

나의 삶을 안전하게 지키기 위한 방법

여러분은 안전하고 행복하게 살 권리가 있습니다.

이 수첩을 지니고 있는 것이 안전하지 않다고 생각되는 경우에는 지참하지 마십시오.

나의 안전과 관련된 질문

우리는 서로의 관계 속에서 상처를 받을 때, 수많은 서로 다른 감정들이 쌓일 수 있습니다. 이들 감정들은 누구한테나 생기게 마련이며 그 감정들의 일부 또는 모두를 갖게 되는 것은 지극히 정상입니다. 해당되는 모든 항목에 체크하세요.

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------|
| ☐ 부끄러움 | ☐ 혼란 |
| ☐ 희망적 | ☐ 슬픔 |
| ☐ 두려움 | ☐ 사랑 |
| ☐ 분노 | ☐ 멍함 |
| ☐ 절망 | ☐ 행복 |
| ☐ 사면초가 | ☐ 고독 |

자신이 생각하는 상대방에 대한 나의 감정

- ☐ 상대방에 대한 나의 감정이 어떻게 느껴지는지 잘 모르겠다.
- ☐ 상대방에 대한 나의 관계가 더 나아질 것이라고 생각한다.
- ☐ 이 관계를 끝내고 싶다.

많은 사람들은 자신의 배우자를 사랑하기도 하며 또한 그들과의 관계악화로 인하여 위협에 빠진다고 생각하기도 합니다. 나의 경우에는 다음 중 어느 항목에 해당합니까? 해당되는 모든 항목에 체크하세요.

- ☐ 배우자는 나에게 병원치료를 요할 만큼 큰 상처를 입혔다.
- ☐ 배우자는 내가 가는 곳마다 나를 따라다닌다.
- ☐ 배우자는 아이들을 해치겠다고 위협한 적이 있다.
- ☐ 배우자는 알코올이나 약물을 복용한다.
- ☐ 내가 원하지 않을 때 배우자는 성관계를 강요한 적이 있다.
- ☐ 배우자는 나를 죽이겠다고 협박한 적이 있다.
- ☐ 배우자가 자살하겠다고 협박한 적이 있다.
- ☐ 배우자는 총을 가지고 있거나 총을 쉽게 구할 수 있다.
- ☐ 배우자는 내가 원하지 않는 다른 일들을 저지른다.
(★있다면 구체적으로 다음 빈칸에 적으세요.)
-
-

배우자와 싸우게 되는 경우

다음과 같은 장소를 벗어난다.

무기 (총과 칼)
좁은 공간이나 위험한 장소(자동차, 부엌, 욕실)

다음과 같은 더 안전한 장소로 옮긴다

비상구가 있는 방
전화가 있는 방
공공 장소

경찰서에 전화할 필요가 있는 경우

주소를 말하고 무기를 상대가 소유하고 있는지의 여부를 경찰에게 말한다.

도움이 필요하거나 피난 필요가 있는 경우 내가 갈 수 있는 가장 가까운 장소:

경찰/소방서: _____

병원/클리닉: _____

친구/이웃/가족구성원의 집: _____

(성명/주소/전화번호)

기타: _____

안전을 지키기 위한 방법:

돈을 적게 휴대한다.

휴대폰을 항상 충전하여 가지고 다닌다.

자녀들을 비상시 안전한 곳에 가도록 가르친다.

(친구, 이웃, 친척의 집)

비상용 가방을 안전한 장소에 준비해 둔다.

자녀들에게 위협이 있을 때는 **경찰에 전화하여** 자신들의 성명, 주소와 전화번호를 말할 수 있도록 교육시킨다.

비상용 가방에 넣어둘 물건:

- | | | | |
|--|---|--|---|
| ☐ 약/
처방약 |  | ☐ 돈 |  |
| ☐ 전화카드/
잔돈 |  | ☐ 휴대폰 및
충전기 |  |
| ☐ 여분의 열쇠 |  | ☐ 신분증/
운전
면허증 |  |
| ☐ 은행카드/
신용카드 |  | ☐ 접근 금지명령서 | |
| ☐ 양육권 명령서 | | ☐ 여권/이민서류/영주권
카드 | |
| ☐ 노동허가서 | | ☐ 전자이체수당카드
(EBT) | |
| ☐ 학대자의
사진 | | ☐ 의복 | |
| ☐ 주소록 | | ☐ 화장품 및
기저귀 | |
| ☐ 아끼는
장난감들 | | ☐ 기타 | |

만일 학대의 증거가 있는 경우에는 그것들을 가져 오십시오.

나의 독립심 키우기:

나는 저축을 하여 안전한 곳(본인 은행계좌 등)에 보관할 수 있다.

나는 카운슬러, 변호사, 건강관리 제공자 또는 법률 서비스로부터 도움을 받을 수 있다.

나는 내가 믿는 친구나 가족들과 연락을 하며 지낼 수 있다.

여러분이 필요시 중요한 전화번호:

경찰	9-1-1
지역 가정폭력 직통전화:	
라 카사 데 라 마드레스	1-877-503-1850
WOMAN, Inc.	415-864-4722
지역 성폭행 직통 전화	415-647-7273
접근 금지명령 도움용 전화	415-255-0165
샌프란시스코 자살예방 직통전화	1-800-SUICIDE
LGBT 지원 (CUAV)	415-333-HELP
베이 에어리어 법률지원	1-800-551-5554
국립 DV 직통전화	1-800-799-SAFE
국립 성폭행 직통전화	1-800-656-HOPE
국립 10 대 학대 직통전화	1-866-331-9474

성폭행을 당한 후 도움을 받을 수 있는 곳:

배우자나 다른 사람이 내가 원하지 않을 때 성관계를 강요하는 경우:

샌프란시스코, 포트레로 애비뉴 1001 번지,
SFGH 응급실/강간치료센터 방문

또는 외상회복센터로 전화(월요일부터 금요일 오전 8:00-
오후 5:00 사이)
전화번호:(415)437-3000

샌프란시스코 여성강간상담소 24 시간
직통전화:(415)647- 7273