



# *Wanaume* wanao nyanyaswa na Wanawake

## Ukurasa ya habari

Kati ya 1999 na 2004, zaidi ya watu nusu milioni nchini Canada walikuwa na mpenzi wa kike ambaye alikuwa mkali kwao. Mpenzi anaweza kuwa alikuwa ni mke, mke wa zamani au mpenzi wa kawaida wa kuishi pamoja. Hii ina maana kwamba asilimia sita ya watu katika uhusiano wa karibu wamepitia dhuluma au unyanyasaji kutokea kwa washirika zao.<sup>1</sup>

## Sasa unyanyasaji ni nini?

### Mfano wa tabia ya kudhibiti

- Unyanyasaji katika mahusiano ya ndani ni mfano wa tabia ambapo mpenzi mmoja hutawala, kuonea au kukudhalilisha mwingine.
- Kuteswa kwa mume na mpenzi wake hutokea wakati mpenzi anatumia mbinu za kihisia, kimwili, kingono au vitisho. Yeye\* hufanya kudhibiti mtu, kupata njia yake mwenyewe na kumzuia kuondoka katika uhusiano. Mume kuteswa daima anajaribu kila mara kurekebisha tabia yake na kufanya yoyote yenye mpenzi wake anataka, kwa matumaini ya kuzuia unyanyasaji zaidi.
- Msingi wa kwanza wa dhuluma ni kuanzisha na kuimarisha nguvu na mamlaka juu ya mpenzi. Mpenzi mwenye anateswa anapinga majaribio ya kudhibiti yake. Kwa upande mwingine, mwanamke wa dhuluma anachukua hatua zaidi ili kurejesha kudhibiti juu ya mpenzi wake.
- Unyanyasaji katika mahusiano ya karibu sio tukio la pekee. Unyanyasaji hufanyika baada ya muda. Kama unyanyasaji unaruhusiwa kuendelea, unakuwa zaidi na ukali kuzidi.

## Mbinu ya kudhibiti: aina nne ya unyanyasaji

Mara kwa mara watu wakifikiri juu ya dhuluma, hufikiri unyanyasaji wa kihisia, unyanyasaji wa kimwili, au unyanyasaji wa kijinsia. Unyanyasaji unazingatia mbinu ya vitisho.

**MBINU YA UNYANYASAJI WA KIHISIA** ni pamoja na:

- Kushusha moyo
- Kudhibiti fedha
- Kumtenga mpenzi wake na kuzuia uhuru wake na
- Unyanyasaji wa kiroho (kejeli au matusi ya imani za dini au kiroho)

**MBINU YA UNYANYASAJI WA KIMWILI** ni pamoja na shughuli yoyote ambayo inaweza kuleta maumivu ya kimwili au kujeruhiwa.

**MBINU YA UNYANYASAJI WA KIJINSIA** ni pamoja na:

- Anatumia nguvu au shinikizo ya kupata mpenzi wake afanye mapenzi kwa njia hataki
- Kukejeli au kukosoa utendaji wake
- Kunyima mapenzi au ngono na kumuwaadhibu kuwa hakufwata sheria zake

Mbinu ya vitisho ni maneno au matendo yoyote yenye mpenzi anao kufanya unyanyasaji anatumia kwa kutishia mwenzio. Kwa mfano: kuharibu mali, kutisha, kumufwatia mu maisha au kumutia wasiwasi.

\* Munyanyasaji anaweza kuwa mwanamke au mwanaume. Kitabu hii inazungumuza juu ya waathirika wa kiume, tizama "Women Abused in Intimate Relationships" ("Wanawake kuteswa katika uhusiano wa karibu") karatasi ya habari au kitabu inapatikana katika [www.familyviolence.alberta.ca](http://www.familyviolence.alberta.ca).



