
COVID 19/新冠病毒 - 家庭虐待、性暴力以及其他形式的基于性别的暴力

您能提供哪些帮助？

给朋友、家人、邻居和社区成员的建议。



在这次新冠病毒危机期间，家庭虐待、性暴力以及其他形式的基于性别的暴力都有所增加。家并不是对每个人来说都是安全的地方，我们的关键服务也面临着压力。作为朋友、家人、邻居和社区成员，您可以成为受虐者的重要生命线。我们必须让受虐者知道 他们并不是孤身一人。同样重要的是，我们要发出明确的信息，即 不得以任何理由实施虐待。

在这次危机期间，我们已经看到社区团结在一起的力量。我们知道您们中的很多人想做更多的事情来支持受虐者。我们概述了一些关于如何最好地做到这一点的基本指导。

必须牢记，受虐者才是最了解自己需求的人。

基于性别的暴力和虐待有哪些不同形式？

- 性暴力、性虐待和性剥削；
- 家庭虐待 包括 强制控制；
- 女性外阴残割；
- 强迫婚姻；
- 所谓的基于“荣誉”的暴力行为；
- 跟踪；
- 贩卖。

相互交织的压迫形式

经历过这些形式虐待的人可能会经历多种形式的压迫。不同类型的压迫会影响一个人对待虐待的方式以及获得支持的方式。这些压迫也会重叠（“交叉”）并包括性别歧视、种族主义、同性恋恐惧症、跨性别恐惧症以及对残障人士的歧视。

为了更好地了解以下方面的经历及其他障碍：

- 移民妇女 - 请点击 [此处](#)。
- 女同性恋、男同性恋、双性恋和变性人（LGBT）受虐者 - 请点击 [此处](#)。
- 黑人和少数民族妇女 - 请点击 [此处](#)。
- 残障受虐者 - 请点击 [此处](#)。
- 聋哑受虐者 - 请点击 [此处](#)。
- 面临多重劣势的妇女 - 请点击 [此处](#)。

- 英国暴力侵害妇女和女孩的普遍程度 - 请点击 [此处](#)。

新冠病毒的影响

我们为什么担心新冠病毒对那些遭受虐待的人的影响？ - 请点击 [此处](#)。

男性受害者

家庭虐待也可能影响男性，为此，我们同时提供了适用于男性的建议和支持。同样重要的是要记住，同性伴侣家庭虐待的普遍程度与异性伴侣相差无几。有关如何支持男性受虐者的建议，请点击 [此处](#)，对于 LGBT 受虐者 - 请点击 [此处](#)。

常见谬论

关于家庭虐待和性暴力有很多谬论。这包括对受害者做出极具伤害性的谴责，诸如“她为什么不选择离开”的心态，以及暗示受虐者本身的行为也间接助长了虐待风气。重要的是，我们要在我们的社区里拒绝这些谬论。

若要了解更多有关家庭虐待的谬论，请点击 [此处](#)。

若要了解更多有关性暴力的谬论，请点击 [此处](#)。

在紧急情况下，

您能做些什么？

- 鼓励受虐者在紧急情况下拨打 999。
 - 让他们知道**静默解决方案系统**，以防有人打 999 时无法讲话。有关更多信息，请点击 [此处](#)。
 - 如果受虐者不能打电话，因为他们是聋哑人或不能口头交流，让他们知道**紧急短信服务**。有关信息，请点击 [此处](#)。
- 如果您担心某人生命受到威胁，请拨打 999。
 - 重要的是要记住，某人可能正在遭受伴侣、前伴侣、家庭成员或照顾者的虐待。

- 我们知道，邻居可能会不愿意报警。重要的是要记住，您的行动可以为受虐者提供重要的生命线。
- 您可能还担心，如果犯罪者怀疑您向警察举报了虐待行为，会怎么样。确保采取措施保护自己的安全，并且永远不要与犯罪者对峙。
- 您也可以通过拨打 101 报警来举报犯罪；也可以通过致电 0800 555 111 或 [在线](#) 来匿名举报犯罪。

警察有责任保护每个人。不应以任何理由歧视任何人，包括他们的移民身份。

保持联系

- 在这次危机中，我们必须设法保持联系。如果可以的话，经常和您的朋友、家人和邻居保持联系，问问他们怎么样。我们必须创造安全的空间和寻求帮助的机会。
- 同样重要的是要意识到，尽管采取了封锁措施，人们仍然徘徊在公共场所，因为他们的家并不安全 - 这包括儿童和年轻人。政府已经确认，如果有人遭受虐待，他们可以离家寻求帮助。
- 受虐者可能会在进行仍被允许的活动，即食品采购、就诊、基本工作和锻炼时寻找机会寻求帮助。

如何应对

如果有人告诉您他们正在遭受虐待，您必须：

- 听他们说话，不要妄下判断。
 - 切勿因虐待而责备他们，切勿原谅犯罪者的行为，切勿问他们为什么还没有离开，切勿告诉他们离开。
- 请相信他们。
- 确认他们告诉您的事情。
 - 例如，“我真的很高兴您能告诉我”、“这不是您的错”、“您并不是孤身一人”。
- 询问他们需要什么，并在他们的指导下帮助他们。
 - 受虐者才是最了解自己需求的人。重要的是要有耐心，并让他们设定进度。

- 如果可能的话，分享如何获得专业支持服务的信息。
- 如果可能的话，主动提出通过电话或在线保持联系，并要求他们以最安全的方式这样做。
- 如果您和受虐者建立了信任的关系，您可以和他们商定一个暗语。如果他们需要您代表他们报警，可以使用这个暗语。

