நமது கலாச்சாரம்,
நமது பெருமை

துஷ்பிரயோகத்திற்கு நியாயப்படுத்துதல் இல்லை.

இந்த சிறு புத்தகம் குடும்ப வன்முறை மற்றும் துஷ்பிரயோகம் பற்றியது.

Te Puna Aonui
Joint Venture for the Elimination of Family Violence and Sexual Violence

MINISTRY OF SOCIAL DEVELOPMENT
TE MANATŪ WHAKAHIATO ORA

SHAKTI

நீங்கள் யாராக இருந்தாலும் அல்லது எங்கிருந்து வந்தாலும் குடும்ப வன்முறை மற்றும் துஷ்பிரயோகத்தை ஏற்றுக்கொள்ள முடியாது.

குடும்ப வன்முறை மற்றும் துஷ்பிரயோகம் யாரையும் பாதிக்கலாம். இது ஒவ்வொரு சமூகத்திலும் நடக்கிறது, உங்களுடையது உட்பட.

உங்களையோ, உங்கள் குடும்பத்தைப் பற்றியோ, உங்களுக்குத் தெரிந்த ஒருவரைப் பற்றியோ அல்லது உங்கள் சமூகத்தைப் பற்றியோ நீங்கள் கவலைப்பட்டால், இந்த சிறு புத்தகம் உங்களுக்கு உதவும்.

ஆட்டேரோவா நியூசிலாந்தில் நமது சொந்த கலாச்சார அடையாளங்களை வளர்ப்பதும், நமது கலாச்சார நடைமுறைகளைப் பாதுகாப்பதும் முக்கியம். இருப்பினும், நமது குடும்பங்களிலும் மற்றும் சமூகங்களிலும் வன்முறை மற்றும் துஷ்பிரயோகத்திற்கு ஒரு காரணமாகவோ அல்லது நியாயப்படுத்தலாகவோ நாம் பெருமைப்படும் கலாச்சாரத்தைப் பயன்படுத்துவது சரியல்ல.

இந்த சிறு புத்தகம் குடும்ப வன்முறை மற்றும் துஷ்பிரயோகத்தை விவரிக்கிறது. இது நமது சமூகங்களில் துஷ்பிரயோகத்தைத் தடுக்க நாம் அனைவரும் செய்யக்கூடிய விஷயங்கள் பற்றிய யோசனைகளை வழங்குகிறது.

குடும்ப வன்முறை என்றால் என்ன?

குடும்ப வன்முறை என்பது ஒருவர் நெருங்கிய உறவைக் கொண்ட, அதாவது ஒரு துணைவர் அல்லது குடும்ப உறுப்பினர் போன்ற ஒருவரைத் துன்புறுத்துவதாகும்.

குடும்ப வன்முறை என்பது பாலின அடிப்படையிலான வன்முறையின் ஒரு வடிவமாகும், இதில் பெண்கள் மூன்று மடங்கு அதிகமாக அனுபவிக்க வாய்ப்புள்ளது. அனைத்து பாலினத்தவர்களும், அனைத்து பின்னணியைச் சேர்ந்தவர்களும் குடும்ப வன்முறைக்கு ஆளாகலாம். ஒவ்வொருவரும் தங்கள் அனுபவங்களை உறுதிப்படுத்தும் கண்ணியமான ஆதரவுக்கு தகுதியானவர்கள்.

இனச் சமூகங்களில் குடும்ப வன்முறை பின்வருவனவற்றை உள்ளடக்கும்:

நெருங்கிய துணையின் வன்முறை மற்றும் துஷ்பிரயோகம்	வரதட்சணை தொடர்பான துஷ்பிரயோகம்
குழந்தை துஷ்பிரயோகம் மற்றும் புறக்கணிப்பு	'கௌரவ அடிப்படையிலான' என்று அழைக்கப்படும் வன்முறை
முதியோர் துஷ்பிரயோகம் மற்றும் புறக்கணிப்பு	பெண் பால் உறுப்பு சிதைப்பு/வெட்டு
டேட்டிங் வன்முறை	ஓரினச்சேர்க்கையாளர்/டிரான்ஸ்போபிக் துஷ்பிரயோகம்
பின்தொடர்தல்	துன்புறுத்துதல்
கட்டாய திருமணம்	குடியேற்றம் தொடர்பான துஷ்பிரயோகம்
குறைந்த வயது திருமணம்	மோதலுக்குப் பிந்தைய பின்விளைவு வன்முறை
குழந்தை/இளம் பருவத்தினர் முதல் பெற்றோர்/தாத்தா பாட்டி வரையிலான வன்முறை, மற்றும் மாமனார் மாமியார் துஷ்பிரயோகம் உட்பட பிற குடும்ப உறவுகளில் வன்முறை	நாடுகடந்த திருமணத்தை கைவிடுதல் மற்றும் துஷ்பிரயோகம் செய்தல்

