

बाल लैंगिक शोषणः प्रतिबंध आणि प्रतिक्रिया

काळजीवाहकांसाठी हस्तपुस्तिका



१. प्रस्तावना

जेव्हा एखादी प्रभावशाली व्यक्ती (मूल किंवा प्रौढ) लैंगिक समाधान मिळवण्याच्या आणि/किंवा अपमान करण्याच्या हेतूने मुलासोबत कोणत्याही प्रकारचं लैंगिक कृत्य करते तेव्हा त्याला बाल लैंगिक शोषण असं म्हणतात. यामध्ये प्रत्यक्ष किंवा अप्रत्यक्षपणे बळाचा वापर केला जातो. या उल्लंघनाचा लक्षणीय परिणाम पीडित मुलाचे सध्याचे विचार व दृष्टिकोन तसेच भावी आयुष्यात त्यांना येणाऱ्या अनुभवांवर होऊ शकतो. परंतु बाल लैंगिक शोषणास प्रतिबंध करणे आणि त्याच्या नकारात्मक परिणामांमधून सावरणे, या दोन्ही गोष्टी शक्य आहेत.

प्रौढ व्यक्ती आणि काळजीवाहक म्हणून आपल्या मुलांना सुरक्षित ठेवणे ही आपली जबादारी असून त्याकरिता लैंगिक शोषणापासून सुरक्षित राहण्यासाठी आवश्यक असलेली माहिती, कौशल्ये आणि दृष्टिकोन त्यांना प्रदान करणे गरजेचे आहे. मुलांना वैयक्तिक सुरक्षा शिकवण्यासाठी त्यांचे पालक, शिक्षक आणि काळजीवाहक याच व्यक्ती सर्वाधिक योग्य व आदर्श आहेत. त्याचमुळे त्यांना हा विषय अधिक सखोलपणे समजावून सांगत त्यांना मुलांच्या सुरक्षेत सहभागी करून घेणारे सोपे उपाय सुचवण्यासाठी, हे पुस्तक लिहिले गेले आहे.

तसेच मुलांचे लैंगिक शोषण झाल्याचे लक्षात आल्यास, त्यांच्या काळजीवाहकांना या घटना प्रभावीपणे हाताळण्यासाठी योग्य माहिती पुरवून सुसज्ज बनवणे, हेदेखील या हस्तपुस्तिकेचे उद्दिष्ट आहे. मुलांना मदत मागण्यास प्रोत्साहित करण्यासाठी, त्यांचे काळजीवाहक म्हणून आपण अधिक पोषक व सुरक्षित वातावरण निर्माण करणे गरजेचे आहे, जिथे त्यांना सहजपणे मदत मागता येईल.

कोणत्याही जातीधर्माच्या, संस्कृतीच्या, लिंगाच्या आणि विभिन्न सामाजिक-आर्थिक गटामधील मुलांचे लैंगिक शोषण होऊ शकते. बहुतांशी मुले काहीही न बोलता, शांतपणे शोषण सहन करतात. परंतु जर लैंगिक शोषणास प्रतिबंध करायचा असेल आणि पीडित मुलांना शोषणाच्या दुष्परिणामांमधून सावरण्यासाठी मदत करायची असेल, तर त बोलणे गरजेचे आहे.

बाल लैंगिक शोषणास प्रतिबंध करण्यासाठी पुढील पावले उचलून मुलांचे प्राथमिक काळजीवाहक म्हणून तुम्ही पुढाकार घेऊ शकता.

२. जागरूक व्हा - बाल लैंगिक शोषणाची समस्या समजून घ्या

✿ बाल लैंगिक शोषणामध्ये कोणकोणत्या कृत्यांचा समावेश होतो?

बाल लैंगिक शोषणामध्ये स्पर्शयुक्त आणि स्पर्शरहित शोषणाचा समावेश होतो.



अ. स्पर्शयुक्त लैंगिक शोषण

- स्पर्शयुक्त शोषण हे दोन प्रकारांनी केले जाऊ शकते:
 - अंतर्भेदी: लिंग-योनी संभोग, गुदामैथून किंवा मुखमैथून
 - अंतर्भेदाचा समावेश नसलेले: मुलांचे खासगी अवयव कुरवाळणे किंवा त्यांना इतर व्यक्तींच्या खासगी अवयवांना स्पर्श करण्यास भाग पाडणे

ब. स्पर्शरहित लैंगिक शोषण

- मुलाला इतर व्यक्तींचा संभोग पहायला लावणे किंवा त्यांना इतरांचे खासगी अवयव दाखवणे किंवा मूल अंघोळ करत असताना किंवा कपडे बदलत असताना त्यांचे खासगी अवयव पाहणे किंवा त्यांना लैंगिक/अश्लील साहित्य/मजकूर दाखवणे. वरील सर्व कृत्ये ही ऑनलाईन किंवा ऑफलाईन असू शकतात.
- मुलासोबत संभोग आणि लैंगिक संबंधांविषयी बोलणे किंवा लैंगिक शिरेबाजी करणे.
- ऑनलाईन घडणारे लैंगिक शोषण ज्याला ऑनलाईन लैंगिक शोषण असेदेखील म्हटले जाते. जसे की, सायबर बुलिंग (ऑनलाईन छळ वणूक), सायबरस्टॉकिंग (मुलांवर अत्याचार करण्यासाठी किंवा धमकावण्यासाठी इलेक्ट्रॉनिक माध्यमांचा वापर करणे), सेक्सटोर्शन (लैंगिक उद्दिष्टांसाठी मुलांना धमकावणे किंवा त्यांच्यावर जबरदस्ती करणे) आणि बाल लैंगिक शोषणाचे थेट प्रक्षेपण (लाइव्ह स्ट्रीमिंग).



✿ बाल लैंगिक शोषण ही किती व्यापक समस्या आहे?

आकडेवारी हे दर्शवते की, प्रत्येक दोन मुलांमागे एका मुलावर लैंगिक शोषण होते.


- **५३.२२%** मुलांनी सांगितल्याप्रमाणे, त्यांनी लैंगिक शोषणाचा कोणत्या ना कोणत्या प्रकारे सामना केलेला आहे.



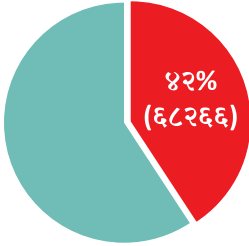
- **५०%** शोषणकर्ते हे मुलाला ओळखत होते किंवा त्यांच्या विश्वासू आणि जबाबदार व्यक्तींपैकी होते (जसे कौटुंबिक सदस्य, जवळचे नातेवाईक, मित्र किंवा शेजारी)
- **५२.९४%** मुलांनी त्यांना बाल लैंगिक शोषणाचा कोणत्या ना कोणत्या प्रकारे अनुभव आल्याचे सांगितले त्यामुळे लैंगिक शोषणाचा मुलांना व मुलींना समान धोका आहे.



माहितीस्रोत: महिला व बालविकास मंत्रालयाने २००७ मध्ये आयोजित केलेला बाल शोषणावरील अभ्यास २०२१ मध्ये प्रसिद्ध केलेली आकडेवारी

- २०२१ मध्ये मुलांसोबत घडलेल्या लैंगिक अपराधांचे प्रमाण २०२० मध्ये नोंदवलेल्या घटनांच्या तुलनेत **१०%** नी वाढल्याचे दिसून आले. **१०%**  **२०२१ पासून**

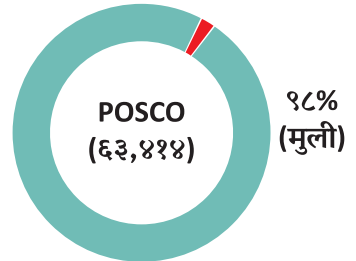
एकूण = १,६२,४४९



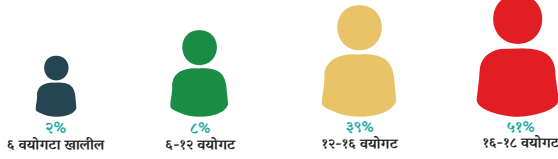
■ बाल लैंगिक शोषण ■ बाल शोषण

- मुलांसोबत घडलेल्या अपराधांची एकूण १,६२,४४९ प्रकरणे नोंदवण्यात आली, ज्यापैकी ६८,२६६ प्रकरणे ही विविध प्रकारच्या लैंगिक अपराधांशी संबंधित होती. म्हणजेच मुलांसोबत घडलेल्या सर्व अपराधांपैकी **४२%** अपराध हे लैंगिक स्वरूपाचे होते.

