

打破沉默的循环：性暴力的心理危机干预体系研究

阮红婷

广西师范大学，桂林

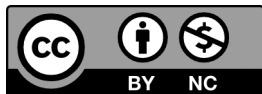
摘要 | 本文深入探讨了性暴力这一严峻的社会问题及其受害者心理危机干预的迫切需求与实践路径。通过对性暴力的内涵进行界定、类型进行细致划分以及危害性的深刻剖析，清晰地揭示了性暴力对受害者身心健康造成的巨大且深远的影响。在此基础上，详细介绍了预防性干预、即时应对性干预以及长期恢复性干预等一系列具体且行之有效的策略与方法。同时，本文还客观分析了当前研究的局限性，并对未来的研究发展方向提出了展望，旨在为性暴力问题的有效应对和受害者的心理康复之路提供更具针对性和实用性的参考与指导。

关键词 | 性暴力；心理危机干预；心理健康

Copyright © 2025 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

1.1 研究背景与意义

性暴力是一种严重侵犯个人权利和尊严的行为，给受害者带来了身体和心理上的双重伤害。在当今社会，性暴力问题依然严峻，对个人、家庭和社会都产生了深远的负面影响。

在个体层面，性暴力给受害者带来了难以估量的身心创伤。身体上的伤痛或许能够痊愈，但心理上的创伤，如创伤后应激障碍、长期的抑郁与焦虑、自我认知的扭曲以及社会关系的破裂等（世界卫生组织，2022），往往会伴随受害者一生，使其陷入无尽的痛苦深渊，严重阻碍其正常的生活与发展轨迹。

从社会发展进程来看，尽管文明程度不断提升，但性暴力事件仍频繁见诸报端。无论是职场中上级对下属的性骚扰，校园内的性侵害，还是家庭内部的性暴力，

这些现象严重侵蚀着社会的公序良俗，对社会的和谐稳定构成了巨大威胁。在全球化与信息化浪潮的推动下，此类事件的传播速度更快、影响范围更广，进一步加剧了社会的不安（World Health Organization, 2002）。

研究性暴力及其心理危机干预具有重要的现实意义。它有助于提高公众对性暴力问题的认识 and 关注，为受害者提供有效的心理支持和帮助，促进其心理康复和社会融入。同时，也有助于推动相关法律和政策的完善，加强社会预防和应对性暴力的能力。

1.2 国内外研究现状

在社会科学研究的重要领域中，性暴力问题已然成为焦点，其研究成果对社会稳定和个体安全起着举足轻重的作用。全球学者们从多元视角出发，运用多种方法，全力探寻性暴力的本质、影响与应对之策，在理论与实践方面均有所建树，且各具特色与发展走向。

作者简介：阮红婷，广西师范大学学生，研究方向：教育心理与学校心理学。

文章引用：阮红婷. (2025). 打破沉默的循环：性暴力的心理危机干预体系研究. *中国心理学前沿*, 7(6), 796–800.

<https://doi.org/10.35534/pc.0706127>

国内关于性暴力所导致的不良健康后果的研究起步较晚，且主要聚焦于女性受害者在经历性暴力后可能面临的一系列健康风险。苏普玉等人在一项针对2575名大学生的调查中，发现曾遭受性暴力的学生在抑郁评分、自杀意念、自杀计划、自杀准备及自杀未遂等方面的报告率，均明显高于未经历性暴力的学生（苏普玉等，2011）。麻超等人则在新疆地区对156名已婚或有恋爱经历的女性进行了病例对照研究，结果显示，遭受性暴力的女性组在抑郁评分及抑郁发生率上均显著高于对照组，并且发现女性受害者的躯体受暴频次与抑郁情绪呈正相关，即暴力次数越多，抑郁程度越严重（麻超等，2013）。陈月对性暴力与女性自杀之间的关系进行了综述，指出性暴力增加了女性的自杀风险，并认为亲密伴侣暴力的严重程度能在一定程度上预测受害女性的自杀倾向（陈月，2019）。

