

远离家庭暴力的 小小提示



提示:

当你和孩子的安全受到威胁, 欲逃离暴力家园时, 请把以下所有的重要物件放在安全和隐蔽的地方:

- 孩子的成绩单、驾照执照、结婚证和学位证书
- 现金、护照、银行存折、保险卡、信用卡、
- 护照、保险单
- 衣物
- 手机及通讯录
- 钥匙、房子、车子、公司、保险箱

安全逃离的计划

准备随时可以离开的计划, 为自己准备好预备钥匙, 紧急时刻如果孩子不上课的话, 自己可以利用预备钥匙开门逃脱。

紧急联络

紧急联络号码, 包括亲戚、朋友、警方和医院的电话号码。

离开家园时的考量。

备注:

当你决定离开时, 请带同年幼的孩子一起离开。如果你担心留下孩子, 或若下次你将回来再续墙上暴力的, 那同样也可能利用孩子来威胁你重回暴力。

你可以采取的 行动



根据1997年家庭暴力法令, 你可以采取以下的行动:

1. 报警
2. 向政府医院的意外及急诊部(ER), 寻求检查并寻求护理。
3. 为了顾及自己和孩子们的安全, 可向社会福利局 (SOS) 提出要求中请临时保护令(TPO)。

为什么妇女 选择留在 一个暴力的家园

妇女们一般给的理由是:



社会经济条件
“我没有工作能力, 我不年轻了, 我没有经济能力来养自己和孩子们, 我无法放下现在的一切来重新过生活。”

孩子
“孩子们需要爸爸, 孩子是无辜的, 我不想让他们是在破碎的家庭中长大。”

害怕
“他威胁我, 若我欲离开他, 他会杀掉我和孩子们, 就算我逃走, 他也会把我逮回来。”

结婚宣言
“结婚时我们彼此承诺相伴一辈子, 无论他的缺点给我带来多大痛苦, 我还是需要接受。”

爱
“我还爱着他, 只是他没有对我足够, 幸好我是很好的, 我想尝试改变他。”

羞耻
“这是我的家事, 家丑不可外扬, 这样的问题会让我的家人蒙羞。”

当家庭 出现暴力时





- 家庭暴力的概念发生已经改变了我们的想象。由于遭到丈夫或同居伴侣的暴力对待，所以许多妇女都生活在痛苦中。无论如何，暴力是指虐待行为。
- 家庭暴力是发生在家里，某位成员向其他的成员施于暴行。通常施暴者认为自己有权控制和掌控受害者，所以才向受害者施于暴行。
- 根据《1993年马来西亚的家庭暴力法令》，家庭暴力是一项罪行。

你是否经常经历以下的状况呢？

- 丈夫时常殴打我，只是他喜欢。
- 丈夫时常生气和怒吼我。
- 当丈夫生气时，他会乱摔或破坏家里的东西。
- 丈夫不允许我去拜访我的家人及朋友。
- 丈夫对我有性要求，我不能说“不”。否则他会生气及对我动粗。
- 我必须向丈夫交钥匙，因为他全权处理家匙并支持只给我一些钱而已。
- 丈夫时常向我索钱，我必须把我的收入交给他，否则他会生气及对我动粗。
- 丈夫阻止我外出和寻找工作。
- 当我和其他男人谈话，丈夫会嫉妒忌。



认识家庭暴力

家庭暴力在不同的状况下发生，它包括：

- 实质上的虐待**
殴打、推倒、暴力、拳打、脚踢、鞭打、和用其他物体伤害身体以致损伤。
- 精神上的虐待**
冷嘲热讽侮辱或蔑视你，以致让你觉得自己一无是处。
- 性侵犯**
强迫你与他性交，侵犯你身上的性器官和你带来伤害。
- 隔离**
控制你的行动，阻止你去拜访你的家人及朋友。
- 恐吓**
恐吓要伤害你，毁掉你和你的孩子，以迫令你顺从。

为什么家庭暴力会发生？

权力和控制

施暴者通常以自我为中心，他们只在乎自己的需要和忽略他人的感受。在家庭暴力中他们尝试以不同的方法来获得掌控权和控制其他的家庭成员，他是家庭的主导者，而伴侣则受到粗暴的对待。

社会因素

施暴者一般以传统男女的角色为主，他认为女人的地位是卑微的，是男人的附庸。他不能接受女性可拥有自主权来决定自己的生活，例如出外工作。

家庭因素

有些施暴者在暴力家庭中长大，导致他们从小就体验到家庭暴力，并从中习得了暴力的行为。

心理因素

施暴者有心理问题，主要是人格偏差。这种偏差的行为，可能会造成严重的物质滥用、鲁莽、犯罪行为，滥用毒品及药物和做出自毁的行为。

暴力对家庭的影响

儿童

- 害怕、缺乏安全感和对他人产生消极的行为
- 担心和焦虑
- 校园问题（逃学、学业表现差）
- 社交困难（导致暴力的行为）

受害者

- 自我价值低和缺乏自信
- 精神问题
- 恐惧、罪恶感和懊悔
- 孤立自己，远离他人
- 伐郁或产生自杀的念头

施暴者

- 家庭破裂
- 法律的制裁
- 分居/离婚



如果你在正在被虐待的状况中

- 马上寻求协助。
- 打破沉默，把你的状况告诉家人和朋友。
- 联络妇女服务中心，如城市的妇女服务中心(CWC)或北赖妇女服务中心(NWC)。
- 包养你那时若家可归，可向RC申请庇护所。
- 不要把施暴者的恶行当作是你的错。你是无辜的，施暴者要为自己的行为负责。
- 请记住，你不是孤单。

