

在家中感到安全 是每个人的 权利。



澳大利亚绝不容忍家庭暴力。无论你是谁，也无论你来自哪里，家庭暴力存在于每个社区中，并可能影响任何人。

如果你在生活中受到了他人的虐待或暴力，或是在自己家中感到害怕，这些都不是你的过错。你不需要为此感到羞耻或难以启齿。

健康的家庭关系应该是相互信任、支持和安全的。任何人都不应该对家庭成员感到恐惧。

你可以获得帮助。当你感觉不安全时，就应该寻求帮助。当你需要支持时，请致电：

**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咨询和建议。

**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。

生命热线: 131 114
如果你正在经历个人危机，
无论白天还是晚上，都能获得帮助。



如需说您的语言的口译员，
请致电 **13 74 68**。

文化习俗绝不能成为家庭
暴力的借口

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，而且最常发生在家庭成员之间或在同一个居所内生活的人们之间。

你的配偶或伴侣、家庭成员或照顾者是否对你使用过或威胁使用以下任何一种虐待行为？

经济虐待

- › 拿走你赚的钱或属于你的钱 (例如 Centrelink 福利金)；
- › 没有为你或孩子的生活必需提供足够的开销；
- › 监视并控制你购物；
- › 阻止你工作就业。

身体虐待

- › 推你、打你、用手卡你的喉咙、踢你或拿东西扔砸你；
- › 阻止你去看医生或不让你获得充足的食物和水。

性虐待

- › 强迫或向你施压，要你做一些你不愿意的性行为(即使双方有婚姻关系)；
- › 因为你拒绝发生性行为而威胁要伤害你。

语言虐待

- › 用脏话或冒犯性的语言辱骂你；
- › 羞辱、指责或侮辱你，尤其是在公共场合这样做。

情绪和心理虐待

- › 让你感到自己毫无价值、耻辱、无助、痛苦或害怕；
- › 威胁要伤害你、孩子、家人或宠物；
- › 扣留你的护照或威胁要将你从澳大利亚驱逐出境；
- › 威胁要离开你或带走你的孩子；
- › 控制你穿什么、看什么或阅读什么。

文化和精神虐待

- › 侮辱你的文化、精神信仰或习俗；
- › 禁止你使用自己偏好的语言或参加文化以及宗教活动；
- › 以宗教或文化信仰为借口，伤害你或强迫你做不愿意做的事情；
- › 因为你没有嫁妆而威胁你。

社交虐待

- › 控制你去哪里，可以与谁见面，或不允许你离家半步或见自己的家人和朋友；
- › 监控你的电话和在社交媒体 (例如 Facebook 或 Instagram 等) 上的活动；
- › 当你与别人讲话时表现出强烈的占有欲和嫉妒心。

如果这些事情正发生在你的身上，这意味着你正在受到家庭暴力的伤害。