

RAISE YOUR VOICE TO HELP NEIGHBORS AT RISK OF ABUSE

During times of crisis, your eyes and ears are needed to help identify neighbors at risks of abuse. This abuse can occur face-to-face or online in the various forms listed below. You don't have to prove that abuse or neglect occurred. Suspicion is enough to make a call. If you have concerns about one or more of the signs below, then call one of these numbers:

City of Alexandria

Child Protective Services: 703.746.5800 | Adult Protective Services: 703.746.5778

CHILDREN

NEGLECT

- Unmet medical needs
- Often asks for food
- Inadequate supervision
- Dirty, unkempt clothing

PHYSICAL ABUSE

- Unexplained injuries or injuries that don't match explanation
- Fear of caretaker(s)

EMOTIONAL ABUSE

- Out-of-character and/or extreme behaviors
- Heightened watchfulness
- Reluctance to go home
- Difficulty concentrating
- Unexplained irritability

SEXUAL ABUSE

- Demonstration of sexual knowledge or behavior unusual for the child's age
- Child describes being sexually touched

EXPLOITATION

- Unexplained absences from school/activities
- Unexplained possession of extra money or gifts

ADULTS

NEGLECT

- Unmet medical needs
- Malnourished/dehydrated
- Inadequate hygiene
- Soiled bedding/furniture
- Homelessness
- Lacks needed supervision

PHYSICAL AND EMOTIONAL ABUSE

- Multiple/severe bruises, welts, black eyes or burns
- Verbal assaults, threats, intimidation
- Restrained to furniture, locked in
- Fear reaction or mistrust of others

SEXUAL ABUSE

- Describes or suggests sexual abuse
- Depression or blunted affect
- Self-destructive or suicidal behavior

FINANCIAL EXPLOITATION

- Suspicious signatures on check
- Depleted bank account
- Chronic failure to pay bills
- Another adult financially relies upon the older person
- Transfer of property or savings
- Sudden appearance of uninvolved relatives/friends



City of Alexandria Emergency Mental Health Services | 703.746.3401
National Suicide Prevention Lifeline | 1.800.273.TALK (8255)



RAISE YOUR VOICE

TO HELP NEIGHBORS AT RISK OF ABUSE

During times of crisis, your eyes and ears are needed to help identify those at risk of domestic violence (also called intimate partner violence, domestic abuse or relationship abuse), a pattern of behaviors used by one partner to maintain power and control over another partner in an intimate relationship. This abuse can occur face-to-face or online in the various forms listed below. If you are concerned about one or more of the signs listed below, call one of these numbers:

City of Alexandria

Police Department: 911 | Domestic Violence Hotline: 703.746.4911

Sexual Assault Hotline: 703.683.7273



PHYSICAL ABUSE

Physical abuse is inflicted force to injure or endanger a person's body.

- Visible injuries to the face and neck
- Sprained wrists
- Frequent injuries excused as "accidents"
- Absences from work, school or social occasions without explanation
- Hiding bruises under clothes inconsistent with the weather
- Injuring a pet in the home or unexplained injuries to a pet



DIGITAL ABUSE

Digital abuse is using technology such as texting and social networking to bully, harass, stalk or intimidate an intimate partner.

- Controls who can and cannot be the partner's friends on social media.
- Sending negative, insulting or threatening messages online
- Uses apps to keep tabs on partner
- Pressures partner to share explicit pictures
- Pressures partner to share their passwords
- Partner fears punishment for not replying to texts



REPRODUCTIVE COERCION

Reproductive coercion is when one partner takes away the ability of the other to control his or her reproductive health.

- Refusing or denying the use of a condom or other birth control
- Lying about their methods of birth control
- Forcing, preventing or making threats around a woman's choice about abortion



EMOTIONAL ABUSE

Emotional abuse is intended to chip away at the person's feelings of self-worth and independence.

- Verbal abuse such as yelling, name-calling, blaming and shaming
- Isolation, intimidation and controlling behavior
- Threats of violence, deportation or outing of sexuality



FINANCIAL ABUSE

Financial abuse is the use of money and access to it to control another's behavior.

- Stealing the partner's money
- Forcing the partner to account for every penny they spend
- Withholding money or credit cards
- Withholding food, clothing, medication and shelter
- Preventing the partner from working
- Sabotaging your job, e.g. making you miss work or calling constantly



SEXUAL ABUSE

Sexual abuse is being forced to participate in unwanted, unsafe or degrading sexual activity, even by a spouse or intimate partner.

