زنا بالجبر اور جنسی حملہ – ان لوگوں کے لئے معلومات جن کے ساتھ ایسا ہوا

ریپ کرائسس ہیلپ لائن اسکاٹ لینڈ (اسکاٹ لینڈ میں جنسی تشدد کا شکار ہونے والوں کے لئے ہیلپ لائن ٹیلیفون لائن 08088 01 03 02 (مفت فون اور منی کام)

' ای میل کی معاونت بھی support@rapecrisisscotland.org.uk پر دستیاب ہے'

ریپ کرائسس اسکاٹ لینڈ کی ہیلپ لائن پورے اسکاٹ لینڈ میں 13 سال اور اس سے زائد عمر والے ایسے افراد کو فون پر مدد اور معلومات مہیا کرتی ہے جو جنسی تشدد سے متاثر ہوئے ہوں، اس سے قطع نظر کہ وہ تشدد کب اور کیسے ہوا۔ یہ ہیلپ لائن ہفتے کے ساتوں دن شام 6 بجے سے آدھی رات تک کھلی رہتی ہے اور ابتدائی قسم کی اور ہنگامی صورت حال میں مفت اور رازداری سے مدد اور معلومات فراہم کرتی ہے۔ ہیلپ لائن آپ کا مقامی ریپ کرائسس سنٹرز یا دیگر سروسز سے بھی رابطہ کروا سکتی ہے۔ تاکہ آپ کو مسسلسل مدد ملتی رہے۔ یہ ہیلپ لائن بہرے افراد اور ایسے افراد کے لئے جنہیں صحیح سنائی نہ دیتا ہو ایک منی کام سروس بھی فراہم کرتی ہے اور اگر آپ کی پہلی (مادری) زبان انگریزیی نہیں ہے تو آپ کے لئے ترجمان کا انتظام بھی کر سکتی ہے۔

زنا بالجبر اور جنسی حملہ (ریپ اور سیکشوئل اسالٹ)

جنسی تشدد کسی کے ساتھ بھی ہو سکتا ہے۔ ریپ اور جنسی حملہ بالغ افراد اور بچوں کے ساتھ ہو سکتا ہے۔ یہ کبھی اس شخص کی غلطی نہیں ہو تی جس کے ساتھ ہوا ہو۔ ہو سکتا ہے بعض بچ جانے والے والوں کو تنہائی میں ایک حملے کا تجربہ ہوا ہو، دوسروں کو زندگی میں ایک سے زیادہ حملوں کا تجربہ ہو سکتا ہے اور ہو سکتا ہے دوسرے لوگ جنسی تشدد کے ساتھ ایک طویل عرصے سے رہ رہے ہوں۔

ریپ اور جنسی حملہ خطرناک جرائم ہیں جو اس وقت واقع ہوتے ہیں جب کسی کو ایسے جنسی کاموں میں ملوث کیا جائے جن پر وہ رضامند نہ ہو۔ جنسی جرائم کا (اسکاٹ لینڈ) ایکٹ ***1 دسمبر 2010*** کو مؤثر ہوا تھا جس میں ریپ کی تعریف عضو تناسل کے اندام نہانی، مقعد یا منہ میں رضامندی کے بغیر دخول کے طور پر کی گئی ہے۔ اگر آپ کا ریپ یا آپ پر جنسی حملہ*1* دسمبر *2010* سے پہلے ہوا تھا، تو جنسی جرائم کے ایکٹ کی بجائے گذشتہ قانون کا اطلاق ہوگا۔ اگر آپ کو اس بارے میں مزید معلومات درکار ہوں تو براہ مہربانی ریپ کرائسس اسکاٹ لینڈ سے رابطہ کریں۔

جنسی حملے کی کئی دوسری صورتیں ہیں جن کا سلسلہ ان چاہے لمس سے لے کر جنسی اعمال انجام دینے پر مجبور کرنے پر تک ہوتا ہے۔ جنسی تشدد عمر، مذہب، صنف، طبقے، جنسیت، تندرستی یا معذوری سے بلا لحاظ واقع ہوتا ہے۔ اس بات سے قطع نظر کہ آپ کہاں پر تھے، آپ کیا کر رہے تھے، آپ نے کیا پہنا ہوا تھا، آیا آپ مدہوش یا منشیات کے زیر اثر تھے، آپ اس کے مستحق نہ تھے۔ ذمہ داری ہمیشہ حملہ آور کی ہوتی ہے۔

