# War Against Rape

## Mama Cash Project Activities Schedule 2014/15

| Sr. No | Activity held | Date | Place/Area |
|---|---|---|---|
| 1- | Community Meeting | 15-Oct-14 | Surjani Town |
| 2- | Community Meeting | 16-Oct-14 | Manghopir |
| 3- | Community Meeting | 17-Oct-14 | Korangi No. 2 1/2 |
| 4- | Community Meeting | 09-Nov-14 | Punjab Colony |
| 5- | Community Meeting | 11-Nov-14 | Sohrab Goth, Maimar Morr |
| 6- | Meeting with Medical Practitioner | 10-Nov-14 | Doctors Clinic, Clifton |
| 7- | Meeting with Medical Practitioner | 13-Nov-14 | Omer Clinic, Punjab Colony |
| 8- | Meeting with Medical practitioner | 17-Nov-14 | Akhter Homeo Clinic, Neelam Colony |
| 9- | Meeting with Medical Practitioner | 17-Nov-14 | Marwat Clinic, Shah Rasool Colony |
| 10- | Community Meeting (Male) | 18-Nov-14 | Gadap |
| 11- | Community meeting (Female) | 18-Nov-14 | Gadap |
| 12- | Medical Practitioner | 18-Nov-14 | M.Y, Al-Shifa Clinic, Gadap |
| 13- | Community Meeting | 21-Nov-14 | Korangi No. 3 ½ |
| 14- | Community Meeting | 14-Jan-15 | Macchar Colony |
| 15- | Community Meeting | 30-Jan-15 | Super Highway - Gharibabad |
| 16- | Community Meeting | 16-Feb-15 | Madina Masjid, Punjab Colony |
| 17- | Community Meeting (Female) | 19-Feb-15 | Manzoor Colony |
| 18- | Community Meeting (Female) | 20-Feb-15 | Liyari |
| 19- | Community Meeting (Male) | 25-Feb-15 | Gulistan-e-Jauhar, Bhitaiaabad |
| 20- | Community Meeting (Female) | 25-Feb-15 | Gulistan-e-Jauhar, Bhitaiaabad |
| 21- | Community Meeting (Female) | 26-Feb-15 | Nazimabad, Jalalabad |
| 22- | Community Meeting (Male) | 26-Feb-15 | Nazimabad, Jalalabad |
| 23- | Community Meeting (male) | 05-March-15 | Khuda Ki basti, Saif-ul-Mari Goth |
| 24- | Community Meeting (Female) | 16-March-15 | Shah Nawaz Colony, New Karachi |
| 25- | Awareness-raising session with students | 16-March-15 | Gizri Girls Sec. School, Gizri Road, Khi. |
| 26- | Teacher's Training | 16-March-15 | Rooman English Grammar School, Shah Nawaz Bhutto Colony, New Karachi. |
| 27- | Awareness-raising session with students | 16-March-15 | Rooman English Grammar School, Shah Nawaz Bhutto Colony, New Karachi. |
| 28- | Teacher's Training | 17-March-15 | Gizri Girls Sec. School, Gizri. |
| 29- | Community Meeting | 20-April-15 | Neelam Colony. |
| 30- | Awareness-raising session with students (3-5 year-old) | 21-April-15 | Future Academy School (FAS), Kashmir Colony. |
| 31- | Awareness-raising session with students (7-10 year-old) | 21-April-15 | FAS, Kashmir Colony. |
| 32- | Awareness-raising session with students (12-16 year- old) | 21-April-15 | FAS, Kashmir Colony. |
| 33- | Teacher's Training | 21-April-15 | FAS, Kashmir Colony. |
| 34- | Awareness-raising session with students (7-10 year-old Boys) | 22-April-15 | Crescent Grammar School (CGS), Khayaban-e-Jami. |
| 35- | Awareness-raising session with students (7-10 year-old Girls) | 22-April-15 | CGS, Khayaban-e-Jami. |
| 36- | Awareness-raising session with students (12-15 year-old Girls) | 22-April-15 | CGS, Khayaban-e-Jami. |
| 37- | Awareness-raising session with | 23-April-15 | Bright Star Academy (BSA), Punjab |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | students (7-10 year-old Girls) | | Colony. |
| 38- | Awareness-raising session with students (7-10 year-old Girls) | 23-April-15 | CGS, Khayaban-e-Jami. |
| 39- | Awareness-raising session with students (14-18 Year-old Boys) | 23-April-15 | CGS, Khayaban-e-Jami. |
| 40- | Teacher's Training | 23-April-15 | CGS, Khayaban-e-Jami. |
| 41- | Awareness-raising session with students (7-10 year-old Girls) | 24-April-15 | BSA, Punjab Colony. |
| 42- | Awareness-raising session with students (12-16 year-old Girls) | 27-April-15 | BSA, Punjab Colony. |
| 43- | Teacher's Training | 27-April-15 | Govt. Boys Pri/Sec. School, Neelam Colony. |
| 44- | Awareness-raising session with students (12-15 year-old Boys) | 28-April-15 | BSA, Punjab Colony. |
| 45- | Awareness-raising session with students | 29-April-15 | NJW School, Korangi No. 3 1/2. |
| 46- | Awareness-raising session with students | 29-April-15 | NJW School, Korangi No. 3 ½. |
| 47- | Awareness-raising session with students | 29-April-15 | NJW School, Korangi No. 3 ½. |
| 48- | Awareness-raising session with students | 29-April-15 | NJW School, Korangi No. 3 ½. |
| 49- | Awareness-raising session with students | 29-April-15 | NJW School, Korangi No. 3 1/2. |
| 50- | Awareness-raising session with students | 29-April-15 | NJW School, Korangi No. 3 ½. |
| 51- | Awareness-raising session with students | 29-April-15 | NJW School, Korangi No. 3 ½. |
| 52- | Awareness-raising session with students | 29-April-15 | NJW School, Korangi No. 3 ½. |
| 53- | Teacher's Training | 04-May-15 | Paras Montessori School, Akhter Colony |
| 54- | Teacher's Training | 22-May-15 | Paras Model Girls School , Akhter Colony |
| 55- | Teacher's Training (Male) | 23-May-15 | Paras Model Boys School, Akhter Colony |
| 56- | Teacher's Training (Female) | 23-May-15 | Paras Model Boys School, Akhter Colony |
| 57- | Teacher's Training | 23-May-15 | Govt. Girls Pri/Sec. School, Neelam Colony |
| 58- | Awareness-raising session with students | 28-May-15 | Govt. Boys Pri/Sec. School, Neelam Colony |
| 59- | Awareness-raising session with students | 28-May-15 | Govt. Boys Pri/Sec. School, Neelam Colony |
| 60- | Awareness-raising session with students | 28-May-15 | Govt. Boys Pri/Sec. School, Neelam Colony |

