IASC

Inter-Agency Standing Committee
IASC Reference Group for Mental Health and
Psychosocial Support in Emergency Settings

رہنما کتابچہ:
مقامی لوگوں کی شمولیت سے تشکیل ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام
(CB-MHPSS)

تعارف

کسی بھی ہنگامی صورت حال میں ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CBMHPSS) میں معاشرے کے لوگوں کو شامل کرنا ضر وری ہے تا کہ مقامی لوگ اپنی دیکھ بھال اور اپنے حالات کو تبدیل کرنے کی ذمہ داری اٹھائیں۔ ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام کے تمام مراحل میں ان کی شمولیت سے انفرادی اور اجتماعی طور پر بہتری کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔ مقامی لوگوں کی شمولیت پر مبنی سماجی پروگرام سے خاندان، گروپ، اور برادری کو وہ طریقے سکھائے جاتے ہیں جن سے وہ لوگوں کی بہتر طور پر مدد کرسکیں اور مستقبل میں نفسیاتی مسائل سے بچے رہیں۔ یہ حکمت عملی معاشرے کے تمام نظام اور بنیادی ڈھانچوں کو بحال یا مضبوط کرنے میں بھی کردار ادا کرتی ہیں جو روزمرہ زندگی اور فلاح و بہبود کے لیے ضروری ہیں۔ مقامی نظام کو سمجھنے سے ہی سماجی پروگراوں کو وہاں کے افراد کیلئے کارآمد بنایا جا سکتا ہے۔

- لوگ خاندان کے دیگر افراد ، ساتھیوں ، دوستوں اور ہمسایوں کے ساتھ تعلقات قائم کرتے ہیں۔
- افراد اپنی برادری کا حصّہ ہیں۔ وہ سیاسی جماعتوں، اجتماعات، خواتین اور جوانوں کی تنظیموں اور دلچسپی کے حامل گروپوں کے ممبر ہوتے ہیں۔ اس طرح کے گروپ ثقافت اور سماجی روایات، نظریات، عقیدوں، روایتوں اور تاریخ سے جُڑے ہوتے ہیں اور ان میں تبدیلیاں آتی رہتی ہیں۔ یہ تعلقات اور برادری میں شمولیت کسی بھی فرد کی شناخت کے اہم حصّہ ہوتے ہیں اور ان کی وجہ سے اس فرد کی بہبود اثر انداز ہوتی ہے۔ یہ تعلقات لوگوں کو ایسے علم، روپے اور مہارتیں سیکھانے میں مدد دیتے ہیں جو مشکل حالات سے نمٹنے میں مدد کرتے ہیں اور تحفظ کا احساس پیدا کرتے ہیں۔ ایک فرد کے اردگرد موجود برادری اس کی زندگی کے مختلف مراحل میں اس کی مدد کرتی ہے جس کے نتیجے میں وہ غیر متوقع حالات و واقعات کا مقابلہ کرنے کے قابل ہو جاتا ہے۔ تاہم بعض غلط سماجی روایت کی وجہ سے یہ لوگ رکاوٹوں کا شکار بھی بنتے ہیں (مثال کے طور پر جنسی تشدد سے گزرنے کے بعد اس شخص کو برادری مسترد کر سکتی ہے یا کوئی ایسا نوجوان جو کسی مسلح گروپ سے تعلق رکھتا ہو تو اس کا خاندان اسے مسترد کر سکتا ہے)۔ کسی برادری میں تنظیمیں (مثلاً مذہبی تنظیمیں اور سول سوسائٹی کی تنظیمیں) اور ادارے (مثلاً سکول، صحت کے مراکز) موجود ہوتے ہیں جو لوگوں کے لیے اسی طرح کے مدد گار کام سر انجام دیتے ہیں جن سے اپنائیت اور تحفظ کا احساس ہوتا ہے۔
- مقامی برادریاں ایک بڑے معاشرے کا حصّہ ہوتی ہیں جو اعلیٰ سطح پر سماجی، معاشی اور سیاسی ڈھانچا ترتیب دیتی ہیں۔

- یہ تعلقات ایک فرد کی بھلائی پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ ذیادہ تر یہ اثرات مثبت ہوتے ہیں اور حفاظت اور مدد کے اہم ذرائع ہوتے ہیں۔ مگر ان سماجی تعلقات کے کچھ منفی اثرات بھی ہو سکتے ہیں جیسے انفرادی آزادی محدود ہونا، کسی کے مختلف ہونے کو تسلیم نہ کرنا، برادری سے باہر کے لوگوں کو بُرا سمجھنا وغیرہ۔ یہ منفی اثرات کسی بھی قسم کی حادثاتی حالات میں مزید بڑھ جاتے ہیں۔ **کسی فرد کی فلاح و بہبود پر سماجی گروپ اور تعلقات کے اثرات کا تجزیہ کرنا اور انہیں سمجھنا، مثبت اثرات کو مزید مضبوط کرنے کی کوشش کرنا اور منفی اثرات کو ختم کرنا انتہائی ضروری ہے اور ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CBMHPSS) میں اہم حیثیت رکھتا ہے۔**

