

सामाजिक लैङ्गिक विभेदना आधारित हिंसा र मानव
अधिकार सम्बन्धी
स्वास्थ्यकर्मीहरूका लागि तालिम निर्देशिका



तालिम निर्देशिका

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित
हिंसा र मानव अधिकार सम्बन्धी

स्वास्थ्यकर्मीहरूका लागि
तालिम निर्देशिका

**सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र मानव अधिकार सम्बन्धी
स्वास्थ्यकर्मीहरूका लागि तालिम निर्देशिका**

तयार पार्ने : डा. रेणु राजभण्डारी, सरिता दाहाल, अभिराम राय, सौरभा सुवेदी

सम्पादक : डा. विनायक राजभण्डारी

लेआउट : रमेश भण्डारी

प्रकाशन वर्ष : २०६८

आर्थिक सहयोग: संयुक्त राष्ट्र जनसङ्घा कोष (UNFPA)

प्रकाशक : ओरेक नेपाल
बालकुमारी, ललितपुर
पो.ब.नं.: १३२३३
फोन नं. : २१२३१२४, ५००६३७३
फ्याक्स: ५००६२७१
ईमेल: ics@worecnepal.org
वेबसाइट: www.worecnepal.org



नेपाल सरकार
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय
स्वास्थ्य सेवा विभाग

टेलिफोन नं. : ४-२५५८९२

४-२६२१६१

फ्याक्स नं. : ४-२६१८१७

राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालीम केन्द्र

पत्र संख्या:-

चलानी नं.:- ५३८१९

टेकु, काठमाडौं

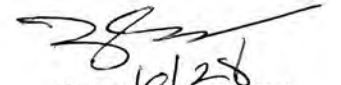
मिति: २०६८/७/२४

शुभकामना

गैह सरकारी संस्था ओरेक नेपालले गत विगत वर्षहरु देखिनै विभिन्न जिल्लाका स्वास्थ्य सेवा प्रदायक र स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागि लिङ्गमा आधारित हिंसा न्यूनीकरण, द्वन्द व्यवस्थापन र सामाजिक समावेसीकरण को क्षेत्रमा तालीम कार्यक्रम संचालन गर्दै आइरहेको सन्दर्भमा त्यस प्रकारको तालीमलाई अझ बढी प्रभावकारी बनाउने हेतुले हालै स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागि सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र मानव अधिकार सम्बन्धि तालीम निर्देशिका प्रकाशन गर्न लागेको थाहा पाउदा खुशी लागेको छ।

हामी सबैलाई थाहा छ स्वास्थ्य सम्बन्धि तालीमको लागि राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालीम केन्द्र नै केन्द्रीय संस्था हो। यस तालीम केन्द्रको मूल मर्म भित्र रहेर तपाईंहरुले तयार पार्नु भएको यस निर्देशिकाले नेपाल सरकारको प्राथमिकता प्राप्त क्षेत्र लैङ्गिक हिंसा न्यूनीकरण गर्नमा स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई दिइने यस प्रकारको तालीमले मानव अधिकारको क्षेत्रमा स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई आफ्नो कार्य सम्पादन गर्नमा एउटा महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्नेछ। यो तालीम निर्देशिकाले ओरेक नेपाललाई आफुले लिएको लक्ष हासिल गर्नमा सफलता प्राप्त होस् भनी शुभकामना व्यक्त गर्न चाहन्छु।

धन्यवाद !


..... 16/28
अर्जुन बहादुर सिंह
निर्देशक

FOREWORD

Sexual and gender-based violence is a serious human rights violation and a widespread problem deeply rooted in gender inequality and discrimination against women in Nepal and globally. Gender based violence requires a multi-faceted response that takes into account the continuum of violence across private and public spaces. This is indeed a challenging task for all of us.

The Government of Nepal and civil society in Nepal has taken the challenge seriously especially at the policy and advocacy level but more efforts are required to bring about fundamental change in attitudes and behaviours that persist. UNFPA recognizes that capacity development of duty bearers is one of the key strategies to address gender based violence and multi-sectoral response is needed where health, security, rehabilitation and legal stakeholders work together to support a survivor. The linkage between violence against women with women's health is a known phenomenon as it leads to physical health outcomes such as injury, unwanted pregnancy, gynecological problems STDs including HIV, disabilities, self-injurious behaviour and mental health problems.

Health organizations have an ethical obligation to do no harm when they address GBV. To ensure this health care provider need adequate knowledge and skills to offer compassionate and non judgmental response that clearly conveys that women have the right to live free of violence.

Health care providers treat physical and mental wounds of the violence and provide post-exposure prophylaxis to prevent HIV/AIDS transmission. They also play an essential role to collect evidences to convict perpetrators, which has to be carried out as soon as possible after an incident. It needs to be ensured that health care providers are equipped with sensitivity to a survivor with the guiding principle of the survivor-centered approach of confidentiality and respect.

I hope that the manual will contribute to build the knowledge and skills of health service providers. I thank Women's Rehabilitation Centre for bringing out this manual in close consultation with National Health Training Centre.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Ian McFarlane', is positioned above the printed name.

Mr. Ian McFarlane
UNFPA Representative

धन्यवाद सापण

पितृसत्तात्मक सामाजिक सोच र मूल्य/ मान्यताले गर्दा स्थापित हुँदै आएको विभेदका कारण समाजमा महिला र पुरुषलाई उनीहरूको लिङ्गका आधारमा गरिने भेदभावपूर्ण व्यवहार नै सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाको प्रमुख कारणहरू हुन्। सामाजिक लैङ्गिक विभेदका कारण पुरुषहरू भन्दा महिलाहरू नै बढि पीडित/ प्रभावित भएका छन्। महिला भएकै कारण उनीहरूमाथि गरिने विभेदपूर्ण सोच र व्यवहार नै महिलामाथि हुने हिंसा हो।

महिलामाथि हुने विभिन्न प्रकारका हिंसाहरूले महिलालाई व्यक्तिगत रूपमा मात्रै नभई उसको घर, परिवार, समाज र राज्यलाई नै गम्भीर असर पारेका छन्। महिलामाथि हुने सम्पूर्ण प्रकारका हिंसाले महिलाका आधाभूत मानव अधिकारको हनन भईरहेको छ। महिलामाथि हुने हिंसाको अन्त्य नभई मानव अधिकारमा आधारित समाजको परिकल्पना साकार पार्न सकिदैन।

महिलामाथि हुने हिंसा महिला अधिकारको हनन हो। नागरिकको मानव अधिकार सुनिश्चित गर्नु राज्यको प्रमुख दायित्व हो। नागरिकको मानव अधिकार रक्षा गर्ने दायित्वबाट सरकार पन्छिनु भनेको हिंसा गर्ने पीडकहरूले हौसला पाउनु हो, उनीहरूको आत्मबल बढ्नु हो।

स्थायी शान्तिको खुड्किला चढ्न लागि रहेको नयाँ नेपालले महिलामाथि हुने हिंसा र हिंसात्मक व्यवहारहरू फस्टाउने सम्पूर्ण परिस्थितिहरूको अन्त्यका लागि कदम चाल्नु अति नै आवश्यक छ। राज्यको नीति निर्माण तहमा रहेर जिम्मेवार भूमिका निर्वाह गरिरहेका अग्रजहरूले महिलामाथि हुने हिंसा विरुद्ध लागि पर्नुका साथै महिलाहरूको मानव अधिकार सुनिश्चितताका लागि विशेष कार्यक्रम, योजना र त्यसको प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्ने प्रयासलाई अभि प्रभावकारी बनाउनु जरुरी छ।

हुन त नेपाल सरकारले विगतमा लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध कार्य नगरेको भने होईन। नेपाल सरकारले सन् २०१० लाई लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको वर्षको घोषणा गरि लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध राष्ट्रिय कार्ययोजना समेत बनाई सो कार्ययोजनाको कार्यान्वयन गर्नु अति नै प्रशंसनीय र सकारात्मक पक्ष हो।

नेपाल सरकारद्वारा तयार गरिएको लैङ्गिक हिंसा विरुद्धका गतिविधिहरू केन्द्रीय स्तरदेखि ग्रामीण स्तरसम्म हिंसा पीडित/ प्रभावित महिलाहरूसँग प्रत्यक्ष सम्पर्कमा रही कार्यान्वयन गरिरहेका स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई “लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध” अवधारणागत स्पष्टता ल्याउन सहज होस् भन्ने उद्देश्यले संयुक्त राष्ट्र सङ्घ जनसङ्ख्या कोष (UNFPA) को आर्थिक सहयोगमा ओरेक नेपालले नेपालका ५

विकास क्षेत्रस्तरीय र ४ जिल्ला स्तरीय तालिमहरू संचालन गरेको छ । यसरी संचालन गरिएका तालिमबाट आएका सुभाब सल्लाहको आधारमा यो तालिम निर्देशिका तयार पारिएको हो । आगामी दिनहरूमा स्वास्थ्यकर्मीहरूले लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध तालिम संचालन गर्न यस निर्देशिकाको प्रयोग गर्न सक्नेछन् ।

यो तालिम निर्देशिका तयार गर्नका लागि नेतृत्व लिई प्रमुख भूमिका खेल्नु हुने ओरेक नेपालका संस्थापक अध्यक्ष डा. रेणु राजभण्डारीलाई विशेष धन्यवाद दिन चाहन्छु । डा. राजभण्डारीले निर्देशिकाका लागि तालिम योजनादेखि तालिमका विषयवस्तुहरू समेत तयार गर्ने क्रममा दिशा निर्देश गर्नु भएको हो । उहाँको सहयोग विना यो निर्देशिका यो रूपमा तयार हुन असम्भव थियो ।

निर्देशिका तयारीको पहिलो चरणदेखि नै नैतिक तथा भौतिक रूपले सहयोग गर्ने यू एन एफ पि ए (UNFPA) का श्री सुधा पन्तलाई विशेष धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

यसका साथै यस तालिम निर्देशिकाको तयारीमा सुरुदेखि नै निरन्तर रूपमा महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्ने ओरेक नेपालका तालिम संयोजक श्री सरीता दाहाल र कार्यक्रम संयोजक अभिराम राय, सैरभा सुवेदीलाई पनि विशेष धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

यसै गरी यो तालिम निर्देशिका तयारीका लागि सल्लाह सुभाब दिनु हुने राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रका लैङ्गिक हिंसा तथा द्वन्द्व व्यवस्थापन इकाइका सर्म्पक व्यक्ति डा. रामु शर्मा पौडेल ज्यू, जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय कंचनपुर, कपिलवस्तु, मोहत्तरी र सुर्खेतका जिल्ला स्वास्थ्य प्रमुख तथा सम्बन्धित जिल्लाका स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई हार्दिक धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

ओरेक नेपालका प्रकाशन शाखाका श्री रमेश भण्डारी, श्री कृष्ण कुमारी चौधरी का साथै श्री विकास व्याञ्जुले यो निर्देशिकालाई यस रूपमा प्रकाशित गर्न धेरै नै मेहनत गर्नु भएको छ, त्यसका लागि उहाँहरूलाई हार्दिक धन्यवाद दिन चाहन्छु । साथै यस निर्देशिकाको मस्यौदा तयारी देखि नै सम्पादनमा सहयोग गर्नु हुने डा. विनायक राजभण्डारीज्यू प्रति विशेष आभार प्रकट गर्न चाहन्छु ।



बाबुराम गौतम
कार्यकारी निर्देशक

भनाई

विभेदकारी सामाजिक मूल्यमान्यता, परम्परावादि सोच र व्यवहारका कारण हाम्रो समाजमा महिला र पुरुषलाई हेर्ने दृष्टिकोण पनि विभेदकारी नै छ । यस्तो विभेदकारी सोच र व्यवहारका कारण महिलाहरु दोस्रो दर्जाका नागरिकको रूपमा परिचित हुनु परिरहेको अवस्था कायमै छ । समाजमा महिला र पुरुषबीच रहेका यी विभेदकारी सोच र व्यवहारका कारण महिलाहरुले विभिन्न प्रकारका हिंसा भोग्नु परिरहेको छ । उनीहरु शारीरिक, मानसिक, यौनिक, सामाजिक हिंसाबाट पीडित/ प्रभावित हुनु परिरहेका धेरै घटनाहरु हामीले दिनहुँ जसो विभिन्न पत्र पत्रिका र सूचनाहरुबाट थाहा पाईरहेका छौं । यसरी महिलाहरुले भोग्दै आएका हिंसाले केवल उनीहरुलाई चोटपटक मात्र होइन उनीहरु विभिन्न प्रकारका मानसिक र प्रजनन स्वास्थ्य समस्याबाट ग्रसित हुने गर्दछन् । यसरी महिला भएकै कारण उनीहरुमाथि हुने हिंसा केवल महिलाको मात्र समस्या नभएर यो जनस्वास्थ्यको ठूलो समस्या हो भन्ने कुरालाई विश्व स्वास्थ्य संगठनले पनि स्वीकार गरेको अवस्था छ ।

महिलामाथि हुने हिंसा जनस्वास्थ्यको समस्या हो भन्ने कुरालाई मध्य नजर गर्दै महिलामाथि हुने हिंसालाई स्वास्थ्यकर्मीहरुले जनस्वास्थ्यको समस्याको रूपमा हेर्नु आजको आवश्यकता हो । यही आवश्यकतालाई ध्यानमा राख्दै लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाविरुद्ध स्वास्थ्यकर्मीहरुको क्षमता विकासका लागि ओरेक नेपालले लामो समय देखि सरोकारवालाहरूसंग समन्वय, सहकार गर्दै लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध सरोकारवालाहरुको क्षमता विकासका लागि विभिन्न प्रकारका विषयगत तालिमहरु सञ्चालन गर्दै आएको छ । यसै क्रममा सन् २०१० मा स्वास्थ्य मन्त्रालय तथा राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रसंग समन्वय गर्दै नेपालका ४ जिल्लाहरु (कपिलवस्तु, मोहत्तरी, सुर्खेत र कंचनपुर) मा कार्यरत जिल्ला तथा समुदाय स्तरका स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई ५ दिने तालिम सञ्चालन गरेको छ । जिल्लामा सञ्चालन गरिएका तालिमका विषयवस्तुलाई समेट्दै ओरेक नेपालले स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागि **सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र मानवअधिकार सम्बन्धि स्वास्थ्यकर्मीहरुका लागि तालिम निर्देशिकाको** पूर्व परिक्षा समेत गरेको छ । पूर्व परिक्षामा जम्मा १११ जना स्वास्थ्यकर्मीहरुबाट आएका कुराहरुलाई सुझावको रूपमा लिई यो तालिम निर्देशिका तयार गरिएको हो ।

जिल्ला स्तरीय तालिम सञ्चालनका क्रममा मलाई सल्लाह, सुझाव दिँदै र आवश्यकता अनुसारका विषयमा प्रशिक्षण गरि सहयोग पुऱ्याउनु हुने राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्रका लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको ईकाइका सर्म्पक व्यक्ति डा रामु शर्मा पौडेल लगायत सम्बन्धित

जिल्लाका प्रमुख जिल्ला अधिकारी, जिल्ला स्वास्थ्य/जनस्वास्थ्य कार्यालयका प्रमुख र जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रमुख ज्यूहरुलाई तालिममा स्थानिय सहजकर्ताको रुपमा प्रशिक्षण गर्नु भएकोमा हार्दिक धन्यवाद दिन चाहन्छु ।



अभिराम राय
कार्यक्रम संयोजक

विषयसूची

भूमिका	१२
निर्देशिकाको उद्देश्य	१३
निर्देशिका प्रयोगकर्ता को हुन् ?	१३
निर्देशिकाको बनोट :	१३
तालिमको उद्देश्य :	१४
तालिम विधि र समय :	१४
वातावरण निर्माण	१७
पहिलो चरण : परिचय कार्यक्रम	१९
दोस्रो चरण : अपेक्षा सङ्कलन	२०
तेस्रो चरण : उद्देश्य तथा विषयवस्तुहरूबारे जानकारी	२०
चौथो चरण : तालिम सञ्चालनको क्रममा पालना गर्नुपर्ने नियम र मूल्य मान्यता निर्धारण	२०
पाँचौ चरण : तालिम पूर्व परीक्षा	२१
मोड्युल १ : सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा	२३
सत्र १ : धारणागत स्पष्टता	२५
विषय क) लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेद	२६
विषय ख) सामाजिक लैङ्गिक विभेदको सामाजिक बनावट	२७
विषय ग) सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा: धारणागत स्पष्टता	२८
विषय घ) सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका उदाहरणहरू	३०
सत्र २ : महिलामाथि हुने हिंसालाई बुझ्दा (Understanding Violence against women)	३१
विषय क) महिलामाथि हुने हिंसाको परिभाषा र कारणहरू	३२
विषय ख) महिलामाथि हुने हिंसाका प्रकारहरू	३५
विषय ग) महिलामाथि हुने हिंसाका अन्तरनिहित तत्वहरू	३५
सत्र ३ : महिलामाथि हुने हिंसा र स्वास्थ्य	३७
विषय क) : महिलामाथि हुने हिंसा र यसले स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभाव/असरहरू	३८
विषय ख) यौन हिंसा, बलात्कार र यौन दुर्व्यवहार	३९
सत्र ४ : महिलामाथि हुने हिंसा र मानसिक स्वास्थ्य	४०
विषय क) आधारभूत मनोवैज्ञानिक आवश्यकताहरू :	४१
विषय ख) आघात (Understanding Trauma)	४१
विषय ग) आघातमा हुने प्रतिक्रियाहरू	
मोड्युल २ : स्वास्थ्य अधिकार र राज्यका प्रतिबद्धताहरू	४७
सत्र १ : स्वास्थ्य र स्वास्थ्य अधिकार	५०

विषय क) स्वास्थ्य र मानव अधिकार	५०
विषय ख) स्वास्थ्य र मानव अधिकारको	५१
विषय ग) मानव अधिकार	५२
सत्र २ : स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताका लागि राज्यका प्रतिबद्धताहरू	५३
विषय क) राष्ट्रिय नीति तथा कानूनहरू	५३
सत्र ३ : स्वास्थ्य अधिकारलाई सुनिश्चित गर्ने मानव अधिकार सम्बन्धी राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय दस्तावेजहरू	५५
विषय क) स्वास्थ्य अधिकार सम्बन्धी राज्यका प्रतिबद्धताहरू	५६
विषय ख) स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताका लागि क्रियाशील संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय महासन्धि तथा कार्ययोजनाहरू	५७
सत्र ४ : सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा अन्त्यका लागि राष्ट्रिय नीति तथा कार्यक्रमहरू	
विषय क) लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा कार्ययोजना, प्रजनन स्वास्थ्य नीति	५८

मोड्युल ३ : सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र स्वास्थ्यको अन्तरसम्बन्ध ५८

सत्र १ : हिंसा र मानसिक स्वास्थ्य	६१
विषय क) आघातका लक्षणहरूको व्यवस्थापन तथा सहयोग गर्ने सीप	६२
विषय (ख) हिंसाले शारीरिक स्वास्थ्यमा पारेको स्थितिको सम्बोधन	६३

मोड्युल ४ : हिंसा प्रभावितको पहिचान र उपचार ६५

सत्र १: सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा न्यूनीकरण एवं उपचारमा स्वास्थ्यकर्मीको भूमिका	६७
विषय क) हिंसा प्रभावितहरूको आवश्यकता	६७
विषय ख) हिंसाको रोकथाम तथा उपचारमा स्वास्थ्यकर्मीले खेल्नु पर्ने भूमिका	६८
विषय ग) स्क्रीनिङ्ग	६९
विषय घ) हिंसा प्रभावितहरूसँग गर्नु पर्ने व्यवहारहरू	७०
विषय ङ) असल सेवाप्रदायकमा हुनु पर्ने गुणहरू	७१
सत्र २: घटना अभिलेखीकरण प्रक्रिया र यसको आवश्यकता	७२
विषय क) अभिलेखन के हो र हिंसाका घटनाहरूको अभिलेखन किन आवश्यक हुन्छ ?	७२
सत्र ३: लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा अन्त्यका लागि बहुपक्षीय सरोकारवालाहरूको भूमिका	७३

तालिमको अन्तिम मूल्याङ्कन ७५

तालिम पूर्व तथा पश्चात परिक्षा प्रश्नावली ७८

तालिमको अन्तिम मूल्याङ्कन फारम नमुना ८४

तालिम निर्देशिकाका लागि पाठ्यसामग्रीहरू ८७

भूमिका

समाजमा रहेको पुरुषत्व एवं महिलापन सम्बन्धी सोचका कारण व्यक्तिहरू आफ्ना इच्छा, चाहनाभन्दा पनि समाजको इच्छा चाहना अनुरूप व्यवहार गर्न बाध्य छन् । यसले उनीहरूको जीवन, व्यक्तित्व र विकासमा प्रभाव पारेको छ । यिनै सोचहरूले समाजमा पुरुषका लागि परिभाषित गरिएका व्यवहारहरू गर्ने व्यक्तिहरू बढी शक्तिवान हुन पुगेका छन् भने त्यस्ता व्यवहार गर्न नसक्ने व्यक्तिहरू शक्तिविहीन । यो स्थिति उनीहरूका बिचमा रहेका असमान शक्ति सम्बन्ध, शक्तिवानद्वारा शक्तिविहीनमाथि हुनसक्ने हिंसा, विभेद र शोषणको जरो मुख्य कारणको रूपमा स्थापित हुन पुगेको छ । हाम्रो समाजमा पुरुषत्वलाई परिभाषित गर्ने एवं त्यस अन्तर्गत पितृसत्तात्मक मूल्य मान्यता, सोच र व्यवहारहरूका कारण पुरुषत्वभिन्नका मान्यता प्राप्त तत्वहरू जस्तै : बहादुरी, निर्णायक, नियन्त्रणकारी व्यवहारहरू गर्न नसक्ने व्यक्तिहरू नामर्दको समूहमा राखिन्छन् । शक्तिविहीन मानिन्छन् ।

समाजद्वारा परिभाषित पुरुषत्व सम्बन्धी बुझाई महिला र पुरुष दुबैमा गर्भावस्थादेखि नै विकसित गर्दै लगिन्छ । फलस्वरूप पुरुष यी व्यवहारहरू मेरा हुन् भन्ने सोच अनुसार अगाडि बढ्दछ भने महिलाहरू यस्ता व्यवहारहरू हाम्रा होइनन् भनेर त्यस्ता व्यवहारहरू हुने हामीभन्दा शक्तिशाली हुन्छन् भन्ने मान्यतालाई आत्मसात गर्न पुग्दछन् । फलस्वरूप यी दुईका बीचमा असमान शक्ति सम्बन्ध स्थापित हुन्छ । हिंसा हुन सक्ने वातावरण तयार हुन्छ । महिलापनका लागि सहनशिलता आवश्यक हुन्छ भन्ने धारणाका कारण मौनताको संस्कृतिको विकास हुन्छ । त्यसरी विकसित मौनताको संस्कृतिलाई पितृसत्तात्मक मूल्य मान्यताद्वारा तयार गरिएका नीति, नियमहरूले स्थापित गराउँदै लग्छन् । त्यस्ता नीति नियमहरू शक्तिवान समूहबाटै पालना गराइनु/हुनुपर्दछ भन्ने मान्यता रहेको कारण नीति कार्यान्वयन तहमा त्यस्तै समूहको बाहुल्यता हुन्छ । फलतः मौनताको संस्कृति अझ बलियो हुँदै जान्छ । सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा यिनै मूल्य, मान्यता, संस्कृति र व्यवहारहरूको परिणाम हो । समाजमा शक्तिको बाँडफाँड गर्ने पद्धति, तीसँग जोडिएका मूल्य मान्यताहरू, तिनलाई स्थापित गराउन प्रयोग गरिने व्यवहारहरूकै कारण समाजमा सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाले निरन्तरता पाइरहेका छन् । सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाको जोखिममा समाजमा विभिन्न प्रकारले पाखा लगाइएका समूहहरू पर्दछन् । सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाभिन्न समाजमा महिलालाई दिइएको दोस्रो दर्जाको स्थानका कारण महिलाहरू सबैभन्दा बढी प्रभावित हुन्छन् । यसले उनीहरूको सामाजिक, शारीरिक, मानसिक अवस्था र स्वास्थ्यमा प्रभाव पार्दछ । तर यो स्थितिबाट पुरुष पनि अलग रहन भने सक्दैनन् । महिलामाथि हुने हिंसाले उनीहरूको समग्र विकास मै असर पार्दछ । त्यसैगरी समाजमा उनीहरूलाई दिइएको स्थानका कारण तेस्रो लिङ्गीहरू भन् बढी प्रभावित हुन्छन् । यसले उनीहरूको समग्र विकासमा असर पार्दछ ।

व्यक्तिको स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चित गर्ने प्रमुख जिम्मेवारी स्वास्थ्यकर्मीहरूको हो । सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाले व्यक्तिको स्वास्थ्यमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने हुँदा यसको उपयुक्त सम्बोधन नहुँदासम्म स्वास्थ्यकर्मीहरू आफ्नो दायित्व राम्ररी निर्वाह गर्न सक्दैनन् । समाज र घरमा रहेको आफ्नो स्थानका कारण डरले आफूमाथि भएको हिंसा बाहिर ल्याउन महिलाहरूले हम्मेसी सक्दैनन् । तर यिनीहरू आफ्नो स्वास्थ्य परीक्षणका लागि भने जान्छन् । स्वास्थ्यकर्मीमा सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाको परिणाम, असर पहिचान गर्ने सीप भएमा उनीहरू यस्ता समस्याको सही निदान गर्न सक्छन् । उनीहरूको उपचार सही हुन सक्छ । उनीहरूले न्याय प्राप्त गर्ने वातावरण तयार हुन सक्दछ । हिंसाको असरको रूपमा रहेको स्वास्थ्य समस्याहरू सतहमा आउन सक्दछन् । व्यक्तिको स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चित हुने वातावरण तयार हुन सक्दछ । स्वास्थ्यकर्मीले आफ्नो दायित्व पूरा गर्न सक्दछन् । त्यसकारण सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाको अन्त्य गरी सबैको मानव अधिकार सुनिश्चित गर्ने राज्यको दायित्व पूरा गर्न स्वास्थ्यकर्मीहरूको भूमिका अत्यन्तै महत्वपूर्ण हुन्छ । यिनै आवश्यकतालाई मनन गरी स्वास्थ्य सेवा दिने व्यक्तिहरूको लागि सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसालाई पहिचान गरी मानव अधिकारमुखी दृष्टिकोणले सम्बोधन गर्न सक्ने सीप विकास गर्ने उद्देश्य राखी यो निर्देशिका तयार गरिएको हो ।

निर्देशिकाको उद्देश्य

- जिल्ला तथा समुदाय स्तरमा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरूमा महिलामाथि हुने हिंसा तथा स्वास्थ्यको अन्तरसम्बन्धका बारेमा स्पष्ट भई आत्मसात गर्न सक्ने क्षमताको विकास गर्ने ।
- महिलामाथि हुने हिंसाको बारेमा स्पष्ट भई आफ्नो कार्य क्षेत्रमा हिंसाको पहिचान र सम्बोधन गर्न सक्ने सीपको विकास गर्ने ।
- लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा पीडित/प्रभावितहरूलाई तत्काल आवश्यक र पूर्ण उपचार लैङ्गिक संवेदनशील भई काम गर्न सक्ने सीपको विकास गर्ने ।

निर्देशिका प्रयोगकर्ता को हुन ?

