अध्याय १३

बालक यौन दुर्व्यवहारको रोकथाम

राम्ररी सुन्न नसक्ने बालकलाई सहयोग गर्ने सम्बन्धी पुस्तकमा यौन दुर्व्यवहार बारे सूचनाहरू पाउँदा अचम्म लाग्न सक्छ । तर दु:ख साथ भन्नु पर्छ कि बहिरा बालकहरू सुन्न सक्ने बालकहरू भन्दा धेरै यौन दुर्व्यवहारको जोखिममा पर्छन् । अत: बहिरा बालकहरूका परिवारहरू र हेरचाह गर्ने वा पढाउने व्यक्तिहरूले यस विषयमा जानकारी राख्न अति जरुरी छ ।

हाम्रा बालकहरूलाई सुरक्षित राखौं

बालबालिकालाई यौन क्रियाकलापमा लगाउने अधिकार कसैलाई छैन ।

- *परिवारका सदस्यलाई (बालक वा वयस्क)*
- *छिमेकीलाई*
- *अपरिचितलाई*
- *शिक्षकलाई*
- *सेवाप्रदायकलाई*

कसैलाई पनि !

यति हुँदाहुँदै पनि यौन दुर्व्यवहारबारे कुराकानी गर्न अप्ठ्यारो हुन्छ । धेरै ठाउँहरूमा:

- मानिसहरूले यौन दुर्व्यवहार के हो, यस्तो कसरी हुन्छ र यसले कस्ता नोक्सानीहरू निम्त्याउँछ भनेर थाहा पाएका छैनन् ।
- मानिसहरू यौनबारे कुरा गर्न असजिलो मान्छन् ।
- मानिसहरू सबै कलिला बालकहरू माथि यौन दुर्व्यवहार हुन सक्छ भनी विश्वास गर्दैनन् । अत: उनीहरू यस विषयमा कुराकानी वा सोच विचार गर्दैनन् ।
- नियम वा परम्पराले बालकहरूसँग यौनबारे कसले कुरा गर्ने, के कस्ता कुराहरू गर्न सकिने, र कस्तो समयमा यस्ता विषयमा कुराकानी गर्न हुने जस्ता कुराहरुको सीमा तोकेको छ ।

प्रत्येक बालक यौन दुर्व्यवहारबाट सुरक्षित रहनुपर्छ ।
बालकहरूलाई यौन दुर्व्यवहारबाट सुरक्षित राख्नु प्रत्येक वयस्क व्यक्तिको जिम्मेवारी हो ।

बालक यौन दुर्व्यवहारबारे केही तथ्यहरू

बालक यौन दुर्व्यवहार भन्नाले कुनै पनि प्रकारले यौन क्रियाकलापमा कुनै बालकलाई प्रयोग गर्नु भन्ने बुझिन्छ । यी सबै समुदायहरू र धनी र गरिब दुबै परिवारमा हुन सक्छन् । यो केटा र केटी दुबैलाई हुन सक्छ । प्रायस: बालक यौन दुर्व्यवहार ५ वर्ष माथिका बालकहरू माथि हुने गर्छ तर यो भन्दा सानो उमेरका बालकहरू माथि पनि यो हुन सक्छ । धेरै बालकहरूले आफूमाथि हुने यौन दुर्व्यवहार बारे नबताउने हुनाले यौन दुर्व्यवहार कति व्यापक हुने गरेको छ भनेर हामीलाई ठ्याक्कै थाहा छैन । विश्वमा प्रत्येक ४ मध्ये १ बालकमाथि यौन दुर्व्यवहार हुने सम्भावना रहेको अनुमान छ ।

बालकहरूमाथि धेरै प्रकारले दुर्व्यवहार हुन सक्छ । केही यहाँ दिइएका छन्:

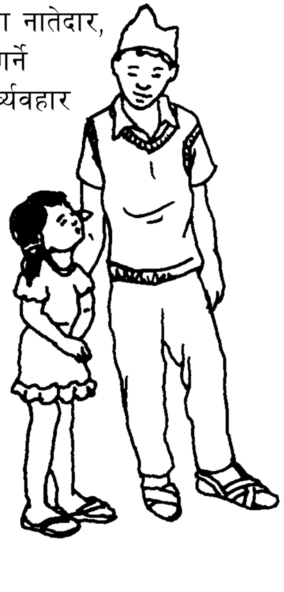
नानीलाई छोएर गरिने दुर्व्यवहार (स्पर्शद्वारा)

- मुख मैथुन (नानीको मुखभित्र पुरूषले लिङ्ग छिराउने)
- कामुक भएर नानीलाई चुम्बन वा अंकमाल गर्ने
- यौन क्रिया वा गुदद्वार मैथुन (पुरूषले नानीको योनीमा वा गुदद्वारमा आफ्नो लिङ्ग छिराउने)
- नानीका गुप्ताङ्गहरू छोएर वा नानीलाई आफ्ना गुप्ताङ्गहरू छुन लगाएर
- नानीलाई यौनकर्मी बन्न बाध्य पार्ने (यौन कार्य गरे बापत पैसा लिने) ।

