

การควบคุมโดยการบีบบังคับคืออะไร

การควบคุมโดยการบีบบังคับนั้นเป็น ส่วนหนึ่งของ ความรุนแรงในครอบครัวและความรุนแรงระหว่าง คู่ครองที่มองเห็นได้ไม่ชัดซึ่งสามารถเกิดขึ้นได้ กับทุกคน ไม่ว่าภูมิหลังจะเป็นอย่างไร การควบคุม โดยการบีบบังคับเกิดขึ้นเมื่อ มีใครบางคนพยายาม ครอบงำและควบคุมอีกคนหนึ่ง เช่น คู่สมรส คู่ครอง หรือสมาชิกในครอบครัวโดยใช้การบงการ และความกลัว

การทำความเข้าใจ เกี่ยวกับการควบคุมโดยการบีบบังคับ

ชุมชนของผู้พวยพและผู้ลี้ภัย

การควบคุมโดยการบีบบังคับมีลักษณะอย่างไร

การควบคุมโดยการบีบบังคับเป็นเรื่องเกี่ยวกับการมีอำนาจเหนือบุคคลอื่น สำหรับผู้พวยพและผู้ลี้ภัยแล้ว การควบคุมโดยการบีบบังคับมีโอกาสจะเกิดได้มากขึ้นในสถานการณ์ดังต่อไปนี้

สถานการณ์ย้ายถิ่นฐานและความกลัวการถูกส่งตัวกลับ



คู่สมรส คู่ครอง หรือครอบครัวของเขา อาจใช้สถานะของการย้ายถิ่นฐาน หรือสถานะวีซ่าของคุณ เพื่อคงการควบคุม ข่มขู่ว่าจะส่งตัวคุณกลับหรือระงับการดำเนินการด้านเอกสาร ตัวอย่างเช่น

- การขู่ว่าจะรายงานคุณต่อเจ้าหน้าที่ตรวจคนเข้าเมือง หรือตำรวจ หากคุณพยายามยุติความสัมพันธ์กับบุคคลดังกล่าว
- การปฏิเสธที่จะช่วยเหลือ หรือกรอกเอกสารวีซ่าของคุณ เพื่อให้คุณ ต้องพึ่งพาพวกเขาต่อไป

ความคาดหวังทางวัฒนธรรม หรือศาสนา



คู่สมรส คู่ครอง หรือสมาชิกในครอบครัวของเขา อาจใช้ ความเชื่อทางวัฒนธรรมหรือศาสนาเพื่อ ควบคุมพฤติกรรม ของคุณ และบุคคลที่คุณสามารถพูดคุยด้วยได้ พวกเขาอาจ ขัดขวางไม่ให้คุณปฏิบัติตามศาสนาหรือความเชื่อทางจิต วิญญาณของคุณ เช่นตัวอย่างดังต่อไปนี้

- บังคับให้คุณทำตาม "วิถีดั้งเดิม" เพราะคุณเป็นผู้หญิง
- หยุดคุณจากการไปเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา หรือ การชุมนุมทาง วัฒนธรรม

การพึ่งพาและการควบคุมทางการเงิน



การควบคุมการเงินอาจเกี่ยวข้องกับการไม่อนุญาตให้คุณ เข้าถึงเงินของคุณเอง หรือ การควบคุมวิธีที่คุณใช้จ่ายเงิน ตัวอย่างเช่น

- การติดตามบัญชีธนาคาร การไม่อนุญาตให้คุณเข้าถึงบัญชีธนาคาร หรือปฏิเสธการให้เงินคุณในสิ่งที่จำเป็นสำหรับคุณ
- การเรียกร้องเงินสินสอดจากครอบครัวของคุณ
- การทำให้คุณเกิดความกลัวโดยบอกกับคุณว่าพวกเขาจะยุติการ แต่งงานกับคุณ หากความต้องการทางการเงินของพวกเขาไม่ได้รับ การตอบสนอง

