2020 年 4 月

COVID 19 /冠狀病毒 – 家庭虐待、性暴力和其它形式基於性別的暴力行為

您可以怎樣幫助?

給朋友、家人、鄰居和社區成員的建議。

SafeLives Ending domestic abuse
STANDING together against domestic violence
solace
IRISi interventions
SURVIVING ECONOMIC ABUSE
AVA Against Violence & Abuse
imkaan
Stay Safe East
THE DEAF HEALTH CHARITY SIGNHEALTH
Southall Black Sisters
IKWRO WOMEN'S RIGHTS ORGANISATION
galop lgbt+ safe | just | fair
END VIOLENCE AGAINST WOMEN
RIGHTS of WOMEN helping women through the law
CWJ Centre for Women's Justice
agenda Alliance for Women & Girls at Risk
women's aid until women & children are safe
RAPE CRISIS England & Wales
LAWRs LATIN AMERICAN WOMEN'S RIGHTS SERVICE
Respect daha
Live Fear Free Helpline 0808 80 10 800 Llinell Gymorth Byw Heb Ofn
Cymorth i Ferched Cymru Welsh Women's Aid Rhoi Merched a Phlant yn Gyntaf Putting Women & Children First
WHITE RIBBON .ORG.UK REGISTERED CHARITY NO.: 1123874 END MALE VIOLENCE AGAINST WOMEN
WOMEN FOR REFUGEE WOMEN

在 COVID 19 危機期間，家庭虐待、性暴力和基於性別的其它形式暴力行為會有所增加。對每個人來說，家不一定是個安全的地方，而我們至關重要的服務正在面對壓力。作為朋友、家人、鄰居和社區成員，您可以成為那些遭遇過不幸的人的重要生命線。我們必須讓遭遇過不幸的人知道 他們並不是孤單的。同樣重要的是，我們要發出明確的訊息，就是 不容有虐待的藉口。

在危機期間，我們已經看到社區團結在一起時的力量。我們知道在您們當中有很多人都想做更多的事來支援遭遇過不幸的人。我們已列出了一些有關如何在這方面做得最好的基本指引。

重要的是，要常常記住，遭遇過不幸的人對自己的生活最為了解。

基於性別的暴力和虐待行為有哪些不同形式？

- 性暴力、虐待和剝削;
- 家庭虐待，其中包括 強制性控制;
- 女性生殖器殘割;
- 強迫婚姻;
- 所謂基於「榮譽」的暴力行為;
- 跟蹤騷擾;
- 販運;

壓迫的相交形式

遭受這些形式虐待的人可能會遭受多種形式的壓迫。不同類別的壓迫影響到人遭受虐待的經歷，以及如何取得支援。壓迫類別也會是重疊（「相交」）的，包括**性別歧視、種族歧視、同性戀者恐懼症、跨性別者恐懼症**，以及**對殘障人的歧視**。

為了更好地了解以下各方的經驗及其它障礙：

- 移民婦女 – 點擊 這裡。
- 女同性戀者、男同性戀者、雙性戀者和跨性別者（LGBT）中遭遇過不幸的人 – 點擊 這裡。
- 黑人和少數民族婦女 – 點擊 這裡。
- 遭遇過不幸的殘障者 – 點擊 這裡。
- 遭遇過不幸的聾人 – 點擊 這裡。

- 面臨多種不利因素的婦女 – 點擊 這裡。
- 在英國侵害婦女和女童的暴力行為的普遍性 – 點擊 這裡。

COVID19 的影響

我們為什麼擔心 COVID 19 對正在遭受虐待的人的影響？ – 點擊 這裡。

男性受害者

家庭虐待也可以影響男性，並且有可取用的建議和支援。同樣重要的是，要記住，在同性伴侶中家庭虐待的普遍程度與異性伴侶的相似。有關如何支援遭遇過不幸的男性的建議，點擊 這裡；對於遭遇過不幸的女同性戀者、男同性戀者、雙性戀者及跨性別者(LGBT)，點擊 這裡。

常見誤信的說法

關於家庭虐待和性暴力有許多誤信的說法。其中包括對受害者具傷害性指責的態度，例如「她為什麼不就此離開？」，這暗示著遭遇過不幸的人的行為助長了虐待行為。重要的是，我們要在我們的社群挑戰這些誤信的說法。