नानीलाई नछोइ गरिने दुर्व्यवहार

- नानीलाई आकर्षित गर्न अश्लिल कुरा गर्ने वा चित्रहरू देखाउने, उनलाई यौन उत्तेजित पार्ने वा उनीलाई यौनबारे जानकारी गराउने
- नानीलाई अरू व्यक्तिहरू बीचको यौन क्रिया हेर्न वा सुन्न लगाउने ।
- नानीका अश्लिल तस्बिरहरू खिच्ने
- नानीलाई अश्लिल तस्बिर तथा चित्रहरू देखाउने ।

प्रायस: यौन दुर्व्यवहार गर्ने व्यक्ति पुरूष नै हुन्छन् र प्रायस: आफ्ना नातेदार, पारिबारिक मित्र वा छिमेकी जस्ता परिचित मानिसहरुले दुर्व्यवहार गर्ने गर्छन् । कमै मात्रामा अपरिचितद्वारा दुर्व्यवहार हुन्छ । कहिलेकँही दुर्व्यवहार लामो समयसम्म चलिरहन्छ, वर्षौंसम्म पनि ।



बालकहरूलाई दुर्व्यवहार गर्ने व्यक्तिले सधैं शारीरिक बलको प्रयोग गर्दैन । कहिलेकहीं दुर्व्यवहार गर्ने व्यक्तिले विश्वास वा प्रभावमा पारेर नानीसँग यौन कार्य गर्ने गर्छन् । उसले मनाएर, 'दया', धम्की र हेपेर, वा उपहार वा खुवाएर दुर्व्यवहार गर्न सक्छ । (दुव्यर्वहार गर्ने व्यक्ति बालकसँग मित्रता गाँसेको बहिरो पनि हुन सक्छ) । जो सुकैले शारीरिक बल, धम्की वा 'दया' जे सुकै गरेर भएपनि बालकसँग यौन कार्य गरेको भएतापनि, **नानीको लागि त्यस्तो दुर्व्यवहार धेरै हानिकारक हुन्छ ।**

किन बहिरा बालक यौन दुर्व्यवहारको जोखिममा हुन्छन् ?

सबै बालकहरू केही मात्रामा यौन दुर्व्यवहारको जोखिममा हुन्छन् । उनीहरूले वयस्क र ठूला बालकहरूलाई विश्वास गर्नुपर्ने हुन्छ र हेरचाहका लागि उनीहरू माथि भर पर्नुपर्ने हुन्छ । बालकहरूलाई 'असल बालकले भनेको मान्छन्' भनेर सिकाइएको हुन्छ । यसले गर्दा वयस्कहरूले भनेको नमान्न गाह्रो हुन्छ । कलिला बालकहरूलाई पनि सामान्य रूपमा वयस्कहरूले कसरी व्यवहार गर्छन् वा वयस्कहरूको मान्य व्यवहार कस्तो हुनुपर्छ भन्ने थाहा हुँदैन ।

बहिरा बालकहरू विशेष गरी यौन दुर्व्यवहारको जोखिममा पर्छन् किनभने:

- आमरूपमा समाजले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई अरू भन्दा कमसल ठान्दछ । त्यसैले दुराचारीले बहिरी नानीलाई यौन कार्यमा प्रयोग गर्दा केही हुँदैन भनी सोच्न सक्छ । बालिकाहरूलाई बालक भन्दा कमसल ठानिने हुनाले बहिरी बालिकालाई पनि बहिरो बालक भन्दा कमसल ठानिन्छ । त्यसैले बहिरा बालिकाहरू सबैभन्दा बढी जोखिममा हुन्छन् ।
- बहिराहरूले संचार गर्न एक अर्कालाई छुने गर्छन् । उदाहरणका लागि कसैको ध्यान आफूतिर आकर्षित गर्न । एउटी बहिरी नानीले कसैको छुवाइ (स्पर्श) गलत हुँदाहुँदै पनि ठीक ठान्न सक्छिन् ।
- बहिरा बालकहरूलाई सुन्न सक्ने बालकहरूको दाँजोमा कम सूचनाहरू प्राप्त हुन्छन् । उनीहरू एक्लिएका हुन सक्छन् वा एक्लोपन महसुस गरिरहेका हुन सक्छन् । फलस्वरूप उनीहरू दुर्व्यवहार गर्ने व्यक्तिको सजिलो निसाना बन्न सक्छन् ।

