

घरेलू और पारिवारिक हिंसा क्या होती है और यौन उत्पीड़न क्या होता है?

घरेलू और पारिवारिक हिंसा उसे कहते हैं जब आपके साथ संबंध (रिलेशनशिप) वाला व्यक्ति आप पर नियंत्रण पाने के लिए हिंसा, धमकियों या दुर्व्यवहार का प्रयोग करता है।

यह व्यक्ति कोई ऐसा व्यक्ति हो सकता है जिसके साथ आप अंतरंग, रोमांटिक संबंध में हैं, आपका पूर्व-अंतरंग साथी है, या आपके परिवार का कोई अन्य सदस्य है। यह वो व्यक्ति भी हो सकता है जिसके साथ आप रहते हैं और जो आप पर नियंत्रण पाने के लिए हिंसा या दुर्व्यवहार करता है जैसे कि अनौपचारिक देखभालकर्ता (जैसे आपके परिवार का कोई सदस्य या कोई दोस्त जो आपकी देखभाल करता है)।

घरेलू हिंसा के कारण आपको भयभीत और असुरक्षित महसूस हो सकता है। इसमें हमेशा शारीरिक हिंसा शामिल नहीं होती है।

ऐसा कोई भी अवांछित यौन क्रिया-कलाप, यौन उत्पीड़न हो सकता है जो आपके साथ, बलपूर्वक या आपकी सहमति के बिना किया गया हो।

इसका मतलब है कि किसी यौन गतिविधि में आपको आपकी इच्छा के बिना जबरदस्ती, बहला-फुसलाकर या चालबाजी से शामिल किया गया हो।

सहमति का मतलब है यौन क्रिया-कलाप जैसी किसी चीज़ के लिए स्वच्छता पूर्वक राजी होना।

घरेलू और पारिवारिक हिंसा के संकेत

घरेलू और पारिवारिक हिंसा का अनुभव कर रहे व्यक्ति के कुछ सामान्य लक्षणों में शामिल है:

- अपने जोड़ीदार, पूर्व-जोड़ीदार, परिवार के किसी सदस्य या किसी अनौपचारिक देखभालकर्ता से भयभीत होना या डरना
- चोटें लगी हुई होना और नीलों या अन्य खरोंचों/घावों को छुपाने की कोशिश करना
- उनका धन कैसे खर्च किया जाता है इस बारे में उनकी भूमिका बहुत कम या बिल्कुल न होना
- दोस्तों या परिवार वालों से मिलने या बात न करने के लिए मजबूर किया जाना, और अकेलापन महसूस करना
- हमेशा परेशान रहना और उदास, निराश, असामान्य रूप से चुप रहने लगना या आत्मविश्वास कम होने लगना और उन चीज़ों का आनंद न लेना जो पहले अच्छी लगती थीं
- ऐसा जोड़ीदार होना जो उन पर बार-बार धोखा देने का आरोप लगाता है या नियमित रूप से उनसे पूछताछ करता है
- अपने बच्चों को अपने जोड़ीदार के पास छोड़ने की इच्छा न होना
- ऐसा महसूस होना मानो उनका पीछा किया जाता है या छिपकर पीछा किया जाता है।

आपात-स्थिति में

अगर आप या आपकी जान-पहचान का कोई व्यक्ति प्राण-घातक स्थिति में है, तो तीन शून्य (000) पर फ़ोन करें या अपने स्थानीय अस्पताल के इमरजेंसी विभाग में जाएं।

दिन में 24 घंटे, सप्ताह में 7 दिन

☎ एम्बुलेंस 000

तत्काल सहायता

अगर आपको चिंतित महसूस हो या आप किसी से मुफ्त में तुरंत बात करना चाहते हैं, तो नीचे दिए गए नंबरों में से किसी भी नंबर पर फ़ोन करें:

दिन में 24 घंटे, सप्ताह में 7 दिन

Lifeline
[लाइफलाइन]
☎ 13 11 44

1300 MH CALL
[1300 एमएच कॉल]
☎ 1300 642 255

Suicide Helpline
Call Back Service
[आत्महत्या हेल्पलाइन कॉल बैक सेवा]
☎ 1300 659 467

सहायता के लिए निःशुल्क सलाह फ़ोन लाइनें

DV Connect [डीवी कनेक्ट]

DV Womensline [डीवी विमेन्सलाइन]

☎ 1800 811 811 (दिन में 24 घंटे, सप्ताह में 7 दिन)

DV Mensline [डीवी मेन्सलाइन]

☎ 1800 600 636 (सवेरे 9 बजे से मध्यरात्री तक, सप्ताह में 7 दिन)

Sexual Assault Helpline [यौन उत्पीड़न सहायतालाइन]