- **25 Sensitization Sessions with students** of schools and colleges were conducted in order to advocate about good touch and bad touch and how they can protect themselves from being sexually abused. There is a dire need for such Awareness raising sessions in schools. Follow up of these awareness sessions should be at top priority to

sustain the knowledge based intervention in schools through the Protection committees for students were formed with the support of school teachers

# War Against Rape

# War Against Rape

WAR
SINCE 1989

# War Against Rape

# War Against Rape

War Against Rape
Awareness-raising and Sensitization Session
on Sexual Violence with Students
2015

WAR
War Against Rape
on Sexual Violence with Students

# War Against Rape

# War Against Rape

**20 Community Meetings** were conducted to improve community responses to tackle Sexual Violence and Child Sexual Abuse, where discussed preventive measures to eradicate SV and CSA and tried to Increase community participation, especially women in challenging widespread acceptance of violence against women. Dispelled myths and misconception regarding the issue of Sexual Violence. Information on Sexual Violence, Gender Base Violence through booklets, flyers and posters had been disseminated and they were encouraged to spread this information for the purpose of streamlining the reporting process and expediting the reporting process.

WAR
SINCE 1989
Session & Meeting with Community
Sexual Abuse
2014
Rape (WAR) -

WAR
SINCE 1989
Session & Meeting with Community
Sexual Abuse
2014
(WAR) -

SINCE 1989

# War Against Rape

mama cash

# War Against Rape

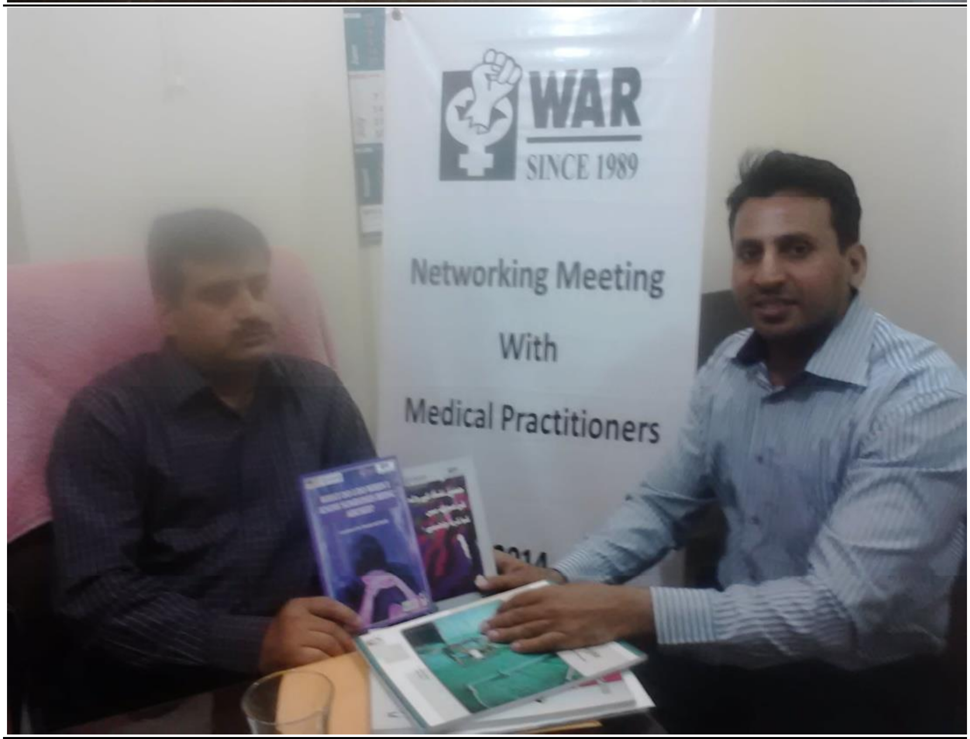
# War Against Rape

WAR
Awareness-Raising Session & Mee
On Sexual A
2014
War Against Rape (W
JUST DO IT

WAR
JUST DO IT

# War Against Rape

# War Against Rape


WAR
SINCE 1989
Networking Meeting
With
Medical Practitioners

- **10 Training of Teachers to identify** and prevent Child Sexual Abuse to develop teacher's understanding about sexual violence for Identifying early signs and symptoms for sexual violence and Initial contact and counseling provided and described the Way forward/develop a referral mechanism. Protection committees were formed and referral mechanisms were developed in respective schools, with WAR. Almost all schools have requested for follow up by the team who have conducted sessions with them. There are few more schools who have requested same training session for their other staff members. Biannual Refresher are required for these training sessions conducted in schools. Short course on Basic Counseling Skills should be part of these trainings.