புலம்பெயர்ந்தோர் மற்றும் அகதிகள் சமூகங்களில் அதிகாரம் மற்றும் கட்டுப்பாடு

மிரட்டலைப் பயன்படுத்துதல்

- கோபமான பார்வையில் அவளை அச்சுறுத்துதல்
- பகைமையுடனும் மற்றும் பதிலளிக்காமலும் இருத்தல்
- அவள் மதிக்கின்ற பொருட்களை அழித்தல் அல்லது எடுத்துக்கொள்ளுதல்
- உடல் ரீதியாகவோ, பாலியல் ரீதியாகவோ அல்லது உளவியல் ரீதியாகவோ அவளைத் துன்புறுத்துவதாக அச்சுறுத்தல்
- அவள் குடும்பத்தினர் மற்றும் நண்பர்களுக்கு துஷ்பிரயோகமாக இருத்தல்

குறைத்தல், மறுத்தல் மற்றும் பழிசுமத்தல்

- துஷ்பிரயோகம் நடக்கவில்லை அல்லது அது ஒன்றும் தீவிரமானது இல்லை என்று கூறுதல்
- அவர் கோபப்படுவதற்கும் அவளிடம் வன்முறையில் ஈடுபடுவதற்கும் காரணமாக இருந்ததாக அவளைக் குறை கூறுதல்
- உதவி தேடும் அவளது திறன் அல்லது மற்றும் அவரை விட்டு வெளியேற முடிவு செய்வதற்கு 'மேற்கத்திய' அமைப்பைக் குறை கூறுதல்
- அவளை பைத்தியம் மற்றும் பகுத்தறிவற்றவள் என்று அழைத்தல்
- அவளுக்கு மனஅழுத்தம் இருப்பதாகவும் மற்றும் அல்லது தற்கொலைச் சிந்தனையுடன் இருக்கிறாள் என்றும் மற்றவர்களிடம் கூறுதல்

குழந்தைகளைப் பயன்படுத்துதல்

- அவள் வெளியேறினால் குழந்தைகளை அவளிடமிருந்து பறித்துவிடுவேன் என்று மிரட்டுதல்
- பணம், விசா, சொத்து ஆகியவற்றுக்கு மாற்றாக குழந்தைகளை நிச்சயதார்த்தம் அல்லது திருமண ஏற்பாடு செய்ய கட்டாயப்படுத்துதல்
- வயது குறைந்த குழந்தைகளை வெளிநாட்டில் உள்ள மற்றவர்களுக்கு திருமணம் செய்து வைக்க கட்டாயப்படுத்துதல்
- ஆண் குழந்தைகளைப் பெண் குழந்தைகளை விட மேலாக பார்த்தல்
- குழந்தைகளுக்கான அணுகலைப் பயன்படுத்தி அவளுக்கு குறிப்புகளை அனுப்புதல்
- குழந்தைகளை அவளிடமிருந்து அந்நியப்படுத்துதல்
- ஒரு குழந்தையைத் திருமணம் செய்து கொடுப்பதன் மூலம் குடும்பக் கடன்களைத் தீர்த்தல்

ஆண் சிறப்புரிமையைப் பயன்படுத்துதல்

- அவளை வேலைக்காரி போல் நடத்தி வீட்டு வேலைகள் அனைத்தையும் செய்ய வைத்தல்
- அவளுக்கு பிடித்தமான உணவு மற்றும் உடையை மறுத்தல்
- அவளை துஷ்பிரயோகம் செய்யவும் மற்றும் கட்டுப்படுத்தவும் கலாச்சாரம் மற்றும் பாரம்பரியத்தை பயன்படுத்துதல்
- ஒரு ஆணாக அவனது உரிமைகளையும் அதனால் அவள் மீதான அவனது உரிமைகளையும் நிறுவுதல்
- அவளுக்கும் மற்றும் குடும்பத்திற்கும் எது சிறந்தது என்று தனக்குத் தெரியும் என்று சொல்லி அவளுடன் விவாதிக்காமல் அதைச் செயல்படுத்துதல்
- வீட்டில் உள்ள அனைத்து முடிவுகளையும் எடுத்து அவளுடைய உரிமைகளையும் மற்றும் தன்னுரிமையையும் மறுத்தல்

உணர்ச்சி, உடல், பாலியல் துஷ்பிரயோகம்

- அவளை மதிப்பற்றவளாகவும் பயனற்றவளாகவும் உணர வைத்தல்
- அவளை அவமானப்படுத்துதல், உருவக்கேலி செய்தல்
- அவள் ஏமாற்றியதாக குற்றம் சாட்டுதல்
- அவருடைய துஷ்பிரயோக நடத்தைக்காக அவளை குற்ற உணர்ச்சியடையச் செய்தல்
- அவள் ஒரு 'மேற்கத்திய' பெண்ணைப் போல நடந்து கொள்கிறாள் என்று அவளிடம் கூறுதல்
- அவளை ஒரு அடிமையைப் போலவோ அல்லது வீட்டு வேலைக்காரியைப் போலவோ நடத்துதல்
- அவள் 'மன நோய்' உடையவள் என்றும் யாரும் அவளை விரும்பவில்லை என்றும் அவளிடம் சொல்வது
- உடல்/பாலியல் வன்கொடுமை
- அவளை கட்டாயப்படுத்தி கருக்கலைப்பு செய்தல்
- மாமியார் துஷ்பிரயோகம்
- கழுத்தை நெரித்து கொல்ல முயற்சித்தல்
- திருமண பாலியல் வன்கொடுமை

