

第二波 你最愛的Podcast 2

他家有本難忘的經

劉淑瓊教授 *feat*
與談來賓
蔡佑強 社工

飽受肢體與精神暴力的家暴被害人，為什麼無法離開受暴環境？
本集多面向的探討根本原因，以及社安網如何提供協助。

SEASON 6
好女人的情場攻略
THE ONE LOVE PODCAST by 路隊長

好社安網月報
好麻米報報

好女人情場攻略 ▶

當避風港下起了暴風雨，救生圈在哪裡？！

參與者：路隊長、劉淑瓊教授、蔡佑強

路隊長：

大家好，歡迎來到好女人的情場攻略，每天十分鐘找到妳的他

路隊長：

大家好，我是你們的主持人路隊長，相信愛情所以讓我們在這裡相聚，在愛情裡成為更好的自己遇見你的理想型，很快的，我們來到今年的尾聲了，如果你今年聽我們節目，有因為我們的節目，人生有一點點的改變，得到一點點的幫助，路隊長也恭喜你，這也是我做這個節目一直以來的初衷，那今天呢？路隊長很榮幸邀請到兩位大來賓，來跟我們討論的1個很重要的主題喔。在我左手邊，我們很榮幸邀請到國立臺灣大學社會工作學系的教授劉淑瓊教授

劉淑瓊教授：

大家好，我是劉淑瓊

路隊長：

劉教授他的專長和授課有很大的一部分是著重家庭暴力防治以及兒童保護喔，那在我右手邊也是蔡佑強，高級社工師

蔡佑強：

各位好，女人大家好，我是蔡佑強。

路隊長：

蔡佑強目前任職於縣市家庭暴力防治中心，然後這兩位，為什麼路隊長說是大人物呢？因為曾獲得保護服務工作的最高殊榮，也就是紫絲帶獎，那路隊長也分享一下，紫絲帶獎是衛生福利部針對表揚，比如說家庭暴力、性侵害性騷擾、兒少保護、老人保護、身心障礙保護等等一些防治夥伴保護服務工作的最高殊榮，

路隊長：

那今天呢？為什麼兩位會出現在好女人的情場攻略咧，我們過去其實都蠻歡樂的主題，今天好像要比較嚴肅一點是不是，我們要討論1個敏感而且重要的主題，但是我相信對這個好女人好男人會很有幫助。那路隊長也查一下，其實每1年在台灣家庭暴力事件的通報的被害人的案件，有將近200,000件那麼多耶。所以說我覺得家暴不只針對受害人造成一些身體的傷害，在心理層面的壓力更是無法想像，然後有的時候，它其實是一層、一層的，對不對？就是來自於原生家庭，會好像有點像遺傳還是這種方式會一直延續下去，所以今天要請兩位來分享有關於這個家暴的主題，那佑強，你今天想要跟大家來分享什麼

蔡佑強：

我今天其實有準備了1個案例，那是這個案例呢？我把大家有可能比較生活當中，常常遇到的狀態，那我把它稍微彙整一下，稍微做一點點的修正，那希望讓大家在生活當中遇到這樣的狀態的時候可以學著怎麼樣保護自己照顧自己，讓自己身體安全心理安全，那比較能夠在你活當中創造屬於自己的幸福，所以這個案例我有稍微特別整理過

路隊長：

好，那佑強來分享的時候，劉教授你就來幫我們分析一下這個案例，我有聽過這個案例，是相當我覺得很典型啦。在台灣常常會發生的，

蔡佑強：

我們稍微來講一下什麼何謂家庭暴力，那一般來講，我們認知的家庭暴力，可能我們直覺性的直觀，認為他就是一種肢體上的暴力，但其實在我們服務的過程當中，家庭

暴力的定義不會單單只有肢體暴力這件事情，還包括了可能心理、暴力還包括了疏忽啦。那各種精神上的不當對待，其實只要違反你很大的意願，對你的生活當中造成一定的影響，可能讓你感到害怕也好，可能睡不著也好，那這些都其實可以被判定為是在屬於家庭暴力的範圍，那當然比較是屬於發生在家庭成員之間的一種議題，那可是所謂的家庭成員之間，其實還包括著他曾經是你的親密對象，即使現在不是了，她可能也還會是你持續的被騷擾著，那可能就還是會屬於在家庭暴力這樣的1個範圍裏面，那其實家庭暴力我們常常會認為說多數會是男性對女性，但是其實在我們實務工作過程女性對男性其實也是會存在的，並不是一般人認為說是純粹的男性對女性這樣

