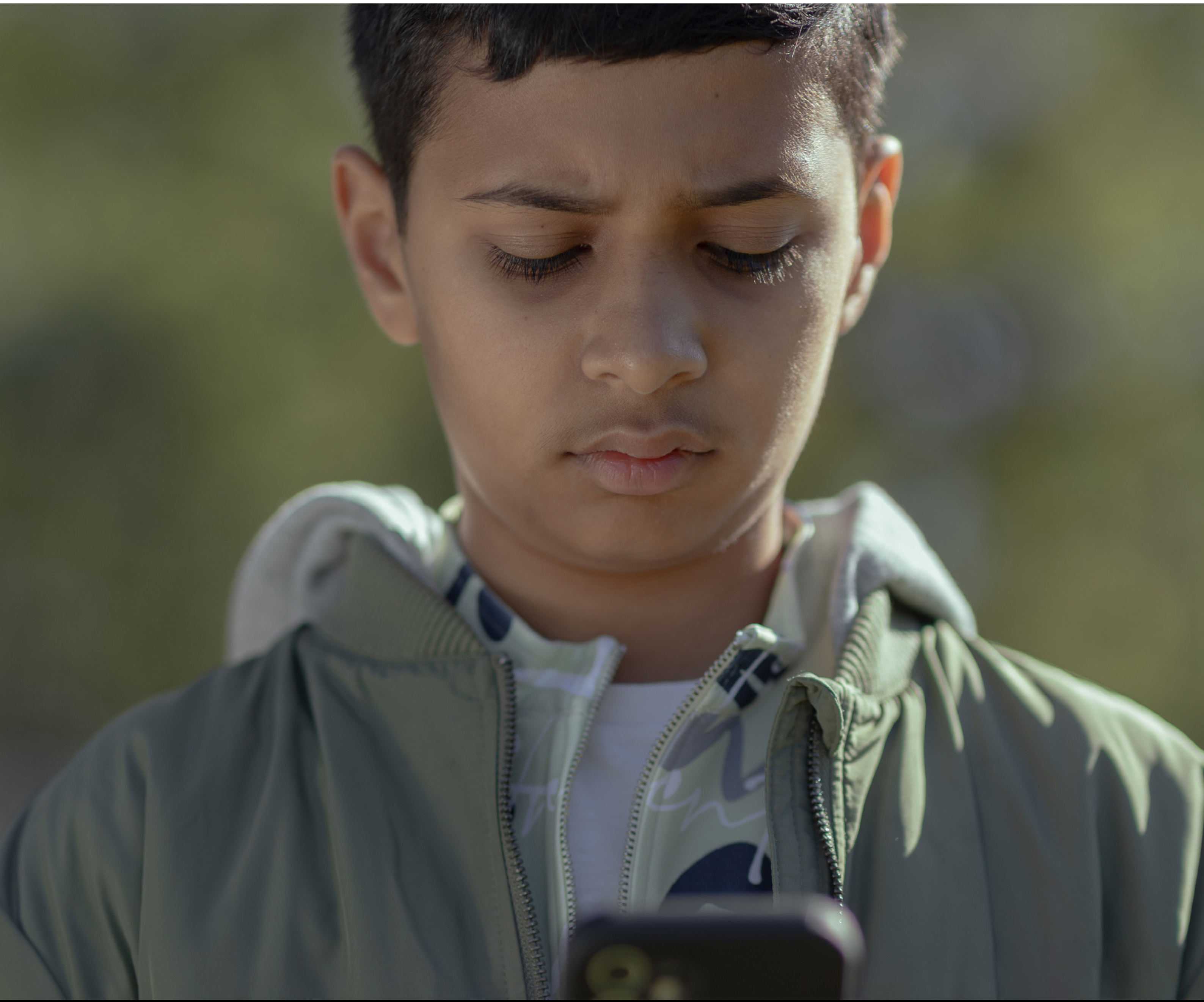
मुख्य समस्या

अष्ट्रेलियामा महिलामाथि हुने हिंसाका बारेमा बुझ्नुहोस्।



Australian Government

VIOLENCE AGAINST WOMEN
LET'S STOP IT
AT THE START

मुख्य समस्या

महिलाप्रति देखाईने सबै अनादर हिंसामा परिणत हुँदैन। तर महिलामाथि हुने सबै हिंसाहरू अपमानपूर्ण व्यवहारबाट शुरू हुन्छन्।

