

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

# 婚姻教育~親密關係探索與發展

講師：陳清文

彰化縣政府社會處保護服務科  
督導

111.06.15

## 何謂親密關係？

- 親密關係是指「某個人願意與伴侶之間有真實深刻的接觸，分享彼此所有感受和經驗，包括自己的缺點、脆弱、恐懼、羞愧等負面情緒」如何滋養、強化、修補親密關係，正是提升婚姻生活品質的關鍵。
- 家庭治療大師莫瑞·包溫（Murray Bowen）說：「一段親密關係，是其中任何一方都不需要犧牲、違背自己或不敢發言；任何一方都能以平等的態度來表現自己的強弱或優劣。」
- 真正的親密關係，意味著彼此可以做自己而不必虛假，並且容許別人也是如此。

# 如何提升親密關係？

- 1、感謝對方、分享對彼此的感激。
- 2、提供生活新資訊、分享生活中所發生的大小事。
- 3、找出有效的溝通方式。

當你.....

我覺得（感覺到）.....

因為.....

例如：當你回家後就直接進房間玩電腦，我感覺到被冷落、不受重視，因為我們只有在睡前才能夠說到話。

- 4、提出抱怨，以及對改變的建議。

檢視自己遇到問題時，是否會被壞情緒綁架，或是用逃避的方式來保護自己？如何去一起討論困境及改變策略

# 什麼是溝通？

溝通是信息的交換，由兩個/以上的人彼此發出的，接收的與認收的訊息所組成。溝通是一個過程，其中包括：

- a. 發訊者（發出訊息的人）
- b. 訊息—發訊者向收訊者傳達的事實、感覺等
- c. 渠道—傳送訊息的媒介，例如：信件、面談
- d. 接收者—直接接收訊息的人

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

## 溝通的目的

- 增加彼此瞭解，交流，減少磨擦矛盾，達到和諧人際關係。
- 通過表達個人意思、感覺或有關訊息資料。
- 在工作上能促進效率與培養合作精神。
- 從「自覺」到「察覺」別人的感覺，從「聆聽」別人到「表達」自己。

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

# 溝通的媒介

- 語言溝通：包括見面、電話交談、訪問、會議、演講、廣播等。
- 非語言溝通：包括動作、手勢、坐姿、眼神、接觸和面部表情等。
- 文字溝通：書信往來、便箋、報告、語錄等。

# 避免無效溝通之方式

四種最容易在無意間踩到對方地雷的溝通模式，同時也提供如何及早避免衝突發生的方法：

- 1：急著表達回應。
- 2：語氣帶著要求。
- 3：下意識自我防衛。
- 4：批評挑剔對方。

切記：4大「不要」：不要人身攻擊、不要直呼名諱、不要舊事重提、不要提出離婚

# 溝通的技巧與原則

表達時要注意：

- a. 環境：要選擇合適的環境。
- b. 時間：不宜在別人太繁忙的時候與人交談。
- c. 表達方式要合宜：如對於一文化或階層的人，用另一個文化或階層的術語，就不可能有溝通。
- d. 要留意對方的反應：
  - 對方有沒有準備接收你的訊息，可以從他們的面部表情、姿勢和說話的態度中表現出來。
  - 要留意無意義的聽音。

# 夫妻衝突發生的原因

- **夫妻差異**：夫妻來自不同的原生家庭，婚姻中大大小小的事，都有不一致的期待。
- **溝通不良**：容易爆發衝突，一旦爭吵，不但無法了解彼此真正的需要，還會模糊問題焦點，陷入翻舊帳，打冷戰，甚至是言語、暴力傷害的局面。
- **思維模式**：若一個人的思維方式是武斷的、負面的、自我的，在跟人互動時較容易產生對立與衝突。
- **需要未滿足**：男人與女人各有不同的生心理需要。