کسی حادثے کے بعد امداد دیتے وقت امداد لینے والوں کی فلاح کیلیے ضروری ہے کہ ان کی رائے کو باقائدہ طور پہ شامل کیا جائے، ان کے مذہبی اور ثقافتی رواج کا خیال رکھا جائے اور متاثرہ لوگوں کو اپنی مدد خود کرنے کے قابل بنایا جائے۔ یہ معمولات ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CBMHPSS) کے لیے بہت ضروری ہیں۔ **سماجی ونفسیاتی بہتری کے لیے فراہم کی جانے والی خدمات کی نوعیت اتنی ہی اہم ہے جتنا کہ لوگوں کو اپنی فلاح پر کام کرنےکیلیئے اس پروگرام میں شامل کرنے کا طریقہ کار۔** لوگوں کو اس پروگرام میں مختلف درجات پہ شامل کیا جا سکتا ہے۔ جیسا کہ ان کو صرف معلومات دینا، ان سے مشورہ لینا، ان کو کام دینا، ان کے ساتھ مل کر کام کرنا اور ان کو کام خود کرنے کیلیئے خودمختار کرنا۔
یہ رہنما کتابچہ انٹر ایجنسی اسٹینڈنگ کمیٹی رہنما اصول برائے ہنگامی صورت حال میں ذہنی صحت اور سماجی طور پر نفسیاتی مدد اور دیگر ذرائع میں موجود ہدایات کے مطابق تشکیل دیا گیا ہے۔ جو لوگ ہنگامی صورت حال میں ذہنی صحت اور سماجی طور پر نفسیاتی مدد فراہم کرنے میں تجربہ کار ہیں، یہ کتابچہ ان کی یاد دہانی کیلیئے ترتیب گیا ہے اور اس میں معلومات کی تصدیق بھی کی گئی ہے -

اخلاقی کشمکش اور عملی رکاوٹیں

ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) لاگو کرنے اور مقامی لوگوں کو شامل کرنے کے عمل میں کچھ اخلاقی مسائل اور عملی مشکلات پیش آسکتی ہیں جو کہ کسی بھی ایسی سرگرمی میں لازماً سامنے آتی ہیں جہاں مقامی لوگوں کو بڑے پیمانے پر شامل کیا جاتا ہے۔ امدد کے عمل میں ممکنہ مسائل اور مشکلات درج ذیل امور سے متعلق ہوتی ہیں:

تفصیلی جائزے اور فوری مدد میں توازن رکھیں :

ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) میں اس احتیاط اور آگاہی کی ضرورت ہوتی ہےکہ مقامی برادریاں کسی بھی حادثے کے بعد اس سے نمٹنے میں خود پہل کرتی ہیں۔ ہمیشہ ایسا ہوتا ہے کہ کسی بھی ہنگامی صورت حال میں باہر سے امداد کے آنے سے پہلے ہی وہاں کے افراد، خاندان اور برادری کے لوگ خود سب سے پہلے مدد کے لیے جمع ہو جاتے ہیں ۔ ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) کی کوشش ہونی چاہیے کہ برادری کے ہوشیار لوگوں اور امداد دینے میں تجربہ کار لوگوں کے درمیان تعاون کروائیں۔ اس طرح کے پروگرام شروع کرنے میں کافی وقت لگ سکتا ہے جب کہ متاثرہ آبادی کو اکثر اوقات فوری مدد کی ضرورت ہوتی ہے ۔ اس لیے فوری مدد فراہم کرنے کے ساتھ ساتھ، مقامی لوگوں کو شامل کرنے اور ان سے مشورہ کرنے میں موزوں توازن تلاش کرنا ضروری ہے۔

لوگوں کو نظرانداز ہونے سے یا امتیازی سلوک یا بدنامی سے بچایئں:

ایک برادری میں کُچھ گروہ یا افراد مختلف طریقوں سے نظر انداز یا امتیازی سلوک کا نشانہ بن سکتے ہیں۔ بعض اوقات مقامی لوگوں کے ایک گروہ پر توجہ دینے سے دیگر گروہ نظر انداز ہو سکتے ہیں جس کے نتیجے میں لوگ محسوس کر سکتے ہیں کہ ان کے ساتھ برابری کا سلوک نہیں کیا جا رہا ہے۔ کچھ مخصوص حالات میں متاثرہ افراد پر توجہ مرکوز کرنے سے باقی برادری میں ان کو رسوائی کا سامنا ہو سکتا ہے، خاص کر کہ جب ان کے ساتھ ہوا حادثہ معاشرے ہیں بےعزتی سمجھا جاتا ہو۔ اس لیے ضروری ہے کہ معاشرے کے رویّوں اور لوگوں کے آپس کے تعلقات کو سمجھا جائے ۔ اور ایک ایسی حکمت عملی بنائی جائے جس میں سب کو شامل کیا جائے۔ اس کے ساتھ ساتھ برادری میں موجود تمام گروہوں کی ضروریات کو مد نظر رکھا جائے۔ کسی معاشرے میں طاقت کے زور پر مبنی عوامل کی نشاندہی کے لیے صنفی معملات کا تجزیہ بھی ایک نہایت اہم طریقہ ہے۔ باز اوقات مختلف گروہوں تک پہنچنے کے لیے پروگرام کے طریقوں میں تبدیلی کی ضرورت پڑ سکتی ہے، حالانکہ عین ممکن ہے کہ حتمی نتیجے میں کوئی خاص فرق نہ پڑے۔ مثال کے طور پر آگاہی بیدار کرنے کے لئے کمیونٹی سنٹرز میں اجلاس منعقد کرنے کے علاوہ گھریلو سطح پر بھی یقینی بنایا جا سکے کہ خواتین، معذور افراد یا وہ افراد جو کسی مجبوری کی وجہ سے زیادہ چل پھر نہیں سکتے، ان کو بھی معلومات تک رسائی حاصل ہوسکے۔ اس بارے میں بھی محتاط رہنا چاہیئے کہ برادری میں موجود لوگوں کے درمیان رُتبے میں فرق کو زیادہ اہمیت نا دی جائے۔ اسی طرح ان میں ایسی تبدیلی کی کوشش بھی نہیں کرنی چاہیے جس سے آپس میں تنازعہ بڑھنے کا امکان ہو یا کمزور طبقے کو مزید نُقصان ہونے کا

