

کنترل اجباری چیست؟

کنترل اجباری عبارت از یک بخش کمتر قابل-دید خشونت خانگی و خانوادگی است که می تواند هر کس را، صرفنظر از پیشینه اش متاثر کند. این کار زمانی اتفاق می افتد که یک شخص با استفاده از اذیت و ترس تلاش در تسلط و کنترل بر شخص دیگری مانند همسر، شریک زندگی یا یکی از اعضای خانواده دارد.

درک نمودن کنترل اجباری

جوامع پناهنده و مهاجر

کنترل اجباری چگونه به نظر میرسد؟

کنترل اجباری راجع به تسلط داشتن بر کدام شخص دیگر است. برای اشخاص پناهنده و مهاجر، شرایط ذیل می توانند فرصت ها را برای انجام کنترل اجباری بیشتر کنند:

مشکلات لسان و انزوا

ممکن است همسران، شریک زندگی تان یا خانواده اش با سوء استفاده از مشکلات لسان انگلیسی تان شما را از کمک گرفتن یا درک حقوق تان بازدارند. برای مثال:



- مانع رفتن تان به درس لسان انگلیسی یا تعامل با مردمان انگلیسی زبان شوند. این کار شاید توانایی شما را در کمک گرفتن از دیگران محدود کند.
- شما را در انزوا قرار دهند مانند اینکه مانع بازدید و تماس گرفتن تان با فامیل، دوستان، همسایگان و غیره شوند و اجازه ندهند از خدمات در جامعه استفاده کنید.

استفاده نمودن از سیستم حقوقی

ممکن است شما از امتیازات حقوقی تان در استرالیا باخبر نباشید، که منجر به این می شود که یک همسر یا شریک زندگی تان با استفاده از آن روی شما اعمال نفوذ نموده یا شما را بترساند. این ها عبارت اند از:



- جهت جلوگیری تان از کمک گرفتن یا استفاده از حقوق تان شما را تهدید به اقدام حقوقی کنند.
- با استفاده از آگاهی محدود تان راجع به مسائل حقوقی، در مورد قوانین استرالیا با شما دروغ بگویند.

به یاد داشته باشید، کنترل اجباری برای هر کس به شکل متفاوتی اتفاق می افتد. اگر کدام چیزی درست به نظر نمی رسد، مراجعه نموده و با کسی که می تواند کمک کند صحبت کنید. در صفحه بعدی بعضی از خدمات ذکر شده اند که می توانید راجع به کنترل اجباری با آنها صحبت کنید.

وضعیت مهاجرتی و ترس از اخراج شدن

همسر، شریک زندگی یا خانواده تان ممکن است از وضعیت مهاجرتی یا ویزای شما برای حفظ کنترل خود بر شما استفاده کنند، شما را تهدید به اخراج کنند یا تهدید کنند که اسناد تان را به شما ندهند. برای مثال:



- تهدید کنند که اگر تلاش کنید از این رابطه خارج شوید علیه شما به مسئولین مهاجرتی یا پولیس راپور دهند.
- برای اینکه شما را وابسته به خود شان نگهدارند از کمک نمودن یا تکمیل نمودن کارهای مربوط به ویزه تان امتناع ورزد.

توقعات فرهنگی و دینی

همسر، شریک زندگی یا یکی از اعضای خانواده شما ممکن است از باورهای فرهنگی یا دینی برای کنترل رفتار شما و اینکه با چه کسانی می توانید صحبت کنید استفاده کنند. آنها همچنین ممکن است شما را از انجام مناسک دینی یا اعتقادات معنوی تان باز دارند. برای مثال:



- شما را مجبور کنند که به یک «روش سنتی» رفتار کنید زیرا شما یک زن هستید.
- از رفتن تان به خدمات دینی یا گردهمایی های فرهنگی جلوگیری کنند.