# War Against Rape

WAR
SINCE 1989
WAR AGAINST RAPE
Identification & Prevention For Sexual Violence
Training Workshop With School Teachers
2015

WAR
SINCE 1989
WAR AGAINST RAPE
2015

# War Against Rape

**<u>Guideline For Teachers</u>**

War Against Rape

SINCE 1989

## اساتذہ تشدد سے متاثرہ بچوں کی مدد کیسے کر سکتے ہیں!

(1) بچے کے رویے میں کسی بھی قسم کی تبدیلی پر فوری توجہ دیں اور اس کی وجوہات کو جاننے کی کوشش کریں۔

(2) اسے محفوظ جگہ اور دوستانہ ماحول فراہم کریں جہاں وہاں اپنی بات بغیر کسی ڈر، خوف اور دباؤ کے آسانی کے ساتھ بتا سکے۔

(3) جب بچہ اپنے ساتھ ہونے والے واقعہ کے بارے میں بتائے تو اس کی بات کو توجہ سے سنیں اور اسے اس بات کا یقین دلائیں کہ آپ اس کی بات اور حالات کو سمجھ رہے ہیں۔

(4) بچے کی اس طرح مدد کریں کہ وہ اپنے والدین کو صحیح معلومات فراہم کر سکے، لیکن اس پر فیصلہ کرنے کے لیے کسی بھی قسم کا دباؤ نہ ڈالیں، فیصلہ کرنے کا اختیار بچے کو یا اس کے والدین کو ہی ہے۔

(5) متاثرہ بچے کے ساتھ بھی دوسرے بچوں کی طرح برابری کا سلوک کریں اس سے بچے کو جذباتی اور سماجی تحفظ حاصل ہوگا۔

(6) اچھے کاموں پر بچے کی حوصلہ افزائی کریں لیکن اس بات کا خصوصی خیال رکھیں یہ الفاظ کی صورت میں ہو، کوشش کریں کہ جسمانی رابطہ نہ ہو مثلاً ہاتھ پکڑنا، کندھے پر ہاتھ رکھنا وغیرہ۔

(7) واقعہ کی پولیس میں رپورٹ درج کروانے کے لیے بچے اور اس کے والدین کی حوصلہ افزائی کرنے سے بالکل نہ گھبرائیں۔

(8) اگر والدین پولیس میں رپورٹ درج نہ کروانا چاہیں تو مشاورت کے لیے وار اگینسٹ ریپ (مکمل ایڈریس نیچے موجود ہے) سے رابطہ کر سکتے ہیں۔

**اگر والدین کو اپنی شکایت درج کروانے میں کسی قسم کی مشکل پیش آئے تو رابطہ کریں۔**

**Guideline For Parents**

## معلوماتی کتابچہ برائے والدین

بطور والدین، اس بات کا معلوم ہونا بہت زیادہ تکلیف دہ ہوتا ہے کہ آپ کا بچہ جنسی بدسلوکی کا شکار ہے اور یقیناً آپ کے لیے اس مسئلے کو رپورٹ کرنا مشکل ثابت ہوسکتا ہے، خاص طور پر اگر بچے کے ساتھ بدسلوکی کرنے والا آپ کا کوئی قریبی یا قابل بھروسہ انسان ہو، تاہم یہ ضروری ہے کہ آپ اپنے بچے کے تحفظ کے لئے آواز اٹھائیں۔

جنسی ہراسانی یا جنسی بدسلوکی کے واقعات کو ابھی تک بہت کم رپورٹ کیا جاتا ہے، لیکن گزشتہ پچیس سالوں سے جنسی زیادتی سے متاثرہ لوگوں اور خصوصاً بچوں کے ساتھ کام کرنے کے باعث ہم یہ جانتے ہیں کہ بچوں کو مدد اور حمایت حاصل کرنے کا موقع فراہم کیا جانا چاہیے، ان کی بات کو سننا اور ان پر بھروسہ کرنا چاہیے۔ جنسی بدسلوکی کے واقعات سے اپنے طور پر نمٹنا یا بات کو دبا دینا/چھپا دینا، اس مسئلے کا حل نہیں۔ بعض صورتوں میں اس کا نتیجہ یہ بھی ہوسکتا ہے کہ بچے اس خراب صورتحال میں پھنسے رہ جاتے ہیں اور مسلسل جنسی بدسلوکی کا نشانہ بنتے رہتے ہیں۔

