

घरेलू और पारिवारिक हिंसा का उत्तर देने वाले धार्मिक व सामुदायिक अग्रणियों के लिए जानकारी

क्या आप अपने समुदाय में घरेलू और पारिवारिक हिंसा का उत्तर देने वाले धार्मिक या सामुदायिक अग्रणी हैं?

हमने घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बारे में सहायता की खोज करने वाले व्यक्तियों को समर्थन देने में आपकी मदद के लिए दिशा-निर्देश विकसित किए हैं।

सामग्री

ये दिशा-निर्देश निम्नलिखित विषयों के बारे में जानकारी देते हैं:

- घरेलू और पारिवारिक हिंसा का अनुभव करने वाले लोगों का उत्तर देना 3
- हिंसा का उपयोग करने वाले लोगों का उत्तर देना 7
- उपयोगी संपर्क 9
- नोट्स लिखना 11
- क्या आपको पता है? घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बारे में कुछ तथ्य 12
- आपके समुदाय में जागरुकता बढ़ाना। 13

घरेलू और पारिवारिक हिंसा से संबंधित विशिष्ट विषयों के बारे में और अधिक जानकारी के लिए कृपया इन वेबपृष्ठों पर जाएं:

- घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बारे में

www.dcj.nsw.gov.au/children-and-families/family-domestic-and-sexual-violence/about-domestic-and-family-violence/what-is-domestic-and-family-violence.html

- पुलिस, कानूनी सहायता और कानून

www.dcj.nsw.gov.au/children-and-families/family-domestic-and-sexual-violence/police--legal-help-and-the-law.html

- अनिवार्य रूप से सूचना देना

www.facs.nsw.gov.au/families/Protecting-kids/mandatory-reporters/how-to

- कैसे सुरक्षित रहें

www.dcj.nsw.gov.au/children-and-families/family-domestic-and-sexual-violence/how-to-stay-safe.html

क्या आपके पास इस सामग्री के बारे में फीडबैक है?

अपनी टिप्पणियाँ और चिंताएँ साझा करें।:

www.surveymonkey.com/r/ZJ8QK8L

घरेलू और पारिवारिक हिंसा का सामना करने वाले व्यक्तियों के साथ बात करना

समुदाय या धार्मिक अग्रणी के रूप में आपसे घरेलू और पारिवारिक हिंसा का सामना करने वाले किसी व्यक्ति द्वारा संपर्क किया जा सकता है। यह चर्चा मार्गदर्शिका एक उदाहरण है कि सहायता खोजने वाले किसी व्यक्ति को सुरक्षित रूप से उत्तर कैसे दिया जाए। घरेलू और पारिवारिक हिंसा की पहचान करना हमेशा आसान नहीं होता है, और हो सकता है कि लोग प्रत्यक्ष रूप से आपको यह न बताएँ कि वे घरेलू और पारिवारिक हिंसा का सामना कर रहे हैं। घरेलू और पारिवारिक हिंसा की पहचान करने के बारे में और अधिक जानकारी के लिए: www.dcj.nsw.gov.au/children-and-families/family-domestic-and-sexual-violence/about-domestic-and-family-violence/what-is-domestic-and-family-violence.html

घरेलू और पारिवारिक हिंसा का उत्तर देना कठिन हो सकता है। संदेह होने पर इन कदमों का पालन करें:

1. खुले मन से सुनें
2. उनकी चिंताओं को स्वीकार करें
3. समर्थन के लिए विकल्प और रेफरल उपलब्ध कराएँ

इस चर्चा मार्गदर्शिका में आगे के पृष्ठों में दिखाया गया है कि सहायता मांगने वाले व्यक्ति के साथ बातचीत करने में इन कदमों का उपयोग कैसे करें।

यदि आपको किसी बात के बारे में कभी भी अनिश्चितता महसूस होती है, तो गोपनीय सलाह के लिए कृपया एनएसडब्ल्यू घरेलू हिंसा लाइन (NSW Domestic Violence Line) को 1800 656 463 पर कॉल करें।

जारी रखने से पहले कृपया याद रखें:

यदि आपको हिंसक घटना होते हुए दिखाई देती है या आपको लगता है कि किसी व्यक्ति को तत्काल खतरा है, तो आपको पुलिस से 000 पर संपर्क करना चाहिए।

किसी घटना को तत्काल खतरा माना जाता है, यदि:

- यह अभी हो रही है।
- इसके घटित होने का तत्काल डर है
- यह जानलेवा है।

यदि बच्चे शामिल हैं:

यदि धार्मिक अग्रणियों को बाल शोषण का संदेह होता है, उन्हें यह होता हुआ दिखाई देता है, या उन्हें इसके बारे में सूचित किया जाता है, तो उनके लिए बाल संरक्षण हेल्पलाइन (child protection helpline) पर बाल शोषण की सूचना देना अनिवार्य है। यदि आप बाल शोषण की सूचना देने के बारे में और अधिक जानकारी प्राप्त करना चाहते/चाहती हैं:

www.facs.nsw.gov.au/families/Protecting-kids/mandatory-reporters/about

चर्चा मार्गदर्शिका



1. खुले मन से सुनें



वे: क्या आपके पास किसी मुद्दे के बारे में बात करने के लिए कुछ मिनट हैं?