இருப்பிடத்தைப் பயன்படுத்துதல்

- அவள் என்ன செய்கிறாள், யாரைப் பார்க்கிறாள், மற்றும் யாரிடம் பேசுகிறாள் என்பதைக் கட்டுப்படுத்துதல்
- அவளுடைய தனித்துவம், கருத்துகள் மற்றும் நம்பிக்கைகளை வெளிப்படுத்தும் திறனை மறுத்தல்
- அவளை குடும்பத்தினருடன் பேசவோ அல்லது அழைப்புகள் மற்றும் கூட்டங்களை கண்காணிக்கவோ மறுத்தல்
- அவளுடைய செய்திகள், மின்னஞ்சல்களைப் படித்தல் அல்லது அத்தகைய தகவல்தொடர்புகளைத் தடை செய்தல்
- வீட்டிற்கு உள்ளேயும் வெளியேயும் கேமராக்களை நிறுவி அவளது நடமாட்டத்தைக் கண்காணித்தல்
- அவளுக்கு நண்பர்கள் இருக்க மறுத்தல்
- அவளை வாகனம் ஓட்டவோ அல்லது வாகனம் ஓட்ட கற்றுக்கொள்ளவோ அனுமதிக்க மறுத்தல் எனவே அவர் இல்லாமல் அவள் எங்கும் செல்ல இயலாது

வற்புறுத்தல் மற்றும் அச்சுறுத்தல்கள்

- விசா ஸ்பான்சர்ஷிப்பை திரும்பப் பெறுவதாக மிரட்டுதல்
- அவளை நாடு கடத்துவதாக மிரட்டுதல்
- ஆபாசப் படங்கள் உட்பட சட்ட விரோதமான விஷயங்களைச் செய்யச் செய்தல்
- அவளை விட்டு வெளியேறிவிடுவதாக அல்லது அவளைத் துன்புறுத்துவதாக மிரட்டுதல்
- அவளுடைய குடும்பத்திற்கு தீங்கு விளைவிப்பதாக மிரட்டுதல்
- 'குடும்ப கௌரவத்தை' சேதப்படுத்தியதற்காக அவளைக் கொலை செய்வதாக மிரட்டுதல்

பொருளாதார துஷ்பிரயோகம்

- திருமணம் அல்லது விசா ஸ்பான்சர்ஷிப்பிற்கு ஈடாக வரதட்சணை கேட்டல்
- அவளை வேலை செய்ய விடாமல் தடுத்தல் அல்லது அவளுடைய வேலை ஊதியத்தை வைத்திருத்தல்
- குடும்ப வங்கிக் கணக்கை அணுக அவளுக்கு அனுமதி மறுத்தல்
- பணத்திற்காக வேலை செய்து, அதை அவருக்கு கொடுக்க வேண்டும் என்றும் கோருதல்
- அவரது அனுமதியின்றி பணம் செலவழிக்க அனுமதி மறுத்தல்
- பணம் எவ்வாறு செலவிடப்பட்டது என்பதற்கான ஒவ்வொரு விவரத்தையும் கேட்டல்

ஒரு உறவில் ஆரோக்கியமான, ஆரோக்கியமற்ற மற்றும் துஷ்பிரயோக நடத்தைகள்

	ஆரோக்கியமான நடத்தைகள்	ஆரோக்கியமற்ற நடத்தைகள்	துஷ்பிரயோக நடத்தைகள்
உளவியல்	திறந்த முறையில் தொடர்பாடல், பேச்சுவார்த்தை மற்றும் நியாயத்தன்மை, நம்பிக்கை மற்றும் ஆதரவு, நேர்மை மற்றும் பொறுப்புடைமை, பாலினம் மற்றும் பாலியல் அடையாளம் மற்றும் நல்வாழ்வை மதித்தல் முதலியன.	மற்றவரின் பார்வையை மதிப்புமிக்கதாகப் பார்க்காமல் இருத்தல், மற்றவரின் பேச்சைக் கேட்காமல் இருத்தல் அல்லது சண்டை இல்லாமல் பிரச்சினைகளைப் பற்றிப் பேச விருப்பமில்லாமல் இருத்தல் முதலியன.	அச்சுறுத்தல்கள், அவதூறு, பொறாமை, இழிவுபடுத்துதல், பொருட்களை அடித்து நொறுக்குதல், பின்தொடர்தல், ஒருவர் செய்வதை, சொல்வதை, பார்ப்பதை மற்றும் அணிவதைக் கட்டுப்படுத்துதல், பாலியல் நோக்குநிலை அல்லது பாலின அடையாளத்தை அவமதித்தல் / அவமரியாதை செய்தல், அவர்களை 'வெளியேற்றுவதாக' அச்சுறுத்துதல், கட்டாய மாற்றும் சிகிச்சை முதலியன.
உடல் சார்ந்த	அச்சுறுத்தாத நடத்தை, தன்னை வெளிப்படுத்த பாதுகாப்பாக உணருதல், ஆர்வமிக்க மற்றும் அறிவிக்கப்பட்ட ஒப்புதல் நாடுதல் போன்றவை.	உறவில் உள்ள மற்ற நபரைக் கருத்தில் கொள்ளாமல் இருத்தல், ஆர்வமிக்க சம்மதத்தை நாடாமல் இருத்தல், குற்ற உணர்வைப் பயன்படுத்தி மற்ற நபரை அவர்கள் செய்ய விரும்பாத விஷயங்களைச் செய்யும்படி அழுத்தம் கொடுத்தல் முதலியன.	அடிப்பது, உதைப்பது, கடிப்பது, தள்ளுவது, கழுத்தை நெரிப்பது, ஆயுதங்களைப் பயன்படுத்துவது, அமிலத்தை வீசுவது, ஒருவரை அடக்குவது முதலியன.
பாலியல்			பாலியல் வன்கொடுமை அல்லது கட்டாய பாலியல் செயல்பாடு, திருமண பாலியல் வன்கொடுமை, தேவையற்ற தொடுதல், 16 வயதுக்குட்பட்ட ஒருவருடன் எந்தவொரு பாலியல் செயல்பாடு முதலியன.

