

آیا کسی را می شناسید که در یک رابطه خویشاوندی مورد بد رفتاری باشد

FARSI



راهنمایی برای خانواده ها، دوستان و همسایگان
پشتیبانی شما مؤثر خواهد بود



Domestic Violence
Resource Centre Victoria



فهرست

- 2 مقدمه
- 4 بد رفتاری چیست؟
- 5 چگونه می توانم بد رفتاری را تشخیص دهم؟
- 7 چرا این زن رابطه خویشاوندی خود را پایان نمی دهد؟
- 10 آیا من می توانم مداخله نمایم؟
- 10 چطور با این زن می توانم برخورد نمایم؟
- 11 برای کمک به وی چه کار می توانم انجام دهم؟
- 15 چه کار نباید کرد
- 16 کمک به بهبود ایمنی وی
- 18 قانونی که بتواند از او محافظت نماید
- 22 اگر من شاهد خشونت بدنی یا تهدیدات او بودم یا کسی به من جریان را گفت چه کار می توانم انجام دهم؟
- 23 مواظبت از خودتان
- 24 من در برابر شریک زندگی او که بد رفتار است چه واکنشی می توانم نشان دهم؟
- 27 نهاد های خدماتی که قادر به کمک کردن هستند



این نشریه توسط Victims Support Agency (VSA) Department of Justice (نهاد پشتیبانی از قربانیان وزارت دادگستری) و Domestic Violence Resource Centre Victoria (DVRCV) و (مرکز کمک در موارد خشونت خانگی و ویکتوریا) به طور مشترک نگاشته و منتشر شده است.

ویراستاری و چاپ مجدد در سالهای 2001، 2006 و 2009.

طراحی توسط Design by Celsius Design (بیگ پرینت).

چاپ توسط Big Print (بیگ پرینت).

نهاد پشتیبانی از قربانیان و مرکز کمک در موارد خشونت خانگی در ویکتوریا با سپاس نقش افراد جامعه و خدماتی را که در تدوین این راهنما ارائه کرده اند قدردانی می نماید. بویژه، ما دوست داریم از کسانی تشکر کنیم که راجع به تجربیات شخصی خود و دیدن بد رفتاری ها با ما سخن گفتند و خواستند که اطمینان حاصل شود سایر قربانیان بد رفتاری مورد پشتیبانی مورد نیازشان قرار گیرند.

© حق نشر، دولت ایالتی ویکتوریا 2009. این نشریه دارای حق نشر است. هیچ بخش از این نشریه را نمی توان با توجه به مفاد قانون حق نشر مصوب 1968 تکثیر نمود.

این راهنما به 13 زبان موجود است که عبارتند از: عربی، چینی، کروآسی، دری، دینکا، فارسی، مقدونیه ای، صربی، سومالیایی، اسپانیولی، و ویتنامی. برای دریافت نسخه هائی از آن لطفاً از تارنماهای زیر دیدن کنید:

www.dvrcv.org.au یا www.justice.vic.gov.au/victimsofcrime

به جای آن، لطفاً به خط مستقیم کمک به قربانیان جنایت به شماره 1800 819 817 بین ساعات 8 بامداد تا 11 شب در روزهای دوشنبه تا جمعه به استثنای روزهای تعطیل زنگ بزنید یا با مرکز کمک به موارد خشونت خانگی ویکتوریا شماره تلفن 9486 9866 (03) تماس گرفته یا به dvrcv@dvrcv.org.au ایمیل بزنید.

کمک شما برای کسی که مورد بد رفتاری است بسیار مؤثر است.

واکنش شما نسبت به وضعیت او واقعا حائز اهمیت است. اگر او احساس کرد که مورد پشتیبانی است و تشویق شد، ممکن است احساس قدرت بیشتری کرده و بهتر بتواند تصمیم گیری نماید. اگر احساس کرد که مورد داورى و انتقاد قرار می گیرد، ممکن است از اینکه راجع به بد رفتاری خود دوباره با کسی موضوع را در میان بگذارد دچار واهمه شود.

با آنکه هر کس می تواند قربانی یک شخص بد رفتار در خانو اده باشد، معمولا این بد رفتاری توسط مردان بر علیه زنان، کودکان و سایر افراد آسیب پذیر صورت می گیرد. حتی وقتی که کودکان مستقیما هم در ماجرا دخالت ندارند، شاهد بودن این رخداد یا انجام نظافت کاری آن بعد از این رخداد، می تواند بر آنها اثر عمده ای داشته باشد.

بدر رفتاری، یا خشونت خانگی می تواند هر کس را صرف نظر از میزان درآمد، نژاد، فرهنگ، دین، استعداد و یا سلیقه جنسی تحت تاثیر قرار دهد.

خشونت خانگی می تواند در یک ازدواج، در یک رابطه دوفاکتو (زندگی در کنار یکدیگر بدون ازدواج) یا در ازدواج غیر دینی، در روابط بین دو مرد یا دو زن، نسبت به افراد دارای ناتوانی که به مراقب خود متکی هستند، و بین والدین، فرزندان و یا خویشاوندان رخ دهد. در برخی از موارد، خشونت ممکن است توسط یک فرد جوان بر علیه والدین یا خویشاوندان رخ دهد. برای بومیان یا جزیره نشینان تنگه تورز Torres Strait Islander "خانواده" ممکن است طبق آئین و رسوم اجتماعی آنان به معنی خویشاوند باشد.

خدمات پشتیبانی که فهرست آن ها در پایان این نشریه آمده است می توانند پشتیبانی و اطلاعات بیشتر در اختیار شما قرار دهند.

وقتی کسی را که دوست می دارید مورد آزار بدنی و بد رفتاری شریک زندگیش می باشد می تواند واقعا موجب نگرانی بسیار شود. این راهنما به شما اطلاعات عملی در زمینه کمکی که می توانید بکنید، و چگونگی مواظبت از خودتان ارائه می دهد.

این راهنما برای پشتیبانی به قربانیان بد رفتاری چه زن باشند و چه مرد کمک می نماید. در سراسر این راهنما ما برای آسانی به قربانی به عنوان یک زن 'she' اشاره می کنیم (این موضوع در زبان فارسی و در ترجمه این راهنما مصداق ندارد چون "او" در مورد زن و مرد هر دو به کار می رود- مترجم) چون بیشتر قربانیان زن هستند، ولیکن ما از پشتیبانان مردانی که قربانی بد رفتاری هم هستند تشویق می کنیم که از این راهنما استفاده نمایند.

شما می توانید با نهاد های خدماتی که در پشت جلد این نشریه فهرست شده اند تماس گرفته و با کسی به طور محرمانه راجع به نگرانی خود سخن بگویند.



"نزدیک ترین دوست من واقعا به من کمک کرد.

او هرگز در مورد من داورى نکرد یا کاری که حس کنم تقصیر با من است. او به من کمک کرد تا راجع به اینکه چه می توانم بکنم اندیشه نمایم، از فرزندانم مراقبت به عمل آورد تا به من استراحتی بدهد، و وقتی که به او نیاز داشتم در کنارم بود. این کار برای او آسان هم نبود. ولی پشتیبانی او بسیار مؤثر بود." Ana

تعریف بد رفتاری چیست؟

هر زوجی ممکن است با هم اختلاف یا مشاجره لفظی داشته باشند. در یک رابطه محترمانه و برابر، هر دو طرف احساس آزادی خواهند نمود تا باورهای خود را بیان کنند، تصمیم گیری نمایند، خودشان باشند، و اگر رابطه جنسی نمی خواهند بگویند نه. ولی وقتی که یکی از آنان بد رفتار است چنین چیزی امکان ندارد. در یک رابطه بد رفتار، یکی از طرفین کوشش می کند بر دیگری تسلط داشته باشد و این کار را با کتک، انتقاد، دستور، تهدید یا فشار جنسی انجام می دهد.

