交談指南

和青少年交談

VIOLENCE AGAINST WOMEN
LET'S STOP IT
AT THE START

“成人對青少年形成
正面的人生態度具有
最大的潛在影響力。”

前言

本期內容：針對女性的暴力

大部份澳洲人承認對女性進行暴力侵害是錯誤的。

我們知道：

- 每週平均有一位女性被現時或以前的伴侶親手殺害[1]。
- 從15歲起，每三位女性中就有一位被她認識的人傷害，成為身體暴力或性暴力的受害者[2]。
- 每六位女性中就有一位遭受過來自現時或以前伴侶的身體暴力或性暴力[3]。
- 每四位女性中就有一位遭受過精神虐待[4]。
- 每四位年青人中就有一位願意為來自伴侶的暴力找藉口[5]。

這個暴力循環始於不尊重

不尊重女性不一定都會導致暴力。但所有針對女性的暴力都由不尊重的行為開始。

不尊重始於我們自幼形成的觀念和態度。

有時，我們無意的言行會讓青少年認為不尊重和侵犯行為是可以接受的。

男孩和女孩會逐漸開始認為不尊重只不過是正常成長中的一部份。

我們團結一致，就能幫助終止針對女性的暴力循環

作為家長、家人、教師、教練、僱主和榜樣人物，我們可從正面影響青少年，在一開始就為甚麼可以接受，甚麼不可以接受設立標準。

我們可以多注意一下我們所找的藉口，以及這些藉口如何產生深遠影響。

我們可以開始與男孩和女孩談尊重。

我們可以“防微杜漸”，幫助防止針對女性的暴力發生。

參考資料：

1 澳洲犯罪學研究所, (2015). *澳洲他殺案：2010–11至2011–12財年：全國他殺案監測計劃年度報告*

2,3,4 澳洲統計局, (2012). *個人安全調查*

5 維州保健基金會, (2013). *澳洲青少年對針對女性的暴力態度的調查報告 (Youth Report摘要)*。

我們從孩子的童年開始塑造他們的信念

作為父母和家人，我們想把最好的東西給孩子。我們希望他們有豐富的經驗、良好的婚戀關係，並有機會出類拔萃。我們希望他們能分辨是非。我們希望他們既懂得尊重他人，也懂得自尊。

我們努力以身作則，談論價值觀、態度和行為舉止，我們希望孩子們茁壯成長。

但有時候我們無意中可能會說一些原諒青少年不尊重行為的話。為了打斷針對女性的暴力循環，我們必須明白這與不尊重和性別不平等之間有甚麼關聯。

甚麼是不尊重的行為?

舉例:

- 對某人施壓，要其做不想做的事情
- 通過權力來控制、虐待或傷害某人
- 認為某人低自己一等，並以此相待
- 根據性別、宗教信仰、文化背景、性取向或膚色分別待人
- 認為某人的信仰或其對某件事的感受無足輕重。

調查結果告訴我們，男孩和女孩從小就開始認為不尊重的行為因某些理由和在某些情況下是可以接受的。成人的某些言行可能在無意中傳遞了一種信息，即用不尊重的行為對待女性並沒有甚麼不妥。我們對孩子說話要注意，這一點很重要，因為家長和家中的其他人對孩子形成正面的人生態度，具有最大的潛在影響力。

本指南是一個實用工具，能幫您更有信心，更坦誠地和青少年談論尊重。我們大家都要為我們的社區更強大發揮作用。

> *改變態度可能會很困難，因為過了一段時間，態度就變得像呼吸一樣自然而然，不會受人注意了。*
>
> **澳洲政府間協調委員會(COAG)減少針對女性和兒童的暴力行為顧問小組主席Ken Lay**

不尊重與針對女性的暴力有甚麼關聯?

