

Melindungi kanak-kanak semasa COVID-19

Tip untuk pekerja sosial dan pengamal kebajikan sosial

5 - Kekal Selamat apabila terdapat Risiko Keganasan

Adakah anda bimbang mengenai keselamatan kanak-kanak atau orang dewasa yang anda bantu?

Mangsa keganasan rumah tangga yang terselamat mengatakan bahawa apa yang paling penting adalah mempunyai seseorang dalam hidup yang sentiasa ada untuk mereka, tanpa menghukum, memberi idea, mendapatkan sokongan, dan menyokong ketika keadaan sukar.

Sebagai seorang pekerja sosial atau pengamal kebajikan sosial, anda boleh menjadi orang tersebut kepada kanak-kanak dan orang dewasa di bawah tanggung jawab anda walaupun dalam masa pembendungan COVID-19.

Untuk membantu kanak-kanak atau orang dewasa yang mengalami keganasan rumah tangga, pertimbangkan:

- Jika keadaan merbahaya secara tiba-tiba, hubungi Hotline berikut:
 - WAO Hotline: 03 7956 3488
 - TINA WhatsApp: 018 988 8058
 - Talian Kasih: 15999 atau WhatsApp 019 261 5999
 - Befrienders KL: 03 7956 8144 atau 03 7956 8145
- Sekiranya terdapat prosedur tindak balas seperti itu - beritahu kod untuk meminta bantuan kecemasan seperti polis segera datang atau Grab untuk membawa mereka ke tempat perlindungan yang selamat.
- Berkomunikasi dengan mangsa keganasan rumah tangga yang masih selamat (Dengarkan, Pautkan, Rancang dan Kekal Terhubung)
- Berkomunikasi dengan orang yang berisiko mendera orang lain

Seterusnya: Tip untuk berkomunikasi dengan mangsa keganasan rumah tangga yang terselamat dan orang yang berisiko



Maestral.



unicef
for every child

Hantarkan maklum balas anda kepada kami melalui WhatsApp dengan mengimbas kod QR di bawah dan hantarkan perkataan yang telah dipramatkan.



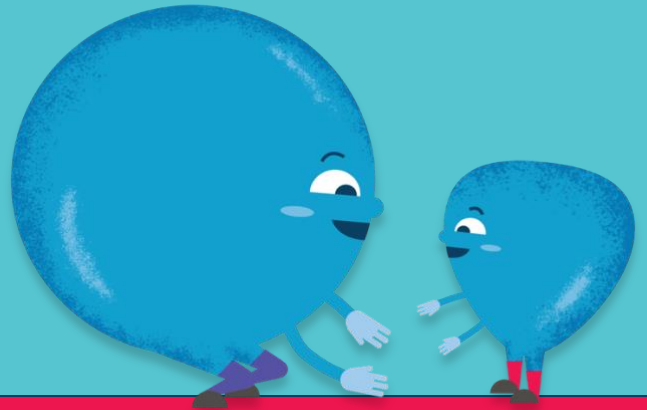
Melindungi kanak-kanak semasa COVID-19

Tip untuk pekerja sosial dan pengamal kebajikan social

5 - Kekal Selamat apabila terdapat Risiko Keganasan

Pekerja sosial dan pengamal, anda wajar mendapat pujian!

Terima kasih atas sokongan berterusan kepada kanak-kanak dan keluarga yang memerlukan, walaupun dalam masa yang penuh cabaran ini. Anda adalah wira.



Berkomunikasi dengan mangsa keganasan rumah tangga yang masih selamat

Mula-mula tanya mangsa yang terselamat sekiranya mereka bersetuju untuk bercakap dan mengesahkan bahawa kerahsiaan, keselamatan dan keadaan keselamatan telah terjamin.

