

《空中辅导》家庭暴力

第 2 讲：被虐待女性的特征及对她们的影响

我们的听众大部分都是姊妹，她们很多时候会提到被丈夫虐待。因此，我们想特别了解一下碰到这样的情况，姊妹应该如何去面对。

通常姊妹会在哪几方面受到丈夫的虐待呢？

通常丈夫的脾气会比较暴躁，会对妻子有以下几方面的暴力行为：

1. 身体暴力：拳打脚踢
2. 言语暴力：辱骂、贬低太太的价值、威胁不按丈夫说的做会对太太的不利
3. 性暴力
4. 经济控制

最主要还是身体上的暴力，及恐吓太太不准她进屋。比如之前提到的那位姊妹从教会回家，发现丈夫把门给锁上了不让她进屋，限制她的自由。这些也是身体上的暴力。

言语上的暴力，常常会贬低太太的价值，骂得太太好像是世上最差的一个，还不如猪狗。听到这些丈夫对妻子言语上的暴力个案后，真的非常心痛。这些在言语暴力下的妻子，她们的情绪很明显是不愉快的。严重的会否定自己，怀疑究竟这段婚姻是否有价值，好像自己做了一个很大的、很错误的决定，甚至会责怪自己，自信和自尊都被彻底打破。处在长期不开心的情绪之下，会让她们产生忧郁。她会觉得是因为自己不好，所以就受到打骂，长期下来就被虐待惯了，不会有任何期望，有一种很重的无力感。她不想改变，也因为想不到任何办法去改变，就会形成一种称为“被虐妇女的症候群”。她们的表现为：

1. 长期的忧郁
2. 强烈的无助感
3. 自信、自尊感低落
4. 被打之后的“创伤压力症”
5. 吃不好、睡不好、常常想起被打的经历
6. 长期紧张、疲惫
7. 愤怒：对内是恨自己，对外是想报复

由于太太长期受到不合理的对待，就会产生愤怒，当有一天丈夫打骂她时，她会突然还击。比如在香港就有一个例子：突然间，太太拿起刀去攻击丈夫。因此，家庭的惨剧就这样发生了。所以，每一位忍受丈夫暴力行为的妻子，要看看是否能够这样一直忍受下去，是否信仰需要她用这惟一方法去忍受。如果这只是在欺骗她自己，到某一时刻，她会爆发的话，最好就找一个渠道说出来，发泄出来。找教会的传道人或姊妹做同路人，是最好的。让她抒发压

力，不然，总有一天她会失控。如果一直压抑着情绪，是非常不健康的。

那么，我们该怎样去处理这些愤怒的情绪呢？

愤怒是一种非常基本的情绪，是中性的，没有对错。愤怒就是当事人如何理解发生的事情。如果当事人觉得不合理，或伤害到女某些利益或情感的时候，就会产生愤怒的情绪。

学习控制情绪的方法，让自己尽快冷静下来。

愤怒是有选择的，你是立刻去打人，还是退一步让自己冷静下来，想清楚愤怒背后的后果。因为人是有思想的，不是一只狗、一只猫。如果踩到狗的尾巴可能会立刻被咬，但人理解了愤怒是否合理及其缘由之后，或许会觉得无需这么愤怒，因为错不在自己身上。即使错在对方，也可以进一步想一下，如果你现在打骂他，那么，自己又要付出什么责任和代价呢？

衡量发怒会带来什么不良后果？

当然，这是一个长期的功课需要去学习。如果他是一位冲动的人的话，很多时候他的脑子就转不了这么快，很容易被自己的情绪所控制。如果他是一位成熟的人，应该可以驾驭自己的情绪，想清楚后果。可以在对方冷静的时候找他谈，就可以解决很多不必要的暴力。

如何帮助这些受虐的姊妹去处理其他方面的情绪呢？

1. 找寻可以倾诉的对象（同路人），抒发压力

她们需要在身边建立一群能够倾诉的对象。如果她没有朋友或教会的姊妹，当我劝她不要不开心时，她会觉得当然你会这么说，因为你没有被虐待。但如果有一些与她背景相似，婚姻不愉快的同路人一起劝她的话，那就会有比较好的效果。因此，我想给这些正在受虐的姊妹们一个建议，每一位姊妹需要找一些可以让自己倾诉的对象。当然，教会是一个很健康的群体，在信仰里大家互助。倾诉了之后你会发现，不幸的事在其他姊妹身上或多或少也会有，自己不是惟一的。你可以去参考那些冲破困难的成功例子，她们是怎样去面对的。从那些人身上来劝勉自己，从这种想法中可以慢慢地去改变忧郁的情况，改善自己的无助感，而且当别人关心你的时候，可以改善紧张、自信心低落的问题。让这些群体去帮助那些被虐待的姊妹们。

2. 如果精神出现状况，尽快寻找专业的治疗

以上是基本的方面，如果被虐的姊妹因为长期的忧郁，影响到她的精神状况，就需要寻找精神科医生的药物治疗了。可以双管齐下，去帮助这些受困扰的姊妹们走出阴影。

3. 教会弟兄姊妹更多关心、代祷和帮助

教会弟兄姊妹的角色是非常重要的，尤其是在内地教会的姊妹们，当你们看到哪对夫妻的关系不好，常常有虐待、争吵时，我们要学习的是不要去批评，或指指点点，而是去帮助对方。因为当你看到别人有这些问题的時候，不能保证这些不会发生在自己的家中。因为俗语说的好，家家都有一本难念的经，每个家庭都会有一些难处。因此，我们能够有一颗体谅别人、关心别人的心，是最重要的。