## 夫妻如何面對衝突？

- **接納對方與自己不同：**夫妻就像是兩片不同圖形的拼圖，若經過修剪，就可以無縫接軌的拼出一幅美麗圖畫。所以，夫妻若要化解差異引發的衝突，在相處的磨合過程中，自己必須先做調整，更要接納對方與自己的不同。
- **敏銳覺察自己的內心世界：**夫妻原本想好好溝通，解決相處時出現的問題，但突如其來的情緒，常讓局面難以收拾。其實每個情緒背後都有意義，情緒出現時，倒數六秒，問自己「目前的感受是什麼？」「心裡有什麼想法？」「內心真正的需要是什麼？」這些問題不但能冷卻情緒溫度，還能更了解自己，也讓對方知道如何滿足自己的需要。

# 夫妻如何面對衝突？

- 運用有效溝通化解衝突
- 選擇好時機溝通：好的溝通時機為：時間寬裕、身心放鬆、舒適空間。切忌在情緒高漲、身心疲累時進行，也不要隔空喊話或在大庭廣眾前討論私人的問題。尤其當任何一方情緒激動時，最好暫停對談，避免出現衝動反應而非理性回應。
- 靜下心聆聽對方：理解對方內心真正的感受與需要。夫妻雙方在意見不同時，唯有了解與體諒，才能不再堅持己見；對方也會因被了解與接納而感受到愛，當一個人被愛、被滿足時，便願意去滿足對方的需要。
- 勇敢的表達自己：每個人都有自我防衛本能，害怕說出對方的問題時會破壞關係，也害怕說出內心真正需求時會被拒絕。因此在親密關係中，常會隱藏自己真實的感受，等到無法隱忍時，反而演變為抱怨或指責。

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

# 動動腦

分組討論：

請舉一例自身成功溝通經驗說明之，因何事而起衝突？如何有效溝通並建立共識避免類似事件再度發生？從此經驗裡學到什麼？又看到什麼問題？

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

# 新聞媒體

家庭暴力：

<https://news.ebc.net.tw/News/society/83821>

[https://www.youtube.com/watch?v=U8ReQlsRZ\\_8](https://www.youtube.com/watch?v=U8ReQlsRZ_8)

[https://www.youtube.com/watch?v=8umF-X\\_rue0](https://www.youtube.com/watch?v=8umF-X_rue0)

# 家庭暴力保護性緣起

## 鄧如雯殺夫案：

- ◆ 鄧如雯16歲時，被年長22歲男子林阿棋強暴，發現懷孕後兩人結婚，但是婚姻暴力卻種下日後殺機，林阿棋幾乎天天喝醉、回家就毆打鄧如雯和孩子，還威脅要殺她全家。
- ◆ 82年10月27號，鄧如雯忍無可忍，趁丈夫熟睡，拿鐵鎚、水果刀殺死枕邊人，然後報警自首。
- ◆ 殺夫案震驚社會，也讓家庭暴力問題浮上檯面，台灣婦女團體大力聲援，但也引發部分男性反彈，鄧如雯殺夫案，一審判處五年六月，83年高院二審，法官認為符合精神耗弱條件，改判三年徒刑，入監服刑一年多，因表現良好，假釋出獄。
- ◆ <https://www.youtube.com/watch?v=Q8P2hbSurGs>

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

## 立法目的

- 促進家庭和諧，防治家庭暴力行為及保護被害人權益。
- 揚棄過去「法不入家門、清官難斷家務事」之觀念。
- 台灣是亞洲第一個訂定家暴法的國家，而家暴法催生和82年震驚社會的鄧如雯殺夫案，有很大關連。

# 家暴迷思

- 我又沒有打他，所以不算家暴。
- 聲請保護令一定要離婚或是離開家？
- 別人家的家務事，不要多管閒事才不會多事而且也不會發生在我身上。
- 聲請保護令後會影響我的工作及家庭和諧？
- 聲請保護令會激怒相對人，只會讓事情更複雜也間接造成對我的處罰。
- 聲請保護令會讓我留下前科紀錄？因為開庭所以我是被告了而且會有紀錄。
- 因為警察通報家暴，所以我也會被留下紀錄。
- 聲請保護令會害我們離婚。

