

家庭暴力

尋求庇護
與援助



互助小組 · 兒童服務 · 事實
法律援助 · 庇護所 · 瞭解自己的權益
安全規劃 · 警方與法院 · 保護令
跟蹤 · 如何提供幫助

如破繭的蝴蝶... 本手冊封面圖片“如破繭的蝴蝶”由家庭暴力倖存者 Cathy S. 製作。Cathy 是洛克蘭家庭暴力庇護所資源委員會會員 (Rockland Family Shelter Resource Council)，她這樣述這幅圖片的：“如破繭的蝴蝶”描繪的是剛破繭而出，即將振翅高飛的蝴蝶。我希望它能激勵很多人選擇我走過的道路。”

紐約州家庭暴力預防辦公室 (OPDV) 非常感謝 Cathy 准許我們複製這幅作品。

這冊子由紐約州家庭暴力預防辦公室編撰。

紐約州家庭暴力預防辦公室 (OPDV) 是州行政機構，旨在提高紐約州政府對家庭暴力的對應。OPDV 對處理家庭暴力案件的人員進行培訓，如警員與健康護理專業人士等。OPDV 設置公眾教育運動，如廣播與電視廣告、看板與海報等，提高人們對家庭暴力的意識。OPDV 與州長及其它州機構合作，確保家庭暴力受害人的需求得到傾聽和解決。

OPDV 並非家庭暴力項目，亦非緊急求助最佳之選。不過，若受虐婦女對“體系” - 如警方、法院或社會服務部門存在疑問，可諮詢 OPDV 工作人員。如有疑問，希望與 OPDV 聯繫，請撥打我們的免費電話：1-866-704-2503。如需緊急援助，請撥打 911 或致電紐約州家庭及性暴力熱線。熱線工作人員可使用多種語言為求助者提供幫助。

1-800-942-6906

紐約州家庭及性暴力熱線

TTY: 1-800-818-0656

西班牙語: 1-800-942-6908 TTY: 1-800-780-7660

紐約市內: 1-800-621-HOPE (4673) 或撥打 311

TTY: 1-866-604-5350

每日24小時,

每週7天

目錄

	瞭解問題所在	1
	本手冊適合我嗎?.....	1
	家庭暴力有關事實.....	2
	何謂家庭暴力?.....	3
	為何受虐婦女感覺陷入困境?	4
	保證安全	6
	安全規劃與風險評估.....	6
	自身安全規劃.....	8
	家庭暴力計畫能為我做什麼?.....	14
	有哪些其他服務?.....	16
	我的孩子怎麼辦?.....	18
	如何幫助我的伴侶?.....	19
	尾隨跟蹤.....	22
	技術安全	23
	性侵犯	24
	警方與法院	25
	決定報警或訴訟.....	25
	警方能為我作什麼?.....	25
	在什麼情況下警方會實施逮捕?	27
	家庭糾紛舉報 (DIR) 及您的陳述	28
	實施拘捕會發生什麼情況?	29
	何謂保護令.....	31
	如何獲得保護令?	31
	如何決定向哪所法院提起訴訟?.....	33
	其他法院及資源	34

目錄

 特殊人群	35
家庭暴力老年受害人.....	35
男女同性戀、變性者及雙性戀受害人.....	36
青少年.....	37
殘障人士.....	38
移民婦女.....	39
 朋友、家人及同事	41
我相信某個熟人正在遭受虐待。如何提供幫助?.....	41
家庭暴力的可能表像	41
如何才能確定發生家庭暴力?	42
您能採取的行動	43
<hr/>	
 資源	45
家庭暴力熱線.....	45
紐約州其他資源.....	45
國家資源	48
個性化資源.....	49

家庭暴力是當今女性面臨的最為嚴重的公眾健康及刑事司法問題之一。由於絕大多數家庭暴力受害人均為被男性伴侶虐待的女性，因此，本手冊中的受害人指女性，而施虐者為男性。可是，無論其性別或伴侶性別為何，本指南所含大部分資訊適用於所有受害人，包括男女同性戀、變性者或雙性戀，以及受到女性伴侶肉體虐待的男性。

本手冊中的“家庭暴力”是指成年情侶中一人對另一人實施虐待。本手冊所含資訊主要針對成年人，但可能同樣適用於遭受過戀愛暴力的青少年。本手冊“特殊人群”章節也專門介紹青少年方面的資訊。

瞭解 問題所在

本手冊適合我嗎？

本手冊的主要目的在於幫助那些受到過情侶虐待的人。但即便對於受害人而言，識別虐待並非一件易事。本手冊將盡力幫助您發現，您的情況是否存在虐待現象。若存在虐待，手冊資訊將教您如何擺脫困境及獲得幫助。若不能確定，手冊可能對您有幫助，如果：

- 伴侶行為令您懼怕。
- 伴侶試圖控制您。
- 伴侶威脅傷害您。
- 伴侶對您實施身體虐待。

若認為手冊可能對您有用，請經常閱讀。閱讀的同時請記住：

- 您不是孤軍作戰。
- 您不應受到指責。
- 您不應受到虐待。
- 有人會提供幫助。

如果知道有人正遭受虐待或懷疑某人可能受到伴侶的虐待，本手冊同樣有用。您可以找到如何幫助朋友、家人、同事、鄰居或熟人的有關資訊，包括：

- 如何與他們談論虐待事件。
- 如何作好幫助的準備。
- 如何幫助他們獲得援助及服務。

若您是幫助家庭暴力受害人的專業人士，本手冊同樣有用。

如果閱讀手冊後感覺對自己沒用，請送給可能對其有用的人閱讀，前提是在保存這本手冊不會對他們造成危害。

家庭暴力相關事實

- 1/4 的女性在一生中經歷家庭暴力。
(Tjaden、Patricia 及 Thoennes 與 Nancy。美國司法院及疾病預防控制中心，“情侶暴力的程度、性質及後果。” 2000).
<http://www.ncjrs.gov/pdffiles1/nij/181867.pdf>
- 美國近 1/3 被謀殺女性是被情侶謀害。
(司法統計局，“美國情侶暴力。” 2007 年 12 月)。
- 每年紐約州警察局收到約 450,000 宗家庭糾紛報案。
(DCJS 家庭事件報告資料，2001-2002)。
- 2003 年所有暴力受害案件中，僅有 48% 的個案得以報警。
(司法統計局，國家犯罪受害人調查，“2003” 年犯罪受害人。2004年9月)。
- 84% 的成年人認為家庭暴力是美國的一大問題。
(Harris International。“大多數美國成年人認為家庭暴力是美國當前面臨的一個嚴重問題。” 2006 年 6 月)。
<http://www.harrisinteractive.com>

“家庭暴力計畫”是一家向家庭暴力受害人提供服務的社區機構，人們可首先通過它來尋求保護及救援。紐約州各個縣均設有家庭暴力計畫。所有計劃均提供互助小組、法律諮詢及兒童服務。某些計畫還提供安全住所。如需瞭解當地家庭暴力計畫，請致電紐約州家庭及性暴力熱線。

1-800-942-6906

紐約州家庭及性暴力熱線

TTY: 1-800-818-0656

西班牙語: 1-800-942-6908 TTY: 1-800-780-7660

紐約市內: 1-800-621-HOPE (4673) 或撥打 311

TTY: 1-866-604-5350

每日 24 小時,

每週 7 天

何謂家庭暴力？

家庭暴力是指某人通過各種方式試圖控制與其保持親密關係的人。控制權的生成不是一蹴而就的，可能經過較長的一段時間，因此受虐者甚至無法回憶是如何開始發生的。或者某種誓約的出現或親密程度的改變後會很快使控制權生成。

很多人不知道這就是家庭暴力，因為她們的伴侶從未毆打過她們。大多數人一想到家庭暴力，可能都會聯想到身體虐待，但這只是您的伴侶試圖在家庭中支配及控制您的許多方法中的一種。

一個人試圖支配及控制伴侶的方式有：

- **隔離** – 讓您難以見到您的朋友及家人；說您的朋友及家人是導致你們之間關係出現問題的原因，或說他們試圖“離間你們”。
- **經濟虐待** – 完全控制金錢；您花每一分錢都須向他說明；拿走您的錢。
- **語言、情感及心理虐待** – 辱罵您；在他人面前貶低您或令您羞愧；指責您無法勝任伴侶或父（母）親的角色。
- **脅迫** – 使用讓您懼怕的眼神、動作或手勢；威脅您說如不做某事，“下場和上次一樣。”
- **強迫與威脅** – 亮出武器，威脅說要拿它來對付您；威脅說將您是同性戀的身份“告訴”家人、朋友或雇主；威脅說要傷害您的家人、朋友或您可向之求救的人。
- **身體虐待** – 對您推搡、抓拽、掌摑、拳擊或腳踢。
- **性虐待** – 在您不願意的時候強行做愛；迫使您做讓您感覺難堪的性行為；強迫您賣淫。
- **利用孩子** – 降低您在孩子面前的威信；威脅帶走孩子或獲得孩子監護權；向您的孩子“盤查”您的情況。
- **貶低、否認及指責** – 讓您覺得發生虐待錯在於您；辯說虐待是因壓力、喝酒或工作上的問題而起；完全否認虐待的存在。

施虐者可以通過上述這些最常見的方式控制其伴侶，當然還有其他一些方式。如果您的伴侶試圖限制您的人身自由，或讓您感到害怕，您可能正受到家庭暴力的威脅。

**虐待並非
總是肉體
虐待。**

您並非是唯一的受害人。每年有成千上萬的人受到伴侶的虐待。但必須知道的是，現在有許多前所未有的資源，可幫助女性及其子女擺脫家庭暴力。

為何受虐婦女感覺陷入困境?