خشونت خانگی یا بد رفتاری ممکن است آشکارا باشد یا اینکه بسیار ظریفانه. ممکن است یک رخداد منحصر به فرد بوده یا به صورت یک رفتار توأم با بد رفتاری برای یک دوره طولانی باشد.

برای شخص قربانی و فرزندان او، این رفتار می تواند خطرناک، ترسناک، ابهام انگیز و آسیب رسان باشد.

خشونت خانگی و بد رفتاری نقض حقوق بشر است و هرگز به هیچ شکل آن در هیچ فرهنگ و جامعه ای پذیرفتنی نیست.

بد رفتاری روانی و احساسی می تواند درست به اندازه بد رفتاری بدنی آسیب برساند.

صرفنظر از وضعیت، بد رفتاری در یک رابطه هرگز پذیرفتنی نیست، و هرگز هم شخص قربانی تقصیر ندارد. الکل، تنش (فشار) یا رفتار شخص قربانی باعث بد رفتاری نیست. بد رفتاری رخ می دهد چون شخص بد رفتار می خواهد دیگری را مهار کرده و به او فرمان بدهد.

در ویکتوریا قانون تشخیص می دهد که خشونت خانگی تنها به خشونت بدنی محدود نمی شود - خشونت خانگی شامل مهار و فرمان روائی است [به قانون محافظت در برابر خشونت خانوادگی مصوب 2008 مراجعه کنید]. برخی از مثال های خشونت خانگی ممکن است شامل ممانعت کردن از کسی برای دیدن افراد خویشاوند یا دوستانش، تهدید به آزار رساندن به سایر افراد خانواده یا حیوان خانگی، تهدید کردن وی، تحقیر وی، ترساندن، ناسزا گفتن، انتقاد مداوم یا سر به سر گذاشتن نژادی می باشد. این کار ممکن است شامل دور نگهداشتن دارو از وی، و یا جلوگیری کردن از دسترسی وی به پول، خوراک و لباس، تهدید به گزارش کردن وی به اداره مهاجرت باشد یا تهدید به اینکه راجع به سلیقه جنسی وی به دوستان و آشنایان خواهد گفت، در حالی که وی نمی خواهد آنان بدانند. خشونت خانگی ممکن است شامل صدمه زدن به اموال، مزاحمت و دنبال او افتادن باشد.

خشونت خانگی، قلدری، تجاوز جنسی و دنبال کسی افتادن پذیرفتنی نیست و می توان این موارد را به پلیس گزارش نمود.

بد رفتاری را چگونه بشناسم؟

شما ممکن است در مورد اینکه دوست یا خویشاوند شما "بد رفتاری" را تجربه می کند یا نه دچار تردید باشید. چه بسا که احساس این را داشته باشید که باید چیزی در رابطه او "غلط" باشد. برخی از اوقات ممکن است نشانه هایی باشد که معلوم کند مود "بد رفتاری" است. ولی اغلب چیزی آشکار نیست.



"خانواده و دوستان من فکر نمی کردند که وضع "اینقدر بد" باشد چون او فقط یک بار مرا کتک زد. ولی تحقیر و فرمان دادن های او بسیار بد تر بود، آن طور که او زندگی مرا در مهار خود داشت. من واقعا می خواستم که خانواده من می دانستند که وضع چقدر وحشتناک بود" کیت Kare

نشانه هانی هست که معلوم می نماید کسی دچار بد رفتاری است، مانند:

چرا او به رابطه خود پایان نمی دهد؟

ممکن است مشکل را بتوان درک کرد که چرا کسی که به این بدی با او رفتار می شود همچنان رابطه خود را با او حفظ می کند. ترک کردن وی شاید راه حل بسیار آسانی به نظر آید. شما ممکن است فکر کنید که مقصر بد رفتاری تا حدودی خود او است چون آن را تحمل می کند، یا اگر می ماند یا احمق است یا ضعیف.

مشکل است که وقتی خود شما به جای او نیستید تصور کنید که کسی بخواهد مورد بد رفتاری باشد. از نگاه بیرون به آن، ممکن است ترک کردن آسان تر از آن باشد که در عمل صورت می گیرد.

وقتی که انسان شریک زندگی بد رفتاری داشته باشد ترک رابطه ممکن است بسیار مشکل باشد. این موضوع مهمی است که دوستان و افراد خانواده باید آن را درک کنند.

دلایل متعددی وجود دارد که پایان دادن به یک رابطه ابرای فرد مشکل می نماید.

- او نگران است که اگر رابطه را قطع کند شخص بد رفتار چه خواهد کرد. شخصی که بد رفتار است ممکن است او، فرزندان او، حیوان خانگی و یا اموال وی را تهدید به آزار و یا صدمه کرده باشد. او ممکن است در صورت ترک رابطه تهدید به خودکشی کرده باشد. بسیاری از قربانیان در می یابند که بد رفتاری پس از جدائی همچنان ادامه یافته یا بدتر می شود.
- او هنوز شریک زندگی خویش را دوست دارد، چون همیشه بد رفتار نیست.
- او به رابطه خویش متعهد است یا بر این باور می باشد که ازدواج برای همیشه است، "چه بد باشد و چه خوب".
- او امیدوار است که شریک زندگی تغییر نماید. برخی از اوقات شخص بد رفتار ممکن است قول بدهد که تغییر خواهد کرد. او ممکن است بر این اندیشه باشد که اگر شریک زندگی وی از خوردن مشروب دست بکشد، بد رفتاری هم متوقف می شود.
- او فکر می کند خود مقصر بد رفتاری است.

- او از شریک زندگی خود می ترسد و یا همواره دچار تشویش است که او را خوشحال نماید.
- او از دیدار دوستان و خویشاوندانش دست کشیده است یا وقتی که شریک زندگی او در اتاق است سخنان تلفنی خود را کوتاه می کند.
- شریک زندگی او همواره او را به باد انتقاد می گیرد و او را جلوی دیگران کوچک می کند.
- می گوید که شریک زندگی او را تحت فشار قرار داده یا مجبور به انجام اعمال جنسی می کند.
- شریک زندگی او را اغلب دستور می دهد یا تصمیم ها را تنها خودش می گیرد (به طور مثال، شریک زندگی وی پول را در دست خود دارد، به او می گوید که با چه کسی حق دیدار دارد و چه کار مجاز است انجام دهد).
- او راجع به شریک زندگی خود می گوید که "حسود است"، "حشمگین است" یا "همه چیز را برای خود می خواهد".
- او دچار اضطراب یا افسردگی است، اعتماد به نفس خود را از دست داده یا به طور غیر عادی ساکت است.
- در روی بدن او آثار زخم است (خون مردگی، شکستگی استخوان، رگ به رگ شدن، بریدگی و غیره). او ممکن است دلایلی غیر محتمل برای زخم های بدن خود ارائه نماید.
- فرزندان او ظاهراً از شریک زندگی او هراس و مشکل رفتاری دارند یا اینکه بسیار وارفته و مضطرب هستند. او مایل نیست فرزندان خود را با شریک زندگی خود تنها بگذارد.
- پس از اینکه رابطه خود را ترک کرد، شریک سابق زندگی وی دائم به او زنگ می زند، مزاحم او می شود، او را دنبال می کند، به خانه او می آید یا در بیرون به انتظار او است.

بسیار مهم است که شما کاری نکنید که احساس کند عیبی دارد چون از شریک زندگی خود جدا نمی شود. این تنها عدم اعتماد به خویش، احساس گناه و سرزنش خویش را در او تقویت خواهد نمود.

