جنسی بدسلوکی سے بچاؤ کے لئے
بچّوں میں صلاحیت پیدا کرنا

بچّوں میں صلاحیت پیدا کرنا اور جنسی بدسلوکی سے بچاؤ

ایک اندازے کے مطابق، پاکستان میں ہر معاشرتی و اقتصادی پس منظر سے تعلق رکھنے والے 15 سے 20 فیصد لڑکوں اور لڑکیوں کو 18 سال کی عمر تک پہنچنے سے پہلے ہی جنسی طور پر ہراساں کئے جانے اور جنسی بدسلوکی سے واسطہ پڑتا ہے (''تلخ حقیقت''، روزن "The Bitter Truth", Rozan)۔ بہت سے واقعات کی شکایت درج نہیں کروائی جاتی یا بعض ایسے واقعات کسی کے علم میں نہیں آتے، لہٰذا یہ تصور کیا جاسکتا ہے کہ ایسے واقعات کی حقیقی تعداد شاید کہیں زیادہ ہے۔ اعداد و شمار خواہ کچھ بھی ہوں یہ بات اب نہایت واضح ہے کہ ابھی تک بچّوں کو جنسی بدسلوکی سے بچانے کے لئے کافی کام نہیں ہو رہا ہے۔ مزید یہ کہ اب بھی بہت سی غلط فہمیوں اور غلط تصورات کی وجہ سے، بہت سے لوگوں میں یہ خیال عام ہے کہ صرف لڑکیوں اور غریب طبقے سے تعلق رکھنے والے بچّوں کے ساتھ ہی جنسی بدسلوکی ہوتی ہے۔

یہ کتابچہ والدین اور دیکھ بھال کرنے والوں کے استعمال کے لئے ترتیب دیا گیا ہے تاکہ وہ اپنے بچّوں سے جنسی بدسلوکی کے بارے میں بات کرسکیں۔ اعداد و شمار اور حقائق پر بہت زیادہ زور دینے کے بجائے، اس کتابچہ کا مقصد والدین اور دیکھ بھال کرنے والوں کو حقیقت پر مبنی طریقہ کار فراہم کرنا ہے تاکہ وہ اپنے بچّوں کو فعال طور پر بتاسکیں کہ اپنے آپ کو جنسی بدسلوکی سے کس طرح بچا سکتے ہیں۔ پیش کئے گئے نقاط اور تجاویز کا مقصد یہ ہے کہ بچّوں سے جنسی بدسلوکی کے موضوع پر زیادہ آسانی سے مؤثر طور پر عملی انداز میں بات کی جاسکے۔ اور یہ کہ والدین کی ایسے موضوع پر بات شروع کرنے کی حوصلہ افزائی کی جائے جہاں احتیاطی تدابیر ہی بچاؤ کا ذریعہ ہیں۔

بچّوں کے ساتھ جنسی بدسلوکی کیا ہے؟

جنسی بدسلوکی کی نمایاں صورتوں میں، جنسی حملہ، اعضاء کو سہلانا اور بچّے کے ساتھ زنا بالجبر کرنا شامل ہیں، تاہم جنسی بدسلوکی میں کسی بھی قسم کے غیر مناسب جنسی مواد سے دوچار کرنا بھی شامل ہے خواہ یہ مواد زبانی ہو یا مناظر کی صورت میں ہو۔ درج ذیل تمام عوامل جنسی بدسلوکی میں شامل ہیں:

- کسی بچّے کے جسم یا اعضاء کو غیر مناسب طریقے سے سہلانا، چھونا یا چومنا۔
- کسی بچّے کے جنسی اعضاء کو سہلانا، چھونا یا چومنا۔
- کسی بچّے کو اُس کے اپنے یا کسی دُوسرے فرد کے جنسی اعضاء کو چھونے کے لئے کہنا۔
- کسی بچّے سے جنسی ملاپ کرنا یا اُسے کسی دُوسرے فرد سے جنسی ملاپ کرنے پر مجبور کرنا۔
- کسی بچّے کو عریاں (بغیر لباس) تصاویر یا عریاں فلم دِکھانا۔
- کسی بچّے کو عریانیت پر مبنی کہانی سُنانا۔
- کسی بچّے کو عریاں تصاویر یا عریاں فلم بنوانے کے لئے کہنا۔
- کسی بچّے کو اپنے کپڑے اُتارنے کے لئے یا کسی دُوسرے فرد کو کپڑے اُتارتے وقت دیکھنے پر مجبور کرنا۔
- کسی بچّے کو اپنے جنسی اعضاء دِکھانا یا جنسی لطف حاصل کرنے کے ارادے سے بچّے کے اعضاء کی ''جھلک'' دیکھنا۔

جنسی بدسلوکی کرنے والا کون ہے؟

بچّوں کے ساتھ ہونے والی جنسی بدسلوکی کے بارے میں بہت سی غلط فہمیاں پائی جاتی ہیں، لیکن شاید سب سے زیادہ عام غلط فہمی یہ ہے کہ بچّوں کے ساتھ جنسی بدسلوکی کرنے والے زیادہ تر اجنبی مَرد ہوتے ہیں۔ درحقیقت، جنسی بدسلوکی کرنے والے مَرد اور عورتیں دونوں ہی عام طور پر جنسی بدسلوکی کے لئے منتخب کئے جانے والے بچّے سے پہلے ہی سے واقفیت یا کوئی تعلق رکھتے ہیں اور اکثر اُنہیں بچّے تک براہ راست رسائی حاصل ہوتی ہے۔ خاندان کے دوست، خاندان کے افراد، گھریلو معاون،

اساتذہ (ٹیچرز) اور پڑوسی سب ہی جنسی بدسلوکی کرنے والے ہوسکتے ہیں۔ درحقیقت، جنسی بدسلوکی کا شکار ہونے والے بچّوں کے 200 خطوط کا تجزیہ کرنے کے بعد روزن نے ایک رپورٹ شائع کی ہے جس کے مطابق جنسی بدسلوکی کرنے والوں میں سے 49 فیصد رشتہ دار تھے، 43 فیصد واقف کاروں میں سے تھے (جن میں سب سے زیادہ شرح گھریلو معاونین کی تھی)، اور صرف 7 فیصد کی تعداد اجنبی افرد کی تھی۔

جنسی بدسلوکی کرنے والوں کی اکثریت ایسے افراد کی ہوتی ہے جن پر اعتماد کیا جاتا ہے، یہی وجہ ہے کہ اکثر اوقات اُن کے افعال علم میں نہیں آتے۔ مزید یہ کہ جنسی بد سلوکی کرنے والے اکثر لوگ اپنے شِکار بچّوں کی ناواقفیت/ سادگی سے فائدہ اُٹھاتے ہیں اور اپنے افعال کو راز میں رکھنے کے لئے، جسمانی قوت استعمال کرنے کے بجائے، اپنے تعلقات کو بنیاد بناتے ہیں۔ جنسی بدسلوکی کرنے والے افراد ایسا طرزِ عمل اپناتے ہیں کہ وہ بچّوں سے قریب ہوجائیں اور وہ بچّوں کو تحفے دے کر اور اُن کی تعریف کرکے بچّوں کا اعتماد حاصل کرتے ہیں۔ اُن میں سے بعض بچّے کے گھر کے افراد کے ساتھ بھی قریبی تعلقات قائم کرلیتے ہیں تاکہ آخر کار اُنہیں بچّے کے ساتھ تنہائی کا وقت بھی مِل جائے۔

