स्त्री मनोरक्ष प्रशिक्षण

अहिंसा पर बातचीत के लिए संयुक्त बैठक

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

सीखने के उद्देश्य

- एक संयुक्त बैठक के उद्देश्य को समझने के लिए
- संयुक्त बैठकें आयोजित करने के लिए मार्गदर्शक सिद्धांत
- अहिंसा के लिए बातचीत की प्रक्रिया
- बच्चों पर हिंसा के प्रभाव को समझना और उनकी सुरक्षा करना।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

संयुक्त सेशन में क्या करें?

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

हमेशा याद रखे .....

हमें याद रखना चाहिए कि ये सेशन सुलह कराने के लिए नहीं हैं।

बैठक में महिला को अपनी शर्तों पर वापस जाने के लिए तैयार करना चाहिए। ऐसी संयुक्त बैठकों में जाने से पहले एक विस्तृत गृहकार्य आवश्यक है।

महिलाएं आपके सामने अपने पति को बुलाने और हिंसक व्यवहार को बदलने की सलाह देने के लिए तत्परता व्यक्त कर सकती हैं।

ऐसी बैठकों का आह्वान करते समय यह उचित है कि कुछ दिशानिर्देशों का पालन किया जाए।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

हमेशा याद रखो...

- संयुक्त बैठक हिंसा का सामना करने वाली महिला और हिंसा करने वाले मुद्दों के बारे में खुलकर बात करने के लिए एक साझा मंच प्रदान करती है जिस से समस्या की स्थिति को सुलझाया जा सके।
- संयुक्त बैठक काउंसलर के लिए दुर्व्यवहार करने वाले से पूछताछ करने का एक अवसर है। यह दुर्व्यवहार करने वाले को अपने कार्यों को गैर-धमकी देने वाले तरीके से प्रतिबिंबित करने में भी मदद करता है।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

हमेशा याद रखो...

- शुरू में काउंसलर को महिला पर विश्वास करना चाहिए न कि यह तय करना चाहिए कि वह सही है या गलत है। भले यह " महिला की गलती" प्रतीत हो, हिंसा फिर भी स्विकार नहीं है।

- यदि कोई भी साथी सहमति नहीं दे रहा है, रक्षात्मक है या बदलाव के लिए अंतर्दृष्टि और प्रेरणा की कमी है, तो संयुक्त बैठक शुरू नहीं की जाएगी।

- हमें मुद्दों से निपटने के एकमात्र तरीके के रूप में सम्मानजनक संवाद, आपसी सम्मान, लोकतांत्रिक तरीके पर ध्यान केंद्रित करने की आवश्यकता है। हिंसा पर नहीं

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

संयुक्त बैठक के लिए महिला को तैयार करने के लिए कदम

- महिला को यह बताना कि काउंसलर उसके पक्ष में है और उस पर पूरा भरोसा करती है, उसे शांत और आत्मविश्वासी रहने में मदद कर सकता है।
- काउंसलर को इसमें नहीं पड़ना की कौन सही था या गलत, क्योंकि बैठक का फोकस है कि महिला को पीटना या गाली देना अस्वीकार्य है।
- काउंसलर को हिंसा से संबंधित महिला के कथन का विस्तृत विवरण लेना चाहिए।