پایان دادن به رابطه با شریک زندگی بد رفتار، برخی اوقات ممکن است خطرناک هم باشد. پس از جدایی، بد رفتاری ممکن است ادامه یافته یا بیشتر شود. به او کمک کنید تا تصمیمی که توانایی آن را دارد بگیرد و چه در رابطه خویش باقی مانده و چه ترک نماید ایمنی او را همواره در نظر داشته باشید. او ممکن است بخواهد با یکی از نهادهای خدماتی که در پشت جلد این نشریه فهرست شده اند تماس گرفته و راجع به نحوه محافظت از خویش با آنان گفت و شنودی داشته باشد.



”وقتی به او گفتم که چطور او مرا آزار می داد، دوست من گفت «نگذار او این کار را بکند» انگار تقصیر از من بود. این به من احساس بدتری داد. او نمی دانست که او چقدر روی من فشار وارد می آورد که به او برگردم، چقدر او به من می گفت که دوستم دارد و ترجیح می دهد خودش را بکشد تا اینکه بدون من و فرزندانم زندگی نماید. او به من احساس شدید گناه می داد. فکر می کردم که چقدر بر ای فرزندان داشتن پدر مهم است. همه این کار ها برای ان بود که مرا وادارد که برگردم. وقتی به او برگشتم دوستم با من قهر کرد، او گفت که من احمقم. من خیلی ناراحت شدم زیرا او تنها دوست من در استرالیا بود و من به درد دل کردن با کسی واقعا نیاز داشتم تا به من کمک نماید بفهمم که نحوه رفتار او با من غلط بود.“ نیکولا Nicola

احساس می کند که باید به خاطر فرزندان با شریک زندگی خود بماند، و اینکه برای فرزندان بهتر است که پدر و مادر هر دو را داشته باشند. شریک زندگی وی ممکن است فرزندان را مورد تهدید قرار داده باشد.

عدم اطمینان. شخصی که بد رفتار است به طور عمدی کوشش دارد که اطمینان شریک زندگی خود را از او بگیرد و به او احساس حماقت، نا امیدی و مسئولیت این بد رفتاری را بدهد. او ممکن است توان آن را نداشته باشد یا نتواند تصمیم گیری نماید.

انزوا و تنهایی. کسی که بد رفتار است ممکن است او را از تماس با افراد خانواده یا دوستان منع کرده باشد. او ممکن است از اینکه به تنهایی بتواند از عهده کار برآید احساس واهمه داشته باشد. اگر انگلیسی زبان اول او نباشد، او مخصوصاً ممکن است احساس انزوا نماید.

فشار برای ماندن با شریک زندگی، توسط خانواده، کلیسا یا جامعه. او ممکن است در صورت ترک شریک زندگی خود از طرد شدن از جامعه یا خانواده ترس داشته باشد.

اگر او از فرهنگ یا زبانی دیگر باشد، همسر او ممکن است او را تهدید کرده بگوید چنانچه در مورد خشونت به کسی حرفی بزند او را به مقامات دولتی یا اداره مهاجرت گزارش می نماید.

او ممکن است احساس کند که جدایی از شریک زندگی برایش امکان ندارد چون در یک منطقه روستایی زندگی می کنند، یا به این علت که دوستان مشترکی دارند یا بخشی از یک جامعه قومی، بومی، یا دینی هستند.

در صورت جدایی، او امکان زندگی به تنهایی را ندارد. ممکن است نگران محل زندگی خود، دسترسی به پول یا آمد و شد باشد، بخصوص وقتی که در یک منطقه دور افتاده زندگی نماید. او ممکن است وابسته به درآمد شریک زندگی خود باشد.

اگر او دارای ناتوانی باشد، ممکن است برای کمک های روزمره خود به شخصی که بد رفتار است وابسته باشد.

آیا من باید دخالت کنم؟



“خانواده من می دانستند که مورد بد رفتاری هستم و من در واقع به دام افتاده ام، ولی چیزی راجع به آن نگفتند تا اینکه من نهایتاً جدا شدم. به من کمک می شد اگر می گفتند که این رفتار ناپسند است چون من فکر می کردم رفتاری عادی است. اگر به من گفته می شد که انسان خوبی هستم و اگر من به آنان نیاز داشتم آنان آماده کمک به من بودند به من کمک می کرد بسیار آسانتر رابطه خودم را قطع کنم” الی Ellie

بسیاری از افراد نگران این هستند که در صورت وارد شدن به ماجرا دارند در زندگی کسی “مداخله” می کنند یا اینکه این “موضوع خصوصی” است. ولی از این بیشتر مایه نگرانی خواهد بود اگر کسی مورد بد رفتاری باشد و شما حرفی نزنید. پشتیبانی شما ممکن است مؤثر باشد. اگر شما به او نزدیک شوید ممکن است در معرض خطر شرمندگی باشید اگر او در پاسخ بگوید که بدگمانی شما بی مورد است و او نیازی به پشتیبانی شما ندارد. ولی اگر این کار را با رعایت حساسیت انجام دهید، بی آنکه انتقادی به عمل آورید، اغلب افراد حتی وقتی که آماده سخن گفتن در مورد وضعیت خود هم نباشند، اظهار نگرانی (لطف) دیگران و خواستن نیکبودی آنان را تقدیر می کنند؛ اگر شما ابراز نگرانی بکنید خیلی کم احتمال دارد که وضعیت را از این که هست بدتر نمایند.

چگونه می توانم به نزد او بروم؟

با رعایت حساسیت ها نزد دوست یا خویشاوند خود بروید، و به آنان اجازه دهید نگرانی شما را بدانند و بگویند که نگران آنان هستید و بعد علت را توضیح دهید. برای مثال، “من نگران شما هستم چون این اواخر متوجه شده ام که واقعا ناشاد به نظر می آید”.

شگفت زده نشوید اگر در پاسخ به شما آن را انکار کند یا پشتیبانی شما را رد نماید. او ممکن است از نگران کردن شما بترسد اگر راجع به بد رفتاری با شما سخنی به میان آورد. او ممکن است آماده آن نباشد که بپذیرد مورد بد رفتاری است، یا ممکن است احساس شرمندگی یا ترس داشته باشد که راجع به آن سخنی بگوید. او ممکن است مشکل داشته باشد که پس از مورد بد رفتاری واقع شدن به کسی اعتماد نماید. اگر قربانی مردی باشد، ممکن است مخصوصاً موجب شرمندگی او بشود که در باره بد رفتاری با او سخنی به میان آید زیرا او را “ضعیف” یا “مرد نبودن” جلوه می دهد.

اگر از سخن گفتن ناراحت می شوند آنان را مجبور به سخن گفتن نکنید، ولی بگذارید بدانند که اگر خواستند باشما درد دل کنند شما آماده هستید. صبور باشید، و وقتی که آنان آماده سخن گفتن پیرامون بد رفتاری هستند، گوش شما آماده شنیدن باشد.

برای کمک به او چه کار میتوانم انجام دهم؟

مهمترین کاری که می توانید انجام دهید این است که بی پیشداوری به سخنان او گوش داده و تصمیم او را مورد احترام قرار دهید و به او کمک کنید تا راه هائی را برای قوی تر شدن و ایمن تر شدن پیدا نماید.

- به آنچه می خواهد بگوید گوش فرا دهید.
- سخنان او را باور کنید. بسیار برای او سخت بوده که با شما سخن بگوید. مردم بیشتر احتمال دارد که بد رفتاری را رازپوشی و یا کوچک انگاری کنند تا اینکه داستان سازی کرده و گزافه گویی نمایند. شما ممکن است متوجه شوید که سخت می توان تصور کرد که شخص آشنائی بتواند اینقدر بد رفتار باشد. ولی شخص بد رفتار احتمالاً نشان خواهد داد که داستان درست عکس آن چیزی است که شخص قربانی می گوید.