- सीमित संचार क्षमता भएका बहिरा बालकहरूले किन गर्नुपर्ने भनेर नसोधी अरूले भनेको काम खुरुखुरु गर्न सिकेका हुन्छन् ।
- सीमित संचार क्षमता भएका बहिरा बालकहरूले उनीहरुको सुरक्षाबारे आफन्तले भनेका कुराहरु पुरैरुपमा बुझ्न नसकेका हुन्छन् ।
- सीमित संचार सीप भएका बहिरा बालकहरूले आफूलाई भएका दुर्व्यवहारबारे अरू व्यक्तिहरूलाई बताउन पनि गाह्रो हुन्छ । कुनै व्यक्तिले नानीले कसैलाई भन्न सक्दैन भनेर पनि दुर्व्यवहार गरिरहेको हुन सक्छ । बहिरा बालकहरूको प्रायजसो परिवारका सदस्यहरू र उनीहरूलाई हेरचाह गर्ने व्यक्तिहरूसँग मात्र संचार हुने गरेको हुन्छ । यसकारण यदि दुर्व्यवहार गर्ने व्यक्ति पनि परिवारको सदस्य, सेवाप्रदायक वा शिक्षक छ भने त उनले यो कुरा कसैलाई बताउँदा झन् 'सुरक्षित नहुइन' ठान्न सक्छिन् ।

यौन दुर्व्यवहारले दीर्घकालीन हानि पुऱ्याउँछ

यौन दुर्व्यवहारले नानीलाई दुर्व्यवहार भएको समयमा नोक्सानी पुऱ्याउँछ । यसैगरी त्यस घटनाले उसको/उनको जीवनभर नोक्सानी पुऱ्याइरहन्छ । यस्तो नोक्सानी विशेषगरी दुर्व्यवहारबारे अरुलाई बताउन नसक्ने वा सहयोग, भरोसा र उपचार नपाउने बालकहरूलाई हुने गर्छ ।

दिर्घकालिन शारीरिक नोक्सानीहरू

यौन प्रसारित सङ्क्रमणहरूले दीर्घकालिन शारीरिक नोक्सानीहरू पुऱ्याउँछन् । दुर्व्यवहार गर्ने व्यक्तिले नानीलाई एचआईभि र हेपाटाइटिस बी जस्ता संक्रमणहरु सार्न सक्छन् जुन निको हुँदैनन् । अन्य यौन प्रसारित सङ्क्रमणहरू पनि उपचार नगरिएमा तिनीहरुका जटिलताहरुले बाँझोपन, क्यान्सर र मृत्यु गराउन पनि सक्छन् । यौन प्रसारित सङ्क्रमणहरूका चिह्नहरू नदेखिन पनि सक्छन् र त्यसैकारणले यौन दुर्व्यवहारबाट भएका नानीले समय मै मात्र होइन कहिल्यै पनि उपचार नपाउने अवस्था बन्छ ।

नानीको विकासमा बाधा

यौन दुर्व्यवहार भोगेका बालकहरूमा धेरै अपराधबोध, अपमानित र आवेग तथ रिसको अनुभव हुन सक्छ । धेरैजसो यौन दुर्व्यवहार पीडित बालकहरूले अरू व्यक्तिहरूलाई विश्वास गर्दैनन् । पीडितहरूमा आत्मसम्मान गुमेको जस्तो अनुभव हुन सक्छ । उनीहरूले आफ्नो जीवन मूल्यहीन र आफूहरू आदर पाउन अयोग्य भएको ठान्न सक्छन् ।

दुर्व्यवहार चक्र

यौन दुर्व्यवहार पीडित बालकहरू अरू व्यक्तिहरूद्वारा पनि जीवनभर पीडित हुन सक्छन् । आफू सानो छँदा यौन दुर्व्यवहारको सामना गरेका बालकहरूले ठूलो भएपछि यौनलाई माया वा सुरक्षा प्राप्त गर्ने एकमात्र उपाय हो भनी ठान्न सक्नेछन् । नराम्रो व्यवहार र यौन दुर्व्यवहार गरिएका कारण यो उनीहरूको जीवनको नियती बन्न सक्छ ।

यसबाहेक दुर्व्यवहारको उपचार गर्न भरोसा र सहयोग नपाएका केटाहरू ठूला भएपछि स्वयं दुर्व्यवहार गर्ने व्यक्ति बन्न सक्छन् । यस्तो दुर्व्यवहारको चक्रले पीडितहरू र भविष्यमा दुर्व्यवहार गर्नेहरूको नयाँ पुस्ता नै खडा गर्न सक्छ ।

बालक यौन दुर्व्यवहारबाट हुने नोक्सानी बालक र उनीहरूका परिवारहरूमा मात्र सीमित हुँदैन बरू यसले सिङ्गै समुदायलाई नै असर गर्छ । उदाहरणका लागि यौन दुर्व्यवहारका कारण लज्जित भएका र एक्ल्याइएका मानिसहरू कहिलेकहीं ध्वंसात्मक बन्न सक्छन् वा मदिरा सेवन वा लागू औषधी तर्फ लाग्न सक्छन् ।

