



**CHILDREN AND POLICE**  
■ **CHILD FRIENDLY POLICE STATION** ■  
A **CaP** for **CARE & PROTECTION**

# CONTENT

02	FOREWORD BY STATE POLICE CHIEF
03	WHY SHOULD POLICE INVEST IN THE CARE AND PROTECTION OF OUR CHILDREN? OR WHY SHOULD COPS WIN OVER THE HEARTS AND MINDS OF OUR YOUNGSTERS?
05	VISION AIMS & OBJECTIVES OF CAP STATIONS
05	UNIQUE FEATURES OF CAP STATIONS
11	GOVERNANCE OF CAP STATIONS
11	MONITORING & INDEPENDENT EVALUATION
12	ANNEXURE I - CHILD FRIENDLY ATTITUDE AND SKILLS & TIPS FOR EFFECTIVE COMMUNICATION
13	ANNEXURE II: CHILD IN NEED OF CARE AND PROTECTION
14	ANNEXURE III: PROTECTION OF CHILDREN FROM SEXUAL OFFENCES ACT , 2012 PROCEDURE FOR REPORTING OF CASES AND PROCEDURE FOR RECORDING STATEMENT OF THE CHILD
15	POLICE AS A MENTOR
21	TIPS FOR PSYCHOLOGICAL FIRST AID

## FOREWORD

Children & Police (CAP) is a unique initiative by the Kerala Police to prevent abuse and violence against children and to ensure better protection of the children. CAP consists of many initiatives for children, which are tested, problem-oriented and solution-focused models to empower children to handle the multiple risks that they face in the society today. The CAP also facilitates inter-sectoral collaboration of all the agencies and departments working for the protection and development of children, especially those at risk.

The establishment of Child Friendly Police Stations is one of the several initiatives under the Program. It aims to create child-friendly stations that will provide effective, timely, and friendly services to children and their guardians. It plans to do this by equipping police personnel with appropriate knowledge, skills, and behavior to effectively and comprehensively execute their duty towards children and uphold their rights.

I am very happy to distribute this booklet among all police stations and staff of other collaborating agencies. It provides guidance on establishing child-friendly police stations.

Let us make CAP and Child Friendly Police Stations an effective and successful initiative, where together we will ensure better protection of child rights, and effectively prevent abuse and violence against children in our state. Let us, together, allow our children to live in peace, in safety and with dignity.

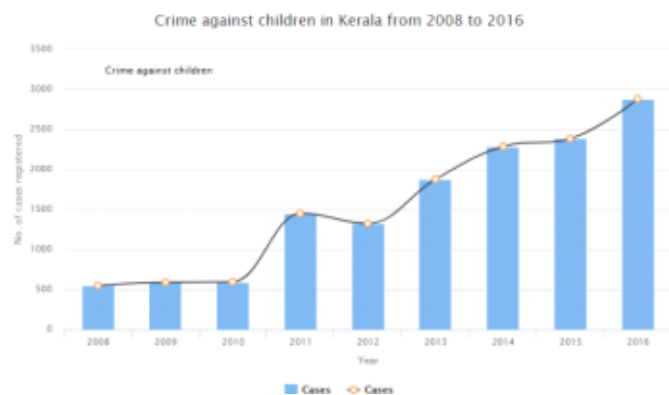


**LOKANATH BEHERA IPS**  
STATE POLICE CHIEF, KERALA

# WHY SHOULD POLICE INVEST IN THE CARE AND PROTECTION OF OUR CHILDREN? OR WHY SHOULD COPS WIN OVER THE HEARTS AND MINDS OF OUR YOUNGSTERS?

It's a proven fact that children are the most vulnerable sections of any society, especially those in societies undergoing rapid social and economic transformations. Kerala is no exception to this. The graph below underlines the fact that, crime against children in our state is on an alarming rise. These crimes include infanticide, murder, rape, kidnapping, abduction, foeticide, abetment of suicide, exposure to malign materials such as pornography and abandonment, and trafficking children for prostitution and labour. Sexual offences, against both young boys and girls have increased considerably in the State in the last few years in spite of stringent laws enacted to protect children in 2012

## Crime Against Children



More than 50% of India's population is less than 25 years of age. India has one of the biggest youth bulges – more than any other country in the world. Today, one third of the population is less than 14 years of age, 50% are below the age of 25, and 65% are below 35yrs. By 2020, the average age in India will be 29 years, while in China, the equivalent age will be 37, and in Europe, it will be 45yrs. By 2030, India's working age population - forming 2/3rd of the total - will be the largest globally, at over 96 Crores (960 million). By 2030, over half of India's population will be less than 32 years old. Unlike many other countries, India's working age population (15-64 years) will continue to rise for the next two decades (beyond 2030). By 2030, India's working age population - forming 2/3rd of the total - will be the largest globally, at over 96 Crores (960 million). But are we investing enough to transform our youngsters into responsible and capable citizens of our country?

## THE FACTS LISTED BELOW ARE SHOCKING

- Substance abuse among adolescents is widespread and many are liberally consuming alcohol.
- Many of our children are involved in under age sexual activities
- Suicide is the third leading cause of death among young adults.
- About 20% of our adolescents have one or more mental or behavioral problems (World Health Organization).
- Many of our children are indulging in sending sexually provocative images and messages implying the destructive use of ICT ( UNICEF)
- Many young adults are involved in violent criminal activities including rape, murder, robbery and so on
- Tendency for religious and ideological radicalization is also evident among our children
- Concern about an alarming rise in sense of insecurity and loss of purpose in life is being voiced from many corners

If not countered effectively, these risks could have negative outcomes, sucking vulnerable children into anti-social activities, and eventually operating as a destabilizing force in society. Thomas Friedman expresses this succinctly: "The country that will thrive the most in the 21st Century will be the one most successful at converting its youth bulge into a 'demographic dividend.' Countries that fail to do so will have a youth population that is not only unemployable, but also unmanageable."

It is also true that today's children are on their path to assume key positions where they will make important decisions about the future of our country. The extent of their commitment towards responsible citizenship depends on the footing which they get in their childhood.

Commonly, problems faced by our children not only go acknowledged, but are often unattended. Even if identified they are often unreported or unattended. In some cases they are attended very unscientifically, causing a damaging effect. The present process of handling young offenders also needs a scientific revisit as isolating young offenders from social mainstream may only serve to enhance the negative tendencies within.

CAP is an affection-driven, problem-oriented, solution focused collaborative effort by Kerala Police, founded on the belief that, if police – in furtherance of its fundamental duty to society - can ensure care and protection to children, by coordinating with all concerned and authorised agencies responsible for such outcome, our children can become the biggest asset of our country.

CAP can also be highly instrumental in transforming the public perception about police, and vice versa. The general perception about police among the public is that they are unfriendly, insensitive and brutal. This said, the perception of police about the general public is that they are unfriendly, non-cooperative and non-law abiding. This disharmony results from an absence of opportunities to work together beneficially. CAP provides a platform for a constructive engagement between police and the general public especially our budding youngsters. This will indeed provide a window for the youngsters, their parents and teachers to watch police engaging actively in productive activities with a positive spirit.

CAP can also help to reduce the costs of policing. At a time of fiscal challenges for many jurisdictions, governments and police services share a common goal of keeping people and communities safe, while ensuring policing services are delivered as efficiently and effectively as possible. One of the main salutary characteristics of CAP is that they share a common goal of preventing youth-related crimes, through reduced recidivism, strengthened positive encouragement, and this reduces the future costs of policing. Problems are nipped in the bud so to guarantee that they never become full blown crimes.

