



女人的处境
柔拳出击

《风尚》电视栏目组 编译

四辨花香，归于春阳，智慧人生，源息风尚

黑龙江科学技术出版社

女人的处境
柔拳出击

《风尚》电视栏目组 编译

黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

柔拳出击 / 《风尚》电视栏目组编译. — 哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2007.10
(女人的处境丛书)
ISBN 978-7-5388-5523-4

I. 柔… II. 风… III. 女性-心理学-通俗读物 IV.
B844.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第122310号

柔拳出击

ROUQUAN CHUJI

责任编辑 张丽生 刘 野

装帧设计 传奇设计工作室

美术编辑 李 萍

文字编辑 王利华

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 150001

电话: 0451-53642106 传真: 0451-53642143 (发行部)

发 行 全国新华书店

印 刷 北京兰星球彩色印刷有限公司

开 本 889 × 1092 1/32

印 张 8

字 数 140千字

版 次 2007年10月第1版 · 2007年10月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-5523-4/Z653

定 价 20.00元

面
对
犯
罪

目

01 面对罪犯

避免性侵犯	02
遭遇性骚扰	11
入室抢劫者	20
家庭暴力	28
遭遇绑架	36
夜班隐患	44
办公室暴力	52
偷拍伎俩	60
公路暴力	68
路遇绑架案	76
取款危情	84
智退劫车匪	92
公交暴力	102
高处跳下	110

11 应对灾难

救助落水者	120
应对龙卷风	128
山火来袭	136
遭遇地震时	144
恶魔之吻	153
毒蜘蛛蜇伤	164
袭人黑熊	171
恶犬咬伤	178
嗜血海霸	186

录

意外来临

194

汽车下的人	196
开车落水	204
汽车失控	213
当心黑冰	220
摩托车事故	227
野外危情	235
游泳遇险	244



贾宝玉说：“女儿是水作的骨肉。”

的确，身为女人，你有着水一般的柔和与温润。你没有男人那铁铮铮的筋骨，硬朗朗的身板。

诗人总把阴柔的你比作花，那么请记住：花圃中必有杂草，阳光下也有罪恶。

罪恶的黑手伸向了你，你无处躲闪，你的生命即将失去娇艳的容颜！

莎翁说：“女人啊，你的名字是弱者。”

你甘做弱者屈服，还是奋起反抗？

你，又该如何捍卫自己的清白与尊严？





避免 性 侵犯



危情

索引

强奸是一种性质恶劣的犯罪行为，受害者以女性居多。调查结果显示，美国女性遭受性侵犯十分频繁，强奸犯罪率很高。

强奸会给受害者带来难以估计的不良影响。首先是生理上的伤害，比如疼痛、怀孕、染上性病等；其次是心理伤害，比如屈辱感、恐惧、自卑、社交障碍、性功能障碍等；再则是社会伤害，比如社会的不认可、遗弃等。不少女性在遭到性侵犯后会面临恋人分手、离婚等问题。但强奸对女性伤害最大的还是心理伤害，包括可能给她们带来的社会压力。

非常讲述

这天晚上，两岁半的女儿被丈夫接走了，吉娜独自一人睡在家中。凌晨3点左右，吉娜被惊醒了，她隐约觉得脚下有什么东西在动。她迷迷糊糊地坐起来，发现地板上很乱，她想，可能是狗跑进来了。但是，她重新躺下之后才想起来，家里根本没有狗。就在这时，一个低沉的男人声音在她耳边响起：“不许动，别喊，否则我就杀了你。”

吉娜这才发现，床头站着一个戴面具的男人，他手里的匕首在自己眼前闪着寒光。吉娜不由自主地惊叫起来：“救命，救命……”

歹徒随手拿起一个枕头压在吉娜脸上。吉娜非常害怕，拼命挣扎。很快，她就喘不过气来了。歹徒拿开枕头，威胁道：“不许喊，乖乖听我的，否则杀了你！”