☎ 1800 010 120 (सवेरे 7:30 से रात 11:30 तक, 7 सप्ताह में 7 दिन)

1800 RESPECT [1800 रेस्पेक्ट]

☎ 1800 737 732 (दिन में 24 घंटे, सप्ताह में 7 दिन)

Immigrant Women's Support Service

[ईमीग्रेंट विमेन्स सहायता सेवा]

☎ 07 3846 3490 (सोमवार से शुक्रवार, सवेरे 9 से दोपहर 4 बजे तक)

Multicultural Connect Line [बहुसांस्कृतिक कनेक्ट लाइन]

☎ 1300 079 020 (सोमवार – शुक्रवार, सवेरे 9 से दोपहर 4:30 तक)

Kids Helpline [बाल सहायता लाइन]

☎ 1800 551 800 (दिन में 7 घंटे, सप्ताह में 7 दिन)

क्वींसलैण्ड हेल्थ
Hindi

आपको सुरक्षित महसूस करने का अधिकार है

घरेलू और पारिवारिक हिंसा और/या यौन उत्पीड़न झेल रहे किसी भी व्यक्ति के लिए निःशुल्क स्वास्थ्य देखभाल



दुभाषिये के लिए पूछना निःशुल्क है



Queensland
Government

मे की कहानी



मे को अपने परिवार से बहुत प्रेम है। लेकिन, हाल ही में उसका पति उस पर बहुत ज़्यादा चिल्लाने लगा है। कभी-कभी उसे अपने पति से डर लगता है। बात तब और बिगड़ गई जब वो उसकी बाँह पकड़ने लगा और हिंसक होने लगा।

मे किसी को भी इस बारे में बताने से डरती थी क्योंकि घर में केवल उसका पति ही वो एकमात्र व्यक्ति था जो कमाता था और सामान आदि के लिए पैसे दे सकता था।

उपयोगी सुझाव: अगर आप घरेलू और पारिवारिक हिंसा और/या यौन उत्पीड़न झेल रहे हैं, तो किसी ऐसे व्यक्ति से बात करें जिस पर आपको भरोसा है। वे यह जानने में आपकी मदद कर सकते हैं कि आगे क्या करना है।

अगर किसी व्यक्ति में, घरेलू और पारिवारिक हिंसा झेलने के लक्षण नज़र आ रहे हैं, तो कदम उठाएँ - हो सकता है ऐसा करने वाले केवल आप ही हों। आप महत्वपूर्ण असर डालने में सहायता कर सकते हैं।

सहायता प्राप्त करना

एक दिन, मे के साथ उसका पति बहुत ही हिंसक हो गया और उन्हें बुरी तरह से चोटें लगीं। उसने अपने स्थानीय अस्पताल के इमरजेंसी विभाग में जाकर ख़ुद को दिखाने का निर्णय लिया।



डॉक्टर ने मे के साथ हुए दुर्व्यवहार को समझने में कुछ समय बिताया और मे को कुछ प्रश्नों के उत्तर देने पड़े। इससे उसके लिए सर्वश्रेष्ठ सहायता का पता लगाने में मदद मिली।

मे डॉक्टर से बात करने में घबरा रही थी लेकिन उन्होंने कहा कि हिंसा से मुक्त होने के लिए पहला कदम होता है सहायता माँगना।

उपयोगी सुझाव: आप बिना कोई शुल्क दिये दुभाषिए के लिए अनुरोध कर सकते हैं। अगर आप किसी दुभाषिए से बात करना या नहीं करना चाहते हैं तो आप इस बारे में स्वास्थ्य देखभाल कार्यकर्ता को बता सकते हैं। आप क्रींसलैण्ड से बाहर किसी फ़ोन दुभाषिए के लिए भी अनुरोध कर सकते हैं।

अगर आपके पास Medicare नहीं है तो भी आपके अनुभव के लिए निःशुल्क स्वास्थ्य देखभाल

मे को Medicare [मेडिकेयर] नहीं मिल सकता लेकिन फिर भी उसे अपने अनुभव के लिए सरकारी अस्पताल में निःशुल्क स्वास्थ्य देखभाल मिल सकती है।

डॉक्टर ने मे के इस अनुभव के बारे में उसकी सहायता के लिए एक सामाजिक कार्यकर्ता की व्यवस्था की। जब तक वो अस्पताल में थी उन्होंने उसकी चोटों का भी इलाज किया।



मे अपने पति के आसपास कैसे सुरक्षित रह सकती है इस बारे में उसने और सामाजिक कार्यकर्ता ने एक योजना बनाई।

घरेलू और पारिवारिक हिंसा के बारे में और अधिक जानकारी