許多受情侶虐待的人只想制止暴力及虐待，而不想結束與施虐者的關係。即便他們想結束與施虐者的關係，也很難做到。

在任何情況下，結束與情侶的關係均非易事。愛情、家庭、共同擁有的回憶及誓約交織在一起，讓人難以割捨。文化或宗教信仰可能成為結束婚姻的障礙。移民身份也可能是另一個障礙。結束一段關係對所有人來說都是困難的，受虐待婦女面臨著更多的身體、情感及心理上的傷害。受虐婦女作出的每一項決定都伴隨著風險。

記住：難以擺脫或結束與施虐伴侶的關係的原因有很多，也都很充分。受虐婦女面臨的選擇並不是無風險的。離開並非總是最安全或最佳的方案。

獲得幫助或決定離開所面臨的風險

身體暴行及心理傷害的風險

- 威脅及暴力會越來越糟，殃及受害人、子女、朋友、家人或寵物。
- 施虐者會用自殺及自虐作威脅。
- 連續騷擾、跟蹤及語言與情感攻擊，尤其在與施虐者保持接觸時（如有法聽命令的探視期間）。
- 嚴重身體傷害及/或致死。
- 強姦或性虐待。

對子女的威脅

- 情感、身體或性虐待；如果施虐者有無監督或監督不善的探視權，子女可能面臨重大風險。
- 如果施虐者拐騙子女或獲得子女的監護權，可能丟失孩子。
- “家庭破裂” 給孩子帶來負面影響。

經濟風險

- 能否支付律師費的擔心。
- 生活標準下降 - 可能失去房子、財產及鄰居。
- 失去收入來源或工作 - 可能失去伴侶收入，可能因遷移或獨自照顧孩子而必須辭去工作，由於威脅或騷擾而無法上班。

關係風險

- 失去伴侶，關係破裂。
- 在照顧孩子、交通、家務上失去幫手。
- 沒人照顧（年長婦女或殘障婦女）。

與家人、朋友及社區之間關係的風險

- 來自朋友、家人及專業協助人士的負面回應。
- 不被信任或認真對待，受到指責，被迫採取您認為錯誤的行為。
- 被說成是壞妻子、伴侶或母親。
- 人們不願意“偏袒一方”或不肯捲入其中。
- 擔心尋求朋友及家人的幫助會成為他們的負擔。
- 因宗教及/或文化信仰或因孩子“需要父親”而被迫與施虐者維持關係。
- 擔心他人試圖幫助的作法會令情況更加危險。



保證安全

安全規劃與風險評估

儘管受虐婦女無法制止伴侶的暴力，但是女性可以找到辦法降低傷害風險。安全規劃是一種幫助您確定可選方案、評估此類方案及制訂計畫，以降低您所面臨的傷害威脅或實際傷害的風險。

制訂安全計畫的方式無所謂對錯。選擇適用的方式。根據個人具體情況更改或增添計畫內容。制訂屬於自己的計畫，然後定期流覽，必要時作出更改。

您可能希望把自己的安全計畫寫下來，也可能不願意這麼做。如果認為寫出書面的安全計畫沒有害處，卻大有幫助，那麼請放手去做。但是，如果認為施虐者可能會發現它，那麼進行全盤思考，卻不寫下來會比較安全一些。按您想的去做就是最穩妥的方法。

使用您已知道的知識

如果您曾受到過情侶的虐待，可能您對安全規劃及風險評估的認識比您想像的更全面。與施虐伴侶保持關係並且倖免於難，這需要大量的技巧與智慧。任何為保護自己及 / 或孩子而採取的行動或言語，都屬“安全規劃”。

“風險評估”是指您認為採取某項措施是否會改善境遇還是令事態惡化。您隨時都在進行風險評估，只是您未意識而已。

全盤思考

現在您對安全規劃有了更多的認識，全面思考所有相關問題會非常有助於

只有在女性及其孩子面臨的風險降低時，她才會想到尋求幫助、獲取保護令或決定離開。



評估風險及制訂安全計畫。考慮以下一些事項，將有助於規劃未來的安全：

- 與伴侶繼續在一起。
- 結束關係。
- 使用服務。
- 讓警方參與。

不論當前您是否與伴侶在一起，安全計畫都會降低您受到傷害的風險。

為各種情況製作安全計畫

可針對多種情形制訂安全計畫：

- 緊急情況，如受到身體暴力威脅或已受到虐待。
- 繼續與施虐伴侶同居或戀愛。
- 結束與施虐伴侶的關係後的自身安全保護。

如果您準備離開伴侶或已經離開，請注意，*通常施虐者在分居期間更為極端*。這可能會增加您受傷害的風險，包括跟蹤及嚴重或危及生命的傷害。制訂分居安全計畫，可能有助於減少您及孩子在分居期間或之後面臨的風險。

確定對策

無論什麼樣的安全計畫，其作用取決於想出明智而且可行的對策。本手冊提供如何通過當地家庭暴力計畫及刑事司法體系獲得援助的資訊。通過其他方式獲得援助及資訊同樣重要，包括您的家人及社會援助等。您可通過以下人員及方式尋求支援：

- 法律顧問、社會工作者與治療師；
- 醫生、牙醫、護士；
- 朋友、家人、鄰居；
- 所屬宗教團體的精神領袖或成員；
- 員工援助計畫 (EAP)、主管、工會與同事；
- 婦女中心或老人中心的工作人員；
- 老師、學校顧問、家長會成員；及/或
- 社會服務部門個案負責人。



確認所有可能願意且有能力幫助您的人對您很重要。不要等到緊急時刻再求助。建議與人交談，看他們願意及能夠為您提供什麼幫助。這樣，您就事先知道是否有地方可去、向誰借錢或找一個可靠的人幫您保管重要文件。如果沒有害處的話，您可以列出這些人的名單及他們的電話號碼，以備緊急之需。如果不知道所在社區內有什麼地方可去，您可以撥打紐約州家庭及性暴力熱線，瞭解所在社區的有關計畫資訊。

大多數人都願意提供幫助。您的情況越特殊，獲得所需幫助的可能性越大。有時您信任的某個人可能雖然出於好意，可向您提的建議卻似乎不適合您。您得決定該建議是否適合您。您自己才有決定權。

“請不要懷疑自己!!! 只要您認為是可行的，就能夠讓您擺脫危境。”

- 家庭暴力倖存者

規劃自己的安全

以下是在開始規劃自身安全時的一些建議。但情況因人而異，只有您才能決定什麼最適合您。

作好應對危機的準備

您可能與施虐者生活在一起、與其戀愛，或與他共同育有孩子。如果安全的話，您可以作下面的打算：

- **發生爭吵後搬到較安全的地方居住。**勿在浴室、車庫、廚房、靠近武器的地方或在沒有出口的室內爭吵。
- **離家一段時間。**考慮如何安全搬出及搬往何處。將錢包及車鑰匙準備好，隨時可取用。
- **向鄰居或朋友求助。**鄰居如果聽到您家中傳出打鬥聲，可以報警。如果使用事先約定的暗語，您的朋友可以採取必要措施。
- **打電話求救。**想想可以給誰打電話：警方、家庭暴力熱線、朋友或家人。記住這些人的電話號碼，如果安全的話，將他們的號碼存入您的電話中。當地家庭暴力計畫也許能夠免費給您一個手機，以便撥打 911。



- **為您的孩子作安排。**確保他們知道地址、電話號碼，和如何求救。告訴孩子不要介入成年人的爭吵。約定暗語，讓他們知道求救或跑出房子。

規劃如何離開或與伴侶分居

您可能覺得為安全起見，此時最好是離開您的伴侶。離開可能是暫時的選擇，也可能長久之計。考慮以下事項：

- **住在何處，可住多久。**選擇包括朋友或親戚的家中、旅館或家庭暴力庇護所。記住他們的電話號碼。
- **如何到達安全的地方。**可以自己開車、坐公交或搭乘別人的車。
- **需要攜帶的物品：**
 - 現金、信用卡、自動提款機卡及/或支票簿。您可能需要錢買氣油、食物、住宿、公交、藥品、打電話，以及支付其他支出。確定記得密碼及帳號。注意：您與伴侶共同帳戶的支票、信用卡及提款卡的使用可用於尋找您的行蹤。
 - 您與孩子的身份證明及文件。包括您的駕駛證、出生證明、社會安全卡、近期照片、護照、移民文件、公共援助識別卡、雇員或學校身份證。
 - 房屋、汽車、辦公室及保險箱鑰匙。
 - 藥品、健康保險卡、醫療補助/醫療照顧卡、疫苗接種記錄、眼鏡、助聽器及其它醫療用品。
 - 重要文件，如保護令、離婚或分居協議、監護/探視令、子女撫養令、汽車註冊文件、保險文件、租賃或房屋契約及以往報稅記錄。
 - 手提電腦及手機等電子裝置。

以上所列為您可能需要的重要物品。您可能還需考慮攜帶一些令您與孩子生活舒適的物品，如孩子喜歡的玩具、心愛的毛毯、掌上遊戲機或 MP3 播放器（如 iPods）、照片及特別喜愛的物品。



- **哪里可以安全存放額外的衣物、重要文件、鑰匙或金錢。**
- **寵物。家庭暴力與動物虐待有緊密聯繫。**施虐者有時會虐待或傷害寵物，以達到恐赫及控制受害人的目的。許多婦女因為對寵物的擔憂極大地影響
 - 您的寵物可能呆在家裏很安全。
 - 當地家庭暴力計畫也許可以幫助您找到安全置放寵物的地方。
 - 您也許能夠將寵物一同帶走。首先進行核實瞭解。
 - 您也許可以自己餵養寵物。
 - 告訴獸醫可能會要求他照顧寵物，或問他是否建議將寵物收院。

務必拿上所有可能證明受到虐待的物證。這可能包括受傷的照片、威脅便條或訊息、警方報告副本、病歷（如出院記錄或 X 光）或虐待日記。

離開或與伴侶分居後

在未結束關係的情況下離開伴侶，您仍面臨著危險。事實上，施虐者在伴侶離開後反而會變得更險惡。在離開這段時間您必須仔細規劃自身安全。考慮以下事項：

• 住宅安全

- 更換門、窗上的鎖。
- 更換木門，裝上鐵門/金屬門。
- 安裝安全系統，包括加鎖、窗戶柵欄、插門栓及電子系統等。諮詢家庭暴力計畫，瞭解所在社區內是否有向受虐婦女提供安全裝置的項目。
- 購買消防梯，用於從二層樓窗戶逃出。
- 家中每層樓安裝測煙報警器與滅火器。

• 孩子的安全

- 教孩子在擔心自身安全時如何給您撥打對方付費電話。或者，考慮為孩子購買手機，以備緊急之需。



- 告訴照顧孩子的人（包括孩子們的學校），哪些人有權從學校接走孩子，確保他們知道如何識認這些人。
- 將保護令、監護令與其他法院命令及緊急電話號碼的副本交給照顧孩子的人。
- 如果孩子登錄 MySpace.com 或 Facebook.com 等社交網站，告訴他們應謹慎發佈資訊。他們無意中發佈的資訊，可能被用來追蹤家人的行蹤。如果他們談論自己的工作或上學地點，或談論最近搬家的事情，可能被用來跟蹤。

工作及公共場所

您的伴侶熟悉您的日常安排，如工作地點、上下班時間、購物場所、送孩子上學時間等。許多受虐者在工作時受到伴侶施暴或騷擾。雖然很難改變生活中的一切，但還是有很多方法為工作及日常生活規劃安全。考慮以下事項：

• 工作時

- 將您的情況告訴您的上司、保安人員及/或員工援助計畫。
- 詢問僱主是否可能提供靈活的上班時間或轉移工作地點。
- 要求人力資源部幫助設計充分利用出勤及休假補貼制度的計畫，如病假、休假、個人事假時間等。
- 將施虐者照片及保護令副本交給工作場所保安人員。
- 可行的話，要求保安人員陪您上下車。
- 知道工作場所保安人員電話號碼，以防緊急之需。
- 工作時請同事幫助接聽您的電話，瞭解誰打來電話。同時，考慮要求帶來電顯示及錄音功能的電話。
- 改變上下班路線。