यौन दुर्व्यवहारको रोकथाम

हामीप्रति गरिने अरू व्यक्तिहरूको व्यवहारले हाम्रो आत्मसम्मानमा प्रभाव पार्छ । बालकहरूलाई असहाय र काम नलाग्ने जस्तो व्यवहार गरियो भने उनीहरूले आफुलाई असहाय र काम नलाग्ने नै ठान्दछन् । त्यसकारण हामीले बालकलाई उसको बारेमा सकारात्मक रुपमा व्यवहार गरिनु पर्छ । यसो भयो भने उनीहरूमा आत्मविश्वास जाग्नेछ र आफूलाई सुरक्षित राख्न सक्ने हुनेछन् ।

बालकहरूलाई सुरक्षित राख्न हामीले उनीहरूलाई सबैबाट हुनसक्ने यौन दुर्व्यवहार अस्वीकार गर्न ज्ञान, सीप र आत्मविश्वास सिकाउनु पर्छ ।

नानीलाई यौन दुर्व्यवहारबारे बुझ्न र त्यस विषयमा संचार गर्न सहयोग गर्नुहोस् ।

कुनै कुरा देखेपछि बहिरा बालकहरूले सजिलै सिक्न सक्छन् । बहिरी नानीलाई यौन दुर्व्यवहारबाट कसरी सुरक्षित रहने भनेर सिकाउन चिह्नहरु, शरीरको चाल र अनुहारको हाउभाउका साथै चित्रहरू, कठपुतली नाच, र नाटकहरुको माध्यमद्वारा पनि सिकाउन सकिन्छ । खासगरी बालिकाहरुलाई निम्न कुराहरु बुझाउनु पर्छ, जस्तै:

- असल र खराब प्रकारका स्पर्शहरुबारे । कुनै स्पर्शहरु असल हुन्छन् जस्तै हात मिलाउनु, अकंमाल गर्नु आदि तर यौन अङ्गहरू स्पर्श गर्नु, बालकको मुख भित्र लिङ्ग छिराउनु राम्रो होइन ।
- उनलाई मन नपर्ने केही कुरा भएमा या कसैले गरेमा अभिभावकलाई बताउनु पर्ने कुरा
- कसैले कामुक भएर शरीरको कुनै भाग स्पर्श गर्न खोजे अस्वीकार गर्नु पर्ने कुरा ।

कलिला बालकलाई विशेष गरी बहिरा 'निजी', 'गोप्य', 'विश्वास' र 'सुरक्षा' जस्ता विषयमा धारणा बनाउन र ती धारणाहरु व्यक्त गर्नका लागि प्रयोग हुने सङ्केतहरू बुझाउन कठिन हुन्छ । याद गर्नुहोस् ! तपाईले यी धारणाहरु बारम्बार दोहोऱ्याउनुपर्छ । आफ्नी नानीले बुझिन् भनेर ढुक्क नभएसम्म सङ्केतहरू, हाउभाउ, चित्रहरू र शब्दहरूको प्रयोग गर्नुहोस् । आफ्नी नानीसँग त्यस्ता स्थितिहरूको अभिनय गर्नुहोस् वा गुडियाहरू वा चित्रहरू प्रयोग गरी यी धारणाहरू बुझाउन धेरै भन्दा धेरै उपायहरू अपनाउनुहोस् ।

यौन दुर्व्यवहारबारे बुझाउन सहयोगी हुन सङ्केतहरूका केही उदाहरणहरू

यी सङ्केतहरू अमेरिकी साङ्केतिक भाषाबाट लिइएका हुन् । याद गर्नुहोस् ! हरेक देशको साङ्केतिक भाषा फरक हुन सक्छ ।

बालकहरूलाई दुर्व्यवहार गर्ने व्यक्तिको नाम भन्न र त्यसको बारे बताउन सहयोग गर्नु पर्छ ।

नानीलाई सबै परिचित मानिसहरूको साङ्केतिक नाम सिकाउनु पर्छ । व्यक्ति तथा ठाऊँहरूका विवरणहरू याद गर्ने र ती बारे आफ्नी नानीसँग संचार गर्ने कोसिस गर्नु पर्छ । नानीलाई अग्लो, होचो, रौं भएको, मोटो, दुब्लो र अन्य बयान गर्न सहयोग पुऱ्याउने शब्दहरू सिकाउनु पर्छ । नानीले कुनै व्यक्तिकाबारे बयान गर्न सक्ने भइन् भने उनले दुर्व्यवहार गर्नेको पनि बयान गर्न सक्छिन् ।

सबैजनाको साङ्केतिक नाम राख्नु पर्छ

हाम्री एक ६ वर्षीय बहिरी बालिका बलात्कृत भइन् । पुलिसले हामीलाई कसले त्यसो गरेको हो भनी सोध्न अह्रायो । उनले हाम्रा प्रश्नहरूको उत्तर दिन सकिनन् । त्यसको एउटा कारण उनलाई परिचित व्यक्तिहरुको साङ्केतिक नाम थाहा नहुनु थियो । यसपछि हामीहरु सबै आमाबाबुहरूले परिचित वा सकभर सरसंगतमा आउने सबैका साङ्केतिक नाम बालकलाई राख्न र सम्झाउन सक्नु पर्छ भनी प्रोत्साहित गरिरहेका छौं । यसो गर्नाले नानीलाई दुर्व्यवहार गर्ने या चोट पुऱ्याउने व्यक्ति चिन्न र उसलाई न्यायको कठघरामा उभ्याउन सकिन्छ ।

