

# 為家勇敢改變　認識家庭暴力

文/社會服務組 宋宛怡 社工師

我今天收到花了！

今天不是我的生日也不是什麼特別的日子，

我們昨天發生了第一次的爭執，他說了很多殘忍的話來傷害我，

我知道他也很抱歉，他不是故意說那些話的，因爲他今天送我花了。

我今天收到花了！

今天不是我們的結婚紀念日也不是什麼特別的日子，

昨晚他把我往牆上丟並且摑我的脖子，感覺很不真實，就像一場惡夢一樣，

我今天早上從惡夢中醒來，發現我全身瘀痛瘀青，

我知道他也很抱歉，因爲他今天送我花了。

我今天收到花了！

今天不是情人節也不是什麼特別的日子，

昨晚他對我拳打腳踢並威脅要殺了我，

這次化妝與長袖的衣服也掩蓋不了我身上的傷痕，

今天我不想去上班，因爲我不想讓大家發現，

我知道他也很抱歉，因爲他今天送我花了。

我今天收到花了！

今天不是母親節也不是什麼特別的日子，

昨晚他又毆打我了，而且這次比之前幾次都更嚴重，

如果我離開他，我該怎麼辦？我的小孩怎麼辦？沒有錢怎麼辦？

我很怕他，但我也很怕離開，

我知道他也很抱歉，因爲他今天送我花了。

我今天收到花了！

今天是一個特別的日子，今天是我的葬禮，

昨晚他終於殺死我了，他把我打死了，

如果我有足夠的勇氣和力量離開他，今天我就不會收到花了。

此篇是英國詩人Allen Dowdell在1991年完成的詩，深刻的描繪出家庭暴力被害人的心路歷程。負責急診業務多年，看過家庭暴力的被害人，從同居時期就被男友打，後來再看到她，男友已變老公；再看到她，兩個人已經生了一個孩子。我問她，你有很多次離開的機會，為什麼沒有選擇離開？她默默地說，我以為結婚後他就會改變，我以為生了孩子後他就會改變。也看過五六十歲的阿姨、或老人家來驗傷，憤恨地跟我說，我忍受他的暴力三、四十年，就是要等到現在孩子都成家立業，我要訴請離婚。每每看到這些活在恐懼中的家庭暴力被害人，原本應是避風港的家，卻變成另一個惡夢。但為著家人懷抱的希望，默默地忍受，甚至還要面對其他人異樣的眼光，不諒解的態度，給這些被害人二度傷害，就覺得很心疼他們。我們不管在醫院，生活的社區，或是認識的朋友，都有可能會遇到家庭暴力的被害人，我們可以為家庭暴力被害人做些什麼？




**1.保護生命安全**

通常我都會提醒來驗傷的家暴被害人，不管如何都要保護自己的生命安全，如果不幸在家中起爭執，盡量不要與加害人待在密閉空間、浴室、廚房及樓梯間等更可能會危害生命安全的地方，並且能夠往外跑就盡量往外跑，身為鄰居的我們，也要積極地協助報警。

**2.保存證據**

至醫院驗傷就是一個保存證據的方式，另外事發當下的錄音、錄影及通訊軟體留下的通聯資料都是可以佐證的證據，有些被害人覺得蒐證會傷害對方，但蒐證只是一個保護自己的方式，不一定要訴諸法律途徑。

**3.尋求協助**

110、113都是簡單容易可以得到幫助及諮詢的方式，很多熱心的家人、民眾常常會跟我們社工師說，誰很可憐被老公打，你們要救救她，但如果家暴被害人不願意被幫助，不願意離開，不願意自己尋求幫助，我們網絡的專業人員也無法為他做些什麼。

家庭暴力對我們一般人來說是一件很遙遠的事，但對這群受暴的被害人來說卻是每天的夢魘，很多人覺得可恥、丟臉以及為了孩子種種的原因不敢尋求協助，其實只要勇敢了，會發現可以得到的幫助很多，希望這些家暴被害人，多一點改變的勇氣。