आप: हाँ, बिल्कुल। क्या आप ठीक हैं?



वे: मैं सुनिश्चित नहीं हूँ कि मैं वास्तव में ठीक हूँ या नहीं। मुझे अपने पार्टनर के साथ कुछ समस्याएँ हो रही हैं।



आप: मुझे सुनकर खेद हुआ, क्या आप मुझे थोड़ा और बताने में सहज महसूस करेंगे/करेंगी?



वे: इसके बारे में बात करना वास्तव में कठिन है। जब भी मैं काम से घर आता/आती हूँ या जब मैं अपनी माँ से मिलने के बाद वापस आता/आती हूँ, तो वे मुझ पर चिल्लाते/चिल्लाती हैं। मेरी माँ हाल ही में गिर गई थीं और मुझे पहले से अधिक बार उनके घर जाने की आवश्यकता है। जब मैं वहाँ होता/होती हूँ, तो मेरे/मेरी पार्टनर हर समय मुझे फोन करते/करती है। हाल ही में वे मुझसे कार की चाबियाँ छिपा रहे/रही हैं, ताकि मैं घर से बाहर न जा सकूँ, और कल जब मैं घर पहुँचा/पहुँची तो उन्होंने मुझे धक्का दे दिया।

क्या करें



- स्थिति को अच्छी तरह से समझना सुनिश्चित करें
- उनकी चिंताओं को गंभीरता से लें
- यह सुनिश्चित करें कि आपकी बातचीत को अन्य लोगों द्वारा न सुना जा सके।

ये न करने की कोशिश करें



- तुरंत निर्णय लेना
- हिंसा का प्रमाण मांगना
- उनके साथ दुर्व्यवहार करने वाले व्यक्ति के साथ उन्हें धैर्य रखने के लिए कहना।

2. उनकी चिंताओं को स्वीकार करें



आप: मुझे खुशी है कि आपने इसे मेरे साथ साझा किया है। कृपया अवगत रहें कि आप अकेले/अकेली नहीं हैं, और जिस तरह से आपका/आपकी पार्टनर व्यवहार कर रहा/रही है, वह अस्वीकार्य है।



वे: इसे किसी के साथ साझा करना आखिरकार बहुत भयभीत करने वाला होता है। कृपया मुझसे वादा करें कि आप इसमें से किसी भी बात के बारे में उन्हें नहीं बताएंगे/बताएंगी। मुझे डर है कि उनकी प्रतिक्रिया कैसी हो सकती है।



आप: बेशक, मैं किसी के साथ भी यह साझा नहीं करूंगा/करूंगी, बशर्ते आपको या आपके बच्चे को तत्काल खतरा न हो। उस स्थिति में मुझे सहायता के लिए संपर्क करने की आवश्यकता होगी।

क्या करें



- उनकी जानकारी को गुप्त रखें। यदि कोई आपसे गुप्त रखने के लिए कहता है, तो ऐसा इसलिए हो सकता है क्योंकि उन्हें भय है कि हिंसा और भी ज्यादा खराब हो सकती है या दूसरे लोग उनके बारे में राय बनाएंगे। लेकिन अगर उनके लिए तत्काल खतरा मौजूद है, तो आपको 000 पर पुलिस से संपर्क करने की आवश्यकता होगी, और यदि बच्चे शामिल हैं तो आपको 13 2111 पर बाल संरक्षण हेल्पलाइन (child protection helpline) को बाल शोषण की सूचना देने की आवश्यकता भी होगी।

ये न करने की कोशिश करें



- उन्हें अपनी अपमानजनक स्थिति छोड़कर जाने का सुझाव देना। पीछे छोड़कर जाने की कोशिश करते समय या रिश्ते को छोड़कर जाने के तुरंत बाद उनके लिए गंभीर हिंसा और मृत्यु का खतरा सबसे अधिक होता है। डित-उत्तरजीवी लोगों के लिए उपयुक्त समर्थन और सहायता के बिना छोड़कर जाना असुरक्षित होता है।

