

強姦及性侵犯 – 受害者資訊

蘇格蘭強姦及性侵犯危機處理求助熱線電話 – 08088 01 03 02 (免費電話 – minicom)

郵箱：support@rapecrisisScotland.org.uk

“蘇格蘭強姦及性侵犯危機處理”求助熱線為全蘇格蘭任何十三歲以上曾受過性暴力影響的人提供支援及資訊，無論是什麼時候和怎樣發生的。這條求助電話線的開放時間是由晚上六時至午夜十二時，每星期七天，提供初步和危機支援及資訊，服務是免費和保密的。這條熱線亦可以為你與當地的中心或其他服務作跟進的支援。本熱線亦為耳聾的人或聽覺有困難的人提供 minicom 服務，如果英語不是他們的第一語言我們亦可以提供傳譯服務。

強姦及性侵犯

性暴力可以發生在任何人身上。強姦及性侵犯可以發生在成年人或孩童身上，這永遠不是受害人的錯，有些受害人可能只經歷一次的強暴/襲擊，有些在他們一生中經歷多次的強暴，有些人則長期生活在性暴力的侵襲下。

強姦和性侵犯是強迫他人進行性行為的行為，屬於嚴重的犯罪行為。《性犯罪 (蘇格蘭) 條例》將強姦定義為：未經他人同意，將陰莖插入他人陰道、肛門或口中的行為。該條例於 2010 年 12 月 1 日生效。

該條例還列出了另外一條性侵犯罪行，即，未經他人同意，將任何物體插入他人陰道或肛門的行為。如果你是在 2010 年 12 月 1 日之前被強姦或遭受性侵犯的，則應依據之前的法律。瞭解更多詳情，請聯絡蘇格蘭強姦及性侵犯危機處理求助中心

性侵犯的形式多種多樣，小到騷擾性碰觸，大到強迫他人進行性行為。性暴力與年齡、宗教、性別、社會階層、性能力、殘障與否等因素無關。無論你當時在哪里，在做什麼，或是穿什麼衣服，如果你喝醉了或是受到藥物影響，你都不應該受到性侵犯。攻擊者須負法律責任。

感受

在受到強姦和性侵犯後，你會經歷很多的感受，這是很自然的。這裏沒有「標準」的反應。你會有自己獨特的感受和反應。在蘇格蘭強姦及性侵犯求助熱線上，我們會聆聽和相信你的經歷，在這裏我們不會審判你。

如果你剛受到侵犯，很可能你仍然震驚。覺得麻木、沒有感覺、可以完全不相信事情曾經發生、哭笑無常、或感到身體不適。很多受害人覺得他們應負責任、污穢和羞恥。

受害人會經歷噩夢，重現發生的事情或「驚慌發作」。這並不表示你是發瘋或失控。這些是對創傷性事情的正常反應。很多時候這些回憶是很令人非常驚恐的，好像它會再發生似的。你可以控制這些反應，從你認識的人或性侵犯受害人緊急援助組織的職員那裏獲得支援會對你有幫助。

被強姦或性侵犯後，會感到很困難應付日常的生活、很容易動怒、沒有價值或沮喪是很自然的。這裏沒有一段標準時間讓你恢復過來。你會發覺在這些情緒上反覆。雖然有壓力需要繼續生活和克服這些困難。但這都是很深刻的掙扎。覺得困惑，對自己和其他人不信任和與他人的關係有困難，這都是很正常的。

被強姦和性侵犯的創傷得到治療是可行的。給與時間和支援，讓你說出過去曾經發生的事情、感受和反應是有幫助的。你沒有做錯什麼，你應該獲得這些支援。

健康

你的情緒健康，正如你的身體健康一樣是十分重要的。如果你最近曾經歷性暴力，你可能受傷和需要醫療服務。這些傷害可以是表面或體內的。害怕尋求醫療服務是很自然的反應。

你可能擔心懷孕和受到性傳染病感染。你可以在受到侵犯後三天(72小時)內服用緊急避孕丸仍然有效。你可以在五天(120小時)內使用子宮節育環，但需要留到下一次月經時才可以取出。緊急避孕丸可以到當地的家計會和性健康診所索

