

# 家暴

## (信息和支​​持服务)



### 我如何识别家暴

家暴有许多形式，例如身体、语言、情感、心理、性、财务和精神虐待。

家庭暴力可以出现在所有的关系类型中，包括目前和曾经的结婚对象、普通法伴侣和约会对象。在性别多样化的关系中以及各个年龄段（从年轻人到老年人）都会发生。受害者可能会遭受孤立、骚扰、侮辱、恐吓、威胁、身体和性暴力以及情感勒索。儿童也很脆弱。他们可能会在家中直接遭受虐待或目睹受暴力侵害，从而对他们现在和以后的身心健康产生负面影响。

### 如何寻求帮助



#### 受害者

如果您是家暴受害者或认为您可能成为家暴受害者，那么即使在疫情时期，也有一些人关心并准备好倾听您的声音。**如果您和/或您的孩子即将发生危险，请致电 9-1-1。**

- 您可以联系您当地的过渡房、家暴服务机构、第二阶段居所或危机热线。单击以下链接以获取有关服务的信息：[Support Services for Victims of Abuse \(为家暴受害者提供的支持服务\)](#)。
- 即使不是紧急情况，警察也可以为您提供帮助。
- 无论您与施虐者保持关系还是断绝关系，都有可以帮助您保持安全的工具。这些工具是免费的。点击这里[www.legal-info-legale.nb.ca/en/safety-planning](http://www.legal-info-legale.nb.ca/en/safety-planning)。您还可以致电服务提供商之一，他们可以通过电话帮助您做安全规划。
- 如果离家最安全，您可以离开出走。如果家里是一个危险的地方，则您不应该把自己关在家里。
- 如果您需要更多帮助以确保自身安全，可以申请紧急干预命令，这是受害人可以在紧急和严重情况下申请的法院命令。有关更多信息，请访问：[www.legal-info-legale.nb.ca/en/emergency\\_intervention\\_orders](http://www.legal-info-legale.nb.ca/en/emergency_intervention_orders)。



#### 儿童

如果你是身处暴力家庭中的儿童或青少年，则家庭生活可能会充满变数，难以应对甚至令人恐惧。我们担心你的安全和健康。有人关心你并准备倾听你的声音。

- 如果你和/或家里的其他人有危险，请致电9-1-1。
- 你可以得到帮助。使用儿童帮助电话（1-800-668-6868）进行通话、短信或实时聊天，或访问其网站（<https://kidshelpphone.ca/>）或致电或访问CHIMO（[www.chimohelpline.ca/](http://www.chimohelpline.ca/)），1-800-667-5005。
- 如果你家里发生打斗或暴力，请远离正在发生的事情。找一个安全的地方。



#### 旁观者

如果您是家庭成员、朋友、邻居或同事，并且您知道或怀疑某人是家暴受害者，那么您的支持则很重要。倾听，不做评判。让他们用自己的语言以自己的速度讲述自己的故事。告诉受害者您相信他们。您的家人、朋友、邻居或同事可能会感到耻辱，并且很可能会感到恐惧。您的时间和关注会改变他们的困境。

- 如果您或您的家人、朋友、邻居、同事有直接危险，请致电9-1-1。即使不是紧急情况，警察也可以为您提供帮助。
- 您可以联系您当地的过渡房、家暴服务机构、第二阶段居所或危机热线。单击此处获取[Support Services for Victims of Abuse \(虐待受害者支持服务\)](#)的服务信息。
- 要了解有关家暴以及如何提供帮助的更多信息，请访问“Love Shouldn't Hurt Campaign”（爱不该伤害）运动的网址：[www.gnb.ca/violence](http://www.gnb.ca/violence)。

单击此处了解有关家暴、亲密伴侣暴力或性暴力的更多信息。

[www2.gnb.ca/content/dam/gnb/部门/eco-bce/WEB-EDF/暴力/PDF/en/DIVPFactSheet-EN.pdf](http://www2.gnb.ca/content/dam/gnb/部门/eco-bce/WEB-EDF/暴力/PDF/en/DIVPFactSheet-EN.pdf)



#### 改变自己的暴力行为

不再使用暴力的人说，最困难的是承认他们需要帮助来改变其行为。改变自己的行为需要勇气，但可以带来终生的回报。

- 如果您的家人害怕您，或者如果有人对您说您的行为令人恐惧，那么您可能需要考虑改变您的行为方式。
- 改变是可能的，这需要勇气、努力和决心。新不伦瑞克省有一些服务可为您提供学习改变行为的项目和支持。请浏览PLEIS-NB的网站（[www.legal-info-legale.nb.ca/en/uploads/file/pdfs/Abusive\\_partners\\_Eng.pdf](http://www.legal-info-legale.nb.ca/en/uploads/file/pdfs/Abusive_partners_Eng.pdf)）。