• 在公共場所

- 改變參加宗教儀式的時間或換一個地方作禮拜。
- 改變生活習慣 – 避免那些伴侶可能會去找您的商場、銀行、自助洗衣店及其它場所。可能的話請人陪同您去上述場所。
- 如果要做日常規律以外的事情，請讓人知道您的去處。

注意 – 紐約州所有政府機構（以及大部分私立雇主）均制訂工作場所家庭暴力政策。詳情請參閱員工手冊或諮詢人力資源部。

持有人身保護令

如果您獲得人身保護令，考慮以下事項：

- 保護令存放地點。隨身攜帶或就近存放。
- 分別在居住、工作、孩子上學的社區內的警察局存放保護令副本。
- 分別給雇主、宗教顧問、密友、孩子的學校及孩子的日托服務提供者等保護令的副本。
- 如果保護令丟失或被伴侶銷毀，可從頒發保護令的法院索求補發。
- 如果伴侶違反保護令，可以報警，報告此情形、聯繫您的律師、致電權益倡導人、及/或向法院投訴該情況。
- 如果對保護令存在疑問或難以實施，請致電家庭暴力計畫。



照顧好自己

制訂身體安全計畫非常重要，情緒健康與安全的計畫制定同樣重要。此時您的心情可能非常壓抑、困惑、恐懼及悲傷。考慮以下事項：

- 情緒低落、感覺孤單或煩惱時，可以打電話向誰傾訴。
- 到醫生、婦科醫生及牙科醫生處進行檢查，照護身體健康需求。如果沒有自己的醫生，可考慮聯繫當地門診部。
- 對孩子的健康安全有疑慮時，可以聯繫誰。
- 如果想回到伴侶身邊，並想與他人討論該想法，可以從何人尋求援助。
- 參加互助小組、研討會或當地家庭暴力計畫或其他社區機構開設的課程。
- 考慮您何時或為何吸毒及酗酒，以及如需援助應採取的措施。

1-800-942-6906

紐約州家庭及性暴力熱線

TTY: 1-800-818-0656

西班牙語: **1-800-942-6908** TTY: **1-800-780-7660**

紐約市內: **1-800-621-HOPE (4673)** 或撥打 **311**

TTY: 1-866-604-5350

每日**24**小時,

每週**7**天



家庭暴力計畫能為我 做什麼？

當地家庭暴力計畫是非常有用的資源。他們提供保密服務，包括 24 小時熱線、諮詢服務及緊急庇護所。大多數人認為家庭暴力計畫即庇護所，其實，他們還提供許多其他有用的服務，您不必呆在庇護所，也能享受家庭暴力計畫提供的援助。還有一個您應知道的重要事實是，不論是否與伴侶保持關係，您都可以使用家庭暴力計畫。

為您提供服務的家庭暴力計畫工作人員也就是您的“倡導人”。倡導人諳熟刑事司法、家事法院及社會服務體系，也清楚瞭解可能對您有用的其他社區資源。

除提供有價值資訊外，倡導人還可經常陪您去法院、警察局或社會服務部門，提供切實幫助及精神支援。由具備為家庭暴力受害人提供服務的經驗，並知道如何應對各種系統的工作人員來提供幫助，會為您節省很多麻煩。

有哪些服務

紐約州各縣均提供一系列家庭暴力服務。各社區具體的服務項目可能有所不同，但大多數計畫均提供以下服務。

庇護所

您及您的小孩（有小孩的話）可在庇護所內安全地短期居住。家庭暴力庇護所僅供受虐婦女及其子女使用，不同于無家可歸人士庇護所。計畫盡一切努力確保庇護所地址的保密性，以保護在此居住家庭的安全。有些計

不必住在庇護所，也能得到家庭暴力計畫提供的援助。

畫甚至還提供寵物的安全。家庭暴力庇護所制訂了暫住人員必須遵守的規定，以確保每個人的安全。通常您只可短期暫住。庇護所工作人員會立刻與您一起努力尋找長期住所。



24小時熱線

倡導人全天 24 小時提供緊急援助及精神支援、所需資訊、庇護所暫住許可及轉介。

諮詢服務

一對一諮詢服務提供資訊及精神支援。諮詢服務能幫助您考慮什麼是最適合您的選擇及方案。

互助小組

互助小組類似於諮詢活動，但由一組人在一起討論。這是一個有益的去處，可以瞭解家庭暴力方面的知識，傾聽其他受虐婦女的經歷，如您願意的話，也可以與他人分享您的故事。許多女性認為互助小組讓她們不再感覺那麼孤單。

兒童服務

許多計畫讓兒童有機會說出生活中的遭遇、參與各種活動、外出遠足及獲得學業上的幫助。

許多家庭暴力計畫為受虐婦女提供以下部分或全部額外服務，不論她們是否暫住在庇護所內。這些服務包括：

- 幫助獲得醫療服務；
- 幫助獲得家事法院或移民問題的有關法律服務；
- 幫助找到住房、買到傢俱及衣物；
- 培訓及教育服務；
- 幫助就業；
- 幫助獲得社會服務，如醫療保險、糧食券及臨時現金補助等；
- 緊急交通；及
- 翻譯服務。

“無論發生了什麼，如果認為自己受到虐待，請來互助小組坐坐”。

– 家庭暴力倖存者

不論是否準備與伴侶保持關係，您都可以使用家庭暴力計畫。

如需瞭解家庭暴力計畫詳情，或找到就近的庇護所，請致電紐約州家庭及性暴力熱線 1-800-942-6906。



有哪些其他服務？

家庭暴力計畫可能無法提供您需要的某些幫助及服務。紐約州內的社區提供其他許多服務，有助於滿足您的其他一些需求。家庭暴力計畫可向您提供有關這些服務的資訊及轉介。通常轉介服務包括：

- 教育機會，包括普通教育發展 (GED) 或學位課程、英語為第二語言課程、證書課程及獎學金、助學金及定期津貼計畫；
- 就業計畫，如提供職業培訓及工作介紹、職業發展、履歷寫作、面試技巧及尋職的一站式中心 (One-Stop Centers)；
- 特定文化服務及團體，包括移民權益相關資訊及為不會講英語的人提供幫助；
- 與健康相關的服務，包括基本保健、家庭生育規劃、產前護理、乳房檢查、兒科護理、整容手術及性傳播疾病（包括愛滋病與愛滋病毒攜帶等）的檢驗；
- 低收入及/或經濟住房計畫及搬遷援助；
- 戒酒/其他毒品康復計畫、心理健康服務、兒童諮詢服務、養育計畫及互助小組；
- 兒童保護及預防服務；
- 失業保險；
- 糧食券、食品櫃；及
- 兒童醫療保險。

欲獲得上述某些服務的地點詳情，請參閱本手冊“資源”一節。

紐約州犯罪受害人委員會 (CVB)：受害人補償

紐約州犯罪受害人委員會 (CVB) 向受害人及其家屬提供經濟援助。補償款可用於支付與罪案相關的費用。與罪案相關的費用包括，但不限於：醫療費用及安葬費、收入或補助的損失、諮詢費用、個人財產的維修或置換費用、部分法庭及/或醫療交通費用、暫住在家庭暴力庇護所或使用庇護所收費服務的費用及有限的律師費。



可獲得犯罪受害人委員會補償的部分人員包括，但不限於：

- 罪案的無辜受害人；
- 因罪行導致身體受傷的犯罪受害人；
- 身體雖未因罪行受傷，18 歲以下、60 歲以上的犯罪受害人；
- 親戚及/或家屬，包括未亡配偶、子女、父母、兄弟姊妹、繼兄弟姊妹、繼父母或主要依賴受害人贍養的人；
- 兒童受害人、未成年目擊人、兒童父母、繼父母、祖父母、監護人、兄弟姊妹或繼兄弟姊妹；
- 非法拘禁或拐騙受害人；
- 人口販運受害人；
- 跟蹤受害人；及
- 犯罪人提起的搗亂誣陷訴訟的受害人。

如果認為自己有資格獲得受害人補償，可以向紐約州犯罪受害人委員會提交補償申請。您可以撥打 **1-800-247-8035** 索取申請表，亦可通過 犯罪受害人委員會網站下載申請表，網址為：

www.cvb.state.ny.us。您還可以向當地受害人援助計畫、警察局、醫院急診室或家庭暴力計畫索取申請表。如果需要他人幫助填寫申請表，請與倡導人聯繫。

犯罪受害人委員會向受害人提供經濟援助。

諮詢服務

如需諮詢服務，請聯繫工作場所員工援助計畫 (EAP) 或家庭暴力計畫，獲得相關建議。他們也許能提供您所需要的服務。如果不能提供您需要的服務，他們可能知道哪些顧問會對您有所幫助。如果擔心費用問題，可向顧問轉介人詢問價格浮動區間。當然，不能保證您對每個顧問都感到滿意。可能需要試用若干顧問，才會找到能與您合作的人。在決定顧問是否適合您時，他應符合以下條件：

- 將您的安全而不是和伴侶的關係放在首位。
- 願助您制訂滿足您要求的安全計畫，支持您自己做決定的權利。



- 相信您所說的話，認真對待您的問題及虐待情況，不對您作評判，不使您對以往的身體或性虐待感到羞恥。
- 不將伴侶的暴行歸咎於您，不要求您先作出改變，以求伴侶也改變。
- 不要求您將伴侶帶來一起諮詢。
- 在您希望的情況下，他願意讓反家庭暴力倡導人介入。
- 理解家庭暴力是因為控制欲，而非受氣惱、壓力或酗酒/使用其他藥物影響。
- 認真對待伴侶的控制行為對您產生的影響 - 身體、性、經濟、情緒及心理虐待。
- 尊重您的文化或宗教信仰。
- 不作如果您“也出手打伴侶”，您也是施虐者的結論，而是理解許多受虐婦女使用暴力是為了抵抗或保護她們自己。

我的孩子怎麼辦？

虐待伴侶的人同樣會虐待她們的孩子。然而，就算孩子不是暴力的目標，他們通常知道家中存在暴力，即使父母認為他們不知情。受虐婦女努力使孩子免于暴力，但並不總是可以做到。

儘管每個孩子都不一樣，但當看到父母一方虐待另一方時，卻都會受到影響。孩子在以下方面受到影響：

孩子通常會知道虐待的存在，即便父母認為他們不知情。

- 健康問題，如頭痛及胃病等；
- 發育問題，如尿床；
- 對包括非暴力父、母在內的他人有攻擊性行為；
- 學習問題，在學校難以集中精力；及
- 逃課。

孩子與您的關係是幫助他們應對家庭暴力的重要因素。您可以通過很多方式幫助孩子認識目前所發生的事情，這些方式可能在孩子成年後會有所幫助。



- **傾聽孩子的意見** – 您可能認為最好不要跟孩子談論家庭暴力，但通常對於孩子而言，暢所欲言地談論發生的事情，會對他們的成長有利。
- **讓孩子說出他們的感受** – 因暴力緣故，孩子可能會產生許多不同的感受和情緒。幫助孩子說出自己的感受，讓他們知道，無論感受如何都是正常的。
- **不要在背後說配偶的“壞話”** – 與孩子坦誠相待這一點非常重要，還要記住的是，他們可能仍關愛著另一位家長。讓孩子知道這沒錯，可以幫助減少他們的愧疚感或緊張感。
- **營造安全感** – 讓孩子感到安全及有人保護非常重要。花更多的時間與孩子呆在一起，給予孩子愛，與他們親近。每天花 10 分鐘的時間與蹣跚學步的孩子玩耍，可以讓他們久久感受到愛與安全。對孩子的要求要始終如一，包括紀律及按時完成家庭作業及吃飯時間等日常事務。

