

遭受伴侶暴力之未婚女性其關係抉擇經驗探討

楊嘉玲¹ 趙淑珠²

摘 要

目前台灣學界在探討伴侶暴力議題時，幾乎都是以婚姻／家庭暴力作為研究焦點，訪談對象皆是已婚受暴女性，尚未有學者關注到未婚女性在親密關係中所面臨的暴力問題，故研究者希望藉此研究能細緻地瞭解未婚受暴女性在親密關係中的經驗與處境，用以瞭解遭受伴侶暴力之未婚女性歷經何種關係抉擇經驗。

研究者以半結構深度訪談方法，訪談一位正處於暴力關係以及一位已離開暴力關係之未婚女性，並採用質性取向研究方法進行資料的分析與探究。綜合兩位受訪者的關係抉擇經驗，大致可區分成三大階段：停留在暴力關係的顧慮～與愧疚感對戰，並在痛苦與甜蜜中來回拉扯、離開當下的抉擇～被動決定、以及離開後的變化～自我的茁壯。而施暴男友偶然為之的正向行為，造成受訪者在關係中不斷地經驗痛苦與甜蜜的交互循環，以及社會文化加諸在女性身上期待，皆會影響未婚受暴女性抉擇的結果，成為她們離開關係的窒礙。

關鍵詞：未婚受暴女性、伴侶暴力、抉擇經驗

楊嘉玲¹ 新生醫護管理專科學校（通訊作者，grace7082@yahoo.com.tw）
趙淑珠² 國立彰化師範大學輔導與諮商學系

緒 論

聯合國世界健康組織(WHO)曾針對女性受暴問題進行了一項跨國性研究，調查十個國家（包含十五個城市與鄉村地區）共兩萬四千名女性（15歲以上，隨機抽樣之女性，包含已婚與未婚）生活中的暴力狀況(Garcia-Moreno, Jansen, Ellsberg, Heise, & Watts, 2005)，結果發現女性遭受來自伴侶的肢體暴力，各國的終生盛行率範圍大多落在 23%至 49%，且此暴力行為並非只出現一次，而是數次且循環發生。性暴力方面，各國終生盛行率範圍則落在 10%至 50%。最後，各國女性在過去一年中，曾遭受來自伴侶的情緒虐待與高壓控制，其流行率範圍大多落在 20%至 75%之間，可見情緒虐待／高壓控制與肢體暴力／性暴力，有很高的風險關連性。由此觀之，伴侶暴力的發生率相當廣泛地，幾乎每一個國家的女性不可避免皆生存在此種暴力威脅之中。

在台灣地區，依據王麗容（2003）所進行的婚姻暴力問題之調查研究結果，顯示國內整體的婚暴率為 17.38%，受暴女性是男性的 1.5 倍，暴力類型以精神暴力的最高，其次是肢體暴力、不當對待與性暴力。單就施暴者屬性而言，來自交往中的伴侶暴力（即未婚關係，包含目前與前任），則高達 26%，佔全體受暴人數四分之一強，以精神暴力(26.8%)與不當對待(25%)為主，在交往後一兩年內發生率最高。此外，在未婚關係中以偶爾同居的受暴率最高 37.5%，其次是長期同居者 33.33%，最低為完全無同居者 23.74%。這些數據顯示台灣地區未婚親密關係中的暴力問題亦相當嚴重，不容小覷。

然而，綜觀目前國內研究伴侶暴力問題者，大多是以已婚受暴女性為主要研究對象，較少關注未婚女性在親密關係中所面臨的暴力問題，對她們的處境與認識甚少，故研究者希

望藉此研究，瞭解遭受伴侶暴力的未婚女性，其在親密關係中的處境為何。

一、受暴女性關係抉擇之相關研究

若以一般的邏輯來推論，這些遭受伴侶暴力的女性，不論是為了自身或子女的安全與健康著想，早應該離開這段使自己身心受創的關係，研究也證實女性離開暴力關係後，其生理與心理適應會有明顯的改善(Campbell, Sullivan, & Davidson, 1995)。然而，實證研究卻也發現，約有 24%至 76%的受暴女性會停留在暴力關係中(Gortner, Berns, Jacobson, & Gottman, 1997; Strube, 1988)；即使受暴女性離開關係後，其再度回到施暴者身邊的比率約佔 50%(Strube, 1988)。此外，依據國外的調查研究顯示，受暴女性在永久性地離開施暴者之前，會先經驗三至六次的分合(Campbell, Rose, Kub, & Nedd, 1998; Phillips, Rosen, Zoellner, & Feeny, 2006)。於是研究者好奇，究竟在這數次的分合中，受暴女性主觀所經驗到的關係或個人變化為何？

研究者回顧近二十年來，國內外以受暴女性為研究對象，研究焦點著重在受暴女性於關係中的去留抉擇，或個人內在變化之文獻資料，並將相關研究結果，整理於下表中，如表 1 所示。

進一步統整這些研究，研究者發現受暴女性在婚姻關係中的抉擇經驗，大致又區分為三大階段，包含前期、中期與後期。所謂的前期階段，是指婚姻中的暴力問題剛萌生，女性尚未深切地覺察出暴力對於自我或婚姻關係的影響與傷害，亦或是基於對家庭、子女或伴侶的責任感，選擇繼續忍受來自伴侶的暴力相向。一如 Landenburger(1989)研究中的「否認期」(Binding)與「忍受期」(Enduring)、鄭玉蓮(2004)研究中的「婚前及婚後衝突初期」、朱嘉凰(2006)研究中的「身在風暴中」、吳震環(2007)研究中的「受暴期」等。

表 1 歷年與受暴女性於關係中的抉擇或改變階段相關之研究整理表

作 者	主 題	研 究 結 果
Landenburger (1989)	A process of entrapment in and recovery from an abusive relationship.	Binding：努力讓關係繼續運作，否認伴侶的暴力行為。 Enduring：對關係的責任感與承諾感，使受暴女性願意忍受暴力，並以自我責備的方式，逐漸貶低自我在關係中的價值與權利。 Disengaing：體認暴力的存在，對自身處境予以命名，向外尋求協助並重新肯定自我，作為離開關係之準備。 Recovering：處理關係失落與罪惡感，並賦予受暴經驗正向的意義感。
Merritt-Gray & Wuest(1995)	Counteracting abuse and breaking free: The process of leaving revealed through women's voices.	以正向的角度重新定義受暴女性對抗暴力的能力與忍受力，視其為暴力的倖存者而非受害者。早期只將暴力關係分為對抗暴力(counteracting abuse)與重獲自由(breaking free)兩階段。在對抗暴力期間受暴女性會藉由放棄部分自己價值、最小化暴力程度與增強防衛三次階段，逐步地往自由邁進，最後選擇脫離暴力關係。
Wuest & Merritt-Gray (1999)	Not going back: Sustaining the separation in the process of leaving abusive relationships.	為上一篇結果(1995)的後續研究，兩位作者發現若只將歷程區分為停留與離開，無法突顯出受暴女性離開後的改變，故又再度進行研究，將研究重點置於離開暴力關係的變化，並增加保持分離期(Not going back)與調適復原期(moving on)兩期，用以詳細說明受暴女性如何在現實環境中增加自我保護能力，並脫離施暴者的控制，不再重回暴力關係。
陳婷蕙 (1997)	婚姻暴力中受虐女性對脫離受虐關係的因應行為之研究	行動準備期：收集資料、蒐集證據。 行動進行期：口語對抗、行動對抗。 行動求助期：正式/非正式社會支持系統。
Moss, Pitula, Campbell, & Halstead (1997)	The experience of terminating an abusive relationship from an Anglo and African American perspective: A qualitative descriptive study.	Being in：忍受暴力並使用各種策略或防衛機轉（例如否認）因應。 Getting out：認知暴力的存在並選擇離開。 Going on：處理關係與自我失落的悲傷，建立新的信賴關係。
Taylor(2002)	The straw that broke the camel's back: African American women's strategies for disengaging from abusive relationships.	Defining moments：從暴力中解脫並離開。 Moving away：疏遠施暴者，增加物理和心理距離，減少接觸的可能，最後自暴力關係中解脫。 Moving on：維持分離狀態，不再回到關係。
鄭玉蓮 (2004)	受虐女性脫離婚姻暴力歷程之研究	婚前及婚後衝突初期：消極傳統女性角色的自我概念。 暴力衝突中期：自我主體對自己扮演角色的質疑覺醒。 暴力中、後期：發展社會支持系統中重要他人的情誼、積極參與活動、學習新的客體自我反思參照架構達到自我心理轉變點，以擺脫暴力關係。 脫離婚姻暴力情境期：調整理想我和現實我的差距，整合完成自我心理轉化。
范幸玲、卓紋君 (2004)	一位受暴婦女的內在信念與生命轉換歷程：詮釋學的觀點	從谷底爬升、從拯救別人→拯救自己；從不想表達自己的意見→自我表達的需求；從自我鞭策→較有彈性的信念。
朱嘉凰 (2006)	走出風暴—離婚受暴女性心路歷程探討	身在風暴中：不斷上演的暴力事件，以自責的態度回應，產生習得無助感。 脫離風暴圈：促發離開的因素（關鍵事件）與支持力量（社會支持），遠離施暴者。 風暴之後的晴空：後續調適狀況與成長， 受暴期：停留、生存、暴力的影響三者形成的緊張平衡。 覺醒期：壓垮駱駝的最後一根稻草。 準備/行動期：掙脫暴力控制，離開施暴者。 調適期：克服婚暴陰影，開啓新生。 復原/成長期：「受暴女性」一詞成為歷史。
吳震環 (2007)	「未完成的故事」:婚姻暴力受虐女性脫離虐待關係的歷程	

接續，透過關鍵事件的發生（如外遇、因暴力造成子女的影響或傷害），或受暴女性自我力量的提升，受暴女性對暴力問題的意識會逐步提升，此刻暴力關係開始進入中期階段，意指受暴女性不再只是被動地承受來自伴侶的暴力，她開始會承認暴力的存在、找尋社會支持、收集證據、增加個人資源等。一如 Landenburger(1989) 研究中的「脫離期」(Disengaging)、Merritt-Gray 與 Wuest(1995)研究中的「對抗暴力期」(Counteracting abuse)、Moss 等人(1997)研究中的「掙脫期」(Getting out)、Taylor(2002)研究中的「坦承期」(Defining moment)與「疏遠期」(Moving away)、鄭玉蓮（2004）研究中的「暴力衝突中、後期」、朱嘉鳳（2006）研究中的「脫離風暴圈」、吳震環（2007）研究中的「覺醒期」與「準備／行動期」等。

最後，經過許多次的努力與掙扎，部分的受暴女性得以自暴力關係中離開，但即使離了伴侶的暴力，因長期處於孤立、恐懼與焦慮的生活中，受暴女性身心已受到相當程度的傷害，需要一段時間來療癒暴力所導致的內在創傷，並重新建立個人的經濟能力與外在連結，屆時女性則會進入到暴力關係的後期階段。一如 Landenburger(1989)研究中的「復原期」(Recovering)、Moss 等人(1997)與 Taylor(2002)研究中的「調適／復原期」(Going on/Moving on)、鄭玉蓮（2004）研究中的「脫離婚姻暴力情境期」、朱嘉鳳（2006）研究中的「風暴之後的晴空」、吳震環（2007）研究中的「調適期」與「復原／成長期」等。

從過去的文獻中，可瞭解受暴女性在面對關係抉擇議題時，會因其所處之關係特性與個人的成長性，於不同時期會面臨到不同的困難。例如在前期，有些受暴女性爲了維持自身之價值感，會不斷地合理化伴侶的暴力行爲，以自責或自我調整的方式處理關係衝突（朱嘉鳳，2006），故處於此階段之受暴女性，其關鍵的任務便是如實地接受暴力發生的事實，不再選擇隱忍。

而進入中期後，受暴女性陸續出現的反抗行爲，很可能會激怒施暴者，使暴力情況日益嚴重（陳婷蕙，1997；Merritt-Gray & Wuest, 1995），此時如何與外界聯繫，取得相關資源與證據，或處理外界異樣的眼光（吳震環，2007；黃一秀，2000），則爲受暴女性需面對的議題。

