

## Safeguarding Kids Together (SKT) Fact sheet for parents and carers

# مل کر بچوں کی حفاظت کرنا

## والدین اور سنبھالنے والوں کے لیے معلوماتی پرچہ

سکون سے سنیں اور پورا واقعہ معلوم کریں۔ اپنے بچے کو بات کرنے کی ترغیب دیں اور اسے بتائیں کہ مدد اور مشورہ مانگنے میں کوئی حرج نہیں۔

اگر ضرورت ہو تو زیادہ تفصیل جاننے کے لیے سوالات پوچھیں: کون، کیا، کہاں، کب۔ اپنے بچے سے پوچھیں کہ وہ کیا کرنا چاہتا ہے - اور وہ آپ سے کیا کرنے کی خواہش رکھتا ہے۔ شاید آپ کا بچہ اس سے بچکچائے کہ آپ سکول کے عملے سے بات کریں۔

اس خیال پر بات کریں اور بچے کو تسلی دیں کہ سکول سے مدد اور مشورہ مانگنے سے فائدہ ہو سکتا ہے۔

سکول کو متعلقہ تفصیلات بتائیں۔ اپنے بچے کے استاد سے ملنے کے لیے وقت لیں اور، اگر آپ کو ضرورت ہو تو، پرنسپل سے بات کرنے کی درخواست کریں۔

سکول کے ساتھ میٹنگ اور ان طریقوں کا ریکارڈ رکھیں جن سے آپ مسئلہ حل کرنے کے لیے مل کر کام کریں گے۔

سکول کے ساتھ مل کر کام کرنا مسائل کے حل کا بہترین طریقہ ہے۔ اگر آپ کو اپنے بچے کی حفاظت کے بارے میں شدید تشویش ہو تو پولیس سے رابطہ کریں۔

### مل کر بچوں کی حفاظت کرنے (SKT) کے متعلق

سکول پر طالب علم کو اس کے امکانات حاصل کرنے میں مدد دینے والے کئی وسائل رکھتے ہیں۔ NSW کے تمام پبلک سکولوں کے لیے دستیاب SKT طالب علموں کے زیادہ خطرات مول لینے والے رویوں کے حل کے لیے سکول میں عملی ماہرانہ مشورہ، مدد اور پروگرام فراہم کرتا ہے۔ SKT ان معاملات میں مدد دیتا ہے:

- سکولوں میں سب کو شامل کرنے والا اور مضبوط ماحول بنانا
- ان طالب علموں کی شناخت کرنا جن کے لیے خطرہ ہو سکتا ہے اور انہیں مناسب مدد فراہم کرنا
- ہنگامی واقعات کو سنبھالنا اور جوابی اقدام کرنا

### نوعمر افراد کی مدد کے لیے مل کر کام کرنا

ایسے بہت سے عوامل ہو سکتے ہیں جن سے طالب علموں میں خطرے مول لینے والے رویے اپنانے کا احتمال پیدا ہو جیسے آن لائن بُلنگ (ستانا) اور دیگر بُلنگ، جسمانی تشدد یا جسمانی تشدد کی دھمکیاں؛ خود کو نقصان پہنچانا؛ منشیات کا استعمال اور مجرم یا دوسری خطرناک تنظیموں کے ساتھ واسطہ

- سکولوں کے ساتھ ساتھ آپ بھی اپنے بچے کے رویے میں بڑی تبدیلیاں پہچاننے کی منفرد پوزیشن میں ہیں اور آپ اسے مدد طلب کرنے کے لیے سہارا دے سکتے ہیں۔ اگر آپ اپنے بچے کے رویے میں تبدیلیاں دیکھیں یا آپ کا بچہ آپ کو ایسی معلومات دے جن سے آپ کو اپنے بچے کے بارے میں تشویش پیدا ہو تو مندرجہ ذیل تجاویز سے مدد مل سکتی ہے۔

