GOVERNMENT OF WESTERN AUSTRALIA

Family and Domestic Violence Media Bilingual Glossary

Punjabi / ਪੰਜਾਬੀ

ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ

TERM	ਸ਼ਬਦ	ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ
Coercive control	ਜ਼ਬਰਨ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨਾ	ਜ਼ਬਰਨ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨਾ ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਸੋਸ਼ਣ ਭਰੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਲਗਾਤਾਰ ਪੈਟਰਨ ਰਾਹੀਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਡਰਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਤੇ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਖੋਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਲੋਕ ਜ਼ਬਰਨ ਕੰਟਰੋਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਕਾਬੂ ਹੇਠ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਸੋਸ਼ਣ ਵਾਲੇ ਵਿਵਹਾਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।
Child abuse	ਬਾਲ ਸ਼ੋਸ਼ਣ	ਬਾਲ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਉਹ ਕੋਈ ਵੀ ਕਿਰਿਆ ਜਾਂ ਕਿਰਿਆ ਨਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ।
Emotional abuse	ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸ਼ੋਸ਼ਣ	ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਉਹ ਵਿਵਹਾਰ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ: • ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਕਰਨਾ • ਗਾਲਾਂ ਕੱਢਣਾ / ਮੰਦੇ ਨਾਮਾਂ ਨਾਲ ਬੁਲਾਉਣਾ • ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਣਡਿੱਠਾ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਇਹ ਦਿਖਾਵਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਉਹ ਉੱਥੇ ਮੌਜੂਦ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹਨ • ਅਜਿਹੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਲਝਣ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦੇਣ। • ਉਹ ਜੋ ਕੁੱਝ ਵੀ ਕਹਿਣ, ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸਹੀ ਕਰਨਾ/ਟੋਕਣਾ।
Family and domestic violence	ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ	ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ (FDV) ਵਿਵਹਾਰਾਂ ਦਾ ਉਹ ਨਮੂਨਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਕਿਸੇ ਨਿੱਜੀ (ਮੌਜੂਦਾ ਅਤੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀਆਂ) ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ, ਕੰਟਰੋਲ ਅਤੇ ਡਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। FDV ਵਿੱਚ ਹਿੰਸਕ, ਸੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਈ ਵਿਵਹਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਹਿੰਸਾ, ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸ਼ੋਸ਼ਣ, ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪਾਉਣਾ, ਮਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਹੇਠ ਕਰਨ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ, ਵਿੱਤੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕੱਲੇ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ (ਅੱਗੇ ਜਾਰੀ ਹੈ)

TERM	ਸ਼ਬਦ	ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ
Family and domestic violence paid leave	ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਲਈ ਤਨਖ਼ਾਹ ਸਮੇਤ ਛੁੱਟੀ	ਸਾਰੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ 10 ਦਿਨ ਦੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਸਮੇਤ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਛੁੱਟੀ ਮਿਲਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਫੁੱਲ-ਟਾਈਮ, ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਅਤੇ ਕੈਜ਼ੁਅਲ ਕਰਮਚਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
Family Violence Restraining Order (FVRO)	ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਰੋਕਥਾਮ ਆਦੇਸ਼ (FVRO)	ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਰੋਕਥਾਮ ਆਦੇਸ਼ (FVRO) ਇੱਕ ਅਦਾਲਤੀ ਹੁਕਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।
Financial abuse	ਵਿੱਤੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ	ਵਿੱਤੀ ਸੋਸ਼ਣ ਉਹ ਵਿਵਹਾਰ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਵਿੱਤੀ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਪੈਸੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਖ਼ਰਚਿਆਂ ਦਾ ਹਿਸਾਬ ਮੰਗਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਪੈਸਿਆਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਵਰਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਉਸ ਨੇ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਵਿੱਤੀ ਸੋਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੰਪਤੀ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਾਰ, ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ) ਵੇਚਣ ਲਈ ਦਬਾਅ ਪਾਉਣਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਖੋਹੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਵਿੱਤੀ ਸੋਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਲੈਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਕਰਜ਼ੇ ਲੈਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਨਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ (ਅੱਗੇ ਜਾਰੀ ਹੈ)

