

如果你是移民人士，你可能會關注：

大多數移民婦女會懼怕涉及到刑事司法制度。基於她們在原籍國家與美國的經驗，她們會認為法院的制度會偏私於男性。

SFWAR相信每個人都應該受到刑事司法制度的尊重對待，我們會安排輔導員對遭受性侵犯而選擇將事件舉報給執法機關的人士給予援助。

沒有合法證件的移民懼怕因採取法律行動而導致他們被遣返原居地。事實上，性侵犯的犯案人士可能會以遣返威脅來控制和操縱受害者。有些移民婦女懼怕如果她們採取法律行動，強暴者就會被遣返。性侵犯的受害者也可能懼怕因犯罪者被捕或遣返，會導致她被朋友、家人或社群排斥，或終止對孩子的財務支援。

假如你是一個沒有合法證件的移民，同時又是一位性侵犯和/或家庭暴力的受害者，有法律可能會保護你不用被遣返並且提供財政輔助，SFWAR可為你提供這些法律的相關資料或把你轉介給可以幫助你的機構或律師。

可能由於文化或家庭壓力，導致受害者不向有關機構舉報強暴或性侵犯事件。婦女可能害怕因為透露性侵犯或強暴事件而導致與家庭分裂，或是她可能因為孩子的關係而決定忍氣吞聲。

有研究顯示，在暴力家庭中成長的兒童，通常會因接觸到家庭暴力而一直到成年後都長期受到負面影響。因此，如果純粹基於為孩子著想而繼續維持這種虐待關係，實際上就會對孩子造成非常不利的影響。

傳統上，母親不會被鼓勵和支持與孩子談及性侵犯、強暴、性騷擾或性行為的話題。

SFWAR相信性教育才是真正可以防止被強暴的有效方法，可幫助女孩子以及年輕婦女不會輕易地受到性暴力的侵襲。

性侵犯是指甚麼？

性侵犯是指強迫對一個人進行性行為。性行為的強迫可以是武力強迫，但也可包括使用威脅、壓力、恐嚇、哄騙和/或藥物與酒精的方法。性侵犯並不一定性是交行為。強暴是性侵犯的一個特殊類型，指的是任何人被強迫進行性交的情況。一個人並不一定要被毆打才算被強暴或被性侵犯。如果某人因醉酒後而不能說出「可以」與否或「不能表示同意」與否而進行性行為，都可以視為侵犯。強迫任何人—無論他們是約會對象、伴侶、配偶、兒童、親屬、學生、教友、僱員、朋友或陌生人—進行他們不願意的性行為就屬於違法。

以下是一些範例：

Millie與丈夫和他的家人一起居住。她丈夫的祖父曾多次強暴她。她曾告訴她的丈夫和其家人，但沒有人相信她。他們還叫她不要把這件事告訴任何人，以免對家庭帶來恥辱。Millie很害怕而且擔憂她的兩個十多歲的女兒會面對與她同樣的遭遇。

Yen是一位無合法證件的移民。她的老板對她進行性侵犯。他威脅她說，如果把事件向任何人透露，他就會向移民局告發她。雖然Yen辭去工作，但仍然擔憂這類事件會再次發生在自己身上。

Lily是一間高中的優等生，她夜間在快餐店工作。有一晚，她下班後，一位顧客開車送她回家。她被強迫與司機和他的朋友進行口交。Lily後來報警，他們就被捕。Lily卻因精神大受創傷而無法重返工作崗位或回校上課。

社區資源

三藩市婦女反強暴組織 提供免費與保密的服務，包括：24小時危機專線輔導、親自赴約輔導、互助團體、醫療、法律和社會服務專責機構和陪伴；自我防衛的指導、青少年與成年人的教育課程、支持動員社群去面對和制止強暴事件、以及提供西班牙語和各類亞裔語言，包括國語、粵語等多種語言服務。所有SFWAR的輔導員都能說英語，而且許多輔導員會講多種語言。如果你需要非英語服務，請致電我們的24小時危機專線，告訴輔導員你需要甚麼語言的服務。如果輔導員會講你所需的語言，他/她就會為你提供服務，否則他/她就會詢問你的聯繫資料，以便找到合適兼會講多種語言的專員儘快回復你的電話。

SFWAR為所有的性侵犯受害者提供服務，包括他們的家人和朋友，以及所有負責抑制性侵犯事件的社群。我們的辦事處提供輪椅專用通道。
415.647.RAPE/7273 (24小時危機專線，可以接受撥打對方付款的電話)
415.861.2024 (辦事處電話)
www.sfwar.org (網站)
info@sfwar.org (電郵)

三藩市創傷與復原/強暴治療中心 - 醫療服務和輔導、可選擇做警方記錄報告和收集證據。為年齡在18歲和以上的男/女提供服務。西班牙語和各類亞裔語言。**415.821.3222** (辦事處電話)

