

بدسلوکی ہرگز قابلِ قبول نہیں ہے۔

آپ کا حق ہے کہ آپ قابلِ قدر، قابلِ احترام اور محفوظ محسوس کریں۔

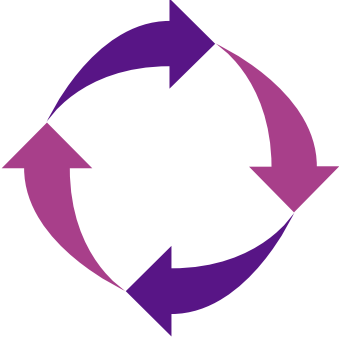
زیادتی کا دائرہ

ذہنی انتشار کی شروعات

کچھ مخصوص تناؤ (مثلاً: روزگار، پیسہ، دھوکا) اس کی ابتداء کا باعث ہے۔ اس ذہنی تناؤ کی وجہ سے وہ شخص خود کو بے اختیار محسوس کرتا ہے۔ جو شخص بدسلوکی کرتا ہے وہ اپنے ساتھی کو گالم گلوچ، دھمکانہ، الزام تراشی اور توہین جیسی حرکتیں کرتا ہے۔

دکھاوا

اس مرحلہ میں دونوں شریک اپنے رشتے کو ظاہری طور پر نبھانے کے دکھاوے کی کوشش کرتے ہیں جیسے سب کچھ ٹھیک ہے۔ تاہم بدسلوکی کا سلسلہ جاری رہتا ہے جب تک باہمی مسائل کا حل نہ نکالا جائے۔



جاہرانہ رویہ

پریشانی کے نتیجے میں شدید بدزبانی یا جسمانی تشدد اور جنسی زیادتی اس دور کا خاصہ ہے۔ یہ ایک یا اس سے زیادہ مرتبہ بھی ہوسکتا ہے۔ بدسلوکی جان بوجھ کر کی جاتی ہے یہ حادثہ نہیں ہے۔

وضاحت / استدلال

اس مرحلہ میں بدسلوکی کرنے والا ساتھی دفاعی طریقہ کار کا استعمال کرتا ہے۔ جیسے دوسروں پر الزام لگانا، بہانے بنانا یا دروغ گوئی کرتا ہے۔

تشدد اور بتک آمیز رویہ ایک سوچ ہے۔ اس میں شامل ہے:

غندا گردی: دھمکی آمیز اشارے اور حرکات۔

ڈرانا دھمکانا: اس میں چھوڑنے کا خوف دلایا جاتا ہے تاکہ مکمل اختیار حاصل کیا جاسکے۔ یہ دھمکیاں سخت ناچاقی اور بحث و مباحثہ کے دوران دی جاتی ہیں۔

جارجیت: یہ ردعمل کسی فرد یا شے کی طرف ہوسکتا ہے۔ ایسا شخص اپنے ساتھی کو لائیں، گھونسیں اور گلا بھی دبا سکتا ہے۔

تذلیل: اس میں کسی کو ذلیل و خوار کرنا، بیکار، بے اختیار اور تنہا محسوس کرانا شامل ہیں۔ یہ سلوک نجی یا عوامی سطح پر بھی ہوسکتا ہے۔

گوشہ نشینی: اس میں اس شخص کا دوست احباب، رشتے داروں اور دنیا بھر سے قطع تعلق کر دیا جاتا ہے۔

طاقت کا ناجائز استعمال: نا کردہ جرم کا احساس دلا کر ساتھی کو پاگل بنانے کی کوشش کی جاتی ہے۔

تشدد کے باوجود چھوڑنے یا رہنے کا انتخاب مختلف وجوہات کی بناء پر پیچیدہ اور ذاتی ہے مثال کے طور پر:

- ▶ آپ اپنے ساتھی سے محبت کرتے ہیں۔
- ▶ آپ کو امید ہے کہ چیزیں بدل جائیں گی۔
- ▶ آپ کو یقین نہیں ہے کہ آپ کے ساتھی کے اعمال بدسلوکی میں شامل ہیں۔
- ▶ آپ مالی یا جسمانی طور پر اپنے ساتھی پر منحصر ہیں۔
- ▶ آپ نہیں جانتے کہ اپنے ساتھی کے بغیر آپ کہاں جائیں گے یا آپ کیسے رہیں گے۔
- ▶ آپ ان لوگوں سے الگ تھلگ ہیں جو مدد کر سکتے ہیں۔
- ▶ آپ کی ثقافتی، مذہبی یا خاندانی توقعات آپ کو علیحدگی کی اجازت نہیں دیتیں۔
- ▶ آپ اپنے ساتھی کی بدسلوکی کے لیے خود کو مورد الزام ٹھہراتے ہیں۔
- ▶ آپ پریشان ہیں کہ آپ کے بچوں کے ساتھ کیا ہوگا جب آپ کے بچے دوسرے فریق کے ساتھ ہوں گے۔

بعض اوقات بدسلوکی کا یہ رویہ خود کو آہستہ آہستہ وقت کے ساتھ ظاہر کرتا ہے اور بعض اوقات اس رویہ کو پہچاننا مشکل ہوتا ہے۔

اگر آپ خود کو یا کسی ایسے شخص کو جانتے ہیں جو اس صورتحال سے دوچار ہے تو مدد دستیاب ہے۔

مزید معلومات کے لیے رابطہ کریں:

مانیٹوبا جسٹس (Manitoba Justice)

وکٹم سروسز برانچ (Victim Services Branch)

ونی پیگ : 6851-945-204

ٹول فری : 2846-484-866-1

صوبہ بھر میں گھریلو بدسلوکی کے بحران کی ٹول فری لائن

(24 گھنٹے): 0007-977-877-1