- Forces partner to have sex
- Makes a partner dress in a sexual way
- Makes a partner feel like he or she owes them sex

ALCE SU VOZ

PARA AYUDAR A VECINOS EN RIESGO DE ABUSO

Durante los momentos de crisis, se necesitan sus ojos y sus oídos para ayudar a identificar a los vecinos en riesgo de abuso. El abuso puede ocurrir en forma presencial o en línea en las diversas maneras que aparecen a continuación. No tiene que demostrar que se produjo abuso o negligencia. La sospecha es suficiente para hacer una llamada. Si tiene inquietudes sobre uno o más de los signos indicados a continuación, llame a uno de estos números:

Ciudad de Alexandria

Servicios de protección infantil: 703.746.5800 | Servicios de protección para adultos: 703.746.5778

NIÑOS



NEGLIGENCIA

- Necesidades médicas insatisfechas
- A menudo pide comida
- Supervisión inadecuada
- Ropa sucia y descuidada

ABUSO FÍSICO

- Lesiones inexplicables o lesiones que no coinciden con la explicación
- Miedo a los cuidadores

ABUSO EMOCIONAL

- Comportamientos inusuales o extremos
- Estado de alerta exacerbado
- Renuencia a irse a casa
- Dificultad para concentrarse
- Irritabilidad inexplicable

ABUSO SEXUAL

- Demostración de conocimientos sexuales o comportamiento sexual inusual para la edad del niño
- El niño describe ser tocado sexualmente

EXPLOTACIÓN

- Ausencias inexplicables de la escuela o actividades
- Posesión inexplicable de dinero adicional u obsequios

ADULTOS



NEGLIGENCIA

- Necesidades médicas insatisfechas
- Desnutrición o deshidratación
- Higiene inadecuada
- Ropa de cama o muebles sucios
- Carencia de vivienda
- Falta de supervisión necesaria

ABUSO FÍSICO Y EMOCIONAL

- Moretones múltiples o intensos, ronchas, ojos negros o quemaduras
- Agresiones verbales, amenazas, intimidación
- Sujetado a muebles, encerrado
- Reacción de miedo o desconfianza hacia los demás

ABUSO SEXUAL

- Describe o sugiere abuso sexual
- Depresión o afecto embotado
- Comportamiento autodestructivo o suicida

EXPLOTACIÓN FINANCIERA

- Firmas sospechosas en cheques
- Cuenta bancaria vacía
- Incumplimiento crónico en el pago de las facturas
- Otro adulto depende financieramente de la persona mayor
- Transferencia de bienes o ahorros
- Aparición repentina de familiares o amigos no involucrados



RAISE

RESILIENCIA ALEXANDRIA: INFORME. DÉ SU APOYO. DENUNCIE.

RED DE ATENCIÓN INFORMADA CON RESPECTO AL TRAUMA DE LA CIUDAD DE ALEXANDRIA

Servicios de Salud Mental de Emergencia de la Ciudad de Alexandria | 703.746.3401

Línea de vida nacional para la prevención de suicidio | 1.800.273.TALK (8255)

ALCE SU VOZ

PARA AYUDAR A VECINOS EN RIESGO DE ABUSO

Durante los momentos de crisis, se necesitan sus ojos y sus oídos para ayudar a identificar a las personas en riesgo de violencia doméstica (también llamada violencia de pareja íntima, abuso doméstico o abuso de relaciones), un patrón de comportamiento utilizado por una persona para mantener el poder y el control sobre su pareja en una relación íntima. El abuso puede ocurrir en forma presencial o en línea en las diversas maneras que aparecen a continuación. Si tiene inquietudes sobre uno o más de los signos indicados a continuación, llame a uno de estos números:

Ciudad de Alexandria

Departamento de Policía: 911 | Línea directa para la violencia doméstica: 703.746.4911

Línea directa para la agresión sexual: 703.683.7273



ABUSO FÍSICO

El abuso físico es una fuerza infligida para lesionar o poner en peligro el cuerpo de una persona.