## کچھ مفید ویب سائٹس آزمائیں

- [beyondblue.org.au](http://beyondblue.org.au) پر Beyond Blue سب لوگوں کو اپنے لیے بہترین ذہنی صحت حاصل کرنے میں معلومات اور مدد فراہم کرتا ہے۔
- ویب سائٹ [antibullying.nsw.gov.au](http://antibullying.nsw.gov.au) پر NSW کی بُلنگ کے خلاف ویب سائٹ عملے، طالب علموں اور والدین کو طالب علموں میں بُلنگ کی روک تھام اور اس پر اقدامات کے لیے معلومات فراہم کرتی ہے۔
- انٹرنیٹ پر بدسلوکی سے متعلق آن لائن حفاظت کے لیے وسائل اور رہنمائی eSafety کمیشنر کی ویب سائٹ [esafety.gov.au](http://esafety.gov.au) پر مل سکتی ہے۔



## مزید معلومات کے لیے

اگر آپ مزید معلومات لینا چاہتے ہیں تو براہ مہربانی اپنے مقامی سکول سے رابطہ کریں۔ اگر آپ کو اپنا سوال پوچھنے کے لیے انٹریپرٹ (زبانی مترجم) کی مدد کی ضرورت ہے تو 131 450 پر ٹیلیفون انٹریپرٹ سروس کو فون کریں اور اپنی زبان کا انٹریپرٹ مانگیں۔

آپریٹر کو وہ فون نمبر بتائیں جہاں آپ کال کرنا چاہتے ہیں اور آپریٹر بات چیت میں آپ کی مدد کے لیے لائن پر انٹریپرٹ مہیا کر دے گا۔ آپ سے اس سروس کا معاوضہ نہیں لیا جائے گا۔

نوعمر لوگوں کا اپنے خاندان، ہم عمروں اور سکول سے لگاؤ اور وابستگی ان کی حفاظت کرنے والے مؤثر ترین عوامل میں شامل ہیں۔

## ایسے کچھ طریقے کیا ہیں جن سے آپ اپنے بچے کی مدد کر سکتے ہیں؟

دلچسپی لیں اور اپنے بچے کو مواقع دیں کہ وہ آپ کو اپنی روزمرہ سرگرمیوں، ہم عمروں اور سکول کی زندگی کے بارے میں معلومات دے۔ اس طرح آپ کو آگاہ رہنے میں مدد ملے گی کہ آپ کا بچہ کہاں ہے، کس کے ساتھ ہے اور کیا کر رہا ہے۔



اپنے بچے کو ایسی سرگرمیوں میں شریک ہونے کی ترغیب دیں جس سے اسے وابستگی کا احساس اور اپنی دلچسپیوں کو کہیں مرکوز کرنے کا موقع ملے۔ مثال کے طور پر سپورٹس، اداکاری اور گلوکاری جیسے فنون، مشاغل اور منظم کلب۔



انٹرنیٹ کی دنیا سے آگاہ رہیں اور اپنے بچے کے کمپیوٹر، ٹیبلٹ اور سمارٹ فون جیسے الیکٹرانک آلات استعمال کرنے سے وابستہ فوائد اور خطرات کو سمجھیں اور اپنے بچے کو یہ آلات سمجھداری سے استعمال کرنے میں مدد دیں۔



اپنے بچے کو آن لائن محفوظ، پرلطف تجربات دلانے کے بارے میں مزید معلومات کے لیے [esafety.gov.au/](http://esafety.gov.au/) پر eSafety ویب سائٹ دیکھیں۔

مثبت رشتے استوار کر کے اور اپنے بچے کو یہ دکھا کر اچھا نمونہ پیش کریں کہ معلومات پر ناقدانہ غور کیسے کرنا چاہیے۔



اپنے بچے کے رویے میں تبدیلیاں نوٹ کریں اور اسے اس میں مدد دیں کہ اسے اپنے خیالات اور احساسات آپ کو بتانا محفوظ لگے۔



اپنے بچے کے ساتھ کھلی اور صاف صاف بات چیت کی حوصلہ افزائی کریں تاکہ بچہ دوسرے لوگوں کے نقطہ نظر کے متعلق جان سکے اور سمجھ سکے۔



اپنے بچے کی فکریں سنیں اور اس کا نقطہ نظر سمجھنے کی کوشش کریں۔ چاہے آپ کو اپنے بچے کی بات سے اتفاق نہ ہو، آپ کا بچے کو یہ بتانا اہم ہے کہ اسے قبول کیا جاتا ہے اور یہ کہ آپ اس کی مدد کے لیے موجود ہیں۔