生活在家庭暴力中的孩子也可得到援助。許多家庭暴力計畫提供專門針對孩子的服務，包括諮詢服務與互助小組等。諮詢當地有關計畫，看能否幫助您的孩子，及/或他們是否可以推薦其他兒童服務。

如何幫助我的伴侶？

施虐者通常不會對他們的行為負責。他們將其歸咎於伴侶、壓力、酗酒或吸毒、發怒、失控、不快樂的童年、某人或某事。事實上，許多人都經受壓力、喝酒、用藥、生氣，在童年時受過虐待。但大多數人都不對他們的伴侶使用暴力及進行控制。

家庭虐待是因為某人想操縱及支配其伴侶。虐待並非失控導致。事實上，恰恰相反。施虐者通過各種方式控制他們的伴侶。思考一下：必要時他們

可以控制自己的行為。如果同事或商場營業員出錯，他們通常不會大打出手，但他們經常會以出錯為藉口虐待他們的伴侶。

除非對虐待行為負全責，不然他們不可能改變。



施虐者能夠改變，但很難。在利益攸關時，他們也許會覺得有必要作出改變。無論您的伴侶怎樣做，務必繼續規劃您的自身安全。

如果他參加施虐者輔導計畫怎麼辦？

大多數施虐者參加施虐者輔導計畫是因為法院責令他們去。法院責令施虐者參加施虐者輔導計畫，作為以觀其後效的方法。或法院希望施虐者的行為會有所改變。並非所有施虐者輔導計畫均為相同。採用的方式及目標都不相同。誰都無法保證參加輔導計畫後一個人的行為就會改變。因為並非所有的施虐者輔導計畫的運作都是將您的安全放在第一位，所以，請諮詢當地家庭暴力計畫，得到有關當地此類計畫的資訊。

儘管看似您的伴侶參加施虐者輔導計畫是邁出了積極的一步，但並不意味著他就會選擇停止他的暴力行為，或者您就是安全的。許多參加此類計畫的施虐者仍然惡習不改。安全計畫的制定應基於他目前的情況而不是您希望變成什麼樣子。

如果他戒酒或戒毒，應怎麼辦？

即使施虐者戒酒或戒毒，通常會繼續實施虐待。酗酒及濫用其他毒品並非導致家庭暴力的原因，儘管施虐者經常拿它來當作藉口。酗酒或吸毒的施虐者有兩個獨立存在的問題 - 虐待及酗酒/吸毒 - 應將它們區別對待。許多施虐者在戒酒或戒毒後會變得更加殘暴與危險。

許多吸毒及酗酒治療計畫向家庭成員提供諮詢會談，但此類服務對於受虐伴侶來說並不總是安全的。您可能因為自己的發言而受到虐待，或輔導員的言行給您帶來危險。另外，您的伴侶可能怪罪於您 - 您也可能指責自己 - 是伴侶酗酒行及對您虐待的原因。

酗酒與吸毒並非導致家庭暴力的原因。

如果決定告訴毒品濫用輔導員您正受到虐待，請不要在伴侶在場時說。如果伴侶正在虐待您，輔導員不應堅持要您參與上述服務。只有您自己才能決定，參與服務是否安全，還是拒絕參與比較安全。

夫婦諮詢有用嗎？

據參加過夫婦或家人諮詢的受虐婦女稱，夫婦諮詢于事無補，而且經常使情況變得更糟。對虐待問題或家庭暴力問題不瞭解的輔導員的言行可能會給您帶來危險。

夫婦諮詢以夫妻雙方能對他們的想法及感受暢所欲言為前提。如果其中一方虐待另一方，就不可能真實地將想法及感受說出來。受虐婦女在伴侶面前表達她們的感受，坦誠地說出虐待事實，通常是非常危險的。有些女性因為在夫婦諮詢會談中的敘述或未說的事而遭到威脅或毆打。如果發生上述情況，請私下告知輔導員。要求他們設法結束夫婦諮詢，而不讓您的伴侶知道是您要這麼做的。

**無論您的伴侶
有無改變，務
必繼續規劃您
的自身安全。**

兩人一道參加諮詢，表明您對伴侶行為有一定責任 – 您的伴侶可能已經這麼認為。施虐者的行為應由他自己負責，而不應由他人背負責任，他不可能改變，除非他對他的行為負全責。

調解及家長教育有用嗎？

有時法院規定受虐婦女與其伴侶一起參與某些服務項目。此類服務項目可能包括調解或家長教育。

調解用於幫助找到分歧，然後達成協定。許多法官對離婚及監護權訴訟下達調解令。不過，調解與夫婦諮詢都可能因同樣的原因帶來危險。受虐婦女在其伴侶面前說出其感受是危險的。該做法只有在雙方平等關係的基礎上才會有效。

有些受虐婦女選擇調解，感覺這樣能為自己及孩子爭取到更多權益。如果您選擇調解，務必事先與您的律師或倡導人討論您的目標及期望。清楚自己的談判底線。而且，還應就調解計畫諮詢當地家庭暴力計畫及調解人。

受虐婦女無需參加家長教育。如果法院命令您參加，請將受到虐待的事實告訴書記員，請求豁免參加家長教育。您也可以將虐待情況告訴家長



教育計畫人員，請求豁免參加家長教育。請求或獲得豁免不會影響案件的結果。如果決定參加，不應與伴侶在同一班級上課。

尾隨跟蹤

受虐婦女面臨的一個嚴重潛在安全風險就是被尾隨跟蹤。尾隨跟蹤是某人對另一個人進行騷擾性追蹤。有時跟蹤發生在陌生人或熟人之間，也發生在親密關係中。跟蹤可能發生在關係結束後或關係保持當中。許多被伴侶跟蹤的女性還會遭到伴侶的身體攻擊或性侵犯。

在紐約州，跟蹤屬犯罪行為。

在紐約州，尾隨跟蹤屬犯罪行為。根據法律規定，視跟蹤者行為而定，跟蹤罪分為四項。一般尾隨跟蹤行為包括：

- 尾隨或出現在您所去的地方；
- 時常開車經過或逗留在您的住處、學校或工作場所周圍；
- 不斷給您打電話，包括一接就掛斷；
- 向您發送無聊信件、卡片、電子郵件或禮物；
- 監視您的電話或電腦的使用；
- 損壞您的房子、車子或其他財產；及
- 採取其他措施控制、跟蹤或恐嚇您。

儘管可能外人看來，跟蹤者的某些行為並不危險或具威脅性，但尾隨跟蹤是一種嚴重的行為，需嚴肅對待。如果您被跟蹤，務必記錄所發生的事情。如果決定獲得警方或法院的幫助，這可以成為有效證據。每次發生時，您應記錄：

- 日期；
- 時間；
- 事件描述；
- 事件地點；及
- 任何目擊者，包括他們的姓名、地址及電話號碼。

“人們可能認為您的情況不值一提。別讓人家說您是反應過激”。

— 家庭暴力倖存者



技術安全

現代技術的使用，讓施虐者更加容易監控及跟蹤其伴侶的活動。如果您不能確定是否有人在監控您，請相信自己的直覺，尤其是當施虐者似乎對您的活動或您只對少數人說過的話瞭若指掌時。施虐者可能非常有執著，有創造力。一個人不用成爲“科技行家”，就可購買或使用監視監測技術。監視技術價格便宜，操作簡單。

電話

現在大多數人都有手機。這可以有助於安全。可另一方面，施虐者也可以利用它來監聽您的電話，跟蹤您的去處。大多數電話都有類似服務或功能，例如：來電顯示、電話記錄、回電服務(*69)、最後撥號儲存、全球定位系統(GPS)、“靜音模式”或“自動回應”。固定電話（普通電話）也可能存在上述某些風險。傳統“有繩”電話通常要比其他種類的電話安全。制訂安全計畫時請考慮上述因素。考慮離開後停用手機或另開手機新帳戶使用不同電話號碼等方案。

電腦

如果施虐者能夠使用您的電腦，他可以查看您曾經造訪過哪些網站，並閱讀您的電子郵件。施虐者還可能通過按鍵登錄技術或監視軟件遠程監控電腦活動。上述軟件將您的電腦發生的所有活動（電子郵件、造訪過的網站、即時資訊等）報告發送至施虐者的電腦上。注意：更換密碼或刪除記錄可能讓施虐者生疑。爲安全起見，在需要幫助或計畫逃脫時，請在圖書館、社區中心、網吧、工作場所或所信任的朋友家中使用電腦器。

錄音/像裝置

類似“Nanny Cams”的隱形照相機價格便宜，很容易買到。施虐者可以輕易地隱藏照相機，以監視您的活動。此類照相機體積非常小，與日用品相似。甚至嬰兒監控器也可用於監聽對話。由於施虐者可利用上述裝置進行監控，因此關閉或處理掉可能令伴侶生疑。務必小心謹慎。

跟蹤裝置

全球定位系統(GPS)裝置價格適中，體積小，易於隱藏。施虐者可將GPS裝置隱藏在您的車、珠寶、錢包、鞋及隨身攜帶的其他物品中。如果您覺得某個物品可能是GPS裝置，請不要丟棄。報警。如果安全的話，拍攝成照片。



保留與施虐者聯繫的證據，包括電子郵件、即時資訊或電話短信。保留所有的東西將有助於識破其行事模式、制訂安全計畫，為警方提供證據。至於證據，即便您已打印，請務必確保電子郵件訊息仍保存在您的電腦內。

技術在不斷改進和演變。如需瞭解技術安全方面的最新資訊，請使用 The Safety Net Project 網站 www.nnedv.org/SafetyNet

性侵犯

家庭暴力與性侵犯有時好像是一回事。性侵犯通常是受虐婦女最後才會談論的話題之一，因為它純屬私事。不過，非常普遍的是，受伴侶虐待的人也遭到他的性侵犯。事實上，性侵犯大多在認識的人之間發生。

性侵犯大多發生在認識的人之間。

許多家庭暴力計畫也提供性侵犯服務。如果您認為通過性侵犯計畫可以比家庭暴力計畫獲得更多服務，請致電紐約州家庭及性暴力熱線，要求轉介紹至所在社區的性侵犯計畫（有時又被稱作強暴危機中心）。

