

Kung ikaw ay nawawalan ng kontrol sa

Pera

Nawawalan ka ba ng kontrol sa pera?

Kinukuha ba ng iyong partner ang iyong sahod o kita mula sa Centrelink? Ang iyong partner ay maaaring nagbabalik sa iyo ngkaunting pera. Ang iyong partner ay humihingi ng mga detalye kung saan mo ginastos ang pera. Sinasabi ba ng iyong partner na ang bahay ay sa kanya, ang pera ay sa kanya, at ang kotse ay sa kanya?

Saan ka pupunta

Nawawalan ka ba ng kontrol kung saan ka pupunta kabilang ang ang lugar ng iyong pagsamba at trabaho?

Nawawalan ka ba ng kontrol kung kung sino ang maaari mong makita at kausapin,

Sino ang maaari mong makita at kausapin

kabilang ang mga kaibigan, kapamilya at taong pagtitiwalaan mo.

Mga utang

kung ikaw ay nawawalan ng kontrol sa mga utang na kinuha sa iyong pangalan, tulad ng mga utang sa kotse, mga credit card at mga utang sa bahay.

Paano patatakbuhan ang iyong tahanan

kung ikaw ay walang masabi, sinasabihan kung ano ang luluuin, kung magkanong pera ang maaari mong gastusin sa pagkain, sapilitang pinaglilinis lagi, pinipilit na magluto at kumain ng pagkain na hindi mo gustong kainin.

Paggawa ng mga desisyon

hindi pinapayagang magpasiya para sa iyong sarili at sa iyong mga anak. Halimbawa, hindi ka maaaring pumili kung anong damit ang gusto mong isuot o kung paano gagastusin ang iyong pera.

Ang iyong katawan

Nawawalan ng kontrol sa iyong katawan.

walang karapatan upang tumanggi sa seks o mga akto ng seks na hindi mo ikinasisiya o gusto.

Paggalang sa sarili

nawawalan ng respeto sa sarili. Ito ay mawawala sa paglipas ng panahon kung sinasabihan ka na walang silbi ng iyong partner, sinisigawan ka, tinatawag ka ng kung anu-ano, o pinapahiya ka sa lahat ng oras. Maaari ding hinihikayat ng iyong partner ang iyong mga anak, mga kaibigan o kanyang pamilya na gawin ito.

Pakiramdam na ligtas

Sinasabihan ka ba ng iyong partner na ipapadala o ide-deport ka kung hindi mo gagawin ang inuutos sa iyo? Kailangan mong sundin ang sinasabi ng iyong partner dahil siya ang *boss*. Nag-aalala ka bang masaktan kung mali ang sasabihin mo?

O

Ang iyong partner ay pisikal kang sinasaktan, tinitira, sinusuntok, dinuduraan, sinasakal ang iyong leeg o sinasaktan ka sa iba pang mga paraan na nagiging sanhi ng pinsala o pananakit.

Kung ikaw o isang kakilala mo ay dumaranas ng alinman sa mga inilarawan sa itaas, ito ay tinatawag na karahasan sa pamilya at tahanan.

Hindi ito isang bagay na dapat tiisin ng sinuman, lalo na kung mula sa isang tao na dapat ay nagmamahal sa iyo.

Ang kababaihan at kalalakihan ay magkapantay sa Australya at dapat nilang tratuhin ang isa't isa nang may paggalang.

Sa susunod na pahina ay mababasa ang mga ahensya na maaaring makatulong, kasama ang maikling paglalarawan ng tulong, payo o suporta na maaari nilang ialok.