	ஆரோக்கியமான நடத்தைகள்	ஆரோக்கியமற்ற நடத்தைகள்	துஷ்பிரயோக நடத்தைகள்
பொருளியல்	பொருளாதார பங்குரிமை, பணம் தொடர்பான முடிவுகளை ஒன்றாக சேர்ந்து எடுப்பது, நிதி ஏற்பாடுகள் போன்றவற்றிலிருந்து இரு பங்குரிமையாளர்களும் பங்கடைவது முதலியன.	நிதியைப் பற்றி விவாதிக்காமல் இருப்பது அல்லது பணம் போன்றவற்றுக்கு ஒருவர் மட்டுமே பொறுப்பாளியாக இருப்பதாகக் கருதுவது.	ஒருவரின் பணத்தை எடுத்துக்கொள்வது, அவர்களின் பெயரில் கடன்களை அதிகரிப்பது, அனைத்து ரசீதுகளையும் சரிபார்ப்பது, அதிகாரப்பூர்வ ஆவணங்களில் கையெழுத்திட யாரையாவது அழுத்தம் கொடுப்பது, விசா ஆதரவை திரும்பப் பெறுவதாக மிரட்டுவது முதலியன.
ஆன்மீகம்	மத சுதந்திரத்தை வெளிப்படுத்தும் திறன், கலாச்சார, ஆன்மீக மற்றும் மத அடையாளங்கள் போன்றவற்றில் சௌகரியமாகவும் நம்பிக்கையுடனும் உணருதல் முதலியன.	கலாச்சார மற்றும் ஆன்மீக அவமரியாதை, ஆன்மீக நம்பிக்கைகள் அல்லது நடைமுறைகளை குறைத்து மதிப்பிடுதல், தீர்ப்பளிப்பது அல்லது ஒரே மாதிரியான கருத்துக்கள் அல்லது வேதங்களைப் பயன்படுத்தி மற்ற நபரை அவர்கள் விரும்பாத விஷயங்களைச் செய்ய அழுத்தம் கொடுப்பது முதலியன.	ஒருவர் தங்கள் ஆன்மீக அல்லது மத நம்பிக்கைகளை வெளிப்படுத்துவதைத் தடுப்பது, ஒருவரை தேவாலயம்/கோயில்/மசூதி போன்றவற்றுக்குச் செல்லும்படி கட்டாயப்படுத்துவது முதலியன.
புறக்கணிப்பு	உடல்நலம் மற்றும் நல்வாழ்வுத் தேவைகள் பூர்த்தி செய்யப்படுகின்றன, பராமரிக்கப்படுகின்றன, மேலும் நிறைவு செய்யப்படுகின்றன, பகிரப்பட்ட பொறுப்பு, பொறுப்பான பெற்றோர் முதலியன.	ஒரு குறிப்பிட்ட வழியில் நடத்தப்படுவதற்கு உரிமை இருப்பதாக உணருதல், துணையிடம் அவர்களால் அடைய முடியாத எதிர்பார்ப்புகளை கொண்டிருப்பது, மற்றவரின் உடல்நலம் மற்றும் நல்வாழ்வுத் தேவைகளைக் கருத்தில் கொள்ளாமல் இருப்பது, குடும்பம், குழந்தைகள், வீட்டில் மற்றும் அதைச் சுற்றியுள்ள பெரியவர்களை ஆதரிக்காமல் இருப்பது முதலியன.	உணவு, மருந்து, தங்குமிடம், வெப்பமாக்கல் அல்லது உடைகளை வழங்காமல் இருப்பது, குறிப்பாக வயதானவர்கள் அல்லது மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கு, குழந்தைகளை வீட்டில் தனியாக விட்டுச் செல்வது, மருத்துவ கவனிப்பு அல்லது சமூக சேவைகளைப் பெறாமல் இருப்பது முதலியன.

ஆட்டேரோவா நியூசிலாந்தில் குடும்ப வன்முறை ஒரு குற்றமாகும்.