อุปสรรคด้านภาษาและความโดดเดี่ยว



คู่สมรส คู่ครอง หรือครอบครัวของเขา อาจหยุดคุณจากการ ขอความช่วยเหลือ หรือการทำความเข้าใจในสิทธิของคุณ โดยการใช้ประโยชน์จากภาษาอังกฤษที่มีข้อจำกัดของคุณ ตัวอย่างเช่น

- การหยุดไม่ให้คุณเข้าร่วมห้องเรียนภาษา หรือหยุดการมีปฏิสัมพันธ์ ของคุณกับบุคคลคนที่ใช้ภาษาอังกฤษ ซึ่งอาจทำให้การขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นของคุณมีข้อจำกัดได้
- การทำให้คุณเกิดความโดดเดี่ยว โดยการหยุดไม่ให้คุณติดต่อ หรือ พบปะกับครอบครัว เพื่อนบ้าน และ การเข้าถึงการบริการในชุมชน

การใช้ระบบกฎหมาย



คุณอาจจะไม่ทราบเกี่ยวกับสิทธิทางกฎหมายของคุณใน ประเทศออสเตรเลีย ซึ่งอาจนำไปสู่การที่คู่สมรส หรือ คู่ครอง ใช้ความไม่รู้นี้เพื่อบงการคุณ หรือทำให้คุณเกิดความหวาด กลัว ซึ่งสิ่งนี้อาจรวมถึง

- การข่มขู่คุณว่าจะดำเนินการทางกฎหมาย เพื่อที่จะหยุดไม่ให้คุณ ขอความช่วยเหลือ หรือไม่ให้คุณใช้สิทธิของคุณ
- การใช้ความรู้ทางกฎหมายที่มีข้อจำกัดของคุณ เพื่อโกหกคุณเกี่ยวกับ กฎหมายของประเทศออสเตรเลีย

โปรดจำไว้ว่า การควบคุมโดยการบีบบังคับอาจมีลักษณะแตกต่างกันไปแต่ละบุคคล หากมีสิ่งใดที่ทำให้คุณรู้สึกว่ามีความผิดปกติ ให้คุณติดต่อและพูดคุยกับบุคคลที่สามารถให้ความช่วยเหลือแก่คุณได้ บริการที่คุณสามารถพูดคุยเกี่ยวกับการควบคุมโดยการ บีบบังคับจะอยู่ในหน้าถัดไป



คุณสามารถติดต่อ



**อินทัช มัลติ คัลเชอรัล เซนเตอร์
อเกนส์ท แฝมีลี ไวโอะเลนซ์
(inTouch Multicultural Centre
Against Family Violence)**

โทรศัพท์ไปที่หมายเลข 1800 755 988
เพื่อพูดคุยกับเจ้าหน้าที่ที่สามารถช่วย
เหลือคุณได้
เวลาทำการ 9:00 น. - 17:00 น.
วันจันทร์ถึงวันศุกร์
www.intouch.org.au



เซฟสเตปส์ (Safe Steps)

โทรศัพท์ไปที่หมายเลข 1800 015 188
เพื่อขอความช่วยเหลือในภาวะวิกฤต
ขอรับความช่วยเหลือเกี่ยวกับข้อมูล
และ ที่พัก
เปิดให้บริการทุกวันตลอด 24 ชั่วโมง
www.safesteps.org.au



1800RESPECT

โทรศัพท์ไปที่หมายเลข 1800 737 732
เพื่อขอรับคำปรึกษา ข้อมูล
และความช่วยเหลือ เกี่ยวกับความรุนแรง
ระหว่างคู่ครอง ความรุนแรงในครอบครัว
และความรุนแรงทางเพศ
มีบริการสนทนาสดทางออนไลน์
www.1800respect.org.au



ออเรนจ์ ดอร์ (Orange Door)

ค้นหาความช่วยเหลือเกี่ยวกับความ
รุนแรงในครอบครัว ที่อยู่ใกล้คุณ
www.orangedoor.vic.gov.au