戴面具的歹徒



深更半夜，邻居住的又远，吉娜知道自己再怎么喊也没用。她战战兢兢地问：“你到底想干什么？”

歹徒没有回答，低声问：“你的车钥匙和驾照在哪儿？”

“在……抽屉里……”吉娜指了指床头的桌子。

歹徒打开抽屉，抓起吉娜的车钥匙和驾照放进口袋，他冷笑着说：“老实待着，你跑不了了。”

接下来，歹徒强暴了吉娜。吉娜没有反抗，虽然她觉得非常屈辱，恨不得把歹徒杀死，但是她知道，自己必须冷静，如果激怒了歹徒，可能就会失去生命。她现在唯一能做的，就是收集证据和线索，让法律替自己惩罚他。由于歹徒始终戴着面具和手套，吉娜根本看不到他的相貌，于是她开始留意他身上有没有明显的胎记或瘢痕。

当一切结束后，吉娜问歹徒：“你要毛巾擦擦吗？”歹徒似乎很意外，但是他点了点头。

吉娜起身去浴室拿了两条毛巾，一条蓝色的，一条暗红色的，她把蓝色的那条递给歹徒，自己用暗红色的那条擦拭

吉娜取来毛巾



身体。歹徒接过毛巾，也开始擦拭自己的身体。吉娜心中暗喜，因为这样一来，两条毛巾上就可能留下歹徒的精液、汗液或毛发。

吉娜又问：“你想喝水吗？”

“不。”歹徒拒绝了。

“那你要洗澡吗？”吉娜怂恿歹徒去洗澡。她想，如果歹徒去洗澡，就会脱下手套，在浴室门或其他地方留下指纹，也可能在浴缸里留下DNA。可是，吉娜的过分热情引起了歹徒的怀疑：“你为什么对我这么好？你不恨我吗？”



吉娜与歹徒周旋

吉娜假装诚恳地说：“你很寂寞，需要朋友。我离婚了，很寂寞，也需要朋友。我们都需要朋友。”

歹徒长吁了一口气。显然，吉娜的话触到了

他的痛处，他相信了吉娜。随后，他向吉娜索要电话号码，这让吉娜大感意外。

吉娜打开抽屉，找纸和笔。最初，她还犹豫要不要给他真实的号码，但转念一想，自己的车钥匙和驾照在他手里，不如给他一个真的。除非他愚蠢透顶，否则他不会给自己打电话的。吉娜把自己的电话号码写在一张免贴回邮信封上面，这样就能给警方多提供一条破案线索。



吉娜写下自己的电话号码



歹徒接过信封看了一眼，塞进口袋。他的目光落在桌子上的一张照片上，他问：“这是谁？”

“是……是我女儿……”吉娜的心又提到了嗓子眼。为了尽快让歹徒犯离开，吉娜随口编了一个谎言：“不好意思，我今天上早班，再不走就迟到了。如果我不去上班，同事会报警的。”

歹徒站起身来：“好了，我走了。我会和你联系的。”

歹徒从前门出去了。吉娜迅速冲进浴室，把门锁上。她瘫倒在地上，痛哭起来。这时，她听到敲门声，歹徒又回来了。吉娜非常害怕，可是，如果她不开门，歹徒肯定会勃然大怒，自己就前功尽弃了。吉娜只好把门打开。歹徒疑惑地问：“你在干什么？”

吉娜勉强挤出一个笑容：“我打算洗个澡，然后去上班。”

“我是来还你车钥匙的。”歹徒把车钥匙递给吉娜。



歹徒回来还汽车钥匙

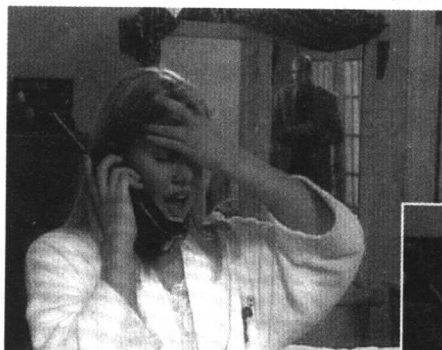


“谢谢，我送你出去。”吉娜把歹徒送到门口，歹徒回头看了吉娜一眼，威胁说：“如果你报警，我就杀了你，还有你的女儿。”

