ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ 1

ਘਰੇਲੂ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ

ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੇ ਹਿੰਸਕ ਅਤੇ ਬਦਸਲੂਕੀ ਵਾਲੇ ਵਰਤਾਵ ਦਾ ਤਜੁਰਬਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅੰਕੜੇ ਵਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਵਰਤਾਵ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਮਰਦਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਜੋ ਕਿ ਘਰੇਲੂ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ (DFSV) ਦਾ ਤਜੁਰਬਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਸਰਦਾਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਇਹ ਜਾਣ ਲੈਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਘਰੇਲੂ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ, ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ, ਕਿਸੀ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲੋਂ ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਿ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਗੂੜ੍ਹੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਸਮੇਤ, ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਮੈਂਬਰ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਬਦਸਲੂਕੀ ਵਾਲੇ ਵਰਤਾਵ ਨੂੰ ਘਰੇਲੂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਸ਼ਰੀਰਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਸ਼ਰੀਰਿਕ ਹਿੰਸਾ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸੱਟ ਲੱਗਦੀ ਹੋਵੇ - ਹੱਥ ਚੁੱਕਣਾ, ਦੰਦੀ ਵੱਢਣਾ, ਧੱਕਾ ਦੇਣਾ, ਲੱਤਾਂ ਮਾਰਨੀਆਂ, ਗੱਲ ਘੋਟਣਾ
- ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ - ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਜਿਸਮਾਨੀ ਸੰਬੰਧ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਕਰਨੀ ਇਸ ਵਿੱਚ ਬਲਾਤਕਾਰ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਪ੍ਰਹਾਰ, ਆਪਣੇ ਹੀ ਭਰਾਵਾਂ ਭੈਣਾਂ ਨਾਲ ਜਿਸਮਾਨੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਨਾਉਣਾ (incest) ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਜਿਨਸੀ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ - ਉਲਟੇ ਸਿੱਧੇ ਨਾਂ ਲੈ ਕੇ ਬੁਲਾਉਣਾ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸਥਾਨਾਂ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਕਰਨਾ
- ਗਾਲ੍ਹਾਂ ਕੱਢਣੀਆਂ - ਚੀਕਣਾ, ਗਾਲ੍ਹਾਂ ਕੱਢਣੀਆਂ ਜਾਂ ਵਾਰ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਦੀ ਆਲੋਚਨਾ ਕਰਨੀ
- ਸਮਾਜਿਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ - ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇਕੱਲਿਆਂ ਕਰ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤ-ਸਹੇਲੀਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ
- ਰੂਹਾਨੀ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ - ਰੂਹਾਨੀ ਜਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਅਤੇ ਆਦਤਾਂ ਉੱਪਰ ਰੋਕ ਲੱਗਾਣੀ ਜਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਉੱਪਰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਰੱਖਣਾ ਜਾਂ ਹਾਵੀ ਹੋਣਾ
- ਸੰਪੱਤੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ - ਨਿਯੰਤਰਣ, ਡਰਾਉਣ, ਧਮਕਾਉਣ ਜਾਂ ਨੀਵਾਂ ਵਿਖਾਉਣ ਦੇ ਲਈ
- ਵਿੱਤੀ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ - ਪੈਸੇ ਉੱਪਰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਰੱਖਣਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਲੋੜਵੰਦ ਪੈਸੇ ਦੇਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰੀ
- ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਸਮੇਤ - ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀਆਂ ਧਮਕੀਆਂ
- ਲੁੱਕ-ਛੁੱਪ ਕੇ ਪਿੱਛਾ ਕਰਨਾ - ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਖਿਲਾਫ ਕਿਸੇ ਦਾ ਪਿੱਛਾ ਕਰਨਾ, ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਆਨਲਾਇਨ
- ਸ਼ਰੀਰਿਕ ਛੇੜ-ਛਾੜ ਅਤੇ ਕੰਮ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਸਥਾਨਾਂ ਉੱਤੇ ਡਰਾਉਣਾ
- ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਯੋਨੀ ਦੀ ਕੱਟ-ਵੱਢ (female genital mutilation)
- ਜਬਰਨ ਜਾਂ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾ ਦੇਣਾ
- ਇਵੇਂ ਕਹਿਲਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ 'ਇੱਜ਼ਤ ਬਚਾਉਣ ਲਈ' ਕੀਤੇ ਗਏ ਅਪਰਾਧ (honour crime) - ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਿੰਸਾ ਅਤੇ ਡਰ ਨਾਲ ਔਰਤ ਉੱਪਰ ਇਸ ਧਾਰਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਨਿਯੰਤਰਣ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਉਸਨੇ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੁਝ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਨਾਂ ਮਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਜਾਵੇਗਾ
- ਦਹੇਜ ਸਬੰਧਿਤ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ - ਜਿੱਥੇ ਕਿ ਉਪਹਾਰ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਦਹੇਜ, ਨਵੇਂ ਵਿਆਹੇ ਮੁੰਡੇ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵੱਲੋਂ ਅਸੰਤੁਸ਼ਟ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇਵਸ਼ ਨਵੀਂ ਵਿਆਹੀ ਔਰਤ ਨੂੰ ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਵਿਆਹ ਦੇ ਵੇਲੇ, ਜਾਂ ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਹੇਜ ਦੇ ਲਈ ਉਸ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਹਿੰਸਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅੰਤ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦੇ ਕਾਰਣਵੱਸ਼ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੰਨੂਨ ਵਿੱਚ

ਹਰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ ਕਿ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਜੀ ਸਕੇ ਅਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਇੱਜ਼ਤ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਇਆ ਜਾਵੇ। ਔਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦਾ ਕੰਨੂਨ ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਨਾਲ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਵਰਤਾਵ ਕਰਦਾ ਹੈ। DFSV ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਅਤੇ ਇਹ ਕੰਨੂਨ ਵਿਰੁੱਧ ਇੱਕ ਅਪਰਾਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਾਊਥ ਔਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ, ਕੰਨੂਨ ਅਧੀਨ, DFSV ਦੇ ਅਪਰਾਧੀਆਂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਪ੍ਰਹਾਰ (assault) ਜਾਂ, ਜੇ ਸੱਟ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ, ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਆਰੋਪ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀ ਕੋਈ DFSV ਦਾ ਤਜੁਰਬਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ?