यो निर्देशिका जिल्ला तथा समुदायमा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई लक्षित गरी बनाइएको हो । यस विषयमा तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीहरूले आफ्नो मातहतका कर्मचारीहरूलाई यो निर्देशिकाको सहयोग लिई विषयप्रति अवधारणागत स्पष्टता गर्न सक्नेछन् । यसका साथै यो निर्देशिकामा दिईएका विषयवस्तुहरूप्रतिको जानकारी लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा विरुद्ध र स्वास्थ्य अधिकारको क्षेत्रमा काम गर्ने जो सुकैलाई पनि उपयोगी हुनेछ ।

तालिमको विषयवस्तु र निर्देशिकाको बनोट

यो निर्देशिका ४ वटा मोड्युलमा बाँडिएको छ । मोड्युलहरू १ देखि ४ वटा सत्रहरूमा विभाजित छन् । हरेक सत्रहरूमा उद्देश्य अनुरूप विषयवस्तुहरू राखिएका छन् ।

तालिमको उद्देश्य :

राज्यले नागरिकहरूलाई स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्नका लागि देशमा स्थानीय स्तरदेखि केन्द्र सम्मका विभिन्न (केन्द्रदेखि दुर्गम भन्दा दुर्गम ठाउँमा) स्थानहरूमा स्वास्थ्य केन्द्रहरूको स्थापना गरी स्वास्थ्यकर्मीहरूको व्यवस्था गरेको छ । स्वास्थ्य संस्थाहरू नै ब्यक्तिको स्वास्थ्यसँग जोडिएका समस्याहरू वा राज्यभित्र हुने कुनै पनि हिंसाका घटनासँग जोडिएका समस्याहरूमा पहिलो प्रतिक्रिया दिने/गर्ने निकाय हो । यसरी स्वास्थ्य सेवामा काम गर्दै आएका स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई “**लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र मानव अधिकार**” विषयमा अवधारणागत रूपमा स्पष्ट गराउनु यस तालिमको उद्देश्य हो ।

तालिमका मुख्य उद्देश्यहरू :

- * स्वास्थ्यकर्मीहरूमा सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसालाई पहिचान गरी मानव अधिकारमुखी दृष्टिकोणले सम्बोधन गर्न सक्ने सीप विकास गर्ने ।
- * महिलामाथि हुने हिंसाका घटनाहरूमा स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्दा लैङ्गिक संवेदनशीलताको आवश्यकताबारे स्पष्टता ल्याई लैङ्गिक संवेदनशील सीपको विकास गर्ने ।
- * हालसम्म नेपाल सरकारले अनुमोदन गरेका अन्तर्राष्ट्रिय सन्धि, महासन्धि र दस्तावेजहरूको बारेमा जानकारी गराउनुका साथै ती दस्तावेजहरूमा उल्लेख गरिएका बुँदाहरूमा राज्यको भूमिका र जिम्मेवारीबारे स्पष्ट पार्ने ।

तालिम विधि र समय :

यो निर्देशिका समय, परिस्थिति र सहभागीको स्तर अनुसार प्रयोग र सञ्चालन गर्न सकिने गरी बनाइएको छ । प्रत्येक सत्रमा विषयवस्तु मुख्यतः मस्तिष्क मन्थन, लघुप्रवचन, समूह छलफल, प्रश्नोत्तर, घटना अध्ययन विश्लेषण तथा भूमिका निर्वाह आदि विधि प्रयोग गरी प्रशिक्षण गर्न सकिने तवरले राखिएका छन् । विषयवस्तुलाई सहभागीमूलक तरिकाले वयस्क शिक्षण विधि प्रयोग गरी सहजीकरण गर्न सकिन्छ । तालिमको अवधि हेरी एक दिनलाई चारदेखि ५ सत्रमा विभाजन गर्न सकिन्छ । हरेक सत्र सहजकर्ताले अनुकूलताका आधारमा १ घण्टा ३० मिनेटदेखि २ घण्टा ३० मिनेटसम्मको समय निर्धारण गर्न सक्नेछन् । यो तालिमको समय अवधि ५ दिनको छ ।

तालिममा प्रयोग गरिने सामग्रीहरू:

तालिम सञ्चालनको लागि विषयवस्तु अनुसारको सामग्री सहजकर्ता र तालिम संयोजकले तयारी गर्नु पर्ने हुन्छ । सामग्रीहरू जस्तै : नाम दर्ता रजिष्टर, व्यानर, न्युजप्रिन्ट कागज, मेटाकार्ड, कैंची, नोट कपि र कलम, मास्किङ् टेप, मार्कर, पूर्व परीक्षा प्रश्नावली, विषयसँग सम्बन्धित घटना अध्ययनहरू, पत्रपत्रिकाहरू, पोष्टरहरू, भिडियो फिल्म र अडियो क्यासेटहरू, कम्प्युटर ल्यापटप, प्रोजेक्टर इत्यादि तयारी हुनुपर्दछ ।

सहजकर्तालाई नोट :

तालिम सञ्चालन पूर्व र सञ्चालनको क्रममा सहजकर्ताले ध्यान पुऱ्याउनु पर्ने केही कुराहरू :



- लैङ्गिक संवेदनशिलतालाई ध्यानमा राखी तालिममा सकेसम्म महिला र पुरुष स्वास्थ्यकर्मीको संख्या बराबर गर्न प्रयास गर्ने ।
- तालिमको लागि आवश्यक सबै सामग्रीको पूर्व तयारी गर्ने ।
- विषयवस्तु र अन्य अध्ययन सामग्रीको पूर्व तयारी गर्ने ।
- प्रत्येक दिनको कार्य योजना पहिला नै तयार गर्ने ।
- सही तथ्याङ्क प्रयोग गर्ने ।
- सहभागितात्मक विधिबाट तालिम सञ्चालन गर्ने । सकेसम्म धेरै विषयवस्तु सान्दर्भिक उदाहरणहरूद्वारा स्पष्ट गराउने ।
- तालिम हलको व्यवस्थापन सहभागीहरू सबैले एकअर्कालाई देख्न सक्ने गरी गर्ने ।
- समूह कार्य गराउँदा सहभागीलाई स्पष्टसँग बुझाउने, सबैले बुझे-नबुझेको एकिन गरेर मात्र समूहमा पठाउने ।
- कुनै पनि घटना अध्ययन वा भूमिका अभिनय गराउँदा सहभागीको स्तर हेरी स्पष्ट पार्नु पर्दछ । पहिला नै घटना अध्ययन तयार गर्ने ।
- सहभागीको भावनाको कदर गर्दै उनीहरूको कुरालाई सम्मान गर्ने ।
- सहभागीहरूको जानकारीको अवस्था हेरी तालिमको शैली वा विधिमा आवश्यक परिर्माणन गर्ने ।

वातावरण निर्माण

वातावरण निर्माण



समय : २ घण्टा

यो सत्र किन ?

यो सत्रको मुख्य उद्देश्य सहभागीहरू एक-आपसमा परिचित भई तालिम अवधिभरि सौहार्दपूर्ण र मैत्रीपूर्ण वातावरणको सिर्जना हुन सकोस् भन्ने हो । यस सत्रको उद्देश्य एक-अर्काबीच परिचयसँगै तालिममा प्रयोग गरिने शब्दावली, सामाजिक लैङ्गिक विभेद, मानव अधिकार र हिंसासम्बन्धी अवधारणाहरूप्रति सहभागीहरूलाई परिचित गराउनुको साथै यस सम्बन्धमा सहभागीभित्र रहेको ज्ञानको अवस्थाका बारेमा जानकारी लिने समेत रहेको छ । परिचयका क्रममा तालिममा प्रयोग गरिने शब्दावलीहरू एवम् अवधारणाहरूका बारेमा सहभागीहरूभित्र रहेको ज्ञान सम्बन्धी जानकारी प्राप्त भएपछि तालिमलाई अझ बढी सरल र सहज बनाउन सजिलो हुन्छ भन्ने विश्वास लिइएको छ ।

उद्देश्यहरू :

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरूले

- एक-आपसमा घुलमिल भई तालिम अवधिभरि बिना हिचकिचाहट राम्रोसँग सहभागी हुने वातावरण तयार गर्न सक्नेछन् ।
- तालिमको उद्देश्यका बारेमा स्पष्ट हुनेछन् ।
- तालिमबाट आफूले राखेका अपेक्षाहरूलाई खुलस्त रूपमा राख्न सक्नेछन् ।
- तालिमको क्रममा पालना गर्नुपर्ने नियम र मूल्य मान्यताहरू निर्धारण गर्न सक्नेछन् ।
- तालिमको विषयवस्तुहरूका बारेमा स्पष्ट हुनेछन् ।
- सहभागीहरूमा रहेको सामाजिक लैङ्गिक विभेद र मानव अधिकार सम्बन्धी जानकारीका बारेमा सहजकर्ताले थाहा पाउन सक्नेछन् ।



विधि :

ब्याख्यान तथा समूह कार्य



तालिम सामग्री :

न्युजप्रिन्ट, कार्डबोर्ड पेपर, मार्कर, तालिमको उद्देश्य लेखिएको न्युज प्रिन्ट पेपर, प्रश्नहरू लेखिएको न्युज प्रिन्ट पेपर, घण्टी, छलफलको लागि दिन सकिने शब्दहरूको लिस्टका टुक्राहरू, तालिममा छलफल गरिने विषयवस्तु लेखिएको न्युज प्रिन्ट पेपर ।

पहिलो चरण : परिचय कार्यक्रम

समय : ४५ मिनेट



क्रियाकलाप : १

स्वागत तथा तालिम सहजकर्ताको परिचय :

- तालिम आयोजकका तर्फबाट एकजनाले तालिमका सहभागीहरूलाई स्वागत गर्ने ।
- तालिममा सहजीकरण गर्ने प्रशिक्षकहरूलाई सहभागीहरू माझ तालिम संयोजकले परिचित गराउने ।

क्रियाकलाप : २

सहभागीहरूको परिचय :

- सहभागीहरूलाई २ वटा समूहमा विभाजित गर्ने । २ वटा समूहलाई एक अर्काबाट टाढा बस्न लगाउने ।
- हरेक समूहलाई २-२ मिटर लामो धागो दिने ।
- सबै सहभागीलाई आँखा बन्द गर्न लगाउने । सहजकर्ताले नभनेसम्म आँखा नखोल्न अनुरोध गर्ने ।
- एउटा समूहलाई आँखा बन्द गरेर सबैजना मिलेर धागोबाट चारकुने आकारको चित्र बनाउन लगाउने । अर्को समूहलाई पनि आँखा बन्द गरेर नै धागोबाट त्रिकोण बनाउन लगाउने ।
- आ-आफ्नो समूहमा दिईएको ढाँचा बनाईसकेपछि आँखा खोल्न लगाउने ।
- आँखा खोलेपछि पाँच मिनेट समय दिएर आँखा चिम्लेर धागोबाट दिईएको रूप बनाउँदा कस्तो अनुभूत भयो प्रश्न गर्ने ।
 - * सहभागीहरूलाई छोटो व्याख्यानको माध्यमबाट परिचय कार्यक्रमको उद्देश्यको बारेमा प्रस्ट पार्ने
 - * परिचयको लागि सबै सहभागीहरूलाई २ मिनेट मात्र समय दिने ।
 - * सहभागीहरूको परिचयको लागि एउटा न्युजप्रिन्टमा निम्नलिखित प्रश्नहरू लेख्ने ।

प्रश्नहरू :

- * नाम
- * आफू कार्यरत जिल्ला, स्वास्थ्य चौकी तथा उपस्वास्थ्य चौकीको नाम
- * पद र आफ्नो जिम्मेवारी
- * यसका साथै पहिलेदेखि नै तयार गरिराखेका शब्दहरू (परिचयका लागि दिइने शब्दहरू (पेज २९) सहितको एक-एक टुक्रा कागज सहभागीहरूलाई लिन लगाउने । त्यसमा लेखिएको शब्दको बारेमा आफ्नो भनाइ राख्न लगाउने ।

अन्त्यमा यो परिचय कार्यक्रम सहभागीहरू एकअर्कासँग परिचित भएमा सिक्न र सिकाउनका लागि वातावरण सहज बन्दछ । नत्र आँखा बन्द गरेर चित्र बनाएभैं हुन्छ भनी स्पष्ट बनाउने । सहभागीहरूलाई अहिले परिचयका लागि गरिएको अभ्यास सहभागीहरू एक अर्कामा परिचित हुन र तालिम अवधिभर एउटा टिमको सदस्यको रूपमा बसी काम गर्न सहज वातावरण निर्माण गर्नका लागि गरिएको हो भनी थप जोड दिइ स्पष्ट बनाउने ।

दोस्रो चरण : अपेक्षा सङ्कलन

समय : १० मिनेट



- * सबै सहभागीहरूलाई आफूले यो तालिमबाट के अपेक्षाहरू राखेको छ त्यो लेख्नको लागि सबै लाई १/१ वटा मेटाकार्ड दिने ।
- * सबै सहभागीहरूले अपेक्षा लेखेको मेटाकार्डलाई सङ्कलन गरी बोर्डमा टाँस्ने ।
- * सङ्कलित मेटाकार्डहरूलाई विषयवस्तुको आधारमा समूहिकृत गर्ने ।

तेस्रो चरण : उद्देश्य तथा विषयवस्तुहरू बारेमा जानकारी

समय : २० मिनेट



- * तालिमको उद्देश्य लेखिएको दृष्य सामग्री अगाडि राखी उद्देश्यको बारेमा जानकारी दिने ।
- * तालिमको सत्र र सो भित्र राखिएका विषयवस्तुका बारेमा जानकारी दिने ।
- * सहभागीहरूले लेखेका अपेक्षाहरूलाई पढ्दै यी अपेक्षाहरूलाई तालिमको उद्देश्य र विषयवस्तुले पूरा गर्छन् कि गर्दैनन् हेरौं भन्दै सबै सहभागीहरूलाई तालिमको उद्देश्य (पेज १४) र विषयवस्तुमा स्पष्ट पार्ने ।

चौथो चरण : तालिम सञ्चालनको क्रममा पालना गर्नुपर्ने नियम र मूल्य मान्यता निर्धारण

समय : १० मिनेट



- * सहभागीहरूको सहमतिमा तालिम अवधिभरका लागि आवश्यक पर्ने नीति निर्माण गर्ने ।
- * तालिमको तालिका देखाउँदै तालिमको सुरुवात, अन्त्य र चिया तथा खानाको समय सबैको सहमतिमा तयार गर्ने ।
- * सहभागितात्मक आधारमा तयार गरेको तालिमका नियमहरूलाई सभागीहरूको सहयोगमा

तालिम हलको कुनै भित्तामा टाँस्न लगाउने ।

- * तालिम नियमको तयारीमा कक्षा व्यवस्थापन समिति र तालिम व्यवस्थापन समिति निर्माण गर्ने र सबैलाई आ-आफ्नो जिम्मेवारीमा प्रस्ट बनाउने ।

पाँचौ चरण : तालिम पूर्व परीक्षा

समय : २५ मिनेट

- * सहभागीको विषयप्रतिको पूर्व ज्ञान कस्तो छ, भन्ने थाहा पाउन विषयवस्तुको पूर्व परीक्षाको लागि तयार पारिएको प्रश्नावली (पेज ७८) सबै सहभागीहरूलाई दिई भर्न लगाउने ।



सहजकर्तालाई नोट:

तालिम सुरु गर्नु पूर्व तालिम कोठा तयार गर्ने । सहभागीहरू सबैले एकले अर्कालाई राम्ररी देख्न सक्ने गरी बस्ने ठाउँको व्यवस्था गर्ने । सम्भव भएसम्म बस्ने व्यवस्था **U** आकारमा गर्ने । तालिम कक्षाको एउटा कुनामा तालिमसँग सम्बन्धित स्रोत सामग्रीहरूलाई व्यवस्थित गरी सबैले देख्ने गरी राख्ने ।



परिचयको लागि दिइने शब्दहरू

- | | |
|-------------------------|--------------------------|
| * लिङ्ग | * मानव अधिकार ज्यादती |
| * लैङ्गिक विभेद | * अधिकारमुखी सोच |
| * लैङ्गिक हिंसा | * कर्तव्य निर्वाहक |
| * मानव अधिकार | * मनोवैज्ञानिक प्रभाव |
| * प्रजनन अधिकार | * परामर्श |
| * पितृसत्ता | * मनोविमर्श |
| * पुरुषत्व | * सामाजिक हिंसा |
| * महिलापन | * मानसिक हिंसा |
| * सामाजिक संरचना | * शारीरिक हिंसा |
| * सामाजिकीकरण प्रक्रिया | * सांस्कृतिक हिंसा |
| * लैङ्गिक संवेदनशीलता | * यौनिक हिंसा |
| * अपराध | * सुरक्षा आवास इत्यादी । |
| * मानव अधिकार उलङ्घन | |

मोड्युल १

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा

यो मोड्युल किन ?

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा व्यक्तिको मानव अधिकार हनन हो । समाजमा स्थापित सामाजिक-राजनीतिक र सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमि र मूल्य मान्यताहरूले हरेक व्यक्ति, समूह र लिङ्गको मानव अधिकार उपभोग गर्ने क्षमतालाई प्रभावित पार्दछ । स्थापित सामाजिक संरचनालाई टिकाइ राख्न समाजमा विभिन्न प्रकारका मूल्य, मान्यताहरू तयार गरिएका हुन्छन् । यस्ता मूल्य, मान्यताहरूका कारण व्यक्ति, समूह र लिङ्गहरू एकअर्काका बीचमा र आफ्नै समूहभित्र पनि शक्ति सम्बन्ध स्थापित हुन्छ । यो शक्ति सम्बन्ध सामाजिक न्याय र समानतामा आधारित नभएमा उक्त समूह, लिङ्गका व्यक्तिहरू एकअर्काबीच र आफैभित्र पनि असमान हुन पुग्दछन् । यसप्रकारको असमान शक्ति सम्बन्धको कारण एउटाबाट अर्काले हेपिएको पाखा लगाइएको, नियन्त्रित भएको वा अन्य विभिन्न प्रकारले शोषित भएको अनुभूति गर्न पुग्दछ । आफूलाई कमजोर ठान्न थाल्दछ । अर्को समूहले उक्त कमजोरीलाई प्रयोग गरी उक्त समूह, वर्ग, लिङ्गमाथि प्रभुत्व जमाउन थाल्दछ । यहीँबाट हिंसा उत्पन्न हुन्छ ।

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा सबै जात, वर्ग, समूह, क्षेत्र र लिङ्गमा एकैनासको हुन्छ भन्ने छैन । त्यस सम्बन्धमा सबैको बुझाइ पनि एकै नासको नहुन सक्दछ । यसप्रकार बुझाइमा रहेको विविधताका कारण सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाबाट प्रभावितलाई न्याय दिन, सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाबाट जोगाउनका लागि गरिने कामहरू प्रभावित हुन पुग्दछन् । यस्तो स्थिति आउन नदिनका लागि सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा विरुद्ध काम गर्ने जिम्मेवारी प्राप्त व्यक्ति, समूह आदि सबैमा समान बुझाइ हुनु आवश्यक छ । सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाबाट महिला, पुरुष, बालबालिका, तेस्रो लिङ्गी, अपाङ्गता भएका व्यक्ति जोसुकै प्रभावित हुन सक्दछन् । तर महिला र बालिकालाई समाजमा दिइएको दोस्रो दर्जाको स्थानका कारण यस्ता हिंसाबाट महिला र बालिकाहरू बढी जोखिममा रहेका छन् । पहिचानको खोजिमा नै रहेका तेस्रो लिङ्गी भने भन्ने बढी जोखिममा छन् । त्यसैले यसलाई बुझ्नु, जोखिमको पहिचान गर्न शक्ति सम्बन्ध र सामाजिक लैङ्गिक विभेदको ढाँचाँमा विश्लेषण गरी हेर्नु आवश्यक हुन्छ ।

यही आवश्यकतालाई मनन् गरी यस मोड्युलमा विभिन्न सत्रहरू राखिएका छन् । हरेक सत्रमा उद्देश्य अनुरूपका विषयवस्तुहरू राखिएका छन् । तालिम पश्चात् सहभागीहरू सबैमा सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाबारे समान बुझाइ स्थापित भई हिंसाका घटनाहरूलाई प्रभावितका पक्षबाट विश्लेषण गर्ने सीपको विकास हुनेछ भन्ने उद्देश्य यो मोड्युलको रहेको छ ।

यो मोड्युलमा निम्न सत्रहरू राखिएका छन् :

सत्र १ : धारणागत स्पष्टता – ३ घण्टा

सत्र २ : महिलामाथि हुने हिंसालाई बुझ्दा – २ घण्टा ३० मिनेट

सत्र ३ : महिलामाथि हुने हिंसा र स्वास्थ्य – १ घण्टा ४५ मिनेट

सत्र ४ : महिलामाथि हुने हिंसा र मानसिक स्वास्थ्य – २ घण्टा १५ मिनेट

सत्र १ - धारणागत स्पष्टता

समय: ३ घण्टा

यो सत्र किन ?

सामाजिक लैङ्गिक विभेद (*Gender discrimination*) महिला र पुरुषबीच स्थापित असमान शक्ति सम्बन्धलाई बलियो बनाउन समाजद्वारा निर्मित अवधारण हो । यो फरक-फरक ठाउँमा फरक-फरक रूपले देखा पर्दछ । फरक-फरक व्यक्तिले यसलाई विभिन्न समय र अवस्था अनुसार फरक तवरले बुझ्ने र परिभाषित गर्ने गर्दछन् । विभिन्न माध्यमको प्रयोग गरी सामाजिकीकरणको प्रक्रियासँगै यस्ता अवधारणाहरू व्यक्तिहरूलाई आत्मसात गराइन्छन् । फलस्वरूप व्यक्तिहरू विभेदलाई समेत वास्तविकताको रूपमा मान्नु/स्वीकार गर्न पुग्दछन् । यसले उनीहरूको सोच, व्यवहार र धारणा सबैमा प्रभाव पार्दछ । उनीहरू आफूहरू यही सोच व्यवहार र धारणाले नै चल्नुपर्दछ, आफ्नो रूप, गुण पनि सोही मान्यता अनुरूप हुनुपर्दछ भन्ने मान्यता राख्न थाल्दछन् । यी मान्यताभन्दा फरक केही भयो भने उसलाई नराम्रो मान्दछन् । यसले व्यक्तिबीच असहज वातावरण तयार हुन्छ । हिंसाको सुरुआत त्यहीँबाट हुन्छ । यस्ता हिंसाहरूले व्यक्तिको स्वास्थ्य, क्षमता र व्यक्तित्वलाई प्रभाव पार्दछन् । हिंसा प्रभावितहरूको शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्यमा असर पार्दछ ।

सामाजिक लैङ्गिक विभेदलाई समाजमा कसरी स्थापित गराइन्छ ? आफूभित्र ती मान्यताहरू कसरी आत्मसात गराइयो भन्नेमा सबै व्यक्ति स्पष्ट हुन सकेमात्र उनीहरूले सही अर्थमा सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित विभेदलाई बुझ्न सक्दछन् । त्यस्ता विभेदको मूल कारण पहिचान गर्न सक्दछन् । प्रभावित व्यक्तिको स्वास्थ्य आवश्यकता र समस्यालाई स्पष्ट रूपले पहिचान गर्न सक्दछन् । सही प्रकारको औषधोपचारका लागि आधार तयार हुनसक्छ । यही पृष्ठभूमिमा, यो विषय सामाजिकीकरणका क्रममा कसरी व्यक्ति भित्र सामाजिक लैङ्गिक विभेद आत्मसात गराइन्छ । त्यसमा शक्तिले कस्तो भूमिका खेल्दछ भन्नेबारे सहभागीलाई प्रस्ट गराउने उद्देश्यले राखिएको हो ।

उद्देश्यहरू

यो सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरू निम्न कार्यहरू गर्न सक्नेछन् ।

- लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेदबीचमा रहेको फरक पहिचान गर्न ।
- सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाको परिभाषा तयार गर्न ।
- सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका रूपहरूको पहिचान गर्न ।

विषय

- क) लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेद – ३० मिनेट
- ख) सामाजिक लैङ्गिक विभेदको सामाजिक बनावट – १ घण्टा
- ग) सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा धारणागत स्पष्टता – ४५ मिनेट
- घ) सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा : उदाहरणहरू – ४५ मिनेट

क) लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेद



समय : ३० मिनेट



तालिम विधि: व्याख्या, प्रश्नोत्तर, छलफल



तालिम सामग्री : न्युजप्रिन्ट कागज, मार्कर, पावरप्वाइन्ट स्लाइड, कैंची, मास्किङ्गटेप



क्रियाकलाप

चरण १

- सहभागीलाई लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेद भनेको के हो भनेर प्रश्न गर्ने ।
- एउटा न्युजप्रिन्टमा ठाडो लाईन बनाएर २ वटा भागमा विभाजित गरी लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा विभाजित गर्ने ।

लिङ्ग	सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा

- सहभागीहरूबाट लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेदका सम्बन्धमा आएका जवाफलाई उपयुक्त ठाउँमा लेख्दै जाने ।

चरण २

- पावरप्वाइन्ट वा न्युजप्रिन्टको सहायताले पहिले नै लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेदका बारेमा तयार गरी राखेको परिभाषा (पेज ९८) अगाडि राखी सबै सहभागीहरूलाई स्पष्ट बनाउने ।

चरण ३

- लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेद भनी प्रस्ट छुट्याउन गाढो हुने १५ वाक्यांश (छलफलका लागि वाक्यांश - पेज ९३) लेखिएको स्लाईड अगाडि राख्ने । यी वाक्यांशहरूमा कुन लिङ्ग हो र कुन सामाजिक लैङ्गिक विभेद हो ? भन्ने प्रश्न गर्ने । सहभागीहरूबाट आएको जवाफलाई ठीक र बेठीक भनी छुट्याउदै सहभागीहरूलाई लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेदको फरकमा स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

ख) सामाजिक लैङ्गिक विभेदको सामाजिक बनावट

समय : १ घण्टा

तालिम विधि : प्रश्नोत्तर, समूह छलफल, लघु प्रवचन

तालिम सामग्रीहरू : न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मास्किङ टेप, मेटाकार्ड र प्रश्नहरू लेखिएको न्युजप्रिन्ट, जवाफ राख्न कोरिएको ढाँचा ।

क्रियाकलाप

सहभागीहरूलाई तल उल्लेखित विश्लेषणको ढाँचा दिई (हरेकलाई एक-एक वटा) १० मिनेटभित्र आफ्नो जीवनलाई सम्भेर ढाँचामा मागेको सूचना लेख्न अनुरोध गर्ने ।

- यसप्रकारको सूचनाहरू लेख्दा आफ्नो जीवनको सकेसम्म सानो उमेरमा कहिले आफू महिला वा पुरुष भएको अनुभूत भयो । त्यो कुन घटना थियो । त्यस्ता अनुभूति कसबाट कहाँ गराइयो भन्ने प्रश्नहरूको जवाफ आफ्नो जीवनलाई सम्भेर लेख्नुपर्छ भनी स्पष्ट पार्ने ।

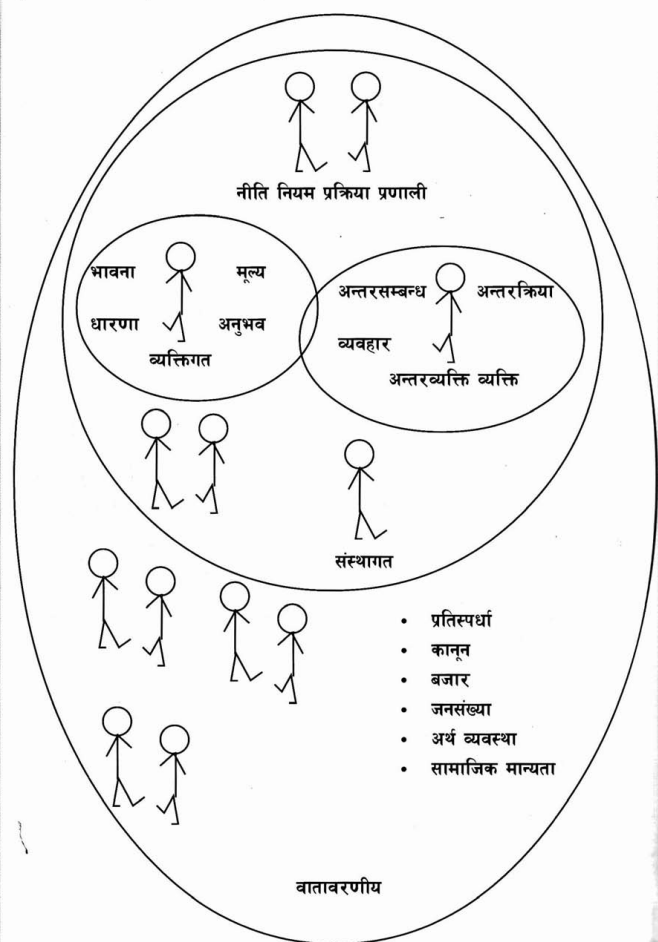
यसप्रकारको घटना सम्भेदा त्यो शारीरिक कारणले नभई सामाजिक कारणले गराइएको अनुभूति सम्भन लगाउने ।

विश्लेषणको लागि ढाँचा :

- तपाईंलाई आफू महिला वा पुरुष भएको भन्ने बारे जानकारी कुन उमेरमा भयो ?
- घटना के थियो ?
- घटनामा को-को संलग्न थिए ?
- घटना कुन स्थानमा भएको थियो ?
- उक्त घटनामा आफूलाई कस्तो अनुभव भयो ?

