



Australian Government

family safe help  
emotions feelings confidential  
children support  
progress

# ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ (ਪਰਿਵਾਰ-ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ)

ਜਿੱਥੇ ਪਰਿਵਾਰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਬਿਹਤਰ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਆਸਟ੍ਰੇਲਿਆਈ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਤਣਾਅਪੂਰਨ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਫੈਮਿਲੀ ਰਿਲੇਸ਼ਨਸ਼ਿਪ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (ਪਰਿਵਾਰਕ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਸਲਾਹ ਸੇਵਾਵਾਂ) ਨੂੰ ਧਨ-ਰਾਸ਼ੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।

## ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਯਾਨੀ ਪਰਿਵਾਰ-ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕੀ ਹੈ?

ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਅਜਿਹੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਦਾ ਨਾਂ ਹੈ ਜੋ ਪਰਿਵਾਰਕ ਕਨੂੰਨ ਅਧਿਨਿਯਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਆਹ, ਵੱਖ ਹੋਣ ਅਤੇ ਤਲਾਕ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਨਾਲ ਨਿੱਜੀ ਜਾਂ ਪਰਸਪਰ ਮੁੱਦਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨਿਭਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਦੁਖ ਪਹੁੰਚਣ ਦੇ ਅਹਿਸਾਸ ਬਾਰੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਰਟਨਰ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ, ਰਹਿਣ ਲਈ ਨਵੀਂ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁੱਦਿਆਂ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਸਮਾਯੋਜਨਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਪਰਿਵਾਰ-ਸੰਬੰਧੀ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਿਉਂ ਲਿਆ ਜਾਵੇ?

ਰਿਸ਼ਤੇ ਨਿਭਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਹਲਕਾ ਜਿਹਾ ਡਾਵਾਂਡੋਲ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਨਾਜ਼ੁਕ ਪੜਾਅ ਤੇ ਹੈ ਪਰ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਮਦਦ ਦੇ ਨਾਲ ਇਸਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ

ਪਟੜੀ ਤੇ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਸ਼ਾਦੀਸ਼ੁਦਾ ਜੋੜਿਆਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਰਾਹਨੁਮਾਈ ਅਤੇ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਕੀਮਤੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਤੇ, ਮਾਂ-ਪਿਓ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕੀ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਰਹੇਗਾ। ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤ ਉਭਰਣਗੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਜਾਂ ਨਿਬੇੜਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵੱਸ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## **ਪਰਿਵਾਰ-ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕੌਣ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ?**

ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ (ਪਰਿਵਾਰ-ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹਕਾਰ) ਸਿਆਣਿਆਂ, ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ, ਜੋੜਿਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਜੋੜੇ ਜਾਂ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰ-ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## **ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?**

ਫੈਮਿਲੀ ਰਿਲੇਸ਼ਨਸ਼ਿਪ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਨੇ ਗਾਹਕਾਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਖਾਸੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਫਿਕਰਮੰਦ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਸਰਵਿਸ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਖਬਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

## **ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਾਪਸ ਇੱਕ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?**

ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜੋੜਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਰਿਸ਼ਤਾ ਟੁੱਟ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਬਦਲਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸਮਝੌਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਮਾਂ-ਪਿਓ ਦੀ, ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਉਹ ਵੱਖ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਾਂਝਾ ਕਰਣਗੇ, ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪਰਿਵਾਰਕ ਕਨੂੰਨ ਅਧਿਨਿਯਮ ਮਾਂ-ਪਿਓ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅਦਾਲਤ ਜਾਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਅਣਬਣ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੀ ਸੁਲਝਾ ਲੈਣ।

ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਜਾਇਦਾਦ ਦੇ ਬਟਵਾਰੇ ਨੂੰ ਲੈਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮਤਭੇਦ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਅਦਾਲਤਾਂ ਅਤੇ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਜਾਣ ਦਾ ਨਿਰਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਪਵੇ। ਅਦਾਲਤ, ਕਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਕਲਿਆਣ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਮਤਭੇਦਾਂ ਨੂੰ ਸੁਲਝਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ/ਡੀ ਪਤੀ/ਪਤਨੀ ਜਾਂ ਪਾਰਟਨਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਦਾ ਹੁਕਮ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ, ਅਦਾਲਤ ਉਦੋਂ ਤਕ ਪਰਵਰਿਸ਼-ਸੰਬੰਧੀ ਕੋਈ ਆਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ ਜਦੋਂ ਤਕ ਤੁਸੀਂ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਵੀ ਹੋਵੇ (ਜਿਵੇਂ ਕੁਝ ਤਾਕੀਦੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ)।

## ਕੀ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਉਪਲਬਧ ਹੈ?

ਹਾਂ, ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਪੂਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਪਰਿਵਾਰਕ ਕਨੂੰਨ ਅਧਿਨਿਯਮ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਤੋਂ ਮਦਦ ਲੈਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਂ-ਪਿਓ ਵੱਖ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਜਾਂ ਤਲਾਕਸ਼ੁਦਾ ਹਨ। ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਖਾਸ ਕੁਸ਼ਲਤਾਵਾਂ ਦਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

## ਮੈਂ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਨਾਲ ਕਦੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਾਂ?