很多时候，我们会觉得姊妹被丈夫打一定是她做得不好，其实很多时候妻子确实做的很好，而是因为施暴的丈夫控制不了自己所导致的。正确地来讲，使用暴力的那方，应该要付绝大部分的责任。因此，我们不应该再加重被虐姊妹的压力。我们应该要鼓励姊妹怎样去面对及跳出来，更好些的是去帮助施暴的丈夫。

另一种暴力是性方面的暴力

丈夫在性方面的需要比较强，要求妻子满足他，但是妻子有妇科病，这种情况该如何帮助这位妻子呢？

王先生回应

性暴力很多时候是因为夫妻间的性生活不协调所导致。先生忽略了妻子的身体，不是那么容易过他希望的性生活。这就牵涉到沟通上的问题，先生是否可以静下来，听太太说明她的身体状况。希望两夫妻是在一种包容的情况下，决定一个可以共同接受的方法，绝不能勉强，不然就是性暴力。长期下去，会破坏两夫妻的亲密感，破坏了婚姻。可以找一些专业的性治疗师，帮助这样的夫妻。

我们也看到有些妻子每次被丈夫虐待后，会原谅他，然后又被打又原谅，一直就这样恶性循环。为什么那些妻子冒着生命的危险，也一直就这样与丈夫生活下去呢？

通常这些姊妹是承受着一定的辛苦及压力的，为什么她们还是宁愿这样一直往下去呢？或许她有一种幻想，就是觉得丈夫是能够改好的。因为现实让她看到在打完后，丈夫会后悔，向她道歉，有这样一段蜜月期。但之后又故态萌发，丈夫还是老样子，在暴力中我们称有一种“虐待—和好—再虐待”的模式。并非是他在蜜月期时完全改好了，而是因为他心情好些了，有点后悔了，但他完全没有反省过自己，一遇到不满又重复以前的暴力。因此，我们通常建议去寻找专业的辅导，比如社工等帮助丈夫去打破这恶性循环，不要幻想认为蜜月期里的丈夫已经变好了。因此，姊妹自己也要能预测丈夫什么时候会再次虐待自己，给自己一些信号，让自己可以避免被虐，可以早点离开，让丈夫暂时自己先冷静下来，然后找一些专业人士去帮他。那就打破了恶性循环，无需再冒生命危险。

受虐者的人际关系及教养孩子的方法，是否会受到影响呢？

被虐的姊妹已经自信心低落，所以她会很退缩的。不想再面对人群，因为她已经对人没有信心了，连自己最亲近的配偶，都这么对待她，对任何人都没有信心了。再加上她情绪也不好，甚至不想外出，因此想要让她说出痛苦会很困难。她也会减少朋友，很不愿意再去打开自己的内心。因此，这些姊妹就会越来越封闭自己。我需要鼓励姊妹找一些能够谈得来的群体，说出之前的困境，只有这样才能得到别人的帮助。

此外，被虐的姊妹很想去掌握惟一拥有的，就是孩子。她会花更多的时间及心思去照顾儿女。这种负起做母亲的责任是好的，但是如果不去处理夫妻间的问题，转去照顾孩子，反而会转移了方向。因为真正要面对的是夫妻间的不和及暴力的问题。或许儿女也会感受到压力，她会把愤怒发泄在孩子身上。很多虐儿个案也是这样产生的。据统计，有一半虐妻的丈夫，会同时去虐待孩子。

听众个案

姊妹在年纪蛮大的时候才结婚，婚事是她父亲安排的。因为父亲看到她的弟弟在十八岁时就结婚了。在中国内地，差不多二十至二十二岁间就要被逼着结婚。姊妹婚后有了一个十岁的孩子，丈夫的品格非常差，让她受到很大的伤害。她曾经想过要离婚，向父母表达了想法，结果遭到父母怒骂，还被告知，如果她敢离婚就会打死她。其实许多人对她的婚姻常常议论纷纷，她心中也非常挣扎。她喜欢上了一个比较聊得来的男同事。过去她也为丈夫祷告，他也改过了，夫妻两也开始好起来了。虽然她也接纳了丈夫，但是心里还是放不下那位男同事。想过要离婚，但很挣扎。让我们看到这位姊妹无权选择自己的婚姻。

王先生回应

当然，婚姻最好是有选择，自己知道为什么要建立一个家庭，进入婚姻。因为姊妹的婚姻是被安排的，所以婚姻的基础不稳固，沟通不深入，婚后出现问题，因为两人的期望不同。再加上丈夫的品格很差，所以她受到了伤害。我非常体谅这位姊妹，因为她承受了很大的困难。她想离开这段婚姻也是很真实的。当碰到一位比较好的，聊的来的异性时，她也投入了感情。但这就变成了婚外情的个案，比较复杂了。或许她可以接受她的丈夫，但也要看看这位丈夫是否能明白太太的心意，是否会真实地去改变。建议这位姊妹找时间与丈夫聊，大家平静下来看看婚姻到了什么地步，然后再一起做决定。等决定后再处理是否再投入别的感情。因为旧的还没处理好，再去投入到一段新的关系里，就变得复杂了。

我们也盼望这位姊妹能够知道婚姻是一个成长的过程，起初互相磨合，走到中途开始建立默契，也接纳包容对方。有心愿意维持的话，我们还是盼望姊妹能够好好守住这个家庭，因为谁也无法保证下一段感情不会有问题。