針對女性的暴力可以始於不尊重。我們可能會在無意中為青少年的不尊重行為找藉口。雖然我們可能並不想如此，但這些藉口可以使不尊重繼續發展。

青少年對男性和女性扮演的角色及其相互關係的看法受到多方面的影響，包括習俗和夥伴們的影響。但是他們生活中的成人 – 尤其是家長和其他家人 – 對他們的影響最深刻。

儘管大部份澳洲人認為對女性進行暴力侵害是錯誤的，我們並不一定知道用甚麼方法，或在甚麼時候去改變這種狀況。事實上，我們有時侯沒意識到，是我們允許男孩形成對女性不尊重的態度，並教導女孩容忍不尊重的行為，或淡化不尊重行為對女孩自尊的嚴重影響。

正如以下數字所示，這些態度不知不覺地變成了正常成長的一部份。

四分之一

的青少年不認為男人在街上侮辱或用語言騷擾女孩是嚴重問題

五分之一

的青少年認為有時候女性對性騷擾負有一定的責任

四分之一

的青少年不認為一個平時斯文的男人在喝醉酒或和女友吵架時打她是嚴重問題

超過四分之一

的青少年認為女孩喜歡在婚戀關係中掌握控制權的男人

統計數據來源:
TNS, 2015年*減少針對女性和兒童的暴力行為*宣傳活動調查結果
Our Watch, 2015年*The Line*宣傳活動調查結果
VicHealth, 2013年*全國社區對針對女性的暴力的態度調查結果*

讓我們停止接受不尊重的行為

當我們和青少年談尊重時，一定要明確甚麼是可以接受的。

我們對自己的想法和做法很快變得習以為常，因此很難挑戰自己。但如果我們不向自己對男性和女性的角色，以及甚麼言行可以接受的思想和行動作出挑戰，我們就可能無意中原諒不尊重、侵犯和潛在的暴力行為。青少年會誤解我們的話語，將其看作是對某種行為的諒解或許可。如果長此以往，任何情況都不會改變。

我們準備和青少年對話之前，首先需要自省。

對家長來說，這可能是指我們要正視自己對男孩和女孩，或男性和女性的觀念，因為這些觀念是我們對事情作出反應的基礎。

當回想我們自己的反應時，我們可能會吃驚地發現，自己在用一些最常見的方式為不尊重和侵犯行為找藉口。

這些包括:

- 淡化不尊重的行為
- 將侵犯性當作男孩的天性
- 責怪女孩，要其為受到不尊重的待遇負責

> *自省是……要有勇氣的，也是必要的。自省塑造我們和孩子們的聯繫，即我們怎樣指導年青人。*
>
> **澳洲政府間協調委員會(COAG)減少針對女性和兒童的暴力行為顧問小組主席Ken Lay**

> *我們當然希望保護自己的女兒不受傷害，但我們想讓她們認為萬事都是她們的過錯嗎？從另一方面來看，我們有沒有和兒子講過如何控制感情衝動？我們有沒有和他們講過相互尊重的婚戀關係？*
>
> **教育家兼坎培拉女子文法學校校長Anne Coutts**

怎樣識別我們最常用的藉口

1. 淡化某種行為

這是指我們對不尊重或侵犯行為不予理會，或試圖淡化其嚴重性。

您是否曾經想過或說過.....
“別理他，沒有那麼嚴重”
“他可能只是想讓你注意他”

用這種方式回答是在告訴青少年，這種行為在某些情況下是可以接受的，並將其描繪成男孩對女孩的一種正常，甚至是嬉戲的行為。

2. 將侵犯性作為男孩的天性來接受

當我們站在男孩的一邊時，可能會暗示男孩和男人是難以自控的，或他們的行為必有某種原因。

您是否曾經想過或說過.....
“男孩始終是男孩”
“他可能只是今天心情欠佳而已，做個男孩不容易”

