



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

वल्समा शारीरिक यातना बन्द हुन बार अभिभावकका लागि जानकारी

वेल्सका बच्चाहरुको बाल अधिकारका लागि **२१ मार्च २०२२** एक ऐतिहासिक दिन हुनेछ। यस दिन देखी शारीरिक रूपमा सजाय दिनु वेल्समा **गैरकानुनी** हुनेछ। हामी उनीहरुको बालअधिकारको रक्षा गर्दै जीवनको राम्रो सुरुवातको लागि मद्दत गर्न चाहन्छौ।

शारीरिक यातना (सजाय) के हो ?

यस्ता शारीरिक सजाय (यातना) धेरै प्रकारका छन्। बच्चाहरुलाई भौतिक रुपमा कुट्नु, पिट्नु जस्ता कामलाई शारीरिक यातना भनिन्छ। शारीरिक यातना अन्य धेरै प्रकारका छन्। बच्चाहरुलाई भौतिक रुपमा कुट्नु, पिट्नु, उठवस गराउनु, अभिछीत्र कुनै काम लामो समयसम्म लगाउनु जसका कारण तनाव उत्पन्न होस् आदि सजाय दिने कामलाई शारीरिक यातना भनिन्छ। शारीरिक यातनाको सुची दिन सम्भव छैन किनभने यो कुनै पनि रुपको हुन सक्छ जहाँ बच्चाहरुलाई शारीरिक बल प्रयोग गरी सजाय दिइन्छ। कुनै पनि प्रकारको शारीरिक यातना बच्चाहरुको लागि हानिकारक हुन सक्ने अनुसन्धानले देखाएको छ।

कानुनी परिवर्तनको अर्थ के हो ?

- सबै शारीरिक यातना वेल्समा गैरकानुनी हुनेछ।
- यसले बालबालिकाहरुलाई वयस्कहरुको जस्तै कानुनी सुरक्षा दिनेछ।
- यसले कानूनलाई स्पष्ट बनाउनेछ। बच्चाका अभिभावक, व्यवसाय तथा आम जनतालाई बुझ्नको लागि सजिलो हुनेछ।

बालबालिकालाई सजाय दिने अभिभावकलाई २१ मार्च २०२२ देखी के हुन्छ ?

बच्चालाई यातना दिनेले:

- कानून उल्लंघन गरेको मानिनेछ
- हिंसाको आरोप लागि गिरफ्तार हुने जोखिम हुनेछ
- आपराधिक रेकर्ड बन्न सक्छ जुन अरु अपराधको वरावर हुनेछ।

बच्चाहरुको व्यवहार व्यवस्थापन गर्न, शारीरिक यातनाको साटो सकारात्मक तरिका अपनाउन, तथा कानुनी परिवर्तनबारे सुचना, सल्लाह र समर्थन लिनका लागि हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

वेल्समा शारीरिक सजाय बन्द हुने बारे थप जानकारीका लागि यो पृष्ठ मा बुझ्न सकिन्छ:
gov.wales/EndPhysicalPunishment

सकारात्मक अभिभावक बन्ने बारे सुझाव र जानकारीका यो पृष्ठ मा बुझ्न सकिन्छ:
Parenting. Give it time: gov.wales/giveittime

यसको मतलब क अब म मरो बच्चालाई अनशासन गन सकिदैन ?

होइन। हरक बच्चालाई अनशासनको आवश्यकता हुन्छ - यो अभिभावकत्वको अनिवार्य हिस्सा हो। तर अनशासन र शारीरिक यातनामा फरक छ।

अनशासनल बच्चालाई मागदशन दिन्छ र उपयुक्त व्यवहार सिकाउछ। कानून परिवतनल आमामाबाबको अनशासनको क्षमतालाई असर गदन।

शारीरिक सजाय बच्चाहरुको अनशासनको उपयुक्त माग होइन।

कहिल काहि बच्चाहरुलाई थप्पड दिदा उनीहरु रोकिएको जस्तो देखिन्छ।

तर शारीरिक सजाय दिएर बालबच्चाको व्यवहार सधान सकिदैन। यस्त बच्चाको आत्म नियन्त्रण वा उचित व्यवहारको प्रोत्साहनमा मद्दत गदन।

शारीरिक सजायल

- बच्चालाई चोट पयाउछ
- यसल बच्चालाई डर, क्रोध उदासीपन महशस गराउछ
- बच्चाहरुलाई हिंसा सही छ र उपयुक्त छ भन्न सिकाउछ
- बच्चामा नकरात्मक प्रभाव पयाउछ

Stopio Cosbi
Corfforol

Ending Physical
Punishment



के यसले अभिभावकत्वोमा परिवर्तन ल्याउछ ?

