

জবরদস্তিমূলক নিয়ন্ত্রণ নিপীড়নের লক্ষণগুলো সম্পর্কে জানুন (Coercive control)

জবরদস্তি নিয়ন্ত্রণ হল যখন কেউ কাউকে নিয়ন্ত্রনের উদ্দেশ্যে বারবার আঘাত করে, ভয় দেখায় বা তাদের অন্য ব্যক্তির কাছ থেকে বিচ্ছিন্ন করে রাখা এটি গৃহ নির্যাতন এবং এটি গুরুতর ক্ষতির কারণ হতে পারে।

জবরদস্তিমূলক নিয়ন্ত্রণ সম্পর্কে কিছু কথা

এটি একটি চলমান এবং পুনরাবৃত্তিমূলক আচরণ

কিছু জবরদস্তিমূলক এবং নিয়ন্ত্রকমূলক আচরণ সামান্য বলে মনে হতে পারে, কিন্তু যখন সেগুলি পুনরাবৃত্তিমূলক বা বার বার হয়, তখন গুরুতর ক্ষতির কারণ হতে পারে।

এর মধ্যে শারীরিক এবং মানসিক আচরণ রয়েছে

এর মধ্যে এমন যেকোনো আচরণ অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে যা অন্য ব্যক্তিকে ভয় দেখায়, আঘাত করে, বিচ্ছিন্ন করে বা নিয়ন্ত্রণ করে। এর মধ্যে শারীরিক নির্যাতন এবং যৌন নিপীড়ন অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে, তবে এর বাইরেও কিছু থাকতে পারে।

প্রত্যেকেরই অভিজ্ঞতা ভিন্ন ভিন্ন

নিপীড়নকারী ব্যক্তি প্রায়শই যে ব্যক্তিকে নিয়ন্ত্রণ করছে সেই ব্যক্তির মত করে তাঁর নিয়ন্ত্রণ প্রকাশ করে। এটি সময়ের সাথে সাথে পরিবর্তন হতে পারে।

এটি বিভিন্ন ধরনের সম্পর্কের ক্ষেত্রে ঘটতে পারে

এটি ঘটতে পারে যখন মানুষ আকস্মিকভাবে ডেটিং করে, গুরুতর সম্পর্কের মধ্যে থাকে বা আলাদা হয়ে যায়। নিপীড়নকারী ব্যক্তিটি পরিবারের সদস্য, একই বাড়িতে থাকা ব্যক্তি বা পরিচর্যাকারীও হতে পারে।

যেকোন সম্পর্কের ক্ষেত্রে জবরদস্তিমূলক নিয়ন্ত্রণ ভুল, তবে ১ জুলাই ২০২৪ থেকে, নিউ সাউথ ওয়েলসে এটি একটি ফৌজদারি অপরাধ যখন একজন ব্যক্তি এই আচরণগুলিকে বর্তমান বা প্রাক্তন কোনো ঘনিষ্ঠ ব্যক্তিকে নিগ্রহ বা নিয়ন্ত্রণ করার অভিপ্রায়ে ব্যবহার করে।

এটি ইচ্ছাকৃত

যখনই একজন ব্যক্তি নিপীড়নমূলক আচরণ করে, তখন তারা ইচ্ছা করেই তা করে, এবং তাদের এই নিপীড়ন এবং এর পরিণতির জন্য তারা দায়ী।

নিপীড়নমূলক আচরণের উদাহরণ

এগুলি জ্বরদস্তিমূলক এবং নিয়ন্ত্রণমূলক আচরণের কিছু উদাহরণ মাত্র:

- ইচ্ছাকৃতভাবে একজন ব্যক্তির মানসিক স্বাস্থ্য বা মানসিক সুস্থতার ক্ষতি করা, যেমন, ক্রমাগত কাউকে অপমান করা এবং তাঁর সমালোচনা করা।
- কাউকে লজ্জা দেয়া, অপমান বা ছোট করা যেমন, তাদের সম্পর্কে ব্যক্তিগত তথ্য শেয়ার করা বা তাদের আত্মসম্মান এবং মর্যাদার ক্ষতি করে এমন রসিকতা করা।
- কাউকে আঘাত করা, নিয়ন্ত্রণ করা বা ভয় দেখানোর জন্য সহিংসতা ব্যবহার করা, যেমন, কোনও ব্যক্তিকে শারীরিকভাবে আঘাত করা, জিনিস ছুঁড়ে দেওয়া বা ভেঙ্গে ফেলা, বা কাউকে অনিরাপদ বোধ করার জন্য বেপরোয়াভাবে গাড়ি চালানো।
- হুমকি দেওয়া যেমন, ভিসা স্পনসরশিপ প্রত্যাহারের হুমকি দেওয়া।
- কাউকে তাদের বন্ধু, পরিবার এবং সম্প্রদায় থেকে বিচ্ছিন্ন করে ফেলা যেমন, তাদের ফোন কেড়ে নেওয়া যাতে তারা পরিবার এবং বন্ধুবান্ধবের সাথে যোগাযোগ করতে না পারে।
- কারো স্বাধীনতাকে নিয়ন্ত্রণ করা বা তাদের দৈনন্দিন পছন্দগুলোকে নিয়ন্ত্রণ করা যেমন, তারা কী পরতে পারে সে সম্পর্কে নিয়ম তৈরি করে দেয়া বা ঐ ব্যক্তিকে বাড়ি থেকে বের হতে বা একা বের হতে বাধা দেওয়া।
- কারো অর্থের ব্যবহার বা অর্থ উপার্জনের ক্ষমতাকে নিয়ন্ত্রণ বা সীমিত করা, যেমন, অর্থ উপার্জনের জন্য বাড়ির বাইরে কাজ করার অনুমতি না দেওয়া।
- ব্যক্তিগতভাবে বা অনলাইনে কারও কার্যকলাপ, যোগাযোগ বা গতিবিধি নিরীক্ষণ বা ট্র্যাক করা যেমন, তাদের অনুমতি ছাড়াই তাদের ইমেল এবং টেক্সট মেসেজ পড়া।