احساسات

زنا بالجبر یا جنسی غملے کے بعد کئی قسم کے احساسات کو محسوس کرنا ایک قدرتی بات ہے۔ کوئی 'عمومی (نارمل)' رد عمل نہیں ہوتا۔ آپ ایسی صورت حال میں کیسا محسوس کرتے ہیں۔ اور کس طرح کے رد عمل کا اظہار کرتے ہیں۔ اس کا اظہار آپ پر ہوتا ہے۔ ریپ کرائسس اسکاٹ لینڈ کی ہیلپ لائن میں ہم ہمیشہ آپ کی بات کو سُنیں گے اور آپ کے کہنے پر اعتبار کریں گے۔ ہم یہاں آپ کے کہنے پر اعتبار کریں گے۔ ہم یہاں آپ کے بارے میں کوئی فیصلہ کرنے کے لئے نہیں ہیں۔

اگر آپ پر حال ہی میں حملہ ہوا تھا تو ممکن ہے کہ آپ ابھی تک صدمے (شاک) میں ہوں۔ اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ آپ بے حسی، غیر جذباتی اور مکمل بے یقینی کی کیفیت میں ہوں اور کبھی رونے، ہنسنے یا جسمانی طور پر متلی آنے کی کیفیت میں ہوں۔ ایسی صورت حال کا شکار ہونے والے متعدد لوگ خود اپنے آپ کو ذمہ دار سمجھتے ہیں۔ اور گندگی اور شرم محسوس کرسکتے ہیں۔

ڈراؤنے خواب دیکھنا، پیش آئے ہوئے واقعات کو تصور میں دیکھنا یا دہشت زدہ ہو جانا بھی عام ہوتا ہے۔ ایسی باتوں کے ہونے کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ پاگل ہیں یا آپ کو اپنے آپ پر قابو نہیں رہا، یہ چیزیں ایک اذیت ناک واقعے کا قدرتی رد عمل ہیں۔ ایسی یادیں اکثر بہت خوفناک ہو سکتی ہیں۔ کیونکہ ایسے لگتا ہے جیسے وہی کچھ دوبارہ ہو رہا ہو۔ ایسے رد عمل پر قابو پانا ممکن ہے، اور کبھی ایسے شخص سے جس پر آپ اعتماد کرتے ہوں یا ریپ کرائسس کے کسی کا رکن سے مدد حاصل کرنا مفید ثابت ہو سکتا ہے۔

زنا بالجبر اور جنسی حملے کے بعد روز مرہ زندگی میں مشکلات محسوس کرنا، غصہ محسوس کرنا، اپنےآپ کو بےکار خیال کرنا یا افسردہ محسوس کرنا معمول کی باتیں ہیں۔ اس صورت حال سے نکلنے کے سلسلے میں کوئی مخصوص مقررہ عرصہ نہیں ہے اور عین ممکن ہے کہ آپ بار بارایسے جذبات اور احساسات کو محسوس کریں، اگرچہ آپ پر یہ دباؤ ہوتا ہے کہ جو کچھ ہوا ہے اسے بھلا کر زندگی کو معمول پر لایا جائے لیکن یہ قدرتی بات ہے کہ اس کے لئے آپ کو سخت کوشش کرنی پڑتی ہے۔ بد حواس ہونا، اپنے آپ پر اور دوسروں پر اعتماد نہ کرنا اور تعلقات نبھانے میں مشکلات محسوس کرنا بھی معمول کی باتیں ہیں۔

زنابالجبر اور جنسی حملے کے بعد معمول پر آنا ممکن ہے۔ دوسروں کی مدد لینا مفید ہو سکتا ہے اور جب آپ مناسب سمجھیں، وقوعہ کے بارے میں آپ جو کچھ محسوس کرتے ہیں اور اپنے رد عمل کے بارے میں بات چیت کرنا فائدہ مند ہو سکتا ہے۔ آپ نے کوئی غلط کام نہیں کیا اور آپ اس مدد کے حق دار ہیں۔

صحت

آپ کی جذباتی صحت بھی آپ کی جسمانی صحت کے ساتھ ساتھ بہت ضروری ہے۔ اگر حال ہی میں آپ پر جنسی تشدد ہوا ہے تو ہو سکتا ہے آپ کو زخم آئے ہوں جن کے علاج کی ضرورت ہو۔ یہ زخم اندرونی بھی ہو سکتے ہیں اور بیرونی بھی۔ اور توجہ طلب کرتے وقت خوف اور ڈر محسوس کرنا بھی معمول کی بات ہے۔