“شما لازم نیست کاملاً از موضوع سردر بیاورید تا بتوانید کمک کنید. تنها کاری که بایست انجام دهید این است که وقت و علاقه خود را بی پیشداوری در اختیار او قرار دهید.” جین Jane

• بد رفتاری را جدی بگیرید. بد رفتاری ممکن است آسیب بر ساند هم آسیب بدنی و هم احساسی. هرگز خطری را که متوجه او است کم ندانید.

• به او کمک کنید تا بد رفتاری را تشخیص دهد و درک نماید که چگونه بر روی او و فرزندانش اثر خواهد گذاشت.

• به او بگویند که فکر می کنید شجاع بوده است چون توانسته راجع به بد رفتاری سخن گفته و می تواند علیرغم این بد رفتاری به زندگی خود ادامه دهد.

• به او در ایجاد اعتماد به نفسش کمک کنید.

• به او کمک کنید درک کند که بد رفتاری تقصیر او نیست و صرف نظر از کاری که کرده باشند هیچکس سزاوار بد رفتاری نیست. بگذارید بداند که فکر می کنید رفتار شریک زندگی با او غلط است. برای مثال، "هیچکس، حتی شوهر تان هم حق ندارد با شما بد رفتاری نماید".

• به او کمک کنید از خود محافظت نماید. شما می توانید بگویند، "من بسیار متأسفم از آنچه که او با شما و فرزندانتان کرده است" یا "من نگرانم که وضع از این هم بدتر شود". با او گفت و شنود داشته باشید تا بداند در باره محافظت از خویش چه کار می تواند انجام دهد. به فصل "کمک برای افزایش ایمنی وی" (صفحه 16) مراجعه کنید.

• به او کمک کنید تا راجع به کارهایی که می تواند فکر کند و ببینید شما چگونه می توانید او را در این کار کمک کنید.

• کمک های عملی پیشنهاد کنید مانند مراقبت از فرزندان برای مدتی، پختن غذا برای او، پیشنهاد محل امنی برای اقامت او، وسیله آمد و شد یا همراهی کردن با او در دادگاه و غیره.

• حق او را در گرفتن تصمیم مورد احترام قرار دهید، حتی وقتی که با او موافق هم نباشید. به ارزش های دینی و فرهنگی و باور های او احترام بگذارید.

• با او تماس منظم خود را در سطحی حفظ کنید. داشتن فرصت برای گفت و شنود به طور منظم با دوست یا خویشاوند پشتیبان می تواند بسیار مهم باشد.

• راجع به خدمات موجود که در پشت جلد این نشریه فهرست شده است به وی اطلاع دهید. او را یادآوری کنید که اگر به یکی از نهادهای خدماتی زنگ می زند، او فقط پشتیبانی و اطلاعات دریافت خواهد نمود، آنان او را تحت فشار قرار نمی دهند که در صورتی که نمی خواهد (از شریک زندگی خود) جدا شود. نهاد های خدماتی ملزم هستند که یک رویکرد یکنواخت داشته باشند و بنا بر این مهم نیست که با چه نهاد خدماتی نخست تماس می گیرید، همگی آنها باید به شما اطلاعات یکسانی بدهند.

• به او راجع به قوانینی بگویند که می تواند از او محافظت نماید، مانند Family Violence Intervention Order یا حکم دخالت خشونت خانگی (حکم منع مزاحمت). برای اطلاع در باره احکام منع مزاحمت در موارد خشونت خانگی و سایر اطلاعات راجع به کارهایی که پلیس، دادگاه ها، و نهاد های پشتیبانی می توانند انجام دهند، به بخش "قوانینی که می تواند از او محافظت نماید" مراجعه کنید (صفحه 18).

• وقتی که او رابطه اش را (با شریک زندگی خویش) قطع نمود، همچنان از او پشتیبانی کنید. دوره جدایی می تواند برای او دوران خطرناکی باشد چون بد رفتاری ممکن است افزایش یابد. او ممکن است به پشتیبانی های عملی و تشویق نیاز داشته باشد تا به وی کمک شود یک زندگی جدیدی برقرار کرده و از بد رفتاری خلاص شود. او ممکن است مشاوره بخواهد یا به یک گروه پشتیبان ملحق شود.



"آنچه که واقعاً کمک می کند آن است که کسی از خویشاوندان یا دوستان برای مدتی از فرزندان مراقبت به عمل آورد. من به وقت نیاز داشتم تا فکر بکنم و راهی را برای غلبه بر احساساتم پیدا کنم بی آنکه همه اوقات فرزندانتانم در پیرامون من باشند." ثریا Soraya

چه کار نباید کرد؟

وقتی با کسی صحبت می کنید که مورد بدرفتاری واقع شده است، بعضی چیزها ممکن است کمک نکنند، یا باعث بشود اعتماد وی به شما را در درد دل کردن از میان بردارد.

موارد زیر مواردی هستند که قربانیان بدرفتاری گفته اند کمک نکرده است

- او را به خاطر بدرفتاری مورد سرزنش قرار ندهید یا نپرسید که مثلاً "یا او چه کردید که باعث شد این رفتار را با شما داشته باشد" یا "چطور این را تحمل می کنید؟" یا "چگونه می توانید هنوز دوستش داشته باشید؟" این پرسش ها به نحوی تقصیر را به گردن او می اندازد.
- کوشش نکنید که دنبال دلایل بدرفتاری بگردید. بر پشتیبانی از کسی که مورد بدرفتاری واقع شده تمرکز نمایید.
- نکوهش نکنید. اگر او می گوید که شریک زندگی خود را دوست دارد یا اگر او را ترک می کند ولی باز هم دوباره به این رابطه بر می گردد او را نکوهش نکنید. ترک یک شریک زندگی بدرفتار وقت گیر است و پشتیبانی شما واقعاً مهم می باشد.
- از شریک زندگی او انتقاد نکنید. از رفتار بد انتقاد کنید و به او بگویید که هیچکس حق آزار رساندن به وی را ندارد (برای مثال، بگویید "شریک زندگی شما نباید این رفتار را با شما داشته باشد") انتقاد از شریک زندگی وی تنها باعث می شود که او بخواهد از وی دفاع نماید.
- اندرز ندهید، و نگویند اگر شما بودید چه می کردید. این تنها باعث می شود اعتماد به نفس وی را برای تصمیم گیری کم کند. به سخنان او گوش کرده و تنها به او اطلاعات دهید نه اندرز.
- بر روی او فشار نیاورید که جدا شود یا سعی نکنید که از جانب او تصمیم گیری کنید. تمرکز شما روی شنیدن و پشتیبانی از او باشد تا بتواند خود تصمیم گیری نماید. او بهتر از همه وضعیت خود را می داند.

پرسش هایی که می توانید بپرسید و چیزهایی که می توانید بگویند:

این موارد فقط چند نظر است. مهم است که آنچه را باور دارید بگویند و حرف، حرف خودتان باشد.

- "طرز رفتار او با شما درست نیست"
- "برای کمک به شما چه کار می توانم انجام دهم؟"
- "فکر می کنید رفتار او بر شما چه اثری داشته است؟"
- "فکر می کنید رفتار او بر فرزندان شما چه اثری داشته است؟"
- "من نگران رفتاری هستم که او می تواند با شما و فرزندان شما داشته باشد."
- "فکر می کنید چه کار بایستی بکنید؟"
- "اگر جدا بشوید از چه چیز واهمه دارید؟"
- "اگر همچنان رابطه را حفظ کنید چه واهمه ای دارید؟"



کمک به افزایش ایمنی وی

اینکه آیا او رابطه خود را حفظ می کند یا جدا می شود، مهم این است که راجع به چگونگی محافظت وی از بدرفتاری بیشتر فکر شود.

