



Wanawake kunyanyaswa katika uhusiano ya mapenzi

Ukurasa ya habari

Katika mwaka wa 2006, repoti ya Tume la Takwimu ¹ nchini Canada ilisema kwamba:

- Asilimia saba ya wanawake wa Canada, pamoja na asilimia kumi ya wanawake Katika mkoa wa Alberta, waliripoti kwamba walinyanyaswa na wapenzi wao kati ya mwaka 1999 na 2004
- Asilimia tisa ya wanawake chini ya umri wa miakaishirini na tano waliripoti kushambuliwa kingono au kusumbuliwa kihatia kati ya mwaka wa 1999 na 2004
- Asilimia ishirini na nne ya wanawake Wenyeji Asili wameripoti kunyanyaswa
- Asilimia ishirini na moja ya wanawake walipigwa vibaya wakati wakiwa wajawazito
- Moja kati ya tano ya mauaji inahusika na kuuliwa na mpenzi.

Je, unyanyasaji ni nini?

Unyanyasaji ni mfano wa tabia ya kudhibiti

- Unyanyasaji katika uhusiano ya mapenzi hutokea wakati mpenzi mmoja anaanza kudhibiti mwingine. Mpenzi anayenyanyasa hutumia mbinu nyingi ili ajaribu kupata * njia yake, ili kuonyesha kwamba yeye ana nguvu juu ya mwanamke, na kumsimamisha kutoka kwenya uhusiano huo. Baadaye mwanamke hujaribu kubadili tabia zake kusudi ikukutane na madai ya mnyanyasaji, kwa matumaini kwamba unyanyasaji itakwisha.
- Tabia ya unyanyasaji ni hiari ya mnyanyasaji. Haijalishi asili au ujuzi ya mnyanyasaji, ni lazima achukue jukumu kwa matendo yake. Hakuna mtu aliye na haki ya kunyanyasa mtu mwingine, na hakuna mtu anastahili kunyanyaswa.
- Wanawake wa umri yo yote, asili yo yote ya kikabila na kitamaduni, na viwango vya mapato mbalimbali wanaweza kuwathiriwa na unyanyasaji. Unyanyasaji hufanyika kati ya wanaume na wanawake, kati ya wapenzi wenye jinsia moja / uhusiano wa LGBTQ ** Unyanyasaji unaweza kusababisha madhara ya kimwili, kingono, kihisia na kifedha. Kukabiliwa na unyanyasaji hupunguza nguvu na utu ya mwanamke binafsi pamoja na thamani yake. Kutishwa na unyanyasaji au kukabiliwa na unyanyasaji inajenga mfano wa hofu unaoendelea.
- Unyanyasaji na ukatili katika uhusiano ya mapenzi huwa haitokei ghafla "mara moja tu". Hufanyika kupitia miezi na miaka mingi na baadaye inakuwa mara kwa mara, zaidi na makali mno.

Mbinu za unyanyasaji

Unyanyasaji unaweza kuchukua mbinu nyingi. Mbinu linalo onekana sana linaweza kuwa ni unyanyasaji wa KIMWILI, lakini mbinu zingine zisizoonekana zinaweza kuleta madhara pia. Mfano za mbinu za unyanyasaji ni pamoja na:

MBINU YA UNYANYASAJI WA KISAIKLOJIA inaleta masumbuko na majeruhi ya kihisia. Mnyanyasaji hutumia "silaha" za kihisia au kiakili badala ya mashambulizi ya kimwili kwa mtu mweye anayenyanyaswa — "silaha" kama matusi, unyanyasaji wa kifedha au ya kiroho, au kudhibiti kwa kuzuia shughuli za mtu.

* Wanyanyasaji wanaweza kuwa wanawake au wanaume. Mikataba hii ya inahusika na waathirika wa kike, tizama ndani ya "Men Abused by Women in Intimate Relationships" ukurasa ya habari au kitabu inayopatikana katika www.familyviolence.alberta.ca.

** Msagaji, shoga, Wanaofanya mapenzi na wake au waume, Wenye Jinsia mbali mbali Wanaojitambulia zaidi ya kiume au kike, Wenye nafsi mbili, na wanajitambulia kama shoga



MBINU ZA UNYANYASAJI WA KIMWILI inahushika na mashambulizi ya mbalimbali kutoka kwa mnyanyasaji kama vile kusukuma, kupiga, kunyonga, kuvuta nywele au kutisha kutumia silaha. Nia yao ni ya kuumiza au kujeruhi kimwili ananyanyaswa. Unyanyasaji wa kimwili unaweza pia kuwa kufunga mtu ndani au kumfunga na kamba, au kumzuia mtu kupata matibabu.