குடும்ப வன்முறைச் சட்டம் 2018, குடும்ப வன்முறை எப்போதும் உடல் ரீதியானது அல்ல என்பதையும், அதில் வற்புறுத்தல் மற்றும் கட்டுப்படுத்தும் நடத்தைகளும் அடங்கும் என்பதையும் அங்கீகரிக்கிறது. இதில் ஒரு நபர் ஒரு குறிப்பிட்ட காலப்பகுதியில் அனுபவிக்கும் துஷ்பிரயோக நடத்தைகளின் வடிவங்களும், தனித்தனி துஷ்பிரயோக சம்பவங்களும் அடங்கும்.

ஆட்டேரோவா நியூசிலாந்தால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட பிற துஷ்பிரயோகம் மற்றும் வன்முறை வடிவங்கள் பின்வருமாறு:

குழந்தை துஷ்பிரயோகம்

- ஒரு குழந்தை குடும்ப வன்முறையைப் பார்க்கவோ கேட்கவோ அனுமதிப்பது உளவியல் ரீதியான துஷ்பிரயோகமாகக் கருதப்படுகிறது. ஏனெனில் இது அவர்களின் வளர்ச்சி மற்றும் நல்வாழ்வில் தீங்கு விளைவிக்கும். குழந்தை வன்முறையை நேரில் கண்டால் அது பெற்றோரின் தவறு இல்லை.
- குழந்தைகளை அடிப்பது அல்லது அடித்து நொறுக்குதல் சட்டத்திற்கு எதிரானது, அதே போல் உணர்ச்சி ரீதியான துஷ்பிரயோகம், புறக்கணிப்பு மற்றும் 16 வயதுக்குட்பட்ட ஒருவருடன் எந்தவொரு பாலியல் தொடர்பும் சட்டத்திற்கு எதிரானது.

வயது குறைந்த மற்றும் கட்டாய திருமணம்

- நீங்கள் 16 வயதுக்குட்பட்டவராக இருந்தால் திருமணம் செய்வது சட்டவிரோதமானது. ஒரு மத அல்லது கலாச்சார திருமணம் உட்பட, ஒருவரை திருமணம் செய்ய கட்டாயப்படுத்துவதும் சட்டவிரோதமானது.
- தற்போதைய சட்டத்தின் கீழ், ஒரு திருமணம் அல்லது சிவில் யூனியன் விழாவை மெய்நிகராக நடத்த முடியாது. இதன் பொருள் டிஜிட்டல் அல்லது தொலைபேசி மூலம் நடக்கும் எந்தவொரு திருமணமும் ஆட்டேரோவா நியூசிலாந்தில் சட்டப்பூர்வமாக அங்கீகரிக்கப்படாது.

குழந்தைகள் குடும்ப வன்முறை மற்றும் துஷ்பிரயோகத்திற்கு வன்முறை நேரடியாக அவர்கள் மீது செலுத்தப்பட்டாலும் இல்லாவிட்டாலும் பலியாகின்றனர்.

வரதட்சணை தொடர்பான துஷ்பிரயோகம்

- குடும்ப வன்முறைச் சட்டம் 2018 இன் கீழ் ஆட்டேரோவா நியூசிலாந்தில் வரதட்சணை தொடர்பான வன்முறை சட்டவிரோதமானது மற்றும் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதது.

பெண் பால் உறுப்பு சிதைப்பு/வெட்டு

- ஆட்டேரோவா நியூசிலாந்தில் பெண் பால் உறுப்பை சிதைப்பது குற்றமாகும் அல்லது பெண் பால் உறுப்பை சிதைவு அறுவை சிகிச்சைக்காக ஒரு பெண் நாட்டை விட்டு வெளியேறுவதற்கு ஏதேனும் ஏற்பாடுகளைச் செய்வது குற்றமாகும்.

மாற்றும் சிகிச்சை

மாற்று சிகிச்சை பின்வருபவர்களுக்கு செய்வது சட்டவிரோதமானது:

- 18 வயதுக்கு குறைவானவர்கள் அல்லது முடிவெடுக்கும் திறன் குறைவாக உள்ளவர்கள்.
- யாராக இருந்தாலும், அவர்களின் வயது என்னவாக இருந்தாலும், இது அவர்களுக்கு கடுமையான தீங்கு விளைவிக்கும் போது.

திருமணமான தம்பதிகள், சிவில் யூனியனில் உள்ள தம்பதிகள், ஓரினச்சேர்க்கை மற்றும் லெஸ்பியன் தம்பதிகள், முன்னாள் துணைவர்கள், ஆண் நண்பர்கள் மற்றும் தோழிகள், குழந்தைகள் மற்றும் இளைஞர்கள், பிளாட்மேட்கள் மற்றும் தங்குமிடத்தைப் பகிர்ந்து கொள்ளும் பிற நபர்கள் உட்பட ஒவ்வொரு கலாச்சாரத்திலும் சமூகத்திலும் உறவுகளில் உள்ளவர்களைச் சட்டம் பாதுகாக்கிறது.