شما می توانید:

- به او کمک کنید در موارد اضطراری، یا اگر تصمیم به جدا شدن گرفت، طرحی برای تعیین محل اقامت خود و فرزندانش داشته باشد. اگر قرار باشد محل سکونت او مخفی باشد، راجع به خدمات تأمین مسکن امن (پناهگاه ها) به او اطلاع دهید. با Women's Domestic Violence Crisis Service (نهاد بحران خشونت خانگی در مورد زنان) تماس بگیرید تا اطلاع بیشتری به دست بیاورید. اگر او به زبانی غیر از انگلیسی سخن می گوید، می توان او را به Immigrant Women's Domestic Violence Crisis Service (نهاد خدماتی بحران خشونت خانگی در مورد زنان مهاجر) ارجاع نمود (به صفحه 26 مراجعه کنید).
- با هم یک کلمه رمز داشته باشید یا علامتی که بتواند از آن استفاده کند تا با شما نشان دهد به کمک نیاز دارد.
- به او کمک کنید بهانه ای داشته باشد تا در صورت احساس خطر زود محل را ترک کند.
- به او کمک کنید تا یک "ساک فرار" داشته باشد، تا وسایل خود را در آن بگذارد و آن را در محل امنی پنهان نماید. اگر تصمیم به جدا شدن بگیرید به پول، کلید ها، لباس ها، کارت های بانکی، گواهی نامه رانندگی، اسناد تأمین اجتماعی، اسناد زمین و املاک، دارو، شناسنامه ها، پاسپورت و سایر اسناد مهم برای خود و فرزندانش نیاز خواهد داشت.

- راجع به اینکه پلیس می تواند از او مواظبت به عمل آورد یا او سخن بگویند. پلیس دارای بخشنامه واضحی است که چه کار باید انجام دهد تا ایمنی زنان و کودکان تأمین باشد. برای اطلاع بیشتر درباره آنچه که پلیس می تواند انجام دهد، از جمله اطلاعات راجع به قرار های منع مزاحمت Intervention Orders به بخشی تحت عنوان "قوانینی که می تواند از او محافظت نماید مراجعه کنید" (صفحه 18).

- اگر او تصمیم گرفت همچنان رابطه خود را (با شریک زندگی خویش) حفظ نماید، او باید راه های دیگری برای محافظت از خود و فرزندانش در برابر خشونت بیشتر داشته باشد. برای یافتن نظر و عقیده ای در این مورد با یکی از نهاد های خدماتی که در پشت جلد این نشریه فهرست شده اند تماس بگیرید. یک قرار منع مزاحمت ممکن است دارای شرایطی باشد که به شریک زندگی بدرفتار امر می کند که از خانه خانوادگی دور بماند. در این مورد، او می تواند قفل های خانه را تعویض نموده و ترتیبی دهد که اجاره نامه را به نام وی نمایند ولو اینکه نام او قبلاً در اجاره نامه نبوده باشد.

- اگر خواست که درخواست قرار منع مزاحمت Intervention Order نماید، یا سایر اقدامات قانونی را به عمل آورد، شما می توانید پیشنهاد دهید که به عنوان شاهد کمک کنید. اگر احساس می کنید که این کار از عهده شما بر می آید، وقتی که بدرفتاری می بینید مورد را یادداشت کنید و زمان، تاریخ و مشاهدات خود را بنویسید.

برای اطلاع بیشتر به تارنمای مرکز کمک در موارد خشونت خانگی www.dvrcv.org.au مراجعه کرده یا به شماره تلفن 9486-9866 (03) زنگ بزنید. برای دریافت راهنمایی قانونی لطفاً به بخش "نهاد های خدماتی که می توانند کمک نمایند" مراجعه کنید.

قوانینی که می‌توانند از وی محافظت نمایند

پلیس متعهد است که به همه گزارش‌های مربوط به خشونت خانوادگی رسیدگی کرده و وظیفه دارد که افراد و از جمله کودکان را در صورتی که در معرض خطر آسیب از خشونت خانگی باشند مورد محافظت قرار دهد. پلیس می‌تواند ولو اینکه شخص قربانی نخواهد، موضوع را مورد تعقیب قانونی قرار دهد.

ایمنی در اولویت اول قرار داد. از جمله ایمنی پلیس و افرادی که حضور دارند بخصوص کودکان. اگر در معرض خطر باشند، پلیس اقدام فوری به عمل می‌آورد تا آنها را محافظت و مورد پشتیبانی قرار دهد. به شماره '000' تلفن زده و تقاضای پلیس کنید.

اگر مورد اضطرابی نباشد، شخص مورد خشونت خانوادگی می‌تواند به کلانتری محل مراجعه کند. برای تارنمای پلیس و مشخصات تماس به پشت این نشریه مراجعه کنید.

اگر شخص آزار دیده برای صحبت کردن به زبان انگلیسی مشکل دارد باید نخست به افسر پلیس زبانی را که به آن سخن می‌گوید اعلام نماید تا اینکه آنها بتوانند برای وی در اسرع وقت ممکن مترجم بگیرند.

وقتی که پلیس می‌آید اطمینان حاصل می‌کند که زن و فرزندانش امن باشند. پلیس می‌تواند خانه را مورد بازرسی قرار دهد و اگر اسلحه‌ای هست آن را بردارد. شخص خشونت دیده باید اگر شریک زندگی خشن وی دارای اسلحه می‌باشد به پلیس اطلاع دهد.

پلیس با او راجع به اتفاقی که افتاده صحبت خواهد کرد. پلیس تصمیم می‌گیرد که آیا حتی در صورت عدم رضایت شخص خشونت دیده هم اقدامی به عمل آورد یا نه، و به شریک زندگی خشن او خواهد گفت که این تصمیم پلیس است.

پلیس شخص خشونت دیده را برای پشتیبانی احساسی، مالی و قانونی/حقوقی به مراجع خدماتی معرفی خواهد نمود. در صورتی که زن بخواهد که خانه خودشان را ترک نماید، این نهاد‌های خدماتی می‌توانند به او و فرزندانش کمک کنند تا به محل امنی بروند. پلیس می‌تواند شخص خشن را دستگیر یا بازداشت نموده یا از او بخواهد که خانه را ترک نماید.

دخالت پلیس و احکام منع خشونت intervention orders به این معنی نیست که رابطه خانوادگی را پایان دهد، این امر بسته به میل زن است. لیکن، اگر او یک حکم منع خشونت گرفت ولی هنوز با شریک زندگی خود به سر می‌برد و این خشونت ادامه یافت، پلیس می‌تواند اقدامات بیشتری انجام دهد. در انجام این کار پلیس شخص خشونت دیده را مرحله به مرحله راهنمایی می‌نماید. برای محافظت مردم از خشونت خانوادگی، پلیس دارای قدرت‌های زیر است:

احکام منع مزاحمت در موارد خشونت خانگی (Family Violence Intervention Orders)

یک حکم (Intervention Order) (Family Violence Intervention Order) (قرار منع مزاحمت در موارد خشونت خانگی) حکم دادگاه است که توسط قاضی دادگاه بدوی صادر می‌شود. هدف آن محافظت قربانی و فرزندان او در برابر یک عضو خانواده یا کسی است که با او رابطه نزدیکی دارد. او می‌تواند قرار منع مزاحمت بگیرد و ولو اینکه خشونت بدنی هم در کار نباشد.

