

主動旁觀者工具包

若目睹伊斯蘭恐懼症，你該做甚麼？

抵制種族主義是每個人的責任。當你目睹伊斯蘭恐懼症時保持沉默，意味著種族主義不受挑戰且不會改變。成為主動旁觀者是伸出援手的方式之一。

對抗伊斯蘭恐懼症有很多種方式，具體回應取決於事件性質、自身安全感及所處環境。

作為一名主動的旁觀者，最關鍵的原則是：向受害者伸出援手，並確保自身安全。

何謂積極的旁觀者？

旁觀者是指目睹言語虐待、歧視、霸凌、暴力、騷擾或其他形式伊斯蘭恐懼症或種族主義行為，但未直接參與其中的人¹。

積極旁觀者則是挺身介入並採取行動者。他們在對抗伊斯蘭恐懼症及所有歧視、仇恨、偏見與種族主義行為中扮演關鍵角色。

如何成為積極的旁觀者？

1 辨識伊斯蘭恐懼症



理解伊斯蘭恐懼症的定義及其不同表現形式，有助於你在安全情況下勇敢指出問題並提供支持。

伊斯蘭恐懼症的表現形式包括：

- 針對穆斯林的侮辱、恐嚇和威脅
- 嘲笑伊斯蘭教的宗教習俗
- 肢體暴力——例如扯掉女性的頭巾或其他宗教服飾
- 負面刻板印象，包括媒體的散播
- 結構性伊斯蘭恐懼症，例如安保人員根據一個人的穿著或長相進行區別對待。

2 提供支持

你能發揮的最重要作用之一，就是支持經歷伊斯蘭恐懼症的人。這可能包括詢問：

你還好嗎？

你感到安全嗎？

我能怎樣幫你？

提供以下建議可能有所幫助：共同前往更安全的地點、主動複述目擊經過，以及/或協助對方報案。

3 調停



若你自身處境安全，可採取以下行動介入：

- 冷靜地指出該行為。你可以要求施暴者停止行為，提出開放式問題，例如：

你為甚麼那樣說？

或明確表達對其言論與行為的反對²。此舉具挑戰性，請評估現場狀況、施暴者行為及自身制止時的舒適度與安全感。

- 尋求旁人協助你和/或遭受伊斯蘭恐懼症對待的人
- 通知周邊地區的警察或保安人員
- 若在公共交通工具上，請通知交通工作人員或司機。



4 記錄事件經過



若情況安全，請用手機記錄過程或拍照記錄事件。讓遭遇伊斯蘭恐懼症的人士知道你有錄音或照片，並詢問對方是否需要副本或協助報案。

若記錄過程存在安全風險，請記錄關鍵細節，包括：

- 日期和時間
- 地點（若在公共交通工具上，請註明巴士或火車車廂編號）
- 施暴者的外貌；以及
- 他們的所作所為或言論。

如果有其他證人在場，你可以請他們提供聯絡資料 – 這些可能對調查有所幫助。



5 舉報事件

000 遭遇緊急情況時

請撥打三個零 (000)

☎ 非緊急情況

若遭遇非緊急情況但需要維多利亞州警方協助，你可以致電警察支援專線 **131 444**

👥 需要口譯員

請致電全國翻譯及傳譯服務熱線 **131 450**

其他舉報選項

你也可以向以下單位舉報此事件：

- 📍 **維多利亞州平等機會及人權委員會 (VEOHRC)**
<humanrights.vic.gov.au>
- 📍 **澳洲伊斯蘭恐懼症登記處**
<islamophobia.com.au>
- 📍 **伊斯蘭恐懼症支援服務**
<icv.org.au/islamophobia-support>
- 📍 **反對仇視伊斯蘭行動**
<actionagainstislamophobia.org.au>

參考文獻

- 1 維多利亞州平等權利與人權委員會 — 《指南：職場種族主義旁觀者》。在此查閱：www.humanrights.vic.gov.au/resources/workplace-anti-racism-resources/
- 2 澳洲人權委員會 — 《旁觀者干預指南》。在此查閱：humanrights.gov.au/sites/default/files/2021-11/ahrc_sr_2021_6_bystander_intervention_a4_r3.pdf

如果我在網路上看到仇視伊斯蘭的言論，該怎麼做？

社交媒體等網路空間是伊斯蘭恐懼症持續蔓延的常見場所。你可以採取一系列行動來應對網路上的伊斯蘭恐懼症。這些包括：



使用大多數社群媒體平台提供的「檢舉」功能來檢舉仇視伊斯蘭教的事件



向社區組織舉報，例如伊斯蘭恐懼症支援服務 (Islamophobia Support Service)、澳洲伊斯蘭恐懼症登記處 (Islamophobia Register Australia) 或反伊斯蘭恐懼症行動 (Action Against Islamophobia)，並附上事件的螢幕截圖



向**電子安全專員**舉報網路暴力
<esafety.gov.au>

分享你的經歷有助於追蹤維多利亞州伊斯蘭恐懼症的發生率。

我們謹此承認維多利亞州各地的原住民傳統土地擁有者，並向他們、他們的文化及過去與現在的歷代長者致以敬意。

© 維多利亞州政府（州長和內閣部）2026年3月

ISBN 978-1-923294-40-0 (pdf/word/線上)

如需獲取本文件的其他格式，請發送電子郵件至 contact@dpc.vic.gov.au，或在需要時致電 **1800 555 660** 聯絡全國轉達服務 (National Relay Service)。HTML 格式可於 vic.gov.au/active-bystander-toolkit-chinese-traditional 獲取