- Lesiones visibles en el rostro y el cuello
- Esguince de muñecas
- Lesiones frecuentes justificadas como "accidentes"
- Ausencias del trabajo, la escuela o eventos sociales sin explicación
- Moretones ocultos debajo de ropa que no es coherente con el clima
- Lesiones a una mascota en el hogar o lesiones inexplicables a una mascota



ABUSO DIGITAL

En el abuso digital se usa la tecnología, como mensajes de texto y redes sociales, para hostigar, acosar, acechar o intimidar a una pareja íntima.

- Controlar quiénes pueden y no pueden ser amigos de la pareja en las redes sociales
- Enviar mensajes negativos, insultantes o amenazantes en línea
- Utilizar aplicaciones para vigilar a la pareja
- Presionar a la pareja para compartir imágenes explícitas
- Presionar a la pareja para compartir sus contraseñas
- La pareja teme ser castigada por no responder a los mensajes de texto



COERCIÓN REPRODUCTIVA

La coerción reproductiva ocurre cuando una persona elimina la capacidad de su pareja de controlar su salud reproductiva.

- Negar o rechazar el uso de condones u otro método anticonceptivo
- Mentir sobre sus métodos anticonceptivos
- Obligar, evitar o hacer amenazas acerca de la elección de una mujer sobre el aborto



ABUSO EMOCIONAL

El abuso emocional está destinado a erosionar los sentimientos de autoestima e independencia de la persona.

- Abuso verbal, como gritar, insultar, culpar y avergonzar
- Aislamiento, intimidación y comportamiento controlador
- Amenazas de violencia, deportación o divulgación de la sexualidad



ABUSO FINANCIERO

El abuso financiero es el uso de dinero y el acceso a este para controlar el comportamiento de otra persona.

- Robo del dinero de la pareja
- Obligar a la pareja a explicar cada centavo que gasta
- Retención de dinero o tarjetas de crédito
- Retención de alimentos, vestimenta, medicamentos y refugio
- Evitar que la pareja trabaje
- Sabotaje de su trabajo, por ej., hacer que falte al trabajo o llamar constantemente



ABUSO SEXUAL

El abuso sexual ocurre cuando se obliga a participar en actividades sexuales no deseadas, inseguras o degradantes, incluso por un cónyuge o una pareja íntima.

- Obligar a la pareja a tener sexo
- Hacer que la pareja se vista de manera sexual
- Hacer que la pareja sienta que está obligada a tener sexo

ارفع صوتك

لمساعدة الجيران المعرضين لخطر إساءة المعاملة

في أوقات الأزمات، هناك حاجة لعينيك وأذنيك للمساعدة في تحديد الجيران المعرضين لخطر إساءة المعاملة. يمكن حدوث هذه الإساءة وجهًا لوجه أو عبر الإنترنت من خلال الأشكال المختلفة المدرجة أدناه. لا يتعين عليك إثبات حدوث إساءة المعاملة أو الإهمال. الاشتباه كافٍ لإجراء مكالمة. إذا كانت لديك مخاوف بشأن واحد أو أكثر من العلامات المدرجة أدناه، فاتصل بأحد هذه الأرقام:

مدينة الإسكندرية

خدمات حماية الطفل: 703.746.5800 | الخدمات الوقائية للبالغين: 703.746.5778



البالغون

إهمال

- احتياجات طبية لم تُلبى
- سوء التغذية/الجفاف
- النظافة غير الكافية
- أغطية/أثاث متسخ
- التشرد
- يفتقر إلى الإشراف اللازم

الإيذاء الجسدي والعاطفي

- الكدمات المتعددة/الحادة، أو الرضوض، أو الهالات السوداء أو الحروق
- الاعتداءات اللفظية، التهديدات، التخويف
- الربط بالأثاث، الحبس
- رد فعل الخوف أو عدم الثقة بالآخرين

الإساءة الجنسية

- يصف أو يقترح الإيذاء الجنسي
- الاكتئاب أو تبدل المشاعر
- التدمير الذاتي أو السلوك الانتحاري

الاستغلال المالي

- التوقيعات المشبوهة عند التحقق/على الشيك
- حساب بنكي مستنزف
- الفشل المزمن في دفع الفواتير
- اعتماد شخص بالغ آخر ماليًا على الشخص الأكبر سنًا
- نقل الملكية أو المدخرات
- الظهور المفاجئ للأقارب/الأصدقاء غير المعنيين