جنسی بدسلوکی یا تشدد کی اطلاع دینے کے لیے آپ جن ماہر افراد یا پولیس سے بات کرتے ہیں وہ جنسی بدسلوکی کے شکار بچوں کی مدد کرنے میں تجربہ کار ہوتے ہیں۔ اور وہ آپ کی مشکلات کو با آسانی سمجھ سکتے ہیں۔ یہ کتابچہ بھی آپ کے چند سوالات کے جوابات فراہم کرسکتا ہے۔ یہ تمام معلومات اور تجربات ہمیں جنسی تشدد سے متاثرہ بچوں اور خاندانوں کے ساتھ کام کرنے سے حاصل ہوئے ہیں۔

## جنسی استحصال

جب کسی بچے یا نوجوان کو جنسی سرگرمیوں میں حصہ لینے کے لئے زبردستی یا مجبوراً پھنسا دیا جائے، اسے جنسی بدسلوکی کہتے ہیں۔ چاہے تشدد کی سطح جو بھی ہو، خواہ اس میں بچے کی مرضی اور آگاہی شامل ہو یا نہ ہو، یہ جنسی بدسلوکی ہی ہے۔ جسمانی رابطہ جیسے کہ بچے کے مخصوص جسمانی حصوں کو چھونا یا بچے سے اپنے جسمانی اعضاء کو ہاتھ لگوانا، جنسی کھیل، یا منہ، مقعد یا اندام نہانی کے اندر اشیاء یا جسم کے حصوں کو ڈالنا بھی جنسی استحصال ہی میں شامل ہے۔ ضروری نہیں کے جنسی استحصال میں صرف جسمانی رابطہ شامل ہو۔ دوسرے طریقے جیسے کے بچے کو فحش نگاری دکھانا، جنسی تصاویر کے بنانے میں حصہ لینے کا حوصلہ دینا، جنسی عمل کا دکھانا، یا نامناسب طریقوں سے جنسی برتاؤ کرنے کے کا حوصلہ دینا بھی شامل ہیں۔ جنسی بدسلوکی ذاتی طور پر یا آن لائن جیسے انٹرنیٹ، موبائل فون یا کسی ویب سائٹ کے ذریعے بھی ہوسکتی ہے۔ بدسلوکی یا زیادتی کرنے والے افراد بچے سے زبردستی معلومات حاصل کر سکتے ہیں۔ وہ بچے کے ساتھ اپنے تعلقات کو آہستہ آہستہ بہتر بناتے ہیں اور اس بات کا انتظار کرتے ہیں کہ مستقبل میں جب بھی موقعہ ملے بچے کو غلط استعمال کیا جا سکے۔ اس طرح کرنا بھی ایک جرم ہے۔

بچے کے ساتھ کیا ہو رہا ہے یہ جاننا بہت مشکل ہوسکتا ہے خاص طور پر اگر آپ کا بچہ بات نہ کرے یا بہت چھوٹا ہو ایسے میں جنسی بدفعلی کو

پہچاننا بہت مشکل ہوسکتا ہے۔افسوس کی بات یہ ہے کے جنسی زیادتی ہرعمر کے بچے بشمول بہت چھوٹے بچوں کے ساتھ بھی کی جاسکتی ہے۔ (اس میں لڑکے بھی شامل ہیں) معذور بچے زیادہ کمزور ہوتے ہیں کیونکہ وہ کسی بالغ پر انحصاد کررہے ہوتے ہیں اور بعض اوقات انہیں آگاہی بھی کم ہوتی ہے اور دوسروں کو یہ بتاتے ہوئے کہ ان کے ساتھ کیا ہورہا ہے مشکل پیش آسکتی ہے اس کے علاوہ تنہا بچے اس کا زیادہ شکار ہوسکتے ہیں کیونکہ انھیں کسی بھی ایسے فرد کی ضرورت ہوتی ہے جو ان کی بات سنے یا ان کے قریب ہو۔

اگر آپ اپنے بچے کی طرف سے فکرمند ہیں تو، آپ کو پیشہ ورانہ مشورہ حاصل کرنا ضروری ہے۔اگر آپ کو یہ سمجھ نہ آئے کہ آگے کیا کرنا چاہیے تو وار اگینسٹ ریپ سے رابطہ کریں۔اس کے علاوہ آپ پولیس سے بھی رابطہ کرسکتے ہیں۔

## جنسی استحصال کی علامات کو پہچاننا :

☆ آپ کے بچے کے رویے میں کسی بھی قسم کی تبدیلی کچھ غلط ہونے کا سب سے پہلا اشارہ ہوسکتا ہے۔تمام بچے مختلف ہوتے ہیں اور مختلف طریقوں سے اظہار کرتے ہیں لیکن آپ یہ تبدیلی محسوس کرسکتے ہیں۔ بچے میں جنسی رویے کی علامات اسکول جانے سے پہلے کی عمر سے لے کر نوعمری تک ظاہر ہوسکتی ہیں۔ان میں سے بہت سی علامات عام اور صحت مند ہونگی۔لیکن چند علامات آپ کو پریشان کرسکتی ہیں۔ معذور بچوں میں سیکھنے کا عمل مختلف ہوسکتا ہے اور ان کی نشو ونما بھی کچھ الگ ہوسکتی ہے، اس لیے آپ کو اپنے خدشات دور کرنے کے لیے ماہرانہ مشورہ کی ضرورت پڑسکتی ہے۔