ممکن ہے آپ حمل اور جنسی ملاپ کے ذریعے لگنے والی بیماریوں کے متعلق تشویش میں مبتلا ہوں۔ حمل ہونے کے بعد تین دن (72 گھنٹے) کے اندر اندر ہنگامی صورت حال میں لی جانے والی مانع حمل گولی (ایمرجنسی کنٹراسیپٹو) لی جا سکتی ہے۔ ایک آئی یو ڈی (IUD) جسے عام طور پر کوائل کہا جاتا ہے 5 دن (120 گھنٹے) کے اندر اندر جسم کے اندر رکھی جا سکتی ہے اور اس کا اگلی ماہواری تک جسم کے اندر رہنا ضروری ہوتا ہے۔ ہنگامی صورت حال میں استعمال کی جانے والی مانع حمل دوائی مقامی فیملی پلاننگ اینڈ سیکشوئل ہیلتھ کلینک سے بھی لی جا سکتی ہے۔ ریپ کرائسس اسکاٹ لینڈ کی ہیلپ لائن یا مقامی ریپ کرائسس سینٹر قریب ترین سروس کی تلاش میں مدد دے سکتے ہیں۔ ہنگامی صورت حال میں لی جانے والی مانع حمل گولی کسی کیمسٹ سے بھی 25 پونڈ کی خریدی جا سکتی ہے۔

اگر آپ کو حمل ہو گیا ہے اور حمل کو جاری نہیں کرنا چاہتیں تو آپ اپنے جی پی یا فیملی پلاننگ کلینک کے کسی ڈاکٹر سے مشورہ کر سکتی ہیں یہ آپ کا فیصلہ ہے اور کسی دوسرے کو یہ حق نہیں پہنچتا کہ وہ آپ کو یہ بتائے کہ آپ کو کیا کرنا چاہئے۔ وہی بات درست ہے جو آپ کے حق میں درست ہے۔

اگر آپ کو جنسی ملاپ کے ذریعے لگنے والی بیماریوں کے متعلق تشویش ہے تو آپ معمول (روٹین) کے ٹیسٹ کے لئے اپنے مقامی فیملی پلاننگ یا سیکشوئل ہیلتھ کلینک میں جاسکتے ہیں۔ انہیں یہ بتانا ضروری نہیں کہ کیا ہوا تھا لیکن

اگر آپ بتانا چاہیں تو بتا سکتے ہیں۔ انہیں اپنا صحیح نام بتانا بھی ضروری نہیں یہ خدمات مفت اور راز داری سے فراہم کی جاتی ہے۔ اگر جنسی ملاپ سے لگنے والی بیماریوں سے متعلقہ آپ کے کسی بھی ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت آتا ہے تو کلینک اس کے لئے آپ کو مناسب علاج فراہم کرے گا مثلاً اینٹی بائیاٹکس۔ اگر آپ ایچ آئی وی (HIV) ٹیسٹ کروا رہے ہیں تو یہ مناسب ہوگا کہ یہ سوچ لیا جائے کہ اسے کس وقت کروانا بہتر ہوگا۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ اس بیماری کو ظاہر ہونے میں 12 ہفتے لگ جاتے ہیں۔ آپ یہ ٹیسٹ اپنے جی پی کے پاس بھی کرواسکتے ہیں لیکن پھر جی پی کے لئے ضروری ہوتا ہے کہ ایسے ٹیسٹ اور ان کے نتائج کو آپ کے میڈیکل ریکارڈ درج کرے۔

یہ بھی ہو سکتا ہے کہ آپ پر کچھ عرصہ قبل جنسی تشدد ہوا ہو اور اس وقت سے آپ کی صحت اچھی نہ رہتی ہو۔ ایسے اثرات جسمانی طور پر بھی جا ری رہ سکتے ہیں۔ اور کچھ خاص زخموں کی وجہ سے یا ویسے دیگر قسم کی دردیں مثلا اپنے پیٹ میں درد محسوس کرنا کوئی انوکھی بات نہیں ہے، بے خوابی، ذہنی دباؤ، اور ماضی کے واقعات کے تصورات کے اثرات جسمانی طور پر ہو سکتے ہیں اور یہ صحت کی عمومی خرابی کا باعث ہو سکتے ہیں۔