காவல்துறையும் மற்ற பிற நிறுவனங்களும் குடும்ப வன்முறையை தீவிரமாக எடுத்துக்கொள்கின்றன. உங்கள் கலாச்சார பின்னணி அல்லது மொழியைப் பொருட்படுத்தாமல், உங்களுக்கு உதவக்கூடிய நபர்கள் அவர்களிடம் உள்ளனர். அவர்களால் உங்கள் மொழியைப் பேசும் மொழிபெயர்ப்பாளர்களை ஏற்பாடு செய்ய முடியும். உதவியைப் பெற நீங்கள் உங்கள் குடும்பத்தை விட்டு வெளியேற வேண்டியதில்லை.

நாம் எந்த நாட்டில் இருந்து வந்தாலும் ஒருவரையொருவர் மதிப்பது அவசியம்.

நமது கலாச்சாரம் நமது பெருமை மற்றும் நமது அடையாளத்தின் ஆதாரம், ஆனால் துஷ்பிரயோகத்திற்கு எந்த காரணம் கூறுதலும் இல்லை.

வன்முறையை மன்னிக்க அல்லது நியாயப்படுத்த மக்கள் சொல்லும் சில விஷயங்கள் இங்கே. இது மக்களை துஷ்பிரயோக சூழ்நிலைகளில் மேலும் சிக்க வைக்கும்:

- நீ எங்கள் குடும்பத்திற்கு அவமானத்தை ஏற்படுத்தி விட்டாய்.
- நீ எங்கள் குடும்பத்தின் கவுரவத்தை கெடுத்து விட்டாய்.
- இளைஞர்கள் தங்கள் பெரியவர்களுக்குக் கீழ்ப்படிந்து நடக்க வேண்டும்.
- நீங்கள் ஒரு நியூசிலாந்தரைப் போன்றவர் . நீங்கள் பழைய முறைகளை மதிக்க வேண்டும்.
- இதுவே நாம் செயல்களை செய்யும் முறை.
- நம் கலாச்சாரத்தில் உள்ள அனைத்து பெண்களும் / ஆண்களும் / குழந்தைகளும் இதை செய்ய வேண்டும்.

குடும்ப வன்முறை எங்கு நடந்தாலும், மக்கள் கலாச்சார ரீதியாக அதை மன்னிக்க வழிகளைக் கண்டுபிடித்துள்ளனர். ஆனால் குடும்ப வன்முறை எந்த சமூகத்திலும் கலாச்சாரத்திலும் சரியானது இல்லை.

நீங்கள் என்ன செய்ய முடியும்?

நாங்கள் எல்லா குடும்பங்களும் பாதுகாப்பாகவும் மகிழ்ச்சியாகவும் இருக்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறோம்.

நீங்கள் துஷ்பிரயோகத்துடன் வாழ்கிறீர்கள் என்றால், இதை அறிந்து கொள்ளுங்கள்:

- இது உங்களுடைய தவறு இல்லை. நீங்கள் வெட்கப்படவோ அல்லது சங்கடமாகவோ உணர தேவையில்லை.
- நீங்களும் உங்கள் குடும்பமும் பாதுகாப்பாக உணர உங்களுக்கு உதவ விருப்பங்கள் உள்ளன.
- நண்பர், குடும்ப உறுப்பினர், சக ஊழியர், ஆசிரியர், பராமரிப்பாளர், அமர்த்துநர், சுகாதாரப் பணியாளர் அல்லது குடும்ப வன்முறை உதவி சேவை உட்பட நீங்கள் நம்பும் நபர்களிடம் நீங்கள் பேசலாம்.
- உதவி இலவசமானது மற்றும் இரகசியமானது. உங்கள் பெயரைக் குறிப்பிடாமல் நீங்கள் ஒரு உதவி எண் அல்லது சேவையை அழைக்கலாம். நீங்கள் ஒரு பெண் மருத்துவர் அல்லது காவல்துறை அதிகாரியிடம் பேசக் கேட்கலாம்.
- உதவி கேட்பது சரியானது.

நீங்களோ அல்லது உங்களுக்குத் தெரிந்த ஒருவரோ ஆபத்தில் இருந்தால், அது ஒரு அவசரநிலையா என்று உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டாலும், காவல்துறையை **111** என்ற எண்ணில் அழைக்கவும்.

நீங்கள் வன்முறையைப் பயன்படுத்துகிறீர்கள் என்றால்

துஷ்பிரயோகம் செய்யும் நடத்தை மற்றவர்களுக்கு தீங்கு விளைவிக்கும், ஆனால் அது உங்களுக்கும் தீங்கு விளைவிக்கும்.

வன்முறை என்பது ஒரு தேர்வு, மேலும் ஒவ்வொருவரும் மற்றவர்களை புண்படுத்தாமல் தங்கள் உணர்வுகளை வெளிப்படுத்தவும் நிர்வகிக்கவும் கற்றுக்கொள்ளலாம்.

நீங்கள் அது உங்கள் நடத்தை அல்ல என்பதையும், வன்முறை அல்லது துஷ்பிரயோகத்தைப் பயன்படுத்துவதை நிறுத்த விரும்பும் எவருக்கும் மாற்றம் சாத்தியமாகும் என்பதையும் நினைவில் கொள்ளுங்கள்.