☆ اس بات بھی پر غور کریں کے ان کا رویہ عمر کے حساب سے مناسب ہے یا نہیں۔

### ایک عام اصول کے طور پر:۔

☆ اسکول جانے کی عمر سے پہلے (پانچ سال کی عمر تک) بچوں کو جنسی عمل کے بارے میں بات نہیں کرنی چاہیے یا واضح طور پر جنسی زبان کا استعمال کرنا یا دوسرے بچوں کے ساتھ جسمانی جنسی رابطہ کرنا یا بالغ کی طرح جنسی رویے کا اظہار کرنا تشویش ناک بات ہے۔

☆ اسکول جانے کی عمر کے بچوں (چھ سے بارہ سال) کو عوامی جگھوں پر خودلذتی یا بالغ کی طرح جنسی رابطے کا علم نہیں ہونا چاہیے۔

☆ نوعمروں (تیرہ سے سولہ سال) کو بھی عوامی سطح پر خودلذتی میں ملوس نہیں ہونا چاہیے یا بہت چھوٹے بچوں یا بڑی عمر کے بالغوں کے ساتھ جنسی رابطہ نہیں کرنا چاہیے۔

کسی بھی عمر میں، رویے میں کچھ تبدیلیاں مسئلے کی نشاندہی کرسکتی ہیں، جیسے کہ:۔

☆ خوابوں یا نیند کے مسائل کا ہونا۔

☆ سب سے الگ رہنا یا کسی سے بہت قریب ہوجانا

☆ شخصیت میں تبدیلی، اپنے آپکو غیر محفوظ سمجھنے لگنا

☆غصے کے دورے پڑنا

☆کھلونے یا دیگر اشیاء کو جنسی طریقوں میں استعمال کرنا

☆ کھانے کی عادتوں میں اچانک سے تبدیلی کا ہونا

☆مخصوص لوگوں یا جگہوں سے خوف محسوس کرنا

☆بچوں جیسا برتاؤ کرنا، جیسے انگوٹھا چوسنا یا بستر گیلا کرنا۔

☆چیزوں کو چھپانا اور کچھ بتانے سے گریز کرنا۔

اگر ان میں سے کوئی ایک علامت ہو تو یہ معمول کی مطابق ہوسکتا ہے لیکن اگر ایک سے زائد ہو تو یہ کچھ غلط ہونے کی نشانی ہوسکتی ہے اور آپ کو کسی ماہر سے مدد لینی چاہیے۔

## جنسی بدسلوکی یا تشدد کے بعد کیا کریں، کس سے مدد لیں ؟

اگر آپ کسی سے مدد لینا چاہتے ہیں تو آپ رابطہ کر سکتے ہیں جنسی زیادتی پر کام کرنے والے ادارے وار اگینسٹ ریپ سے، کسی ماہر نفسیات سے یا پولیس سے بھی مدد لی جا سکتی ہے۔

اگر آپ کو کوئی جسمانی علامت نظر آئے تو فوراً کسی ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیے۔جسمانی علامات یہ ہوسکتی ہیں:

☆ کوئی ایسی چوٹ یا نشان جس کے بارے میں بچہ کوئی جواب نہ دے سکے

☆ جنسی طور پر لگنے والی بیماری کی علامت کا ظاہر ہونا

☆ جنسی اعضاء میں کسی تکلیف کا ہونا

## میرا بچہ مجھے کیوں نہیں بتائے گا !

بہت ساری ایسی وجوہات ہوسکتی ہیں جن کی بنا پر آپ کا بچہ اپنے ساتھ ہونے والی جنسی بدسلوکی کے واقعات کو نہ بتا سکے یا اس سے متعلق آپ سے کوئی بات کر سکے۔چھوٹے بچے شائد اس لیے بات نہ کر سکیں کہ انھیں اس بارے میں معلوم نہیں اور بڑے بچے بات کرنے سے خوفزدہ ہوسکتے ہیں۔بدقسمتی سے ہمارے بچوں کی ایک بڑی تعداد اپنے ساتھ ہونے والے جنسی بدسلوکی کے واقعات کو نہیں بتا سکتی۔اس کی مندرجہ ذیل وجوہات ہوسکتی ہیں:

☆ یہ سمجھنا کہ کسی دوسرے کا اس بات سے کوئی تعلق ہی نہیں ہے

☆ انھیں اس بات کا اندازہ نہیں ہوتا کہ یہ غلط کام تھا

☆ وہ نہیں چاہتے تھے کہ اس بارے میں ان کے والدین، دوستوں، پولیس یا کسی اور کو پتہ چلے۔

☆ بہت ڈر اور خوف کی کیفیت تھی

# War Against Rape

**باحیثیت والدین آپ کی زمہ داری ہے کہ آپکو جب بھی شک ہواس بات پر ضرور توجہ دیں کیونکہ آپکے بچے تحفظ کے لیے آپ پر انحصار کرتے ہیں۔**

اگراس سلسلے میں آپ کو کسی قسم کی مدد کی ضرورت پڑے تو آپ ہم (وار اگینسٹ ریپ) سے رابطہ کر سکتے ہیں ہمارے تربیت یافتہ افراد آپ کو بتا سکتے ہیں

کہ اب آپ کو کیا کرنا چاہیے۔

## آپ کا ردِعمل کیا ہوگا اگر آپ کا بچہ اپنے ساتھ ہونے والی جنسی بدسلوکی کے بارے میں بتائے؟

☆ اپنے چہرے کے تاثرات کو قابو میں رکھیں اگر چہ یہ کافی مشکل ہوتا ہے۔

☆ یہ ایک قدرتی امر ہے کہ آپ اس بات کو سن کر پریشان ہو جائیں گے، لیکن آپ اپنے تاثرات اپنے بچے پر ظاہر نہ کریں اس سے وہ مزید پریشان ہو جائے گا