الأطفال

إهمال

- احتياجات طبية لم تُلبى
- يطلب الطعام كثيرًا
- إشراف غير كافي
- ملابس متسخة وغير مهندمة

إساءة جسدية

- الإصابات غير المبررة أو الإصابات التي لا تطابق التبرير
- الخوف من مقدم/مقدمي الرعاية

الإيذاء العاطفي

- السلوكيات البعيدة عن الطبع و/أو السلوكيات المتطرفة
- الحذر المتزايد
- عدم الرغبة في العودة إلى المنزل
- صعوبة التركيز
- جِدَّة الطبع غير المبررة

الإساءة الجنسية

- إظهار معرفة جنسية أو سلوك غير عادي بالنسبة لعمر الطفل
- أن يصف الطفل ملامسة جنسية حدثت له

الاستغلال

- الغياب غير المبرر عن المدرسة/الأنشطة
- الحيازة غير المبررة للأموال الإضافية أو الهدايا



مرونة نظام الإسكندرية: أبلغ، دعم، نشط
شبكة رعاية الصدمات في مدينة الإسكندرية

خدمات الصحة النفسية الطارئة في مدينة الإسكندرية | 703.746.3401
الشبكة الوطنية للوقاية من الانتحار | 1.800.273.TALK (8255)

ارفع صوتك

لمساعدة الجيران المعرّضين لخطر إساءة المعاملة

في أوقات الأزمات، هناك حاجة لعينيك وأذنك للمساعدة في تحديد الأشخاص المعرّضين لخطر العنف الأسري (يُطلق عليه أيضًا عنف الشريك الحميم، أو العنف المنزلي، أو الإساءة في العلاقات)، وهو نمط من السلوكيات يستخدمه أحد شركاء العلاقة للحفاظ على القوة والسيطرة على الشريك الآخر في العلاقة الحميمة. يمكن حدوث هذه الإساءة وجهًا لوجه أو عبر الإنترنت من خلال الأشكال المختلفة المدرّجة أدناه. إذا كانت لديك مخاوف بشأن واحد أو أكثر من العلامات المدرّجة أدناه، فاتصل بأحد هذه الأرقام:

مدينة الإسكندرية

مديرية الشرطة: 911 | الخط الساخن للعنف المنزلي: 703.746.4911

الخط الساخن للاعتداء الجنسي: 703.683.7273

الإيذاء العاطفي



يهدف الإيذاء العاطفي إلى الانتقاص من شعور الشخص بالقيمة الذاتية والاستقلالية.

- الإساءة اللفظية مثل الصراخ، والسب، وإلقاء اللوم والإهانة
- العزل، والترويع، وسلوك السيطرة
- تهديدات العنف، أو الترحيل، أو فضح الهوية الجنسية

الإستغلال المالي



الإستغلال المالي هو استخدام الأموال والوصول إليها للتحكم في سلوك شخص آخر.

- سرقة أموال الشريك
- إجبار الشريك على المحاسبة وتبرير كل قرش يُنفقه
- منع الأموال أو بطاقات الائتمان
- منع الطعام، والملابس، والأدوية، والمأوى
- منع الشريك من العمل
- تخريب وظيفتك، على سبيل المثال، أن يجعلك تُفوّت العمل أو يتصل بك باستمرار

الإساءة الجنسية



الإساءة الجنسية هي الإجبار على المشاركة في نشاط جنسي غير مرغوب به، أو غير آمن، أو مهين، حتى من جانب الزوج أو الشريك الحميم.

- إجبار الشريك على ممارسة الجنس
- جعل الشريك يرتدي ملابس ذات إيحاء جنسي
- جعل الشريك يشعر وكأنه/كأنها يُدين بالجنس لشريكه

الإساءة الجسدية



الإساءة الجسدية هي استخدام القوة للتسبب في إصابة جسد شخص أو تعرّض جسده للخطر.

- إصابات واضحة للوجه والرقبة
- التواء الرسغين
- الإصابات المتكررة التي تُبرّر بأنها "حوادث"
- الغياب عن العمل، أو المدرسة، أو المناسبات الاجتماعية بدون تبرير
- إخفاء الكدمات تحت الملابس غير المتسقة مع الطقس
- إصابة حيوان أليف في المنزل أو إصابات غير مبرّرة لحيوان أليف

الإساءة الرقمية



الإساءة الرقمية هي استخدام التكنولوجيا، مثل الرسائل النصية والشبكات الاجتماعية، للتنمر، أو المضايقة، أو الترضد، أو إرهاب شريك حميم.