நீங்கள் வேறு யாருக்காவது உதவ விரும்பினால்

குடும்ப வன்முறை அல்லது துஷ்பிரயோகத்தை அனுபவிக்கும் யாரையாவது உங்களுக்குத் தெரிந்தால், உதவி பெற நீங்கள் அவர்களுக்கு ஆதரவளிக்கலாம்.

நீங்கள்:

- அவர்களை நம்புங்கள் மற்றும் அனுதாபத்துடன் பதிலளிக்கவும்.
- அவர்களின் செயல்களை மதிக்கவும் மற்றும் அவர்களின் முடிவெடுப்பதை ஆதரிக்கவும்.
- குடும்பத்தில் வன்முறை சரியல்ல ஆனால் உதவி கேட்பது சரிதான் என்று கூறுங்கள்.
- குழந்தைகள் துஷ்பிரயோகத்தின் அறிகுறிகளைக் காட்டினால், அவர்களைப் கவனித்து பாருங்கள்.
- கிடைக்கும் சேவைகளைப் பற்றிப் பேசி, உதவியைக் கண்டறிய அவர்களுக்கு ஆதரவளிக்கவும்.
- தொடரும் உரையாடல்களுக்கு வாய்ப்பை திறந்தவையாக வைத்திருங்கள் மற்றும் தொடர்பில் இணைந்திருங்கள்.

பக்கம் 16இல் என்ன ஆதரவு சேவைகள் உள்ளன என்பதைக் கண்டறியவும்.

அனைத்தும் சிறப்பாக முடியும்.

வன்முறையுடன் வாழும் மக்களுக்கு, அவசரபடாமல் அவர்களுக்கு போதுமான நேரத்தில் அவர்கள் தயாராக இருக்கும்போது, முடிவுகளை எடுக்க ஆதரவு தேவை. அவர்களின் வேகத்தில் செல்வது அவசியம். மாற்றம் பெற நீண்ட காலம் எடுக்கலாம். **விட்டுவிடாதீர்கள்.**

நீங்கள் செய்வதும் சொல்வதும் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும். ஒன்றாக நாம் ஒரு சமூகமாக வலுவாகவும் பாதுகாப்பாகவும் இருக்க முடியும்.

உங்கள் சமூகத்தில் மாற்றத்தை நீங்கள் விரும்பினால்

குடும்ப வன்முறை மற்றும் துஷ்பிரயோகத்தை நிறுத்த விரும்பினால், சமூகமாக இணைந்து செயல்பட வேண்டும் - அதைப் பற்றி பேசுவது சரி என்பது உட்பட.

உங்கள் சமூகத்தில் மாற்றத்திற்கு, நீங்கள்:

- ஒருபோதும் குடும்ப வன்முறை மற்றும் துஷ்பிரயோகத்தை பொறுத்துக்கொள்ளாதீர்கள்.
- ஆரோக்கியமான உறவுகள் மற்றும் நடத்தை மாற்றம் பற்றிய கல்வியை வழங்கலாம்.
- பிழைத்தவர்களுக்கு பாதுகாப்பான இடங்களை உருவாக்கவும்.
- வன்முறையைப் பயன்படுத்துபவர்களுக்கு பொறுப்புக்கூறலை ஊக்குவித்து, அவர்களின் நடத்தையை மாற்றுவதற்கான உதவியைப் பெற்று அவர்களுக்கு ஆதரவளிக்கவும்.
- உள்ளூர் குடும்ப வன்முறை-தடுப்பு அமைப்புகளை ஆதரித்து ஊக்குவிக்கவும்.
- உங்கள் அன்றாட தொடர்புகளில் தீங்கு விளைவிக்கும் பாலின விதிமுறைகள் மற்றும் ஸ்டீரியோடைப்களுக்கு சவால் விடுங்கள்.
- குடும்ப வன்முறை மற்றும் துஷ்பிரயோகத்திற்கு எதிரான நிலைப்பாட்டை எடுக்க ஆண்களுக்கு ஆதரவளிக்கவும்.
- பெண்கள், குழந்தைகள், இளைஞர்கள், ரெய்ன்போ சமூகத்தைச் சேர்ந்தவர்கள், ஊனமுற்றோர் அல்லது வயதானவர்கள், ஆங்கிலம் பேசாதவர்கள், மற்றும் கிராமப்புற மற்றும் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட பகுதிகளில் உள்ளவர்கள் உள்ளிட்ட நமது மிகவும் ஒதுக்கப்பட்ட அல்லது பாதிக்கப்படக்கூடிய குழுக்களின் ஆதரவுத் தேவைகளைக் கருத்தில் கொண்டு பதிலளிக்கவும்.

நாம் ஒருவரையொருவர் மதிக்க வேண்டும், குறிப்பாக நம் குடும்பங்களுக்குள்.

நமக்கு வழி காட்ட அனைத்து கலாச்சாரங்களையும் சேர்ந்த சமூக மற்றும் சமய தலைவர்கள் தேவை.