3. समर्थन के लिए विकल्प उपलब्ध कराएँ



वे: बहुत बहुत धन्यवाद। मैं सुनिश्चित नहीं हूँ कि मुझे अब क्या करना चाहिए।



आप: ईमानदारी से कहूँ, तो मैंने जो सुना है उससे मुझे बहुत चिंता हुई है। मुझे लगता है कि हमें पेशेवर सलाह लेनी चाहिए, लेकिन केवल तभी जब आप सहज महसूस करें। न्यू साउथ वेल्स घरेलू हिंसा लाइन (New South Wales Domestic Violence Line) नाम की एक सेवा उपलब्ध है और वे हमें यह पता लगाने में सहायता दे सकते हैं कि क्या करना चाहिए। हम उन्हें कभी भी कॉल कर सकते हैं।



वे: ओह, मैं अभी इसके बारे में सुनिश्चित नहीं हूँ, क्या मैं इसके बारे में सोचने के लिए समय ले सकता/सकती हूँ?



आप: बिल्कुल। यदि आप एक पेशेवर से सलाह लेने का फैसला करते/करती हैं, तो हम साथ में कॉल कर सकते हैं। क्या कोई और मुद्दा है जिसके बारे में आप बात करना चाहते/चाहती हैं?



वे: मुझे लगता है कि मैं अभी के लिए ठीक हूँ। मेरी बात सुनी गई, मुझे अच्छा लगा।



आप: क्या अब आपको घर जाने में सुरक्षित महसूस हो रहा है?



वे: हाँ, लेकिन यदि बाद में मुझे सुरक्षित महसूस नहीं होता है, तो मैं आपको बताऊंगा/बताऊंगी।



आप: आप कभी भी मुझसे बात कर सकते/सकती हैं।

क्या करें



- उन्हें बताएँ कि सहायता लेने से मना करने के बावजूद भी वे वापस आ सकते/सकती हैं
- यह पूछें कि उनसे संपर्क करने का सबसे अच्छा और सुरक्षित तरीका क्या है
- उन्हें आश्वस्त करें कि घरेलू और पारिवारिक हिंसा के लिए निःशुल्क सहायता उपलब्ध है, क्योंकि कुछ लोगों के लिए इसके शुल्क के बारे में चिंतित होना आम बात है
- ध्यान रखें कि हर किसी की ज़रूरतें अलग-अलग होती हैं, और हो सकता है कि कुछ दृष्टिकोण सभी के लिए काम न करें
- उन्हें अपने लिए खुद निर्णय लेने में सशक्त बनाएँ।

ये न करने की कोशिश करें



- हिंसा का उपयोग करने वाले व्यक्ति का सामना करना या हिंसक स्थिति में हस्तक्षेप करने की कोशिश करना, क्योंकि इससे आपको या घरेलू और पारिवारिक हिंसा का सामना करने वाले व्यक्ति को नुकसान हो सकता है
- पीड़ित-उत्तरजीवी और हिंसा का उपयोग करने वाले व्यक्ति को एक साथ सलाह का प्रस्ताव या सलाह देना। ऐसा करना घरेलू और पारिवारिक हिंसा की स्थितियों में उपयुक्त नहीं होता है और इससे पीड़ित-उत्तरजीवी लोगों और आपके लिए खतरा बढ़ सकता है।

घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बारे में सुनते समय संकट का अनुभव होना सामान्य बात है। यदि आपको अपनी सकुशलता के लिए समर्थन की आवश्यकता है और आप किसी पेशेवर से बात करना चाहते/चाहती हैं, तो Lifeline से 13 11 14 पर संपर्क करें।

हिंसा का उपयोग करने वाले लोगों को उत्तर देना



कोई व्यक्ति आपको यह बता सकता है कि वे अपने परिवार या किसी निकटस्थ के साथ हिंसा का प्रयोग करते हैं।

याद रखें कि यदि आपको सहज महसूस नहीं होता है, तो आपको उनका उत्तर देने की आवश्यकता नहीं है। यदि आप उनके साथ संलग्न नहीं होना चाहते/चाहती हैं, तो आप उन्हें **पुरुषों की रेफरल सेवा (Men's Referral Service)** का नंबर **1300 766 491** दे सकते हैं।

यदि आप उत्तर देने का फैसला लेते हैं, तो कृपया निम्नलिखित बातों पर विचार करें:

- यह हमेशा स्पष्ट नहीं होता है कि कोई व्यक्ति हिंसा का उपयोग कब कर रहा है। वे आपसे संबंध परामर्श मांग सकते/सकती हैं या आपको अपने वैवाहिक संघर्ष के बारे में बता सकते/सकती हैं, इसलिए घरेलू और पारिवारिक हिंसा के किसी भी चेतावनी संकेत को ध्यान से सुनें
- सुनिश्चित करें कि मुलाकात में अन्य लोग मौजूद हैं, या मुलाकात ऐसी जगह पर की जा रही है जहाँ से आप असुरक्षित महसूस होने पर आसानी से छोड़कर जा सकते/सकती हैं
- यदि वे आपकी सलाह लेकर उत्तरदेही व्यक्ति कर रहे/रही हैं, तो अपनी कृतज्ञता व्यक्त करें लेकिन यह भी स्पष्ट करें कि हिंसा का उपयोग कभी भी स्वीकार्य नहीं होता है।