پولیس کو رپورٹ دینا

حملہ چاہے ابھی حال ہی میں ہوا ہے یا بہت عرصہ پہلے ہوا تھا اس کی رپورٹ دینا آپ کی اپنی صوابدید پر منحصر ہے۔ تاہم اس کے بارے میں بتانا یا کچھ مدد حاصل کرنا فائدہ مند ہو سکتا ہے۔ آپ کسی دوست یا رشتہ دار کو اپنے ساتھ پولیس اسٹیشن لے جا سکتے ہیں تاکہ آپ کو مدد دے، یا آپ اپنے مقامی ریپ کرائسس سنٹر سے رابطہ کر سکتے ہیں اور ہو سکتا ہے وہاں سے کوئی آپ کے ساتھ جا سکے۔ اگر آپ رپورٹ دینے کے بارے میں سوچ رہے ہیں یا رپورٹ دینے کے بعد اس کے بارے میں بات کرنا چاہتے ہیں تو ریپ کرائسس سینٹر کی ہیلپ لائن مدد اور معلومات فراہم کرنے کے لئے دستیاب ہے۔

جب آپ کو پولیس کو رپورٹ دے رہے ہوں تو یہ جان لینا بہتر ہوگا کہ کیا ہو سکتا ہے:

- اگر آپ پر حملہ یا زیادتی ہوئے کافی عرصہ ہو چکا ہے تو آپ کو بیان دینے کے لئے کہا جائے گا لیکن آپ کو معائنہ کروانے کے لئے نہیں کہا جائے گا۔
- اگر آپ حملہ حال ہی میں ہوا ہے تو آپ کو بیان دینے کے لئے کہا جائے گا اور ہو سکتا ہے آپ کو ڈاکٹری معائنہ کروانے کے لئے بھی کہا جائے۔ اندرونی حصے سے قانونی شہادت حاصل کرنے کی مدت پہلے 72 گھنٹے اندر اندر ہوتی ہے، تاہم دیگر قانونی شہادتیں مثلاً بال یا کپڑوں کے داغوں کو 5 سے 7 دن کے اندر حاصل کیا جا سکتا ہے۔ قانونی شہادت چاہے کسی بھی قسم کی ہو ہمیشہ یہ بہتر ہوتا ہے کہ اسے جلد از جلد حاصل کر لیا جائے کیونکہ یہ بہت آسانی سے گم یا ضائع ہو سکتی ہے۔
- ڈاکٹری معائنہ ایک پولیس سرجن کرے گا اور زیادہ تر امکان اس بات کا ہے کہ وہ مرد ہوگا۔
- اگر آپ کوتمام باتیں یاد نہیں ہیں تو گھبرائیں نہیں۔ آپ اپنے اپنے بیان میں اگلے روز اضافہ کرسکتے ہیں۔ آپ جس پولیس افسر سے ملیں اس کا نام اور نمبر لے لینا بہتر ہوگا کیونکہ ہو سکتا ہے اگلے روز آپ اپنے بیان میں کوئی اور بات شامل کرنا چاہیں۔
- اگر حملہ حال ہی میں ہوا ہے تو اس بات کا غالب امکان ہے کہ آپ کو کہا جائے گا کہ آپ اسی جگہ پر واپس چلیں جہاں یہ واقع ہوا تھا تاکہ مزید شہادتیں اکٹھی کی جا سکیں۔

قانونی نظام

قانونی نظانم پیچیدہ ہے اور ریپ کرائسس اسکاٹ لینڈ آپ کو ایک معلوماتی کتابچہ فراہم کر سکتی ہے جس میں قانونی طریقۂ کار کی تفصیل دی گئی ہے۔ ہم آپ کو ہیلپ لائن پر بھی بتا سکتے ہیں اور اگر آپ نے رپورٹ دے دی ہے، یا

عدالت میں جارہے ہیں یا پہلے عدالت میں جا چکے ہیں تو ہم آپ کو مدد بھی فراہم کرسکتے ہیں۔ اگر آپ عدالت جانے کی تیاری کررہے ہیں تو یہ جان لینا بہتر ہوگا کہ وہاں کیا ہوسکتا ہے۔

