

WOMEN DEFENSE

现代女子 防卫术

李扬 编 著



北京体育大学出版社
BEIJING SPORT UNIVERSITY PRESS

现代女子防卫术

李 扬 编著



北京体育大学出版社
BEIJING SPORT UNIVERSITY PRESS

策划编辑 高 飞
责任编辑 白 珺
责任校对 李素云
审稿编辑 鲁 牧
责任印制 陈 莎
版式设计 马红欣
封面设计 李艳双

图书在版编目 (CIP) 数据

现代女子防卫术 / 李扬编著. —北京: 北京体育大学出版社, 2014.8
ISBN 978-7-5644-1738-3

I. ①现… II. ①李… III. ①女性—防身术 IV. ① G852.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 198978 号

现代女子防卫术

出 版 北京体育大学出版社
地 址 北京市海淀区信息路 48 号
邮 编 100084
发 行 北京京体大文化发展有限公司
电 话 010-62963531 62963530
印 刷 北京艺堂印刷有限公司
规 格 170mm × 228mm 16 开本
印 张 10
字 数 123 千字

2014 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-5644-1738-3

定 价 26.00 元

前 言

随着当今社会经济的飞速发展以及文化全球性的交融，越来越多的女性更加注重自身形象的塑造。她们通过搭配衣着、粉饰靓妆等手段展现自身的独特气质与美貌，对于异性而言必然更加具有吸引力。与此同时，伴随国内女权主义日渐强盛，越来越多的女性开始独立掌握自己的经济开支，很多已婚妇女甚至掌握着整个家庭的经济大权。如果有一天，因为某些客观原因导致女性在单身的情况下遇到坏人，并且对方为了达到目的而使用了暴力侵害手段对女性受害人实施肢体攻击，甚至做出了直接威胁女性受害人生命安全的行为……这个时候，女性受害人应该怎么做才可以对犯罪行为予以合理的反击，使得犯罪行为丧失暴力侵害能力，从而保证自己安全脱身并逃离危险处境呢？最佳的方法就是掌握一套科学、合理、实用性强的女子防暴抗击技术。或许这类技术在女性平时的日常生活中并没有施展运用的机会，然而一旦遇到上述危险情况，则可以最大程度地提高女性保全自身生命、财产安全的概率。

本书将通过展示部分具有一定代表性的以女性为暴力侵害目标的典型案例，着重对针对女性作案的犯罪分子的犯罪心理、犯罪动机、犯案环境、犯案手段进行简要分析，继而使女性读者能够学习并掌握避免遭受暴力侵害的方法，以及女性在受到暴力侵害行为时（或处于暴力侵害环境中）平安脱身的技巧。相信通过对本书的阅读与学习，

能够使读者朋友进一步了解施展女子防卫术的法律依据和运用时机，增强女性朋友的自我保护意识和危险规避能力，使女性朋友在今后的学习、生活中更加自信，在未来的人生道路上活得更加精彩。

目 录

第一章 女性学习防卫术的关联背景	1
第一节 以女性为侵害目标的暴力犯罪行为特征	2
第二节 造成女性社会安全危机的客观因素	10
第三节 女子防卫术与正当防卫的定义	14
第四节 学习实用女子防卫技术的基本理念	22
第二章 女性防身自卫的预先危险规避	25
第一节 针对女性实施暴力犯罪案件的犯罪心理学分析	25
第二节 以女性为暴力犯罪目标的常见作案环境	40
第三节 如何避免危险的发生	49
第三章 实用女子防卫术的具体实施方法	58
第一节 实用女子防卫术的发展现状	58
第二节 实用女子防卫术的移动技术	61
第三节 实用女子防卫术的防守技术	65
第四节 实用女子防卫术的打击技术	72
第五节 实用女子防卫术的摆脱技术	94

第六节 防卫武器的选择·····	109
第四章 常见的损伤与处理方法 ·····	127
第一节 肢体防卫损伤的处理·····	128
第二节 心理防卫损伤的处理·····	141
附录 李扬防卫原则 ·····	148
致 谢 ·····	153

