

暗夜裡的

北極星

番外篇

多元性別×性別暴力實務筆記



讓性別成為一種視野 在暗夜裡望見北極星

— 深深期許，每一種性別都能夠被重視和友善對待 —

暗夜裡的北極星番外篇
 多元性別 X 性別暴力實務筆記

出版發行	財團法人勵馨社會福利事業基金會
發行人	林靜文
總編輯	王珩好
編輯群	王淑芬、陳鶴勳、徐筱婷、鄭卉君
校稿	郭旆君
編輯顧問	廖珮如
美術設計	Bobo
文字編輯	蔣逐晴
封面插圖	GoJi Sense設計工作室
圖片	Shutterstock
電話	02-8911-8595
地址	23143新北市新店區順安街2-1號1樓
出版日期	112年12月
補助單位	衛生福利部公益彩券回饋金補助
承辦單位	勵馨基金會／多重歧視性別暴力防治中心

版權所有翻印必究

目 錄

實務筆記說明	04
職場性騷擾申訴流程	06
第一章 做自己，好難	08
第二章 我的身體不是我的身體	14
第三章 我討厭我自己	20
第四章 助人關係也是相遇	24
第五章 生命影響生命	28

實務筆記說明

勵馨基金會「多重歧視性別暴力防治中心」（簡稱多歧中心）2022年出版了《暗夜裡的北極星—多元性別X性別暴力實務手冊》，這本實務筆記是延伸出來的「番外篇」，同樣是彙整多歧中心社工服務多元性別（LGBTQI+）受暴者的實務經驗，提供專業工作者一些資源與反思。如果讀者對於多元性別的基本定義或社會處境尚不清楚，建議可掃描下頁QRCode至勵馨官網下載《暗夜裡的北極星》手冊電子檔來閱讀，透過該手冊更了解多歧中心如何運用交織理論於社工實務中，再閱讀本筆記。

在這本實務筆記裡，我們希望讓工作者更深入體驗個案的內在世界，嘗試從一位服務對象的視角來敘事，第一至四章的第一人稱「我」（化名小頤）設定為一位原生性別（出生時指定性別）為女、性別認同為男的跨性別男性，因為在職場遭主管性騷擾而前來求助；故事以真實的服務對象為原型，為了去識別化，隱去與修飾部分資訊或經歷。在敘事開始前，我們放了一張「性騷擾申訴流程圖」，隨著敘事開展、故事主角經歷過申訴流程後，我們於最後一章繪製了另一張流程圖來說明小頤實際體驗到的歷程，以及助人工作者在這歷程當中能夠如何理解與協助小頤。值得一提的是，在書寫本實務筆記期間，台灣#MeToo運動引起社會大眾關注也促成性平三法的修法，至筆記付印時仍有部分法條尚待2024年3月正式實施，因此呈現的經驗主要為修法前的制度，同時也提醒讀者，新的建制會帶來新的經驗，而那些經驗不必然完美。

在第一至四章的敘事中，我們穿插了一些小框框，除了邀請讀者稍稍從故事抽離出來思考，也提供工作者一些我們的觀察與心得。第五章是敘事的結尾，我

們回顧了服務小頤的歷程，包含社工看見什麼、運用《暗夜裡的北極星》24-25頁的實務五步驟做了什麼。

我們非常歡迎網絡單位與我們交流，邀請工作者透過本頁下方的回饋表單QRCode與我們分享心得與建議，或是建立網絡合作關係，期待我們一起在專業旅程上攜手前行。多歧中心每年辦理多元性別敏感度社工實務訓練工作坊，未來將繼續結合多歧中心出版品內容辦理專業人員教育訓練，歡迎有興趣的助人工作者追蹤勵馨基金會臉書、於每年密切注意課程報名資訊。



下載《暗夜裡的北極星》



線上回饋表單

職場性騷擾申訴流程

《性別工作平等法》流程

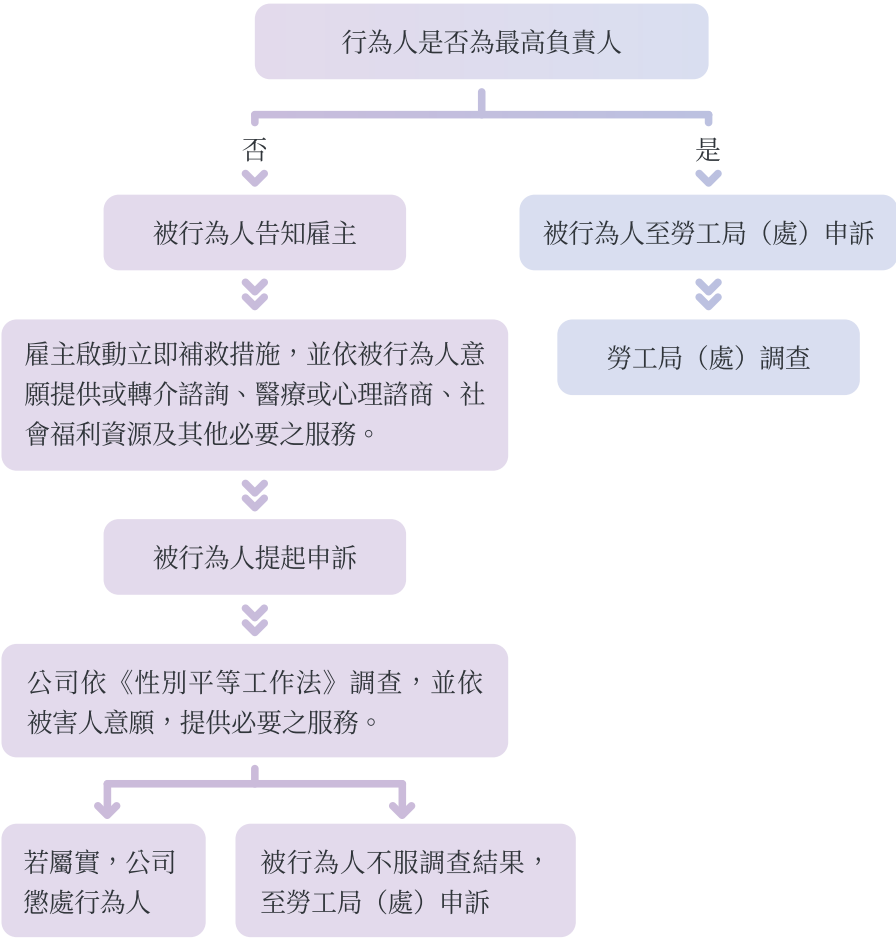
(2023年8月16日前適用，詳註1)



