

家庭暴力包括当事人对其伴侣实施控制及虐待的行为（有时包括暴力行为）。虐待包括身体虐待、性虐待或情感虐待，可能还包括威胁、禁闭、经济控制及跟踪行为。

您的伴侣是否曾经……

- 打、踢、推或弄伤过您？
- 使用武器伤害或威胁过您？
- 强制或迫使您参与非自愿的性行为？
- 威胁要伤害您或其他人，驱逐您或散播您的私密信息？
- 以干涉您工作、养育子女、受教育、保健或其他必需行为的方式控制您所做之事或所见之人？
- 偷窃您的钱财或破坏您的财产？
- 经常批评、谩骂或指责您？
- 拒绝满足您的基本需求，如食物、

如若您对上述任一问题作出肯定的回答，那么您的健康和**安全可能受到了威胁**

任何人都可能是受害者

家庭暴力是一种会对人的生理和心理造成严重影响的普遍问题。不管您是何身份或来自何方，都有可能成为它的受害者。

不是您的错

当您受到了伴侣虐待，可能会感到迷惑、恐惧、气愤或绝望。所有这些情绪都是受虐后的正常反应。您也许会把所有的事情都归罪于自己。但是不管怎样，您都不用为伴侣的虐待行为负任何责任。

没有人原本就应受虐。

寻求帮助

建立求救系统意义重大。您可向很多人或机构寻求帮助，例如，朋友、家人、同事、社区、信念引导者、保健提供方、法律顾问、老师及家庭暴力项目主持方等等，不胜枚举。

家庭暴力是犯罪行为

如果您遭到家庭暴力行为的伤害、强暴或威胁（或目击此类犯罪行为），请立即拨打 911 报警或寻求医疗援助。

另一种途径是向法院起诉，请求对施暴者实施禁令，使其不得伤害您或使其远离您的住宅、工作或学校。此禁令也可包括对您子女及宠物的保护。

保护和支持家庭暴力受害者的途径有很多。请联系本手册背面所列资源，了解更多关于您的权利和选项。****

安全规划

如果没有获得帮助，久而久之家庭暴力常常会愈演愈烈。甚至可能威胁您的人身安全。相信您的直觉。如果您觉得自己身处险境，那么这种预感很可能是真的。千万不要忽视您的恐惧。您可能需要：

- **记住**可求助对象的电话或求助热线的号码。
- **设计逃脱路线**和地点，以备需要快速逃离时之用。
- **告知您的子女**当其感到危险或恐惧时该如何处理。
- **准备一个应急包**，把钱、药品、车钥匙、重要证件，如出生证、社保卡、移民文件一并放入。并把此包存放于一个安全的地方或朋友处。
- **告诉您信任的人**自己当前的处境

求助途径

24 小时求助热线：

SafeLink

1-877-785-2020

(TTY 1-877-521-2601)

请求中文口译

全国家庭暴力求助热线

1-800-799-7233

1-800 787-3224 (TTY)

获取您所在社区的服务

反家庭暴力亚洲特别工作组

617-338-2355 (24 小时)

请求中文法律顾问

波士顿医疗中心 (BMC) 的其它资源

波士顿医疗中心 (BMC) 家庭暴力项目

617-414-7734

<http://internal.bmc.org/domesticviolence>

员工援助项目

1-866-695-6327 (24 小时)

公共安全部

617-414-4444 (24 小时)

本项目部分由 MOVA 提供支持，根据 1984 VOCA 规定，资金来自美国司法部 (U.S. Department of Justice)

寻求安全 与支持



CENTER
BOSTON
MEDICAL

EXCEPTIONAL CARE. WITHOUT EXCEPTION.

Simple Chinese