路隊長：

對，過去好像大家都以為一定要打，才叫做家庭暴力，其實這個精神上的，比如說恐嚇啊什麼，我要殺你全家，什麼咒你小孩，這個其實會讓那個受害的人睡不著覺，這也是言語的，這個家庭的暴力

蔡佑強：

是的沒錯

劉淑瓊教授：

對，除了這個其實還有精神暴力，其實還包括冷暴力，對，剛剛路隊長講的都是比較火爆的，但是其實在親密關係裡面，還有一種就是說我不理你，我冷對待

路隊長：

這也算家暴

劉教授：

也是一種，對，我1個禮拜1個月不跟你講話，或者不對你做任何的回應，甚至我用很多的言語來貶抑你，從你的外表到你的能力到你的工作，我都盡可能的去壓低你，踩低你，這是一種精神暴力，另外還有一種就是經濟上的壓制，這個也就是說我控制你的經濟，比方說你是家庭主婦，我1個月我明知道台北現在物價這麼高，我偏偏就給你一點點錢，然後讓你巧婦難為嘛。然後我明知道我給妳的錢很少，可是我會為難你，我就說你看今天這什麼菜，然後家裡也沒有整理好，這東西都破破爛爛的，那其實這個對於配偶來講是1個很大的壓力，他雖然沒有看得到的傷，但其實這也是一種家庭暴力

路隊長：

ok我覺得很好，我們一開始先定義這個家暴，那這個案子是怎麼樣

蔡佑強：

這個案子呢？他發生的年齡大概是在我們的這位好女人她28歲的時候，然後他的先生是31歲，那孩子呢目前是3歲，那他的發生狀態大概就是他們是因為朋友聚會交往而認識，那認識了以後其實不到半年，因為兩個人可能就是還滿看得順眼的，那就懷孕了，那也就順理成章的結婚了，他的好女人的老公就會常常因為一些不順自己的意啊，然後可能因為經濟上的議題，然後討論未來的育兒的事情，這些事情情緒就開始蠻不穩定的，會去甩對方巴掌，那甩巴掌的時候，他知道他有一點點理智，要避掉那個肚子，所以他是用甩巴掌的方式，可是孩子出生了以後呢？我們的好女人就認為說不能讓孩子在這樣的情境裡面，所以先把孩子先請她的爸爸媽媽去幫忙照顧兩年，兩年之後，他就回到身邊了，那過程當中就不斷有發生是一些親密關係，暴力的事情都是因為生活當中的柴米油鹽醬醋茶的事情，去做這樣的1個行為舉止，那當然是因為我們的這位好女人的老公，他情緒上可能沒有辦法自己好好的引導，那就會去對對方做1個肢體上的攻擊，孩子回來了以後，這個樣的狀態又更嚴重了，因為孩子回來以後，孩子都暴露在這樣的1個暴力情境之下，他有1個目睹，那孩子目睹呢？會有一些情緒上的影響，那我們的這位老公其實就看孩子這樣的1個尖叫也好，半夜驚醒也好，無法安撫也好，他的情緒就更難控制了，所以開始有波及到這個孩子的1個議題，那就進到我們的服務系統裡面來了

路隊長：

你們服務系統的名字是什麼？

蔡佑強：

成人暴力合併兒童暴力合併兒童虐待，所以就是成保並兒保專有名詞是這樣，我們的服務系統就是1個家庭暴力服務系統這樣

路隊長：

劉教授，我想要請教你一下，就是說看起來這個案子，是幾年啊。發生了幾年感覺是持續的

劉淑瓊教授：

是，剛剛佑強講的case那個狀況，真的大概就已經暴力持續了三、四年以上了

路隊長：

三、四年那是什麼樣的原因，這個我們這個好女人，他沒有辦法離開這個環境

劉淑瓊教授：

其實實務上我們常常碰到這樣的1個狀況，就是他明明受暴，第1個是他可能自己不覺得、不承認他是受暴，這是第一點，他會幫她的先生找理由，比方說他就是好人，只是他心情不好，他最近工作壓力太大，他不喝酒的時候，他都是很好的

