

## 家庭暴力 有些什么迹象？

一个人如果正在遭受家庭暴力，你可能会在他们身上看到一些迹象。他们可能：

- › 似乎惧怕自己的配偶或伴侣，或是身边的某个人；
- › 不见家人或朋友，或当他们的配偶或伴侣出现时就会匆匆挂断电话，终止交谈；
- › 似乎受到忽视，或无法拿到或使用他们的钱财；
- › 谈及自己的配偶或伴侣嫉妒心强、脾气坏或占有欲过度；
- › 谈及配偶或伴侣强迫他们做一些性行为；
- › 变得焦虑重重、压抑沮丧、沉默寡言或缺乏自信；
- › 身体受伤，例如出现瘀伤、骨折、扭伤或割伤，并且可能会作出一些不能令人信服的解释；
- › 不愿意把孩子留给配偶或伴侣照顾。

## 从何处获得帮助？

### 紧急情况（需要警察或救护车）

**零零零 (000)**

如果发生紧急危险情况。

### 24小时妇女求助热线（家暴连线）

**(DVConnect) 1800 811 811**

为遭受家暴的妇女提供免费以及保密的咨询和帮助。

### 移民妇女支援服务

**07 3846 3490**

为非英语背景的妇女提供有关家庭暴力和性暴力的辅导和建议。

### 男性帮助热线（家暴连线）(DVConnect)

**1800 600 636**

为遇到家庭关系和家庭问题的男性提供保密的帮助。

### 家庭和儿童连线

**13 32 64**

为有孩子需要支持帮助的家庭提供免费和保密的建议。



如需说您的语言的口译员，请致电

**13 74 68。**

**在家中感到  
安全是每个人的  
权利**

**如何识别家庭暴力的迹象  
以及怎样提供支持帮助。**

# 什么是家庭暴力？

在家庭关系中，当其中一方利用他们的权力，对另一方进行控制、虐待或恐吓，这就是家庭暴力。家庭暴力不仅形式多样，而且存在于不同性质的关系中，但是最常发生在家庭成员之间（包括有血缘关系或姻亲关系的亲属）或发生在同一个居所内生活的人之间。

在澳大利亚，家庭暴力是不能容忍的，可能会构成犯罪。文化习俗绝不能成为家庭暴力的借口。

家庭暴力会伤及儿童。

# 你可以做些什么来帮助家庭暴力受害者？

如果你在自己认识的人身上察觉到了他们受家庭暴力影响或伤害的迹象，应该即刻采取行动。你或许是唯一一个对此有所行动的人。你的帮助可以改变受害者的生活。

## 你应该做些什么：

- › **倾听** — 倾听他们诉说，相信他们告诉你的情况，不要责怪他们。
- › **询问** — 选择恰当的时间，在一个安全和私密的地方询问他们受到虐待或暴力的具体情况。
- › **帮助** — 帮助他们理解虐待和暴力行为可能会对他们本人以及孩子造成的影响。
- › **讨论** — 讨论改善他们人身安全的方法。
- › **行动** — 提供具体和实用的协助，例如照顾孩子或做饭。
- › **尊重** — 尊重他们的自主权，即便你并不同意他们的做法。
- › **联系** — 与本地反家庭暴力服务机构联系，获取建议，了解如何在确保自己和受害者不受伤害的情况下，最有效地支持与帮助他们。
- › **不断自问**：“我正在做的事情是否能让受害者更安全些？”

## 你不应该做些什么：

- › **干预** — 在有肢体暴力行为时不要干预，而应该拨打“零零零”（000）报警。
- › **透露** — 不要向任何人，特别是施暴人、他们的朋友或家人，透露受害者在什么地方或准备逃离的计划。
- › **冲突** — 在出现危险信号的时候不要与施暴人直接发生冲突。

# 你可以在社区中做些什么？

- › **学习** — 加深对不同类型的家庭暴力的认识，掌握如何识别危险信号。
- › **呼吁** — 不要讳忌谈论家庭暴力，将此类行为公诸于众。
- › **推广** — 推广男女之间建立互相尊重的态度。
- › **促进** — 促进你所属的社区、宗教团体或体育俱乐部内的男女平等。
- › **榜样** — 以身作则，有正确的行为。当你看到自己的朋友或社区成员漠视家庭暴力行为或责怪受害者时，指出他们的错误。

如果你相信自己认识的人正在受到虐待，务必要寻求专家意见，这点至关重要。

家庭暴力可能导致恶性后果，包括严重身心伤害甚至死亡。