

Occupational Health & Safety Council of Ontario (OHSCO)

工作场所预防暴力系列



您上班的时候家庭暴力没有停止

怎样寻求帮助或支持一个可能需要帮助的同事



OHSCO
Occupational Health & Safety Council of Ontario

如果您在家里或在工作中受到虐待，您并非孤立无援。无论您是受害者或对此担忧的同事，您的工作场所或社区里的人们可以帮助您。这个小册子描述了家庭暴力的警示信号，以及您可以采取哪些步骤寻求所需的帮助或向有需要的同事提供支持。

家庭暴力

家庭暴力是一种行为模式，是一个人对他或她有过亲密关系的人施威及控制。这个模式可以包括躯体暴力，性威胁，情绪恐吓，心理威胁，言语侮辱，跟踪，以及用电子装置骚扰和控制。

谁是家庭暴力的受害者？

任何人都可能成为家庭暴力的受害人，无论其年纪、种族、宗教信仰、性取向、经济状况或教育程度。施虐者可能是现在的或以前的配偶或伴侣、亲戚或朋友。

家庭暴力可能发生在下列人之间：

- 现在或以前的亲密伴侣；
- 成年人或青少年；
- 任何种族、经济、教育和宗教背景的人；
- 处于异性恋和同性恋关系的人，他们：
 - 同居或分居，
 - 已婚或未婚，
 - 处于短期或长期关系。

虽然男性也可能是家庭暴力的受害人，但这样的受害人绝大多数是妇女。



家庭暴力常见吗？

从 2002 年至 2007 年，安大略省审查了 230 位同家庭暴力相关的死者（妇女 142 人，儿童 23 人，男子 65 人）

- 大多数男死者是施虐者，是在杀死或企图杀死伴侣或前伴侣后自杀的。
- 92% 的案子中女性是受害者，而男性是施虐者的案子占了 92%。
- 家庭凶杀案里最常见的危险因素是事实分居或等待分居。

《安大略省法医家庭暴力死亡审查委员会年报》指出，受害者为女性的案子占大多数，而施虐者是男性。因此，这个小册子里当谈及受害者时用“她”，当谈及施虐者时用“他”。

家庭暴力的警示信号*

如果您见到过下列行为，或您自己做了其中某些事，可能就应该采取行动了：

施虐者

他贬低她。

他一直说个不停并且主导谈话。
他总是检查她，在她工作时也是如此。
他试图暗示他才是受害者并且装出抑郁的样子。
他试图让她远离家人和朋友。
他做出好像他拥有她的样子。

他撒谎美化自己或者夸大他自己的优点。
他在家里表现出高人一等而且比别人更有价值的样子。

受害者

她可能老是认错道歉，并且为施虐者的行为找借口，或者有时变得不讲理和恼怒。

她当施虐者在附近时她会紧张。

她似乎比平常生病的次数多并且经常不去上班。

她试图掩盖她的伤痕。

她在最后一刻找借口取消或推迟见朋友/家人。她试图在街上避开朋友或家人。

她似乎伤心、孤独、不愿见人，而且害怕。

她用药物或酒来应付现实。

*注意：关于家庭暴力的警示信号和危险因素的研究集中在施虐者为男性、受害者为女性。同样的警示信号是否会适用于施虐者为女性、受害者为男性，或是施虐者和受害者为同性的情况尚不知道。

高危信号

如果出现了下列情况，危险就可能会更大：

施虐者

能接近她和她的孩子。
能拿到武器。
有虐待她或别人的历史。
曾威胁如果她要离开他的话，就要伤害或杀死她。他说：“如果我不能拥有你，谁都不能。”
威胁要伤害她的孩子、她的宠物或毁坏她的财产。
曾威胁要自杀。
曾打过她，并且/或者掐她脖子。
正在经历重大的生活变化（如工作、分居、抑郁症）。
深信她正与别人交往