註1：本實務筆記內的求助歷程與社工服務歷程皆為修法前的經驗，因此放上修法前之法規流程，作為閱讀時的參考。同時也於下頁呈現修法後的流程，除了提供最新資料，也對照出此次修法在哪些方面提供了更完善的保障。

《性別平等工作法》流程

(2023年8月16日後適用，部分條文2024年3月8日實施)



第一章

做自己，好難

「摸一下沒關係吧？」

2021年的冬天，我鼓起勇氣求助政府單位，但政府單位只有回應，職場性騷擾需先透過公司內部的機制處理，公司若未依法規處理才可以申訴勞工局，即使說明性騷擾我的就是主管，我申訴無門，僅得到公司仍可以做內部調查的回應，而掛完電話後想到，若是因申訴失去這份工作該怎麼辦？之後一一打了許多社福單位，得到的回應都說職場性騷擾不是他們提供服務的範圍，我失落地掛電話，想著真的都沒有人能夠幫忙嗎？深吸一口氣撥了最後一組電話號碼，電話裡的人說：「社工目前暫時離開位置，大約15分鐘後回電喔。」我留了聯繫方式掛上電話，感覺到內在有股噁心與憤怒壟罩在心頭，壓得喘不過氣，好似過了很久手機響了，帶著可能再度被拒絕的心情接起電話。

「喂？」我冷冷地說。

「您好，我是星星社工，剛剛您有致電來，想詢問什麼事呢？」電話中的聲音說。

「我遇到職場性騷擾，該怎麼辦？」心底預備著會再被拒絕。

「可以怎麼稱呼您呢？」社工問。

「小頤。」我說。

「是，小頤，你現在有方便稍微描述，遇到的事情嗎？」社工輕聲問。

「被主管……摸……，很不舒服。」我愣了愣，簡短且急促地說。

「是……你現在還好嗎？」社工緩緩地問。

我緩緩道出家裡經濟狀況不好，如果沒有這份工作就完了，所以被摸時告訴自己是對方不小心就忍了，但第一次、第二次、第三次、好多好多次……，上班前越來越緊張、也需要吃越來越多的安眠藥才能入睡，社工靜靜聽著，並再輕聲問：「身旁有可以理解你的人嗎？」我說：「朋友和家人知道後都先問，是不是做了什麼才發生這樣的事情？但我的身體從來都不是自己的，只是媽媽的洋娃娃，從頭到腳，髮型、上衣、褲子都是媽媽決定的。」

II 反身性思考 II

小頤說：「但我的身體從來都不是自己的，只是媽媽的洋娃娃，從頭到腳，髮型、上衣、褲子都是媽媽決定的。」你覺得小頤對於自己的身體、衣著打扮被媽媽決定有什麼樣的感受？這句話透露著哪些訊息？

身為助人者的你，認為這句話背後有什麼樣的需求？你會如何回應這句話？

II 性別表現與性別認同 II

一個人的身體髮膚、穿在身上的衣物飾品是跟自己非常貼近的，通常被自己與他人用來理解自己的身分（流著河洛人／客家人／原住民的血液；有著黃／白／黑／混合的膚色；隨著年歲增加長了白髮或皺紋等等），也常被用來表達自己的各種認同（以紋面或穿著部落傳統服飾，認同自己的族群；透過髮型或化妝，展現自己陽剛／陰柔／中性的性別氣質；戴著十字架或佛珠，表明自己的宗教信仰；穿戴六色彩虹的衣物飾品，宣告自己的同志身分或性別友善立場等等），可以說我們每個人終其一生都透過身體在建立自我認同。

同時，我們也會聽到家庭或社會充斥著「男生不能穿裙子／留長髮」、「女生坐要有坐相」等各式各樣性別化的身體規訓，似乎要按照每個人的原生性別去打造性別表現、去建立性別認同。在這些性別規範與框架下，多元性別者透過自己身體所表現出來的性別氣質、所建立的性別認同被視為不符合常規的、需要被矯正的，從小到大常在家庭、日常生活（就醫、理容、購物等）、學校、職場、軍中等不同場域被批評否定、排除或羞辱：「女生頭髮剪那麼短幹嘛？」、「男生講話那麼娘，噁心死了！」、「你這樣不男不女的，我們家的臉都被你丟光了！」、「你到底是不是真的男人？褲子脫下來讓我們檢查一下！」