- लैंगिक अपराधांपासून बाल संरक्षण अधिनियम किंवा पॉक्सो अंतर्गत ६३,४१४ प्रकरणे नोंदवण्यात आली तसेच ह्या कायद्यांतर्गत नोंदवलेल्या घटनांमधील एकूण पीडित व्यक्तींपैकी **९८%** मुली होत्या.



- पॉक्सो कायदा अस्तित्वात असूनदेखील, मुलांसोबत घडलेल्या ४,८५२ लैंगिक अपराधांची नोंद भारतीय दंडसंहितेच्या विविध कलमांच्या अंतर्गत करण्यात आलेली आहे.
- मुलांवर झालेल्या बलात्कारांची एकूण ३९,५९४ प्रकरणे नोंदवण्यात आली, ज्यांचे प्रमाण हे मुलांवर झालेल्या सर्व प्रकारच्या लैंगिक अपराधांच्या तुलनेत ५८% होते.
- बहुतांशी पीडित मुले (५१%) १६ ते १८ या वयोगटामधील आहेत.



- १७% घटनांमध्ये शोषणकर्ते हे पीडित मुलाच्या परिचयातील होते.
- लैंगिक अपराधांच्या सर्वाधिक घटनांची नोंद ही अनुक्रमे उत्तर प्रदेश, १६६४ (१४%), महाराष्ट्र, ७,६४१ (११%) आणि मध्यप्रदेश ६,१६२ (०९%) या तीन राज्यांमध्ये करण्यात आली.
- मुलांसोबत घडलेल्या सायबर अपराधांची एकूण संख्या १३६० होती. सायबर अपराधांच्या अंतर्गत ११७१ घटना या मुलांना लैंगिक कृत्ये करताना दाखवणाऱ्या साहित्याचे इलेक्ट्रॉनिक माध्यमांद्वारे केलेले प्रकाशन किंवा प्रसारणाशी संबंधित होत्या.



माहितीस्रोत: महिला व बालविकास मंत्रालयाने २०२२ मध्ये प्रसिद्ध केलेली आकडेवारी

✿ बाल लैंगिक शोषणाचे काय दुष्परिणाम होतात?

बाल लैंगिक शोषणाचे दुष्परिणाम शारीरिक (शरीर), मानसिक (मन), भावनिक आणि सामाजिक स्तरांवर दिसून येऊ शकतात. तसेच मुलांच्या लैंगिक विकासावर आणि वर्तनावरदेखील शोषणाचा विपरीत परिणाम होऊ शकतो. बाल लैंगिक शोषणानंतर सर्वप्रथम पीडित मुलांमध्ये खालील नकारात्मक भावनांचा संघर्ष दिसू शकतो. जसे की -

- शरम
- अपराधीपणा
- दुःख
- राग
- भीती



- धक्का
- गोंधळ

मुलांना तातडीची मदत किंवा लैंगिक शोषणाच्या दुष्परिणामांमधून सावरण्याची संधी न मिळाल्यास हे परिणाम दीर्घकाळ टिकू शकतात आणि त्यांचा प्रभाव हा अगदी त्यांच्या प्रौढत्वातदेखील जाणवू शकतो.

✶ बाल लैंगिक शोषणाच्या दीर्घकालीन दुष्परिणामांमध्ये खालील गोष्टींचा समावेश होतो:

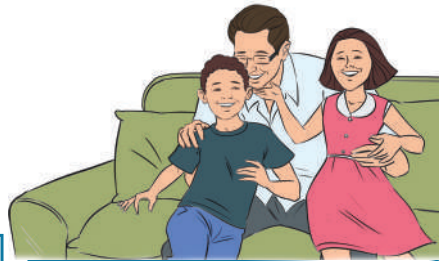
- नैराश्य
- आत्मघातकी कृत्ये किंवा वर्तन
- आत्महत्येची प्रवृत्ती
- चिंतेशी संबंधित मानसिक विकार
- अंमली पदार्थांचा अतिप्रमाणात व हानीकारकपणे केलेला वापर
- अयोग्य किंवा अतिकामुक वर्तन
- इतरांवरील अविश्वास
- अचूक निर्णय घेता न येणे
- निकोप लैंगिक नातेसंबंध निर्माण करण्यात अपयशी ठरणे
- नाती टिकवण्यामध्ये अडचणी येणे

३. बाल लैंगिक शोषण समजून घेऊन या समस्यांच्या प्रतिबंधामध्ये सहभाग घेणे

✶ मुलांना किंवा किशोरांना सुरक्षित ठेवण्याचे उपाय

वैयक्तिक सुरक्षेवर तुमच्या मुलांसोबत किंवा किशोरांसोबत मोकळेपणाने संवाद साधण्यासाठी व त्यांना मदत करण्यासाठी खाली काही उपाय दिलेले आहेत.

- जागरूक व्हा: जागरूक पालक व काळजीवाहक त्यांच्या मुलांना किंवा किशोरांना लैंगिक शोषणापासून सुरक्षित ठेवत अशा प्रकारच्या घटना अधिक चांगल्याप्रकारे हाताळू शकतात. तंत्रज्ञान, छळ वणूक आणि शोषणाविषयी अधिक जाणून घ्या, एखाद्या शोषणजन्य परिस्थितीची लक्षणे कोणती, असे प्रसंग टाळण्याचे आणि त्यासंदर्भाने मदत/आधार मिळवण्याचे मार्ग समजून घ्या.



जर तुम्हाला एखाद्या प्रसंगामध्ये अस्वस्थ वाटत असेल, तर तुमची अस्वस्थता सुयोग्यपणे मांडा. बाल लैंगिक शोषणाविषयी सखोल माहिती मिळवण्यासाठी विविध संसाधने शोधा व त्यांचा लाभ घ्या.

- **सहभागी व्हा:** तुमच्या मुलांच्या किंवा किशोरांच्या आयुष्यात सक्रियपणे सहभागी व्हा, कारण तुम्ही घेत असलेली काळजी आणि तुमच्यासारखे लक्ष त्यांच्यावर अन्य कोणीही ठेवू शकत नाही. आदर आणि समानुभूती कशी दाखवायची, हे तुमच्या मुलांना किंवा किशोरांना कृतीतून शिकवा.
- **बिनशर्त प्रेम करा:** तुमच्या मुलांना किंवा किशोरांना सांगा की, त्यांच्या शैक्षणिक कामगिरीवर किंवा यशावर तुमचे त्यांच्यावरील प्रेम अवलंबून नाही. तुमच्या मुलांवर किंवा किशोरांवर वाईटपणाचा शिक्का मारू नका आणि नेहमी हे अधोरेखित करा की, व्यक्ती म्हणून ते वाईट नसून, केवळ त्यांचे विशिष्ट 'वर्तन' अयोग्य आहे.
- **ऐका:** त्यांच्या समस्या ऐकून घ्या, भावना जाणून घ्या व त्याविषयी त्यांच्याशी बोला. जेणेकरून तुम्ही त्यांना चांगल्या प्रकारे समजून घेता, असा विश्वास त्यांच्या मनात निर्माण होईल आणि परिणामी स्वतःच्या भावना ओळखून ते त्यांविषयी बिनदिवकतपणे बोलू शकतील. जर त्यांना असुरक्षित वाटत असेल किंवा एखाद्या व्यक्तीचे वागणे भीतीदायक वाटत असेल, तर त्याविषयी बोलण्यासाठी त्यांना प्रोत्साहित करा. त्यांना नेहमी या गोष्टीची जाणीव करून द्या की, ते तुमच्याकडून आणि इतर प्रौढांकडून कधीही मदत मागू शकतात.
- **सांगा:** तुमच्या भावना, तुमच्या आयुष्यातील कटूगोड अनुभव किंवा आव्हाने तसेच तुम्ही त्यांच्यावर कशा प्रकारे मात केलीत, याविषयी तुमची मुलं किंवा किशोरांसोबत संवाद साधा. जेव्हा तुम्ही स्वतःच्या भावना आणि समस्यांविषयी बोलाल, तेव्हा तुमची मुले किंवा किशोर, त्यांच्यावर आलेली कठीण परिस्थिती ओळखायला व हाताळायला शिकतील.
- **आदर:** स्पर्श आणि आलिंगनाबाबत तुमच्या मुलांच्या किंवा किशोरांच्या भावनांचा आदर करा. जर त्यांना कुटुंबातील किंवा अनोळखी व्यक्तींप्रती, शारीरिक जिद्दाळा किंवा आदर दाखवणे आवडत नसेल, तर त्यांच्यावर कोणतीही सक्ती करू नका. कुटुंबीयांप्रती प्रेम किंवा आदर व्यक्त करण्याचे इतर पर्याय शोधण्यामध्ये त्यांना मदत करा. जेणेकरून तुमच्या मुलांना किंवा किशोरांना वैयक्तिक मर्यादा निर्धारित करणे सोपे जाईल. जेव्हा घरातील वडीलधारे लहान मुलांच्या वैयक्तिक मर्यादांचा आदर करतील, तेव्हा त्या मुलांना असुरक्षित प्रसंगांमधील जवळीक कशी थांबवायची किंवा नकोशा वाटणाऱ्या स्पर्शांना नकार कसा द्यायचा, हे शिकता येईल.