अष्ट्रेलियामा महिलामाथि हुने हिंसा महामारीको रुपमा फैलिएको छ।

सन् २०२२–२३ मा, अष्ट्रेलियामा प्रत्येक ११ दिनमा १ जना महिला आफ्नो हालको अथवा अगाडिको अंतरंग साथीद्वारा मारिएका थिए।[1]

१५ वर्षको उमेरदेखि:

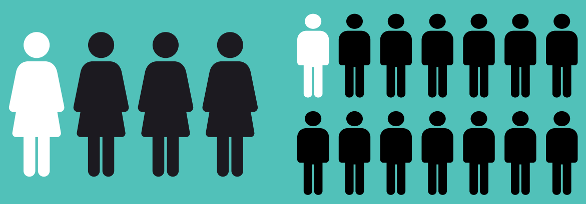
- १४ मध्ये १ जना पुरुषको तुलनामा ४ जना मध्ये १ जना महिला अंतरंग साथीबाट हुने हिंसाको शिकार भएका छन्।[2]
- ४४ मध्ये १ जना पुरुषको तुलनामा ११ मध्ये १ जना महिलाले प्रेमी, प्रेमिका, वा डेटबाट हिंसा को अनुभव गरेका छन्।[3]
- ७ मध्ये १ जना पुरुषको तुलनामा ४ मध्ये १ जना महिलाले पार्टनरबाट भावनात्मक दुर्व्यवहार भोगेका छन् ।[4]
- १७ मध्ये १ जना पुरुषको तुलनामा १२ मध्ये १ जना महिलाले १५ वर्षको उमेरदेखि नै परिवारका सदस्यबाट हिंसा भोगेका छन्।

हिंसाले शारीरिक र गैर-शारीरिक लगायतका विभिन्न रूपहरू लिन सक्छ र हामीले सधैं यसको पहिचान गर्न सक्दैनौं। हिंसा र दुर्व्यवहार प्रयोग गरिने विभिन्न तरिकाहरूबारे सजग हुँदा हामीलाई यसका बारेमा अझ राम्ररी बुझ्न, कुरा गर्न र यसलाई अस्वीकार गर्न मद्दत मिल्छ।

बलपूर्वक नियन्त्रण, भावनात्मक तथा वित्तीय दुर्व्यवहार र प्रविधिको प्रयोग गरेर उत्पीडन - यी सबै हिंसा गर्ने तरिकाहरू हुन् र यो प्राय: गरेर शारीरिक हिंसासँगै प्रयोग गरिन्छ। हिंसा विभिन्न सम्बन्धहरूमा पनि हुन सक्छ, चाहे त्यो अंतरंगी साथी वा पूर्व-साथी वा परिवारका सदस्यहरू बीच नै किन नहोस्।

हामीलाई थाहा छ कि अन्य प्रकारका भेदभावहरू भएकमा केही महिलाहरूमाथिको हिंसाको दर बढ्दछ। लैङ्गिक हिंसाले एबोरिजिनल तथा टोरेस स्ट्रेट आइल्याण्डर महिलाहरू, सांस्कृतिक, जातीय, धार्मिक र भाषिक रूपमा विविध महिलाहरू, आप्रवासी र शरणार्थी महिलाहरू, अशक्तता भएका महिलाहरू र LGBTIQA+ र लैंगिक विविध व्यक्तिहरूलाई असमान रूपमा प्रभाव पार्छ।

महिलामाथि हुने हिंसा र सबै लैङ्गिक हिंसाले दीर्घकालीन र दूरगामी प्रभाव पार्दछ। यसले बालबालिका, परिवारहरू, साथीभाइहरू, सहकर्मीहरू, समुदायहरू र समग्र समाजलाई नै असर गर्छ। यसको रोकथाम र अन्त्यका लागि हामी सबैले सक्रिय भूमिका खेल्नुपर्छ।



१४ मध्ये १ जना पुरुषको तुलनामा **४ जना मध्ये १ जना महिला** अंतरंग साथीबाट हुने हिंसाको शिकार भएका छन्।[2]

४४ मध्ये १ जना पुरुषको तुलनामा **११ मध्ये १ जना महिलाले** प्रेमी, प्रेमिका, वा डेटबाट हिंसा को अनुभव गरेका छन्।[3]

