قریبی ساتھی کے ساتھ تشدد (کیا ہے

قریبی ساتھی کے ساتھ تشدد کسی بھی قریبی تعلق میں ایسا رویہ ہوتا ہے جو جسمانی، ذہنی یا جنسی
نقصان کا باعث بنتا ہے۔ اس میں شامل ہو سکتے ہیں:

1. جسمانی تشدد: مارنا، تھپڑ مارنا، دھکا دینا، یا جسمانی نقصان پہنچانے کے دیگر طریقے۔
2. جذباتی تشدد: توہین آمیز باتیں کرنا، دھمکیاں دینا، خوف دلانا، یا کسی پر قابو پانے والا رویہ اختیار کرنا۔
3. جنسی تشدد: کسی کو اس کی مرضی کے خلاف جنسی سرگرمی پر مجبور کرنا یا دباؤ ڈالنا۔
4. مالیاتی تشدد: پیسے پر کنٹرول رکھنا، کسی کو پیسوں تک رسائی نہ دینا، یا کام کرنے سے روکنا۔

علامات کو پہچاننا:

تشدد کسی کے ساتھ بھی ہو سکتا ہے، چاہے اس کی جنس، عمر یا پس منظر کچھ بھی ہو۔ کچھ عام علامات جن پر توجہ دینا ضروری ہے:

اپنے ساتھی سے ڈر محسوس کرنا
مسلسل تنقید یا توہین کا سامنا کرنا
دوستوں یا خاندان سے دور کر دیا جانا
پیسے یا دیگر وسائل تک رسائی محدود ہونا
جسمانی نقصان پہنچنا یا تشدد کی دھمکیاں ملنا

بچوں کے ساتھ زیادتی کو سمجھنا:

بچوں کے ساتھ زیادتی اُس وقت ہوتی ہے جب کسی بچے کو جسمانی، جذباتی یا جنسی طور پر نقصان پہنچایا جائے، یا جب اُس کی بنیادی ضروریات جیسے کھانا اور طبی دیکھ بھال پوری نہ کی جائیں (نظر انداز کرنا)۔ یہ زیادتی اکثر اُن گھروں میں ہوتی ہے جہاں قریبی ساتھی کے ساتھ تشدد (IPV) پایا جاتا ہے۔

چوں کے ساتھ زیادتی کی اقسام:
جسمانی: مارنا، جھنجھوڑنا، یا جلانا
جذباتی: توہین کرنا، شرمندہ کرنا، یا رد کرنا
جنسی: بچے کو جنسی سرگرمیوں میں شامل کرنا یا نامناسب مواد دکھانا
نظر انداز کرنا: بچے کی بنیادی ضروریات پوری نہ کرنا جیسے خوراک، لباس یا طبی دیکھ بھال

علامات جن پر توجہ دینی چاہیے:
بغیر وجہ کے چوٹیں یا نیل
مخصوص لوگوں یا جگہوں سے خوف محسوس کرنا
رویے میں اچانک تبدیلی
صفائی کا خیال نہ رکھنا یا صحت کے مسائل کا علاج نہ ہونا

اگر آپ کو کوئی علامات نظر آئیں تو فوراً کسی قابلِ اعتماد ذریعے سے مدد لینا انتہائی ضروری ہے۔

آپ کو بغیر تشدد کے زندگی گزارنے کا حق حاصل ہے۔ قریبی ساتھی کے ساتھ تشدد (IPV) اور بچوں کے ساتھ زیادتی کسی بھی صورت میں قابلِ قبول نہیں ہیں۔ مدد دستیاب ہے، اور مدد کے لیے ہاتھ بڑھانا ایک بہادرانہ قدم ہے۔ آپ اور آپ کے بچوں کی حفاظت سب سے زیادہ اہم ہے۔

اگر آپ کو فوری مدد کی ضرورت ہو تو 911 پر کال کریں یا اپنے مقامی کرائسس لائن سے رابطہ کریں۔

ثقافتی پہلو:

یاد رکھیں:

آپ کی حفاظت سب سے اہم ہے: اپنے اور اپنے بچے کے لیے مدد لینا کوئی شرم کی بات نہیں اور نہ ہی یہ آپ کے خاندان یا برادری کے خلاف ہے۔

رازداری کا احترام: فراہم کی جانے والی خدمات نجی ہوتی ہیں اور آپ کی ذاتی معلومات کی حفاظت کرتی ہیں۔

آپ اکیلے نہیں ہیں: ایسی سہولیات موجود ہیں جو آپ کی ثقافت کو سمجھتی اور اس کا احترام کرتی ہیں۔

مدد حاصل کرنا

South Asian Women's Centre (SAWC)

سہولیات: مشاورت، قانونی مشورہ، اور معاون گروپس — یہ سب متعدد جنوبی ایشیائی زبانوں میں دستیاب ہیں۔
مقام: ٹورنٹو، اونٹاریو
رابطہ: ساؤتھ ایشین ویمنز سینٹر | (416) 537-2276

Children's Aid Societies (CAS)

ایجنسیاں بچوں کی فلاح و (CAS) سہولیات: اونٹاریو کی چائلڈرن ایڈ سوسائٹی بہبود اور حفاظت کے لیے وقف ہیں۔ یہ تحفظ فراہم کرتی ہیں، خاندانوں کو معاونت دیتی ہیں، اور ہنگامی صورتِ حال میں مداخلت کرتی ہیں۔
رابطہ: اونٹاریو ایسوسی ایشن آف چِلڈرنز ایڈ سوسائٹیز | 1-877-542-2873

Boost Child & Youth Advocacy Centre

سہولیات: زیادتی سے متاثرہ بچوں اور نوجوانوں کے لیے معاونت فراہم کی جاتی ہے، جس میں مشاورت، قانونی مدد، اور حقوق کے لیے آواز اٹھانا شامل ہے۔
مقام: ٹورنٹو، اونٹاریو
رابطہ: بوسٹ CYAC | (416) 515-1100

Ontario Victim Services

سہولیات: جرائم کے متاثرین، بشمول قریبی ساتھی کے ساتھ تشدد (IPV) اور بچوں کے ساتھ زیادتی، کے لیے معاونت، معلومات، اور رہنمائی کی خدمات فراہم کی جاتی ہیں۔
رابطہ: اونٹاریو وکٹم سروسز | 1-888-579-2888

Created by: Melanie Ratnayake
Reviewed by: Dr. Nikita Patel, Dr. Noor Ramji, Dr. Subhani Ragunathan, Dr. Mithila Somasundaram