

# -112學年第1學期 會稽輔導專刊- 會稽心橋

民國112年09月06日  
編輯：梁希平 專輔教師  
發行單位：會稽國中輔導室

創刊號！

## 「我們不要就這樣算了！」 從#MeToo運動學習當自己身體的主人

近期台灣#MeToo運動興起，許多曾遭遇過性暴力的人，紛紛鼓起勇氣，透過社群媒體分享自己的受害經驗，而這些被指控的加害人中，不乏學校師長、政商名流、演藝人員，其表裡不一的行為讓人格外震驚。其實我們每個人都有可能遇到性騷擾，性暴力亦可能在任何場域發生，故了解如何保護自己、學習尊重他人，已是刻不容緩的教育議題。以下我們將用**五個關鍵字**，帶大家認識#MeToo運動和身體自主權！

### #MeToo運動

「#MeToo」最初引起大眾關注是在2017年，當時美國媒體《紐約時報》揭露了知名電影製作人哈維·溫斯坦（Harvey Weinstein）長期性侵身邊的演員，女星艾莉莎·米蘭諾（Alyssa Milano）也在推特上分享自己的受害經驗，並開始使用「#MeToo」標籤，表示自己與其他被害人站在一起。這起事件引發廣大迴響，有更多人以「#MeToo」作為標語，跳出來訴說自己所遭受到的不當對待。隨著受害者團結起來，這波運動也為社會帶來一股力量，讓過去那些以為只能默默隱忍的受害者們，鼓起勇氣尋求協助，且讓大眾更加重視校園、職場中潛藏的性暴力問題。

### 身體自主權

「身體自主權」指的是**每個人在沒有被強迫的情況下，為自己的身體做決定的能力**。而要落實自己的身體自主權，首先必須了解自己的「身體界線」。身體界線沒有絕對的標準，**每個人對於肢體接觸的接受度都不同，且這個標準會因為對象、場合、時間有所變化**。舉例來說，有的人可以和你擁抱；有的人只能在特定情境才可以拍你的肩膀；有的人則是完全不能碰到你。隨意觸摸他人，這不僅是侵犯對方的身體界線及身體自主權，而且還可能構成「性騷擾」！另外，**身體界線還包含了聽覺與視覺界線**，也就是說，如果有人在你聽得到、看得到的範圍內，對你講黃色笑話、傳送色情文字/影像、曝露個人性器官，這些行為也都可能侵犯了你的身體自主權。

#### 如何守護自己的身體界線？

我們要覺察自己有哪些身體部位不適合讓別人隨意觀看和觸摸，當他人言行讓我們感到不舒服、被冒犯時，應明確向對方表達心裡的感受，並態度堅定地要求對方停止，也可以尋求周遭的人協助。請時常傾聽自己心中的聲音，**不要忽視內心一閃而過的猶疑，也不需要因為拒絕誰而感到抱歉**，只要對方言行令你覺得不適，或是當你感覺到自己的身體界線被侵犯時，一定要勇敢說出來！

#### 如何尊重別人的身體自主權？

跟他人進行肢體接觸前，應當取得對方的「**積極同意**」，沒有拒絕、反抗並不等於默許。對方若表示能接受且贊成這樣的互動方式，才能算是兩情相悅的行為。**沒有說「要」，就是「不要」**！如果你碰觸了他人，而對方看起來一臉為難，或僵立在原地，代表你的言行可能是不受歡迎的，這時你需要停下來，確認對方的心情、想法。若他人因你的言行感到困擾，我們應該真誠和對方道歉，並且避免讓這樣的行為重複出現於你的人際互動中。

### 完美受害者迷思

受害者在講出自己的經歷時，可能會面臨許多質疑：「對方怎麼可能對你這種人有興趣？」、「你經歷那種事之後怎麼還表現得很正常？」、「你當下沒有抵抗，為什麼現在又出來指控？」，而這些質問都反映出社會對受害者存在一些迷思，**人們常以為只有特定形象的人才會遭受性暴力，而這種迷思和刻板印象，往往會造成受害者莫大的心理壓力，以致於更不敢求助。**

#### 常見的「完美受害者迷思」有哪些？

我們常誤會只有外貌姣好的女生會被騷擾，或是行為不檢點、穿著暴露才會引起他人犯案動機，但其實性暴力加害人可能是家人、伴侶、好朋友、同學、鄰居、學校師長、職場上司等熟識的人；受害者亦可能是任何人，包含：老人、未發育的兒童、打扮中性的女人，亦可能是身材高壯的男性。**即便受害者當下沒有激烈反抗，或之後仍與加害人維持友好關係，社會大眾都不應該檢討受害者，而是要進一步探討受害者過去受到哪些壓力因素影響，導致其無法為自己伸張權益。**

### 權勢性騷擾

在雙方權力不對等的情况下，**某些加害人深信自己握有較大的影響力**，如：性別優勢、經濟能力、職場位階、社會身份、人緣與名氣，並仗著受害者不敢拒絕、害怕求救遭到報復，或是講出來也不會有人相信的弱點，侵犯他人的身體自主權，這就稱為「權勢性騷擾」。  
當社會大眾不理解性騷擾問題，那我們就容易因為一個人的身份，而貶低他的話語可信度，甚至受害者本人也沒有意識到自己受到了不當的對待，進而助長加害人繼續濫用自己的權力。因此，如果要對抗權勢性騷擾，我們必須重視任何可能發生性暴力的狀況，例如：阻止同學開黃腔、拒絕未經同意的肢體接觸。**不要害怕自己不夠幽默，沒有任何的人際關係或國家利益，需要犧牲誰的身體自主權。**當愈來愈多人認為「這不是沒關係」，這件事就會「很有關係」！並且為社會帶來改變。

### 性平三法

目前台灣有三部關於性騷擾的法律可以保障受害者，**根據性暴力發生的對象和情境，會適用以下三個不同的法規，分別為：《性別平等教育法》、《性別工作平等法》、《性騷擾防治法》**。加害人受到的罰則也會依照不同法規而定，根據《性騷擾防治法》規定，**性騷擾最高可處10萬元罰金。意圖性騷擾別人，趁別人來不及阻止的時候，親吻、擁抱或觸摸對方的私密部位，恐面臨2年有期徒刑。**

性騷擾事件中  
一方為學校  
校長、教師、  
職員、學生，  
另一方為學生。



《性別平等教育法》

適用所有行業，  
受雇者（包含  
求職者）在工作  
場所或因執行  
職務受騷擾。



《性別工作平等法》

非發生於  
學校或職場的  
性騷擾事件，  
適用於  
任何人和場合。



《性騷擾防治法》

#### 在學校遭受/目睹性騷擾時該怎麼辦？

若在生活中遇到性騷擾事件，我們可以**向學務處生教組、輔導老師求助，或是告訴信任的師長**，老師會協助向校內的「性別平等教育委員會」及地方政府進行通報，並啟動後續的調查與保護機制。倘若加害者是熟識親友或陌生人，同學亦可**至鄰近的警察局報案，或撥打113保護專線進行申訴。**



#### 【文獻出處及參考資料】



少年報導者 THE REPORTER FOR KIDS

https://reurl.cc/V4a1kA