७ मध्ये १ जना पुरुषको तुलनामा **४ मध्ये १ जना महिलाले** पार्टनरबाट भावनात्मक दुर्व्यवहार भोगेका छन् भने ७ जना पुरुषमध्ये १ जनाले आफ्नो पार्टनरको भावनात्मक दुर्व्यवहार भोगेका छन्।[4]

१७ मध्ये १ जना पुरुषको तुलनामा **१२ मध्ये १ जना महिलाले** १५ वर्षको उमेरदेखि नै परिवारका सदस्यबाट हिंसा भोगेका छन्।

1 *अष्ट्रेलियामा मानव हत्या २०२२-२३, द अष्ट्रेलियन इन्सटिच्यूट अफ क्रिमिनोलोजी, aic.gov.au*

2 अष्ट्रेलियाली तथ्यांक विभाग व्यक्तिगत सुरक्षा सर्वेक्षण २०२१-२२ **(मार्च २०२३ मा प्रकाशित)।**

3 अष्ट्रेलियाली तथ्यांक विभाग व्यक्तिगत सुरक्षा सर्वेक्षण २०२१-२२ **(मार्च २०२३ मा प्रकाशित)।**

4 अष्ट्रेलियाली तथ्यांक विभाग व्यक्तिगत सुरक्षा सर्वेक्षण २०२१-२२ **(मार्च २०२३ मा प्रकाशित)।**

महिलाहरूमाथि हुने हिंसा अनादरबाट शुरू हुन्छ

पारिवारिक, घरेलु र यौन जन्य हिंसाको अनुभव जो कोहीले पनि गर्न सक्ने भए तापनि तथ्याङ्कले अधिकांश पीडितहरू महिलाहरू भएको र अष्ट्रेलियामा महिलामाथि हुने हिंसा पुरुषहरूबाट हुने गरेको देखाउँछ।[5]

अनुसन्धानले देखाउँछ कि लैङ्गिक समानताको बारेमा अनिश्चित रहेका वा यसलाई नमान्ने धेरै मानिसहरूले महिलाविरुद्ध हुने हिंसालाई बढावा दिने मनोवृत्तिलाई सामान्यतया बढी समर्थन गर्दछन्। यसमा महिलाले विकल्पहरू छान्न सक्ने र आफ्नो जीवनलाई नियन्त्रण गर्न सक्ने क्षमताको सम्मान नगर्नु पनि समावेश छ। कठोर लैङ्गिक भूमिकाप्रति समर्थन र महिलाप्रतिको वैमनस्यतालाई महिलाविरुद्ध हुने हिंसासँग जोडेर हेर्ने गरिएको छ।

यस प्रकारको अनादर हामी किशोरावस्थामा हुँदा र हाम्रो मनोवृत्ति, विश्वास र लिंगको अभिव्यक्ति विकास भइरहेको बेलामा हुन्छ। अनादर भनेको मानिसहरूलाई समान व्यवहार नगर्नु र मानिसहरूको चयन गर्न पाउने स्वतन्त्रताको समर्थन नगर्नु वा उनीहरूको पृथक विविधताहरूको मूल्यांकन नगर्नु जस्तो देखिन्छ।

हामीले जीवनमा सामना गर्ने अनादरका प्रत्येक घटना, सामाजिक सञ्जालमा र अनलाइनमा हुने समेत, विभिन्न तहहरूमाथि विकास हुन सक्छ, अझ उग्र बन्न सक्छ र मानिसहरूलाई महिलामाथि हिंसाको प्रयोग वा बहाना बनाउनु ठीक हो भन्ने सोच्न प्रेरित गर्न सक्छ। उदाहरणका लागि, एक जना जवान व्यक्तिले निम्न कुराहरू अवलोकन गर्न सक्छ :