# 暴力樣態

## 肢體暴力：

- **肢體暴力**：對身體的直接攻擊，例如掌摑、推、拽、拳打腳踢及使用器械攻擊等。
- **性暴力**：在違反受害者意願下，以各種形式強迫進行性行為，或以性的形式貶抑對方。
- **情緒心理虐待**：透過羞辱、謾罵的方式來貶低受害者，故意破壞屬於受害者的**重要物品和寵物**，如竊聽、跟蹤、監視、冷漠、鄙視、羞辱、不實指控、試圖操縱 被害人等足以引起被害人精神痛苦的不當行為。
- **高壓控制(精神暴力)**：限制受害者之行動自由，掌控行蹤，並時常質疑對方的忠誠度，禁止受害者和他人聯繫等。
- **經濟暴力**：以經濟方式予以權控，剝奪和限制以做威脅，不給生活費、過度控制家庭財務、強迫擔任保證人、強迫借貸等惡性傷害行為。

# 什麼是家庭暴力？

## 定義：

- 家庭暴力：指家庭成員間實施身體、精神或經濟上之騷擾、控制、脅迫或其他不法侵害之行為。
- 目睹家庭暴力：指看見或直接聽聞家庭暴力。
- 騷擾：指任何打擾、警告、嘲弄或辱罵他人之言語、動作或製造使人心生畏怖情境之行為。
- 跟蹤：指任何以人員、車輛、工具、設備、電子通訊或其他方法持續性監視、跟追或掌控他人行蹤及活動之行為。

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

# 家暴法含括哪些 家庭成員？

配偶或前配偶

- 夫妻、曾有婚姻關係者

現有或曾有同居關係、  
家長家屬或家屬間關係

- 同居男女朋友、童養媳、長期情感維繫或寄居者

現為或曾為直系血親或  
直系姻親

- 父母(養父母)、前公婆(岳父母)、祖父母

現為或曾為四親等以內  
之旁系血親或旁系姻親

- 兄弟姊妹(堂、表)、舅叔妯娌、伯父伯母

福利  
彰化

全  
方  
昭  
護

全  
民  
幸  
福

# 恐怖情人算家暴嗎？

- 104年修法新增，於105年2月4日施行
- 被害人**年滿十六歲**，遭受現有或曾有**親密關係之未同居伴侶**施以身體或精神上不法侵害之情事者(家暴法63之1條)。
- 親密關係伴侶：指雙方以情感或性行為為基礎，發展親密之社會互動關係。



福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

## 家庭暴力防治宣導微電影-門

由黃維德領銜主演的家庭暴力防治宣導微電影-門，主要推廣社區反性別暴力的共識凝聚，希望每一位社區成員發揮巧思，共同暴力零容忍、防家暴護幸福。讓彼此多一些力量，為無數希望的可能開啟一到幸福、希望之門。

<https://www.youtube.com/watch?v=5On2y1iLgyY>

100公分的世界

<https://www.youtube.com/watch?v=ApaysFpbmK8>

# 包裹著糖衣的暴力(暴力循環)

- 當暴力發生，又未能得到妥善處理時，同樣的行為容易再度發生，形成一種暴力的循環。這個循環包含四個部份
- **壓力期**：親密關係暴力的醞釀期。雙方的關係緊張、如履薄冰，起初多以冷戰的方式呈現，偶有爭吵。這段期間是制止暴力的關鍵時刻，如果雙方能進行有效的溝通，將可能在暴力發生之前予以終結。
- **爭執期**：出現大型的爭吵，並開始有一些言詞羞辱、威嚇的行為。加害者試圖透過暴力的方式終止爭執，最後直接引發肢體暴力行為。
- **虐待暴力期**：以身體虐待和性虐待為主，是暴力正式開始的階段。隨著次數的增加，虐待暴力期的時間將拉長，漸漸成為暴力循環的全部。加害人學習到以暴力解決問題是最快速的，並且不會受到任何懲罰。
- **蜜月期**：暴力行為暫歇，加害人開始積極示好、彌補被害人。此時期會使被害人產生一種暴力已經結束的錯覺，選擇原諒加害人，使兩人進入一段親密的時期。隨著暴力次數的增加，蜜月期很可能縮短或消失。