国外性暴力研究起步早、成果丰富。理论构建上，社会学习理论和性别不平等理论至关重要。社会学习理论阐释个体在不良环境中学习暴力行为模式，为探究性暴力根源提供微观视角；性别不平等理论从宏观剖析性别权力失衡对性暴力的影响，如在性别歧视严重职场性暴力高发，为政策制定提供理论支撑。青春期及成年早期是构建健康亲密关系的至关重要的生活阶段，在这个阶段，若经历性暴力，将对未婚青年的身心健康产生长远的负面影响。博世（Bosch）等人借助2005年密苏里州行为风险因素监测系统（BRFSS）的数据集（样本量为3110），深入探究了性暴力与密苏里州女性健康行为及心理健康不良之间的关联，发现性暴力受害史与肥胖、吸烟、酗酒以及整体心理健康状况欠佳之间存在显著相关性（Bosch J et al., 2015）。伍德（Wood）等人则基于一项包含6818名美国女大学生的横断面调查，揭示了较高的焦虑、抑郁和创伤后应激障碍水平与性暴力的严重程度、频率及伤害程度密切相关（Wood L et al., 2018）。珍妮丝（Janice）等人利用加拿大受害者社会综合调查（GSS-V）的数据，发现高达43.6%的性侵犯受害者，在调查前的一个月内报告了创伤后应激障碍症状（Du Mont J et al., 2019）。珍妮特（Janet）等人强调，性暴力给女性造成了沉重的心理负担，抑郁、焦虑、恐惧症、创伤后应激障碍（PTSD）及睡眠障碍在受虐女性中极为普遍，且这些女性自杀、自残、酗酒及药物滥用的风险显著增加（Fanslow J et al., 2019）。巴哈蒂（Bahati）等人通过一项基于2018年卢旺达心理健康调查数据的横断面研究，进一步证实，相较于未暴露于性暴力的女性，暴露组女性患重度抑郁症、创伤后应激障碍、恐慌症及自杀未遂的比例显著更高（Bahati C et al., 2022）。

总之，国内外性暴力研究各有优势与不足，面临共同挑战与机遇。未来应强化交流合作，跨越地域和学科界限，促进理论与实践经验共享，拓展研究深度广度，

优化干预策略，为全球防控性暴力、维护公平正义与安全注入动力，推动社会迈向文明、和谐、安全。

2 性暴力的内涵、类型与危害

2.1 性暴力的内涵

性暴力是指在任何地点发生的由任何人强行施加的性行为、性行为企图或其他直接针对他人性特征的强迫行为，而不论该施害者与受害者的关系如何。它包括未经同意的既遂或未遂性行为、未经同意的不涉及接触但具备性本质的行为（例如窥阴或性骚扰）、对不能表示同意或拒绝的人进行的性交易行为以及网络性剥削等（刘中一，2011）。国际法对于性暴力的形式有着更广泛的定义。

2.2 性暴力的类型

（1）根据受害者分类

从受害者角度来看，性暴力可以分为基于性别的性暴力、针对儿童的性暴力以及针对残障群体的性暴力。基于性别的性暴力通常是因为受害者的生物学性别或性别认同而遭受的；针对儿童的性暴力则特指发生在未满18周岁未成年人身上的性暴力行为；而针对残障群体的性暴力则是针对肢体、精神、智力或感官有长期损伤的人实施的性暴力。

（2）根据施害者行为分类

从施害者行为角度来看，性暴力主要包括性骚扰、性侵害、对不能表示同意或拒绝的人进行的性交易以及性剥削。性骚扰涵盖了言语性骚扰、行为性骚扰、环境性骚扰等多种形式，可以发生在校园、公共场所、职业场所甚至家庭环境中，也包括通过网络平台进行的网络性骚扰（陈高凌等，2008）。性侵害则涉及各种非意愿的性接触和被强迫的性行为，包括强制性交、强迫亲吻、性虐待等。对不能表示同意或拒绝的人进行的性交易，是指剥削者利用被剥削者的身体和性进行交易，而不给予足够的补偿。性剥削则是一种在性关系上的剥削行为，剥削者通常利用被剥削者的弱势地位进行不正当的性交易或性服务。

（3）根据发生场合分类

①冲突与战争时期的性暴力。战士所犯下的性暴力行为，是一种运用于战时的“武器”，用以折磨、伤害、拷问、羞辱、威胁、恫吓或惩罚受害者（上野千鹤子等，2019）。

②家庭中的性暴力。由某位家庭成员对其他家庭成员强行施加的性行为、性行为企图或其他直接针对受害人性特征的强迫行为，施害者与受害者可能是伴侣关系，也可能是其他家庭关系。