- अभिभावक वा हेरचाहकर्ताहरूले केटा र केटीहरूलाई समाजमा उनीहरूको भूमिकाको बारे अब प्रचलनमा नरहेका अपेक्षाहरूको 0आधारमा असमान रूपमा व्यवहार गर्छन्
- वयस्क सम्बन्धहरू जहाँ पुरुषले अधिकांश निर्णय लिने अधिकार नियन्त्रण गर्दछ र महिलाको स्वतन्त्रतालाई सीमित राख्दछ
- एक अनलाइन प्रभावक (online influencer) जसले अपमानजनक र आक्रमक शैलीहरूमा महिलाहरूको बारेमा बोल्दछ र आफ्ना अनुयायीहरूलाई यस्तै व्यवहार गर्न प्रोत्साहित गर्छ
- पोर्नोग्राफी जसले पुरुषहरूले महिलाहरूविरुद्ध शारीरिक वा मौखिक आक्रामकता प्रयोग गरेको देखाउँछ, जसले त्यस्तो हिंसालाई सामान्यीकरण गर्न सक्छ
- पुरुषहरूको अन्य पुरुषहरूसँग आक्रामकता, प्रभुत्व वा नियन्त्रणको लागि प्रतिस्पर्धा वा आफ्नो यौन कौशलको बारेमा घमण्ड गर्ने जस्ता व्यवहार

यी प्रभावहरू, जब समय सँगै बढ्दै जान्छ, एउटा केटा वा पुरुषमा उसले कुनै केटी वा महिलामाथि प्रभुत्व जमाउन पाउँछ वा यहाँसम्म कि उसबाट त्यसरी नियन्त्रण गर्ने अपेक्षा राखिएको समेत सोचाईराख्न सक्छ। त्यस्ता धेरै पुरुषहरूले त्यो नियन्त्रण कायम राख्न शारीरिक वा भावनात्मक दुर्व्यवहार प्रयोग गर्छन्।.

5 अष्ट्रेलियाली तथ्यांक विभाग व्यक्तिगत सुरक्षा सर्वेक्षण २०२१-२२ (मार्च २०२३ मा प्रकाशित)।

मनोवृत्ति र व्यवहारहरूले सानै उमेरदेखि आकार लिन थाल्छन्

बालबालिकाहरूले आफूहरू वरिपरिको संसारबाट मान्यताहरू बनाउँछन – विद्यालय, साथीभाईहरू, उनीहरूको परिवारभित्र र मिडिया तथा अनलाइन मार्फत लोकप्रिय संस्कृतिमा उनीहरूले सुन्ने, देख्ने र गर्ने कुराकानी आदिबाट।

पुरुष र महिलाको भूमिकाको बारेमा नवयुवाहरूको धारणाहरूलाई धेरै कुराहरूले प्रभाव पार्दछन्। अनुसन्धानले हामीलाई बताउँछ कि, सानै उमेरदेखि नै केही मानिसहरूले केही कारण र परिस्थितिहरूका कारण अनादरपूर्ण व्यवहार गर्नु सहि भएको विश्वास गर्दछन्।[6]

केटाहरूले केटा वा पुरुष हुनु भनेको के हो भन्ने बारे अलचिलो वा असहायक विचारहरू विकास गर्न सक्छन्, र उनीहरूले ती विचारहरूलाई जसरी पनि स्वीकार गर्न र महत्व दिनका लागि दबाब महसुस गर्न सक्छन्। यसमा निर्दयी र हेपाहा हुनुपर्ने अपेक्षाहरू समावेश हुन सक्छन्।

सामाजिक मिडियाको दबाबहरू धेरै वास्तविक छ र त्यसका परिणाम हामी सबैले भोग्नुपर्छ। त्यसले नवयुवा व्यक्तिको मानसिक स्वास्थ्यमा असर गर्नुका साथै उनीहरूको मनोवृत्ति र व्यवहारहरू परिवर्तन गर्न सक्छ।

यस्ता हानिकारक अपेक्षाहरूले महिलाहरूप्रतिको अपमानजनक मनोवृत्तिलाई प्रोत्साहित गर्न पनि सक्छन्। यदि यो चुनौती विना चलेमा, नवयुवाहरूले क्रमिकरूपमा यो सम्बन्ध र ठूलो हुँदै जाँदा हुने सामान्य कुरा मात्र हो भन्ने विश्वास गर्न थाल्दछन्, जसले उनीहरूको व्यवहारलाई असर गर्न सक्छ। केटीहरू र महिलाहरूले पनि समयको साथ अनादरलाई सहन वा यसलाई नजरअंदाज गर्न सिक्न सक्छन्।