- न्जेभे बहिरा बालक केन्द्र, जिम्बाबे, अफ्रिका

क्रियाकलापहरू

नानीलाई यौन दुर्व्यवहारबाट सुरक्षित राख्न यहाँ केही थप क्रियाकलापहरू दिइएका छन्:

▶ *नानीलाई आफ्नो शरीरका केही अङ्गहरू गोप्य हुन्छन् भनी बुझाउने केही उपायहरू*

नानीलाई उनको शरीर उनको सम्पत्ति हो भनी बुझाइनु पर्छ ।। वयस्क वा ठूला केटाकेटीहरूले नानीहरुलाई गुप्ताङ्गहरू शरीरका अरु अङ्गहरू भन्दा फरक हुन् भन्ने स्पष्टसँग बुझाउनु पर्छ ।

ती गुप्ताङ्गहरू अरुलाई छुन दिनुहुँदैन र यसैगरी उनीहरूले कुनै वयस्कहरूका गुप्ताङ्गहरू 'कसैले छोऊ' भन्यो भने पनि छुनुहुँदैन भनेर बालकलाई बुझाउनु पर्छ । यी कुराहरु गुडिया, कठपुतली वा चित्रहरू देखाएर बुझाउन सकिन्छ । शरीरको चाल र अनुहारको भावद्वारा कुन कुरा स्वीकार्य हुन्छ र कुन कुरा अस्वीकार्य हुन्छ भनेर पनि बुझाउन सकिन्छ ।

नानीलाई कसैले गुप्ताङ्गहरू वा त्यस्ता चित्रहरू हेर्न लगाए भने त्यो पनि राम्रो होइन भनेर बुझाउनु पर्छ ।

नानी ३ देखि ५ वर्ष बिचमा नै उनलाई शरीरका यौनाङ्ग र गुप्ताङ्गहरुका साथै केटी र केटाका शारीरिक भिन्नताबारे सिकाउनुहोस् ।

नानीमा यसबारे धारणाहरु बनाइदिनु तथा सिकाउनु कठिन कार्य हो । त्यसकारण नानीलाई स्पष्ट पार्न विभिन्न विधिहरू अपनाउनु पर्छ । उदाहरणका लागि नानीले लुगा लगाईरहँदा सिकाउन स्वाभाविक र सजिलो हुन्छ । शरीरका अङ्गहरूबारे बुझाउन गुडिया प्रयोग गर्न वा बनाउन सक्नुहुन्छ ।

▶ *नानीलाई हल्ला मच्चाउन वा गुहार माग्न कसरी सिकाउने*

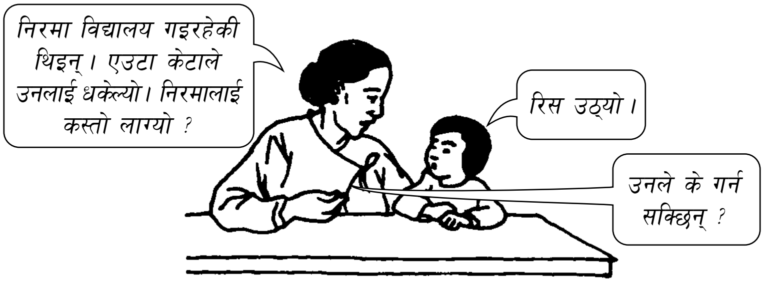
धेरै बहिरा बालकहरू आफ्नो बोल्न रूचाउँदैनन् । यस्तो किन हुन्छ भने उनीहरू बोल्दा अरूहरू हाँसिदिन्छन् वा गिल्ला गर्छन् । तर, नानीलाई कसैले दुःख दिँदा र उसलाई सहयोग चाहिँदा चिच्याउनु वा गुहार माग्नु राम्रो कुरा हो भनेर सम्झाउनु पर्छ ।

नानीलाई कुनै वयस्क वा आफू भन्दा ठूला केटाकेटीले दुःख दिन खोजे भने 'नाइँ, नाइँ !' वा 'बचाऊ !' या 'गुहार' भनेर चिच्याउन वा आफ्नो खुट्टा जोडले भुइँमा बजार्न सिकाउँनु पर्छ । उनलाई चिच्याउनु, टोक्नु, चिथोर्नु र लड्नु पनि पर्छ भनेर सिकाइनु पर्छ । आफूले भनेको कुरा बुझाउन गुडियाको प्रयोग वा अभिनय गरेर देखाउनु पर्छ ।