當一個人真實展現自己的性別氣質與性別認同，卻要經歷來自家庭或社會的批判與否定，那是相當大的心理傷害。當事人可能在內心掙扎著，究竟要為了活出真實的自己而承受言語及精神暴力甚至肢體暴力，還是要為了得到家人的愛與社會的接納而隱藏與否認自己的性別認同或性傾向？無論選擇前者或後者，都是困難的抉擇。像小頤這樣，由媽媽決定髮型與服裝，連這麼貼近自己的身體都不能自己作主，感覺自己像是沒有話語權的洋娃娃、玩偶，其實是很痛苦的。

服務家暴與親密關係暴力的工作者通常可以辨識出精神控制、言語的羞辱或貶抑等等都是暴力的樣態，但是當多元性別族群的性別表現、性身分或性別認同被家庭成員控制、羞辱、貶抑時卻不太容易被辨識出來，甚至連多元性別者自己也可能沒有意識到，反而認為是自己的錯、跟著否定了自己的價值。在這樣的情況下，小頤很可能會將自己真實的衣著喜好、性別表現與認同隱藏起來，社工若能保持真誠開放、接納多元的態度，才能夠在洋娃娃般的外表底下，遇見真正的小頤。

社工沉默一會兒，再輕輕地問：「你提到自己像媽媽的洋娃娃，願意再多說一些嗎？我想說可以更了解你的狀況，如果說了會很不自在也沒關係喔。」

「從小媽媽就覺得女孩子應該要是這樣、是那樣，所以從小要求我應該要穿成什麼樣子……，但我滿不喜歡自己的身體的。」我緩慢且遲疑地說。

「是因為打扮都不是小頤自己決定的嗎？」社工問。

「我常常在想人為什麼一定要分性別？不能單純做自己就好了？也因為這樣，大學時我去做了平胸手術，媽媽非常生氣、非常傷心，哭了很久、很久，家裡要煩惱的事情又這麼多，我後來就決定再也不添麻煩了。」我說。

II 反身性思考 II

如果你是小頤的媽媽，常聽長輩說女孩子應該要這樣、要那樣，當發現自己的孩子小頤做平胸手術，會有什麼感受和想法？你會對小頤說什麼或做什麼？

身為助人者的你，聽到小頤去做平胸手術，你認為他的性別認同可能是什麼？你要如何回應才能讓小頤感覺到你是性別友善的工作者？

II 性別認同與原生家庭 II

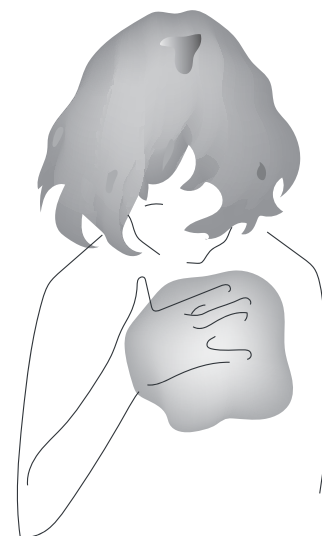
在《暗夜裡的北極星》7頁、63頁我們提過「順性別主義」與「異性戀常規」，當原生家庭以主流的性別常規去規範多元性別子女、晚輩的性別表現、性別特質與性別認同、性身份認同，即使不是用辱罵的方式，而是像小頤的媽媽用傷心哭泣、類似情緒勒索的方式，仍然會讓多元性別者感受到自己的性或性別身分認同是不被肯定、不被支持的。尤其在青少年階段，是發展自

我認同的關鍵時期，也尚未經濟獨立、多數仍與原生家庭同住，可能會感覺到不被家人接納而受傷，甚至內化家人對於多元性別的厭惡或歧視，而感覺自己沒有存在的價值。多元性別者即使是沒有跟著家人一起否定自己，也會在心裡感受到被排除，很難再視原生家庭為真正的支持系統，在人生其他場域（如學校、職場等）遇到挫敗或傷害時，也難以向原生家庭尋求協助或資源，形成一種心理與情感上的脆弱處境。

像小頤這樣被控制、從小到大都不能決定自己如何穿著打扮，其實是相當沒有身體自主權的。小頤那句「身體從來都不是自己的」透露著自己無法為自己的身體作主、與自己身體的感受疏離而陌生，這樣身心斷裂、沒有跟自己身體連結的狀態，讓小頤遇到職場性騷擾時非常難以保護自己的身體界線。面對性別表現、性別特質與認同被貶抑、身體自主權不被尊重的小頤，工作者對小頤性別認同與身體界線的尊重就格外重要，那可能是人生中第一次有人看見其真實的自我而不批判、不試圖控制，能真正肯定其存在的價值，也帶來力量。即使是詢問希望如何被稱呼、依照其性別認同稱呼相符的稱謂、或是想拍肩安慰之前先詢問確認意願，這樣微小的舉動，已經可以讓服務對象感受到被尊重。就算工作者不那麼了解多元性別族群也沒關係，重要的是「知道自己不理解」，如同《暗夜裡的北極星》24頁所說，保持開放心態、以開放式問句了解個案的生命經驗與想法，就已經展現了友善。

「人當然可以做自己，但很難對不對？」社工說，社工停了停繼續說：「跟小頤說一些我的想法。首先，每個人都應該要尊重對方的身體界線，無論性別，在碰觸他人的身體前，本就應當確認對方的意願，只要違反意願、讓你感覺到不舒服就是性騷擾。你現在碰到的狀況，是屬於《性別工作平等法》（註2）