☆ اگر آپ کو اپنے بچے کی بات پر یقین نہ بھی ہو تب بھی آپ بچے پر ظاہر نہ کریں اور اس بات کو جاننے کی کوشش کریں اور اس پر کوئی عملی قدم بھی اُٹھائیں۔

☆اپنے بچے کی حوصلہ افزائی کریں کہ اس نے آپ کو بتا کر بلکل صحیح کیا ہے۔ بچے کو یہ بلکل بھی نہ محسوس ہو کہ آپ اسے الزام دے رہے ہیں خصوصاً اس صورت میں جب بچے نے آپکی بات نہ مانی ہو۔جیسے آپ کے منع کرنے کے باوجود گھر سے باہر جانا وغیرہ۔

☆اکثر بچے والدین کو نہیں بتاتے یا کچھ عرصے کے بعد بتاتے ہیں کیونکہ وہ یہ سمجھتے ہیں کہ یہ ان کی اپنی غلطی ہے۔

☆ آپ ان کے ساتھ زبردستی نہ کریں، ان سے زیادہ سوالات نہ پوچھیں، تمام معلومات ایک ہی وقت میں حاصل کرنے کی کوشش نہ کریں وہ اسی وقت بات کریں گے جب ان کا دل چاہے گا، لیکن انھیں آپکی مدد کی ضرورت ہے۔

### کیا میں اس واقعہ کو رپورٹ کروں ؟

یہ ایک مشکل فیصلہ ہے کہ جنسی زیادتی کے واقعہ کی رپورٹ کی جائے یا نہیں ۔آپ کے دل میں بہت سارے خدشات اور ڈر ہوں گے جو کہ آپ کو یہ عمل کرنے سے روک رہے ہوں گے۔لیکن آپ کو اپنے بچے کی حفاظت کے لیے اور اپنی حفاظت کے لیے ایسے واقعات کو لازمی رپورٹ کرنا ہوگا۔اس سے نا صرف آپ کا بچہ محفوظ ہوگا بلکہ مستقبل میں دوسرے بچے بھی محفوظ رہیں گے۔

باحیثیت والدین آپ کے لیے سب سے اہم بات یہ کہ آپ اپنے بچے کے ساتھ ہونے والی جنسی بدفعلی کو روک سکیں۔

SINCE 1989

# War Against Rape

**باحیثیت والدین آپ کی زمہ داری ہے کہ آپکو جب بھی شک ہو اس بات پر ضرور توجہ دیں کیونکہ آپکے بچے تحفظ کے لیے آپ پر انحصار کرتے ہیں۔**

اگر اس سلسلے میں آپ کو کسی قسم کی مدد کی ضرورت پڑے تو آپ ہم (وار اگینسٹ ریپ) سے رابطہ کر سکتے ہیں ہمارے تربیت یافتہ افراد آپ کو بتا سکتے ہیں

کہ اب آپ کو کیا کرنا چاہیے۔

## آپ کا ردِعمل کیا ہوگا اگر آپ کا بچہ اپنے ساتھ ہونے والی جنسی بدسلوکی کے بارے میں بتائے؟

☆ اپنے چہرے کے تاثرات کو قابو میں رکھیں اگر چہ یہ کافی مشکل ہوتا ہے۔

☆ یہ ایک قدرتی امر ہے کہ آپ اس بات کو سن کر پریشان ہو جائیں گے، لیکن آپ اپنے تاثرات اپنے بچے پر ظاہر نہ کریں اس سے وہ مزید پریشان ہو جائے گا

☆ اگر آپ کو اپنے بچے کی بات پر یقین نہ بھی ہو تب بھی آپ بچے پر ظاہر نہ کریں اور اس بات کو جاننے کی کوشش کریں اور اس پر کوئی عملی قدم بھی اُٹھائیں۔

☆ اپنے بچے کی حوصلہ افزائی کریں کہ اس نے آپ کو بتا کر بلکل صحیح کیا ہے۔ بچے کو یہ بلکل بھی نہ محسوس ہو کہ آپ اسے الزام دے رہے ہیں خصوصاً اس صورت میں جب بچے نے آپکی بات نہ مانی ہو۔ جیسے آپ کے منع کرنے کے باوجود گھر سے باہر جانا وغیرہ۔

☆ اکثر بچے والدین کو نہیں بتاتے یا کچھ عرصے کے بعد بتاتے ہیں کیونکہ وہ یہ سمجھتے ہیں کہ یہ ان کی اپنی غلطی ہے۔

☆ آپ ان کے ساتھ زبردستی نہ کریں، ان سے زیادہ سوالات نہ پوچھیں، تمام معلومات ایک ہی وقت میں حاصل کرنے کی کوشش نہ کریں وہ اسی وقت بات کریں گے جب ان کا دل چاہے گا، لیکن انھیں آپکی مدد کی ضرورت ہے۔