- प्रश्नांची उत्तरे द्या: मुलांच्या किंवा किशोरांच्या प्रश्नांना आणि त्यांनी केलेली विधाने अथवा शेल्यांना मोकळेपणाने उत्तरे द्या. विशेषतः हे प्रश्न लैंगिकता किंवा पौगंडावस्थेशी संबंधित असतील, तर त्यांच्या वयाला साजेशी किंवा अनुरूप उत्तरे द्या. तुम्हाला त्यांच्या एखाद्या प्रश्नाचे उत्तर येत नसेल, तर सध्या मला तुमच्या प्रश्नाचे उत्तर माहीत नाही असे त्यांना सांगून, तुम्ही नंतर त्याचे उत्तर शोधून त्यांना सांगाल, असा विश्वासदेखील देऊ शकता. तुम्ही त्यांच्या प्रश्नांमुळे अस्वस्थ झालात, तरीदेखील त्यांची उत्तरे देणे टाळू नका, कारण तुमची अस्वस्थता मुलांच्या लक्षात येईल आणि भविष्यात त्यांचे प्रश्न किंवा शंका घेऊन ते तुमच्याकडे येणार नाहीत.

- प्रमुख नियम ठरवा: तुमची मुले मोठी असतील तर इलेक्ट्रॉनिक उपकरणांच्या वापराबाबत त्यांच्या संमतीने काही नियम किंवा मार्गदर्शक सूत्रे ठरवून घ्या. आणि तुमची मुले लहान असतील तर त्यांच्यासाठी काही विशिष्ट नियम आखून तुम्ही त्यांना अधिक चांगल्याप्रकारे मार्ग दाखवू शकता.
- त्यांना जबाबदार नेटीझन/नेटकरी होण्यासाठी मदत करा: जबाबदार नेटीझन/नेटकरी होणे



- म्हणजे आपल्या कोणत्याही ऑनलाईन कृत्याचा किंवा वर्तनाचा स्वतःवर, इतरांवर तसेच एकंदर ऑनलाईन समुदायावर किंवा विश्वावर काय परिणाम होईल, याचा विचार करणे. सोशल मीडियाचा जबाबदारीपूर्ण वापर, सायबर छळ वणूक, सेक्स्टिंग आणि ऑनलाईन लैंगिक साहित्य इत्यादी विषयांवर आपल्या मुलांसोबत नियमितपणे व सौजन्यपूर्ण संवाद साधल्यास, त्यांना ऑनलाईन वर्तणुकीबाबत योग्य निर्णय घेता येईल.
- तुम्ही तुमच्या मुलांसाठी सर्वोत्तम शिक्षक आहात आणि त्यामुळे त्यांना वैयक्तिक सुरक्षा संदेश शिकवा: ऑनलाईन आणि ऑफलाईन शोषण तसेच वैयक्तिक सुरक्षेविषयी मुलांशी लहानपणीच बोला. त्यांच्यासाठी काय सुरक्षित व असुरक्षित आहे हे समजून घेण्यासाठी

त्यांना मदत करा. मुलांना ज्याप्रमाणे लहानपणीच रस्ता ओलांडणे किंवा टोकदार वस्तू वापरण्यासंबंधीचे नियम शिकवले जातात, त्याचप्रमाणे आपण त्यांना खासगी अवयव, वैयक्तिक सुरक्षा आणि लैंगिक शोषणापासून सुरक्षित कसे राहायचे, हे विषयदेखील शिकवू शकतो. मुलांना किंवा किशोरांना सुरक्षित ठेवण्यासाठी त्यांना वैयक्तिक सुरक्षा नियम शिकवणे गरजेचे आहे.

आम्ही समजू शकतो की, तुमच्या मुलांसोबत किंवा किशोरांसोबत लैंगिक शोषणासारख्या विषयावर बोलताना तुम्हाला अस्वथता जाणवू शकते. हे स्वाभाविक आहे. परंतु आपली अस्वस्थता बाजूला ठेवून तुम्ही तुमच्या मुलांसोबत किंवा किशोरांसोबत या विषयांवर बोलणे आवश्यक आहे. कारण हा संवाद त्यांना सुरक्षित ठेवण्यासाठी उपयुक्त ठरू शकतो.



पुढील भाग तुम्हाला तुमच्या मुलांसोबत वैयक्तिक सुरक्षेविषयीचा संवाद सुरु करण्यासाठी उपयुक्त ठरेल. हा संवाद साधण्यासाठी तुम्हाला आणखी मदत हवी असेल, तर तुम्ही आमच्याशी कधीही संपर्क साधू शकता.

४. वैयक्तिक सुरक्षा शिक्षण कार्यक्रम

- वैयक्तिक सुरक्षा शिक्षण कार्यक्रम हा जीवन कौशल्यांवर आधारित पाठ्यक्रम असून तो मुलांना किंवा किशोरांना वयानुरूप माहिती, दृष्टिकोन आणि कौशल्ये पुरवून त्यांना असुरक्षित परिस्थिती आणि स्पर्श ओळखणे, ठामपणे नकार देणे तसेच इतरांकडून मदत मागणे यासाठी सक्षम करतो.
- या कार्यक्रमांमध्ये मुलांना किंवा किशोरांना गोष्टी सांगून तसेच त्यांच्या दैनंदिन आयुष्यात घडणारे विविध प्रसंग आणि उदाहरणांवर चर्चा करून त्यांना वैयक्तिक सुरक्षेचे संदेश शिकवले जातात.

❖ मुलांना सुरक्षित व असुरक्षित स्पर्श तसेच परिस्थिती समजून घेण्यास मदत करणे:



तुमच्या आजूबाजूला धोका नसतो किंवा तुम्हाला इजा किंवा नुकसान करणारं कोणी नसतं तेव्हा त्याला **सुरक्षित** असे म्हणतात. जेव्हा तुम्ही सुरक्षित असता, तेव्हा बहुतेकदा तुम्ही आनंदी असता.

उदाहरणार्थ,

- तुमचे पालक किंवा मित्र/मैत्रीण तुमचा हात पकडतात
- तुम्ही टीव्हीवर तुमचा आवडता कार्यक्रम बघत आहात.
- तुमच्या खासगी अवयवांचे आरोग्य तपासण्याच्या दृष्टीने डॉक्टर त्यांना स्पर्श करतात.
- एखादी व्यक्ती तुम्हाला मिठी मारते आणि तुम्हाला ते आवडते.



आपल्याला काहीतरी धोका असतो किंवा कुणीतरी आपल्याला इजा करण्याच्या किंवा दुखावण्याच्या प्रयत्नात असते तेव्हा त्याला **असुरक्षित** असे म्हणतात. जेव्हा तुम्ही असुरक्षित असता, तेव्हा तुम्हाला प्रामुख्याने दुःख, राग, भीती किंवा गोंधळ यांसारख्या भावना जाणवतात.

उदाहरणार्थ,

- एखादी व्यक्ती तुम्हाला मारते.
- एखादी व्यक्ती तुम्हाला जिऱ्यांवरून खाली ढकलते.
- तुमचे मित्र/मैत्रीण तुम्हाला लोकांचे खासगी अवयव दिसत आहेत असा एखादा व्हिडिओ पाठवतो/ते.
- 'ट्रुथ किंवा डेअर' खेळताना तुम्हाला एखाद्या व्यक्तीच्या ओठांचे चुंबन घेण्याचे डेअर दिले जाते.

