馬里蘭州蒙哥馬利郡犯罪報告顯示：

- 本郡***2006***年所有 被謀殺的婦女都是被她們認識的人謀殺的
- 在***2006***年所有舉報的強姦案中，79% 的受害者與強姦她們的人有親屬關係或者相識
- 在***2006***年所有舉報的強姦案中，***35%*** 的受害者年齡不滿***18***歲

如需瞭解更多情況，請聯繫：

本地資源：

蒙哥馬利郡被虐待者項目
(240)777-4195 * (240)777-4673 (24 小時)

蒙哥馬利郡援助受害者與防止性侵犯項目 **(VASAP)**
(240)777-1355 * (240)777-HELP (4357)
http://www.montgomerycountymd.gov/vasap

馬里蘭州反家庭暴力聯絡網
(301)352-4574 * 1-800-MD-HELPS (63-43577)
http://www.mnadv.org

馬里蘭州防止性侵犯聯盟
1-800-983-RAPE (免費)
http://www.mcasa.org

性侵犯問題法律研究所
(301)565-2277 * 1-877-496-SALI (免費)

蒙哥馬利郡婦女權益委員會輔導與職業中心
401 N. Washington Street, Suite 100
Rockville, MD 20850
(240)777-8300 * (301)279-1034 (TTY)
cfw@montgomerycountymd.gov http://www.montgomerycountymd.gov/cfw

全國資源：

全國防止家庭暴力熱線電話
1-800-799-SAFE (7233) * 1-800-787-3224 (TTY)

全國防止性侵犯熱線電話
1-800-656-HOPE (free and confidential)

全國防止性侵犯網絡 熱線
https://online.rainn.org/index.aspx

"男性制止強姦**"**組織
http://www.mencanstoprape.org/
(202)265-6530

全國少年性侵犯及 暴力熱線
http://www.loveisrespect.org/
1-866-331-9474

約會暴力過程資料：

http://www.hazeldon.org/safedates
http://www.breakthecycle.org/
http://www.kbep.org/

本手冊由蒙哥馬利郡婦女權益委員會(CFW) 製作。

婦女權益委員會是蒙哥馬利郡政府機構，是一個由15名成員組成的顧問團，倡導婦女權益與婦女關心的問題。 婦女權益委員會的輔導與職業中心提供個人、夫妻以及職業輔導，組織討論班和後援小組。

特別感謝馬里蘭州防止性侵犯聯盟，馬里蘭州反家庭暴力聯絡網，蒙哥馬利郡援助受害者與防止性侵犯項目、蒙哥馬利郡被虐待者項目、"男性制止強姦"組織，制止強姦、虐待及亂倫全國聯絡網 *(RAINN)*以及麻薩諸塞大學教授 *Dr. David Lisak*對本手冊做出的貢獻。

蒙哥馬利郡婦女權益委員會
401 N. Washington Street, Suite 100
Rockville, MD 20850
(240)777-8300
www.montgomerycountymd.gov/cfw

Chinese

讓我們來談談兩性關係中的暴力

你會因為無知而受傷害

虐待關係

切記，如果有任何危險跡象，不要 與對方建立兩性關係。
學會辨認他人身上潛在的暴力跡象。

避免 與下列人約會：

- 此人試圖控制或限制你的行為或活動
- 不時發怒
- 批評或抵毀你或你關心的人
- 恐嚇或威脅你
- 採取行動限制或傷害你
- 為了炫耀而採取愚蠢的冒險行為
- 以傷害動物為樂
- 吸毒或酗酒
- 強迫你喝酒或吸毒
- 不許你與其他人交往
- 強迫與你發生性關係或與你約會
- 替你做所有的決定
- 把他們的 惡劣行為歸咎於你
- 過分妒嫉你與其他人的關係

擺脫受虐待的關係常常很困難，有時甚至可能有危險。最好避免陷入這樣的兩性關係。

下列症狀可能指向許多問題，但也可能是陷入受虐待關係的跡象。

在遭受性侵犯、強姦或謀殺的婦女與少女中，更多的人不是被陌生人，而是被以下人所害：

- **她們認識且信任的人；**
- **和她們住在一起的人；或者**
- **她們邀請到家裡的人。**

給父母的話

“提防陌生人”
固然是忠告，但還不夠...

