والدین کے لئے اہم حقائق

صحت مند تعلقات اور رضامندی کے بارے میں سیکھنا

رضامندی: "کوئی کام کرنے یا کسی چیز کی اجازت دینے پر راضی ہونا: کسی چیز کے واقع ہونے یا کئے جانے کی اجازت دینا."

– آکسفورڈ ڈکشنریز، 2015

ابتدائی عمر سے ہی بچے اس بات کے بارے میں سیکھنا اور گفتگو کرنا شروع کرتے ہیں کہ وہ اپنے گھرکے اندر، اسکول میں اور کمیونٹی میں کیا کر سکتے ہیں اور کیا نہیں کر سکتے۔ جیسے جیسے بچے بڑے ہوتے ہیں، ویسے ویسے رضامندی کے تعلق سے ان کی مہارتوں اور معلومات میں اضافہ ضروری ہے۔ یہ مہارتیں انہیں مختلف صورتوں اور تعلقات میں جو کہ بعض اوقات پیچیدہ ہو سکتے ہیں، سے نمٹنے میں مدد کرتی ہیں۔

صحت اور جسمانی تعلیم کا نصاب بچوں اور جوانوں کو"رضامندی" کا مطلب سمجھنے اور حسب ذیل امور کے لئے ان کو درکار مہارتوں کو سیکھنے میں مدد دیتا ہے:

- اپنا دفاع کرنا
- اپنا اور دوسروں کا احترام کرنا.

رضامندی کے بارے میں سیکھنا

- بہتر مواصلات اوراحترام کے نتیجہ میں دوستوں، ساتھیوں، گھر والوں اور رومانی ساتھی کے ساتھ تعلقات میں بہتری آتی ہے۔
- رضامندی کا مطلب اپنے ذاتی اور دوسروں کی حدود جاننا اور ان کا احترام کرنا ہے۔ کسی بھی قسم کے تعلقات میں، اس بات کو پہچاننا کہ کیا چیز آپ کے لئے اور دوسروں کے لئے آرامدہ ہے، تعلقات کو صحت مند اور محفوظ رکھنے میں مدد دیتا ہے۔
- رضامندی کا تعلق غیر آرامدہ محسوس ہونے والی صورتوں کا تدارک کرنے یا ترک کرنےکا ہنر حاصل کرنے سے ہے اور جب دیگر لوگ ایسا ہی چاہیں تو ان کا احترام کرنا ہے۔
- جنسی رضامندی کے بارے میں سمجھنا اور بات چیت کرنا صحت مند رومانی تعلقات اور جنسی صحت کا ایک اٹوٹ حصّہ ہے۔

رضامندی کا تعلق بات چیت اور احترام سے ہے۔ بات چیت کے نتیجہ میں دوستوں، ساتھیوں، گھر والوں اور رومانی شریک کار کے ساتھ تعلقات میں بہتری آتی ہے۔

جنسی رضامندی سے کیا مراد ہے؟

- جنسی رضامندی کسی شخص کے "ہاں" کا انتخاب کرنے یا "نہیں" کا انتخاب کرنے کے حق کے بارے میں ہے۔
- جنسی رضامندی میں، جنسی سرگرمی میں شرکت کرنے کی واضح اور ارادی رضامندی شامل ہے، جس کی یا تو زبانی طور پر یا غیر زبانی طور پر بات چیت کی گئی ہو۔ ایک ایسا شخص جو بے ہوش ہو، آپے میں نہ ہو(مثلا نشہ میں مدہوش ہو) یا جس کو مجبور کیا گیا ہو یا جس کے ساتھ زبر دستی کی گئی ہو، وہ رضامندی نہیں دے سکتا۔
- ہر شخص پر یہ ذمہ داری ہے کہ وہ کسی جنسی سرگرمیوں میں شرکت کرنے سے پہلے، آزادانہ طور پر رضامندی دے اور رضامندی حاصل کرے۔
- رضامندی طلب کرنا اور اس کو دینا ایک جاری عمل ہے۔ ہر شخص کو اس بات کا حق حاصل ہے کہ وہ کسی بھی وقت اپنا ذہن تبدیل کرے (یعنی "نہیں" کہے)۔
- جنسی رضامندی اس بات کا تسلیم کرنا ہے کہ ہم میں سے ہر ایک اپنے جسم، اپنی جنسیت اور تجربات پر قابو رکھتا ہے۔
- جنسی رضامندی ایک ایسی چیز ہے، جس پر لوگوں کو بات چیت کرنی چاہیے، اس سے قطع نظر کہ وہ کتنی طویل مدّت سے تعلقات میں ہیں یا انہوں نے آپس میں کس قدر جنسی تجربات کئے ہیں۔