ये न करने की कोशिश करें:

- किसी भी अपमानजनक व्यवहार को उचित ठहराना या इसकी स्वीकृति का मान घटाना
- उन्हें दंपति परामर्श या क्रोध प्रबंधन कक्षाओं के लिए रेफर करना। अपने परिवारों के साथ हिंसा का उपयोग करने वाले लोगों के साथ ऐसा करना अनुचित होता है
- उनके साथ बहस करना या उन्हें शर्मिंदा करना, चाहे आप उनसे नाराज क्यों न महसूस करें। यह उनके हिंसा के उपयोग को बढ़ा सकता है और उन्हें सहायता की खोज करने से विमुख कर सकता है
- किसी पीड़ित-उत्तरजीवी द्वारा आपको बताई गई किसी भी बात का उल्लेख करना। इससे उनकी सुरक्षा के लिए खतरा पैदा हो सकता है।

इस चर्चा मार्गदर्शिका में दिखाया गया है कि हिंसा का उपयोग करने वाले किसी व्यक्ति के साथ बातचीत के लिए कैसा दृष्टिकोण अपनाया जाए।

यह सलाह दी जाती है कि आप:

- ऐसे प्रश्न पूछें जिनके खुले उत्तर हो सकते हैं
- सहानुभूति को प्रोत्साहन दें
- जवाबदेही को प्रोत्साहन दें

चर्चा मार्गदर्शिका

वे कह सकते/सकती हैं:

“उन्होंने मुझे इतना गुस्सा दिलाया कि मैं अपना नियंत्रण खो बैठा/बैठी!”

खुले उत्तरों वाले प्रश्नों के साथ जवाब देने के लिए आप पूछ सकते/सकती हैं:

“जब आपका नियंत्रण खो जाता है, तो क्या होता है?”

उनका उत्तर:

“मैं अपनी आवाज ऊंची करता/करती हूँ, कभी-कभी मैं चीजों को फेंकने लगता/लगती हूँ या तोड़-फोड़ करता/करती हूँ।”

सहानुभूति को प्रोत्साहन देने के लिए आप कह सकते/सकती हैं:

आपको क्या लगता है कि आपके परिवार के अन्य सदस्य कैसा महसूस कर रहे थे?

उनका उत्तर:

“मैं सुनिश्चित नहीं हूँ, हो सकता है कि वे डर गए होंगे, लेकिन मेरा/मेरी पार्टनर हमेशा मुझे हार का एहसास कराता/कराती है।”

जवाबदेही को प्रोत्साहन देने के लिए आप कह सकते/सकती हैं:

“मुझे बताने के लिए धन्यवाद। मुझे चिंता हो रही है, और मेरा मानना है कि जिस तरह से आप व्यवहार कर रहे थे/रही थीं, वह गलत है। यदि आप तैयार हैं, तो मैं आपको समर्थन प्राप्त करने के लिए सहायता दे सकता हूँ।”

उपयोगी संपर्क: संकटकाल सहायता लाइन



आपातकाल में तीन शून्य (000) पर कॉल करें।

यदि आपसे सलाह मांगने वाले किसी व्यक्ति को तत्काल सहायता की आवश्यकता है, तो ये सेवाएँ दिन में 24 घंटे, सप्ताह में 7 दिन उपलब्ध हैं।

बाल संरक्षण हेल्पलाइन (Child Protection Helpline)	132 111
नुकसान के खतरे वाले बच्चों के लिए समर्थन।	
Link2Home	1800 152 152
आवास या आश्रय के लिए सहायता।	
1800 Respect	1800 737 732
पीड़ित-उत्तरजीवी लोगों के लिए राष्ट्रीय परामर्श सहायता।	
एनएसडब्ल्यू घरेलू हिंसा लाइन (NSW Domestic Violence Line)	1800 65 64 63
पीड़ित-उत्तरजीवी लोगों के लिए राजकीय परामर्श और रेफरल समर्थन सेवा। <i>कृपया ध्यान दें कि आप सामान्य सलाह के लिए डीवी लाइन को कॉल कर सकते/सकती हैं, लेकिन पीड़ित-उत्तरजीवी को रेफरल प्राप्त करने के लिए उपस्थित होने की आवश्यकता है।</i>	
पुरुषों की रेफरल सेवा (Men's Referral Service)	1300 766 491
हिंसा का उपयोग करने वाले पुरुषों के लिए समर्थन।	
अनुवाद और दुभाषिया सेवा (Translating and Interpreting Service - TIS)	131 450 www.tisnational.gov.au
ऐसे लोगों के लिए सेवा, जिन्हें समर्थन प्राप्त करने के लिए दुभाषिए का उपयोग करने की आवश्यकता है, जिसमें घरेलू और पारिवारिक हिंसा सेवाएँ भी शामिल हैं।	