- व्यक्तिगत रूपमा सबै सहभागीहरूले उक्त ढाँचा भरिसकेपछि ४-४ जनाको समूहमा बसेर आ-आफू बारे एक-आपसमा छलफल गर्न लगाउने । यसका लागि २० मिनेटको समय दिने । समूह छलफलपछि सहभागीमध्ये ६ जना (३ जना महिला एवम् ३ जना पुरुष) लाई समूहमा आफ्नो कुरा राख्न अनुरोध गर्ने ।
- सहभागीहरूको अनुभवपछि कसरी हामीलाई सानै उमेरदेखि महिला र पुरुषका रूपमा सामाजिकीकरण गरिन्छ भन्नेमा सहभागीहरूलाई स्पष्ट बनाउने ।
- यसप्रकार सामाजिकीकरण गर्ने क्रममा कसरी विभिन्न सङ्घसंस्थाहरू सम्बन्धित हुन्छन् भन्नेबारे **हाम्रा ४ संसारहरू (पेज ९५)** लाई स्पष्ट बनाउने ।

ट्रान्सप्यारेन्सी : हाम्रा ४ संसारहरू



ग) सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा : धारणागत स्पष्टता



समय : ४५ मिनेट



तालिम विधि - समूह छलफल, प्रश्नोत्तर, व्याख्या, प्रस्तुतीकरण



तालिम सामग्रीहरू: न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मास्कइन्टेप, मेटाकार्ड, कैंची



क्रियाकलापहरू:

- * सहभागीलाई चारवटा समूहमा विभाजित गरी सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र महिलामाथि हुने हिंसा केलाई भनिन्छ भनी छलफल गर्न लगाउने । २ वटा समूहलाई लैंगिक विभेदमा आधारित हिंसा र २ वटा समूहलाई महिलामाथि हुने हिंसाको परिभाषा तयार गर्न

लगाउने । छलफलको लागि १५ मिनेट समय दिने ।

- * समूह कार्यपछि समूहको नेतालाई छलफलबाट आएको निश्कर्ष प्रस्तुत गर्न लगाउने ।
- * सहजकर्ताले सामाजिक लैंगिक विभेदमा आधारित हिंसा र महिलामाथि हुने हिंसाको परिभाषा अगाडि ल्याएर छलफल गर्ने ।
- * यस पछि सबै सहभागीहरू मध्येबाट हरेक समूहबाट १/१ जना सहभागी लिई ४ जनाको टोली बनाएर एउटा कार्यगत परिभाषा तयार गर्न गृहकार्य दिदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाको परिभाषा :

- 🕯 लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा यस्तो कार्य हो जसले महिलालाई निजी वा सार्वजनिक जीवनमा शारीरिक, यौनिक र मनोवैज्ञानिक रूपमा नोक्सान पुऱ्याउने वा दुःख पुऱ्याउने वा पुऱ्याउन सक्ने संभावनाका साथै यस्ता कार्यहरू गर्ने धम्की, जबरजस्ती वा स्वेच्छाचारी तरिकाले महिलाको स्वतन्त्रताबाट बन्चित गरिने जस्ता कार्य पनि समावेश हुन सक्छन् ।

महिला विरुद्ध हिंसा सम्बन्धी संयुक्त राष्ट्र संघीय घोषणापत्र,

- 🕯 “लिङ्गको आधारमा गरिने हिंसा मानव अधिकारको हननको निकृष्ट रूप हो । यो सबै देश, सबै संस्कृति, वर्ग, समुदाय, आर्थिक स्थिति भएका समूहहरूमा भए पनि नराम्रो रूपले दक्षिण एशियाका देशहरूमा फस्टाएको छ । यो क्षेत्रलाई म हिलामाथि गरिने व्यवहारका लागि संसारको सबैभन्दा असम्बेदनशील क्षेत्र मानिन्छ ।”

UNICEF ROSA

महिलामाथि हुने हिंसाको परिभाषा

- 🕯 “महिला हिंसा भनेको महिलामाथि गरिने विभिन्न किसिमका शारीरिक, यौनिक, मानसिक एवं हिंसात्मक व्यवहारहरू हुन् । यस्ता खाले व्यवहारहरूभित्र महिलामाथि गरिने कुटपिट, घरभित्र बालिका उपर गरिने यौनशोषण, दाइजोको कारणले गरिने दुर्व्यवहारहरू, वैवाहिक जीवनभित्र बलात्कार, यौनोच्छेदनका साथै विभिन्न किसिमका घातक सामाजिक-सांस्कृतिक परम्पराहरू पर्दछन् तर यिनीहरूमा मात्र सीमित भने हुँदैनन्”

महिला विरुद्ध हुने सबै प्रकारको हिंसा उन्मुलन गर्ने संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय घोषणापत्र, १९९३

घ) सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा : उदाहरणहरू



समय: ४५ मिनेट



तालिम विधि : घटना अध्ययन, प्रश्नोत्तर, समूह छलफल, लघु प्रवचन



तालिम सामग्रीहरू : न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मास्किड टेप, मेटाकार्ड, केस स्टडी लेखिएका पानाहरू



क्रियाकलापहरू

- सहभागीहरूलाई हाम्रो समाजमा कस्ता कस्ता खालका हिंसाका घटनाहरू पाइन्छन् भनी प्रश्न गर्ने
- उनीहरूबाट आएका घटनाका रूपहरू टिपोट गर्ने ।
- सहभागीहरूलाई ४ वटा समूहमा विभाजन गरी हरेक समूहलाई एक एक वटा घटना छलफलका लागि दिने ।
 - महिलामाथि हुने हिंसा
 - बाल बालिकामाथि हुने हिंसा

(छलफलका लागि पेज नं. १०० मा रहेको बसन्ती, मनमाया, रामकुमारी र रमिताको घटनाहरू)
- घटना अध्ययनसँग संलग्न प्रश्नहरूको आधारमा छलफल गरी सहभागीहरूलाई सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका प्रकारहरूका बारेमा स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

सहजकर्तालाई नोट :



सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा व्यक्ति-व्यक्तिबीच उसको लिङ्गमा आधारित भई सामाजिक मूल्य/मान्यताहरूका कारण स्थापित असमान शक्ति सम्बन्धबाट उत्पन्न परिणाम हो । त्यसैले यस प्रकारको हिंसाबाट महिला पुरुष जो सुकै पनि प्रभावित हुन सक्दछन् । तर समाजमा महिलालाई दोस्रो दर्जाको स्थान दिइएको छ । त्यसैले सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाबाट महिला र किशोरीहरू बढी प्रभावित हुने गरेको दिनहुँ जस्तो समुदायमा घट्ने घटनाहरूले पुष्टि गरेका छन् (तथ्याङ्कबाट पनि प्रस्ट गराउने-तथ्याङ्कका लागि ओरेक नेपालद्वारा प्रकाशित महिला हिंसा सम्बन्धि वर्ष पुस्तक अन्वेशी हेर्नुहोला) । त्यसैगरी समाजमा बालबालिकाहरूप्रति रहेको मूल्य/मान्यता र दिइएको स्थानका कारण त्यसबाट बालबालिका पनि प्रभावित हुन्छन् भन्ने बारे सहभागीहरूलाई स्पष्ट बनाउनु पर्दछ । यस प्रकार सम-न्यायिक घटनाहरूको उदाहरण दिई स्पष्ट बनाएमा तालिम अझ बढी प्रस्ट र प्रभावकारी हुन्छ ।

सत्र २ : महिलामाथि हुने हिंसालाई बुझ्दा (Understanding Violence against women)

समय : ५ घण्टा



यो सत्र किन ?

सामाजिक, राजनीतिक, आर्थिक संरचनाभित्र पितृसत्तात्मक मूल्य मान्यताहरूले जरो गाडे बसेको हाम्रो जस्तो मुलुकमा महिलाहरूमाथि हुने हिंसाले भयानक रूप लिएको पाइन्छ। यसले विकासको लक्ष्य प्राप्तमा प्रत्यक्ष प्रभाव पारिरहेको छ। महिलामाथि हुने हिंसा जनस्वास्थ्यको समस्या हो भनी विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनका प्रतिवेदनहरूले स्पष्ट बनाएका छन्। महिलामाथि हुने हिंसाको अन्त्य नभए सम्म सबैको लागि स्वास्थ्यको लक्ष्य पूरा हुन सक्दैन। सहस्राब्दी लक्ष्य हासिल हुन सक्दैन।

हुन त अहिले महिलामाथि हुने हिंसा नियन्त्रण गर्ने उद्देश्यले राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा विभिन्न सन्धि सम्झौताहरू, ऐन, नियम, नियमावलीहरूको तर्जुमा गरिएका छन् तर परिणाम भने उत्साहजनक देखिएको छैन। यो सबैको लागि सोचनीय विषय भएको छ। त्यसकारण स्वास्थ्य क्षेत्रमा काम गर्ने सबैले महिला हिंसाका बारेमा बुझ्नु आवश्यक छ। महिला हिंसालाई स्पष्ट रूपले बुझी यसका कारणहरू पहिचान गर्न सक्दा सबैका स्वास्थ्य आवश्यकता बुझ्न सकिन्छ। यसलाई सम्बोधन गर्न सकिन्छ।

यही आवश्यकतालाई मनन गर्दै महिलामाथि हुने हिंसा, यसको कारण, प्रकार र असरहरूको बारेमा गहिराईसम्म बुझ्न सहभागीहरूलाई स्पष्ट बनाउँछ, भन्ने उद्देश्यले यो सत्र राखिएको हो।

सत्रको अन्तमा सहभागीहरूले :

- महिलामाथि हुने हिंसा सबैको साझा समस्या हो भनी आत्मसात् गर्नेछन्।
- महिला हिंसाका कारण र अन्तरनिहित तत्वहरूका बारेमा स्पष्ट भई आफ्नो काममा लागू गर्न सक्नेछन्।
- हिंसाको कारण महिलाको स्वास्थ्यमा के कस्तो असर पर्दछ र त्यसलाई स्वास्थ्यको दृष्टिकोणले कसरी विश्लेषण गर्ने भन्ने सीपको विकास हुनेछ।

विषयवस्तुहरू

विषय क) महिलामाथि हुने हिंसाको परिभाषा र कारणहरू – ४ घण्टा

विषय ख) महिलामाथि हुने हिंसाका प्रकारहरू – ३० मिनेट

विषय ग) महिलामाथि हुने हिंसाका अन्तरनिहित तत्वहरू – ३० मिनेट

क) महिलामाथि हुने हिंसाको परिभाषा र यसका कारणहरू



समय : ४ घण्टा



तालिम विधि: प्रश्नोत्तर, फिल्ममा आधारित छलफल, समूह छलफल



तालिम सामग्रीहरू : न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मास्किङ्ग टेप, “अदृष्य सत्य” फिल्मको सिडी, ल्यापटप, एलसिडी इत्यादि



क्रियाकलाप:

चरण १ : सहभागीहरूलाई महिलामाथि हुने हिंसा भनेको के हो ? भनी प्रश्नोत्तर विधिबाट सत्र सुरु गर्ने । उनीहरूबाट आएका जवाफहरूलाई बोर्डमा टिप्ने ।

चरण २ : यसमा अब्ग बढी स्पष्टता ल्याउनका लागि (अदृष्य सत्य वा अन्य कुनै महिलामाथि हुने हिंसा सम्बन्धी) फिल्म देखाउने । (फिल्मको लागि २ घण्टा)

चरण ३ : फिल्म हेरी सकेपश्चात फिल्मको बारेमा निम्न प्रश्नको आधारमा छलफल गर्ने । (छलफलका लागि १५ मिनेटको समय लिने)

- महिलामाथि हुने हिंसा केलाई भन्ने ?
- महिलामाथि हुने हिंसाका कारणहरू के-के हुन् ?

चरण ४ : छलफलपछि सहभागीहरूलाई चार समूहमा विभाजन गरी निम्न विषयहरूमा छलफल गर्न लगाउने ।

- दुइवटा समूहलाई महिलामाथि हुने हिंसाको परिभाषा के हो भनी परिभाषा तयार गर्न लगाउने ।
- दुइवटा समूहलाई महिलामाथि हुने हिंसाका कारणहरू के-के हुन् भनी पत्ता लगाउन लगाउने ।

चरण ५ :

- पाठ्य सामग्रीको सहायता (पेज नं. १०२) ले सहभागीहरूलाई महिलामाथि हुने हिंसा र यसका कारणहरूको बारेमा स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

बबल अभ्यास किन गर्ने

महिलामाथि हुने हिंसाको कारणको कुरा गर्दा सतहीरूपले मात्र कुरा गरेर हुँदैन । यसको कारणको पनि कारण खोज्दै जानु पर्दछ । यसो भएमा मात्र हिंसा हुनुको जड कारण के हो भन्ने पत्ता लगाउन सकिन्छ र समाधानको लागि कसले के गर्न आवश्यक छ भन्ने विषयमा छलफल गरी रणनीतिक तवरले काम गर्न सकिन्छ । समस्याको जड कारण पत्ता लगाई योजना तर्जुमा र कार्यान्वयन गऱ्यो भने मात्र समस्या समाधान हुन्छ । त्यसैले यो अभ्यास कारणको कारण पत्ता लगाउने उद्देश्यले गरिएको हो ।

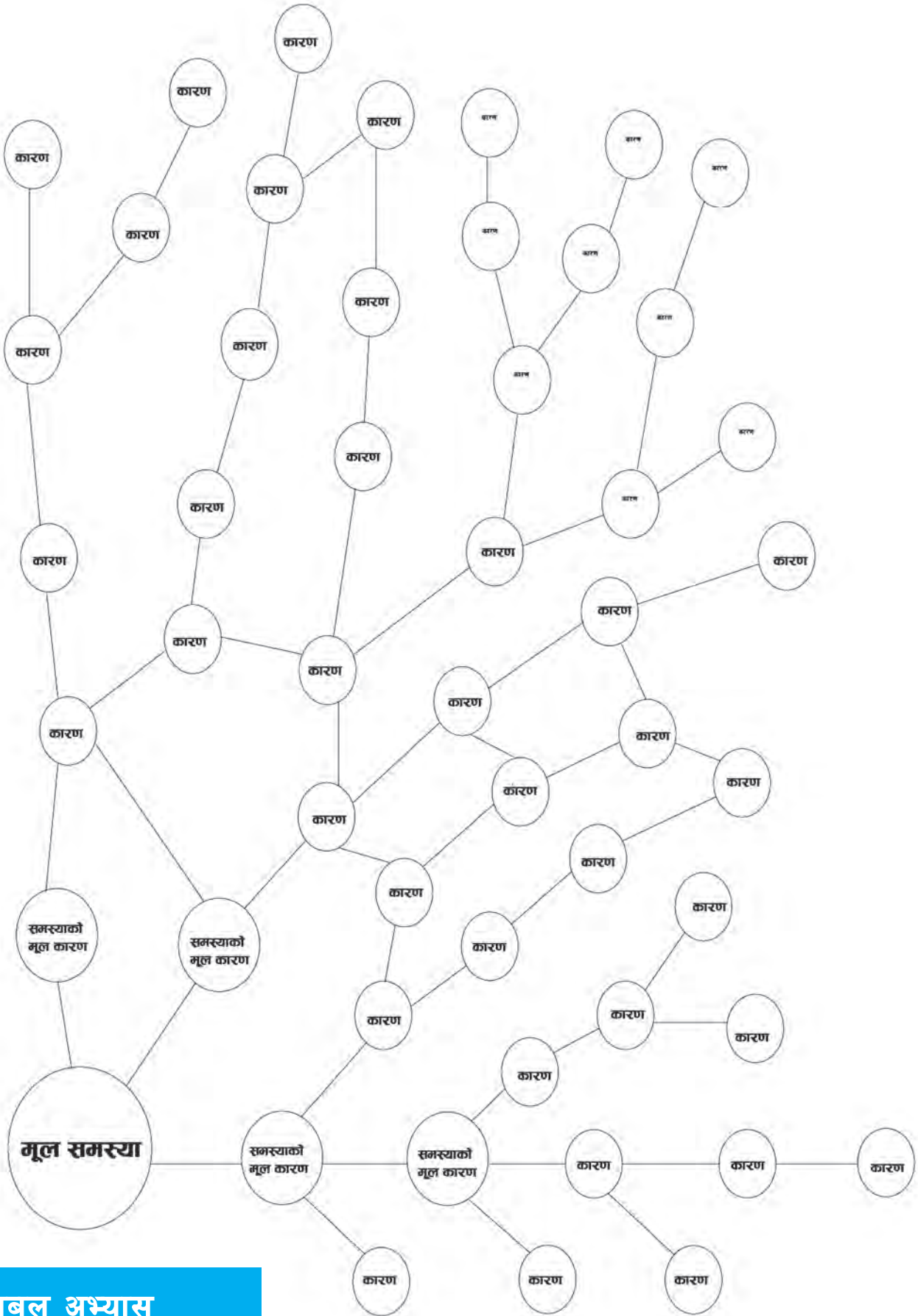
बबल अभ्यास गर्ने तरिका :

- * सहभागीहरूको संख्या हेरी ४ वा ५ वटा समूहमा विभाजन गर्ने ।
- * सहभागीहरूलाई हिंसाको कारण पत्ता लगाई त्यो कारणको पनि कारण पत्ता लगाउन लगाउने । (सहभागीहरूले महिलामाथि हुने हिंसाको प्रमुख कारणमा छलफल गर्दा जस्तै : आर्थिक अवस्था कमजोर भएको कारण, छोरालाई मात्र मान्यता दिने सामाजिक चलन, शिक्षाको कमी वा चेतनाको कमी, पुरुष प्रधान समाज आदि जस्ता कारणहरू निकाल्न सक्छन् । यसरी सहभागीबाट आएका प्रमुख कारणहरूलाई मुख्य कारण मानि त्यी मुख्य कारणको सहायक कारणहरू के के हुन सक्छन् भनी छलफल गर्न लगाउने । यसरी समूह कार्य गर्दा साना साना कारणहरूलाई पनि लेख्न भन्ने ।)
- * सबै कारणहरूको कारण लाई न्युज प्रिन्टमा लेखी बबल अभ्यास गर्न लगाउने ।
- * यो अभ्यासका लागि लामो समय लाग्ने भएकोले सहभागीलाई छलफल गर्न पर्याप्त समय दिनु पर्दछ । (छलफलको लागि १ घण्टा समय दिने)
- * सबै समूहले यो अभ्यास सकिसकेपछि पालै पालो प्रस्तुत गर्न लगाउने । यदि अर्को समूहले अझ बढी कारणहरू ल्याउन सकेमा त्यसलाई पनि समावेश गर्ने । यसरी सबै समूहलाई प्रस्तुत गर्न लगाउने । सबैको प्रस्तुति सकिए पछि महिलामाथि हिंसा हुने कुनै एउटा ठूलो कारण मात्र नभएर साना साना कारणहरूले पनि हुन सक्छ भन्ने कुराको जानकारी गराउनु पर्दछ ।

सहजकर्तालाई नोट

महिलामाथि हुने हिंसा महिला र पुरुष विच समाजमा स्थापित असमान शक्ति सम्बन्धको परिणाम हो । यी शक्ति सम्बन्धहरूलाई समाजमा सामाजिक-आर्थिक, सामाजिक-राजनैतिक तथा राजनैतिक-आर्थिक संरचनाहरूले प्रभावित गर्दछन् । यिनका आधारमा कोहि व्यक्तिहरू बढी शक्तिवान र केही शक्तिविहीन अवस्थामा रहन पुग्छन् । यसले शक्तिवानलाई शक्तिविहीन व्यक्तिहरू माथि नियन्त्रण गर्ने शक्ति दिन्छ । फलस्वरूप हिंसा उत्पन्न हुन्छ । सहभागीहरूलाई यी विषयहरूमा केन्द्रित हुँदै हिंसाका कारणहरूका बारे स्पष्ट बनाउनु पर्दछ । यसका लागि विशेष अध्ययन र सतर्कता अपनाउन पर्ने हुन्छ ।





बबल अभ्यास

ख) महिलामाथि हुने हिंसाका प्रकारहरू

समय : ३० मिनेट

तालिम विधि : प्रश्नोत्तर, समूह छलफल, व्याख्या

तालिम सामग्री : न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मास्किङ्ग टेप

क्रियाकलाप

चरण १: सहभागीहरूलाई महिलामाथि कुन कुन प्रकारका हिंसाहरू हुन्छन् भनी प्रश्न गर्ने । योभन्दा अघिल्लो अभ्यासमा देखाइएको फिल्मको आधारमा हिंसाका प्रकारहरू निकाल्न लगाउने ।

चरण २ : सहभागीहरूबाट आएका जवाफ अनुरूप सहभागीहरूलाई चार समूहमा विभाजन गरी हरेक समूहलाई एक एक प्रकारका हिंसाहरूभित्र के-कस्ता हिंसा पर्दछन् भनेर छलफल गर्न लगाउने ।

चरण ३: अन्त्यमा सहभागीहरूलाई दृष्य सामग्रीको माध्यमबाट शारीरिक, मानसिक, यौनिक, सांस्कृतिक र सामाजिक हिंसा भनेको के हुन् र यिनीहरूभित्र के-कस्ता व्यवहारहरू पर्दछन् भन्ने बारे स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

ग) महिलामाथि हुने हिंसाका अन्तरनिहित तत्वहरू

समय : ३० मिनेट

तालिम विधि : प्रश्नोत्तर, खेल (बेलुन र पिनको), छलफल

तालिम सामग्रीहरू : बेलुन, पिन

क्रियाकलापहरू :

चरण १: महिलामाथि हुने हिंसाको कारणहरूको पनि मुख्य कारण के हो भनी प्रश्न गर्ने र



सहभागीहरूबाट आएको जवाफलाई न्युजप्रिन्टमा टिप्पै जाने ।

चरण २ : यसमा अझ प्रस्ट हुन एउटा खेल खेलौं भनी सहभागीहरूलाई ठूलो खुला ठाउँमा लैजाने र बेलुन र पिनको खेल खेलाउने । खेलको लागि १५ मिनेटको समय लिन सकिन्छ ।

बेलुन र पिनको खेल खेलाउने तरिका

- * सहभागीहरूलाई गोलाकारमा उभिन लगाई सबैलाई एक-एक वटा बेलुन दिने । बेलुन फुकेर, बाधेर हातमा लिन लगाउने । पिन पनि दिने
- * सहभागीहरू सबैलाई आफ्नो आफ्नो बेलुन जोगाउनुहोस् भनेर दौडन लगाउने ।
- * सहभागीहरू सबैलाई आफ्नो आफ्नो बेलुन जोगाउनुहोस् भन्दै ठूलो आवाजमा कराउँदै सहभागी वरिपरि घुमिरहने । ३ मिनेट पछि आ-आफ्नो ठाउँमा उभिन लगाउने ।
- * समय सकिएपछि सबै सहभागीहरूलाई बेलुन जोगाउनुहोस् भनेकोमा किन एक अर्काको बेलुन फुटाउनु भयो ? भनेर प्रश्न गर्ने ।
- * सहभागीहरूबाट यसप्रकारका जवाफहरू आउन सक्छन्: आफूसँग भएको शक्तिको प्रदर्शन गर्न पिनको प्रयोग गरेको, आफ्नो बेलुन जोगाउन अरूको फुटाउनु पर्ने बाध्यता इत्यादि । पिन दिएको कारण फुटाउनुपर्छ होला जस्तो लागेर फुटाएको ।
- * यसपछि हिंसा हुनु वा गर्नुको पछाडि शक्तिको कारण हुन्छ भन्नेमा सहभागीहरूलाई स्पष्ट गराउने ।

सहजकर्तालाई नोट :



यो बेलुन र पिनको खेलमा पिनलाई शक्तिको प्रतीकको रूपमा लिइएको छ भने बेलुनलाई जोखिमको स्थितिमा रहेको बस्तुको रूपमा लिइएको छ । कुनै पनि मानिसको हातमा शक्ति भएपछि उसले त्यसको शक्तिको प्रयोग कसरी गर्दछ, भन्ने कुरालाई उसको सामाजिकीकरण प्रक्रियामा भर पर्दछ भन्ने यो खेलले देखाउँछ । खेलमा सबैलाई आफ्नो बेलुन जोगाउनु भनिएको थियो तर किन सबैले अरूको बेलुन फुटाउनु भएको भनी प्रश्न गर्ने । यस कुरालाई अझ स्पष्ट बनाउन सहजकर्ताले जसको बेलुन फुटेको थियो उसलाई अरूको बेलुन फुटाउँदा कस्तो लाग्यो भनी सोध्ने । त्यसै गरी जसको बेलुन फुटेको थियो उसलाई पनि आफ्नो बेलुन फुट्दा तपाईंलाई कस्तो लाग्यो भन्दै यो छलफल गर्ने । सबैलाई एकै प्रकारले दिएको शक्तिलाई पनि प्रयोगकर्ताले फरक किसिमले प्रयोग गरेको छ । महिलामाथि हुने हिंसा को आधार पनि यही हो । समाजले महिलालाई दोस्रो दर्जामा स्थापित गराएर पुरुषलाई शक्तिवान बनाएको छ । महिला पुरुषमा आश्रित छन् भन्ने मान्यता स्थापित गराएर आफ्नो शक्तिको दुरुपयोग गरी पुरुषले हिंसा गर्न पुग्दछ । उसको सामाजिकरण कसरी गरिएको छ ? सोही अनुरूपको व्यवहार उसले देखाउँछ । त्यसैले महिलामाथि हुने हिंसाको अन्त्यका लागि पुरुषलाई दिइएको असमान शक्ति सम्बन्धको स्थिति परिवर्तित हुनुपर्दछ भन्ने निष्कर्ष निकाल्दै यो अभ्यासको अन्त्य गर्नुपर्दछ ।

सत्र ३ : महिलामाथि हुने हिंसा र स्वास्थ्य



समय : २ घण्टा १५ मिनेट

यो सत्र किन ?

महिलामाथि हुने हिंसा जनस्वास्थ्यको समस्या हो । यो विश्वभर फैलिएको छ । महिलामाथि हुने हिंसा महिलाको मृत्युदरलाई बढाउने ठूलो स्वास्थ्य समस्या हो । हिंसकै कारण महिलाहरू अङ्गभङ्ग भई बाँच्न बाध्य छन् । घरबाट विस्थापित जीवन बिताउन बाध्य छन् साथै एच.आई.भी. तथा यौनरोगहरू जस्ता संक्रामक रोगहरूको जोखिममा बढी परिरहेका छन् । विश्व स्वास्थ्य संघद्वारा गरिएको एक अध्ययन [Multi-country study on Women's Health (2005) Women & Health : Today's Evidence Tomorrow's Agenda (Nov 2009)] लगायत अन्य विभिन्न अनुसन्धानहरूले यिनै यथार्थलाई पुष्टि गर्दछन् ।

तर अबै पनि स्वास्थ्यकर्मीहरूभित्र महिलामाथि हुने हिंसा महिलाको मात्र समस्या हो भनी हेर्ने मान्यता विद्यमान छ । फलस्वरूप महिलाका स्वास्थ्य आवश्यकताहरू पूरा हुन नसकेको स्थिति छ । त्यसैले स्वास्थ्य स्थितिमा अपेक्षा अनुरूप सुधार हुन सकेको छैन । स्वास्थ्य सेवाका क्षेत्रमा लगानी बढाएता पनि सो अनुरूपको उपलब्धि प्राप्त गर्न सकिएको छैन ।

समाजमा महिलालाई दिइएको स्थान तथा व्यक्तिगत जीवनदेखि नीतिगत तहसम्म रहेको विभेदका कारण धेरै महिलाहरू आफूमाथि भएको हिंसालाई बाहिर ल्याउदैनन् । फलस्वरूप समस्याको गम्भिरताका बारेमा आवश्यकताभन्दा कम जानकारी छ । यसले समस्या समाधानका लागि योजना बनाउन समेत कठिनाई छ भने अर्कोतिर जति समस्याहरू बाहिर आउँछन्, तिनले पनि न्याय पाउन नसकेको स्थिति छ । न्याय नपाउने हो भने आफूमाथि भएको समस्या बाहिर ल्याए पनि के हुन्छ र भन्ने मान्यताका कारण महिलाहरू हिंसा खपेर बस्न बाध्य छन् । यसले उनीहरूको स्वास्थ्यमा प्रत्यक्ष प्रभाव पारिरहेको छ ।

स्वास्थ्य समस्या भएपछि महिलाहरू स्वास्थ्य संस्थामा आउँछन् । यदि स्वास्थ्यकर्मी महिलामाथि हुने हिंसा र यसले स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभावका बारेमा जानकारी राख्दछ, उक्त सवालमा संवेदनशील छ भने उसले स्वास्थ्य जाँचको क्रममा महिलामाथि भएको हिंसाको स्थिति पहिचान गर्न सक्दछ । यसको मूल कारण र सहयोगी कारण पत्ता लगाउन सक्दछ । औषधि उपचारका लागि उपयुक्त ढाँचा तयार गर्न सक्दछ जसले गर्दा उसले गरेको सहयोग प्रभावकारी हुन्छ । तसर्थ समुदायदेखि राष्ट्रिय स्तरसम्म विभिन्न तहमा रही काम गर्ने स्वास्थ्यकर्मीहरूमा महिलामाथि हुने हिंसा र यसले स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभावका बारे जानकारी हुनु आवश्यक छ । यिनै आवश्यकताहरूमा केन्द्रित भई यो सत्रका विषयवस्तुहरू राखिएका छन् ।

सत्रको अन्तमा सहभागीहरू :

- * महिलालाई महिला भएकै कारण गरिने विभेद र त्यस विभेदकारी व्यवहारबाट उत्पन्न हिंसाले गर्दा उनीहरूको स्वास्थ्यमा के कस्तो प्रभाव परिरहेको हुन्छ भन्ने कुरामा स्पष्ट हुनेछन् ।
- * महिलाका स्वास्थ्य समस्याहरूलाई गहिरिएर विश्लेषण गर्ने सीपको विकास भएको हुनेछ ।
- * महिलामाथि हुने यौन दुर्व्यवहार र त्यसले महिलालाई शारीरिक तथा मानसिक रूपमा पर्ने हिंसाको बारेमा स्पष्ट भई संवेदनशील भई काम गर्न सक्ने छन् ।

विषयवस्तुहरू :

- क) महिलामाथि हुने हिंसा र महिला स्वास्थ्यमा पर्ने प्रभाव तथा असरहरू – १ घण्टा ३० मिनेट
- ख) यौन हिंसा, बलात्कार र यौन दुर्व्यवहार – ४५ मिनेट

क) महिलामाथि हुने हिंसा र यसले स्वास्थ्यमा पर्ने प्रभाव/असरहरू



समय : १ घण्टा



तालिम विधि : घटना अध्ययन, समूह छलफल, ग्यालरि हिंडाई



तालिम सामग्रीहरू : घटना अध्ययनहरू, न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मास्किङ टेप, हस्तपत्र



क्रियाकलाप

चरण १ : सत्र २ अभ्यास 'ख' मा हिंसाका प्रकारहरूको बारेमा छलफल गरेको समूहहरूलाई आफूहरूले गरेको उक्त अभ्यासको न्युजप्रिन्ट निकाल्न लगाउने ।

चरण २ : हरेक समूहलाई आफूले छुटाएको हिंसा त्यसभित्र पर्ने व्यवहारहरूले व्यक्तिको शारीरिक, मानसिक र सामाजिक स्वास्थ्यमा के-के असर पार्दछन् छलफल गर्न अनुरोध गर्ने । छलफल का लागि १५ मिनेटको समय दिने ।

चरण ३ : सहभागीहरूले छलफल गरी ल्याएका न्युजप्रिन्ट, चार्ट पेपरहरू सबैले देख्ने ठाउँमा भुण्डाउन लगाउने । अनि हरेक समूहले अर्को समूहका बुँदाहरू हेर्ने नबुझेका प्रश्नहरू गर्ने भनी अर्को १० मिनेटको समय दिने ।

चरण ४ : सहभागीहरूलाई ४ समूहमा विभाजन गरी ४ थरिका घटनाहरू (पेज नं. १७८) अध्ययनको लागि दिने । ती घटनाहरू ५ मिनेट अध्ययन गरेपछि ती घटनामा आधारित प्रश्न छलफल गर्ने ।

चरण ५ : अन्त्यमा पावर प्वाइन्टको सहयोग लिइ महिलामाथि हुने हिंसा र यसले स्वास्थ्यमा पार्ने असरको बारे प्रस्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

ख) यौन हिंसा, बलात्कार र यौन दुर्व्यवहार

समय : ४५ मिनेट

तालिम विधि : समूह छलफल र प्रश्नोत्तर

तालिम सामग्री : न्युजप्रिन्ट , मार्कर, मास्किङ टेप, हस्तपत्र

क्रियाकलापहरू :

चरण १ : सहभागीहरूलाई ३ वटा समूहमा विभाजन गरी एउटा समूहलाई एक प्रकारको हिंसाको बारेमा छलफल गरी परिभाषा, कारण र यसको असर तयार गर्न दिने ।

- १ यौन हिंसा
२. बलात्कार
३. यौनदुर्व्यवहार

चरण २: परिभाषा प्रस्तुती पश्चात यस्ता हिंसाले व्यक्तिको प्रजनन तथा यौन स्वास्थ्यमा कस्तो असर पार्दछ ? कस्तो परिणाम आउँछ भन्नेमा सोही समूहलाई पुनः छलफल गर्न लगाउने ।

चरण ३ : सहभागीहरूको प्रस्तुतीपछि यस्ता यौन हिंसाले व्यक्तिको समग्र स्वास्थ्यमा कस्तो असर पार्दछ ? भन्ने बारेमा स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

सहजकर्तालाई नोट :

यो अभ्यास यसभन्दा अगाडिको अभ्यासमा गरिएको छलफलसँग धेरै मिल्छ, कुराहरू दोहोरिन सक्दछन् । यो अभ्यासमा यौन हिंसाहरूका कारण महिलाको स्वास्थ्यमा समस्या र जोखिम हुन सक्छ जस्तो तल्लो पेटको सङ्क्रमण, यौनरोगहरूका साथै एच.आई.भी/एड्स, अनिच्छित गर्भधारण, यौनअनिच्छा वा यौन सम्बन्धमा विभिन्न समस्याहरू, व्यवहारगत समस्याहरूका साथै मानसिक स्वास्थ्य समस्याहरू हुन सक्छन् भन्ने बारेमा स्पष्ट गर्दै महिलाहरू र पुरुषको यौनिकताप्रति रहेको विभेदपूर्ण मूल्य मान्यताले कसरी यौनहिंसालाई प्रश्रय दिईरहेका छन् भन्ने बारे छलफल केन्द्रित गर्नु प्रभावकारी हुन्छ ।



सत्र ४ : महिलामाथि हुने हिंसा र मानसिक स्वास्थ्य



समय : २ घण्टा १५ मिनेट

यो सत्र किन ?