ایک بار بچّے تک رسائی حاصل ہوجانے کے بعد، جنسی بدسلوکی کرنے والے حدود کو آہستہ آہستہ پار کرنا شروع کردیتے ہیں۔ بعض اوقات اتفاقیہ طور پر چُھو جانے کی صورت میں، جنسی نوعیت کے مذاق کرنے یا بچّے کو مختلف مواقع پر لِپٹانے یا چُومنے کی صورت میں۔ وقت گزرنے کے ساتھ بچّہ جنسی بدسلوکی کرنے والے سے مانوس ہو جاتا ہے اور اُس کی جانب سے چُھوئے جانے یا الفاظ پر بچّے کی حساسیت کم ہوجاتی ہے۔ اگر پرائیویٹ مقامات پر ملاقات کے مواقع جاری رہیں تو جنسی بدسلوکی کرنے والے/ والی اپنے افعال میں قُربت بڑھا دیتے ہیں۔ جنسی بدسلوکی کرنے والے ایسے طریقے اختیار کرتے ہیں جن کے ذریعے یہ یقین ہوجائے کہ بچّے اپنے ساتھ ہونے والے معاملات کسی کو نہ بتائیں۔ ان میں سے بعض براہ راست جارحیت (قوت کا استعمال) اختیار کرتے ہیں اور بچّے سے کہتے ہیں کہ اگر اُس نے کسی کو بتایا تو اُسے یا اُس کے گھر والوں کو نقصان پہنچا دیا جائے گا جب کہ بعض ایسے افراد بچّوں کو ندامت یا شرمندگی کا احساس دِلاتے ہیں یا اُنہیں اِس بات پر راضی کرلیتے ہیں کہ اِس تعلق کو راز میں رکھا جائے۔ تمام صورتوں میں، جنسی بدسلوکی کرنے والے، شِکار بنائے جانے والے بچّوں کے بارے میں کوئی نہ کوئی مخصوص طرزِ عمل اپناتے ہیں، اور اِس تعلق کو جاری رکھنے کے لئے طریقے اختیار کرتے ہیں اور یہ کہ بچّے کے ساتھ ہونے والی جنسی بدسلوکی کو راز میں رکھا جائے گا۔

کیا جنسی بدسلوکی کو روکا جاسکتا ہے؟

کیا جنسی بدسلوکی کو روکا جاسکتا ہے؟ اِس سوال کا سادہ جواب یہ ہے کہ: ''ہاں، بعض صورتوں میں''۔ اگرچہ بچّے کو جنسی بدسلوکی سے محفوظ رکھنے کوئی یقینی طریقہ دستیاب نہیں ہے تاہم ایسے اقدامات کئے جاسکتے ہیں جن کے ذریعے جنسی بدسلوکی ہونے کے اِمکانات کو کم کیا جاسکتا ہے اور یہ کہ جنسی بدسلوکی جاری نہ رہ سکے۔ والدین اور دیکھ بھال کرنے والے ہر وقت اپنے بچّوں کے ساتھ موجود نہیں رہ سکتے، لہٰذا بچّوں میں اپنی حفاظت کے لئے مطلوبہ صلاحیتیں پیدا کی جانی چاہئیں۔ اِس نقطۂ نظر سے پریشان ہونے کے بجائے، والدین اپنے عِلم سے فائدہ اُٹھا سکتے ہیں اور بچّوں کو کم عمری سے اپنی جسمانی حفاظت کے لئے تیار کرسکتے ہیں۔

روایتی طور پر سب سے زیادہ عام طریقہ خوف کا استعمال ہے تاکہ بچّے بات سُننے اور ہدایات پر عمل کرنے کے تیار ہوجائیں۔ مثال کے طور پر، والدین اپنے بچّوں کو ''اجنبی افراد سے خطرہ'' کے بارے میں بتاتے ہیں۔ یعنی اگر وہ کسی اجنبی سے بات کریں گے یا اُس کے ساتھ کہیں جائیں گے تو اُنہیں جسمانی طور پر نقصان پہنچ سکتا ہے۔ جیسا کہ پہلے بیان ہو چکا ہے کہ جنسی طور پر بدسلوکی کرنے والوں میں سے زیادہ تر افراد اور متعلقہ بچّے کے درمیان پہلے سے واقفیت ہوتی ہے۔ کیوں کہ بچّوں کو صِرف ''اجنبی افراد'' سے محتاط رہنے کے لئے بتایا جاتا ہے، لہٰذا واقف کار افراد سے خود کو بچانے کے لئے بچّوں میں مطلوبہ صلاحیتیں لازمی طور پر نہیں پائی جاتیں۔ لہٰذا اپنے بچّوں کے لئے مدد اور معاونت کا عمل شروع کرنے سے پہلے والدین کے لئے ضروری ہے کہ وہ خود جنسی بدسلوکی اور اِس سے بچاؤ کے موضوع پر ضروری معلومات

حاصل کریں۔

جنسی بدسلوکی کے بارے میں بات کرنا

عام طور پر تین سال کی عمر سے بچہ حفاظت کے تصورات کو سمجھنے لگتا ہے اور یہ بچوں سے جنسی بدسلوکی کے بارے میں بات کرنے کے لئے مناسب عمر ہوتی ہے۔ بعض والدین کو یہ فکر ہوتی ہے کہ جنسی بدسلوکی کے بارے میں بات کرنے سے اُن کے بچوں میں بالغ افراد کا خوف پیدا ہو جائے گا اور اُن میں دُوسروں پر اعتماد کرنے کی صلاحیت یا اُن کی معصومیت ختم ہو جائے گی۔ تاہم بچوں سے اس طرح بات کرنے سے اُنہیں معاملات پر کنٹرول ہونے کا احساس ہو، والدین درحقیقت اُن میں مطلوبہ صلاحیت پیدا کرتے ہیں۔ اس طرح بچے خود کو کمزور اور مجبور سمجھنے کے بجائے زیادہ بااعتماد اور باصلاحیت محسوس کرتے ہیں۔ بنیادی خیال یہ ہے کہ جنسی بدسلوکی سے بچاؤ کو کسی بھی دُوسرے حفاظتی طریقے کی طرح سمجھنا چاہئے اور اس عمل کو آسان اور واضح رکھا جائے۔

آغاز: بنیادی باتیں (عمر 3 سے 5 سال)

بچوں سے بات کا آغاز اُنہیں اُن کے جسم سے مانوس کرنے کے ذریعے کیجئے۔ بہترین طریقہ یہ ہے کہ جسم کے اعضاء کے حقیقی ناموں سے بچوں کو آگاہ کیا جائے تا کہ بچوں میں اپنے جسم کے متعلق صحت منداور قابلِ احترام تصور قائم ہو، تاہم اگر والدین کو یہ صورت حال مشکل معلوم ہوتی ہو تو جنسی اعضاء کے دُوسرے نام استعمال کئے جاسکتے ہیں، بشرطیکہ یہ نام توہین آمیز/طنزیہ اور منفی نہ ہوں۔ جنسی اعضاء یا جسم کے دیگر پوشیدہ حصوں کے نام معلوم ہو جانے کے بعد بچے اپنے مسائل کے بارے میں زیادہ مؤثر طور پر بات کرسکیں گے۔