责怪她毁了他的生活。

不为他的行为寻求帮助。
监视她的行动，偷听她的电话谈话，偷看她的电子邮件，并且跟踪她。
难以保住工作。
吸毒或每天喝酒。
无视法律。

受害者

刚分居或正打算离开。

为自己的生命和孩子们的安全而感到害怕。

正在为监护权而奋争，或者她有孩子来自以前的关系。
捲入了另一段关系。
在人前掩盖伤痕。
离开工作就没有电话可用。

面临其它障碍（如不会讲当地语言、还不是合法的加拿大居民、住在一个偏远的地区）。

没有家人或工作以外的朋友。

在安大略省，许多家庭暴力致死的情况发生在伴侣关系正要结束或分居后。如果您有一个暴虐的伴侣、刚分居或正在考虑分居，应向外界求助。和您信任的人谈谈。

严肃对待跟踪。在亲密关系中的女性伴侣被凶杀或杀人未遂案件中，跟踪被认为是主要危险因素之一。如果您有限制令的保护，也不能保证施虐者会遵从限制令。当您在被跟踪或限制令遭到违背时，应向警察和雇主报告。



家庭暴力如何影响您的工作

您离家上班并不会阻止家庭暴力。如果您和施虐者在同一个单位工作，它能跟随您到班上，或在那里继续。

施虐者会试图用以下的一些方式在家以外场合控制您。

企图通过以下做法来阻止您上班或找工作：

- 藏起或偷走您的车钥匙或车费来妨碍您的交通
- 把您的身份证件藏起来或偷走。
- 如果您是受担保来的，威胁要遣返您。
- 没来照顾你们的孩子。
- 限制您的人身自由。

采用以下方式在您工作时妨碍您：

- 经常给您打电话或发送许多电子邮件。
- 跟踪并且/或者监视您。
- 来到您的工作场所用一些问题纠缠您的同事们（您在那里，您和谁在一起，您什么时候回来，等等）。
- 向您的同事们撒谎（您今天病了，您在外地，您在家照顾生病的孩子，等等）。
- 威胁您的同事们（如果你们不告诉我，我就会……）。
- 对您或您的同事们恶语相向。
- 对您和他人（例如同事们）的关系上表现出嫉妒和控制性的行为。
- 毁坏您的或您单位的财物。
- 暴力伤害您及 / 或您的同事们。

切记受害者及其同事们均可能受到上述行为伤害。

即使您生活在家庭暴力当中，也并不总是能轻易识别家庭暴力的行为、手段及征兆。家庭暴力不只是身体暴力，生活在暴虐关系中的受害者都报告境况随着时间的推移会恶化。

如何帮助同事

如何支持受害者的一些建议如下：

- 告诉她您所看到的事实，并且让她确信您很担心，告诉她您相信她，那不是她的错。
- 如果她不愿意马上告诉您受虐的事，您可以温和地说：“我注意到您好象心烦，我担心您及您的安全。请记住，只要您想谈，就可以找我。”要耐心。她慢慢就会敞开心扉。
- 让她知道您担心她和她孩子们的安全，而援助是可以找到的。虐待不会自行终止，而是会愈演愈烈。
- 用非评判的方式来倾听她的诉说，表达担心和支持时要小心，不要建议她可以采取什么行动。
- 如果她计划要离开的话，鼓励她避免和她的配偶有直接冲突。她的安全必须受到保护。
- 让她知道您或她可以给受虐妇女求助热线及当地的庇护所打电话，或者在紧急情况下，给警察打电话。提出当她找雇主谈时，可以给予她支持。

如何帮助施虐者的一些建议如下：

- 选择适当的时间和地点进行一次全面的讨论。
- 当他平静的时候接近他。
- 直接明了地说出来您所见到的情况，并表示他的行为是不适当的。
- 告诉他要对自己的行为负责。避免对他个人作出评判。不要认可他把自己的行为归咎于他人的企图。
- 让他知道必须停止其行为，他可以向雇员协助计划或社区辅导咨询寻求帮助。
- 告诉他您担心他的伴侣和孩子们的安全。
- 绝对不要就他的虐待行为和他发生争执、或暴力干涉。要认识到对抗性的、争执性的举措可能会使情况恶化，并且增加受害者的危险。
- 如果您怀疑一个同事可能有暴虐行为，报告您的主管或雇主。
- 如果您认为受害者的安全处于危险中，要报警。