即使進入後期，受暴女性選擇離開暴力關係，並不表示暴力問題便會徹底消失，Bergen、Finkelhor、Russell 等人的研究已證實，在受暴女性決定離開關係或分居之際，其遭受到的肢體與性暴力程度會更加嚴重，發生的頻率甚至可延遲至離婚後，亦未能結束（引自 Mahoney, Williams, & West, 2001, p. 163）；此外，長期受到施暴者的控制，許多受暴女性已失去經濟能力，此時重新建立個人的謀生能力，以維持基本的生活所需，便顯得格外重要。

故對受暴女性而言，抉擇並非一蹴可幾，需要一段相當漫長時間的醞釀與掙扎。但 Campbell 等人(1998)卻認爲，雖然受暴女性會在關係中不斷地猶豫、徘徊，但每一次的抉擇都意味著受暴女性多增加了一點決心與能力，願意面對暴力問題，即使她又再度回到暴力關係中，亦不能稱之爲失敗；換句話說，他們認爲當時間與經驗累積足夠，受暴女性終能離開暴力關係，或找出最適切的解決之道。

二、研究目的

值得一提的是，上述的研究結果，幾乎都是以已婚受暴女性作爲研究對象，且大多數已離開暴力關係（包含離婚或分居）半年以上，樣本來源多由庇護所、家暴防治中心或女性機構轉介，故受訪者多是以回憶的方式，描述關係與自我的變化，缺乏來自正處於暴力關係中的當事人的主觀經驗。此外，這類型的受訪者對於伴侶的暴力行爲已有一定程度的認識和覺察，對於離開也有較堅定的態度，故相關的研究結果，亦較難精確的顯示出暴力關係初期的資料、當下的想法和掙扎爲何，以及更多未進入社會機構求助的受暴女性觀點。有鑑於此，本研究將從一般社會大眾中，招募遭受伴侶暴

力之未婚女性，包含目前仍維持與已離開暴力關係，兩種不同關係狀態目前作為研究對象，以拓展資料的豐富性和多元性。

再者，過去的研究結果也發現，在已婚受暴女性的抉擇過程中，子女議題、經濟狀況和社會文化對受暴或離婚女性的影響，這三者對於已婚受暴女性抉擇的影響程度最為顯著（吳震環，2007；Belknap, 1999; Johnson, 1992; Woods, 1999）。於是研究者好奇，何以未婚受暴女性既無子女問題需要考量（爭奪監護權或單親教養問題）、現實中與伴侶在財務上的關連性亦不若已婚女性高，且相較於離婚，未婚受暴女性若與伴侶分手，其所受到的社會評價亦較小，但她們對於離開暴力關係仍有許多的掙扎與不捨？

是否乃因對女性而言，關係與自我是密不可分，因此相對於暴力，努力維繫關係具備更重要的意義和價值，使她們難以割捨？或她們在親密關係中會要求自己符合某種社會規範或傳統女性角色？亦或是她們與已婚之受暴女性相同，也受到許多社會文化的影響？害怕外界污名化個人受暴的事實？這些都需要經由實際的研究資料，才能瞭解未婚受暴女性在關係抉擇歷程中的主觀經驗為何。

由於目前台灣學界在探討伴侶暴力議題時，大多仍是以婚姻／家庭暴力作為研究焦點，訪談對象僅限於已婚的受暴女性，尚未有學者關注未婚女性在親密關係中所面臨的暴力問題，故本研究特別以未婚女性為研究對象，希望透過研究，用以瞭解遭受伴侶暴力的未婚女性，其抉擇是否要繼續維繫關係的過程中，曾經歷過哪些變化？抉擇過程中所遭遇的困難為何？期望能藉由歷程性經驗探討，增加外界對她們處境的認識與關心。

研究方法

一、分析方法

由於敘事研究十分重視「互為主體」

(intersubjectivity)的關係，研究者與受訪者兩人所處的位置是平等、和諧的，相互輝映彼此的主體性，而非一問一答的機械對話，更不是一種保持距離或視對方為被動客體的態度，加以操弄（許育光，2000），並尊重受訪者才是本身故事的主要詮釋者和專家（易之新譯，2000）。而研究者亦認為若要能確實貼近未婚女性其所經驗到的暴力處境、關係發展的脈絡、抉擇關係存續與否的心路歷程，唯有深入其親密關係發展的過程與生活經驗中，透過受訪者對自我故事深刻地描述與洞察，才能顯現未婚女性在關係中所歷經的深層意涵。此外，由於暴力關係的發展有其一定的發展脈絡，會隨著時間有所起伏、變動，綜合以上兩點考量，研究者選擇以敘說研究作為資料分析的方法，並以時間軸為核心，鋪陳故事之資料，以描寫受訪者在暴力關係中的變化，希望藉由未婚受暴女性自我的敘說，而能讓外界有機會看見她們選擇的歷程。

二、研究參與者

本研究欲探討遭受伴侶暴力之未婚女性其關係抉擇經驗，因此所選取之受訪者需符合下列標準：

- 1.年滿 18 歲以上之未婚女性，在親密關係中曾經經驗或正遭受伴侶的肢體暴力、性暴力、情緒虐待或高壓控制四種暴力對待中的任何一種。
- 2.此段親密關係形式為異性戀，無共同子女，且交往時間長達一年以上，曾有離開的念頭。
- 3.願意分享個人受暴經驗與抉擇經驗者。

在正式成為研究參與者前，研究者與兩位受訪者先進行一次初談，瞭解受訪者對研究的期望與動機、說明本研究目的與受訪者所需配合的事項、雙方的權利與義務等，並仔細瞭解受訪者所經驗的親密關係狀況、伴侶曾出現的暴力形式等資訊，選取較符合伴侶暴力定義之受訪者作為研究參與者，以增加資料的可信度與一致性，減少因暴力定義與程度不清所造成的混淆。二位受訪者的基本資料，請詳見表 2。

表 2 受訪者基本資料表

代稱	年齡	身份	關係狀況	訪談次數／時數	研究結束前現況
A-小希	21	大四學生	與施暴男友交往七年之久，在這段感情中，小希曾有兩次具體的分手行動。施暴男友自交往第一年開始便出現高壓控制、情緒虐待與數次肢體暴力事件。	初談 1 次／1.5 時 正式訪談 3 次／6.5 時	研究結束前，小希仍未與男友分手，但她表示若男友再度背叛，她便会選擇離開。
C-小蘋	28	上班族	與施暴男友交往一年半，曾有分手意念，但未有行動。施暴男友自交往不久便出現高壓控制、情緒虐待與性暴力，最後因施暴男友表示欣賞其他女性，而離開了暴力關係。目前已離開暴力關係五年多，另有一穩定交往的男友。	初談 1 次／1 時 正式訪談 3 次／5.5 時	與新男友感情穩定，有論及婚嫁的考慮。

三、研究程序與資料分析

由於目前學界仍未整理出一明確的步驟，可說明敘事研究具體的分析方法，故在實際的分析步驟上，研究者則參考了劉淑慧、李玉婷、李華璋與陳坤堡（2006）所發展的資料分析方式，並綜合本研究所需，形成本研究之資料分析步驟，詳細內涵如下：

（一）謄寫訪談逐字稿與編碼

為確保受訪者身份的隱密性，逐字稿中若出現可能辨識受訪者之資料，皆以**或代號取代。且為增加研究者對文本的熟悉性及資料的保密性，所有逐字稿均由研究者親自謄寫，不假他人之手。在編輯逐字稿對話內容時，將按照當次訪談的發言順序逐步編號。英文字母 A 與 C 代表兩位受訪者的發言，在編碼代號中，第一個數字代表訪談的次數，第二個數字代表當次發言的順序，第三個數字代表某次發言的分析次數，例如：A-2-116-2 則表示受訪者 A 第二次訪談，第一百一十六次發言中的第二個敘說單元。

（二）敘說文形成步驟

在謄寫完逐字稿後，研究者依據敘說順序及意涵，將受訪者的每次發言區分成較小的敘說單元，並修整多餘的贅字，在每個段落之首做摘要，形成每一敘說單元的第一層摘要。摘要時力求突顯該段落重要的訊息，保留受訪者

的敘說風格、用詞遣字和語氣。接續，依敘說重點彙整意涵相近的第一層摘要形成第二層摘要，摘要的重點以點明該段落最重要的訊息為核心，並考量上下段摘要的順暢性，減少讀者閱讀的障礙。最後，將相關連的第二層摘要鋪排在一起，萃取出較大的意涵與概念，以言簡意賅，以及最能突顯受訪者敘說特性，兩者作為摘要原則。

（三）形成初步故事文本，經反覆修正後，完成整體敘說文

完成前項工作後，已約略形成受訪者的敘說文，並以此作為後續訪談底本，即在每次訪談前，研究者會將上一次訪談內容所整理成的初步故事文本，寄發給受訪者，請她們確認、校正，並針對前次訪談的不足之處加以補充說明，以彰顯敘事分析的「互為主體性」精神。訪談結束後，研究者將此次訪談的逐字稿，依循先前步驟，再度整理、編輯，並修正錯誤之處，直至研究資料飽和為止。

在不斷閱讀、修正、編輯、審視整體文本後，研究者依據對文本意義的理解與關係發展的脈絡，以時間軸為核心，鋪陳先前初步故事的文本和段落語意，刪除重複或關連性較低的段落，形成更緊密的敘說描述文。在編輯的過程，研究者會以保留故事的脈絡性和整體性，以及受訪者個人的敘說特色與風格，為最高指導原則。

(四) 進行效度檢核，將整體敘說文回饋給受訪者並進行協同分析

Hycner(1985)認為最佳的經驗性效度(experiential validity)檢核方式，便是研究者將截至目前為止所整理、發現的內容，如敘說文等資料回饋給受訪者，其目的有二：第一，取得受訪者的同意，判斷研究者所處理之敘說文等資料，內容是否正確且符合受訪者所欲傳達之意涵；第二，補充資訊，受訪者在閱讀完訪談的資料後，可奠基於先前的資料之上，再增加其他重要的訊息，用以豐富文本厚度。依據受訪者回饋的資料顯示，兩位受訪者皆表示研究者所整理之資料，大體上非常貼近受訪者之主觀經驗（符合度達 90%至 100%），但基於倫理的考量，研究者會刪減或變更某些可能辨識出受訪者的資料，此部分便會降低文本的精確度。

此外，研究者亦邀請一位曾受過質性研究訓練，並完成質性論文研究的輔導與諮商博士生為協同分析員，協助研究者在進行資料分析時，能以更開放、多元的視角檢視文本內容，避免研究者添加過多個人主觀的詮釋或偏誤於文本中。

(五) 深度理解受訪者經驗

完成敘說文後，為了更具體回應本研究之研究目的，並呈現文本的重要意義，研究者以敘說文為基礎，依據研究問題，試圖以深層同理的態度，從表層現象和故事流轉中，對受訪者所經驗到的關係本質和內涵進行解構的動作，提出研究者個人對受訪者的理解，目的是要讓讀者對受訪者的經驗有更深刻的理解。

(六) 跨案例分析

其次，研究者統整兩位受訪者的故事與理解，依據所得之研究資料，針對兩位受訪者經驗中的異同，進行整體抉擇經驗的分析。此部分之內容詳見研究結果中的「綜合分析」一節。

(七) 綜合討論

最後，研究者試圖以性別與文化的視框，

來理解受訪者的親密關係與抉擇經驗，並形成研究者個人的解釋意義，與既有文獻進行對話，目的是希望能從舊有故事中，開展出新的可能性。此部分之內容詳見後續之「討論與建議」。

研究結果

由於本研究僅呈現兩位受訪者之研究資料，無法進行大規模的整理、歸納和驗證，故本研究在抉擇經驗上的討論，論述的重點並非是以明確區分受訪者關係抉擇的「階段」，並定義「期名」為首要目標，而是將焦點置於受訪者在抉擇歷程中，可能產生的變化和心態為何？她們是如何思考是否要繼續維繫關係？以下將分為二個部分呈現，包括：「兩位受訪者之關係抉擇經驗」與「綜合分析」。前者，將先個別呈現兩位遭受伴侶暴力之未婚女性其親密關係概況、抉擇經驗，以及她們在抉擇歷程中的特殊性；其次，綜合兩位受訪者的故事，依據其個人或關係的轉變，分析她們在抉擇歷程中曾歷經之挑戰。