❖ मुलांसाठी वैयक्तिक सुरक्षा नियम/मार्गदर्शक सूत्रे: (वयोगट ६-११)

- माझे खासगी अवयव स्वच्छ आणि निरोगी ठेवण्याव्यतिरिक्त त्यांना स्पर्श करणे, त्यांच्याकडे पाहणे किंवा त्यांविषयी बोलणे असुरक्षित आहे.



- 'नाही' म्हणा आणि निघून जा
- एखाद्या मदतशील प्रौढ व्यक्तीला सांगा
- तुम्हाला मदत मिळत नाही तोपर्यंत सांगत रहा.
- एखादी व्यक्ती तुम्हाला असुरक्षित करत असेल तर त्यात 'तुमची चूक नाही'.

✦ मुलं लहान असतील तर त्यांना वैयक्तिक सुरक्षा संदेश कशाप्रकारे शिकवता येतील:

अ. त्यांच्या दैनंदिन आयुष्याशी निगडित प्रसंग, क्रिया (दिनचर्येतील गोष्टी) व वास्तववादी (नेहमी घडणाऱ्या) उदाहरणांचा वापर करा.

उदाहरणार्थ,

- लहान मुलांना अंघोळ घालत असताना त्यांना शरीराच्या सर्व अवयवांची नावे व त्यासोबत खासगी अवयवांची नावे शिकवा किंवा त्यांच्याकडून या नावांची पुन्हापुन्हा उजळणी करून घ्या तसेच खासगी अवयवांना स्वच्छ आणि निरोगी ठेवणे कसे महत्त्वपूर्ण आहे याविषयी त्यांच्याशी बोला.
- तुमच्या मुलाला खासगी अवयवांविषयी जाणून घेण्याची उत्सुकता असेल किंवा ते त्याविषयी प्रश्न विचारत असतील, तर घाबरून जाऊ नका किंवा त्यांना उत्तरे देण्याचे टाळू नका. त्यांच्या वयाला साजेशी किंवा अनुरूप माहिती पुरवून त्यांच्या प्रश्नांना आत्मविश्वासाने सामोरे जा.



ब. वैयक्तिक सुरक्षा शिकवताना 'जर असे झाले तर' (संभाव्यात्मक) प्रश्नांचा उपयोग करा. जेणेकरून मुलांना या माहितीचा त्यांच्या आयुष्यातील संभाव्य परिस्थितींसोबत संबंध जोडता येईल आणि

त्यामुळे त्यांच्या आयुष्यातील संभाव्य परिस्थितींसोबत संबंध जोडता येईल आणि त्यामुळे अशा प्रसंगांमध्ये सुयोग्य निर्णय घेण्याचा तसेच ठामपणे कृती करण्याचा आत्मविश्वास प्राप्त होईल. उदाहरणार्थ, जर असे झाले तर...

- ...डॉक्टर-डॉक्टर खेळताना, तुमच्या मित्राला/मैत्रीणीला तुमच्या खासगी अवयवांना स्पर्श करायचा आहे.
- ...तुमचा चुलतभाऊ/बहीण दुसऱ्या एखाद्या चुलतभावाला/बहिणीला चिडवायला आणि मारायला सांगत आहे.
- ...तुमच्या काकांना किंवा एखाद्या मोठ्या मुलाला तुमच्यासोबत स्पर्शाचा गुपित खेळ (सिक्रेट गेम) खेळायचा आहे.



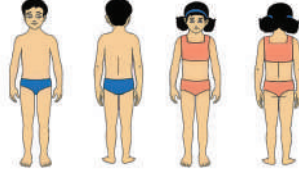
क. तुमच्या मुलांना सांगा की, त्यांना असुरक्षित वाटत असेल तर ते ठामपणे 'नाही' म्हणू शकतात. उदाहरणार्थ,

- समजा एखाद्या मुलाचा मित्र/त्यांची मैत्रीण खेळताना त्याच्या/तिच्या खासगी अवयवांना स्पर्श करत असेल आणि हे चुकून होत आहे की मुद्दाम केले जात आहे याविषयी त्याच्या/तिच्या मनात संभ्रम असेल, तर अशा परिस्थितीमध्ये त्यांना 'नाही' म्हणायला शिकवा, कारण तो स्पर्श त्यांना अस्वस्थ करत आहे.

ड. तुमच्या मुलाला भीती, गोंधळ किंवा असुरक्षित वाटेल किंवा त्यांच्यावर एखादी आपत्कालीन परिस्थिती येईल तेव्हा मदतशील प्रौढ व्यक्तींकडून मदत कशी मागायची हे शिकण्यासाठी त्यांना प्रोत्साहित करा.

६ ते ११ वयोगटासाठी महत्त्वपूर्ण वैयक्तिक सुरक्षा संदेश

खाजगी अवयव



आपल्या शरीराचे जे अवयव सामान्यतः पोहोण्याच्या कपड्यांनी किंवा अंडरवेअर, चड्डी, बनियन, स्लीप, किंवा समीज यांसारख्या अंतर्वस्त्रांनी (आतल्या कपड्यांनी) झाकलेले असतात त्यांना खाजगी अवयव असे म्हणतात.

वैयक्तिक सुरक्षा मार्गदर्शक सूत्रे

वैयक्तिक सुरक्षा मार्गदर्शक सूत्रे ४



मदत मिळेपर्यंत सांगत राहा.

वैयक्तिक सुरक्षा मार्गदर्शक सूत्रे १

खाजगी अवयवांना स्पर्श करणे, पाहणे, किंवा बोलणे असुरक्षित आहे.



ह्यात माझी कधीच चूक नाही!

वैयक्तिक सुरक्षा मार्गदर्शक सूत्रे ३



एखाद्या मदतशील प्रौढाला सांगा.

वैयक्तिक सुरक्षा मार्गदर्शक सूत्रे २



'नाही' म्हणा आणि तिथून निघून जा.

ऑनलाईन सुरक्षा



तुम्ही ऑनलाईन असताना जर एखाद्या व्यक्तीने तुम्हाला खाजगी अवयव दाखवून किंवा त्यांविषयी बोलून असुरक्षित केल्यास, तुम्ही त्या व्यक्तीला स्पष्टपणे नाही म्हणू शकता, त्यांना अनफ्रेंड आणि ब्लॉक करू शकता आणि त्यानंतर तुमच्या मदतशील प्रौढाशी बोलू शकता.

✿ किशोरवयीन मुलांसाठी वैयक्तिक सुरक्षेचे कृतीबिंदू: (वयोगट १२-१५)

खासगी अवयवांना स्पर्श करून, त्यांच्याकडे पाहून आणि त्यांविषयी बोलून लैंगिक शोषण होऊ शकतं. तुमचे खासगी अवयव स्वच्छ आणि निरोगी ठेवण्याव्यतिरिक्त जर एखादी व्यक्ती त्यांना स्पर्श करत असेल, त्यांच्याकडे पाहत असेल किंवा त्यांविषयी बोलत असेल तर ते असुरक्षित आहे. कोणतीही असुरक्षित घटना घडल्यास, आपण खालील कृतीबिंदूंचा वापर करू शकतो:

- ठामपणे नकार द्या आणि निघून जा.
- एखाद्या मदतशील प्रौढ व्यक्तीला सांगा
- जोपर्यंत तुम्हाला मदत मिळत नाही तोपर्यंत सांगत रहा
- एखादी व्यक्ती तुम्हाला असुरक्षित करत असेल तर त्यात तुमची चूक नाही.

✿ किशोरवयीन मुलांना वैयक्तिक सुरक्षेचे संदेश कशाप्रकारे शिकवले जाऊ शकतात: (वयोगट १२-१५)

अ. किशोरवयीन मुलांसोबत (वयोगट १२-१५) लैंगिक शोषण या विषयावर संवाद साधायचा असेल, तर त्यांच्यासाठी जे विषय जिद्दाल्याचे आहेत, त्यांच्यापासून चर्चा किंवा संवाद सुरू होणे गरजेचे आहे. जसे की नातेसंबंध, वैयक्तिक मर्यादा, किंवा संमती.

