



学会如何识别暴力并战胜它

妇女应急手册



学会怎么辨认暴力

讲述者：AIDA 的职员者...

根据2014年意大利国家统计局的资料显示，近年来，在意大利克里莫拿市，数百名妇女正受到暴力行为。针对妇女群体的暴力行为在意大利日益普遍起来，并迅速传播。据统计，6,788,000位女性在一生中都遭受过某种形式的生理暴力或性骚扰。

在一些严重的暴力行为之中，伴侣、丈夫、未婚夫和前任是暴力行为的主要实施者。31.5%的年龄在16岁到70岁之间的意大利女性仍然生活在暴力的阴霾之下。

AIDA onlus 志愿组织自 2001 年起，在克莱莫纳市组织了一系列活动，旨在避免针对妇女和未成年人的暴力行为，以及推广人与人之间相互尊重的文化。

AIDA onlus 组织了诸多曾经在家庭内或在企业里听说过或遭受过生理、心理、经济上暴力行为的女性受害者，通过无偿的活动，向在水深火热中的女性提供心理咨询和法律咨询；保证匿名的形式陪伴那些受苦的女性。

如何认出暴力行为 暴力的不同表现形式

生理暴力行为：由踢打、拳打、口咬、打耳光、推打、烫伤等行为造成的各种形式的身体上的伤害。

心理暴力行为：各种旨在造成受害者恐惧、悲伤、伤自尊、自我犯罪、低落、对自己的躯体丧失信心、十分严重的羞愧感和对不敢说出自己所受的暴力行为的恐惧等暴力行为。

经济暴力行为：各种形式的经济制裁、敲诈、经济附属等行为。

性折磨：性方面的攻击和取笑行为、电话或视觉上的裸露行为、通过当事人不愿意的行为而造成的性敲诈行为、性方面的抚摸或触摸行为。在公共场合和/或工作场合对于女性的诋毁、辱骂等基于性背景下的不同本质的行为都列在内。

性暴力：各种方式的双方未达成一致、含有威胁、暴力、武力行为或敲诈的胁迫性行为

跟踪骚扰：出现反复的骚扰行为（包含一定程度的连续的折磨和威胁，如电话恐吓、短信恐吓、电子邮件恐吓、跟踪行为、头盔、辱骂、利用受害人的朋友和亲戚操控受害人、非法侵入受害人私人空间或工作空间等）并延续一段时间，造成受害人不适、焦虑、神经紧张出现恐惧感和对自己生命安全持续的危机感。这种行为常常被定性为一种长时间的关注关系。

救济性暴力：时常表现为对子女、同居者、家人等受帮助人群施加暴力的行为

强迫结婚（伊斯坦布尔公约第 34 条）蓄意的迫使成年人或儿童形成婚姻关系的 行为。

女性生殖器官摧残 在非洲大陆南撒哈拉地区有 28 个国家存在这种传统行为，戕害女性生殖器官并令其无法治疗恢复。这种行为强烈地伤害了女性及儿童的心理健康和生理健康，给女性造成的极大的心理阴影。一切的该行为都对女性的性生活和健康造成了极大的伤害。女性生殖器官摧残在心理物理学层面，无论是即时效应（有危及生命的大出血、感染、休克等隐患）还是长期效应（囊肿、性关系不和谐、在分娩时增加母亲及子女的死亡率等）都有极坏的结果。暴力流产和暴力绝育行为 实施流产等外科手术在受害人不知情的情况下致使受害人在生育能力上出现问题。

暴力造成的结果

遭受过暴力行为的女性在重新遇到不公的待遇时会有不同于常人的表现，但这些女性都知道被孤立和被社会冷漠抛弃的痛苦。这些行为加剧了这个现象的产生。了解这些行为所造成的结果有利于在未来消灭这些行为并对女性为何做出某种行为（拒谈出现的问题、为了所谓的“爱情”忍受暴力、坚信自己的另一半会幡然悔悟、感觉这是生命中必须的东西、认为自己的痛苦可以挽救这个家等）有一个更为明确的认知。