一、兩位受訪者之關係抉擇經驗

不同的受訪者在其關係中，所經驗到的關係抉擇經驗略有差異，以下分別呈現她們在各自暴力關係中的處境與經驗。

(一) 縱然波濤洶湧，仍需尋愛～小希的故事

1. 小希的親密關係概況

小希是一位大四的學生，從孩提時代開始，小希所感受到父母的婚姻關係便相當緊張。小希認為母親太過強勢，才會導致自己的婚姻出現問題，她與母親的關係十分對立。此外，家中經濟不佳，小希從高中開始便身兼數職，必須賺取個人的生活費用，無論是在心理或物質方面，原生家庭所能提供的資源與關注十分匱乏。其施暴男友(G)，則是某大學大三的學生，於訪談當時，兩人已交往七年，各自住在自己的原生家庭中，僅週末或偶爾到對方家

中過夜。小希所經驗到的暴力形式，包含長期的高壓控制、情緒虐待與數次的肢體暴力。

在這段關係中，小希最先體驗到的是來自男友的高壓控制，即男友會對小希的言行舉止與生活有許多命令和規定，例如要求她隨時告知行蹤、與朋友聚會前必須徵得 G 的同意、要求小希下課／班後要立即回家或陪 G，並禁止小希和異性有任何的接觸，逐漸將小希從人際中孤立起來，使小希缺乏外在的力量來肯定自己的感受或想法，對自己和同儕皆有相當大的疏離感。當小希表示反抗時，G 會懷疑小希對感情的忠誠，於是兩人有許多衝突，小希爲了避免爭吵，便會順應 G 的要求，減少外出的機會，盡量讓自己的行爲符合 G 的期望。

基於控制之下，G 逐漸成爲小希的生活重心，更加強 G 對小希的頤指氣使，一旦小希的行爲不如 G 的心意，G 會發脾氣，並將所有的責任推給小希，要求小希改進，例如小希不能漏接 G 的來電，否則 G 會非常生氣，一直狂打電話或直接去小希家，直到找到小希爲止。在兩人的關係中，G 握有較多的權力，互動方式十分不對等且傾斜，G 能隨心所欲做自己想做的事情，但小希不能，否則會被冠上任性、歇斯底里的標籤；到後期，G 甚至會以傷害自己來造成小希的愧疚感和自責，使小希擔心分離可能會帶來出乎預期的結果，是她無法負擔的。

而相較情緒虐待與高壓控制，強烈肢體暴力出現的時間點較晚，大多是 G 發現小希與其他男性有來往時，便會因情緒失控出手傷人。

2. 小希的關係抉擇經驗

自國三起，小希便與男友開始交往，除了暴力問題外，這段長達七年之久的關係，其實最令小希感到傷心的是男友在交往的期間，一直持續不斷與第三者互動，但小希卻一直選擇原諒對方，並相信男友對自己才是真心的。而小希的關係抉擇經驗大致可區分成以下幾個階段：

(1) 全然配合，自責以對：

高二前，面對男友的控制和劈腿行爲，小希曾有過短暫分手的念頭，但因爲自己已爲了

和男友讀同一所高中，放棄了自己的夢想；此外，小希認爲男友之所以會持續不斷劈腿，是因爲她自己不夠好，無法滿足男友的需要，男友才會另尋刺激。故她習慣以自責的態度回應男友不忠的行爲，以及關係中的衝突。

基於以上兩個因素，讓小希不願意輕言放棄，故關係之初，她選擇以順應、配合、容忍的方式回應男友不當的對待，期望藉由調整自己的行爲來滿足男友的需求，降低他劈腿的頻率，讓關係得以繼續維持。

「高一他就跟另外兩個女生交往了，...剛開始我還是覺得沒什麼，...因爲他一直說他對我才真是真心的，其他人只是玩玩。」
(A-1-058~059)

「他一上高中就這樣對我，我也有想過分手，但是我是爲了他才直升高中部的，如果分手了，就等於放棄我讀第一志願的夢想，我覺得因爲他已經放棄了自己的夢想，我不能這麼容易放棄這段感情啊！我應該要努力看看。」
(A-1-059~060)

顯示此階段的小希，在關係中傾向壓抑自我，關注他人的需求，更勝於自己。

「...我覺得外遇不見得都是男生的錯，只要我做好一點，他就會回心轉意了；換句話說，他沒辦法把專注力都放在我身上，我會覺得是因爲我自己不好造成的，我沒辦法完全滿足他的需要，他才會外遇。」(A-1-071~073)

(2) 不滿反抗，背叛報復：

而第一次提出分手起因於小希無法確認男友的心意，發覺男友與 M 女（第三者）並非玩玩，於是她藉由與 D 男交往來報復男友不公平的對待，具有挑戰的意味；對此，男友的反應是憤怒的並揚言毆打 D 男，最後小希仍選擇留下。

「...但到了高二，他開始跟 M 女交往，這一段關係我非常不能釋懷，因爲持續太久了，一直到大學，這已經不是玩玩了...」
(A-1-078~080)

「他陪我的時間越來越少，甚至跨年、他的生日，他都跟 M 女在一起，丟下我一個人，

我覺得太誇張，這不是玩玩而已了，他是認真的，於是我決定要分手。因此，我在沒告知他分手的情況下，我就跟 D 男在一起，這時他才知道原來我會離開，他一直以為我不會跑掉。但等我真的交其他男朋友時，他又來找我，並揚言要打 D 男，我只好跟 D 男分手...」(A-1-096~097)

但小希表示這過程她的心態已經開始改變，她理解到無論自己做再多的調整，都無法停止男友的劈腿行為，因此她決定不再將注意力只專注在男友身上，開始想替自己爭取一些空間和權利，這其中也隱含著反抗的意味，才會有 X 男的出現。顯示此階段的小希，其自我已逐漸開始鬆動、轉變，不再完全以伴侶為主。

「到了高三快畢業時，...也大概是從這時候開始，因為 G 跟 M 女在一起真的太久了，於是我的心態開始出現改變，有時我會跟別人出去，我覺得是很正常的交往啊！沒做什麼，所以當時才會跟 X 男很曖昧。」(A-1-133~134)

但男友知悉此事後，一開始的反應相當激烈並對小希暴力相向，但事後男友又藉由性的互動修復兩人的關係，並表示後悔與歉意，面對男友的挽留和體貼，無法得到原生家庭關愛的小希，便又選擇留了下來。

「有次我跟 X 男去看電影，他找不到我，就到我家樓下等我，因此被他發現我跟 X 男在一起。他向 X 男表明是我男朋友的身份後，就要我上他的摩托車。一騎走，他便發飆，他沒辦法接受我會背叛，他打我、摑我巴掌，還停在路旁摔安全帽。除此之外，他在騎車的同時，還反手掐住我的脖子，我整個人幾乎是前傾的，沒辦法坐在椅墊上。當時時速很快，他已經失去理智，這是他第二次打我。他還把我的 sim 卡丟掉，警告我不准再有別人，之後要我去便利商店買易付卡，可是那時我不到 20 歲，不能買，他就在便利商店裡踹我。我們交往七年，他總共打我 3、4 次。」(A-1-130~132)

「...他打我後，我們回他家，他就拿筆去戳他的心臟，說他受傷了，我覺得好恐怖，我去抱他，之後我們有做愛，隔天也就沒事了，

他居然還問我痛不痛，跟我道歉，他說他真的很難過、很激動。...(A-2-082~084)...性是我們關係的潤滑劑，只要我們吵架後，有做愛就一定會沒事，...是修復我們關係裂痕的方法。」(A-2-067~069)

從以上兩次事件中，研究者發現小希在面對關係問題時，其因應方式往往是採取與其他異性來往，以表示自己心中的不滿。對此，其男友的反應則先是憤怒、甚至動手傷害小希，但事後又會對自己的行為感到後悔，以討好(餽贈禮物)、補償或承諾(對小希才是認真的)的方式挽留小希，讓小希感覺自己被重視，這份關係仍有愛意存在，因而原諒男友的暴力或劈腿行為。

(3)渴望獨立，爭取自我：

上大學後，因生活環境的轉換，小希開始想要嘗試不同的新生活，卻囿於男友的監控，讓她無法自由發展，於是她曾在大二時，堅決向男友提出分手，希望改變兩人的互動方式。

此階段的小希，隨著年紀的增長，與個人在生活、課業上的獲得，其自我較為堅定，能夠嘗試回到關係中調整兩人的互動。

「...會決定分手是因為我不想繼續被他限制，不能做好多事情，必須經過他的同意。我覺得上大學後，世界很大，不像高中都綁在小小的地方，其實我很喜歡看不同的東西、逛街，但他不喜歡又不准我去，也不准我接觸各種東西，生活真的很無趣。...我一直覺得他對待我的方式不對，只是那次我很堅持不要他這樣對我了，希望改變我們互動的方式。我們便分手了一個星期...」(A-1-116~121)

此次的分手，某種程度亦達到小希的期望，兩人的互動模式有所改善，她本有與男友復合的打算。

「那星期他對我超級好，我過得很輕鬆自在，不需要隨時打電話給他，讓他知道我在哪裡，超自在的，也覺得他有改變，我有打算等他回來就合好。不過，那時他跟我說，他要跟朋友去南部一個星期，我沒有過問他跟誰去，結果他是跟 M 女去。(A-1-122)」

然而，天不從人願，小希在無意中發現男友與 M 女持續交往的事實（先前 G 曾欺騙小希，他已與 M 女分手），讓小希感覺再度被背叛，好強的她不允許感情是在如此難堪的情況下結束，因而強化了小希與男友復合的意願。

「當我知道他跟 M 女在一起後，我抓狂了，...覺得被騙，...可是他卻覺得是我變了，他覺得是我要分手，他要跟誰出去是他的自由。(A-1-126~127)...那時我真的被氣到了，很不爽，覺得怎麼可以我都沒跟你出去這麼久過，可是你卻先跟別人做，這不可以，...(A-3-058~062)...所以隔了一段時候後，我們還是和好了，但之後他的姿態變得很高，因為分手是我提的，...」(A-1-127~128)

(4)自我照顧 vs.自私無情：

小希之所以沒有因為 G 劈腿，選擇分手，除了不甘心之外，在小希的觀念裡，她認為凡事都應該先反求諸己，因此無論是在親密關係或一般的人際關係，她所呈現的風格皆是傾向犧牲、自我檢討、不認為自己有權力要求或傷害別人，故當她意識到自己欲分手的決定，很可能會讓 G 受傷時，罪惡感和愧疚感會讓她對自己的行為感到不安，因而無法堅持自己的決定。

「其實經過這麼難堪的事情後，我曾覺得就讓 G 走好了，可是他真的要離開時，他又會說一些感謝我的話，於是我的身體會很自然的拉住他，但我心裡真正的感覺是很煩的。...(A-1-140~141)每次我們吵架，他都會表現出很受傷的樣子，讓我很有罪惡感，不能安心的走。...沒有愧疚感的離開，對我很重要，否則我會掛心自己曾傷害一個人，所以我希望他說分手。」

「我會這樣想是因為...有一個觀念我印象很深刻，...意思是說當你一隻手指頭指別人時，有四隻是指自己的，所以我學會了做事情要先看自己，別人可以對不起我，我不能對不起別人，我無法控制別人，但我可以控制自己。」(A-1-141~143)

(5)被喜歡=好女孩！？

小希之所以會如此在意外界的眼光，還有很重要的一個因素是，她傾向將自我的價值，建築於外界的評價與肯定之上，極力避免自己的行為與社會期待不符。

「...我覺得人需要被別人認同，我如果不是被愛的，我會覺得自己能力不好，我很在意自己在關係是不是被喜歡的，我覺得別人會討厭我，是我自己的問題，我會反省自己哪裡做不好，...得到大家的喜歡，對我來說意味著支持，活在掌聲中，代表我有能力。...」(A-2-033~037)

