



हर बच्चे को है  
**सुरक्षा का अधिकार**

क्योंकि हर बच्चा है खास



## एक रंग पुरितका

बाल यौन शोषण से बचाव की ओर



निर्मल इनिशीएटिव ट्रस्ट

# बाल यौनिक शोषण क्या है?

निम्नलिखित व्यवहार की सूची बाल यौन शोषण है  
किन्तु यह सूची बाल यौनिक शोषण का सूचक मात्र है।

- जनन अंगों को बच्चों के शरीर से रगड़ना।
- बच्चे के मुंह और छाती पर हाथ लगाना/रगड़ना।
- बच्चे को जबरन पकड़ कर उनके दोनों पैरों के बीच में हाथ लगाना, छाती पे हाथ लगाना, और उनसे ऐसा ही स्पर्श अपने, या किसी दूसरे इंसान या बच्चे के शरीर पर करवाना (जबरदस्ती या उत्तेजित करके)।
- बच्चे के सामने अपने निजी अंगों को रगड़ना या जोर से रगड़ना।
- बच्चे के छिप कर कपड़े बदलते हुये देखना या शौच के समय छिप के देखना।
- बच्चे को बहला फुसला कर अश्लील फोटो/किताब दिखाना, या बच्चे की नग्न फोटो खींचना।
- बच्चे से अश्लील बातें करना, अश्लील विडियो दिखाना।

## **बच्चों से बाल यौनिक शोषण के बारे में बात करना क्यों जरूरी है ?**

बच्चों से बाल यौनिक शोषण के बारे में बात करना इसलिए जरूरी है, क्योंकि भारत सरकार के 'महिला एवं बाल विकास मंत्रालय' द्वारा 2007 में कराये गए सर्वे के अनुसार, 53.224 बच्चे, 52.944 बालक, और 47.064 बालिका 18 साल के होने तक किसी न किसी प्रकार के यौनिक शोषण का शिकार हो जाते हैं। इसका अर्थ है कि भारत में हर दूसरा बच्चा यौनिक शोषण से पीड़ित है। बच्चों से बाल यौनिक शोषण के बारे में बात करके इसे पहचानने की और इससे बचाव के कौशल की जानकारी देकर हम बच्चों को सशक्त बना सकते हैं, ताकि वे बिना डरे, बिना शरमाये, बेहिचक होकर अपने भरोसेमंद बड़ों को आपबीती बता सकें।

## माता-पिता एवं अध्यापक/अध्यापिका के लिए पुस्तक को इस्तेमाल करने की जानकारी :

**बच्चों में आत्म विश्वास जगाना (पृष्ठ 3 से 6)** - बच्चों को यह बताना आवश्यक है की वह खास हैं, इससे उनके अंदर अपना खयाल रखने की इच्छा मजबूत बनेगी। बच्चों का शोषण करने वाले लोग बच्चों के कमजोर आत्मविश्वास का फायदा उठाते हैं, हेरा-फेरी करते हैं और अपने फायदे के लिए बच्चों को बहका देते हैं। मजबूत आत्मविश्वास होने पर बच्चों के बहकने का खतरा कम हो जाता है।

**स्वयं की देखभाल और सुरक्षा (पृष्ठ 7-8)** - क्योंकि बच्चे खास होते हैं, इसलिये ये जरूरी है की उनका खयाल रखा जाये, बच्चों को प्रेरित करें की वे सोचें किस-किस तरह से वह अपना खयाल रख सकते हैं? इस प्रक्रिया से बच्चे अपने बारे में गंभीरता से सोचेंगे, और खुद से जुड़ाव महसूस करेंगे।

**निजी चेतना चक्र (पृष्ठ 9-14)** - बच्चे को बतायें की हर इंसान के चारों ओर एक चेतना चक्र होता है, जो हमारे अंदर की आवाज से बनता है, हमारे अंदर की आवाज हमारे दिल से जुड़ी होती है। जब हमारे चेतना चक्र में बदलाव आता है, वह हमें पता चल जाता है, अगर बदलाव अच्छा हो तो हमें अच्छा महसूस होता है, और अगर बदलाव बुरा तो हमें बुरा महसूस होता है। इसलिए ये जरूरी हम अपनी भावनाओं पर ध्यान दें, और उन पर भरोसा करें। उद्धरण के लिये - जब माता-पिता बच्चों को गले हैं, तो बच्चों का अच्छा लगता है, कोई कोई उन्हें मारे या चोट पहुँचाये तो उन्हें बुरा लगता है।

