

PODIKASITI:3
UNYANYASAJI WA NYUMBANI.

Habari,

Kwa majina ninaitwa Dr. Charles David Tauber, Mkurugenzi Mtendaji wa Muungano wa kazi na ‘Psychotrauma and Peace’ (CWWPP). Unaweza kuona Zaidi juu ya kile tunachofanya kwenye wavuti yetu ambayo ni: www.cwwpp.org.

Tunakaribisha maoni yako kwenye podikasiti hii na mapendekezo yako kwa podcast zijazo. Tafashali, tujulishe maoni yako.

Podikasiti hii itashughulikia unyanyasaji wa nyumbani. Ingawa hakika kumakuwa na ongezeko la unyanyasaji wa majumbania kupitia mgogoro wa COVID, unyanyasaji wa nyumbani ni shida kubwa, kwa hali yoyote, ilikuwepo kabla ya COVID na ipo katika kila kiwango cha uchumi na elimu, na katika kila sehemu ya ulimwengu.

Lazima tufafanue unyanyasaji wa nyumbani kidogo na tunaweza kusema kwamba huja kutoka kwa mnyanyasaji au kwa mtu ndani ya familia ambaye anayanyasa watu wengine ndani ya familia au anaweza kuwa hali ya jumla ndani ya familia hiyo familia ni vurugu.

Unyanyasaji wa nyumbani zinaathiri wanaume na wanawake. Wanaume sio watoro tu kwa sababu wabaweza pia kuwa wahasiriwa. Vivyo hivyo wakati wanawake sana mara nyingi ni wahasiriwa, pia wanaweza kuwa wanyanyasaji na lazima tukumbuke hiyo kwa sababu kwa bahati mbaya mara nyingi wanaume wamesahaulika

Kuna aina kadhaa za unyanyasaji wa nyumbani. Yale ambayo watu wengi wanaweza kufikiria mara kwa mara ni unyanyasaji wa mwili na hakika hiyo ipo, na inaweza kuwa mara nyingi. Kuna pia unyanyasaji wa kijinsia. Ambayo inaweza kujumuisha ubakaji ambayo kwa bahati mbaya unaweza kuathiri Watoto na watu wazima. Kuna pia vurugu za kisaikolojia. Hiyo pengine ni idadi kubwa Zaidi ya unyanyasaji wa nyumbani na inaweza kuwa mbaya kwa wahasiriwa na familia nzima.

Kuna sababu nyingi za unyanyasaji wa nyumbani, kuna mfidhaiko wa mnyanyasaji. Mnyanyasaji anapata kufadhaika huweka nguvu zake zote ndani ya mwili wake na kwa muda mmoja hulipuka na inageuka kuwa vurugu ya aina yoyote. Dhiki hiyo inaweza kusababishwa na hali ya kisaikolojia ya ndani na pia husababishwa na masuala ya nje. Tunafikiria shida ya kifedha, shida na mwenzako au kazini, na ni wazi katika hali ambayo watu wengi ambaye angekuwa akisikiliza podikasiti hii na wanashughulikia inaweza kuwa vitani. Inaweza kuwa kila aina ya vitu.

Pia mnyanyasaji anaweza kuwa amedhalilishwa na anapeleka unyanyasaji wake kwa kizazi kijacho. Tunaona hiyo mara nyingi sana. Tunaona pia kwa sababu anuwai, uhusiano wa jumla ndani ya familia ni shida na wasiwasi sana. Pia kuna familia zingine ambazo vurugu ni njia ambayo hiyo familia hufanya kazi. Inaonekana ya kushangaza kidogo, lakini tumeona hiyo mara kadhaa. Kunaweza pia kuwa sababu ya kitamaduni. Katika kitamaduni zingine unyanyasaji wa familia ni ‘kawaida.’

Lazima tujue hapa kwamba ila wakati mtu anayedhulumiwa ndiye kiungo dhaifu Zaidi. Mnyanyasaji anaona mtu anaweza kutulia na juu ya nani anaweza kumfadhaisha. Sasa vile mtu ambaye ananyanyaswa anweza kuwa na tabia anuwai: wanaweza kuwa na utu dhaifu, wanaweza kuwa mtoto au mtu mzee, au mtu mgonjwa. Inaweza kuwa chochote na lazima kila mara tumtazame aliyeathiriwa.