一如她對女強人的看法，深刻地影響到她對個人生涯的方向，她心中所期待的完美女性，是以男性為主，在關係中表現出順從、溫柔與體貼，因此她無法表現出果斷的一面，害怕自己的決定，讓伴侶傷心、難過，從而讓愧疚感將她牽絆住。

「我不想成為有高成就的人，...當女強人，而沒有家庭。而且我認為我當一個女強人，男生是會很在意的，另一半能力比你強，他會有壓力，我不想要一個女生到老，還是孤單一個人，讓別人以為我很失敗...加上現在的社會還是不太能接受女強人，我不要因為工作失去家庭。...女強人對我來說意味著一種孤單的感覺，我不要，...我想走入家庭...(A-2-012~024)」

由此可知，小希對自我的認同是建立在關係之中，相當重視關係並用以評斷自我之價值，故失去親密關係，將使她喪失一部份的自我認同，並產生自我懷疑。

(6)痛苦與甜蜜交替：

此外，雖然這段關係存在著許多令人不舒服的互動，但衝突結束後，G 也有許多好的部分可平衡小希對關係的負向感受，例如 G 的體貼、關心、對小希在金錢上的付出等，讓小希一直以為 G 最愛的是自己、存在關係中的自己才是具有重要性與價值性。特別是小希的家人較難提供她所需要的關注，因此 G 填補了小希對愛與隸屬的需求，具有不可取代的意義，相較於控制與暴力，男友在關係中偶而為之的甜蜜行為，對於小希的抉擇具有強烈的影響力，

在沒有其他資源可提供小希所重視的關心前，G 在她心中的重要性是無法降低的。

「而且 G 對我的關心很多，譬如他知道我的家庭狀況，他會為我存錢，克制自己想買的東西，留下來給我用...；當我跟媽媽吵架時，他也出面保護我，對比起我的媽媽會打我，他讓我知道他真的很關心、擔心我。所以雖然他會控制我，可是他也讓我感覺到被關心，而且他也慢慢再改變，...雖然他改變很慢，有時候還會變回去，可是我覺得他為我做很多努力。...他真的很在乎我；...我要的是一種被關心的感覺。所以我會在這段關係中一直沒有離開，他讓我感覺被愛是很重要的原因。」(A-2-038~042)

(7)相互猜忌，糾纏不清：

到了後期，男友的不忠已導致兩人的關係，出現難以修復的裂痕，也讓小希無法全然的信任男友，故兩人時有爭執；而 G 也曾因小希的懷疑，感覺不耐而提議分開，但因兩人對分手的態度並不堅定，最後便往往是不了了之。

「...有次又因為 M 女的事情，我們吵架了，在我霹哩啪啦講一大堆之後，他就說：『我們分開好了』，他覺得我太歇斯底里，他受不了。只要他提出要求，我不會說不好，但我需要明確的答案，於是我問他確定嗎？他說：『他為他做錯的事情做決定，我也為我做錯的事情做決定。...他說先分開冷靜，等我好了再打給他。』我問他這什麼意思，是分手嗎？他說：『不是，只是先分開冷靜。』但我想要的是一個肯定的答案，要嘛！就分手，我不需要先分開冷靜，...(A-2-002)...我沒有就這樣答應分手，是因為他說分開對我比較好，我以後就可以想做什麼，就做什麼。他這麼說，會讓我覺得他不是真的想分開，我認為他是以退為進，...我不希望是因為吵架分開，不歡而散的結束。」(A-2-006~009)

亦或是當 G 意識到小希有疏遠之意圖時，他便又會將關係拉近，因此兩人的互動十分糾結。

「...其實當我有分手念頭時，我就會要自己不要去打電話減少聯絡，可是他會發現不對

勁，感覺到我在拉開距離，他就會拉近距離，於是我們就一直糾纏不清。...我知道自己對他很重要，我在想要不要等我不這麼重要時，我再離開他。」(A-1-194~199)

(8)嘗試改變，駐足觀望：

走過這麼多風風雨雨，雖然兩人都曾對感情不忠，造成彼此的猜忌與裂痕，但這一段感情已維持了七年，小希投注太多的時間和心力，離開意味著過去的投資將化為烏有，對小希而言，是很大的否定和失落；加上男友在過程中，並非全然的不好，他偶而為之的改變，或對小希的體貼、關懷，都會增加小希對關係的正向預期。故小希目前仍傾向繼續駐足在關係中，藉由自己的策略或方式，例如：撒嬌、陽奉陰違、測試男友的底線、減少報備的次數等，改善關係品質，直到她無法再感受男友對自己的關愛為止。

「我們的關係還是有甜蜜的部分，我覺得就算有十件不好的事情，只要他有一件好的事情就可以了，...他真的對我太重要了。」(A-3-014~019)

「我覺得跟他分手，我就失去了愛情，...我在愛情投入的東西比我在友情、親情還多，這是我生命中很重要、穩定的基礎，如果分手，生活中最主要的東西就不見了。雖然我可以再找，可是...我花了七年愛他，我不可能只花七年忘記他，沒錯，我可以再有下一個男朋友，可是...我會拿新的跟 G 比，這是很自然的。所以與其離開，衝擊很大，不如先試試看...」(A-3-073~074)

「所以現在漸漸地，我會開始故意不打電話給他，假裝遲到不打電話，他要求我的事情，為了關係的和諧，表面上我會好好的，但私底下照做。我會去測試他的底線在哪裡？他生氣時，就用撒嬌的方式處理，慢慢地他就能接受，不生氣了，比較會讓我跟朋友出去，...」(A-1-189~191)

「...我情願委屈犧牲自己，雖然會傷心，但對得起我自己，我行得正，也希望關係變得和諧一點，如果他改變一點，我還是會願意一

直跟他在一起。(A-1-168~71)...除非他很明確地跟我說分手,或者我不懂得什麼叫原諒的時候,我心中對他沒有寬恕的話,...(A-1-271~273)...或許有一天他不愛我了,或是他讓我感覺到孤單,沒辦法滿足我最在意的這件事情,我們就會分手。」(A-2-073~074)

(9)理解與認識:

從上述描述中,即可明顯的感受到小希對於決定分手,其實並不十分肯定、堅決,她對這份感情仍有許多的保留與期待,故即使男友不斷地劈腿,她依然都選擇原諒他。

但在這三次的訪談中,研究者發現小希慢慢地也在透露她對目前關係的不滿意,以及對未來的期許、自我的認識皆逐漸在增加中「...以前會覺得他控制我,是因為他在乎我,他是在吃醋、佔有慾強,但是隨著年紀變大,這會造成我生活上的困擾,我開始覺得是幼稚,不是愛。...(A-1-185~187)」,只是長期處在一段關係中,已培養出許多根深蒂固的習慣或態度,離開並非易事,因而在小希的文本中,可以看到許多矛盾的想法,不斷地在拉扯她的決定。

此外,在關係中小希傾向把自己放在犧牲、付出的位置、不認為自己有權力能對別人提出要求、害怕爭取自我的權利時,會失去與他人的連結,關注他人的需求更甚於自己,在在都可發現小希受到傳統對女性角色期待的影響相當大,認為迎合他人,才能維繫關係,獲得自我的肯定,因此要小希主動提出分手是非常困難的,除了承受關係的失落外,她還必須反抗傳統規範對女性既定的形象與規定,不再忽視個人的感受,練習在關係中平衡他人與自我的需要。因此,就目前的處境,小希在抉擇上依然傾向被動回應男友的態度和行為。

「我很想要得到別人的認同和喜歡,離開他也代表我失去一個被看到的機會,我不希望自己是被埋沒、看不見、隱形的,我沒辦法用自己的眼睛看到自己就好,我會希望自己是適應環境啊!...當我的價值觀和社會規範不太一樣的時候,就代表我沒辦法適應環境啊!

我就沒辦法肯定我自己的價值觀是對的...。假如有十個人,只有我的想法跟其他九個人不一樣,我就會覺得我要用其他人的方式。...我會覺得外面還是會期待我聽話一點,不要有這麼多的意見,...我找不到自己的定位,...不管是在人際關係或者親密關係中,我都有這種很深刻的感覺。」(A-3-091~096)

3.小希的兩難

小希在國中時期便與施暴男友開始交往,這段關係維持了七年之久,是小希生命故事裡,非常重要且持續在進行的經驗,再加上小希的家庭無法給予她足夠的支持和關愛;以致於對小希而言,雖然男友帶給她許多傷害和限制,但男友在她心目中的重要性卻遠勝於父母,畢竟男友是小希自小到大,最能滿足她所渴求關愛的人,這是她身旁的家人朋友所無法提供的,故離開意味著小希將失去一份重要的連結,於是她情願選擇繼續留在關係中。

基於此脈絡,這使得小希在面對抉擇議題時,她的內心其實一直沒有非常肯定地要結束這段關係,進而對分離有積極的準備或行動;小希所謂的「調整」,很多時候是透過她與其他異性的互動,間接向男友表示不滿,亦或是採取低姿態的方式希望改善兩人的互動模式,努力說服自己繼續留在關係中。因此,小希在面對抉擇議題時,時常會陷在「滿足被愛的需求」和「成長的自由」中,動彈不得,故她的抉擇歷程便顯得較為猶豫、被動,對於分手的態度也較為保留。

(二)戒掉你餵的毒~小蘋的故事

1.小蘋的親密關係概況

小蘋 28 歲,目前有一份穩定的工作;施暴前男友(I)27 歲,兩人交往一年半,已分手五年多,小蘋另有一交往四年多的男友(K 男)。相戀時,小蘋是大三學生,21 歲,前男友(I)大二,20 歲,兩人就讀同一所大學,參加相同的社團。交往後一個月,I 便要求小蘋與他同住,小蘋顧慮父母會生氣,沒有馬上同意,但每個星期有一半的時間必須住在 I 校外租的房子

(否則 I 會質疑小蘋的忠誠)，升大四後，小蘋才正式與 I 同居。小蘋在親密關係中所經驗到的暴力形式，包含長期的高壓控制、言語和情緒虐待，以及不愉快的性互動。

其中高壓控制出現的時間點非常早，小蘋與 I 一交往後，I 就會以吃醋為由，要求小蘋不能繼續參加社團、減少與友人的接觸、下課後直接回兩人同居的住所，限制小蘋的行動自由…等，但 I 卻可以繼續保有個人的社交生活，造成小蘋在關係中孤立的處境，缺乏同儕的支持與互動，使 I 逐漸成為她生活的重心。

進入關係中期，I 常以言語羞辱小蘋，包括行為舉止、學歷、能力、性方面的攻擊。基於關係的情意，這些貶低的言語對小蘋產生洗腦的作用，讓她慢慢相信自己真如 I 所言，沒有價值，因此小蘋在關係中是相當低自尊的，以為自己必須依賴此份關係才能生存，沒有勇氣和自信可以離開這份關係。且 I 時常莫名其妙的勃然大怒，將衝突的責任全推給小蘋，在面對暴怒的 I 時，受到驚嚇的小蘋，無法立即有適當的認知或策略來回應 I 的攻擊，加上 I 強烈的情緒，會讓小蘋以為真的是自己的問題，為了避免爭吵遽增，小蘋只能默默地忍受 I 的脾氣，長時間累積下來，小蘋已習慣用自責、忍耐的方式，回應 I 無理的態度。此外，I 也常懷疑小蘋對感情不忠，並曾以生命威脅小蘋對關係忠誠，讓小蘋必須不斷地符合 I 的規定，以證明自己的清白。

在小蘋的經驗中，性暴力是相當隱微的，I 曾要求小蘋進行一些令她不愉快的性互動，例如在大街上公然摸胸、爭吵後不顧小蘋的意願，堅持立即做愛、口交等，若小蘋拒絕，男友便會以此質疑小蘋對關係的忠誠度與投入度。而男友對性的要求與態度，使得小蘋必須盡力證明自己的忠貞，進而產生莫大的壓力，兩人關係結構相當傾斜。