內的『職場性騷擾』，依法規公司應訂定性騷擾防治措施，你先試著去查看公司有沒有相關規定，我們再一起看怎麼走，好嗎？但性騷擾案件比較困難的就是舉證，小頤有想得到可以舉證的證據嗎？包括錄音、訊息或是發生當下有人看見嗎？」我回：「曾有傳訊息表達這樣觸碰很不舒服，對方有道歉，但單獨相處時就又會有肢體碰觸。」社工回說：「好，那小頤你先保留好這些對話截圖，以及等你確認過公司有沒有相關規定後，我們下次再繼續討論。」我向社工道了謝，結束了談話。



註2：《性別工作平等法》已於2023年8月16日更名為《性別平等工作法》，考量本實務筆記內的小頤求助歷程與社工服務歷程皆為修法前的經驗，因此內文中仍使用修法前的法規名稱。

第二章

我的身體不是我的身體

「你是我生的！你有什麼資格做決定？」

「我的身體，好像不是我的……」

「小寶貝，你真是美麗的洋娃娃！」媽媽摸了摸辮子，緊緊抱住我，我侷促地動了動身體試圖掙脫，用小小的聲音說：「媽媽，我可以當男生嗎？」我一說完，瞬間感到臉頰一陣刺痛、耳朵嗡嗡響著，等我回神時才意識到媽媽打了我一巴掌，並怒罵著：「男生都跟你爸一樣沒出息！」媽媽語畢又拿出另一件蕾絲洋裝說：「來！你穿穿看這件給媽咪看！」媽媽替我換上了洋裝後開心地說：「女生就應該是這樣呀！多可愛，我的小公主。」我感覺到臉頰刺痛著，再看著鏡子中穿著蕾絲洋裝的自己，面部開始融化、模糊……

我從夢中驚醒，聽見媽媽打開房門，丟了衣褲在床上碎念說：「起床了！23歲還要媽媽這樣操心，趕快把衣服換一換，下來吃飯上班了！」我按壓著太陽穴回想著昨天不知道又吃了多少顆鎮定藥，躺在床上又聽見媽媽催促下樓的聲音，我撐起沉重的身體下了床走去廁所刷牙，邊刷牙時看著鏡子裡的長髮皺了皺眉，走出廁所木然拿起媽媽準備的衣服穿上，下樓媽媽把煎蛋放在盤子上說：「女孩子出門連頭髮都不梳嗎？」

「我就說短髮比較好整理。」我說。

「你到底什麼時候可以像個女生一樣？不要這樣讓媽媽一直操心，這麼邋遢的女生到底有哪個男生會喜歡你？」媽媽持續碎念著。我腦袋又開始迴旋主管走近在我耳邊說著：「就是因為你漂亮才會讓人喜歡呀。」

「可以不要再念了嗎？」我壓著太陽穴說。

「念一下也不行！你連衣服都不會穿，怎麼讓媽媽放心？」媽媽走上前摺了摺我的衣領，接著說。

「好了！我先去上班了。」我縮了縮身子站起身說著。

媽媽在後方喊：「鞋子穿右邊櫃子那一雙！」

「走了！」我嘆了一口氣拿了鞋。

II 反身性思考 II

看了故事主角「我」的夢境與現實，你對主角的第一印象是什麼？試著找出這段故事跟「性別」有關的敘述，你觀察到故事中「媽媽」的言行舉止透露著哪些性別觀？你觀察到主角的哪些性別表現或性別認同？「媽媽」與「我」兩者的性別觀有哪些落差呢？

故事主角「小頤」與「媽媽」的關係如何？身為助人者的你，如果主角「小頤」是你的個案，你會如何評估家庭關係、如何畫家系圖？

II 身分虐待 II

多元性別族群（LGBTQI+）雖然是非常多元的，女同志、男同志、雙性戀、跨性別、間性人、酷兒等等都有不同的性別處境，但這些多元性別族群大致上的共同處境都與其性別認同或性身份認同有關，例如：性別表現／性別特質／性或性別認同在各種場域被貶抑、被否定、被控制或被矯治，形成身分虐待（Identity abuse），而且在多個不同場域都因為其性或性別身分與特質而遭受暴力（在原生家庭遭家暴、求學遭性別歧

視／校園霸凌等、就業遭性別歧視／職場霸凌等、在親密關係遭親密關係暴力等），讓多元性別者不知不覺累積多重創傷。

身分虐待不只是基於一個人的身分而直接施以暴力，更包括了利用社會對於該身分的歧視或敵意，來威脅恐嚇與傷害，對多元性別族群來說，威脅出櫃就是一種常見的身分虐待。多元性別者在多重場域都有出櫃困境，於原生家庭、校園、職場、親密關係被出櫃皆可能遭受敵意與暴力，因此當多元性別者被任何人威脅要將其性或性別身分告知原生家庭或職場等等，就是利用多元性別者害怕身分曝光後果的恐懼，來施加精神壓力與控制，這是順性別異性戀不會經歷到的暴力樣態，但對多元性別者來說卻是極具殺傷力。

也因為社會對於性或性別身分的歧視或敵意，造成多元性別者遭受性別暴力時的求助困境，除了害怕求助時要向正式系統出櫃、可能面臨不友善或歧視，更害怕正式系統未經同意將其出櫃，即使工作者不是刻意傷害，「被出櫃」仍然是一種身分虐待，可能讓原本的支持系統因為知悉其性或性別身分而不再支持，甚至讓多元性別者面臨比求助前更多重的性別暴力。因此，助人工作者服務多元性別族群時，需要了解其出櫃程度，細細討論系統流程每一個步驟可能面臨的處境與出櫃風險、如何因應等，並且尊重個案對於自身環境出櫃風險的評估。

