

家庭暴力被害人安全計畫

爲了控制受虐者留在他身邊，當受虐者有意離開時，施虐者常不惜以殺害對方，來達到控制的目的。因此，除了蒐證外，受虐者和孩子的自我保護計畫也非常重要。自我保護計畫包括：

一、當受暴者仍和施虐者住在一起時

- 1、如果打算離開，先計畫一下逃生路線，例如從哪個門、窗戶、樓梯逃走。
- 2、準備好輕便提包，裡面可放置現金、提款卡、健保卡、備份的鑰匙、身份證、圖章、房契、存摺、所蒐集的證據等重要物品。
- 3、告訴信任的鄰居或朋友所發生的事，並請他們如果聽到從受虐者的屋子傳來奇怪的聲音時，立即報警。
- 4、教導孩子於緊急情況時，如何報警。
- 5、計畫一下，如果要逃離，可以到哪裡去。
- 6、預期一場爭執即將發生，應該盡量避免到家中危險的地方，如廚房、浴室、地下室、陽台等。
- 7、如果萬一暴力再度發生，記得特別保護住自己的頭、臉、頸、胸、腹等主要部位。
- 8、爲了小孩的安全，當發生爭執時，應讓小孩回到房間，以免孩子受到波及。
- 9、暴力發生時，可以大聲呼救或立即離開現場，尋求親戚、鄰居、朋友、或警察的協助。
- 10、向警察報案時，應做筆錄，以備未來要提出控告時，有報案記錄爲證。如果已有保護令，報警時，記得提醒警察依法執行保護的工作，或依對方違反保護令罪逮捕對方。
- 11、可偷偷在銀行開戶，儲蓄金錢，以便獨立生活時使用。
- 12、千萬記得二十四小時婦幼保護您專線：113

二、如果已經離開施虐者，還可以用下列的方法來提高居家安全

- 1、換門的鑰匙。
- 2、將木頭門改爲鐵門。
- 3、在屋裡裝上保全系統。
- 4、可以準備逃生的繩索。
- 5、準備滅火器，以便急需時，可做爲保護自己之用。
- 6、可在屋外安裝自動照明設備。
- 7、教導孩子如何求救與保護自己。

全國婦幼保護專線 113 報案電話 110