- Bertanya orang yang pernah didera "Bagaimana keadaannya?" dan betul-betul mengambil berat tentang jawapannya. Beberapa pertanyaan lain yang mungkin diajukan meliputi:
 - Apa yang anda paling risaukan?
 - Apa yang paling anda bimbangkan?
 - Apa yang anda perlukan atau mahukan?
 - Bagaimana saya boleh membantu?
 - Bagaimana keadaan kanak-kanak?
- Sekiranya anda membuat panggilan telefon pada waktu kritikal, selalu anggap bahawa pendera boleh mendengar. Perkara yang sama berlaku untuk perkhidmatan pesanan segera.
- Mula-mula pantau terlebih dahulu jika mangsa yang terselamat ini kedengaran tidak selesa atau ada suara latar. Sekiranya ini terjadi, jangan teruskan dan minta mangsa menghubungi anda apabila dia berpeluang melalui panggilan tidak terjawab, pesanan teks, atau cara komunikasi lain yang sesuai dengannya.
- Sekiranya mangsa menunjukkan dia dapat bercakap, ajukan soalan berikut untuk mengesahkan keadaan keselamatan dan keselamatan:
 - Adakah anda selesa bercakap sekarang? Adakah anda bersetuju untuk meneruskan perbincangan ini sekarang melalui telefon? Atau adakah anda lebih suka dibuat pada waktu lain? Adakah anda lebih suka panggilan tidak dijawab atau menghantar teks kepada saya apabila anda bersedia?
 - Adakah ini nombor yang tepat untuk dihubungi? Adakah anda lebih suka saya menghubungi nombor yang lain?
 - Adakah anda menjawab panggilan dari bilik yang dapat memastikan privasi dan kerahsiaan perbualan?
 - Adakah anda fikir seseorang mungkin akan masuk semasa kita berbual? Apa nasihat terbaik anda sekiranya ini berlaku? *Sebagai contoh, anda dapat mengenal pasti ayat tertentu untuk menamatkan panggilan sekiranya mangsa menyaki ada yang sedang mendengar, seperti "Maafkan saya tiada orang yang bernama Jane di sini, anda salah nombor." Atau aturkan kata kunci atau frasa yang dapat digunakan oleh mangsa jika terganggu, seperti "tidak, maaf saya tidak berminat untuk mengambil bahagian dalam survei ini". Selain itu, anda boleh mencadangkan kata kunci / frasa yang mungkin digunakan oleh mangsa yang menunjukkan bahawa anda perlu memberi amaran kepada polis tempatan atau Talian Hotline (WAO Hotline: 03 7956 3488, TINA WhatsApp: 018 988 8058, Talian Kasih: 15999 / WhatsApp 019 261 5999 atau Befrienders KL: 03 7956 8144 atau 03 7956 8145)*
 - Tanya semula: Adakah anda merasa selamat dan mempunyai privasi yang secukupnya untuk kita berbual?
 - Adakah anda selesa bercakap sekarang? (*Minta persetujuan berulang kali*)



Melindungi kanak-kanak semasa COVID-19

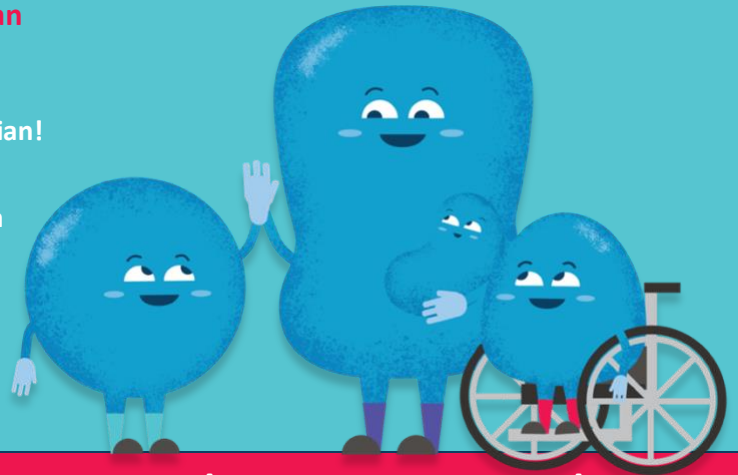
Tip untuk pekerja sosial dan pengamal kebajikan social

5 - Kekal Selamat apabila terdapat Risiko Keganasan

Pekerja sosial dan pengamal, anda wajar mendapat pujian!

Terima kasih atas sokongan berterusan kepada kanak-kanak dan keluarga yang memerlukan, walaupun dalam masa yang penuh cabaran ini.

Anda adalah wira.



Berkomunikasi dengan mangsa keganasan rumah tangga yang terselamat...

Dengarkan

Benar-benar mendengar, lebihkan mendengar daripada bercakap. Dengarkan tanpa mempunyai agenda anda sendiri. Mendengar dapat membantu. Dengan hanya mengakui kesakitan orang lain dapat membantu mereka lebih daripada sekadar menyuruh mereka bersorak gembira. Perkara yang dapat anda sampaikan kepada orang yang pernah mengalami bahaya termasuk:

- Saya percayakan anda
- Saya sangat kesal ianya berlaku.
- Terima kasih kerana berkongsi.
- Ini bukan salah anda.
- Anda tidak bersendirian.
- Anda boleh memilih apa yang perlu dilakukan seterusnya.

Pautan

Tanyakan kepada remaja / dewasa tersebut jika ada orang yang mereka percayai yang boleh mereka dapatkan sokongan. Berikan nombor WAO Hotline (03 7956 3488), TINA WhatsApp (018 988 8058), Talian Kasih (15999 atau WhatsApp 019 261 5999) atau Befrienders KL (03 7956 8144 atau 03 7956 8145) yang boleh mereka hubungi apabila mereka memerlukan pertolongan segera, dan, jika ada prosedur tindak balas seperti itu, berikan kata kod untuk meminta bantuan kecemasan seperti polis segera atau Grab untuk membawa mereka ke tempat perlindungan yang selamat.