**असुरक्षित गुप्त स्पर्श (पृष्ठ 15-17)** - बच्चे को बतायें की गुप्त स्पर्श किसी भी स्थिति में ठीक नहीं होता। यह असुरक्षित होता है। मुंह पर, छाती पर, और दोनों पैरों के बीच में कभी भी कोई भी हाथ नहीं लगाता। ये हमारे शरीर की निजी अंग हैं। सिर्फ दो स्थिति में शरीर के इन हिस्सों पर हाथ लगाया जा सकता है।

1. डॉक्टर जांच के लिए, किसी भरोसेमंद बड़े की मौजूदगी में।
2. 1 से 6 साल तक की उम्र के बच्चों को साफ-सफाई और नहाने के लिए बड़ों की मदद की जरूरत होती है।  
ऐसे स्पर्श की जानकारी गुप्त रखने की आवश्यकता नहीं है। आप इसके बारे में बात कर सकते हैं।

**असुरक्षित गुप्त स्पर्श की स्थिति में बच्चों को करना चाहिए (पृष्ठ 18-20)** - बच्चे को बतायें की अगर उन्हें कोई गुप्त हाथ लगाये, निजी अंगों को हाथ लगाये, कोई उन्हें असहज महसूस कराये, तो उन्हें **सुरक्षा का नियम अपनाना चाहिए-**

पहला - बच्चों को जोर से चिल्लाना चाहिए - 'नहीं'।

दूसरा - जितना जल्दी हो सके, ऐसे इंसान से दूर भाग जाना चाहिए,

तीसरा - किसी भरोसेमंद बड़े को बताना चाहिए, और तब तक बताना चाहिए जब तक वो आपकी मदद न करें।

कई बार बच्चे यौनिक शोषण की परिस्थिति में खुद को दोषी मानते हैं, इसलिए ये जरूरी है की आप बच्चों को बतायें की ये बच्चों की गलती नहीं है अगर कोई उन्हें असहज महसूस कराये, या गुप्त स्पर्श करें।

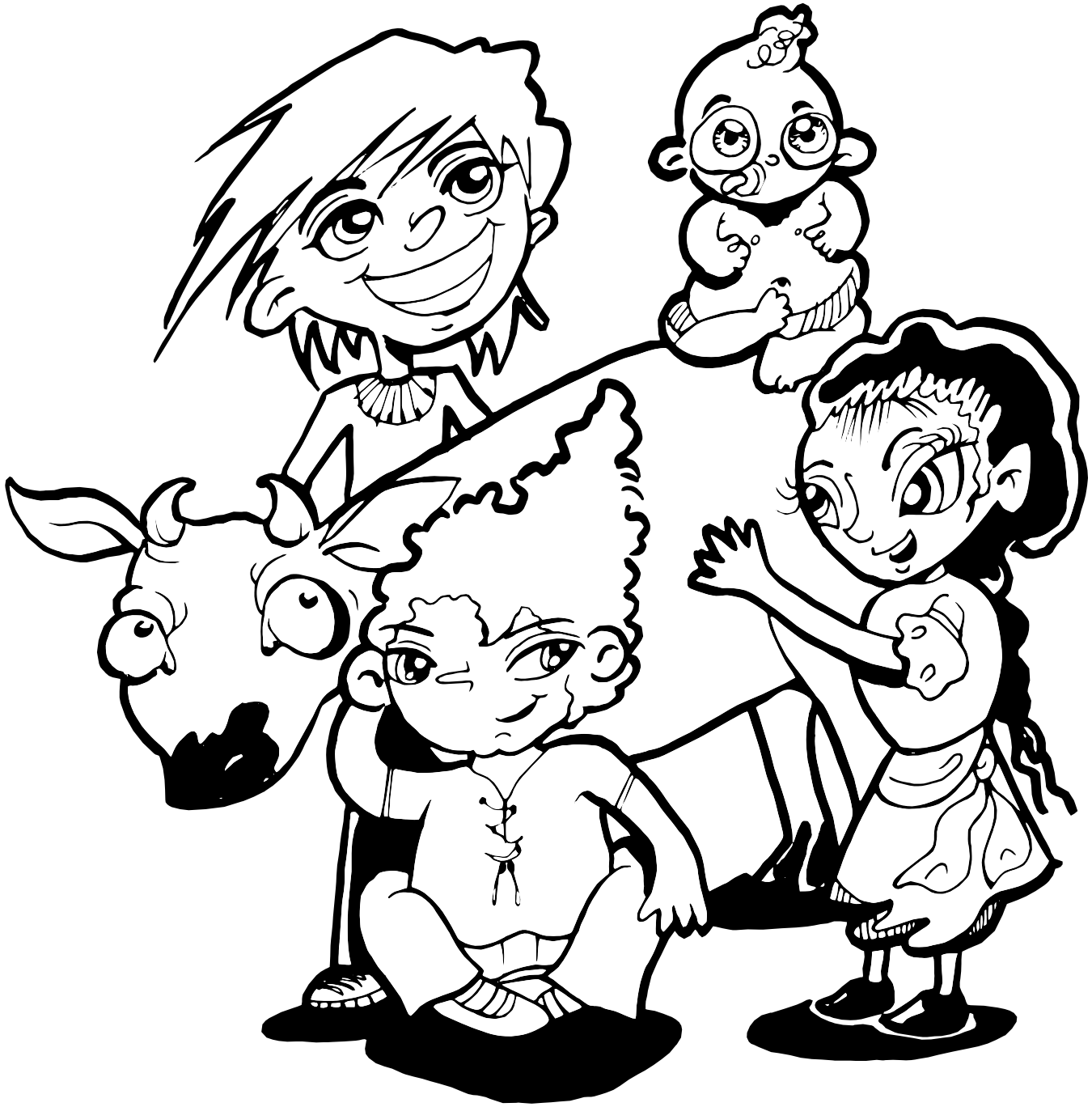
— अपने बच्चे की मदद करने के लिए आप अपने जिला के बाल कल्याण समिति से सम्पर्क कर सकते हैं। आपके द्वारा दी गयी जानकारी पूरी तरह गोपनीय रखी जाएगी।