خدشہ ہو۔ اس لیے امدادی پروگرام میں برادری کے ساتھ مل کر کام کرتے ہوئے ضروری ہے کہ لوگوں کے آپس میں تعلقات اور مقامی لوگوں کے تنازعات کو سمجھا جائے تاکہ مختلف گروہوں کے ساتھ مل کر کام کیا جاسکے اور مخصوص طبقات کو فائدہ دینے سے اجتناب کیا جا سکے۔

ہر صورت میں لوگوں کو مزید نقصان سے بچائیں:

کسی برادری میں مشکل حالات، خاص طور پر جب عوام پر تشدد کے واقعات ہوئے ہوں یا مسلح تصادم ہوا ہو، اس صورت میں اختلافِ رائے سے غصّے اور نفرت کے احساسات میں مزید شدت پیدا ہو سکتی ہے۔ مشترکہ طور پر جائزہ لینے سے ان جزبات کی نشاندہی میں مدد ملتی ہے۔ ان احساسات کے نتیجے میں وہ افراد جن کی رائے مختلف ہے یا جن کے خاندان کے افراد "دوسری جانب" یعنی مخالفت میں ہیں، مزید جدا ہو سکتے ہیں اور وہ بدلے میں تشدد کا نشانہ بھی بن سکتے ہیں۔ یہ ضروری ہے کہ کسی گروپ کی تشکیل (مثال کے طور پر صنف اور سیاسی وابستگی کے فرق کی بنیاد پر) اور تحقیق کی غرض سے پوچھے گئے سوالات کی نوعیت کو ذہن میں رکھا جائے۔ اسی طرح تبادلہ خیالات کے مواد پر غور کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ فوکس گروپ کروانے کے موزوں وقت پر، مخصوص گروپوں کے درمیان علیحدہ بات چیت (مثال کے طور پر صرف خواتین) یا انفرادی انٹرویوز رکھنے پر بھی غور کرنا ضروری ہے۔[1]

مقامی روایات کاا حترام کریں اور مثبت تبدیلی کو فروغ دیں:

ثقافتی روایات اور شناختیں مسلسل تبدیل ہوتی رہتی ہیں۔ کچھ روایات، طاقت کے غیر مساوی تعلقات کو فروغ دیتی ہیں یا حقوق کی خلاف ورزی کا ذریعہ ہو سکتی ہیں یا سماجی تشدد کا ذریعہ بنتی ہیں۔ اگرچہ موجودہ روایتی نظام کو فروغ دینا ضروری ہے لیکن اس کے ساتھ ساتھ ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) کو چاہیئے کہ وہ ایسی سرگرمیوں کو بھی شامل کرے جو نقصان دہ اور کچھ گروہوں کو نظر انداز

---

[1] About the 'Do no harm' approach and conflict see the following:

- H. Haider (2014), *Conflict Sensitivity: Topic Guide*. Birmingham, UK: GSDRC, University of Birmingham.
- M.G. Wessells, "Do no harm: Toward contextually appropriate psychosocial support in international emergencies" (2009). *The American Psychologist*, 64(8):842–854. Available in www.apa.org/about/awards/humanitarian-wessells.pdf.

کروانے والے رواجوں پر روشنی ڈالے۔ جس کے نتیجے میں اچھے روایتی پہلوؤں کو فروغ ملے اور منفی پہلو پیچھے رہ جائیں (Bragin, 2014)۔ ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) کے کارکنان کو چاہیے کہ مقامی لوگوں میں حساس طبقوں (یعنی GBV کے شکار افراد کی دیکھ بھال کے لیے) سب سے موزوں اور مفید طریقہ کار کی شناخت کے لیے اضافی احتیاط اختیار کرے۔ اسی طرح خواتین کے گروپ (جو حقیقی طور پر صنفی مساوات کی حمایت کرتے ہیں) کو ایسی تنظیموں پر فوقیت دی جائے جن میں مردوں کا شُمار زیادہ ہو۔

مقامی لوگوں کی شمولیت سے ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام تشکیل دینے کے مراحل

مقامی لوگوں کی شمولیت پر مبنی ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) کی تشکیل ایک عمل ہے جس کے مختلف مرحلے ہیں۔ ان میں سے ہر ایک مرحلے میں کُچھ خاص سرگرمیوں کو سرانجام دینے کی ضرورت ہے تاکہ اس با ت کو یقینی بنایا جاسکے کہ یہ پروگرام واقعتاً مقامی لوگوں کو شریک کر رہا ہے:

ابتدائی جائزے کا مرحلہ

1. **ہر عمر اور صنف کے لوگوں کی شمولیت اور ان کی ضروریات کا خیال کریں:**

ضروری ہے کہ متاثرہ لوگوں کی ذہنی صحت، سماجی اور نفسیاتی ضروریات کا اس طرح جائزہ لیا جائے کہ اس میں مقامی افراد شامل ہوں۔ یہ ہدایات انٹر ایجنسی اسٹینڈنگ کمیٹی رہنما اصول برائے ذہنی صحت اور سماجی طور پر نفسیاتی مدد اِن ایمرجنسی سیٹنگز میں واضح کی گئی ہے۔[2] جہاں ممکن ہو ،مقامی افراد میں سےہر عمر اور صنف کے لوگوں کو جائزہ کرنے والی ٹیم کا حصہ ہونا چاہیئے۔ کم ازکم اتنا ضرور ہونا چاہیئے کہ جائزے کے مقاصد، طریقوں اور ترجیہات پر مقامی لوگوں کے اہم افراد سے بات چیت کی جائے۔ ہر برادری کی مناسبت سے جائزے میں لوگوں کی شرکت کو بڑھانے والے ایسےطریقوں کو اپنانا چاہیئے جو لوگوں کی زبان اور پڑھنے میں

---

[2] See:

- The Action Sheet 2.1, Conduct assessments of mental health and psychosocial issues in : IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings. Geneva: IASC, 2007, pp. 38–45.
- IASC Reference Group Mental Health and Psychosocial Support Assessment Guide, IASC, Geneva, 2013, p. 3.