یک قرار منع مزاحمت دارای شرایطی است که به شخص ("خوانده" - "متهم") می‌گوید که چه کار می‌تواند و نمی‌تواند انجام دهد. برای مثال، یک دادگاه ممکن است نسبت به خوانده احکام زیر را صادر نماید:

- از مزاحمت، تهدید و ارباب او دست بردارد
- تا فاصله معینی از خانه پای نگذارد
- با او از راه‌های ایمیل، پیامک، و تلفن تماس نگیرد
- از آسیب رساندن به اموال او خودداری نماید.

ممکن است شرایطی وجود داشته باشد که شریک زندگی پدرفتر را مجبور به ترک خانه خانوادگی نمایند. ممکن است که شخص قربانی بخواهد که اجاره نامه خانه را اگر اجاره‌ای باشد به نام وی بکنند و ولو اینکه قبلاً نام او در اجاره نامه نباشد.

خط تلفن مستقیم قربانیان جنایت Victims of Crime Helpline به شماره 1800 819 817 می‌تواند اطلاعات بیشتری را در این زمینه ارائه دهد.

همسر بدرفتار باید از مقررات حکم قرار منع مزاحمت Intervention Order به دقت پیروی نماید. اگر کسی حکم منع مزاحمت را رعایت نکند، مرتکب جرم جنائی شده است. اگر معلوم شد که این مقررات را رعایت نکرده و گناهکار است، جرمه شده و حتی روانه زندان می شود.

لطفاً به شماره های تماس در پشت جلد این نشریه برای یافتن اندرز و نحوه درخواست یک حکم قرار منع مزاحمت Intervention Order و هر نوع اندرز و پشتیبانی دیگر مراجعه نمایید.

اخطار های ایمنی در موارد خشونت خانگی (Family Violence Safety Notices)

یک مأمور پلیس می تواند در صورتی که دادگاه تعطیل بوده و مورد فوریت داشته باشد، درخواست صدور Violence Safety Notice (Safety Notice) اخطار ایمنی در مورد خشونت خانگی بنماید (اخطار ایمنی). این امر بین ساعت 5 بعد از ظهر و 9 صبح روزهای کاری هفته یا در روزهای شنبه و یکشنبه و روزهای تعطیل عمومی خواهد بود.

در صورتی که قربانی به محافظت فوری نیاز داشته باشد، یا برای اینکه از کودکی که در معرض خشونت خانگی بوده یا اموال محافظت نماید، یک مأمور پلیس می تواند به صدور اخطار ایمنی اقدام نماید.

حتی وقتی که شخص قربانی هم مایل نیست یک مأمور پلیس می تواند به صدور اخطار ایمنی اقدام نماید. مأمور برای عضو بدرفتار خانواده روشن خواهد ساخت که درخواست اخطار ایمنی بنا به تصمیم پلیس می باشد.

اخطار ایمنی یک محافظت موقت تأمین می کند، و خود درخواستی برای صدور حکم قرار منع مزاحمت است که در مدت 72 ساعت در دادگاه مطرح خواهد شد. بعد قاضی دادگاه بدوی Magistrate می تواند به موضوع رسیدگی کرده و در مورد زُخدادهای بعدی تصمیم بگیرد.

برای محافظت از عضو خانواده، پلیس می تواند شرطی در اخطار ایمنی بگذارد که شریک زندگی بدرفتار (خوانده) باید خانه خانوادگی را ترک نماید. این بدان معنی است که او نباید تا زمانی که موضوع در دادگاه مطرح می شود در انجا زندگی کرده، دوباره وارد آنجا شده، یا از خانه دیدار نماید. بعداً قاضی دادگاه بدوی Magistrate تصمیم می گیرد که بعد چه خواهد شد. اگر "خوانده" محلی برای اقامت ندارد، پلیس کوشش بسیار به عمل می آورد تا برای او یک مسکن اضطراری فراهم نماید.

اگر شریک زندگی او (خوانده) خانه را ترک نکرد یا دوباره به خانه خانوادگی آمد، پلیس می تواند از زور معقول استفاده و او را اخراج نماید. پلیس می تواند او را به اتهام جرم جنائی هم مورد تعقیب قانونی قرار دهد.

اگر شخص قربانی دارای فرزندان است، آنها هم می توانند در حکم قرار منع مزاحمت، یا در اخطار ایمنی گنجانده شوند، تا اطمینان حاصل شود که همگی در امن و امان باشند.

لطفاً به شماره های تماس در پشت این نشریه مراجعه کنید تا اطلاعات بیشتری در مورد اخطار ایمنی و هرگونه اندرز و پشتیبانی دریافت نمایید.

خیلی مهم است دوست یا خویشاوند خود را تحت فشار قرار ندهید تا با پلیس صحبت کند، بخصوص اگر او از این کار ناراحت است. لیکن، شما می توانید با صحبت کردن با وی راجع به گزینه های موجود، نگرانی خود را از وضعیت وی بیان دارید.

اگر من شاهد خشونت خانگی یا تهدید بودم و یا آن را شنیدم چه کار می توانم انجام دهم؟

اگر بر این باور هستید که یک خطر فوری آسیب بدنی وجود دارد و او و فرزندانش مورد آسیب بوده اند یا ممکن است آسیب ببینند، فوری به پلیس به شماره 000 زنگ بزنید.

اگر شما این فرصت را دارید که در هنگام دیگری با وی صحبتی داشته باشید، از او بپرسید که آیا مایل است که شما (در موارد مشابه) با پلیس تماس بگیرید یا نه. او ممکن است بترسد که زنگ زدن به پلیس وضع را برای او بدتر سازد. بسیاری از مردم از دخالت پلیس می ترسند، بخصوص کسانی که از جوامع غیر انگلیسی زبان یا از بومیان هستند و در گذشته تجربه بدی با پلیس داشته اند. شما می توانید به یک نهاد خدماتی خشونت خانگی تماس بگیرید تا دریابید که چگونه می تواند در این وضعیت کمک کند.

مراقبت از خودتان

پشتیبانی از دوست یا خویشاوند که مورد بد رفتاری است ممکن است باعث سرخوردگی، ترس و تنش شود. شما هم باید از خود مراقبت به عمل آورد و پشتیبانی دریافت کنید.

احساس سرخوردگی و خشم به این علت که او به رابطه خود پایان نداده است

به یاد داشته باشید که اگر از سرخوردگی یا یأس خود به او چیزی بگویند او را کمکی نخواهد کرد، و ممکن است وضع را بدتر هم بکند. صرفنظر از تصمیم هائی که می گیرید، هرگز او را رها نکنید. ترس های خود را برایش شرح دهید، ولی بگذارید که بداند شما همچنان از او پشتیبانی می کنید. به خود یادآور شوید که پشتیبانی شما مهم است و اثر مثبتی بر روی او خواهد داشت ولو اینکه آن را اکنون نتواند اظهار نماید. هرگز پشتیبانی خود را از او دست کم نگیرید.

آیا می ترسید یا "دستتان از چاره کوتاه" است

پشتیبانی برای خود پیدا کنید. با دوستان دیگر صحبت کرده یا برای یافتن اطلاعات در باره راه چاره، با یک نهاد خدماتی تماس بگیرید.

تحت فشار هستید که بیش از حد توانائی خودتان کمک کنید

در مورد میزان و نوع پشتیبانی که می توانید ارائه کنید صادق باشید. هرگز خود را بیش از حد توان خودتان تحت فشار قرار ندهید- شما در صورتی می توانید کاملاً از او پشتیبانی نمایند که از خودتان هم مراقبت کنید. یادتان باشد که شما مسئولیت بد رفتاری را ندارید، و شما نمی توانید "او را نجات دهید". شخص قربانی می تواند از نهاد های خدماتی که در پشت جلد این نشریه فهرست شده اند هم پشتیبانی دریافت دارد.



