# ਜੀਵਨ ਭਰ ਲਈ ਸਪਾਇਰਲ ਕਾਪੀ

Translated versions of the Lifetime Spiral available at api-gbv.org. January 2002. Revised 2023.

ਕੁੜੀ ਦੇ ਭਰੂਣ ਨੂੰ ਡੇਗਣ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਪਾਰਟਨਰ ਵੱਲੋਂ ਹੱਤਿਆ ਤੱਕ, ਕੁੜੀਆਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਬਾਲਪਨ, ਬਚਪਨ, ਅੱਲ੍ਹੜ-ਉਮਰੇ, ਬਾਲਗਪਣ, ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਜੋਂ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੱਤਿਆਚਾਰਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਈ ਜੀਵਨਕਾਲ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਪੜਾਅ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕਈ ਬਾਅਦ ਦੇ ਪੜਾਵਾਂ ਤੱਕ ਵੀ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

Lifetime Spiral ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਕੁੜੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਸਾਹਮਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹਿੰਸਾ, ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ, ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦਾ ਵਿਸਤਾਰ ਦੇਣ ਦੁਆਰਾ ਪੀੜਤਕਰਨ ਦੀਆਂ ਵੰਨਗੀਆਂ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜੀਵਨ-ਚੱਕਰ ਦੌਰਾਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਤਾਵਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਨੂੰ ਵੀ ਅਸਪੱਸ਼ਟ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਦਾਦੀ ਕਿਸੇ ਛੋਟੀ ਬੱਚੀ ਵਾਸਤੇ ਪੋਸ਼ਕ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਕੋਈ ਭਰਾ ਭੈਣ ਨਾਲ ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਅੱਲ੍ਹੜ ਕੁੜੀ ਦਾ ਯੌਨ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਪਿਤਾ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਵਿਆਹ ਲਈ ਦਬਾਅ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਕਾਲਜ ਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪ੍ਰੇਮ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਜਮਾਤਣ ਦਾ ਬਲਾਤਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਸਹਿ-ਕਰਮਚਾਰੀ ਜਿਨਸੀ ਤੰਗੀ-ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਪਤੀ ਗਰਭਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਕੁੱਟਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਦਿਉਰ- ਜਾਂ ਨਨਾਣ ਪਿੱਛਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਕੋਈ ਪਰਿਵਾਰ ਖਾਮੋਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਸ਼ਰਮਸਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਭਾਈਚਾਰਾ ਸਮਲਿੰਗੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਢ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਸਾਬਕਾ ਬੁਆਏਫ੍ਰੈਂਡ ਕਤਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਰੀਰਕ, ਜਿਨਸੀ, ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ; ਹਿੰਸਾ ਡਰ, ਸ਼ਰਮ, ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਵਾਲੇ ਕੰਟਰੋਲ, ਅਤੇ ਮੁੱਲਹੀਣਤਾ ਦੇ ਮਹੌਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਬਾਬਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਅਕਸਰ ਨਸਲ, ਨਸਲੀ-ਮੂਲ, ਉਮਰ, ਜਿਨਸੀ ਝੁਕਾਓ, ਲਿੰਗੀ ਸ਼ਨਾਖਤ, ਕੀਤੀ ਗਈ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਦੀ ਕਿਸਮ, ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਪੱਧਰ, ਕਲਾਸ ਪੋਜੀਸ਼ਨ, ਅਪੰਗਤਾ, ਅਤੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਸਥਿਤੀ ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਵਾਧੂ ਅੱਤਿਆਚਾਰਾਂ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲਿੰਗੀ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਇਤਿਹਾਸਕ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਬਾਰੇ ਚੇਤੰਨਤਾ ਜਗਾਉਣਾ ਪੀੜਤ ਉੱਤੇ ਦੋਸ਼-ਲਾਉਣ ਨੂੰ ਆੜੇ ਹੱਥੀਂ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਵਕਾਲਤ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਬਚ ਜਾਣ ਵਾਲਿਆਂ (survivors) ਨੂੰ ਸ਼ਕਤੀ-ਸੰਪੰਨ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

apigbv
ASIAN PACIFIC INSTITUTE ON GENDER-BASED VIOLENCE

This publication was funded by a grant from the Department of Health and Human Services (DHHS); Administration for Children and Families; Administration on Children, Youth and Families; Family Violence Division. The viewpoints contained in this publication are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views or policies of the Administration for Children and Families.

500 12th Street, Suite 330, Oakland, CA 94607
415.568.3315 www.api-gbv.org

# Lifetime Spiral of Gender Violence

Translated versions of the Lifetime Spiral in Chinese, Farsi, Korean, Punjabi, Tagalog and Vietnamese available at api-gbv.org. January 2002. Revised 2010.

From the aborting of female fetuses to intimate homicide, girls and women may encounter numerous oppressions during infancy, childhood, adolescence, adulthood, and as elders. Some of these are confined to one stage in the lifecycle, some continue into subsequent stages. Domestic violence is just one amongst many forms of violence against women. It is about more than physical, sexual, economic and emotional battering; it is also about living in a climate of fear. The lives of abused Asian and Pacific Islander women are shadowed by the cultural burdens of shame and devaluation.

By enumerating types of violence over the lifecourse, the Lifetime Spiral implicitly locates a range of abusers in the lives of girls and women, revealing patterns of victimization and perpetration. The Lifetime Spiral is designed to be used by everyone to identify histories of violence in their own lives or in the lives of family and friends. By raising awareness about the historical nature of violence against women and girls, we can begin to diminish victim-blaming.

Gender violence is often experienced in the context of additional oppressions based on race, ethnicity, age, sexual orientation, gender identity, type of labor performed, level of education, class position, disability, and/or immigration or refugee status.

apigbv
ASIAN PACIFIC INSTITUTE ON GENDER-BASED VIOLENCE

This publication was funded by a grant from the Department of Health and Human Services (DHHS); Administration for Children and Families; Administration on Children, Youth and Families; Family Violence Division. The viewpoints contained in this publication are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views or policies of the Administration for Children and Families.

500 12th Street, Suite 330, Oakland, CA 94607
415.568.3315 www.api-gbv.org