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

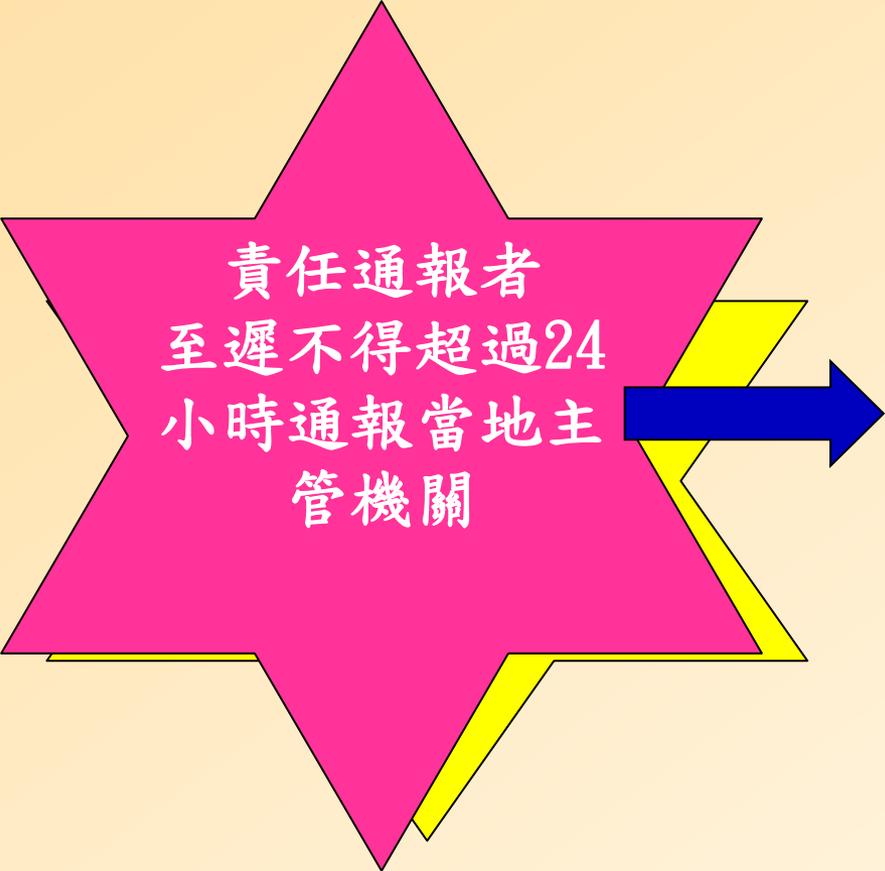
# 通報相關規定

## 家庭暴力防治法50條第1項：

醫事人員、社會工作人員、教育人員、保育人員、警察人員、移民業務人員及其他執行家庭暴力防治人員，在執行職務時知有疑似家庭暴力，應立即通報當地主管機關，至遲不得逾二十四小時。

# 發現家暴事件，誰應通報？

- 一般民眾



責任通報者  
至遲不得超過24  
小時通報當地主  
管機關

- 責任通報

- 醫事人員
- 社會工作人員
- 教育人員
- 保育人員
- 警察人員 移民業務人員
- 其他執行家庭暴力防治人員

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

# 怎麼通報？

## 113保護專線

- 為免付費電話，由專人全年無休提供一個線上服務
- 一個號碼，單一窗口，三種服務(家庭暴力及兒少保護、性侵害及性騷擾)諮詢

## 110 警政勤指專線

- 是警察機關受理民眾緊急報案專線
- 主要針對民眾對於生活緊急危難情事做立即的處理。

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

# 怎麼通報？

關懷e起來：<https://ecare.mohw.gov.tw>

## 線上求助/通報

若您發現有人在生活中疑似遭到不當對待，甚至被疏忽照顧、遺棄都可通過此平台尋求幫助。

前往 ↗

## 電話諮詢

社會安全網相關專線聯絡資訊，可於本頁查看。

前往 ↘

## 查詢受理狀況

若您曾經有透過本平台通報案件，可利用此功能查看受理狀況。

前往 🔍



# 是否為高危險或低危險個案？

1. 親密關係：例如：夫妻、離婚夫妻、未同居親密關係伴侶、情人

依照台灣親密關係暴力危險評估表 (TIPVDA)  
予以判別(除未同居親密關係伴侶、情人)