③校园中的性暴力。在与校园环境有关的情境中发生的性方面的嘲弄和流言、性骚扰、性侵害、强奸、性羞辱和/或恐吓，被迫观看有关性的行为、图片、照片或

网站等行为，施害者和受害者既可能是教师/教职工，也可能是学生（杨巧娟等，2024）。

④职场中的性暴力。在工作场合中发生的性方面的嘲弄和流言、性骚扰、性侵害、强奸、性羞辱和/或恐吓，被迫观看有关性的行为、图片、照片或网站等行为，既可能发生在上司与下属之间，也可能发生在同事之间。

2.3 性暴力的危害

性暴力的危害是广泛而深远的，它不仅直接伤害到受害者的身心健康，还可能对家庭、社区乃至整个社会结构造成长远的负面影响。

在受害者个人层面，性暴力往往导致严重的身体伤害，包括外伤、性传播疾病的感染风险增加，甚至可能引发长期的健康问题，如慢性疼痛和心理障碍。这些身体和心理的创伤可能伴随受害者一生，影响其日常生活、工作和人际关系。性暴力还可能扭曲受害者的性观念，导致其在未来的性关系感到困惑、恐惧或缺乏满足感（刘中一，2011）。

对于家庭而言，性暴力是破坏家庭和谐与稳定的罪魁祸首之一。它可能导致家庭成员之间的信任破裂，引发家庭冲突，甚至导致家庭解体。长期生活在暴力环境中的家庭成员，尤其是儿童，可能受到严重的心理创伤，影响其健康成长和未来发展。

对于社会而言，性暴力加剧了社会的不平等和分裂。它剥夺了受害者的人权和尊严，破坏了社会的公平与正义。性暴力还可能引发更多的犯罪和社会冲突，对社会安全和稳定构成威胁（黄雅兰，2020）。此外，性暴力还可能导致社会资源的浪费，包括医疗、法律和社会救助等方面的支出增加。

因此，为了消除性暴力的危害，我们需要从多个层面出发，共同努力预防和打击性暴力行为。这包括加强法律法规的制定和执行、提高公众对性暴力问题的认识和意识、为受害者提供必要的心理支持和法律援助，以及推动社会性别平等和尊重人权的教育和宣传。

3 性暴力心理危机干预的策略与方法

3.1 预防性干预

在预防性干预层面，普及性教育是筑牢防线的基石。学校应将全面、科学的性教育纳入课程体系，从基础教育阶段开始，循序渐进地传授性生理知识，如人体生殖系统结构与功能等，以及性心理发展规律，帮助青少年正确认识自身性成长过程。通过生动案例、专题讲座、互动课堂等形式，详细剖析性暴力的多样表现形式，无论是隐晦的职场性骚扰、校园言语性侵犯，还是公然的暴力强奸行为，都要让公众清晰识别（M.Devries K et al., 2013）。同时，深入讲解性暴力带来的身体与心理双重灾难，引导人们深刻意识到其严重性。在此基础上，教授实用的预防性暴力技巧，如自我保护的身体动

作、言语拒绝策略、危险场景识别与应对方法等，提升公众自我保护能力。

构建支持系统需全方位协同发力。家庭中，成员应营造开放、信任的沟通氛围，家长主动关注子女心理变化，及时给予情感支持与正确引导，尤其在子女面临青春期性困惑或潜在危险情境时，提供温暖港湾。学校除设置心理健康课程外，还应配备专业心理咨询教师，定期开展一对一辅导、团体心理活动，针对学生可能遭受的性暴力风险进行评估与预防指导。社区要积极组织各类宣传活动，如举办性暴力防治知识展览、社区讲座，分发宣传手册；开展培训项目，提升居民对性暴力的敏感度与应对能力，形成紧密防护网络。

培训专业人员是保障干预质量的关键。高校应优化相关专业设置，加强心理咨询、社会工作等专业在性暴力干预方向的课程建设，注重理论与实践结合，如安排学生到专业机构实习，参与实际案例处理。持续开展在职人员专业培训，邀请领域权威专家进行最新理论、技术讲座与案例督导，提升心理咨询师、社工等对性暴力受害者心理创伤评估、干预方案制定与实施的专业能力，确保他们能在关键时刻提供精准、有效的支持（柳娜等，2010）。

3.2 应对性干预

危机干预要求迅速响应。在性暴力事件突发后，专业团队应第一时间介入，为受害者打造安全倾诉空间，耐心倾听其痛苦经历，用温暖语言、专注态度给予情感慰藉，稳定其崩溃情绪。借助专业心理测评工具与丰富经验，全面评估受害者心理危机程度，考量其年龄、性别、过往经历、家庭背景等因素，量身定制涵盖心理疏导频次、方法选择、预期目标的干预计划，为后续救援奠定基础。

