

## 如何成为一个积极的旁观者：

- 留心骚扰、暴力、侵犯类举动
- 视以上举动为紧急事件
- 承担进行干预的责任
- 采用旁观者干预技巧来帮助有需要的人

## 四种干预的方法（4D法）

当您看到或遇到潜在的不安全的情况时.....

### Direct 直接

介入干涉并直接解决问题。

例如：“您的行为很不妥当。请停止。”或“嘿，请离开他们。”

### Distract 分散注意

创造一个场景来使潜在的“施暴者”分心以便控制局面。

例如：“嘿，我们是不是西班牙语课的同学？”

### Delegate 委托

找一个可以帮助你进行干预的人。

示例：您可以联系学校的宿管、校园警察或教职员工。

### Delay 拖延

拖延几分钟有利于推迟甚至阻止恶果的发生。

示例：如果您和受害者在一起，您可以通过请此人跟你一起去洗手间来拖延时间。



## 加入我们！

Center for Student Involvement and Leadership  
Student Union Building, Room 330

Power of ONE Student Committee  
615-494-8899 or jacwns@mtsu.edu  
<https://www.mtsu.edu/powerof1/>

## 联系我们：

脸书: [MTSU Power of ONE](#)

推特: [@MTSUPowerofOne](#)

Instagram: [@MTSUPowerofOne330](#)

**Be True Blue.  
Be the Power of ONE.**

0817-4654 / Middle Tennessee State University does not discriminate against students, employees, or applicants for admission or employment on the basis of race, color, religion, creed, national origin, sex, sexual orientation, gender identity/expression, disability, age, status as a protected veteran, genetic information, or any other legally protected class with respect to all employment, programs, and activities sponsored by MTSU. The Assistant to the President for Institutional Equity and Compliance has been designated to handle inquiries regarding the non-discrimination policies and can be reached at Cope Administration Building 116, 1301 East Main Street, Murfreesboro, TN 37132; Marian.Wilson@mtsu.edu; or 615-898-2185. The MTSU policy on non-discrimination can be found at [www.mtsu.edu/titleix](http://www.mtsu.edu/titleix).

This project is supported by Grant No. 2016-TA-AX-K037 awarded by the Office on Violence Against Women, U.S. Department of Justice. Points of view in this document are those of the author and do not necessarily represent the official position or policies of the U.S. Department of Justice.

**MIDDLE  
TENNESSEE**  
STATE UNIVERSITY.

**BE THE  
POWER OF ONE**  
构建安全社会



DOCUMENT • DISTRACT  
THE POWER  
of  
**ONE**  
DIRECT • DELAY • DELEGATE

**Power of ONE** 是中田纳西州立大学组织的一项拒绝暴力的运动，旨在支持学生在别人需要帮助的时刻站出来做正确的事，并为防治校园性别暴力发声。

## 什么是性别暴力？

性别暴力即基于性别的暴力，是一种违背个人意愿，源于不平等社会性别关系及权力控制关系的行为。性别暴力的类型主要包括以下几类：

▶ **性侵犯**是指未经同意的性接触。从不必要的触摸到强奸未遂均属此类。受害者被强迫、威胁、恐吓，身体或精神上丧失行为能力（包括酗酒、吸毒）时，都可能发生性侵犯。

▶ **强奸**是违背被害人意愿的强制性交。使用身体器官或物品侵犯阴道、肛门、口腔都属于强奸。

▶ **家庭暴力**是指发生在家庭成员（前配偶或伴侣、孩子、父母或兄弟姐妹）之间的一种侵犯行为。家庭暴力的形式包括身体、言语、情感、经济、宗教、生殖和性方面的伤害和虐待。

▶ **约会暴力**是指情侣在交往过程中，控制性、虐待性、攻击性行为。包括言语、情感、身体、性等方面的伤害和虐待。

▶ **跟踪**是指对受害人反复的、不必要的关注、交流或接触。这种行为会使一个正常的人感到恐惧，担心自身和亲近的人的安全。

跟踪的例子：

- 强制通信：电话、短信、电子邮件或社交媒体
- 驾车徘徊在您的家、学校或工作场所附近
- 跟踪、偷窥、使用社交媒体密切关注受害者
- 寄送不需要的礼物给受害者
- 损坏受害者的财产
- 威胁要伤害受害者自身，其家人、朋友或宠物

### ▶ 如果您是受害者：

- 要明白你不应该受到责备。虐待绝不是受害者的错。
- 如果您因以上暴力原因受到精神或身体上的伤害，请立即就医。
- 不要犹豫把你受到的侵犯告知可信赖的朋友或家人。
- 寻求帮助。即使您不确定您的遭遇是否属于性别暴力，也请不要犹豫地联系您校内的防治性侵犯的倡导者或当地的性侵犯和家庭暴力防治中心。

### ▶ MTSU防治性侵犯倡导者

如果您或您认识的人在校园内遭到性侵犯，您可以联系校园性侵犯干预倡导者以获得保密支持。校园性侵犯干预倡导者可提供广泛的服务：

- 电话求助和面对面求助
- 对获救者的身心支持
- 转介给合适的专业机构
- 法庭出庭的现场支持
- 在整个刑事司法程序中提供支持。

### ▶ 如何帮助每一个受害者：

- **相信他们。**不要让他们描述已发生的事情或审判式地询问。你可以说：“我相信你。”
- **提醒他们这不是他们的错。**犯罪者承担所有的责任。你可以说：“我很抱歉有人伤害了你。”
- **倾听。**让您的朋友知道您关心他们，您是他们最坚实的后盾。他们可以随时找您谈话。你可以说：“谢谢你信任我。”
- **可提供帮助的资源。**例如可以和你的宿管、顾问或校园防治性侵犯倡导者交谈。
- **让他们自己做决定。**如果你朋友的伴侣是一个控制欲强、操纵欲强的人，那么你的朋友最不需要的就是和施暴者类似的行为，例如非常强势地告诉他们该做什么。你可以说：“无论你要做什么，我都会支持你。”

## MTSU -帮助的大门永远敞开

性侵犯24小时危机热线：(615) 494-9262 ●  
家庭暴力24小时危机热线：(615) 896-2012 ●

### 保密求救热线

MTSU 防治性侵犯倡导者 ●  
Miller Education Center, 503 East Bell St.  
(615) 715-2870

MTSU 咨询服务 ●  
Keathley University Center, Room 326-S  
(615) 898-2670

MTSU 咨询和心理服务中心 ●  
Miller Education Center, 503 East Bell St.  
(615) 898-2271

### 接受STI（性病）或怀孕检测

MTSU 学生健康、保健和娱乐中心 ●  
Health, Wellness, and Recreation Center  
(615) 898-2988

### 寻求治疗，取得性侵物证套盒 ●

1423 Kensington Square Ct.  
24小时危机线：(615) 494-9262

St. Thomas Rutherford Hospital (SART Program) ●  
1700 Medical Center Parkway  
615-396-4100

### 向大学报案

Title IX（美国有关在教学场合性侵犯方面的法律）协调员 △  
Cope Administration Building, Room 116  
<https://www.mtsu.edu/titleix> or (615) 898-2185

### 向警方报案

MTSU Police (615) 898-2424 △  
Murfreesboro Police (615) 893-1311 or 911

### 寻求学业关怀

残障人士（包括精神受伤者）绿色通道  
(615) 898-2783 △  
Keathley University Center, Room 107

### MTSU学生/司法事务

MTSU Student / Judicial Affairs (615) 898-2440 △

● 保密资源 △ 不保密资源