TIPVDA區分為三部分：主觀描述、客觀事實及專業人員評估。

量表施測分數為7分以下且評斷無危險之虞者為中低危險個案。

量表施測分數為8分以上或雖為7分以下但經專業人員評估有高度危險者為高危險個案。

# 是否為高危險或低危險個案？

2. **非親密關係**：例如：直系、旁系血親姻親尊、卑親屬，家長家屬間之關係，符合家暴法所稱四等親內之家庭成員。

## 依照DA危險評估量表予以判別

量表施測分數為0-4分以下且評斷無嚴重、立即危險之虞者為**低危險個案**。

量表施測分數為5-8分以下且評斷無嚴重、立即危險之虞者為**中危險個案**。

量表施測分數為9-12分以上或雖為低危險個案，但經專業人員評估有高度危險者為**高危險個案**。

# 保護令 你我他

## 保護令種類：

- 1、緊急保護令(約4小時內核發)。
- 2、暫時保護令(約7個工作天內核發)。
- 3、通常保護令(約六週核發，需視聲請款項多寡而定)。

## 保護令之聲請：

依家庭暴力防治法第10條規定：

- 1、被害人直接向法院聲請之。
- 2、檢察官
- 3、警察機關
- 4、縣市政府主管機關

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

# 保護令 你我他

## 家庭暴力防治法14條：(13款)

法院於審理終結後，認有家庭暴力之事實且有必要者，應依聲請或依職權

核發包括下列一款或數款之通常保護令：

- 1、禁止相對人對於被害人、目睹家庭暴力兒童及少年或其特定家庭成員實施家庭暴力。
- 2、禁止相對人對於被害人、目睹家庭暴力兒童及少年或其特定家庭成員為騷擾、接觸、跟蹤、通話、通信或其他非必要之聯絡行為。
- 3、命相對人遷出被害人、目睹家庭暴力兒童及少年或其特定家庭成員之住居所；必要時，並得禁止相對人就該不動產為使用、收益或處分行為。

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

## 保護令 你我他

- 4、命相對人遠離下列場所特定距離：被害人、目睹家庭暴力兒童及少年或其特定家庭成員之住居所、學校、工作場所或其他經常出入之特定場所
- 5、定汽車、機車及其他個人生活上、職業上或教育上必需品之使用權；必要時，並得命交付之。
- 6、定暫時對未成年子女權利義務之行使或負擔，由當事人之一方或雙方共同任之、行使或負擔之內容及方法；必要時，並得命交付子女。
- 7、定相對人對未成年子女會面交往之時間、地點及方式；必要時，並得禁止會面交往。

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

# 保護令 你我他

- 8、命相對人給付被害人住居所之租金或被害人及其未成年子女之扶養費。
- 9、命相對人交付被害人或特定家庭成員之醫療、輔導、庇護所或財物損害等費用。
- 10、命相對人完成加害人處遇計畫。
- 11、命相對人負擔相當之律師費用。
- 12、禁止相對人查閱被害人及受其暫時監護之未成年子女戶籍、學籍、所得來源相關資訊。
- 13、命其他保護被害人、目睹家庭暴力兒童及少年或其特定家庭成員之必要命令。

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

# 保護令 你我他

法院為前項第六款、第七款裁定前，應考量未成年子女之最佳利益，必要時並得徵詢未成年子女或社會工作人員之意見。

第一項第十款之加害人處遇計畫，法院得逕命相對人接受認知教育輔導、親職教育輔導及其他輔導，並得命相對人接受有無必要施以其他處遇計畫之鑑定；直轄市、縣（市）主管機關得於法院裁定前，對處遇計畫之實施方式提出建議。