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਤੁਸੀਂ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹੋ, ਕਾਉਂਸਲਰ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਉੰਨੀ ਹੀ ਵੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਵਿਆਹ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਡਿਫੈਕਟੋ ਸੰਬੰਧ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਵੱਖਰੇ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਤਲਾਕ ਹੋਣ ਤੇ ਜਾਂ ਤਦੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਦੁਬਾਰਾ ਵਿਆਹ ਕਰਾਉਂਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਨਾਲ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਆਹ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਦੋਹਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਅਦਾਲਤੀ ਕਾਰਵਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਦੋਹਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ। ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ (ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਲਾਹਕਾਰ) ਆਪਣੇ/ਈ

ਪਤੀ/ਪਤਨੀ ਜਾਂ ਪਾਰਟਨਰ ਨਾਲ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਪਰਵਰਿਸ਼-ਸਬੰਧੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਮਝੌਤਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

## **ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?**

ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ (ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਲਾਹਕਾਰ) ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣੇਗਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਜਵਾਬ ਆਪੇ ਹੀ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

## **ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ?**

ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਹਵਾਲੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਉਸ ਗੱਲ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੇ ਕਿਸ ਪੜਾਅ ਤੇ ਹੋ—ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਹੋ; ਇੱਕ ਮਿਸ਼ਰਤ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ; ਮੇਲ-ਮਿਲਾਪ ਕਰਵਾਉਣ ਜਾਂ ਵੱਖਰੇ ਹੋਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਦੀਸ਼ੁਦਾ ਹੋ ਅਤੇ ਤਲਾਕ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੇਲ-ਮਿਲਾਪ ਕਰਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਵੇਗਾ (ਜਦੋਂ ਤਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ ਕਿ ਮੇਲ-ਮਿਲਾਪ ਦੀ ਕੋਈ ਮੁਨਾਸਿਬ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ)।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵੱਖ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰਵਰਿਸ਼-ਸੰਬੰਧੀ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੋਰਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰਕ ਝਗੜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਲਝਾਉਣ ਸੰਬੰਧੀ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਵੇਗਾ।

## **ਕੀ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਗੁਪਤ ਹੈ?**

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ, ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਸੈਸ਼ਨ (ਸੱਤਰ) ਵਿੱਚ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਕਨੂੰਨ ਅਧਿਨਿਯਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਜੋ ਵੀ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਗੁਪਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ – ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਖਤਰੇ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਾ ਜਾਂ ਅਪਰਾਧ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ। ਫਿਰ ਵੀ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਗੁਪਤਤਾ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਸਪਸ਼ਟ ਤੌਰ ਤੇ ਪੁੱਛ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

## ਇਸਦਾ ਕਿੰਨਾ ਖਰਚਾ ਆਵੇਗਾ?

ਫੈਮਿਲੀ ਰਿਲੇਸ਼ਨਸ਼ਿਪ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਸਰਵਿਸਿਜ਼, ਤੁਹਾਡੀ ਫੀਸ ਭਰਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਤਾ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਫੀਸ ਵਸੂਲਦੀ ਹੈ। ਸਰਵਿਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ ਘੱਟ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਰਥਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਹੇ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਸਰਵਿਸ ਨੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਾਰੇ ਇੰਤਜਾਮ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕੋ।

## ਮੈਂ ਫੈਮਿਲੀ ਕਾਉਂਸਲਰ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਾਂ?

ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਫੈਮਿਲੀ ਰਿਲੇਸ਼ਨਸ਼ਿਪ ਐਡਵਾਈਸ ਲਾਈਨ ਨੂੰ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 8 ਵਜੇ ਤਕ ਅਤੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4 ਵਜੇ ਤਕ (ਨੈਸ਼ਨਲ ਪਬਲਿਕ ਛੁੱਟੀਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ) 1800 050 321 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਫੈਮਿਲੀ ਰਿਲੇਸ਼ਨਸ਼ਿਪ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਆਨਲਾਈਨ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ [www.familyrelationships.gov.au](http://www.familyrelationships.gov.au)