यी सबै कुराहरूले महिलामाथि पुरुषहरूबाट हुने हिंसालाई बढावा दिने भूमिका खेल्दछन्।

यदि बालबालिकाहरूलाई समान मूल्यमान्यता र सम्बन्धहरूमा तथा समाजमा समान अवसरहरू दिंदै हुर्काइएमा, महिलामाथि हिंसा हुने सम्भावना कम हुन्छ।

समाजले हामीले सबैलाई उनीहरूको लैंगिकता जेसुकै भए पनि समान व्यवहार गर्नुपर्छ भन्ने अपेक्षा राख्दछ, र अधिकांश वयस्क व्यक्तिहरूले राम्रो उदाहरण स्थापित गर्न सक्दो प्रयास गरिरहेका छन् जस्तो लाग्नसक्छ। तर वास्तविकतामा, हामीमध्ये धेरैले बालबालिका र वयस्कहरू दुवैबाट लैंगिकताको आधारमा फरक-फरक कुराहरूको अपेक्षा गर्दछौं। परिणाम स्वरूप हामीले धेरैजसो समय ख्याल नै नगरी उनीहरूलाई फरक व्यवहार गर्दछौं।

जब हामीले बोल्ने शब्द तथा अपेक्षाहरूको प्रभावको बारेमा हामी सचेत हुन्छौं र अन्य वयस्कहरू तथा हाम्रा बालबालिकाहरूसँग लैंगिक भूमिकाहरू, अपेक्षाहरू, सम्मान र स्वस्थ सम्बन्धहरूको बारेमा खुला कुराकानी गर्दछौ, तब मात्र हामीले त्यस्तो समाज सिर्जना गर्न सक्दछौं जहाँ महिलामाथि हिंसालाई असह्य हुन्छ।

नव युवाहरूसँग सम्मानका बारेमा कसरी कुरा गर्ने भन्ने बारे थप जानकारीको लागि *सम्मानजनक वार्तालापहरूका लागि* **पकेट गाईड** हेर्नुहोस्।

6 *राष्ट्रिय अभियानको विकासबारे जानकारी दिने अनुसन्धान; अष्ट्रेलियाली सरकार सामाजिक सेवा विभाग,* नोभेम्बर २०१५

अनलाइन अनादरका लुकेका प्रवृत्तिहरू

सामाजिक सञ्जाल र अनलाइन प्लेटफर्महरू मानिसहरूसँग सम्पर्कमा रहन, समाचारहरू पढ्न, भिडियोहरू हेर्न र खेलहरू खेल्नको लागि प्रयोग गरिने एक सामान्य माध्यम हो।

नवयुवाहरूले धेरै समय अनलाइन बिताउँछन् —विशेष गरी उनीहरूको किशोरावस्थामा, र उनीहरूले हेर्ने सामग्रीहरूले उनीहरूको दृष्टिकोण र व्यवहारलाई प्रभाव पार्न र आकार दिन सक्छ।

केही अनलाइन सामग्रीले हामीलाई खुसी बनाउन सक्छ भने त्यहाँ कुनै पनि समय अपमानजनक र आक्रामक सामग्रीको सम्पर्कमा आउन सक्ने जोखिम पनि छ।

अधिकांश सामाजिक मिडिया प्लेटफर्महरू अनुमानद्वारा हामीले हेर्न रूचाउन सक्ने प्रोफाइल वा पोष्टहरू देखाउने जटिल एल्गोरिदम (algorithms) हरूबाट संचालित हुन्छन्। यदि कसैले सम्भावितरूपमा हानिकारक सामग्रीहरूमा समय बिताएमा, उनीहरूले आफ्नो फिड (feed) मा अझ धेरै त्यस्तै वा अझ बढी हानिकारक सामग्रीहरू देख्न थाल्छन्। कहिलेकाहीं एल्गोरिदमले सामग्रीलाई छिटो र व्यापक रूपमा फैलाएर 'भाइरल बनाउन' मा मद्दत गर्न सक्छ र यसले गलत सूचना र चरम विचारहरू बढाउन सक्छ।

