

## See More-目睹兒復原計畫

目睹家庭暴力的兒少，並非直接受到暴力攻擊，他們身上往往沒有傷痕，但他們長期生活在暴力陰影下，對他們的身心發展易造成負面影響，家庭暴力對他們造成情緒、人際及學習問題，成年後對暴力的錯誤認知亦可能成為家庭暴力加害人及被害人，希望師長能關注並運用相關資源幫助目睹兒少撫平內心的傷痛。

### 誰是目睹兒：

「目睹兒」，是指兒童及少年雖然未受到家庭暴力的傷害，但卻間接目睹了家庭暴力的狀況。

1. **第一現場看見**：現場目睹家人受到言語暴力、肢體暴力或性傷害。
2. **緊鄰現場聽見**：在鄰近的房間或黑暗中聽到家人的打架生或打鬥聲。
3. **事後觀察發現**：事件後看見家人身上的傷痕、哭泣的表情或家中毀壞的物品。

### 目睹兒可能的影響：

- 1、**自我價值感低**：由於學生可能擔心家醜不能外揚，且面對家庭暴力感到無力與無助，甚至產生家庭暴力的可能性是因為自己的責任，因此有罪惡感。
- 2、**人際關係不佳，社交功能低落**：對於家人的情感複雜與困惑，影響與其他人互動難以信任，也壓抑自己的情緒。
- 3、**基本生活作息受到影響**：在晚上睡不著，也在生活中容易注意不集中，甚至出現身心症狀，如：頭痛、胃痛、厭食。
- 4、**模仿以暴力的方式解決問題或處理壓力**，或錯誤而僵化的性別互動態度，不平等的性別關係。

### 學校面對「目睹兒」的策略：

- 1、關懷目睹暴力兒少生活狀況，給予情緒支持和同理接納。
- 2、使目睹兒理解暴力不是他的錯，給予安全提醒，鼓勵對外求助。
- 3、將非暴力的學習融入教學課程，提供目睹兒正確的暴力認知。
- 4、創造更多正向經驗與成就，例如請目睹兒擔任小幫手或是發展興趣，鼓勵他們參與活動並肯定其付出。
- 5、協助發展衝突解決和人際互動技巧，學習應用非憤怒暴力或非退縮忍耐的兩極化問題解決方法，因應生活挫折和人際衝突。
- 6、觀察生活穩定性與察覺安全危機，保持與社福系統的聯繫與合作，必要時，立即通報知會社福系統處理。

### 師長介入處理四大技巧：

家庭暴力對目睹兒是一件難以啟齒的羞愧秘密，坦承自己來自「不甜蜜的暴力

家庭」，需要莫大的勇氣和對老師的信任，老師的關懷詢問可能會讓學生願意吐露心聲，但有時學生也有可能因為羞恥而更加防衛閃躲。”

- 1、**關懷探詢**：自然關懷學生近況和家庭環境。例如：老師注意到你最近和以前不太一樣…，是不是有發生什麼事情讓你煩惱？像是學校或是家裡有什麼事嗎？
- 2、**傾聽接納**：可以多觀察學生的反應與態度，無論學生的回應，在當下老師態度宜傾聽接納，勿過多追問或評價對錯造成學生應對壓力。
- 3、**細心警覺**：注意學生背景或其他資訊來源是否有家庭重要意外事件或危機因子，如：是否有警方介入或是至醫院驗傷；學生是否受到保護令保護；家庭的其他危險因子，像是經濟、照顧者的精神狀況與生活作息。
- 4、**同理支持**：表達同理與安慰，告知將繼續思考未來可如何協助學生的方法。例如：碰到這樣的問題，真的很讓人煩惱，老師會和你一起想想是不是有其他的方法可以幫忙你。

**資料來源：**

善牧基金會(無年代)。See More-目睹兒復原計畫。

<http://cwv.goodshepherd.org.tw/seemore/professional/understand.html>

台北市政府警察局中正第二分局(2022)。何謂目睹家庭暴力兒童少年。

<https://c2.police.gov.taipei/cp.aspx?n=5E3BE647EE5F6BFB>