### کیا میں اس واقعہ کو رپورٹ کروں ؟

یہ ایک مشکل فیصلہ ہے کہ جنسی زیادتی کے واقعہ کی رپورٹ کی جائے یا نہیں۔ آپ کے دل میں بہت سارے خدشات اور ڈر ہوں گے جو کہ آپ کو یہ عمل کرنے سے روک رہے ہوں گے۔ لیکن آپ کو اپنے بچے کی حفاظت کے لیے اور اپنی حفاظت کے لیے ایسے واقعات کو لازمی رپورٹ کرنا ہوگا۔ اس سے نا صرف آپ کا بچہ محفوظ ہوگا بلکہ مستقبل میں دوسرے بچے بھی محفوظ رہیں گے۔

باحیثیت والدین آپ کے لیے سب سے اہم بات یہ کہ آپ اپنے بچے کے ساتھ ہونے والی جنسی بدفعلی کو روک سکیں۔

نشانہ بنایا تھازوبی اس واقعہ کے بعد انتہائی خوفزدہ ہوگئی تھی وہ بیٹھے بیٹھے چونک پڑتی، رات کونیند میں سے اچانک اُٹھ جاتی۔زوبی نے ڈر کی وجہ سے گھر سے باہر نکلنا چھوڑ دیا یہاں تک کہ وہ اسکول بھی نہیں جارہی تھی۔زوبی کی والدہ کوابتداء ہی میں نفسیاتی کونسلنگ کی اہمیت کے بارے میں اچھی طرح سے بتادیا گیا تھا لیکن عام لوگوں کی طرح انھوں نے بھی اس بات پر توجہ نہیں دی اور زوبی کو سائیکولوجسٹ کے پاس لے کر نہیں آئیں۔آہستہ آہستہ زوبی کے مسائل نے بڑھنا شروع کر دیا تب اس کی والدہ کواحساس ہوا کہ ان کی بچی کچھ نارمل نہیں ہے۔ انھوں نے وار سے رابطہ کیا ماہرِ نفسیات نے زوبی کے نفسیاتی سیشن لیے اور چند ماہ کے اندر اندر زوبی دوبارہ سے نارمل زندگی کی طرف لوٹ آئی۔اس کا بار بار کا ڈرنا، چونکنا، بلاوجہ رونا ختم ہوگیا۔زوبی نے دوبارہ اسکول بھی جانا شروع کر دیا اب وہ ایک اچھی طالبہ ہے۔

نفسیاتی تھراپی کی صورت میں ہوسکتا ہے آپکو فوری طور پر کچھ بہتری نظر نہ آئے اور اس میں کئی مہینے بھی لگ سکتے ہیں۔لیکن سب سے اہم بات یہ کہ کسی بھی قسم کے تشدد اور خصوصاً جنسی تشدد سے متاثرہ بچوں کو ماہر نفسیات کے پاس ضرور لے کر جانا چاہیے اور ڈاکٹر کی دی گئی ہدایات پر عمل کرنا چاہیے۔

## میں دوسروں کو کیا کہوں ؟

آپ کے دوسرے بچے اور خاندان والے یہ بات جاننا چاہیں گے کہ آخر ہوا کیا ہے ؟ زیادہ تر لوگ ان باتوں کو جاننا چاہتے ہیں اس لیے آپ ان کو خود کچھ بتائیں اس سے پہلے کہ وہ کسی اور سے کچھ سنیں یا اپنے پاس سے کچھ غلط اندازے لگائیں جو مزید افواہوں کا باعث بنے گا آپ کو ان تمام لوگوں سے بات کرنے یا ان کو بتانے کے لیے اس بات کو مدِنظر رکھنا ہوگا کہ وہ کتنے سمجھدار ہیں اور ان مسائل پر ان کی سوچ کیسی ہے؟ اکثر لوگ ایسی باتوں کو محض ایک کہانی سمجھتے ہیں اس لیے ضروری ہے کہ لوگوں کو اس طرح اور اتنا بتائیں جس سے وہ اپنے اور دیگر بچوں کی حفاظت کر سکیں نیز اتنی ہی بات بتائیں جس قدر وہ سمجھنے کے قابل ہوں دوسری صورت میں ایسے لوگوں کو کچھ نہ بتائیں ورنہ اس سے مزید مسائل بڑھیں گے۔

بہت سارے لوگ یہ بات جاننے کے بعد آپ کو بھی موردِ الزام ٹھرا سکتے ہیں۔ اور کچھ لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں جنھیں یہ معلوم نہیں ہوتا کہ وہ ایسے مسائل پر کس قسم کے ردِعمل کا اظہار کریں۔آپ اس بات کی پرواہ نہ کریں کہ لوگ کیا کہیں گے ؟ آپ نے اپنے بچے کی حفاظت کے لیے اس واقع کو رپورٹ کیا یہ عمل بلکل ٹھیک تھا۔

### آئندہ میں اپنے بچے کو کیسے جنسی بدسلوکی سے محفوظ رکھ سکتا ہوں ؟

☆ سب سے پہلے آپ بچے سے بات کرنا شروع کریں، بچے کو زیادہ سے زیادہ وقت دیں۔
☆ بچے کے ساتھ دوستانہ ماحول قائم کریں اور ان کا اعتماد بحال کریں۔

