



陪伴走過荊棘之路

性創傷復原中心撫平一道道傷痕

文字撰寫 | 林怡慧

受訪對象 | 全芯創傷復原中心社工師 林芮璿
勵馨基金會高雄蒲公英中心社工督導 顏莉璟

性侵害事件對被害人而言，是一個難以抹滅的身心創傷，性創傷者的復原之路，更是備受考驗的漫長旅程。為協助性創傷者走過這段路，衛福部自 2017 年起運用公益彩券回饋金補助辦理「性創傷復原中心建置推動計畫」，並於 2023 年納入強化社會安全網第二期計畫，期接住更多需要幫助的人。

公私部門協力

陪伴性創傷受害者走向復原之路

過去性侵害案件常以危機處理及司法協助為優先，但許多已度過初期危機，或因早年受害而未進入服務體系，身心仍深受創傷的受害者，卻苦無合適的求助管道。為提供性創傷者復原服務，衛福部推動性創傷復原中心建置計畫補助民間單位在全國各地設置 8 家性創傷復原中心。透過公私部門合作，為性創傷者提供一個安全、支持和專業的環境，經由評估、了解個案需求，提供適切的治療與輔導，並積極連結更多民間資源投入性創傷復原服務行列，讓更多受害者能得到全面的支持與照顧。

由勵馨基金會成立的蒲公英性創傷復原中心，自 1998 年投入創傷治療，專注服務遭受性別暴力受害者及重要他人，服務據點分布臺北、臺中、高雄及臺東。高雄蒲公英性創傷復原中心社工督導顏莉璟表示，蒲公英性創傷復原中心在性創傷復原中心建置計畫啟動即參與，「當時，性創傷復原服務主要集中在北部，為促進資源均衡分配，在東部設有服務據點的勵馨基金會，被賦予了跨越中央山脈、將創傷服務資源延伸至東部地區的任務。」關注於兒少權益服務的臺灣兒少權益暨身心健康促進協會於 2020 年參與性創傷復原中心計畫而成立全芯創傷復原中心，協助早年遭受性侵害的受害者找回力量，重建與他人及世界的連結。



性創傷復原中心營造舒適且隱密的會談環境，期盼每位個案都能在治療過程中，找回重新站起來的力量。

從心理支持到社會適應 重建日常生活

性侵害議題因複雜性較高，性創傷個案的諮詢會談等處遇服務，通常難以在短期間結束，對心理師、社工師來說，不僅是專業上的挑戰，也是一種心理壓力。顏莉璟表示：「如何為性創傷個案解決處遇服務的費用負擔，同時透過心理諮商師在職專業訓練，以維持他們的心理健康，是勵馨基金會一直以來努力的方向。」在衛福部性創傷復原中心建置計畫的經費支持下，蒲公英性創傷復原中心得以提供穩定、深度且完整的性創傷個案管理服務，不僅解決性創傷個案的心理困擾，透過個案管理師的協助，也為個案在家庭與職場間建立溝通橋樑，幫助受害者重建日常生活。

計畫的經費補助讓性創傷復原中心能夠專注於個案的權益需求，提供較長期的服務。全芯

創傷復原中心社工師林芮璿指出，衛福部也鼓勵透過舉辦性創傷教育的講座與宣傳活動，積極接觸民眾，不僅增進其對性別暴力議題的認識、強化性別暴力防治意識，也能讓創傷復原中心從民眾的回饋與詢問中，得知民眾實際的需求，進而提供更貼近民眾需求的服務。此外，讓林芮璿感到受益良多的，是衛福部每年舉辦的性創傷復原中心個案研討會暨成果發表會，「這是一個很好的交流機會，不僅能聽取專家學者的意見，也能吸取其他中心的觀點與經驗，從多元視角中獲得啟發，進一步提升性創傷服務品質。」

性創傷的傷痕 須細細撫平

性創傷包括任何形式的性侵犯、性虐待、性騷擾、性暴力、強迫性行為等，是一個非常複雜的議題。顏莉璟表示，性暴力加害者的人數、加害時間的長短、加害事件的發生頻率與次數等，都是評估性侵害個案受創程度的重要依據。性創傷對受害者造成的多重創傷不容忽視，除了可能導致嚴重的身體傷害，受害者會持續出現憂鬱、恐懼、羞愧、憤怒、悲傷等情緒反應，伴隨睡眠障礙、恍神、失憶、情感麻痺、極度警覺、易受驚嚇等創傷壓力症候群症狀，或其他精神健康方面的問題，面對人際關係也會出現障礙。