**P VIJAYAN IPS, IGP, KOCHI RANGE  
& STATE NODAL OFFICER, CAP**

# CHILD FRIENDLY POLICE STATIONS

## A 'Children & Police' (CAP) Initiative

**VISION** Police stations that protect and care for our children

### AIMS & OBJECTIVES OF CAP STATIONS

Child Friendly Police Stations is a CAP initiative to ensure that

- Our children grow up in an atmosphere of affection, protection and care.
- Any abuse or atrocity against a child is investigated promptly and meticulously, and the offenders are brought before law.
- Children at risk are identified at an early age and are nurtured to become capable and responsible citizens of the nation.
- Parents, teachers and society at large are aware about the rights of the children.
- Our children are aware about their rights as well as their duties as responsible citizens of our country.
- Our children travel in safety and comfort.
- No child is engaged in child labor or child beggary
- Our police stations become abodes of justice so that any child, parent or anyone with an issue related to children can confidently approach these stations for support.
- Every child friendly police station will operate on an affection driven - partnership model by strengthening coordination between Government/Non-Government agencies responsible for the care and protection of children and civil society
- Ultimately an invisible wall of protection is created around every child through the active partnership of parents, teachers and society at large

### UNIQUE FEATURES OF CAP STATIONS

Child friendly infrastructural arrangements

- A separate space/room to interact with children
- Facility for sitting, toilet and safe drinking water for children
- Child friendly ambience with attractive paintings , drawings, recreational arrangements and so on
- Designated space with facilities to accommodate women comfortably especially feeding mothers
- Information boards with name and contact details of the Child Welfare Officer and other Information-Education- Communication materials
- Mini library with books, news dailies, magazines etc to engage children and other people visiting the station, and books and materials based on the acts and rules related to children

## Police personnel with the following child friendly qualities

- Readiness to treat any child visiting the station as his/her own child or someone in his/her kith and kin
- Safe guarding the best interest of the child in all child related matters
- Respectful of diversity be it age, gender, religion, or caste
- Firm conviction that violence, abuse, exploitation against children is unacceptable
- Unconditional empathy towards a child who is suffering from any form of trauma
- Thorough awareness regarding all acts and rules related to children
- Knowledge about psychological first aid to be provided for children facing issues related to mental distress, depression, suicidal tendency, substance abuse behavioral deviation and so on. Police officers dealing with such children should be capable of assessing each child, listening to them non-judgmentally and facilitate expert help in necessary cases.
- Full appreciation of the fact that for a victim, a child or a woman, approaching a police station to register a complaint is a last resort.
- Emphasis on "why" rather than "what" while dealing with children in conflict with law,
- Acknowledges the fact that deviance in children is due to the collective failure of parents, teachers and society including police
- Assuming the role of mentors while dealing with any child in contact with the station (Annexure I– Tips for communicating with children)

## Protection and Promotion of Rights of Children

The stations selected for implementing the CAP program will function based on operationalizing the following rights of children emphasized by UNCRC

- **The Right to Survival:** Right of every child to live a healthy life where he/she is ensured with basic services like health, nutrition and shelter.
- **The Right to Protection:** The period of childhood is a phase in which the human being is more vulnerable because they have not finished developing physically or mentally. Furthermore, the child requires a particular attention and protection. Right to protection emphasizes the right of every child to be protected mentally, physically and socially
- **The Right to Development:** an inalienable human right by virtue of which every child is entitled to participate in, contribute to, and enjoy economic, social, cultural and political development, in which all human rights and fundamental freedoms can be fully realized.
- **The Right to Participation:** The right that ensures the process by which children and young people can influence decision-making which affects their lives to bring about positive change

## All CAP stations work rigorously and meticulously based on the legal provisions and acts relating to child rights and child protection such as,

- National policy on Children 2013
- POCSO Act 2012 - Protection of Children from Sexual Offences Act (POCSO)
- J J Act 2015 - Juvenile Justice (Care and Protection of Children) Act, 2015
- Right to Education Act 2009
- Child marriage prohibition Act 2006
- CPCRA Act 2005 - Commissions for Protection of Child Rights Act, 2005
- Medical Termination of Pregnancy (MTP) Act
- Child Labour prohibition Act 1986
- Orphanage Act 1960
- ITP Act 1956 - The Immoral Traffic (Prevention) Act

## CAP stations will deal with the following categories of children

- Children in Need of Care and Protection: All children in the category as defined by Juvenile Justice (Care and Protection) Act, 2015 (Annexure 2)
- Child in Conflict with Law: A person below the age of 18 who has come in contact with the justice system as a result of committing a crime or being suspected of committing a crime as defined by Juvenile Justice (Care and Protection) Act, 2015. The range of crimes vary from petty theft to more serious offences like murder.
- Child in Contact with law: These are essentially children who are victims of or witnesses to crimes or have come in contact with the law in any other form. They have not been involved in the alleged criminal activity themselves.
- Other Vulnerable Children:
- Children of socially excluded groups (migrant families, families living in extreme poverty, scheduled castes, scheduled tribes and other backward classes, families subjected to or affected by discrimination and minorities)
- Children infected and/or affected by HIV/AIDS, child drug abusers, children of substance abusers, child beggars, children of prisoners, and street and working children.

## Child Friendly Police stations will stringently enforce all laws concerning the safety and protection of children

- In all such incidents a crime case is registered without fail and is investigated by the designated officer
- All evidences are adduced in a timely manner
- Arrangements to record statement under section 164 CRPC, without any lapse of time.
- Speedy Arrest of the accused, to get him/her remanded to the judicial custody
- Charge sheeting of the cases within the stipulated time
- Day to day supervision by the immediate superior officer of the progress of the investigation
- Mandatory review and discussion of the cases in crime conferences CIs and Sub Divisional Officers (SDPOs), to assess the progress of the investigations and to chalk out action plan for further investigations, ensuring compliance of actions
- Immediate presentation of the child (in conflict with law) before CWC
- Strict adherence to the following procedures while dealing atrocities against children
- Endorsement of an entry number and recording in writing
- Reading over the details to the informant
- Maintenance of a special register for entry of required details
- Immediate registration of Statutory FIR
- Assurance of care and protection to the victim within 24 hours
- Immediate reporting to CWC and the special court/Court of session

- Strict measures to book anti-social elements working to recruit children for destructive activities, both physically and through online platforms
- Creative measures to prevent children from getting into the influence of anti-social elements by forming an invisible wall of protection around children
- Book the Abuser: Stringent adherence to the stipulated procedures under Protection of Children from Sexual Offences (POCSO) act in the cases of sexual offences against children (Annexure -3)
- A designated Child Welfare Officer with a child friendly attitude and comprehensive knowledge on issues related to handling of children in conflict/contact with law.

## CAP stations will be an affection driven partnership hubs and a joint initiative of the following agencies and functionaries

- Kerala State Commission for Protection of Child Rights
- District Child Protection Units
- Childline
- Child Welfare Committee (CWC)
- ORC District Resource Centers,
- Juvenile Justice Board (JJB)
- Legal Services Authorities
- Child Welfare Office
- Probation Office
- Child Care Institutions, Initiatives
- like Our Responsibility to Children(ORC)and Student Police Cadet Program (SPC)
- Experts like doctors (especially child psychiatrists),psychologists, experienced child/family counsellors etc
- Civil society representatives
- Other relevant stake holders

**All Child Friendly Police Stations will facilitate the coordination of all the above mentioned agencies and functionaries who have a key stake in the care and protection of children**

## A Knowledge Hub

- All Child Friendly Police stations will collect, store, process and disseminate information and knowledge related to any issues regarding care and protection of children
- The stations will maintain a repository of all the latest legal documents and judgements regarding the care and protection of children. The repository will also have guidance documents regarding the legal procedures to be fulfilled while handling child related issues
- These hubs will maintain a directory with contact details and all other necessary information regarding different Government/Non-Government agencies and experts involved in the care and protection of children
- CAP stations will also maintain a pool of peer/celebrity/social mentors to ensure their services in necessary cases.
- They will also provide services such as counselling and guidance regarding appropriate agencies /experts for further reference and action
- CAP stations will function as contact point for children, parents, teachers, police officers and any other person for guidance regarding matters related to children.

## Establish and update a data bank on vulnerable children in the jurisdiction of each CAP station

- Vulnerability mapping with the help of District Child Protection Units, social work departments of colleges, volunteers and grass root level functionaries like Anganwadi teachers, Kudumbashree workers etc to
- Identify (i) children in conflict/contact with law (ii) children in need of care and protection (iii) children facing major behavioral and emotional problems (iv) Children who have failed SSLC/+2 exams (v) School dropouts and (vi) Other vulnerable children
- Analyze data and prepare list of beneficiaries
- Facilitate implementation of Individual Care Plans for each child
- Rehabilitate and guarantee social integration of the identified children
- Facilitate expert care for children facing behavioral and emotional issues
- Organize constructive correctional measures for deviant children.