DFSV ਪੀੜਤਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ-ਸਹੇਲੀਆਂ ਦੇ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਫਰਕ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੀ ਉਮਰ ਹੈ, ਉਹ ਕਿਸ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਹਨ, ਕਿਸ ਲਿੰਗ ਪ੍ਰਤੀ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (sexual orientation), ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ, ਜਾਤਿ, ਲਿੰਗ ਜਾਂ ਧਰਮ ਕੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਅਜਿਹੇ ਚਿਨ੍ਹ ਕਿ ਕੋਈ ਔਰਤ DFSV ਦਾ ਤਜੁਰਬਾ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਇੱਕਦਮ ਬਗੈਰ ਕਾਰਣ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣਾ
- ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਗੁੱਸਾ ਨਾ ਚੜ੍ਹਾ ਬੈਠੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਿੰਤਤ ਰਹਿਣਾ
- ਕਿਸੇ ਦੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਵਰਤਾਵ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬਹਾਨੇ ਬਨਾਉਣੇ
- ਉਸ ਦੇ ਸ਼ਰੀਰ ਉੱਪਰ ਨਿਸ਼ਾਨ ਜਾਂ ਸੱਟਾਂ ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਵਾਜਬ ਕਾਰਣ ਨਾ ਹੋਵੇ
- ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤ-ਸਹੇਲੀਆਂ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣਾ
- ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਆਸਪਾਸ ਡਰੇ ਹੋਏ ਜਾਂ ਕੋਈ ਗਲਤੀ ਨਾ ਕਰ ਬੈਠਣ ਪ੍ਰਤੀ ਚਿੰਤਤ ਰਹਿਣਾ
- ਇਸ ਚਿੰਤਾ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣਾ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਪਿੱਛਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਹਿੰਸਕ ਅਤੇ ਬਦਸਲੂਕੀ ਵਾਲੇ ਵਰਤਾਵ ਦੇ ਕੀ ਚਿਨ੍ਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਹਿੰਸਾ ਅਤੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਅਪਰਾਧੀ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਅਜਿਹਾ ਵਤੀਰਾ ਕਰਨਾ ਜਿਸਦੇ ਨਾਲ ਉਸਦੀ ਪਤਨੀ/ ਗਰਲਫ੍ਰੈਂਡ/ ਸਾਥੀ ਡਰੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇ
- ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ/ ਗਰਲਫ੍ਰੈਂਡ/ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਹਰ ਵਕਤ ਨੀਵਾਂ ਵਿਖਾਉਣਾ
- ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ/ ਗਰਲਫ੍ਰੈਂਡ/ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦਾ ਡਰ ਪਾਉਣਾ
- ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ/ ਗਰਲਫ੍ਰੈਂਡ/ ਸਾਥੀ ਉੱਪਰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਰੱਖਣਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ:
  - ਉਹ ਕਿੱਥੇ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
  - ਉਹ ਕਿਸ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੀ ਹੈ
  - ਉਸਦਾ ਪੈਸਾ ਕਿੱਥੇ ਕਿੱਥੇ ਲੱਗਾ
  - ਉਹ ਆਪਣੇ ਫ਼ੋਨ, ਕਾਰ ਜਾਂ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਕਰਦੀ ਹੈ
  - ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨਿਯਮ ਰੱਖਣਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰੀਕੇ ਦਾ ਵਤੀਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ
  - ਜੇ ਉਹ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਤਾਂ ਗੁੱਸੇ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਣਾ

ਅਗਲਾ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣਾ

DFSV ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਜਾਂ ਸਭਿਆਚਾਰ ਅੰਦਰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖ ਕੇ, ਅਤੇ DFSV ਦਾ ਹੱਲ ਕੱਢਣ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਕੋਈ DFSV ਦਾ ਤਜੁਰਬਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਸਮਾਂ ਕੱਢ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦਿਉ।

ਵਧੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ 1800RESPECT (1800 737 732) ਉੱਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ; ਜਾਂ

www.1800RESPECT.org.au

ਕਿਸੇ ਅਪਾਤਕਾਲ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਜੇ ਕੋਈ ਕਿਸੇ ਖਤਰੇ 'ਚ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ 000 ਉੱਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਇਹ DFSV ਬਾਰੇ 4 ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਤੱਥ ਪੱਤਰ (ਫੈਕਟਸ਼ੀਟ) ਹੈ। DFSV ਦਾ ਤਜੁਰਬਾ ਕਰ ਰਹੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਤੱਥ ਪੱਤਰ 2 ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਲੈਂਗਿਕ ਸਮਾਨਤਾ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਨੂੰ ਹੱਲਾ-ਸ਼ੇਰੀ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਤੱਥ ਪੱਤਰ 3 ਅਤੇ 4 ਵੇਖੋ।