儘速將外洩之內容銷毀，若訪談過程您出現身心不適之反應，將由鄭茹帆評估您的需求，提供相關諮商心理教育或醫療資源之轉介方式作為補償。除前述之補償原因與方式外，本研究不提供其他形式之補償。

本研究未安排保險，但您簽署本知情同意書後，在法律上的權益不會因此受影響。

9. 參與者權利：

- (1) 研究人員已經妥善地向您說明了研究內容與相關資訊，並告知可能影響您參與研究意願的所有資訊。
- (2) 若您有任何疑問，可向研究人員詢問，研究人員將據實回答。
- (3) 研究者已將您簽署之一式兩份同意書，其中一份交給您留存。
- (4) 若您有任何研究相關的疑問要與研究計畫主持人討論，請與我聯繫：

※研究計畫主持人/聯絡人： 鄭茹帆 電話：09XX-XXXXXX

Email: XXX@XXX.XXX

- (5) 申訴電話：如果您因參與本研究而感到權益受損或受到傷害，可向國立臺灣師範大學研究倫理審查委員會申訴（電話：(02)7749-1903或電子郵件信箱：ntnurec@ntnu.edu.tw）。

10. 聲明及簽名：

研究者聲明

- (1) 此份知情同意書，應由臺師大研究倫理審查委員會審核可，且有核可證明可供查閱。
- (2) 計畫主持人應向參與者解釋研究內容，包括研究目的、方法、參加研究可能遭遇的風險和效益等知情同意書中列出的各項說明。並妥善答覆參與者提出之所有疑問。

解釋同意書之研究人員簽名：_____日期：西元____年____月____日

計畫主持人簽名：_____日期：西元____年____月____日

參與者聲明

我已了解以上的資訊且同意參與此項研究計畫。

參與者簽名：_____日期：西元____年____月____日

(簽署時，務必加記日期)

附錄 5 研究訪談大綱

性侵害倖存者之伴侶之生活經驗

研究訪談大綱

一、建立關係

(一) 研究者自我介紹、說明研究目的及維護研究參與者權益之具體措施，取得研究參與者知情同意。

(二) 了解研究參與者背景資訊。

二、對伴侶而言，倖存者之性侵害事件的意義

(一) 您如何得知倖存者之性侵害事件？

(二) 知悉當下，您有甚麼感覺與想法？

(三) 在知悉事件前後，您與伴侶的互動有甚麼變化？

三、對伴侶而言，倖存者之性侵害事件對伴侶互動關係的影響

(一) 性侵害事件，對您造成甚麼影響？

(二) 性侵害事件，對您和伴侶的互動關係造成甚麼影響？

四、倖存者之性侵害事件中伴侶的因應

(一) 您怎麼因應上述情形／狀況？

(二) 您採取這些因應方式時，有甚麼考量？

五、有什麼是上述沒有說到，您認為重要，需要補充的地方？