"همسایه ما توسط دوست پسر سابقش دنبال می شد. این پسر دختر را از خارج از خانه نگاه می کرد. برخی از اوقات می شنیدیم که در پشت خانه سر این دختر داد می کشد. ما مطمئن نبودیم که اگر به پلیس زنگ بزنیم وضع بدتر می شود یا نه. ما از خود دختر راجع به آن پرسیدیم. ما قول دادیم که اگر پسر را دیدیم که به خانه نگاه می کند، به او خبر دهیم، تا او از برادرش بخواهد که بیاید. اگر ما فکر کردیم که دوست پسر سابقش در خانه اش رفته، ما به او زنگ زده و با شنیدن واژه های خاصی از او با پلیس تماس می گیریم." مارک Mark

من نسبت به شریک زندگی بد رفتار وی چه واکنشی می توانم داشته باشم؟

مواظب باشید. خود را در وضعیتی قرار ندهید که شخص بد رفتار به شما آسیب رسانده یا اعمال شما را مهار کند. کوشش نکنید که در صورت مشاهده کتک خوردن کسی مستقیماً دخالت کنید - به جای این کار با پلیس تماس بگیرید.

اگر شخصی که بد رفتار است دوست یا خویشاوند شما است، ممکن است که احساس کنید شما در این میان گرفتار شده اید. خیلی مهم است که درک کرد که اگر به کسی که بد رفتار است نزدیک شوید، او ممکن است:

- به شما بگوید "به شما مربوط نیست" 'mind your own business'
 - بد رفتاری را تکذیب نماید، یا بگوید که "چطور می توانید فکر کنید که من چنین کاری را کرده باشم؟"
 - طوری وانمود کند که این بد رفتاری آنقدر ها هم بد نیست، یا فقط یک بار رخ داده است
 - وانمود کند که تقصیر با طرف دیگر است یا این رفتار او بوده است که مشکل ساز است و نه عمل شخص بد رفتار
 - بگوید که نتوانسته اند چاره جوئی کنند چون مست بوده اند و "از کوره در رفته" یا "مهار خود را از دست داده" است.
- هیچکدام از این واکنش ها بدان معنی نیست که این شخص بد رفتار نباشد. برای شخص بد رفتار عادی است که بد رفتاری را تکذیب یا کوچک انگاری کند. احتمالاً تنها راه برای این که "اثبات کنید" بد رفتاری رخ داده این است که شریک زندگی به شما این را تأیید نماید، یا در صورتی که خودتان شاهد بد رفتاری بوده باشید. افرادی که "محترم" و "طبیعی" هم به نظر می آیند می توانند در حریم خصوصی خود در خانه بد رفتار باشند.

ممکن است که شخص بد رفتار بپذیرد که بد رفتاری تقصیر او بوده است، ولی بگوید که نمی داند چگونه دست از این رفتار بردارد. ممکن است که چنین افرادی رفتار خود را تکذیب کرده یا کوچک انگاری کنند، ولی بپذیرند که عمل آنان در برخی از مواقع درست نیست. اگر شخص بد رفتار مرد باشد، می توان او را تشویق کرد تا با Men's Referral Service (خدمات ارجاع مردان) تماس بگیرد تا به طور ناشناس و محرمانه در مورد پایان دادن به بد رفتاری راهنمایی و اندرز دریافت دارد (به مشخصات برای تماس در پایان این راهنما مراجعه کنید). اگر شخص بد رفتار زن باشد، می تواند در محل با Community Health Service (مرکز بهداشت محلی) خود تماس بگیرد.

اگر شما شاهد بد رفتاری بودید، و امن است و توانایی این را هم دارید، می توانید راجع به رفتار خاصی که شاهد آن بوده اید صحبت کنید. به طور مثال، "شما هر دو دوستان من هستید. آنطور که شما از او انتقاد می کنید و او را می ترسانید مرا راجع به ایمنی او نگران می کند. شبیه گذشته در میهمانی من شنیدم که گفتید ... و وقتی که این را گفتید چهره شما بسیار ترسناک شده بود." از داوری تند راجع به شخص پرهیز کنید مانند "من از خوشنوی که شما از خود نشان دادید سرخورده شدم" چون این باعث می شود که بیشتر جنبه دفاعی به خود بگیرند. هرچه بیشتر شما متمرکز و اختصاصی راجع به رفتاری که شاهد بودید، سخن بگوئید برای آن شخص مشکل تر می شود که آن رخداد را انکار یا کوچک انگاری نماید.

اگر شما از بد رفتاری اطلاع یافته اید چون شخص قربانی آن را به شما گفته است، نخست و پیش از صحبت کردن با شریک زندگی با خود وی مشورت کنید. چون اگر فکر کند که شخص قربانی مطلب را به کس دیگری گفته، شریک زندگی وی ممکن است نسبت به وی بد رفتار تر شود.

نهاد های خدماتی که می تواند کمک نمایند

پلیس (Police)

اگر شما شاهد خشونت یا تهدید به خشونت و بدرفتاری بودید، خودتان مداخله نکنید. به شماره '000' زنگ زده و پلیس را بخواهید.

برای اطلاعات کلی از www.police.vic.gov.au دیدن کنید یا به کلانتری محل مراجعه نمایید. برخی از کلانتری ها دارای مأموران ویژه ارتباط در مورد خشونت خانگی هستند که می توانند به پرسش های شما پاسخ داده و به شما اطلاعات بیشتری بدهند.

خدمات بحرانی خشونت خانگی نسبت به زنان (Women's Domestic Violence Crisis Service)

این نهاد در سطح ایالتی فعالیت داشته و به طور 24 ساعت شبانه روز برای زنان و کودکان پشتیبانی به عمل آورده و مسکن امن تأمین می نماید.

تلفن: 9322 3555 (03) یا برای روستائیان، تلفن رایگان: 1800 015 188

نهاد خدمت به زنان مهاجر در مورد خشونت خانگی (Immigrant Women's Domestic Violence Service)

با بیش از 25 زبان به زنان مهاجر در مواقع بحرانی دخالت و پشتیبانی می نماید.

تلفن: 8413 6800 (03)

تارنما: www.iwdvs.org.au

مردی که با مرد دیگری، یا زنی که با زنی دیگر راجع به بدرفتاری گفت و شنود دارد می تواند راه مفیدی برای برخورد با این مطلب باشد. سعی نکنید که بر دانستن علت بدرفتاری شخص تمرکز کنید یا اینکه چطور او را تغییر دهید.

در عذر موجه آوردن برای بدرفتاری مداخله نکنید. کسانی که بدرفتار هستند موقع تکذیب کردن یا کوچک انگاری یا توجیه رفتار خود بسیار قانع کننده اند چون اغلب از همین عذر ها برای قانع کردن خودشان برای داشتن احساس بهتر راجع به عمل خود استفاده می نمایند. تمرکز شما باید روی عملی باشد که شخص بدرفتار قرار است انجام دهد، و او را تشویق کنید که به Men's Referral Service یا خدمات ارجاع مردان زنگ بزند (به صفحه 28 مراجعه شود).

اگر پیش از سخن گفتن با آن شخص به اندرز یا پشتیبانی نیاز دارید، می توانید با Men's Referral Service (خدمات ارجاع مردان) یا Women's Domestic Violence Crisis Service (خدمات بحرانی در مورد خشونت خانگی به زنان) هم زنگ بزنید.



مرکز پیکار با تجاوز جنسی

(Centres Against Sexual Assault (CASA))

یک خدمت رایگان و محرمانه و 24 ساعته برای ارائه خدمات فوری و بحرانی برای قربانیان/بازماندگانی که اخیراً مورد تجاوز جنسی واقع شده اند. این خدمات شامل پشتیبانی مشاوره در هنگام بحران است و ممکن است شامل دستیابی به مواظبت های درمانی و جریانات قضائی (قانونی) باشد.