महिलामाथि हुने हिंसाले महिलाको मानसिक स्वास्थ्यमा गम्भीर असर पार्दछ। महिला हिंसा विरुद्धको वर्ष पुस्तक अन्वेषी २०११ (ओरेक नेपाल) का अनुरूप १५६९ हिंसा पीडित महिलाहरूमध्ये ६५ प्रतिशत महिलाहरूको मानसिक स्वास्थ्यमा प्रभाव पारेको देखिएको छ। त्यसैगरी विश्वका अन्य विभिन्न राष्ट्रहरूमा गरिएको अध्ययनहरूले महिलामाथि हुने हिंसाले महिलाको स्वास्थ्यलाई गम्भीर असर पार्दछ भन्ने पुष्टि गरेका छन्। अष्ट्रेलियाको राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य तथा Well being सर्वेक्षण २००७ ले सामाजिक लैङ्गिक विभेद भएका महिलाहरूमध्ये ५७.३ प्रतिशत महिलाहरूको जीवन भर कुनै न कुनै मानसिक स्वास्थ्य समस्या रहन्छ भन्ने देखाएको छ। सोही सर्वेक्षणले कुनै एक प्रकारको हिंसा खपेका महिलाहरू मध्ये ७.७ प्रतिशत महिलाले आत्महत्याको प्रयास गर्दछन् भने ३-४ थरिका हिंसा खप्ने महिलाहरू मा आत्महत्याको प्रयास ३४.७ प्रतिशतले बढ्दछ भने तथ्य स्पष्ट छ। हाम्रो देशमा पनि महिलाहरूमा आत्महत्याको संख्या बढ्दैछ। अनुसन्धानको अभावमा यो हिंसाको कारणले नै हो भनी किटान गर्न नसकिएता पनि तर्क गर्ने आधारहरू भने प्रशस्त छन्।

लामो समयसम्म हिंसापूर्ण अवस्थामा रहने व्यक्तिहरूमा उदासी चिड्चिडापनदेखि लिएर आघातको स्थितिसम्म भएको हुन सक्छ। महिलामाथि हुने हिंसाले यस्ता स्थितिहरू ल्याउन सक्दछ।

महिलामाथि हुने हिंसा र यसले ब्यक्तिको मानसिक स्वास्थ्यमा पार्न सक्ने प्रभावका बारेमा बुझ्नु आवश्यक हुन्छ। यस प्रकारको बुझाइले समस्यालाई उचित तवरले सम्बोधन गर्नुका साथै नचाहिँदो औषधिको प्रयोगबाट जोगाउन सक्दछ। हिंसाका कारण महिलाहरूको मानसिक स्वास्थ्यमा पर्ने असरहरू विशेष गरी आघातको बारेमा स्पष्ट बनाई सम्बोधन गर्ने सीपको विकास गर्ने आधार तयार गर्ने उद्देश्यले यो सत्रमा विषयवस्तुहरू राखिएका छन्।

यो सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरूले :

- हिंसा पीडितका मनोवैज्ञानिक आवश्यकताहरूको सूची तयार गर्न सक्नेछन्।
- आघातलाई परिभाषित गर्न सक्नेछन्।
- आघातका लक्षणहरू पहिचान गरी सम्बोधनका लागि पहल गर्नेछन्।

विषयवस्तुहरू :

- क) आधारभूत मनोवैज्ञानिक आवश्यकताहरू – ४५ मिनेट
- ख) आघात – ४५ मिनेट
- ग) आघातमा हुने प्रतिक्रियाहरू – ४५ मिनेट

क) आधारभूत मनोवैज्ञानिक आवश्यकताहरू :

समय : ४५ मिनेट

तालिम विधि : घटना अध्ययन, समूह छलफल, प्रश्नोत्तर

तालिम सामग्री : न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मास्किङग टेप, घटना अध्ययनहरू

क्रियाकलाप :

चरण १ : सहभागीहरूलाई चार समूहमा विभाजित गरी एक-एक समूहलाई एउटा-एउटा घटना छलफलका लागि दिने, छलफल घटनासँग संलग्न प्रश्नहरूका आधारमा गर्न प्रोत्साहित गर्ने । (रमा, मन्दिरा, देवकुमारी र प्रभाको कथा - घटना अध्ययन पेज नं. १११)

चरण २ : सहभागीहरूको प्रस्तुतीपछि सहभागीहरूमध्ये एक जनालाई अगाडि बोलाई व्यक्तिका मनोवैज्ञानिक आवश्यकताहरू के-के छन्? प्रश्न गर्ने । छलफलको आधारमा मनोवैज्ञानिक आवश्यकता सम्बन्धी सूची तयार गर्ने ।

चरण ३ : दृष्य सामग्री (power point) वा न्युजप्रिन्टको सहयोगले मनोवैज्ञानिक आवश्यकता सम्बन्धी चक्र (पेज नं. ११४) र त्यसमा उल्लेख गरिएका चरणहरूका बारेमा स्पष्ट बनाउदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

ख) आघात (Understanding Trauma)

समय : ४५ मिनेट

तालिम विधि : प्रश्नोत्तर, व्याख्या, छलफल





तालिम सामग्री : न्युजप्रिन्ट, **Power point slide**, मार्कर



क्रियाकलापहरू

चरण १ : सहभागीहरूलाई आघात भनेको के हो (पेज नं. ११४) ? र यो कस्तो अवस्थामा हुन्छ भन्ने प्रश्न राख्ने । आएका जवाफहरूलाई बोर्ड वा न्युजप्रिन्टमा टिप्पै जाने ।

चरण २ : सहभागीहरूलाई **Power point** को सहायताले आघातको परिभाषा र कारणका बारेमा स्पष्ट बनाउने ।

चरण ३ : आघातका प्रकारहरूका बारेमा उदाहरण दिन अनुरोध गर्दै सहभागीहरूबाट आएका जवाफहरूलाई टिप्पै जाने । अन्त्यमा सहभागीहरूलाई आघात निम्न अवस्थामा हुन सक्दछ भन्नेमा स्पष्ट बनाउने ।

- प्राकृतिक प्रकोप
- कुनै दुःखद घटना
- लडाईं सशस्त्र द्वन्द्व
- शारीरिक चोटपटक पीडा
- नजिकैको व्यक्तिको मृत्यु
- सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा

ग) आघातमा हुने प्रतिक्रियाहरू



समय : ४५ मिनेट



तालिम विधि : छलफल, मस्तिस्क मन्थन ,ब्याख्या



तालिम सामग्री : न्युजप्रिन्ट, मार्कर, हस्तपत्र (पेज नं. ११६)



क्रियाकलाप

चरण १ : सहभागीहरूलाई आफ्नो जीवनमा घटेको घटना, आफूलाई परेको आघात सम्झन लगाउने यस्तो घटना सम्झेपछि उक्त घटना घटेको बेला कस्तो प्रतिक्रिया व्यक्त गर्नु भएको थियो भनेर सम्झन लगाउने ।

सहजकर्तालाई नोट :

यस्तो घटना सम्झदा सहभागीहरूका लागि साह्रै पीडादायी हुन सक्दछ । उनीहरूले व्यक्त गर्ने प्रतिक्रिया पीडादायी हुन सक्दछ । त्यसकारण भन्न चाहने वा नचाहने सहभागीको अधिकार हो । कर गर्नु हुँदैन । भनेपछि पनि विचार गर्नुपर्छ । सहयोगका हातहरू उपलब्ध गराउनु पर्दछ । समय भए यो अभ्यास संगीतको सहयोग लिएर पनि गर्न सकिन्छ ।



चरण २ : सहभागीहरूलाई भर्खरै गरेको अभ्यास कस्तो लाग्यो भनेर सोध्ने । त्यसपछि उनीहरूलाई आघातको सुरु र अन्त्यमा आफूभित्र घटना सम्झदा वा घटना भएको बखतमा आएका प्रतिक्रियाहरू संभ्रमै भित्ताको चार कुनामा राखिएको न्युजप्रिन्टको निष्कर्ष अनुरूपको आफ्नो अनुभव लेख्नु लगाउने ।

यसरी राखिएको न्युजप्रिन्टमा निम्न शीर्षकहरू लेख्ने

- **भावनात्मक :** जस्तै चिन्ता, एकलै बस्न मन लाग्ने, मूडमा उतार चढाव, नैराश्यता, पीडा, डर इत्यादि ।
- **Cognitive :** पुरानो घटना संभ्रमे, मन तरंग हुने, राती डर लाग्ने, कुरा गर्दा गर्दै अर्को तिर जाने , निर्णय गर्न नसक्ने इत्यादि ।
- **शारीरिक :** सास फेर्न गाह्रो हुने, रिडगटा लाग्ने, अल्लि लाग्ने, पसिना आउने, निन्द्रा नलाग्ने इत्यादि ।
- **व्यवहारिक :** आफूलाई अरुबाट टाढा राख्ने, रुची बढ्ने-घट्ने, नशालु पदार्थ सेवन गर्ने, मर्न मन लाग्ने जस्ता कुराहरू

चरण ३: सहभागीहरूले आफ्ना प्रतिक्रियाहरू लेखिसकेपछि यस्ता प्रकृयाहरू असमान घटना हुँदा हुने सामान्य प्रकृया हुन् भन्ने बारेमा स्पष्ट बनाउने । मानिसहरूका जीवनमा यस्ता घटनाहरू बारम्बार घट्छन् । घर परिवार साथिहरूको सहयोगले व्यक्तिगत घटनाबाट बाहिर निस्कदा तर महिलामाथि घट्ने घटनामा महिला लाई नै दोषि देखाईन्छ । यसका लागि सहयोगका हात भन्दा पनि उसकै कारणले ऊ आफू पीडित भएकी हुन् भन्ने आत्मसात गराईन्छ । फलस्वरूप महिलाहरू बढी आघातको स्थितिमा पुग्दछन् भन्दै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

संगीतको सहयोगबाट अभ्यास गर्ने तरिका :

सहभागीहरूलाई आरामका साथ भुईँमा सुत्न लगाउने । यसरी सुत्दा एक जना अर्को भन्दा टाढा शरीर नछोइने गरी सुत्न लगाउनु पर्दछ । मधुरो संगीतको धुनमा सबैलाई आँखा चिम्ल गर्न लगाएर विस्तारै आफ्नो जीवनको पछाडि जान र त्यहाँ कहिल्यै आफूलाई आघात

पर्ने कुनै घटना घटेको थियो ? भनेर प्रश्न गर्ने उक्त घटना घट्टा कस्तो प्रतिक्रिया जनाउनु भएको थियो, त्यो पनि संभन लगाउन सकिन्छ । तर याद गर्नुहोस् यसरी अभ्यास गर्दा पनि केही सहभागीहरूलाई पीडा हुन सक्दछ । उनीहरूलाई सहयोग आवश्यक हुन्छ । त्यसैले त्यसमा होस पुऱ्याउनु आवश्यक हुन्छ ।

आघात सिद्धान्त

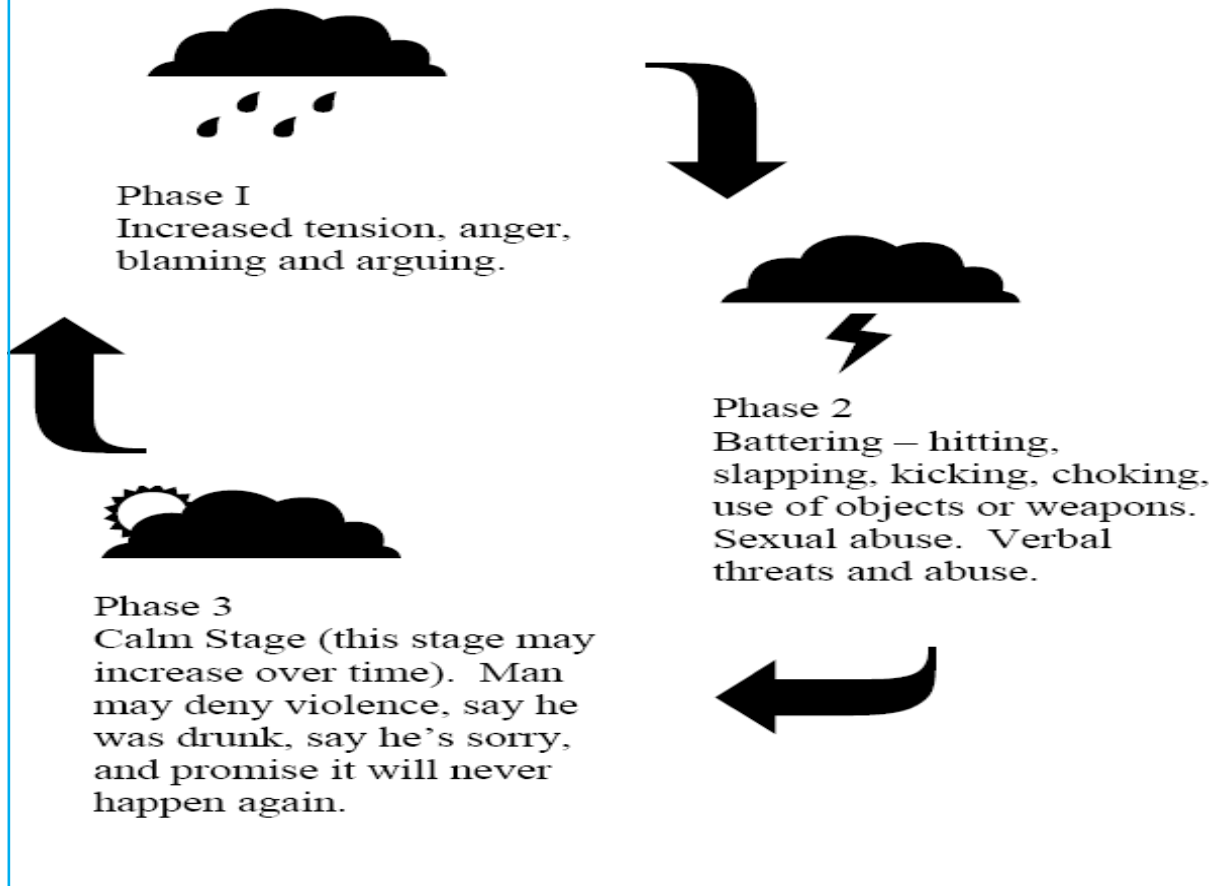
विभिन्न किसिमका पीडा, चोट, डर, त्रासबाट पीडितको कारण व्यक्तिहरूमा देखिने पीडा, चिन्ता जस्ता प्रतिक्रियाहरूलाई मानसिक विशेषज्ञहरूले **Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)** भनी पहिचान गरेका छन् ।

आफ्ना पीडाहरू सधैं आफ्ना अगाडि दोहोरिए भैं लाग्ने, आफ्ना सोच, कल्पनाहरूमा सधैं पीडाको अनुभूति भइरहने, आफ्ना अगाडि दुःखद घटनाका दृश्य भल्भली आइराख्नु जस्ता प्रतिक्रियाहरूलाई परिभाषित गर्न PTSD शब्द प्रयोग गरिन्छ ।

PTSD भित्र आफूमाथि घटेका घटनालाई सम्भेर डराउनु, आत्तिनु, राती सुत्दा अचानक तर्सिनु, पसिना आउनु, कतैबाट पीडकले बोलेभैं लाग्नु, आफूलाई आफ्नै वारेमा थाहा नहुनु अर्थात् आफ्नो शरीर कस्तो अवस्थामा छ र वरपरको स्थिति कस्तो छ भन्ने होस नहुनु, आफू एकलो भएको अनुभव हुनुजस्ता विभिन्न व्यवहारहरू पर्दछन् । यसका अतिरिक्त आफूमाथि घटेको घटना सम्भिरहनु, निद्रा नलाग्नु, दिक्क लाग्नु, बारम्बार रिस उठ्नु, रिस उठेका बेला आफूलाई नियन्त्रण गर्न नसक्नु, कुनै पनि कुरामा एकचित्त हुन नसक्नु जस्ता लक्षणहरू देखिन्छन् । यस्ता लक्षणहरू विभिन्न प्रकारका हिंसा पीडित व्यक्तिहरूमा देखिन्छन् ।

आघातका सिद्धान्तले निम्न प्रश्नहरूलाई समेट्छ, यो घटना तपाईंलाई नै किन भयो ? यसमा तपाईं आफैलाई कसरी व्यवस्थापन गर्नुहुन्छ । यस्ता घटना भविष्यमा नहुनको लागि तपाईं कसरी व्यवस्थापन गर्नुहुन्छ । (Trauma theory shifts the question from "why did this happen to you and how can change to prevent it from happening again?" to "What is your response to what hs happened and how can manage that response so as to feel better?")

आघातको चक्र



मोड्युल २

स्वास्थ्य अधिकार र राज्यका प्रतिबद्धताहरू

स्वास्थ्य अधिकार र राज्यका प्रतिबद्धताहरू



समय : ७ घण्टा ३० मिनेट

यो मोड्युल किन ?

राज्यद्वारा महिलामाथि हुने हिंसा, सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा मानव अधिकारको हनन हो भनी आत्मसात गरिएको छ। तर मानव अधिकारलाई सम्मान, संरक्षण, प्रवर्द्धन गर्ने काम भने आवश्यकता अनुरूप हुन सकेको छैन। फलस्वरूप महिलाहरू हिंसायुक्त जीवन जिउन बाध्य छन्। यो स्थितिले महिलाको स्वास्थ्य र गुणस्तरीय जीवन बाँच्न पाउने अधिकार हनन भएको छ। महिलामाथि हुने हिंसा आजको संसारमा सबभन्दा बढी फैलिएको मानव अधिकार हननको स्थिति र जनस्वास्थ्यको समस्या हो।

स्वास्थ्य अधिकारभित्र स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गर्ने अधिकार, स्वास्थ्य रहने वातावरण प्राप्त गर्ने अधिकार का साथै स्वास्थ्य रहन पाउने अवस्था पर्दछन्। गरिबी, बेरोजगारी, लैङ्गिक असमानता, जातीय विभेद, खस्कंदो आर्थिक स्थिति तथा फितलो सामाजिक सुरक्षा जस्ता महिलामाथि हुने हिंसा बढाउने तत्वहरू व्यक्तिको समानता, सबै प्रकारका विवेदबाट मुक्त रहन पाउने, शिक्षा, खाना, आवास जस्ता आधारभूत मानव अधिकार हननको परिणाम हो। यो अवस्थामा महिलामाथि हिंसा बढ्छ। स्वास्थ्यको स्थितिलाई प्रभाव पार्दछ। तसर्थ महिलामाथि हुने हिंसा मानव अधिकार हननको परिणाम हो। खराब स्वास्थ्य अवस्था त्यस्तो स्थितिको परिणाम हो।

स्वास्थ्य मनिसको मानव अधिकार हो भनी संयुक्त राष्ट्र सङ्घको वडापत्र देखि नै आत्मसात गरिएको छ। हाम्रो अन्तरिम संविधानले पनि स्वास्थ्यलाई मौलिक अधिकारको रूपमा स्थापित गरेको छ। समाजमा महिलाहरू दोस्रो दर्जाको रूपमा स्थापित छन्। उनीहरूले स्वस्थ रहन पाउने वातावरण प्राप्त गर्न सकेका छैनन्। महिलाहरू दोस्रो दर्जामा स्थापित भएकै कारण निर्णय गर्ने तहमा छैनन्। नीतिगत तहबाट महिलाको स्वास्थ्य आवश्यकताको पहिचान र पूर्तिमा अपेक्षित कार्य हुन सकेको छैन। महिलाहरूको स्वास्थ्य सेवामा सहज पहुँच छैन। फलस्वरूप उनीहरूको स्वास्थ्य आवश्यकता परिपूर्ति हुन सकेको छैन। यो स्थिति रहनुजेल सम्म “सबैका लागि स्वास्थ्य” को अवधारणा पूरा हुन सक्दैन। स्वास्थ्यकर्मीहरूमा स्वास्थ्यलाई अधिकारको रूपमा बुझ्ने र महिला हिंसालाई खराब स्वास्थ्य हुनुको परिणामको कारक र मानव अधिकार हननको स्थितिको रूपमा बुझ्ने क्षमताको विकास भएमा स्वास्थ्य सेवामा गुणस्तरीय सुधार आउन सक्दछ।

यसका साथै कार्यान्वयन तहमा रहेका व्यक्तिहरूमा, व्यक्तिको स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताका

लागि सरकारद्वारा लागू गरिएका नीति कार्यक्रमहरू उपलब्ध कानूनहरूका बारेमा जानकारी भए स्वास्थ्यकर्मीहरूले आफ्नो जिम्मेवारी सहजताका साथ निर्वाह गर्न सक्दछन् ।

यो मोड्युल स्वास्थ्यकर्मीहरूमा स्वास्थ्यलाई मानव अधिकारको रूपमा हेर्ने, हिंसा र स्वास्थ्यको अन्तरसम्बन्ध छुट्याइने विषयमा जानकारी दिने उद्देश्यले राखिएको हो ।

यो मोड्युलमा निम्न सत्रहरू राखिएका छन् ।

सत्र १ स्वास्थ्य र स्वास्थ्य अधिकार – २ घण्टा

सत्र २: स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताका लागि राज्यका प्रतिवद्धताहरू –२ घण्टा

सत्र ३ : स्वास्थ्य अधिकारलाई सुनिश्चित गर्ने मानव अधिकार सम्बन्धी राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय दस्तावेजहरू– २ घण्टा

सत्र ४ : सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा अन्त्यका लागि राष्ट्रिय नीति तथा कार्यक्रमहरू– १ घण्टा ३० मिनेट

सत्र १ स्वास्थ्य र स्वास्थ्य अधिकार



समय : २ घण्टा ४५ मिनेट

यो सत्र किन ?