नानीलाई 'नाइ!' भन्न कसरी सिकाउने

बहिरा बालकहरूले कुनै काम 'किन गर्न हुने' वा 'किन गर्न नहुने' वा 'के कामले के हुन्छ' भन्ने बारे भनेर प्रायस: बुझ्दैनन्। उनीहरू व्यक्तिहरूलाई खुसी बनाउन चाहन्छन् र त्यसै कारण उनीहरू प्रश्न नगरी आज्ञाको पालना गर्छन्। यदि कसैले उनीहरूलाई गलत काम गर्न अह्राएमा यो समस्या हुन सक्छ।

नानीलाई आज्ञाकारी हुनमात्र होइन, 'नाई' भन्न पनि सिकाउनु पर्छ। यस्तो कुरा सिकाउन 'नाइँ' भन्नु पर्ने अवस्थाहरूको सिर्जना गर्नु पर्छ।



पछि 'नाई' कसरी भन्ने विषयमा र सहयोग चाहिएको अवस्थामा कोसँग र कहाँ माग्ने भन्ने विषयमा कुरा गर्नु पर्छ।

नानीलाई कसैले आफूलाई मन नपर्ने काम गर्न लाग्यो भने आमा वा आफूले विश्वास गरेका वयस्क व्यक्तिलाई भन्नु पर्ने कुरा सिकाउनु पर्छ।

▶ नानीलाई ठूला मानिसले भनेको सधैं मान्नु पर्दैन भनेर कसरी बुझाउने

नानीले 'नाइँ' भन्न सिकिसकेपछि ठूला मानिसहरूले भनेको मान्नु नपर्ने अवस्थाहरुको सिर्जना गर्नु पर्छ । र यस्ता यस्ता अवस्थाहरुमा ठूला मानिसहरूले भनेको मान्नु पर्दैन भनेर सिकाउनु पर्छ ।

▶ नानीलाई सहयोग को सँग र कहाँ माग्ने भनेर कसरी सिकाउने

नानी सहयोग माग्न कहाँ जान सक्छ ?
सबै बाबालिकाहरू समस्या पर्दा कम्तिमा ३ वटा ठाऊँ जानु पर्छ । आमा वा बुबासँग, दिदी वा दाजुसँग, काकी वा आफूले विश्वास गरेका छिमेकी जस्तै साथीको आमासँग ।

आमाबाबुले ती व्यक्तिहरूलाई आफ्नो नानीले अप्ठ्यारो परेर कुनै सहयोग चाहिएमा तपाईं कहाँ आउनेछन् भनेर बताउनु पर्छ । यसैगरी आफूलाई सहयोग गर्ने भेटिएनन् भने वा भेटिएकाले त्यति ध्यान दिएनन् भने अर्को व्यक्ति कहाँ जानुपर्छ भनेर बालकलाई सिकाइनु पर्छ । अभिभावकहरुले अरु व्यक्तिहरुसँग विभिन्न प्रकारका सहयोग माग्न कसरी जाने भनेर आफ्ना नानीलाई अभ्यास गराउनु पर्छ ।

मेरी नानीमाथि दुर्व्यवहार भएको छ भनेर मैले कसरी थाहा पाउने ?

कैयन कलिला बालकहरूले आफूमाथि दुर्व्यवहार भएको कुरा व्यक्त गर्न डराउन सक्छन्। प्रायस: दुर्व्यवहार गर्ने व्यक्तिले 'कसैलाई नभन्नु' भनेर नानीलाई धम्क्याएको हुन सक्छ। कहिलेकहीं नानी आफैंले नै गल्ति गरेँछु भनी डराउन सक्छ। वा घटना घटेको कुरा संचार गर्ने तरिका नजानेको हुन सक्छ।

प्रायस: बालकहरूले आफूमाथि भएको दुर्व्यवहारका बारेमा संचार अभिभावकले यस कुरामा ध्यान दिइराख्नु पर्छ। खासगरी दुर्व्यवहार हुँदा बालकहरुका शरीरमा विभिन्न चिह्नहरू देखिन सक्छन् र उसको स्वभावमा पनि परिवर्तन आउने गर्छ। यस्ता चिह्नहरू तथा स्वभाव परिवर्तन **सँधैजसो** दुर्व्यवहारका परिणाम **नहुन पनि** सक्छन् तर ती देखिएभने दुर्व्यवहार भयो कि भनेर राम्ररी लिनु पर्छ। दुर्व्यवहार हुँदा देखिन सक्ने केही शारीरिक चिह्नहरू र परिवर्तन हुनसक्ने स्वभावहरु यस प्रकारका हुन सक्छन्।

केही शारीरिक चिह्नहरू:

- विना कारणको दुखाइ, मुख, गुप्ताङ्ग वा गुदद्वार सुन्निएको, रातो भएको वा ती बाट रक्तस्राब भएको, च्यातिएको वा रगत लागेको कट्टु।
- दिसा पिसाब गर्न अप्ठ्यारो हुनु वा दिसा र पिसाबमा रगत देखिनु।
- योनी, लिङ्ग वा गुदद्वारबाट असामान्य स्राव वा यौनप्रसारित संक्रमणहरू
- निलडाम, टाउको दुखाइ वा पेट दुखाइ।

परिवर्तन हुनसक्ने स्वभावहरु:

- नुहाउन छोड्ने वा सधै भन्दा धेरै नुहाउने वा लुगा फुकाल्न नमान्ने।
- धेरै जाने जस्तो गरी अश्लिल तरिकाले अरू बालकहरू वा खेलौनाहरूसँग खेल्ने वा उमेरभन्दा बढी बुझे जस्तो गरी कुरा गर्ने।
- यौनका बारेमा आफ्ना उमेरका बालकहरूभन्दा बढी जान्ने।

हिंसा पीडित बालकहरूमा यस्ता स्वभावहरु देखिन सक्छन्, जस्तैः

- डराएको, संवेदनशील र सचेत वा कुनै मानिस वा स्थानदेखि तर्सने वा आमाबाबुसँग मात्र बस्न चाहने।
- धुम्धुम्ति बस्ने वा धेरैजसो समय एक्लै बस्न खोज्ने।
- बढी हिंस्रक र उग्र बन्ने।
- घरबाट भाग्न खोज्ने।
- धेरैजसो समय उदास रहने, टोल्याएर बस्ने।
- नराम्रो सपना देख्नाले राम्ररी निदाउन नसक्ने, अँध्यारोदेखि डराउने र ओछ्यानमा पिसाब फेर्ने।
- छुवाइ (स्पर्स) वा शारीरिक गतिविधि देखि डराउने।

नानीमाथि दुर्व्यवहार भएको शंका लागेमा अभिभावकले गर्नुपर्ने कुराहरु

- शान्त रहने कोसिस गर्नुहोस् । नानीलाई के भएको छ देखाउन वा व्यक्त गराउन प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।
- आफूलाई व्यक्त गर्न ऊसँग पर्याप्त शब्दहरू वा सङ्केतहरू नहुन सक्छ । त्यसैले उसले देखाएको कुरालाई होसियारीपूर्वक ध्यान दिनुहोस्
- आफ्नो आवाज वा अनुहारको भावद्वारा नानीलाई उसले भनेका कुराहरूमा विश्वास लाग्छ र उसलाई सजाय वा स्याबासी पाउने कुरामा विश्वास दिलाउनुहोस् ।

नानीमाथि यौन दुर्व्यवहार भएको छ भने अभिभावकले गर्नुपर्ने कुराहरु

नानीमाथि यौन दुर्व्यवहार भएको छ भने अभिभावकले निम्न कुराहरु गर्नु पर्छ :

- नानीले देखाएका वा संचार गरेका कुराहरूमा विश्वास गर्नु पर्छ । परिचित र विश्वास गरिएको व्यक्तिबाट पनि नानीलाई दुर्व्यवहार भएको हुन सक्छ, यस्तो अवस्थामा पनि नानीको कुरा विश्वास गर्नुपर्छ । याद गर्नुहोस् ! बालकहरूले बिरलै मात्र यौन दुर्व्यवहारबारे बनावटी कुराहरु गर्न सक्छन् । दुर्व्यवहार गर्ने केही व्यक्तिहरूले नानीका आमाबाबुसँग मित्रवत व्यवहार गर्छन् । यस कुराले बालकसम्म सहजै पुग्न सक्ने र आमाबाबुलाई बालकले दुर्व्यवहारबारे उजुर गर्न नसक्ने अवस्था पनि बन्छ ।

- दुर्व्यवहारबारे बताएकोमा नानीको प्रशंसा गर्नुपर्छ । नानीलाई आफूमाथि भएको दुर्व्यवहारबारे बताएका कारणले नै प्रशंशा गरिएको कुरा थाहा हुनुपर्छ ।
- दुर्व्यवहारमा पर्नु उनको गल्ति हैन र आफू उनीसँग रिसाएको छैन भनी अभिभावकले ढाढस दिनु पर्छ । यो कुरा धेरै उपायहरू गरेर भएपनि सम्झाउनु पर्छ ।
- नानीको सुरक्षित राख्नु पर्छ । नानी र दुर्व्यवहार गर्ने व्यक्तिको भविष्यमा भेट हुन सक्ने बन्न दिनु हुँदैन । यसो गर्न सम्भव छैन भने, दुर्व्यवहार गर्ने व्यक्तिको उपस्थितिमा आमाबाबु वा दुर्व्यवहारको घटना थाहा पाएका व्यक्ति नानीसँगै हुने अवस्था बनाउनु पर्छ ।
- दुर्व्यवहारबाट भएका शारीरिक स्वास्थ्य समस्याहरूको उपचार गराउनु पर्छ । कैयन यौन प्रसारित सङ्क्रमणका चिह्नहरू नदेखिने या धेरै समयपछि देखिन्छन् । त्यसकारण त्यसको जाँच गर्नु राम्रो हुन्छ । आवश्यक परे उपचार गराउनु पर्छ ।