第一章 女性学习防卫术的关联背景

根据联合国 2014 年的统计资料，世界卫生组织 2 月 10 日发布媒体通报，称全球每年有近 140 万人因暴力失去生命，同时有许多人受到损伤并遭受一系列躯体、性、生殖和精神卫生问题的困扰。其中有大量的女性受到不同程度的性侵犯。2012 年以来印度发生的大量轮奸女性案件的恶劣程度更是令人发指，更有学者指出 2011 年之后的印度每 3 分钟就会有一名女性遭受暴力侵害。

20 世纪 90 年代起，我国的暴力犯罪发案数量呈现不断增多的态势，伤害性案件的暴力化程度越发严重，恶性大案接连发生，杀人、伤害、抢劫、强奸等典型暴力犯罪逐年大幅度上升。中国社会科学院于 2010 年 2 月发布的《2014 中国法治蓝皮书》显示，经济环境转差使得犯罪分子性情更为暴烈，上述 4 种典型暴力犯罪案件激增，尤其是故意杀人案件时有发生。2009 年 1 月到 10 月，中国刑事案件数量较往年增幅在 10% 以上，全年刑事立案 530 万起，治安案件数量达到 990 万件。另有统计资料显示，2010 年上半年，全国发生杀人、强奸、故意伤害致死、爆炸、抢劫、绑架等命案共计 10803 起（不包括强奸、抢劫、故意伤害未造成被害人死亡的），所有命案被害人中，女性比例达到 73.8%，由此可以看出中国女性群体属于易受侵害人群，自保能力显著不足。

接下来让我们针对性地对以女性为侵害目标的暴力犯罪现状与相

关特点进行展示与剖析。

第一节 以女性为侵害目标的暴力犯罪行为特征

日益发展的电脑网络系统为人们提供了一个强大的日常信息收发平台。通过搜索杀人、强奸、抢劫、绑架等带有暴力犯罪性质的词汇，就会有大量的相关新闻显示出来。仔细翻看几页就会注意到，大多数的受害者是女性群体，并且近几年的女性受害者明显呈年轻化态势。尤其是在校女大学生群体和在外打工的年轻女性群体，成为了最有可能遭受暴力侵害的高危群体。通过对各类以女性为暴力侵害目标的案件进行分析和总结，可以发现，当今以女性为侵害对象的暴力侵害案件主要表现出以下几个方面的特征。

一、犯罪行为人的侵害手段愈发残忍

社会阶层利益冲突的激化极易使暴力犯罪行为人女性被害人实施带有情绪发泄性质的极端伤害手段，同时现代影视作品中对于暴力伤害行为、色情变态行为的过分演绎与广泛传播，促使暴力犯罪行为人的犯罪手段越来越野蛮、越来越残忍、越来越多样化。部分犯罪分子在对女性受害者实施暴力侵害行为时心狠手辣，如抢劫并杀人，凶杀又行强奸。有的犯罪分子对女性受害人采取了伤害行为，还要致其于死地，甚至将被害人分尸丢弃、焚尸灭迹。



【案例】

段某，云南巍山县大仓镇人。由于童年时后母对其造成的心理阴影，父亲又未能够给予正确的家庭教育，其从10岁就开始了浪迹天涯，过上了四海为家的日子。在他童年的认识里面，“不靠任何人养活，自己就能养活自己，不管用什么方法”。

1997年他准备和女朋友开一间小卖部，为了筹集启动资金，他实施第一次抢劫，结果被抓并被判处12年有期徒刑。2003年假释出狱后，由于生活越发艰难，心理扭曲的段某脑袋里产生了可怕的念头：我生活在最底层，没人看得起我，我要报复这个社会……，从此一发不可收拾。