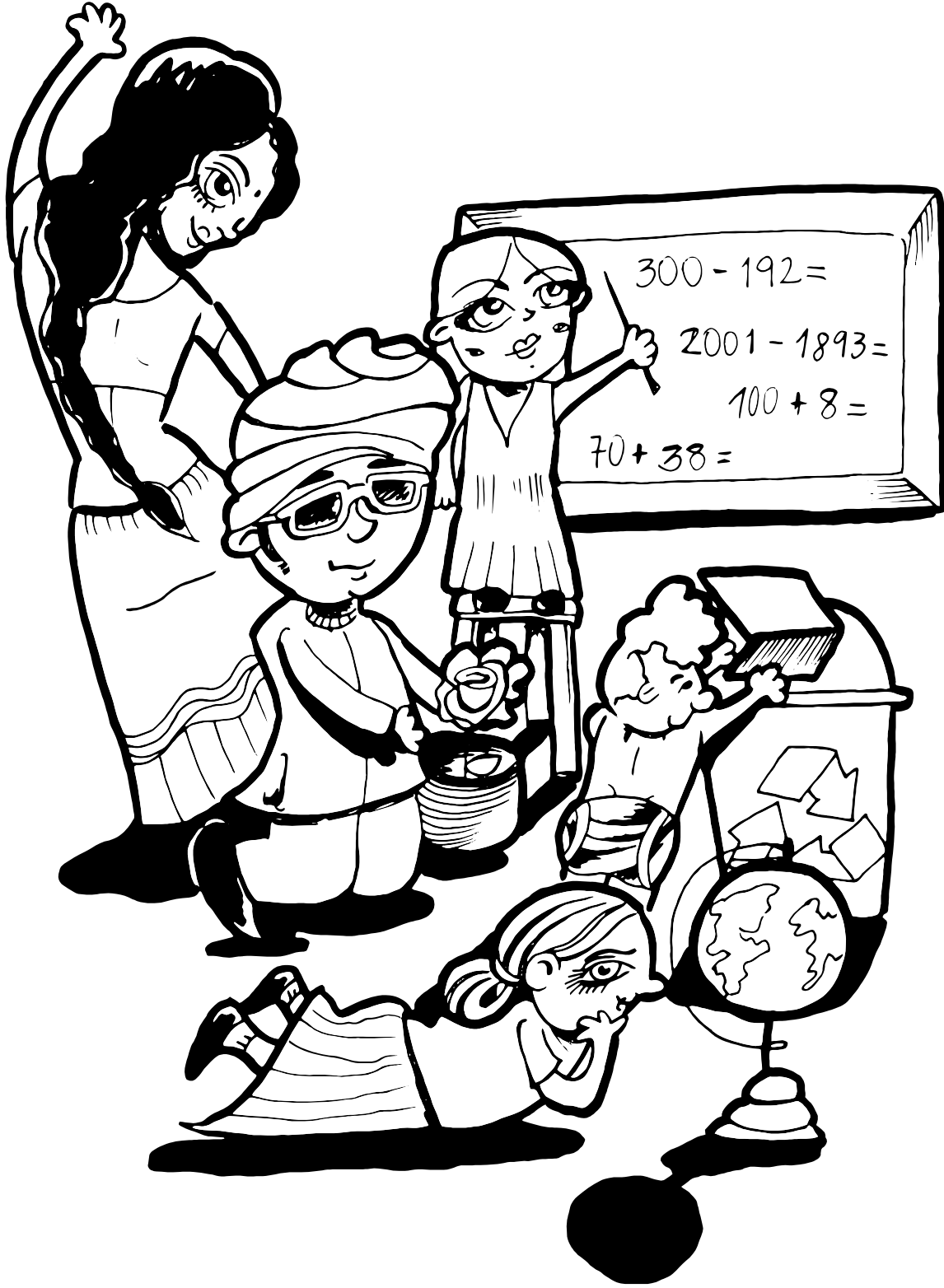
प्यारे दोस्तों, हम आपके साथ जरूरी जानकारी बाँटना चाहते हैं,  
जो हमें, हमारे बड़ों ने बताई है, हमारी सुरक्षा की बात ।