ஒவ்வொரு சமூகத்திற்கும் தங்களுக்கு எது சிறந்தது என்று தெரியும்.

ஆட்டேரோவா நியூசிலாந்து முழுவதும் உள்ள நகரங்கள், சுற்றுப்புறங்கள், பணியிடங்கள், பள்ளிகள் மற்றும் மதம் மற்றும் விளையாட்டுக் கழகங்கள் குடும்ப வன்முறையைத் தடுக்கவும், பாதுகாப்பான மற்றும் ஆரோக்கியமான குடும்பங்களை ஊக்குவிக்கவும் நடவடிக்கை எடுத்து வருகின்றன.

தொடர்புகள் மற்றும் கூடுதல் தகவல்கள்

உங்களுக்கு ஆதரவு, ஆலோசனை அல்லது யாரிடமாவது பேச வேண்டும் என்றால், தொடர்பு கொள்ளவும்:

காவல்

- **அவசரகாலத்தில் 111 என்ற எண்ணை அழைக்கவும்**
- **அழைப்புகள் இலவசம்**

உங்களால் பேச முடியவில்லை என்றால், உங்களுக்கு அவசர உதவி தேவைப்பட்டால் 55ஐ அழுத்த கேட்டுக்கொள்ள படுவீர்கள்.

சக்தி

- **0800 742 584**
- **0800 SHAKTI**
- **24 மணி நேர இலவச நெருக்கடி தொலைபேசி எண்**

பெண்கள், குழந்தைகள், இளைஞர்கள் மற்றும் ஆசிய, ஆப்பிரிக்க மற்றும் மத்திய கிழக்கு குடும்பங்களுக்கான சேவைகள்.

பெண்கள் புகலிடம்

- **0800 733 843**
- **0800 REFUGE**
- **24 மணி நேர இலவச நெருக்கடி தொலைபேசி எண்**

குடும்ப வன்முறை பற்றிய தகவல், ஆலோசனை மற்றும் ஆதரவு மற்றும் நெருக்கடியில் ஆதரவு. உள்ளூர் பெண்கள் புகலிடத்துடன் உங்களை இணைக்க முடியும்.

உங்களுக்கு ஆதரவு, ஆலோசனை அல்லது யாரிடமாவது பேச வேண்டும் என்றால், தொடர்பு கொள்ளவும்:

family violence it's not ok

நீங்கள் நலமா?

- **0800 456 450**
- **இலவச குடும்ப வன்முறை தகவல் இணைப்பு**
- **areyouok.org.nz**

பாதுகாப்பற்ற உறவுகள், உங்களுக்குக் கிடைக்கும் ஆதரவு மற்றும் நீங்கள் மற்றவர்களை எவ்வாறு ஆதரிக்கலாம் என்பது பற்றிய தகவல்கள். இளைஞர்கள், ரெயின்போ சமூகம், ஊனமுற்றோர் மற்றும் வயதானவர்களுக்கு ஆதரவளிக்கும் சேவைகளை ஆன்லைனில் தேடவும்.

In Your Hands
Change Starts Here.
For you and your whānau.

உங்கள் கைகளில்

- **inyourhands.org.nz**
- **24 மணி நேர இலவச ஹெல்ப்லைன் மற்றும் ஆன்லைன் அரட்டை**

வன்முறையைப் பயன்படுத்துபவர்கள் மற்றும் அவர்களின் நடத்தையை மாற்ற விரும்பும் நபர்களுக்கு தகவல் மற்றும் ஆதரவு.

பிரைட் ஸ்கை செயலி

பிரைட் ஸ்கை செயலியைப் பதிவிறக்க QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யவும்.

அச்சு ISBN: 978-1-99-110530-1
டிஜிட்டல் ISBN: 978-1-99-110531-8

ஆட்டேரோவா நியூசிலாந்தில் இன சமூகங்கள் எதிர்கொள்ளும் குறிப்பிட்ட பிரச்சினைகளைப் கவனிப்பதற்காக சக்தி மற்றும் சமூக மேம்பாட்டு அமைச்சகம் (MSD) இந்த சிறு புத்தகத்தை முதலில் உருவாக்கியது. சக்தி என்பது ஆட்டேரோவா நியூசிலாந்து முழுவதும் ஆசிய, ஆப்பிரிக்க மற்றும் மத்திய கிழக்கு சமூகங்களுடன் இணைந்து பணியாற்றும் ஒரு வீட்டு வன்முறை சேவையாகும். 1995 ஆம் ஆண்டு நிறுவப்பட்ட சக்தி, கலாச்சார ரீதியாக திறமையான வீட்டு வன்முறை சேவைகளை வழங்குகிறது மற்றும் இன பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகளின் உரிமைகளை ஊக்குவிக்கிறது.

இந்த சிறு புத்தகம் MSD, சக்தி மற்றும் Te Puna Aonui இன சமூக நெட்வொர்க் உறுப்பினர்களால் புதுப்பிக்கப்பட்டுள்ளது, இதில் ஆட்டேரோவா இன சமூகங்களை ஆதரிக்கும் பல்வேறு அமைப்புகள் அடங்கும்.

6882MCP JUN 2025 Tamil