



Rijksoverheid

控制型行为 与杀害女性犯罪

识别信号

共同守护，帮助受害者

在荷兰，每8天就有一名女性遭杀害，
凶手往往是她的现任或前任伴侣。

我们将之称为“杀害女性犯罪”。一段起初美好的恋情，可能逐渐演变成充满危险的关系。往往在以过度关注为开端、进展迅速的阶段过后，情况就变了：关系会愈发令人窒息，进而演变为强制控制——受害者的自由被一步步剥夺，伴侣掌控着什么“可以做”，什么“不可以做”。这种情况也被称为“亲密关系中的恐怖控制”。

杀害女性犯罪的受害者涵盖各个年龄段、各种背景，有成年女性，也有未成年少女。只要识别出征兆，我们就能防止暴力发生。欢迎拨打“安全之家”（VeiligThuis）热线：**0800 2000**。也可以匿名拨打；或访问网站 www.veiligthuis.nl 在线聊天咨询。“安全之家”随时提供帮助与建议，即便你不确定是否需要帮助，也能联系他们。

扫码访问



www.veiligthuis.nl

“你在哪里？15分钟了还不回消息！

要是爱我，现在就接电话！”

控制型行为的信号

常会有一些明显的迹象，能让你察觉到“情况不对劲”。

在亲密关系里，或是身边人的相处中，你发现这些迹象了吗？

- 总是优先关注伴侣的期望与需求，而非自己的感受；
- 伴侣以勒索或操控的方式对待你；
- 伴侣总想知道你在哪里、和谁在一起；
- 伴侣要求你与家人、朋友保持距离；
- 伴侣不允许你独自赴约；
- 伴侣善妒，并无端指责你；
- 伴侣查看你的社交媒体动态，或实地跟踪你；
- 伴侣贬低、羞辱你；
- 伴侣恐吓、威胁你，或制造恐惧；
- 伴侣不允许你自主做决定；
- 伴侣让你对自己的现实认知产生怀疑。

请相信你的直觉，同时也留意女性身上的细微变化：她是不是与朋友的联系越来越少；或是突然不再化妆；随时处于“待命”状态，也可能是一个信号；又或者她的伴侣频繁给她打电话、发大量消息。

“亲爱的，很抱歉打了你，但你有时候真的让我太生气了！”

“你知道我是爱你的。”

危险信号

控制型行为可能愈演愈烈，最终升级为致命暴力。因此，发现以下危险信号，务必立即求助。你可以向“安全之家”寻求建议。若面临紧急危险，请直接拨打112。

哪些是危险信号？

- 跟踪尾随
- 威胁杀人或自杀
- 持有或使用武器
- 近期有暴力行为
- 在孕期实施暴力
- 强迫发生性行为
- 有掐脖子、用枕头闷或水中按头的行为
- 不允许对方去看医生
- 受害人在伴侣面前因害怕而不敢说话
- 极度恐惧自己或孩子的生命安全
- 暴力行为不断升级

严重的伴侣暴力往往还伴随其他问题，如成瘾、心理健康问题、失业或经济困境。

帮助与建议

你感到担忧？或是察觉到了上述任何迹象？
即便心存疑虑，也请寻求帮助与建议。



拨打“安全之家”热线
(匿名、免费、24小时全天候服务)
0800 2000



也可通过网站
(匿名) 在线聊天
www.veiligthuis.nl



发生紧急危险？
请拨打
112

请注意：结束一段有害的亲密关系可能会带来额外的危险！
建议咨询专业人士，了解如何尽可能安全地结束关系。