हर बच्चा खास होता है ।



हमारे दोस्त भी खास होते हैं।



हम खास इसलिए हैं क्योंकि हम सब में कोई न कोई खास बात होती है, जो हमें खास बनाती है।  
जैसे कुछ बच्चों को नाचना पसंद होता है, कुछ को दुनिया के बारे में जानना पसंद होता है।  
कुछ बच्चों को पुराने सामान से नयी चीजें बनाने का शौक होता है, और कुछ बच्चों को बाग बानी,  
एवं पढ़ाई करने का शौक होता है। क्या आप बतायेंगे की आपको क्या करना अच्छा लगता है ?



क्योंकि हम खास होते हैं इसलिए हम अपना और अपनी सुरक्षा का ख्याल रखते हैं।





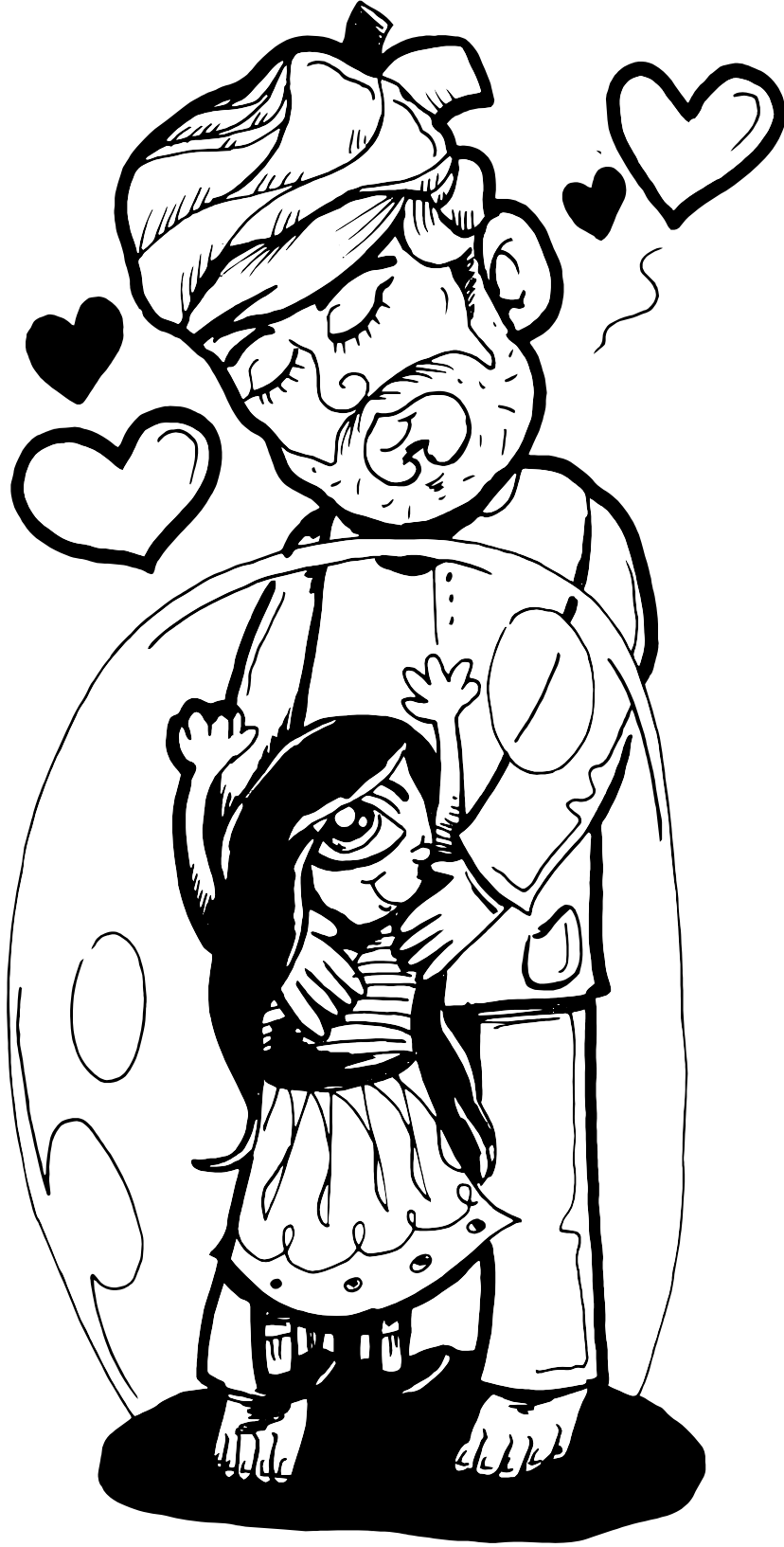
हम रोज नहाते हैं और दाँत साफ करते हैं, जब हमारी तबीयत खराब होती है  
तब हम डॉक्टर के पास जाते हैं, हम गाड़ी में सीट बेल्ट लगाते हैं,  
और पौष्टिक आहार भी खाते हैं, आदि। क्या आप बतायेंगे की आप कैसे अपना ख्याल रखते हैं?