- بعض بچوں کو اپنے جسم کے تمام حصوں کے بارے میں یکساں دلچسپی اور تجسس ہوتا ہے۔ وہ اپنی ناک اور آنکھوں کے بارے میں سوال کریں گے اور جنسی اعضاء کے بارے میں بھی۔ اُن کے سوالات کے جوابات نہ دینے سے یا تجسس کی بنا پر اپنے جنسی اعضاء کو چُھونے پر اُنہیں شرمندہ کرنے سے، اُن میں جسم کے پوشیدہ حصوں کے بارے میں منفی یا شرمندگی کے احساسات پیدا ہو جائیں گے۔ آگے چل کر ان احساسات کی وجہ سے ایسے بچے اپنے ساتھ ہونے والی جنسی بدسلوکی پر بات نہیں کریں گے، کیوں کہ وہ اس موضوع پر بات کرنے سے مطمئن نہیں ہوتے۔

- والدین کو یہ فکر ہوتی ہے کہ اپنے بچوں کے ساتھ، جسم کے پوشیدہ اعضاء کے لئے بولے جانے والے نام دُوسروں کی موجودگی میں بھی دُہرائے جاسکتے ہیں اور معاشرتی طور پر شرمندگی/مشکل صورت حال پیدا ہوسکتی ہے۔ اگر چہ بچوں کے رویے کی پیش گوئی نہیں کی جاسکتی تاہم اُن میں یہ صلاحیت ہوتی ہے کہ وہ عام معلومات اور ذاتی معلومات کے درمیان فرق کو سمجھ سکیں۔ حساس موضوعات پر بات کرتے وقت والدین کو اپنے بچوں کو بتا دینا چاہئے کہ ان معلومات کو دُوسروں کی موجودگی میں نہ دُہرایا جائے۔ اگر چہ اس میں شرمندگی کی کوئی بات نہیں تاہم ان موضوعات پر اُن کے ساتھ ذاتی ماحول میں بات کی جائے۔

جسم کے حصوں کے نام بتاتے وقت یہ بات اہم ہے کہ والدین جسم کے پوشیدہ حصوں کے بارے میں بھی آگاہ کریں۔ اور بچوں کو واضح طور پر بتادیں کہ پُورا جسم خاص ہے اور اُن ہی کا ہے، جسے کسی دُوسرے کو اُن کی مرضی کے بغیر چُھونے کا حق حاصل نہیں ہے۔ بنیادی خیال یہ ہے کہ بچوں میں یہ احساس پیدا کیا جائے کہ وہ اِس جسم کے مالک ہیں، اِس طرح اُن میں بااختیار ہونے احساس پیدا ہوتا ہے۔

- والدین بچّوں کو جسم کے پوشیدہ حصوں کے بارے میں آسانی سے بتا سکتے ہیں کیوں کہ اِن حصوں یا اعضاء کو صرف کوئی قابلِ اعتماد فرد ہی بچّے کو غسل کروانے کے دوران یا کپڑے تبدیل کرواتے وقت چُھو سکتا ہے۔ یا ڈاکٹر معائنہ کے دوران، ضرورت پڑنے پر اِن اعضاء کو چُھو سکتا ہے۔

- قدرے زیادہ عمر کے بچّوں کو والدین یہ بھی بتا سکتے ہیں کہ اُنہیں جسم کے پوشیدہ حصوں پر دُوسروں کے سامنے کپڑے پہننا ہوتے ہیں کیوں کہ یہ اُن کے ذاتی اعضاء ہوتے ہیں جنہیں کسی دُوسرے فرد کو دیکھنے یا چُھونے کا حق نہیں ہوتا۔ کوئی بالغ فرد کسی بچّے کے پوشیدہ اعضاء کو صحت اور صفائی کے مقصد کے علاوہ نہیں چُھو سکتا۔

جسم کو چُھونے کے بارے میں بات کرنا (عمر 5 سے 9 سال)

جب بچّے اپنے جسم کے پوشیدہ اعضاء کے بارے میں آگاہ ہو جائیں اور اُن میں اپنے جسم کا مالک ہونے کا احساس پیدا ہو جائے تو یہ بات اہم ہے کہ والدین جنسی بد سلوکی سے بچنے کے بارے میں بچّوں سے زیادہ ٹھوس انداز میں بات کریں اور مثالوں کے ذریعے واضح ہدایات دیں۔ بچّوں سے ہمیشہ محفوظ اور پُرسکون ماحول میں غیر روایتی انداز سے بات کی جائے۔ مثال کے طور پر، بچّوں سے روزمرّہ کی سرگرمیوں کے دوارن مثلاً کھیل، غسل، رنگ بھرنے یا گھریلو کام کاج میں مدد کے دوران بات کی جا سکتی ہے۔

- بچّوں سے، جنسی بدسلوکی پر ٹھوس انداز میں بات کرنے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ اُنہیں ''اچھے'' اور ''بُرے'' لمس (چُھونا) کے بارے میں بتایا جائے۔ تمام بات چیت میں مثالیں دی جائیں تا کہ وہ بیان کردہ لمس (چُھوئے جانے) اور اس کے نتیجے میں پیدا ہونے والے احساسات کے درمیان تعلق قائم کر سکیں۔

- مثال کے طور پر، اچھا لمس وہ ہوتا ہے جس سے ہمیں خوشی، پیار اور سکون کا احساس ہو۔ مثلاً والدین کی جانب سے لپٹانا، یا استاد کی جانب سے حوصلہ افزائی کے طور پر پیٹھ پر تھپکی دینا۔

- بُرے لمس وہ ہوتے ہیں جن کی وجہ سے ہمیں یا تو جسمانی نقصان پہنچتا ہے یا کسی نہ کسی طرح بے چینی محسوس ہوتی ہے۔ اگر کوئی شخص ہمیں مارتا ہے، دھکیلتا ہے، یا بے سکونی کی حد تک گدگداتا ہے تو یہ سب بُرے لمس ہوتے ہیں۔ اچھے لمس (چُھونا) کی طرح بچّوں کو لمس اور اس سے پیدا ہونے والے احساسات کے درمیان تعلق کو قائم کرنے میں مدد دیجئے۔ خیال رکھئے کہ صِرف جسمانی نقصان کی مثالیں استعمال نہ کی جائیں کیوں کہ اِس طرح بچّے یہ سمجھنے لگتے ہیں کہ بُرے لمس (چُھونا) صِرف وہ ہوتے ہیں جن کی وجہ سے جسمانی درد ہوتا ہے (ایسا ہمیشہ نہیں ہوتا، جنسی بدسلوکی کی صورت میں یہ عام بات ہے کہ جسمانی نقصان نہیں ہوتا)۔

- ایک بار اچھے لمس کے ساتھ مثبت اور بُرے لمس کے ساتھ منفی احساسات طے ہو جانے کے بعد، والدین بچّوں کو یہ بتا سکتے ہیں کہ اگر کسی شخص کی جانب سے ہمارے پوشیدہ اعضاء کو یا جسم کے کسی اور حصّے کو چُھونے سے بے سکونی پیدا ہوتی ہے تو اِس لمس کا شُمار بھی بُرے لمس میں ہوگا۔

- بچّے، خاص طور پر 7 سال سے کم عمر، یہ بات مشکل سے سمجھتے ہیں کہ جسمانی درد نہ پہنچانے والا لمس کس طرح نقصان دہ لمس ثابت ہو سکتا ہے۔ یہی وجہ کہ والدین لازمی طور پر موضوع سے متعلق مخصوص انداز اختیار کریں مثلاً اُن اعضاء کا نام بتایا جائے جنہیں کسی شخص کو چُھونا نہیں چاہئے یا اُن افراد کی نِشان دہی کی جائے جو بچّے کو چُھو سکتے ہیں۔

- اگر والدین کافی اعتماد رکھتے ہوں تو وہ اِس بات کو بچّوں کے لئے ایک کہانی کی صورت میں بیان کر سکتے ہیں تا کہ اُنہیں معلوم ہو جائے کہ اچھے اور بُرے لمس کے نتیجے میں کیا محسوس ہوتا ہے۔ کہانیوں کو بعد میں پیش آنے والی صورتوں میں آسانی سے دُہرایا جا سکتا ہے۔ مثلاً دیکھ بھال کرنے والا ہمیشہ یہ کہہ سکتا

ہے کہ ''یاد ہے اُس کہانی میں کیا ہُوا تھا.....''

