

# 受性侵犯的兒童 (心理篇)

社會福利署臨床心理學家

羅考恩

**2022年3月**

# 對受害人來說， 性侵是 ...

- 侵犯我的界線，沒有尊重我的身體
- 被你羞辱
- 你背叛了我，利用我對你的信任來傷害我
- 利用你的權力來迫使我就範服從
- 被你威脅，即使事件已過去，但我依然害怕你會再次傷害我，例如把我的照片放上網
- 無論沖幾次涼，我依然覺得自己好污糟
- 我不能夠再信任別人，世上再沒有可以信任的人
- 我認為自己好蠢、好軟弱，為何我當時沒有保護自己呢？
- 我做錯了嗎？
- 別人會否相信我？
- 其他人會怎樣看我？
- 我想努力活下去，當作若無其事，但是我每天都被這個惡夢纏繞
- 心靈痛苦幾時才會完，我好想離開 ...

# 男性性侵犯

- 感到羞恥或會自我懷疑
- 被性侵是因為自己不夠強壯？男生就應該能夠保護自己？
- 對被侵犯時所出現的正常生理反應感到困擾
- 感覺自己的身體不受控制
- 對個人性取向感到疑惑
- 覺得自己「不像個男人」
- 擔心別人的眼光或標籤而不敢求助

# 兒童遭家人性侵

- 家人包括：父母、兄弟姐妹、親戚、或「熟人」。
- 施暴者應有責任照顧和保護兒童，因此，遭家人性侵對兒童特別具有創傷性，破壞了兒童對「大人」的信任和安全感，同時亦感到被背叛，而且事件也可能被其他家人當作為家庭秘密和恥辱。

# 兒童遭家人性侵

- 當施虐者受到其他家庭成員的尊敬或愛戴，會使受害兒童更難把經歷告訴別人。
- 相比遭「外人」性侵，兒童被家人侵犯後較大機會將事件歸咎於自己，亦會擔心揭發後對其他家人的影響。
- 幼童可能未能意識到他們被性侵犯。
- 施虐者可能會合理化性侵行為，或以威脅和情緒操控使受害兒童保持沉默。
- 因此，受害兒童或需數週、數月或更長時間才能透露曾被性侵犯及其細節。

# 兒童遭家人性侵

- 揭發事件後，受害兒童或會感到自我懷疑、自責。亦可能因對施虐者的恐懼和對其披露對家庭所造成的影響而困擾和內疚。
- 撤回指控，否認侵犯曾發生 (recantation) 是常見的，這並不意味著兒童撒謊，而是受害兒童可能因擔心會影響家人或得不到家人支持而放棄追究事件。

# 兒童遭家人性侵

- 受害兒童需要感到安全才能慢慢從性侵的陰影走出來
- 但當他們不被其他家人相信，或當家庭持續面對著逆境時，往往會加強兒童的不安全感。
- 學校又能否成為他們的「避風港」？

# 網絡性誘騙 / 兒童色情

- 有別於其他性侵，網上發生的性侵未必會在舉報後立即停止，因此，兒童的恐懼和無助感可以持續一段很長的時間。兒童會「疑神疑鬼」，不斷擔心懷疑同學會發現流傳的相片，害怕被發現後會遭受欺凌，因而對別人產生懷疑，影響人際關係。
- 他們可能會自責，或被別人責備，因為他們最初可能是同意此行為或願意分享自己的相片。
- 因此，除了一般創傷後的反應，遭網上性侵的兒童或會感到羞恥、尷尬和內疚。

遭性侵後，幾時先好返？

# 兒童創傷後的反應

---

- 觸及與創傷事件有關的事物或情景時，會感到強烈的情緒困擾，或引起強烈的身體反應（例如心跳加速、呼吸困難、冒汗等）
- 創傷事件的片段不能自控地在腦袋反覆浮現，彷彿再次經歷創傷事件
- 反覆出現（與創傷事件有關的）惡夢
- 在遊戲中重演創傷片段

# 兒童創傷後的反應

---

- 對某些事物或情境產生恐懼
- 想避開有關的事物、活動、地方或人物
- 對喜歡的事情、活動失去興趣
- 難以集中專注
- 情緒波動、發脾氣、對抗或退縮行為
- 認為身體受傷或污糟
- 不合乎年齡的性化行為
- 青少年或會出現魯莽或自毀行為