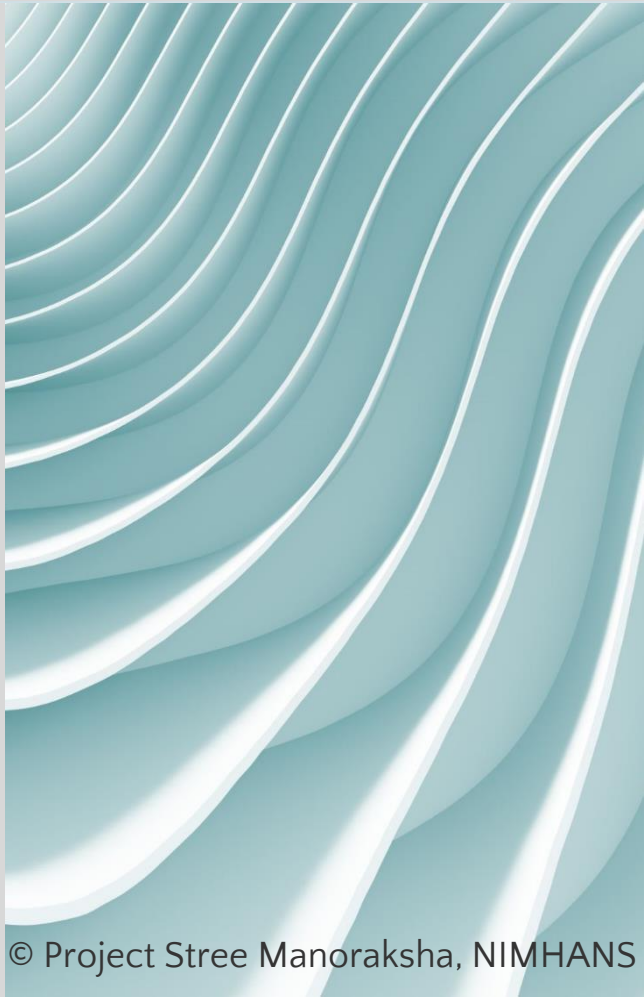
© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

संयुक्त बैठक के लिए महिला को तैयार करने के लिए कदम

- वह किसके साथ संयुक्त बैठक चाहती हैं, क्या इस तरह की बैठक पूर्व में किए गए हैं, उस बठक का परिणाम क्या था ?, इस पर चर्चा करनी जरूरत है।

- काउंसलर को उन पहलुओं के बारे में पता होना चाहिए जिन्हें संयुक्त बैठक में शामिल करने की आवश्यकता है।

- काउंसलर को महिला से बात करके विवाद के सभी बिंदुओं को सूचीबद्ध करना चाहिए।



© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

संयुक्त बैठक के लिए महिला को तैयार करने के लिए कदम

- काउंसलर को महिला द्वारा व्यक्त सभी मुख्य नॉन नेगोशिएबल बातों को ध्यान से नोट करना चाहिए।
- परामर्शदाताओं को यह सुनिश्चित करने में सक्षम होना चाहिए कि महिला की सुरक्षा और चिंताएं किसी भी खतरे में नहीं हैं।
- महिला को बिना किसी खतरे के अपनी बात रखने के लिए तैयार करना सबसे उपयोगी है यह प्रक्रिया ही उसके आत्मविश्वास का निर्माण करती है।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

संयुक्त बैठक कैसे आयोजित करें?

- संयुक्त बैठक एक आम मंच पर होना चाहिए जिससे परामर्शदाता की उपस्थिति में महिला और अपराधी (पति/साथी) जरूरी मुद्दों के बारे में खुले तौर पर बात कर सके।
- इस सेशन में अहिंसा के लिए बातचीत करने पर ध्यान केंद्रित करना है और सुलह पर नहीं .
- बैठक एक परिचय के साथ शुरू होनी चाहिए (व्यक्तिगत विवरण का उल्लेख न करें)
- बैठक के नियमों और उद्देश्यों को समझाया जाना चाहिए।
- हिंसक को पहले (संयुक्त बैठक में) बात करने की अनुमति देना अच्छा अभ्यास है।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

संयुक्त बैठक कैसे आयोजित करें?

- हिंसक को बताया जाए कि संयुक्त बैठक का उद्देश्य हिंसा को समाप्त करना है।
- काउंसलर को संयुक्त बैठक में आने के लिए हिंसक की सराहना करनी चाहिए , क्योंकि यह दर्शाता है कि वह संबंध जारी रखने में रुचि रखता है।
- परामर्शदाता को दुर्व्याहवर नहीं करना है /हिंसक को भयभीत नहीं करना /प्राधिकार से धमकाना नहीं चाहिए।
- हालांकि, हिंसक को हिंसा के प्रभावों के बारे में शिक्षित करना महत्वपूर्ण है।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

संयुक्त बैठक कैसे आयोजित करें?