دشواری جیسی رکاوٹوں کا خیال رکھیں۔[3] اس بات کو یقینی بنانے کے لیے خصوصی خیال رکھنا چاہیئے کہ لوکل حکام، حکومتی ادارے اور اس کے ساتھ ساتھ مقامی لوگوں کےمختلف گروہ بلحاظ عمر، صنف، اور دیگر گروہ کو اس پورے عمل کےدوران ہر ممکن حد تک نمائندگی دی جا رہی ہے۔

2. ممکنہ مسائل، وسائل اور صلاحیتیوں کی نشاندہی کریں:

ذہنی صحت اور نفسیاتی وسماجی پروگرام (CB MHPSS) کے جائزے کے مرحلے میں میں ذہنی صحت اور نفسیاتی و سماجی **مسائل** اور اس کے ساتھ ساتھ محفوظ اور معیاری وسائل اور صلاحیتوں کی نشاندہی کی کرنی چاہیئے۔ اس میں ہر سطح (فرد، خاندان، کمیونٹی، روایتی، مذہبی، اور ثقافتی) پر موجود مشکلات کا مقابلہ کرنے کے طریقِ کار شامل ہیں۔ سماجی امدد اور برادری کے سہارا دینے والے طریقِ کار، اور سرکاری اور غیر سرکاری اداروں کی صلاحیتیں بھی شامل ہیں۔ اس میں وسائل کی ایک مکمل لسٹ شامل ہونی چاہیئے جس میں وہ تمام وسائل شامل ہوں جو جائزے کے وقت موجود ہیں اور وہ بھی جو حادثے سے پہلے موجود تھے اور انہیں دوبارہ استعمال میں لایا جا سکتا ہو۔ معاملات نمٹانے کے منفی طریقوں کی شناخت بھی کرنی چاہیئے تاکہ ان کا استعمال کم کیا جا سکے۔

3. تمام حصّے داروں کو نتائج سے آگاہ کریں:

جائزے کے نتائج پر نظر ثانی کے عمل میں ان سب کو شامل کریں جنھوں نےجائزے کے عمل میں حصہ لیا بشمول: غیر سرکاری تنظمیں (NGOs)، حکومتی ادارے، کمیونٹی اور ذیلی کمیونٹی کے نمائندگان وغیرہ۔ ان کے ساتھ باہمی مشورے سے تمام ضروریات اور دستیاب وسائل اور رکاوٹوں پر بات چیت کریں۔ مزید غلط فہمیاں یا جائزے کے نتیجوں کی درستگی سے متعلق دیگر مسائل کی وضاحت بھی کریں۔ جائزے سے حاصل ہونے والے نتائج (مثال کے طور پر رپورٹ، سمری یا پریزنٹیشن) کو مقامی زبان اور جہاں تک ممکن ہو ثقافتی طور پر موزوں طریقے سے شیئر کریں۔

[3] See for example World Health Organization and United Nations High Commissioner for Refugees. *Assessing Mental Health and Psychosocial Needs and Resources: Toolkit for Humanitarian Settings*. Geneva: WHO, 2012, tool 10, pp. 63–69.

منصوبہ بندی کا مرحلہ

ذہنی صحت اور نفسیاتی وسماجی پروگرام (CB MHPSS) میں شامل تمام افراد کے لیے ضروری ہے کہ وہ نشاندہی کریں کہ ہنگامی حالات سے متاثرہ مقامی لوگوں میں قدرتی طور پر مشکلات سے نمٹنے کا حوصلہ، صلاحیت اور وسائل موجود ہوتے ہیں جن کی بنیاد پر وہ اپنی مدد آپ کر سکتے ہیں۔ متاثرہ مقامی لوگوں کی قوت برداشت اور مقامی اداروں کی کارکردگی کو تسلیم کرنا چاہیئے اور ان کو فروغ دینے کی کوشش کرنی چاہیے۔ بیرونی امداد کا مقصد یہ ہونا چاہیے کہ مقامی وسائل کو بھرپور طریقے سے استعمال میں لایا جائے اور جہاں ضروری ہو انہیں بہتر بنانے کی کوشش کی جائے۔ تا کہ مقامی لوگ اور مقامی ادارے مضبوط رہیں اور مستقبل میں بھی اپنی مدد کر سکیں۔

1. مسائل اور ضروریات میں ترجیحات کا تعین کریں:

تفصیلی معلومات کے بعد، ضروری ہے کہ متعلقہ افراد اور مقامی لوگوں کے ساتھ مل کر مسائل اور ضروریات کی ترجیحات کا تعین کیا جائے تا کہ پروگرام کی حکمتِ عملی واضح کی جا سکے۔ اس مرحلے پر مسائل کی ترجیحات اور ممکن اقدامات کے تعین کے لیے مقامی لوگوں سے مشورہ بہت اہم ہوتا ہے۔ اس طرح لوگوں کے ساتھ ایک تعلق اور اعتماد بھی قائم کرنا انتہائی ضروری ہے۔

2. باہمی مشورے سے پروگرام کے نتائج کا تعیّن کریں:

ذہنی صحت اور نفسیاتی وسماجی پروگرام (CB MHPSS) کے نتائج کا اندازہ لگانے کیلیئے اہم ہےکہ شروع میں ہی ان پیمانوں کی نشاندہی کر لی جائے جن کی مدد سے بعد میں پروگرام کے فائدے اور نقصانات کو جانچا جا سکے۔ امدادی ادارے کی تسلّی اور جلدبازی کی وجہ سے اکثر لوگ عام استعمال ہونے والے (نفسیاتی و سماجی فلاح و بہبود کے) پیمانوں کا انتخاب کر لیتے ہیں۔ اگر مقامی ضروریات کے مطابق ان پیمانوں کی سوچ بچار کر کہ نشاندہی نہ کی جائے تو متعلقہ آبادی کی اہم ضروریات نظر انداز ہو سکتی ہیں۔ بنیادی طور پر ہونا یہ چاہیئے کہ ان عوامل کا تعین مقامی لوگوں کے ساتھ مل کر کرنا چاہیے۔[4] "انٹر ایجنسی سٹینڈنگ کمیٹی کے ہنگامی جگھوں پر

[4] M. Bragin (2014). "To be well at heart: Women's perceptions of psychosocial well-being in 3 conflict-affected countries – Burundi, Nepal, and Uganda", *International Journal of Mental Health, Psychosocial Work and Counselling in Areas of Armed Conflict*, 12. 171–186; IFRC (2016), *Monitoring and Evaluation Framework for Psychosocial Programmes: Toolbox*, "Exploring Local Concepts of Well-

عمومی جائزہ اور تجزیاتی فریم ورک برائے ذہنی صحت اور سماجی مدد کے پروگراموں" میں ایسے پیمانوں کا ذکر ہے جو ذہنی، نفسیاتی وسماجی پروگرام (CB MHPSS) کے جائزے میں مدد دے سکتے ہیں۔[5] یہ پیمانے عالمی طور پر استعمال کے لیے ترتیب دیے گئے ہیں، اس لیے ان کو متعلقہ مقامات اور وہاں کے لوگوں کیلیئے تبدیل اور واضح کرنا ہوتا ہے۔ چونکہ طویل مدت تک بہتری برقرار رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ کمیونٹی اور معاشرتی سطح پر نظام اور اداروں میں تبدیلی لائی جائے، اسلیئے پیمانے ایسے ہونے چاہیں جو نہ صرف انفرادی بلکہ نظام میں بہتری کا بھی جائزہ لے سکیں۔

3. **سرگرمیوں کو تقسیم کرنے سے اجتناب کریں:**

امدادی پروگرام اور سرگرمیاں، IASC کی ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) کی ہدایات کے مطابق ترتیب دیے جانے چاہیں۔ الگ الگ منصوبے، جیسا کہ، وہ جو جنسی زیادتی کا شکار ہونے والے افراد کے لیے ہوں یا ان افراد کے لیے جن میں کسی مخصوص بیماری جیسا کہ PTSD وغیرہ کی تشخیص کی گئی ہو، وہ امددی کاروائی یا کوشش کو تقسیم کر سکتے ہیں اور سب سے بڑھ کر یہ کہ، یہ رسوائی اور نقصان کا سبب بن سکتے ہیں۔ جب کاروائی ایک بڑی سطح پر کی جائے (مثال کے طور پر کمیونٹی میں موجود مثبت نظام، تعلیم کے موجودہ ادارے، صحت کی عمومی خدمات، ذہنی صحت کی عمومی خدمات، سماجی خدمات وغیرہ شامل ہوں) تو وہ زیادہ لوگوں تک پہنچتی ہے، اس کے اثرات دیر تک قائم رہتے ہیں، اور رسوائی کے امکانات اور حفاظت سے متعلقہ خطرات کم ہوتے ہیں۔

پروگرام کا آغاز اور عمل در آمد

1. **تمام وسائل کو استعمال کرنے کی تیاری کریں:**

جائزے کے نتائج مسائل اور دستیاب وسائل کی نشاندہی کریں گے۔ پھر امدادی کارکنان کو مقامی لوگوں کے ساتھ تجزیہ اور فیصلہ کرنے کی ضرورت ہوگی کہ وہ کن مسائل میں ان کی مدد کر سکتے ہیں۔ اس کے بعد وہ ان کے ساتھ مل کر درج ذیل

---

being", Chapter 2.

[5] Inter-Agency Standing Committee (IASC) Reference Group for Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings, *A Common Monitoring and Evaluation Framework for Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings*, IASC, Geneva, 2017. https://interagencystandingcommittee.org/system/files/iasc_common_monitoring_and_evaluation_framework_for_mhpss_programmes_in_emergency_settings_2017.pdf.

وسائل کو استعمال میں لا سکتے ہیں:

a) لوگوں میں موجود صلاحیتیں اور مہارتیں، کیونکہ برادریوں میں اکثر ایسے افراد موجود ہوتے ہیں جو پروگرام میں درکار فن یا پیشہ جانتے ہیں، یا وہ ان کو سیکھنے کا جزبہ اور صلاحیت رکھتے ہیں۔
b) سماجی وسائل مثلاً خاندان، مقامی سربراہان، اساتذہ، خواتین کے گروپ، نوجوانوں کی تنظیمیں، سول سوسائٹی کی تنظیمیں۔
c) اہم مذہبی یا روحانی ذرائع مثلاً مذہبی رہنما، مقامی روحانی پیشوا، عبادات اور مناجات وغیرہ ۔ [6]

2. مقامی لوگوں کو فرائض سونپیں اور ان کی صلاحیتوں کو بروئے کار لائیں :