「即便是一個孩子，心理上無法分辨性創傷事件會不會對自己造成傷害，但身體都會記得當下的不舒服。」顏莉璟指出，早年受害時雖因語言無法詮釋、經驗無法理解，就算這些記憶被成年的自己壓抑在潛意識裡，但身體仍會記住心裡的傷。例如，一位早年性創傷個案因加害者使用

特定沐浴乳，長大後一聞到相同氣味，就會因為某些記憶浮上腦海裡而感到恐懼；另一位個案則是無法靠近某處商場，因為早年他就是在該處商場遭受性侵害。

這些無意識的反應對受害者的生活造成嚴重影響，他們因為焦慮、睡眠失調去精神科求診，最後都被轉介至性創傷復原中心進行諮詢會談，因為光靠藥物並無法解決所有困擾。林芮璿表示：「有些早年性創傷個案無法理解為何自己不能好好與伴侶講話、為何聽到某些事會想哭，他們常覺得自己不夠好，我們會抽絲剝繭般，慢慢帶他們去看見，其實他們是被創傷包起來了。」

重建性創傷者的安全感 修復破碎關係

性創傷打破了受害者對人際關係的基本信任，對原本簡單的好人與壞人界線產生動搖，林芮璿指出，重建性創傷個案的安全感，是創傷復原的第一步，而信任感建立的難易度，也會影



性創傷中心時常舉辦支持活動，陪伴個案重建安全感，修復與家人及社會的關係。

響到個案復原的時間。「要讓個案覺得這個環境、關係、照顧者是安全的，例如，當個案能夠每次固定出席約好的諮詢會談，這種穩定頻率的關係，其實也是一種安全感。」透過陪伴性創傷個案，協助他們接納自己的情緒、找到與情緒相處的方法，有助於受害者重建自我價值，也更能促進與家人及社會的關係修復，進而開始正常生活。

面對數位網路性別暴力 線上創傷線下治療

根據顏莉璟觀察，自從「房思琪」與「#MeToo」事件後，社會對性侵害受害者的理解與接納已有所提升，但面對數位時代來臨，不同樣態的性別暴力也逐年增加。「社會大眾對數位網路性別暴力受害人有比較多指責性言語，例如『是你自願要拍的』、『是你自己決定要上傳的』，而忽略了『我願意讓你拍』，並不代表『我同意你傳出去』，這是兩件不同的事。」顏莉璟指出，數位網路性暴力的特性在於影像會無限擴散，受害者長期面臨不知何時會被提及觸發的狀態，難以擺脫創傷影響，加上數位網路性暴力沒有特定的加害人，讓受害者對生活環境沒有安全感，擔心懼怕會不會有認識的朋友其實也看過這些影像，傷口常常一再被掀開。

為維護數位網路性暴力受害人的隱私、人身安全及日常生活，衛福部自 112 年起陸續修正《性侵害犯罪防治》、《兒童及少年性剝削防制條例》及《性騷擾防治法》，並提供遭受性暴力受害者妥適服務。林芮璿認為，將線上（數位網路）



了解更多

性創傷復原中心名冊



所受到的創傷帶回到現實生活中進行復原，協助受害者修復人際關係、親密關係，讓支持受害者的親友陪著受害者一同慢慢向前走。

陪伴與接納 支持性創傷者最溫柔的力量

「若你是性創傷者的親友，有機會聆聽他們受傷的經驗，請不必替他們出氣、也不要建議他們解決方法，只需要傾聽與接受，尊重他們的節奏，才是真正的陪伴。」林芮璿直言，每一位性創傷者所經歷的傷害，可能都不是我們可以想像得到的，對陪伴者來說，與其著急說出安慰對方的話語，倒不如用聆聽後的真實感受去回應，例如：「我聽到你的話，真的覺得震驚、很難過。」顏莉璟表示，因為每位受害人的心理強度、復原速度不同，當受害者願意分享時，給予溫暖的回應；當他們選擇沈默時，給予空間與耐心，這樣的支持，對性創傷者來說就是最珍貴的療癒力量。MOHW



特別誌謝

全芯創傷復原中心社工師 林芮璿
勵馨基金會高雄蒲公英中心社工督導 顏莉璟