路隊長：

真的是真的是好女人，還幫對方想

劉淑瓊教授：

他會幫對方找理由，第2個會幫自己找理由，就是說我要給孩子1個完整的家，對，然後不然就是我可以改變他，等他怎麼樣怎麼樣就會好一點了，所以他會用各種理由來安慰自己，或者是來合理化這整個的狀況，那另外一方面也有一些女人，他是不得已，比方說他經濟不獨立

路隊長：

這個也常常聽對不對

劉淑瓊教授：

他就是要，他要是離開這個家離開這個男人他沒有經濟來源，對那所以有各種另外，我也碰過那種他被暴力威脅，這個先生就說你不可以給我離開，你敢離開我，你給我試試看，天涯海角都會找到，我也有聽過，對，所以你知道這麼多的情況之下，往往他就會選擇留在那個關係裡面，那沒有辦法斷開，就有人會嘲笑他，說哎呀你就是有受虐狂，對不然就是有人會說，美國有1個影片，就稱這種受暴婦女叫做不值得同情的女人，為什麼呢？剛開始他受虐，她逃出來，回娘家都到閨蜜那邊，大家都很同情他，可是只要他這個傷好一點了，他又選擇回去，你知道嗎？一次、兩次，大家就覺得那我們收留妳，我們都成了什麼，那所以其實在家暴的研究裡面有所謂的七進七出，也就是說受暴婦女常常要這麼來回七次之後，他才會死心

路隊長：

是為什麼啊？為什麼是因為小孩嗎？還是說，就是對於這個可能有的時候家暴完，這個男生，這個老公對她又很好，所以就是有點有點糾結

劉淑瓊教授：

對，路隊長講的太好了，其實在美國就有這樣的研究，有1個美國的學者叫Walker那他就研究說有所謂的親密關係暴力的循環，什麼意思呢？他把它分為3個階段，他發現所有的親密關係暴力的故事，大概都有3個階段，第1個階段是醞釀期，或者我們把它叫

做緊張期，那這段時間裡面會發生一些大大小小的事情，那通常這個伴侶一般因為受暴婦女比較多嘛，那這個好女人都覺得我要隱忍

路隊長：

家醜不能外揚

劉淑瓊教授：

對，我要淡化，或者他會否認否定，因為就會逃避，或者說他就不追究，自我安慰說讓他過吧這個是第1個階段，那這個能量累積到一定的程度會爆炸，那這個就是1個爆炸期就發生暴力了，那就是發生暴力，因為這種常常是不可預測的，有時候講得好好的，忽然1個眼神1個動作，一句話不對，那個巴掌就過來了，對對對就是不能控制，那這個是爆炸期，但是很微妙的，這個親密關係暴力裡面，爆炸完了之後的下1個就是蜜月期，你知道嗎？這個出手打人的，他就會開始軟下來

路隊長：

內疚啊，送花啦

劉淑瓊教授：

就道歉啦，講好話啦，送花吃燭光晚餐、送禮物

路隊長：

這個在很多電影或是那種什麼犯罪實錄都常常看到

劉淑瓊教授：

我跟你講，路隊長，真實生活也是這樣，所以你知道嗎？這個好女人心就軟了，他又覺得我們也是有美好時光，也是有那種很甜蜜的時候

路隊長：

可能會告訴自己說這個男的可能會改變，孩子出生了就會改變，孩子長大了，就會改變，結果其實沒有

劉淑瓊教授：

一直給自己這樣的1個藉口，然後就在這個旋渦裡面出不來，

路隊長：

那佑強這個案子是怎麼樣到你們的手上，然後你們怎麼樣介入來幫助這些人

蔡佑強：

其實這個案子就跟劉老師剛剛所提到的，那一些情境其實是非常非常的雷同的，他為什麼沒有離開這個先生，真的就是因為暴力之後，先生就開始對我們的好女人去做道歉，然後想要求和告訴他說孩子出來以後，他會好好努力，他會找工作，他會為了這個家戒掉這個酒，那好女人就一次一次的相信之後又陷入那樣的1個暴力旋渦裡面，那這一次為什麼會是聽到這裡呢，就是因為波及到孩子的部分太嚴重了，那這位先生他就是忍不住孩子的這一些情緒上的失控尖叫，然後讓我們的這位先生，他的情緒又一直不斷的疊加上去