मानवलाई बाँच्न आवश्यक पर्ने सबै अधिकारहरू प्राप्त गरेको स्थितिमा मात्रै उ स्वास्थ्य रहन सक्दछ । यही स्थितिलाई नै स्वास्थ्य स्थिति भन्न सकिन्छ ।

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा सबै सामाजिक आर्थिक सांस्कृतिक समूहभित्र विश्वभरी नै समाज र व्यक्ति सबैलाई प्रभाव पार्ने मानव अधिकारको हनन तथा जनस्वास्थ्यको समस्या हो । यो समस्या समाधानका लागि स्वास्थ्यलाई समग्रतामा हेर्नु र बुझ्नु आवश्यक हुन्छ । अनि मात्र समाधानका उपायहरू प्रभावकारी हुन सक्दछन् । यिनै आवश्यकताहरूमा केन्द्रित भई यो सत्र सहभागीहरूमा स्वास्थ्यलाई प्रभाव पार्ने तत्वहरूलाई मानव अधिकारमुखी दृष्टिकोणबाट विश्लेषण गर्ने सीपको विकास गर्ने उद्देश्यले राखिएको हो ।

यो सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरूले :

१. स्वास्थ्य र मानव अधिकारको अन्तरसम्बन्ध बुझ्न सक्ने छन् ।
२. महिला स्वास्थ्यलाई महिलाको मानव अधिकारको रूपमा बुझ्ने छन् ।
३. मानव अधिकारमुखी सोचबाट स्वास्थ्य सेवाप्रदान गर्ने कुरालाई आत्मसात गर्ने छन् ।

विषयवस्तुहरू:

विषय क) स्वास्थ्य र स्वास्थ्य अधिकार

विषय ख) स्वास्थ्य र मानव अधिकारको अन्तरसम्बन्ध

विषय ग) मानव अधिकार

क) स्वास्थ्य र स्वास्थ्य अधिकार



समय : १ घण्टा



तालिम विधि : मस्तिस्क मन्थन, समूह छलफल

तालिम सामग्री : न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मास्कडटेप, हस्तपत्र : स्वास्थ्य र स्वास्थ्य अधिकार, हाम्रो शरीर हाम्रै हो



क्रियाकलापहरू :



चरण १ : स्वास्थ्य भनेको के हो ? मस्तिष्क मन्थन गराउने । जवाफहरूलाई बोर्डमा टिप्पै जाने ।

चरण २ : सहभागीहरूलाई ४ समूहमा विभाजन गरी स्वास्थ्यलाई प्रभाव पार्ने तत्वहरू के-के हुन् भनी छलफल गर्न लगाउने । छलफलको लागि समय १५ मिनेट छुट्याउने ।

चरण ३ : सहभागीहरूको प्रस्तुतीपछि सहभागीहरूबाट अगाडि ल्याएका तत्वहरूलाई सामाजिक, आर्थिक, शारीरिक, समूहमा समूहकृत गर्दै प्रस्त बनाउने ।

चरण ४ : सोही समूहहरूमा २ समूहलाई स्वास्थ्य अधिकार भित्र के-के पर्छन् ? छलफल गरी स्वास्थ्य अधिकारको परिभाषा तथा अर्को दुईवटालाई स्वास्थ्यको परिभाषा तयार गर्न लगाउने ।

चरण ५ : सहभागीहरूको प्रस्तुतीपछि सहभागीहरूलाई दृश्य सामग्रीको सहायताले WHO को स्वास्थ्य सम्बन्धी परिभाषा, स्वास्थ्य, स्वास्थ्य अधिकार र स्वास्थ्यलाई प्रभाव पार्ने तत्वहरू (पेज नं. १२० देखि १२५) बारे स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने । थप जानकारीका लागि हाम्रो शरीर हाम्रै हो भाग १ (प्रकाशक : ओरेक नेपाल) पढ्न अनुरोध गर्ने ।

ख : स्वास्थ्य र मानव अधिकारको अन्तरसम्बन्ध

समय : १ घण्टा



तालिम विधि : मस्तिष्क मन्थन, लघुप्रवचन, छलफल, भूमिका अभिनय



तालिम सामग्री : न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मास्कडटेप, हस्तपत्र : मानव अधिकार सम्बन्धी दस्तावेजहरूका प्रतिलिपिहरू



क्रियाकलापहरू :



चरण १ : स्वास्थ्य मानव अधिकार किन हो ? भनी प्रश्न गर्ने । सहभागीमूलक ढंगले ५ जनाबाट जवाफ लिने । आएका जवाफहरूलाई बोर्डमा लेख्दै जाने ।

चरण २ : ६ जना सहभागीहरूलाई अगाडि आएर छोरी छोरी भएकी महिलामाथि समाज र परिवारले हेर्ने दृष्टिकोण र गर्ने हिंसा चित्रण हुने खालको भूमिका अभिनय गर्न लगाउने । अन्य सहभागीहरूलाई यस भूमिकामा उक्त महिलाको के-कस्ता मानव अधिकारहरू हनन भएका छन् र त्यसले उनको स्वास्थ्यमा कस्तो असर पार्दछ भन्ने टिप्पण लगाउने ।

चरण ३ : सहभागीहरूको जवाफहरू समेट्दै सहभागीहरूलाई स्वास्थ्य र मानव अधिकारको अन्तरसम्बन्ध (पेज नं. १२४) का बारे स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

ग) मानव अधिकार



समय : ४५ मिनेट



तालिम विधि : मष्तिस्क मन्थन, छलफल, प्रस्तुतीकरण, लघुप्रवचन



तालिम सामग्री : न्युज प्रिन्ट कागज, मार्कर, मास्कड टेप, मेटाकार्ड, हस्तपत्र



क्रियाकलापहरू :

- सहभागीहरूमा मानवअधिकारप्रतिको बुझाईबारे स्पष्ट हुन सहजकर्ताले उनीहरूलाई मानव अधिकार भन्नाले के बुझ्नु भएको छ भनी प्रश्न गर्ने । आएका कुरालाई बोर्डमा टिप्ने ।
- सहभागीहरूलाई चार समूहमा विभाजन गरी पुनः मानव अधिकार भनेको के हो ? भन्ने छलफल गरि परिभाषा तयार गर्न लगाउने । सबै समूहबाट तयार गरिएका परिभाषाहरूमाथि छलफल गरी मानव अधिकारको एउटा परिभाषा तयार गरी बोर्डमा टाँस्ने ।

सहजकर्तालाई नोट

मानव अधिकारको परिभाषा, विशेषता र सिद्धान्तहरूका बारेमा तयार गरी राखेको दृष्य सामग्री (पेज नं. १२५) देखाउँदै स्पष्ट बनाउने र यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

सत्र २: स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताका लागि राज्यका प्रतिवद्धताहरू

समय : २ घण्टा



यो सत्र किन ?

स्वास्थ्य मानव अधिकार हो । मानव अधिकार सुनिश्चित गर्नु राज्यको दायित्व हो । महिलामाथि हुने हिंसा मानव अधिकारको हनन् हो । यसलाई आत्मसात गरी राज्यस्तरबाट यो स्थिति अन्त्य गर्न राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय स्तरमा विभिन्न प्रतिवद्धताहरू व्यक्त गरिएका छन् । यी प्रतिवद्धताहरूलाई मूर्त रूप दिन विभिन्न कानून र नीतिहरू तयार गरिएका छन् । योजनाहरू बनाइएका छन् ।

सरकारका यी प्रतिवद्धताहरू कर्मचारीहरू मार्फत व्यवहारमा कार्यान्वयन गरिन्छन् । सरकारी प्रतिवद्धताहरूका बारे उपयुक्त जानकारी भएमा कार्यान्वयन सहज हुन्छन् भन्ने उद्देश्यले यो सत्रमा विषयहरू राखिएका छन् ।

यो सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरूले :

१. स्वास्थ्य अधिकारलाई स्थापित गर्ने राज्यका नीति तथा कानूनका बारेमा जानकारी पाउनेछन् ।
२. राज्यद्वारा निर्माण गरिएका नीति तथा कानूनको कार्यान्वयन गर्ने संरचनाबारे जानकारी पाउनेछन् ।

विषयवस्तुहरू

विषय क) राष्ट्रिय नीति तथा कानूनहरू

- अन्तरिम संविधान
- घरेलु हिंसा विरुद्धको कानून,
- मानव बेचबिखन/ओसारपसार विरुद्धको कानून

क) राष्ट्रिय नीति तथा कानूनहरू

समय : २ घण्टा

तालिम विधि : प्रश्नोत्तर, छलफल, स्वअध्ययन, मस्तिस्क मन्थन, लघु प्रवचन





तालिम सामग्री : न्युज प्रिन्ट कागज, मार्कर, मास्किङ टेप, हस्तपत्र



क्रियाकलापहरू :

चरण १: सहभागीहरूलाई महिला हिंसा विरुद्ध देशमा के-कस्ता नीति तथा कानून (पेज नं. १२८) को व्यवस्थाका साथै संवैधानिक व्यवस्थाहरू कस्तो छ भन्ने बारेमा प्रश्न गर्ने र आएका कुराहरूलाई बोर्डमा टिप्पै जाने ।

चरण २ : सहभागीहरूबाट आएका बुँदाहरूलाई समेट्दै दृष्य सामग्री (Power point) को माध्यमबाट बुँदागत रूपमा संवैधानिक अधिकार, मुलुकी ऐनमा भएका व्यवस्थाहरूका साथै घरेलु हिंसा र मानव बेचबिखन/ओसारपसार विरुद्धको कानून (पेज नं. १२८) को बारेमा जानकारी दिने ।

चरण ३ : यसै गरी महिला हिंसा विरुद्धको राष्ट्रिय कार्ययोजनाको बारेमा छोटो जानकारी दिँदै स्वअध्ययन मार्फत बढी जानकारी लिन अनुरोध गर्दै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।



सहजकर्तालाई नोट

स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई महिला हिंसा नियन्त्रणका लागि के-कस्ता कानून, नीति नियम बनाइएका छन् भन्ने बारेमा जानकारी भएमा उनीहरूको काम गराइमा लैंगिक संवेदनशीलता आउनुका काम गराइमा सहजता आउन सक्छ । राज्यले स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चित गर्न र महिला हिंसा नियन्त्रणका लागि नीति नियम बनाएता पनि प्रभावकारी कार्यान्वयन नभएका कारण परिणाम समस्या जस्ताको तस्तै छ । नीति नियम बनेर मात्र हुँदैन त्यसलाई प्रभावकारी बनाउन हामीले काम गर्नु आवश्यक हुन्छ । काम गर्दा लैङ्गिक संवेदनशीलतालाई ध्यान दिनु उत्तिकै आवश्यक छ भन्ने बारेमा जानकारी दिनु पर्दछ । नीति नियमहरू विस्तृत रूपमा स्वअध्ययन गर्नका लागि २/२ जनाको टोली बनाई एक एक प्रति पढ्नका लागि दिने ।

सत्र ३ : स्वास्थ्य अधिकारलाई सुनिश्चित गर्ने मानव अधिकार सम्बन्धी दस्तावेजहरू

समय : २ घण्टा



यो सत्र किन ?

स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताका लागि राज्यद्वारा गरिएका प्रतिबद्धताहरूका बारेमा सहभागीहरूलाई स्पष्ट बनाउनको लागि यो सत्र राखिएको हो । सरकारद्वारा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा जारी गरिएका प्रतिबद्धताहरूलाई व्यवहारमा रूपान्तरण गर्न राष्ट्रिय स्तरमा नीतिहरू बनाइन्छन् । आवश्यकता अनुरूप कानूनको परिमार्जन वा नयाँ कानूनको निर्माण गरिन्छ । तिनको आधारमा कार्ययोजना बन्दछ । कार्यान्वयनका संयन्त्र र प्रक्रियाहरूको निर्धारण हुन्छ । कार्यान्वयन गर्ने तहमा रहेका व्यक्तिहरू/कर्मचारीहरूमा आफूले कार्यान्वयन गर्ने कार्ययोजना लिइएको रणनीति कुन पृष्ठभूमिमा तयार भएको हो भन्नेबारे स्पष्ट जानकारी हुनसक्दा उनीहरूले गर्ने काम प्रभावकारी हुन्छ । कार्यक्रमले के चाहेको हो भनी स्पष्ट हुँदा त्यसले अपेक्षित उपलब्धि हासिल गर्न सक्दछ ।

यसभन्दा पहिलेका मोड्युलहरूमा छलफल गरिए भैं नेपाल सरकारद्वारा महिलामाथि हुने हिंसाले उनको स्वास्थ्यमा असर पार्दछ, त्यसैले सरकार महिलाको स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चित गर्न महिलामाथि हुने हिंसालाई सम्बोधन गर्न प्रतिबद्ध छ भन्ने स्पष्ट भइसकेको छ । तर कार्यान्वयन तहमा त्यसका बारेमा स्पष्ट जानकारी नहुँदा अबै पनि महिलामाथि हुने हिंसा स्वास्थ्य समस्याका रूपमा सबैले आत्मसात गरी नसकेको अवस्था छ । यो अवस्थाको अन्त्य नहुँदासम्म सबैका लागि स्वास्थ्यको अवधारणा सफल हुन सक्दैन । यही यर्थाथहरूमा केन्द्रित भई यो सत्र सहभागीहरूलाई विभिन्न समयमा महिला स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताका लागि राज्यद्वारा गरिएका प्रतिबद्धताहरू र त्यसलाई सम्बोधन गर्ने दस्तावेजहरूको बारेमा स्पष्ट जानकारी दिने उद्देश्यले राखिएको हो । यो जानकारीपछि तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीहरूले आफ्नो कामलाई प्रभावकारी बनाई राज्यका प्रतिबद्धताहरूलाई व्यवहारमा रूपान्तरित गर्न सक्नेछन् भन्ने विश्वास गरिएको छ ।

तालिम विधि : मस्तिस्क मन्थन, प्रश्न उत्तर, लघुप्रवचन, समूह छलफल

तालिम सामग्री : न्युज प्रिन्ट कागज, मार्कर, मास्किङ टेप, मेटाकार्ड

यो सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरूले :

१. स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताका लागि राज्यका प्रतिबद्धता बारे जानकारी प्राप्त गर्ने छन् ।

२. राज्यले संयुक्त राष्ट्र सङ्घको सदस्यको हैसियतले निर्वाह गर्नुपर्ने जिम्मेवारीबारे सुसूचित हुनेछन् ।

विषयवस्तुहरू

विषय क) स्वास्थ्य अधिकार सम्बन्धी राज्यका प्रतिबद्धताहरू

विषय ख) : स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताका लागि क्रियाशील संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय महासन्धि तथा कार्ययोजनाहरू

- महिला स्वास्थ्य र बेइजिङ्ग कार्ययोजना १९९५
- महिलामाथि हुने सबै प्रकारका विभेद उन्मूलन महासन्धि १९७९
- जनसंख्या र विकास सम्बन्धी घोषण पत्र ICPD
- सहस्राब्दि विकास लक्ष्य (MDG)

क) स्वास्थ्य अधिकार सम्बन्धी राज्यका प्रतिबद्धताहरू



समय: ४५ मिनेट



तालिम विधि : छलफल, व्याख्या



तालिम सामग्री : न्युज प्रिन्ट कागज, मार्कर, मास्किङ टेप, मेटाकार्ड, हस्तपत्र



क्रियाकलापहरू

चरण १: सहभागीहरूलाई स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताको लागि के-कस्ता राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय दस्तावेजहरू (पेज नं. १३९) छन् भनी सोध्ने र उनीहरूबाट आएका कुरालाई टिप्पै जाने ।

चरण २ : स्लाईडको सहयोगले नेपाल सरकारद्वारा अनुमोदित मानव अधिकारका दस्तावेजहरू तथा तिनको अनुमोदन कहिले भएको हो भन्ने बारे स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

ख) : स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताका लागि क्रियाशील संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय महासन्धि तथा कार्ययोजनाहरू

समय : मिनेट

तालिम विधि : छलफल, व्याख्या

तालिम सामग्री : न्युज प्रिन्ट कागज, मार्कर, हस्तपत्र

क्रियाकलापहरू

चरण १ : महिला स्वास्थ्य र बेइजिङ्ग कार्ययोजना १९९५

- सहभागीहरूलाई बेइजिङ्ग घोषण पत्रको बारेमा के कति जानकारी भनेर प्रश्न गर्ने । उनीहरू बाट आएका कुराहरूलाई टिप्पै जाने । बेइजिङ्गमा सन् १९९५ मा भएको चौथो महिला सम्मेलनको रूपमा यो सम्मेलनको पृष्ठभूमिका बारेमा पनि आवश्यकता अनुसार सहजकर्ताले जानकारी गराउने ।
- विस्तृत जानकारीका लागि आफूले तयार गरेको दृष्य सामग्रीको सहयोगले यो घोषण पत्रले महिलाका के-कस्ता स्वास्थ्य अधिकारहरूको बारेमा कसरी बोलेको छ भनी यसका रणनीतिक योजनाहरूको बारेमा स्पष्ट गराउने ।
- थप जानकारीका लागि बेइजिङ्ग कार्ययोजना (पेज नं. १४०) को एक-एक प्रति सहभागीलाई पढ्नका लागि दिने ।

चरण २ : जनसंख्या र विकास सम्बन्धी घोषण पत्र ICPD

- सहभागीहरूलाई यस घोषण पत्र (पेज नं. १४३) को बारेमा आफूलाई जानकारी भएको कुरा भन्न लगाउने उनीहरूबाट आएका कुराहरूलाई समेट्दै सहजकर्ताले जनसंख्या र विकास सम्बन्धी यस घोषण पत्रले महिलाका स्वास्थ्य अधिकारहरूको बारेमा गरेको व्याख्याको स्पष्ट जानकारी गराउने ।

चरण ३ : सहस्राब्दि विकास लक्ष्य (MDG)

- सहभागीहरूलाई सहस्राब्दि विकास लक्ष्य (पेज नं. १४५) को बारेमा आफूलाई जानकारी भएको कुरा भन्न लगाउने उनीहरूबाट आएका कुराहरूलाई समेट्दै सहजकर्ताले आफूले तयार गरेको दृष्य सामग्रीको सहयोग लिई सहभागीहरूलाई स्पष्ट गराउने ।
- सहस्राब्दि लक्ष्य नं ४, ५, ६, र ७ को विशेष जानकारी दिँदै अन्तमा सहजकर्ताले सहस्राब्दि विकास लक्ष्यले महिलाको स्वास्थ्य अधिकारहरूको बारेमा गरेको व्याख्याको जानकारी गराउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।



सत्र ४ : सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा अन्त्यका लागि राष्ट्रिय नीति तथा कार्यक्रमहरू



समय : १ घण्टा ३० मिनेट

यो सत्र किन ?

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा अन्त्य गर्न नेपाल सरकारले ल्याएको राष्ट्रिय नीति तथा कार्यक्रमहरूका बारेमा सहभागीहरूलाई स्पष्ट बनाउनको लागि यो सत्र राखिएको हो ।

यो सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरूले :

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा अन्त्यका लागि नेपाल सरकारले ल्याएको स्वास्थ्य नीति, संविधानमा भएका व्यवस्थाहरू, महिला हिंसा विरुद्ध राष्ट्रिय योजना/अभियान, तीन वर्षे अन्तरिम योजनामा के-के छन् भन्ने बारेमा स्पष्ट हुनेछन् ।

विषयवस्तु क) लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा कार्ययोजना, प्रजनन स्वास्थ्य नीति



समय: १ घण्टा ३० मिनेट



तालिम विधि : छलफल, प्रश्नउत्तर



तालिम सामग्रीहरू : न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मेटाकार्ड ,बोर्ड



क्रियाकलापहरू :

चरण १ : सहभागीहरूलाई सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा अन्त्यका लागि नेपाल सरकारले ल्याएको नीति तथा कार्यक्रमहरूका बारेमा आफूलाई जानकारी भएको कुरा भन्न लगाउने ।

चरण २ : प्रजनन स्वास्थ्य नीति र कार्यक्रम समावेश गरिएको स्लाइडहरू (पेज नं. १६२) प्रस्तुत गर्दै यो विषयमा स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।



सहजकर्तालाई नोट

यो अभ्यासको लागि जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय प्रमुख वा स्वास्थ्य मन्त्रालयका अरु कोही स्वास्थ्य मन्त्रालयसँग सम्बद्ध उच्च पदस्थ कर्मचारीको सहायता लिएर सञ्चालन गर्दा प्रभावकारी हुन्छ ।

मोड्युल ३

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा
र स्वास्थ्यको अन्तरसम्बन्ध

मोड्युल ३ सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र स्वास्थ्यको अन्तरसम्बन्ध (प्रतिक्रिया)



समय : २ घण्टा

यो मोड्युल किन ?

यो भन्दा अगाडिका मोड्युलहरू अन्तर्गतका विषयवस्तुहरूद्वारा महिला र पुरुषको बीचमा रहेको असमान शक्ति सम्बन्धका कारण महिलाहरू सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाको जोखिममा बढी पर्दछन् भन्ने जानकारी भईसकेको छ भन्ने पनि अभ्यासहरूले प्रस्ट पारिसकेका छन् । त्यसैगरी सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका कारण र खराब स्वास्थ्य परिणामका कारकहरूमा समानता छ । सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाले व्यक्तिको स्वास्थ्यमा असर पार्दछ । महिला र पुरुषबीच स्थापित असमान शक्ति सम्बन्धका कारण सिर्जित स्थितिहरूले महिला र पुरुषको स्वास्थ्य आवश्यकताहरूमा प्रभाव पार्दछन् । उनीहरूमा फरक फरक आवश्यकताहरू सिर्जित हुन्छन् ।

महिलाको प्रजननमूलक भूमिका छ । यसकारण उनीहरूको विशेष खालका स्वास्थ्य आवश्यकता छन् । त्यसैगरी महिला र पुरुषमा रहेको रागरसहरूमा हुने भिन्न प्रकारका सम्मिश्रण जस्ता कुराहरूले पनि उनीहरूको स्वास्थ्य आवश्यकता र रोगको प्रभावमा भिन्नता हुन जान्छ । यस्तो स्थितिमा महिला र पुरुषका केही स्वास्थ्य समस्याहरूका निदान एवं उपचारका निमित्त फरक फरक विधिहरू चाहिन्छन् ।

महिलाहरूको कार्यबोझ बढी छ । उनीहरूलाई दोस्रो स्थानमा राखिएको छ । उनीहरूको मानसिक तथा शारीरिक स्वास्थ्यमा गहिरो असर पारेको छ । सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाले महिलाको मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्यमा पार्ने असरको पहिचान गरी त्यसलाई मानव अधिकारमुखी दृष्टिकोणले सम्बोधन गर्ने सीप विकास गर्ने उद्देश्यले यो मोड्युलमा विषयवस्तुहरू राखिएका छन् ।

यो मोड्युलमा निम्न सत्रहरू राखिएका छन् ।

सत्र १ : हिंसा र मानसिक स्वास्थ्य– २ घण्टा

सत्र १ : हिंसा र मानसिक स्वास्थ्य

यो सत्र किन ?

स्वास्थ्यकर्मीहरूको प्रमुख जिम्मेवारी स्वास्थ्य समस्याको निदान उपचार गर्नु हो । स्वस्थ रहन सक्ने वातावरण सिर्जना गर्नु हो । त्यसका लागि वकालत गर्नु हो । हालसम्मको प्रचलनमा कुनै पनि स्वास्थ्य समस्या देखिने वित्तिकै त्यसलाई औषधि प्रयोग गर्ने गरिन्छ । थरि थरिका औषधि फेरिन्छ तर विरामीलाई आफूले चाहे जस्तो सहयोग हुन नसकेको हुन सक्दछ । यसले स्वास्थ्यकर्मी आफैमा पनि असन्तुष्ट हुन्छ । स्वास्थ्य अवस्था शारीरिक रूपमा देखिएको अस्वस्थताको कारण हिंसा पनि हुन सक्दछ भन्ने जानकारी भएमा स्वास्थ्यकर्मीले गर्ने सोध खोज र समाधानका लागि गरिने कार्य प्रभावकारी हुन सक्दछ । आफूले गरेको कामको प्रभाव देखिन्छ । यसका लागि स्वास्थ्यकर्मीहरूमा हिंसाले स्वास्थ्यमा कस्तो असर पार्दछ भन्ने बारे जानकारी आवश्यक हुन्छ ।

यो सत्र यिनै जानकारीहरूमा केन्द्रित गरिएको छ । यो सत्रपछि सहभागीहरू हिंसाले स्वास्थ्यमा पारेको प्रभावका बारेमा स्पष्ट भई आफ्नो कार्य सो अनुरूप गर्न सक्नेछन् भन्ने विश्वास गरिन्छ ।

यो सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरूले :

- हिंसाले मानसिक स्वास्थ्यमा पारेको प्रभावका बारेमा स्पष्ट हुनेछन् ।
- आघात व्यवस्थापनको आधारभूत सीपहरू हाँसिल गर्नेछन् ।

विषयवस्तुहरू

विषय क) मनोवैज्ञानिक समस्याहरू खास गरी आघातका लक्षणहरूको व्यवस्थापन तथा सहयोग गर्ने सीप

विषय ख) हिंसाले शारीरिक स्वास्थ्यमा पारेको स्थितिको सम्बोधन

सहजकर्तालाई नोट :

कुनै पनि आघातको स्थितिमा सामान्य प्रतिक्रिया हुन्छन् । यस्ता प्रतिक्रियाहरू कुनै पनि अस्वाभाविक स्थितिका कारणले उत्पन्न हुने स्वाभाविक प्रतिक्रिया हुन् । यसलाई सेवाग्राहीले बुझि प्रभावितको पहिचान गर्नु आवश्यक हुन्छ । यस्ता प्रतिक्रियाहरू कुनै एउटा घटना घट्ने वित्तिकै तुरुन्तै देखिन्छ र हराउँछन् । हामीलाई अब ठीक भयो भन्ने जस्तो लाग्न सक्छ । तर पछि कुनै पनि घटनाले यसलाई फेरि जगाउन सक्छ । सहभागीमा त्यस्ता प्रतिक्रियाहरू फेरि आउन सक्दछन् । यसलाई सेवाग्राहीले बुझ्नु जरुरी छ भन्नेमा उदाहरणहरू दिदै स्पष्ट बनाउन पर्दछ । यसका साथै





भावनात्मक प्रतिक्रियाहरूमा प्रभावित हुर्केको परिवेश, संस्कृतिले प्रभाव पार्दछन् । त्यसैले सबै प्रभावितहरूको प्रतिक्रिया एकै नासको हुँदैन । त्यसै गरी सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई हामीले यो अभ्यासमा छलफल गरेका प्रतिक्रियाहरू व्यक्तिगत प्रतिक्रिया मात्र हुन् यसले व्यक्ति र समाजका व्यक्तिहरू दुवैलाई प्रभाव पारेको हुन्छ, यसको बारेमा पनि हेक्का राख्नुपर्दछ, भन्नेमा स्पष्ट बनाउनु आवश्यक हुन्छ ।

क) मनोवैज्ञानिक समस्याहरू खास गरी आघातको लक्षणहरूको व्यवस्थापन तथा सहयोग गर्ने सीप



समय : ३० मिनेट



तालिम विधि: समूह छलफल, भूमिका अभिनय



तालिम सामग्री : घटना अध्ययन, पावरप्व्वाइन्ट स्लाइड, न्युजप्रिन्ट, बोर्ड



क्रियाकलापहरू

चरण १. सहभागीहरूलाई ४ वटा समूहमा विभाजित गरी निम्न अवस्थामा व्यक्तिको प्रतिक्रिया कस्तो हुन्छ ? त्यसलाई उनीहरूले कसरी व्यवस्थापन गर्ने कोशिस गर्छन् भन्ने बारे आ-आफ्नो समूहमा छलफल गरी ५-५ मिनेटको भूमिका अभिनय, गीत वा अन्य कुनै प्रकारको सिर्जनात्मक कामद्वारा प्रस्तुत गर्न लगाउने ।

क) श्रीमान्ले अनायास कुटेको अवस्था

ख) बलात्कार भएको अवस्था

ग) घरमा खाना पकाई सकेर खान बस्दा सासुले खाना नमिठो भयो भनेर फाल्दिएको अवस्था

घ) आफूलाई आफ्नो हाकिमले यौन शोषण गरेको अवस्था

चरण २: सहभागीहरूको प्रस्तुतीपछि, यस्तो अवस्थामा स्वास्थ्यकर्मीको हैसियतले कसरी व्यवस्थापन गर्नु पर्छ (पेज नं. १७२) ? सम्बन्धित समूहलाई पहिले छलफल गरेकै विषयवस्तुमा छलफल गर्न लगाउने ।

चरण ३ : सहभागीहरूको प्रस्तुतीपछि स्लाइडको सहयोगले यस विषयमा सहभागीहरूलाई स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

ख) हिंसाले शारीरिक स्वास्थ्यमा पारेको स्थितिको सम्बोधन

समय : १:३० मिनेट

तालिम विधि : समूह छलफल, भूमिका अभिनय, छलफल, स्लाइड प्रस्तुती

तालिम सामग्री : भूमिका अभिनयका लागि कथावस्तु, पावरप्वाइन्ट स्लाइड

क्रियाकलाप

चरण १ : ६ जना सहभागीहरूलाई भूमिका अभिनयका लागि पहिलेदेखि नै तयार गर्ने । उनीहरूलाई सीताको जीवन (पेज नं. १७५) अनुरूप भूमिका अभिनय तयार गर्न लगाउने ।

भूमिका अभिनयका लागि १५ मिनेटको समय दिने । अन्य सहभागीहरूलाई यो घटनामा शारीरिक स्वास्थ्यमा पर्ने असरहरू के-के हुन सक्दछन् भनी सोध्ने ।

चरण २ : सहभागीहरूको प्रस्तुतीमा छलफल गर्ने । स्लाइडको सहयोगले हिंसा र शारीरिक स्वास्थ्यको बारेमा स्पष्ट बनाउँदै यस्तो स्थितिमा स्वास्थ्यकर्मीहरूले के-के गर्नुपर्छ, छलफल गर्न लगाउने ।

चरण ३ : हिंसाले शारीरिक स्वास्थ्यमा कस्तो प्रभाव पार्छ र त्यसलाई स्वास्थ्यकर्मीले कसरी सम्बोधन गर्नुपर्दछ (पेज नं. १७६) भन्ने बारे स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

Handouts :

1. Recovery from immediats trauma
2. Traumatic event : Helpful hints tertas surviors (taken from communication skill innenses with surviving of GBV, FHI/ RHRC



मोड्युल ४

हिंसा प्रभावितको पहिचान र उपचार

हिंसा प्रभावितको पहिचान र उपचार



समय : ४ घण्टा

यो मोड्युल किन ?

हिंसा प्रभावितको पहिचान रोकथाम र उपचार कुनै एउटा निकाय वा संस्थाबाट मात्र संभव हुँदैन । यसका लागि बहुपक्षीय सरोकारवालाहरूबीच समन्वय र सहकार्य आवश्यक हुन्छ । हिंसा प्रभावितहरूको उपचार र पहिचानमा सरोकारवालाको हैसियतले स्वास्थ्यकर्मीहरूले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्दछन् । सामाजिक लाञ्छना, सेवाको अपर्याप्तता तथा न्याय पाउँछु भन्ने विश्वास नहुने स्थितिहरूका कारण धेरै हिंसा प्रभावितहरू आफूमाथि भएको हिंसालाई बाहिर ल्याउन सक्दैनन् । बरु त्यसलाई खप्दै अब त हिंसा कम होला भन्ने विभिन्न उपायहरू खोज्दछन् । हिंसाको चक्र अनुसार कतिपय अवस्थामा हिंसाको व्यवस्थापन त गर्दछन् । तर त्यो निर्मूल हुन नसकेको अवस्थामा हिंसा फेरि दोहोरिन्छ । यसले उनीहरूलाई भित्रैदेखि प्रभावित गर्दछ । उनीहरूको मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्यमा गम्भीर असर पर्दछ ।

स्वास्थ्यकर्मीहरूमा हिंसाको पहिचान गर्ने सीप भएमा उनीहरू जुनसुकै वखत पनि प्रभावितलाई सहयोग गर्न सक्दछन् । हिंसाको घटना बाहिर आउन सकेमा प्रभावितको स्वास्थ्य समस्या समाधान गर्न सहज हुन्छ ।

यिनै आवश्यकताहरूलाई केन्द्रित गरी यो मोड्युल तयार गरिएको छ । यसमा समावेश गरिएका विषयवस्तुहरू स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई हिंसा प्रभावितको पहिचान र उपचार गर्ने कार्यमा सहयोगी हुनेछन् भन्ने विश्वास गरिन्छ ।

यो मोड्युलमा निम्न सत्रहरू राखिएका छन् ।

- सत्र १ : सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा न्यूनीकरण एवं उपचारमा स्वास्थ्यकर्मीको भूमिका-२ घण्टा
- सत्र २ : घटना अभिलेखीकरण प्रक्रिया र यसको आवश्यकता - १ घण्टा
- सत्र ३ : लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा अन्त्यका लागि बहुपक्षीय सरोकारवालाहरूको भूमिका- १ घण्टा

सत्र १ : सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा न्यूनीकरण एवं उपचारमा स्वास्थ्यकर्मीको भूमिका

समय : २ घण्टा



यो सत्र किन ?

