

ข้อมูลเรื่อง

ความสัมพันธ์ การใช้ความรุนแรงและ ขู่เข็ญบังคับในครอบครัว

การใช้ความรุนแรงในครอบครัวเป็นไปอย่างแพร่หลาย ซึ่งส่งผลกระทบต่อคนทุกวัย เพศ วัฒนธรรมและภูมิหลังทางเศรษฐกิจและสังคม

เพียงเพราะว่าไม่มีการทำร้าย ร่างกาย บางคนจึงไม่รู้ตัว ว่าพวกเขา กำลังอยู่ในความ สัมพันธ์ที่ไม่ดี หรือเป็นความ สัมพันธ์ที่มีการทำร้ายกัน ทางด้านอื่นๆ

การบังคับควบคุมเป็นพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงที่ถูกใช้เพื่อทำให้คนเกิดความกลัวและ/หรือควบคุมคนหรือสถานการณ์ การใช้ความรุนแรงในครัวเรือนประเภทนี้เป็นที่รู้จักในชื่อของการทารุณกรรมในครอบครัวและสามารถเกิดขึ้นในในความสัมพันธ์ของคู่รักหรือครอบครัวโดยไม่มีใครรู้เป็นเวลานานหลาย ๆ ปี

ถ้าพฤติกรรมการขู่เข็ญบังคับนี้ไม่ได้รับการแก้ไข อาจนำไปสู่การใช้ความรุนแรงทางกายที่เป็นอันตรายถึงชีวิตได้



สัญญาณ ของการ ถูกขู่เข็ญ บังคับ

คุณมีคนในชีวิตที่กำลังทำ สิ่งเหล่านี้กับคุณหรือไม่:

- ทำให้คุณรู้สึกกลัว
- ควบคุมสิ่งที่คุณทำและพูด
- ดูถูกคุณหรือทำให้คุณอับอาย
- กลาวหาว่าคุณเจาซุหรืออกใจ
- กดดันหรือบังคับให้คุณทำกิจกรรมทางเพศ
- ข่มขู่จะทำร้ายคุณ ตัวเขาเอง เพื่อนฝูงหรือครอบครัว
- ตรวจสอบโทรศัพท์และรู้ว่าคุณอยู่ที่ไหนตลอดเวลา
- จำกัดการใช้เงินของคุณ

การกระทำข้างบนนี้อาจเป็นสัญญาณของการขู่เข็ญบังคับและการใช้ความรุนแรงในครอบครัว

ถ้าคุณตอบข้อใดข้อหนึ่งว่า ใช่ หรือยอมรับว่าคุณใช้พฤติกรรมเหล่านี้แล้วเป็นไปไ้ด้วยความสัมพันธ์ของคุณนั้น ไม่ใช่ความสัมพันธ์ที่ดี

มีบริการความช่วยเหลือในการเปลี่ยนแปลงและสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกว่านี้ได้

การขอคำปรึกษาและความช่วยเหลือเป็นสิ่งสำคัญแม้ว่าคุณจะยังไม่มั่นใจก็ตาม เราทุกคนจำเป็นต้องได้รับความช่วยเหลือบางครั้งบางคราว

บริการช่วยเหลือ

TIS
Telephone and
Interpreting Service
(บริการล่ามทางโทรศัพท์)
131 450

สถานการณ์ฉุกเฉิน
มีภัยต่อชีวิต
Police (ตำรวจ) 000

สายให้ความช่วยเหลือ
1800RESPECT 1800 737 732
Kids Help Line (สายช่วยเหลือเด็ก)
1800 551 800

Lifeline (ไลฟ์ไลน์) 131 114
NSW Rape Crisis Line (สายวิกฤต
จากการข่มขืนในรัฐ NSW)
1800 424 017

Mensline (สายให้ความช่วยเหลือบุรุษ)
1300 789 978

ที่พักฉุกเฉิน
Domestic Violence
Hotline NSW (การใช้ความรุนแรงใน
ครัวเรือน สายด่วน NSW)
1800 656 463

Link2Home 1800 152 152

บริการด้านกฎหมาย
Women's Domestic Violence
Court Advocacy Service
(หน่วยงานบริการเป็นตัวแทนประสานคดี
การใช้ความรุนแรงในครอบครัวสำหรับ
ผู้หญิง)
1800 938 227

**บริการสำหรับผู้ย้ายถิ่น
มาใหม่และ ชุมชน**
Advance Diversity Services
(แอดวานซ์ ไดเวอร์ซิตี เซอร์วิส)
9597 5455

Immigrant Women's Speakout
Association (สมาคมอิมมิเกรนท์
วีเมนส์ สปีคเอาท์) 9635 8022

**บริการให้คำแนะนำ
ให้ความช่วยเหลือ**
Integricare Parenting and Family
Service (บริการการเลี้ยงดูบุตรและ
ครอบครัวแบบบูรณาการ) 9599 7821

Interrelate 1300 473 528
St George and Sutherland
Domestic Violence Service (บริการ
ผู้ประสบความรุนแรงในครอบครัวของ
St George และ Sutherland)
9113 2495

St George Family Support services
(บริการช่วยเหลือครอบครัวใน St
George)
9553 9100

Sutherland Shire Family Services
(บริการช่วยเหลือครอบครัวใน
Sutherland Shire) 9528 2933



www.georgesriver.nsw.gov.au

GeorgesRiverCouncil
@grcouncil

ฉันอยู่ในความ สัมพันธ์ที่ดีหรือไม่?