सामाजिक मिडिया इन्फ्लुएन्सरहरूले अक्सर किशोरहरू र पुरुषहरू सहित नवयुवा व्यक्तिहरूलाई उनीहरूले नखोजे पनि ती सामग्री मार्फत लक्षित गर्छन्। कहिलेकाहीं त्यस्ता नकरात्मक सामग्रीहरू शुरूमा स्वस्थ जीवनशैली, खेलकुदका उपलब्धिहरू र धन आर्जनका विषयवस्तुहरूमा केन्द्रित गरिन्छन्। यो नवयुवाहरूलाई शुरूमा आकर्षित गर्न प्रयोग गरिन्छ र त्यसपछि सूक्ष्म (वा खुल्ला रूपमा) हानिकारक र स्त्रीद्वेषी सामग्रीहरूसँग जोड्दै लगिनसक्छ। यस्ता सामग्रीहरूले त्यसपछि प्रयोगकर्ताहरूको यी प्रतिको अन्तरक्रियालाई तीव्रता दिन थाल्छन्।

अनलाइन हुने हानिकारक सामग्री र अनादरपूर्ण व्यवहार निम्नानुसार देखिन सक्छः

- अपमानजनक वा लैंगिकवादी भाषा प्रयोग भएका टिप्पणीहरू
- अनलाइन गेमिंग (online gaming) मा महिलाहरूको बारे भेदभावपूर्ण भाषा वा व्यवहार
- कसैको अनुमति बिना उनीहरूको व्यक्तिगत वा अन्तरंगी फोटो वा भिडियोहरू साझा गरिदिने
- बलात्कार, पिछा गर्ने, वा महिलाहरू पुरुषहरूभन्दा तुच्छ हुन्छन् भन्ने बारे 'मिम्स (memes)' वा चुट्किलाहरू
- उत्पीडन र हिंसालाई माफ गर्ने र बेवास्ता गर्ने वा पीडितलाई दोष दिने मनोवृत्तिलाई बढावा दिने
- हानिकारक वा अपमानजनक भाषाबाट उत्पन्न हुने अपशब्द (slangs) र वाक्यांशहरू
- प्रभावकहरू (influencers) वा धेरैजनाले पछ्याएका व्यक्तिहरू जसले अरूहरूको अपमान गर्छन् वा लैंगिक मापदण्डहरूको बारे घातक व्यवहारहरू र विचारहरूलाई निरन्तरता दिन्छन।

अनादरका लुकेका प्रवृत्तिहरू शीर्षकको छलफल मार्गदर्शिकामा अनलाइन हुने अनादरको बारेमा थप जानकारी उपलब्ध छ।

अभिभावक र हेरचाहकर्ताहरूको रूपमा, नवयुवाहरूले अनलाइनमा देख्न सक्ने सामग्रीहरू सेन्सर गर्न वा परिनियमन गर्न गाह्रो हुनसक्छ। हाम्रा नवयुवाहरूलाई सहयोग गर्न, हामीले उनीहरूले के हेरिरहेका र सुनिरहेका छन् तथा त्यसले उनीहरूको लैंगिकता र हिंसा प्रतिको दृष्टिकोणहरूमा पार्न सक्ने प्रभावको बारेमा अझ राम्रो समझदारीको विकास गर्नु आवश्यक छ।

नवयुवाहरूलाई उनीहरूले आफ्नो फिडमा देखेका सबै कुराहरूमा प्रतिक्रिया जनाउनु आवश्यक छैन भन्ने सम्झाउनु निकै महत्त्वपूर्ण छ, विशेषगरी यदि त्यसले उनीहरूलाई विचलित पार्छ वा उनीहरूलाई असहज महसुस गराउँछ भने। हामीलाई जे देखाइन्छ त्यो हामीले खोज्ने, हेर्ने र हामी संलग्न हुने कुराहरूबाट प्रभावित हुन्छ। हामी जति धेरै सकारात्मक सामग्रीमा संलग्न हुन्छौं, त्यति नै कम अपमानजनक वा कम अनादरजनक सामग्रीहरू हामीलाई देखाइनेछ।

तपाईंले स्वयंलाई र तपाईंका नवयुवा व्यक्तिहरूलाई हानिकारक वा अपमानजनक सामग्रीहरूलाई बढावा दिने एकाउन्टहरू वा पोष्टहरू कसरी रोक्ने वा त्यसको उजुरी गर्ने भन्ने तरिकाहरूसँग परिचित गराउन सक्नुहुन्छ। यसले तपाईंलाई त्योभन्दा फरक सामग्रीहरू देखाइने सुनिश्चित गर्न र हानिकारक सामग्री हटाउन पनि मद्दत गर्न सक्छ।