2004年6月，以乞讨为生居无定所的段某一个人坐在窝棚边晒着太阳，他发现有一名身高1.6米左右的女青年身穿黑色牛仔服，长发披肩，脚穿红色凉鞋向他走过来。“我看她穿着打扮像是从外地来昆明打工的，而且单身一人，于是就抢她。”段某事后回忆。当女子沿着墙边走向某歌厅的停车场时，他从窝棚里一下窜出来追上那名女子，从背后用手勒住了该女子的脖子，将其拖到旁边的水坑里面浸昏。然后段某看四周无人，又把该女子抬回窝棚里面，搜走了女子身上的70多元钱，并强奸了她。因害怕该女子报警，段某又将该女子掐死并掩埋了尸体。半年后，段某在同一地点第二次作案，两个到田地玩耍的女孩子同时被他强奸后杀害。

2004年6月27日中午，在云南省建水县蒙宝铁路边，段某将一名24岁的女子倪某拉到草丛里，将其用皮带勒昏，

抢走其包里的40元钱，之后将其强奸、杀害。2005年夏天，段某逃到湖南省衡南县三塘镇。当年8月1日下午，他在三塘镇三丰公司粮食储备仓库外的铁路边，将21岁的女子罗某挟持到仓库内实施抢劫、强奸，之后将罗某杀害。2006年的12月，他又逃到广西柳州，连续抢劫、强奸后，作案8起。他不再杀人灭口，而是放受害者一条生路。2006年12月17日10点左右，段某在柳州市柳北区跃进路胜利立交桥下的铁路道口，用铁棍将一女子王某击昏，抢走其挎包。2007年1月4日凌晨两点，在柳州市柳南区鹅山路一住宅楼旁，他用铁棍将一女子岑某击昏，搜走其身上的120元钱，后将岑某拖到无人处实施强奸。

不管是晚上还是白天，段某都敢作案，从45岁的中年妇女到未成年的小女孩，都可能成为段某的作案对象。段某3年时间共流窜作案13起，强奸、抢劫女子14名，其中有6人被杀人灭口。段某被公安机关逮捕后，云南省昆明市人民检察院以涉嫌故意杀人、抢劫、强奸3项罪名将其起诉至昆明市中级人民法院。

二、青少年实施暴力犯罪的比重增大

所谓青少年犯罪，一般是指14~25周岁的人所实施的犯罪。从20世纪80年代至今，中国的青少年犯罪率呈逐年递增的趋势。改革开放以来，受社会经济发展速度过快及学校应试教育单纯强调成绩的影响，社会伦理道德发展相对处于滞后状态。这导致了相当一部分青

少年长期缺乏家庭的正确教育、引导，从而丧失了正确的人生观、价值观。这些人无视道德与法律的约束，为了满足个人利益或私欲需求往往不计后果，铤而走险。进入21世纪以来，科学技术的不断进步与社会法制约束力的相对弱化，也客观上造成了青少年群体认知内容的迷乱，于是在寻求自我价值的过程中走上了犯罪的道路。特别需要指出的是，青少年犯罪行为人所处的年龄阶段特征，决定了该犯罪群体极易冲动犯罪，并且在选取暴力犯罪实施对象时，往往会将青少年女性与中老年女性放在第一位。



【案 例】

2003年4月12日晚，陕西省咸阳市渭城区15~17岁无业青少年曾某等7人，从一舞厅中将女青年倪某挟持到渭河边后对其实施了轮奸，随后又用暴力手段将该名女子拉到旅社再次轮奸。作案后该群未成年人竟然还威胁倪某：“不准报案！否则就将你打死，扔到渭河里去”。



【案 例】

2011年10月，两名歹徒在返回现场准备再次作案时，被警方直接抓获。犯罪行为人张某、罗某两人都是20岁，湖北省武汉新洲人，在阳逻某工厂打工。同年8月25日晚8时许，两人流窜至新洲区某高校商业街，在一起吃饭的时候商量准备对学生实施抢劫，并约定“抢得多就走，抢得少就把女学生强奸了”。9时许，二人在该商业街某超市门口的花坛上坐着蹲点守候，一直看到受害女学生王某走过，张某、