## Mielekeo ya jamii inaweza kufanya inakua vigumu

Yetu inaanza kutambua na kufanya uchunguzi kuhusu unyanyasaji ya wanaume unaofanyiwa na wenzi wao. Itikadi za jamii zisizo za kweli kuelekea wanaume imefanya aina hii ya unyanyasaji kufichika:

- Wanaume wanatakiwa kulinda wanawake
- Wanaume hawawezi kusetwa na wanawake
- Wanaume hawatakiwi kurudisha mapigo hata kama wake wanawapiga
- Wanaume wanapasha kuwa na uwezo wa "kunamudu" wanawake wao

Kwa sababu ya itikadi hizo, wanaume ambao wananyanyaswa na wapenzi wa kike wanaweza kuchukua mda mrefu kukubali hiyo. Wanaweza kusita kumwambia mtu wowote. Wakati mwingine polisi na wataalamu wengine wanaweza kutochukua unyanyasaji huo kwa dhati. Matokeo yake, mtu katika uhusiano wa unyanyasaji anaweza kuwa na baadhi ya hisia hizi:

- Wanaogopa kumwambia mtu wowote
- Wanahuzuni au wana aibu
- Kuogopa kua alishindwa kama mpenzi
- Kucanganyikiwa kwa sababu wakati mwingine matendo yake anaonyesha roho nzuri na kujali
- Anaamini kwamba alistahili hiyo

## Vitu kumi unaweza kufanya, kama unanyanyaswa

1. Kwanza, hakikisha kama wewe na watoto wote muko salama kimwili. **Kama wewe uko katika hatari piga simu 911.**
2. Fanya mpango wa salama. Kama mpenzi wako aliyewahi kuwa mkali, vurugu inaweza kutokea tena wakati wowote. Unahitaji mpango wa usalama ili uweze kupata mahali salama haraka kama ni lazima. Tizama "Mpango wa usalama" unaopata katika kijitabu "Wanaume wananyanyaswa na wanawake katika uhusiano" ("Men Abused by Women in Intimate Relationships") inapatikana katika [www.familyviolence.alberta.ca](http://www.familyviolence.alberta.ca).
3. Jua wewe hauko wakujibika kwa unyanyasaji. Unyanyasaji ni wajibu wa mtu ambaye ni munyanyasaji.
4. Kuelewa kwamba dhuluma na unyanyasaji utakuendelea pasipo kuwa na udlidali.
5. Ambia mtu mwenye unaamini kuhusu dhuluma. Chagua mtu ambaye atakuamini. Usiri unapatia nguvu unyanyasaji Tenausiachiliye kufwatilia.
6. Jijulishe zaidi juu ya unyanyasaji katika mahusiano. Wewe si peke yako. Asilimia sita ya watu Canada wana ripoti kuwa wananyanyaswa na washirika zao.<sup>2</sup>
7. Jijulishe masaidizo gani anaopatikana katika au karibu na jamii yako. Ita simu ya saa- 24- Ghasia ya Familia Laini ya habari piga - bure **310-1818** au [www.familyviolence.alberta.ca](http://www.familyviolence.alberta.ca) kutembelea taarifa zaidi.
8. Tafuta msaada wa kitaalamu kutoka kwa mshauri wa waliohitimu.
9. Jichunge. Wewe upo katika hali ngumu inayo chukua nishati na nguvu. Tafuta muda wa kufanya mambo fulani Fulani inayo kufanya kujisikia vizuri.
10. Tumia muda na watu walio nawiri. Hata kama hawawezi kukusaidia moja kwa moja, kuwa na watu nawiri inakukumbusha kwamba watu wengi wana uhusiano mwema na wa zawadi. Na wewe unaweza kuwa nao pia.

## Pata msaada

**Kama wewe au mtu unaye mjua mpo hatarini, piga simu 911.** Kwa ajili ya kusaidiwa katika jamii au habari zaidi, tafadhali piga simu ya saa-24 ya Family Ghasia Laini ya habari piga-bure **310-1818** au kutembelea [www.familyviolence.alberta.ca](http://www.familyviolence.alberta.ca). Huduma wa Watoto na Vijana wa Alberta unafurahi kuongoza Huduma ya kujitokelezea ya kuzuia ukatili na uonevu katika familia. (Alberta's Prevention of Family Violence and Bullying Initiative)

<sup>1</sup> Halmashauri ya Takwimu Canada (Oktoba, 2006). *Measuring violence against women: Statistical trends 2006* (Catalogue No. 85-570-XIE). Ottawa, ON: Author. Imetolewa <http://www.statcan.ca/english/research/85-570-XIE/85-570-XIE2006001.pdf>

<sup>2</sup> Ibid.

Kwa habari zaidi juu ya mada hii, rejea kitabu cha Wanaume wanao nyanyaswa na Wanawake; inapatikana kwenye [www.familyviolence.alberta.ca](http://www.familyviolence.alberta.ca) au kwa njia ya simu nambari **310-1818**, Bila malipo katika Alberta.