- التحكم فيمن يمكن ولا يمكن أن يكونوا أصدقاء الشريك على وسائل التواصل الاجتماعي.
- إرسال رسائل سلبية، أو مهينة، أو رسائل تهديدية عبر الإنترنت
- استخدام التطبيقات للتلصّص على نشاط الشريك
- الضغط على الشريك لمشاركة الصور الخاصة
- الضغط على الشريك لمشاركة كلمات المرور الخاصة به
- خوف الشريك من العقاب في حال عدم الرد على الرسائل النصية

الإكراه الإنجابي



الإكراه الإنجابي هو عندما يمنع شريك حق الشريك الآخر في التحكم في الصحة الإنجابية.

- رفض أو إنكار استخدام الواقي الذكري أو غيره من وسائل منع الحمل
- الكذب بشأن وسائل منع الحمل الخاصة بهم
- إجبار، أو منع، أو توجيه تهديدات بشأن حق المرأة في اختيار الإجهاض

ድምጽህን አሰማ

ተገቢ ያልሆነ ጥቃት እንዲደርስባቸው አደጋ ላይ ያሉ ጎረቤቶችን ለመርዳት

በችግር ጊዜያዊ ጥቃት የሚደርስባቸው ጎረቤቶችን ለመለየት እንዲረዱ ዓይኖቻቸው እና ጆሮቻቸውን እንዲሆኑ ያስፈልጋል። ይህ በደል ከዚህ በታች በተዘረዘሩት የተለያዩ መልኮች የያዘ ሲሆን በፊት-ለፊት ወይም በመስመር ላይ ሊከሰት ይችላል። በደል ወይም ግዴላሽነት እንደተፈጸመ የግድ ማረጋገጥ የለብዎትም። ጥሪ ለማድረግ መጠርጠር በቂ ነው። ከታች ከተዘረዘሩት አንድ ወይም ከዚያ በላይ ምልክቶች ላይ ስጋት ካለብዎት፣ እዚህ ላይ ከተጻፉት ቁጥሮች ውስጥ አንዱን ይደውሉ።

የአሌክሳንድሪያ ከተማ

የልጆች መከላከያ አገልግሎቶች፡- 703.746.5800 | የአዋቂዎች መከላከያ አገልግሎቶች፡- 703.746.5778

ልጆች



ግዴላሽነት

- ያልተሟሉ የሕክምና ፍላጎቶች
- ብዙውን ጊዜ ምግብ ይጠይቃል
- በቂ ያልሆነ ቁጥጥር
- ቆሻሻ፣ የተበላሸ ልብስ

አካላዊ ጥቃት

- ማብራሪያ የሌላቸው ወይም ከማብራሪያ ጋር የማይዛመዱ ጉዳዮች ወይም ጉዳዮች
- የአጎዳጊ(ዎች) ፍርሃት

ስሜታዊ የሆነ ጥቃት

- ባህርያዊ ያልሆነ እና/ወይም ከመጠን በላይ የሆኑ ባህሪዎች
- ከፍ ያለ ጥንቃቄ
- ወደ ቤት ለመሄድ ፈቃደኛ አለመሆን
- ትኩረት የማድረግ ችግር
- ያልታወቀ ብስጭት

ወሲባዊ በደል

- ለልጅ ዕድሜ የማይዛመድ ያልተለመደ የጸታ ዕውቀት ወይም ባህሪ ማሳየት
- ልጅ በጸታዊ መንገድ መነካቱን ይገልጻል

ብዝበዛ

- ከትምህርት ቤት/እንቅስቃሴዎች ባያልታቀ ምክንያት መቅረት
- ማብራሪያ የሌለው ተጨማሪ ገንዘብ ወይም ስጦታዎች ባለቤትነት

አዋቂዎች



ግዴላሽነት

- ያልተሟሉ የሕክምና ፍላጎቶች
- የተመጣጠነ ምግብ የጎደለው/የውኃ ጥማት ያለው
- በቂ ያልሆነ ንፅህና
- የቆሽሽ የአልጋ/የቤት እቃ
- ቤት አልባነት
- የሚያስፈልግ ቁጥጥር አለመኖር