Lazima tuisitize kuwa hakuna sababu cha kweli cha vurugu za aina yoyote, na lazima kila mara ishughulikiwe. Shida moja kubwa na wahasiriwa ni hatia na shame. Mhasiriwa anaweza kuhisi hatia kwa kile kilichomtokea ambacho kinaweza kutoka kwa mhasiriwa mwenyewe. Mnyanyasaji anaweza pia kumuaibisha mwathiriwa na wakati mwingine usalitihutumiwa. Pia, katika tamaduni zingine mwathiriwa anachukuliwa kuwa mtu wa aibu na mwenye hatia. Mhasiriwa hapswi kuwa na aibu na hawapaswi kuwa na hatia. Mnyanyasaji anayepaswa kuhisi vitu hivi. Waathirika mara kwa mara wanahisi kutostahili kabisa na picha yao ya kibinafsi hupunguka. Hiyo ni mbaya na inahitaji usahihishwe.

Kuna masuala mengine yanayohusika. Mara nyingi wahasiriwa hukaa katika hali ya unyanyasaji. Kwanini? Wakati mwingine ni bora kushughulikia na shetani usiyemjua. Kwa hivyo, wahasiriwa hawajisikii salama kuacha hali hiyo. Ikiwa inaonekana kuwa ya kushangaza ni kweli. Kunaweza pia kuwa na sababu za kifedha za kwamba mwathirika hukaa ndani ya familia na kwa mnyanyasaji. Mhasiriwa anaweza kuwa hana mahali kwenda na labda hakuna mtu atakayemkubali ama atakayehifadhi mhasiriwa. Kunaweza pia kuwa masuala ambayo familia au marafiki huchukua upande wa mnyanyasaji badala ya upande wa mwathiriwa. Tumeona hiyo kwa bahati mbaya katika kesi nyingi sana.

Uhakika ni nini cha kufanya juu ya hii. Tunasema kwamba kwa kesi yoyote mtu anayedhulumiwa lazima atoke hali hiyo na apate usalama. Hiyo ndio kanuni ya kwanza na hilo ndilo jambo la kwanza ambalo lazima litukie. Uhakika wa pili inahusika nayo ya kisaikolojia. Tunashauri watu waandike na kupata hisias zao nje kwa njia yoyote. Tunayo podikasiti tofautijuu ya kutoa hisia zako na tunairejelea hiyo. Lakini tafadhali andika kile kilichotokea kwa undani sana pamoja na hisia zako. Fanya Sanaa, fanya musiki, fanya michezo lakini toa hisia zako. Uhakika ingine muhimu sana ni kuzungumza na wa wa familia yako. Pia kuna mashirika mengi katika eneo lako linashughulikia na familia zilizonyanyaswa. Watafute. Angalia kama unahitaji kupata msaada wa kitaalam na hapana, sio kama unahitaji, mhasiriwa yeyote anahitaji. Hiyo ni muhimu sana. Ikiwa wewe bado unaona uwezekano wa kuokoa uhusiano jaribu kupata ushauri na mtu mwingine. Ikiwa wewe hawezi kumfanya mtu mwingine aende kwa ushauri, pata mshauri mwenyewe. Hii ni muhimu sana. Ikiwa unahisi kuwa unyanyasaji umezidi sana ikiwa huwezi kuhimili tena, ushauri yetu ni kwenda kwa mwanasheria na ujue jinsi ya kushughulikia hali ya kisheria. Hiyo pia inaweza kuwa muhimu sana.

Tunatoa wito pia hapa kwahusika kupata msaada waohitaji. Tumeona wahusika wachache katika mazoezi yetu na wahusika wanaweza kusaidiwa. Mara kwa mara wanatambua kile wanachofanya lakinihawajui pa kuenda au cha kufanya. Tunashauri wahusika kuwasiliana na mtu

Kwa muhtasari unyanyasaji wa nyumbani ni suala la au bila hali ya COVID. Daima pata msaada kuna hakuna aibu na haupaswi kujisikia hatia kwa kuwa mwathirika. Tena, pata msaada !

Tunatarajia kukuona kwenye podikasiti ifuatayo.