एक और जरूरी तरह से हम अपनी सुरक्षा का ख्याल रखते हैं, वो है दिल की आवाज सुन कर। हमारी दिल की आवाज हमारे चारों ओर एक चेतना चक्र बनाती है। चक्र के अंदर की जगह हमारी अपनी होती है। जब कोई भी नुकसान पहुंचाने वाली चीज हमारे इस चक्र के अंदर आती है, हमारे दिल की आवाज हमें चेतावनी देती है, हमें उसको सुनना चाहिए, और अपने से बड़ों की सहायता लेनी चाहिए, जिन पर हमें भरोसा हो। क्या आप बताओगे की आपको किन बड़ों पर भरोसा है?

हमारी रोज की  
जिन्दगी में हम एक दूसरे से  
बात करते समय अपने हाथों का  
इस्तेमाल भी करते हैं।  
हाथ लगाने को स्पर्श भी कहा जाता है।  
स्पर्श तीन तरह का होता है।

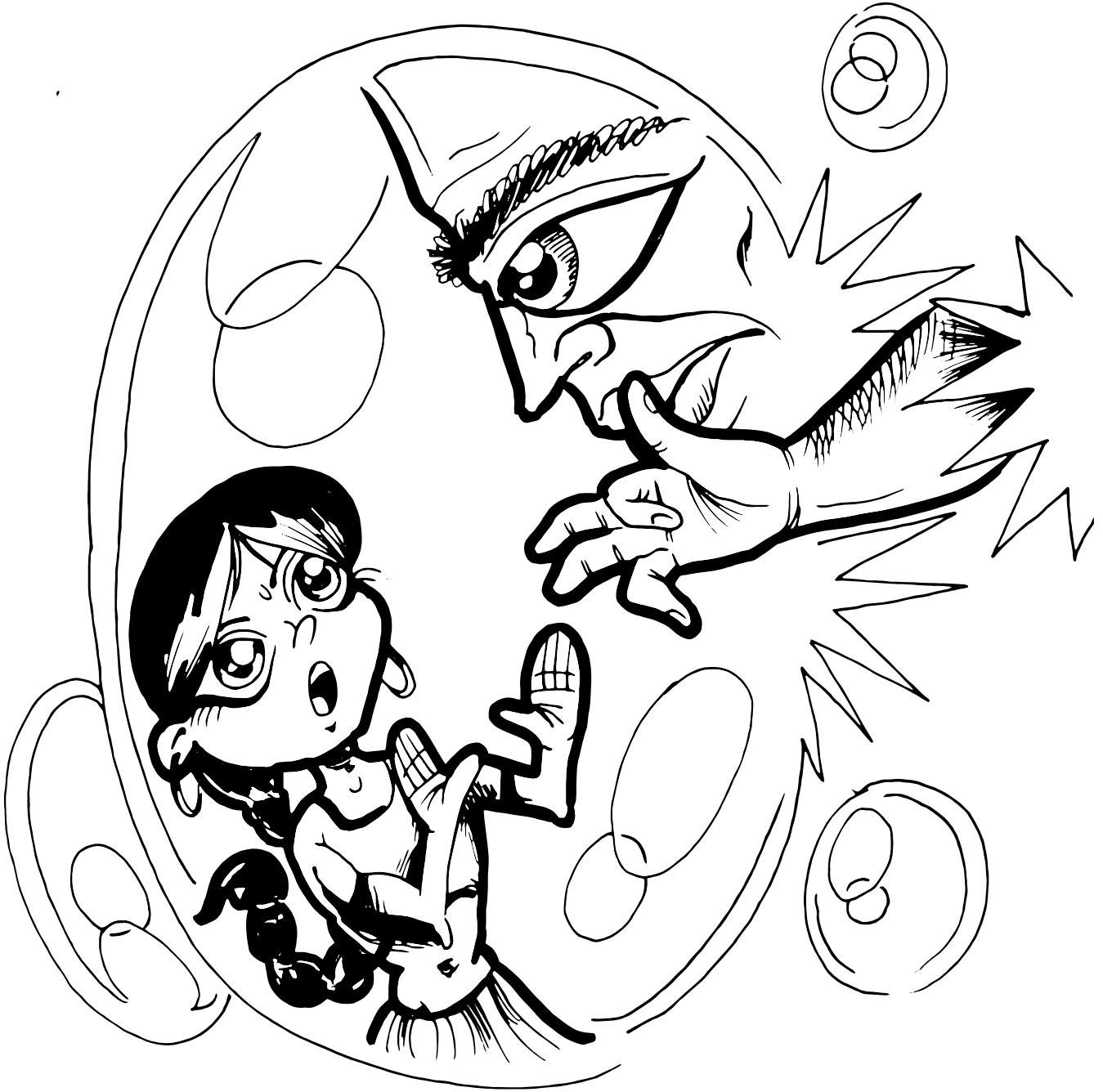
- (1) सुरक्षित स्पर्श
- (2) असुरक्षित स्पर्श
- (3) गुप्त स्पर्श



सुरक्षित स्पर्श अच्छे होते हैं, यह हमारे चेतना चक्र को नुकसान नहीं पहुंचाते।  
जब हमारे माता-पिता हमें गले लगाते हैं, या हमारी टीचर हमें कंधे पर शाबाशी दें  
या हाथ मिलाना सुरक्षित स्पर्श कहलाता है।