## Massive Awareness Building Programs

- Awareness building activities about the rights of children and their responsibilities towards children among parents, teachers, children, media, grass root level stake holders working with children, community/spiritual leaders social workers.
- Encourage relevant agencies to put up boards and hoardings, and distribute posters, leaflets about the safety and protection of children

## Measures to ensure safe and comfortable travel

- Increase awareness of auto-rickshaws, carrier vehicles, tempo vans etc and their strict monitoring
- Ensuring safety standards of school vehicles
- Ensuring that school children are not discriminated in public transport facilities
- Capacity building program for students, parents and teachers
- Stringent and timely action against erring vehicle operators

## Ensuring safety in and around schools

- Enforcing ban on sale of addictive substances
- Raids on establishments in the vicinity of schools, suspected of engaging in the selling or distribution of such addictive substances
- Stringent surveillance on anti-social and drug traffickers
- Ensuring protection and safety of vulnerable children
- Ensuring special attention to deviant children
- Monitoring the movement of strangers
- Special monitoring of school absentees
- Formation and active functioning of School Protection Groups in all schools within the jurisdiction of the station (Annexure -4)

## Measures to Eradicate Child Labor/Child beggary

### Prevention of:

- child labour in hotels, bars, construction industry, workshops and so on
- begging by children either alone or accompanied by elders
- employment of children as domestic help
- Protection and rehabilitation of children in labor and beggary
- Steps to educate and positively engage children of migrant laborers

## SPC Cadets as ambassadors of CAP

- Each child friendly police station will have a pool of SPC cadets serving as CAP ambassadors. This pool will include cadets who have graduated from the program as well as those still under training
- They will act as peer mentors and provide psychological first aid to children in distress
- They will engage in raising awareness on child rights among their peers and general society

## Other Features

- Parenting sessions will be conducted in collaboration with the initiative, Our Responsibility to Children (ORC)
- SMART-40 camps for vulnerable children in the child friendly space, in association with ORC,
- Celebrity/Social mentoring: Identification of celebrity/community volunteers with leadership and social skills to mentor vulnerable children, under the observation of the stations

# GOVERNANCE OF CAP STATIONS

**The Administrative arrangements for effective implementation of CAP stations will be as follows:**

- Action Group at the police station limits: Led by the concerned Circle Inspector and the Station House head as the convener. Representatives of the partnering agencies will be members
- District Coordination Committee: Concerned SP will be the chairperson of the committee and DySP DCRB will be the convener. District level office-bearers of the partnering agencies will function as members.
- State Coordination Committee: State Police Chief will be the chairman of the committee and State Nodal Officer, CAP will be the convener of the same. State level office bearers of the partnering agencies will be members

## MONITORING & INDEPENDENT EVALUATION

Each CAP Station should obtain regular feedback on visitors to the Station. A feedback box should be maintained under the oversight of the Station Head. A common feedback form will be made available to the station.

Registers should be maintained with requisite data to facilitate monitoring by supervisors. A simple electronic monitoring tool will be developed for this purpose.

The functioning of each CAP station will be subject to a participatory result oriented evaluation at the end of every year. This will be carried out by a reputed third party organisation identified by the State Police Chief and distributed to police management for necessary policy adjustments

**A Results Framework (outcomes and outputs) is provided below**

### DESIRED OUTPUTS

- Stringent and timely action in matters related to offences and atrocities against children
- Proper registration and documentation, and timely collection of evidence in cases related to crime against/by children to feed into better policy making
- Supporting the rehabilitation and social integration of children in conflict/contact with law, children in need of care and protection and other vulnerable children
- Ensuring the reduced loitering of children during school hours
- Increased awareness of the community regarding the rights of children
- Strictly prohibit all forms of child labour/beggary
- Monitoring the safety and security of traveling facilities for children
- Ensuring the safety and cleanliness in schools and surroundings

### LEADING TO DESIRED OUTCOMES

- Sense of security among children, particularly vulnerable children
- Reduced incidence of crimes against children
- Improved perception about the police among the public and vice-versa

# ANNEXURE I: CHILD FRIENDLY ATTITUDE AND SKILLS

Police officers should adopt a strong position against any kind of violence, abuse and exploitation which involves children. They should have the realization that for a victim be a child or a women, coming to police station for registering a complaint is the last resort. Their emphasis while dealing with children in conflict with law, emphasis is on "why" rather than "what" Interaction with the child should only happen at a place of safety, hence the designated space in the participating police station should be separate from the usual business area of the station and the ambiance of the space should be strictly child friendly The concerned officer should ensure that the interaction with the child is carried out only by an appropriate adult with the help of an interpreter, as and when needed. The length of the interaction should not be lengthy and must be less than 4 hours. Expert help may be obtained in difficult situations and audio/video recording may be done in necessary cases. Any adult who is in charge of the interaction should possess an unconditional positive regard and should never ever be biased or approach the child with preconceptions. S/he should not indulge in blaming of the child, whatever the circumstances may be. Discrimination based on sex /caste /religion /language/culture/dress/ fashion is to be strictly avoided

## Tips for effective communication with the child

- Be in plain clothes –Mufti
- Use lots of Open Ended Questions: Exploratory questions in which possible answers are not suggested, and the respondent answers it in his or her own words. Such questions usually begin with a how, what, when, where, and why
- Know child's name in advance
- Build their confidence
- Respect their identity
- Ask about things the child might be interested
- Get down to the child's level physically.
- Squatting at eye level helps calm the child's nerves and gain cooperation
- Smile, Reassure and praise appropriately
- Be realistic
- Avoid baby talk
- No abstract ideas
- Don't lie to children
- Don't bribe children
- Stay curious
- Say "No " if you don't know
- Use words that the child uses Eg: "Ummachi"
- Simple message
- Build their confidence
- Maintain confidentiality within limits
- Plain clothes –Mufti
- Respect their identity
- Value based questions
- Seek the help of a mental health expert if the child
- Does not maintain eye contact
- Is restless and fidgety
- Is dull ,uncommunicative and preoccupied
- Is tearful and Shaky
- Is overfriendly
- Is suicidal
- Is not behaving in an age appropriate manner

# ANNEXURE II: CHILD IN NEED OF CARE AND PROTECTION

## A CHILD

- (i) who is found without any home or settled place of abode and without any ostensible means of subsistence
- (ii) who is found working in contravention of labour laws for the time being in force or is found begging, or living on the street;
- (iii) who resides with a person (whether a guardian of the child or not) and such person
  - (a) has injured, exploited, abused or neglected the child or has violated any other law for the time being in force meant for the protection of child;
  - (b) has threatened to kill, injure, exploit or abuse the child and there is a reasonable likelihood of the threat being carried out;
  - (c) has killed, abused, neglected or exploited some other child and there is a reasonable likelihood of the child in question being killed, abused, exploited or neglected by that person; or
- (iv) who is mentally ill or mentally or physically challenged or suffering from terminal or incurable disease, having no one to support or look after or having parents or guardians unfit to take care, if found so by the Board or the Committee;
- (v) who has a parent or guardian and such parent or guardian is found to be unfit or incapacitated, by the Committee or the Board, to care for and protect the safety and well-being of the child;
- (vi) who does not have parents and no one is willing to take care of, or whose parents have abandoned or surrendered him;
- (vii) who is missing or run away child, or whose parents cannot be found after making reasonable inquiry in such manner as may be prescribed;
- (viii) who has been or is being or is likely to be abused, tortured or exploited for the purpose of sexual abuse or illegal acts;
- (ix) who is found vulnerable and is likely to be inducted into drug abuse or trafficking;
- (x) who is being or is likely to be abused for unconscionable gains;
- (xi) who is victim of or affected by any armed conflict, civil unrest natural calamity;
- (xii) who is at imminent risk of marriage before attaining the age of marriage and whose parents, family members, guardian and any other persons are likely to be responsible for solemnization of such marriage;

# ANNEXURE III: PROTECTION OF CHILDREN FROM SEXUAL OFFENCES ACT , 2012 PROCEDURE FOR REPORTING OF CASES AND PROCEDURE FOR RECORDING STATEMENT OF THE CHILD

**REPORTING OF OFFENCES :** (1) Notwithstanding anything contained in the Code of Criminal Procedure, 1973, any person (including the child), who has apprehension that an offence under this Act is likely to be committed or has knowledge that such an offence has been committed, he shall provide such information to - 2 of 1974 (a) the Special Juvenile Police Unit; or (b) the local police. (2) Every report given under sub-section (1) shall be— (a) ascribed an entry number and recorded in writing; (b) be read over to the informant; (c) shall be entered in a book to be kept by the Police Unit. (3) Where the report under sub-section (1) is given by a child, the same shall be recorded under sub-section (2) in a simple language so that the child understands contents being recorded. (4) In case contents are being recorded in the language not understood by the child or wherever it is deemed necessary, a translator or an interpreter, having such qualifications, experience and on payment of such fees as may be prescribed, shall be provided to the child if he fails to understand the same. (5) Where the Special Juvenile Police Unit or local police is satisfied that the child against whom an offence has been committed is in need of care and protection, then, it shall, after recording the reasons in writing, make immediate arrangement to give him such care and protection including admitting the child into shelter home or to the nearest hospital within twentyfour hours of the report, as may be prescribed. (6) The Special Juvenile Police Unit or local police shall, without unnecessary delay but within a period of twenty-four hours, report the matter to the Child Welfare Committee and the Special Court or where no Special Court has been designated, to the Court of Session, including need of the child for care and protection and steps taken in this regard. (7) No person shall incur any liability, whether civil or criminal, for giving the information in good faith for the purpose of sub-section (1)

**PROCEDURE FOR RECORDING STATEMENT:** (1) The statement of the child shall be recorded at the residence of the child or at a place where he usually resides or at the place of his choice and as far as practicable by a woman police officer not below the rank of sub-inspector. (2) The police officer while recording the statement of the child shall not be in uniform. (3) The police officer making the investigation, shall, while examining the child, ensure that at no point of time the child come in the contact in any way with the accused. (4) No child shall be detained in the police station in the night for any reason. (5) The police officer shall ensure that the identity of the child is protected from the public media, unless otherwise directed by the Special Court in the interest of the child.

