

## 《從小說【房思琪的初戀樂園】談自我保護》

改編自 2008 性教育企劃「預防性侵 gogogo」網路文章

新銳作家林奕含的首部小說《房思琪的初戀樂園》扉頁寫著「改編自真人真事」，內容談到已婚補教名師李國華五十歲，誘姦十三歲的學生房思琪的故事。今天我們來談一談關於自我保護……

根據統計，每年被性侵害人數最多的是 12-18 歲的青少年，而且犯案地點以加害人住所最多；而加害人與被害人關係裡，男女朋友是最多，其次是普通朋友和網友。原來大部份性侵害的加害人是認識的人。在新聞裡，也常聽到父執、兄長強暴女兒、妹妹等不倫新聞；但其實比這種不倫強暴更多的，是同學、朋友、同事所施予的強暴。

不論是來自家人，或家族以外的朋友、同學的性侵害，他們都是利用彼此間信任的關係或好感來施暴。也有像書中的李老師利用「權威」來壓制房思琪，因為對方是所敬畏的「長輩」，使房思琪不敢反抗而乖乖就範。傳統上認為性侵害的受害人一定是女性，但近年來被害人的性別分配上，男生有越來越高的趨勢。性侵害的案件數是逐年增加，這也代表我們被性侵害的機率也逐年提高。

到底要怎麼預防性侵害呢？首先還是要從心態開始，請先回答以下幾個是非題：

1. 你是否認為這種倒楣事永遠都不會發生在你身上呢？
2. 你是否認為你是男生，你有能力抵抗而不至於會被侵害呢？
3. 你是否認為你的朋友都是好人，他們不會欺負你呢？
4. 你是否認為自己長得很「愛國」，不會成為加害者下手的對象呢？

如果以上四個問題都是「是」，那麼你就要小心了！

### 預防性侵害秘訣一：了解人性

你得先對人性有所了解，知道每個人都有可能犯錯，每個人都有可能因別人所犯的錯而受傷。要記得：

1. 你永遠都有可能成為受害者
2. 沒有人永遠不會傷害你
3. 人性是很脆弱的，每個人都會有犯錯（罪）的時候，你身邊的人也一樣

### 預防性侵害秘訣二：提高警覺

當你知道自己有可能被傷害，再信任的人也有可能傷害你之後，你就會提高警覺。提高警覺包括以下幾點：

#### 1. 出入安全

- (1) 不要獨自出入靜僻少人的地方（即使是白天）；譬如暗巷、學校廁所，學校內較少人進出的區域等；如果必須進出無人、僻靜的地方或場所，儘可能找人陪同。
- (2) 如果必須夜歸，一定要先通知家人回家時間、路徑、乘車方式、司機姓名等；必要時請家人接送。
- (3) 配合學校上下課時間，不要太早或太晚還一個人留在學校裡。
- (4) 可隨身攜帶的防身配備，如：哨子、防狼噴霧、迷你警報器等。
- (5) 若需要搭計程車可利用 24 小時便利商店叫車服務，並留在便利商店等候計程車（勿在黑暗、無人街頭獨自等車）

#### 2. 約會安全（不只是跟男朋友、心儀的約會，跟朋友出去也一樣要注意以下幾點）

- (1) 不隨便接受陌生人邀約，尤其網友。
- (2) 不喝來路不明的飲料或酒類、不讓飲料離開視線。
- (3) 約會時間不要太晚或太早
- (4) 初次見面不單獨赴約或團體聚會後又續攤（繼續到其他地方）
- (5) 保持手機暢通，不到信號接收不良的地方
- (6) 不要搭乘網友的交通工具、不讓對方任意更改約會地方（如藉口休息或去某個地點拿東西，意圖帶到密閉空間）
- (7) 不要單獨到對方家中，即使是同學、朋友。
- (8) 要選擇公開場合或自己熟悉的地點，避免人少（如山上或郊外）或密閉空間（如 KTV）

- (9) 若對方碰觸你的身體，或言詞挑逗，要明確表達拒絕（我不喜歡一直碰我或我不喜歡你講話的方式）甚至離開。
- (10) 要事先告知親友去向。

### 3. 其他

- (1) 不要獨自與陌生人在家中，如：修理工人、推銷員等。
- (2) 若進行任何醫療行為、民俗療法、求神問人等宗教協助時，避免一對一單獨待在私人隱密處。

總之，隨時都要保持警覺。當你保持警覺心時，對於「潛在」的危險會特別敏感，也會為了自己的安全而更謹慎；當歹徒（潛在加害者）看到你的警覺心很高，似乎不容易得逞時，比較會打消侵害你的念頭。

#### 預防性侵害秘訣三：冷靜面對

- (1) 萬一你真的面對了將要被性侵害的情況，必須冷靜，找出可脫身的方法，趕快報警。
- (2) 儘可能延遲、企圖說服緩和歹徒情緒（如身體不適、月經來潮…）阻礙他下手。
- (3) 不要隨意激怒對方，以保全性命為第一，伺機逃到人多地方。
- (4) 求助時大喊失火比叫救命更能吸引旁人注意。
- (5) 評估情境，利用工具逃脫，如打手機求援。

#### 事後因應與求助

如果你被性侵害了，以下步驟是為要保障你的權益，讓作惡者受到應有的處罰：

- (1) 相信自己，錯不在你，不要自責。
- (2) 不要清洗、上廁所或更換衣物。因為你的身體及衣物會留有證據，證明是誰侵犯了你。
- (3) 記下歹徒（無論是陌生人或相識之人）面貌特點、身體或隱私特徵及其身份資料。
- (4) 找一個安全的地方，找一個你信任的人陪伴你。
- (5) 儘快到醫院驗傷採證，告訴醫院你被性侵害了，醫院會有社工人員、護士及醫師為你進行必要的驗傷及檢查，並有單獨的診療室。
- (6) 打 110 或 113 全國婦幼保護專線報案，避免自己再次受到傷害。警方會派女警陪伴及協助你完成整個報案程序。
- (7) 被性侵害後，心靈受的創傷比身體所受的傷還大，尋求「性侵害防治中心」或各大醫院的精神科門診，他們可以安排社工及心理諮商服務，幫助你走出被性侵的傷害。

無論是你個人，或者是你的朋友被性侵害。你必須明白，無論如何都不是受害者的錯，是加害人應該受到法律制裁。勇於出面指控歹徒，將他繩之於法，才能停止對受害者的傷害。

如果你是很久以前被性侵害了，若這件事仍然很困擾你，你還是應該要尋求專業的心理諮商輔導，這樣你才能有健康的兩性及婚姻關係。千萬別一個人悶在心裡，默默承受喔！

#### 如果我的朋友被性侵害了怎麼辦？

- (1) **相信他**：不要指責他，如：「你就是……才會被強暴！」「你怎麼這麼不小心？」應該要告訴他：「不是你的錯，你是『受害者』，你是無辜的。」
- (2) **協助他**：尋求專業協助，如就醫、報案、法律諮詢、心理諮商等。可洽各縣市「性侵害防治中心」他們會提供一套完整的程序。
- (3) **陪伴他**：儘量在他需要陪伴時陪伴他，尤其就醫採證、報案錄口供、出庭時都是受害人極需好友、家人精神支持的時候。
- (4) **尊重他**：落實保密原則，尊重他的意願和隱私權。
- (5) **鼓勵他**：鼓勵他持續接受心理諮商輔導，從傷害中走出來，逐漸恢復正常生活。

若小說《房思琪的初戀樂園》是真人真事改編，我們不希望再有下一個房思琪，讓我們一起學會自我保護，也保護身邊的人。