你的孩子可能陷入受虐待關係的跡象：

- 高度焦慮 (害怕“觸怒”他或她的伴侶)
- 抑鬱； 自殺的念頭
- 不明原因的瘀斑；骨折； 傷口；濃妝掩蓋傷痕
- 過度內咎；羞恥；猶豫不決
- 自覺力不能及；自卑
- 逃學；學業成績下降
- 孤僻離群; 無精打采
- 容易尋釁鬧事

與你的孩子交談：

- 每個人都可以在制止家庭暴力與性侵犯方面起重要作用。
- 當有人談及冒犯人的笑話，責備性暴力及 家庭暴力受害者，或暗示著性侵犯, 強姦及家庭暴力是可接受行為的時候，要敢於抵制.
  - 不要使用冒犯性語言描述女性；
  - 批評與制止他人助長暴力的態度與行為；
  - 提高對暴力損害兩性關係的意識；
  - 行為得當地對待伴侶。

告訴你的孩子：

- 暴力永遠不是辦法：兩性關係中絕不容許暴力。
- 你遭到攻擊，絕不是你的錯：暴力行為永遠是施行暴力者的責任。
- 勿庸置疑： 沒有獲得伴侶的同意，就是強姦，就是侵犯。
- **你的安全比是否違反了家裡的任何規矩更重要：** 無論在甚麼情況下，你都可以給家裡打電話， 接你回家 – 父母不會追問你問題。

在家庭暴力與性侵犯问题上，男性也有责任. 男性可以通過以下行為，幫助預防兩性關係中的暴力。

在任何兩性關係中，你有權說”不”，有權提出你的要求，有權自己做決定，有權相信自己，有權得到理解和關心，有權得到善待.

在社交場合如何避免遭受侵犯：

- 去參加聚會的時候， 跟朋友們一起去。一起到達那裡，期間互相照應，一起離開。
- 喝酒要有節制。不要放下你的飲料不管，也不要接受你不認識或不信任的人給你的飲料。
- 不要信任你不了解的人。
- 建立一個朋友互相照看的制度。 不要怕朋友知道某樣事情讓你感到不舒服或者你擔心自己或朋友的安全。
- 如果你不認識或不熟悉的人叫你單獨到某個地方去，告訴那個人你更希望與大家在一起。
- 注意你的周圍環境。了解你的週圍環境及人物，能幫助你設法脫離不安全的狀況.
- 不要飲酒過量，以免無法做出正確決定。

*記住: 熟人強姦者常常鼓勵他們的受害者“喝醉”以方便對後者進行侵犯.

熟人強姦：

熟人強姦者有可能是你剛剛認識的人，也有可能是朋友，但都是在沒有得到你同意的情況下與你 發生性關係。這種形式的侵犯在大學校園、中學以及酒吧與派對這樣的聚會地點尤其常見。

大多數熟人強姦的情況都未報案，不為有關部門所知。受害者也許會感到難堪或受到恐嚇，因為她是自願跟他在一起的，並因此而不去尋求幫助。

記住， 受到侵犯絕非你的錯。

未被揭發的強姦者採取熟人強姦行為，但卻從未被舉報或接受法律制裁。這些人常常會繼續侵犯他人。

未被揭發的強姦者

- 使用酒或毒品，使其受害者更易於受到攻擊；
- 尋找目標 – 他們的目標常常是不存戒心、尋求友誼或很想“躍躍欲試”的年輕人；
- 策畫侵犯行動；
- 將受害者從朋友身邊或人群中帶走；
- 僅使用有限的暴力，目的僅在於使受害者就範或者採取恐嚇手段使受害者就範；
- 使用心理武器 – 恃強逞兇、威逼利誘 – 並伴以強制行動；
- 幾乎從來不借助刀槍等武器。

記住，
受到侵犯絕非你的錯。

Montgomery County CFW Commission for Women