- اِسی طرح تمثیل کاری (role play) کا طریقہ بھی بچّوں کے لئے بہت اچھا رہتا ہے کیوں کہ اِس کے ذریعے اُنہیں بعد میں پیش آنے والے واقعات میں تعلق قائم کرنے کے لئے بنیاد فراہم ہوتی ہے۔ والدین حقیقی زندگی سے مثالیں لے کر بچّوں کو سمجھانے کی کوشش کر سکتے ہیں تاکہ بچّے یہ سمجھ سکیں کہ جنسی بدسلوکی کرنے والے کس طرح غیر محسوس طریقے اور انداز اختیار کرتے ہیں۔ ایسی صورت حال میں والدین کچھ سوالات اُٹھا سکتے ہیں مثلاً ''اگر کوئی شخص یہ کہے کہ اِس بات کو کسی سے نہیں کہنا، تو آپ کیا کریں گے؟'' اگر پہلے سے آئندہ پیش آنے والی صورتوں پر تبادلہ خیال کر لیا جائے تو، اس بات کا اِمکان بڑھ جاتا ہے کہ بچّے ہدایات پر عمل کریں گے اور اپنی حفاظت کر سکیں گے۔

فیصلہ کرنے کی صلاحیت پیدا کرنا (عمر 4 سال اور اِس سے زائد)

چار سال کی عمر سے بچّوں میں ایک قسم کا خودمختاری کا احساس پیدا ہو جاتا ہے اور وہ وقتاً فوقتاً اپنے فیصلے خود کرنا چاہتے ہیں۔ والدین بچّوں میں، روزمرّہ کی سرگرمیوں پر خُوب غور شُدہ فیصلے کرنے میں مدد دینے کے ذریعے اُن میں تجزیاتی سوچ (analytical thinking) کی صلاحیت پیدا کرنے کی حوصلہ افزائی کر سکتے ہیں۔ اگرچہ اپنی حفاظت کا یہ پہلو زیادہ لطیف اور بالواسطہ ہے تاہم والدین کے لئے یہ جاننا ضروری ہے کہ اگر بچّے ممکنہ صورت حال پر خُوب غور شُدہ فیصلے کرنے کے قابل ہوں تو وہ بہت سی نقصان دہ صورتوں سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔ مثال کے طور پر، جنسی بدسلوکی کی صورت میں، جنسی بدسلوکی کرنے والے افراد اکثر شِکار ہونے والے بچّے کو یہ معاملہ راز میں رکھنے کے لئے کہتے ہیں اور کسی کو بتانے سے منع کرتے ہیں۔ ایک بچّہ جس میں زیادہ باصلاحیت فیصلہ کرنے کی زیادہ صلاحیت ہو وہ اِس نتیجے پر بہتر طور پر پہنچ سکتا ہے کہ اِس بات کو راز میں نہ رکھنا اور کسی قابلِ اعتماد بالغ فرد کو بتا دینا زیادہ محفوظ فیصلہ ہے (بشرطیکہ متعلقہ بچّے کو پہلے سے اِس تصور سے روشناس کروا دیا گیا ہو کہ معاملات کو راز میں نہ رکھا جائے)۔

- بچّوں میں اچھے فیصلے کرنے کی صلاحیت پیدا کرنے میں مدد دینا ایک وقت طلب عمل ہے۔ یہ صلاحیت عمر اور ذہنی نشوونما کے ساتھ بہتر ہوتی جاتی ہے۔ البتّہ، دَو سال کی عمر کا بچّہ بھی بعض فیصلے کرنا چاہتا ہے، مثلاً کس چیز سے کھیلا جائے؛ کیا کھایا جائے؛ یا کیا پہنا جائے وغیرہ۔
- والدین بچّوں کو اچھے فیصلوں کے بارے میں سیکھنے میں اِس طرح مدد کر سکتے ہیں کہ اُنہیں بعض فیصلے خود کرنے دیئے جائیں۔ اور صرف ہدایات دینے یا ہر صورت میں اُن کے لئے فیصلے کرنے کے بجائے، اُن کی مدد معلومات اور راہ نمائی کے ذریعے کی جائے۔
- مثال کے طور پر، اگر کوئی بچّہ کسی ایسی چیز سے کھیلنے پر اصرار کرتا ہے جو انتہائی خطرناک تو نہیں لیکن اس سے اُسے نقصان پہنچ سکتا ہے تو والدین اُسے ممکنہ نقصان کے بارے میں بتا کر اِس کھیل سے روک سکتے ہیں۔ مقصد یہ ہے کہ بچّوں کو یہ بتانے کی کوشش کی جائے کہ وہ ازخود یہ سمجھ لیں کہ یہ سرگرمی اُن کے لئے نقصان کا سبب بن سکتی ہے، لہٰذا اُنہیں یہ سرگرمی فوری طور پر روک دینا چاہئے۔ اِن صلاحیتوں کا استعمال بہت سی روزمرّہ کی سرگرمیوں میں کیا جا سکتا ہے، مثلاً یہ فیصلہ کرنا کہ کیا پہنا جائے (''اگر تم کوئی گرم کپڑا نہیں پہنو گے تو شاید تم بیمار ہو جاؤ گے'')۔ ایک بار پھر بنیادی خیال یہ ہے کہ بچّے کو دُرست فیصلے کی دلیل بتائی جائے کہ بصورتِ دیگر کیا نقصانات ہوں گے۔
- اگرچہ والدین کے لئے یہ عمل مشکل ثابت ہو سکتا ہے کیوں کہ بچّے اپنے فیصلوں پر ضد کر سکتے ہیں، تاہم وقت گزرنے کے ساتھ وہ فیصلوں اور اُن کے نتائج کے درمیان تعلق سمجھنے لگتے ہیں اور اُن میں تجزیاتی سوچ پیدا ہونے لگتی ہے۔ اگر بچّے نتائج سے قطع نظر، ہر وقت ہدایات سُننے کے عادی ہوں تو ایسی صورت میں جب کوئی بدسلوکی کرنے والا ہدایات دیتا ہے تو اِن پر عمل کرنے کے اِمکانات زیادہ ہو جاتے ہیں۔

بچاؤ کے لئے بات چیت کی صلاحیتیں پیدا کرنا

سات سال سے کم عمر کے چھوٹے بچوں کو یہ بات سمجھنے میں بڑی دِقّت پیش آتی ہے کہ ہر ایک پر اعتماد نہیں کیا جا سکتا، خاص طور پر جب وہ کوئی قریبی فرد ہو یا رشتہ دار ہو۔ جنسی بدسلوکی کی صورت میں بچوں پر شدید جذباتی اور ذہنی منفی اثرات ہونے کا ایک سبب یہ ہوتا ہے کہ اُن کے ساتھ دھوکہ کرنے والے اکثر وہی لوگ ہوتے ہیں جن کا وہ بہت خیال رکھتے تھے اور جن پر وہ اعتماد کرتے تھے۔ بچوں کا جنسی بدسلوکی کرنے والوں کے ساتھ اکثر و بیشتر جذباتی طور پر ملوث ہونے کی وجہ سے یہ لازم ہو جاتا ہے کہ دیکھ بھال کرنے والوں اور بچوں کے درمیان زیادہ قریبی بات چیت کا عمل ہو، تاکہ بدسلوکی کی کسی بھی صورت میں وہ کسی سے آسانی سے بات کر سکیں۔