SINCE 1989

# War Against Rape

- ☆ کوشش کریں کہ بچہ آپ سے کبھی کوئی بات نہ چھپائے۔
- ☆ کسی بھی بات پر یہ کہہ کر بچے کو چپ نہ کروائیں کہ یہ گندی بات ہے۔
- ☆ بچے کو صحیح اور غلط بات کا فرق سمجھائیں۔
- ☆ بچے کو اس کے جسمانی اعضاء اور ان کی اہمیت کے بارے میں کھل کر بتائیں۔
- ☆ بچے کو سمجھائیں کہ دوستی صرف اپنے ہم عمروں کے ساتھ کرے۔
- ☆ کوشش کریں کہ اپنے بچے کو تنہا کسی کے پاس نہ چھوڑیں۔
- ☆ بڑھتی ہوئی عمر کے ساتھ ساتھ بچوں کو ان کی جسمانی تبدیلیوں کے بارے میں بھی بتائیں۔


**وار اگینسٹ ریپ**

102، پرل کریسٹ، C-18 , 4th کمرشل لین،

زمزمہ بلیوارڈ، کراچی 75500، پاکستان۔

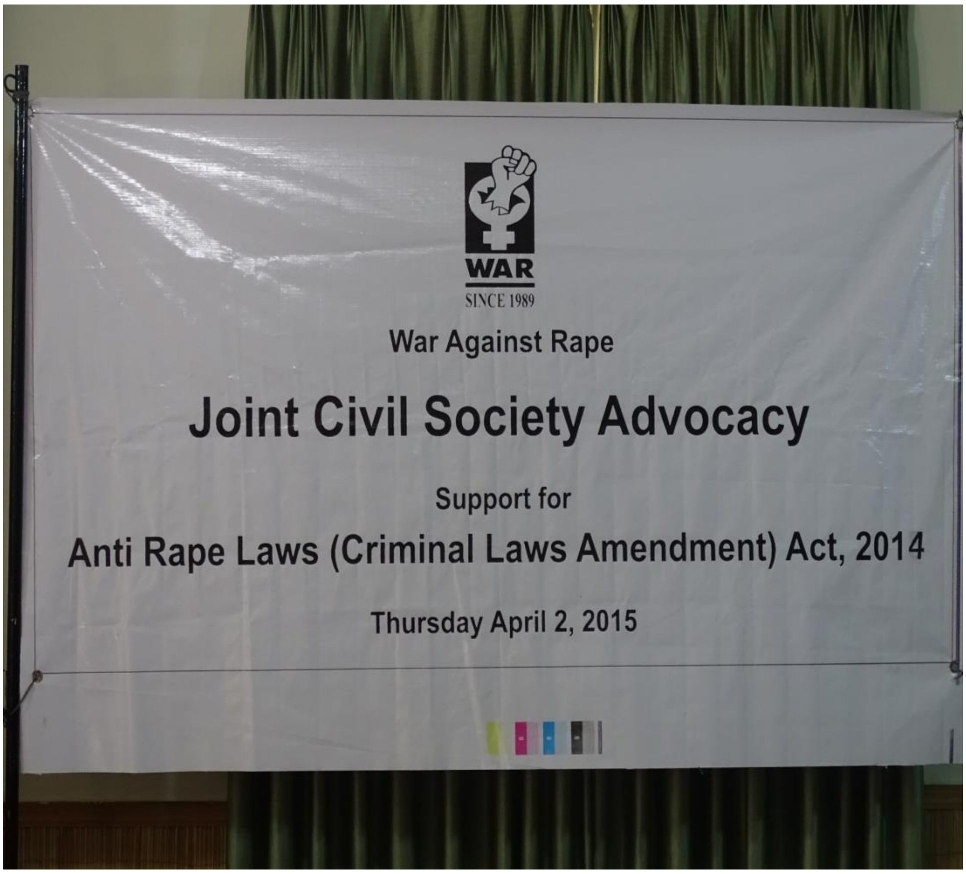
فون # 35373008,35830903.35301975 (9221)

ای میل : waragainstrape.khi@gmail.com

سوشل ویلفیئر ڈیپارٹمنٹ

چائلڈ پروٹیکشن یونٹ


**WAR held press briefing regarding Anti Rape Laws (Criminal Laws Amendment) Act, 2014**. NGOs, members of civil society, Lawyers, Doctors and Media personnel invited. Alliance in support of Anti Rape Laws (ASARL) comprising of different NGOs, and members of Civil Society called upon the government not to let the Anti Rape Laws Act, 2014, recently passed by Senate, to lapse and urged the government and the opposition to ensure passage of this Bill as soon as possible in the National Assembly for discussing, time cape of rape cases should be decided withing 6 month, Investigation officer would be liable to be punished for three year, all government hospitals should be suppose to conduct the medico legal examination of rape survivors and without any witness raped survivor should be considered. DNA must be done and identification of rape survivors would not be revealed without the consent of the guardian.


WAR
SINCE 1989
War Against Rape
Joint Civil Society Advocacy
Support for
Anti Rape Laws (Criminal Laws Amendment) Act, 2014
Thursday April 2, 2015

# War Against Rape

# War Against Rape

**Awareness Campaign through Broadcasting** of paid awareness messages/content on local Cable TV and Mobile SMS System first time by WAR. Through this component WAR spread awareness-raising regarding prevention of Sexual Violence and Child Sexual Abuse. Also if the law enforcement authority didn't register the FIR or medico-legal examination of survivors of sexual violence, so they can take support from WAR. WAR's contact information provided as well.

- Public Service Messages were drafted and spread through Message Alert System:

[Mama Cash Closed Project-2014-2015\War Against Rape.swf]

War Against Rape.swf