法律援助是维护受害者权益的有力武器。法律专业人士需向受害者详细解读性暴力相关法律法规，明晰犯罪构成与惩处标准，增强其法律维权信心（王文卿，潘绥铭，2018）。全程协助受害者报案，指导其收集、整理如现场物证、聊天记录、证人信息等关键证据，确保报案材料完整有效。在司法程序中，代表受害者与警方、检方紧密沟通，保障其合法权益不受侵害，推动法律严惩加害者，为受害者讨回公道。

安全保障关乎受害者的基本生存。根据具体情况，为受害者重新安置安全住所，远离加害者可能的骚扰范围；若受害者处于校园或职场环境，协调学校、单位采取措施，如调整班级或工作岗位、加强安保巡逻、限制加害者行动等，防止二次伤害，让受害者在安全环境中寻求心理修复与生活重建。

3.3 恢复性干预

心理治疗是受害者心灵重建的核心环节。认知行为疗法引导受害者识别并纠正因性暴力产生的扭曲认知，

如“我是不洁的”“这是我的错”等错误观念，重塑积极自我认知（董秀珠，杨连谦，2012）；创伤后应激障碍治疗运用暴露疗法、眼动脱敏再加工等技术，帮助其缓解创伤记忆带来的痛苦与恐惧；心理动力学治疗挖掘潜意识中创伤根源，促进心理成长。专业治疗师依受害者个体差异灵活选用、组合疗法，助力其走出阴霾。

社会支持为受害者注入生活活力。家人应给予无条件爱与接纳，鼓励其参与家庭活动，恢复家庭角色功能；朋友主动陪伴交流，组织有益社交活动，拓展其社交圈；志愿者组织开展针对性帮扶项目，如兴趣小组、户外拓展等，帮助受害者重拾生活乐趣与自信，在温暖社会怀抱中回归正常生活。

长期关注是确保康复效果的关键。建立长期跟踪机制，定期运用标准化心理测评工具评估受害者心理状态，监测其情绪波动、行为变化、社会功能恢复情况。依据评估结果动态调整干预策略，如增加心理辅导强度、拓展社会支持渠道等，陪伴受害者走过漫长康复之路，实现身心全面康复与社会融入。

4 不足与展望

4.1 当前研究的不足

尽管在性暴力及其心理危机干预方面已经取得了一定的研究成果，但仍存在一些不足之处。首先，对于某些特定群体的性暴力问题研究相对较少，如老年人、性少数群体等。这些群体可能面临着独特的风险和挑战，需要更多针对性的研究。其次，干预措施的有效性评估还需要进一步完善。虽然现有的干预方法在一定程度上能够帮助受害者，但对于不同个体和情境的适用性还需要更深入的探讨。此外，性暴力问题的预防工作仍然面临诸多困难，社会文化观念、法律执行力度等因素都可能影响预防效果。

4.2 未来研究的展望

未来的研究可以从以下几个方面展开。一是加强对特定群体性暴力问题的关注，深入了解他们的需求和特点，开发更具针对性的干预策略。二是进一步完善干预措施的有效性评估体系，采用更科学、全面的方法来评估干预的效果和长期影响。三是加强多学科的合作与交流，融合心理学、社会学、法学等多个领域的知识和方法，共同应对性暴力问题。四是加强性暴力预防工作的研究，探索更有效的预防机制和策略，从源头上减少性暴力的发生。同时，提高公众的意识和教育水平，营造一个尊重、平等、安全的社会环境也是至关重要的。通过全社会的共同努力，为性暴力受害者提供更全面、有效的支持和帮助，促进他们的心理康复和社会融入，推动性暴力问题的有效解决。

总之，性暴力是一个严重的社会问题，对受害者的身心健康造成了极大的伤害。深入研究性暴力及其心理

危机干预，不断完善相关理论和实践，对于保护受害者的权益、促进社会的和谐与稳定具有重要意义。我们需要持续关注这一问题，不断探索和创新，以更好地应对性暴力带来的挑战。