路隊長：

所以先生也有打孩子嗎？

蔡佑強：

他就是在打完我們的好女人之後，那孩子就在旁邊尖叫，他受不了，他情緒無法控制他就拿著家裡常常那個抓癢的那一種然後去打他的四肢，讓他四肢有蠻多的瘀青，這位太太因為這一次波及孩子太嚴重了，他就覺得我不能再忍下去了，她想要保護孩子，他就帶著孩子向外求助了，

路隊長：

那他怎麼樣求助

蔡佑強：

他就帶著孩子到派出所去，趁著他的先生酒醉睡著了以後，帶著孩子到派出所去做求助，所以求助管道除了到派出所去，當然也可以直接撥113，但是其實對如果你是可以移動的，為了當下也確保你的人身安全，你就帶著孩子直接去派出所求助，那會是最安全的舉動

路隊長：

113是家暴的專線，然後派出所就會通知，向你們這些社福機構的人員

蔡佑強：

是的

路隊長：

ok那你們怎麼樣介入來幫助他們？因為看起來小孩子也受到創傷嘛，然後這個媽媽也受到創傷，然後也有一些就是可能這個媽媽也不知道能不能離開這個家或是有經濟的問題，或是有這個暴力脅迫的問題，那你們怎麼樣一步一步來幫助他們

蔡佑強：

其實這就是我們的社會安全網想要做的事情，我們會關注到我們我們的被服務者全面性的1個關照，包括著她的人身安全，我們會跟法院還有警政合作協助申請保護令，那保護令的內容就包括了禁止肢體暴力、禁止精神暴力、禁止騷擾，甚至是我們會要求這位先生要去接受戒酒，或者是認知輔導治療，這就是在警政法院，我們可以做保護令的部分，那警政有保護令，他就會每個月去對這個先生做約制告誡要提醒他說你不能不能犯了什麼什麼什麼東西，你就會違反保護令，你可能就會觸犯了刑法上的犯罪，你就會被有前科的紀錄出現了，那當然保護令，你只要沒有違反是沒有任何的前科紀錄的，這是在警政這1塊，那包括這個我們的好女人跟她的孩子其實都有一些創傷的部分那我們就會連結醫療資源

路隊長：

心理諮商師嗎？

蔡佑強：

心理諮商是可以是醫療資源的源頭進來，也可以是我們社工去找心理諮商師，來幫他做這樣的1個談話性，當然如果在孩子的身上的部分，我們就會比較建議，因為孩子已經有一些半夜他會哭泣驚醒精神壓力這種，是的沒錯，其實小朋友也會有所謂的憂鬱症的那個徵兆出現的，所以可能就必須要透過我們醫療的衛生體系這邊來做1個全面性的評估，甚至需要的時候去做全面性的心理衡鑑，心理衡鑑就是對孩子整個身心狀態去做1個診斷，並且會提出相對應的治療，而這個治療當然包括了醫療上的用藥也好，還是談話性的治療也好，還是跟我們社工一起配合，如果如何去建構他生活當中互動的安全這類，所以醫療是這樣

路隊長：

ok我好奇就是說，所以這個好女人他去通報了警察局，然後警察局通報了你們，然後你們介入的時候是他就分開住嗎？跟這個老公分開住嗎？

蔡佑強：

基本上如果以成人的部分，我們會尊重上他的意願，如果他覺得無法再跟這個先生生活下去了，那他會進入到我們的庇護安置處所

路隊長：

我們有1個這個，ok這是全省在

蔡佑強：

全省都會有，但是他是保密性的，如果他沒有地方可以去，就是進到我們的庇護安置處所裡面，他可以帶著孩子過來，那如果是小朋友的話，我們就會去檢視到說他是不是有被生命身體安全遭受到危害，而週遭的人他的監護人、照顧者、親人、朋友都沒有辦法維護的時候，我們也會安置孩子