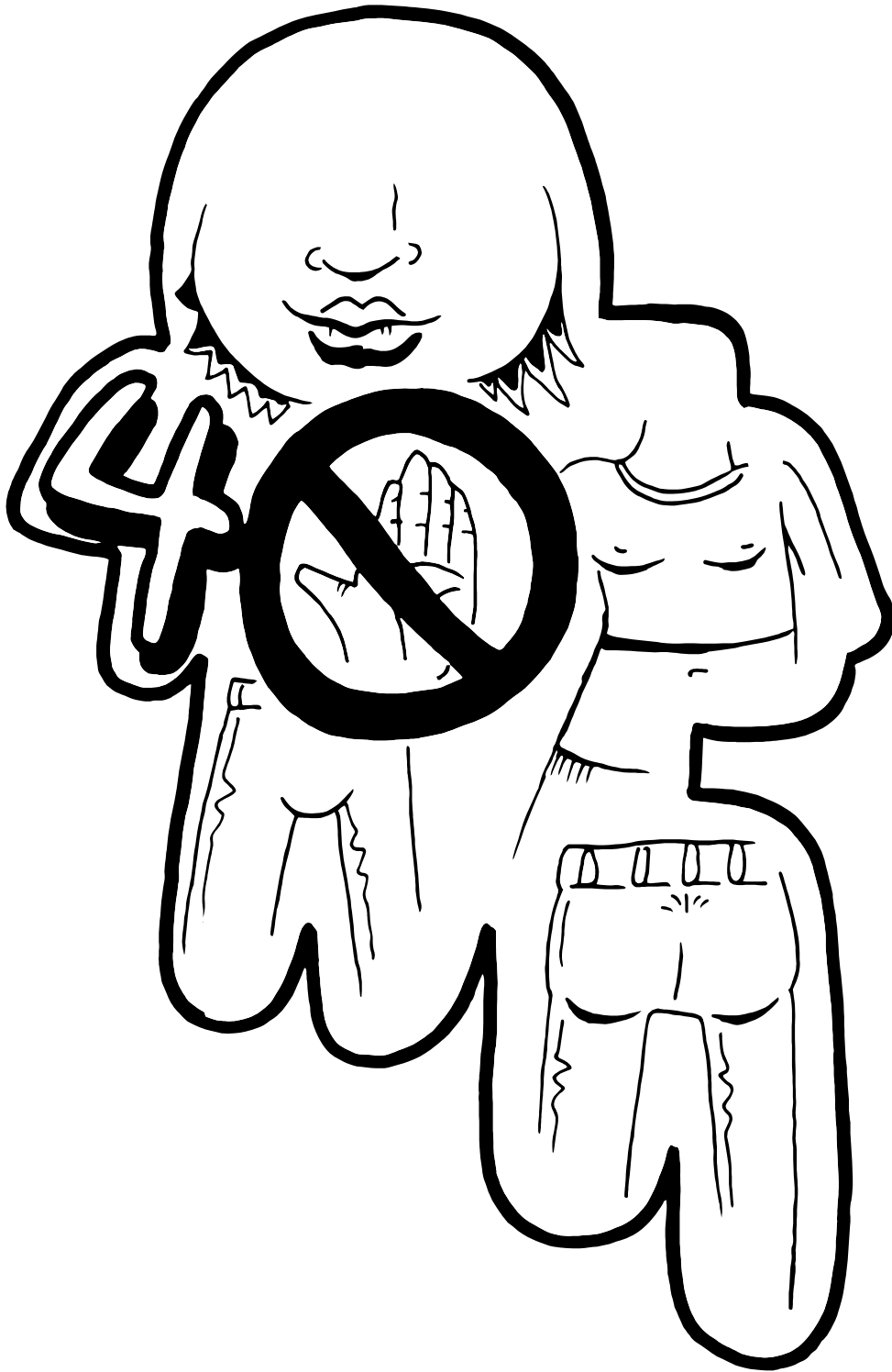
सुरक्षित स्पर्श हमें खुशी देता है और अच्छा महसूस करता है।  
क्या आप बताओगे की कैसा स्पर्श आपको सुरक्षित लगता है? आपको खुशी देता है?



असुरक्षित स्पर्श ठीक नहीं होता। असुरक्षित स्पर्श हमें चोट पहुँचाता है,  
और हमारे चेतना चक्र को तोड़ देता है। जब कोई हमें थप्पड़ मारे, या धक्का दे,  
या चूटी मारे, बाल खींचे, ये सब असुरक्षित स्पर्श कहलाता है।



असुरक्षित स्पर्श होने पर, हमें रोना आता है, गुस्सा आता है, हमें दुःख होता है।  
क्या आप बताओगे और किस तरह का स्पर्श आपको असुरक्षित महसूस कराता है?



गुप्त स्पर्श असुरक्षित होता है, किसी को भी बच्चों को इस तरह का स्पर्श नहीं करना चाहिए।

हमारे शरीर के चार भागों में कोई भी कभी-भी हाथ नहीं लगा सकता। ये चार भाग हैं मुँह पर, छाती पर, दोनों पैरों के बीच में आगे और पीछे। अगर कोई भी इन चार जगहों पर हाथ लगाये तो यह गुप्त स्पर्श होता है, इन चार जगहों पर न हम किसी को हाथ लगते हैं, और न ही कोई और हमें हाथ लगता है।