उपयोगी संपर्क: अन्य समर्थन सेवाएँ



अधिकांश समर्थन सेवाएँ सोमवार से शुक्रवार, सुबह 9 बजे से शाम 5 बजे के बीच उपलब्ध रहती हैं, लेकिन कुछ का कार्यकाल अलग हो सकता है।

LawAccess सामान्य कानूनी सहायता।	1300 888 529
महिलाओं के लिए कानूनी सेवाएँ एनएसडब्ल्यू (Women's Legal Services NSW) महिलाओं के लिए कानूनी समर्थन।	02 8745 6999 www.wlsnsw.org.au/contact-us/
कानूनी सहायता घरेलू हिंसा इकाई (Legal Aid Domestic Violence Unit) घरेलू और पारिवारिक हिंसा का अनुभव करने वाली महिलाओं के लिए कानूनी सहायता।	1800 979 529
पीड़ित सेवाएँ पहुँच लाइन (Victim Services Access Line) हिंसक अपराधों के पीड़ितों के लिए लंबे समय का परामर्श और समर्थन।	1800 633 063
सेंटरलिनक सामाजिक कार्य सेवाएँ (Centrelink Social Work Services) आर्थिक सहायता। किसी सामाजिक कार्यकर्ता से बात करने के लिए पूछें।	136 150
आव्रजन परामर्श एवं अधिकार केंद्र (Immigration Advice and Rights Centre) वीजाधारक लोगों के लिए समर्थन।	02 8234 0700
एनएसडब्ल्यू आयुर्वृद्धि एवं विकलांगता दुर्व्यवहार हेल्पलाइन (NSW Ageing and Disability Abuse Helpline) वयोवृद्धों या दुर्व्यवहार का अनुभव करने वाले विकलांगता-ग्रस्त लोगों के लिए समर्थन।	1800 628 221

नोट्स लिखना



आपको घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बारे में मिलने वाले किसी भी खुलासे से जानकारी को रिकॉर्ड करने की आवश्यकता नहीं है, लेकिन किसी व्यक्ति को समर्थन देते समय नोट्स लिखने से सहायता मिल सकती है। यदि आप जानकारी को रिकॉर्ड करने का निर्णय लेते/लेती हैं, तो ये बातें याद रखें:

- सलाह लेने वाले व्यक्ति से ऐसा करने की अनुमति मांगें
- यह गुमनाम होना चाहिए। नाम, आयु, पते, या अन्य जानकारी जैसे विवरण शामिल न करें, जिनसे किसी की पहचान प्रकट हो सकती है
- इस जानकारी को सुरक्षित और निजी रूप से संग्रहीत करें
- कुछ परिस्थितियों में आपको अधिकारियों के साथ जानकारी साझा करने की आवश्यकता होगी, जैसे पुलिस।

जैसा सही हो, वही करें

केवल वही जानकारी रिकॉर्ड करें, जो आपको बताई गई है। सुनिश्चित करें कि आप परिस्थिति, या इसमें शामिल लोगों के बारे में धारणाएँ या निर्णय नहीं बना रहे/रही हैं।

उदाहरण के लिए:

यह लिखें: 'वह अभी भी हिंसा का उपयोग करने वाले पार्टनर के साथ रह रही है, जिससे बच्चों को नुकसान का खतरा हो सकता है।'

यह न लिखें: 'वह गैर-जिम्मेदार है और अभी भी दुर्व्यवहार करने वाले पति के साथ रह रही है। यह बात साफ है कि वह अपने बच्चों की परवाह नहीं करती है।'

नोट्स लिखने के लिए टेम्पलेट

Record of information 

DATE: _____

TIME: _____

Safety concerns: _____

What kind of support did I provide? _____

Did I seek professional advice? What was the outcome? _____

Am I meeting with them again? _____

Summary: _____

नोट्स लिखने के लिए टेम्पलेट प्राप्त करने के लिए पीछे के पृष्ठ पर दिया गया क्यूआर कोड स्कैन करें।

क्या आपको पता है?



घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बारे में कुछ तथ्य।

सामान्य संघर्ष तथा घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बीच क्या अंतर है?