TERM	ਸ਼ਬਦ	ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ
Gaslighting	ਗੈਸਲਾਈਟਿੰਗ (ਅਸਲੀਅਤ ਤੋਂ ਭਟਕਾਉਣਾ)	ਗੈਸਲਾਈਟਿੰਗ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਇਹ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਵੱਖਰੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਗੈਸਲਾਈਟਿੰਗ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੀ ਵਿਚਾਰਾਂ, ਅਸਲੀਅਤ ਦੀ ਸਮਝ, ਜਾਂ ਯਾਦਾਂ ਦੇ ਸੱਚ ਹੋਣ 'ਤੇ ਸਵਾਲ ਖੜ੍ਹੇ ਕਰਨ ਲਗਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਲਝਣ, ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਸਮਮਾਨ ਵਿੱਚ ਕਮੀ, ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਥਿਰਤਾ ਬਾਰੇ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤਤਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਗੈਸਲਾਈਟਿੰਗ ਦਾ ਇੱਕ ਆਮ ਨਤੀਜਾ ਪੀੜਤ ਦਾ ਅਪਰਾਧੀ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਬਣ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਗੈਸਲਾਈਟਿੰਗ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਰਣਨੀਤੀ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਕਿਸੇ ਦੀ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ, ਅੰਦਰੂਨੀ ਅਹਿਸਾਸ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਵਿੱਚ ਭਰੋਸਾ ਨੂੰ ਤੋੜਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਪੀੜਤ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਆਪਣੀ ਸੱਚਾਈ, ਅਨੁਭਵ ਅਤੇ ਸੂਝ-ਬੂਝ 'ਤੇ ਸ਼ੱਕ ਕਰਨ ਲਗਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਕੇ ਕਿ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਪੀੜਤ 'ਤੇ ਥੋਪਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਸਬੂਤ ਉਸ ਦੇ ਖਿਲਾਫ਼ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਣ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ, ਗੈਸਲਾਈਟਿੰਗ ਝੂਠ ਅਤੇ ਸੱਚ ਦੀ ਹੇਰਾਫੇਰੀ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
Gender inequality	ਲਿੰਗ ਅਸਮਾਨਤਾ	ਲਿੰਗ ਅਸਮਾਨਤਾ ਉਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਲਿੰਗ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ ਦਾ ਲਗਾਤਾਰ ਦੂਜੇ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਪੱਖ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਮੌਕੇ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਵਧੇਰੇ ਕੰਟਰੋਲ, ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ (ਅੱਗੇ ਜਾਰੀ ਹੈ)

TERM	ਸ਼ਬਦ	ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ
Honour-based violence	ਇੱਜ਼ਤ ਦੇ ਨਾਮ 'ਤੇ ਹਿੰਸਾ	ਇੱਜ਼ਤ ਦੇ ਨਾਮ 'ਤੇ ਹਿੰਸਾ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਸੋਚੀ-ਸਮਝੀ ਕਾਰਵਾਈ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਮਾਜਿਕ "ਇੱਜ਼ਤ" ਨੂੰ ਨਿਯਮ ਜਾਂ ਰਿਵਾਜ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ "ਬਹਾਲ" ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਪਰਿਵਾਰਕ ਤਾਣੇ-ਬਾਣੇ ਦੇ ਸਮੂਹਿਕ ਢਾਂਚੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬਣਿਆ ਅਤੇ ਬੰਨ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ; ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਔਰਤਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਮੁਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਚੋਣਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮਰਦਾਂ ਦੇ ਕਥਿਤ ਅਧਿਕਾਰ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਜ਼ਤ ਦੇ ਨਾਮ 'ਤੇ ਸੋਸ਼ਣ ਕਈ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਾਲ ਵਿਆਹ, ਕੁਆਰੇਪਣ ਦੀ ਜਾਂਚ, ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਗਰਭਪਾਤ, ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਵਿਆਹ, ਔਰਤਾਂ ਜਨਨ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ (FGM), ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਰੀਰਕ, ਜਿਨਸੀ, ਆਰਥਿਕ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਜ਼ਬਰਨ ਕੰਟਰੋਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇੱਜ਼ਤ ਦੇ ਨਾਮ 'ਤੇ ਸੋਸ਼ਣ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਅਪਰਾਧ ਜਾਂ ਘਟਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ "ਇੱਜ਼ਤ" ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਾ ਇਹ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਸੇ ਖ਼ਾਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਿਵਹਾਰ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰਮਸਾਰ ਜਾਂ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ "ਇੱਜ਼ਤ" ਦੇ ਜ਼ਾਬਤੇ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਲਈ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।
Intimidation	ਡਰਾਉਣਾ-ਧਮਕਾਉਣਾ	ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਡਰਾਉਣ ਲਈ ਸ਼ਬਦਾਂ, ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਧਮਕੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ।

ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ (ਅੱਗੇ ਜਾਰੀ ਹੈ)