1-800-942-6906

紐約州家庭及性暴力熱線

TTY: 1-800-818-0656

西班牙語: 1-800-942-6908 TTY: 1-800-780-7660

紐約市內: 1-800-621-HOPE (4673) 或撥打 311

TTY: 1-866-604-5350

每日24小時,

每週7天



警方與法院

決定報警或提起訴訟

1994年，紐約州通過家庭保護及家庭暴力干預法案，該法案要求警察局將家庭暴力當作嚴重犯罪來對待。但是，所有有關安全的決定，報案是否為所處處境最有效的方法，您最有權定奪。

決定是報警還是獲得法院保護是很難決定。倡導人可以幫助您瞭解所在社區內的警局、法院及其它部門的功能。有任何顧慮或疑問，應隨時與家庭暴力計畫聯繫，及與倡導人商討。

獲得倡導人的幫助

本手冊以下章節將介紹與紐約州警方及法院可提供服務的基本資訊。體系在各社區的運作方法各不相同，也不存在與您情況完全相同的案例。為此，如果您正在考慮或已經報警或提起訴訟，建議聯繫當地家庭暴力計畫，與倡導人進行商討。

至於其他方面，家庭暴力倡導人還可以告訴您所在社區如何運作。他們可以幫助您權衡使用某部門的利與弊，“全面瞭解”整個程序，包括向警方報案、獲得保護令、提起侵害訴訟或申請監護權。

警方能為我作什麼？

如果您是家庭暴力的受害人，警方可以：

- 協助您找到安全的地方，遠離暴力。
- 告訴您法院如何幫您獲得保護令、兒童撫養令、監護令或探視令。



- 幫助您及孩子獲得醫療服務和治傷。
- 幫助您從家中獲得必需用品。
- 為您提供有關暴力的警方報告。
- 幫助您向刑事法院提起申訴，告訴您當地刑事法院及家事法院的地址。

報警

如果遇到緊急情況報警，警方必須到現場進行調查。警方如果要實施逮捕，必須要有足夠的證據證明某人傷害或威脅您，構成犯罪。這被稱作“充分根據”。

警方到達後，告訴他們：

- 發生了什麼（用您自己的話敘述）；
- （如果您知道的話）施虐者在
哪里；
- 是否使用了武器，如果是的，
武器在哪里；
- 是否有孩子及孩子在哪裏；
- 您是否受傷；及
- 是否有寵物受傷。

“警員出現時，如果感覺害怕或不知所措，您可以說，‘等一下，讓我理清一下頭緒’。”

- 家庭暴力倖存者

下面列出了可用作證據的物品。如果安全的話，請保存有助於案件審理的一切東西，包括：

- 您、您的孩子或寵物明顯傷痕（如割傷、瘀傷、紅腫或撕破的衣物）的照片；
- 個人財產損壞的照片，如電話、家庭、牆壁、窗戶、汽車或闖入的痕跡；
- 威脅便條或在傷害或恐嚇後向您致歉的便條，包括：
 - 書面信件、便條或卡片，
 - 電腦電子郵件，
 - 語音郵件或短信；及
- 您、鄰居、您的孩子、家庭成員、及看到或聽到所發生事情的人士提供的表述。



在什麼情況下警方會實施逮捕

紐約州制訂了“法定逮捕”法律，這意味著在某些情況下，警方必須實施逮捕。要實施法定逮捕，您與施虐者必須被視為“同一個家庭或家庭戶的成員”。這意味著您與施虐者存在著夫妻、或以前是夫妻關係、育有孩子、存在血緣關係、處於親密關係或曾有親密關係。（見 28 頁表圖）。如果符合該定義，且出現以下情況，警方將實施強制逮捕：

1994 年家庭保護及家庭暴力干預法案要求警方將家庭暴力當作嚴重犯罪來對待。

- “同一家庭或家庭戶”內的某個成員承認對另一名成員犯有**重罪**。
- 違反保護令的不許接觸規定。
- 違反保護令後進行“家庭犯罪”。（有些犯罪行為被稱為家庭犯罪，如果涉案人員是“同一家庭或家庭戶成員。”）
- 發生了**較輕**的家庭犯罪。（遇到該情況，如果您表示不願意警方進行逮捕，警方可以不實施逮捕，但警方不可問您是否希望實施逮捕。）注意，在該情況下，警方也可能違背您的意願而實施逮捕。

重罪：重罪是最嚴重的犯罪等級，可判處一年以上監禁。重罪例子有二級攻擊罪，該罪行導致嚴重身體傷害，如骨折，或使用武器傷害他人，導致在一段時間內的“長期持續疼痛或傷殘”。

輕罪：輕罪可判處高達一年監禁。輕罪例子有三級攻擊罪，該罪行導致引起“持續疼痛和傷殘”的身體傷害。

違規：違規有時被稱作“小過失”。從技術上來說，違規是犯罪。它可判處高達15天的監禁。違規例子有二級騷擾罪，該罪行包括口頭威脅、掌摑或推搡，但並未導致身體傷害。



法定逮捕法律也有例外。如果雙方均犯有輕罪，警方必須判斷誰是“主要攻擊者”。這意味著找出對事件負主要責任的人。該法案為警方提供一些考慮的因素，幫助他們確定誰是主要攻擊者。遇到此類情形，警方可僅逮捕主要攻擊者。確定誰是主要攻擊者的分析不適用於重罪案件。

有時也有因為“違規”而被逮捕。若警方目睹某些人違規，可實施逮捕。即便警方未親眼目睹，如果有傷害您的違規現象，您仍有權提出投訴。警方可能幫助您投訴或為您提供如何提起訴訟的資訊。如果需要的話，請向反家庭暴力倡導人諮詢程式為何。

如果伴侶多次對您騷擾或威脅，或您害怕以後會受到傷害，請告知警方，因為它可能成為警方控告施虐者觸犯輕罪而非僅為違規的證據。

2008年，紐約州家庭及刑事法對“家庭或家庭戶成員”的定義作了重大修訂。家庭或家庭戶成員現包括正（或曾有過）處於親密關係的人。該法案的影響之一是，法定逮捕法令現適用於該類人群。

家庭事件報告 (DIR) 表格及您的表述

家庭事件報告 (DIR) 表格是用於紐約州的表格。一旦警方接到家庭暴力報案，無論是否實施逮捕，必須填寫 DIR，並向您提供報告副件。報告應包括以下資訊：

- 受害人權益通知，說明您的合法權益，包括如何找到當地家庭暴力服務方面的資訊；
- 警員姓名及警徽編號，方便您在有疑問或需要向警方報告新增資訊時再次聯繫他們；及
- 如未實施逮捕，理由為何。

DIR 表格的一部分是您的表述。您的表述是對事件的書面描述。DIR 上的表述可能會呈送法院。請仔細寫出您的表述。如果英語不是您的母語，也不知道表上寫的是什麼，請要求翻譯服務，否則不要簽名。提供虛假表述是違法行爲。



DIR 是警方接到報案做出回應時所發生事件的正式記錄。您的律師可在家事法庭上使用該表，或由地方檢察官或法官在刑事案件中使用。務必保存 DIR 的副本備用。

實施拘捕時會發生什麼情況？

警方到達後，可能視犯罪行為，逮捕您的伴侶或發出庭傳票。如果實施逮捕，他們將把您的伴侶帶到警察局/轄區，進行預審，準備傳訊。傳訊在法院進行。傳訊時法官向被控的施虐者（此時被稱為“被告”）宣讀逮捕相關事實。包括指控（如，三級攻擊罪）及事件其他詳情。傳訊應在逮捕後 24 小時內進行。在傳訊時，法官可作出釋放被告、同意保釋或拒絕保釋的判決。根據被告下次返庭的可能性做出決定。務必做好自身安全規劃，因為您的伴侶可能會在釋放後試圖聯繫您。

您應假設他在逮捕後隨時可能被釋放。

在傳訊期間，可能發生以下情況：

- 可能為被告指定律師。
- 可能發佈保護令。
- 被告將被限令某日到庭。
- 可能指定助理地方檢查官 (ADA) 審理。
- 如果被告不會講英語或有聽力障礙，應提供翻譯員。

**您應假設施虐者
在逮捕後隨時可
能被釋放。**

紐約州各縣均通過選舉產生一名地方檢察官(DA)。地方檢察官辦公室由地方檢察官(DA)與助理地方檢查官(ADA)組成。有時他們又被稱作“控方”。地方檢察官辦公室代表紐約人民。檢察官與助理檢察官並不代表您個人。不過，如需瞭解案件資訊，您可致電檢察官辦公室查詢。您有權利這麼做。當地家庭暴力計畫可以協助您與檢察官辦公室的協調。注意，傳訊時的助理檢察官與指定處理該案件的助理檢察官可能不是同一個人。

如果您對傳訊程序存在疑問，可聯繫法庭及/或檢察官辦公室。法庭可以告訴您是否發佈保護令。如果不發，而您希望得到，可與檢察官辦公室討論。



很有可能在伴侶到庭之前無法獲得保護令。如果認為自己面臨危險，應打電話報警。

在傳訊後，檢察官辦公室或倡導人可能會與您聯繫。您可能被要求會見檢察官辦公室人員。該人將詢問事件經過，可能回答您的任何疑問。建議記下此人的姓名及電話號碼，以防今後有任何擔憂或疑問，可作聯繫之用。刑事案件的處理可能要花一段時間，請務必知道要瞭解情況時，應和誰聯繫。

出庭傳票：如果發出出庭傳票，您的伴侶必須到庭，並隨後擇日就指控進行審訊。出庭日可能要等幾天或更長時間。因此務必規劃自身安全。如果在您的伴侶出庭前又發生事件，應再次報警。

如果警方採取的措施不是您所期望的，怎麼辦？

有時警方採取的措施不是您所期望的。如果發生該情況，您可與家庭暴力計畫倡導人進行商討。他們可以告訴您可能選擇的方案。

如果您被逮捕怎麼辦？

有時受虐婦女會遭到逮捕。如果施虐者對事件經過撒謊，使警方誤認為他才是受害人，或警方未能正確識別主要攻擊者，可能會發生這樣的情況。如果您犯重罪，也可能被捕，即便您是出於自衛。

如果被逮捕，應立即請律師。如果您請不起律師，法庭必須為您指定免費律師。該律師被稱為公共辯護人。紐約州各個縣均設有公共辯護人辦公室，傳訊時會告訴您如何獲得公共辯護人。

請您的律師與處理您案件的助理地方檢查官聯繫，說明情況。如果警方以前曾處理過確認您為受害者的舉報案，務必將該情況告訴您的律師。請勿自行聯繫地方檢察官辦公室。如果您被控犯罪，您是“被告”，在律師不在場的情況下他們不得與您交談。

如果您被捕，反家庭暴力倡導人也可以為您提供幫助。他們可以幫助就可選方案進行整理，瞭解法庭程序，也可與您的律師和您商討。



何謂人身保護令？

人身保護令即法院頒發的文件，有助於保護您不被騷擾或虐待。通過保護令，法官可對您的伴侶的行為進行約束。所有法院（刑事、家事及最高法院）法官還可：

- 責令您的伴侶搬離並遠離您的住所、工作場所和家人（這被稱作“不能接觸”規定）；
- 責令您的伴侶停止虐待您、孩子及寵物；及
- 責令您的伴侶不得與您聯繫 - 包括打電話、寫信、發送電子郵件或通過他人傳話。