बिल्कुल गर्दै न ! आमाबाबुले दैनिक रुपमा आफ्नो शारीरिक बल बच्चाको कपाल कोरिदिन, दाँत माझीदिन, कुस्ती खेलन, अंगालो हालन तथा कार सिटमा बसाउन आदिमा प्रयोग गर्छन ।

बच्चालाई बाहिर लैजानका लागि कहिले काही न्यानो लुगा लगाइदिने जस्ता काम उनिहरूको इक्षा विरुद्ध गर्नु पर्छ ।

कानुनमा आएको परिवर्तनले यी गतिविधिहरूलाई रोकन सक्दैन। शारीरिक सजाय को अन्त्य गर्न खोज्छ मात्र ।

बच्चाहरूलाई हानिबाट सुरक्षित राख्नका लागि प्रयोग गरिएको शारीरिक हस्तछेप **शारीरिक यातना होइन ।**

बच्चालाई सडकमा दौडनबाट रोक्नु, आगो वा तातो सतहमा हात राख्न रोक्नु तथा आफु वा अरुबाट हुनसक्ने चोट रोक्नु सकारात्मक अभिभावकत्व हो, सजाय होइन ।

तर बच्चाे खतरनाक काम गरेको देखेपछी शारीरिक रूपमा सजाय दिनु भने कानुन अन्तर्गत स्वीकार्य छैन।

म कहाँ सल्लाह र समर्थन पाउन सक्छु ?

- **Parenting. Give it time** ले सकारात्मक अभिभावकत्वको व्यवहारकि पक्षका बारे विशेषज्ञ सुझाव र सल्लाह दिन्छ । यी सुझाव सजायको विकल्पको रुपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । थप जानकारी **Parenting. Give it time** को वेवपेजमा पाउन सकिन्छ ।
- स्वास्थ्य स्वयंसेविका, सामान्य चिकित्सक, र परिवार सूचना सेवाहरूबाट अभिभावकत्वको समर्थन र सल्लाह पाउन सकिन्छ ।
- Flying Start (यदी तपाईं **Flying Start** क्षेत्रमा बस्नुहुन्छ भने) र **Families First** जस्ता कार्यक्रमबाट प्रारम्भिक मददत लिन सकिन्छ ।



यदि म शारीरिक सजाय को उपयोग गर्न सकिदिन भने म कसरी बच्चाको अवाञ्छित व्यवहारको प्रतिक्रिया गर्न सक्छु ?

शारीरिक सजायको विकल्प अरु धेरै तरिकाहरू छन् ।

- कहिलेकाही चुनौतिपूर्ण स्थितिमा बच्चाको समस्याबाट ध्यान हटाउनु पर्याप्त हुनसक्छ ।
- ३ वर्ष भन्दा माथिका बच्चाहरूलाई शारीरिक सजाय दिनुको सट्टा छोटो समयको लागि उनिहरूको मन पर्ने खेलौना वा गतिविधि हटाइदिनुहोस ।
- किशोर अवस्थाका बच्चाहरूको मोबाइल तथा कम्प्युटर अनिश्चित अवधिको लागि हटाइदिने, साथिहरूसंग भेट्न नदिने, र बाटो खर्च नदिने जस्ता काम गर्न सकिन्छ ।
- आफ्नै भावनालाई चिनेर व्यवस्थापन गर्न सिके हामी कठिन परिस्थितीलाई पनि शान्त पार्न सक्छौं । शान्त रहने, गहिरो सास लिने र हिडडुल गर्ने जस्ता कामले तपाइको बच्चालाई पनि सकारात्मक उदाहरण दिन सक्छ ।

सकारात्मक अभिभावक

शीर्ष सुझावहरू

- सकारात्मक राम्रो व्यवहारको लागि वास्तविक प्रशंसा दिने ।
- आफ्नो बच्चाको उमेर र क्षमता को लागि उपर्युक्त स्पष्ट पारिवारिक नियम राख्ने
- बच्चाहरू चुनौतिपूर्ण तरिका व्यवस्थापन गर्न प्रारम्भिक योजना बनाउनुहोस (जस्तै बजार जादाँ खाजा अथवा खेलौना लानुहोस)
- के तपाईंको बच्चा भोको, क्रोधित, एक्लो वा थकित छ ? बच्चाको व्यवहारको सतह मुनि लुकेको कारण जान्ने कोशिश गर्नुहोस ।
- व्यवहारमा भावना जेडनुहोस : “तिमि रिसाएकोछौ, त्यसैले मलाई लाग्छ तिमि खेलौना फ्याकिरहेका छौ। तर हामीले अरुलाई चोट पुर्याउनु हुदैन। ”
- परिवारको लागि उपर्युक्त हुने दिनचर्याको विकास गर्नुहोस
- तपाईंले देख्न चाहनु भएको व्यवहारको उदाहरण दिनुहोस - पिट्नु र चिच्याउनु उपर्युक्त छैन भन्ने कुरा बच्चा अभिभावकबाट सिक्ने छ ।

थप जानकारीको लागि **Parenting. Give it time** (प्यारिन्टिंग, गीभ इट टाइम) जानु होस ।

समय बदलिएको छ । दृष्टिकोण बदलिएको छ ।
आधुनिक वेल्स मा शारीरिक सजायको लागि कुनै ठाउँ छैन