幼兒遭受性侵後的反應

行為	情緒
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 行為倒退</li> <li>○ 退縮</li> <li>○ 創傷性性化行為、思想、言語、遊戲方式</li> <li>○ 暴露性器官</li> <li>○ 容易與家人和朋友發生衝突</li> <li>○ 難以分離</li> <li>○ 過度活躍</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 焦慮</li> <li>○ 「癡」人</li> <li>○ 發惡夢</li> <li>○ 恐懼</li> <li>○ 抑鬱</li> <li>○ 內疚</li> <li>○ 憤怒 / 暴躁 / 攻擊別人</li> <li>○ 發脾氣</li> </ul>
認知	身體
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 學習困難</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 傷痕</li> <li>○ 下體流血、疼痛、痕癢、有異味</li> <li>○ 步行或坐立有問題</li> <li>○ 睡眠困難</li> <li>○ 進食困難</li> <li>○ 遺尿、失禁</li> <li>○ 肚痛、頭痛</li> </ul>

學童遭受性侵後的反應

行為	情緒
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 行為倒退</li> <li>○ 退縮</li> <li>○ 創傷性性化行為、思想、言語、遊戲方式</li> <li>○ 暴露性器官</li> <li>○ 犯罪行為、偷竊</li> <li>○ 同伴關係不佳</li> <li>○ 過度活躍</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 焦慮</li> <li>○ 發惡夢</li> <li>○ 恐懼</li> <li>○ 抽動</li> <li>○ 強迫行為</li> <li>○ 內疚</li> <li>○ 憤怒 / 暴躁 / 攻擊別人</li> <li>○ 自殺念頭</li> <li>○ 自信心低落</li> </ul>
認知	身體
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 學習困難</li> <li>○ 難以專注</li> <li>○ 成績下滑</li> <li>○ 負面思想</li> <li>○ 解離</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 下體疼痛、痕癢、有異味</li> <li>○ 步行或坐立有問題</li> <li>○ 睡眠困難</li> <li>○ 進食困難</li> <li>○ 遺尿、失禁</li> <li>○ 肚痛、頭痛</li> </ul>

青少年遭受性侵後的反應

行為	情緒
<ul style="list-style-type: none"><li>○ 退縮</li><li>○ 自殘</li><li>○ 創傷性性化行為、思想、言語</li><li>○ 性濫交</li><li>○ 離家出走</li><li>○ 逃學</li><li>○ 濫藥</li><li>○ 犯罪行為、偷竊</li><li>○ 同伴關係不佳</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 焦慮</li><li>○ 發惡夢</li><li>○ 恐懼</li><li>○ 強迫行為</li><li>○ 內疚</li><li>○ 憤怒 / 暴躁 / 攻擊別人</li><li>○ 自殺念頭</li><li>○ 自信心低落</li></ul>
認知	身體
<ul style="list-style-type: none"><li>○ 學習困難</li><li>○ 難以專注</li><li>○ 成績下滑</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 下體疼痛、痕癢、有異味</li><li>○ 步行或坐立有問題</li><li>○ 睡眠困難</li><li>○ 進食困難</li><li>○ 肚痛、頭痛</li><li>○ 懷孕</li></ul>

# 性侵帶來的深遠影響

---

- 長期處於「求全狀態」影響情緒調節能力
- 自主神經系統 (autonomic nervous system) 與腎上腺皮質軸 (HPA axis) 失衡
- 塑造了他們的思考方式和應對機制

# 性侵帶來的深遠影響

---

- 身體健康 / 性健康
- 心理健康
- 關係和婚姻
- 管教子女模式
- 產前 / 產後心理健康

# 性侵帶來的深遠影響

---

- 相比其他女性，童年遭受性侵後
- 被診斷為創傷後遺症的高出 7 倍
- 濫用藥物或酒精的可能性高出近 9 倍
- 被診斷為邊緣型人格障礙高出近 8.5 倍

# 影響症狀及復康的因素

---

- 20-50% 兒童初期沒有任何症狀
- 10-25% 兒童兩年後開始出現症狀 / 症狀惡化

## 性侵事件

- 持續時間和頻率
- 性侵行為
- 兒童年齡
- 兒童與施虐者的（情感）關係
- 暴力或威脅行為
- 發生其他虐兒情況

## 性侵後

- 別人的反應
- 兒童是否感到被相信
- 支援網絡, 與其他成年人有緊密信任關係
- 法律程序

## 個人因素

- 兒童對性侵事件的看法

# 受性侵犯的兒童的心理需要

---

- 療癒心理創傷的兩大關鍵因素：
  - 安全感
  - 感到被理解、被支持
- 根據多層迷走神經理論（Polyvagal theory），當我們感到安全後，尤其是當我們與別人聯繫時，腦神經自然會逐漸放鬆。

