

從恐懼到平靜及早求助、專業處遇，陪伴家庭走出暴力陰霾

俗話說：「家是安全的避風港。」然而，當長期相處的摩擦與衝突不斷累積，家庭關係也可能從原本的支持與陪伴，逐漸陷入情緒失控、關係失衡，甚至暴力相向的困境。當爭吵與衝突反覆發生，恐懼成為日常，暴力程度更逐步升高、危及生命安全時，家庭暴力便不再只是單純的「家務事」，而是亟需社會共同正視與介入的重要議題。根據統計，114 年度全國家庭暴力通報案件達 190,676 件，其中「卑親屬對尊親屬」案件更達 21,065 件(11%)，顯示家庭暴力型態正逐漸轉變，除了傳統伴侶間的暴力問題外，子女對父母等長輩的暴力情形亦不容忽視。面對家庭衝突與暴力風險，唯有及早察覺、勇於求助並適時介入，才能避免暴力持續升高，及時阻斷暴力循環，守住每一個家庭應有的安全與尊嚴。

安仔（化名）70 歲與兒子阿宇 30 歲長期存在衝突與緊張，多年來，安仔承受阿宇的言語羞辱與肢體暴力，但為了維持家庭穩定，也希望父子間的關係不影響家庭生活，他選擇忍耐，不敢對外求助。每當家庭衝突升高，阿宇便以自傷或持刀威脅，家人長期飽受恐懼，難以制止暴力，直到一次衝突中，安仔受重傷需住院治療，才鼓起勇氣報案，案件隨即進入家庭暴力防治體系。社工評估發現，阿宇患有躁鬱症及焦慮症，長期未穩定治療，情緒起伏大，是衝突反覆發生的主要原因之一，在專業團隊協助下，安仔依法聲請保護令，法院裁定阿宇須參加加害人處遇計畫，透過心理輔導、精神醫療介入與家人支持，歷經一年努力，阿宇情緒逐步穩定，父子互動改善，社工亦轉介就業服務，阿宇順利在工廠擔任技術作業員，建立固定作息，逐步學會管理情緒，家庭氛圍回復平和與安全。

南投縣政府衛生局局長陳南松表示，家庭暴力不僅是單一事件，而是長期累積的暴力與控制行為，對受暴者身心健康及家庭生活造成深遠影響。呼籲民眾當面對家庭暴力時，受暴者應優先保障自身安全，及早尋求醫療與心理專業協助；同時，透過施暴者接受醫療評估與處遇介入，也能降低家庭衝突再度發生的風險。若您或親友正面臨家庭暴力困境，請勇敢求助，困難時並非只能獨自承受；若不求助，受害者可能持續承受身心傷害，家庭關係可能惡化，暴力也可能反覆發生，甚至危及生命，您的求助不代表懦弱，反而是勇敢表現，只要願意面對，生命中總會有出口，也一定有人願意陪你一起找到答案，希望大家能夠多加利用。

◆ 113 保護專線

◆ 110 報案專線

◆ 衛生福利部安心專線 1925，生命線 1995，張老師 1980

◆ 男性關懷專線 0800-013999

◆ 若想瞭解更多有關南投縣政府衛生局心理健康服務資源的詳細信息，請至南投縣政府衛生局官方網(<https://ntshb.tw/hc10jaqMv>)查詢或致電至南投縣社區心理衛生中心南投區 049-2202662、竹山區 049-2631925、埔里區 049-2911925，將由專人為您服務。