剛走進辦公室把包包放下，主管就喊著要我進去他辦公室，身旁的同仁開始竊竊私語，我從包包拿了一顆止痛藥吞下，便快速走到辦公室門口敲門，主管示意我把門關上後冷冰冰地說：「聽人資說，你去問了一些奇怪的問題？」我低頭沉默不語，腦袋開始一抽一抽地劇烈疼痛，主管走上前壓低聲音說：「

你去問了什麼？」開始用手撫摸我的頭髮，我全身僵直直愣愣地看著他身上的襯衫上的一點汗漬，好像在說些什麼？但我只看到嘴巴不斷蠕動，聲音好像隨著那窒息的空氣消失了，空氣中瀰漫著他的汗味，以及被陽光照得亮晃晃的灰塵，忽然主管大聲喝斥「出去！」身體震動一下，才倉皇地鞠躬離開辦公室。

回到座位我木然地坐下、打開電腦，主管從他的辦公室走出來，往桌上丟一疊資料，大聲喝斥說：「今天下班前整理給我，數據一堆錯誤！全部重改，下班前給我！」我緩緩看著桌上的資料、走遠的主管背影，以及同事們竊竊耳語的聲音，一瞬間似乎也能看見自己的身體坐在座位上，拿起那一疊資料繼續工作，不知道過了多久，電腦螢幕跳出訊息通知，是媽媽詢問是不是又加班了？抬頭看看辦公室才發現其他同事都已經下班了，我恍惚地想著，已經幾點了？瞄了一眼電腦顯示的時間是22:30。電腦再度跳出媽媽的訊息，寫道「女孩子家這樣太晚回家很危險，要媽媽去接你嗎？」我感覺到腦袋襲來的劇烈疼痛，回了訊息說：「不用，要回去了，你先睡吧。」我將文件整理整齊，走進主管辦公室將資料放在他桌上，踩著沉重的步伐回家。

「怎麼這麼晚下班？」回到家打開大門，睡在客廳的母親起身問我。

「處理事情。」我疲累簡短地回覆。

「你都沒想到你一個女孩子常常這樣晚下班很危險。」媽媽隨即說道。

「我累了，先上樓了。」我嘆了一口氣說。

「有吃飯嗎？」媽媽看著我的背影問，我隨意點了點頭，上樓前餘光看見主臥房房門滲出又黑又壓抑的黑色液體，沉重又緩慢地流淌至媽媽翻過身的背影，我再次感覺到肩膀一陣沉重。

走進房間，看見床上的被子、睡衣已經被摺疊整齊的放在床上、垃圾桶也

已經空了，看著這樣井然有序的房間，卻深深感覺到這個世界似乎沒有一處是自己的容身之處，我坐到書桌前將電腦打開搜尋：「性騷擾」，查詢到《性別工作平等法》內：「雇主對受僱者或求職者為明示或暗示之性要求、具有性意味或性別歧視之言詞或行為，作為勞務契約成立、存續、變更或分發、配置、報酬、考績、陞遷、降調、獎懲等之交換條件。」想起主管訕笑的面龐說：「摸一下沒關係吧？」腦袋迴旋起媽媽的聲音說：「你是我生的！你有什麼資格做決定？」我長嘆了一口氣，感覺自己全身被黑色液體包覆，腦海開始出現「都是你的錯！」、「你怎麼不去死一死？」的聲音無限迴旋，我從桌上拿起藥罐吞了兩顆藥丸，躺回床上閉上眼睛，強迫腦袋關機。

II 反身性思考 II

從這段敘事，你想像故事中的「主管」是什麼性別？故事主角「小頤」如何看待與「主管」的關係？

如果換成「主管」的視角，可能如何看待故事主角？

如果你是「同事」，你可能如何看待故事主角？

如果你是「人資人員」，你可能如何看待故事主角？

日復一日在這個職場裡工作，主角「小頤」的感受會是什麼？

身為助人者的你，如果主角「小頤」是你的個案，你會如何評估職場關係、如何將以上資訊寫成個案紀錄？

II 職場性騷擾與多重創傷 II

這一章呈現了小頤職場更多細節，可以看見職場性騷擾的本質是權力關係不

對等，當事人礙於權力關係無法拉開距離或脫困，累積至求助時經常已多次且長期受害，當小頤好不容易向人資部門反映之後，卻因為公司沒有依法規提供立即改善措施、沒有保密，導致加害的主管能夠繼續傷害與威脅小頤、同事竊竊私語與指指點點形成敵意環境，讓原本第一層的傷害（性騷擾）擴大到第二層的傷害（機構背叛），整個職場如同一個共犯結構。我們在實務上看見，當職場缺乏公正第三方介入的制度維護性騷擾被害人的安全、或是執行制度的人缺乏創傷敏感度，讓原本肩負保障員工職責的組織非但無法保障員工、反而背叛了員工的信任、形成二度傷害，會使被害人經歷多重的創傷、復原更加困難。

而對小頤這樣原生性別（出生時指定性別）為女、性別認同為男的跨性別男性來說，職場性騷擾造成的壓力與創傷又比順性別女性更為複雜，因為小頤原本就已經很討厭自己的女性化身體、渴望透過平胸手術去除女性性徵，當自己討厭的身體竟然被主管摸，那種厭惡與噁心的感覺是雙重而糾結的，因此引發非常嚴重的創傷反應。此外，小頤除了在職場遭受性騷擾，在原生家庭也經歷身份虐待與精神暴力，其實是經歷著跨越時間（童年與成年）與空間（原生家庭與職場）的多重受暴處境。