አካላዊ እና ስሜታዊ በደል

- ብዛት ያላቸው/ ከባድ ቁስሎች memetatn መመታትን የሚያሳይ፣ የአይን መቅላት ወይም የመቃጠል ምልክት
- የቃል ጥቃቶች፣ ዛቻዎች፣ ማስፈራሪያዎች
- ከቤት እቃዎች ጋር የታሰረ፣ የተቆለፈ
- የሰዎች ምላሽ መፍራት ወይም ሌሎች ሰዎች አለማመን

ወሲባዊ በደል

- ወሲባዊ ጥቃትን ይገልጻል ወይም ይጠቁማል
- ድብርት ወይም ንቃት የቀነሰ ተጽዕኖ
- ራስን በራስ የማጥፋት ወይም ራስን የመግደል ባሕርይ

የገንዘብ ብዝበዛ

- በቼክ ላይ አጠራጣሪ የሆኑ ፊርማዎች
- የባክነት የባንክ ሂሳብ
- ሂሳቦችን ለመክፈል የማያቋርጥ ውድቀት
- ሌላ ጎልማሳ ከአዋቂው ሰው ገንዘብ ላይ ይጠቀማል
- የንብረት ወይም የቁጠባ ማስተላለፍ
- የማይመለከታቸው ዘመዶች/ገደቦች ድንገት ብቅ ማለት



የመቋቋም ችሎታ አሌክሳንድሪያ፡- ያሳውቁ። ድጋፍ ከፍ ማድረግ የአሌክሳንድሪያ ከተማ ስለአስቃቂ ገጠመኝ መረጃ ያለው የእንክብካቤ አውታረ መረብ

የአሌክሳንድሪያ ከተማ ድንገተኛ የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች | 703.746.3401
ራስን ስለመግደል ብሄራዊ የሕይወት መስመር | 1.800.273.TALK (8255)

ድምጽህን አሰማ

ተገቢ ያልሆነ ጥቃት እንዲደርስባቸው አደጋ ላይ ያሉ ጎረቤቶችን ለመርዳት

በችግር ጊዜያት፡ የቤት ውስጥ ብጥብጥ (እንዲሁም ጥብቅ ግንኙነት ያለው አካል ላይ ጥቃት፣ የቤት ውስጥ ጥቃት፣ ወይም የወዳጆች የግንኙነት ጥቃት ተብሎ የሚጠሩ) ተጋላጭነታቸውን ለመለየት እንዲረዱ ዐይንዎ እና ጆሮዎ ንቁ መሆን ይፈለጋሉ፤ ይህም ማለት ጥብቅ በሆነ ግንኙነት ላይ አንድ ጓደኛ ወይም ባልደረባ ጋይሉ ለመጠበቅ እና በሀይል ለመቆጣጠር በሌላው ባልደረባ የሚጠቀምበት የባህሪ ንድፍ ለይቶ ለማወቅ ነው። ይህ በደል ከዚህ በታች በተዘረዘሩት የተለያዩ መልኮች የያዘ ሲሆን በፊት-ለፊት ወይም በመስመር ላይ ሊከሰት ይችላል። ከዚህ በታች ከተዘረዘሩት ምልክቶች አንዱ ወይም ከዚያ በላይ የሚያሳሳብዎት ከሆነ ከእነዚህ ቁጥሮች ውስጥ አንዱን ይደውሉ፡-

የአሌክሳንድሪያ ከተማ
የፖሊስ ክፍል 911 | የቤት ውስጥ ጥቃት የስልክ መስመር: 703.746.4911
ወሲባዊ ትንት መስመር: 703.683.7273



አካላዊ ጥቃት

Phyአካላዊ ጥቃት የሰውን አካል ለመጉዳት ወይም ለአደጋ የሚያጋልጥ ጋይል ነው።

- በፊት እና በአንገት ላይ የሚታዩ ጉዳቶች
- የተኅዳዊ የእጅ አንጓዎች
- ተደጋጋሚ ጉዳቶች “አደጋዎች” ተብለው ተስተውሏል
- ያለ ማብራሪያ ከሥራ፣ ከትምህርት ቤት፣ ወይም ከማህበራዊ ዝግጅቶች መቅረት
- ከአየር ሁኔታ ጋር የማይጣጣሙ ልብሶችን በመልበስ ቁስልን መደበቅ
- በቤት ውስጥ እንስሳ ላይ ጉዳት ማድረስ ወይም በቤት እንስሳት ላይ ያልታወቁ ጉዳቶች ይታያሉ