务必保持您自身的安全。发生袭击时不要劝架。在紧急情况下要打电话报警。

同事们帮助受害者的最好方法可以通过保持她的信任、保守秘密、以及关心她的安全。同她谈话，让她知道您相信她并鼓励她寻求帮助。

同施虐者交谈可能会令人感到困难。您可能担心他的暴力会转向您或您的同事。然而，千万不要无视虐待行为，因为如果什么也不做会使事情变得更糟。警察和辅导咨询员受过训练，会做出相应反应。如果您担心安全，要寻求外界援助。



向您的雇主寻求帮助

雇员的安全是您雇主的一项首要工作。雇主可以同您一起减少发生暴力的风险。

您的雇主有能力帮助您。您的雇主应在限制知情的范围内保守您的秘密，但也也许能够采取某些措施来帮助您和您的同事。以下是您可以采取的一些行动：

- 请您的雇主帮助制订一个安全计划，考虑到您工作时的需要。
- 向您的雇主通告您遭到的所有恐吓和虐待行为。
- 请求是否可以筛查您的外部来电，或是否可以改变您的电话号码，及/或拦截施虐者发来的电子邮件。
- 请求靠近办公楼的优先停车位，或派人护送至公交车或您的车。
- 请求工作调动，并对您的新地点保密。
- 探讨其它的工作方式（例如，调整上下班时间），这样您的工作规律就不那么容易预测。
- 给保安人员或前台接待提供一个施虐者的近照或描述，以便他们能认出他。

雇主一旦意识到家庭暴力已经或可能进入工作场所，就必须采取措施保护包括受害者在内的所有雇员。

增强自身安全还有如下办法：

- 向雇员协助计划、社区治疗师、当地妇女庇护所、或受虐妇女帮助热线寻求辅导咨询。
- 记录所有虐待事件（包括日期、说了及/或做了什么、谁看见了），并保留所有的恐吓留言和电子邮件。
- 把您的工作场所列入保护令或限制令里，告诉您的雇主并提供给他们这些法庭令的复印件。

如果需要更多信息，参阅小册子《当您的雇员来上班时，家庭暴力并没有停止：雇主需知以便提供协助》

您的安全至关重要。如果您担忧您或您周围人的安全，要报警。

进一步的安全措施

请求帮助。如果您或同事受到虐待，一定要寻求帮助。如果您觉得不想把您的处境告诉单位的同事，可以致电雇员协助计划寻求辅导咨询。您还可以向当地的妇女庇护所寻求各种服务，包括辅导咨询、安全计划、庇护所及法律建议。

另一个选择是受虐妇女 24 小时求助热线（1-866-863-0511 和听障热线 1-866-863-7868）。他们能帮助您制订一个安全计划、在当地的妇女庇护所找个住处、或帮您联系社区里的其它服务。热线服务是匿名及保密的，免费电话不会显示在您的电话账单里。该服务用多达 154 种语言提供。

如果您是对此担忧的同事，该帮助热线也能帮助您。他们会讨论虐待的迹象，并向您建议实用的帮助方法。您还可以浏览

www.NeighboursFriendsandFamilies.on.ca 了解更多信息。这个网址解释怎样帮助处于受虐危险中的妇女、怎样和施虐的男人讲话、以及怎样为安全计划。

要进一步了解有关受虐妇女求助热线的情况，请浏览：www.awhl.org。如果您担心自己当前的安全，要报警。

所有安大略省人，包括为儿童服务的专业人士，当他们有合理的理由认为一个儿童需要或可能需要保护，必须马上报告儿童救助会（简称 CAS）。如果您担心，请联系您所在地的 CAS。您可以在不必提供身份信息的情况下提供细节。他们会告诉您是否需要提交正式报告。

这个小册子是安大略省政府、安大略妇女理事会、安大略省职业健康和安全委员会联合制作，并接受了妇女儿童暴力研究和教育中心提供建议。

- Available in English
- Disponible en français
- Disponible en español
- Disponível no português
- 有繁體中文版

2月

Product # PH-BV100-C-100329-TOR-002