तपाईंले कसरी ***अनलाइन हानीका बारे उजुरी*** गर्न सक्नुहुन्छ भन्नेबारे अधिक जानकारीको लागि | ***ईसेफ्टि कमिशनर (eSafety Commissioner)***

हामी सबै मिलेर महिलामाथि हुने हिंसा रोक्न सक्छौं।

अभिभावक, संरक्षक, हेरचाहकर्ता तथा परिवारका सदस्यहरूको रूपमा, हामी हाम्रा नवयुवाहरूको लागि राम्रो चाहन्छौं। हामी उनीहरूले राम्रा अनुभवहरू, स्वस्थ सम्बन्धहरू र सफलताका अवसरहरू प्राप्त गरून भन्ने चाहन्छौं। हामी उनीहरूले सही र गलतका बारे बुझ्न सकुन, अरूको र स्वयंको सम्मान गरून् भन्ने चाहन्छौं।

अभिभावक, हेरचाहकर्ता, संरक्षक, दिदीभाई, हजुरबा हजुरआमा, शिक्षक, प्रशिक्षक, रोजगारदाता र रोल मोडेलहरू समेत सबै वयस्क व्यक्तिहरूले नवयुवाहरूमा सकारात्मक प्रभाव पार्न सक्दछन् र शुरुदेखि नै के कुरा स्वीकारयोग्य हुन्छ र के स्वीकारयोग्य हुँदैन भन्ने स्तर तय गर्न सक्दछन्।

हामीले सँगै मिलेर तलका कुराहरू गर्न सक्छौं:

- सम्मान, लैङ्गिक समानता र सामाजिक मान्यता तथा रूढिवादी मान्यता अनुसार चल्नुपर्ने दबाबहरूका बारेमा हाम्रो आफ्नै बुझाइको बारेमा चिन्तन गर्न।
- हामीले कस्ता बहानाहरू बनाउँछौं र हाम्रो व्यवहारले हाम्रा नवयुवाहरूका लागि दीर्घकालसम्म प्रभाव पार्नसक्ने कस्तो उदाहरण दिन्छ भन्ने बारे अझ बढी सजग हुन। *Excuse Interpreter* (*अँग्रजी भाषामा मात्र उपलब्ध*) हेर्नुहोस्।
- हामी के गर्छौं र के भन्छौं, अनि त्यसले अरूलाई पार्न सक्ने प्रभावहरूको बारेमा सचेत भएर सम्मानजनक व्यवहारको नमूना बसाल्न।
- नवयुवाहरूले अनलाइनमा कस्ता सामग्रीहरूसँग घुलमिल गरिरहेका छन् र उनीहरूले सामना गर्न सक्ने अपमानजनक शब्दहरू र टिप्पणीहरू बुझ्न कदम चाल्न।
- सम्मानजनक व्यवहार गर्ने नवयुवाहरूको पुस्ता हुर्काउने सन्दर्भमा अरू वयस्कहरूसित कुराकानी शुरू गर्न।
- हाम्रा नवयुवाहरू हुर्कंदै जाँदा उनीहरूसँग आदरका बारेमा कुराकानी - मूल्यमान्यता, मनोवृत्ति र व्यवहारहरूको प्रभावबारे छलफल गर्न। *सम्मानजनक वार्तालापहरूका लागि पकेट गाईड* हेर्नुहोस्।

हाम्रा नवयुवाहरूले लैङ्गिक मान्यताहरूको बारेमा कुनै अपेक्षा र दबाबहरू बिना उनीहरू को हुन् भन्ने अन्वेषण गर्न र विकास गर्न स्वतन्त्र हुनुपर्दछ।

हामी उनीहरू हिंसाबाट मुक्त संसारमा बाँचुन भन्ने चाहन्छौं।

थप जानकारीका लागि

राष्ट्रिय सामुदायिक दृष्टिकोण सर्वेक्षण (National Community Attitudes Survey; NCAS)

