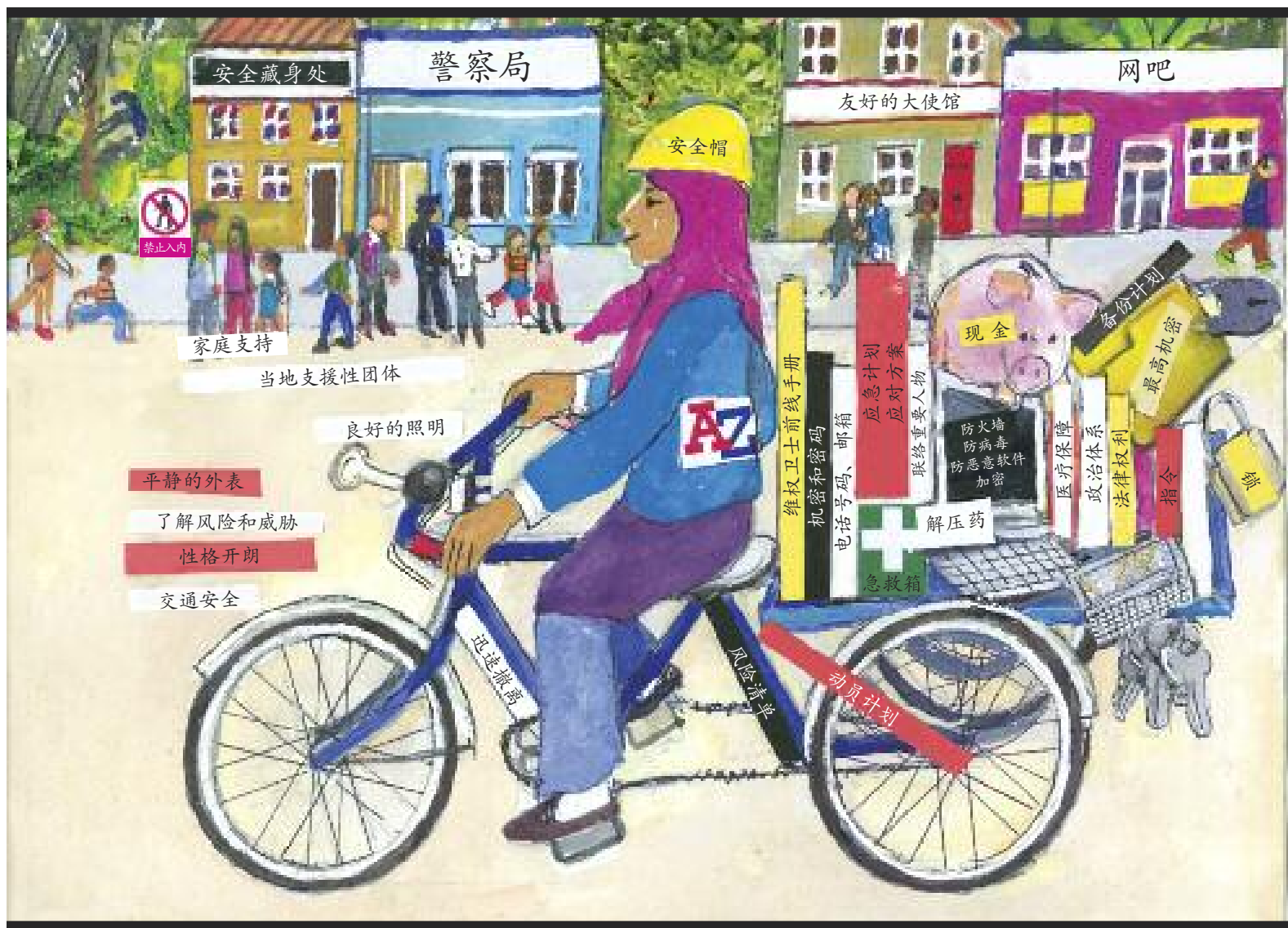


# 安全手册： 维权卫士身处险境时的实用指导手册



## 附录10

### 检查列表：受到攻击的风险，包括性侵害

该检查列表并不是一个安全计划，关键因素还要取决于你自身的实际情况。综合考虑自身面对的风险、威胁以及自身弱势，对该检查列表进行补充，使其更加个性化。

常规情况：

- 进行风险评估——评估自己在什么情况下受到攻击的风险最大，攻击最有可能在哪发生，攻击者可能是谁，攻击者可能使用的方法有哪些。你的保护计划会因为诸如此类的变量而不同
- 单独行动会增加风险——风险最高的时候不要独自外出，并且避免去最容易受到攻击的地方
- 使用最安全的交通方式
- 不要携带武器——攻击者可能会用它来攻击你，而且也会成为当局者逮捕你的借口
- 随身携带哨子，紧急时刻吹哨子以引起注意
- 练习呼救的能力——很多人在被攻击的时候就“呆住了”（而且嗓子也发不出声音来了）
- 如果被攻击，使用随手可得反击方式，比如向攻击者的脸上扔沙子
- 保持身体健康，经常穿舒适的鞋子——逃跑通常是最好的防御手段
- 如果你要参加像游行示威这样容易受到攻击的活动，穿上保护性的服装，例如皮夹克，在衣服里面装上硬纸板
- 想一下攻击你的人可能会是谁——你能否制定出一个实际有效的保护策略，例如说“我是……（一个有影响力的人物）的朋友”？
- 准备好随时放弃自己的贵重物品
- 不要走路趾高气昂或显露自己昂贵的首饰或设备（手机、笔记本电脑等等），避免成为容易受攻击的对象
- 随时知道自己所在何处以及去哪里求救
- 购买医疗保险

性侵害（对上文的补充）：

- 在这种情况下，基本上有三种应对方法。你也许只有身处其中时才会知道该如何行动。如果你无法立即逃脱，那么可选择的应对方法就是反击之后逃走、与攻击者理论，或者是放弃抵抗。