रिश्तों में कुछ संघर्ष होना सामान्य बात है, लेकिन दुर्व्यवहार करना कभी भी ठीक नहीं होता है। दुर्व्यवहार ऐसा व्यवहार होता है, जिससे लोगों को शारीरिक, मनोवैज्ञानिक या मौखिक नुकसान पहुँचता है, और कभी-कभी इसका उपयोग किसी अन्य व्यक्ति पर शक्ति और नियंत्रण हासिल करने के लिए किया जाता है। दुर्व्यवहार के प्रकारों के बारे में और अधिक जानने के लिए: www.dcj.nsw.gov.au/children-and-families/family-domestic-and-sexual-violence/about-domestic-and-family-violence/what-is-domestic-and-family-violence.html

क्या महिलाओं के अधिकारों को बढ़ावा देने से सामाजिक स्थिरता के लिए खतरा पैदा होगा?

महिलाओं के अधिकार मानवाधिकार हैं। समुदाय में घरेलू और पारिवारिक हिंसा की रोकथाम करने से समुदाय मजबूत होगा। शोध से पता चला है कि महिलाओं के प्रति हिंसा ऐसी स्थितियों में होती रहेगी, जहाँ महिलाओं को पुरुषों की बराबरी से नीचे देखने के दृष्टिकोण बने रहेंगे।

क्या परिवार के सदस्यों या अपने करीबी लोगों के साथ बल का प्रयोग करना ठीक है?

किसी भी प्रकार की हिंसा कभी भी ठीक नहीं होती है। किसी को उनकी इच्छा के विरुद्ध किसी भी तरह के व्यवहार के लिए मजबूर करना स्वीकार्य नहीं होता है और यह कानून के विरुद्ध है।

यदि कोई घरेलू और पारिवारिक हिंसा अथवा यौन उत्पीड़न के बारे में झूठा दावा करता है, तो क्या होगा?

घरेलू और पारिवारिक हिंसा अथवा यौन उत्पीड़न के झूठे दावे बहुत ही कम सामने आते हैं। पुलिस को घरेलू और पारिवारिक हिंसा तथा यौन उत्पीड़न के बारे में दी जाने वाली सूचनाएँ यथार्थ से कम होती हैं। अक्सर लोग कई कारणों से इसकी सूचना देने के लिए अनिच्छुक होते हैं, जिसमें विश्वास न होने का भय भी शामिल है।

क्या घरेलू और पारिवारिक हिंसा दर्दनाक और हिंसक परवरिश का परिणाम होती है?

हिंसा का उपयोग करना एक विकल्प है। ऐसे कई लोग हैं, जिन्होंने बचपन में घरेलू और पारिवारिक हिंसा का अनुभव किया है और वे वयस्क होने पर हिंसा का उपयोग नहीं करते हैं।

यदि पीड़ित इच्छुक हो, तो क्या उनके लिए हिंसक रिश्ते को छोड़कर जाना या इसे समाप्त करना आसान होता है?

ऐसे कई कारण होते हैं, जिनकी वजह से कोई व्यक्ति अपमानजनक संबंध छोड़कर जाने में असमर्थ हो सकता है। कई पीड़ित-उत्तरजीवी लोग छोड़कर जाने के इच्छुक होते हैं, लेकिन वे ऐसा नहीं कर पाते हैं क्योंकि:

- उन्हें अपनी या अपने बच्चों की सुरक्षा का भय होता है।
- उनके पास अपने आप को समर्थित करने के लिए पैसे नहीं होते हैं
- उनके पास जाने के लिए कोई स्थान नहीं होता है।
- उन्हें लगता है कि उनपर कोई भी विश्वास नहीं करेगा
- वे शर्मिंदा महसूस करते हैं
- वे परिवार को साथ रखने की कोशिश करना चाहते हैं।

पीड़ित-उत्तरजीवी लोगों के लिए छोड़कर जाने की कोशिश करते समय या रिश्ते को छोड़कर जाने के तुरंत बाद गंभीर हिंसा और मृत्यु का खतरा सबसे अधिक होता है।

क्या घरेलू और पारिवारिक हिंसा केवल विवाहित जोड़ों के बीच ही होती है?

नहीं। यह परिवार के सदस्यों, एक ही घर में रहने वाले लोगों, विवाहित तथा अविवाहित जोड़ों, और पूर्व सहजीवियों के बीच हो सकती है। यह किसी के साथ भी हो सकती है, चाहे उनकी सांस्कृतिक पृष्ठभूमि, धर्म, लिंग, लैंगिक रुझान या आर्थिक स्थिति कुछ भी हो।

यदि पीड़ित-उत्तरजीवी संबंध छोड़कर जाना चाहते हैं, तो क्या हिंसा का उपयोग करने वाला व्यक्ति उन्हें अपने बच्चे/अपनी बच्ची से मिलने से रोक सकता है?