NCAS महिलविरूद्द हुने हिंसाप्रति सामुदायिक दृष्टिकोणहरूमाथिको विश्वमै सबैभन्दा लामो समयसम्म चलेको जनसंख्यास्तरीय सर्वेक्षण हो। महिलविरूद्द हुने हिंसा, लैङ्गिक असमानताप्रतिको दृष्टिकोण र मानिसहरूको त्यसमाथि हस्तक्षेप गर्ने इच्छाका बारेमा अष्ट्रेलियालीहरूको बुझाइको बारे थप पढ्नुहोस्।

व्यक्तिगत सुरक्षा सर्वेक्षण

व्यक्तिगत सुरक्षा सर्वेक्षण (Personal Safety Survey; PSS) ले व्यस्क अष्ट्रेलियालीहरूबाट उनीहरूले भोगेका विभिन्न प्रकारका हिंसाहरूको प्रकृति र हदको बारेमा जानकारीहरू सङ्कलन गर्दछ।

स्वास्थ्य तथा जनहितको लागि अष्ट्रेलियाली संस्था (Australian Institute of Health and Welfare; AIHW)

AIHW ले स्वास्थ्य तथा जनहितसँग सम्बन्धित प्रमाण, तथ्यांक र जानकारी उपलब्ध गराउँदछ। यसमा पारिवारिक, घरेलु र यौन हिंसासम्बन्धी जानकारी समावेश गरिएको हुन्छ।

द लाईन (The Line)

The Line ले हिंसालाई समर्थन गर्ने मनोवृत्ति र व्यवहारलाई चुनौती दिएर र परिवर्तन गरेर स्वस्थ तथा सम्मानजनक सम्बन्ध विकास गर्न प्रोत्साहित गर्दछ। The Line अष्ट्रेलियाली सरकार सामाजिक सेवा विभागद्वारा वित्तपोषित छ। यो Our Watch द्वारा संचालित छ।
www.theline.org.au

विद्यार्थी कल्याण हब (Student Wellbeing Hub)

Student Wellbeing Hub शिक्षक-शिक्षिका तथा विद्यालयका नेतृत्वकर्ताहरू, विद्यार्थीहरू, अभिभावकहरू, विद्यार्थीहरू सहायता गर्ने विशेषज्ञ पेशेवरहरू र पूर्व-सेवा शिक्षकहरूलाई सहयोग गर्न सुरक्षित विद्यालय रणनीतिहरूका बारे जानकारी र संसाधनहरू एकै ठाउँमा उपलब्ध गराउने सेवा हो। *www.studentwellbeinghub.edu.au*

ईसेफ्टि कमिशनर (eSafety Commissioner)

ईसेफ्टी अनलाइन सुरक्षाको लागि अष्ट्रेलियाको स्वतन्त्र नियामक हो जसले अष्ट्रेलियालीहरूलाई अनलाइन सुरक्षा जोखिमहरूको बारेमा शिक्षित गर्दछ र साइबरबुलिइङ्ग (cyberbullying), साइबर दुर्व्यवहार तथा सहमति बिना साझा गरिएका अन्तरंगिन तस्विर वा भिडियोहरू जस्ता हानिकारक सामग्रीहरू हटाउन मद्दत गर्दछ। ईसेफ्टी साइटमा बालबालिकाहरूलाई अनलाइनमा कसरी सुरक्षित राख्ने भन्नेबारे धेरै सामग्री तथा सुझावहरू छन्। तपाईंले *www.esafety.gov.au* मा गएर अनलाइन हानीको बारे उजुरी दर्ता गर्नसक्नुहुन्छ।

ठूलो स्वरमा बाहिर भन्नुहोस् (Say It Out Loud)

Say It Out Loud (ठूलो स्वरमा बाहिर भन्नुहोस्) ले LGBTQ+ समुदायहरूलाई स्वस्थ सम्बन्धहरू बनाउन, अस्वस्थ सम्बन्ध भएमा मद्दत प्राप्त गर्न र उनीहरूका मित्रवर्गलाई समर्थन गर्न प्रोत्साहित गर्दछ।
www.sayitoutloud.org.au

सहायता सेवाहरू

यो पेजले धेरैखाले सहायता सेवाहरूको बारेमा जानकारी दिन्छ जसलाई तपाईंले सहायता चाहिएको बेला वा तपाईंमाथि हिंसा हुने जोखिम भएमा सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ।

***www.respect.gov.au/translated* मा गएर अनुवाद गरिएका थप सामग्रीहरू हेर्नुहोस्।**

DSS 3369