धेरै हिंसा प्रभावितहरू हिंसालाई बाहिर ल्याउन नचाहे पनि उपचारका लागि स्वास्थ्य संस्थामा जान्छन् । स्वास्थ्यकर्मीहरूसँग प्रभावितको पहिचान गर्ने सीप भएमा उनीहरूले स्वास्थ्य समस्याको जरो कारण पत्ता लगाउन सक्दछन् । सही उपचार गर्न सक्दछन् जसले हिंसाको चक्र तोड्न मद्दत मिल्दछ ।

यिनै आवश्यकताहरूलाई मनन गर्दै यो सत्रमा विषयवस्तुहरू राखिएका छन् । यो सत्रका विषयवस्तुहरूले अपेक्षा गरिएको छ ।

यो सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरूमा:

- सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा न्यूनीकरण र उपचारमा आ-आफ्नो जिम्मेवारी अनुसारको भूमिका पहिचान गर्ने सीपको विकास हुनेछ ।
- आफ्नो भूमिका अन्तुरूपको जिम्मेवारी निर्वाह गर्न आवश्यक पर्ने सीप प्राप्त गर्नेछन् ।

विषयवस्तुहरू:

विषय क) हिंसा प्रभावितको आवश्यकता

विषय ख) हिंसाको रोकथाम तथा उपचारमा स्वास्थ्यकर्मीले खेल्नु पर्ने भूमिका

विषय ग) स्कीनिङ

विषय घ) हिंसा प्रभावितहरूसँग गर्नु पर्ने व्यवहारहरू

विषय ङ) असल सेवाप्रदायकमा हुनु पर्ने गुणहरू

क) हिंसा प्रभावितको आवश्यकता

समय : ३० मिनेट



तालिम विधि : घटना अध्यन छलफल



तालिम सामग्री : न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मास्किङटेप, घटना अध्यन





क्रियाकलाप :

चरण १ : सहभागीहरूमध्ये एक जनालाई सुन्तलीको घटना अध्ययन (पेज नं. १७८) सबैले सुन्ने गरी पढ्न लगाउने ।

चरण २ : छलफलपछि यो घटनामा सुन्तलीका आवश्यकताहरू **के-के** हुन् भनी प्रश्न राखी मस्तिष्क मन्थन गर्न लगाउने र आएका जवाफहरू न्युजप्रिन्टमा टिप्ने ।

चरण ३ : अन्त्यमा सहभागीहरूलाई एउटा हिंसा प्रभावितका लागि

- सुरक्षा, न्याय, स्वास्थ्य, मनोविमर्श सेवाको आवश्यकता (पेज नं. १८०) हुन्छ र उनलाई जीवन धान्नका लागि आवश्यक पर्ने सीप र आर्थिक उपार्जनका लागि सहयोग हुन्छ भन्ने स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यास अन्त्य गर्ने ।

ख) हिंसाको रोकथाम तथा उपचारमा स्वास्थ्यकर्मीले खेल्नु पर्ने भूमिका



समय : ३० मिनेट



तालिम विधि : समूह छलफल



तालिम सामग्री : न्युजप्रिन्ट, मार्कर, मास्किङटेप



क्रियाकलाप :

चरण १ : सहभागीहरूलाई ४ समूहमा विभाजित गर्ने । २ वटा समूहलाई हिंसाको रोकथाम तथा अर्को दुई समूहलाई उपचारमा स्वास्थ्यकर्मीले के-के भूमिका खेल्न सक्दछन् भन्नेमा छलफल गर्न लगाउने ।

चरण २ : छलफलहरूको प्रस्तुतीपछि सहजकर्ताले स्लाइडको सहयोगले स्वास्थ्यकर्मीको भूमिकाबारे (पेज नं. १८२) स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

सहजकर्तालाई नोट :

स्वास्थ्यकर्मीहरूले सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र यसको प्रभावलाई निम्न तीन तहमा काम गरी कम गर्न सक्दछन् ।

❖ रोकथाम

- क) आधारभूत तहमा रोकथाम : सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाबारे समुदायमा चेतना अभिवृद्धिका कामहरू
- ख) हिंसाको चक्र तोड्न सहयोग : सुरु कै अवस्थामा हिंसाको पहिचान, गोपनियता, हिंसा प्रभावितको शारीरिक, मानसिक, प्रजनन स्वास्थ्य आवश्यकता अनुरूप उपचार गरेर, मौनताको संस्कृतिको अन्त्य गरेर
 - मनोविमर्शसेवा, मानसिक स्वास्थ्य सेवा दिएर
 - आवश्यकता अनुरूपको सामाजिक, आर्थिक, कानुनी सहयोग गरेर । यी सेवाहरूले महिलाहरूबीच रहेको मौनताको संस्कृतिको अन्त्य हुन्छ । फलस्वरूप हिंसाको चक्र टुट्दछ ।

❖ स्क्रिनिङ्ग/हिंसाको पहिचान

❖ उपचारमा सहयोग :

- क) स्वास्थ्य सेवामा हिंसा प्रभावितलाई गर्ने सहयोग समावेश गरेर
- ख) सेवाग्राहीहरूको क्षमता अभिवृद्धि गरेर
- ग) लैङ्गिक संवेदनशील जाँच र परामर्शको व्यवस्था गरेर

ग) स्क्रिनिङ्ग

समय : ३० मिनेट

तालिम विधि : मस्तिष्क मन्थन, प्रश्नोत्तर

तालिम सामग्री : पावरप्व्वाइन्ट स्लाइड

क्रियाकलापहरू :

चरण १ : सहभागीहरूलाई स्क्रिनिङ्ग केलार्ई भनिन्छ र यसको आवश्यकता किन छ ? भन्ने प्रश्न राख्ने ।

चरण २ : आएका जवाफहरूलाई समेट्दै पहिलेदेखि तयार गरी राखिएको स्क्रिनिङ्गको परिभाषा र आवश्यकता (पेज नं. १८२) वारे लेखिएको स्लाइड देखाउँदै स्पष्ट बनाउने ।



चरण ३ : सहभागीहरूलाई स्क्रिनिङ्गका चरणहरू कुन कुन हुन् प्रश्न गर्ने ? सहभागीहरूबाट आएका जवाफहरू टिप्पै जाने । स्लाइडको सहायताले स्क्रिनिङ्गका चरणहरू तथा ध्यान पुऱ्याउनु पर्ने क्षेत्रहरूका बारेमा स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यास अन्त्य गर्ने ।

घ) : हिंसा प्रभावितहरूसँग गर्नु पर्ने व्यवहारहरू



समय : ३० मिनेट



तालिम विधि : भूमिका अभिनय, छलफल



तालिम सामग्री : स्लाइड, न्युजप्रिन्ट



क्रियाकलाप :

चरण १ : सहभागी मध्ये १ जनालाई हिंसा पीडित महिला तथा अन्य १ जनालाई स्वास्थ्यकर्मीको भूमिका दिई अभिनयका लागि अनुरोध गर्ने ।

चरण २ : अन्य सहभागीहरूलाई स्वास्थ्यकर्मीले प्रभावितसँग गरेको व्यवहारहरू कस्ता छन् ? टिपोट गर्न लगाउने ।

चरण ३ : सहभागीहरूसँग छलफल पश्चात स्लाइडको सहयोग लिई स्वास्थ्यकर्मीले गर्ने व्यवहार तथा पालना गर्नुपर्ने मानव अधिकारका सिद्धान्तहरू (पेज नं. १८५) बारे स्पष्ट बनाउँदै यो अभ्यास अन्त्य गर्ने ।

सहजकर्तालाई नोट :

मानव अधिकारका सिद्धान्तहरू :

सुरक्षा : जुनसुकै अवस्थामा पनि पीडितको सुरक्षाको ग्यारेन्टी गर्ने

गोपनीयता : गोपनीयता कायम गर्ने

सम्मानजनक व्यवहार : सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा विरुद्धका सम्पूर्ण कार्यहरू पीडित प्रभावितहरूको इच्छा, चाहना, अधिकार एवम् स्वाभिमानलाई केन्द्रित गरी सञ्चालन गर्नु पर्दछ भन्ने बारे उदाहरण सहित प्रस्ट बनाउनु पर्दछ ।

ड) असल सेवाप्रदायकमा हुनु पर्ने गुणहरू

समय : ३० मिनेट

तालिम विधि : सम्झना खेल

तालिम सामग्री : स्लाइड

क्रियाकलापहरू :

चरण १: सबै सहभागीहरूलाई गोलाकार भई उभिन लगाउने । सबै सहभागीहरूलाई असल सेवाप्रदायक स्वास्थ्यकर्मीमा हुनुपर्ने ५ ओटा गुणहरू सम्झन लगाउने ।

पहिलो सहभागीलाई प्रभावकारी सेवा प्रदायकको एउटा गुण भन्न लगाउने, दोस्रोलाई दुईवटा (पहिलो पहिलोले भनेको र दोस्रो आफ्नो थपेर), तेस्रोलाई तीनवटा (पहिलोले भनेको दोस्रोले दिएको अनि आफ्नो) । यसो गर्दै हरेक सहभागीले आफूले चाहेको गुण भन्न लगाउने ।

चरण २: सहभागीहरूबाट जवाफ आएपछि स्लाइडको सहयोगले प्रभावकारी सेवाप्रदायकका गुणहरू (पेज नं. १८८) का बारेमा छलफल गर्दै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

सहजकर्तालाई नोट:

प्रभावकारी सेवाप्रदायकका गुणहरू :

१. उपयुक्त लुगा लगाउने, हँसिलो अनुहार, दक्ष, र सहजसँग घुलमिल गर्ने

२. अर्कोसँग बोल्ने उपयुक्त तरिका : भावनात्मक रूपले कुरा बुझ्ने, नआत्तिने, माया गर्ने , सहानुभूति राख्ने, कुरा सुन्न सक्ने, सामाजिक सांस्कृतिक परिवेशहरू बुझ्न सक्ने इत्यादि

३. काममा नैतिकवान : भरपर्दो, समयलाई ख्याल गर्ने, विषयमा राम्रो ज्ञान भएको, गोपनियता राख्न सक्ने इत्यादि ।



सत्र २: घटना अभिलेखीकरण प्रक्रिया र यसको आवश्यकता

समय : १ घण्टा

यो सत्र किन ?

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा नियन्त्रण एवम् यसबाट पीडित वा प्रभावित व्यक्तिहरूको अधिकार सुनिश्चितताका लागि घटनाहरूको अभिलेखीकरणले अत्यन्तै महत्व राख्दछ ।

प्रत्येक हिंसाका घटनाहरूलाई राम्रोसँग अभिलेखन गर्न सकेमा हिंसाको स्थिति र प्रकृतिबारे स्पष्ट जानकारी लिन सजिलो हुनेछ । अभिलेखन प्रक्रियाले पीडित प्रभावितहरूको बारेमा आवश्यक सूचना र सहयोग गर्नका लागि सम्बन्धित क्षेत्रमा जान सहज हुन्छ ।

यस सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरूले :

- अभिलेखनको आवश्यकता र अभिलेखन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने क्षेत्रहरूका बारेमा जानकारी प्राप्त गरी बताउन सक्नेछन् ।

विषयवस्तुहरू:

विषय : क) अभिलेखन के हो र हिंसाका घटनाहरूको अभिलेखन किन आवश्यक हुन्छ ?

क) अभिलेखन के हो र हिंसाका घटनाहरूको अभिलेखन किन आवश्यक हुन्छ ?



समय : १ घण्टा



तालिम विधि : समूहकार्य,



तालिम सामग्री : न्युज प्रिन्ट कागज, मार्कर पेन, मास्किङ टेप, ओएचपि, नमुना फारम ।



क्रियाकलापहरू :

चरण १ : सहभागीहरूलाई अभिलेखन भन्नाले के बुझ्नुहुन्छ भनी प्रश्न गर्ने । सहभागीबाट आएका कुराहरूलाई टिपोट गर्ने ।

चरण २ : सहभागीको विचार लिईसकेपछि सहभागीहरूलाई ४ ओटा समूहमा विभाजन गरी एउटा समूहलाई अभिलेखन के हो ? महिला हिंसा अभिलेखीकरण किन आवश्यक छ ? दोस्रो

समूहलाई अभिलेखीकरण गर्दा ध्यान दिनुपर्ने क्षेत्रहरू एवम् आवश्यक आचारसंहिता के-के हुन् ? तेस्रो समूहलाई महिलामाथि हुने हिंसा अभिलेखीकरणका क्रममा अपनाउनुपर्ने विशेष सावधानीहरू के-के हुन् ? र चौथो समूहलाई हिंसा अभिलेखीकरण फाराम कस्तो हुनुपर्दछ ? भनी समूह कार्य गर्न लगाउने । समूह कार्यका लागि १५ मिनेटको समय दिने ।

चरण ३ : समूह कार्यबाट आएका कुरालाई प्रस्तुत गर्न लगाउने । प्रस्तुती पछि यस विषयमा स्पष्टताका लागि सहजकर्ता आफूले तयार गरी राखेको सन्दर्भ सामग्री (पेज नं. १९०) प्रस्तुत गर्दै यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

सहजकर्तालाई नोट

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाविरुद्धका कार्यक्रमहरूमा अभिलेखन अत्यन्तै जरुरी हुन्छ । खासगरी महिलामाथि भएका हिंसाहरूको अभिलेखन गर्दा अभिलेखन प्रक्रिया आफैमा शसक्तीकरणमूलक हुनु जरुरी छ । मानव अधिकारका न्यूनतम मापदण्डहरू १) गोपनीयता २) आदर ३) सुरक्षाका बारेमा केन्द्रित हुँदै अभिलेखीकरण गर्न आवश्यक हुन्छ, भन्नेबारे सहभागीहरूलाई स्पष्ट बनाउने । यसका लागि सहजकर्ताहरूले यस विषयमा दिइएको पाठ्यसामग्री अध्ययन गर्नुका साथै अन्य मानव अधिकारसम्बन्धी सामग्रीहरूसमेत अध्ययन गर्न आवश्यक हुन्छ ।



सत्र ३ लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा अन्त्यका लागि बहुपक्षीय सरोकारवालाहरूको भूमिका

समय: १ घण्टा



यो सत्र किन ?

सहभागीहरूलाई बहुपक्षीय सरोकारवालाहरूको पहिचान र उनीहरूको भूमिकाबारे जानकारी गराउने उद्देश्यले यो सत्र राखिएको हो ।

सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरूले

- सहभागीहरूले सरोकारवालाहरूको पहिचान गरी सामाजिक लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध समन्वयको आवश्यकताबारे थाहा पाउने छन्

समय : १ घण्टा



तालिम विधि: छलफल





तालिम सामग्री : न्युजप्रिन्ट, मेटाकार्ड , मार्कर, पेपर टेप, मास्किङ्ग टेप



क्रियाकलापहरू :

चरण १: सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा प्रभावितको उपचारमा सरोकारवालाको पहिचान गर्नका लागि सहभागीहरूलाई मेटाकार्ड दिई सोमा सरोकारवालाहरू को को हुन् भनी लेख्न लगाउने ।

चरण २: सहभागीहरूले पहिचान गरेका सरोकारवालाहरू किन बहुपक्षीय हुन् भनी छलफल गर्न लगाउने ।

चरण ३ : हिंसामा परेकाहरूलाई तत्काल न्याय दिलाउने सरोकारवाला निकाय, व्यक्ति, संस्था तथा दीर्घकालिन नीति निर्माण गर्ने राज्यका संरचनाहरूले अपनाउनु पर्ने भूमिका र उनीहरूबाट प्राप्त गर्न सकिने सहयोगका विषयमा तयार गरेर राखेको सामग्री (पेज नं. १९१) प्रस्तुत गरी यो अभ्यासको अन्त्य गर्ने ।

जालो बुन्ने खेलको अभ्यास :



- प्रक्रिया : सहभागीहरूलाई गोलो भई उभिन लगाउने । विभिन्न कार्यालयको नाम लेखिएका मेटाकार्डहरू सङ्घ/संस्थाबाट आएका सहभागीहरूलाई दिने र उहाँहरूलाई आफ्नो भूमिका जस्ताको तस्तै खेल अनुरोध गर्ने ।
- धागोको डल्ला हातमा लिने र सहभागीहरूलाई त्यो धागोको डल्लालाई एउटी बलात्कृत २० वर्षकी केटी मान्न अनुरोध गर्ने ।
- सहभागीहरूबाट एक जना सहभागीलाई बलात्कृत केटीकी आमाको भूमिका खेल अनुरोध गर्ने ।
- आफू वृत्तबाट बाहिर उभिएर धागोको डल्लो आमालाई दिने र सबैलाई बलात्कृत महिलाले हिजो राति आफूमाथि घटेको घटना बताइसकेकी भन्ने प्रस्ट पार्ने ।
- आमालाई धागोको मुख राम्ररी समात्न लगाउने र तपाईंले भने अनुरूपको व्यक्तिकहाँ धागोको डल्लो फाल्न भन्ने ।
- आफूकहाँ बल पुगेपछि सम्बन्धित व्यक्तिले धागोलाई औँलामा बेने र अर्को व्यक्ति (आमा कहाँ) कहाँ फाल्ने ।
- आमालाई उनी जुन व्यक्तिकहाँ जान्छिन् त्यसले के भएको हो भन्ने प्रश्न राख्न लगाउने ।

अन्त्यमा सहजकर्ताले : लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा अन्त्यको लागि कुनै एक मात्र निकाय जिम्मेवार हुँदैन । जब सम्म राज्यका सबै जिम्मेवार निकाय र व्यक्तिहरूले यो विषयमा समन्वय र सहकार्य गर्दैनन् तबसम्म यसको अन्त्य सम्भव छैन भन्दै बहुपक्षीय सरोकारवालाको आवश्यकता र भूमिकाबारे स्पष्ट बनाउने ।

तालिमको अन्तिम मुल्याङ्कन तथा समापन

तालिमको अन्तिम मूल्याङ्कन तथा समापन



समय : १ घण्टा २० मिनेट

गतिविधिको उद्देश्य :

- तालिमको सुरुमा राखिएका अपेक्षा पूरा भए नभएको भन्न सक्नेछन् ।
- तालिमको अन्तिम मूल्याङ्कन फाराम भरेर तालिमको बारेमा आफ्नो विचार सहित मूल्याङ्कन गर्न सक्नेछन् ।

तालिमको समीक्षा



समय १० मिनेट



क्रियाकलापहरू :

- सहभागीहरूलाई एउटा एउटा मेटाकार्ड दिएर तालिममा सिकेका विषयबस्तुलाई लेख्न लगाउने ।
- सहभागीले लेखेको बुँदालाई समूह बनाएर समूहमा छलफल गरेर न्युजप्रिन्ट पेपरमा लेख्न लगाउने ।
- लेखिएको न्युजप्रिन्ट कागजलाई तालिम कोठाको चार ठाउँमा टाँस्न लगाउने र सहभागीलाई आफ्नो समूहको वाहेक अर्को समूहको प्रस्तुतीकरणलाई अध्ययन गर्न लगाई आफ्नो समूहको निष्कर्ष र अर्को समूहको निष्कर्षमा फरक पत्ता लगाएर पुनः एक पटक तालिमको पहिलो दिनमा राखेको अपेक्षा पूरा भयो भएन सोचन लगाउने ।
- सहजकर्ताले तालिममा प्रस्तुत गरेका उद्देश्य र सहभागीले राखेको अपेक्षा पूरा भए नभएका सहभागीहरूसँगै सोध्दै प्रस्ट पाउँ जाने ।

तालिमको उत्तर परीक्षा

समय १० मिनेट



- तालिमको सुरुमा पूर्व परीक्षाका लागि दिइएको फारम सहभागीहरूलाई दिई भर्न लगाउने

तालिमको अन्तिम मूल्याङ्कन

समय : ३० मिनेट



- सहभागी सबैलाई मूल्याङ्कन फाराम वितरण गरेर भर्न लगाउने, मूल्याङ्कन फाराम दुई प्रकारको बनाउने : एउटा विषय वस्तुसँग सम्बन्धित र अर्को विषयवस्तु, तालिम विधि, व्यवस्थापन, तालिम सामग्री, तालिम अवधि, राम्रा पक्षहरू, कमजोर पक्षहरू र सुधार गर्नु पर्ने पक्षहरू समेटिएको । (पेज नं. ८४)
- फारम भरी सकेपछि फारमलाई विश्लेषण गरेर तालिमको सफलता, सुधार गर्नुपर्ने कुराहरू र भविष्यमा सञ्चालन गरिने तालिमलाई प्रभावकारी बनाउने कार्यनीति तयार गर्ने ।

धन्यवाद ज्ञापन तथा समापन

समय : ३० मिनेट



- उक्त तालिम कस्तो भयो भन्ने बारेमा सहभागीमध्येबाट २ जनालाई बोल्न लगाउने । उनीहरूलाई तालिमको अन्त्यमा तयार गरेको कार्ययोजना कार्यान्वयनको प्रतिबद्धता साथ आफ्नो छोटो मन्तव्य राख्न अनुरोध गर्ने ।
- तालिम सञ्चालन गर्न सहयोग गर्ने निकाय, तालिमको आयोजना गर्ने निकायका प्रतिनिधिहरूलाई पनि छोटो मन्तव्य राख्न अनुरोध गर्ने ।
- तालिमलाई सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्न सहयोग गर्ने व्यवस्थापन टिम, स्रोत व्यक्तिहरू, सहयोगी संस्थाहरू, व्यक्तिहरू र सम्पूर्ण सहभागीहरूलाई धन्यवाद दिदै तालिमको समापन भएको जानकारी दिने ।

तालिम पूर्व/पश्चात परीक्षा प्रश्नावली

१. सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसामा को बढी जोखिममा हुन्छन् ?
- महिला
 - बालबालिका
 - तेस्रो लिङ्गी
 - माथिका सबै
 - माथिका कोहि पनि होइनन् ।
२. सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका कारणहरू के-के हुन् ?
- महिला र पुरुषबीच असमान शक्ति सम्बन्ध
 - राज्यद्वारा मानव अधिकार सुनिश्चित गर्न नसकेको अवस्था
 - महिलाको सम्पत्तिमा अधिकार नहुनु
 - समाजमा महिला र पुरुष विच विभेदपूर्ण मुल्य मान्यताहरू
 - माथिका सबै
 - माथिका कुनै पनि होइनन्
३. सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाले व्यक्तिको स्वास्थ्यमा असर पार्दछ ।
- ठीक
 - बेठीक
४. महिलाहरूमा देखिने प्रजनन स्वास्थ्य समस्याको एउटा प्रमुख कारण सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा हो ।
- हो
 - होइन
५. यौनरोग र एच.आई.भी. संक्रमणको जोखिमका महिलाहरू रहनुको मुख्य कारण
- उनीहरूलाई समाजमा दिइएको दोस्रो स्थान हो ।
 - उनीहरूको आफ्नो शरिरमाथि आफ्नो नियन्त्रण नहुने अवस्था हो ।
 - महिलालाई पुरुष र परिवारको सम्पत्ति मान्ने मान्यता
 - माथिका सबै हुन्
 - माथिका कुनै पनि होइनन् ।

६. महिलामाथि महिला भएकै कारणले हुने हिंसाभिन्न कस्तो हिंसा पर्दैनन् ।

- जबरजस्ती गर्भपतन गराउने
- गाली गलौज हेला होचो गर्ने
- महिनावारी भएको बेला छुट्याउने एकलै बस्न लगाउने
- परीक्षामा अनुत्तीर्ण भएपछि माथिल्लो कक्षामा नलैजाने

७. महिलामाथि हुने हिंसाका प्रकारहरू कुन कुन हुन् ?

- शारीरिक
- मानसिक
- सामाजिक
- यौनिक
- सांस्कृतिक
- माथिका सबै
- माथिका कुनै पनि होइनन् ।

८. स्वास्थ्य मानव अधिकार हो किन ?

.....
.....
.....

९. मानव अधिकार भन्नाले के बुझिन्छ ?

.....
.....
.....

१०. नेपालको अन्तरिम संविधानमा स्वास्थ्यलाई मौलिक अधिकारको रूपमा लिइएको

- छ
- छैन

११. नेपाल सरकारद्वारा अनुमोदित मानव अधिकार महासन्धिहरू कुन कुन हुन् ?

- महिलामाथि हुने सबै प्रकारका भेदभाव उन्मूलन महासन्धि

- यातना विरुद्धको महासन्धि
- नागरिक, राजनैतिक अधिकार सम्बन्धी प्रतिज्ञा पत्र
- बाल अधिकार महासन्धि
- माथिका सबै
- माथिका कुनै पनि होइनन् ।

१२ . स्वास्थ्य जाचका क्रममा महिलामाथि हिंसा भएको छ कि छैन पत्ता लगाउन सकिन्छ ।

- ठीक
- वेठीक

१३. मानिसका मनोवैज्ञानिक आवश्यकताहरू के-के होलान् ?

.....

.....

.....

१४. आघात भनेको के हो ? यसलाई कसरी बुझ्ने ?

.....

.....

.....

१५. महिलामाथि हुने हिंसाको पहिचान गर्न स्क्रिनिङ्ग किन आवश्यक छ ?

.....

.....

.....

१६. स्क्रिनिङ्गका चरणहरू के-के होलान् ?

.....

.....

.....

१७. हिंसाको रोकथाम तथा उपचारमा स्वास्थ्यकर्मीको मुख्य भूमिका निम्न छन् ।

- आधारभूत तहमा रोकथाम
- स्क्रीनिङ्ग हिंसाको पहिचान
- उपचारमा सहयोग
- सेवाग्राहीको क्षमता अभिवृद्धि
- लैङ्गिक संवेदनशील जाँच र परामर्शको व्यवस्था
- माथिका सबै
- माथिका कुनै पनि होइनन् ।

१८. हिंसा प्रभावितसँग व्यवहार गर्दा अपनाउनु पर्ने मानव अधिकारका सिद्धान्तहरू :

- सुरक्षा
- गोपनीयता
- सम्मानजनक व्यवहार
- माथिका सबै
- माथिका कुनै पनि होइनन्

१९. प्रभावकारी सेवा दिने व्यक्तिका गुणहरू

- उपयुक्त लुगा लगाउने, दक्ष, सहजसँग घुलमिल गर्ने
- अर्कोसँग बोल्ने उपयुक्त तरिका
- काममा नैतिकवान जिम्मेवार
- माथिका सबै
- माथिका कुनै पनि होइनन्

२०. हिंसा प्रभावितहरूको प्रमुख आवश्यकताहरू के-के हुन् ?

- सुरक्षा
- न्याय
- स्वास्थ्य
- मनोविमर्श
- माथिका सबै
- माथिका कुनै पनि होइनन् ।

२१. महिलामाथि हुने हिंसा अन्त्यका लागि बहुपक्षीय सरोकारवालाहरूको भूमिका

- छ
- छैन

- छ भने कसले के गनुपर्छ ।

.....

.....

.....

तालिमको अन्तिम मूल्याङ्कन फारामको नमूना

१. प्रशिक्षण अवधि कस्तो लाग्यो ?

क. धेरै छोटो

ख. ठीकै

ग. धेरै लामो

२. प्रशिक्षण सन्चालन भएको स्थान र कक्षाकोठाको व्यवस्थापन कस्तो लाग्यो ?

क. धेरै राम्रो

ख. सन्तोषजनक

ग. चित्त नबुझेको

३. यस प्रशिक्षणबाट आफूलाई मुख्य-मुख्य फाइदाहरू के-के भए ?

क.

ख.

ग.

४. प्रशिक्षणका विषयवस्तुहरूमध्ये तपाईंलाई सबैभन्दा आवश्यक पाँच वटा

विषयहरू के-के हुन् ?

क.

ख.

ग.

घ.

ड.

५. प्रशिक्षणमा कुन-कुन विषयवस्तुहरूमा अभूँ बढी समय दिनुपर्ने देखिन्छ ?

.....
.....

६. प्रशिक्षणमा दिइएका विषयवस्तुहरूमध्ये कुनै हटाउनुपर्ने देखिन्छन् भने ती के-के हुन् ?

क.

ख.

७. यस प्रशिक्षण कार्यक्रमका राम्रा पक्षहरू के-के छन् ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

.....
.....
.....
.....

८. यस प्रशिक्षण कार्यक्रमका कमजोर पक्ष केही छन् भने ती के-के हुन् ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

.....
.....
.....
.....

