



Family Violence is a crime
Help is available
You are not alone

翻译传译

如您需要语言的传译员，请联系电讯转接服务 TIS Interpreting Service 请打 131 450. 您可以使用您的语言联系操作员，他们会为您转接您所需要的服务机构。

包括但不限于以下语言：

Khmer ភាសាខ្មែរ
Korean 한국어
Myanmar Language ဗမာ (မြန်မာ)
Sinhala සිංහල
Nepali नेपाली
Thai ไทย (ไทย)
Rohingya Ruáingga
Vietnamese Tiếng Việt
Mandarin 中文(普通话)

家庭暴力服务中心

国家转接服务可帮助有听力或语言障碍的人，请联系
National Relay Service 133 677.

24小时危机服务，女性或儿童遭受家庭暴力可联络国家性侵犯、家暴心理咨询服务

1800RESPECT 请打 1800 737 732.

紧急危险情况，请立即拨打 **000 (三个零) 报警。**

家庭暴力是犯罪行为。您可以寻求帮助，您不是单独一个人。

什么是家庭暴力?

家庭暴力是一种行为模式，它是一方试图控制、压制他人，使他人或其眷属为自身的安全和身心健康担忧。

家庭暴力是违法的，也是不符合佛教所倡导的不伤害他人的不道德行为。

家庭暴力可能发生在任何人身上，请记住您遭受的暴力不是您的错。

什么是家庭暴力?

家庭暴力和虐待行为包括：

- 人身暴力
- 性暴力
- 经济虐待
- 情感虐待
- 精神虐待

一些属于家庭暴力的行为举例：打耳光，拳打，强奸，恐吓或辱骂，性骚扰，跟踪，切断个人的经济来源，控制个人使其不能和家人朋友取得联系。

家暴前兆迹象

以下问题可以帮助您及时发现家庭暴力的预警信号。你的伴侣，丈夫，看护者以及其他家庭成员是否有以下行为：

- 使你感到不舒服或害怕?
- 常常不予理睬，使你厌恶自己?
- 不断的打电话或发短信查询你在做什么?
- 使你害怕对他们说“不”?
- 对你和他人谈话感到嫉妒和占有欲?

家暴前兆迹象

- 切断个人的经济来源?
- 试图控制你与谁联系以及去哪里?
- 不断的查看你的手机或互联网纪录?
- 暴力恐吓或者伤害你?
- 威胁要伤害你，你的孩子，宠物或其他人?
- 威胁你如果你离开，再也看不到孩子，
- 强迫或强行与你发生性关系?

家暴前兆迹象

如果以上问题，您的回答有一个“是”，那么您和您孩子的安全有可能处于危险当中。我们很难猜测一个人要实施暴力时会做出什么。

您可能希望家暴会尽快结束，但担心您的孩子或是害怕您走了之后会发生什么事情。您或许感到束手无策。

寻求帮助

您可以获得相关资讯和支持来帮助了解自己该怎么做。

这本小册子提供了不同的援助与服务机构，如果您正在遭受家暴或者您实施了家暴。如果您有可能遭受了家暴但您不确定，您也可以寻求相关资讯与援助。