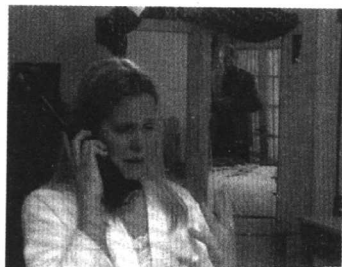
歹徒终于走了。吉娜锁上房门，然后马上打电话报警。警察很快赶到吉娜家里。就在警察向吉娜询问事情经过的时候，电话响了。吉娜战战兢兢地拿起电话。电话那端传来歹徒愤怒的声音：“电话为什么一直占线？”

吉娜解释道：“对不起，我刚才给公司打电话，告诉同事我可能要迟到了。”

“你报警了？”歹徒有些怀疑。



吉娜接歹徒的电话



“我没有报警，我的驾照在你那儿，我没办法上班，你能不能把驾照还给我？”

电话那端沉默了一会儿，歹徒好像想了一下，然后说：“一会儿给你送过去。”

此时，吉娜家附近已经遍布警察。几分钟后，电话再次响起。此时的歹徒已经暴跳如雷：“你想干什么？外面全都是警察！你一定报警了。我要杀了你，还有你的女儿！”

“我没有报警，真的没有报警……”吉娜尽量延长通话时间，以便警方确定歹徒的位置。

很快，警察就在同吉娜家只有一街之隔的一栋房子里抓到了歹徒。他很可能是在这栋房子里通过窗户观察到外边的情况的。

接下来，吉娜被送到离家最近的一家医院进行检测，警方掌握了无可辩驳的法医证据。最终，这名歹徒因为犯有七宗重罪而被投入了监狱。

正是基于冷静的思考以及令人难以置信的策略，吉娜才保住了自己的生命，并帮助警方将罪犯绳之以法。





相关链接

歹徒闯进一名独居妇女的家里试图强暴她，这名妇女将他的手指咬断，成功逃脱。警方在她的衣服上找到了歹徒的血迹，从而将其绳之以法。

一名妇女开着窗户睡觉，一名歹徒闯进她的卧室。为了保住生命，她曲意逢迎，暗中用毛巾收集了他的精液，用水杯留下了他的指纹。警方调查发现，他是一个连环杀手。

急救小贴士

据德国犯罪学家统计，有80%的受害者迫于种种压力，不愿或不敢报案。据美国官方调查统计，每10名性犯罪分子中只有一名被举报给警方；每20名性犯罪分子中只有1人被逮捕；每30名性犯罪分子中只有1人被定有罪。这并不是警方破案能力不够，也不是犯罪分子多么高明，而是受害者不愿报案、不愿提供证据或提供的证据不充分、不及时。

1. 在性侵犯事件中，同时发生暴力伤害的概率非常大，这取决于罪犯的心态和受害者的反抗程度。如果罪犯怕事情败露，通常会杀人灭口；如果受害者反抗激烈，罪犯失手伤害她的可能性也很大。如果受害者处于劣势，千万要记住，生命比贞操更重要。

2. 如果性侵犯发生在开放的环境中，比如荒郊野外，应尽早逃离险境，但要注意不要慌不择路；跑进一个封闭的环境时，要尽量向人多的地方跑，边跑边大声呼救，也可随手抓一些抵抗之物，比如石块。