工作者是否能看見小頤的多重受創處境，會影響評估與處遇。如果把焦點放在小頤求助的外顯原因——職場權勢性騷擾，因而將服務重點放在性騷擾申訴流程的說明與陪同，可能難以理解小頤的創傷反應為何如此強烈。相較之下，看見以上所述小頤多重受暴處境的助人者，會意識到小頤的創傷是非常多層次的，也需要在不同的層次上予以回應。

第三章

我討厭我自己

社工個案紀錄

姓名：小頤	年齡：23歲	出生時指定性別：女性
性別認同：男性	求助原因：遭主管在值勤期間多次觸碰身體， 包含臀部、頭髮、背部。	
家庭狀態： 案主為家中唯一的孩子，案父母很小的時候便已離婚。 案主與案母同居，案母職業為家管，與案主關係親密又衝突。 案主與案父自離婚即未聯繫多時。		
社工評估： 身分虐待 (Identity abuse)：案主性別認同為男性，案母無法接受案主性別認同，且從小就有控制案主性別表現情形。 多重受暴：案主曾表示不喜歡自身的身體，使得遭遇性騷擾過程中，對於這樣「女性化」的身體被觸摸，情緒更形複雜與糾結。 創傷反應：案主已出現解離、記憶破碎、失眠等創傷反應。		
社工處遇： 陪同面對職場性騷擾流程，並透過談話重建自我認同與性別認同。 盤點案主周邊支持系統。		
(以下略)		

「上次談話後，我去問公司人資有沒有性騷擾申訴辦法？他們有給我一份公司內的《性騷擾防治措施申訴及懲戒辦法》，後續人資也召集主管和幾個上層主管召開會議，說這個會議就是按照辦法召開的『性騷擾申訴處理委員會』，但在會議上他們要求我簽已經擬好的紀錄和和解書，紀錄上面寫說證據不足，這麼多主管也輪流逼迫問我要是等到公司資遣還是自動離職，我後來在會議上簽了和解，同事們看我的眼神也變得很奇怪，媽媽知道後責怪我不知檢點，這麼丟臉的事情非要搞到全公司知道。」我低頭淡淡地說出近期的進度。

「身旁有這麼多手指指著你，不自責好難，聽小頤的描述，我能想到的是我們能夠去勞工局申訴，但說實話連我都無法確認你會不會受更多的傷，不過你若想要申訴我會陪著你去，若你累了想停在這也沒關係，如今制度不夠友善是真實的，但此時此刻我與你同在這裡，希望我們能一起跟自己說，謝謝你選擇了跟自己站在一起。」社工看著我的眼睛輕輕說。

我抬頭看了看社工的眼睛，眼眶一陣溫熱，但很快地一陣暈眩，身體又冰冷了下來，我又看見自己和社工坐在下方，社工叫著我的名字，我僅是侷促的僵住，社工說：「小頤，我們一起慢慢呼吸。」隨著跟著社工一起深呼吸、吐氣、深呼吸、吐氣，隨著一吸一吐我才慢慢回到了身體裡，坐在椅子上感覺全身都被抽乾了，有股很深很深的悲傷逐漸蔓延。

社工個案紀錄

社工評估：

性騷擾事件：依據《性別工作平等法》第13條：雇主於知悉前條性騷擾之情形時，應採取立即有效之糾正及補救措施。」公司未依規定採取立即有效之糾正及補救措施，可向勞工局提出申訴。

案主創傷情形：

- (1) 案主性別認同為男性，從小對自身的身體連結本就疏離，且案母有控制案主性別表現情形，交織在此次職場性騷擾的創傷使得案主的創傷更形複雜。
- (2) 案主已出現過度換氣恐慌症症狀，且同時身處在身分虐待的家庭暴力中，多重受暴情境讓案主無法擁有足夠量能，面對因職場性騷擾不斷升高的壓力情境。
- (3) 據案主所述，案家經濟全靠其這筆工作收入，經濟弱勢更削弱職場性騷擾的應對量能。

社工處遇：

提升自我價值：透過會談指認出案主的努力，提升自我價值感，以及認出制度的缺失，轉化案主的自我責備提升量能。
連結法律資源：按案主需求連結，讓案主能充分知悉流程可能面對的情境，並告知社工將陪同，但仍以案主身心狀況為最主要考量。

連結身心資源：與案主共商看診身心科減緩恐慌症不適情形，並需透過會談，培力案主以五官(視覺、味覺、觸覺、嗅覺、聽覺)建立安全感之方法。

II 反身性思考 II

身為助人者的你，請看看這一章的「個案紀錄」，想一想這跟你平常的個案紀錄有哪些不一樣的地方？這些紀錄格式或內容的不一樣反映了哪些工作思維或觀點？

II 多重受暴 II

當社工意識到小頤的多重受暴處境，會對小頤的創傷反應有更精準的觀察與判斷；小頤不只是因為職場上的權勢性騷擾而出現創傷後壓力症候群（PTSD），其實長年以來身體自主權被剝奪、性別表現／認同被否定、重複遭受家庭內精神暴力的狀態等，已讓小頤出現複雜性創傷後壓力症候群（C-PTSD）。這樣的看見，除了讓助人者理解服務對象的創傷反應，也能夠提供更適切的服務與協助，包括關注與提升小頤的安全感、自我價值感、身體的感覺與自主權等等。