2. 小蘋的關係抉擇經驗

在小蘋的關係中，表面上的去留問題並不是由她控制的，而是掌握在男友手中，故對她而言，所謂的抉擇其焦點在於她在過程中是如

何決定逐漸收回對男友的眷戀和情感上的依賴。大致可區分成以下幾個階段：

(1) 全然配合，委曲求全：

由於當初小蘋與男友是歷經許多波折才正式成為男女朋友，因此對小蘋而言，這段關係得來不易，她覺得應該要好好珍惜；加上進入關係後，男友的高壓控制造成小蘋孤立的處境，以及貶低的言語對小蘋心理上造成的傷害，在在都讓小蘋不敢輕易離開這段關係。

為了維持關係和諧，小蘋傾向在關係中讓自我消音，減少關係衝突的機會，並採取合理化的策略，說服自己繼續停留在關係之中。

「跟他在一起會這麼委屈求全，可能也是因為我們在一起的過程很曲折，很辛苦，他必須背叛，我也有背叛別人的感覺才能在一起，這段關係得來不易，對我來講要維繫也不是這麼容易，...會更加讓我覺得沒有聲音一點，不要有這麼多衝突，我們的關係就會好一點，為了關係的和諧，我願意這麼做。」(C-1-087)

「...但是跟他在一起之後，我根本是沒有人際關係的，...我整個是孤立無援的，...(C-1-100~101)所以不會想離開也是因為在那段關係中，他是我的全部，很自然的不會因為他對我做什麼，我就想離開。...我把他對我的方式解釋成他愛我，不會覺得他的控制或言語羞辱是不對的，把他的一切行為都合理化了，...就覺得這是他愛我的方式，很努力維持這份關係。」(C-2-053~056)

(2) 動則得咎，失去自我：

但 I 的情緒卻變化無常，在毫無防備的情況下，面對來自男友的指責與攻擊，常讓小蘋受到驚嚇，失去冷靜思考的能力，無法在當下清楚分辨問題的是與非，只能不斷地向 I 解釋，但 I 又會將這些解釋當作是對他的批評，於是衝突越演越烈，到最後小蘋選擇用麻木回應之，並祈禱衝突儘快結束，一切又會回復正常。

「...他常常會暴怒，突然態度變的很兇，...我試著解釋不是這個意思時，他又會說：『妳這樣說，是我不對嗎？』就又会更兇的反駁我，

我怎麼解釋都沒用，到最後我就不講了，覺得再講只會引發更大的爭執，那乾脆不要說。...在吵架時我會嚇到，但從沒有想過他這麼兇是錯的，或者我不需要忍受他的脾氣，我只想要趕快把爭吵平息。」(C-3-011~013)

長期下來，來自男友的貶低與洗腦，讓小蘋關係中失去逐漸失去自我，以 I 的判斷為判斷，意見為意見，以為聽話、順從，才是維繫關係唯一方法，不敢說出自己的需要，害怕就此失去這份關係。

「...會這麼害怕他離開我，我覺得是因為 I 會一直給我洗腦，...他會一直不停的貶低我的自信，跟我說：『我們分開之後，不一定會有人要我之類的话。』在那個環境中，我是非常低自尊的，我對自己沒有信心，所以我一直不敢離開。...我很難想像離開他，我的世界會如何，這是非常恐怖的事情。(C-2-023~026)...我沒有任何的資源和勇氣可以離開關係。」(C-3-031)

(3)痛苦甜蜜，交替循環：

雖然在衝突時，小蘋曾出現分手的念頭，但事實上，她並沒有深刻的思考過兩人的關係是否適合，且交替出現的甜蜜和暴力，也混淆了她對這份關係的感受，為了繼續維繫關係，她傾向將思考的焦點置於正向的經驗上，以忍受衝突所帶來的痛苦，因此當爭吵結束時，她依然會選擇留在關係中。

「...這是我留下來很大的因素，如果他生氣完不理我，棄之不理，我就會失望的更快，可是他不只有兇，還有甜蜜的部分。就好像是一個循環，就是衝突，然後甜蜜，又衝突很高、甜蜜。衝突時，我沒辦法思考，甜蜜時他又對我很好，我也不會去想說關係有什麼問題。」(C-3-023~025)

(4)女性=照顧者=溫柔、順從？

再者，小蘋在原生家庭所觀察到的親密關係互動方式，便是父親擁有較多的權力可以支配母親的行為，也時常莫名其妙發脾氣，而母親使用的回應方式即默默承受、不加以反抗，並負擔起照顧者的角色，這使得小蘋在自己的

親密關係時，男友出現與父親類似的行為時，她不容易發覺這是不合理的互動，並以為仿效母親的行為，要求自己溫柔、順從，才會符合好的女性角色。

「或許因為我爸爸也...常莫名其妙生氣(C-2-106)，媽媽很委屈，但不會說...，我也沒看過媽媽用其他方式回應我爸的情緒，或者為自己爭取。我媽甚至會覺得以後我是要嫁到人家家的，要我多順人家的習慣、要聽話。」(C-3-050~055)

「...而媽媽回應的方式會影響我，...以前我會有一個想法是要像媽媽這樣才會有人愛，人家才會疼，...男朋友的要求就是應該盡量配合，也會覺得女生就應該溫柔、順服一點，才符合女生的標準。」(C-2-075~077)

小蘋甚至表示身處於暴力關係時，她從未想過自己可擁有主動離開關係的權利，或思考這段關係是否有維繫的必要。

「...我在家裡看到的關係互動就是這樣，所以當這也發生在我的關係中時，我就不能很快的意識到這其是有問題的，...」(C-2-058~060)

(5)被動決定，難以拒絕：

大約在小蘋大四即將畢業之際，男友以讓小蘋專心準備考試為由，主動向小蘋提出分手後，由於小蘋相當重視家人，故當男友以此作為分手的藉口時，小蘋毫無反駁的立場，只能被動接受男友的決定，離開這份關係。

「我們會分手，大概是我大四，五月的時候，他說要讓我考研究所，讓我安靜唸書，一年之後再在一起。那時距離我畢業還有一個月，我知道我們會因為這個理由分手。...(C-1-136)因為他知道我的家庭情況，所以當他跟我說：『要分手，讓我專心考研究所，以後才不會讓我爸媽很辛苦。』我沒有任何拒絕的理由啊！...」(C-1-125~129)

(6)藕斷絲連，反覆驗證：

但男友分手時曾給小蘋承諾，表示兩人一年之後會再復合，都讓小蘋無法輕易的割捨這段感情，只要關係仍有愛意的成分存在，她就有堅持的理由，分手後兩人也一直保有性關係。

即使她自知這段關係，已造成她很大的傷害，她仍不願輕易放棄，可見得關係對她的自我與生活而言，是非常重要的環。

「分手之後我一直有痛苦的感覺，只是他那時還給我一個承諾，...所以一開始我們不像分手，回去還是像情侶一樣，那時真的讓我很錯亂，...」(C-2-065)

只是過程中，男友對待小蘋忽冷忽熱的態度，卻也讓小蘋持續處在掙扎、矛盾、糾結的心情中，無法輕易自感情漩渦中抽身。

「在我準備考試的這一年中，他有時會打電話給我，我也常常會想打電話給他，到週末的時候，都會想找理由回去見他，...每次去，我們也還是會發生性關係(C-1-141)，...前半年去的次數滿頻繁的，到後來我感覺他越來越冷淡，有其他女生出現的跡象越來越多，他打電話的頻率也變少了，我就很想放棄。我告訴自己，...就不要再打電話了，...可是當我想放棄時，很巧的是他那天就會打電話或傳簡訊給我，鼓勵我，真的讓我放不掉！」(C-1-144)

「我覺得我的離開是因為我慢慢發現很多訊息在告訴我，我們是不可能的，我一點一點的告訴自己，要離開，講一百次沒用，我就講一千次，慢慢覺得離開是對的。...(C-2-063~064)那一年我一直在...驗證我們是沒有未來的。所以當他告訴我他想追別人時，我就不需要再去驗證了，...」(C-2-065)

(7)期待落空，不再等待：

直到男友間接表示他已有其他心儀的女性，不會再對小蘋付出關愛，小蘋確知自己再也無法繼續從這段關係滿足個人被愛的需要，已失去維繫的理由與動力，她才接受兩人分手的事實。

「後來我考完，...我就問他：『現在我考完了，當初你說一年後會在一起，我也一直沒忘記你，我們還有可能在一起嗎？』他沒有正面拒絕，可是他反問我：『我有喜歡一個女生要怎麼追啊！』...之後我就知道這是他拒絕我的方式。...所以讓我下定決心，真的斷了，是這件事情，我確定他心裡有別人了。

(C-1-149~150)對我來講，當...他告訴我這件事情時，也表示我們就不可能在一起了。...也表示他根本不愛我了。...」(C-2-037)

(8)徹底放下，斷絕聯絡：

然而，理智上的接受，不代表情感上能馬上放下，結束與施暴男友近兩年半的糾葛後，藉由時間與空間的距離，小蘋又花了兩年多的時間，漸漸地清楚男友真正的樣貌，瞭解過去男友的冷漠與反覆無常的行為，對她造成的傷害有多深。在某次施暴男友又莫名其妙出現，造成小蘋情緒上的波動後，她決定不再允許施暴男友可以對自己予取予求，於是她主動寫信給施暴男友，表示希望兩人不要再繼續聯絡的立場，從此把男友深藏在回憶裡，不再隨之起舞。

「...雖然我都沒有跟他見面，也不主動跟他聯絡，可是有時候還是會想到他，...我會掛心，...想知道他現在過的如何？...就這樣過了好長一段時間。(C-2-012)...真正斷掉這樣的念頭，大概是兩、三年後了吧！」(C-1-152)

「後來有段期間他常常在MSN上跑出來，丟我一兩句，可是口氣沒有很好，然後人就不見，沒了下文。我覺得很煩...(C-2-011)可是我的立場不同了，那時我為了維持跟他的關係，我會委屈求全來成全這段關係，可是現在以朋友的立場，他憑什麼這樣對我？我不會允許朋友如此莫名其妙的對我...(C-2-017)...於是我就寫了一封信給他，內容是：也許對他來講，事情已經過了很久，他還想用朋友的方式繼續維繫兩人的關係，可是對我來講是不可能的，因為我看到他心情還是會有起伏，還是會難過，請他不要再打擾我，我不可能再當他的朋友，寫完那封信後，我們就沒有聯絡了。」(C-2-011)

(9)今非昔比，找回自信：

促使她轉變的因素來自研究所課程和環境帶來的成長，以及新男友(K男)對待她的方式，都讓小蘋逐漸從傷痛中復原，她可以用不同的角度看待男友的行為，領悟到過去男友是如何影響、傷害她，重新建立自我的信心，以

致於當男友又再次出現在生活中時，她有勇氣寫信給男友斷絕兩人的聯繫，也徹底打包自己對男友的情感。

「...我覺得我現在的男朋友給我很大的幫助，他矯正我對親密關係的錯誤認知；還有念研究所，讓我更知道自己在追求什麼，成為我想追求的那個人。(C-2-018~020)...當朋友又慢慢回來後，他們的存在，讓我可以很自在的做我自己，...不像之前跟 I 在一起，我要很小心翼翼，擔心什麼事情會發生，我可以有自己的夢想，他們會支持我做任何事情，跟他們在一起，我真的可以很自在的做我自己，不需要顧慮到別人怎麼看我...」(C-2-089~093)

(10)確認自我定位與成長：

由於家庭與外在環境的影響，小蘋本以為犧牲奉獻才是維繫關係的唯一方法，以及好女人的表現，但經歷這段感情後，她深刻的體認到唯有先懂得愛自己，勇敢做自己，關係才能平等和諧。顯示此階段的小蘋，已在心中找到平衡自我與他人需求的定位，不會因為關係，而將完全犧牲自我。