उदाहरणार्थ,

- सुरक्षित आणि असुरक्षित नातेसंबंध हा विषय निवडून तुम्ही संवादाला सुरुवात करू शकता. ज्या नात्यामध्ये आपल्या वैयक्तिक मर्यादांचा सन्मान केला जातो आणि जिथे आपल्याला सुरक्षित तसेच स्वस्थ वाटते ते नाते सुरक्षित असते, तसेच ज्या नात्यामध्ये एखादी व्यक्ती आपल्या वैयक्तिक मर्यादांचे उल्लंघन करते आणि आपल्याला असुरक्षित तसेच अस्वस्थ करते, ते नाते असुरक्षित असते.

ब. कोणकोणती परिस्थिती किंवा कृत्ये असुरक्षित असू शकतात आणि स्वतःला सुरक्षित ठेवण्यासाठी (आत्मरक्षा) किशोरवयीन मुले (वयोगट १२-१५) कोणते उपाय करू शकतात, या विषयांवर त्यांच्यासोबत चर्चा करा.

उदाहरणार्थ,

- 'जर एखाद्या ठिकाणी राहायला गेल्यानंतर, तिथे तुम्हाला असुरक्षित वाटले, तर तुम्ही काय कराल?'
- 'दुथ ऑर डेअर' च्या खेळादरम्यान जर तुम्हाला एखाद्या व्यक्तीच्या ओठांचे चुंबन घेण्याचे डेअर आले, तर तुम्ही काय कराल?'

- क. वृत्तपत्रातील एखादी बातमी किंवा माहितीपर लेख, चित्रपट, टीव्ही शो, शालेय उपक्रमांच्या माध्यमातून किंवा त्यांच्या दैनंदिन जीवनातील अन्य पैलूवर त्यांच्यासोबत चर्चा करूनही, तुम्ही तुमच्या किशोरवयीन मुलासोबत (वयोगट १२-१५) 'लैंगिक शोषणापासून सुरक्षित कसे राहायचे' या विषयावर प्रभावी संवाद साधू शकता.
- ड. लक्षात ठेवा, लैंगिक शोषणाच्या सर्व पैलूविषयी तुम्ही सुरुवातीलाच त्यांच्याशी बोललं पाहिजे, असा नियम नाही. एका वेळी एकाच विषयावर चर्चा करा, जेणेकरून किशोरवयीन



मुलांना (वयोगट १२-१५) दिलेली माहिती समजून घ्यायला पुरेसा वेळ मिळेल. परंतु हे संभाषण नियमितपणे किंवा सातत्याने होणे गरजेचे आहे, जेणेकरून आधी चर्चिलेले विषय या किशोरवयीन मुलांच्या (वयोगट १२-१५) पक्के लक्षात राहतील व त्याचा आगामी विषयांसोबत संबंध जोडताना त्यांना फायदा होईल.

- इ. किशोरवयीन मुलांसोबत (वयोगट १२-१५) प्रामाणिकपणे व मोकळेपणाने संवाद साधल्यास त्यांना एका गोष्टीची खात्री पटेल की, ते तुमच्याशी कोणत्याही विषयावर बोलू शकतात आणि काहीही झाले तरी तुम्ही त्यांचे बोलणे नेहमीच ऐकून घ्याल.

१२ ते १५ वयोगटासाठी महत्त्वपूर्ण वैयक्तिक सुरक्षा संदेश

माझ्या सुरक्षेबद्दल मला काय माहित आहे?

मला माहित आहे की, जेव्हा एखादी व्यक्ती माझे लैंगिक शोषण करण्याचा प्रयत्न करते तेव्हा आम्ही खंबीरपणे नकार देऊन तिर्युन निर्युन जाऊ शकतो.

मला माहित आहे की, लैंगिक शोषण हे खाजगी अवयवांना स्पर्श केल्याने, पाहिल्याने किंवा त्याविषयी बोलल्याने घडू शकते.

मला माहित आहे की, लैंगिक शोषण हे ऑनलाईन किंवा प्रत्यक्षतात घडू शकते.

आम्ही समवयस्कांचा दबाव, छळ वगणु क आणि असुरक्षित नातेसंबंध थांना देखील नाही म्हणू शकतो.

मला माहित आहे की जर एखाद्या मदतशील प्रौढाने मला मदत केली नाही तर आम्ही त्यांना पुन्हा-पुन्हा सांगण्याचा प्रयत्न करू शकतो किंवा इतर मदतशील प्रौढांकडे मदत मागू शकतो

मला माहित आहे की जर एखाद्या व्यक्तीने माझे लैंगिक शोषण केले तर त्याबद्दल मदतशील प्रौढांना सांगणे सर्वात चांगले असते.

मला माहित आहे की, जर एखादी व्यक्ती मला ऑनलाईन असुरक्षित करत असेल तर आम्ही त्यांना नाही म्हणू शकतो, त्यांना अनप्रेड आणि ब्लॉक करू शकतो, आम्ही मदतशील प्रौढांना त्याबद्दल सांगू शकतो.

मला माहित आहे की, जर एखादी व्यक्तीने माझे लैंगिक शोषण केले तर त्यामध्ने माझी चूक नाही.



❖ किशोरवयीन मुलांसाठी वैयक्तिक सुरक्षेचे कृतीबिंदू: (वयोगट १६-१८)

लैंगिक उद्देशाने शरीराच्या खासगी किंवा इतर अवयवांना स्पर्श करून, त्यांच्याकडे पाहून आणि त्यांविषयी बोलून लहान मुले किंवा किशोरांसोबत लैंगिक शोषण होऊ शकते. लैंगिक शोषण हे ऑनलाईन आणि ऑफलाईन दोन्ही प्रकारे घडू शकते. जर एखादी व्यक्ती लैंगिक शोषण करत असेल, तर आपण खालील कृतीबिंदूंचा वापर करू शकतो:

- ठामपणे नकार द्या आणि निघून जा.
- एखाद्या मदतशील प्रौढ व्यक्तीला सांगा
- जोपर्यंत तुम्हाला मदत मिळत नाही तोपर्यंत सांगत रहा
- एखादी व्यक्ती तुम्हाला असुरक्षित करत असेल तर त्यात तुमची चूक नाही.

❖ किशोरवयीन मुलांना वैयक्तिक सुरक्षेचे संदेश कशाप्रकारे शिकवले जाऊ शकतात: (वयोगट १६-१८)

अ. गेमिंग, नातेसंबंध किंवा समाजिक प्रसारमाध्यमे (सोशल मीडिया) इत्यादी विषयांवर लक्ष केंद्रित करून तुमच्या किशोरवयीन मुलासोबत (वयोगट १६-१८) लैंगिक शोषणाविषयी अत्यंत प्रभावीपणे संभाषण सुरू करता येऊ शकते. यातून त्यांना लैंगिक शोषण आणि नातेसंबंध यांसारख्या विषयांबद्दल किती माहीत आहे, याविषयी तुम्हाला अनुमान लावता येईल.

ब. त्यांच्यासोबत 'नातेसंबंध' आणि 'संमती' या विषयांवर चर्चा करा. विविध चित्रपट किंवा टीव्ही मालिकांमधील उदाहरणांची मदत घेऊन त्यांना सुरक्षित नातेसंबंधांची लक्षणे किंवा वैशिष्ट्ये तसेच त्याअंतर्गत येणारी वर्तने ओळखण्यास मदत करा.

उदाहरणार्थ,

- जर एखादी व्यक्ती तुमच्या इच्छेविरुद्ध काही गोष्टी/कृत्ये करण्यासाठी तुमच्यावर दबाव टाकत असेल, जसे की, वर्गातील तास बुडवणे, धूम्रपान किंवा अंमली पदार्थांचे सेवन इत्यादी, तर त्याला समवयस्कांचा दबाव असे म्हणतात. तुम्हाला अशा कृत्यांमध्ये सहभागी होण्याची काहीही गरज नाही.
- तुमचा एखादा मित्र/मैत्रीण किंवा इतर कोणतीही व्यक्ती प्रेमसंबंधांसाठी तुमच्यावर दबाव टाकत असतील तर तुम्ही त्यांना 'नाही' म्हणू शकता.
- तुमचा जोडीदार संमतीशिवाय तुमच्या खासगी अवयवांना स्पर्श करत असेल किंवा ओठांचे चुंबन घेण्यास सांगत असेल तर ते असुरक्षित आहे.