کوششیں کرنی چاہیں کہ مقامی لوگ تمام بحث مباحثوں، ان کے مستقبل پر اثر انداز ہونے والی سرگرمیوں اور فیصلوں میں شامل ہوں۔ جب لوگوں کی شرکت زیادہ ہوگی تو اس بات کے امکانات ہیں کہ وہ زیادہ پُر امید ہوں گے اور وہ مسائل سے بہتر طور پر نمٹنے اور اپنے حالات کو بحال کرنے کیلئے کام کریں گے (IASC 2007، ایکشن شیٹ 5.1)۔ اس میں مقامی لوگوں اور مقامی رہنماؤں کے ساتھ تعلقات قائم کرنا، برادری کے اندر مختلف سماجی، صنفی اور رُتبوں میں فرق کو سمجھنا، اور لوگوں کا آپس میں مسائل کے حل پر اتفاق کروانا شامل ہیں۔ ایک سلسلے میں ایک عمومی ماڈل کے اہم ترین مراحل مندرجہ ذیل ہیں۔ ان کو متعلقہ ضروریات کے مطابق تبدیل کیا جاسکتا ہے: [7]

[6] IASC MHPSS Guidelines 2007: Action sheet 5.2.

[7] REPSSI – *"Mainstreaming Psychosocial Care and Support Facilitating Community Support Structures"*, p. 14–16 http://mhpss.net/?get=83/1305805326-mainstream_guides_emergency-community.pdf.

پہلا مرحلہ:

جائزے کے نتائج اور ترجیحات کے مطابق اپنے پروگرام۔کے لیے متعلقہ افراد کا انتخاب کریں۔

دوسرا مرحلہ:

جہاں ممکن ہو وہاں مختلف مقامی تنظیموں **(CSS)** کی نشاندہی کریں، مثلاً یُوتھ گروپ یا رضا کار گروپ، پیشہ ورانہ تنظیم، ذہنی صحت سے متعلق سہولیات فراہم کرنے والی تنظیم وغیرہ۔ اگر کوئی تنظیم موجود نہیں ہے تو ان کے قیام کے لیے معاونت پر غور کریں (مثلاً چائلڈ پروٹیکشن کمیٹیز)۔

تیسرا مرحلہ:

منتخب تنظیم کی ضروریات اور صلاحیتوں کا جائزہ لیں۔

چوتھا مرحلہ:

اس تنظیم کے فروغ کے لیے کسی سرگرمی کا منصوبہ بنائیں۔

پانچواں مرحلہ:

تنظیم کی مدد کریں کہ وہ لوگوں کو ایک دوسرے سے سیکھنے کے مواقع فراہم کریں اور متعلقہ سرگرمیوں کا انعقاد کریں۔ اس کے علاوہ تنظیم کو دیگر مدد فراہم کریں (مثلاً تکنیکی معاونت، وسائل کی معاونت وغیرہ)۔

چھٹا مرحلہ:

تنظیم کے ساتھ موانت کا باقاعدہ اختتام کریں۔ جسکی حکمتِ عملی کام شروع کرنے سے پہلے ہی بنا لیں۔

3. معلومات فراہم کریں:

پروگرام کے دوران پیغام اور شکایات پہنچانے کے پہلے سے موجود طریقہ کار کو استعمال کرتے ہوئے ہر فرد تک باآسانی معلومات پہنچانے کو یقینی بنائیں۔ بلخصوص وہ لوگ جو برادری میں نظر انداز ہوتے ہیں، ان کو امداد کے ذرائع اور دیگر معلومات پہنچائیں، جیسا کہ AAP (متاثرہ آبادی کے لیےاحتساب) کے قوانین میں لکھا ہے۔ مثلاً اگر علاقے میں پڑھائی عام نہیں ہے تو سٹوری بورڈز/تصاویر، زبانی وسائل یعنی ریڈیو یا کیس سٹڈیز کو استعمال میں لائیں ۔

4. پروگرام کی نگرانی، لوگوں کی فیڈبیک اکھٹی کریں اور سرگرمیوں کو ان کے مطابق ڈھالیں:

شمولیت پر مبنی پروگرام کی نگرانی کے لیے طریقے باقائدگی سے استعمال کرنا ضروری ہے کیونکہ منصوبہ بندی اور عمل میں ہمیشہ بہتری کی گنجائش ہوتی ہے اور حالات میں تبدیلی آتی رہتی ہے۔ نگرانی کا یہ عمل آسانی سے سرانجام دیا جاسکتا ہے جیسا کہ آراء کے لیے میل باکسز وغیرہ یا لوگوں کی تسلّی سے متعلق سروے یا فیڈ بیک سیشنز۔ متعلقہ لوگوں کی طرف سے پروگرام سٹاف تک اپنی شکایات پہنچانے کے یقینی طریقے نگرانی کے اہم ذرائع ہیں۔ اس میں وہ ذرائع بھی شامل کریں جو کم پڑھے لکھے لوگوں، غیر ملکی افراد، بچوں یا معذور افراد کے لیے بھی موزوں ہوں۔

5. کمزور طبقوں کی شمولیت یقینی بنائیں:

مقامی لوگوں میں اکثر اوقات مختلف طبقات ہوتے ہیں جو مختلف مقاصد اور رُتبے رکھتے ہیں۔ ضروری ہے کہ کچھ طبقات کو دیگر طبقات کی نسبت طاقت ور بنانے سے گریز کیا جائے اور نظرانداز کیے گئے افراد کی شمولیت کو یقینی بنایا جائے۔

پروگرام کے نتائج کا جائزہ

1. پروگرام کے نتائج سے متعلق مقامی لوگوں سے مشورہ کریں:

اس بات کا اندازہ لگانے کیلیے کہ کیا پروگرام کا کون سا جز کام کر رہا ہے اور کون سا جز کام نہیں کر رہا، نگرانی اور نتائج کا جائزہ لیں اور اس کا موازنہ پروگرام کے شروع میں کیے گئے جائزے اور اکھٹی کی گئی معلومات سے کریں۔ پروگرام کے شروع اور درمیان میں کیے گئے جائزے کی طرح اس آخری جائزے کے نتائج بھی لوگوں کو بتانا اور ان پر بات چیت کرنا بہت اہم ہے۔ یہ مرحلہ کامیابی پر اطمینان کیلیئے بھی اور سرگرمیوں کے متوقع نتائج کے اندازے کے لئے بھی ضروری ہے۔ - یہ اندازے کرنے کے لیے بہت سے طریقے موجود ہیں۔ مثلاً "سب سے اہم تبدیلی" کے متعلق "واقعہ /کہانی" پر مبنی حکمت عملی استعمال کی جا سکتی ہے۔ یہ طریقہ پہلے سے طے شدہ پیمانوں پر مبنی نہیں ہوتا۔

2. مقاصد اور سرگرمیوں میں رد و بدل کریں:

لوگوں کی شرکت پہ مبنی طریقوں کو استعمال کر کے مقامی لوگوں کے ساتھ مشورہ کریں کہ سرگرمیوں سے متوقع نتائج حاصل کرنے میں کیا کمی رہ گئی ہے اور ایسا کیوں ہوا ہے۔ اگر متوقع نتائج حاصل ہوئے ہیں مگر کچھ لوگ مستفید نہیں ہو سکے تو ان تک کیسے رسائی حاصل کی جاسکتی ہے۔کوشش کریں کہ ان افراد کے ساتھ بات کریں جو سرگرمیوں میں شامل نہیں رہے تا کہ ان کی شرکت سے متعلقہ رکاوٹوں کو بہتر طریقے سے سمجھا جاسکے۔ ان معلومات کو مزید منصوبہ بندی، مقاصد اور سرگرمیوں کو بہتر کرنے کیلیے استعمال کریں۔

ہنگامی صورتِ حال میں ذہنی، نفسیاتی اور سماجی مدد کے پروگرام میں مقامی لوگوں کو شریک کرنے کے لیے ضروری اخلاقی ہدایات

ہنگامی صورت حال میں ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) میں لازم ہے کہ اخلاقی اصولوں پر عمل کیا جائے تا کہ ممکنہ برے یا نقصان دہ عوامل سے متاثرین کو محفوظ رکھا جائے۔ عام طور پر جن اخلاقی ہدایات کو ذہنی صحت اور نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) میں مد نظر رکھا جاتا ہے، ان میں دو اصول بہت اہم ہیں۔ ایک یہ کہ کسی کو کوئی نقصان نہ پہنچایا جائے۔ یعنی پروگرام کے نتیجے میں ہونے والا کوئی نقصان، فائدوں سے زیادہ نہیں ہونا چاہیئے، اور وہ اصول جو پروگرام کے معیار اور افادیت سے متعلق ہوں (Wessels, 2009; Shah, 2011)۔
امداد کے پروگرام کے لیے اخلاقی معیار کچھ مسند ہدایات میں واضح کیے گئے ہیں۔ جس میں IFRC کوڈ آف کنڈکٹ[8] اور کور ہیومینیٹیرئن سٹینڈرڈ[9] شامل ہیں۔ نفسیاتی وسماجی مددگار پروگرامز برائے ہنگامی حالات کے لیے مخصوص اخلاقی معیار کے 6 بنیادی اصول ہیں جو MHPSS کے لیے IASC کی ہدایات کے تحت سامنے آئے۔[10] خاص طور پر MHPSS میں کمیونٹی کے مستحق افراد کی شمولیت کو فروغ دیتے ہوئے یہ بہت ضروری ہے کہ:

- ہنگامی حالات سے متاثرہ آبادی کے لیے منصوبہ بندی اور پروگرام پر عمل کرتے ہوئے صرف امداد فراہم کرنے والے اداروں کے مقاصد کو مد نظر نہ رکھا جائے بلکہ متاثرہ

[8] International Federation of Red Cross (IFRC), *Code of Conduct in Principles of Conduct for the International Red Cross and Red Crescent Movement and NGOs in Disaster Response Programmes*, 2007.
[9] Core Humanitarian Standard on Quality and Accountability in *The Sphere Handbook*, CHS, 2018.
[10] 10 IASC Guidelines on MHPSS in Emergency Settings, Core Principles, IASC (2007), Geneva, 2007, p. 9.

لوگوں کی ضروریات، بہترین مفادات اور وسائل کو بنیادی اہمیت دی جائے ۔

- اس بات کا خیال رکھا جائے کہ وہ تمام افراد جو پروگرام (CB MHPSS) کے کسی بھی پہلو میں شامل ہیں وہ اس بارے میں آگاہ ہیں کہ جنسی استحصال اور بدسلوکی، پروگرام میں حصّہ لینے والے افراد کے ساتھ جنسی سرگرمی یا کوئی دوسرا ممکنہ استحصالی تعلق قائم کرنا ممنوع ہے۔[11]
- متاثرین سے متعلقہ معلومات کی رازداری کو لازمی طور پر برقرار رکھا جائے۔ امداد فراہم کرنے کے لئے ضروری ہے کہ حساس افراد اپنی کمزوریاں ظاہر کیے بغیر ان سے مستفید ہو سکیں ۔
- مقامی لوگوں کو ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) کی فراہمی کے دوران ہر قسم کے نسلی، صنفی، لسانی یا مذہبی امتیاز سے بچایا جائے اور متاثرین میں شامل تمام افراد کو امداد فراہم کی جائے بشمول مقامی لوگ، مہاجرین، اقلیتیں، معذور افراد وغیرہ۔
- کارکنان کے لیے ضروری ہے کہ وہ مقامی ثقافت اور اقدار کا احترام کریں اور اپنی مہارتوں کو مقامی صورت حال میں ڈھالنے کی صلاحیت رکھتے ہوں۔
- مقامی لوگوں کو پہلے ہی پروگرام کے ممکنہ برے اثرات سے آگاہ کر دینا چاہیئے اور ان اثرات سے نمٹنے کے لیے مستقل نگرانی کی جانی چاہیے۔