社会普遍认知

女性在自己不认识的男性面前更容易遭受暴力虐待。

这种认知是错误的。

对于女性来讲，她们的伴侣反倒是施加暴力行为最大的罪魁祸首。

女性的前任、其他熟识的男性、朋友、同事、工友和邻居也是暴

力行为施加者的高危群体。

暴力行为只在心理或生理脆弱的女性身上发生。

这种认知是错误的。

暴力行为可能发生在任何一个女性身上，但对于那些没有勇气反

抗的女性来讲，暴力行为的发生率更高一些。

性暴力是女性表示出性挑逗姿态或女性自己不慎所造成的。

这种认知是错误的。

无论女性在这个过程中做了什么，性暴力行为都是非正义的、不

可原谅的。

暴力行为仅仅存在于低收入阶级或文化上、社会阶层上处于劣势的人当中。

这种认知是错误的。

对于女性的暴力行为出现在各个领域、各个阶级之中。不同的社会地位、经济地位、文化地位、人种、宗教、年龄都有可能发生暴力行为。

暴力行为源于酒精或毒品造成的精神干扰。

这种认知是错误的。

由于酒精或毒品形成神经干扰所造成的暴力行为百分比是十分低下的，大约在 20%。

那些在家中遭受暴力行为的女性在某种程度上是“喜欢”被打的，即便离开了家也是一样。

这种认知是错误的。

恐惧、经济上的依赖、被孤立、缺乏住处、社会谴责，这些常常源于家庭本质上的东西，是女性无法摆脱暴力行为的罪魁祸首。

家庭暴力行为只是暂时的，将来会有好转。

这种认知是错误的。

这种得过且过的理论本身就是错误的，因为许多暴力行为是有预

谋的，并且随着时间的推移会出现反复。长期的暴力行为会导致女性产生逆来顺受心理，认为所遭受的苦难都是合理的、应得的。

暴力行为的解决方式必须回归到家庭本身。

这种认知是错误的。

家暴的解决方法首先必须改变女性的认知问题，只有当女性对家庭暴力有所认知，并愿意寻求帮助时，我们的专业人士所提供的建议才行之有效。

如何摆脱暴力行为

摆脱暴力行为的几个步骤：

意识到自己生活在一个存在暴力行为的情境中：

- 意识到暴力行为从来就不是情有可原的。
- 承认自己内心深处的不适。
- 明白遭受暴力行为的人并不应该对暴力行为负责。
- 战胜恐惧和寻求法律程序所造成的尴尬。
- 明白将自己的情况如实地讲述出来是解决问题的唯一路径。
- 寻求反暴力中心的帮助。

如果您离开家中，请记住...

- 保存好对您和对您的子女十分重要的证件，比如：身份证、驾驶证、护照、健康保险证、医疗卡、学位证书、电话号码及地址、收入声明、不良对待最终申诉和医疗救济证明。

- 如果您拥有现金账户，或账户记于您自己名下，请随身携带支票簿、借记卡或者存款证明。

- 如果您拥有账户户名是您作为被告的配偶或同居者，请立刻去不同的银行开一个您名下的现金账户或存款账户，将相关款项转移到您自己的账户里去。

将自己的储物柜放在安全的地方，尤其注意看好自己值钱的东西和贵重物品。

- 和宪兵队警务人员取得联系或和警察局取得联系，令其不要远离您的位置以保证安全，并将您的未成年子女带走，并使他们了解您的新住所。这个行为不仅能保证您的安全，更能保证您子女的安全，让您没了后顾之忧。

请您记住千万不要令自己独处

已有紧急情况，请记住：

拨打 1522 是免费的国家反暴力电话号码：这个号码在全国各处皆可使用，提供多种语言的电话服务并在全年全天 24 小时皆可使用。一旦受害者遭受到暴力行为，这个号码可以帮助到受害者。

112 是唯一的紧急情况号码，这个号码可以接通欧盟紧急情况救援服务。118 是在意大利境内可用的电话号码，您可以通过这个号码申请急救服务。这个电话也是全年 24 小时可用，在全部境内皆免费，固定电话和移动电话皆可拨打。

反暴力中心 克里莫纳省

反暴力中心提供电话接听、个人交流、心理咨询、法律咨询、居住接待和陪伴服务。在不同地区皆提供服务。所有服务皆保证匿名和隐私安全。

Cremona

**Associazione A.i.d.a onlus
via Palestro,34
tel 0372801427
cell.3389604533(dalle ore 8,00 alle 22,00)
apertura sportello di ascolto
ad accesso libero
Lunedì:17,30-19,30
Giovedì:17,30-19,30
su appuntamento
tutti i giorni**

Crema

**Associazione Donne contro la violenza onlus
via XX settembre n. 115,
Martedì: 15,30- 17,30; sabato:10,00-12,00
gli altri giorni su appuntamento
tel 0373 80999(segreteria telefonica 24 ore su 24)**

Casalmaggiore

Associazione M.I.A onlus

via A. Grandi,28

Lunedì:10-12,00

Mercoledì:16,30-18,30

Venerdì 16,30-18,30

cell. 3779489384

gruppomia@gmail.com



associazione incontro donne antiviolenza
onlus

Associazione Incontro Donne Antiviolenza – AIDA Onlus

Via Palestro, 34 – 26100 Cremona

Tel. 0372801427

cell.3389604533

e-mail aida.onlus@virgilio.it – <http://www.aidaonluscremona.it>