नहीं। बच्चों के पास माता और पिता, दोनों के साथ संबंध रखने का अधिकार है, चाहे उनके माता और पिता अलग क्यों न हो जाएँ। किंतु यदि बच्चों को नुकसान पहुँचने का खतरा होता है, तो हिंसा का उपयोग करने वाले व्यक्ति के लिए अपने बच्चों के साथ बिताए जाने वाले अनुमत समय में बदलाव हो सकता है। हरेक मामला अलग-अलग होता है, और ऐसे वकील से कानूनी सलाह ली जानी चाहिए जिसे पारिवारिक कानून (Family Law) में अनुभव प्राप्त हो। पारिवारिक कानून के मामलों में घरेलू और पारिवारिक हिंसा पर कैसे विचार किया जाता है, और अलगाव के बाद बच्चों के लिए व्यवस्था कैसे तय की जाती है, इसके बारे में और अधिक जानकारी के लिए: www.familyviolencelaw.gov.au/family-law/arrangements-for-children/how-does-the-court-consider-domestic-and-family-violence/

अपने समुदाय में जागरुकता बढ़ाना



आप एक धार्मिक या सामुदायिक अग्रणी के रूप में घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बारे में जागरुकता बढ़ाने के लिए अपनी पदवी का उपयोग कर सकते/सकती हैं। ऐसा होने से रोकने का एक महत्वपूर्ण हिस्सा जागरुकता बढ़ाना है।

आप यहाँ दिए गए उदाहरणों के समान कुछ कर सकते/सकती हैं या अपनी प्रचार गतिविधि की योजना बनाने के लिए इस जानकारी का उपयोग कर सकते/सकती हैं। आप इस बारे में भी सोच सकते/सकती हैं कि आप अपने दिन-प्रतिदिन के नेतृत्व में घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बारे में जागरुकता कैसे बढ़ा सकते/सकती हैं।

उपदेशों या सामुदायिक जनघोषणाओं के माध्यम से प्रोत्साहन

यह महत्वपूर्ण क्यों है?

घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बारे में बात करना कठिन हो सकता है क्योंकि यह एक संवेदनशील विषय है। लेकिन इन संदेशों से समुदाय पर सकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है।

इससे दूसरे अग्रणियों और समुदाय के सदस्यों को जागरुकता फैलाने में प्रोत्साहन मिल सकता है। इससे किसी व्यक्ति को घरेलू और पारिवारिक हिंसा के संबंध में अपने खुद के अनुभव के बारे में बात करने के लिए प्रोत्साहन मिल सकता है।

अपने संदेश को प्रोत्साहित करने के लिए दिशा-निर्देश

- यह सुनिश्चित करें कि आपका संदेश यथासंभव स्पष्ट है
- इस प्रकार के वाक्यांशों का उपयोग करें: 'हिंसा कभी भी स्वीकार्य नहीं है' या 'पीड़ित-उत्तरजीवी लोग ऐसी किसी भी हिंसा के लिए जिम्मेदार नहीं हैं, जिसका उन्हें अनुभव होता है'
- इस बारे में चर्चा करें कि कौन सी बातें एक सम्मानजनक, समानतापूर्ण और स्वस्थ संबंध या परिवार बनाती हैं। स्वस्थ संबंधों के बारे में और अधिक जानकारी के लिए: www.1800respect.org.au/healthy-relationships
- समानतापूर्ण और सम्मानजनक रिश्तों व परिवारों को बढ़ावा देने के लिए अपनी आस्था से पवित्र ग्रंथों, शास्त्रों और कार्यप्रथाओं का उपयोग करें।



यह सुनिश्चित करें कि आपका संदेश यथासंभव स्पष्ट है।

सोशल मीडिया पर जागरुकता बढ़ाना

जागरुकता फैलाने के लिए आप Facebook, Twitter या Instagram जैसे सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म का उपयोग भी कर सकते/सकती हैं। नीचे कुछ नमूने संदेश दिए गए हैं, जिन्हें आप अपनी पोस्ट में शामिल कर सकते/सकती हैं:

- सुरक्षित परिवार एक-दूसरे के साथ समानतापूर्ण और सम्मानजनक व्यवहार करते हैं।
- पारिवारिक हिंसा को समाप्त करें और हमारे बच्चों की सुरक्षा करें।
- अपने पार्टनर को अपने परिवार से मिलने से रोकना दुर्व्यवहार होता है।
- किसी को नीचा दिखाना ठीक नहीं है, यहाँ तक कि मजाक में भी नहीं।
- महिलाओं और बच्चों के प्रति हिंसा सभी को प्रभावित करती है।
- सभी को सुरक्षित रहने का अधिकार है। अपने घरों और समुदायों को एक सुरक्षित स्थान बनाएँ।
- बच्चे देखते हैं, बच्चे वही करते हैं - अपने प्रभाव को सकारात्मक बनाएँ।
- अच्छे संबंधों में एक-दूसरे के मतभेदों के लिए विश्वास और समर्थन की नींव होती है।

आप उपयोगी संपर्कों को भी बढ़ावा दे सकते/सकती हैं।



आपको अपनी प्रचार गतिविधि की योजना कब बनानी चाहिए?