一旦發佈保護令，只有法官才可以進行更改。如果保護令有不能接觸規定，而您的伴侶闖入您的家中，他便違反了保護令，應予以逮捕。您可能認為他有充分的理由呆在您家中，如孩子過生日，但他出現在您家中，便是違反保護令。如果希望更改保護令，必須向法院提出申請。

保護令在美國任何一個州或地區有效，無論保護令發佈地為何。有時這被稱爲“充分信義與信賴”。如果保護令未過期，所涉及人員姓名正確，警方應視其爲有效並執行。

如何獲得保護令？

若要獲得保護令，您的案件必須交由法官審判。兩類法院可向家庭暴力受害人提供保護令 - 刑事法院及民事法院。

家事法院屬於民事法院，目的是保護您及您的家人。如果遇到以下情況，您可以向家事法院提請訴訟：

- 您是施虐者的合法配偶；
- 您已與施虐者離婚；
- 您與施虐者有血緣關係；
- 您與施虐者共有孩子；或
- 您與施虐者有（或曾有）親密關係。

2008年法律“家庭或家庭戶成員”定義修訂後的另一個影響是，保持（或曾有）親密關係的人現可通過家事法院獲得民事保護令。親密關係的例子包括正在（或曾經）戀愛、同居或同性戀者。



家事法院法官可頒發保護令，作出監護權、探視及兒童撫養費判決。法官可責令施虐者支付與虐待相關的費用，如醫療費用及財產損失補償。

獲得保護令的過程為：

- 您必須要求並向法院書記員呈交家庭犯罪訴狀。讓法院知道您是否希望住址保密。
- 法官通常會與您交談。您現在被稱作“訴請人”。
- 法官會決定是否頒發有效日直至下個出庭日的臨時保護令。法院會告知出庭日期。您的伴侶現被稱作“應訴人”，在該出庭日期也必須到庭。如果伴侶對頒發保護令不贊同，或“不滿意”，或對訴狀中的描述存在異議，法院將設定“事實認定聽證會”日期。在聽證會上，法院將判定是否頒發永久保護令。家事法院保護令有效日期最長為五年，視具體情況而定。您及伴侶在第二個出庭日到庭時，均可有法律代理。
- 警方必須將實施臨時保護令遞交給您的伴侶。

有時需等待數小時家事法院法官才能審理您的案件。作好長時間等待的準備，有時可能需要等待一天。有些法院為等候者提供兒童看護中心。對於沒有此類中心的法院，您也許應攜帶一名成人，當您出庭時，他（她）可照顧孩子。有些法院還設有兩間獨立的等候室，您可以與伴侶等候在不同的等候室。反家庭暴力倡導人通常可陪同您出庭，與您一起等待。

許多人感到獲得家事法院保護令使她們感覺較好，包括增加了自信及安全感。

刑事法院：不論您與施虐者關係如何，刑事法院都可在施虐者被指控後發佈保護令。在許多地區，刑事法院可能是鄉鎮法院。警方或地方檢察官可以向法院申請保護令，您也可以自行申請。與家事法院一樣，在結案前將頒發臨時保護令。臨時保護令有效期通常為兩個出庭日之間的時間長



度。根據施虐者被判定罪，永久刑事保護令的有效期可以在案件審理完畢後持續 2 至 8 年。有關程序詳情，請參見“實施拘捕會發生什麼情況？”

最高法院也屬於民事法院。如果您正辦理離婚、分居或取消婚姻，可以在庭審或宣判完成之前，隨時通過律師申請保護令。如果保護令成為最高法院頒佈的離婚令的一部分，保護令則永不過期。最高法院判決很難作出更改，而且費用很高。因此您申請的保護令應包括條款，允許家事法院今後作出更改。

您可以同時持有多家法院頒發的保護令。例如，您可能持有刑事法院發佈的保護令，但您需要監護權、探視權及兒童撫養費的判決。這時，您可能從家事法院另行獲得保護令，以解決上述問題。如果您因有好幾個保護令而有時弄混，或您不知道是否需要另外獲得保護令，請與倡導人進行商討。

如何決定向哪所法院提起訴訟？

在決定向哪家法院提交訴訟時，可能需要考慮以下事項：

- 只有符合以下條件，您才可選擇家事法院：您為施虐者配偶、與其離婚、存在血緣關係、共同育有孩子，與其有親密關係或曾有親密關係。
- 通過家事法院獲得臨時（或緊急）保護令較為容易。選擇家事法院，仍可提起刑事指控。
- 家事法院審理案件時，您必須到庭。
- 若要獲得刑事法院保護令，則必須提起刑事指控。
- 刑事案件對事件證據的要求高於家事法院案件。通常需要較長時間才能結案。
- 不論您是否參與，地方檢察官可決定全程跟蹤刑事法院審理案件的全部進展。
- 家事法院記錄保密，但庭審對公眾開放。
- 刑事法院的記錄及庭審均對公眾開放。



注意，是否選擇向刑事法院提起訴訟有時不由您決定。這種情況常常發生在當警方處理家庭暴力報案時，逮捕了施虐者。

上法庭可能是一件令人沮喪和煩惱意亂的事情。當地反家庭暴力倡導人可以在整個過程中為您提供很多幫助。

其他法院及資源

最近，其他種類的法院及資源不斷出現，專門幫助那些受伴侶虐待的人。它們是：家庭暴力法院、家庭暴力聯合法院及家庭正義中心。

家庭暴力法院設有一名法官、固定檢控團隊及專業人員（例如資源協調員及受害人倡導人）。根據各法院具體情況，此類法院可處理輕罪及重罪刑事案件。家庭暴力法院可緊密監控家庭暴力罪犯，因為他們處理的就是此類案例。

家庭暴力聯合法院設有一名法官，處理家庭暴力刑事案件及有關家庭問題，如監護權及探視權。部分此類法院亦可辦理離婚事。此類法院的設立可使受虐婦女不用去不同的法院申訴及向不同的法官尋求所需幫助。必須具備向家事法院提起訴訟的資格，才可在家庭暴力聯合法院處理您的案件。該法院將告訴您，您的案件是否已移交至家庭暴力聯合法院。

家庭正義中心將受虐婦女可能需要的多種服務集於一身。此類服務可能包括控方、警員、受害者倡導人、醫療救助及兒童服務。與家庭暴力聯合法院類似，家庭正義中心的幫助使受虐婦女無需去很多地方，就可獲得其子女及她們自己所需的服務。

並非所有社區都有上述法院及中心。最常見的是家庭暴力聯合法院。紐約居民生活的郡縣大多設有家庭暴力聯合法院。家庭暴力法院比較少見，家庭正義中心為最不常見。如果所在社區有法院，您的案件可能自動移送至該處。如需瞭解所在社區是否有法院，請致電當地家庭暴力計畫。



特殊人群

家庭暴力的老年受害人

老人可能成為包括家庭暴力在內的各種“虐待老人”案的受害人。有些婦女與施虐伴侶在一起生活了很多年。虐待很可能從他們戀愛、剛結婚、同居或懷孕期間就已經開始。有的人與非暴力伴侶生活了許多年，到了晚年才開始出現虐待問題。還有人在伴侶去世或離婚後有了新的關係。

對於所有年齡段的家庭暴力受害人而言，與施虐者分居並非總是最安全或最佳方案。在作出此決定時需考慮多種因素。家庭暴力的老年受害人有以下額外不利因素：

- **他們可能不認為自己被“虐待”。**電視及電影通常播出受虐婦女是帶小孩的年輕女性。這可能暗示家庭暴力不會在中老年時發生。同時，老年婦女可能因為從前性別角色、期望及可接受行為與現在不同，就容忍虐待。
- **她們可能在告發虐待後會感到羞恥，並害怕會引致什麼後果。**她們可能害怕不得不搬出離家或住到老人院去。有些女性擔心決策權落到服務提供者手裏。
- **可能有經濟方面的重重憂慮。**有些受虐老年婦女未受過正式教育，沒有獨立的經濟來源。許多健康不佳的受虐者擔心，因為自己受保于施虐者的醫療保險，並患有無法入保的健康問題，可能會失去保險。她們可能擔心無法就業或完全無法工作。她們可能感覺陷入困境。
- **家庭成員及成年子女也可能是擔憂的因素。**有些成年子女會支持並盡可能地幫助受虐母親。另外有些成年子女則設置重重障礙，鼓勵他們的母親忍受虐待，因為他們覺得，如果母親離開，他們可能要對施

對於所有年齡段的家庭暴力受害人而言，與施虐者分居並非總是最安全或最佳方案。



虐父親承擔責任。有些人站在施虐者的一邊，認為母親的職責是維繫家庭團結。

- **生活壓力可能讓女性難以應付。**有些女性可能從來沒有離開過伴侶或所出生的家庭單獨生活過。她們可能不知道還有別樣的生活。她們可能具有強烈的文化或宗教信仰，因而阻礙她們獲得幫助。家人或朋友的去世，孫子孫女的出世、退休及搬家等變故，也可能極大地影響女性的決定。

有些老人受到其他家庭成員的虐待 – 通常是她們的子女或孫輩。許多伴侶施暴時存在的問題也同樣存在於這些情況。如果老人漸漸難以自理，此類問題可能更加惡化。

注意，法律已經修訂，因此，如果您與施虐者有（或曾有）的親密關係，您現可以通過家事法院獲得保護令。有關這方面的詳情及您的所有合法權益，請參見本手冊“警方與法院”一節。

所有罪案的老年受害人可以獲得資源，包括家庭暴力計畫。紐約州老年人辦公室熱線號碼為：1-800-342-9871. 您也可以使用美國老人虐待中心(NCEA)網站：www.ncea.aoa.gov.