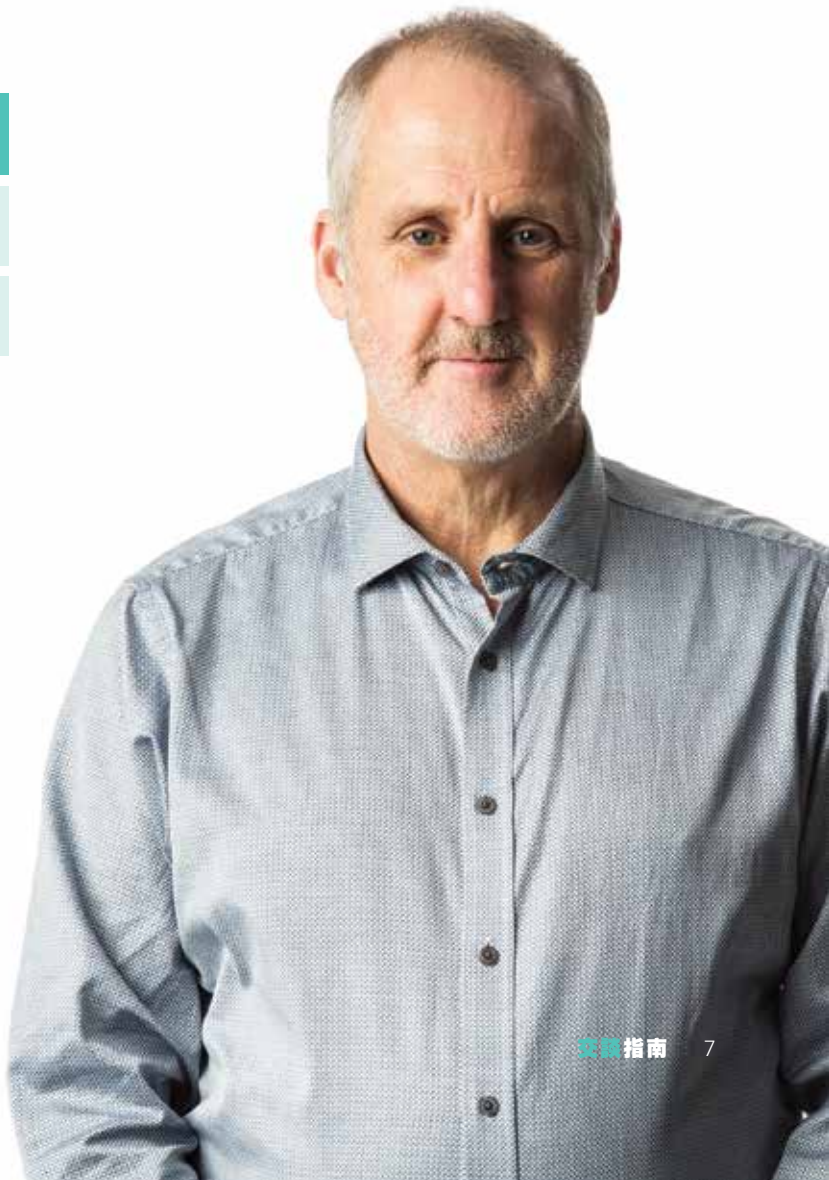
用這種方式回答是在告訴青少年，男孩們的不尊重或侵犯行為比較容易獲得接受。

3. 責怪女孩

有時我們為男性對女性的不尊重或侵犯行為推諉責任

您是否曾經想過或說過.....
“你有沒有說過他不喜歡聽的話?”
“凡事都要兩面看”

用這種方式回答是在告訴男孩，他們的不尊重或侵犯行為並不一定是他們的過錯，並告訴女孩要想想這是不是她們自己的過錯。



考慮如何交談

作為家長和家人，您不知道甚麼時候會出現和子女進行重要談話的契機。

通過仔細考慮您的觀念、您可能會說的話，以及您怎樣可以和子女進行積極正面的談話，您會更有信心在每次談話機會中獲得最大成果。

為及早和經常談話作好準備

您可能在車上，也可能在購物、煮飯、看電視或遛狗。您要隨時作好準備，在看見或聽見令您不安的事情時、在孩子提問時，或在他們想和您交談時與他們溝通。例如，想像您女兒對男孩的侮辱或戲弄可能會有甚麼反應，或如果您兒子的朋友未得到某個女孩的同意就讓他看這個女孩的相片，您兒子會怎樣做。