路隊長：

因為我之前有聽過那個真的要逃離家暴，還有很多人真的是移民跑到國外去，因為在台灣很容易就被發現什麼的，所以你們其實現在有蠻多，這個可以保護這個受到家暴的這個婦女，以及這個，或者是男生，他有一些相關的這個保護措施環境

劉淑瓊教授：

是，其實人身安全是最基本的，最基本的，所以我們一直都有1個保護體系，那因為像剛剛佑強講的這個這個情況，他包括了家暴就是我們說的親密關係暴力，然後這個孩子他看到父母之間的這個暴力衝突，所以他是目睹兒童。另外，這個爸爸在盛怒之下也打了小孩，所以這個孩子就是1個受虐兒童，所以我們本來一直就有1個保護體系在那裡，那但是後來呢？因為大家也都知道發生了小燈泡事件，對那一連串的事情之後，政府就把這些已經有的服務把它再給他增強，然後增加人力，然後把像剛剛佑強講的，警政、教育、社政、醫療把它串起來

路隊長：

把它串在一起，像個網絡這樣子

劉淑瓊教授：

對，這樣，所以就叫做強化社會安全網方案

路隊長：

ok，強化社會安全網

劉淑瓊教授：

對，那這個方案大家可以把它想像成說，我們每個人的生活難免會碰到的一些困難挫折，那這時候呢？下面有1個網子，萬一你不小心掉下來的時候，有1個網子能夠把你兜住，讓這個意外的變故也好，或者這些人身安全的威脅，不至於對你個人或家庭造成太大的衝擊，他有1個緩衝，而且可以幫你兜住，所以這個強化社會安全網的方案，就是現在政府全力在推廣的

路隊長：

全力在推廣的，這也是為什麼你們今天來登場好女人情場攻略，希望大家知道政府正在做的這些事情，其實我們一般人，其實我們我路隊長有聽過家暴專線，但是是我女兒告訴我的，我女兒上小學

劉淑瓊教授：

現在小孩子都知道要打113

路隊長：

因為有一次我罵他罵得比較大聲，他說他要打113，我說現在還有這種家暴專線，那我現在又知道，還有1個社會安全網，那佑強，我好奇這個案子後來怎麼了

蔡佑強：

目前的狀況，因為剛開始她進來的時候，他其實是很多元的需求，除了剛剛所提到，的警政衛政也還有就業，甚至孩子的就學，那這個我們都會一起去協助他，那這個案子目前的狀態，其實他們夫妻還是還沒和好，但是他們都各自生活著，那他們家人會不會和好不知道？因為我們在服務他們的對象的時候，基本上我們是尊重他們的意願的，我們會為他做你和好之後的分析評估，你沒有和好之後分開之後的分析評估，然後讓他們去做選擇，那這個案子目前孩子跟媽媽是一起生活著的，那他們已經自己在外面生活的，沒有在我們的庇護安全處所，這個先生他是自己生活著，而且已經有工作了，並且定時的受我們保護令的這些服務內容，他自己也有去接受1個心理諮商因為我們相對人也會有1個相對人服務社工，所謂相對人就是這位先生他有1個專屬的社工也會陪著他幫他去梳理他的生活，甚至是帶他去回顧他過去的生命

路隊長：

所以加害人其實你們也會幫助他，不是就只是保護這個受害者

蔡佑強：

對的沒錯，因為其實在我們的整個服務歷程裡面，當然理論上的東西待會可以請劉老師稍微解釋一下，可是在我們的服務的歷程裡面，我們會發現說，其實所謂的我們稱作相對人的這個加害者，他其實有他自己的沉重的生命故事，造就了他現在的行為舉止跟情緒，所以有一句我們可能很常聽到的話，叫做可恨之人必有可憐之處，這可能是比較通俗性的語言，只是在我們的服務的脈絡裡面，我們會理解到說他會這樣，不是沒有原因的，那如果我們可以好好的陪伴他走過這段風波期，他能夠找到他自己生命的定位，他能夠好好把自己的生命的主體性彰顯出來，他也可以擁有1個好的人生，即使未來他沒有再跟這位好女人繼續在一起，他依然可以有他自己的人生