اہم نکات کا خلاصہ

حادثات کے بعد موثر اور بامعنی ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) کو ترتیب دین کے لیے یہ سمجھنا ضروری ہے کہ برادریوں کے مختلف پہلو مشکل کیفیت میں لوگوں کے نفسیاتی و سماجی ردِعمل پر کس طرح اثر انداز ہوتے ہیں۔ ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) امدادی سرگرمیوں کے سارے مراحل کے دوران افراد، برادریوں اور سماجی نظاموں کو اہمیت دیتے ہیں۔ ان کا آغاز مقامی لوگوں کو ترجیح دینے سے، ان کی شمولیت سے اور ان کے مشورے سے ضروریات کی نشاندہی کرنے سے ہوتا ہے۔ اس کے بعد وہ مقامی وسائل کا جائزہ لیتے ہیں اور مقامی لوگوں کو امدادی کاروائی کے تمام مراحل میں شامل کرنے کیلیے اقدامات کیے جاتے ہیں۔ اس بات کو یقینی بنایا جاتا ہے کہ پروگرام میں شامل افراد کی آراء حاصل کی جائیں اور جائزے کا عمل مکمل کیا جائے تا کہ ان کے ساتھ مل کر پروگرام میں ترمیم لائیں اور بہتر کارکردگی دکھائی جاسکے۔

مقامی لوگوں کے لیے ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (CB MHPSS) کو اس آگاہی

---

[11] See the UN website on Preventing Sexual Exploitation and Abuse (PSEA): www.un.org/preventing-sexual-exploitation-and-abuse/content/tools

کی بنیاد پر ترتیب دیا جاتا ہے کہ ایک برادری ہر عمر اور صنف کے افراد پر مشتمل ہوتی ہے جن کا تعلق مختلف تبقوں اور ثقافتوں سے ہوتا ہے۔ ایک برادری میں سب لوگ ایک جیسے نہیں ہوتے نا ہی سب کے سماجی رُتبے ایک جیسے ہوتے ہیں۔ امدادی پروگرام میں مقامی لوگوں کو مرکزی حیثیت دینے سے لوگوں کا اپنے مسائل خود حل کرنے کا اعتماد بڑھتا ہے۔ یہ یاد رکھنا ضروری ہے کہ دوسروں کی مدد سے زیادہ اہمیت اس عمل کی ہے جس میں لوگ مل کر اپنے مسائل کا حل نکالتے ہیں۔ یہ ہدایات ہنگامی صورت حال سے متعلقہ IASC کے رہنما اصولوں کے مطابق ہے۔

یہ دستاویز مقامی لوگوں کی شمولیت سے تشکیل ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام برائے انٹر ایجنسی ا سٹینڈنگ کمیٹی کے ریفرنس گروپ برائے ہنگامی صورت حال میں ذہنی صحت کے حوالے سے ذہنی، نفسیاتی و سماجی مدد کے پروگرام (ISASC MHPSS RG) کے تھمیٹک (موضوعاتی) گروپ کی جانب سے تیار کیا گیا ۔ اس اشاعت کے لیے انٹرنیشل آرگنائزیشن برائے مائیگریشن (IOM) نے تعاون کیا جس کے ساتھ ریجنل سائیکو سوشل سپورٹ انیشی ایٹو (REPSSI) کی معاونت بھی حاصل تھی جب کہ اس کی منظوری IASC MHPSS RG نے دی۔

اس کا متن درج ذیل تنظیموں کی مشترکہ تحریر ہے:

- ایکشن کونٹری لا فیم
- امیریکیرس
- چرچ آف سویڈن/ ACTالائنس
- ہیلتھ ورکس
- انٹرنیشنل فیڈریشن آف ریڈ کراس اینڈ ریڈ کریسنٹ سوسائٹیز۔ ریفرنس سنٹر برائے نفسیاتی وسماجی معاونت
- انٹرنیشنل میڈیکل کارپس (IMC)
- عالمی تنظیم برائے ہجرت (IOM)
- انٹرنیشنل ریسکیو کمیٹی (IRC)
- اِسر ایڈ
- پِیس اِن پریکٹس
- سائیکو سوشل سروسز اینڈ ٹریننگ انسٹی ٹیوٹ
- ریجنل سائیکو سوشل سپورٹ انیشی ایٹو
- سیو دی چلڈرن
- سِلبر مین سکول آف سوشل ورک ایٹ ہنٹر کالج
- ٹیریس ڈیس ہومس
- TPO نیپال
- یونیسف (UNICEF)
- اقوام متحدہ کا ہائی کمشنر برائے مہاجرین (UNHCR)
- عالمی ادارہ صحت (WHO)
- ورلڈ وژن انٹرنیشنل

اردو میں ترجمہ اور تکنیکی جائزہ

منٹل ہیلتھ ریسورس سنٹر، میڈیطڑینا ہیلتھ کیر، راولپنڈی پاکستان سے متعلقہ:
ڈاکٹر عاصمہ ہمایوں، سارہ ناصر، ڈاکٹر اسرار الحق، ڈاکٹر فیصل رشید خان

پہلے کے ڈرافٹ کا تکنیکی جائزہ

رابعہ نصرت

This translation was coordinated by:
the International Organisation for Migration (IOM) and MHPSS.net, with support from USAID.