「而我會想照顧 I，也跟媽媽有關係，我媽媽是全職的家庭主婦，工作就是把家顧好，所以我跟 I 一起住時，掃地、洗衣服都是我，對他來講是理所當然，對我也是；當他生氣時，也會想照顧他的情緒或感受。...本來這種種都讓我覺得把別人照顧的無微不至，或很順服、聽從，可以得到別人的愛或維持一段關係，但是當 I 離開時，我就知道自己這樣做完全不對，甚至有一個想法是，我為你委屈求全到我什麼都沒有了，沒有朋友、自己、自信、社交，你還是選擇離開，那我不如好好做好我自己，有種絕地逢生的感覺。」(C-2-078~079)

現在的她懂得溝通的重要，也知道所謂的愛並不是控制或犧牲，應該學習彼此尊重。

「和 I 分手後，我本來學到關係有一個既定的模式，可是...跟 K 男（新男友）在一起，我發覺溝通很重要，未必要找一個愛你的人，可是要找一個可以溝通的人...。(C-2-111)...我覺得在關係中，做自己很重要，如果為對方改

變自己的話，你自己都不愛自己了，怎麼叫別人愛你。」(C-2-114)

在過去小蘋認為自己是毫無選擇的必須留在關係中，承擔維繫關係和諧的責任，而今再次回顧這段感情，她看到其實是自己的反應與態度增強了伴侶的暴力行為，因此她不選擇怨恨，而是勇於承擔自己不足的部分，瞭解關係的惡化其實雙方都有責任，不單是一方問題。

「再回去看這段關係，我覺得責任不完全在他身上，我也有責任，是我自己願意讓他把我變成那樣的，現在的我如果跟 I 在一起，我會教育他，他不接受，我就會分手，表示我們不合。可是那時我是很努力委屈求全，讓自己跟他合，卻也改變了我自己，跟他在一起的我，不是真的我。所以關係會變成最後那樣，我們雙方都有責任，才會讓互動變成那樣。...」(C-2-108~109)

(11)理解與認識：

對小蘋來說，這段關係最痛苦的不是 I 對她的不當行為，而是接受分手的過程，她必須承認這段關係就此結束，不會再有機會，這等於宣告她賴以維生的世界會瞬間崩毀，她需要時間才能再次慢慢建築出屬於自己的城堡，並放下對男友的眷戀。

放下，意味著小蘋必須重新發現自己有決定的權利，奪回失去的自我，並親手將 I 從心中割捨出去，讓自己主宰這份關係，開始為自己而活。然而，這樣的生存姿態，並非她所熟悉，在關係中，小蘋常常告訴自己多忍耐，等一下就好了，但「忍」字其實是心上的一把刀，無形中她早已傷痕累累，要她做這麼大的轉變是非常艱難的，因此分手的頭一年，她不斷在練習、煎熬著。

所幸成長的痛也激發她改變的力量，小蘋才能蛻變成今日的樣貌，有勇氣為自己發聲。小蘋的故事，清楚的顯示在未婚受暴女性的關係中，所謂的抉擇經驗，不只是表面的去留問題，而是更深層地在描繪一位女性自我蛻變的過程。

當我將訪談化為文字，並請小蘋協助我審

核資料時，她一再地提醒我，她不覺得 I 對她的行為是一種「暴力」，這樣的字詞太強烈，與她的經驗有落差。她的回饋讓我重新思考，究竟是什麼讓小蘋難以將過去的經驗定義成暴力關係？她擔心的是什麼？我所呈現的資料是否太過偏頗？

於是我重新將焦點移出，不只關注受訪者的受暴經驗，而是更細緻、全面地檢視關係中互動的狀況，才發現關係中美好的部分，對她們有深刻的意義。這份關係雖然帶來傷害，卻也滿足了她們對愛與隸屬的渴望，這樣的需求是很根本、直接的，以致於她們會掙扎不已，難以離開。換言之，交替出現的衝突和甜蜜會模糊受訪者對這份關係的認識，她們無法離開的原因，其實是與關係本質有關，兩人在關係中互動的模式會限制受訪者的反應或能力。

3.小蘋的重生

相較於小希的故事，小蘋在關係中所遭遇的高壓控制更為顯著，她成為愛情的人質，施暴男友切斷她所有的資源，使得她必須以施暴男友為生活的重心，且施暴男友會在互動的過程中，逐步摧毀小蘋的自信，這對於她在抉擇時，是相當不利的因素，她沒有任何的力量與資源，可以主動提出分手，但當施暴男友決定分手，或要求在分手後仍保持性關係，小蘋卻都只能一一接受。

幸運地是，雖然是施暴男友主動提出分手，小蘋也經歷了一段痛苦的療傷期，但空間上的距離和生活上的變化（研究所），卻也讓她慢慢找回那些失落的自我，一步步的拼湊出新的面貌。她在抉擇的歷程中，經歷了許多的練習、磨難和掙扎，漸漸地她看清楚施暴男友的情緒化和反覆無常，她沒有必要再繼續忍受施暴男友的行為，於是乎小蘋選擇主動寫信給他切斷兩人的關係。換言之，雖然表面上的分手，是由施暴男友決定，但小蘋並非是全然地被動，經過時間的沈澱，重生後的她還是有自我保護的能力，不再重蹈覆轍。

二、綜合分析

在暴力關係的初期，無論是基於已付出的成本、個人對感情的信念，或生活的重心等，兩位受訪者大多會將全然的心力投注在關係中，全心配合伴侶的需求，以維持關係的運作。雖然她們或多或少都曾體認到伴侶的某些行為，已帶給自己許多的痛苦和傷害，但基本上她們對於感情的忠誠度依然是相當高，傾向努力調整自己，改善關係品質，將所有生活的重心放在男友身上；加上此階段伴侶的暴力情況仍不嚴重，關係中的正向感受大過於負向經驗，因此受訪者會選擇性的將注意力放在關係中較佳的面向，相信這一切只是暫時的，雨後必然會天晴。

不過，人的忍耐程度終究有限，進入關係中期後，受訪者會開始出現反抗心態，在思考分手議題時，有較多的掙扎和猶豫。在此，研究者發現兩位受訪者所歷經的抉擇經驗，依據其關係的轉換，大致會體驗到以下三種狀態：

（一）停留在暴力關係的顧慮～與愧疚感對戰，並在痛苦與甜蜜中來回拉扯

進入中期後，小希的心態已從全然配合慢慢演變成不滿、叛逆，她體認到關係不可能如同自己想像中的美好，也較看清男友的個性，因此她不再一味的壓抑自己的需要，藉由與他人來往和短暫分手，期盼藉此能調整兩人的互動。

在這樣的過程中，研究者發現小希之所以能繼續停留，很可能是因為她的自我逐漸在茁壯，勇於碰觸自己內在的需求和聲音，以致於她能從畏怯的弱勢處境，緩慢朝向較平衡的關係結構發展，且透過調整、碰撞的過程，伴侶也有機會調整、改善自己的行為，讓小希感覺有所回饋，不再如此委屈、毫無希望感，加上間歇出現的甜蜜感受，滿足了她對愛的需求與渴望，因而使她有繼續駐足在關係中的動力和信心。

不幸的是，小希男友進步的品質卻是相當不穩定、波動的，男友仍會不斷地劈腿，若小希選擇繼續維繫關係，其所要承受的傷痛是相

當大的。可是對小希來說，若要選擇主動結束，她最大的挑戰便是如何解決由自己提出分手，卻不會陷入造成伴侶受傷的「愧疚感」，而無法離去的困境中。

而在小蘋的經驗中，男友情緒化的行為（衝突→暴怒→甜蜜、安撫→衝突），模糊了小蘋對關係的知覺，讓她難以主動選擇離開關係。由於在小蘋的眼中，男友並非全然的壞，他也有很多體貼的地方，偶爾也會營造甜蜜的感覺，都讓她覺得被在乎、關心，這是小蘋在先前感情中未能體會到的感受，故她會很努力的想保有這樣的快樂，對應而生的反應便是小蘋會傾向將焦點停留在正向的經驗上，讓自己有動力繼續維繫關係。此外，當 I 平息憤怒後，他通常也會回過頭來安慰小蘋，顧慮到她的難過和委屈，減緩了關係的緊張感。故小蘋在衝突時，高壓的情境使她難以思考關係問題，進入甜蜜期後，她又無法明確地區辨男友的不當行為，因此她一直缺乏仔細審視感情的機會。

研究者認為由於目前的社會仍鼓勵女性要善良、溫順、犧牲、被動、依賴，並附屬於男人或婚姻之下（張馨濤譯，2002；鄭至慧、劉毓秀、葉安安、顧效齡譯，1997；Gilligan, 1982），並允許男性對女性有較多支配的權利，且不容易被視為是種問題（林麗珊，2001；歐陽子、楊美惠、楊翠屏譯，1999；臨淵譯，1999）。在此種生長脈絡下，要求受訪者主動提出分手並徹底執行，對她們的自我是極具威脅性且違反社會規範的，因此，小希才會很容易將「照顧／保護自己」與「自私」劃上等號，對於讓自己扮演關係的劊子手，有強烈的反感、抗拒；故相較之下，選擇繼續停留或默默承受，似乎是較符合社會所期待的行為。

（二）離開當下的抉擇～被動決定

而在小蘋經驗裡，藉由男友提議暫時分手，她得以拉開與伴侶的關係，有獨立的空間好好檢視自己對這段感情的看法，於是她慢慢察覺到男友另有其他心儀的女性，這段關係終將會結束，於是小蘋對關係開始出現猶豫與懷

疑的心情，並痛苦中掙扎，反應出她對感情的態度已不若初期的堅定、毫無遲疑。

只是她在處理抉擇議題時，也面臨和小希一樣的困難，即雖然有分手的意念，卻無法貫徹自己離開關係的決心，容易被關係中偶爾出現的正向經驗（例如：爭吵後的安撫、性行為的發生）所影響，又再度陷入關係的流沙中輪迴，故結局依舊是交由伴侶執行最終的審判，她被動承受。此後兩人歷經一年的藕斷絲連，直到男友承認已有其他心儀的女性，小蘋才瞭解到這段感情已毫無希望可言，終止對男友的等待與付出。總而言之，在小希和小蘋抉擇的經驗裡，似乎若非由男友主動提出分手，且明確地不再與受訪者聯繫，她們很難離開暴力關係。

（三）離開後的變化～自我的茁壯

但小蘋之所以也願意選擇放下，當中有一個相當關鍵的核心是，她體認到這段關係已毫無情意，伴侶對自己的關愛已不復存在，因而失去了維繫的動機和理由，例如小蘋的男友明確地表示自己已有其他心儀的女性。

以往藉由伴侶的存在，她可以確認自己的價值，靠著被需要獲取生活重心；如今伴侶的絕情，徹底斬斷感情的退路，反倒是給了她離開的力量，得以突破雙重束縛的困境，不需要再繼續嘗試，說服自己明天會更好。

由此可知，維繫關係之所以對女性而言是如此的重要，很可能是因為她們能在其中確認自我之價值與意義，滿足愛與隸屬的需求，一旦關係失去了此功用，便無須再眷戀；這也正是小希一直強調的，也許有一天等到男友明確表示不愛自己，或是無法再滿足她被重視的需要，她就會離開。

藉由在感情中所歷經的磨難，小蘋重塑了自己的新生命，她從一個沒有聲音的人，以為自己只能依附在伴侶之下的角色，逐漸找回自己對生命的熱情和自信，並懂得尊重自己的需要。結束暴力關係後，小蘋表示以往她以為唯有默默付出、包容才是維繫關係的唯一方法，

現在她領悟到犧牲並不能換來一段美好的關係，學習為自己而活是相當重要的，改變了她對親密關係的理解，亦反應出她的自我漸漸在成長、茁壯中。

討論與建議

此節研究者將先討論未婚受暴女性的抉擇經驗與既有文獻資料的異同，其次針對兩位受訪者在抉擇歷程中較獨特之現象，提出個人的想法與理解，共分為以下五個點，包括：(1)與已婚受暴女性關係抉擇經驗之比較、(2)好女人魔咒、(3)自我的重新定位、(4)對諮商實務工作的建議，以及最後(5)研究建議。