ทางจิตใจ ทางอารมณ์

- ✓ คู่ครองของฉันไม่ตัดสินความรู้สึกของ
ฉัน เขาสนับสนุนฉันและเคารพขอบเขต
ของฉัน
- ✗ คู่ครองของฉันทำให้ฉันรู้สึกบ้าและบอก
ว่าฉันบ้า เขาตัดสินความรู้สึกของฉันและ
ไม่เคารพขอบเขตของฉัน

ทางเพศ

- ✓ ฉันมีทางเลือกว่าฉันต้องการมีส่วนร่วมใน
กิจกรรมทางเพศหรือไม่ คู่ครองของฉันขอ
ความยินยอมและเคารพการตัดสินใจของฉัน
- ✗ คู่ครองของฉันทำให้ฉันมีส่วนร่วมในกิจกรรม
ทางเพศถึงแม้ว่าฉันไม่ต้องการเขาทำทุกอย่าง
เท่าที่เขาจะทำได้เพื่อโน้มน้าวและคุกคามฉัน
จนฉันยอมทำ

ทางสังคม

- ✓ ฉันได้รับการสนับสนุนให้ใช้เวลากับเพื่อนๆ
และครอบครัวของฉัน เราเข้าใจถึงความ
สำคัญของความสัมพันธ์เหล่านี้
- ✗ คู่ครองของฉันไม่ยอมให้ฉันพบกับครอบครัว
หรือเพื่อนฝูง และฉันไม่ได้รับอนุญาตให้สังคม
กับพวกเขาโดยปราศจากเขาอยู่ที่นั่นด้วย

ทางจิตวิญญาณ

- ✓ คู่ครองของฉันเคารพความเชื่อของ
ฉันและเห็นคุณค่าของทางเลือกใน
การเข้าร่วมปฏิบัติทางศาสนาหรือจิต
วิญญาณของฉัน
- ✗ คู่ครองของฉันไม่เห็นด้วยกับการ
ปฏิบัติทางศาสนาและจิตวิญญาณของ
ฉัน คอยห้ามฉันเข้าร่วมกิจกรรมและ
ใช้ศาสนาและความเชื่อของฉันมา
โจมตีฉัน

ทางกาย

- ✓ ฉันรู้สึกปลอดภัยกับคู่ครองของ
ฉัน เขาไม่เคยทำร้ายฉันหรือคนที่
ฉันห่วงใย
- ✗ คู่ครองของฉันกระทำรุนแรงกับ
ฉัน ขว้างปาสิ่งของใส่ฉันเวลาเขา
โกรธหรือทุบตีฉัน ระหว่างการ
ทะเลาะกัน

ทางการเงิน

- ✓ คู่ครองของฉันไม่ควบคุมวิธีการเงินของ
ฉัน ฉันมีการเข้าถึงการเงินของฉันได้
อย่างสมบูรณ์
- ✗ คู่ครองของฉันควบคุมว่าฉันจะใช้เงินซื้อ
อะไร เวลาเราทำอะไรด้วยกัน ฉันต้องเป็น
คนจ่ายเสมอ เขาใช้เงินของฉันโดยไม่ขอ
อนุญาต

การควบคุมทางเทคโนโลยี

- ✓ คู่ครองของฉันไม่ตรวจโทรศัพท์ของฉัน
หรือจำกัดคนที่ฉันจะพูดคุยและสิ่งที่
ฉันทำได้ทางออนไลน์ ฉันรู้สึกว่าได้รับ
ความไว้วางใจและใช้เทคโนโลยีได้ตาม
ต้องการ
- ✗ คู่ครองของฉันตรวจสอบข้อความและ
บัญชีโซเชียลมีเดียของฉัน ขอรหัสผ่าน
และบอกฉันว่าเขาสามารถเห็นว่าฉันอยู่ที่
ไหนได้ตลอดเวลา

คำพูด

- ✓ เราปรึกษาหารือปัญหาต่างๆของเราอย่างมีสติ
และเคารพความคิดเห็นของกันและกัน เราสื่อสาร
กันอย่างมีประสิทธิภาพและอย่างยุติธรรมเพื่อหา
ทางออกที่ดีสำหรับเราแต่ละคน
- ✗ คู่ครองของฉันกล่าวโทษฉัน วิจารณ์ฉันเสีย ๆหายๆ
ทำให้ฉันขายหน้าและดูถูกฉัน