男、女同性戀、變性者及雙性戀受害人

家庭暴力也發生在同性戀女性及男性。受女性伴侶虐待的婦女或受男性伴侶虐待的男子在獲取幫助時，可能面臨更多障礙。獲得保護令或報警，意味著每次尋求幫助時都會將“自己的身份公諸於世”。受虐男、女同性戀求助的警方、法院職員及其它人，可能未受過處理同性戀家庭暴力方面的專門培訓。

不論什麼關係，如果您的伴侶通過情緒、性或經濟虐待，或身體暴力來控制您，這就是虐待。伴侶可能試圖指責您，或給出很多理由為施虐辯解，而不歸咎于自己的行爲。除使用異性戀施虐者所採用的所有手段外，同性戀施虐者可能還採用以下手段：

- 威脅將您的性偏好或性取向告訴您的家人、同事或政府機構；



- 讓您為自己的性經歷感到可恥；
- 寫便條和書信威脅可能曝光您的性取向；
- 威脅要使同性戀者團體疏遠您；及
- “將您的身份”告訴您的孩子。

反家庭暴力倡導人可以向您介紹當地社區互助小組，及針對受虐同性戀的其他服務。

注意，法律已經修訂，因此，如果您與施虐者有（或曾有）的親密關係，現在您可以通過家事法院獲得保護令。有關這方面的詳情及您的所有合法權益，請參見本手冊“警方與法院”一節。

欲知詳情及全州專門針對家庭暴力的男、女同性戀、變性者或雙性戀受害人的服務列單，請使用紐約市同性戀反暴力計畫：

www.avp.org/dvnetwork/main.htm

青少年

青少年戀愛暴力與成人家庭暴力基本相同：它是一個人對另一個人採取的，以建立並維持支配及控制的行為模式。該施虐行為可以是情緒、身體或性。施虐者通常將受害人與朋友及家人隔離，使她更加依賴自己。

許多青少年，不論男孩或女孩，都使用暴力。並非所有此類暴力都是青少年戀愛暴力。如上所述，當我們談論戀愛暴力時，我們不僅僅談論身體暴力。我們還談論在戀愛關係中使用支配及控制手段。

青少年存在一系列獨特的因素影響其戀愛關係的選擇，包括同伴壓力、對人緣的渴望、缺少戀愛經驗及將妒忌及控制行為誤解為“愛”。電影、音樂及視頻遊戲鞏固女孩屬於男孩，以及女孩受男孩主宰的觀念。

青少年可能將妒忌及控制行為誤解為“愛”。

家長及其它相關人可密切注視孩子是否表現以下危險跡象：

- 與朋友在一起的時間比較少了。
- 外表、成績或行為出現變化。
- 被告知如何著裝或不化妝。



- 不斷接到伴侶的來電、即時資訊及/或短信。
- 如果她與其他男性交談，伴侶會生氣。
- 被伴侶侮辱、謾罵或羞辱。
- 為伴侶的行為開脫。
- 伴侶讓她覺得，要不是他，她什麼都不是。
- 伴侶威脅說如果斷絕關係，他將自殘。

注意，法律已經修訂，因此，如果您與施虐者有（或曾有）的親密關係，現在您可以通過家事法院獲得保護令。有關這方面的詳情及您的所有合法權益，請參見本手冊“警方與法院”一節。

例如，有關青少年戀愛暴力方面的建議及詳情，請使用全國青少年戀愛暴力熱線，網址：www.loveisrespect.org

殘障人士

對於受虐殘障婦女，虐待性質不會有太大改變。不同的是施虐者可能利用殘障達到控制她的目的。同時，有些受虐殘障婦女只能依賴施虐者或他人來滿足基本需求。她們可能在做飯、醫療、經濟、個人護理或殘障設備等方面需要幫助。

施虐者可能利用伴侶的殘疾造成傷害，例如：

- 在失明婦女的去路放置障礙，使她摔跤；
- 將她賴以行走的輪椅拿走；
- 禁止聽障人士使用輔助裝置（如助聽器）；及
- 威脅將其送到福利機構或護理院。

施虐者還可能利用殘障誤導警方及他人。例如：

- 通過手語或 TTY 替她通話或解釋；
- 提供虛假醫療資訊；及
- 暗示她“愚蠢”、“懶惰”或“醉醺醺”。

如果殘障婦女想擺脫虐待，將存在許多風險。部分主要風險如下：

- 無法聯繫或找到服務提供者；



- 交通困難；
- 無法得到也支付不起住房；
- 溝通障礙；及
- 大眾普遍缺乏對殘障人士的理解，可能使他們難以獲得幫助。

有些婦女被威脅說，如果求援或結束關係，後果是失去照顧。這些婦女可能擔心在失去照顧後，她們不得不去福利機構或護理院。

有時，受虐婦女因遭受家庭暴力而致殘。這時，受害人經受更多創痛 – 家庭暴力事件及殘疾發作。她不得不面對許多挑戰及變化。因虐待導致的殘障包括實際身體殘障及更為嚴重的隱患，如腦部損傷、脊髓損傷及創傷後壓力心理障礙症 (PTSD)。

若需更多詳情，請使用生活路路通 (Barrier Free Living) 網站：
www.bflnyc.org

移民婦女

移民是指由其他國家遷移至美國的人。“有證”與“無證”是指某人是否具有合法居住在美國的文件（證件）。無證移民有時被稱作“非法移民”。

有些移民婦女被人騙到美國，這些人承諾只要到達美國，就可以找到好的工作或為她們包辦婚姻。可是，等她們到了美國後，她們的錢及身份文件被拿走，被迫賣淫或從事其他與性有關的工作，既沒有尊嚴，又面臨危險。有時這被稱作“人口販賣”。

**您有權在生活在
無暴力家庭中，
不論您是否具有
正式文件。**

施虐者可能警告，您如求援會找您麻煩，但實際上，如果施虐者被捕並自己本身也是無證，他可能被驅逐出境。您也可能在美國獲得合法身份，而無需施虐者的幫助。

如果您在美國具有合法身份，但英語講得不好，您應知道，可以得到幫助。例如，紐約州家庭及性暴力熱線可使用多達 120 種語言幫助人們。



特殊人群

有些機構及服務可以為不會講英語的人提供翻譯。

處理移民事務的機構是美國公民及移民服務局 (USCIS)。該局過去叫作移民歸化局 (INS)。作為移民婦女，千萬不要直接聯繫 USCIS。您應找一名專業移民律師幫您解決相關事務。必要時律師可以幫您與 USCIS 聯繫。請通過家庭暴力計畫尋找律師。

您有權生活在無暴力家庭中，不論您是否具有正式文件。如果您曾是家庭暴力或性侵犯的受害人，隨時可獲得幫助。請不要聽信把你趕出美國的威脅而不向他人求援。

即便當前您為無證，還是有其他方式可以確保自己的安全：

- 報警。
- 使用家庭暴力計畫。
- 聯繫性侵害危機中心。
- 申請某些受害人援助金。
- 獲得緊急醫療補助。
- 去急診室治療。
- 獲得保護令。
- 某些情況下申請合法居留身份。

欲知更多詳情，請使用 Legal Momentum 網站：
www.legalmomentum.org 本手冊將介紹更多資源。



朋友、家人及同事

我相信我的某個熟人正在遭受虐待，如何提供幫助？

許多受到伴侶虐待的人要麼不知道找誰求助，要麼求助無門。您願意伸出援手，能對受害人安全規劃起到重要作用。有這個意願與善心是好的，能作好為受害人提供所需幫助的準備就更好了。

家庭暴力的可能表像

家庭暴力的影響可體現在很多方面。注意此類影響，不僅有助於您更好地瞭解這樣的經歷，而且有助於發現某人是否正受到虐待。

身體傷害的可視跡象包括：

- 瘀傷、割傷、燒傷、被人咬傷的的疤痕及骨折；
- 懷孕、流產或早產期間時出現的創傷；
- 創傷未及時獲得醫療救治；及
- 許多處於不同癒合階段的創傷。

有些受虐待的人會試圖隱藏可能被他人看到的創傷。比如某人夏天突然開始穿長袖衫或高領衫，或在室內戴著太陽鏡，而此前從未如此。

可能因虐待而引起的疾病包括：

- 與壓力有關的疾病，如頭痛、背痛、頻發疼痛、胃腸病、失眠、進食障礙及總是無精打采；
- 與憂慮有關的症狀，如心悸、呼吸困難和“驚恐發作”；及
- 抑鬱症、考慮或企圖自殺、酗酒或其他毒品問題。



在工作場所，家庭暴力的影響體現在：

- 無法集中工作、缺勤或經常遲到，或頻繁請假；
- 施虐者到工作場所騷擾或通過電話騷擾；及
- 職業記錄不良，或失業。

您能注意到的行爲變化可能是虐待跡象的有：

- 某些人當伴侶在場時緊張、沉默或“易驚”；
- 過去經常與您在一起，但現在不再與您在一起；及
- 伴侶突然頻繁“檢查”，或兩人不在一起時，頻繁接到伴侶的電話、電子郵件或短信。

如何才能確定發生家庭暴力？

確定您所認識的某個人是否受到虐待的唯一辦法是向她詢問。請務必私下詢問。人們普遍認為受虐者不願意談論發生在他們身上的事。有些人確實試圖掩蓋虐待事實，但是他們這麼做的原因，通常是怕丟人、怕被伴侶發現、被指責、怕人不相信她，或被迫做沒準備好或沒有能力去做的事情。

簡單地說，如果您注意到某些令人擔心的現象，您可以對她說，“我注意到…，我很爲你擔心。我能幫上什麼忙嗎？”或者說，“你看起來心事重重，好像不開心。你可以現在或什麼時候說出來，我不會對別人說的。”

人們有時儘管對某人安全擔憂，仍不願去問她，因爲他們不想被認爲“多管閒事”，或恐怕提出幫助反遭人白眼。但是，外人無權過問“關上門後發生的事”的想法是家庭暴力得逞的部分原因。在第一次認識某人，她可能不會談及家庭暴力，但是當知道您是真心關心時，也許會找您傾訴。

讓她們知道您為她們的安全問題擔心，並願意提供幫助。



詢問時，應給予正面支持

為作好提供積極及力所能及的援助的準備，您可作以下事情。

- **瞭解家庭暴力** – 閱讀本指南；請教反家庭暴力倡導人；閱讀有關書籍；或上網閱讀，深入瞭解家庭暴力。瞭解有哪些可獲得的服務。
- **私下展開對話**，當有足夠時間時，在她願意的情況下，可深入長談。
- **不作任何不切實際的期望**，即“快速解決”家庭暴力或解除受虐婦女面臨的障礙。明白某個特定時間，也許最安全的方法是暫時不採取任何行動。
- **質疑並改變您可能對受虐婦女持有的任何錯誤看法及意見**。受虐婦女不是因為做錯了什麼而受到虐待。是因為她們的伴侶使用暴力及控制手段使其無法擺脫虐待關係。較好地能承認並幫助增添受虐婦女的勇氣、智慧及決策能力，才能更好地幫助她們。

您能採取的行動

- **相信她** – 讓她知道您相信她。如果您認識她的伴侶，請記住：施虐者在公共場合及私下的表現是不一樣的。
- **認真聽她說話**。仔細聽她說，並提問，確保您明白她表達的意思。不要作出判斷與提建議。通常通過她的表述就知道她需要什麼。
- **鼓勵她的長處**。根據她所告訴您的，及您所見到的，指出她制訂的方案中的處理問題、解決問題，顯示勇氣與決心的長處。即便她的嘗試未取得完全成功，也應幫助她積累她的優勢。
- **體諒她的感受**。婦女通常有自相矛盾的感受 – 愛與害怕、內疚與憤怒、希望與悲傷。讓她知道這些感受是正常的。
- **不要指責受害人**。告訴她虐待不是她的錯。告訴她虐待是她伴侶的問題，應由他負責，但不要在背後說他的“壞話”。