جنسی حملہ کا مطلب کوئی بھی ایسی جنسی مٹھ بھیڑ ہے جس میں آزادانہ طور پر دی گئی رضامندی کا فقدان پایا جاتا ہو۔ جنسی مٹھ بھیڑ اکثر ایسے لوگوں کے ساتھ واقع ہوتی ہے، جو ایک دوسرے کو جانتے ہوں۔

طلبا اسکول میں صحت مند تعلقات اور رضامندی کے بارے میں کیا سیکھتے ہیں؟

طلبا اپنی تعلیم کے دوران تمام مضامین مثلاً ادب، ریاضی، لسانیات/ انگریزی، سماجی تعلیمات اور سماجی سائنس اور انسانیات میں اپنے تجربات کی بنیاد پر مسئلہ حل کرتے ہوئے، اپنے ساتھیوں کے ساتھ مل کرجو سرگرمیاں انجام دیتے ہیں، اپنی اور دوسروں کی حدود کے احترام کے بارے میں بنیادی ہنر سیکھتے ہیں۔ وہ اپنے تعلقات کے بارے میں رضامندی اور صحت مند فیصلوں کے بارے میں سیکھتے ہوئے اپنی ان مہارتوں کو عمل میں لا سکتے ہیں۔

چھوٹے طلبا کیا سیکھتے ہیں؟

یہ نصاب تمام عمر والے طلبا کوہر طرح کے تعلقات میں دوسروں کے ساتھ خیالات، احساسات، ارادوں اور حدود کے بارے میں بات چیت کرنے اور بااحترام طریقہ سے کام کرنے کی قابلیت کو بڑھانے میں مدد دیتا ہے۔ رضامندی کے بارے میں سیکھنے کی بنیاد کا آغاز چھوٹی عمر سے قائم ہونا چاہیے۔ چھوٹے بچے اپنی عمر اور نشونما کی مناسبت والے طریقوں سے یہ بات سیکھتے ہیں کہ تمام تعلقات میں ایک دوسرے کا احترام کرنے اور رضامندی حاصل کرنے کی ذمہ داری عائد ہوتی ہے۔

گریڈ 1، 2 اور 3 میں پڑھنے والے بچے رضامندی کے بارے میں حسب ذیل طریقہ پر تعلیم حاصل کرتے ہیں:

- کوئی شخص انہیں کچھ کہنے یا کرنے سے رُکنے کے لئے کہنے پر ان کی بات سُننا اور رُک جانا۔
- کلاس روم میں جگہ کا اشتراک کرنا۔
- اپنی باتوں اور کاموں سے دوسروں کے لئے احترام کا اظہار کرنا۔
- جسمانی تعلیم اور کلاس روم میں آلات کے استعمال کے لئے اپنی باری کا انتظار کرنا۔
- اگر کوئی شخص ایک ایسے طریقہ پر بات یا کام کر رہا ہے، جو دوسروں کے لئے تکلیف کا باعث ہو تو اس شخص سے رُک جانے کی درخواست کرنا۔

چھوٹے طلباء حسب ذیل کے بارے میں سیکھتےہیں:

- اپنا دفاع کرنا یا دفاع میں بولنا۔
- ہمہ تن گوش ہو کر سُننا – صرف الفاظ پر ہی نہیں بلکہ، چہرے کے اُتار چڑھاؤ، صوتی لے، اور جسمانی حرکات و اشارات پر بھی توجہ دینا۔
- ایسے طریقہ سے برتاؤ کرنا جو دوسروں اور خود اپنے لئے نقصان کا باعث نہ ہو۔
- دوسروں کے لئے احترام کا اظہار کرنا۔

بڑے طلبا کیا سیکھتے ہیں؟

گریڈ 4 اور اس کے بعد والے گریڈز کے طلباء اپنی عمر اور نشونما کے مرحلہ کی مناسبت کے مطابق اس بات کو سیکھتے ہیں کہ رضامندی ایک مشترکہ ذمہ د اری ہے۔ وہ:

- حسب ذیل مہارتوں کے فروغ کو جاری رکھتے ہیں:
  - دوسرے لوگوں کی ضروریات کے تئیں احترام کا مظاہرہ، اور ان کی ضروریات کو سُننا اور جواب دینا۔
  - بات چیت کرنا، باوثوق بننا، "نہیں" کہنا۔
- خصوصیت کے ساتھ اس بات کو سیکھنا کہ احترام، صحت مند تعلقات اور جنسی رضامندی "کیسی لگتی ہے"۔
- رضامندی پر توجہ نہ دینے کے قانونی، سماجی اور جذباتی عواقب کے بارے میں تعلیم حاصل کرتے ہیں۔
- مسائل کی اطلاع دینے کا طریقہ اور دیکھ بھال کرنے والے بڑوں یا کمیونٹی وسائل (جیسے پولیس، ڈاکٹر، عوامی صحت کی اکائیوں دوستی کے مراکز) سے مدد حاصل کرنے کے طریقہ کی تعلیم حاصل کرتے ہیں۔

کیس اسٹڈیز، منظر ناموں اور مباحثات، ٹیچر کی مدد کے استعمال سے طلبا اس بات کی تعلیم حاصل کرتے ہیں کہ:

- کسی بھی تعلقات میں، دونوں کو ایک جاری طریقہ پر رضامندی دینے میں سرگرمی کے ساتھ شامل ہونا چاہیے۔
- ایک جنسی سرگرمی کا مطلب تمام سرگرمیوں کے لئے رضامندی نہیں ہے۔
- صرف "ہاں" کا مطلب "ہاں" ہے۔
- رضامندی کا قیاس نہیں کیا جا سکتا۔

رضامندی کے بارے میں اپنے بچوں سے گفتگو کرنا

والدین اور ٹیچر مل کربچہ کو صحت مند تعلقات فروغ دینے اور رضامندی کو سمجھانے کے لئے کوشش کر سکتے ہیں۔ ان خیالات پر غور کریں:

چھوٹے بچوں کے ساتھ:

- اپنے بچوں کو دوسرے لوگوں کی حدود کے بارے میں"اشارات" کو سُننے اور دیکھنے کی ترغیب دیں (مثلاً جب لوگ اپنے ذاتی مقام کی حفاظت کے لئے کچھ قدم دور ٹھہرتے ہیں)۔
- ان کی اس سمجھ کو مستحکم کریں کہ ان کا جسم ان کا اپنا ہے اور ان کو اس کے بارے میں فیصلہ کرنے کا حق حاصل ہے اوراپنے آپ کا خیال رکھنے کی ذمہ داری عائد ہوتی ہے۔
- ان کو ایسی عادات کی مشق کرنے میں مدد دیں جن کو وہ اپنی کسی پریشان کُن صورت حال میں کہہ اورکر سکتے ہیں۔
- اپنے بچوں کو اپنے احساسات کو سمجھنے اور کسی چیز کے درست نہ لگنے پر اپنی آواز بلند کرنے کی ترغیب دیں اور ان سے اس بات پر گفتگو کریں کہ وہ کس طرح مدد حاصل کر سکتے ہیں۔

بڑے بچوں اور نوجوانوں کے ساتھ:

- ان سے، جنسیت کے تعلق سے ان کی حدود، سوالات اور اقدار کے بارے میں گفتگو کریں۔
- انہیں ان مختلف صورتوں کے بارے میں غور کرنے کی ترغیب دیں، جن میں انہیں اپنی ذاتی حدود کے تعلق سے واضح تصور کی ضرورت ہو۔
- رضامندی، دباؤ، زبردستی، استحصال، ہراسانی اور جنسی مٹھ بھیڑ کے بارے میں گفتگو کریں۔ اپنے بچوں کو یہ بات جاننے کا موقع دیں کہ ان کے پاس آواز اٹھانے کا موقع ہے اور یہ کہ آپ ان کی بات کو سُنیں گے۔
- غیر رضامندی والے جنسی عمل کے قانونی، سماجی اور جذباتی عواقب کے بارے میں گفتگو کریں۔

مزید معلومات

» www.sexualityandu.ca میں جنسیت اور قانون

» اونٹاریو کولیشن آف ریپکرائسیز سینٹرز (اونٹاریو اتحاد برائے جبری جنسی بحران کے مراکز) www.sexualassaultsupport.ca/page-535967

» البرٹا میں واقع رضامندی اور جنسی تشدد کے خاتمہ کے بارے میں تعلیم کی ترغیب کے متعلق تحقیقی گروپ www.consented.ca

Ontario

ISBN 978-1-4606-5575-7 (PDF) (Urdu)
© کوئنز پرنٹر فار اونٹاریو، 2015