- بچوں کی حوصلہ افزائی کی جانی چاہئے کہ وہ قابلِ اعتماد بالغ افراد کو اپنی پریشانی کے بارے میں بتائیں خواہ اس بات سے اُنہیں ڈر یا جبر محسوس ہوتا ہو۔
- بچوں کو بتایا جائے کہ غلط صورت حال کو چُھپانے سے منفی نتائج پیدا ہوتے ہیں، جب کہ بدسلوکی کرنے والے، بچوں کو اکثر معاملے کو دیکھ بھال کرنے والوں سے راز میں رکھنے کے لئے کہتے ہیں۔
- والدین کو جاننا چاہئے کہ کُھلی بات چیت ایک دوطرفہ عمل ہے اور بچے قابلِ رسائی، صاف گو اور حقیقت پسند بالغ افراد سے مثبت طور پر پیش آتے ہیں۔

بچوں کو اکثر اوقات اپنے احساسات پر بھروسہ کرنے کے لئے حوصلہ افزائی کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ صلاحیت خود اعتمادی سے بھی حاصل ہوتی ہے۔ اکثر صورتوں میں جب بچوں کے ساتھ بدسلوکی یا اُن کے ساتھ بُرا سلوک ہو رہا ہو تو اُنہیں ایک قسم کی خرابی کا احساس ہوتا ہے لیکن وہ خوف یا تشویش کی وجہ سے اِس پر عمل نہیں کرتے کہ بالغ افراد سے کوئی سوال نہیں کرتے کیوں کہ وہ سمجھتے ہیں کہ بالغ افراد اُن کے مقابلے میں بہتر جانتے ہیں۔ والدین اپنے بچوں کو اُن کے اندرونی احساسات پر اعتماد کرنے کی حوصلہ افزائی کر سکتے ہیں، کیوں کہ یہ احساسات کسی خرابی کی نشان دہی کرتے ہیں۔

- بہت چھوٹے بچوں کے لئے، جن کے لئے شاید مشکل الفاظ کو سمجھنا آسان نہیں ہوتا ہے، ایسی صورت میں والدین اندرونی احساسات کو مثالوں کے ذریعے سمجھا سکتے ہیں۔ اِس طرح بچے اپنے پیٹ میں مروڑ (اینٹھن) ہونے کے احساس کو حوصلہ کی کمی یا خوف سے جوڑ سکیں گے۔
- جب بچوں کے ساتھ خراب سلوک ہوتا ہے تو اکثر اوقات اُنہیں گھبراہٹ محسوس ہوتی ہے۔ والدین بچوں کو یہ بتائیں کہ اِن احساسات کا مقصد عام طور پر کسی پریشانی یا خوف کی نشان دہی کرنا ہوتا ہے تاکہ بچے ان احساسات کو بہتر طور پر سمجھ سکیں۔ اور یہ کہ بچوں کو اپنے احساسات پر اعتماد کرنا چاہئے اور کسی بالغ سے اپنی تشویش کے بارے میں بات کرنا چاہئے۔
- دیکھ بھال کرنے والوں کے لئے یہ بات یاد رکھنا اہم ہے کہ بچوں کے لئے جنسی بدسلوکی بڑی اُلجھن کا سبب ہو سکتی ہے کیوں کہ اِس کے ذریعے خوف اور بے چینی کے احساسات پیدا ہو سکتے ہیں، اِس کے ذریعے بچوں میں پسند کئے جانے، خیال کئے جانے اور خوشی کے احساسات بھی پیدا ہو سکتے ہیں۔ لہٰذا یہ ضروری ہے کہ بچوں کی حوصلہ افزائی کی جائے کہ جب کبھی وہ بے چینی محسوس کریں تو کسی سے اِس کا ذکر کریں خواہ دِیگر مِلے جُلے احساسات بھی موجود ہوں۔

بچے بہت جلد ''نہیں'' کہنا سیکھ جاتے ہیں اور اکثر اِس لفظ کو استعمال کرتے ہیں، اور یہ بات والدین کو پسند نہیں ہوتی۔ البتہ ''نہیں'' کا لفظ بچوں کے لئے بڑا قوی اور حفاظت کا ذریعہ بن سکتا ہے، اگر اُنہیں اِس لفظ کو مؤثر طور پر استعمال کرنا سکھا دِیا جائے۔ تحقیق سے ثابت ہُوا ہے کہ بدسلوکی کرنے والے، شرمیلے، غیر محفوظ اور سادہ طبیعت والے بچوں کو اپنا نِشانہ بناتے ہیں کیوں کہ اِس بات کا اِمکان کم ہوتا ہے کہ ایسے بچے اپنے ساتھ ہونے والے واقعات کسی کو بتائیں گے۔ لہٰذا، بدسلوکی کرنے والوں کے لئے، اپنے ساتھ ہونے والے خراب سلوک سے آگاہ بچے ایک مؤثر رُکاوٹ ثابت ہوتے ہیں جو بدسلوکی کرنے والوں کو اُن کے افعال سے رُک جانے کے لئے کہہ سکیں۔ والدین کو بچوں کی حوصلہ افزائی کرنا چاہئے کہ جب کبھی وہ بے چینی محسوس کریں یا کوئی اُن کے پوشیدہ اعضاء کو نامناسب طور پر چُھوئے تو ''نہیں''

کہہ دینا ایک دُرست ردّعمل ہے۔

- ایک بار پھر تمثیل کاری اور مخصوص ہدایات بچاؤ کے اِس عمل میں معاون ثابت ہوسکتی ہیں۔ کسی کی جانب سے چُھوئے جانے پر منع کرنا ایک ایسی صلاحیت ہے جسے حقیقی زندگی میں وقت آنے سے پہلے بار بار دُہرا کر پختہ کرلیا جائے۔

- بچّوں کو مئوثر طور پر ''نہیں'' کہنا سکھانے کے لئے والدین کو مستقل مزاجی کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر کوئی رِشتہ دار شخص یا فیملی کا کوئی دوست بچّوں کے ساتھ ناپسندیدہ سلوک کرتا ہے تو اُنہیں (بچّوں کو) اِس قابل ہونا چاہیئے کہ وہ کہہ سکیں کہ اُنہیں چُھوما یا لپٹایا نہ جائے ورنہ اُن کے والدین کی جانب سے ایسا سلوک کرنے والوں کو سزا ملے گی یا اُن کی ناراضگی کا سامنا کرنا ہوگا۔

- اگر والدین یا بڑوں کی جانب سے مستقل مزاجی کا روّیہ سامنے نہ آئے تو بچّے اُلجھن کا شِکار ہوسکتے ہیں۔ اگر وہ کسی واقف کار بالغ فرد کی جانب سے بدسلوکی سے دَوچار ہوتے ہیں تو وہ ''نہیں'' کہنے کے نتائج سے بہت زیادہ خوف زدہ ہوسکتے ہیں۔