- **認真對待。**如果擔心她的安全，只需告訴她您為她擔心，而不要下結論說，“您的處境非常危險，我非常擔心您的安全。”
- **提供幫助。**提供具體的幫助與資訊。如果她需要您做一些您願意做，而且有能力做的事，就去做吧。如果您無法或不願意去做，請如實告訴她，幫她尋找其他途徑，滿足她的要求。然後看您是否可以在其他方面提供幫助。
- **與她一道規劃安全。**安全規劃的關鍵在於把握問題，考慮所有可選方案，評估各個方案的風險與益處，找到降低風險的方法。提供建議、資源與資訊。
- **支持並尊重她的決定。**記住：受虐婦女作出的每一項決定都伴隨著風險。如果您真的想幫助她，請容忍並尊重她的決定，即便您對這些決定持有異議。

應做與不應做的

應該：

- 詢問。
- 表示關心。
- 聆聽與贊同。
- 提供幫助。
- 支持她的決定。

不應該：

- 等她來找您。
- 評價或指責。
- 向她施壓。
- 要她聽您的。
- 有條件地支持。



資 源

家庭暴力熱線

當地熱線可向您提供所在社區家庭暴力資源有關資訊。如需知道當地家庭暴力計畫熱線號碼，請致電紐約州家庭及性暴力熱線。

紐約州家庭及性暴力熱線

1-800-942-6906

TTY: 1-800-818-0656

西班牙語 1-800-942-6908

西班牙語 TTY: 1-800-780-7660

紐約市內: 1-800-621-HOPE (4673) 或撥打 311

TTY: 1-866-604-5350

如要瞭解各縣家庭暴力熱線列單，請使用：

www.opdv.state.ny.us/whatisdv/dvhotlines.html

紐約州其他資源

紐約州其他資源

紐約州兒童虐待熱線

1-800-342-3720

紐約州成人虐待熱線

1-800-342-3009, 按選項6

紐約州老年人辦公室熱線

1-800-342-9871

紐約州衛生廳 - 健康成長熱線

1-800-522-5006

TTY: 1-800-655-1789

- 提供健康護理、營養及其它健康與人類服務相關資訊。



紐約州其他資源

一般服務

紐約州家庭暴力預防辦公室

www.opdv.state.ny.us

紐約市反對家庭暴力市長辦公室

www.nyc.gov/html/ocdv/html/home/home.shtml

紐約州反家庭暴力聯合會

www.nyscadv.org

紐約州反性侵犯聯合會

www.nyscasa.org

兒童服務

紐約州兒童與家庭服務辦公室

www.ocfs.state.ny.us

提供下列相關資訊：

- 兒童虐待；
- 兒童保護服務；
- 尋找托兒服務；
- 成人保護服務；及
- 各縣社會服務部門列單。

預防資訊資源中心/家長熱線

1-800-342-7472

www.preventchildabuseny.org

刑事司法

受害人每日資訊及通知 (VINE)

1-888-VINE-4NY (846-3469)

www.docs.state.ny.us/vine.html

www.vinelink.com

經濟援助

紐約州犯罪受害人委員會

www.cvb.state.ny.us

- 向罪案受害人提供經濟補償，以支付某些受害相關的費用。

總部，奧伯尼: (518) 457-8727

紐約市辦公室: (718) 923-4325

布法羅辦公室: (716) 847-7992

熱線: 1-800-247-8035

**紐約州勞工廳**

www.labor.state.ny.us

提供下列相關資訊：

- 失業保險。

紐約州臨時救濟及殘障補助辦公室 (OTDA)

1-800-342-3009

www.otda.state.ny.us

提供下列相關資訊：

- 臨時救濟；及
- 糧食券。

一站式中心

www.workforcenewyork.org/onestops.htm

- 就業協助。

健康**紐約州衛生廳**

www.health.state.ny.us

提供下列相關資訊：

- 醫療照顧及醫療補助；
- 家庭醫療加健計畫（成人醫療保險）；
- 兒童醫療加健計畫（兒童醫療保險）；
- 婦、嬰、兒童營養補助計畫 (WIC)；
- 產前護理援助計畫 (PCAP)；及
- 老人藥品保險 (EPIC)。

紐約州愛滋病/愛滋病毒資訊服務

1-800-541-AIDS (2437)

www.nyaidslines.org

紐約州酒精毒品濫用服務辦公室 (OASAS)

1-800-522-5353

www.oasas.state.ny.us



全國資源

全美家庭暴力熱線

1-800-799-SAFE (7233)

TTY: 1-800-787-3224

www.ndvh.org

全美性侵犯熱線

1-800-656-HOPE (4673)

www.rainn.org

全美青少年戀愛虐待熱線

1-866-331-9474

TTY: 1-866-331-8453

www.loveisrespect.org

艾米勇氣基金 (Amy's Courage Fund) , 全美制止家庭暴力網路 (前身爲希望之門直接援助基金 (Doors of Hope Direct Assistance Fund))

(202) 543-5566

<http://www.nnedv.org/projects/amysfund.html>

ASISTA

www.asistaonline.org

- 移民家庭暴力及性侵犯倡導人及律師資訊。

家庭暴力預防基金

www.endabuse.org

- 移民及其它家庭暴力資訊。

美國人道協會

www.hsus.org

- 動物虐待與家庭暴力之聯繫資訊。

LawHelp.org

www.lawhelp.org

- 幫助在所在社區內找到法律援助。

全國人口販運資源中心

1-888-373-7888

www.acf.hhs.gov/trafficking/hotline/index.html

婦女暴力線上資源 (VAWOR)

www.vaw.umn.edu/

(明尼蘇達州反暴力與虐待中心 — MINCAVA)

www.mincava.umn.edu/

WomensLaw.org

www.womenslaw.org

- 各州家庭暴力法律資訊與資源。



請從手冊中撕下本頁，將其放在安全的地方。

需要幫助或服務時，通常很難記得必須記住的所有姓名、電話號碼及場所。您可利用下面的空間記錄合作人士的聯繫資訊。您可以任何有助記憶的方式設定該表格。您可能需要記錄的人及場所包括：

- 反家庭暴力計畫倡導人；
- 助理地方檢查官；
- 警方；
- 法院；
- 律師 - 家事法院律師、移民律師、離婚律師等；
- 醫院/醫療門診部；及
- 就業中心。

姓名: _____ 機構: _____

地址: _____

電話: _____ 電子郵件: _____

姓名: _____ 機構: _____

地址: _____

電話: _____ 電子郵件: _____

姓名: _____ 機構: _____

地址: _____

電話: _____ 電子郵件: _____

姓名: _____ 機構: _____

地址: _____

電話: _____ 電子郵件: _____

請翻到另一面



個性化資源

姓名: _____ 機構: _____

地址: _____

電話: _____ 電子郵件: _____

姓名: _____ 機構: _____

地址: _____

電話: _____ 電子郵件: _____

姓名: _____ 機構: _____

地址: _____

電話: _____ 電子郵件: _____

1-800-942-6906

紐約州家庭及性暴力熱線

TTY: 1-800-818-0656

西班牙語: **1-800-942-6908** TTY: **1-800-780-7660**

紐約市內: **1-800-621-HOPE (4673)** 或撥打 **311**

TTY: 1-866-604-5350

每日**24**小時,

每週**7**天

要事記錄: _____

鳴謝

紐約州家庭暴力預防辦公室感謝以下家庭暴力互助小組及計畫工作人員，為本手冊2008 修訂版所作的重要貢獻：紐約科特蘭援助暴力受害人計畫；紐約奧伯尼 Equinox；紐約市婦女之聲 (VOW)；紐約市同性戀反暴力計畫。除提供意見之外，該冊子所有引述均出自上述互助小組。

本刊物最初版由家庭暴力預防辦公室與一系列非贏利組織及州機構編撰。

本指南線上版可通過 <http://www.opdv.state.ny.us/help/fssch/contentsch.tml/> 獲取。

(版權) ©1996□2000□2008 紐約州家庭暴力預防辦公室。(NYSOPDV)

版權所有。

如果要求准許使用該刊物的任何部分內容，請按下面所列位址，將書面申請寄至機構法律顧問處。請標明所請求的章節，材料作何用途以及在哪出版。未得到紐約州家庭暴力預防辦公室明確授權，不得翻印本材料。



紐約州家庭暴力預防辦公室
80 Wolf Road, Albany, NY 12205
(518) 457-5800 傳真 (518) 457-5810

1-800-942-6906

紐約州家庭及性暴力熱線

TTY: 1-800-818-0656

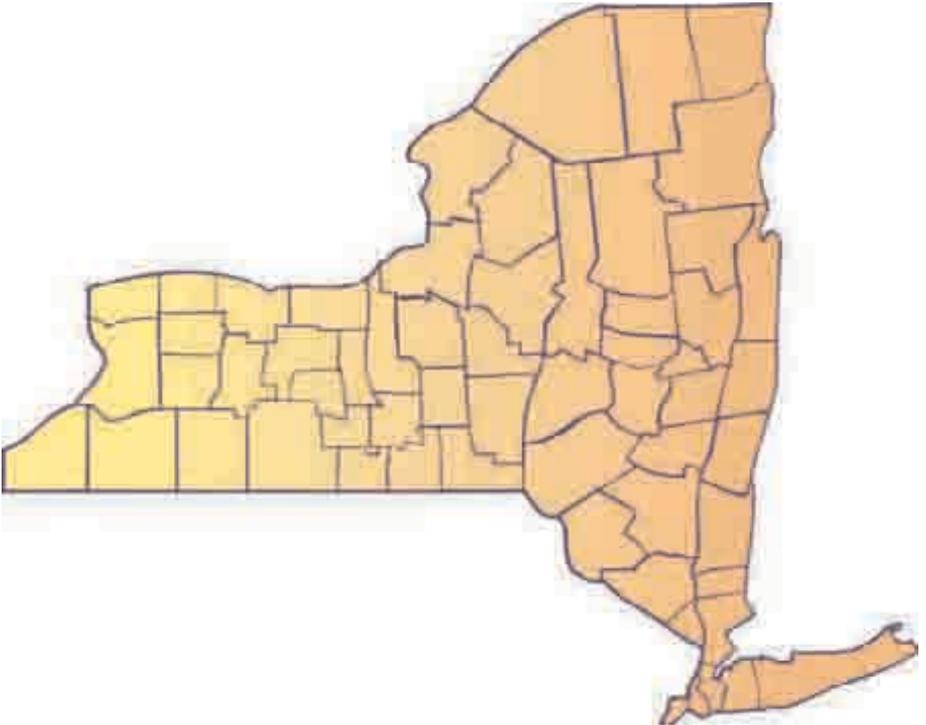
西班牙語: 1-800-942-6908 TTY: 1-800-780-7660

紐約市內: 1-800-621-HOPE (4673) 或撥打 311

TTY: 1-866-604-5350

每日24小時,

每週7天



紐約州

家庭暴力預防辦公室