設法利用日常生活中出現的各種機會，讓“困難的”談話變成正常交談，讓孩子們知道您的立場，讓他們知道可以與您交談。

想好一些例子

您可能會發現，借用電視上的例子或其他你們共同觀察到的情況為例，有助於表明您所說的要點。例如，如果您聽到有人對一位女性被一個男人傷害這條新聞加以評論，說那位女士不應該獨自外出，您可以藉此談論“女性有過錯”這種觀念。

坦誠相待

讓您的孩子知道尊重和不尊重不是小問題。承認您可能不知道所有問題的答案，但您明確知道我們尊重別人，別人也尊重我們，這是非常重要的。要向他們說明我們不能原諒可能會傷害他人感情或身體的行為。

提出問題

在對話中詢問您孩子的感受和想法，然後對他們的回答進行討論，把握時機教導他們並告訴他們您的想法。例如，您可以和女兒探討如果有男孩對她出言不遜的情景。問她可能會有甚麼感受、會有甚麼想法、會怎樣做，以及對採取行動有甚麼感受。

站在他們的角度看問題

孩子們受到來自周圍的各種不同影響，有些會是相互衝突的，例如夥伴和媒體的影響。這會讓他們感到迷惑，不知道該如何應付各種情況。

您可以通過經常和他們討論他們面臨的問題，並讓他們對自己採取的行動充滿信心來幫助指導他們。如果您有兒子，這可能是教導他尊重女孩，而不是想方設法貶低她們，即使他的夥伴會這樣做。如果您有女兒，這可能是鼓勵她在男孩戲弄或貶低她時大膽說出來，而不要忍氣吞聲，並且讓她不要覺得男孩這樣做是她的過錯。

傾聽他們訴說

切記交談是聽說並進的。您可以從孩子們的敘述中瞭解他們的想法和感受。傾聽有助於您瞭解他們正在形成的態度，並就他們面對的特殊問題和挑戰作出反應。總的原則是，盡量做到多聽少說。

以身作則

作為家長，您是您孩子的主要教師。他們每天聽您說，看您做。您的言行影響著他們的態度和行為。正因如此，考慮孩子會怎樣理解您的行動和態度才這麼重要。沒有人期望您完美無缺。重要的是要坦誠相待並保持言行一致。當討論在某些情況下怎樣不作出衝動的反應時，您甚至可以以己為例。這將有助於您成為他們的正面榜樣。

何時進行干預

與孩子討論他們怎樣可以自己處理這些情況。如果您覺得需要進行干預，就要向您的孩子解釋清楚，並採取您認為必要的行動。即使他們說不願意您介入，當孩子面臨被傷害的風險時，成人一定要進行干預。

> *“改變社會要經過幾十年時間，並非一夜之間可以做到。但我們已經開始了這一進程。”*
>
> **“2015年度傑出澳洲人”Rosie Batty**

開始交談

討論不尊重和侵犯行為這類話題有時並不容易

我們可能擔心青少年會對因此造成的問題憂慮或害怕。

我們可能不想讓情況惡化，或表達可能會導致與其他人對立的觀點。

我們可能不願意討論或會影響我們與子女關係的問題，或想避免尷尬和被看成是虛偽的人。

有時，鼓起信心開始交談是最困難的。這裡建議的話題範圍和交談開場白將有助您邁出重要的第一步。您不需回答所有問題，但就您認為重要的話題收集資料並練習您的回答，在交談各種複雜和困難的問題時會有幫助。

建議的話題範圍

解釋甚麼是尊重

- 尊重指的是甚麼，為甚麼很重要
- 在家庭中的尊重
- 自尊
- 朋友間相互尊重
- 男孩與女孩相互尊重的交往關係。

識別不尊重和侵犯行為

- 怎樣知道某人在言行上不尊重他人
- 嘲笑或輕視他人
- 欺侮、戲弄和謾罵他人
- 在遊樂場所打架或在運動場地表現粗魯
- 恐嚇或公開騷擾
- 採取暴力行動。

個人私隱方面

- 照相、被照相和分享相片
- 在網上提供個人資料
- 發送色情短信/相片、手機使用和網上禮儀，以及設立上網界限等。詳情請瀏覽esafety.gov.au

相互尊重的人際關係

- 己所不欲，勿施於人
- 拒絕忍受不尊重和侵犯行為
- iMatter等應用軟件的使用
- Kids Helpline(兒童求助熱線)和1800RESPECT等求助服務。瞭解詳情及獲取援助，請登入respect.gov.au。