# POLICE AS A MENTOR : CAP Mentoring Program Developed by Our Responsibility to Children (ORC) Program.



## WHAT IS CAP MENTORING – OBJECTIVES & BENEFITS

- The CAP mentoring program developed by ORC is aimed at identifying children who are at risk and provides them with necessary and ongoing support to reduce the risks they face, enhance protective factors, strengthen the child's life skills, and motivate them into becoming productive and responsible youth of tomorrow, with values necessary for a strong India.
- This process of mentoring is essentially envisioned as a partnership between two people: (i) an older and more experienced person (the mentor) and the child (the mentee); or (ii) a person from the mentee's peer group (peer mentoring) and the mentee. Both types of mentoring are based on mutual trust, respect, and affection; and aim to improve the mentee's: (i) sense of stability, self-worth, and security; (ii) goal orientation and motivation to achieve; and (iii) social and familial connectedness.
- Table 1 describes the types of mentoring it proposes to use, the objectives, characteristics, and focus.

**Table1: Types of Mentoring**

Type for Mentoring	Objectives	Mentor Characteristics	Mentoring Focus
One-to One Mentoring	Empowering the child	A Policeman/woman from the CAP station	Individual emotions, attitudes, behavior, and capabilities
Peer Mentoring	Non-judgmental and empathetic handholding	Individuals such as SPC Cadets from peer group	Enhanced sense of self-worth, role modelling “we feeling”
Group Mentoring in special cases	Improved socialization and team work	Policeman/woman from the CAP station	Social skills, relationships, and behavior enrichment

- This handbook provides guidance for one-to-one and peer mentoring. It provides broad guidance and mentors should adapt the information to suit the situation in the case assigned to them. There are many ways to mentor and will depend on the specific situations that will arise. It must always be kept in mind that there is no single way of mentoring. The only cardinal rule is that the mentee's best interest is the key principle that guides the actions and behaviour of the mentor.
- Benefits of Mentoring: Typically, a mentoring relationship is beneficial for both the mentor and the mentee:

**Table 2: Effective Mentoring Benefits Both Mentor and Mentee**

Benefits for the Mentee	Benefits for the Mentor
Enhanced sense of self-worth, security, belonging	Share Experience and learn from other life situations
Enhanced Goal Orientation	Opportunity to utilize skills to influence others positively
Improved Behavior and Attitudes to Family, School, and Community	Sense of Accomplishment& Self-Esteem
Improved Decision making and problem solving skills	Increased self-refinement
Self-respect and respect for others	An opportunity to acquire new knowledge and skills
Enhanced Academic Performance	Improved social acceptance and networking
Healthier lifestyles & increased resistance to unhealthy influences	

## IDENTIFICATION OF MENTEES

- Mentees are those children facing various risks, identified by the CAP station based on a detailed assessment. Typically, the mentees will be those facing moderate or severe behavioural, emotional, learning or social issues. In case of mentees facing severe risks and in need of professional medical or psychiatric support, mentors will only play a supportive role, with experts in the driver's seat.
- For each mentee, an in-depth confidential background report should be available with each mentor. This includes the strengths and weaknesses of the child, the risks to which the child is exposed (such as substance abuse, involvement in school, familial and social situations or other risks) and specifies the areas needed for improvement.

## IDENTIFICATION OF MENTORS

- Although a mentor can be any responsible person committed to the well-being of children), a screening process is essential to identify committed and suitable policemen/women for the Program.

### Eligibility Requirements

- minimum age for adult mentors of 35
- Residing in the police station area for the past two years;
- Provision of Clearance Certificate to certify that the mentor has no history of any crime or substance abuse; and
- A history of being dependable, emotionally mature, reasonably flexible and tolerant
- Demonstrated commitment to children and youth in the community or other relevant issues that affect the community;
- Must be willing to act as a mentor for at least a period of one year;
- Must agree to consistent and regular contact with mentee as agreed;
- Be committed to values of equality, equity, justice, and freedom;
- Agreeable to participate in the ORC Training Program for mentoring, including refresher sessions.
- Agreeable to participate in other school level ORC activities (such as Smart 40 Camp) when required

## MATCHING MENTORS WITH MENTEES

- Matching is undertaken by the station head. A mentor must be matched to a mentee based on common interests of the mentor and the mentee. Additionally, to the extent possible, the expectations of the mentee and the mentor should be matched. Preferably, a mentee should be allotted to a mentor of the same gender

## RESPONSIBILITIES AND ROLES OF MENTORS & MENTEES

- Matching is undertaken by the station head. A mentor must be matched to a mentee based on common interests of the mentor and the mentee. Additionally, to the extent possible, the expectations of the mentee and the mentor should be matched. Preferably, a mentee should be allotted to a mentor of the same gender

- A Mentor's task is broad and will vary from child to child, the child's background and context. A mentor plays multiple roles, that of a teacher through sharing of knowledge, experience, and information, a guide when needed, a dependable friend at all times, a discussant when the mentee needs help to make decisions, a non-judgemental listener always, and a role model who demonstrates qualities that are worth emulating.
- Mentoring responsibilities can broadly be fitted into a few broad categories of activities, namely psychosocial, academic, social, and through example. These are limited because mentoring is done here not by professionals but by lay laypersons, discussed below, as are the dos and don'ts of mentoring are out:
- Psychosocial support to enhance resilience and ensure self-confidence refers to providing that support to a mentee which puts the mentor in the role of a non-judgmental friend, a guide, and a sounding board, who listens to the mentee and through discussion, questioning, and debate, helps the mentee to better explore and understand his or her own self better.
- Academic support refers to providing support to improve the mentee's academic performance, and instil a sense of a clear goal towards which the mentee will work.
- Social support: Through anecdotes and discussion of topical issues, the Mentee can enhance the general knowledge of the mentee and introduce without any bias the Constitutional values of equality (gender, religious, and caste), equity, and social justice on which a strong society can be built.
- Guidance by Example. This does not involve any training or mentoring but merely through his or her behaviour, approach, and words, the mentor imparts and reinforces values, attitudes, and culture that can be emulated by the mentee. Bad habits are also absorbed by mentees, and it is important to ensure that the mentor abstains from any kind of behaviour, attitude or choice of words that are inconsistent with the principles of equality, equity, justice, and liberty.
- Space for Mentoring: The mentor- mentee interactions should happen at the designated child friendly space of the police station. The mentor must ensure that the mentee feels comfortable to ask questions, engage candidly with the mentor about their thoughts and feelings, and develop close ties with their peer group and families. The key responsibility of a mentor is not to fix the mentee's problems but to increase his or her capabilities and resilience so that he or she can independently deal with his problems by himself or with the help of family members and/or teachers.
- Time for Mentoring. Mentors are expected to engage with the child face-to-face at least once every two weeks in the station. Each session must last for at least 30 minutes and may extend to one hour.

- **Planning for the Sessions:** A mentor needs to plan for the overall mentoring sessions as well as for each mentoring session. The draft guide, provided in Annex 1, will help to build trust and confidence between the mentor and mentee, as he or she sets the objectives of the overall mentoring sessions, along with necessary adjustments as the relationship gets better. Table 4 provides guidance in the form of a set of Do's and Don't's for a Mentor.
- **Expert Support:** Where the assigned child has a problem that requires special treatment based on her or his unique circumstances, the mentor must not handle it independently, but seek support from the ORC District Office. For example, in the case of a child needing medical treatment or special protection from an alcoholic parent, the mentors will act in close collaboration with ORC team in the district.
- It is the role of the parents to bring children on board. However, in cases of parents who are resistant, mentors should plan home visits to convince parents on the benefits of participation in ORC. Monthly meetings should be held with both parents and mentees to enable better interaction and for monitoring child performance.
- **Recording Experience:** Finally, a mentor should encourage the mentee to maintain a journal of what has been done and achieved through the mentoring process. It could be a simple notebook where the mentee notes down the date of the meeting, accounts what happened, and what the mentee took away from the meeting. Ideally, the mentor and mentee should discuss the account candidly to discuss what worked, and how the engagement could be improved.
- **Performance of Mentors;** Mentor performed should be assessed at regular periods in a participatory manner, by the station head, seeking the opinion of the child and the parents. The assessment should be focused on quality of performance and should aim to understand inter alia:
  - positive changes noted in the mentee by family or teachers;
  - Innovative methods utilized by the mentor; and
  - personal contribution to the program.
- **Recognising Mentors:** Since mentors receive no remuneration, their contribution should be recognized in different ways by superior police officers. Such recognition should be based on their good performance. While this would vary from place to place, typically, they should be results oriented (that is related to changes in child performance, attitude or behaviour. Incentives can include: (i) showcasing of the work at district/state level (ii) a congratulatory letter commending their good performance from the superior officers.