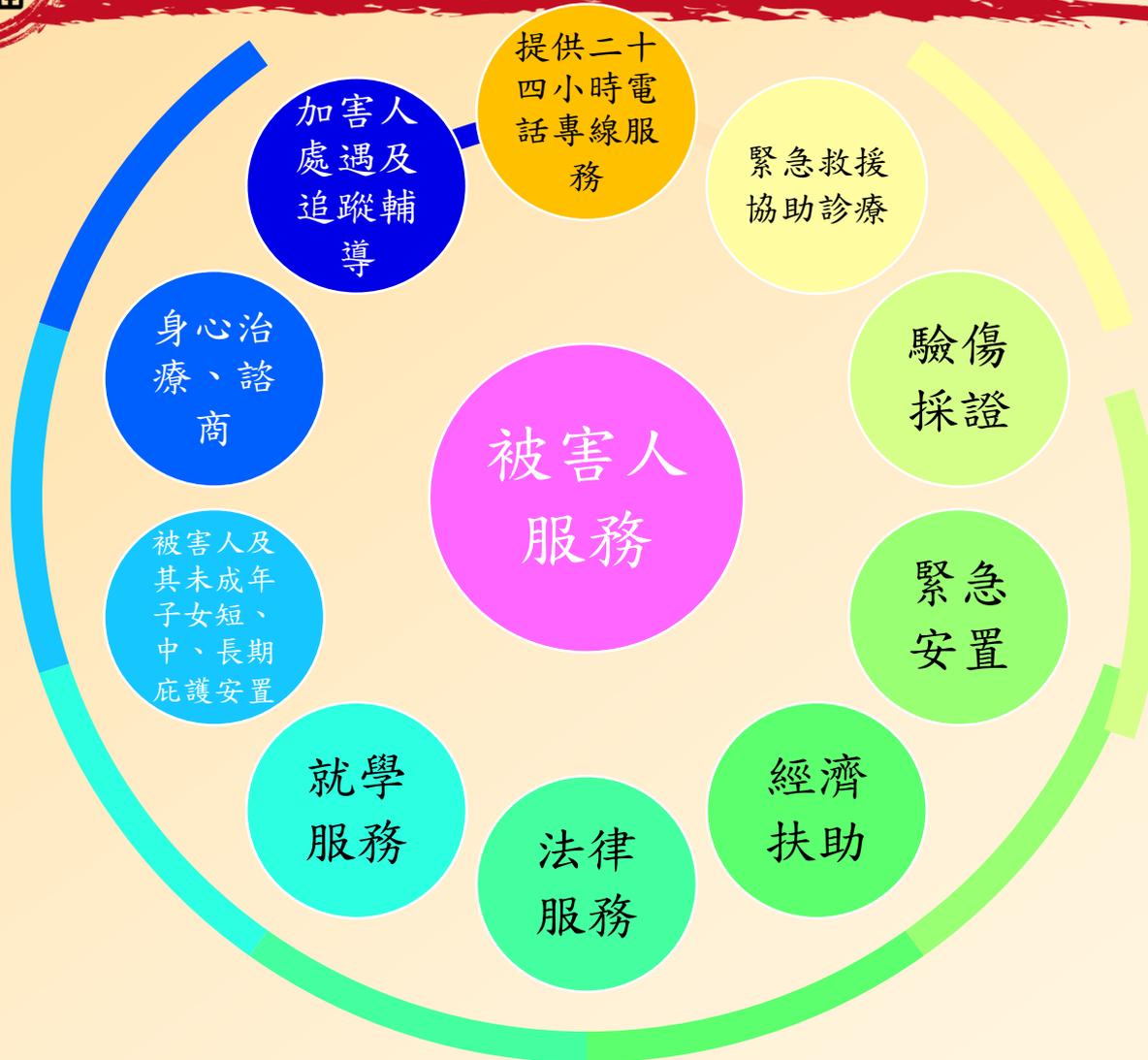
第一項第十款之裁定應載明處遇計畫完成期限。

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

# 社工服務內容





家暴防治多元服務方案

庇護安置服務

家暴未成年子女會面交往服務

駐地方法院  
家暴事件服務處暨家事  
服務中心

家暴被害人多元服務方案

目睹家庭暴力兒童及少年服務

彰化縣隱匿傷痛弱勢家庭研究服務計畫

關懷專線輔導服務計畫

法律扶助顧問團實施計畫

性騷擾服務方案

家暴相對人審前鑑定作業

家暴相對人處遇執行成效評估

家暴相對人認知輔導教育團體方案

家暴相對人整合性輔導處遇方案

家庭暴力安全防護網計畫

福利  
彰化

全方  
昭護

全民  
幸福

謝謝您的聆聽

謝謝大家☺