路隊長：

了解

劉淑瓊教授：

其實暴力就是不對的，所以當這個這個施虐者或是這個先生，他一定要為他的暴力負起責任，這是毫無疑問的，但是我們做了很多的被害人這些服務之後，我們發現那個源頭沒有解決，其實被害人，我們對他的幫助是有限的，也就是說，像剛剛佑強講的，這個施虐的這個先生，他也有自己的問題

路隊長：

有時候可能上一代他爸爸媽媽是這樣對他

劉淑瓊教授：

有時候是暴力的世代傳遞，那當然我們不能幫他找藉口，可是他仍然是需要幫助的，只有他被幫助了，他的議題有被處理了，那我們就可以減少後面被虐待的女生

路隊長：

就是終止啦，在這一代就終止暴力，那我好奇就是兩位專家，就是通常這種受害人的心理痊癒，他需要多久的時間，然後像你說的，這個社會安全網，他是服務是很長期的嗎？還是說階段性任務完成就下1個case這樣子

蔡佑強：

在所謂的復原的歷程上，其實真正的痊癒我沒有辦法很清楚的定義那個時間，只是在我們的服務裡面，我們的精神就是協助每1個當事人關注在當下，讓她當下身安心安，她的未來可能就會步入安穩，所以那個痊癒期也許可以是1年、2年、3年、5年，甚至10年都有可能，就像剛剛路長你有提到的，我們的所謂的相對人，他是承載著過去

的，那好幾10年他父母帶給他的東西，所以那樣的1個復原的歷程可能沒有辦法那麼快的就是幾個月，甚至1年，可是當他接受協助了以後，他能夠把他的專注力關注在當下，讓他生活當中得到1個重心，知道他生活當中應該怎麼樣運作著，時間一拉長的時候他就會發現，也許某1天，他回頭他可能就會發現我好像真的走過來了，所以那個復原的歷程我覺得會是以年起跳的

劉淑瓊教授：

其實這個任何的暴力他都會帶來傷害，那這個傷害從身體上的到心理上的，所以我們實務上看到很多的受暴婦女，她在這個生理方面，他可能會有頭痛、胃痛、背痛，那這些其實都是心因性的，對，那另外他也會睡不好沒有胃口有點憂鬱傾向，這是在生理上，那情緒上，他會覺得無助覺得恐懼、自責、自卑、憂鬱、焦慮不信任，那在行為上面，他可能會酗酒，或者是使用藥物，沒有辦法專心，然後最嚴重的是認知上面，他就認為一切都是自己的錯，自己不夠好

路隊長：

有點像被PUA這種

劉淑瓊教授：

對被PUA，然後他覺得自己不值得被愛，他要為這整件事情負責任，那在人際關係會很退縮，那就是目睹的孩子我其實特別想要講，其實我自己接觸到的受暴婦女，她最後下了決心要離開這個男人，很多時候是因為他看到他的孩子受到影響，對孩子受到影響，不管是目睹或受虐，那這些受虐或目睹的孩子，他在行為上就會有一些，一些不一樣的表現，他會注意力不集中啦，他會有這個不想去上學，或者是對一些對於一些忽然間發生的事情，他會沒有辦法回應，因為他自己在生活當中就是不知道爸爸媽媽什麼時候會爆發戰爭，我曾經有1個婦女跟我講，他說他本來在客廳跟孩子都很高興啊看電視吃東西，當她先生騎著摩托車，那個摩托車把那個鑰匙拔下來，那個熄火的聲音，空氣寧靜了，她說她的小孩就像小老鼠一樣窸窸窣窣全部跑掉，跑到二樓躲起來，你知道那種恐懼已經到這個程度，所以我覺得在這種創傷是我們不能夠去迴避的，但是有一句話，我也要講，因為我們身在什麼家庭，不是我們可以去決定的，那萬一你是在這樣的家庭的時候，你也不要覺得很幻滅，就是我這輩子完了，因為另外1個東西叫保護能力，這個保護能力可能是你碰到1個很好的老師，你因緣際會接觸到1個才藝，然後讓你很有興趣很有成就感，你知道嗎？你整個人就活過來了，所以你不要因為父母的暴力而覺得自己完了，你還有很多的機會，當然很重要的是要去尋找專業的協助