नानीलाई दुर्व्यवहार हुँदा आमा/बाबुलाई चोट पर्छ । यस्तो अवस्थामा उनीहरुलाई पनि सहयोगको आवश्यकता पर्छ । नानीमाथि दुर्व्यवहार भएको थाहा पाउँदा आमाबाबुमा अविश्वास, क्रोध, उदासी जस्ता धेरै भावनाहरू उत्पन्न हुन सक्छन् । नानीलाई भएको घटना आफूले वा वा एक अर्काले गर्दा भएको दोष लगाउन सक्छन् । यस्तो अवस्थामा आमा/बाबुले आफूले विश्वास गरेका व्यक्तिसँग कुराकानी गर्दा सहयोग पुग्न सक्छ । आफ्नो होस सम्हाल्नु होस् र धैर्य रहनु होस् । यस्ता भावनाहरू परिवर्तन हुन लामो समय लाग्न सक्छ ।

नानीमाथि दुर्व्यवहार हुँदा परिवारको इज्जत जाँदैन । दुर्व्यवहार पनि चोरी जस्तै एउटा अपराध हो र यो परिवारका कारण घटेको हुँदैन ।

समुदायका सबै बालकहरूलाई सुरक्षित बनाउन गर्न सकिने कुराहरु

धेरै मानिसहरू यौन दुर्व्यवहार, बालबालिकाहरू सुरक्षित छैनन् भन्ने स्वीकार गर्न वा यौन दुर्व्यवहारका नकारात्मक असरहरूबारे कुराकानी गर्न सहज मान्दैनन् । तापनि समुदायका सबैले यसबारे कुराकानी नगरेसम्म यौन दुर्व्यवहार रोकिँदैन ।

विद्यालयका कार्यक्रमहरू र सामुदायिक भेलाहरूले सिङ्गो समुदायलाई यौन दुर्व्यवहारबारे शिक्षित बनाउन सक्छन् । यौन दुर्व्यवहार सम्बन्धी छोटा नाटक, प्रहसनले कहिलेकहीँ व्यक्तिहरूलाई समूहमा दुर्व्यवहारबारे छलफल गर्न सजिलो बनाउन सक्छन् ।

यहाँ समुदायभित्र यौन दुर्व्यवहार रोकथामसम्बन्धी कामका लागि केही उपायहरू दिइएका छन् :

- आमाबाबु तथा शिक्षकहरूबीच कार्यशाला गोष्ठिहरू आयोजना गर्ने : यस्ता गोष्ठिहरुमा यौन दुर्व्यवहार रोकथाम कसरी गर्ने भन्नेबारेमा कलिला बालकहरूसँग संचार गर्ने तरिकाहरुबारे छलफल गराइनु पर्छ ।

- शिक्षकहरू, विद्यालयका कर्मचारीहरू, डाक्टरहरू तथा स्वास्थ्य कार्यकर्ताहरूलाई तालिम दिने : यस्तो तालिममा उनीहरूले कुनै नानीमा दुर्व्यवहारका चिह्नहरू पत्ता लगाउन र दुर्व्यवहार पीडित नानीहरूसँग कसरी कुराकानी गर्ने भनी सिक्नेछन् । बालकहरूसँग काम गर्दा आचारसंहिताबारे विद्यालयका कर्मचारीहरूसहितको अन्तरक्रियात्मक कार्यशाला आयोजना गर्नु पर्छ ।

- स्कुले विद्यार्थीहरूलाई शिक्षा दिने : यौन दुर्व्यवहारको रोकथाम गर्न सकिने शिक्षा दिनु पर्छ । यस शिक्षाभित्र उमेरअनुरूप यौन स्वास्थ्य शिक्षा पनि समावेश गर्न सकिन्छ ।

- दुर्व्यवहार भएमा त्यसको उजुरी गर्ने : हरेक परिवारलाई दुर्व्यवहार हुँदा सम्बन्धित निकायमा उजुर गर्न सके भविष्यमा हुन सक्ने दुर्व्यवहारलाई रोकथाम गर्न सकिन्छ भन्ने बुझाइनु पर्छ । बालक यौन दुर्व्यवहारका उजुरी प्रकृयाहरूबारे जानकारी लिनु पर्छ र आमाबाबु, शिक्षकहरू, स्वास्थ्य कार्यकर्ताहरू र यौन दुर्व्यवहारबारे थाहा पाउन सक्ने अन्य व्यक्तिहरूलाई यो सूचना उपलब्ध गराइनु पर्छ । उजुरी गर्ने प्रक्रिया वा स्थान छैन भने त्यसको खोजनीति या स्थापना गर्न कदम चालिनु पर्छ ।