一、與已婚受暴女性關係抉擇經驗之比較

先前的實徵研究（朱嘉鳳，2006；吳震環，2007；陳婷蕙，1997；Landenburger, 1989；Merritt-Gray & Wuest, 1995；Moss et al., 1997；Taylor, 2002；Wuest & Merritt-Gray, 1999），在探討已婚受暴女性在暴力關係中的發展與變化時，較少描述已婚受暴女性與施暴者之間的互動方式與內容，較強調受暴女性個人之於關係的轉變，且大多僅單方面呈現關係中較負向的相處經驗與暴力事件，因而容易忽略了關係的複雜性、變動性，與施暴者非暴力行為重燃受暴女性希望感的重要性。而在本研究中，研究者發現受訪者與男友的互動方式，會影響她們對關係品質的知覺，進而影響到她們抉擇的決定，成為她們考量的重要因素之一。

首先，由於受訪者在關係中，並非只經驗到單一負向痛苦的存在，伴侶會不定時在關係中營造些許的正向經驗，以彌補他先前對受訪者所造成的傷害，或滿足受訪者對愛與隸屬的需要，不幸地，此種伴侶偶然在關係中釋放出相愛的線索，卻會讓受訪者對於男友的愛意深信不疑，使她們難以離開暴力關係。換言之，受訪者雖長期處於沈痛的暴力關係，理論上她們早應有分手的念頭或行動，但因為她們間歇

性仍可感受到伴侶所帶來的快樂滋味，又會讓她們對關係充滿期待，甚至當受訪者已消耗殆盡，決定不再對關係抱持希望、漸漸疏遠之際，伴侶亦會感受到受訪者的變化，適時地拉近彼此的距離、補充正面能量，強化受訪者對關係的依賴，使她們徘徊在極度的絕望與希望之中，循環不已。如此交替出現的甜蜜和痛苦，某種程度符合了部分增強(partial reinforcement)的操弄標準，使操作者（施暴男友）對於當事人（受訪者）有極大的控制力，是當事人難以消除與調整的（洪蘭譯，1997），並讓受訪者對關係品質有雙重的認知，特別是出現在低潮後的報酬，常令人感到格外的甜美，因而加深她們相信伴侶仍是非常關愛自己的信念，有動力繼續停留在暴力關係中。

且當兩人交往後，男友很快地便會控制受訪者的生活作息和行蹤，要求她們隨時報告自己的行蹤，對受訪者與友人的來往多所介入，嚴格禁止或間接阻撓受訪者與朋友的聚會，造成她們的孤立處境，與外界或同儕的關係十分疏離，使其難以得到外界資源與情感連結，漸漸地男友演變成她們生活唯一的重心，具備無可取代的重要性，因此雖然她們常有與男友分手的意圖，卻很容易因為缺乏社會支持，不敢輕易離開關係。

其次，來自伴侶言語的侮辱和洗腦，很容易摧毀受訪者的自信和自尊，使得受訪者在不知不覺中，以為自己只能順從施暴男友的要求，例如小蘋的男友時常會對她說「沒有人會要妳」，這句話所暗示的訊息是「雖然妳很差、沒價值，可是我愛妳，所以妳必須要聽話，否則我會離開妳，到時候妳就真的没人要了。」在 Levy 主編有關約會暴力的重要現象與資料一書提到（張淑茹、劉慧玉譯，1998），上述這類詆毀和輕視的話語會深深傷害到受訪者的自我價值，尤其打擊是來自於一個她深愛且依賴的人，更會加深受訪者對外界的恐懼，增加她對於未知的焦慮，使她們難以離開暴力關係。

加上兩位受訪者的男友在處理關係衝突時，亦習慣將爭執的責任全部推給受訪者，藉

由強烈的情緒和兇暴的語氣，要求她們負擔全責，受到驚嚇的受訪者，當下無法有清楚的認知功能，在衝突當下只有空白的感受。但爲了儘快弭平衝突，降低男友失控的可能性，她們通常會先承認自己的不是，例如小蘋會道歉緩和男友的情緒，並將思考的焦點放在衝突結束後男友的安撫和補償，於是關係又會回到甜蜜的狀態，因此小蘋一直無法對關係的整體狀況有仔細的評估。長時間累積下來，此種伴侶猛烈攻擊、受訪者被動承受的互動模式，會讓受訪者在面臨問題時，容易接受男友的歸因，以自責的方式回應關係衝突，承擔改善的責任，以致於她們會努力調整自己的行爲，用以滿足男友的各項需求，而不是選擇離開暴力關係。

此外，在本研究中，無論是仍停在關係中的受訪者（小希），或已離開關係的受訪者（小蘋），她們對於自己主動提出分手，有很大的抗拒與困難，即使離開關係，也是小蘋被動接受伴侶分手的提議，而非自己主動提出，此點與先前文獻的結果，大多是由受暴女性自己主動脫離暴力關係，亦有較大的差異。

研究者認爲可能的原因有二：一是因爲之前的研究者，幾乎都是在庇護所或相關單位招募研究對象，這些受暴女性對於自己所處的暴力關係已有一定的體會，她們明確知道伴侶的不當行爲是一種婚姻暴力，或許透過對自身處境的命名和理解，能加強了她們離開的力量；二者，也正因爲本研究的兩位受訪者，在進入研究前，其實並不確定自己的伴侶具有暴力傾向，她們大多將兩人的衝突，視爲是一般情侶正常的爭執，亦降低了她們辨識和求助的機會，故對她們而言，離開與否並非是她們的首要顧念，而是如何減少關係的衝突、平衡伴侶與自己的需要，才是她們關切的議題。

不過，與先前的研究結果相同的是（朱嘉凰，2006；吳震環，2007；Landenburger, 1989；Moss et al., 1997；Taylor, 2002；Wuest & Merritt-Gray, 1999），本研究亦發現未婚的受暴女性在離開關係後，會因爲生活其他層面的改變，例如透過工作或關係上的成長，在增加個

人的成就感後，因而有能力回過頭來處理關係失落對自我的影響，從失敗、痛苦的感受中，逐漸找回自我的信心與價值，徹底擺脫暴力的陰霾，擁有獨立的能力和生命，對於未來有自己的規劃和期待，不需要像過去一樣依附在伴侶之下。

以及本研究兩位受訪者在關係抉擇中的整體經驗，與先前范幸玲、卓紋君（2004）和鄭玉蓮（2004）在研究受暴女性其自我轉變歷程之結果非常相似。即無論是已婚或未婚受暴女性，在親密關係的不同階段，她們的自我會經驗到相當大的挑戰與轉變，從過去較符合傳統性別角色、照顧者的形象，跳脫至獨立、統合的自我。

二、好女人魔咒

值得關注的是，從資料中可發現這兩位受訪者，有一共通的特點，即她們在抉擇歷程中幾乎都是被動、被決定的一方，對於自己主動離開，懷有相當大的愧疚感與牽掛。

之所以會產生這樣的現象，研究者認爲可能的原因有二：一方面是由於她們在關係中是屬於弱勢的一方，男友握有較多的權力，得以支配關係前進的方向，因此，受訪者較難在關係中展現或落實個人意志。二來，受到社會對犧牲、奉獻、善良、柔弱、從一而終等女性特質的讚揚，女性自小不論是在家庭或校園中，往往都被教導著需要學習壓抑自我，以滿足他人的期待，並將自我之價值定義在「家庭」或「關係」，才能符合社會賦予的「照顧者」職責（張馨濤譯，2002；楊宜德、高之梅，2002；鄭至慧等譯，1997；Gilligan, 1982）。一如小希對女強人的看法、傾向表現順服，以贏得他人認同，以及小蘋在家庭中，受到母親潛移默化形象的影響等。

換言之，瀰漫在社會中所謂「好」女人的訊息，對女性會產生出一種限制力和規範，讓她們不敢（願）違抗社會的期待，害怕特立獨行會遭致排斥，無法再被喜愛，例如大眾對女強人的偏見和歧視，這對於將自我建立在關係

中的女性，是很大的威脅與恫嚇，故她們在關係中，會要求自己努力達成「好」女人的形象。

而這樣的信念反應在受訪者抉擇歷程中的具體表現，便是即使關係造成她們身心莫大的痛苦，她們仍情願默默忍受，讓伴侶決定關係的去留，也不讓自己成為「殘忍」的愛情「劊子手」，負擔分手的責任，如同小希將「自我照顧」與「自私」劃上等號，對於自己提出分手可能造成伴侶的傷痛，有深深的「愧疚感」與「罪惡感」，乃因此與自己善良、體貼的形象不符。一種社會加諸於個人身上的桎梏，形成無形的束縛，研究者稱之為「好女人魔咒」，箝制了她們抉擇的自由與可能性，也成為她們離開關係最大的窒礙。

三、自我的重新定位

而研究者綜合兩位受訪者的抉擇經驗後，認為其可與 Gilligan(1982)所區分的女性自我發展三階段概念做一呼應。即在成長的過程中，女性會先進入第一階段，即以自我生存為考量；後歷經文化和教育的洗禮，進入第二階段的女性，自我的焦點會轉而專注在他人身上，傾向透過關係來確立自己的認同，如同受訪者在進入關係後，逐漸將生活的重心投注於伴侶身上，努力地維繫關係和諧，目的是希望藉由自己隸屬於一份關係內，以尋求個人的價值感和存在感，滿足社會對女性的期待。例如：小希和小蘋一開始的「全然配合，自責以對／委屈求全」、小希的「自我照顧 vs. 自私無情」、「被喜歡＝好女孩！？」、小蘋的「動則得咎，失去自我」、「女性＝照顧者＝溫柔、順從？」等階段的想法與表現。

換言之，這份關係雖然充滿著暴力，但因伴侶的存在卻也滿足了受訪者對愛與隸屬的需求，某部分可消除她們對單身的焦慮（李島鳳，2003；蔡淑真，2006），不會因為自己單身的處境，而引發出失敗感，進而懷疑自己的魅力或能力，但需付出的代價便是與內在的自我越來越疏遠，漸漸地成為被噤聲的關係俘虜，承受折磨卻無法離去。

最後透過分手議題的衝擊，受訪者可從失落的關係中重新體認自我的意義，學習如何調配自我與他人的比重，達到平衡、雙贏的局面，而非僅是一味的犧牲，亦達到了 Gilligan 自我發展中的第三階段，在關係中同時保有自我與他人，一如小蘋在「確認自我定位與成長」此階段的體會與轉變。

Gilligan(1982)認為假使女性能將關注的焦點由重視責任、關懷他人，逐漸轉至平衡關係中自我與他人需求，以包容而非排除的方式處理個人內在的聲音，此時女性更能在關係中對自我感到滿足與自在。如同本深陷在自私和責任泥沼中的小蘋，藉由關係抉擇的過程，讓她得以重新思量自己存在的意義，目前看來她在通過試煉後，較能重新找到自我的位置，因而在自我和他人之中取得和諧。

四、對諮商實務工作的建議

雖然文獻再三強調「離開」才是最佳的解決策略，且她們在治療過程，亦會不斷地拋出此問題，然而，這也反應出她們的心情是很猶豫、掙扎的，單一的選項是不能化解她們心中的矛盾。故諮商師在面對未婚受暴女性時，應避免正面處理關係抉擇的問題，因而將當事人推入魚（自由、安全）與熊掌（愛與隸屬）不可兼得的雙趨衝突中，造成她更大的焦慮與痛苦。

反之，研究者認為在身為未婚受暴女性的諮商師前，諮商師需要先釐清個人對暴力的看法、抉擇的立場，並提升個人自我覺察與分化的能力，避免因未婚受暴女性在關係的起伏，而隨之擺動，將個人的期待與價值觀加諸在未婚受暴女性身上，造成諮商關係的疏離與對立，讓敏感的她們更加退縮。

換言之，諮商師需瞭解未婚受暴女性會受到關係中痛苦與甜蜜交替的影響，使她們對關係的評價，往往會落入痛苦和美好兩極的處境中，不停地擺盪，故當她們關係陷入低潮時，諮商師應避免有見獵心喜的心態，在當下對未婚受暴女性施加壓力，鼓勵她們離開，此行為

