

他們用雙語的工作者或口譯員來幫助只會講很少或完全不會講英語的人士。

求助可能是一個困難的步驟——但那是獲得較和睦的家庭生活的第一個步驟。

有朋友或親戚正在經歷家庭暴力的人也可以幫助受害者。不要告訴她她一定是在誇張、或是“對他要更有耐性”或是“要更努力”，而應該相信她和給她支持。社區人士可以幫助的方法是抨擊家庭暴力和表示這是不能接受的。

家庭暴力使整個家庭受損

DOMESTIC VIOLENCE HURTS THE WHOLE FAMILY

在這篇文章出版時，上述的電話號碼是對的，
但沒有不斷地更新。你可能需要查看電話簿上的電話號碼。

REVIEWED
April 2003
NSWMulticulturalHealthCommunicationService

NSW Multicultural Health Communication Service
website: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>
e-mail: mhcs@doh.health.nsw.gov.au
phone: (02) 9382 8111

如果你認為婦女離開安全的家，在街上行走最易受到暴力的襲擊，你就錯了。

婦女們在自己的家內被她們同住的人襲擊的可能性較高。受家庭暴力影響的婦女有各種年齡的和來自各國的。這種虐待採取多種不同的形式。

除了向身體施暴外，也可能包括恐嚇、侮辱或性侵襲，也可能包括干擾某人的人身自由，例如：不准她們與家人或朋友在一起、或不給她們應得的錢。這些虐待有一個共同點——就是某人（通常是男士，但偶然也許是女士）利用這些方法來控制他的伴侶和有時控制家裏的其他成員。

有些人認為這種虐待是私人的事，應該由當事人的家庭自行處理。但是在澳洲，家庭暴力是一種罪行。家庭有權受到保護，以免受家庭暴力的影響。如果隱瞞這種事情，則該種虐待事件會繼續發生，使家人的生理和情緒都受到損害。如果不採取行動來對付，則該種虐待事件通常會變本加厲，有時導致重傷或死亡。

即使只是一個人——通常是某男士的伴侶——受到虐待，家中的其他人仍會受到影響。在這種家庭中長大的孩子們可能會產生問題——他們可能感覺不能信任成人，尤其是男士；他們可能會酗酒或服用其他使人上癮的物品。當他們長大後有自己的伴侶和孩子時，他們可能會虐待這些人。因此，我

們不能說家庭暴力是不關其他人的事——這是影響整個社會的問題。

很多婦女長年累月地忍受家庭暴力。有時這是因為她們感覺那人是“應該”這樣對待她們的、或她們由於其他問題（例如嗜賭、酗酒或人際關係的問題）而原諒了那人。其實沒有人應該受到這種虐待，而且無論是什麼原因，也不應該虐待別人。

婦女們可以用什麼方法來保護自己和自己的孩子，以免受家庭暴力的影響呢？有可以幫助受害者的服務，他們提供輔導、法律的指導或緊急的住宿。全科醫生、社區保健中心或婦女保健中心可以介紹你去這些服務機構。撥家庭暴力熱線電話 1800 656 463 也可以獲得資料。如果你很難用英文與別人溝通，翻譯及口譯服務（Translating and Interpreting Service）131 450 可以幫助你打電話。如果某婦人決定了離開那個傷害她的人，她可能需要法律的指導和幫助來取得恐防暴力令（Apprehended Violence Order, 簡稱 AVO）。這是一種法律程序。其作用是警告某男子不得襲擊、威脅或恐嚇他的伴侶。如果他違反該法令，他可能會被警察逮捕。

在本地法庭內的內庭裁判司（Chamber Magistrate）可以提供法律指導和幫助你取得恐防暴力令。有些法庭並且設有家庭暴力受害者援助計劃（Domestic Violence Assistance Scheme），