

## குடும்ப வன்முறை ஒருபோதும் சரியல்ல

நீங்கள் குடும்ப வன்முறையால் துன்பம் அனுபவித்தால், நீங்கள் பயந்தவராக, குழப்பமடைந்தவராக அல்லது திணறடிக்கப்பட்டவராக உணரக்கூடும் - இது சாதாரண பிரதிச்செயலேயாகும்.

ஓர் உறவுமுறையில் துஷ்பிரயோகம் என்பது, சூழ்நிலைகள் என்னவாயிருந்தாலும், ஒருபோதும் சரியல்ல என்பதை நினைவில்கொள்வது முக்கியமாகும். துஷ்பிரயோகம் செய்கிற நபர், மூர்க்கத்தனமாக இருப்பதற்கு சாக்குப்போக்குகளைச் சொல்லக்கூடும் அல்லது அவ்வாறு நடந்துகொள்வதற்கு நீங்களே காரணம் என உங்களைக் குறைகூறக்கூடும். ஆனால், வன்முறை உங்கள் தவறல்ல. வன்முறைக்கான பொறுப்பு, துஷ்பிரயோகம் செய்பவர் வசமே எப்போதுமுள்ளது.



## safe steps [சேஃப் ஸ்டெப்ஸ்] என்பது என்ன?

safe steps குடும்ப வன்முறை பதில்செயல் மையம் என்பது குடும்ப வன்முறையால் துன்பம் அனுபவிக்கின்ற பெண்களுக்கும் குழந்தைகளுக்கும்மான விக்டோரியாவின் மாநிலம் எங்கிலுமான முதல் பதில்செயல் சேவையாகும். குடும்ப வன்முறையிலிருந்து வெளியேறி, துஷ்பிரயோகம் இல்லாமல் வாழ பெண்களுக்கும் குழந்தைகளுக்கும் நாங்கள் உதவுகிறோம்.

## உங்களுக்கு அல்லது உங்களுக்குத் தெரிந்த எவருக்கேனும் உதவி தேவைப்பட்டால்...

அந்தரங்கமான ஆதரவுக்கும் தகவலுக்கும், safe steps 24/7 -ஐ 1800 015 138 எனும் எண்ணில் அழைத்திடுங்கள்.

மொழிபெயர்ப்பாளர் சேவைகள் கிடைக்கின்றன.

safe steps, ஒரு LGBTIQ (வெவ்வேறு பாலின உறவு வகைகள்) -நட்பான மற்றும் கலச்சாரீதியில்மரியாதைக்குரிய சேவையாகும். அனைத்து இனப்பிரிவு, குலம், பாலியல் சார்புகள், மதங்கள், வயது, உடல் திறன்கள் ஆகியவற்றின் பெண்கள் (திருநங்கைகள் மற்றும் மாற்றுப்பாலினப் பெண் என அடையாளம் காணப்பட்டுள்ள தனிநபர்கள் ஆகியோர் உட்பட) மற்றும் குழந்தைகள் அனைவருக்கும் உதவ நாங்கள் உறுதிகொண்டுள்ளோம்.

கூடுதல் தகவலுக்கு,  
காணுங்கள்: [safesteps.org.au](http://safesteps.org.au)



• பதில்செயலாற்று • தடு • மீளப்பெறு



குடும்ப வன்முறை  
இல்லாமல்  
சுதந்திரமாக  
வாழ உங்களுக்கு  
உரிமையுள்ளது.



# தலையிடுவது, ஆதரவளிப்பது, பரிந்து பேசுவது ஆகியவற்றிற்கான உங்கள் 24/7 மாநிலம் எங்கிலுமான குடும்ப வன்முறை பதில்செயல் மையம்.



## குடும்ப வன்முறை என்றால் என்ன?

குடும்ப வன்முறை என்பது குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கு அல்லது நெருக்கமான உறவுள்ளவர்களுக்கு இடையில் நிகழ்கிற ஏதேனும் மிரட்டுகிற அல்லது முறைகேடான நடத்தையாகும். இது அத்தகைய நடத்தையை அனுபவிக்கிற நபருக்கு தனது பாதுகாப்பு குறித்த அல்லது வேறு நபரின் பாதுகாப்பு குறித்த பயத்தை விளைவிக்கிறது.

குடும்ப வன்முறையில் உள்ளடங்குவவை...