क. त्यांच्याशी लैंगिक अपराधांपासून बाल संरक्षण अधिनियम म्हणजेच 'पॉक्सो' कायद्याविषयी बोला. या कायद्याची निर्मिती त्यांना मदत करण्यासाठी झाली आहे, याची त्यांना

जाणीव करून द्या. जर त्यांनी असुरक्षित वर्तन किंवा कृत्यांमध्ये भाग घेतल्यास, त्यांना या कायद्याअंतर्गत कोणकोणत्या परिणामांना सामोरे जावे लागू शकते, याविषयी त्यांच्याशी चर्चा करा.

- ड. मुलांनी त्यांच्या सुरक्षेला सर्वोच्च प्राधान्य देणे गरजेचे आहे हे समजून घेण्यास त्यांना मदत करा.
- इ. त्याचबरोबर त्यांना हे सांगा की, आपण मोठे झालो आहोत असे त्यांना वाटत असले तरीही ते तुमच्यासोबत कधीही बोलू शकतात. तुम्ही नेहमीच त्यांचे ऐकून घ्याल आणि मदतसुद्धा कराल.

१६ ते १८ वर्षांच्या किशोरवयीन मुलांसाठी मुख्य वैयक्तिक सुरक्षा संदेश



✿ तुमच्या मुलांना आणि किशोरांना ऑनलाईन सुरक्षेविषयी समजावून सांगा:



अ. मुलांशी तसेच किशोरांशी ऑनलाईन सुरक्षेच्या महत्त्वपूर्ण मुद्द्यांविषयी बोलणे हासुद्धा या कार्यक्रमाचा एक मुख्य घटक आहे. तुमच्या मुलांना एक गोष्ट शिकवा की, जरी इंटरनेट हे त्यांच्याकरिता फायदेशीर असले, तरीसुद्धा त्यामुळे ते असुरक्षित होऊ शकतात आणि म्हणून त्यांनी स्वतःच्या ऑनलाईन सुरक्षेकडे लक्ष देणे अत्यंत गरजेचे आहे. उदाहरणार्थ,

– त्यांना समजून घेण्यास मदत करा की, त्यांचे खासगी तपशील जसे की; नाव, वय किंवा ठिकाणाविषयी इतरांना कळवणे असुरक्षित असू शकते.

ब. तुमच्या मुलांना किंवा किशोरांना ऑनलाईन असताना असुरक्षित वाटेल तेव्हा त्याबाबत त्याने तुम्हाला सांगावे यासाठी त्याला प्रोत्साहित करा.

क. तुमची मूले किंवा किशोर ऑनलाईन असतील, तेव्हा इतरांना आदर देण्याविषयी तसेच त्यांच्याप्रती समानुभूती बाळगण्याविषयी सांगा, जेणेकरून ते स्वतःसोबत इतरांनादेखील सुरक्षित ठेवू शकतील.

✿ मूलभूत नियम आखून घ्या:

अ. मुलांसोबत, विशेषतः किशोरवयीन मुलांसोबत, त्यांच्या संमतीने इंटरनेट वापरसंबंधीचे काही नियम ठरवून घ्या.

ब. इंटरनेट वापरण्याची एक विशिष्ट वेळ निश्चित करा.

क. तुमची मुले ऑनलाईन काय करतात, यावर तुम्हाला सहजपणे लक्ष ठेवता येईल, अशा एखाद्या ठिकाणी तुमची यंत्रणा (सिस्टीम) बसवा.

ड. तुमच्या मुलांच्या ऑनलाईन वावर आणि उपक्रमांवर लक्ष ठेवा.



५. बाल लैंगिक शोषणाने पीडित मुलांना किंवा किशोरांना मानसोपचार देण्याच्या पद्धती समजून घेणे व त्याला मदत करणे

कधीकधी मुलांना आणि किशोरांना लैंगिक शोषणापासून सुरक्षित ठेवण्याचे सर्व प्रयत्न करूनदेखील ते अशा घटनांना बळी पडतात. शोषणाच्या दुष्परिणामांवर मात करण्यासाठी आपण त्यांना मदत केली पाहिजे. त्यांना मदत करण्यासाठी आपण खालील पायऱ्यांचा अवलंब करू शकतो:

पहिली पायरी: मुलाचे किंवा किशोराचे लैंगिक शोषण झाल्याचे ओळखणे

दुसरी पायरी: मुलाला किंवा किशोराला त्यांच्या अनुभवाविषयी बोलण्यासाठी मदत करणे

तिसरी पायरी: शोषणाच्या दुष्परिणामांमधून सावरण्यासाठी मुलांना किंवा किशोरांना मानसोपचार तज्ज्ञांकडून उपचार घेण्यास मदत करणे

पहिली पायरी: मुलावर किंवा किशोरावर लैंगिक शोषण झाल्याचे ओळखणे

लैंगिक शोषणाच्या अनुभवातून गेलेल्या मुलाने किंवा किशोराने काय सहन केले आहे हे ओळखणे ही त्यांना मदत करण्यासाठीची पहिली पायरी आहे. बहुतांशी मुलांना किंवा किशोरांना लैंगिक शोषणाच्या अनुभवाविषयी बोलणे कठीण जाते. परंतु त्यांच्या वागण्यात दिसणाऱ्या बदलांवरून त्यांचे पालक आणि काळजीवाहक त्यांचे लैंगिक शोषण झाल्याचे ओळखू शकतात. केवळ 'एका विशिष्ट' वर्तनाच्या आधारावर आपण एखाद्या मुलावर लैंगिक शोषण झाल्याचा निष्कर्ष काढू शकत नाही. बाल लैंगिक शोषण ओळखण्यासाठी आपल्याला खालील घटकांची मदत मिळू शकते:

- मूत्रमार्गाला वारंवार संसर्ग होणे
- अज्ञात कारणांनी खासगी अवयवांना सूज येणे व त्यांच्याजवळील भाग दुखणे
- अन्नाचे अतिरिक्त सेवन किंवा उपाशी राहणे तसेच एकदम वजन वाढणे किंवा कमी होणे
- एखादी जागा, व्यक्ती किंवा रंगाची अचानकपणे भीती वाटायला लागणे
- शैक्षणिक कामगिरी एकाएकी खालावणे किंवा उंचावणे
- शोषण झाल्याचे अप्रत्यक्षपणे कबूल करणे किंवा तसे संकेत देणे
- त्या प्रसंगाविषयी सातत्याने बोलणे किंवा तो प्रसंग घडल्याचे नाकारणे
- वैरभावना किंवा आक्रमक वर्तनात वाढ होणे
- जोखमीच्या किंवा धोकादायक वर्तनात सामील होणे आणि नियम पाळण्यास नकार देणे
- एकटे राहावेसे वाटणे, अगदी मित्रांसोबतदेखील वेळ घालवण्याची इच्छा न होणे



- रात्री वारंवार भीतीदायक स्वप्नं पडणे

महत्त्वपूर्ण सूचना: वागण्यातील हे बदल किंवा शारीरिक तक्रारी केवळ लैंगिक शोषणाची शक्यता वर्तवतात आणि त्यामुळे आपण त्यांच्या आधारे लैंगिक शोषण झाल्याचा थेट निष्कर्ष काढू शकत नाही.

याव्यतिरिक्त काही लक्षणे अशी आहेत, ज्यांवरून आपण त्या मुलाचे किंवा किशोराचे लैंगिक शोषण झाल्याचे खात्रीशीरपणे सांगू शकतो:

- गर्भधारणा
- लैंगिक संबंधांतून पसरणाऱ्या आजारांचा (गुप्त्रोगांचा) संसर्ग होणे
- जर एखाद्या मुलाने तुम्हाला तसे सांगितले.

दुसरी पायरी: मुलाला किंवा किशोराला शोषणाविषयी बोलण्यासाठी मदत करणे

जर तुम्हाला पीडित मुलांना लैंगिक शोषणाच्या अनुभवांविषयी बोलण्यासाठी मदत करायची असेल, तर सर्वप्रथम हे समजून घेणे गरजेचे आहे की, मुलं या घटनांविषयी का बोलत नाहीत आणि अशा कोणत्या गोष्टी आहेत ज्या त्यांना शोषणाविषयी बोलण्यासाठी आणि मदत मागण्यासाठी सक्षम करू शकतात.