罗某决定动手。二人用威胁恐吓的手段挟持王某至该高校一栋宿舍楼旁边的花坛处，采用暴力手段抢走了73元现金和一部手机。因抢劫金额太少没有达到二人的预期，于是抢劫后，张某在罗某的帮助下对该女生实施了强奸。

三、团伙性质的暴力犯罪猖獗

20世纪90年代以来，团伙暴力犯罪现象的严重性开始逐步凸显出来，尤其随着好莱坞以及香港所拍摄的带有黑帮乱斗性质的影视作品的传播，对有暴力犯罪倾向的人群直接起到了推波助澜的作用。我们根据访谈获知，在中国内地，很多团伙暴力犯罪分子在被审讯时都交代，其犯罪想法和犯罪手段都是以效仿香港电影《古惑仔》而实施的。同时，随着社会经济的发展，各种利益集团为了维护自身的最大利益，甚至出现了有严密组织制度并带有黑社会性质的暴力犯罪团伙。比如辽宁盖县“段氏”集团、山西“狼帮”、云南“平无街”等，都可视为黑社会的雏形。团伙成员光天化日之下持械伤人，奸淫、侮辱女性，聚众抢劫，无恶不作。尽管全国对于团伙暴力犯罪一直保持严打的态势，但总体来看，犯罪团伙数量依旧呈增加的趋势。



【案 例】

2004年，海口警方打掉的青少年抢劫、抢夺犯罪团伙“色狼会”具有十分明显的团伙暴力行为代表性。该组织成员近200人，多是年龄在17、18岁之间的在校初中、高中生和社会“四不青年”（有书不读、有农不务、有工不打、有商不

经), 直接涉案人员 30 多人。组织内部等级森严, 分为“会长”“堂主”“一级会员”“二级会员”, 入会必须缴纳会费, 不得随意退会。帮会的规则戒律明确。比如: 在抢劫、抢夺、打架的作案过程中不允许私自逃跑, 否则不仅要踢出帮会, 还要接受体罚; 基层“会员”退会要交纳现金 500 元或者砍掉自己一只手; 帮会中有人被欺负, 其他帮会成员必须组织报复等等。他们有固定的网站、活动范围、伙食标准和惩罚规定, 甚至还有相对固定的财务管理人员。他们喜欢带着女孩飙摩托车, 以暴力行为够狠、飙车速度够快为荣, 经常组织或参与街头械斗、飞车抢夺和暴力抢劫等暴力行为。已破获的“色狼会”成员参与抢劫、抢夺案件 66 起, 其中持刀抢劫案件就有 39 起之多, 主要被侵害人多为单身青年女性或中年女性。

四、流窜性暴力犯罪案件比重加大且相关案件难以侦破

市场经济环境下, 日益便利的交通大大增加了人群、财物的流动性, 同时也带来了犯罪分子流动作案的便捷性。那些外出打工却又谋职无门、生活无所依靠、法制观念淡薄的人往往极易走上犯罪道路, 而且其选择的作案对象往往是女性或儿童, 采取的作案手段一般为抢劫、绑架、强奸、偷盗等。如河南省多个城市在进行新区建设的时候均发生了女性被民工抢劫、强奸的案例, 其中受害者最小的仅 8 岁, 最大的则已经 60 岁左右。这些犯罪分子作案后会马上选择逃离当地, 以逃避法律制裁。而暴力犯罪的惯犯由于在潜逃时没有固定收入来

源，所以继续依靠对随机选择的侵害目标采取暴力犯罪手段获取财物的方式维持自身生计，所以流窜性越强的犯罪分子，危害程度也就越大。



【案 例】

2005年5月8日晚，海口市玉沙村的“顺发发廊”发生了一起凶杀案。死者缙某19岁，女性，甘肃省天水市人，被犯罪分子掐死于发廊内，并被劫走现金260元。专案组根据现场勘查判断这是一起抢劫杀人案。经过两天两夜的调查，调查组发现一条重要线索：5月7日晚，玉沙村一家发廊的按摩小姐给一个客人按摩后，因客人身上现金不足，曾经带其到国贸的中国工商银行用卡取过钱，并且该小姐描述的客人相貌特征与案发现场其他目击者提供的犯罪嫌疑人相貌特征较吻合。随着线索掌握的完整性越来越高，专案组民警也逐渐锁定了犯罪嫌疑人，并于5月13日上午在其乘坐中巴车途经金垦路时，将其抓获。