取。強姦及性侵犯危機處理求助熱線或你當地的性侵犯受害人緊急援助組織可以幫助你找到最近的服務。緊急避孕丸亦可以從藥房購買，費用是 £ 25。

如果你懷了孕，但不想繼續下去，你可以要求你的家庭醫生或家計會的醫生終止懷孕(墮胎)，這是你自己的決定，其他的人沒有權利告訴你怎樣做，這是關於什麼對你是最適合的。

如果你擔心感染性病，你可以到當地的家計會或性健康診所做檢查。除非你願意你不需要告訴他們發生了什麼事情，甚至你不需要告訴他們你的真實姓名。服務是免費和保密的。如果是證實受了感染的話，診所會為你提供正確的治療，例如使用抗生素。如果你需要愛滋病檢查，應考慮什麼時候檢查是最適合的，因為感染在十二個星期後才會顯現出來。你可以要求你的家庭醫生給你檢查，但他們需要把檢查和結果記錄在你的病歷檔案內。

你可能在很久以前曾經歷性暴力，之後健康變壞，這些記憶可能留在身體內，你會感到因受傷害而帶來的痛楚或其他沒有關連的痛楚，例如：在你腹部內，這都是很普遍的，失眠、沮喪、和「回溯」可以影響身體一般的健康。

報案

無論強暴是什麼時候發生，最近或很久之前，是否報案是由你決定，不過把事情再覆述一次或獲得一些支援可以對你有幫助。你可以帶一位親友陪你到警署，等候你和給你支持，或者你可以聯絡當地的性侵犯受害人緊急援助組織，他們

可以陪你一起去。強姦及性侵犯危機處理求助熱線可以給你提供支援和資訊。如果你考慮報案或者你報案後想找人傾談。

當考慮報案時，知道會出現什麼事情會對你有幫助：

- 如果你經歷的襲擊和侵犯已經發生了很久，你將會需要錄下口供，但不會驗查身體。
- 如果侵犯是最近發生的話，你將被邀請記錄口供和可能需要驗身，由

體內取得可作科學鑒證的證據要在七十二小時內取得。不過其他的科學證據例如毛髮或衣服上的污漬仍可以在五至七天內找到。不過無論是那一種的科學證據，應該是儘早收集，因為這些都是很容易失去和消滅的。

- 檢身將會由警方的醫官執行，他們多是男性。
- 如果你不能記憶所有的事情，不要緊，你可以在第二天補進去。我們建議你寫下為你錄口供警員的名字和編號，因你可能需要加錄你的口供。
- 如果侵犯是最近發生的話，你很有機會再返回發生的地方收集更多的證據。

法律程序

法律程序是很複雜的，強姦及性侵犯危機處理求助熱線可以為你提供資訊單張，那裏給你詳細的法律程序，我們亦可以用電話與你傾談和如果你已經報案，將要上庭或已經上庭我們可以給你提供支援。當你上庭之前知道將會發生什麼事情對你會有幫助。

- 當案件需要上庭，案件就由政府處理，這即你是案中的證人而你不需要找律師。一位控方律師會代表政府控告被告。
- 你將會需要在審訊時作供，你要說出你的姓名、年齡、地址和職業。如果你不想說出你的地址，你可以要求法官准許你寫下來或者使用你報案的警署代轉。
- 你會被詢問有關襲擊的詳情和會被授權律師及被告律師發問問題。
- 你可預先要求當你作供時，法庭內沒有公眾席但法庭的工作人員仍然在場(大約有二十七人)。
- 在性侵犯法令下被告者不可以自辯，和雖然他會出席整個聆訊，但他不可以向你發出任何問題。
- 將會有三種判決：罪名成立，不能證實，無罪。不能證實和無罪並不是說不相信你所說的話，但可能是沒有足夠的證據判案而已。

當地的強姦及性侵犯危機處理中心

当地强奸危机中心

亞伯丁郡強姦&虐待支持中心：01224 620 772

阿盖尔郡&比特郡强奸危机中心：女性- 0800 121 46 85 男性- 0800 032 0399

苏格兰中部强奸&性虐待中心：01786 471 771

顿弗里斯郡&盖洛威 01387 253 113

顿提妇女强奸&性虐待中心：01382 201 291

东艾尔郡强奸咨询&资源中心：01563 541 769

爱丁堡妇女强奸&性虐待中心：0131 556 9437

法夫强奸&性侵犯中心：01592 642 336

格拉斯哥强奸危机中心：0141 552 3200

拉纳克郡强奸危机中心：01698 527 003

强奸&性虐待中心珀斯&金罗斯：01738 630 965

苏格兰边区强奸危机中心：0800 054 2445

西岛区强奸危机中心：01851 709 965