🦋 लैंगिक शोषणाविषयी बोलणे मुलांसाठी किंवा किशोरांसाठी का कठीण असते?

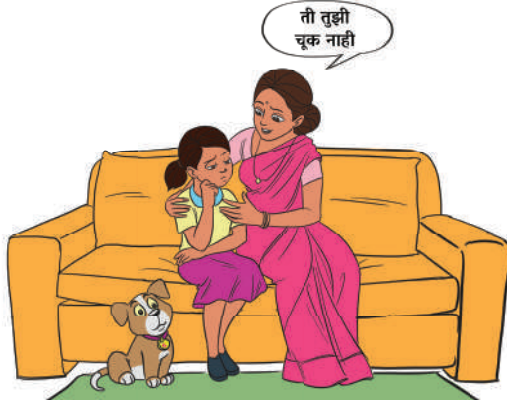
मुलांवर किंवा किशोरांवर नियंत्रण प्रस्थापित करून त्यांना शोषणाविषयी बोलण्यापासून परावृत्त करण्यासाठी शोषणकर्ते विविध तंत्रांचा वापर करू शकतात. त्यासाठी त्यांना धमकावणे, त्यांच्याविरुद्ध बळाचा वापर करणे किंवा त्यांच्या मनात काही विशिष्ट समजुती किंवा चुकीच्या धारणा निर्माण करणे, असे अनेक मार्ग वापरले जातात. या नियंत्रणाचा त्यांच्या मानसिकतेवर विपरीत परिणाम होतो आणि परिणामी मुलांमध्ये किंवा किशोरांमध्ये खालीलप्रमाणे काही चुकीच्या समजुती तयार होतात:



❖ मुलांना शोषणाविषयी बोलण्यासाठी कोणते घटक प्रवृत्त करतात?

- वैयक्तिक सुरक्षा शिक्षणासारख्या कार्यक्रमांमध्ये सहभागी झाल्यामुळे शोषणाविषयी समज निर्माण होते आणि जागरूकता वाढते.
- समुपदेशन, मानसोपचार किंवा वैयक्तिक सुरक्षा शिक्षणाच्या सत्रादरम्यान काही मुलं शोषणाच्या अनुभवाविषयी खुलासा करू शकतात.
- समंजस पालकांसोबत किंवा मुलं ज्या प्रौढ व्यक्तींसोबत सहजपणे बोलू शकतात त्यांच्यासोबत केलेली चर्चा प्रकटीकरणास मदत करते.
- शोषण सहन करण्याची क्षमता संपणे.
- लैंगिक शोषणाचा परिणाम म्हणून एखादी शारीरिक व्याधी किंवा आजार होतो.
- इतर मुलांचे किंवा किशोरांचे शोषण होऊ न देण्याची प्रबळ इच्छा निर्माण होते.

लक्षात ठेवा: मुलाची किंवा किशोराची चूक नाही



मुलांना किंवा किशोरांना लैंगिक शोषणाविषयी बोलण्यास मदत करण्यासाठी आश्वासक व सुरक्षित वातावरण निर्माण करा. सरतेशेवटी जेव्हा मुलं शोषणाविषयी बोलतील, तेव्हा त्यांना प्रभावी प्रतिसाद देणे अत्यंत गरजेचे आहे.

मुलांचे प्रकटीकरण प्रभावीपणे हाताळण्यासाठी पुढे काही मार्गदर्शनपर सूचना दिल्या आहेत:

हे करा

- शांत रहा.
- मुलावर किंवा किशोरावर विश्वास ठेवा.
- मुलाचे किंवा किशोराचे ऐकून घ्या.
- मुलाच्या किंवा किशोराच्या प्रश्नांची प्रामाणिकपणे उत्तरे द्या.
- घटनेविषयी प्रत्येकाला सांगू नका आणि मुलाच्या किंवा किशोराच्या गोपनीयतेचा आदर करा.
- ही घटना पूर्णपणे गुपित ठेवण्याचे आश्वासन देऊ नका. त्यापेक्षा मुलाला किंवा किशोराला हे समजावून सांगा की, तुम्हाला याविषयी कुणाला व का कळवावे लागू शकते.
- मुलाला किंवा किशोराला सकारात्मक संदेश द्या,

हे करू नका

- मुलाला किंवा किशोराला चुकीचे ठरविणे.
- धास्तावून जाणे किंवा अवाजवी प्रतिक्रिया देणे.
- मुलाने किंवा किशोराने बोलावे म्हणून त्याच्यावर दबाव टाकणे.
- प्रश्नांचा भडीमार करणे किंवा अत्यंत आक्रमकपणे प्रश्न विचारणे.
- मुलाला किंवा किशोराला तो घटनाक्रम पुन्हापुन्हा सांगायला लावणे.

- जसे: 'त्यात तुझी चूक नाही', 'मी तुझ्यासोबत आहे' किंवा 'हे सांगितल्याबद्दल मला तुझा अभिमान वाटतो'
- मुलाला किंवा किशोराला विश्वासात घेऊन त्यानंतर समुपदेशक किंवा डॉक्टरांसारख्या व्यावसायिक तज्ज्ञांची मदत घ्या.

- मुलाच्या किंवा किशोराच्या उपस्थितीत शोषणकर्त्याला जाब विचारणे.
- मुलाला किंवा किशोराला झालेली घटना विसरायला किंवा त्यासोबत जुळवून घ्यायला सांगणे.

लक्षात ठेवा: लैंगिक शोषणाविषयी बोलणे मुलांसाठी किंवा किशोरांसाठी कठीण असते.

लैंगिक शोषणाविषयी बोलण्यासाठी पीडित मुलांना काही दिवस, महिने किंवा अगदी वर्षदेखील लागू शकतात. तर काही मुलं या घटनेविषयी कधीच बोलू शकत नाहीत. त्यामुळे संयम ठेवा आणि त्यांना मानसिक आधार द्या.

तिसरी पायरी: मुलांना किंवा किशोरांना शोषणाच्या दुष्परिणामांमधून सावरण्यासाठी व्यावसायिक तज्ज्ञांकडून उपचार घेण्यास मदत करणे



लैंगिक शोषण ही त्या मुलाची किंवा किशोराची चूक नसली तरी त्या घटनेचे त्यांच्यावर अल्पकालीन किंवा दीर्घकालीन परिणाम होऊ शकतात. समुपदेशक आणि मानसोपचार तज्ज्ञ विविध व्यावसायिक कौशल्यांच्या मदतीने पीडित मुलांना किंवा किशोरांना शोषणाच्या दुष्परिणामांमधून सावरण्यासाठी मदत करतात. लैंगिक शोषणाच्या दुष्परिणामांची तीव्रता कमी करण्यासाठी मानसोपचार तज्ज्ञ मुलांना खालीलप्रकारे मदत करू शकतात:

- शोषण ही त्यांची चूक नसल्याची त्यांना जाणीव करून देणे.
- त्यांच्या मनातील शरम आणि अपराधीभाव कमी करणे.
- इतरांनी त्यांना स्वीकारल्याची भावना त्यांच्यात निर्माण करून पुन्हा सुरक्षित वाटण्यास मदत करणे.
- त्यांचा हरवलेला आत्मसन्मान तसेच आत्मविश्वास पुन्हा मिळवून देणे.

- आघातजन्य घटनांवरील लक्ष कमी करून आयुष्यात पुढे जाण्यासाठी व शोषणाच्या दुष्परिणामांमधून बाहेर येण्यासाठी मुलास मदत करणे.
 - तक्रार नोंदवून कायदेशीर कारवाई सुरू केल्यानंतर शोषणकर्त्याला कोणत्या परिणामांना सामोरे जावे लागू शकते, यादृष्टीने मुलांची किंवा किशोरांची मानसिक तयारी करणे प्राप्त परिस्थिती हाताळून लैंगिक शोषणाच्या दुष्परिणामांमधून सावरण्यासाठी पीडित मुलासोबत किंवा किंवा किशोरासोबत त्याच्या कुटुंबीयांनादेखील समुपदेशनाची गरज भासू शकते. बाल लैंगिक शोषणाचा अनुभव घेतलेल्या कोणत्याही व्यक्तीला व्यावसायिक समुपदेशनाच्या माध्यमातून अर्पण संस्था मानसिक आधार पुरवते.
- आमच्या समुपदेशकांसोबत संपर्क साधण्यासाठी support@arpan.org.in वर ईमेल करा.