- यदि दुर्व्यवहार करने वाला और महिला एक आम सहमति पर पहुंचने में सक्षम हैं, तो विस्तृत शर्तों के साथ संयुक्त बयान का दस्तावेजीकरण (रिकॉर्डिंग) किया जाना चाहिए।

- संबंधित व्यक्तियों के हस्ताक्षर प्राप्त करना उपयोगी है।

- यदि बैठकें विफल हो जाती हैं, तो भी बिंदुओं को रिकॉर्ड करना और संबंधित व्यक्तियों के हस्ताक्षर प्राप्त करना अभी भी महत्वपूर्ण है।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

आलम से नजमा की शादी को 5 साल हो चुके हैं। पिछले कुछ सालों से लॉकडाउन के कारण उन्हें आर्थिक तंगी का सामना करना पड़ रहा है। आलम भी तब से काफी ज्यादा पीने लगा है। "एक बार जब वह पीना शुरू कर देता है, तो वह रुकता नहीं है", वह कहती है।

ऐसे कई मौके आए हैं जब आलम नाराज हो गया और उसने नजमा को मारा, उसे कई चोटें आई हैं और जब भी वह नशे में घर आता है तो नजमा लगातार डरती रहती है।

नजमा बेहद व्यथित है और चाहती है कि उसका पति सम्मानजनक व्यवहार करे। वह ओएससी केंद्र में इस उम्मीद से आती है कि उसके पति से बात की जा सके।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

महिला को संयुक्त बैठक के लिए तैयार करना

- आलम के प्रति अपनी भावनाओं, क्रोध और निराशा को व्यक्त करने के लिए नजमा को सक्षम करें।
- उसकी भावनाओं, उसके डर को मान्य करना।
- उसे समझाते हुए कि उसका व्यवहार अस्वीकार्य है और कैसे नशीले पदार्थ का उपयोग मुश्किलों से सामना करने का एक गलत तरीका है ।
- उसे अपने पति के सम्बंधित चिंता- डर और उसके साथ-साथ पैसे के बारे में निपटने में मदद करना।
- उसे आश्वस्त करें कि बैठक आयोजित की जा सकती है लेकिन उसका पति आने के लिए सहमत नहीं हो सकता है।
- नजमा को मदद करे की वो अपने पति के साथ अपने रिश्ते से यथार्थवादी उम्मीदें रखे।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

संयुक्त बैठक के उद्देश्य

- नजमा को खुद को अभिव्यक्त करने के लिए स्थान प्रदान करना, विशेष रूप से शराब पीने के प्रभाव।
- आलम को पैसे की चिंता के बारे में अपनी चिंताओं और पीने के व्यवहार की अपनी समझ को व्यक्त करने के लिए एक स्थान प्रदान करना।
- चर्चा करना कि नजमा के प्रति हिंसक होने पर आलम कैसा महसूस करता है।
- नजमा पर हिंसा के प्रभाव पर चर्चा।
- आलम को शराब पर निर्भरता का इलाज कराने की सलाह देना।
- अगर दोनो राजी हो तो : जोड़े को कुछ बुनियादी नियमों के साथ एक अनुबंध (कॉन्ट्रैक्ट) विकसित करने में मदद करना। *उदा. आलम को घर में शराब नहीं पीनी चाहिए, आलम के नशे में घर आने पर नजमा को उसे अकेला छोड़ देना चाहिए।*
- इस बात पर प्रकाश डालना कि किसी भी रूप और संदर्भ में हिंसा स्वीकार्य नहीं है और इसे तुरंत रोकने की आवश्यकता है
- हिंसा या वृद्धि के मामले में, नजमा को घर छोड़कर सुरक्षित स्थान पर जाने की आवश्यकता है। आलम को अपने गुस्से से निपटने के तरीकों पर काम करने की जरूरत है।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

25 साल की ममता की कम उम्र में ही शादी कर दी गई थी। वह तैयार नहीं थी लेकिन उसके परिवार में आर्थिक मुद्दों के कारण उसकी शादी हो गई थी। उनके पति की उम्र 40 साल है, वह एक उच्च-मध्यम वर्गीय परिवार से ताल्लुक रखते हैं। उनके पति अपने आप में काफी व्यस्त हैं और ममता को सभी भौतिकवादी आराम प्रदान करते हैं।