คุณสามารถทำอะไรได้บ้าง

การออกจากสถานการณ์ที่มีการรุนแรง หรือการรุนแรงอาจเป็นสิ่งที่กระทำ
ได้ยาก คุณอาจจะต้องเผชิญกับอุปสรรคต่าง ๆ เช่น ความกลัว ปัญหา
ทางการเงิน ความกังวลเกี่ยวกับการย้ายถิ่นฐาน และความผูกพันด้าน
อารมณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างคุณกับบุคคลที่ใช้การควบคุมโดยการบีบบังคับ
คุณสามารถขอความช่วยเหลือ และดำเนินการที่จะนำไปสู่การออก
จากการควบคุมโดยการบีบบังคับ เมื่อคุณรู้สึกพร้อมและปลอดภัยที่จะ
กระทำเช่นนั้น

พัฒนาแผนเกี่ยวกับความปลอดภัย สำหรับคุณ



วางแผนเกี่ยวกับความปลอดภัยพร้อมทั้งขั้นตอนที่คุณสามารถ
กระทำได้ในการป้องกันตนเอง ซึ่งแผนเกี่ยวกับความปลอดภัยนี้
อาจรวมถึงการระบุสถานที่ปลอดภัยที่คุณสามารถเดินทางไปได้
เช่น ห้องสมุด หรือศูนย์ที่ให้บริการแก่ทุกคนที่อยู่ในชุมชน
(community centre) และการมีบุคคลที่คุณไว้วางใจหากต้องการ
ติดต่อในกรณีฉุกเฉิน องค์กรที่มีรายชื่ออยู่ทางด้านซ้ายสามารถ
ช่วยให้คุณกระทำเหล่านี้ได้

บันทึกเหตุการณ์



เก็บบันทึกจำนวนครั้งที่คุณถูกควบคุมโดยการบีบบังคับ
ที่เกิดขึ้นในความสัมพันธ์ของคุณ รวมถึงวันที่ของเหตุการณ์
พยาน และรายละเอียดที่มีความเฉพาะเจาะจงอื่น ๆ
เก็บซ่อนเอกสารนี้ไว้ในที่ที่ปลอดภัย

เก็บซ่อนของมีค่าและเอกสารที่สำคัญ



ค้นหาสถานที่ลับและปลอดภัยเพื่อเก็บซ่อนของมีค่าเช่น
เครื่องประดับและเอกสารที่สำคัญต่าง ๆ เช่น เอกสารระบุ
ตัวตน และเอกสารเกี่ยวกับการย้ายถิ่นฐาน

ทราบถึงสิทธิของคุณ



ทำความเข้าใจถึงสิทธิของคุณในประเทศออสเตรเลีย ซึ่งเป็นสิทธิที่
เกี่ยวข้องกับข้อกฎหมายเกี่ยวกับการแต่งงาน การย้ายถิ่นฐาน
และความรุนแรงระหว่างคู่ครอง มีบริการทางกฎหมายที่สามารถให้
ความช่วยเหลือคุณได้โดยที่คุณไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย คุณสามารถ
โทรศัพท์ไปที่ ลีเกิล เฮลป์ (Legal Help) ได้ที่หมายเลขโทรศัพท์
1300 792 387 เพื่อขอข้อมูลเพิ่มเติม

เข้าถึงบริการที่ตระหนักถึงความอ่อนไหว ทางวัฒนธรรม



มองหาบริการสนับสนุนที่ตระหนักถึงความอ่อนไหวทางวัฒนธรรม
และมีบริการล่าม การบริการเหล่านี้จะช่วยให้คุณเข้าใจ
และให้ความช่วยเหลือที่คุณต้องการ ในขณะที่พวกเขาก็ให้ความ
เคารพต่อภูมิหลังทางวัฒนธรรมของคุณด้วย โปรดดูรายชื่อ
บริการต่าง ๆ ที่อยู่ด้านข้าง