兒童和青少年性虐待資源中心(CASARC) - 醫療服務、輔導和做警方記錄報告。接受保密電話。為年齡在17歲和以下的人士提供服務。西班牙語和各類亞裔語言。**415.206.8386** (24小時危機專線)

加州青少年危機專線 - 給予處於危機或無家可歸青少年的熱線電話。提供危機輔導和轉介到底護所或其他服務。內容保密。**800.843.5200** (24小時危機專線)

亞裔婦女庇護所 - 為受虐的亞裔婦女和她們的兒童提供服務。24小時熱線、輔導、互助團體、法律專員。提供大多數各類亞裔語言服務。**415.751.0880** (24小時危機專線)

終止虐待行為的婦女組織(W.O.M.A.N., Inc.) - 24小時家庭暴力熱線；親自赴約輔導、互助團體和禁制令援助。西班牙語和各類亞裔語言。**415.864.4722** (24小時危機電話)

SFWAR的印刷材料費用是由三藩市部門的婦女地位委員會提供。

性侵犯

無論處於任何時候、
面對任何人
每個人都有權說「不可以」，
並且要受到尊重

三藩市婦女反強暴組織

415.647.RAPE/7273
(24小時危機專線)



SAN FRANCISCO
WOMEN AGAINST RAPE
3843 18th Street, #7
San Francisco, CA 94110
415.647.RAPE/7273
(24小時危機專線)
415.861.2024 (辦事處專線)
www.sfwar.org (網站)
info@sfwar.org (電郵)

你必須知道的事實

誰是被強暴或被性侵犯的對象？

在美國，每四個女孩當中就有一個，而每六個男孩當中就有一個，在18歲之前/時會被性侵犯。

此外統計數據顯示，在美國，每六位女士當中就有一位，而每六位男士當中就有一位，在他們的一生中遭受過性侵犯。

這是少報的強暴個案數字，所以(實際的)統計數據可能會更高。

強暴事件涉及所有年齡層(由嬰兒至長者)，涉及所有的經濟階層(由富有至貧窮)，以及涉及所有種族/族裔人士。

誰會強暴他人？

強暴者可以是任何人。75%的強暴事件是由受害者認識的人所為：鄰居、老板、醫生、教練、老師、甚至是朋友、家庭成員、親密伴侶或配偶。受害者可能會被同一個人(曾經與此人發生過性行為)所強暴。每次當你被要求進行性交時，你有權說「不可以」，即使你過去曾經「願意」。大多數的強暴者並沒有怪異樣貌或行動；而多數的強暴事件都發生在兩個相同的種族/族裔人士之間。

誰會被強暴或被性侵犯？

任何種族、文化背景、年齡或經濟狀況的人士都可能是性侵犯的受害者。性侵犯與受害者的衣著、樣貌、是否處女/處男、是否過去與犯案者有過性關係等情形無關。很多人認為強暴是性與慾望的問題；但事實上強暴是關於操縱或控制他人—多數是一些社會地位較低的人士。強暴者的目的是操縱受害者，而使用的武器就是性交。

性侵犯事件是怎樣以及在哪裡發生？

性侵犯可在任何時間發生—約會期間或是聚會上，日間或夜間。性侵犯可在任何地方發生—在車裡、在街道上、在工作地點或在你自己的居所。它可以在你意想不到的地方或情況下發生。

性侵犯如何影響受害者？

受害者可能會感到：

羞恥：多數亞裔女性仍然秉持著「貞潔」的傳統信念。她們被強暴後可能覺得自己不「貞潔」，因而給家人帶來恥辱。這種感受可能會導致自我傷害的行為。

自責：多數的受害者針對發生的事件就會責備自己。他們認為是自己導致侵犯事件的發生。性侵犯絕對不是受害者的錯。唯一要指責的對象應該是實施侵犯的人士。強暴者選擇做出侵犯他人權利的行為。

恐懼、憂慮、憤怒、沮喪和絕望都是遭受性侵犯後的常見的感受。

如果有人襲擊你，你可以：

使用武器(鑰匙、筆等)，

嘗試說服襲擊者放棄攻擊的念頭，

做出一些不尋常的舉動，把襲擊者嚇走(撒尿、嘔吐、怪異動作、呼叫、說你身患疾病)，

用身體做自我防衛：緊握、拳打、踢腿—你有合法權利進行自我防衛，

決定你生存的最佳選擇，不要因為是襲擊者想做的事就言聽計從。

我如何防止性侵犯？

有些時候強暴事件是難以避免，因為遇到這些情形時並沒有任何先兆。雖然如此，我們還是可以透過做幾個方法來保護自己：

- 相信你的直覺。**即使是與你認識的人在一起，如果你感覺不舒服，你可以憑你自己的感覺去行動。相信你的意念，找出離開讓你感到危險或不舒服的處境的最好方法。如果你覺得有危險，即使要做出一些可能是粗魯或尷尬的事情也是可以的。切記，你是有權說「不可以」！