## **TRAINING STRATEGY FOR MENTOR**

- Three-day mentoring programs will be organised under the ORC Program for selected mentors. The initial training will be accompanied by annual refresher trainings. This will be mainly a forum for exchanging experiences. The training program will be developed and updated by the ORC Resource Group

## DOS & DON'T OF MENTORING

Dos	Don't
Golden Rule: Always do what is best for the mentee!	Assume the Mentee does not know what is good for her or himself.
Establish trust and respect for each other by explaining why you are there and seek the mentees contribution on how best you can help the Mentee achieve these goals.	Expect to bond Immediately – It takes time to establish trust and respect.
Be a reliable presence in the mentee's life by setting and adhering a timetable for your engagement.	Forget that you are not the Mentee's parent or a relative. You are only a mentor .
Focus on the Mentee's needs and aspirations. If you plan to give advice, ask mentee if you can make a suggestion. Or ask good questions to make him think of different options before making a decision.	Impose your views because you think you have greater experience and expect that any advice you give must be followed.
Share your experience and in a unimposing manner to help mentee learn better decision making.	Impose any values on mentee or bring your personal biases (gender, religious, caste, or class) into the discussions or through reading materials
Plan for each session you have with the mentee, ideally discuss with the mentee at the first session how you plan to do it	Make any promises you cannot keep.
Be positive and praise the mentee when deserved but at the same time be honest and sincere	Always have an answer. Where you do not know, try and find an answer together.
Respect your mentee's privacy and keep all matters confidential. If a serious issue emerges such as substance abuse seek advice from ORC Core Team .	Violate confidentiality
Be a role model; demonstrate by action. For example, be prompt, and expect mentee also to be on time.	Assume your schedule has priority over that of the Mentee
	Give gifts, including eatables
Inculcate good study habits and skills	Don't promise to solve mentee's problem, and do not complain about your problems to the mentee unless it is to show him or her that all of us have individual challenges to face.
Help the mentee set high reachable goals as well as a time line.	Over react to a mentee's mistake or to setbacks, all part if a learning process.
Be ready to take two steps forward and one back set as necessary.	Counsel. Remember, there are trained professionals to do this.
Promote skills to increase the mentees self-esteem and self-reliance	Create dependency.
Always speak fairly, in a non-judgement manner.	Settle for rudeness or bad language.
Take your role lightly and make it fun	Expect anything from the mentee for your engagement with the mentee.

## മാനസികാരോഗ്യവും പ്രഥമശുശ്രൂഷയും

തയ്യാറാക്കിയത് : ഔവർ റെസ്പോൺസിബിലിറ്റി ടു ചിൽഡ്രൻ(ഓ.ആർ.സി) പദ്ധതി

ആമുഖം.

വിവിധ തരത്തിലുള്ള മാനസികപ്രയാസങ്ങൾ ഒരിക്കലല്ലെങ്കിലും അനുഭവിക്കാത്ത ആരുംതന്നെയില്ല. പൊതുവിൽ നമ്മൾ നേരിട്ടേക്കാവുന്ന മാനസിക പ്രയാസങ്ങളെ സ്വന്തം നിലയ്ക്കോ മറ്റുള്ളവരുടെ സഹായത്താലോ നമ്മൾ തരണം ചെയ്യാറുണ്ട്. കുട്ടികൾ നേരിടുന്ന വിവിധ മാനസികാരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളെ തക്കസമയത്ത് കണ്ടെത്തുകയും അവ പരിഹരിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നത് ഏറെ പ്രാധാന്യത്തോടെ കൈകാര്യം ചെയ്യേണ്ട വിഷയമാണ്. മാനസിക തകർച്ച അനുഭവിക്കുന്നവർ, വിഷാദ അവസ്ഥയിൽ കഴിയുന്നവർ, ആത്മഹത്യാപ്രവണയുള്ളവർ, ലഹരിക്ക് അടിമപ്പെടുന്നവർ, മനോവൈകല്യവും-സ്വഭാവ വ്യതിയാനവും സംഭവിക്കുന്നവർ തുടങ്ങി വ്യത്യസ്ത മാനസികാരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്ന നിരവധി കുട്ടികൾ നമുക്ക് ചുറ്റുമുണ്ട്. കുറ്റപ്പെടുത്തലുകൾ ഇല്ലാതെ അവരെ അറിയുവാനും അവർക്ക് ആത്മവിശ്വാസവും പ്രതീക്ഷയും നൽകുവാനും ആവശ്യമെങ്കിൽ വിദഗ്ദ്ധ സഹായത്തിന് പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും വിധേയമാക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിനുള്ള പ്രവർത്തനമാണ് മാനസികാരോഗ്യ പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ (Psychological First Aid – PFA)

ശരീരത്തിനേൽക്കുന്ന മുറിവുകൾക്ക് പ്രഥമശുശ്രൂഷ തേടുക എന്നുള്ളത് പൊതുവിൽ നമ്മളെല്ലാവരും സ്വീകരിക്കുന്ന അടിസ്ഥാന മാർഗ്ഗമാണ്. എന്നാൽ മനസ്സിനേൽക്കുന്ന മുറിവുകൾക്ക് മാനസികാരോഗ്യ പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ (Psychological First Aid – PFA) തേടുന്നതിന്റെ പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ച് നമ്മുടെ സമൂഹം ഇനിയും തിരിച്ചറിഞ്ഞിട്ടില്ല എന്നുള്ളത് ഭയാനകമായ ഒരു വസ്തുതയാണ്. കുട്ടികളുമായി നിരന്തരം ബന്ധപ്പെടുന്ന രക്ഷിതാക്കൾ, അധ്യാപകർ, പോലീസുകാർ തുടങ്ങിയവരും കുട്ടികളും ഒരുപോലെ സ്വായത്തമാക്കേണ്ട ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട അറിവുകളിലൊന്നാണ്. കൗമാര കാലഘട്ടത്തിൽ തന്നെ കുട്ടികൾ അനുഭവിക്കുന്ന മാനസികാരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ കണ്ടെത്താനും അനുയോജ്യമായ പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ നൽകി ആവശ്യമെങ്കിൽ വിദഗ്ദ്ധ പരിചരണം ഉറപ്പാക്കാനും സാധിച്ചാൽ ഈ കുട്ടരെ സമൂഹത്തിന്റെ മുഖ്യധാരയിലേക്ക് എത്തിക്കാൻ കഴിയും.

### എന്താണ് മാനസികാരോഗ്യ പ്രഥമശുശ്രൂഷ

ഒരാൾക്ക് അപകടം നേരിട്ടാൽ പ്രഥമശുശ്രൂഷ നൽകി ആശുപത്രിയിലേക്ക് എത്തിക്കുന്നതുപോലെ മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്നവർ, വിഷാദ അവസ്ഥയിൽ കഴിയുന്നവർ, മനോവൈകല്യവും സ്വഭാവവ്യതിയാനവും ഉള്ളവർ എന്നിവരെ

കുറ്റപ്പെടുത്തലുകളില്ലാതെ കേൾക്കുവാനും പ്രതീക്ഷ നൽകുവാനും ആവശ്യമെങ്കിൽ ചികിത്സയിലേക്ക് എത്തിക്കുവാനും നടത്തുന്ന പ്രവർത്തനമാണ് പ്രഥമശുശ്രൂഷ.

**പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ ആവശ്യമായി വരുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ**

1. ഉത്കണ്ഠ
2. വിഷാദം
3. മാനസിക പിരിമുറുക്കം (ജീവിതത്തിൽ പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന ഒരു പ്രശ്നത്തെ നേരിടേണ്ടി വരുന്ന കൂട്ടി)
4. ആത്മഹത്യാ പ്രവണത
5. ലഹരിയുടെ ഉപയോഗം

**മാനസിക ആരോഗ്യ പ്രഥമശുശ്രൂഷ നൽകുമ്പോൾ പ്രധാനമായും കടന്നുപോകേണ്ട ഘട്ടങ്ങൾ**

ALGEE	KITE
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Assess</li> <li>2. Listen</li> <li>3. Give Supportive Information</li> <li>4. Encourage to seek Professional/Expert Help</li> <li>5. Encourage other Support</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Know - കൂട്ടിയെ അറിയുക</li> <li>2. Involve - പങ്കെടുപ്പിക്കുക</li> <li>3. Tell - പറയുക</li> <li>4. Encourage to seek help - സഹായം തേടാൻ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക.</li> </ol>

1. **ASSESS** : ഒരു കൂട്ടി പ്രശ്നത്തിലാണെന്ന് മനസ്സിലായാൽ ശാന്തമായ അന്തരീക്ഷത്തിൽ പ്രശ്നം മനസ്സിലാക്കുകയും അടിസ്ഥാന ആവശ്യങ്ങളായ ഭക്ഷണവും വെള്ളവും സുരക്ഷയും നൽകുകയും മറ്റു സഹായങ്ങൾ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുക.
2. **Listen** : മുൻവിധികളില്ലാതെ ശ്രദ്ധയോടെ കൂട്ടി പറയുന്നത് കേൾക്കുന്നതോടൊപ്പം നമ്മൾ കൂടെയുണ്ടെന്ന വിശ്വാസം വളർത്തിയെടുക്കുകയും ചെയ്യുക.
3. **Give Supportive** : ശരിയായ മാർഗനിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകുന്നതിനോടൊപ്പം പ്രശ്നപരിഹാരത്തിനായി വിദഗ്ദ്ധസഹായം തേടുന്നതിനുള്ള പിന്തുണ നൽകുക.
4. **Encourage to seek Professional Help** : വിദഗ്ദ്ധസഹായം നേടാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നതോടൊപ്പം മനോരോഗ ചികിത്സയിൽ പ്രാവീണ്യം നേടിയ സൈക്യാട്രിസ്റ്റിനേറയോ, ക്ലിനിക്കൽ സൈക്കോളജിസ്റ്റിനേയോ കാണാനുള്ള അവസരം ഉണ്ടാക്കുകയും, മരുന്ന്, കൗൺസിലിംഗ്, സൈക്കോതെറാപ്പി എന്നിവ സ്വീകരിക്കാനും കൂട്ടികളെ സഹായിക്കാം.

5. Encourage other support : ബന്ധുക്കളുടേയോ സുഹൃത്തുക്കളുടേയോ മറ്റു സാമൂഹിക സംഘടനകളുടേയോ സഹായം തേടാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നതോടൊപ്പം ഒറ്റപ്പെട്ടു പോകുന്നവരെ എത്രയും വേഗം ബന്ധുക്കൾക്കൊപ്പം ചേരാനും സർക്കാർ തലത്തിൽ ലഭ്യമായ സേവനങ്ങൾ (പെൻഷനും മറ്റും) നേടിയെടുക്കാൻ സഹായിക്കുകയും ചെയ്യുക.

**ഉദ്കണ്ഠ അനുഭവിക്കുന്നവർക്ക് നൽകേണ്ട മാനസിക ആരോഗ്യ പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ (PFA)**

സമീപനവും വിലയിരുത്തലും

- പലവിധമായ ഉദ്കണ്ഠ അനുഭവിക്കുന്ന കുട്ടികൾക്ക് ആവശ്യമായ പരിഗണന നൽകി വേണം സമീപിക്കാൻ
- സൗകര്യപ്രദമായ സ്ഥലവും സമയവും കുട്ടികളുടെ താൽപര്യത്തിനനുസരിച്ചായിരിക്കണം തെരഞ്ഞെടുക്കേണ്ടത്.
- സംസാരിക്കാനുള്ള സാഹചര്യം സൃഷ്ടിക്കുക.
- സ്വകാര്യതയും രഹസ്യാത്മകയും സൂക്ഷിക്കുമെന്നുള്ള ധാരണയിലെത്തുകയും അതു കുട്ടികൾക്കു ബോധ്യപ്പെടുകയും വേണം.

മുൻവിധിയില്ലാതെ കേൾക്കുക

- കുട്ടികൾക്ക് പറയാനുള്ളത് മുൻവിധികളില്ലാതെ ശ്രദ്ധയോടെ കേൾക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.
- കുട്ടിയുടെ സ്വഭാവത്തെയോ സാഹചര്യത്തെയോ ഹനിക്കുന്ന വിധത്തിലുള്ള സംസാര രീതികൾ ഒഴിവാക്കുക.
- ശരീരഭാഷയെ കുറിച്ച് ധാരണയുണ്ടാവണം. ഒപ്പം കുട്ടിയുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ കേൾക്കുന്ന രീതി, കണ്ണുകളിൽ നോക്കിയുള്ള സംസാരം എന്നിവ കുട്ടിക്ക് അനുയോജ്യമായ രീതിയിലായിരിക്കണം.
- കുട്ടി പറഞ്ഞ കാര്യങ്ങൾ ശരിയായ രീതിയിലാണ് മനസ്സിലാക്കിയതെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തണം.
- കുട്ടിയ്ക്ക് പറയാനുള്ള സമയം നൽകുന്നതിനോടൊപ്പം പറയുന്നത് തടസ്സപ്പെടുത്താതെ ചെറിയവാക്കുകളും മുളലുകളും ഉപയോഗിച്ച് അവൻ പറയുന്നത് ശ്രദ്ധിക്കുന്നുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക.
- കുട്ടിക്ക് അനാവശ്യമായ നിർദ്ദേശങ്ങളോ ഉപദേശങ്ങളോ കൊടുക്കാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.

പിന്തുണയും ശരിയായ വിവരം നൽകലും

1. കുട്ടിയുടെ വ്യക്തിത്വത്തെയോ അഭിമാനത്തെയോ ഹനിക്കാതിരിക്കുക.
2. കുറ്റപ്പെടുത്തി സംസാരിക്കാതിരിക്കുക.
3. യഥാർത്ഥബോധത്തോടുകൂടിയുള്ള സമീപനം സ്വീകരിക്കുക.
4. വികാരധീനനാകാതെ കുട്ടികളെ മനസ്സിലാക്കിക്കൊണ്ട് സഹായിക്കുക.
5. പ്രശ്നങ്ങളെ അതിജീവിക്കാനുള്ള കഴിവ് ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കുകയും അതോടൊപ്പം ജീവിക്കാനുള്ള പ്രതീക്ഷ ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കുകയും ചെയ്യുക.
6. പ്രായോഗിക സഹായം നൽകാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.
7. പ്രശ്നപരിഹാരത്തിനായുള്ള വിദഗ്ദ്ധസഹായം ലഭിക്കുന്ന സ്ഥലങ്ങളെക്കുറിച്ചും വ്യക്തികളെക്കുറിച്ചും സേവനങ്ങളെക്കുറിച്ചും വിവരങ്ങൾ നൽകുക.

വിദഗ്ദ്ധസഹായം നേടാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുക (Encourage Professional Help)

1. കുട്ടിയ്ക്കുണ്ടാകുന്ന ഉത്കണ്ഠയെ കുറിച്ച് രക്ഷിതാക്കളുമായി ചർച്ച ചെയ്യുക/പങ്കു വയ്ക്കുക
2. അതിനുശേഷം അനുയോജ്യമായ വിദഗ്ദ്ധരുടെ സേവനം ലഭ്യമാക്കുകയും ഫലപ്രദമായ വിദഗ്ദ്ധപരിചരണം ഉറപ്പുവരുത്തുകയും ചെയ്യണം.
3. അനുയോജ്യമായ തീരുമാനം കൂട്ടിയെക്കൊണ്ട് തെരഞ്ഞെടുപ്പിക്കുക.
4. എടുത്ത തീരുമാനത്തിൽ നിന്നും കുട്ടി പിന്തിരിയാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.

മറ്റു സഹായങ്ങൾ തേടാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുക (Encourage other support)

1. വിദഗ്ദ്ധസേവനങ്ങൾ സേവനങ്ങൾ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നതിനോടൊപ്പം വിശ്വസ്തരായ സുഹൃത്തുക്കൾ, അധ്യാപകർ, കുടുംബാംഗങ്ങൾ, സമീപവാസികൾ, സാമൂഹിക സേവന സന്നദ്ധ സംഘടനകൾ എന്നിവരുടെ സഹായം തേടാനും കൂട്ടിയെ സഹായിക്കാം.
2. വിദഗ്ദ്ധ ഉപദേശം തേടുന്നതിനോടൊപ്പം സ്വയം പ്രശ്നങ്ങൾ അഭിമുഖീകരിക്കാനുള്ള കഴിവ് ആർജ്ജിപ്പിച്ചെടുക്കാൻ സഹായിക്കുക.