若小頤這樣的多重受暴者進入性騷擾申訴與調查流程，工作者可先與其討論過程中可能遇到的情況與目前可行的策略，例如：申訴可能造成工作環境更不友善，或是家庭內的精神暴力更加嚴重，權衡目前限制下可以採取的因應策略或自我「照顧」方法有哪些。這邊談的不是自我「保護」方法，除了是鼓勵工作者反思「保護」系統預設的工作思維，也是想突顯出求助者的能动性，如同《暗夜裡的北極星》18頁所提到的，受暴者不等於需要被「保護」的弱者，而是可以發展復原力的主體。當求助者已經事先盤點過提出申訴可能遇到的困難與挑戰，仍然選擇申訴途徑，就已經是在保護自己、捍衛自己權利了，其所需要的是在不友善、甚至窒礙難行的系統中，照顧自己身心創傷的自我照顧策略，以減低申訴過程中受到二度創傷的嚴重程度。

第四章

助人關係也是相遇

「你為什麼要這麼堅持申訴？你一個女孩子都不覺得丟臉嗎？」媽媽淚眼婆娑地一直拍打我的背，我木然地一語不發。

「這種事情傳出去，你不想做人，媽媽我還想做人欸！」媽媽歇斯底里地說著，我眼睛望著主臥房滲透出來的黑色黏液，慢慢地流到了地面、流到了我的腳下將腳踝包裹住、包裹住小腿、大腿、胸部、手、頭.....，眼前一片黑。

等我再度醒來先是聞到血的味道，再看到媽媽手上都是血，我茫然地想著：「媽媽受傷了嗎？」接著媽媽著急地講著電話說：「我的女兒受傷了，拜託你們快點來。」我聽著想：「是我嗎？原來是我受傷了嗎？」我看著自己的手汨汨地流出鮮血，但同時感覺到心好久沒如此輕盈，我輕輕一笑、閉上眼睛，再度失去意識。

「住在這裡，都還好嗎？」社工的聲音劃破畫面，我緩緩轉頭看著社工，緩緩地看著周遭，意識到自己是身在精神病房。

「我是不是不應該存在在這個世界上呀？」我緩緩地說，社工也靜靜地看著我。

「感覺到死亡，心底覺得好放鬆，但看到媽媽滿臉的淚水，又感覺到些微的自責，但，真的覺得這個身體好髒。」我繼續說著。

「小頤，或許我真的無法深刻感受到你所經歷的痛苦，但此刻仍能跟你坐在這跟你說話，我心底真的覺得還好你還在。」一陣沉默後社工這樣對我說，忽然一股暖流流進心底，接著一股很深的悲傷襲上，我感受著身體這兩股力量點點頭輕輕地說：「謝謝。」

「社會應該要涵容每一個不一樣的人，是這個社會不夠好。」社工說。

「但我這樣正常嗎？被摸的每一秒都讓我覺得噁心，也想如果我可以變成男生，是不是一切就會好了？」我說。

「先不管別人怎麼想，但對我來說，每個人本來就可以成為自己想要成為的樣子，而每個感覺都是需要被重視的，那個不舒服是、覺得身體好髒也是，有好多的複雜需要我們一起去看見。在這裡的生活都還好嗎？」社工問。

「每天早上就是固定時間起床、做早操、發藥、吃藥、上課、吃飯、再上課，每天都是這樣，不用想要幹嘛好像也挺好的。」我笑。

「醫師有說大概要多久可以出院呢？」社工問。

「觀察兩星期吧。」我說。

「媽媽呢？」社工問。

「老樣子，每天都來，然後把所有的東西都打理得好好的.....，她也有去幫我跟公司請假，以及和主管鞠躬道歉了，目前公司都先以病假留職停薪。」我苦笑。

社工沉默了好一會兒後紅了眼眶說：「很難齁？」我們相視而笑。

II 反身性思考 II

請用《暗夜裡的北極星》21或28頁的身分認同輪，試著繪製小頤的身分認同輪，你看見小頤哪些交織性的身分？這些身分彼此之間有什麼交互作用或交互影響嗎？

身為助人者的你，遇過交織著多元性別身分與精神疾患的個案嗎？你與那些個案的相遇經驗是什麼？

II 多元性別與心理健康 II

在《暗夜裡的北極星》8頁我們簡要提到少數壓力理論，在一個對多元性別族群不友善的社會環境中，多元性別者傾向隱藏或否認真正的自己、害怕被出櫃而從人際關係退縮，也較容易因為性別表現與認同而經歷身分虐待與性別暴力，形成多重受暴的生命經歷，使其身心靈創傷多重而複雜，可能出現憂鬱、躁鬱、焦慮、恐慌、解離、自傷等各種症狀，甚至被診斷為精神疾患，此時除了要面對基於性或性別身分的敵意與暴力，又多了精神疾病的污名與歧視，形成更弱勢的處境。

在實務經驗上，多歧中心約有半數服務對象經診斷有精神疾患，我們從這些交織著精神疾病的受暴者求助經驗中看見，社會對精神疾病的污名使得他們即使求助也不被相信：「這位個案就是有病，是自己在妄想！」、「他說的完全不合常理，應該是裝的。」、「如果像他所說現在的人格只有幾歲，怎麼可能知道要來求助？」當多重歧視造成的創傷帶來身心症狀或是破碎的敘事，往往造成行政體系或助人者的「困擾」，如若因個案帶來工作者的困擾，而否定其受暴經驗，也可能對個案帶來另一層的系統創傷。

