

बलपूर्वक नियंत्रण करना जानिए दुर्व्यवहार के लक्षण

बलपूर्वक नियंत्रण तब होता है जब कोई व्यक्ति किसी अन्य व्यक्ति को नियंत्रित करने के लिए उसे बार-बार चोट पहुँचाता है, डराता है या अलग-थलग कर देता है। यह घरेलू दुर्व्यवहार है और इससे गंभीर नुकसान हो सकता है।

बलपूर्वक नियंत्रण करने के बारे में

यह किसी व्यवहार का निरंतर और बार-बार दोहराया जाने वाला नमूना है

कुछ बलपूर्वक और नियंत्रण करने वाले व्यवहार अपने आप में मामूली लग सकते हैं, लेकिन जब उन्हें दोहराया जाता है या लगातार किया जाता है, तो वे गंभीर हानि पहुंचा सकते हैं।

इसमें शारीरिक और गैर-शारीरिक व्यवहार शामिल हैं

इसमें कोई भी ऐसा व्यवहार शामिल हो सकता है जो किसी अन्य व्यक्ति को डराता है, चोट पहुँचाता है, अलग करता है या नियंत्रित करता है। इसमें शारीरिक हिंसा और यौन शोषण शामिल हो सकता है, लेकिन ऐसा होना ज़रूरी नहीं है।

हर किसी का अनुभव अलग होता है

दुर्व्यवहार करने वाला व्यक्ति अक्सर नियंत्रण करने वाले व्यवहार को उस व्यक्ति के अनुरूप ढाल लेता है जिसका वे दुरुपयोग कर रहे हैं। यह समय के साथ बदल सकता है।

यह विभिन्न प्रकार के रिश्तों में हो सकता है

ऐसा तब हो सकता है जब लोग अनौपचारिक रूप से डेटिंग कर रहे हों, किसी गंभीर रिश्ते में हों या अलग हो गए हों। दुर्व्यवहार करने वाला व्यक्ति परिवार का सदस्य, सह-निवासी या देखभालकर्ता भी हो सकता है।

किसी भी रिश्ते में बलपूर्वक नियंत्रण करना गलत है, लेकिन यह जल्द ही एनएसडब्ल्यू में एक आपराधिक जुर्म होगा जब कोई व्यक्ति वर्तमान या पूर्व अंतरंग साथी के प्रति इन व्यवहारों का उपयोग करेगा।

यह जानबूझ कर किया जाता है

हर बार जब कोई व्यक्ति अपमानजनक व्यवहार करता है, तो वह ऐसा करने का विकल्प चुन चुनता है, और अपने दुर्व्यवहार और उसके परिणामों के लिए जिम्मेदार होता है।

अपमानजनक व्यवहार के उदाहरण

ये बलपूर्वक और नियंत्रण करने वाले व्यवहार के कुछ उदाहरण मात्र हैं:

- किसी व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य या भावनात्मक भलाई को जानबूझकर हानि पहुँचाना, जैसे, किसी का लगातार अपमान करना और उसकी आलोचना करना।
- किसी को शर्मिंदा करना, अपमानित करना या उसको नीचा दिखाना जैसे, उनके बारे में निजी जानकारी साझा करना या ऐसे मज़ाक करना जो उनके आत्मसम्मान और गरिमा को नुकसान पहुंचाते हों।
- किसी को चोट पहुंचाने, नियंत्रित करने या डराने-धमकाने के लिए हिंसा का उपयोग करना, जैसे, किसी व्यक्ति को किसी भी तरह से शारीरिक रूप से चोट पहुंचाना, चीजों को फेंकना या तोड़ना, या किसी को असुरक्षित महसूस कराने के लिए लापरवाही से गाड़ी चलाना।
- धमकियाँ देना, उदाहरण के लिए, वीज़ा स्पॉन्सरशिप वापस लेने की धमकी देना।
- किसी को उसके दोस्तों, परिवार और समुदाय से अलग करना, उदाहरण के लिए, उसका फ़ोन छीन लेना ताकि वह परिवार और दोस्तों से संपर्क न कर सके।
- किसी की स्वतंत्रता और आज़ादी को सीमित करना या उनकी रोज़मर्रा की पसंद को नियंत्रित करना, जैसे, वे क्या पहन सकते हैं इसके बारे में नियम बनाना या उस व्यक्ति को घर से बाहर निकलने या अकेले बाहर जाने से रोकना।
- किसी की पैसे तक पहुँच या पैसे कमाने की उनकी क्षमता को नियंत्रित या सीमित करना, उदाहरण के लिए, उन्हें पैसे कमाने के लिए घर से बाहर काम करने की अनुमति नहीं देना।