路隊長：

尋找這些外界的幫助，對所以我想問一下，就是說針對這個好女人，如果我們正在收聽節目的好女人好男人，如果遇到了今天我們今天分享的，這個類似的案例的狀況大家該怎麼辦

蔡佑強：

現在其實求助管道已經是蠻多的，我們社會安全網的求助管道，你可以當然可以直接到派出所去，你也可以在家裡打1通電話113，甚至是110，113可能還比較難記憶，110一定是相對容易記住的，你只要撥通110，然後向我們的正式管道說明你的困境，你的危機程度，警方是有可能可以立刻到家裡面去協助你的，這就是1個向外求助必備的1個資訊，那接下來，如果我們正式服務管道，我們社會安全網已經進入到你的生活周遭裡面了，會依照你的需求，也許你會緊急需要庇護安置處所，你就可以到這樣的處所去，讓你的身體先安全下來，接著如果你的心理上仍然有一些緊張焦慮，我們可以有相對應的資源進來，這個資源可能會是社工陪伴你的會談也好，可能是我們會找個心理師跟你談話也好，如果真的有必要到醫療診所去我們也會陪著你到醫療診所去接受1個專業的心理師的1個評估，那有沒有需要用藥就看醫生怎麼樣去協助你的生活當中了，那如果你在的孩子上不知道怎麼樣安頓孩子的住所就學，社工也都可以協助你，社工可以協助你陪著去找孩子的學校也好，那社工也可以陪著你去找工作也好，因為有的時候，我們的受暴者可能長期沒有辦法跟外界接觸，他可能害怕跟每1個人去談到話，那在這個狀況之下，社工其實都可以能夠去看見，你也可以提出你的需求，我們就會陪同著你，讓你的身體心理都能夠安心、安穩、安頓接著你的生活週遭的一切會跟著安穩起來的

路隊長：

ok相關的，這個社會安全網的資訊以及連結路隊長都會放在本集節目下方，劉教授，最後有沒有什麼想要跟好女人好男人來分享的

劉淑瓊教授：

是，我其實很想跟路隊長的聽眾朋友講，就是人就活這一輩子，不要委屈自己，就是你一定要想清楚你能夠接受的底線在哪裡，然後你不要自欺欺人

路隊長：

我們很多好女人都太人太好了，沒有底線

劉淑瓊教授：

對，所以當你是1個暴力的環境底下，你接受到不對的對待的時候，你一定要有那個覺察要有那個敏感，然後當你事情走到你覺得已經不ok的時候，一定要求助，那如果說你覺得跟閨蜜講，你只怕被傳出去，找專業人員，這個陌生人，但是呢？他有專業，他知道怎麼樣來幫助你，我覺得這是很重要。另外，如果你有小孩，我特別要講，很多人都以為說孩子還小，他長大了就忘了，不會現在有好多的研究告訴我們，那個童年創傷會伴著他一輩子，有一句話說，有的人是用童年治癒一生，但是有的人是用一生來治癒童年，所以我要提醒我們線上所有的好女人如果你也是媽媽的話，真的不能忍，這個孩子他需要大人來幫助他，需要求助，那我們現在有社會安全網，已經政府的資源都在那裡，剛剛佑強也講，你其實很簡單，110、113非常好記，你只要拿起電話啟動第一步，後面就有專業人員自然會來提供給你幫助

路隊長：

對，正在收聽節目的，不管是好女人或是好男人，不用獨自奮鬥，其實這個社會安全網可以幫助到你，那最後路隊長想跟大家分享，如果你或你身邊的人受到家庭暴力的困擾，就像我們今天節目有分享的，有社會安全網等等的相關的專業機構以及人員可以提供幫助和支持，讓我們一起來建立1個更安全以及尊重的社會。再次感謝，兩位來賓今天參與我們的節目，我非常喜歡今天的內容我相信對好女人好男人會有相當大的幫助，那因為好女人的情場攻略，我們最近幾年也越來越有影響力了，所以路隊長很開心，能夠做這一集來分享給大家

路隊長：

每周一到周四晚上十點好女人的情場攻略，準時與大家約會喔。如果你喜歡本集的內容，也歡迎分享給你身邊有需要這個資訊的好朋友，相信愛情，你就會遇見愛情，好女人的情場攻略，那我們就明天見bye bye

劉淑瓊教授、蔡佑強：

bye bye