ہر بات سے بڑھ کر، والدین کو بچّوں سے بات چیت کے دوران یہ سمجھنا چاہیئے کہ اگر کبھی اُن کے ساتھ غلط روّیہ اختیار کیا جائے تو اِس میں بچّوں کا کوئی قصور نہیں ہوتا اور یہ کہ بچّے کسی دُوسرے فرد کے کسی فعل کے ذمّہ دار نہیں ہوتے۔ بچّے اپنے ساتھ ہونے والی بدسلوکی کے نتیجے میں بہت زیادہ احساسِ جرم اور اُلجھن محسوس کرسکتے ہیں کہ اُنہوں نے کسی کو کیوں نہیں بتایا یا بعض اوقات جنسی بدسلوکی کرنے والے سے قائم تعلقات سے کیوں لطف اُٹھایا۔ بہر حال بچّوں کے ساتھ ہونے والی جنسی بدسلوکی کسی کا قصور نہیں ہوتا بلکہ قصوروار جنسی بدسلوکی کرنے والا ہی ہوتا ہے۔

والدین کے لئے بچاؤ کے طریقے

بچّوں میں اپنی حفاظت کی صلاحیت پیدا کرنا اہم ہے، البتہ بعض صورتوں میں بچّے کسی ایسے بالغ فرد سے نہیں نمٹ سکتے جو زیادہ جسمانی قوت، ذہنی صلاحیت رکھتا ہو، اور ملوّث کرنے کے طریقے استعمال کرتا ہو۔ مزید یہ کہ، جیسا کہ پہلے بیان کیا جاچکا ہے کہ، بعض بچّے بدسلوکی کرنے والے کی جانب سے حاصل ہونے والی توجّہ سے خوش ہوتے ہیں اور اِس طرح اُن کی جانب سے واقعے کی اطلاع دیئے جانے کا امکان کم ہوجاتا ہے۔ بچّوں میں صلاحیتیں پیدا کرنے کے علاوہ والدین بچاؤ کے لئے کچھ اور طریقے بھی استعمال کرسکتے ہیں:

- **بچّے کا کسی بالغ کے ساتھ تنہائی میں گزرنے والے وقت کو کم کیجئے۔** زیادہ تر بدسلوکی ایسی صورتوں میں ہوتی ہے جب کسی بالغ فرد کو بچّے کے ساتھ تنہائی میسّر آجائے۔ بہتر بات یہ ہے کہ جب آپ نگرانی کے لئے موجود نہیں ہوسکتے تو بچّہ زیادہ سے زیادہ سرگرمیاں اجتماعی طور پر کرتا ہو، خواہ اِسکول جانا ہو یا یہ غیر نصابی سرگرمیاں ہوں۔ بعض صورتوں میں جب بچّوں کو بالغ فرد کے ساتھ تنہا چھوڑا جائے، مثلاً اُستاد، مولوی یا دِیگر دیکھ بھال کرنے والے کے ساتھ، تو وقتاً فوقتاً اُنکے درمیان ہونے والے معاملات کا غیر متوقع طور پر جائزہ لیا جائے۔

- **اپنے بچّے کے مزاج پر توجّہ دیجئے کہ اِس میں کسی خاص فرد کو دیکھ کر تبدیلی آتی ہے۔** اگر کسی مخصوص بالغ فرد سے بچّہ بے چینی محسوس کرتا ہے تو اِس کے پیچھے اکثر اوقات کوئی نہ کوئی سبب ہوتا ہے۔

- اگر کسی مخصوص بالغ فرد کی آپ کے بچّے کے قریب موجودگی سے بے سکونی پیدا ہوتی ہے تو آخر میں بچاؤ کا ایک بہترین طریقہ یہ ہے کہ اپنے احساسات پر اعتماد کیجئے اور اِن کے مطابق عمل کیجئے۔

جنسی بدسلوکی کی مشکوک صورتیں

بدقسمتی سے احتیاطی تدابیر ہمیشہ کامیاب نہیں ہوتیں، جس کے معنیٰ یہ ہیں کہ دیکھ بھال کرنے والوں کو بدسلوکی کی علامات سے بھی آگاہ ہونا چاہئے تاکہ اگر بچّے کے ساتھ نامناسب سلوک ہو رہا ہو اور وہ کسی کو بتا نہیں پا رہا ہو تو اِس کا اِشارہ مِل جائے۔ **جنسی بدسلوکی ہونے کی اکثر صورتوں میں واضح علامات نہیں پائی جاتیں کیوں جذباتی علامتوں کے مقابلے میں جسمانی علامتیں بہت کم ہوتی ہیں۔** البتہ جن بچّوں کے ساتھ فی الوقت جنسی بدسلوکی ہو رہی ہے یا جن کے ساتھ ہو چکی ہے، اکثر اوقات مخصوص علامات ظاہر کرتے ہیں جن کو دیکھ بھال کرنے والوں کو ذہن میں رکھنا چاہئے:

- خود احترامی، خود اعتمادی یا اپنے جسم کے بارے میں اچھے تصور میں کمی۔
- مخصوص بالغ افراد یا مخصوص مقامات سے خوف۔
- اِسکول کے بعد گھر جانے سے گریز، اِسکول جانے سے گریز، کسی مخصوص گھر/ مقام پر جانے سے گریز۔
- نیند میں خلل، نیند کے دوران چلنا، یا ڈراؤنے خواب۔
- بھوک میں خلل۔
- جسم کے پوشیدہ اعضاء کے لئے نئے الفاظ استعمال کرنا جو گھر میں نہیں سکھائے گئے۔
- حد سے زیادہ جارح ہو جانا یا بہت زیادہ غصہ یا ناراضگی کرنا۔
- بچّے کے کسی بالغ فرد کے ساتھ ''راز'' ہونے پر غور کیجئے جو وہ کسی دُوسرے فرد کو نہیں بتا سکتا۔
- جنسی طور پر عمل کرنا یا جنسی مواد اور روّیے کے بارے میں غیر مناسب معلومات کا ہونا۔
- خود کو تباہ کرنے والا روّیہ اختیار کرنا، خود کے ساتھ بدسلوکی کرنا، خودکشی کا رُجحان ہونا۔
- غمگین ہو جانا، غیر فعّال ہونا، لاتعلقی یا ذہنی دَباؤ (ڈپریشن) محسوس کرنا۔
- اِسکول کی کارکردگی میں کم دِلچسپی ہونا۔
- بعض مخصوص روّیوں کی طرف پلٹ جانا، مثلاً بستر میں پیشاب کرنا یا انگوٹھا چُوسنا۔
- بالغ افراد پر اعتماد مشکل سے کرنا یا نئے تعلقات قائم کرنے میں دُشواری ہونا۔
- اکثر یا مستقل طور پر بغیر کسی خاص سبب کے، معدے کی بیماری ہونا۔
- کپڑے پھٹے ہوئے ہونا یا کپڑوں پر دھبّے ہونا۔
- فُرج یا مقعد سے خون آنا، یا اِن میں درد یا خارش ہونا۔
- نوبالغ کے طور پر منشیات لینا (ڈرگ، شراب وغیرہ)۔
- خود کے جسم کو بطور نوبالغ کاٹنا (خود کے جسم کو بگاڑنا)۔

