

感情关系、家庭虐待以及强制性控制

家庭虐待是很多见的。来自各年龄层、性别、文化以及社会经济背景的人们都受其影响。

有些人没能发现自己正处在不健康或者有虐待情况的感情关系中，因为可能不存在身体暴力。

强制性控制是一种用来引发恐惧、或是用来控制某个人或某种情况的虐待行为。这种类型的家庭暴力被称为家庭虐待，在亲密伴侣或家庭关系中可能存在多年却未被察觉。

如果未被发现，这种控制性行为可能会逐步上升，演变为身体暴力而威胁生命安全。



强制性控制的 排查清单

在你的生活中，是否存在这样一个人：

- 让你感到害怕？
- 控制你的言行？
- 贬低或者羞辱你？
- 指责你言行轻浮或出轨？
- 给你施加压力或者强制你发生性行为？
- 威胁要伤害你、他们自己、朋友或家人？
- 总是查看你的手机和行踪？
- 限制你对自己财务的掌控？

以上的任何行为都可能是强制性控制和家庭虐待的表现。

如果你的情况符合以上任何一种，或者你发现你采取了以上的行为，你可能正处于不健康的感情关系中。

有支持服务可以让你做出改变，帮助你建立更加健康的感情关系。

即使你并不确定，寻求建议和支持也很重要。每个人都有需要得到帮助的时候。

支持服务

TIS National

Translating and Interpreting Service (笔译与口译服务处) 131 450

紧急情况以及危及生命的情况

Police (报警) 000

热线电话

1800RESPECT 1800 737 732

Kids Help Line (儿童求助热线) 1800 551 800

Lifeline (生命热线) 131 114

NSW Rape Crisis Line (新州强奸危机热线) 1800 424 017

Mensline (男性求助热线) 1300 789 978

紧急住宿

Domestic Violence Hotline NSW (新州家庭暴力热线) 1800 656 463

Link2Home 1800 152 152

法律服务 家庭暴力部门

Women's Domestic Violence

Court Advocacy Service (妇女家庭暴力法庭倡导服务)

1800 938 227

定居以及社区服务

Advance Diversity Services (多元文化服务机构) 9597 5455

Immigrant Women's Speakout

Association (移民女性勇敢发言协会) 9635 8022

转介与支持

Integricare Parenting and Family Service (Integricare育儿与家庭服务) 9599 7821

Interrelate (感情关系咨询机构) 1300 473 528

St George and Sutherland Domestic Violence Service (St George与Sutherland 家庭暴力服务) 9113 2495

St George Family Support services (St George家庭支持服务) 9553 9100

Sutherland Shire Family Services (Sutherland Shire家庭服务) 9528 2933



www.georgesriver.nsw.gov.au

GeorgesRiverCouncil

@grcouncil

我的感情关系健康吗？

心理/情感方面

- ✓ 我的伴侣不会批评指责我的各种感受。他/她支持我并且尊重我的底线。
- ✗ 我的伴侣向我灌输和洗脑，让我觉得自己的头脑不正常。我的各种感受受到批评指责，我的底线不被尊重。

性行为方面

- ✓ 我可以选择是否发生性行为，我的伴侣征求我的同意并且尊重我的决定。
- ✗ 即使我不愿意，我的伴侣也强制我发生性行为，他/她极尽所能来说服和骚扰我，直到我和他/她发生性行为。

社交方面

- ✓ 我的伴侣鼓励我花时间与我的朋友和家人相处，我们理解维持这些关系的重要性。
- ✗ 我的伴侣不让我与我的家人或朋友见面，如果我的伴侣不在场，我不被允许和家人朋友交际。

灵性信仰方面

- ✓ 我的伴侣尊重我的信仰，并且重视我参加宗教或灵性信仰活动的选择。
- ✗ 我的伴侣不认同我的宗教或灵性信仰活动、阻止我的参与、并且利用我的宗教或信仰来控制我。

身体方面

- ✓ 和我的伴侣在一起时我觉得很安全，他/她从来不会伤害我或者我所关心的人。
- ✗ 我的伴侣对我暴力相向，他/她生气时会朝我扔东西，争吵时会打我。

经济方面

- ✓ 我的伴侣不会控制我如何花自己的钱。我的财务完全由自己掌控。
- ✗ 我的伴侣控制我花钱买什么东西，我们在一起活动时总是得我付钱。他/她不经我的同意就花我的钱。

技术控制

- ✓ 我的伴侣不会查看我的手机，也不会对我在网上与谁交流和做些什么作出限制，我觉得受到信任，并且能掌控自己对信息技术工具的使用。
- ✗ 我的伴侣会查看我的信息以及社交媒体账户、要求我交出密码并告诉我他/她可以随时看到我的行踪。

语言方面

- ✓ 我们能够冷静地讨论我们之间的问题并且尊重对方的观点，我们能够有效和公平地交流，来找到让双方满意的结果。
- ✗ 我的伴侣责怪我、对我做出负面评论、羞辱以及贬低我。