要得知有關家庭虐待的誤信說法的更多資訊，點擊 這裡。

要得知有關性暴力的誤信說法的更多資訊，點擊 這裡。

您可以做些什麼？

在緊急情況下

- 鼓勵遭遇過不幸的人在**緊急情況下撥打 999**。
  - 讓他們知道有關**靜音解決方案（Silent Solution）系統**，讓他們在不能講話時撥打 999 的情況下使用。有關更多資訊，點擊 這裡。。
  - 如果遭遇過不幸的人因是以手語溝通的聾人/有聽力障礙者或因無法進行口頭溝通而不能打電話，請告知他們關於**緊急短訊服務**的使用。取得有關資訊，點擊 這裡。

- **如果您擔心某人有危險，您應致電 999。**
    - 重要的是，要記住，某人可能正在遭受伴侶、前伴侶、家庭成員或照護者的虐待。
    - 我們知道，鄰居可能會不願意報警。重要的是，要記住，您的行動可以為遭遇過不幸的人提供至關重要的生命線。
    - 您可能亦會擔心，如果犯罪者懷疑您向警察舉報了虐待行為，會有什麼事發生。確保採取措施保護自己的安全，並且 永遠不要與犯罪者對峙。
    - 您也可以通過撥打 101 報警來舉報犯罪行為；或 通過致電 0800 555 111 至滅罪熱線（Crime Stoppers）或 在線上 匿名舉報犯罪行為。

警察有責任保護所有人。任何人都不應因任何原因而受到歧視，包括其移民身份。

保持聯繫

- 重要的是，我們必須找到在這危機中保持聯繫的方法。如果可以，請與您的朋友、家人和鄰居保持定期聯繫，並問候他們的情況。必要的是，我們要創造安全的空間和尋求幫助的機會。

- 同樣重要的是，要知道儘管採取了封鎖措施，由於有些人的家並不是安全之地，他們仍可能會在公共場所，這其中也包括了兒童和青少年。政府已確認，**如果有人正在遭受虐待，他們是可以離家去尋求幫助的。**

- 遭遇過不幸的人可能會在做我們仍被准許做的事時，例如：購物、就醫、必要的工作和做運動時去找機會向外尋求幫助。

如何回應

如果有人告訴您他們正在遭受虐待，那麼非常重要的是，您：

- 不作判斷地聆聽他們的話。
    - 永遠不要：因他們受的虐待而責備他們；為那犯罪者的行為給藉口；問他們為什麼仍沒有離開或叫他們離開。
- 相信他們。
- 確認他們告訴您的事情。

    - 例如「你告訴了我，我真的感到高興」、「這不是你的錯」、「你並不是孤單的」。
- 問他們需要些什麼，並照著他們所說的而行。
    - 遭遇過不幸的人常常對自己的生活最為了解。重要的是，要有耐心，並讓他們自己決定進度。
- 如果可能的話，分享有關如何取得專業支援的資訊。
- 如果可能的話，表示可以通過電話或在線上保持聯繫，並問他們用什麼方式最為安全。
- 如果您與遭遇過不幸的人建立了可信任的關係，則可以與他們商量定出一個密碼。如果他們需要您代表他們報警，則可以使用此密碼。

照顧自己

同樣重要的是，要認識到這可能會對您造成的影響。在為他人提供支援時，亦要照顧好自己是很重要的。不要承擔過多或是讓自己處身於危險中，您是可取得專業支援的。

國家求助熱線

如果朋友、家人、鄰居或社區成員在擔心某人，他們亦可以撥打國家求助熱線。所有國家熱線均是免費撥打的，並且如果英語不是您的母語，亦可以提供口譯服務。

英格蘭：
24 小時國家家庭虐待求助熱線
0808 2000 247
聾人或聽覺不清楚的致電者可以使用英國電信類型通話服務(BT Type Talk Service)撥打求助熱線。
您也可以 在線上 聯絡熱線。

強姦危機國家求助熱線 – 性暴力
08088 029 999
每天開放時間為中午 12 時至下午 2 時 30 分及下午 7 時至 9 時 30 分
可通過 Minicom 取用服務，號碼 0208 239 1124。

Karma Nirvana – 基於「榮譽」的虐待及強迫婚姻的求助熱線

0800 5999 247
您也可以在線上 這裡 與他們聯絡。

女同性戀者、男同性戀者、雙性戀者與跨性別者社群人士家庭虐待的國家求助熱線：
0800 999 5428
help@galop.org.uk

遭遇過不幸的男性
男士諮詢專線
0808 801 0327
info@mensadviceline.org.uk

威爾斯：
對婦女的暴力行為與家庭虐待及性暴力行為的 24 小時生活無懼求助熱線：：
0808 80 10 800
短訊：07800 77333
info@livefearfreehelpline.wale