مندرجہ بالا بہت سے روّیے اور نفسیاتی ردِّعمل، اُس جذباتی خلل یا ہلچل کا نتیجہ ہو سکتے ہیں جن سے وہ اپنی نشوونما کے دوران لازمی طور پر گزرتے ہیں۔ کسی عزیز کی موت، طلاق، اسکول میں مسائل، یا ذاتی تعلقات کے مسائل کی وجہ سے بچّوں یا نوبالغوں میں پیچیدہ علامات پیدا ہو سکتی ہیں، جن کے معنیٰ لازمی طور پر یہ نہیں ہوتے کہ اُن کے ساتھ بدسلوکی ہو رہی ہے۔ البتہ اگر بچّے سے قریبی لوگ بہت سی مندرجہ بالا علامات دیکھیں تو مزید تحقیق کرنا چاہئے کہ بچّے کے ساتھ بدسلوکی تو نہیں ہو رہی۔

جنسی بدسلوکی کے واقعے کے بارے میں کس طرح بات کی جائے

اگر مندرجہ بالا علامات اور روّیے یہ ظاہر کرتے ہوں کہ آپ کے بچّے یا کسی ایسے بچّے کو جسے آپ جانتے ہوں، کے ساتھ جنسی بدسلوکی ہو رہی ہے تو فوری طور عمل کرنا اہم ہے، اور متعلقہ بچّے سے اُس کے اپنے الفاظ میں پُوچھا جائے کہ اُس کے ساتھ کیا ہُوا۔ یہ بات اہم ہے کہ والدین پُرسکون رہیں اور جنسی بدسلوکی کے بارے میں معلوم ہونے پر ضرورت سے زیادہ جذباتی ردّعمل کرنے کی کوشش نہ کریں۔ بچّے آسانی سے خود کو جنسی بدسلوکی ہونے کا الزام دیتے ہیں یا وہ اِس بات سے ڈر جاتے ہیں کہ اُن کے والدین پریشان ہو جائے گے اور اُن سے خفا ہو جائیں گے، اِس وجہ سے وہ تفصیلات یا اہم معلومات کو چُھپا جاتے ہیں۔

والدین یا دیکھ بھال کرنے والے کو جنسی بدسلوکی ہونے کا شُبہ ہونے کی صورت میں:

- پہلا قدم یہ ہے کہ مسئلہ پر بات چیت کی جائے اور صِرف یہ اُمید نہ رکھی جائے کہ معاملہ خود بخود ٹھیک ہو جائے گا۔ بہت زیادہ تفصیلات میں جائے بغیر بچّے سے معلوم کیجئے کہ واقع کس طرح پیش آیا تھا (ہوسکتا ہے کہ بچّے اپنے ساتھ پیش آنے والے واقعے یا اپنے احساسات پر کسی اور وقت بات کرنا چاہتے ہوں؛ کوشش کیجئے کہ اُنہیں بات کرنے پر مجبور نہ کیا جائے)۔ سادہ سوالات جو بچّے کو کوئی مخصوص جواب دینے پر مائل نہ کریں مناسب ہوتے ہیں۔ مثلاً "یہ واقعہ کب پیش آیا؟" یا "کیا اب بھی ایسا ہوتا ہے؟" وغیرہ۔
- ہوسکتا ہے کہ بچّے واقعے کی تفصیلات مختلف مرحلوں میں بیان کریں۔ مثال کے طور پر، وہ ایک کہانی بیان کرنا شروع کریں اور پھر کہہ دیں کہ اُنہیں تفصیلات یاد نہیں۔ بعد میں بچّہ اسی کہانی کو بیان کرنے لگے اور ساتھ ہی یہ بھی کہہ دے کہ یہ کسی اور کے ساتھ پیش آیا تھا۔ مثلاً اُس کے کسی دوست کے ساتھ، یا وہ واقعے کی تفصیلات کو بدل دے۔ یہ بات اہم ہے کہ والدین اِس بات کو ذہن میں رکھیں کہ بچّے جنسی بدسلوکی کے واقعے کی اہمیت کو سمجھتے ہیں لہٰذا اُنہیں حقیقت بیان کرنے میں وقت لگتا ہے۔
- بچّے سے واقعے پر تصدیقی سوالات کرنا مناسب عمل نہیں ہے۔ مثلاً یہ کہنا کہ "کیا تمہیں یقین ہے کہ ایسا ہُوا تھا؟" یا "کیا تم واقعی حقیقت بیان کر رہے ہو؟"
- بچّہ واقعے کو خواہ کسی بھی انداز میں کر رہا ہو آپ بچّے کو یہ یقین دِلایئے کہ اُن کی جانب سے رجوع کرنے پر آپ خوش ہیں اور یہ کہ واقعے پر تبادلہ خیال کرنا اُن کی حفاظت کے لئے دُرست عمل ہے۔
- اگر آپ کے خیال میں آپ کے بچّے کو کہیں کوئی زخم ہے تو لازمی ہے کہ اُس کا معائنہ صحت کی دیکھ بھال کرنے والے کسی ماہر سے کروایا جائے، ترجیحاً کسی واقف ماہر سے۔
- بچّے کو یقین دِلایئے کہ جو کچھ ہُوا، اس کا وہ ذمہ دار نہیں ہے۔ بہت سے بچّے اس بات پر احساس جرم محسوس کرتے کہ اُن کے ساتھ ہونے والی بدسلوکی کے کسی نہ کسی طرح وہ خود بھی ذمہ دار ہیں۔
- جنسی بدسلوکی کرنے والے کے بارے میں منفی جُملے کہنے سے گریز کرنے کی کوشش کیجئے، کیوں کہ ہوسکتا ہے کہ بدسلوکی کرنے والا فرد بچّے سے قریبی تعلق رکھتا ہو۔
- اگر ممکن ہو تو نفسیاتی مدد فراہم کیجئے، کیوں کہ بچّوں کو اِس سلسلے میں بات کرنے میں کافی دُشواری ہوسکتی ہے۔ ماہرین نفسیات اور مشاورت کاروں کو ایسی تربیت حاصل ہوتی ہے کہ وہ بچّوں کو کھیل اور علاج کے مختلف طریقے استعمال کرکے بات کرنے پر مائل کر سکتے ہیں۔ مزید یہ کہ بچّوں کو مستقبل میں محفوظ رہنے کے لئے واقعہ بیان کرنے میں مدد دینے کے علاوہ ذہنی صحت کے ماہرین بچّوں کی بحالی میں بھی معاون ثابت ہو سکتے ہیں۔
- والدین یا دیکھ بھال کرنے والے کے طور پر آپ کے احساسات بھی بہت اہم ہیں۔ آپ کو احساس جرم محسوس ہوسکتا ہے کہ آپ اپنے بچّے کو بچا نہیں سکے یا شاید واقعے پر شدید غصہ آسکتا ہے۔ اپنے جذبات کو حد میں رکھتے ہوئے اور پُرسکون رہتے ہوئے یہ سمجھنا بہت اہم ہے کہ بچّے آپ کا ردّعمل دیکھتے ہوئے

فیصلہ کرتے ہیں کہ وہ آپ کو کتنی معلومات فراہم کریں۔ بدسلوکی کا شکار ہونے والے بچّے کے ساتھ آپ کو بھی پیش آئے ہوئے واقعے سے بحال ہونے میں وقت لگ سکتا ہے اور اکثر صورتوں میں مطلوبہ عمل کے لئے کسی مشاورت کار یا ذہنی صحت کے تربیت یافتہ ماہر کی مدد کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