आपके संदेश को वितरित करने के लिए कुछ उपयुक्त तिथियाँ हैं:

- अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस, 8 मार्च
- सद्भावना दिवस, 21 मार्च
- विश्व स्वास्थ्य दिवस, 7 अप्रैल
- माता दिवस, प्रत्येक वर्ष मई में पहला रविवार
- अंतर्राष्ट्रीय परिवार दिवस, 15 मई
- पिता दिवस, प्रत्येक वर्ष सितंबर में दूसरा रविवार
- अंतर्राष्ट्रीय शांति दिवस, 21 सितंबर
- हिंसामुक्त सप्ताह, प्रत्येक वर्ष अक्टूबर में तीसरा सप्ताह
- सफेद रिबन दिवस, 25 नवंबर
- अंतर्राष्ट्रीय मानवाधिकार दिवस, 10 दिसंबर
- लिंग-आधारित हिंसा के विरोध में 16 सक्रियात्मक दिन, 25 नवंबर से 10 दिसंबर

आपके समुदाय में महत्वपूर्ण अन्य दिन, जैसे त्योहार और दावतें भी घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बारे में जागरुकता बढ़ाने के अच्छे अवसर हो सकते हैं।

आपके लिए उपयोगी पहलों, अभियानों और संगठनों के उदाहरण:

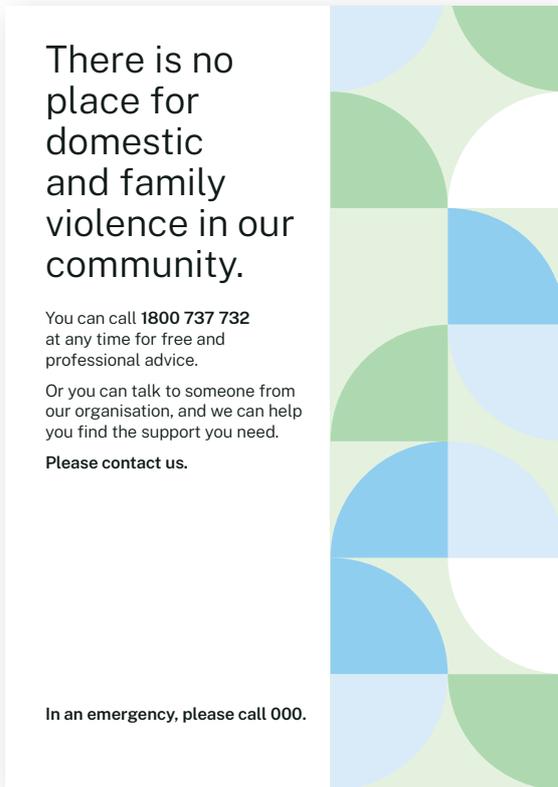
- **ऑस्ट्रेलियाई मुसलमान महिला मानवाधिकार केंद्र (Australian Muslim Women's centre for Human rights)**
 - वेबसाइट: www.amwchr.org.au/
- **पारिवारिक हिंसा विरोध यात्रा (Walk Against Family violence)**
 - Facebook: www.facebook.com/WAFVAU/
- **आस्था ट्रस्ट संस्थान (Faith Trust Institute)**
 - वेबसाइट: www.faitrustinstitute.org/
- **घरेलू हिंसा विरोधी इलावारा समिति (Illawarra Committee Against Domestic Violence)**
 - वेबसाइट: www.icadv.org.au/
- **हमारी निगरानी**
 - वेबसाइट: www.ourwatch.org.au/filter-tools-and-resources/

विज्ञापन पोस्टर



यह पोस्टर 1800 Respect हेल्पलाइन को बढ़ावा देने के लिए डिज़ाइन किया गया है। आप इस पोस्टर में अपने संगठन के संपर्क विवरण जोड़ सकते/सकती हैं। वैकल्पिक रूप से, आप खुद अपना पोस्टर बनाने के लिए नीचे दिए गए शब्दों का उपयोग कर सकते/सकती हैं।

पोस्टर टेम्पलेट



नोट्स लिखने के लिए टेम्पलेट प्राप्त करने के लिए पीछे के पृष्ठ पर दिया गया क्यूआर कोड स्कैन करें।



ये संसाधन ऑनलाइन प्राप्त करने के लिए कृपया इस क्यूआर कोड को स्कैन करें।



हमसे संपर्क करें:

multiculturalengagement@justice.nsw.gov.au