经审讯获知，犯罪分子廖某系湖北省赤壁市人，33岁，对于5月8日晚在玉沙村“顺发发廊”杀害缙某并抢走钱财的犯罪事实供认不讳，并交待了自己自2004年便开始流窜于北京、西安、东莞、海口等地进行抢劫作案的其他犯罪事实。廖某选择的对象都是发廊、美容院的按摩小姐，利用她们不敢报案的心理，在每次获得生理满足后把按摩小姐打昏或杀死，再将受害人的钱财洗劫一空。廖某在不到两年的时间内实施抢劫、杀人案件21起，共致3名发廊按摩小姐死亡。

五、临时性即意犯罪开始频繁发生

临时性即意犯罪，是进入 21 世纪之后出现的网络热词。该名词源自一起案件，2009 年 6 月，浙江省湖州市南浔区两名保安员在某宾馆内，趁着女大学生醉酒之际对该女子实施了强奸。2009 年 10 月 19 日，南浔区人民法院对此案作出一审判决，依法以强奸罪判处被告人邱国华、蔡骥荣各有期徒刑 3 年。由于二人行为影响极其恶劣，而法律判决相对轻量，引起了社会人们的广泛关注。判决书中的“临时性即意犯罪”被披露在各大网站及报刊。法官试图借“临时性即意犯罪”淡化轮奸事实造成的恶劣后果，从而避开轮奸罪高达 10 年徒刑的做法，惹起广大网民的批驳。随后截止到 2011 年，又发生了多起暴力犯罪案件中的犯罪行为人被冠以“临时即意犯罪”的称谓，以逃避应担法律责任的事件。“临时性即意犯罪”由于在认定和判决过程中受仲裁方的个人主观因素影响十分严重，因此在广大网民看来，是对共和国法律公正、威严的极大讽刺。



【专家提示】

不要夜晚单独行走，不要走僻静小路，应选择明亮、人多的道路，尤其是女性。

平时不要在穿着、言行中过分显示自己的财富。

身上不要携带过多现金，也不要一分钱不带。

在 ATM 机前取款时要挡住自己的密码，取到钱后立即收好，不要就地数钱（ATM 机吐错钱的概率极低，而且即使错了，你也无法

就地解决，正确的办法是保留好收据)。

不要轻信“赚快钱”的事情，你很可能在不知道的情况下协助别人贩毒、绑架或者从事其他违法犯罪行为，协同犯罪同样要坐牢。

不要为了“江湖义气”帮人出气，你很可能因此犯“故意伤害”罪或“绑架”罪。

不要轻易借大量钱财给别人。

第二节 造成女性社会安全危机的客观因素

女性社会安全主要指女性处在社会环境中的个人人身安全与财物安全。我国目前正处于一个新的转型时期，针对女性的暴力犯罪案件为何会出现上升的趋势？这很值得相关部门去思考并给出实际解决方案。单就目前状况而言，导致女性社会安全危机加剧的主要原因，就在于中国传统道德的沦丧，以及现代人私利至上的生活、思想状况。其客观因素主要有以下几点。

一、经济生活的反差引发心理的冲突和行为的失范

自改革开放以来，在“让一部分人先富起来，带动另外一部分人达到共同富裕”的政策指导下，国内确实在短时间内出现了大批的富人。但是社会现实是先富起来的人群并没有回过头来带动另外一部分还没有富起来的人群达到共同富裕，反而出现了财富的高度集中化，社会群体间的贫富差距状况日渐拉大的情况。在国际经济、文化