- 如果可以反击，就要给予攻击者最大的打击（例如，踢对方的腹股沟、戳对方的眼睛），这样他就无法立即追上你。如果你反击之后没能逃脱，那么攻击者很有可能因此对你更加暴力
- 做好心理准备——如果最糟糕的事情发生了，你要清楚，攻击者是无法占有你的灵魂的——在被攻击的过程中，要集中注意力将自己的灵魂与躯体分开
- 想一下攻击你的人会是谁——你能否制定出有效的保护措施，例如说“我现在是经期中”？（如果这个方法有效的话，要准备好随身使用有血迹的卫生棉，作为“证据”）（一个维权卫士对攻击者说“好的，我同意和你发生性关系，但是我现在处在经期当中——我可以明天再来”……因此她就被获准离开了）
- 如果有可能被强奸，考虑——下随身携带避孕套（你可以说服攻击者使用）或者使用女性避孕套
- 如果受到攻击，尽可能保持自己的尊严——强奸犯一般都有控制受害者的强烈欲望，呼喊和求饶也许只能让他们这种欲望更强烈
- 如果可能的话，试着与攻击者进行人性化的交流——例如，你可以对他说，如果他有一个与你年纪相仿的妹妹/妈妈/女儿或者弟弟/父亲/儿子遭受到这种待遇，他会有何感受？

如果有同事受到了攻击，包括性侵害：

- 将受害者带到安全、可以得到治疗的地方。如果受害者被强奸，要尽快而且必须在72小时以内使用抗病毒药物（防止感染艾滋病）。同时还要服用抗生素和避孕药（无论受害者怀孕与否，该药物都能引起月经）
- 在适宜的情况下对受害者的伤势拍照以作为证据（同时保护犯罪现场）。
- 如果受害者想要报警，则要查一下是否有专门处理性侵害案件的资深警官
- 支持受害者向当局报告攻击事件，但如果他们不想报告也应该尊重他们的意见
- 为受害者以及事件的其他相关人员安排心理咨询治疗