3. 如果性侵犯发生在封闭的环境中，或者是在睡梦中，更为危险。这时候一定要镇定，恐慌只会激起对方的犯罪欲望。如果对方手中有凶器，最好选择智斗。可以和他谈谈，比如假装不知道他的企图，然后告诉他两个信息，一是你以前和几个朋友在某个公共场合见过他，二是很快就会有人来找你。如果他相信了你的话，觉得没必要铤而走险，就会离开。如果他事先已经调查清楚你的情况，继续犯罪，你要表现得很合作，愿意和他交朋友。如果他相信了你，最好表示害怕他手中凶器，希望他拿远点。

如果歹徒放松了警惕，手里没有了凶器，你可以选择和

他殊死一搏：手抓、脚踢、牙咬。手抓可以抓对方的脸皮，抠眼珠，捏睾丸；脚踢可以踢对方的阴部；牙咬可以咬对方的嘴唇、舌头、手指，甚至是睾丸。从体力上讲，一名成年女性完全可以对付一名男性歹徒。

4. 如果不幸受到性侵犯，应尽快报案，否则会助长犯罪分子的气焰，给自己或社会造成连环伤害。如果选择报案，要尽量保存证据。不要刷牙洗澡，也不要洗手，如果你抓伤了罪犯，指甲里可能会有他的血液或皮肤组织；不吃不喝，保持空腹，以保留DNA证据；不要更换衣服，因为衣服上可能留有罪犯的毛发；不要急于清扫现场，因为残留的血迹、唾液以及精液都是非常重要的证据；最好在72小时内前往医院进行检查，因为超过72个小时后，一些重要证据就会丢失，同时也要检查自己是否有内伤，是否染上性病或怀孕等。



遭遇 性骚扰

案情索引

性骚扰是指一方利用不平等的社会地位对另一方进行性需求。它不是一种直接的性要求或性行为，而是一方在违背另一方意愿的情况下，强行用语言或行为向对方传递与性有关的信息，从而使对方在人格尊严上受到伤害。

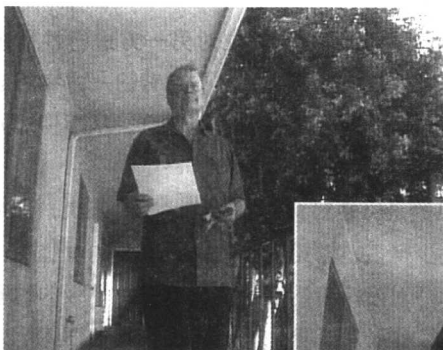
在生活中，比较多见的是男性对女性的骚扰。相对来说，女性骚扰男性要比男性骚扰女性少得多。常见的有雇主对雇员的性骚扰，教师对学生的性骚扰，治疗师对治疗者的性骚扰，上级对下级的性骚扰等等。性骚扰通常发生在工作场所，但也可能发生在其他任何地方，甚至是自己家里。性骚扰表现为语言和动作两个方面，也包括肢体语言、眼神、表情和姿势等。性骚扰会给受害者造成严重的心理创伤。

你知道怎样才能使自己免受性骚扰之苦吗？如果不幸受到性骚扰，你该如何保护自己？单身母亲凯瑟琳·汉森经常受到公寓管理员的性骚扰，她如果反抗，就有可能被赶出公寓。她该怎么办？

非常讲述

凯瑟琳·汉森是位年轻漂亮的单身母亲。离婚后，她和孩子住在美国加利福尼亚费尔菲尔德的一栋联邦投资公寓楼里。这里租金便宜，房客大部分是女人和孩子。凯瑟琳很喜欢这里的生活，宁静，和谐，淳朴。可是自从换了公寓管理员后，她发现一切都变了。

吉姆·斯金纳50多岁，有些发福，看上去很慈祥。自从他上任后，他就把公寓楼当成了自己的小王国。每天，他都拎着一大串钥匙四处巡视，到处能听到那串钥匙的稀里哗啦声。此外，他还制定了很多稀奇古怪的新规矩，比如，晚上8点以后小孩必须待在屋里，晚上10点以后不许留宿男客等。



斯金纳拿着钥匙在公寓楼里巡视