വിഷാദം

വിഷാദബാധിതരായ കുട്ടിയ്ക്ക് നൽകുന്ന മാനസിക പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ.

പ്രവർത്തി 1

- കുട്ടിയെ സമീപിക്കുക.
- പ്രശ്നം വിലയിരുത്തുകയും പ്രതിസന്ധി മറികടക്കുവാൻ കുട്ടിയെ സഹായിക്കുക.
- പ്രശ്നം തുറന്നു പറയാൻ കുട്ടിയെ നിർബന്ധിക്കേണ്ടതില്ല.

- സ്വകാര്യ സംഭാഷണത്തിനായി യുക്തവും അനുയോജ്യവുമായ സ്ഥലം, സമയം എന്നിവയെക്കുറിച്ച് പരസ്പര ധാരണയിലെത്തുക.

പ്രവർത്തി 2

- കൂട്ടിയുമായി മുൻവിധികൾക്ക് അവധിനൽകി സംസാരത്തിലേർപ്പെടുക.
- തുറന്നുപറയുവാനും അനുഭവങ്ങൾ വിവരിക്കുവാനും കൂട്ടിയെ സ്നേഹപൂർവ്വം പ്രേരിപ്പിക്കുക.
- അനുതാപത്തോടെ (empathy) മുൻവിധികൂടാതെ കൂട്ടിയെ കേൾക്കുക.
- വൈകാരിക പക്ഷഭേദമില്ലാതെ കേൾക്കുക.

പ്രവർത്തി 3

- സചേതനവും ശ്രദ്ധയോടേയുമുള്ള കേൾക്കലിനുശേഷം പിന്തുണയും പ്രശ്നപരിഹാരത്തിനായി സഹായവും നൽകണം.
- കൂട്ടിയോട് ബഹുമാനവും കൂലീനതയും പുലർത്തുക.
- കൂട്ടിയെ മുദ്രവയ്ക്കുകയോ കുറ്റപ്പെടുത്തുകയോ ചെയ്യരുത്.
- കൂട്ടിയെക്കുറിച്ച് യുക്തിസഹജമായ പ്രതീക്ഷകൾ പുലർത്തുക.
- അചഞ്ചലവും നിരന്തരവുമായ വൈകാരിക പിന്തുണ നൽകുക.
- കൂട്ടിക്ക് സാധാരണ ജീവിതിലേക്ക് തിരിച്ചുവരാനാകുമെന്ന പ്രത്യാശ പകർന്നു നൽകുക.
- കൂട്ടിക്ക് പ്രായോഗികമായ സഹായം നൽകുക.
- കൂട്ടിയുടെ പ്രായവും അവസ്ഥയും പരിഗണിച്ചുകൊണ്ട് പ്രശ്നത്തെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരം പഠിക്കുക.
- പ്രശ്ന പരിഹാരത്തിനും വിഷാദം മറികടക്കുന്നതിനുമുള്ള സാധ്യതകൾ ചർച്ചചെയ്യുക.

പ്രവർത്തി 5

- പ്രശ്നനിർദ്ധാരണത്തിനും പിന്തുണക്കുമായി കൂട്ടിയ്ക്ക് സമീപിക്കാവുന്ന മറ്റ് സംവിധാനങ്ങൾ പരിഗണിക്കേണ്ടതാണ്.
- പ്രശ്നങ്ങൾ സ്വയം പരിഹരിക്കുന്നതിനുള്ള തന്ത്രങ്ങൾ സ്വായത്തമാക്കുവാൻ കൂട്ടിയെ സഹായിക്കേണ്ടതാണ്.

ലഹരിവസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗം

ആക്ഷൻ 1

- ലഹരി ഉപയോഗിക്കുന്ന കുട്ടിയോട് സംസാരിക്കുന്നതിനു മുമ്പ് മാനസികമായി തയ്യാറെടുക്കേണ്ടതാണ്.
- അവരുടെ പ്രശ്നങ്ങളും, അവസ്ഥകളും, മനസ്സിലാക്കി എങ്ങനെയാണ് സംസാരിക്കേണ്ടതെന്ന മുൻധാരണ ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ടതാണ്.
- കുട്ടി ലഹരിയിലായിരിക്കുമ്പോൾ ഒരിക്കലും സംസാരിക്കാതിരിക്കുക. അവർക്ക് കുറച്ചു സമയം അനുവദിക്കുക.
- കുട്ടിക്ക് സംസാരിക്കാനുള്ള കാര്യങ്ങൾ മുൻവിധിയില്ലാതെ ശ്രദ്ധയോടെ കേൾക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.
- കുട്ടി നേരിടുന്ന പ്രശ്നത്തെ കുറുപ്പെടുത്താതിരിക്കുക.
- കുട്ടി ലഹരി ഉപയോഗിക്കാനുണ്ടായ സാഹചര്യം മനസ്സിലാക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.
- കൂടാതെ എത്ര അളവിൽ എപ്പോഴൊക്കെ ഉപയോഗിക്കുന്നു എന്ന് വിശദമായി ചോദിച്ച് മനസ്സിലാക്കുക.
- കുട്ടിയുടെ പ്രശ്നത്തിന്റെ രഹസ്യസ്വഭാവം സൂക്ഷിക്കുക.
- കുട്ടിയെ നിർബന്ധിച്ച് സംസാരിപ്പിക്കാതിരിക്കുക.
- സംസാരത്തിൽ നീ എന്നതിനുപകരം ‘ഞാൻ’ അല്ലെങ്കിൽ ‘എനിക്ക്’ എന്ന വാക്കുകൾ പരമാവധി ഉപയോഗിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.
- നിന്റെ ഈ ദുശ്ശീലമാണ് നിനക്കും ഞങ്ങൾക്കും (വീട്ടുകാർ, കൂട്ടുകാർ) ബുദ്ധിമുട്ടാകുന്നത്. അല്ലാതെ നീയെന്ന വ്യക്തി ഞങ്ങൾക്ക് സ്വീകാര്യനാണെന്ന തിരിച്ചറിവ് കുട്ടിയിലുണ്ടാക്കുക.
- ലഹരി ഉപയോഗം കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന ശാരീരിക മാനസിക പ്രശ്നങ്ങളും നിയമനടപടികളെ കുറിച്ചുള്ള അവബോധം കുട്ടിയിൽ ഉണ്ടാക്കുക.

ആക്ഷൻ 2

- കുട്ടിയെ മുൻവിധിയില്ലാതെ ശ്രദ്ധയോടും ശാന്തതയോടും സ്നേഹത്തോടും കൂടി കേൾക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.
- ഉപദേശിച്ചോ, ഭീഷണിപ്പെടുത്തിയോ, വിമർശിച്ചോ അല്ലാതെ അവനെ നിരുപാധികം അംഗീകരിക്കാനുള്ള മനസ്സ് വളർത്തിയെടുക്കുക.
- കുട്ടിയുടെ മനസ്സിനെ മുറിപ്പെടുത്തുന്ന രീതിയിലുള്ള പദങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുക.

- കുട്ടിക്ക് തെറ്റിദ്ധാരണയ്ക്ക് ഇടനൽകാതെ പ്രശ്നത്തെക്കുറിച്ച് വ്യക്തമായ ഒരു കാഴ്ചപ്പാട് ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കുക.

ആക്ഷൻ 3

- ഈ ഒരു ശീലം പെട്ടെന്നു നിർത്താൻ പറ്റില്ലെന്നും അവൻ ശ്രമിക്കുകയാണെങ്കിൽ പതിയെ പതിയെ പൂർണ്ണമായും നിർത്താൻ പറ്റുമെന്നും അവബോധം ഉണ്ടാക്കുക.
- കുട്ടിയോടൊപ്പം നിന്നുകൊണ്ട്, ഈ ഒരു ശീലത്തിൽ നിന്നും പൂർണ്ണമായും നിർത്താൻ കഴിയുമെന്ന വിശ്വാസം അവനിൽ വളർത്തിയെടുക്കുക.
- ഈ പ്രായം നമ്മുടെ തലച്ചോറ് വളരുന്ന സമയമാണെന്നും നേരത്തെ കുടിച്ചു തുടങ്ങുന്നത് ഭാവിയിൽ മദ്യത്തിന്റേയും മയക്കുമരുന്നിന്റേയും അമിത ഉപയോഗത്തിലേയ്ക്ക് കടക്കാം എന്നും പറയുക. ലഹരിയുടെ ചെറിയ ഉപയോഗം പോലും തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളെ ബാധിക്കുമെന്ന് പറഞ്ഞ് ബോധ്യപ്പെടുത്തുക.
- ആദ്യാവസാനം കുട്ടിക്ക് എല്ലാ പിന്തുണയും സഹായവും നൽകുക.