جنسی بدسلوکی کے بعد بحالی

جنسی بدسلوکی سے متعلقہ بچّے کے متاثر ہونے کی حد کا دارومدار بہت سے عوامل پر ہے، مثلاً بچّے کی عمر، بدسلوکی کرنے والا کون ہے، بدسلوکی کا عمل کتنی مُدّت تک جاری رہا، بدسلوکی نوعیت اور کیا بدسلوکی کے دوران تشدد بھی کیا گیا۔ اکثر ایسے بچّوں کو بحالی کے دوران زیادہ معاونت کی ضرورت ہوتی ہے جن کے ساتھ کسی ایسے بالغ فرد نے بدسلوکی کی ہو جس پر وہ اعتماد کرتے تھے، مثلاً کوئی قریبی رشتہ دار اور یہ کہ بدسلوکی کافی وقت تک جاری رہی ایسے بچّوں کو جذباتی لحاظ سے نقصان پہنچ جاتا ہے۔ البتہ انتہائی شدید صورتوں میں بھی، اگر بدسلوکی کا شِکار ہونے والے اگر پیشہ ورانہ معاونت حاصل کریں تو اس تجربے سے آہستہ آہستہ بحالی ممکن ہے، جو کچھ ہُوا اُس سے نمٹنا اور مستقبل میں اپنے طور پر صحت مند تعلقات قائم کرنا سیکھ سکتے ہیں۔

اختتامیہ

بہت سے والدین بچّوں کے ساتھ ہونے والی بدسلوکی پر بات کرنے سے گریز کرتے ہیں، کیوں کہ اس موضوع پر سوچنے کے ساتھ ہی خوف پیدا ہوتا ہے اور اسے ایک حقیقی مسئلے کے طور پر قبول کرنا مشکل ہوتا ہے۔ مزید یہ کہ ایسے حسّاس موضوع پر بچّے کے ساتھ بات کرنے کے لئے خود میں اعتماد پیدا کرنا مشکل ہوتا ہے، خاص طور پر جب معاشرے میں ایسے موضوعات پر کُھلے طور پر بات کرنا ممکن نہ ہو۔ البتہ ایک بات ذہن میں رکھنا اہم ہے کہ جس قدر اس موضوع کو معمول کے درجے میں شامل کیا جائے گا اسی قدر وہ اپنے بچّوں کو حفاظتی اقدامات سے بہتر طور پر آگاہ کر سکتے ہیں۔ والدین کے ساتھ ساتھ معاشرے کو بھی اپنی ذمہ داری ادا کرنا چاہئے اور خاندان، اسکول، مذہبی اداروں اور نوجوانوں کے مراکز میں بدسلوکی کے مسائل پر کام کا آغاز کرنا چاہئے تاکہ والدین اور بچّوں کو تحفظ اور ضروری تعلیم حاصل ہو سکے۔ بالآخر، بچّوں کو خطرات کا سامنا ہوگا اور دیکھ بھال کرنے والے اور عزیز ہمیشہ اُنہیں جسمانی طور پر تحفظ نہیں دے سکتے۔ خطرات کو جاننے اور ان کے بارے میں پہلے سے اندازہ لگانے سے ہم بچّوں کو ایسی معلومات اور صلاحیتیں فراہم کر سکتے ہیں جن کے ذریعے وہ اپنی حفاظت کو یقینی بنا سکتے ہیں۔

حوالہ جات

1 Darkness to Light مواد حاصل کرنے کا ذریعہ http:/www.darkness2light.org/KnowAbout/child-sexual-abuse.asp

2 National Clearinghouse on Family Violence, (1992) مواد حاصل کرنے کا ذریعہ:
http://www.phac-aspc.gc.ca/ncfv-cnivf/familyviolence/html/nfntsxagrsex_e.html

3 Poore, Grace, "Incestuous Sexual Abuse: What Would I Say When I Don't Have The words For It" مواد حاصل کرنے کا ذریعہ: شکتی پروڈکشنز 2002

4 Rape Victims Advocates, (2006) مواد حاصل کرنے کا ذریعہ http://www.rapevictimsadvocates.org/children.html

5 روزن، "The Bitter Truth" پاکستان میں جنسی بدسلوکی کا شِکار ہونے والے بچّوں کے 200 خطوط کا تجزیہ۔

6 سعدیہ عطاء، جنسی بدسلوکی کے موضوع پر ماؤں کے ساتھ بات چیت، ساحل، پاکستان۔

7 ساحل (2006) Cruel Numbers - the year 2005: the Bitter Reality پاکستان۔

8 Say No! Protecting Your Child Against Sexual Abuse مواد حاصل کرنے کا ذریعہ:
http://www.ocfs.state.ny.us/main/publications/Pub1154text.asp

9 شینا ہادی (2004) How to Talk to Young People About Their Bodies دیکھ بھال کرنے والوں کے لئے راہ نما اصول، آہنگ، کراچی۔

10 SPARC پاکستانی بچّوں کی حالت (2005)، پاکستان۔

رابطے کی معلومات

نوٹ: اِس اشاعت کے وقت (2007) آہنگ نے تمام متعلقہ اداروں سے رابطے کے پتے، ٹیلی فون نمبرز اوراُن کے اوقات کارکو دُرست طور پر شاملِ اشاعت کیا تھا، تاہم ممکن ہے کہ متعلقہ افراد یا اداروں سے رابطے کی معلومات میں تبدیلی آ گئی ہو۔ رابطے کی مزید معلومات کے لئے آہنگ کے دفتر سے، 9:30 بجے صبح سے 5:30 بجے شام تک پیر سے جمعہ کے دِنوں میں رابطہ کیا جا سکتا ہے۔

دستیاب مشاورتی خدمات/ ملاقات کے مراکز والے ادارے

Alleviate Addiction Suffering Trust (AAS) - (92-91) 6682739, 4226185

پلاٹ نمبر 251
حاجی شکھو گوٹھ، ملیر
کراچی

نیلوفر اسماعیل (AAS کی مشاورت کار)- رہائش: 2250974 (92-91)، ہر منگل اور جمعرات کو AAS کے نوبالغ بچّوں کے علاج اور بحالی کے مرکز پر دستیاب 4226185 (92-91)

Aangun - Rozan - (92-51) 2215368 آنگن - روزن

روزن، اِسٹریٹ 25، ہاؤس نمبر 68B، F-10/1، اسلام آباد
پوسٹ بکس نمبر 2237
ای میل: aangun@mail.comsats.net.pk

Jeet Healing Center, Sahil - (92-51) 2260636, 2856950

آفس نمبر 13، فرسٹ فلور، الاکبر سینٹر،
F-8 مرکز، اسلام آباد، پاکستان
ای میل: info@sahil.org
جیت پر دستیاب ماہرین نفسیات: رفیع اللہ خلیل؛ راشدہ نیازی؛ صاعقہ اشرف

آہنگ 1995 سے کراچی میں قائم ایک ادارہ ہے جو پاکستان کے عوام کی جنسی اور تولیدی صحت اور اُن کے حقوق کی بہتری کے لئے بلا منافع کام کرتا ہے۔ بچّوں اور نو جوانوں کے لئے آہنگ کے پروگراموں میں زندگی کی مہارتوں پر توجہ دی جاتی ہے جن کے ذریعے بچّے اپنی حفاظت بہتر طور پر کر سکتے ہیں؛ اُن میں خود احترامی اور اعتماد پیدا ہوتا ہے؛ وہ روایتی صنفی تصورات سے اختلاف کر سکتے ہیں؛ اپنے جسم کے بارے میں اُن کا تصور بہتر ہوتا ہے؛ اُن میں بات چیت کی صلاحیت بڑھتی ہے اور وہ پُر عزم روّیہ اپناتے ہیں۔