對於多元性別族群，包括交織精神疾患身份的多元性別者，需要的是一種多元性別肯認（LGBTQ+ affirmative）取向的服務，不去批判其性別表現／性別或性傾向認同、不去否定求助者的主觀真實，而將焦點放在受暴後求助的處境或困境、受創後的復原。同時，工作者需要理解，是家庭與社會環境對多元性別身分的敵意與排除，導致身心創傷與精神疾患，有意識地透過改善敵意環境來減少身心受創的症狀，即使多元性別者的家庭或職場環境難以改變，但如同《暗夜裡的北極星》19頁所提到的，社會結構從微觀到鉅觀有好幾個不同的層次，助人工作者也是更大社會環境的一部份，透過工作者對多元性別身分的肯認與支持、並與使用服務的多元性別者建立正向連結，也會是穩定其身心狀態很重要的助力。



第五章

生命影響生命

小頤寫給社工的信

嗨！好一陣子沒跟你聯繫了，很抱歉，我出院後没多久母親就診斷出了癌症，她希望我就好好把工作做好就好了，所以我向性騷擾我的主管道歉，也在他面前將訊息刪掉了，並希望他能讓我繼續工作，之後人資把我調到別的部門，那段日子很難，因為討厭能夠被男人意淫的身體、也討厭為這件事道歉的自己，也不知道怎麼面對支持我做自己的你，後來我還是會偷偷地傷害自己，因為好像只有一刀刀割在身體的傷痕，才能為情緒找到洩壓的出口。

去年母親過世了，難以啟齒的是除了悲傷外，我感受到某一部分的自己好像自由了，於是我獨自去了同志大遊行，站在街頭上看著不同的人們來來去去，想到你眼神裡閃爍的光芒，跟著人群走時有那麼一刻讓我覺得，我好像在這個世界，找到一個我被允許存在的地方，那天我終於剪了短髮了！講了很多，但只是想透過這封信，謝謝你。

小頤

身為助人工作者的你，看到這封信會有什麼樣的想法或感受呢？很多時候，即使有法規與流程可以走，甚至有服務體系與專業人員可以陪伴當事人，但是當事人不一定能夠走完所謂的流程，我們希望在這本實務筆記如實呈現這一點，也希望這樣真實的呈現帶領我們回頭思考現有的體制是否像《暗夜裡的北極星》22頁所期許的公平正義，以及體制與方案能夠如何再設計。

我們延續第一到四章的小頤視角，繪製了一張小頤真實經歷到的流程紀錄，並且回顧社工在服務過程中運用《暗夜裡的北極星》實務五步驟做了什麼。



申訴流程前

在社工與小頤第一次談話的時候，社工並沒有先入為主去預設小頤的性別或稱謂，而是直接詢問「可以怎麼稱呼您呢？」這樣的做法能夠避免性別錯稱，是多元性別友善的做法。而社工的「批判性自省」也讓社工清楚求助者才是自己生命的專家，聽到自己不太確定涵義的陳述，會邀請求助者多談一些：「你提到自己像媽媽的洋娃娃，願意再多說一些嗎？我想說可以更了解你的狀況，如果說了會很不自在也沒關係喔。」社工聽到小頤做了平胸手術之後，並沒有像小頤媽媽那樣批判或否定，而是肯定小頤：「人當然可以做自己」，肯認小頤的自我認同。

對於小頤身體界線不被尊重、在職場遭遇性騷擾，社工也有所「行動」，與小頤討論行動策略，包括找出可以使用的相關規定、著手蒐證等等。

申訴流程中

小頤向人資部門詢問性騷擾申訴辦法後，人資部門未予保密、後續處理不當，社工讓小頤知道可以去勞工局申訴公司，同時也能「看見差異」，知道性騷擾被害人的創傷與身心狀態有個別差異，尊重小頤自己做選擇的自主權與能動性：「你若想要申訴我會陪著你去，若你累了想停在這也沒關係」。

社工也讓小頤知道「如今制度不夠友善是真實的」，協助小頤理解自己的創傷反應或無力申訴不是自己的問題、而是制度不夠友善，避免被害人自我檢討，這是社工陪伴小頤的「行動」之一，同時也指出了「方案再設計」、「助人者倡議」的必要性與方向，例如說：申訴流程應該更創傷知情、應該由公正第三方受理申訴調查等等。

而小頤母親精神暴力程度升高，引發小頤多種創傷反應，例如失眠、過度換

氣、解離、記憶破碎等，甚至因為自傷被送進醫院。在過程中，社工辨識創傷反應、協助小頤自我調節：「我們一起慢慢呼吸」，這也是社工陪伴小頤的一種「行動」。

申訴流程後

即使小頤被迫簽了和解書、媽媽向主管鞠躬道歉，法規制度沒有保障被害人或是公平正義，但社工讓小頤知道：「社會應該要涵容每個不一樣的人，是這個社會不夠好」、「每個人本來就可以成為自己想成為的樣子」，這些都讓小頤肯定自己的感受與認同。

陪伴小頤走過這段人生旅程，我們發現體制的完善很重要，整個系統與體制設計都需要創傷知情觀點，這也是我們預計在未來更深入書寫的。除此之外，體制內外人與人的關係也相當重要，當我們肯認多元性別者的身分認同、看見其多重受暴處境、陪伴其面對複雜性創傷，我們就與多元性別受暴者建立了關係；這樣的關係會開始療癒多元性別者在家庭、學校、職場等人際關係受到的否定與傷害，成為邁向復原最關鍵的一環！

後記

這本實務筆記呈現了2023年性平三法修法之前的實務經驗，也正是奠基於這些實務基礎，讓我們在台灣#MeToo運動中積極倡議性平三法修法，成功讓性騷擾被害人服務成為法定服務，待2024年3月8日新法正式實施後，我們也仍會持續關注性騷擾被害人的求助經驗，對制度尚有不足之處持續進行倡議，期許每個小願都能被接住！

