

घरेलू और पारिवारिक हिंसा के क्या संकेत होते हैं?

ऐसा सुझाव देने वाले संकेत उपस्थित हो सकते हैं कि कोई व्यक्ति घरेलू और पारिवारिक हिंसा का सामना कर रहा है। वह व्यक्ति:

- > अपने सहजीवी या निकट के किसी व्यक्ति से भयभीत प्रतीत हो सकता/सकती है
- > अपने परिवार या दोस्तों से मिलना बंद कर सकता/सकती है, या अपने सहजीवी के आस-पास होने पर फोन पर बात करना बंद कर देता/देती है
- > उपेक्षित प्रतीत होता/होती है या अपने पैसे या सामान तक पहुँच प्राप्त करने में असमर्थ दिखाई देता/देती है
- > अपने जीवनसाथी की ईर्ष्या, बुरे स्वभाव या अधिकार जताने की प्रवृत्ति के बारे में बात करता/करती है
- > अपने सहजीवी द्वारा उससे बलपूर्वक यौन कृत्य करवाए जाने के बारे में बताता/बताती है
- > चिंतित, उदास, विरक्त या आत्मविश्वास से विहीन हो गया/गई है
- > उसके शरीर पर खरोंचें, टूटी हड्डियाँ, माँसपेशियों में मोच या कटने-फटने जैसे शारीरिक क्षति के संकेत हो सकते हैं, और वह इनके लिए संभवतः अस्पष्ट कारण देता/देती है
- > अपने बच्चों को अपने सहजीवी के साथ अकेले छोड़ने के लिए अनिच्छुक दिखाई देता/देती है।

सहायता कहाँ से प्राप्त करें

आपातकाल (पुलिस या एम्बुलेंस)

ट्रिपल ज़ीरो (000)

यदि कोई तत्काल खतरे में है।

महिलाओं के लिए 24 घंटे हेल्पलाइन (डीवी कनेक्ट) (DVConnect)

1800 811 811

घर में हिंसा का सामना करने वाली महिलाओं के लिए निःशुल्क व गोपनीय सलाह और समर्थन।

आप्रवासी महिला समर्थन सेवा

07 3846 3490

घरेलू और पारिवारिक हिंसा एवं यौन हिंसा के बारे में गैर-अंग्रेज़ी पृष्ठभूमियों की महिलाओं के लिए परामर्श और सलाह।

पुरुषों के लिए हेल्प लाइन (डीवी कनेक्ट)

(DVConnect) 1800 600 636

संबंधों और पारिवारिक मुद्दों का सामना करने वाले पुरुषों के लिए गोपनीय सहायता।

परिवार और चाइल्ड कनेक्ट

13 32 64

जिन बच्चों वाले परिवारों को सहायता की आवश्यकता है, उनके लिए निःशुल्क और गोपनीय सलाह।



अपनी भाषा में दुभाषिए की सुविधा के लिए **13 74 68** पर कॉल करें।

सभी लोगों को घर में सुरक्षित महसूस करने का अधिकार है

घरेलू और पारिवारिक हिंसा के संकेतों और इसके लिए समर्थन प्रदान करने के तरीकों की जानकारी प्राप्त करने में सहायता।

घरेलू और पारिवारिक हिंसा क्या होती है?

जब संबंध में रहने वाला एक व्यक्ति दूसरे व्यक्ति को नियंत्रित करने, उसके साथ दुर्व्यवहार करने या उसे भयभीत करने के लिए अपनी शक्ति का उपयोग करता है, तो यह घरेलू और पारिवारिक हिंसा होती है। यह सामान्य रूप से परिवार (जिसमें विस्तारित परिवार और ससुराल के लोग भी शामिल हैं) या घर में कई अलग-अलग प्रारूप ले सकती है और अलग-अलग संबंधों में उपस्थित हो सकती है।

ऑस्ट्रेलिया में घरेलू और पारिवारिक हिंसा स्वीकार्य नहीं है और यह संभावित रूप से अपराध हो सकता है। संस्कृति कभी भी घरेलू और पारिवारिक हिंसा के लिए बहाना नहीं होती है।

घरेलू और पारिवारिक हिंसा से बच्चे आहत हो सकते हैं।

आप किसी को समर्थन देने के लिए क्या कर सकते/सकती हैं?