हाल ही में ममता को अपने पति के एक्स्ट्रा मैरिटल रिलेशनशिप के बारे में पता चला। वह बेहद आहत और दुखी हो गई थी। उसका पति उससे विवाहेतर संबंध स्वीकार करने की उम्मीद कर रहा है और कहता है कि वह अपनी प्रेमिका के साथ रहना चाहता है।

ममता अपने और अपने बच्चों के भविष्य को लेकर बहुत चिंतित हैं। वह चाहती हैं कि काउंसलर एक संयुक्त बैठक करें

हालांकि, वह इस बात का जिक्र करती हैं कि उनके पति किसी से भी बात करने में बहुत झिझकते हैं। उसने परिवार, समुदाय आदि के साथ बातचीत को खारिज कर दिया है। वह अपना विचार नहीं बदलेगा

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

- उसे अपनी भावनाओं को व्यक्त करने के लिए सक्षम करें - क्रोध, निराशा, विश्वासघात की भावना और उसकी भावनाओं को मान्य करें।
- इस बात पर जोर दें कि यह उसकी गलती नहीं है। उसे समझाते हुए कि ये परिस्थितियाँ वास्तव में किसी के भी नियंत्रण से बाहर हैं।
- यह समझना कि वह क्या करना चाहती है, और उसकी अपेक्षाएँ क्या हैं।
- यह उल्लेख करना कि एक ही घर में जबरदस्ती रहना - हिंसा को बढ़ा सकता है - उसे और उसके बच्चों को शारीरिक और मनोवैज्ञानिक जोखिम में डाल सकता है - उसे आश्वस्त करें कि बैठक आयोजित की जा सकती है - लेकिन वह उसके साथ रहने के लिए सहमत नहीं हो सकता है।
- उसके और उसके बच्चों के जीवन को आरामदायक बनाने के लिए मांगों पर विचार करें।
- मोल-भाव करना जिसे बच्चों को आर्थिक सहायता, स्कूल की फीस और उनके नाम पर दूसरे घर जैसी चीजों पर बात करें।
- उसके विकास, आगे बढ़ने और भविष्य पर ध्यान केंद्रित करना। उसे अपने जीवन से संतुष्ट महसूस करने में मदद करना।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

क्या करें	क्या न करें
महिला पर विश्वास करें और हिंसा के खिलाफ खड़े हों	समायोजन/समझौता करने से हिंसा नहीं रुकती। यदि ऐसा किया जाता है- हिंसा रोकने का उद्देश्य विफल हो जाता है
ओएससी टीम का परिचय दें और बैठक के उद्देश्य की व्याख्या करें। बैठक के नियम बताएं। प्रत्येक व्यक्ति को बोलने का मौका दिया जाएगा	पूरे विस्तारित परिवार को संयुक्त बैठक का हिस्सा न बनने दें। व्यवधान से बचने के लिए दोनों तरफ न्यूनतम संख्या रखें
उसे बिना नाराज़/परेशान हुए मीटिंग में बोलने के लिए तैयार करें	
महिला को स्पष्ट रूप से बताएं कि आप उसके पक्ष में हैं	दुर्व्यवहार करने वाले को बल प्रयोग से धमकाएं नहीं
बैठक के दस्तावेज़ीकरण में कहा जाना चाहिए कि महिला के खिलाफ मौखिक, शारीरिक, यौन और आर्थिक शोषण तुरंत बंद होना चाहिए।	ऐसा न कहें - "वह पति की बात माने, उसे अपने माता-पिता के पास नहीं जाना चाहिए या उन्हें फोन नहीं करना चाहिए, उसे अपने दोस्तों से बात नहीं करनी चाहिए"
	© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

याद रखने के लिए कुछ बिंदु

• संयुक्त बैठकें हमेशा काम नहीं करतीं। वे तभी काम करते हैं जब दुर्व्यवहार करने वाला/परिवार व्यवहार बदलने के लिए तैयार हो।

• महिलाओं को संयुक्त बैठक की सीमाओं से अवगत कराया जाना चाहिए। विकल्प हाथ से पहले सोचा जाना चाहिए

