婚后被管教挨揍罚跪，这到底算什么？过来人和律师把真相说清楚

不少人在婚后生活中，遇到过被配偶管教甚至挨揍罚跪的情况。这事听着像老电影里的桥段，可现实中并不少见。很多人在网上搜这个关键词，往往是因为自己正在经历，或者身边有人正在忍受。到底“婚后被管教”是夫妻间的正常摩擦，还是已经踩到了家庭暴力的红线？今天这篇文章就专门把这个事掰开了讲清楚。

婚后所谓的“管教”和“罚跪”，本质是什么

首先要明确一点，夫妻之间不存在一方管教另一方这种说法。婚姻法讲的是平等，不是谁领导谁。所谓“管教”，说穿了就是一方用暴力或精神控制的手段，试图让另一方服从。而像“罚跪”这种带有羞辱和惩罚性质的行为，更是典型的控制手段。

有些人在网上说，“我老公说我不听话就得跪，这不就是管教吗？”这里要清楚，婚姻不是学校，配偶也不是老师。成年人之间如果出现命令、惩罚、体罚，那就已经不是管教，而是家暴或人身限制。法律上，这种行为可以直接定性为家庭暴力或者非法限制人身自由。

这种行为和传统意义上的家暴有什么区别

很多人觉得，只有打得鼻青脸肿才算家暴。其实法律上对家暴的定义非常宽泛，包括身体暴力、精神暴力、性暴力以及经济控制。像罚跪、不让吃饭、强迫认错、言语羞辱、限制外出这些，都属于家暴的范畴。

举个例子，有网友提问说丈夫让她跪在客厅里写检讨，她跪了两个小时膝盖都青了。这种情况如果报警，警察是完全可以出警处理的，因为它属于非法限制人身自由。哪怕没造成严重外伤，只要限制了行动自由，也属于违法行为。

另外，还有一些情况比较微妙，比如两人吵架后一方主动跪下认错，这种情况下就不算被强迫罚跪。但如果是被逼迫、威胁甚至是动手后被迫下跪，那性质就完全不同了。

遇到这种情况，当事人该怎么办

如果你正在经历这种事，第一步不是忍，而是留证据。很多人因为觉得丢脸，不愿意告诉别人，也不愿意拍照留底。但说实话，没有证据，后面想追责非常难。建议在安全的前提下，用手机录音、录像，或者拍下受伤的痕迹。如果被罚跪后膝盖青紫，第一时间拍照。如果对方发了威胁信息，截图保存。

第二步是寻求外部帮助。可以去社区、妇联或者直接报警。有些人担心报警后对方会变本加厉，这个顾虑可以理解，但沉默往往只会让对方觉得这种做法是被允许的。如果担心安全，也可以先联系当地的妇女维权机构，他们会提供法律咨询和临时庇护。

第三步，考虑是否分居或离婚。婚姻不是监狱。如果你想离婚，收集好证据去法院起诉，法院会根据家暴情节判离，并可能在财产分割和子女抚养上偏向受害方。

容易踩的四个常见误区

第一个误区，觉得“这是家务事”。不少人都这么想，认为夫妻间的事外人管不着。但实际上，家暴不是家务事，是违法行为。警察出警后会开告诫书，严重的甚至会被拘留。

第二个误区，认为“忍一忍就过去了”。很多人在反复被罚跪后被洗脑，觉得自己确实做错了。但长期忍受只会让对方的控制越来越严重，最后可能发展到不可控的地步。

第三个误区，觉得“没伤到骨头就不是大事”。法律上看的是行为本身，不是伤有多重。限制人身自由，哪怕只是几分钟，也违法。

第四个误区，认为“对方是爱你才管你”。这是最危险的想法。用惩罚和羞辱去控制伴侣，这不是爱，是控制。健康的婚姻里可以吵架、可以有分歧，但不能用暴力或羞辱去解决问题。

写在最后

婚姻本该是两个人互相尊重、一起成长的地方。如果一方开始“管教”另一方，甚至动用了罚跪这种手段，这段关系已经明显不健康了。不管你是正在经历，还是身边有朋友在经历，都建议勇敢地走出去，寻求专业帮助。法律不会保护施暴者，也不会把暴力当成家务事来看待。

FAQ

1. 被配偶罚跪算不算违法？

算。罚跪属于限制人身自由，严重时可构成治安违法甚至非法拘禁罪。

2. 报警后警察一般怎么处理？

如果证据清楚，警察会对施暴方进行告诫或处罚，情节严重的会拘留并由法院发出人身安全保护令。

3. 没有受伤可以起诉离婚吗？

可以。家暴不以受伤为前提，只要能证明存在暴力或控制行为，法院会支持离婚诉求。