६. बाल लैंगिक शोषणाशी निगडित कायद्याविषयी जाणून घ्या



लैंगिक अपराधांपासून बाल संरक्षण (सुधारित) अधिनियम किंवा पॉक्सो (POCSO) २०१९

- हा कायदा सर्वप्रथम २०१२ मध्ये अस्तित्वात आला आणि नंतर २०१९ मध्ये त्यात सुधारणा करण्यात आली.
- या कायद्यात मुलाची व्याख्या “अठरा वर्षाखालील कोणतीही व्यक्ती म्हणजे मूल” अशी करण्यात आली आहे
- हा कायदा लिंगाधारित भेदभाव करत नाही.
- या कायद्याने सर्वप्रथम लैंगिक अपराधांच्या प्रकारांतर्गत स्पर्शयुक्त (स्पर्शाचा समावेश असलेले) व स्पर्शरहित (जसे की, एखाद्या मुलाचे लैंगिक छायाचित्रण करणे) कृत्यांची किंवा वर्तनांची सविस्तर नोंद केलेली आहे.
- निर्दोष असल्याचा पुरावा सादर करण्याची जबाबदारी ही आरोपीवर सोपवण्यात आली आहे
- या अधिनियमामध्ये अंतर्भूत करण्यात आलेल्या विविध लैंगिक अपराधांसाठी निरनिराळ्या दंडात्मक तरतूदी (शिक्षा) करण्यात आल्या आहेत.
- हा एक सर्वसमावेशक कायदा असून त्याविषयी अधिक माहिती मिळवण्यासाठी तुम्ही <https://wcd.nic.in/sites/default/files/POCSO-ModelGuidelines.pdf> ला भेट देऊ शकता.

आमच्याविषयी



बाल लैंगिक शोषणपायूळ मुक्तीकडे

अर्पण ही जागतिक स्तरावर नावाजलेली गेलेली, पुरस्कारप्राप्त स्वयंसेवी संस्था असून भारतातील बाल लैंगिक शोषणाच्या समस्येचे निराकरण करण्यासाठी कार्यरत आहे. मुंबईस्थित 'अर्पण', ही भारतातील सर्वात मोठी स्वयंसेवी संस्था आहे, जी या समस्येवर १५० पेक्षा अधिक व्यावसायिक तज्ज्ञांसोबत लहान मुले व प्रौढ व्यक्तींना प्रतिबंधात्मक तसेच मानसोपचारात्मक सुविधा पुरवते. अर्पण हा भारतातील बाल लैंगिक शोषणाच्या समस्येला प्रतिबंध करण्यासाठी आणि अशा घटनांमध्ये सुयोग्य हस्तक्षेप करण्यासाठी अग्रणी असलेला आवाज असून विविध शासकीय आणि बिगरशासकीय संस्थांसोबत भागीदारी तत्वावर काम करते. तसेच संशोधन व समर्थन/अॅडव्होकेसी या दोन साधनांचा वापर करत, ही संस्था स्थानिक, राज्य आणि राष्ट्रीय पातळीवर धोरणात्मक व रचनात्मक बदल घडवण्यासाठी प्रोत्साहन देते.

'अर्पण'चे मुख्य काम शाळेत जाणाऱ्या मुलांना आणि किशोरांना (वय वर्षे ४ ते १८) वैयक्तिक सुरक्षा शिकवणे आहे, जेणेकरून ते असुरक्षित परिस्थिती ओळखून त्याविरुद्ध मदत मागण्यात सक्षम होऊ शकतात. बाल लैंगिक शोषणास प्रतिबंध करण्यासाठी आणि अशा घटना प्रभावीपणे हाताळण्यासाठी उपयुक्त माहिती, दृष्टिकोन व कौशल्ये पुरवून 'अर्पण' पालक व शिक्षकांना प्रशिक्षित आणि सक्षम बनवते. २००७ पासून, अर्पणने १ करोड ९२ लाखपेक्षा (१९२ लाख) अधिक मुले व प्रौढ व्यक्तींसोबत काम केलं असून, आपल्या उल्लेखनीय कार्याबद्दल आठ राष्ट्रीय आणि दोन आंतरराष्ट्रीय पुरस्कार मिळवले आहेत.

✿ आमचे ध्येय: बाल लैंगिक शोषण मुक्त जग.

✿ आमचे उद्दिष्ट: बाल लैंगिक शोषणाला प्रतिबंध करणे आणि पीडित व्यक्तींना त्याच्या दुष्परिणामांतून सावरण्यासाठी मदत करणे.

✿ या मदतकार्यात तुम्हीदेखील सहभागी होऊ शकता. त्याकरता -

१. समस्येविषयी बोला

- बाल लैंगिक शोषणाविषयी तुमचे मित्र आणि कुटुंबातील सदस्यांसोबत बोला. या समस्येविषयी अधिक माहिती मिळवण्यासाठी www.arpan.org.in ला भेट द्या.
- मुलांसोबत ऑनलाईन आणि ऑफलाईन वैयक्तिक सुरक्षा पाठ्यक्रम राबवा.
- तुमचे बाल लैंगिक शोषण झाले असेल किंवा या अनुभवातून गेलेल्या एखाद्या व्यक्तीला

तुम्ही ओळखत असाल तर support@arpan.org.in या मेल आयडीवर आम्हाला लिहा.

२. स्वयंसेवक म्हणून सहभागी व्हा

- आमचे काम वृद्धिंगत होण्यासाठी आम्हाला विविध क्षेत्रांतील संसाधनयुक्त व्यक्तींची गरज असते.
- अर्पण संस्था कशावर काम करते याविषयी लोकांना माहिती द्या.
- बाल लैंगिक शोषणाविषयी व्यापक जनजागृती करण्यासाठी आम्हाला शाळा, संकुले, नागरी वसाहती, स्वयंसेवी संस्था किंवा इतर सामाजिक व्यासपीठांवर बोलण्याची संधी देऊन, त्यायोगे आमचा जनसंपर्क वाढवण्यास मदत करा.
- आमचे हे विधायक कार्य अखंडपणे सुरू ठेवण्यासाठी निधी उभारण्यात मदत करा.

३. आर्थिक मदत/देणगी/अनुदान

- मुलांना ऑफलाईन वैयक्तिक सुरक्षा शिक्षण कौशल्ये शिकवण्यासाठी प्रत्येकी ₹ ४,५२४/- x _____ मुलांना आर्थिक मदत करा.
- मुलांना ऑनलाईन वैयक्तिक सुरक्षा शिक्षण कौशल्ये शिकवण्यासाठी प्रत्येकी ₹ ७८६/- x _____ मुलांना आर्थिक मदत करा.
- प्रौढ व्यक्तींनी मुलांना वैयक्तिक सुरक्षा शिक्षण कौशल्ये शिकवण्यासाठी प्रत्येकी ₹ २,८३६/- x _____ प्रौढ व्यक्तींना आर्थिक मदत करा.

४. अनुदान/देणगी देण्याची पद्धत:

- तुम्ही 'अर्पणच्या' नावाचा धनादेश आमच्या कार्यालयात पाठवू शकता.
- बँक ट्रान्सफरसाठी संपर्क साधा finance@arpan.org.in
- ऑनलाईन देणगीसाठी <https://www.arpan.org.in/donate-online/> ला भेट द्या. देणगी दिल्याची पावती व कलम ८० (ग) आयकरमाफी प्रमाणपत्र पाठविले जाईल.

✿ अधिक माहितीकरता, आमच्याशी संपर्क साधा:

ई-मेल: info@arpan.org.in

संकेतस्थळ: www.arpan.org.in

ऑनलाईन कोर्सेस: www.arpanelearn.com

फोन: 1800 267 2444

पत्ता: मुंबई, भारत



आमचे आधारस्तंभ :



KARL-JOHAN
PERSSON



✦ **Sonya K Jain Foundation**

✦ **Other individual donors**

पत्ता: मुंबई, भारत
फोन: 1800 267 2444
ईमेल: info@arpan.org.in / support@arpan.org.in
वेबसाईट: www.arpan.org.in
ऑनलाईन कोर्सेस: www.arpanelearn.com