ആക്ഷൻ 4

- പ്രശ്നത്തിന്റെ സങ്കീർണ്ണതയ്ക്കനുസരിച്ച് പ്രാദേശികമായ സഹായം തേടാൻ കുട്ടിയേയും രക്ഷിതാക്കളേയും സഹായിക്കുക.
- കൗൺസിലിംഗ് പോലുള്ള കുടികാഴ്ചകൾക്കുള്ള സ്ഥലവും സൗകര്യവും ഒരുക്കിക്കൊടുക്കുക.
- പ്രശ്നസങ്കീർണ്ണതയ്ക്കനുസരിച്ച് വിദഗ്ദ്ധ സേവനങ്ങളായ ആശുപത്രി, മരുന്ന്, ചികിത്സ, സൈക്കോതെറാപ്പി എന്നിവ ലഭ്യമാക്കാൻ സഹായിക്കുക.

ആക്ഷൻ 5

- കുട്ടിയ്ക്ക് ലഭ്യമായ സഹായങ്ങളെപ്പറ്റിയുള്ള അറിവ് കൊടുക്കുകയും ഒപ്പം അതിൽ നിന്ന് അവൻ അനുയോജ്യമായത് തെരഞ്ഞെടുക്കാനുള്ള അവസരം നൽകുകയും ചെയ്യുക.
- ലഹരി ഉപയോഗിക്കുന്ന സുഹൃത്ത് വലയത്തിൽ നിന്നും പതിയെ മാറുകയും നല്ല കൂട്ടുകെട്ടിലെത്തിച്ചേരുകയും അവരോടൊപ്പമുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുകയും ചെയ്യുക.

- കുട്ടി ഒറ്റപ്പെട്ടു പോകാതെ സ്കൂളിലേയും വീട്ടിലേയും പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പങ്കെടുപ്പിക്കുകയും ഒപ്പം അവനിൽ ആത്മവിശ്വാസം വളർത്തിയെടുക്കുകയും ചെയ്യുക.
- സേവനം ലഭിക്കുന്ന സ്ഥാപനങ്ങളുടേയോ വ്യക്തികളുടേയോ മേൽവിലാസവും ഫോൺനമ്പറും നൽകുക.

**ആത്മഹത്യാചിന്തയും പ്രവണതയും**

എ) എങ്ങനെ കണ്ടെത്താം

**പ്രധാനലക്ഷണങ്ങൾ**

1. മരിക്കുമെന്നും സ്വയം മുറിവേൽപ്പിക്കുമെന്നും ഭീക്ഷണി മുഴക്കുക.
2. വിഷം, ആയുധങ്ങൾ, ഗുളികകൾ എന്നിവ ലഭിക്കാനുള്ള വഴികൾ അന്വേഷിക്കുക.
3. ലേഖനങ്ങൾ, ചിത്രങ്ങൾ, കഥകൾ, കവിതകൾ എന്നിവ തയ്യാറാക്കുമ്പോൾ മരണത്തെക്കുറിച്ചും ആത്മഹത്യയെക്കുറിച്ചുമുള്ള ആശയങ്ങൾ ആവിഷ്കരിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.
4. ദേഷ്യം, പ്രതികാരം, വൈരാഗ്യം എന്നിവ മനസ്സിൽ സൂക്ഷിച്ചു പെരുമാറ്റം.
5. ആലോചനയില്ലാതെ അപകടകരമായ കാര്യങ്ങളിലേയ്ക്ക് എടുത്തുചാടുക.
6. മദ്യം, മയക്കുമരുന്ന് എന്നിവയുടെ അമിതമായ ഉപയോഗം.
7. മാനസികാവസ്ഥ നാടകീയമായി മാറുന്ന രീതിയിൽ പെരുമാറുക.
8. ജീവിതത്തെക്കുറിച്ചുള്ള പ്രതീക്ഷ നഷ്ടപ്പെടുക.

മേൽസൂചിപ്പിച്ച ലക്ഷണങ്ങൾ ചിലതൊക്കെ ഒരുമിച്ച് പെരുമാറ്റത്തിൽ ഉണ്ടാകുകയോ ഇതൊന്നുമല്ലാതെ മറ്റു ചില ലക്ഷണങ്ങൾ കാണിക്കാനോ സാധ്യതയുണ്ട്.

**ആത്മഹത്യാപ്രവണത കാണിക്കുന്നവരോട് എങ്ങനെ സംസാരിക്കാം.**

1. നിങ്ങൾ അവർക്കൊപ്പമാണെന്നും നിങ്ങളുടെ പരിചരണവും സഹായവും എപ്പോഴുമുണ്ടാകുമെന്നും പറയണം.
2. അവന്റെ വ്യക്തിത്വവുമായി താരതമ്യം പ്രാപിക്കാൻ നിങ്ങൾക്ക് കഴിയുമെന്ന് അവന് ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്ന തരത്തിൽ സംസാരിക്കുകയും പെരുമാറുകയും ചെയ്യുക.
3. ആത്മഹത്യാചിന്ത ഗുരുതരമായ മാനസിക രോഗമാണെന്നും അത് നമ്മുടെ ജീവിതത്തിന്റെ എല്ലാസ്വപ്നങ്ങളേയും എന്നേക്കുമായി ഇല്ലാതാക്കുകയാണെന്നും അവനോട് തുറന്നു പറയുക.
4. ആത്മഹത്യാചിന്ത സാധാരണമാണെന്നും അതിനു വേണ്ടി ശ്രമിക്കരുതെന്നും തുറന്നു പറയുക.

**കുട്ടിയുടെ അവസ്ഥയുടെ ഗൗരവം തിരിച്ചറിയിൽ**

ആത്മഹത്യാ പ്രവണത യഥാർത്ഥത്തിൽ നിലനിൽക്കുന്നുണ്ടോയെന്നറിയാൻ ചില നിർദ്ദിഷ്ടവും വ്യക്തവുമായ ചോദ്യങ്ങൾ ചോദിക്കാവുന്നതാണ്.

**മറ്റ് അപായ സാധ്യതകൾ:**

- കുട്ടി മദ്യം/മയക്കുമരുന്ന് എന്നിവയോ ഏതെങ്കിലുമോ ഉപയോഗിക്കാറുണ്ടോ?
- കുട്ടി മുൻപ് ആത്മഹത്യാശ്രമം നടത്തിയിട്ടുണ്ടോ?

**ആത്മഹത്യാപ്രവണതയുള്ള കുട്ടിയുടെ സുരക്ഷിതത്വം:**

- ഒറ്റയ്ക്കു കഴിയുന്ന സാഹചര്യം പൂർണ്ണമായും ഒഴിവാക്കുക.
- കുട്ടിയെ മുൻകാലങ്ങളിൽ സഹായിക്കുകയോ പിൻതുണയ്ക്കുകയോ ചെയ്തവരുടെ സഹായം ലഭ്യമാക്കുക.

ഉദാ: സുഹൃത്തുക്കൾ, സഹപാഠികൾ, കുടുംബാംഗങ്ങൾ, അധ്യാപകർ, ഡോക്ടർ, മനശാസ്ത്രജ്ഞൻ, മാനസികാരോഗ്യ പ്രവർത്തകർ.

- ആത്മഹത്യാനന്തര വിഷയങ്ങൾ പറഞ്ഞ് കുട്ടിയെ ഭീഷണിപ്പെടുത്തുന്നത് അഭികാമ്യമല്ല.

**വിദഗ്ദ്ധ സഹായം തേടൽ:**

- ആത്മഹത്യാ പ്രവണത കാണിക്കുന്ന കുട്ടിയെ പെട്ടെന്നു തന്നെ വിദഗ്ദ്ധനും മനശാസ്ത്രജ്ഞനുമായ ഒരു ഡോക്ടറുടെ പക്കലെത്തിക്കുന്നത് പ്രധാനമാണ്.
- ആയുധവുമായി ആത്മഹത്യയ്ക്കു ഒരുങ്ങി നിൽക്കുന്ന കുട്ടിയെ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിന് പോലീസിന്റെ സഹായം തേടുവാൻ മടിക്കേണ്ടതില്ല.