参考文献

- [1] 世界卫生组织. (2022). 针对妇女的暴力行为. 取自 <https://www.who.int/zh/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women,2017-11-30/2022-04-02>.
- [2] World Health Organization. (2002). *World report on violence and health*. Geneva: WHO.
- [3] The Global Prevalence of Intimate Partner Violence Against Women. (2013). *Science*, 340(6140), 1527-1528.
- [4] 苏普玉, 郝加虎, 黄朝辉, 肖利敏, 陶芳标. (2011). 2575 名在校大学生亲密伴侣暴力现况研究. *中华流行病学杂志*, (4).
- [5] 麻超, 赵霞, 毋嫫, 洪炜. (2013). 亲密伴侣暴力中女性躯体受暴者抑郁状况. *现代预防医学*, 40(20).
- [6] 陈月. (2019). 亲密伴侣暴力与女性自杀问题的研究. *法制与社会*, (12), 159-160.
- [7] Bosch, J., Weaver, T. L., Arnold, L. D., et al. (2015). The Impact of Intimate Partner Violence on Women's Physical Health: Findings From the Missouri Behavioral Risk Factor Surveillance System. *Journal of Interpersonal Violence*, 32(22).
- [8] Wood, L., Voth Schrag, R., Busch Armendariz, Noél. (2018). Mental health and academic impacts of intimate partner violence among IHE-attending women. *Journal of American College Health*.
- [9] Du Mont, J., Johnson, H., Hill, C. (2019). Factors Associated With Posttraumatic Stress Disorder Symptomology Among Women Who Have Experienced Sexual Assault in Canada. *Journal of interpersonal violence*.
- [10] Fanslow, J., Wise, M. R., Marriott, J. (2019). Intimate partner violence and women's reproductive health. *Obstetrics, Gynaecology & Reproductive Medicine*, 29 (12).
- [11] Bahati, C., Rukundo, G., Nyirahabimana, N., et al. (2022). The Prevalence of Mental Disorders among Intimate Partner Violence exposed and non-exposed Rwandans: Findings from a National Cross-Sectional Survey. *Psychiatry Research*, (310).
- [12] 刘中一. (2011). 婚内性暴力受暴妇女的认知与因应——基于一项质性研究的讨论. *中国性科学*, 20(10), 55-59+63.
- [13] 陈高凌, 李秀华, 高建秀, 等. (2008). 中国内地与香港针对妇女和儿童性暴力的理论及实务研究. *妇女研究论丛*, (4), 76-82.
- [14] 上野千鹤子, 兰信三, 平井和子, 等. (2019). 迈向战争与

- 性暴力的比较史. *妇女研究论丛*, (6), 119–125.
- [15] 杨巧娟, 赵慧娟, 张蓉, 等. (2024). 初中生性暴力知识水平及性教育干预有效性评估. *中国性科学*, 33(9), 137–140.
- [16] 刘中一. (2011). 鱼在水里哭：我国婚内性暴力的现状调查与分析. *河北青年管理干部学院学报*, 23(1), 58–62.
- [17] 黄雅兰. (2020). 强暴迷思、琐碎化及其社会影响：对欧美性暴力新闻报道研究的述评 (1970—2018). *全球传媒学刊*, 7(2), 49–65.
- [18] M.Devries, K., Y.Mak, J., Falder, C. J. L., et al. (2013). 亲密伴侣暴力、抑郁和自杀未遂的发生率：纵向研究的系统综述. *伤害医学(电子版)*, 2(2), 61–62.
- [19] 柳娜, 张亚林, 邹韶红, 等. (2010). 亲密伴侣暴力施暴者心理干预的发展(综述). *中国心理卫生杂志*, 24(6), 416–419+424.
- [20] 王文卿, 潘绥铭. (2018). 性暴力客观化的反身社会学分析. *青年研究*, (5), 59–68+96.
- [21] 董秀珠, 杨连谦. (2012). 婚姻暴力的干预：婚姻治疗是否有一席之地. *中国心理卫生杂志*, 26(9), 641–647.

Breaking the Cycle of Silence: A Study on the Psychological Crisis Intervention System for Sexual Violence

Ruan Hongting

Guangxi Normal University, Guilin

Abstract: This article delves into the serious social issue of sexual violence, which cannot be ignored, as well as the urgent need and related implementation content for psychological crisis intervention for victims. By defining the connotation of sexual violence, finely dividing its types, and deeply analyzing its harmfulness, this article clearly reveals the enormous and far-reaching impact of sexual violence on the physical and mental health of victims. On this basis, a series of specific and effective strategies and methods, including preventive intervention, immediate response intervention, and long-term recovery intervention, were introduced in detail. At the same time, this article objectively analyzes the limitations of current research and provides prospects for future research directions, aiming to provide more targeted and practical references and guidance for effective responses to sexual violence and the psychological rehabilitation of victims.

Key words: Sexual violence; Psychological crisis intervention; Mental health