MBINU ZA UNYANYASAJI YA KIJINSIA inahushika mashambulizi ya kimwili kwa matiti na / au sehemu za siri za mwili, na kulazimishwa kufanya ngono. Vitendo vya ngono zinaweza kuwa unyanyasaji kama aliyenyanyaswa anaviona kama hazina salama, havihitajiki, zinaleta haya au vinaumiza.

MBINU ZA VITISHO ni maneno au matendo yoyote mpenzi anayenyanyaswa anatumia kwa kutisha mpenzi wake. Kwa mfano: kuharibu mali, kutisha, kufuata mtu kisirisiri au kutesa mtu.

Mambo tisa unaweza kufanya, ikiwa unanyanyaswa

1. Kwanza, hakikisha kama wewe na watoto wote muko salama kimwili.
 - **Kama uko katika hatari piga simu 911.**
 - Fanya mpango wa usalama. Ikiwa mpenzi wako aliwahi kuwa mdhalimu hapo awali, dhuluma inaweza kutokea tena wakati wowote. Utahitaji mpango wa usalama ili uweze kufika kwenye mahali salama haraka ikiwa inatajikana. Tazama mapendekezo ya "mpango wa usalama" ("safety plan") katika **www.familyviolence.alberta.ca** au pigia simu kwa malazi ya wanawake (women's shelter) au Huduma ya Walioathiriwa inayoshugulikiwa na Polisi (police-based Victim Services Unit).
2. Elewa kwamba wewe haujawajibika kwa unyanyasaji. Unyanyasaji ni wajibu ya mtu ambaye ni mnyanyasaji.
3. Elewa kwamba unyanyasaji na vurugu vitaendelea bila shaka kama hakuna mtu mwingine kuingilia.
4. Mwambie mtu mweye unamwamini kuhusu unyanyasaji. Kuikweka unyanyasaji siri unaipatia nguvu zaidi. Usiachilie kamwe.
5. Jijulishe zaidi juu ya unyanyasaji kwenya mahusiano ya watu. Hauko peke yako. Wanawake wengine kuwa walishuhudia mambo haya na waliweza baadaye kujenga wenyewe maisha mapya yenye ya afya njema. Ukianza kutafuta msaada, utapata watu ambao wanaelewa hali yako.
6. Jijulishe na msaada inayopatikana katika au karibu na mtaa yako. Piga simu ya saa bure inayopatikana masaa ishirini na nne kwa Family Violence Info kwenye **310-1818** au **www.familyviolence.alberta.ca** kwa taarifa zaidi.
7. Tafuta msaada wa kitaalamu kutoka kwa mshauri aliyehitimu.
8. Jichunge. Lolote unao fanya kuinua mwili wako, hisia, akili au roho itakusaidia kupitia hali hii ngumu na kujenga maisha unaotaka mwenyewe.
9. Tumia muda na watu wenye afya njema. Hata kama hawawezi kukusaidia moja kwa moja, kuwa na watu wazima inakukumbusha kwamba watu wengi wana uhusiano mwema na wa kutunza. Wewe pia unaweza.

Tafuta msaada

Ikiwa wewe au mtu unayemjua yuko katika hali ya hatari , piga simu 911. Kupata usaidizi ndani ya mtaa yako au kwa habari zaidi, tafadhali piga simu kwa Huduma ya ya Dhuluma za Familia inayopatikana masaa-isirini na nne kwa Laini ya Habari **310-1818**. Au tembelea **www.familyviolence.alberta.ca** Huduma wa Watoto na Vijana wa Alberta inafurahi kuongoza hatimu za kuzuia ukatili na Dhuluma katika Familia. (Alberta's Prevention of Family Violence and Bullying Initiative)

¹ 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>

Kwa habari zaidi juu ya mada hii, rejea kwa kijitabu cha Wanawake kuteswa katika uhusiano wa karibu sana; inapatikana online kwenye **www.familyviolence.alberta.ca** au kwa njia ya simu **310-1818**, toll-free katika Alberta.