容易拉開諮商師與當事人的距離，破壞彼此的信任；同理，當未婚受暴女性與伴侶又再次落入甜蜜的階段時，對於暴力關係有過多的期待時，諮商師亦無須感到挫折或失望，此現象很可能是暫時性的，稍縱即逝。

建議諮商師以此為素材，協助個案理解關係中的重複模式，並針對不同的階段，深入探索自己對關係的真實感受為何，肯定個案對伴侶可能存在的憤怒與不滿，不再壓抑或否認這些情緒，藉此讓未婚受暴女性學習為自我發聲。

此外，受到暴力關係特性之影響，未婚受暴女性會遭受男友的高壓控制，使她們逐漸從個人的人際網絡中退出，加上男友長期的指責與貶抑，都會讓她們漸漸喪失自我之價值感與信心，使她們必須將生活的重心建立在伴侶身上。對此，建議諮商師可邀請個案，在可允許的範圍下（視不同的個案而定，避免過大的改變，激怒施暴男友），重新找回社會支持系統，增加與外界互動的機會，減少男友對她們的重要性，並從不同的管道獲取成就感與自信，例如：進修、工作、社團。

至於打破好女人魔咒的部分，諮商師可透過細緻的問話，著眼於關係中雙方的互動序列與內容，協助當事人釐清自己在暴力關係中的想法、感受、因應策略？何以她需要扮演照顧者的角色？她期望自己在親密關係中扮演何種形象？這些信念又是如何而來？並鼓勵未婚受暴女性表達對男友的憤怒或不滿，肯定她的負向感受，協助當事人辨別出男友不當對待的具體行為，或兩人衝突的模式，逐步提升當事人對關係品質的覺察能力，目的在於提升未婚受暴女性自我的強度與信心，進而促發她離開的動力與能力。

其次，諮商師應對當事人於不同抉擇階段可能有的反應和困難，有清楚的認識，依據不同當事人獨特的需要或關係階段，提供妥善的方案。例如尚未離開關係者，諮商師需要協助當事人正視關係中的暴力問題，不再合理化伴侶的不當行為；進而增加她們自我保護的策略，協助她們練習與內在自我接觸，鼓勵她們

自在地表達對關係的感受，不壓抑憤怒情緒，藉此聆聽自己心中真正的聲音與需求，拓增她們對關係、脈絡因素的瞭解，察覺社會文化、性別、權力對自己和關係的影響，提升個人自我的強度。

而已離開關係者，諮商師則可協助她們瞭解創傷經驗對個人的影響為何、釐清自己過去受困的原因等，讓她們對自身有更深刻的覺察，進而從中體認出這段生命經驗對個人的意義。再者，諮商師應以自身作為楷模，在諮商歷程中，持續展現願意改變的能力與態度，使當事人有機會體驗到改變並不可怕，或許透過諮商師對改變所保持的彈性態度，可促發未婚受暴女性有勇氣重新調整自己在關係中的角色和位置。

五、研究建議

由於此議題相當敏感，因此招募受訪者的過程並非順利，有些受訪者雖曾遭受伴侶的暴力對待，但要再次談論此段親密關係經驗，對她們來說仍有許多擔心和害怕，因而婉拒了研究者的邀請，故邀請過程歷經許多的波折與困難。

而進入研究的兩位受訪者在抉擇經驗上，亦屬於被動決定的一方，未能蒐集到主動離開的資料，無法拓增文本的豐富性。建議日後學者可針對未婚受暴女性此族群，招募較多的受訪者，用以瞭解大多數的未婚受暴女性在抉擇立場上，是否有較偏向被動決定的傾向。

此外，受限於研究者個人的人際網絡性質，侷限於大專以上，因此較難接觸到學經歷較低，獲得較少社會資源的另一群受訪者，在資料的豐富性上略有不足。

加上研究時間有限，無法做長期縱貫性的追蹤研究，目前仍在暴力關係中的受訪者～小希，日後關係的發展會如何，仍有很大的變數，值得進一步觀察。以上幾點留待未來對未婚受暴女性議題有興趣之學者，再深入探討，補充本研究之不足。

（本文係楊嘉玲提彰化師範大學輔導與諮商學

系之碩士論文部份內容，在趙淑珠教授的指導下完成）。

參考文獻

- 王麗容（2003）。**台灣地區婚姻暴力問題之調查研究**。行政院內政部委託研究。
- 朱嘉凰（2006）。**走出風暴—離婚受暴女性心路歷程探討**。國立高雄師範大學性別教育研究所碩士論文，未出版。
- 李島鳳（2003）。**依戀愛情關係的女人—敘說研究**。國立師範大學教育暨心理輔導研究所博士論文，未出版。
- 吳震環（2007）。**「未完成的故事」：婚姻暴力受虐女性脫離虐待關係的歷程**。國立台灣大學社會工作研究所碩士論文，未出版。
- 林麗珊（2001）。**女性主義與兩性關係**。台北：五南出版社。
- 易之新譯（2000）。**敘事治療：解構並重寫生命的故事**。台北：張老師文化。Freedman, J., & Combs, G. (1996). Narrative therapy: The social construction of preferred realities.
- 范幸玲、卓紋君（2004）。一位受暴婦女的內在信念與生命轉換歷程：詮釋學的觀點。**中華輔導學報**，15，61-96。
- 洪蘭譯（1997）。**心理學**。台北：遠流出版社。Henry Gleitman(1995). Psychology.
- 許育光（2000）。敘說研究的初步探討—從故事性思考和互為主體的觀點出發。**輔導季刊**，36（4），17-26。
- 陳婷蕙（1997）。**婚姻暴力中受虐女性對脫離受虐關係的因應行為之研究**。私立東海大學社會工作研究所碩士論文，未出版。
- 張淑茹、劉慧玉（譯）（1998）。**約會暴力**。台北：遠流出版社。Barrie Levy(1991). Dating violence: Young women in danger.
- 張馨濤譯（2002）。**校園中的女學生：探究年輕女孩自尊與自信的缺口**。台北：女書文化。Peggy Orenstein(1994). School girls.
- 黃一秀（2000）。**婚姻暴力之受虐女性求助歷程探討**。私立東海大學社會工作研究所碩士論文，未出版。
- 楊宜德、高之梅譯（2002）。**性別與社會心理學**。台北：五南出版社。Vivien Burr(1998) Gender and social psychology.
- 鄭玉蓮（2004）。**受虐女性脫離婚姻暴力歷程之研究**。高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，未出版。
- 鄭至慧、劉毓秀、葉安安、顧效齡譯（1997）。**女性新心理學**。台北：女書文化。Jean Baker Miller(1976). Toward a new psychology of women.
- 蔡淑貞（2006）。**家庭價值的文化脈絡與受暴女性的抉擇—從婚姻暴力社會工作者觀點出發**。國立台灣大學社會工作研究所碩士論文，未出版。
- 劉淑慧、李玉婷、李華璋、陳坤堡（2006）。**融合現象學與敘事分析的資料分析法：對話性敘說現象探究**。未發表。
- 歐陽子、楊美惠、楊翠屏譯（1999）。**第二性**。顧燕翎、鄭至慧（主編），**女性主義經典**（頁 59-64）。台北：女書出版社。Simone de Beauvoir(1949). The second sex.
- 臨淵譯（1999）。論婦女的附屬地位。顧燕翎、鄭至慧（主編），**女性主義經典**（頁 9-14）。台北：女書出版社。John Stuart Mill(1861). On the subjection of woman.
- Belknap, R. A. (1999). Why did she do that? Issues of moral conflict in battered women's decision making. *Issues in Mental Health Nursing*, 20(4), 387-404.
- Campbell, J. , Rose, L., Kub, J., & Nedd, D. (1998). Voices of strength and resistance. *Journal of Interpersonal Violence*, 13(6), 743-762.
- Campbell, R., Sullivan, C. M., & Davidson, W. S. II. (1995). Women who use domestic violence shelters: changes in depression over

- time. *Psychology of Women Quarterly*, 19(2), 237-255.
- Garcia-Moreno, C., Jansen, H., Ellsberg, M., Heise, L., & Watts, C. (2005). *WHO multi-country study on women's health and domestic violence against women. Initial results on prevalence, health outcomes and women's responses*. Geneva: WHO. Retrieved July 16, 2007, from http://www.who.int/gender/violence/who_multicountry_study/en/index.html
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Gortner, E., Berns, S. B., Jacobson, N. S., & Gottman, J. M. (1997). When women leave violent relationships: Dispelling clinical myths. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 34(4), 343-352.
- Hycner, R. H. (1985). Some guidelines for the phenomenological analysis of interview data. *Human Studies*, 8, 279-303.
- Johnson, I. M. (1992). Economic, situational, and psychological correlates of the decision-making process of battered women. *Families in Society*, 73(3), 168-176.
- Landenburger, K. (1989). A process of entrapment in and recovery from an abusive relationship. *Issues in Mental Health Nursing*, 10, 209-227.
- Mahoney, P., Williams, L. M., & West, C. M. (2001). Violence against women by intimate relationship partners. In C. M. Renzetti, J. L. Edleson, & R. K. Bergen (Eds.), *Sourcebook on violence against women* (pp. 143-178). California: Sage Publications.
- Merritt-Gray, M., & Wuest, J. (1995). Counter-acting abuse and breaking free: The process of leaving revealed through women's voices. *Health Care for Women International*, 16, 399-412.
- Moss, V. A., Pitula, C. R., Campbell, J. C., & Halstead, L. (1997). The experience of terminating an abusive relationship from an Anglo and African American perspective: A qualitative descriptive study. *Issues in Mental Health Nursing*, 18(5), 433-454.
- Phillips, K., Rosen, G., Zoellner, L., & Feeny, N. (2006). A cross-cultural assessment of posttrauma reactions among Malaysian and US women reporting partner abuse. *Journal of Family Violence*, 21(4), 259-262.
- Strube, M. J. (1988). The decision to leave an abusive relationship: Empirical evidence and theoretical issues, *Psychological Bulletin*, 104(2), 236-250.
- Taylor, J. Y. (2002). The straw that broke the camel's back: African American women's strategies for disengaging from abusive relationships. *Women & Therapy*, 25(3/4), 79-94.
- Woods, S. J. (1999). Normative beliefs regarding the maintenance of intimate relationships among abused and nonabused women. *Journal of Interpersonal Violence*, 14(5), 479-491.
- Wuest, J., & Merritt-Gray, M. (1999). Not going back: Sustaining the separation in the process of leaving abusive relationships. *Violence against Women*, 5(2), 110-133.

The Decision-making Experience of Unmarried Females in Intimate Partner Violence Relationships

Chia-Ling Yang¹ Shu-Chu Chao²

Abstract

For approximately almost two decades, clinicians and researchers have recognized the presence of intimate partner violence (IPV) in the lives of women in Taiwan. Researches documented the detrimental physical and mental health effects associated with IPV for women. These studies focused primarily on the experience of married women in abusive relationships. However, the issue of unmarried battered females in intimate partner violence relationships deserves consideration. Therefore, the purpose of this research is to bridge the gap by exploring unmarried females in intimate partner violence relationships to better understand what experience that females have been through provokes decision making.

Semi-constructive and in-depth interviews were carried out upon two unmarried females of which one female still remained in violent relationship, while the other has terminated the relationship. In addition, a qualitative research approach was also adopted in analyzing the collected data.

The results indicated that terminating an abusive relationship was a complex process rather than a single event. The process of termination might take years as well multiple attempts before they permanently left the abusive partners. Synthesizing two females' decision-making experiences, the general process could be divided into three stages: (a) Stay in the violent relationship~struggling with guiltiness, and pacing back and forth between pain and happiness (b) Make on-the-spot decision to leave ~ deciding passively (c) Change after leaving~ self-growth. It is worth mentioning that the so-called 「good woman incantation」 imposed by the society and the culture limits the realms of possibilities from which these women may choose, thereby creating hindrance in the choice they make .

Keywords: decision-making experience, intimate partner violence, unmarried battered females

Chia-Ling Yang¹ Hsin Sheng College of Medical Care and Management(grace7082@yahoo.com.tw)

Shu-Chu Chao² Department of Guidance and Counseling, National Changhua University of Education