९. प्रशिक्षण कार्यक्रमलाई अभूँ बढी प्रभावकारी बनाउनका लागि के-कस्ता सुझावहरू दिनुहुन्छ ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

.....
.....
.....
.....

तालिमको विषयवस्तुको अन्तिम मूल्याङ्कन फारामका नमूना

विषयवस्तुहरू	अति राम्रो	राम्रो	ठीकै	उपयो गी नभएको
लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेद				
सामाजिक लैङ्गिक विभेदको सामाजिक बनावट				
सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा: धारणागत स्पष्टता				
सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका उदाहरणहरू				
महिलामाथि हुने हिंसाको परिभाषा र कारणहरू				
महिलामाथि हुने हिंसाका प्रकारहरू				
महिलामाथि हुने हिंसाका अन्तरनिहित तत्वहरू				
महिलामाथि हुने हिंसा र यसले स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभाव/असरहरू				
यौन हिंसा, बलात्कार र यौन दुर्व्यवहार				
आधारभूत मनोवैज्ञानिक आवश्यकताहरू				
आघात (Understanding Trauma)				
आघातमा हुने प्रतिक्रियाहरू				
स्वास्थ्य र मानव अधिकार				
स्वास्थ्य र मानव अधिकारको अन्तरसम्बन्ध				

मानव अधिकार				
राष्ट्रिय नीति तथा कानूनहरू				
स्वास्थ्य अधिकार सम्बन्धी राज्यका प्रतिबद्धताहरू				
स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताका लागि क्रियाशील संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय महासन्धि तथा कार्ययोजनाहरू				
लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा कार्ययोजना, प्रजनन स्वास्थ्य नीति				
आघातका लक्षणहरूको व्यवस्थापन तथा सहयोग गर्ने सीप				
हिंसाले शारीरिक स्वास्थ्यमा पारेको स्थितिको सम्बोधन				
हिंसा प्रभावितहरूको आवश्यकता				
हिंसाको रोकथाम तथा उपचारमा स्वास्थ्यकर्मीले खेल्नु पर्ने भूमिका				
स्क्रीनिङ				
हिंसा प्रभावितहरूसँग गर्नु पर्ने व्यवहारहरू				
असल सेवाप्रदायकमा हुनु पर्ने गुणहरू				
अभिलेखन के हो र हिंसाका घटनाहरूको अभिलेखन किन आवश्यक हुन्छ ?				
लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा अन्त्यका लागि बहुपक्षीय सरोकारवालाहरूको भूमिका				

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र मानव
अधिकार सम्बन्धि तालिम निर्देशिकाका लागि

पाठ्यसामग्री

पाठ्यसामग्री विषयसूची

मोड्युल १ : सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा	९२
सत्र १ विषयबस्तु (क) लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेद	९२
लिङ्ग र लैङ्गिकको अवधारणा	९२
लिङ्ग र लैङ्गिकबीचको केही भिन्नताहरू:	९३
छलफलकालागी वाक्यांशहरू	९३
विषयबस्तु (ख) सामाजिक लैङ्गिक विभेदको सामाजिक बनावट	९४
१. सामाजिक लैङ्गिक मूल्य, मान्यतालाई जोगाई राख्ने सामाजिक बनावट तथा तत्वहरू	९४
२. हाम्रा ४ संसारहरू	९५
सामाजिकीकरण प्रक्रिया र सामाजिक लिङ्गभेद	९६
विषयबस्तु (ग) सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा	९७
सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाको परिभाषा	९७
लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका केही परिभाषाहरू	९८
सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका कारणहरू :	९८
सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका प्रकारहरू :	९९
सत्र २ : विषयबस्तु (क) महिलामाथि हुने हिंसालाई बुझ्दा	१०२
१. महिलामाथि हुने हिंसा अवधारणागत स्पष्टता	१०२
विषयबस्तु (ख) महिलामाथि हुने हिंसाका प्रकारहरू	१०४
महिलामाथि हुने हिंसाका प्रकारहरू	१०४
सत्र ३ : विषयबस्तु (क) महिलामाथि हुने हिंसा र यसले महिलाको स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभाव र असरहरू	१०६
विषयबस्तु (ख) यौन दुर्व्यवहार तथा बलात्कार	१०९
सत्र ४ : विषयबस्तु (क) छलफलका लागि घटना अध्ययनहरू	१११
हिंसाको चक्र (Power Point)	११४
विषयबस्तु (ख) आघात (Unserstanding Trauma)	११४
आघात भनेको के हो ? (आघात सिद्धान्त)	११४
विषयबस्तु (ग) आघात पश्चात हुने सामान्य प्रतिक्रियाहरू	११६

मोड्युल २: स्वास्थ्य अधिकार र राज्यका प्रतिबद्धता

११९

सत्र १ : बिषयबस्तु (क) स्वास्थ्य र स्वास्थ्य अधिकार	१२०
स्वास्थ्यको परिभाषा:	१२०
बिषयबस्तु (ख) स्वास्थ्य र मानवअधिकारको अन्तरसम्बन्ध	१२४
बिषयबस्तु (ग) मानव अधिकार	१२५
मानवअधिकारको परिभाषा	१२५
अधिकारको विश्वव्यापी घोषणा पत्र १९४८	१२५
सत्र २ : बिषयबस्तु (क) राष्ट्रिय कानून तथा ऐनहरु	१२८
क) नेपालको अन्तरिम संविधान २०६३ र महिला स्वास्थ्यअधिकार	१२८
ख) घरेलु हिंसा (कसुर र सजाय) ऐन, २०६६	१२८
(ग) मानव बेचबिखन तथा ओसारपसार (नियन्त्रण) ऐन, २०६४	१३५
सत्र ३ : बिषयबस्तु (क) स्वास्थ्य अधिकार सम्बन्धी राज्यका प्रतिबद्धताहरु	१३९
अन्तर्राष्ट्रिय दस्तावेज कार्यान्वयनका लागि नेपाल सरकारको दायित्व	१३९
आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक अधिकार समिति	१३९
सबै प्रकारका मौलिक भेदभाव उन्मूलन सम्बन्धी महासन्धि	१३९
बिषयबस्तु (ख) स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चितताका लागि क्रियाशील संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय महासन्धि तथा कार्ययोजनाहरु	१४०
१. बेइजिङ्ग घोषणपत्र तथा कार्यनीति १९९५	१४०
२. जनसंख्या तथा विकाससम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन	१४३
३. सहस्राब्दी विकास लक्ष्य (Millenium Development Goal, MDG)	१४५
सत्र ४ : बिषयबस्तु (क) लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा कार्ययोजना, प्रजनन स्वास्थ्य नीति	१६२
लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा विरुद्ध नेपाल सरकार स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयद्वारा सन् २०१० मा तयार पारिएको राष्ट्रिय कार्ययोजना	१६२
(क) लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको वर्ष सन् २०१०	१६२
(ख) तीन वर्षीय अन्तरिम स्वास्थ्य योजना (२०६४/६५-२०६६/६७) र महिला स्वास्थ्य	१६६
ग) राष्ट्रिय निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा कार्यक्रम	१६७
घ) पाठेघर (आङ्) खस्ने समस्याको उपचार तथा निःशुल्क शल्यक्रिया	१६८
ङ) निःशुल्क प्रसूति सेवा, २०६५	१६८
महिला-स्वास्थ्य सम्बन्धी नीति तथा योजनाका विश्लेषण	१६८

मोड्युल ३: सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र स्वास्थ्यको अन्तर संबन्ध १७१

सत्र १ : बिषयबस्तु (क) आघातको लक्षणहरुको व्यवस्थापन तथा सहयोग गर्ने सीप	१७२
बिषयबस्तु (ख) समूह छलफलका लागि घटना अध्ययन	१७५
महिलामाथि हुने हिंसा र स्वास्थ्यकर्मीहरुको भूमिका	१७६

मोड्युल ४: हिंसा प्रभावितको पहिचान र उपचार १७७

सत्र १ : बिषयवस्तु (क) छलफलका लागि घटना अध्ययन	१७८
हिंसा प्रभावितको आवश्यकता	१७८
बिषयबस्तु (ख) हिंसाको रोकथाम तथा उपचारमा स्वास्थ्यकर्मीले खेल्नु पर्ने भूमिका	१८२
हिंसा पीडित /प्रभावितलाई स्वास्थ्यकर्मीहरुले कसरी पहिचान गर्ने ?	१८२
बिषयबस्तु (ग) स्क्रिनिङ	१८२
स्क्रिनिङको महत्व	१८३
स्क्रिनिङका चरणहरु	१८३
बिषयबस्तु (घ) हिंसा प्रभावितसँग गर्नु पर्ने व्यवहार	१८५
सामान्य अवस्थामा हिंसा पीडित /प्रभावितसँग स्वास्थ्यकर्मीहरुको व्यवहार	१८५
सेवा लिन आउने व्यक्तिको हक र अधिकार	१८५
बिषयबस्तु (ङ) असल सेवा प्रदायकमा हुनुपर्ने गुणहरु	१८८
सत्र २ : बिषयबस्तु (क) अभिलेखीकरण के हो ?	१९०
सत्र ३ : लैङ्गिक हिंसा अन्यका लागि बहुपक्षिय सरोकारवालाको भूमिका	१९१

मोड्युल १

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा

मोड्युल १ : सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा

सत्र १ विषयबस्तु (क) लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेद

लिङ्गको आधारमा व्यक्तिसँग जोडिएर आउने सामाजिक मूल्यमान्यता, भूमिका तथा विशेषताहरूको समष्टिगत रूप नै लैङ्गिक हो । धर्म, संस्कार, रीति, परम्परा आदिको आडमा महिला र पुरुषबीच समाजले बनाएको सामाजिक भिन्नतालाई नै जेण्डर भनिन्छ ।

लैङ्गिक अवधारणाले समाजमा रहेको पुरुष र महिलाको आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक विशेषता र अवसरहरूबारे उल्लेख गर्दछ । धेरैजसो समाजमा पुरुष र महिलाबीच शारीरिक बनोटले मात्रै फरक छुट्याउँदैन बरु पुरुष र महिलाहरूको फरकफरक गुण, व्यवहार र कामलाई समेत छुट्टयाइन्छ । यसबाट के प्रस्ट हुन्छ भने पुरुष र महिला गुण र रूप दुवैले फरक नै हुनुपर्दछ भन्ने सामाजिक सोचाइ रहेको छ । यस प्रकारको सोचाइबाट नै परिवार, कार्यस्थल र अन्य सामाजिक क्षेत्रमा महिला र पुरुषबीच विभेदपूर्ण व्यवहारहरू जन्मन्छन् । यिनै विभेदपूर्ण व्यवहारहरूलाई लैङ्गिक भनिन्छ । सामाजिक, सांस्कृतिक रूपले निर्माण गरिएका महिला पुरुषका लागि निर्धारित मूल्यमान्यता, भूमिका तथा विशेषताहरूको समष्टिगत रूपलाई नै जेण्डर अवधारणाले समेट्दछ ।

यिनै अवधारणाहरूका कारण बालक र बालिकाहरूमा जन्मदेखि नै जीवनमा पाउन सक्ने अवसरहरूमा उनीहरूको लैङ्गिकताले प्रभाव पारिसकेको हुन्छ । यसका अतिरिक्त यस अवधारणाले उनीहरूले प्राप्त गर्ने अवसरहरूलाई उनीहरूको जात, सामाजिक, आर्थिक अवस्था (वर्ग), धार्मिक आस्था, उनीहरू बसोबास गर्ने क्षेत्रजस्ता विभिन्न तत्वहरूले समेत प्रभाव पार्दछन् भन्ने यथार्थतालाई प्रस्ट पार्दछ । हाम्रो समाजमा महिलालाई महिला बनाइराख्न (समाजमा स्थापित मान्यताअनुरूप लिङ्गको आधारले मात्रै नभई) र पुरुषलाई पुरुष बनाइराख्न उनीहरूको लिङ्गसँग सम्बन्धित चारित्रिक विशेषताहरूले निर्धारण गरिन्छन् । यिनै विशेषताहरूलाई पालना गर्नुपर्ने र गराइरहने क्रममा उनीहरूबीच असमान शक्ति स्थापना हुन्छ । यही असमान शक्ति सम्बन्धलाई नै जेण्डर अवधारणाले परिभाषित गर्ने र प्रस्ट पार्ने काम गर्दछ ।

लिङ्ग र लैङ्गिकको अवधारणा

लिङ्ग (Sex) : महिला र पुरुषबीच बिद्यमान प्राकृतिक जैविक भिन्नतालाई लिङ्ग (Sex) भनिन्छ ।

लैङ्गिक (Gender) : धर्म, संस्कृति, रिति, परम्परा आदिको आडमा समाजले बनाएको सामाजिक भिन्नतालाई सामाजिक लैङ्गिक (Gender) भनिन्छ ।

लिङ्ग र लैङ्गिकबीचको केही भिन्नताहरू:

लिङ्ग	लैङ्गिक
१) जन्मजात आएको फरक ।	१) सामाजिक मुल्य मान्यताका आधारमा पारिएको फरक ।
२) भौतिक वा शारीरिक हो	२) भौतिक वा शारीरिक होईन ।
३) कृत्रिम तरिका बाहेक परिवर्तन गर्न नसकिने ।	३) परिवर्तन गर्न सकिने ।
४) संसारभरि एउटै हुन्छ ।	४) समय, परिस्थिति, धर्म, संस्कृति, ठाँउ, उमेर भाषा अनुसार फरक फरक हुन्छ ।

छलफलकालागी वाक्यांशहरू

तल दिएका शब्दहरू “लिङ्ग” वा “सामाजिक लैङ्गिक विभेद” हुन छुट्याउनु होस् । “लिङ्ग” जस्तो लाग्ने वाक्यांशहरू अगाडी (S) र “सामाजिक लैङ्गिक विभेद” जस्तो लाग्ने वाक्यांशहरू अगाडी (G) राख्नुहोस ।

लिङ्ग र सामाजिक लैङ्गिक विभेद छुट्याउने वाक्यांशहरू

१. जन्मने वित्तिकैका बालिकाहरू सोहि उमेरका बालकहरू भन्दा कमजोर हुन्छन् ।
२. महिलाहरू सुत्केरी हुन्छन्, पुरुषहरू हुँदैनन्
३. कृषि मजदुरहरूमा महिला मजदुरहरूले पुरुष मजदुरभन्दा कम पारिश्रमिक पाउँछन् ।
४. महिलाले स्तनपान गराउन सक्दछन्, पुरुषले सक्दैनन् ।
५. धेरै जसो निर्माण मजदुरहरू पुरुष हुन्छन् ।
६. महिलाहरूले धुरी छाउन हुन्छ ।
७. किशोरावस्थामा पुरुषको स्वर धोदो हुन्छ ।
८. महिलाहरूमा यौनरोग र एच. आई. भि.को जोखिम बढी हुन्छ ।
९. महिलाहरूमाथि बढी बलात्कार हुन्छ ।
१०. बाबु पत्ता नलागे मात्रै आमाको नामबाट नागरिकता पाउँछन् ।
११. महिलाहरू विज्ञान र गणित विषयमा कमजोर हुन्छन् ।

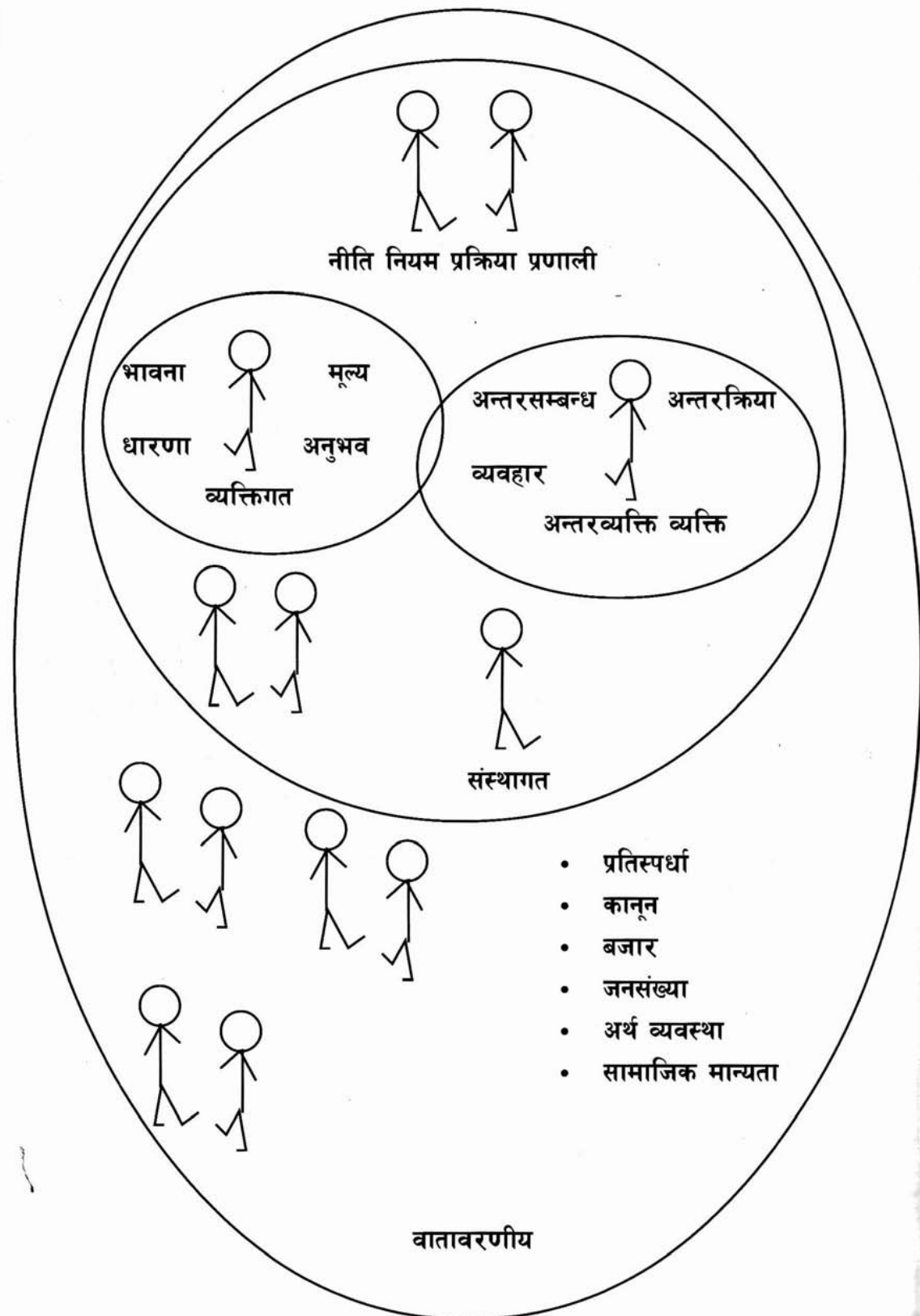
१२. राजस्वला हुँदा महिलाको शरीर फोहर हुन्छ त्यसैले उनिहरुलाई छुट्टै राख्नु पर्दछ ।
१३. प्राचीन मिश्रमा पुरुषहरु घरमा बस्थे र बुनाईको काम गर्दथे ।
१४. एक अध्ययन अनुसार २२४ संस्कृतिमध्ये ५ मा खाना पकाउने काम पुरुषले गर्दथे भने ३६ मा महिलाले घर निर्माणका काम गर्दथे ।
१५. हाम्रो देशको प्रमुख राजनैतिक पदमा पुरुषहरु छन् ।

विषयबस्तु (ख) सामाजिक लैङ्गिक विभेदको सामाजिक बनावट

१. सामाजिक लैङ्गिक मूल्य, मान्यतालाई जोगाई राख्ने सामाजिक बनावट तथा तत्वहरु
समाजमा महिला र पुरुषबीच लिङ्गको आधारमा गरिने विभेद वा हिंसालाई निरन्तरता दिनकोलागि जिम्मेवार तत्वहरुमा हाम्रो वरिपरि रहेको सामाजिक वातावरण, हाम्रो सामाजिकीकरण प्रक्रिया जस्ता कुराहरुको महत्वपूर्ण भूमिका रहेको हुन्छ । तर यतिमा मात्र भने सिमीत हुदैन । सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा हुनकालागि तल उल्लेख गरिएका तत्वहरु पनि उतिकै जिम्मेवार रहेका छन् । जस्तै :

- **धर्मको व्याख्या** : छोराको महत्वलाई नै प्राथमिकता दिएर धर्मको व्याख्या हुनु
- **रीति, परम्परा** : समाजमा छोरालाई महत्व दिने रीति, परम्परा कायम रहिरहनु
- **शिक्षा** : शिक्षा प्रणालीले पनि पुरुषलाई नै बढी महत्व दिनु
- **कानून** : कानूनले पुरुषलाई बढी संरक्षण दिनु, महिलामुखी नीति, नियम र कानूनहरु केही भएपनि त्यसको गलत व्याख्या वा व्यवहारमा लागू नगरिनु ।
- **सञ्चार माध्यम** : सञ्चार माध्यमहरुले पनि महिलाको भूमिका सेवामूलक भएको दृश्यहरु प्रस्तुत गर्नु, पुरुषलाई बढी महत्व दिने र प्रभावकारी देखाउने जस्ता कुराहरु ।
- महिला र पुरुषबीच रहेका विभेदपूर्ण मूल्य, मान्यता तथा व्यवहारहरु
- विभेदपूर्ण कामको विभाजन (महिलाले बढी काम गर्नुपर्ने, घरभित्रको काम तथा सेवामूलक कामहरु प्रायः महिलाले नै गर्नुपर्ने, पुरुषले पैसा कमाउने, जसरी भए पनि घर व्यवहार चलाउनुपर्ने तथा सोही अनुरूप काम गर्नुपर्ने, महिलाको कामलाई कम मान्यता दिने)
- स्रोत र साधनहरुमाथि असमान पहुँच र नियन्त्रण : घरखेत पुरुषको नाममा हुने, महिलाले त्यसबाट आएको उत्पादनलाई भोगचलन गर्न पाए पनि आफ्नो आवश्यकता अनुसार बेचबिखन गर्न नपाउने जस्ता स्थितिहरु ।

२. हाम्रा ४ संसारहरू



सामाजिकीकरण प्रक्रिया र सामाजिक लिङ्गभेद

महिलालाई महिला, पुरुषलाई पुरुषको रूपमा स्थापित गर्नमा सामाजिकीकरणको प्रक्रियाले अत्यन्तै महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ। समाजमा तेस्रो लिङ्गिलाई अभै पनि असामान्य मान्ने कारणले उनीहरूका निम्ति निर्दिष्ट भूमिका निर्धारण गरी सोही अनुरूप सामाजिकीकरण गर्ने प्रक्रिया थालिएको छैन। त्यसैले उनीहरूको इच्छालाई पाखा लगाइन्छ र उनीहरूको शारीरिक बनोट महिला या पुरुषकोसँग बढी मिल्दो छ, सोही अनुरूप सामाजिकीकरण गरिन्छ। अनि उनीहरूका लागि समाजमा स्थापित महिला र पुरुषका लागि निर्दिष्ट भूमिका निर्धारण गरिन्छ। यस क्रममा पितृसत्तात्मक संरचनाले महिलालाई दोस्रो दर्जामा स्थापित गर्ने काम गरिन्छ। तेस्रो लिङ्गिहरूको दर्जा अभै तल पारिन्छ। तसर्थ महिलाहरू विभिन्न प्रकारका विभेदका शिकार हुन पुग्दछन् भने तेस्रो लिङ्गिहरू महिलाभन्दा पनि बढी विभेदका साथ बाँच्न बाध्य बनाइन्छन्। यसलाई समाजमा रहेका निम्न लिखित मूल्य, मान्यताहरूले महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्दछन् :

उमेर

महिला र पुरुषको बिचमा स्थापित असमान शक्ति सम्बन्धलाई संस्थागत गर्न उनीहरू जन्मेदेखि नै सुरु गरिन्छ भने व्यक्तिले ४-५ वर्षदेखि त्यस्ता विभेदहरू अनुभूत गर्न थाल्दछन्। सामाजिकीकरणको प्रक्रियामा कसरी महिलालाई महिला एवम् पुरुषलाई पुरुषको रूपमा स्थापित गराइन्छ भन्ने जान्नका लागि हामी आफ्नै जीवनका घटनाहरू सम्झन सक्दछौं। यो बाहिरबाट आयातित सोच नभई यो हाम्रो जीवनमा हाम्रा वरिपरिका व्यक्ति, संस्थाहरूबाट नै सुरुआत भएको हो र उनीहरूबाट नै पुरुषत्व र महिलापनलाई स्थापित गर्न सानै उमेरदेखि थालिन्छ।

संलग्न व्यक्तिहरू

परिवारका सदस्यहरू, छरछिमेकी, साथी, शैक्षिक सङ्घसंस्थाहरू तथा मन्दिरमा भेट हुने तथा प्रभाव पार्ने शक्तियान् व्यक्तिहरू नै बच्चाको जीवनलाई प्रभावित पार्ने पहिलो व्यक्ति वा समूह हुन्छन्। त्यसकारण सानै उमेरदेखि व्यक्तिलाई पुरुषत्व र महिलापनको परिभाषा अनुरूप हुर्काइन्छ र त्यस क्रममा कसले प्रभाव पाऱ्यो भन्ने बुझ्नका लागि आफ्नै जीवनको घटना सम्झनु एवम् विश्लेषण गर्नु आवश्यक हुन्छ। व्यक्तिलाई सामाजिक मूल्यमान्यता अनुसार महिला र पुरुष बनाउने क्रममा व्यक्तिलाई प्रभाव पार्न सक्ने शक्तियान् व्यक्तिहरू जस्तै : आमा, बुबा, हजुरआमा, हजुरबुबा, शिक्षक, पुजारीजस्ता व्यक्तिहरू नै प्रमुख रहन्छन् भन्ने स्पष्ट हुन आउँछ। तसर्थ जेण्डर अवधारणा आयातित नभई हाम्रो संरचनाभित्रै रहेको हुन्छ र हामीलाई प्रभाव पार्ने व्यक्तिहरूले नै यसलाई स्थापित गर्दछन्।

स्थान

व्यक्तिको सामाजिकीकरणको प्रक्रिया सानै उमेरदेखि महिला र पुरुषको रूपमा उसको घर, परिवार, छिमेकीमा हुँदै अघि बढ्छ। हुर्कने क्रममा आफ्नो शैक्षिक संस्था, आफूले प्राप्त गर्ने शिक्षा,

सूचना, सञ्चारका सन्देशहरू, धार्मिक स्थल आदिको परम्पराद्वारा सामाजिकीकरण हुँदै हुर्कन्छ ।

कालान्तरमा यो सूची बढेर उसको कार्यस्थलका साथै अन्य सबै प्रकारका ऊ हुर्कने वातावरण र उसलाई बाँच्न आवश्यक सङ्घसंस्थाहरूसम्म पुग्दछ । यस्ता स्थानबाट उसले सामाजिक लैङ्गिक विभेदयुक्त मान्यताहरू आत्मसात् गर्दछ । फलस्वरूप यस्ता मान्यता एवम् तिनमा आधारित व्यवहारहरू व्यक्तिको घरेलु वा सामाजिक जीवनसँग मात्रै सम्बन्धित नरही समग्र विकास प्रक्रिया एवम् परिणामहरूमा समेत देखिन थाल्दछन् ।

बिषयबस्तु (ग) सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाको परिभाषा

लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाले त्यस्ता सम्पूर्ण कार्यहरूलाई बुझाउँछ जुन कुनै पनि व्यक्तिलाई उसको लैङ्गिक आधारमा गरिने विभेदबाट निर्देशित भई गरिएको हुन्छ । जस्तै: लैङ्गिक आधारमा कुनै व्यक्तिलाई शारीरिक, मानसिक, यौनिक रूपले पीडा दिने वा त्यस्ता प्रकारका व्यवहार गर्नका निम्ति डर देखाउने, धम्क्याउने साथै अरुको स्वतन्त्रता खण्डित गर्ने किसिमका कार्यहरू हुन्छन् । लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाबाट महिला, पुरुष, बालक, बालिका जो कोही पनि पीडित अथवा प्रभावित हुन सक्छन् । यसो भए पनि लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाबाट खासगरी महिला तथा बालिकाहरू नै बढि प्रभावित हुने गरेका छन् ।

अर्को शब्दमा भन्ने हो भने सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा भन्नाले कसैको इच्छाबिना कुनै व्यक्तिमाथि नोक्सान पुग्ने व्यवहार गरिएको हुन्छ । यस्तो व्यवहार समाजले स्थापित गरेको महिला र पुरुषबीचको विभेदका आधारमा गरिएको हुन्छ । लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाले कैयौँ अन्तर्राष्ट्रिय सन्धिसम्झौताहरूले सुनिश्चित गरेका विश्वव्यापी मानवअधिकारका मान्यताको उल्लङ्घन गरेको हुन्छ । लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका धेरै स्वरूपहरू राष्ट्रिय कानून तथा नीतिका विपरीत हुने गरेका हुन्छन् । लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा गैरकानुनी र आपराधिक गतिविधि हो ।