• जब अपराधी बिना पूर्व सूचना के ओएससी में आता है तो आप सम्मानपूर्वक बता दें कि संयुक्त बैठक अभी नहीं हो सकती है - महिला को अपनी अपेक्षाओं के लिए ओएससी के साथ एक ठोस योजना विकसित करना बाकी है - ऐसे समय में संयुक्त बैठक उपयोगी नहीं है

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

हिंसक के साथ काम करना

- व्यक्तिगत सत्रों की सलाह दी गई है ।
- अपने साथी के प्रति हिंसा के कारणों (बचपन में हिंसा का सामना, पारिवारिक हिंसा) की जाँच करें।
- मानसिक स्वास्थ्य सहायता के लिए संदर्भ लें, यदि हिंसा मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का परिणाम है।
- यदि हिंसा सामाजिक कारणों का परिणाम है, तो कानूनी जटिलताओं के बारे में शिक्षित करें।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

हिंसा का सामना करने वाली महिलाओं को पारिवारिक सहायता कैसे प्रदान करें?

- यदि क्लाइंट की सहमति हो तो परिवार को उपचार प्रक्रिया में शामिल करें।
- प्रियजनों से सहयोग के महत्व के बारे में परिवार के साथ चर्चा करें।
- महिला पर विश्वास करें जब वह अपनी समस्या साझा करती है।
- भावनात्मक रूप से सहायता करने के बारे में शिक्षित करें और महिला को दोष न दें।
- महिला को आश्वस्त करना और परिवार से सहयोग का वादा करना।
- महिला के लिए सहायक होने वाली और मौद्रिक (पैसे) सहायता प्रदान करें

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

बच्चों की सुरक्षा

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

बच्चों पर हिंसा का प्रभाव

आंतरिक लक्षण	• बाहरी लक्षण
• डर लगना • समाज से दूरी बनाना • चिंता • डिप्रेशन • दैहिक शिकायतें • बिस्तर गीला करना • खराब शैक्षणिक प्रदर्शन	• नशीले पदार्थ का उपयोग • क्रोध करना • असामाजिक व्यवहार • आत्मसम्मान में कमी • साथियों से संबंधों में कठिनाई • गुस्सा और आक्रामकता

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

बच्चों की सुरक्षा

हिंसक परिवारों के बच्चों को मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के विकसित होने का खतरा होता है।

सुरक्षा योजना पर चर्चा करें।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

बच्चों की सुरक्षा

हिंसक वातावरण से बच्चे/बच्चों को अलग करने पर विचार किया जाना चाहिए:

- जब सुरक्षा के अन्य सभी साधनों विचार किया गया है और उन पर ध्यान किया गया है।
- बच्चे को बहुत अधिक खतरा है।
- जब पीड़िता बच्चे की रक्षा करने में असमर्थ हो।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

बच्चों की सुरक्षा

यदि आप बच्चे की सुरक्षा को लेकर चिंतित हैं तो चाइल्ड लाइन/बाल कल्याण समिति से संपर्क करें।

बच्चे को सिखाएं कि संकट के समय क्या करना चाहिए।

बच्चे को उसके सुरक्षा स्थानों की पहचान करने में मदद करें।

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS

शुक्रिया

एक्नॉलेजमेंट: स्वास्थ्य और संबद्ध विषयों की जांच के लिए केंद्र (सीईएचएटी), मुंबई द्वारा तैयार की गई प्रस्तुति:

मिन्नू एल्सा अब्राहम, देवांशी गोराडिया (प्रोजेक्ट ट्रेनर)
संपूर्ण चक्रवर्ती (परियोजना प्रबंधक)
माधुरी एच.एन (सहायक प्रोफेसर, परियोजना)
वीणा सत्यनारायण (अतिरिक्त प्रोफेसर, नैदानिक मनोविज्ञान विभाग, सह-प्रधान अन्वेषक, परियोजना)
प्रभा एस चंद्रा (मनोचिकित्सा के प्रोफेसर, प्रधान अन्वेषक, परियोजना)

परियोजना स्त्री मनोरक्ष

© Project Stree Manoraksha, NIMHANS