

# স বামী আৰু আত মীয ৰ হিংসা

স বামী আৰু আত মীয ৰ দ বাৰা হিংসা ক?

স বামী আৰু আত মীয ৰ দ বাৰা হিংসা বুলিলে স বামী বা পৰ্যিালৰ আন সদস্যই মহিলাৰ ওপৰত কৰা যিকোনো ধৰণৰ শাৰীৰিক, আৱগেিক, যৌন বা অৰ্থনৈতিক নিৰ্যাতনক বুজায়। ঘৰৰ পৰিসীমাৰ ভিতৰত পৰায সংঘটিত হোৱা ঘৰুৱা হিংসাৰ ই এক প্ৰচলিত ৰূপ।

আইনী কাঠামো :

ঘৰুৱা হিংসাৰ মাজত কাৰাবাদ আৰু ভুক্তিভোগীক আইনী সুৰক্ৰমৰ দ্বাৰা প্ৰদানৰ বাবে আইন প্ৰণয়ন কৰা হৈছে। ভাৰতত ঘৰুৱা হিংসাৰ পৰা মহিলাৰ সুৰক্ৰমৰ আইন, ২০০৫, ঘৰুৱা হিংসাৰ সংজ্ঞা দিয়া আৰু সুৰক্ৰমৰ আদেশ, বাসস্থানৰ আদেশ, আৰু ভুক্তিভোগীক গীৰক্ৰমত স্থাপনৰ ব্যৱস্থা থকা ৰূপৰেখা দাঙি ধৰে। ইয়াৰ উপৰিও ভাৰতীয় দণ্ডবিধিৰ বিভিন্ন নথীত ঘৰুৱা হিংসাৰ নিৰ্দিষ্ট ৰূপ, যেনে যৌন হাৰাশাস্তি (ধাৰা ৪৯৮এ) আৰু স বামী বা আত মীয ৰ দ বাৰা নিৰ্যাতনৰ ঠুৰতা (ধাৰা ৪৯৮)ৰ বিষয়ে উল্লেখ কৰা হৈছে।

ঘৰুৱা হিংসাক সীমিত কৰা দিয়া ১:

ঘৰুৱা হিংসা বুলি নিৰ্ধাৰণ হ'ব পাৰে, য'ত শাৰীৰিক নিৰ্যাতন (যেনে আঘাত, চৰ বা লাথি), আৱগেিক নিৰ্যাতন (যেনে খকি ভাবুকি বা ভয় দেখুৱাই), যৌন নিৰ্যাতন (যেনে বেলপুৰ বক যৌন সম্বন্ধ কৰাৰ বাধ্যনাজৰ দৰে), আৰু অৰ্থনৈতিক নিৰ্যাতন (যেনে বেতিয়া নথি নথি কৰা বা সম্বন্ধৰ প্ৰশংসা বাধ্যনাজ দিয়া)। এই চৰ্তসমূহ চৰ্তসমূহৰ আইনৰ সমাধানৰ বাবে ব্যৱস্থা ল'ব লাগিব।

ন যায বৰ ডমপে: ঘৰুৱা হিংসাৰ সৈতে ম কাবলি কৰা

- স বীকৃতি আৰু বুজাবুজি:

ঘৰুৱা হিংসা গ ৰহণ্য গ য নহয় আৰু নৰি যাতনৰ পৰা মুক ত হৈ জীয়া ই থকাৰ অধিকাৰ আপ নাৰ আছে বুলি সি বীকাৰ কৰক। বুজবি যে ঘৰুৱা হিংসা বহু ৰূপ ল'ব পাৰে আৰু সময় ৰ লগে লগে তীব ৰতৰ হ'ব পাৰে।

- নথিপিত ৰ আৰু প ৰমাণ সংগ ৰহ:

ঘৰুৱা হিংসাৰ সকল দৃশ টান তৰ নথিভিক ত কৰক, য'ত নৰি যাতনৰ তাৰিখ, সময় আৰু বৰ ণনাও অন তৰ ডুক ত কৰা হৈছে। যিকি ন আঘাতৰ ৰকেৰ ড ৰাখক আৰু প ৰয জন হ'লে চকিহিসকৰ কাষ চাপবি লাগে। যিকি ন প ৰমাণ, যেনে ফট বা সাক শীৰ বক তব য সংৰক ষণ কৰক।

- সমৰ থন আৰু নৰি দশেনা বচিাৰক:

সমৰ থন আৰু পথ প ৰদৰ শনৰ বাবে বেশি বাসয গ য ব যক তৰি ওচৰলৈ হাত আগব াওক। সহায় ৰ বাবে ঘৰুৱা হিংসা হলে পলাইন, সহায় ক গ ট বা আইনী সাহায য সংস থাৰ সৈতে যে গায় গ কৰাৰ কথা চনি তা কৰক। আপ নাৰ বকিল পসমূহৰ বিষয় পেৰামৰ শৰ বাবে পৰযি াল আইন বা ঘৰুৱা হিংসাৰ গ চৰত বশিষেজ অধিক তাৰ সৈতে কথা পাতক।

- অভযি গৰ প ৰতবিদেন দযি া আৰু দাখলি কৰা:

ঘৰুৱা হিংসাৰ কাণ ডসমূহৰ বিষয় াউপযুক ত কৰ তূপক ষক, যেনে আৰক শী বা ঘৰুৱা হিংসা সহায় ক সংস থাক জন ৰা। আনুষ ঠানকি অভযি গ দাখলি কৰক আৰু আপুনি অনুভৱ কৰা নৰি যাতনৰ বিষয় যেমিন পাৰি বিতিংভাৱে দযি ক।

- আইনী প্ৰতিৰোধকাৰী বচিৰা:

ঘৰুৱা হিংসাৰ পৰা মহিলাক সুৰক সাৰা আইন, ২০০৫ৰ অধীনত আপুনিৰ বাবে উপলব্ধ আইনী প্ৰতিৰোধসমূহ অন্তৰ্ভুক্ত কৰক। আদালতৰ জৰিয়তে সুৰক সাৰা আদৰ্শে, বাসস্থানৰ আদৰ্শে বা আৰ্থিক সহায়ৰ বচিৰাৰ কথা চিন্তা কৰক। আপুনিৰ আইনী অধিকাৰ আৰু বকিল প্ৰস্তুতকৰণ বুজাবলৈ এজন উকীলৰ সৈতে পৰামৰ্শ ল'ব কৰক।

- সহায় গতি আৰু সহায় গতি:

আপুনিৰ গৰ্ভচৰ সৈতে জড়িত আইন প্ৰতিৰোধকাৰী সংস্থা, আইনী প্ৰচোদাৰী, আৰু সহায়ক সেৱাসমূহৰ সৈতে সহায় গতি কৰক। আপুনিৰ অভিযোগৰ সময়ৰ খননত সত্যসাক্ষ্য আৰু প্ৰমাণ প্ৰদান কৰক। যিকোনো আইনী কাৰ্য্য যিৰ দ্বাৰা তদন্ত সহায় কৰা।

- আত্ম-সহায়তা আৰু মংগল:

সমগ্ৰ প্ৰতিৰোধকাৰী টিম আপুনিৰ সুৰক সাৰা আৰু সুস্থিত অগ্ৰাধিকাৰ দিয়া ক। ঘৰুৱা হিংসাৰ আৱগতিক আৰু মানসিক প্ৰভাৱৰ সৈতে মনোকাৰী কৰিবলৈ পৰামৰ্শ বা চিকিৎসা বচিৰাৰি লাগে। নজিকৈ আৰু সন্তানক অধিক কষ্টৰ পৰা সুৰক সাৰা কৰিবলৈ পদক্ষেপ লওক।

- অৱগত আৰু সমতাশালী হৈ থাকক:

আপুনিৰ গৰ্ভচৰ অগ্ৰাধিকাৰ আৰু প্ৰাসংগিক আইন বা নীতিৰ যিকোনো উল্লেখ নথি কৰি ৰাখিব। অৱগত থাকক। ঘৰুৱা হিংসাৰ পৰা সুৰক সাৰা প্ৰতিৰোধকাৰী হিচাপে নিজৰ অধিকাৰৰ বিষয়ে নজিকৈ জানিবলৈ কৰিবলৈ আপুনিৰ ভৱিষ্যতৰ বিষয়ে জ্ঞান সন্নিবিষ্ট কৰিবলৈ নজিকৈ তথ্য কৰক।

• প্ৰশ্নৰ ক্ষমতা আৰু পৰিৱৰ্তনৰ তথ্য:

ঘৰুৱা হিংসাৰ অভিজ্ঞতা বা ব্যৱহাৰ কৰি আপুনি নোৱাৰা সমাজত পৰিৱৰ্তনৰ প্ৰশ্নৰ ক্ষমতা কৰক। লিংগভেদে তাক হিংসাৰ বৰ্দ্ধিত ধৰ্মমাতা মাতৃবি, জীৱনত সকলোৰে সমলীকৰণক প্ৰসাৰিত কৰা পদক্ষেপসমূহক সমৰ্থন কৰক, আৰু সকলোৰে বাবে সুৰক্ষাৰ ক্ষতি আৰু অধিক সহায়ক পৰিৱেশ সৃষ্টি কৰি দৰ্শিত কাম কৰক।

• দুই আৰু সন্ততিৰ স্থাপত্য:

মনত ৰাখিব যে ঘৰুৱা হিংসাৰ নোৱাৰা বচিৰাট এটা দীঘলীয়া আৰু প্ৰত্যাহ্বানমূলক যাত্ৰা হ'ব পাৰে। নোৱাৰা ৰসন ধানত অটল, সন্ততিৰ স্থাপত্য আৰু দুই প্ৰত্যাহ্বান হৈ থাকিব। আপুনি নোৱাৰা সাহস আৰু অধিক ব্যৱসায় এটা পৰিৱৰ্তন আনিব পাৰে আৰু আনক পদক্ষেপ ল'বলৈ অনুপ্রাণিত কৰিব পাৰে।

সাৰাংশ:

স্বামী আৰু আত্মীয়ৰ দ্বাৰা সংঘটিত ঘৰুৱা হিংসা নাৰীৰ অধিকাৰৰ গুৰুতৰ উলংঘা যাৰ বাবে জৰুৰী মনোযোগ আৰু ব্যৱসায়ৰ প্ৰত্যাহ্বান। ঘৰুৱা হিংসাৰ চিনসমূহ চিনাক্ত কৰি, সমৰ্থন বচিৰাট, আৰু আইনী ব্যৱসায়ত নভেগিট কৰি, জীৱনত সকলোৰে ব্যৱহাৰ পছন্দ লগাব পাৰে আৰু সকলোৰে বাবে সুৰক্ষাৰ ক্ষতি আৰু অধিক সমতাপূৰ্ণ সমৰ্থন প্ৰদান সৃষ্টি কৰি দৰ্শিত কাম কৰিব পাৰে। অধিক ব্যৱসায়, সন্ততিৰ স্থাপত্য আৰু প্ৰশ্নৰ ক্ষমতাৰ জৰিয়তে জীৱনত সকলোৰে নিজকে শক্তিশালী কৰিব পাৰে আৰু সমাজত ইতিবাচক পৰিৱৰ্তনৰ প্ৰত্যাহ্বান গঢ়িব পাৰে।