यदि आप किसी ऐसे व्यक्ति को जानते/जानती हैं जो घरेलू और पारिवारिक हिंसा के लक्षण प्रदर्शित कर रहा/रही है, तो इसके लिए कुछ कदम उठाएँ - हो सकता है कि आप ही एकमात्र व्यक्ति हों जो कुछ कर रहा/रही है। आपकी सहायता से फर्क पड़ सकता है।

आपको क्या करना चाहिए:

- > जो बात वे कहना चाहते हैं, उसे **सुनें** और वे आपको जो बताते हैं, उसपर विश्वास करें - उन्हें दोष न दें।
- > एक सुरक्षित और गोपनीय समय एवं स्थान पर उनसे दुर्व्यवहार के बारे में **पूछें**।
- > उन्हें और उनके बच्चों को संभावित रूप से दुर्व्यवहार कैसे प्रभावित कर रहा है, इसके बारे में समझने में उन्हें **सहायता दें**।
- > उनकी शारीरिक सुरक्षा कैसे बढ़ाई जा सकती है, इसके बारे में **बात करें**।
- > उनके बच्चों की देखभाल करने या खाना बनाने जैसी व्यावहारिक सहायता करने का **प्रस्ताव दें**।
- > उनके निर्णय लेने के अधिकार का **सम्मान करें**, चाहे आप उनसे सहमत न भी हों।
- > अपनी स्थानीय घरेलू हिंसा सेवा से **संपर्क करके** इस बारे में सलाह लें कि आप नुकसान के खतरे के बिना किस प्रकार से स्वयं और पीड़ित/पीड़िता की सबसे अच्छी तरह से सहायता कर सकते/सकती हैं।
- > अपने आप से **पूछें**: 'मैं जो कुछ कर रहा/रही हूँ, क्या वह दुर्व्यवहार के पीड़ित व्यक्ति की सुरक्षा को बेहतर बना रहा है?'

आपको क्या नहीं करना चाहिए:

- > शारीरिक रूप से हिंसक स्थिति में **हस्तक्षेप न करें** - आपको ट्रिपल ज़ीरो (000) पर पुलिस को फोन करना चाहिए।
- > पीड़ित/पीड़िता व्यक्ति के भौगोलिक स्थान या बचकर निकलने की योजना को **प्रकट न करें**, विशेष रूप से दुर्व्यवहार करने वाले व्यक्ति, उसके दोस्तों या परिवार के सामने।
- > यदि खतरे के संकेत उपस्थित हैं, तो दुर्व्यवहार करने वाले व्यक्ति को सीधे **चुनौती न दें**।

आप अपने समुदाय में क्या कर सकते/सकती हैं?

- > घरेलू और पारिवारिक हिंसा के अलग-अलग प्रारूपों के बारे में **जानकारी प्राप्त करें** एवं खतरे के संकेतों की पहचान करना सीखें।
- > घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बारे में **बात करें** और इसे खुलकर सामने प्रकट करें।
- > पुरुषों और महिलाओं के बीच सम्मान प्रदर्शित करने वाले दृष्टिकोणों को **बढ़ावा दें**।
- > अपने समुदाय, धार्मिक या खेल क्लब में लैंगिक समानता को **बढ़ावा दें**।
- > उपयुक्त व्यवहार का नमूना **प्रदर्शित करें**, और मित्रों, परिवार और समुदाय के सदस्यों द्वारा हिंसा की गंभीरता को महत्व न देने या पीड़ित/पीड़िता को दोषी ठहराने पर उन्हें चुनौती दें।

यदि आपको लगता है कि आपका कोई परिचित व्यक्ति दुर्व्यवहार का सामना कर रहा है, तो विशेषज्ञ की सलाह लेना महत्वपूर्ण है।

घरेलू और पारिवारिक हिंसा के गंभीर परिणाम हो सकते हैं, जिसमें मृत्यु और गंभीर रूप से शारीरिक नुकसान होना शामिल है।