性別平等

- 男孩和女孩各有所長
- 陳舊的性別觀念
- 媒體中的男性和女性
- 為甚麼男女雙方都應對其關係“負責”。

建議的開場白和話頭

要記住，您不必有全部答案，但要做好準備，共同探討話題。

你有沒有注意到男孩和女孩在學校受到任何不同對待?

你有沒有注意到男孩和女孩在學校的行為有所不同?比如說，學校有些體育運動是不是主要由男孩參加?或者有些活動主要由女孩參加?

你有沒有聽到過一名男孩對一名女孩說了些話，而你不同意他所說的話?

你有沒有曾經覺得和男孩/女孩交談有困難?主要是甚麼原因?

你覺得那部電影裡的女人/男人所受的待遇如何?您也可以用您孩子喜歡看的電視節目或喜歡玩的遊戲舉例。

你能想起你對某個人有過不尊重的行為嗎?

如果有朋友對你不尊重，你會有甚麼感覺?你會怎樣做?

如果你的男性朋友對其他人不尊重，你會有甚麼感覺?你會怎樣做?

如果你的女性朋友受到男孩的不尊重對待，你會有甚麼感覺?你會怎麼做?

如果你覺得跟某個男孩/女孩在一起不安全，你會到哪裡求助?

在交談期間

注意傾聽，找出線索，並隨時準備作出回應。

在與子女交談時，他們有時可能會透露出一些您原來不知道的情況。例如：有個男孩故意對其進行刁難，或有個朋友給一個女孩施壓，要她去做她不願做的事。如果出現這種情況，您要保持冷靜，繼續傾聽，以免您的孩子停止交談。

對孩子受到的不尊重或侵犯行為作出回應

您的孩子可能會盡量淡化某件事的嚴重性。他們可能會自責，或責怪受此行為影響的人，或者他們可能會同情那些做錯事的人。

要讓他們知道：

- 這些態度不對
- 每個人都理應獲得尊重
- 他們不應該因其他人的行為受到指責
- 他們都有權獲得尊重。

即使你們沒有達成一致的看法，也要讓他們知道繼續談論這些問題很重要。

對孩子的隔閡或負面反應作出回應

有些青少年很不情願和成人談論難題。如果出現這種情況，您可以做以下幾件事，以便提高下次進行較開放的交談的機會。

- 平靜地敘述您所聽到的問題，並鼓勵孩子加以思考。
- 一定要設法保持溝通，並讓他們知道您很感謝他們和您交談。
- 討論他們面臨的難題，並承認找出正確的做法並不容易。
- 既說困難，也說成功。回憶他們過去的尊重行為，或曾以積極的方式應對某種情況的情景。
- 讓他們知道如果他們想交談，或如果他們對某件事覺得沒把握，可以來找您。

和您女兒交談

如果您和女兒在談男孩不尊重她或侵犯她的情況，一定要明確告訴她這種行為是不能接受的：

- 表示知道她的感受
- 向她解釋她不應該接受不尊重的行為
- 承認有時候很難知道該怎麼做
- 提出建議，並討論在今後出現這種情況時她可以採取的應對方法
- 鼓勵她從其他女孩的角度考慮這種情況 — 如果她的一位朋友遇到這種情況，她會有甚麼反應?她會怎樣說?
- 告訴她可以找誰求助
- 讓她放心，無論她的感受如何(懊惱、憂慮、尷尬、內疚、氣憤、擔心)都是正常的
- 談談可以採取的行動，並向她保證當她要(或打算)採取行動時，您會支持她。