照顾好自己

认识到这对您的影响也很重要。在为他人提供支持时，照顾好自己是关键。不要承担太多或使自己处于危险之中 - 可以获得专业支持服务。

全国帮助热线

朋友、家人、邻居和社区成员如果担心某人，也可以拨打全国帮助热线。所有全国帮助热线都可以免费拨打，并且如果您的母语不是英语，还可以提供翻译服务。

英格兰：

24 小时全国家庭虐待帮助热线

0808 2000 247

可以使用适用于聋人或听力困难的呼叫者的 BT Type Talk 服务来拨打帮助热线。

也可以 [在线](#) 联系帮助热线。

强奸危机 (Rape Crisis) 全国帮助热线 - 性暴力

08088 029 999

开放时间：每天中午 12 点 - 下午 2 点 30 分，晚上 7 点 - 9 点 30 分

可以拨打 0208 239 1124 联系 Minicom。

Karma Nirvana - 基于“荣誉”的虐待和强迫婚姻帮助热线

0800 5999 247

也可以点击 [此处](#) 在线联系他们。

全国女同性恋、男同性恋、双性恋和变性人以及家庭虐待帮助热线：

0800 999 5428

help@galop.org.uk

男性受虐者

男性咨询专线

0808 801 0327

info@mensadviceline.org.uk

威尔士：

针对妇女的暴力行为、家庭虐待和性暴力的 24 小时生活无恐惧帮助热线：

0808 80 10 800

短信：07800 77333

info@livefearfreehelpline.wale

苏格兰：

24 小时家庭虐待和强迫婚姻帮助热线

0800 027 1234

可以使用短信中继服务拨打帮助热线 helpline@sdafmh.org.uk

苏格兰强奸危机 (Rape Crisis Scotland) 帮助热线

08088 01 03 02

短信：077537 410 027

support@rapecrisisscotland.org.uk

北爱尔兰：

24 小时家庭与性暴力帮助热线：

0808 802 1414

help@dsahelpline.org

适用于朋友、家人和邻居的有用资源

有关如何为遭受虐待的人提供支持的更多有用资源：

- 强奸危机 (Rape Crisis) - [为性暴力受虐者提供支持](#)
- 安全生活 (Safe Lives) 博客 - [给朋友和家人的建议](#) [家庭虐待]
- 安全生活 (Safe Lives) [播客](#) - [家人和朋友如何提供帮助?](#) [家庭虐待]
- 妇女援助 - 如何发现 [家庭虐待](#) 和 [强制控制的迹象](#)

- 妇女援助受虐者手册 - 担心别人 [家庭虐待]
 - Karma Nirvana 关于 强迫婚姻和所谓的基于“荣誉”的虐待的常见问题
 - 发现 人口贩卖和现代奴隶制的迹象
 - Surviving Economic Abuse - 在新冠病毒爆发期间发现经济虐待的迹象 - 适用于家人、朋友、邻居和同事。
 - 给可能处于虐待关系中的女同性恋、男同性恋、双性恋和变性人以及其他性取向人士的朋友/家人的建议
 - 给可能是施虐型/控制型伴侣的女同性恋、男同性恋、双性恋和变性人以及其他性取向人士的朋友/家人的建议
-

提高认识

作为一个社区，我们可以帮助打破对虐待的沉默。我们必须发出一个明确的信息，不得以任何理由实施虐待、受虐者并不是孤身一人。

分享有关可获得支持的信息：

您可以帮助确保受虐者知道全国帮助热线、避难所、在线支持和当地支持服务仍然可用。

您可以通过在您的社交媒体、窗口、公共空间和其他可见的地方发布有关服务的信息来提高人们的认识。如果您说不同的语言，您也可以使用不同的语言分享这些信息，并告知受虐者全国帮助热线能够提供翻译服务。有关可获得支持的详细信息，请点击 [此处](#)，有关政府指导，请点击 [此处](#)。

打破沉默

您可以与朋友、家人、同事和社区团体分享信息和资源。您也可以在您的社交媒体上分享提高公众意识的宣传活动。

不得以任何理由实施虐待 - 犯罪者

接近犯罪者时应谨慎，因为这会增加受虐者的风险，您不应该让自己处于危险之中。

也有适用于担心自己的行为会对他人造成影响的人的帮助。Respect 为任何想要帮助管理自己行为的人开设了帮助热线。该帮助热线也向关心某人行为的朋友、家人、社区成员和专业人员开放。

- Respect 帮助热线

0808 8024040.

也可以使用微信服务

有关详细信息，请访问他们的 [网站](#)。

其他支持方式

- 向当地的支持服务机构捐款。
 - 向当地的 [食物银行](#) 捐赠。
 - 与您的国会议员（英国）、国民议会议员（威尔士）、议会议员（苏格兰）或地方议会议员（北爱尔兰）联系，并请他们确保政府在应对新冠病毒时优先考虑受虐者。
 - 您可以 [在此处找到您的国会议员、国民议会议员、议会议员、地方议会议员](#)
 - 请在 [此处](#) 阅读妇女部门致首相的公开信。
 - 了解有关基于性别的暴力的更多信息，以及您可以在社区中采取哪些措施来打击这种暴力：
 - 电子学习课程：
 - [了解针对妇女的暴力行为](#)
 - [强奸和性暴力](#)
 - 有关性暴力和性虐待的强奸危机（Rape Crisis）专门培训，请联系 training@rapecrisis.org.uk。
 - 成为一名妇女援助“问我”社区大使。
 - [英格兰](#)
 - [威尔士](#)
 - 成为妇女援助 [宣传活动冠军](#)。
-