- व्यक्तिगत रूप से या ऑनलाइन किसी की गतिविधियों, बातचीत या गतिविधियों की निगरानी या ट्रैकिंग करना, जैसे, उनकी अनुमति के बिना उनके ईमेल और टेक्स्ट संदेशों को पढ़ना।
- किसी को उनकी संस्कृति या समुदाय से अलग करना या उन्हें उनकी सांस्कृतिक या आध्यात्मिक पहचान व्यक्त करने से रोकना, जैसे, उन्हें अपनी सांस्कृतिक भाषा बोलने नहीं देना।
- किसी पर यौन गतिविधि के लिए दबाव डालना या मज़बूर करना या उनके प्रजनन विकल्पों को नियंत्रित करना, उदाहरण के लिए, किसी को कब सेक्स करना चाहिए इसके बारे में नियम बनाना।
- किसी अन्य व्यक्ति को धमकाने, हेरफेर करने या नियंत्रित करने के लिए सिस्टम, सेवाओं और प्रक्रियाओं का उपयोग करना उदाहरण के लिए बाल सुरक्षा या आप्रवासन सेवाओं को झूठी रिपोर्ट देना।

बलपूर्वक नियंत्रण और कानून

जुलाई 2024 से, **एनएसडब्ल्यू में बलपूर्वक नियंत्रण करना एक आपराधिक जुर्म होगा** जब कोई व्यक्ति अपने वर्तमान या पूर्व अंतरंग साथी के साथ जबरदस्ती या उसे नियंत्रित करने के इरादे से इन व्यवहारों का उपयोग करेगा। यह कानून केवल उसके लागू होने की तारीख के बाद होने वाले अपमानजनक व्यवहार पर लागू होगा।

चाहे आप किसी अंतरंग साथी, परिवार के किसी सदस्य, देखभाल करने वाले या किसी अन्य व्यक्ति से बलपूर्वक नियंत्रण का अनुभव कर रहे हों, यह हमेशा गलत है और सहायता उपलब्ध है।

सहायता प्राप्त करें

यदि आप तत्काल खतरे में हैं, तो ट्रिपल ज़ीरो [000] को कॉल करें और पुलिस से पूछें।

यदि आप या आपका कोई परिचित जबरदस्ती नियंत्रण का अनुभव कर रहा है, तो सहायता और जानकारी के लिए [1800RESPECT \(1800 737 732\)](https://www.nsw.gov.au/1800RESPECT) पर कॉल करें। यह सप्ताह के 7 दिन, 24 घंटे उपलब्ध है।

यदि आप अपने व्यवहार को लेकर चिंतित हैं, तो [Men's Referral Service](https://www.nsw.gov.au/mens-referral-service) को [1300 766 491](https://www.nsw.gov.au/1300766491) पर कॉल करें। यह सप्ताह के 7 दिन, 24 घंटे उपलब्ध है। यह एक निःशुल्क, गोपनीय और गुमनाम सेवा है।

यदि आपको दुभाषिया की आवश्यकता है, तो अनुवाद और दुभाषिया सेवा को [131 450](https://www.nsw.gov.au/131450) पर कॉल करें और उन्हें उस सेवा से संपर्क करने के लिए कहें जिससे आप बात करना चाहते हैं।

बलपूर्वक नियंत्रण और सहायता सेवाओं के बारे में अधिक जानकारी अंग्रेज़ी में [nsw.gov.au/coercive-control](https://www.nsw.gov.au/coercive-control) पर उपलब्ध है।