- কাউকে তাদের সংস্কৃতি বা সম্প্রদায় থেকে বিচ্ছিন্ন করে ফেলা বা তাদের সাংস্কৃতিক বা ধর্মীয় পরিচয় প্রকাশ করতে বাধা দেওয়া যেমন, তাদের নিজের ভাষায় কথা বলতে না দেওয়া।
- কাউকে যৌন ক্রিয়াকলাপে চাপ দেওয়া বা বাধ্য করা বা তাদের প্রজনন পছন্দ নিয়ন্ত্রণ করা যেমন, কখন তাকে শারীরিক সম্পর্ক করতে হবে সে সম্পর্কে নিয়ম তৈরি করে দেয়া।
- অন্য ব্যক্তিকে হুমকি, কারসাজি বা নিয়ন্ত্রণ করতে সিস্টেম, পরিষেবা এবং প্রক্রিয়া ব্যবহার করা যেমন শিশুদের প্রতিরক্ষামূলক বা অভিবাসন পরিষেবাগুলিতে মিথ্যা রিপোর্ট করা।

জ্বরদস্তিমূলক নিয়ন্ত্রণ এবং আইন

১ জুলাই ২০২৪ থেকে **নিউ সাউথ ওয়েলসে**

জ্বরদস্তিমূলক নিয়ন্ত্রণ একটি ফৌজদারি অপরাধ, যখন একজন ব্যক্তি এই আচরণগুলিকে বর্তমান বা প্রাক্তন কোনো ঘনিষ্ঠ ব্যক্তিকে নিগ্রহ বা নিয়ন্ত্রণ করার অভিপ্রায়ে ব্যবহার করে। আইনটি শুধুমাত্র ১ জুলাই ২০২৪ এর পরে ঘটবে এমন নিপীড়নমূলক আচরণের ক্ষেত্রে প্রযোজ্য হবে।

জ্বরদস্তিমূলক নিয়ন্ত্রণকে অপরাধীকরণের বিষয়ে নিউ সাউথ ওয়েলস সরকারের পদক্ষেপ সম্পর্কে আরও জানুন।

আপনি কোনো একজন ঘনিষ্ঠ সঙ্গী, পরিবারের সদস্য, একজন পরিচর্যািকারী বা অন্য কোনো ব্যক্তি, যার কাছ থেকেই জ্বরদস্তিমূলক নিয়ন্ত্রণের সম্মুখীন হন না কেন, এটি সর্বদাই ভুল এবং এর জন্য আপনি সহায়তা পাবেন।

সাহায্য নিন

আপনি যদি তাৎক্ষণিক বিপদে পড়েন, তাহলে ত্রিপল জিরো 000 তে কল করে পুলিশকে দিতে বলুন।

আপনার যদি একজন দোভাষীর প্রয়োজন হয়, তাহলে ১৩১ ৪৫০ নম্বরে ট্রান্সলেটিং অ্যান্ড ইন্টারপ্রেটিং সার্ভিসে কল করে আপনি যে পরিষেবার সাথে কথা বলতে চান তাদের সাথে সংযোগ দিতে বলুন।

আপনি বা আপনার পরিচিত কেউ যদি জবরদস্তিমূলক নিয়ন্ত্রণের সম্মুখীন হন, তাহলে 1800RESPECT (১৮০০ ৭৩৭ ৭৩২) নম্বরে কল করুন বা সহায়তা এবং তথ্যের জন্য 1800respect.org.au/languages ওয়েবসাইট দেখুন। এই পরিষেবা ২৪ ঘন্টা, সপ্তাহে ৭ দিন পাওয়া যায়।

আপনি যদি আপনার আচরণ নিয়ে চিন্তিত হন, তাহলে ১৩০০ ৭৬৬ ৪৯১ নম্বরে মেম্ব রেফারেল সার্ভিসকে কল করুন। এই পরিষেবা ২৪ ঘন্টা, সপ্তাহে ৭ দিন পাওয়া যায়। এটি একটি বিনামূল্যের, গোপনীয় এবং বেনামী পরিষেবা।

আপনার যদি আইনি পরামর্শ বা সহায়তার প্রয়োজন হয়, তাহলে সোমবার থেকে শুক্রবার সকাল ৯টা থেকে বিকাল ৫টা পর্যন্ত ১৩০০ ৮৮৮ ৫২৯ নম্বরে ল অ্যাক্সেস নিউ সাউথ ওয়েলসে কল করুন।

জবরদস্তিমূলক নিয়ন্ত্রণ এবং সহায়তা পরিষেবা সম্পর্কে nsw.gov.au/coercive-control ওয়েবসাইটে ইংরেজিতে আরও তথ্য পাওয়া যাবে।