وابستگی مالی و کنترل

بدرفتاری مالی می تواند شامل ممانعت از دسترسی به پول خود تان، یا کنترل نمودن اینکه چگونه آن را مصرف میکنید، شود. برای مثال:



- پیگیری نمودن حسابات بانکی، ممانعت از دسترسی تان به آنها، یا امتناع از دادن پول به شما برای چیزهایی که نیاز دارید.
- تقاضا نمودن پرداختی های جهیزیه از فامیل تان.
- شما را بترسانند که اگر تقاضای مالی آنها برآورده نشوند ازدواج را با شما فسخ خواهند کرد.

شما چی کرده می توانید؟

ترک نمودن یک رابطه توهین آمیز می تواند سخت باشد. ممکن است شما با موانعی مانند ترس، مشکلات مالی، تشویش های مهاجرتی، یا ارتباط عاطفی با کسی که از کنترل اجباری استفاده میکند مواجه شوید. هنگامیکه احساس آمادگی و ایمنی میکنید، تقضای کمک و اقدام نمودن برای ترک رابطه کدام عیبی ندارد.

برای ایمنی خود یک پلان ایجاد کنید

یک پلان را با مراحل که می توانید جهت محافظت از خود اتخاذ کنید ایجاد کنید. این می تواند شامل مکان های امنی که می توانید بروید، مانند یک کتابخانه یا مرکز اجتماعی و داشتن یک شخص با اعتماد برای تماس گرفتن در یک وضعیت اضطراری شود. سازمان هایی که در سمت چپ ذکر شده اند می توانند در انجام این کار شما را کمک کنند.



حوادث را ضبط کنید

سوابق وقت هایی که کنترل اجباری در رابطه تان اتفاق می گیرد، از جمله تاریخ ها، شواهد، و هرگونه جزئیات به خصوص دیگر را ذکر کنید. این سند را در یک جای امن نگهداری کنید.



اقدام قیمتی و اسناد مهم را پنهان کنید

یک جای مخفی و امن را برای پنهان نمودن اقدام قیمتی خود پیدا کنید مانند زیورات و اسناد مهم، مانند اسناد شناسایی و مهاجرتی.



حقوق تان را بدانید

از حقوق خود در استرالیا در رابطه با ازدواج، مهاجرت، و قوانین خشونت خانوادگی باخبر باشید. خدمات حقوقی رایگانی وجود دارد که می تواند از شما حمایت کند. برای کسب معلومات بیشتر با Legal Help به شماره 1300 792 387 تماس بگیرید.



به خدمات حساس از نظر فرهنگی دسترسی داشته باشید

به دنبال خدمات حمایتی باشید که از نظر فرهنگی حساس هستند و خدمات ترجمانی ارائه می دهند. این خدمات می توانند درک و کمک مورد نیاز شما را در عین احترام به پیشینه فرهنگی شما فراهم کنند. به یک لیستی از خدمات در کنار صفحه مراجعه کنید.



می توانید با مراجع ذیل تماس بگیرید:

مرکز چندفرهنگی inTouch علیه خشونت خانوادگی

inTouch
Multicultural Centre
Against Family Violence

جهت صحبت نمودن با یکی از کارمندان حمایتی به شماره 1800 755 988 زنگ بزنید. ساعات کار از 9:00 صبح الی 5:00 بعدازظهر دوشنبه تا جمعه
www.intouch.org.au

Safe Steps

safe steps

برای حمایت در شرایط بحرانی، معلومات و مسکن به شماره 1800 015 188 زنگ بزنید. به صورت 24 ساعت شبانه روزی، در 7 روز هفته باز است
www.safesteps.org.au

1800RESPECT

1800RESPECT

به شماره 1800 737 732 زنگ بزنید تا مشاوره راجع به خشونت خانگی، خانوادگی یا جنسی، معلومات و حمایت دریافت کنید. چت آنلاین به صورت زنده موجود است.
www.1800respect.org.au

The Orange Door

the orange door

برای خشونت خانوادگی در نزدیکی خود کمک بیابید.
www.orangedoor.vic.gov.au