ስሜታዊ ጥቃት

ስሜታዊ በደል የግለሰብን በራስ የመተማመን እና የነፃነት ስሜቶችን ለመቅረፍ የታሰበ ነው።

- እንደ ጨካኝ፣ በመጥፎ ስም መጥራት፣ ውንጀላ፣ እና ማዋረድ ያሉ የቃል ስድቦች
- የማግለል፣ የማስፈራራት፣ እና የቁጥጥር ባህሪ
- የአመጽ ማስፈራሪያዎች፣ ከግብረ ስጋ ግንኙነት በተያያዘ ከሀገር ማባረር



ዲጂታል አላግባብ መጠቀም

ዲጂታል አላግባብ መጠቀም ማለት፡ እንደ የጽሑፍ መልእክት እና ማህበራዊ አውታረመረብን የመሳሰሉ ቴክኖሎጂን በመጠቀም ቅርብ የሆነ ጓደኛን መጉዳት፣ ማዋከብ፣ ማጥቃት ወይም ማስፈራራት ነው።

- በማህበራዊ አውታረመረቦች ላይ የሌላው ወገን እነማን ጓደኛዎች መሆን እንዳለባቸው እና እንደሌለባቸው መቆጣጠር።
- በኦንላይን አሉታዊ፣ ስድብ፣ ወይም ማስፈራሪያ መልዕክቶችን መላክ
- ትሮችን በሌላው አካል ላይ ለማቆየት መተግበሪያዎችን ይጠቀማል
- ጸታዊ ግልጽ የሆኑ ምስሎችን ለማጋራት የቅርብ ወገንዎን መገፋፋት
- የይሌፍ ቁልፍ ለማጋራት የቅርብ ወገንዎ ላይ ግፊት ማድረግ
- ሌላው ወገን ለጽሑፎች መልስ ባለመስጠት ቅጣት እንዳይደርስበት ይፈራል



የገንዘብ አላግባብ መጠቀም

የገንዘብ አላግባብ መጠቀም የሌላውን ባህሪ ለመቆጣጠር ገንዘብን መጠቀም እና መያዝ ነው።

- የሌላው ወገን ገንዘብ መስረቅ
- ሌላው ወገን ለሚያወጣው እያንዳንዱን ሳንቲም እንዲቆጥር ማስገደድ
- ገንዘብ ወይም ክሬዲት ካርዶችን ማገድ
- ምግብን፣ ልብሶችን፣ መድኃኒቶችን፣ መጠለያዎችን መክልከል
- ሌላው ወገን እንዳይሠራ መክልከል
- ሥራዎን በስውር እንዲፈርስ ማድረግ፣ ለምሳሌ፡ ከሥራ እንዲቀሩ ማድረግ ወይም ያለማቋረጥ ወደ ስራዎ ይደውላሉ



ወሊድን በማስፈራራት መቆጣጠር

ወሊድ ማስገደድ ማለት አንድ ወገን ሌላውን የመራቢያ ጤንነቱን ለመቆጣጠር የሌላኛውን ችሎታ ሲወስድ ማለት ነው።

- ኮንዶም ወይም ሌላ የወሊድ መቆጣጠሪያን አለመጠቀም ወይም አለመቀበል
- ስለ የወሊድ መቆጣጠሪያ ዘዴዎቻቸው መዋሸት
- ጽንሰን ማስወረድ በተመለከተ በሴት ምርጫ ዙሪያ ማስገደድ፣ መክልከል ወይም ማስፈራራት



ወሲባዊ በደል

ወሲባዊ በደል ማለት፡ ባል ወይም በጣም ቅርብ የሆነ ወገን እንኳን ቢሆን ባልተፈለገ፣ ደህንነቱ ባልጠበቀ፣ ወይም አዋራጅ በሆነ የወሲብ ድርጊት ለመሳተፍ ሲያስገድድ ማለት ነው።

- ሌላው አካል ወሲብን ለመፈጸም ያስገድዳል
- ሌላው አካል በወሲባዊ መንገድ ልብስ እንዲለብስ ማድረግ
- ሁለተኛ አካል የወሲብ ዕዳ እንዳለባቸው እንዲሰማቸው ያደርጋል