蘇格蘭：
24 小時家庭虐待與強迫婚姻求助熱線
0800 027 1234
您可以使用短訊中繼服務來撥打求助熱線 helpline@sdafmh.org.uk

強姦危機蘇格蘭求助熱線
08088 01 03 02
短訊：077537 410 027
support@rapecrisisscotland.org.uk

北愛爾蘭：
24 小時家庭暴力與性暴力求助熱線：
0808 802 1414
help@dsahelpline.org

為朋友、家人和鄰居而設的有用資源

取得更多有關如何支援正在遭受虐待的人的有用資源：

- 強姦危機 – 支援遭遇過性暴力的人
- 安全生活博客 – 給親友的建議 \
- 安全生活 播客 – 家人和朋友可以如何提供幫助?
- 婦女援助 – 如何辨識 家庭虐待 和 強制性控制的跡象
- 婦女援助的遭遇過不幸的人手冊 – 擔心其他人 \
- Karma Nirvana 的關於 強迫婚姻和所謂基於「榮譽」的虐待的常見問題
- 辨識 販運和現代奴隸制的跡象
- 遭遇過經濟虐待 – 在冠狀病毒爆發期間辨識經濟虐待的跡象 – 給家人、朋友、鄰居和同事使用。
- **給可能在虐待關係中的女同性戀者、男同性戀者、雙性戀者(LGB)和/或及跨性別者(T)社群人士(+)的朋友/家人的建議**
- **給可能有一個具虐待性/控制性伴侶的女同性戀者、男同性戀者、雙性戀者(LGB)和/或及跨性別者(T)社群人士(+)的朋友/家人的建議**

提高意識

作為一個社區，我們可以幫助打破有關虐待的沉默。我們必須發出明確的訊息，就是 不容有虐待的藉口，並且 遭遇過不幸的人並不是孤單的。

分享有關可用支援的資訊：

您可以幫助確保遭遇過不幸的人知道仍然可以使用國家求助熱線、庇護所、線上支援和本地支援服務。

您可以通過在社交媒體、在您的窗門上、公共場所內和其它可見位置發布有關服務的資訊來提高意識。如果您說其它不同語言，您也可以不同的語言來分享此資訊，並告知遭遇過不幸的人國家求助熱線能夠提供口譯服務。取得更多有關可用支援的資訊，點擊 這裡，要取得政府指引，點擊 這裡.。

打破沉默

您可以與朋友、家人、同事和社區團體分享資訊和資源。您亦可以在社交媒體上分享提高公眾意識的活動。

不容犯罪者有虐待的藉口

接近犯罪者時應格外小心，因為這可能會增加遭遇過不幸的人的危險，並且您不應讓自己處於危險之中。

對於擔心自己行為會對他人造成影響的人來說，他們是可以取得幫助的。Respect 設有一條求助熱線，為任何需要幫助管理其行為的人提供幫助。該求助熱線亦開放給關注某人行為的朋友、家人、社區成員和專業人員使用。

- **Respect 求助熱線**
  0808 8024040.
  亦可取用網絡聊天服務
  可以在他們的 網站 取得更多資訊。

其它支援方式

- 捐贈給當地支援服務。
- 捐贈給您當地的 食物銀行。
- 請聯絡您的國會議員（英格蘭）、議會議員(威爾斯)、蘇格蘭國會議員（蘇格蘭）或立法議會議員（北愛爾蘭），並請他們確保政府在應付 COVID 19 問題時優先考慮受虐的遭遇過不幸的人。
  - 您可以找出誰是您的 英格蘭國會議員， 威爾斯議會議員，蘇格蘭國會議員， 北愛爾蘭立法議會議員
  - 閱讀婦女組別致英國首相的一封公開信 這裡。
- 了解更多有關基於性別的暴力的資訊，以及在您的社區中可以採取哪些措施與之抗爭：
  - 電子學習課程：
    - 了解對婦女的暴力行為
    - 強姦和性暴力
  - 有關性暴力和性虐待的「強姦危機」專業培訓，請聯絡 training@rapecrisis.org.uk.
  - 成為婦女援助「問我」的社區大使。
    - 英格蘭
    - 威爾斯
  - 成為婦女援助的 活動優勝者。