和您兒子交談

如果您和兒子在談您注意到有對女孩不尊重或侵犯行為的情況，一定要明確告訴他這種行為是不能接受的：

- 要保持冷靜並敞開進一步交談的大門
- 向他解釋您明白他為甚麼會那樣做，但那樣做是錯誤的
- 要對事不對人 — 讓他知道不尊重或侵犯女孩的行為不對，但不譴責他本人(例如告訴他您愛他，但您不喜歡那種行為)
- 以身作則，避免作出威脅和侵犯行為
- 讓他知道他可以選擇其他方法處理問題，並和他一起找出這些方法
- 鼓勵換位思考 — 問他當他這樣做時，他認為那個女孩會有甚麼感受
- 問他會不會那樣對待他的夥伴
- 談談如何有禮貌地表達不同意見
- 討論情緒(感到氣憤)和行為(進行侵犯)之間的區別
- 讓他放心，無論他的感受如何(懊惱、憂慮、尷尬、內疚、氣憤、擔心)都是正常的
- 向他解釋他要對自己表達情緒的方式負責
- 鼓勵他為朋友樹立好榜樣。

繼續保持交談

正如所有微妙或棘手的問題一樣，您對這些交談也能達到熟能生巧。

和孩子們談不尊重這個話題是困難的，但卻很重要。這是在他們的態度和行為改變過程中，不斷對他們進行檢查並提供建議的一種方法。通過以身作則並定期談論這些問題，我們可以教導孩子，告訴他們所有良好的人際關係都始於尊重。

預防性交談能幫助我們的孩子對未來作好準備。當面臨某種情況時，他們就知道自己有選擇，也知道他們可以採取不同的方式來處理。

通過和孩子以及年青人談尊重與性別平等，我們能影響他們形成並帶入成人期的態度和行為。

作為家長，我們具有最強的影響力。當我們和其他影響我們孩子生活的人，例如其他家人、教師、教練、經理、宗教和社區領袖共同合作時，這種影響力就會倍增。

通過積極挑戰陳腐的態度和行為，我們可以防微杜漸，制止針對女性的暴力發生。

這樣，我們不僅盡力為自己的孩子做到最好，也在減少社會上發生針對女性和兒童的暴力行為方面，起到極其重要的作用。

> *“作為一名教育學家，我傾向於回歸到基本原則上，即注重預防，而非治療。我相信如果我們能讓我們的子女為未來作好準備，也許能防止一些這樣的悲劇。”*
>
> **教育家兼堪培拉女子文法學校校長Anne Coutts**

瞭解更多資訊

請登入 respect.gov.au 瞭解更多資訊

THE LINE

The Line通過挑戰並改變支持暴力的態度和行為，鼓勵人們建立健康和相互尊重的關係。The Line是2010 - 2022年全國減少針對女性和兒童的暴力行為計劃的一項創新舉措，由澳洲政府社會服務部撥款資助，Our Watch具體實行。

theline.org.au

白絲帶

白絲帶(White Ribbon)是一項防止暴力的重大宣傳活動，旨在通過與男性直接合作，並鼓勵男子和男孩積極採取變革行動，預防和減少針對婦女和女孩的暴力行為。

whiteribbon.org.au

學校安全中心

學校安全中心(Safe Schools Hub)是一站式資訊及資源中心，提供學校安全策略，協助教師和學校領導人、學生、家長和專業人士為學生和執教前的教師提供援助。

safeschoolshub.edu.au

引語來源：

Ken Lay: 在墨爾本蒙納士大學“國際根除針對女性暴力日”(International Day for the Elimination of Violence against Women)上的講話。2015年11月25日演講。
Anne Coutts: 堪培拉時報*“我們能否開始改變根深蒂固的針對女性的暴力態度?”*2016年2月17日刊發。
Rose Batty: ABC新聞訪談。2016年1月25日刊發。

VIOLENCE AGAINST WOMEN
LET'S STOP IT
AT THE START

Australian Government

A joint Australian, state and territory government initiative.