- 避免走進陰暗或不熟悉的地方。**對於週圍的環境要提高警覺，注意你所在的地方和你要去的地方。如果你覺得有危險，高聲呼叫或奔往較為安全的地方。如果有人人在跟踪你，請橫過馬路或加快腳步；如果可以，走到一個人多的地方，例如商店。大聲呼叫或吹哨子可吸引別人注意。

- 在家的時候，要確保門窗已鎖好，同時你可以決定不讓其他人進入—即使是鄰居或你認識的人—**除非你信任他們。到你家中進行修理的人士應該出示附有照片的證件，並且提前預約。回家時要準備好開門鑰匙。

- 約會時**，安排一些你不需要搭乘他人汽車回家的約會，除非你已經先瞭解過那位約會對象，否則不要單獨與你約會的人士在一起。藥物與酒精通常都是用於迷亂他人判斷力的用品，同時會減弱他人對性侵犯的抵抗力，或是使他人在事後感到自責。當你與約會人士喝酒與服用藥物時，你需要考慮這些因素。

- 如果你有開車，要確定鎖好門窗。**把車輛停泊在光線好的位置。回到車上時要準備好汽車鑰匙。上車前要先檢查清楚，確定車內沒有人。

- 如果要乘坐公車，請在光線好並且同時有其他人等候的車站等車。**儘量坐在公車的前方座位。如果有人騷擾你，就要讓其他人知道，同時告訴司機。

- 不要上陌生人的車，那是很危險的。**

假如你是性侵犯的受害者：

情緒的援助

被強暴並不表示社會就會遺棄了你。援助無所不在，向其他人尋求援助是堅強的表現而非懦弱的行為。

假如你是性侵犯的受害者，無論在任何情況下，這都不是你的錯。切記，你是應該獲得援助的人，你並不孤單。

採取行動

你自己可以選擇是否要報警。如果你選擇報警，請勿洗澡、淋浴或更換衣服。即使你已採取這些舉動，仍然可能會在你身上找到有關你案件的證據。如果你決定要報警，你不應該在意上述舉動而不去報警。

你可以致電給你的朋友、家人或警方，將你送往三藩市總醫院。帶備更換的衣服。醫院會安排輔導員或社工提供輔導和轉介服務。如果要報警，檢驗身體是收集證據的其中一項主要步驟。最重要的是儘快進行身體檢查，同時要在被侵犯後的72小時(三天)內進行。

你有權在接受醫療服務、會見警方和法律程序期間，要求一位輔導員在場陪同。假如要警方針對事件做記錄報告，你可以寫下警察的徽章編號和案件編號。

你可以選擇是否要向警方舉報。如果你決定不立即向警方舉報，請寫下所有你記得的關於受侵害的事情內容並將此收藏好，以便日後你改變主意時可供舉報之用。

儘早接受醫療協助。無論你報警與否，你必須接受醫生檢查。三藩市總醫院為性侵犯受害者提供免費的醫療服務。醫院會安排性病傳染和懷孕的化驗與藥物。

尋找輔導服務。許多亞裔婦女都認為不應該將「羞恥」的事件與外人談論，因此她們就不會向家庭以外的人求助；但是，家人通常因能力有限，對於性侵犯受害者無法提供充分的協助。社區機構可以為性侵犯受害者提供幫助。他們提供法律、醫療和情緒支援服務，同時他們有接受過培訓的、以保密為重的專業輔導員。遭受性侵犯是一種嚴重創傷。我們建議遭受性侵犯的人士應該考慮聯絡這些社區機構，藉此獲得援助。

你可以做任何選擇。最重要的是照顧好自己，做你認為合適的事並且要知道你擁有這些權利。

你有權...

受到尊重、獲得尊嚴和禮貌的對待。要警方做出記錄報告，並獲得服務，無論你與傷害你的人是甚麼關係。不會因為你的種族/族裔、年齡、階級、性別、性傾向、能力和職業，而受到批判。在你接受醫療服務、參與執法機構和法律程序的時候，有性侵犯輔導員陪同。會晤輔導員與警務人員時，有私隱保障。在你簽署任何文件前，瞭解清楚文件的內容。對於任何的化驗、檢查、藥物、治療或警方報告提出問題並獲得解答。被告知任何所需的復診治療和測試。提出口述投訴時，並得到聆聽和接受。

遭受性侵犯是一個非常痛苦和創傷極大的經歷。被侵襲後，大多數人都會感到很憤怒、混亂、內疚、後悔、沮喪、恐懼和羞恥。這些是正常的感受而且可能會維持一段很長的時間。與他人傾訴、致電危機專線或索取輔導服務，都可能對你有幫助。

如果侵害持續不斷： 無論侵害者說甚麼，被侵害不是你的錯。你是不應被侵害的。1) 把事件告訴你信任的人 2) 考慮致電危機專線

此小冊子背面提供可能有幫助的資源服務團體名稱和電話號碼。