- جب کوئی کیس عدالت میں چلا جاتا ہے تو تو پھر سرکار (کراؤن) اس کی پیروی کرتی ہے نہ کہ آپ۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ آپ اس کیس میں بطور گواہ پیش ہوں گے اور اس طرح آپ کا کوئی وکیل نہیں ہوگا۔ سرکار کی طرف سے ایک ایڈووکیٹ ڈیپیوٹ (سرکاری وکیل) ملزم کے خلاف بولے گا۔
- آپ کو مقدمے کی گوہی دینی ہوگی۔ آپ سے آپ کا نام۔ عمر، پتہ اور پیشہ پوچھا جائے گا۔ اگر آپ اپنا پتہ نہیں بتانا چاہتے تو آپ جج کی اجازت سے لکھ کر بھی دے سکتے ہیں یا جس پولیس اسٹیشن پر آپ نے رپورٹ درج کروائی تھی، اپنا پتہ اس پولیس اسٹیشن کی معرفت بھی دے سکتے ہیں۔
- اس کے بعد آپ سے اس حملے کی متعلق تفصیل سے سوالات پوچھے جائیں گے اور یہ سوالات ایڈووکیٹ ڈیپیوٹ اور ملزم کا/کی وکیل پوچھیں گے۔
- آپ مقدمے سے پہلے یہ درخواست کر سکتے ہیں کہ جب گواہی دیں تو عدالت کو خالی کروا لیا جائے۔ اس کا مطلب یہ ہوگا کہ عام لوگوں کو عدالت سے باہر بھیج دیا جائے گا لیکن عدالت کے اہل کار اور جیوری جیوں کے ارکان پھر بھی موجود رہیں گے (تقریباً 27 لوگ).
- سیکشوئل افینسز ایکٹ (جنسی جرائم کے قانون) کے تحت ملزم اپنی وکالت خود نہیں کر سکتا، اور اگرچہ وہ مقدمے کے تمام عرصے کے دوران عدالت میں موجود رہے گا لیکن وہ آپ سے کوئی سوال نہیں پوچھ سکے گا۔
- تین فیصلے ممکن ہیں: قصور وار، قصور ثابت نہیں ہوا، اور قصور وار نہیں۔ اگر عدالت 'قصور ثابت نہیں ہوا' یا 'قصوروار نہیں' کا فیصلہ سناتی ہے تو اس کا مطلب ضروری طور پر یہ نہیں کہ آپ کی بات پر یقین نہیں کیا گیا، بلکہ اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ جیوری نے یہ محسوس کیا کہ مجرم ثابت کرنے کے لئے شہادتیں کافی نہیں تھیں۔

تین فیصلے ممکن ہیں: قصور وار، قصور ثابت نہیں ہوا، اور قصور وار نہیں۔ اگر عدالت 'قصور ثابت نہیں ہوا' یا 'قصوروار نہیں' کا فیصلہ سناتی ہے تو اس کا مطلب ضروری طور پر یہ نہیں کہ آپ کی بات پر یقین نہیں کیا گیا، بلکہ اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ جیوری نے یہ محسوس کیا کہ مجرم ثابت کرنے کے لئے شہادت کافی نہیں تھی۔
اسکاٹ لینڈ میں زنا بالجبر اور جنسی حملے کے جرائم میں مجرم ثابت کرنے کی شرح کم ہے اور اکثر اوقات فیصلے قانونی اور ٹیکنیکل نکات کی بنیاد پر کئے جاتے ہیں (مثلاً ناکافی تائید). پروکیوریٹر فسکل کے دفتر کا عملہ آپ کو اس بارے میں وضاحت سے بتاسکتا ہے۔

مقامی ریپ کرائسس سینٹرز (زنا بالجبر کا شکار ہونے والوں کی مدد کے لئے مقامی سنٹرز)

ایبرڈین ریب اور ایبیوز سنٹر: 01224 620 772

آرگائل اینڈ بیوٹ ریپ کرائسس سنٹر: خواتین – 0800 121 46 85 مرد – 0800 032 0399

مرکزی اسکاٹ لینڈ ریپ اینڈ سیکشوئل سنٹر: 01786 471 771

ڈمفریز اینڈ گیلو وے: 01387 253 113

ڈنڈی وومینز ریپ اینڈ سیکشوئل ایبیوز سنٹر: 01382 201 291

ایسٹ ائر شائر ریپ کاؤنسلنگ اینڈ ریسورس سنٹر: 01563 541 769

ایڈنبرا وومینز ریپ اینڈ سیکشوئل ایبیوز سنٹر: 0131 556 9437

فائل ریپ اینڈ سیکشوئل اسالٹ سنٹر: 01592 642 336

گلاسگو ریپ کرائسس سنٹر: 0141 552 3200

لینیک شائر ریپ کرائسس سنٹر: 01698 527 003

ریپ اینڈ سیکشوئل ایبیوز سنٹر پرتھ اینڈ کن راس: 01738 630 965

اسکاٹش بارڈر ریپ کرائسس سنٹر: 0800 054 2445

ویسٹرن آئلز ریپ کرائسس سنٹر: 01851 709 965