गुप्त स्पर्श ।



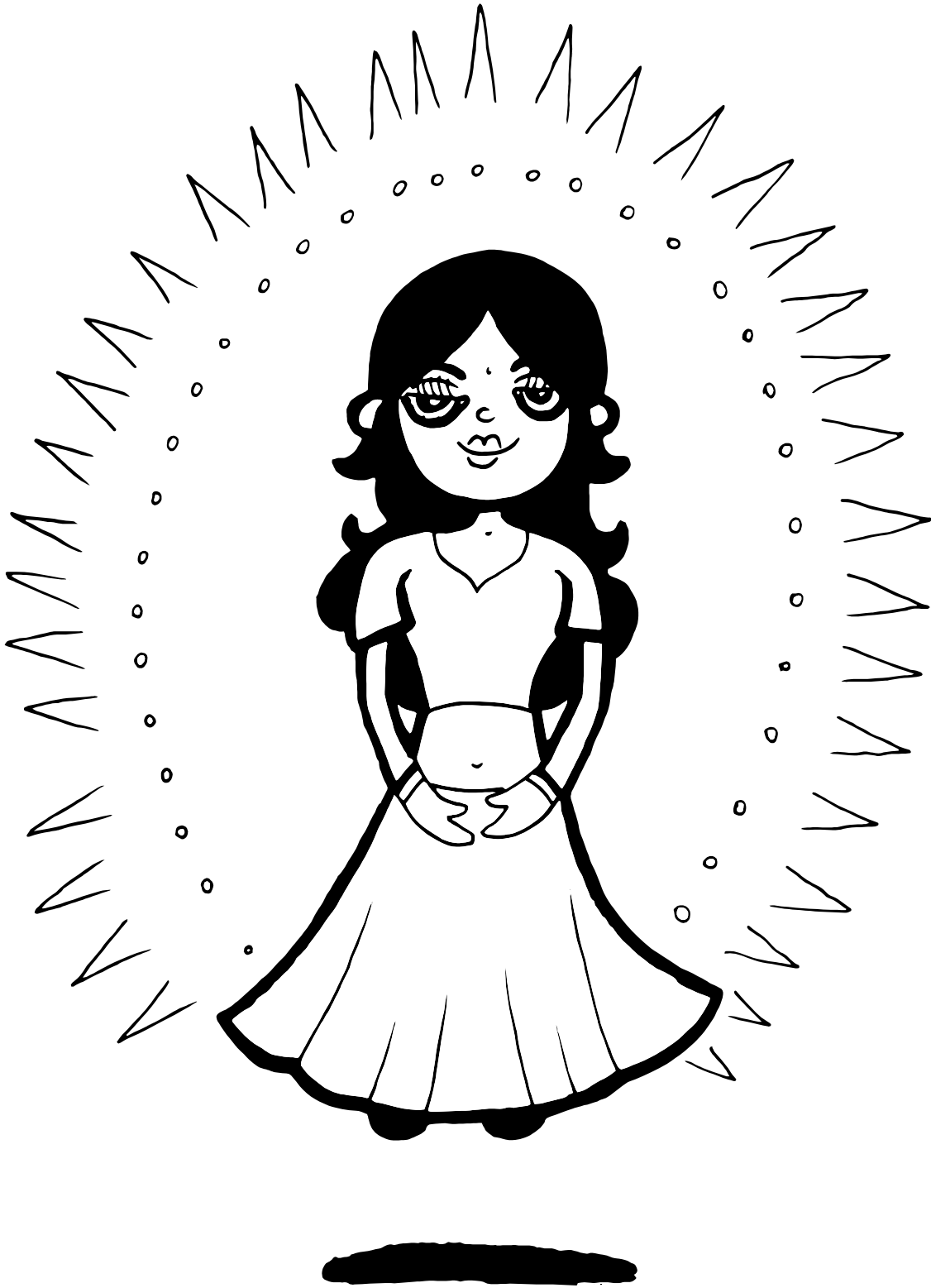
गुप्त स्पर्श ।



अगर कोई भी, चाहें वह आपका जानकार हो, रिश्तेदार या अनजान आपको असुरक्षित स्पर्श या गुप्त स्पर्श करे तो आपका पूरा अधिकार है, आवाज उठाकर मना करने का, क्योंकि आप अपने शरीर के मालिक हैं, और किसी को भी आपको नुकसान पहुँचाने का हक नहीं है।



गुप्त स्पर्श करने वाले इंसान से आपको दूर भाग जाना चाहिए और अपने से बड़ों को बताना चाहिए, जिन पर आपको भरोसा है। आपको तब तक बताते रहना चाहिए जब तक की वो आपकी मदद न करें।



हमेशा याद रखो की आप खास हो। इसमें बच्चों की गलती नहीं है।  
अगर कोई उन्हें गुप्त स्पर्श करता है या नुकसान पहुँचाता है तो आपको डरना नहीं चाहिए, और न ही  
शर्माना चाहिए। हमेशा अपने भरोसेमंद बड़ों से बात करनी चाहिए।

यह रंग पुस्तिका समाज कल्याण हेतु निःशुल्क वितरण के लिए है ।  
इसका व्यवसायिक उपयोग न करें ।



© सर्वाधिकार सुरक्षित 2015 – निर्मल इनिशीएटिव ट्रस्ट

सम्पर्क हेतु :

**निर्मल इनिशीएटिव ट्रस्ट**

297, श्री गणेशानन्द आश्रम

गुरुकुल रोड

वृन्दावन (उ. प्र.)

281121

वेबसाईट : [www.nirmalinitiativetrust.org](http://www.nirmalinitiativetrust.org)

ई-मेल : [nirmalinitiative@gmail.com](mailto:nirmalinitiative@gmail.com)