تلفن: 1800 806 292 (24 ساعته)

تارنما: www.casa.org.au

مبادله اطلاعات و ارجاع زنان (وایر)

(Women's Information & Referral Exchange (WIRE))

مشاوره تلفنی و اطلاع رسانی به زنان؛ ارجاع آنان به مشاورین و نهاد های خدماتی محل.

تلفن رایگان: 1300 134 130

تله تایپ TTY: 13 36 77

دوشنبه تا جمعه از ساعت 9:00 بامداد تا 5:00 بعد از ظهر

تارنما: www.wire.org.au

بهداشت زنان ویکتوریا (Women's Health Victoria)

بهداشت زنان ویکتوریا اطلاعات رایگان در مورد موضوعات شخصی و از جمله خشونت خانگی ارائه می نماید. پرستاران بهداشت زنان و ماما ها برای پشتیبانی تک به تک آماده خدمت هستند.

تلفن: 03) 8345 3045

تارنما: www.whv.org.au

نهاد خدماتی ارجاع مردان (Men's Referral Service)

برای کمک به مردان جهت تغییر بد رفتاری آنان خدمات اطلاع رسانی رایگان را به طور ناشناس و محرمانه در اختیار آنان قرار می دهد.

تلفن: 03) 9428 2899 یا تلفن رایگان: 1800 065 973

از 9:00 بامداد تا 9:00 شب، روزهای دوشنبه تا جمعه

تارنما: www.mrs.org.au

خط تلفنی کمک به کودکان (Kids Help Line)

مشاوره تلفنی برای کودکان و جوانان ارائه می نماید. این نهاد خدماتی پشتیبانی هم در اختیار استرالیایی های زیر 18 سال قرار داده و از راه ایمیل و اینترنت (آنلاین) خدمات مشاوره ارائه می کند.

تلفن رایگان: 1800 55 1800

تارنما: www.kidshelp.com.au

مرکز کمک در موارد خشونت خانگی در ویکتوریا

(Domestic Violence Resource Centre Victoria)

پشتیبانی تلفنی اولیه و خدمات اطلاع رسانی و ارجاع برای کمک به کسانی که خشونت خانوادگی را تجربه کرده اند ارائه می کند.

تلفن: 03) 9486 9866

دو شنبه تا جمعه بین ساعات 9:00 بامداد تا 5:00 بعد از ظهر

ایمیل: dvrvc@dvrvc.org.au

تارنما: www.dvrvc.org.au

خدمات ترجمه نوشتاری و گفتاری

(Translating and Interpreting Service (TIS))

ارائه مترجمینی به زبان های مختلف.

تلفن: 131 450، خدمات شبانه روزی (24 ساعته).

در موارد اضطراری، همیشه نخست به 000 زنگ بزنید، آنها برای شما مترجم خواهند گرفت.

خط تلفن کمک برای قربانیان جنایت

(Victims of Crime Helpline)

اندرز و مشاوره ارائه نموده و برای کمک به افرادی که قربانی خشونت هستند خدمات ارجاع و از جمله و اطلاع رسانی در مورد رویه کار دادگاه ها، ثبت قربانیان، و جزئیات کمک مالی را ارائه می نماید.

تلفن: 1800 819 817، از 8.00 تا 11:00 شب

روزهای دوشنبه تا جمعه.

برنامه کمک و مشاوره برای قربانیان (Victims Assistance and Counselling Program)

در سراسر مناطق شهری (ملبورن) و در خارج از مرکز ویکتوریا فعالیت دارد. خدمات آن شامل پشتیبانی عملی، پشتیبانی سیار (میدانی)، ارجاع و پشتیبانی هنگام بروز بحران می باشد. برای یافتن شرایط استحقاق به خط تلفنی کمک به قربانیان جنایت شماره 1800 819 817 از 8:00 بامداد تا 11:00 شب روزهای دوشنبه تا جمعه زنگ بزنید.

دیوان کمک به قربانیان جنایت (The Victims of Crime Assistance Tribunal)

به قربانیان جنایت با ارائه کمک های مالی (به عنوان مثال، هزینه های مشاوره و پزشکی) یاری می نماید.

تلفن: 1800 882 752 یا تلفن رایگان: (03) 9628 7855
تارنما: www.vocat.vic.gov.au

لیگال اید ویکتوریا – کمک قانونی در ویکتوریا (Victoria Legal Aid)

اندرز قانونی رایگان تلفنی و نشریاتی پیرامون آنچه که در دادگاه ها باید در انتظار آن باشید و برگه های اطلاع رسانی راجع به قرارهای منع مزاحمت Intervention Orders و قوانین خشونت خانوادگی ارائه می نماید.

تلفن: 1800 677 402 یا تلفن رایگان: (03) 9269 0120
دوشنبه تا جمعه بین ساعات 8:45 بامداد تا 5:15 بعد از ظهر.
تارنما: www.legalaid.vic.gov.au

مرکز خدمات حقوقی به زنان ویکتوریا (Women's Legal Service Victoria)

خدمات حقوقی (قانونی) از جمله به عهده گرفتن وکالت در دادرسی های دادگاه ها و اندرز تلفنی و ارجاع ارائه می نماید.

تلفن: 1800 133 032 یا تلفن رایگان: (03) 9642 0877

فدراسیون مراکز قانونی مردمی/محلی (Federation of Community Legal Centres)

تلفن: 1500 9652 03 برای ارجاع شما به نزدیک ترین مرکز برای ارائه خدمات اندرز قانونی رایگان.

مرکز حقوقی بومیان ویکتوریا (Victorian Aboriginal Legal Service)

اندرز قانونی رایگان به طور 24 ساعت شبانه روز و به عهده گرفتن وکالت اعضای جامعه بومایت قبیله کوری Koori.

تلفن: 1800 064 865 یا تلفن رایگان: (03) 9419 3888

نهاد خدماتی جلوگیری از خشونت خانگی و خدمات حقوقی به بومیان (Aboriginal Family Violence Prevention and Legal Service)

به قربانیان خشونت خانگی و تجاوز جنسی کمک می نماید و با خانواده ها و جوامعی کار می کنند که تحت تأثیر خشونت هستند.

تلفن: 1800 105 303 یا تلفن رایگان: (03) 9244 3333
تارنما: www.fvpls.org

شبکه دادگاه (Court Network)

اطلاعات و پشتیبانی پیش از دادگاه، در جریان آن و پس از آن.
تلفن رایگان: 1800 681 614

برنامه های مشاوره و پشتیبانی برای کمک به افرادی که خشونت خانگی یا بد رفتاری را در خانه تجربه کرده اند در سراسر ویکتوریا ارائه می نماید. اطلاعات بیشتر در باره این خدمات را می توان از Domestic Violence Resource Centre Victoria (نهاد مرکز کمک در موارد خشونت خانگی در ویکتوریا) به شماره تلفن 9486-9866 (03) یا از وایر WIRE به شماره 1300 134 130 می توانید بدست آورید.

برای دریافت نسخه های اضافی از این راهنما، لطفاً با
Domestic Violence Resource Centre Victoria (مرکز کمک در
موارد خشونت خانگی ویکتوریا) شماره تلفن 9486 9866 (03) یا
از Victims of Crime Helpline (خط تلفن کمک به قربانیان جنایت)،
شماره 1800 819 817 تماس بگیرید.

ترجمه این راهنما به زبان های مردمی زیر هم موجود است:
عربی، برمه ای، چینی، کروآسی، دری، دینکا، فارسی، مقدونیه
ای، صربی، سومالیایی، اسپانیولی، ترکی و ویتنامی.



Department of Justice
and Department
of Human Services



Domestic Violence
Resource Centre Victoria