TERM	ਸ਼ਬਦ	ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ
Lived experience	ਆਪ-ਬੀਤਿਆਂ ਅਨੁਭਵ	ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ: • ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ • ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਪਰ੍ਣਾਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਅਨੁਭਵ ਹੈ. • ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ, ਜੋ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਪਰ੍ਭਾਵਿਤ ਹੋਏ ਹਨ।
Love bombing	ਲਵ ਬੌਂਮਿੰਗ	ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਬੇਹੱਦ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰਕੇ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਧਿਆਨ ਦੇ ਕੇ, ਵੱਡੇ ਵਾਅਦੇ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਪੀੜਤ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਇਹ ਦੱਸ ਕੇ ਕਰਨਾ ਕਿ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।
Monitoring	ਨਿਗਰਾਨੀ	ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕਿੱਥੇ ਹਨ, ਉਹ ਕਿਸ ਨਾਲ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਗੱਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।
Perpetrator	ਅਪਰਾਧੀ/ਸੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਾਲਾ	ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਗੈਰਕਾਨੂੰਨੀ, ਅਪਰਾਧਿਕ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਘਰੇਲੂ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
Physical violence	ਸਰੀਰਕ ਹਿੰਸਾ	ਸਰੀਰਕ ਹਿੰਸਾ ਉਹ ਕੋਈ ਵੀ ਹਿੰਸਕ ਵਿਵਹਾਰ ਜਾਂ ਹਿੰਸਾ ਦੀਆਂ ਧਮਕੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ, ਉਸ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਹੋਰ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ, ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਜਾਂ ਸੰਪਤੀ ਵੱਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
Respectful relationships	ਸਤਿਕਾਰਪੂਰਨ ਰਿਸ਼ਤੇ	ਸਤਿਕਾਰਪੂਰਨ ਰਿਸ਼ਤਾ ਆਪਸੀ ਭਰੋਸੇ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਬਰਾਬਰੀ ਦੇ ਸਾਥੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ (ਅੱਗੇ ਜਾਰੀ ਹੈ)

TERM	ਸ਼ਬਦ	ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ
Sexual violence	ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ	ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦਾ ਜਿਨਸੀ ਸੰਪਰਕ, ਗਤੀਵਿਧੀ, ਕਿਰਿਆ ਜਾਂ ਵਿਵਹਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਦੇ ਖਿਲਾਫ਼ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਤੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਮਜ਼ਬੂਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਦਬਾਅ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
Social isolation (or social violence)	ਸਮਾਜਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕੱਲਾ ਕਰਨਾ (ਜਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਹਿੰਸਾ)	ਸਮਾਜਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕੱਲਾ ਕਰਨਾ (ਜਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਹਿੰਸਾ) ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੋਸਤਾਂ, ਪਰਿਵਾਰ, ਕੰਮ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਮਾਜਿਕ ਮੌਕਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ ਹੈ।
Spiritual abuse	ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਸੋਸ਼ਣ	ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਸੋਸ਼ਣ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਸੰਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੀ ਪਸੰਦ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪੂਜਾ ਸਥਾਨਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਜਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਰੀਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਨਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।
Technology-facilitated abuse	ਤਕਨਾਲੋਜੀ-ਰਾਹੀਂ ਸੋਸ਼ਣ	ਤਕਨਾਲੋਜੀ-ਰਾਹੀਂ ਸੋਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਟੈਕਸਟ ਮੈਸਜ, ਈਮੇਲ ਜਾਂ ਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ ਸੋਸ਼ਣ ਕਰਨਾ, ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨਾ, ਬੇਇੱਜ਼ਤ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਸਜ਼ਾ ਦੇਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਸੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕਿਸੇ ਦੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਅਤੇ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਜਾਂ ਈਮੇਲਾਂ ਨੂੰ ਟਰੈਕ ਕਰਨ ਜਾਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਿੱਜੀ ਜਾਂ ਕਾਮੁਕ ਫ਼ੋਟੋਆਂ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦੀ ਧਮਕੀ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
Tracking	ਟਰੈਕਿੰਗ	ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਟਰੈਕ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ (ਅੱਗੇ ਜਾਰੀ ਹੈ)

TERM	ਸ਼ਬਦ	ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ
Victim-survivor	ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ	ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਰਿਵਾਰਕ, ਘਰੇਲੂ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦਿਖਾਈ ਗਈ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਲਚਕੀਲੇਪਣ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਾਂ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਹਿੰਸਾ ਨਾਲ ਜਿਬਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਪਛਾਣੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ 'ਤੇ "ਪੀੜਤ" ਜਾਂ "ਬਚਣ ਵਾਲੇ", ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁੱਝ ਲੋਕ "ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ" ਜਾਂ "ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਦੇ ਜ਼ੋਖਮ ਵਿਚਲੇ ਲੋਕ" ਵਰਗੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।
Visa abuse	ਵੀਜ਼ਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸੋਸ਼ਣ	ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵੀਜ਼ਾ ਦਰਜੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡਿਪੋਰਟ (ਦੇਸ਼ ਨਿਕਾਲਾ) ਦੇਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ।

WA.gov.au/familydomesticviolence