- உடல்ரீதியான மற்றும் பாலியல் ரீதியான துஷ்பிரயோகம்
- உணர்ச்சி சார்ந்த மற்றும் உளவியல் சார்ந்த துஷ்பிரயோகம்
- பணத்தைக் கொடுக்க மறுப்பது போன்ற நிதிசார்ந்த துஷ்பிரயோகம்
- உங்களால் செய்ய முடிவதையும் முடியாததையும் கட்டுப்படுத்துவது
- குடும்பத்தினரிடமிருந்தும் நண்பர்களிடமிருந்தும் உங்களைத் தனிமைப்படுத்துதல்
- வீட்டிலிருந்து வெளியேறி விடாமல் உங்களைத் தடுத்து நிறுத்துதல்
- உங்களையோ, குழந்தைகள் அல்லது குடும்ப உறுப்பினர்கள் போன்ற மற்றவர்களையோ மிரட்டுதல்
- செல்லப் பிராணிகள் அல்லது தனிப்பட்ட உடைமைகள் என உங்களுக்குப் பிரியமானவற்றிற்குத் தீங்கு விளைவித்தல்

குடும்ப வன்முறை என்றால் என்ன என்பது குறித்த கூடுதல் தகவலுக்கு, காணுங்கள்: [safesteps.org.au](http://safesteps.org.au)

## safe steps- ஆல் எப்படி உதவ முடியும்

- நீங்கள், **1800 015 188** எனும் safe steps 24/7 பதில்செயல் தொலைபேசி எண்ணை அழைக்கும்போது, தொழில்ரீதியாய் பயிற்சி பெற்ற குடும்ப வன்முறை ஆதரவுப் பணியாளரிடம் பேசுவீர்கள்.

## ஆதரவுப் பணியாளரால், பின்வருவனவற்றிற்கு உங்களுக்கு உதவ முடியும்...

- நீங்கள் உறவில் நீடிக்க விரும்புகிறீர்களா அல்லது விலக விரும்புகிறீர்களா என உங்கள் பாதுகாப்பை அதிகரிப்பதற்கான வாய்ப்புகளை ஆராய்தல்
- உங்களையும் உங்கள் குழந்தைகளையும் பாதுகாப்பாக வைத்திருப்பதற்கு வடிவமைக்கப்பட்ட ஒரு தனிப்பட்ட பாதுகாப்புத் திட்டத்தை உருவாக்குதல்
- உங்களுக்கும், உங்கள் குழந்தைகளுக்கும், உங்கள் செல்லப் பிராணிகளுக்கும் (அவ்வாறு உங்களிடம் எவையுமிருந்தால்) பாதுகாப்பான அவசரநிலை இருப்பிட வசதிக்கான அணுகல்
- துஷ்பிரயோகம் செய்பவர் வெளியேறுமாறு சட்டத்தால் கோரப்பட்டுள்ள நிலையில், உங்கள் சொந்த வீட்டில் உங்கள் குழந்தைகளுடன் வசித்தல்
- உங்கள் சட்ட உரிமைகளையும் தகுதியளிப்புகளையும் புரிந்துகொள்ளுதல்
- காவலருடன் தொடர்புகொள்ள வைப்பது அல்லது தலையீட்டு ஆணைக்கு விண்ணப்பிப்பது
- உங்கள் பகுதியிலுள்ள உள்ளூர் ஆதரவு முகமைகளுடன் தொடர்புகொள்ள வைப்பது

## உங்களுக்குத் தெரிந்த எவரேனும், குடும்ப வன்முறையால் அல்லது துஷ்பிரயோகத்தால் துன்பம் அனுபவிப்பதாகக் கவலைப்படுகிறீர்களா?

நண்பர், குடும்ப உறுப்பினர், சகபணியாளர், அண்டை வீட்டார் அல்லது உங்களுக்குத் தெரிந்த வேறு எவரேனும் குடும்ப வன்முறையால் துன்பம் அனுபவிப்பதாக நீங்கள் கவலைப்பட்டால், தயவுசெய்து **safe steps 24/7 -ஐ 1800 015 188 எனும் தொலைபேசி எண்ணில் அழைத்தீடுங்கள்.**

ஒரு safe steps நிபுணத்துவம்வாய்ந்த குடும்ப வன்முறை ஆதரவுப் பணியாளர், அந்நபரை அணுகுவதற்கான, அவர்களுக்கு உதவுவதற்கான மற்றும் safe steps உட்பட கிடைக்கின்ற ஆதரவுச் சேவைகள் பற்றி அவர்களுக்குத் தெரியப்படுத்துவதற்கான சிறந்த வழிகள் குறித்து உங்களுடன் பேசலாம்.

கூடுதல் தகவலுக்கு, நீங்கள் இதையும் காணலாம்: [safesteps.org.au/information-for-family-friends](http://safesteps.org.au/information-for-family-friends).