Pelan

Galakkan remaja / orang dewasa yang anda bimbangi untuk membuat rancangan keselamatan sekiranya keadaan bertambah buruk. (lihat PETUA # 6. Perancangan Keselamatan)

Kekal berhubung

Tetap berhubung adalah salah satu perkara paling berguna yang boleh anda lakukan. Apabila seseorang diisolasi, pendera mempunyai lebih banyak kuasa dan kawalan terhadap kehidupan mereka. Sentiasa hubungi melalui telefon dan, jika boleh, pergi ke rumah dan berjumpa dengan kanak-kanak / remaja / orang dewasa yang anda prihatin di hadapan rumah mereka sambil menjaga penjarakan sosial. Sekiranya terdapat risiko pada nyawa atau bahaya yang serius, sentiasa dapatkan bantuan kecemasan.



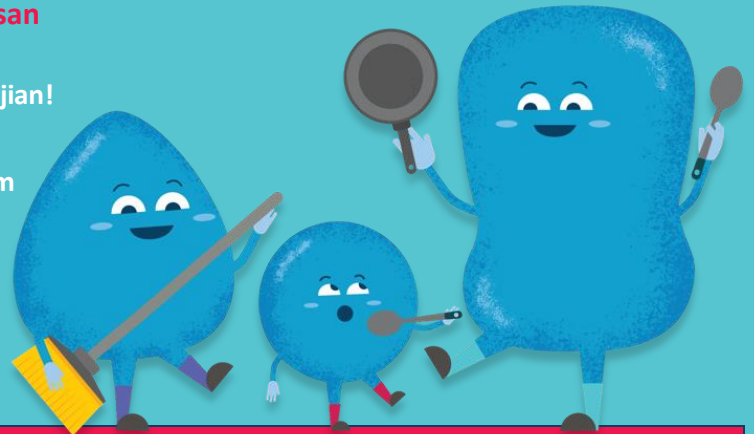
Melindungi kanak-kanak semasa COVID-19

Tip untuk pekerja sosial dan pengamal kebajikan social

5 - Kekal Selamat apabila terdapat Risiko Keganasan

Pekerja sosial dan pengamal, anda wajar mendapat pujian!

Terima kasih atas sokongan berterusan kepada kanak-kanak dan keluarga yang memerlukan, walaupun dalam masa yang penuh cabaran ini. Anda adalah wira.



Berkomunikasi dengan orang yang berisiko mendera orang lain

Memperakui penderaan

Mengambil masa untuk memperakui bahawa apa yang anda lihat dalam perhubungan seseorang yang tidak ok atau wujudnya penderaan boleh menjadi tindakan yang sangat berkuasa. Cukup dengan mengatakan: ""Hei, itu tidak baik!"" boleh menjadi langkah pertama untuk menolong mereka menjaga satu sama lain.

Hentikan tekanan dan / atau kemarahan ketika ia bermula:

- Perkara yang sama biasanya membuat kita merasa tertekan dan marah setiap masa.
- Apa yang menyebabkan kemarahan? Bilakah ia berlaku? Bagaimana anda bertindak balas?
- Mencegahnya daripada bermula. Sekiranya ia berlaku semasa anda penat, tidurlah atau berehat sebentar. Sekiranya lapar, cubalah makan. Sekiranya merasa keseorangan, minta sokongan seseorang.
- Menjaga diri anda. Cuba buat jeda 10 saat, tarik nafas masuk dan keluar perlahan-lahan lima kali, kemudian cuba balas dengan cara yang lebih tenang. Beri masa anda juga dari masa ke semasa. Semasa anak-anak anda sedang tidur, lakukan sesuatu yang menggembirakan atau bersantai untuk diri sendiri. Buat senarai aktiviti sihat yang ANDA gemar lakukan. Anda layak mendapatkannya!

Jaga diri anda dan kurangkan risiko:

- Kita semua perlu berhubung. Bercakap dengan rakan atau keluarga setiap hari.
- Sekiranya anda mengetahui bahawa jumlah alkohol yang anda minum tidak sihat bagi anda atau membawa kepada keputusan yang tidak baik, kurangkan minum atau jangan minum sama sekali.
- Adakah anda mempunyai senjata atau benda yang boleh digunakan untuk mencederakan orang lain? Simpan dalam tempat berkunci, sembunyikan atau keluarkan dari rumah.
- Berdamai apabila anda lihat pertengkaran akan bermula, dan pergi ke ruang lain atau keluar jika anda boleh
- Apabila anda mula merasa marah, bertenang selama 20 saat. Tarik nafas dan hembus perlahan-lahan 5 kali sebelum anda bercakap atau bergerak. Pergi ke tempat lain selama sepuluh minit untuk mengawal emosi anda. Sekiranya anda mempunyai ruang di luar yang selamat, pergi ke luar.
- Sekiranya pencetus kemarahan adalah bayi yang tidak mahu berhenti menangis, tidak mengapa membiarkan mereka selamat secara berbaring dan berlalu sebentar. Hubungi seseorang yang anda percayai dan berbincang dengan mereka untuk menenangkan anda. Pantau bayi setiap 5-10 minit.