# 受性侵犯的兒童的心理需要

## 情感方面

- 被信任，被明白
- 尊重私隱
- 重新學習計劃
- 不必要原諒施暴者才能康復

## 社交方面

- 安排一位固定聯絡人，每天與兒童**check-in**
- 小息時，安排特定活動以及固定同學陪伴他
- 保持一致穩定的關係

# 受性侵的兒童的心理需要

---

如何回應孩子？

- 我們會用什麼角度來理解正面臨學業、行為或情緒問題的兒童的性侵經歷？要考慮到這些兒童更容易成為施虐者的目標。
- 當兒童感到不被相信或不被支持，他們的心理健康明顯較差。
- 心理創傷的行為表徵或不理性的恐懼會否被誤認為反叛或行為問題？
- 即使兒童表現憤怒或敵對，這些行為可能是由他們的感受所引起的，而不是惡意針對。
- 若兒童經常走神或發白日夢，可以輕拍兒童溫柔地提醒。

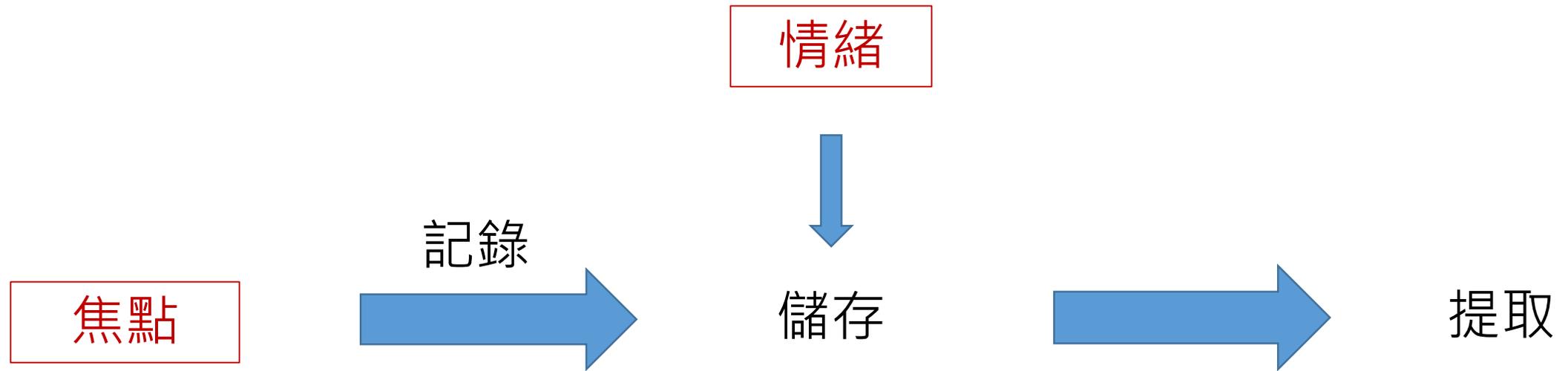
唔願意講出嚟就  
冇辦法揭發性侵?

- 不少兒童希望告知大人，但因為感到害怕，寧願向朋友透露
- 研究顯示，年輕人希望有人注意到問題並直接向他詢問
- 因此，我們可以多留意他們的情緒或行為變化

唔想提起性侵事件  
代表唔應該再提?

- 不願重複提起性侵事件
  - 想把性侵事件拋諸腦後
  - 希望儘量表現「正常、正面」，這又會給人什麼印象？
  - 不相信有人會明白，或能夠幫助他們
- 兒童色情受害者的特色
  - 擔心提起會讓更多人知道
  - 為事件感到內疚、羞恥和白責

# 創傷性記憶經常缺乏完整性



有反抗  同意性行為

## 兒童何時才願意 透露被性侵？

- 無法再容忍被傷害，或性侵來得越來越嚴重
- 以保護其他人免受傷害，希望尋求公義
- 了解何謂「健康關係」以及如何識別性侵行為時
- 學校在過程中發揮非常重要的作用，尤其是提供相關的教育

## 參考資料

- Carr, A. (2015). *The handbook of child and adolescent clinical psychology: A contextual approach*. Routledge.
- Cutajar, M.C., Mullen, P.E., Ogloff, J.P., Thomas, S., Wells, D. and Spataro, J. (2010). Psychopathology in a large cohort of sexually abused children followed up to 43 years. *Child Abuse & Neglect*, 34(11): 813-822.  
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2010.04.004>.

## 其他參考資料



我仍屬於我



幫助孩子渡過創傷事件



創傷後壓力症