विश्वरभका विभिन्न अध्ययनहरूबाट के थाहा भएको छ भने सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाको नकारात्मक असर केटा वा पुरुषमा भन्दा किशोरी र महिलाहरूमा बढी परेको हुन्छ । लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र महिलाविरुद्धको हिंसा दुई अलग शब्दावली भए पनि यी दुई शब्दहरूलाई पर्यायवाचीको रूपमा प्रयोग गर्ने गरिन्छ ।

लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका केही परिभाषाहरू

लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा भन्नाले व्यक्तिको ईच्छाविना उसको शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य, विकास र व्यक्तित्वमा दुष्प्रभाव पार्ने कुनै क्षतिलाई बुझिन्छ।

लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा वा महिला विरुद्धको हिंसा लैङ्गिक सम्बन्ध, मुल्य, मान्यता, महिला पुरुष र समग्रमा समाजले पुरुष र महिलालाई हेर्ने दृष्टिकोणमा आधारित छ।

विभिन्न सङ्घसंस्थाहरू तथा सम्मेलनमा लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा (लै.वि.आ.हिं.) बारे निम्नानुसार अभिव्यक्त गरेको पाइएको छ -

- ❏ लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा कुनै यस्तो कार्य हो जसले महिलालाई निजी वा सार्वजनिक जीवनमा शारीरिक, यौनिक र मनोवैज्ञानिक रूपमा नोक्सान पुऱ्याउने वा दुःख पुऱ्याउने वा पुऱ्याउन सक्ने संभावना साथै यस्ता कार्यहरू गर्ने धम्की, जबरजस्ती वा स्वेच्छाचारी तरिकाले महिलाको स्वतन्त्रताबाट बन्चित गरिने जस्ता कार्य पनि समावेश हुन सक्छन्।

महिला विरुद्ध हिंसा सम्बन्धी संयुक्त राष्ट्र संघीय घोषणापत्र

- ❏ “महिला हिंसा भनेको महिलामाथि गरिने विभिन्न किसिमका शारीरिक, यौनिक, मानसिक एवं हिंसात्मक व्यवहारहरू हुन्। यस्ता खाले व्यवहारहरूभित्र महिलामाथि गरिने कुटपिट, घरभित्र बालिका उपर गरिने यौनशोषण, दाइजोको कारणले गरिने दुर्व्यवहारहरू, वैवाहिक जीवनभित्र बलात्कार, यौनोच्छेदनका साथै विभिन्न किसिमका घातक सामाजिक-सांस्कृतिक परम्पराहरू पर्दछन् तर यिनीहरूमा मात्र सीमित भने हुँदैनन्”

महिला विरुद्ध हुने सबै प्रकारको हिंसा उन्मुलन गर्ने संयुक्त राष्ट्रसंघीय घोषणापत्र, १९९३

- ❏ “लिङ्गको आधारमा गरिने हिंसा मानवअधिकारको हननको निकृष्ट रूप हो। यो सबै देश, सबै संस्कृति, वर्ग, समुदाय, आर्थिक स्थिति भएका समूहहरूमा भए पनि नराम्रो रूपले दक्षिण एशियाका देशहरूमा फस्टाएको छ। यो क्षेत्रलाई महिलामाथि गरिने व्यवहारका लागि संसारको सबैभन्दा असम्बेदनशील क्षेत्र मानिन्छ”

UNICEF ROSA

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका कारणहरू :

लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका मुख्य कारण हाम्रो समाजमा महिला र पुरुषको बीच विद्यमान असमान शक्तिसम्बन्ध हो। यसका अतिरिक्त धेरै यस्ता तत्वहरू छन् जसका कारणले लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा हुने गरेका छन्। जस्तै :

- महिला र पुरुषबीच रहेका विभेदपूर्ण मूल्य, मान्यता तथा व्यवहारहरू
- विभेदपूर्ण नीतिगत र असमान कानुनी व्यवस्थाहरू
- महिला र पुरुषबीच रहेको विभेदपूर्ण श्रम विभाजन (महिलाले बढी काम गर्नुपर्ने, घरभित्रको काम तथा सेवामूलक कामहरू प्रायः महिलाले नै गर्नुपर्ने, पुरुषले पैसा कमाउने, जसरी भए पनि घरव्यवहार चलाउनुपर्ने तथा सोही अनुरूप काम गर्नुपर्ने, महिलाको कामलाई कम मान्यता दिने)
- स्रोत र साधनहरूमाथि असमान पहुँच र नियन्त्रण : घरखेत पुरुषको नाममा हुने, महिलाले त्यसबाट आएको उत्पादनलाई भोगचलन गर्न पाए पनि आफ्नो आवश्यकता अनुसार बेचबिखन गर्न नपाउने जस्ता स्थितिहरू ।
- महिलाको शरीर, उत्पादन र गतिशीलतामाथिको नियन्त्रण : महिलाले कहिले, कति, बच्चा पाउने, विवाह गर्ने वा नगर्ने जस्ता व्यक्तिगत कुराहरूमा महिला आफैले निर्णय गर्न नपाउने । श्रीमान्, बुवा आमा, सासुससुराजस्ता परिवारका अन्य सदस्यहरूले उनको बारेमा निर्णय गर्ने ।
- महिलाले काम गर्ने क्षेत्र र हिँडडुलमा नियन्त्रण, : महिलाले बाहिर जान हुँदैन, साथीसँग हिँड्न हुँदैन, साँझ परेपछि हिँड्न हुँदैन भन्ने जस्ता विभिन्न विभेदकारी व्यवहारहरू ।

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका प्रकारहरू :

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाका प्रकारहरू ठाउँ, अवस्था, परिस्थिति अनुसार फरक फरक हुन्छन् । नेपालमा हुने केही लैङ्गिक हिंसाका प्रकार निम्नलिखित छन् :

- यौनहिंसा, यौनशोषण/यौनदुर्व्यवहार, दूराचार र जबरजस्ती यौन व्यवसायमा संलग्न गराउने
- घरेलु हिंसा
- मानव बेचबिखन तथा ओसारपसार
- बालविवाह, जबरजस्ती विवाह, अनमेल विवाह
- जलाएर हत्या गर्ने आदि
- बलात्कार र हाडनाता करणी
- वैवाहिक बलात्कार

- धार्मिक तथा सांस्कृतिक चलनहरूका आधारमा महिलामाथि हुने दुर्व्यवहारहरू
- सशस्त्र विद्रोह तथा हिरासतमा गरिने दुर्व्यवहारहरू

तर हिंसाको प्रकार यत्तिमा मात्र भने सीमित हुदैन ।

बिषयबस्तु (घ) का लागि घटना अध्ययनहरू

घटना अध्ययन नं. १ :

बसन्ती मोरङ्ग की वासिन्दा हुन् । उनको विवाह उनी कक्षा १० मा पढ्दा पढ्दै भएको हो । उनलाई विवाह गर्न मन थिएन तर उनका आमा बुबाले उनको विवाह जबरजस्ती गरिदिए । विवाह गरिसके पछि पनि पढाइलाई निरन्तरता दिन सकिन्छ भनी उनका बुबाले उनलाई आश्वस्त बनाएका थिए । विवाह गरेर श्रीमानको घर आएपछि उनी अचम्ममा परिन । घर आएको भोलिपल्टदेखि उनले घरको सबै काम गर्नु पर्ने भयो । खाना पकाउनेदेखि घरमा साना साना काम उनकै जिम्मा थियो । उनले आफ्नो पढाइलाई निरन्तरता दिने कोशिस समेत गर्न सकिनन् ।

विवाह भएको ६ महिनासम्म जिन्दगी सजिलै बित्यो । त्यसपछि उनलाई सासुले जे गरे पनि गाली गर्ने गर्थिन् । रातदिन गतिलो परिवारकी छोरी भए पो भनेर गाली गर्ने, आमा बुबा समेतलाई गाली गर्थिन । यसले बसन्तीलाई साह्रै दिक्क बनाउथ्यो । उनी एकलै बसेर रुने गर्थिन । विस्तारै उनको श्रीमानले पनि गाली गर्ने, कुट्ने गर्न थाल्यो । दिनभरी काम गरेर थाकेर सुत्न जाँदा उसले उनलाई मन नभएको बेलामा पनि जबरजस्ती यौन सम्पर्क गर्थे । उनको श्रीमानको यो व्यवहारले बसन्तीलाई साह्रै दिक्क लाग्थ्यो । जिन्दगी यसरी चल्दै थियो । यो पीडामा अझ थप पीडा उनी गर्भवती भएर थपियो । आफूलाई इच्छा नभए पनि गर्भवती हुनुपरेकोले उनी साह्रै दिक्कार हुन्थिन् । धेरै पटक यस्तो जिन्दगी किन बाँच्नु भनी उनले आफ्ना साथीहरूलाई बताएकी छिन् रे ।

छलफलका लागि प्रश्नहरू

- यो घटनामा बसन्तीमाथि के कस्ता हिंसाहरू भएका छन् ?
- बसन्तीमाथि यस्तो हिंसा हुने कारणहरू के के हुन् ?
- यी हिंसाका लागि जिम्मेवार को को हुन् ?

घटना अध्ययन नं. २ :

मनमाया नुवाकोटकी वासिन्दा हुन् । उनको परिवारमा उनी लगायत ५ जना अरु भाइवैनीहरू छन् । उनको बुवा दैनिक रोजगारी गरेर परिवार पाल्नु हुन्छ । दैनिक ज्यालादारीबाट अत्यन्तै कम आम्दानी हुने तर परिवारमा धेरै सदस्यहरू भएकोले परिवार पाल्न धौ धौ पर्दथ्यो । त्यसैले

मनमायाले पारिवारिक आर्थिक स्थितिका कारण पढ्न पाइनन् । सानै उमेरदेखी अरुको घरमा काम गरेर उनले भाइबैनी पढाउनका लागि आफ्नो आमा बुबालाई सघाइन् । मनमाया १७ वर्षकी हुँदा उनको घरमा एउटा केटा उनीसंग विवाह गर्ने प्रस्ताव लिएर आयो । केटा देख्दा राम्रै थियो । विवाह गर्न मलाई केही चाहिन्न, तपाईंको छोरी भए पुग्छ भनेर भनेको कारण उनका बुवाले मनमायाको विवाह त्यो केटासँग गरिदिए । विवाह गरेको एक वर्षपछि वसन्तीलाई घुमाउन भनेर त्यो केटाले नुवाकोटबाट बाहिर लिएर गयो । पछि उनलाई बम्बई पुऱ्यायो । मुम्बइमा पुऱ्याएर उसले उनलाई एउटा कोठीमा बेचेको रहेछ भन्ने कुरा उनले कोठी मालिकनीबाट थाहा पाइन् । त्यो थाहा पाएपछि उनी छानाबाट खसे जस्तै भईन् । उनीसंग अरु कुनै उपाय थिएन । बाध्य भएर उनी देहव्यापारमा संलग्न भईन् । ४ वर्षपछि उनी एच.आइ.भी संक्रमित भएको थाहाभए पछि कोठी मालिकनीले उनलाई घर फर्काई दिई । घरमा आएपछि पनि उनलाई सुख भएन । गाउँलेहरुले उनी एच.आइ.भी संक्रमित भएको थाहा भएपछि उनलाई छिःछिः दूरदूर गर्न लागे ।

छलफलका लागि प्रश्नहरु :

- यो घटनामा मनमायामाथि के कस्ता हिंसाहरु भएका छन् ?
- मनमायामाथि यस्तो हिंसा हुनुका कारणहरु के के हुन ?
- यी हिंसाका लागि को को जिम्मेवार छन् ?

घटना अध्ययन ३ :

रामकुमारीको श्रीमान उनीहरुको विवाह भएको एक वर्षमै विते । उनको श्रीमान वित्दा उनी गर्भवती रहिछन् । त्यो कुरा उनलाई पनि थाहा थिएन । श्रीमान वित्दा उनी २२ वर्षकी मात्र थिईन् । श्रीमान वितेपछि उनको चुरा फुटाए, सिन्दुर पखाले र उनलाई सेतो लुगा लगाउन लगाए । श्रीमान वित्दा उनी गर्भवती भएको २-३ महिना मात्रै भएको रहेछ । उनलाई त्यतिखेर खान पनि मन लाग्दैनथ्यो । निन्द्रा लागि रहन्थ्यो । वान्ता भइरहन्थ्यो । त्यो अवस्थामा उनलाई १२ दिनसम्म सेतो लुगा लगाएर श्रीमानको क्रिया गर्न साह्रै गाह्रो भयो । उनलाई भेट्न आउनेहरु कतिले “यस्ती अलच्छिनी लोग्नेलाई खाई” भन्थे भने कतिले “यो विचरी अब कसरी बाँच्छेँ” भनेर भन्थे । आफ्नो बारेमा अरुले यस्तो भनेको सुनेर उनलाई साह्रै दिक्क लाग्थ्यो । आफू पनि मर्न पाए जस्तो लाग्थ्यो । केही गरी काजक्रिया सिध्याइन् । तर त्यसपछि उनको जीवन भन्न कष्टकर हुँदै गयो ।

बाहिर कतै गए पनि उनलाई सबैले अलच्छिनी भन्दथे । समाजमा विवाह व्रतबन्ध भयो भने पनि उनी त्यहाँ जान हुँदैन भन्दथे । सधैँ भरी विधुवाले यो गर्नु हुन्छ ? त्यो गर्नु हुँदैन भनेको सुन्दा उनको मन छिया छिया हुन्थ्यो । त्यत्तिकैमा उनको छोरी जन्मी । त्यसपछि त भन् के चाहियो । उनको पीडा माथि भन् पिडा थपियो । सबैले उनलाई एउटा छोरो भएको भए त जिन्दगी चल्थ्यो अब विचरीले के गर्लि भन्न लागे । यसले उनलाई भन्न बढी दुःख लाग्थ्यो । आजकल रामकुमारीलाई कसैसँग बोल्न मन लाग्दैन । उनी एकान्त मन पराउँछिन् । उनको तल्लो पेट दुखि रहन्छ ।

छलफलका लागि प्रश्नहरू :

- यो घटनामा रामकुमारीमाथि के कस्ता हिंसाहरू भएका छन् ?
- रामकुमारीमाथि यस्ता हिंसाहरू भएका कारणहरू के के हुन् ?
- यी हिंसाहरूका लागि जिम्मेवार को को हुन् ?

घटना अध्ययन ४ :

रमिता १३ वर्षकी भईन् । उनी कक्षा ७ मा पढ्छिन् । उनको स्कूल घरबाट निकै टाढा छ । स्कूलसम्म पुग्न ४५ मिनेट लाग्छ । सानो जंगल पार गर्नु पर्दछ । उनका परिवारमा धेरै सदस्यहरूलाई उनी त्यति टाढा स्कूल गएको मन परेको थिएन । उनको बुबाको कारणले मात्र उनी त्यहा पढ्न सकेकी छन् । उनी अत्यन्तै राम्री छिन् । उनीसँग विवाह गर्ने भनेर गाउँमा धेरै केटाहरूले उनको आमा बुबा कहाँ प्रस्ताव पठाएका रहेछन् । उनको बुबाले अहिले छोरी साह्रै सानी छ, विवाह गर्ने बेला भएको छैन भनी सबैलाई गाली गरेर फर्काइ दिँदा रहेछन् ।

एकदिन रमिता स्कूल जाँदा केटाहरूले बाटोमा कुटेछन् । उनीहरूले उनलाई जिस्काएछन् । एकदिन त्यसैगरी जवरजस्ती गर्ने क्रममा केटाहरू मिलेर उनको बलात्कार गरे । यो घटनाले उनी साह्रै आत्तिछन् । उनका बुबा आमा पनि आत्तिए । उनीहरूलाई यो घटना बाहिर ल्याए आफ्नै बेइज्जती हुन्छ भन्ने लाग्यो । रमिताको घटना पनि दर्ता गरेनन् । उनलाई अस्पताल पनि लगेनन् । अब छोरी ठुली भई भनेर उनलाई स्कूल पठाउन पनि छाडि दिए । आजकल रमिता घरमै छिन । कसैलाई देखेपनि उनलाई डर लाग्छ । उनी रोइ राख्छिन् ।

छलफलका लागि प्रश्नहरू :

- यो घटनामा रमितामाथि के कस्ता हिंसाहरू भएका छन् ?
- रमितामाथि यस्तो हिंसा हुने कारणहरू के के हुन् ?
- यी हिंसाका लागि जिम्मेवार को को हुन् ?

सत्र २ : विषयबस्तु (क) महिलामाथि हुने हिंसालाई बुझ्दा

१. महिलामाथि हुने हिंसा अवधारणागत स्पष्टता

“महिलामाथि हुने हिंसा भन्नाले महिला जन्मनुपूर्व अर्थात् गर्भावस्थादेखि मृत्यु नहुन्जेलको अवस्थासम्म महिला भएकै कारणले हुने विभिन्न खाले भेदभावपूर्ण व्यवहार, शारीरिक, मानसिक तथा यौनिक यातना र दुर्व्यवहारलाई बुझाउँदछ । महिलालाई शारीरिक, मानसिक, यौनिक, सामाजिक र आर्थिक रूपमा आघात पुग्ने गरी सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक, धार्मिक रीतिरिवाजका आधारमा गरिने

सम्पूर्ण कार्यहरू वा डर, धाक, धम्की, ओहोदाको प्रयोग गरी त्यस किसिमको आघात पुऱ्याउने काम वा व्यक्तिगत वा सामाजिक जीवनमा महिलाको स्वतन्त्रताको हनन बलपूर्वक गरिन्छ भने त्यो महिलामाथि हुने हिंसा हो”

महिलामाथि हुने हिंसा प्राय घरपरिवारका सदस्य, नजिकका मानिस र आफ्ना नातेदारहरूबाट हुने गर्दछ । यसरी नजिकका मानिसहरूबाट हुने हिंसा भावनात्मक रूपमा महिलालाई बढी पीडा दिने खालका हुन्छ ।

महिलामाथि हिंसालाई विश्लेषण गरी हेर्दा महिलामाथि हिंसा गर्नेहरू प्रायः परिवारका सदस्यहरू, नातेदारहरू, आफ्नै सहकर्मीहरू, ठूलो ओहदामा रहेका व्यक्तिहरू नै हुने गरेको पाईन्छ । यसलाई अझ स्पष्ट गर्नकोलागि यसरी वर्गीकरण गर्न सकिन्छ :

- नातेदार तथा घरपरिवारबाट हुने हिंसा
- समाजद्वारा हुने हिंसा
- राज्यद्वारा हुने हिंसा
- कार्यालयमा सहकर्मीहरूबाट हुने हिंसा

सामाजिक लैङ्गिक विभेदकै कारणले महिलाहरू सामाजिक, शारीरिक, मानसिक, यौनिक तथा आर्थिक रूपले विभिन्न किसिमका लाञ्छना र पीडा खप्न बाध्य छन् । यिनै विभिन्न प्रकारका हिंसाको कारण महिलाको स्वास्थ्यमा बहुपक्षीय असर पारेको छ । फलस्वरूप हाम्रो जस्तो विकासोन्मुख मुलुकमा मातृमृत्यु, रक्तअल्पता, कम आयु, पाठेघर खस्ने जस्ता महिला स्वास्थ्यका समस्याहरू छन् । यो समस्या जनस्वास्थ्यका निम्ति चुनौतीको विषय बनेको छ । यिनै कुराहरूलाई मध्यनजर गरी विश्व स्वास्थ्य संगठनले महिलामाथि हुने हिंसालाई “जनस्वास्थ्यको समस्या” भनी जनस्वास्थ्यका समस्याहरूको सूचीमा राखिसकेको छ । महिलामाथि हुने हिंसालाई मानव अधिकारको पक्षबाट सम्वेदनशील भई हेर्नु जति जरुरी छ त्यत्तिकै जरुरी जनस्वास्थ्यको पक्षबाट पनि छ । जबसम्म महिलामाथि हुने हिंसाको अन्त्य हुन सक्दैन तबसम्म न त सामाजिक न्यायकै प्रत्याभूति गराउन सकिन्छ न त सबैका लागि स्वास्थ्यको प्रयास नै सार्थक हुन्छ ।

महिलामाथि हिंसा हुनुको कारणहरू

- सामाजिक-सांस्कृतिक तत्वहरू जस्तै: असमान शक्ति सम्बन्ध, समाजमा महिलाको न्यून स्थान, विभिन्न रीतिरिवाज, सांस्कृतिक परम्परा, विश्वास, धारणा, अशिक्षा एवम् सीमित शिक्षा
- कानुनी तत्वहरू : दोहोरो कानुनी प्रावधानहरू, अन्तर्राष्ट्रिय सन्धिसम्झौता, प्रतिबद्धताहरूको

कार्यान्वयनमा कमी, अपर्याप्त कानून, कानुनी सेवाको अभाव, कानून कार्यान्वयन गर्ने समूहहरूभित्र रहेको धारणा एवम् अधिकार र कर्तव्यका बारेमा अज्ञानता ।

- नीति र व्यवहारहरू : नकारात्मक नीतिगत व्यवस्था, लैङ्गिक असंवेदनशील नीतिहरू, अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिबद्धताहरू कार्यान्वयन नहुनु ।
- आर्थिक तत्वहरू : आर्थिक परनिर्भरता, गरिबी, अवसरको अभाव, आर्थिक स्रोतमा पहुँचको कमी, आफ्नो कमाइ, सम्पत्ति एवम् अन्य उत्पादनका स्रोतहरूमा समेत नियन्त्रणको अभाव ।
- संस्थागत तत्वहरू : सहयोगी संयन्त्रको अभाव, हिंसाबाट प्रभावित व्यक्तिहरूका लागि सहयोगी सेवाहरूको अभाव, अदालत एवम् कानुनी संरचनाहरूको पहुँचमा कठिनाइ, स्वास्थ्य-सेवाको अभाव, पुलिस, स्वास्थ्यकर्मी, कानून व्यवसायी तथा अन्य सहयोगी समूहभित्र रहेको असंवेदनशील व्यवहार ।

बिषयबस्तु (ख) महिलामाथि हुने हिंसाका प्रकारहरू

महिलामाथि हुने हिंसाका प्रकारहरू

महिलामाथि हुने हिंसाको स्वरूपलाई हेर्दा यो समय, स्थान र अवस्था अनुसार फरक फरक हुन्छ । सबै ठाउँमा यो एकै किसिमको हुदैन । यो ठाउँ र परिवेश अनुसार फरक फरक हुने गर्दछ । तर पनि यहाँ हिंसाका केही प्रकारहरूको बारेमा व्याख्या गरिएको छ ।

घरेलु हिंसा :

घरभित्र परिवारका कुनै सदस्यबाट अन्य सदस्यमाथि हुने हिंसा घरेलु हिंसा हो । घरेलु हिंसाबाट पीडित व्यक्तिले शारीरिक, मानसिक, यौनजन्य तथा आर्थिक यातना सहनु पर्ने हुन्छ । नेपालमा घरेलु हिंसालाई व्यक्तिगत वा घरयसी मामिलाको रूपमा लिने गरिएको छ । यस प्रकारको हिंसालाई सामाजिक र बाहिरी हस्तक्षेपभन्दा टाढाको विषय हो भन्ने परम्परागत सोच रहेको छ । संयुक्त राष्ट्रसंघ महिला विरुद्ध भेदभाव उन्मुलन गर्ने समितिको सिफरिस नं.१९ ले उल्लेख गरेको छ । “घरेलु हिंसा” भनेको महिला विरुद्धको हिंसाको एउटा सबैभन्दा पुरानो रूप हो । घरेलु हिंसा सबै किसिमको समाजमा प्रचलित छ । घरेलु हिंसाले महिलाको स्वास्थ्यलाई खतरामा पारिरहेको छ र परिवारिक तथा सार्वजनिक जीवनमा समानताको आधारमा सहभागी हुने महिलाको क्षमतामा प्रभाव पारिरहेको हुन्छ ।

घरेलु हिंसाका प्रकारहरु:

१. शारीरिक दुर्व्यवहार
२. यौन दुर्व्यवहार
३. भावनात्मक र मौखिक दुर्व्यवहार
४. मनोवैज्ञानिक दुर्व्यवहार
५. आर्थिक हिंसा

सामाजिक हिंसा:

समाजबाट महिला भएकै कारण हुने हिंसालाई सामाजिक हिंसा भनिन्छ। सामाजिक हिंसा महिला बसेको समुदाय र उनले काम गर्ने कार्यालयहरूमा हुने गर्दछ। जस्तै महिलालाई बोक्सीको आरोप लगाउनु, छुवाछुत अथाव जातीय विभेद, सामूहिक कुटपिट, गालिगलौज, दाइजोका कारण हुने दुर्व्यवहार, सामूहिक बलात्कार, यौन शोषण, श्रमशोषण, यौनशोषण, शैक्षिक संस्थाहरूमा गरिने यौन दुरुत्साहन वा दुर्व्यवहार लगायत मानव बेचबिखन र बाध्यात्मक वेश्यावृत्ति वा यस्तै प्रकारका अन्य शारीरिक तथा मानसिक असर पुऱ्याउने घटनाहरू सामाजिक हिंसा हुन्।

यौनिक हिंसा :

महिलाको इच्छाविरुद्ध अश्लील चित्र, दृश्य वा फिल्म देखाउनु वा जबरजस्ती यस्ता चित्र, दृश्य वा फिल्म खिच्नु, यौनजन्य कृत्याकलापहरू, महिलाका संवेदनशील अङ्गहरू छुने/ समाउने, महिलालाई ललाई फकाई बेचबिखनमा पार्ने, वेश्यावृत्ति गर्नकोलागि बाध्य बनाउने, महिलाको ईच्छा बिना शारीरिक सम्बन्ध राख्नु आदि यौनिक हिंसा हुन्।

मानसिक हिंसा:

महिलालाई गालिगलौज गर्ने, धम्क्याउने, होच्याउने, हेला, तिरस्कार जस्ता मानसिक असर पुऱ्याउने व्यवहारहरू मानसिक हिंसा हुन्।

सांस्कृतिक हिंसा:

भुमा, देउकी, कुमारी, बोक्सी, बालविवाह, बहुविवाह, छउपडि (सुदुरपश्चिममा महिला वा किशोरीहरूलाई महिनावारी भएको समयमा छुट्टै गोठमा राख्ने) जस्ता चलन वा संस्कार सांस्कृतिक हिंसाभित्र पर्दछन्।

शारीरिक हिंसा:

महिलालाई गरिने कुटपिट, जबरजस्ती गर्भपतन गर्न लगाउनु, महिलालाई कामको बोझ दिनु आदि पर्दछन्।

बिषयबस्तु (ग) महिलामाथि हुने हिंसाका अन्तरनिहित तत्वहरू

बेलुन र पिनको खेल

- * सहभागीहरूलाई गोलाकारमा उभिन लगाई सबैलाई एक-एक वटा बेलुन दिने । बेलुन फुकेर, बाँधेर हातमा लिन लगाउने र पिन पनि दिने
- * सहभागीहरू सबैलाई आफ्नो आफ्नो बेलुन जोगाउनुहोस् भनेर दौडन लगाउने ।
- * सहभागीहरू सबैलाई आफ्नो आफ्नो बेलुन जोगाउनुहोस् भन्दै ठूलो आवाजमा कराउँदै सहभागी वरिपरि घुमिरहने । ३ मिनेटपछि आ-आफ्नो ठाउँमा उभिन लगाउने ।
- * समय सकिएपछि सबै सहभागीहरूलाई बेलुन जोगाउनुहोस् भनेकोमा किन एक अर्काको बेलुन फुटाउनु भयो ? भनेर प्रश्न गर्ने । सहभागीहरूबाट यसप्रकारको जवाफहरू आउन सक्छ : आफूसँग भएको शक्तिको प्रदर्शन गर्न पिनको प्रयोग गरेको, आफ्नो बेलुन जोगाउन अरूको फुटाउनु पर्ने बाध्यता इत्यादि । पिन दिएको कारण फुटाउनुपर्छ होला जस्तो लागेर फुटाएको । यसपछि हिंसा हुनु वा गर्नुको पछ्याडि शक्तिको कारण हुन्छ, भन्नेमा सहभागीहरूलाई स्पष्ट गराउने ।

सत्र ३ : बिषयबस्तु (क) महिलामाथि हुने हिंसा र यसले महिलाको स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभाव र असरहरू

महिलामाथि हुने हिंसाले महिलाको स्वास्थ्यमा प्रत्यक्ष प्रभाव तथा असर पुऱ्याएको हुन्छ । हिंसार्कै कारण महिला स्वास्थ्यमा पर्ने असरहरूमध्ये केही निम्नानुसार छन् :

घरेलु हिंसाले महिलाको स्वास्थ्यमा पार्ने असरहरू :

- स्वास्थ्य कमजोर
- उत्पादनमूलक काम गर्न नसक्नु
- हातखुट्टा भाँचिनु वा अस्वस्थ
- विभिन्न रोगहरूबाट ग्रसित हुनु
- अंगभंग भई हिडडुल गर्न नसक्नु
- महिला भ्रूण हत्या
- रक्तअल्पता
- महिनावारी सम्बन्धी समस्याहरू

- अनिच्छित गर्भ रहनु वा तुहिनु
- अनिच्छित बच्चा जन्माउनु पर्ने बाध्यता
- ढाड तथा कम्मर दुख्ने समस्याहरु

मानसिक हिंसाको कारण महिला स्वास्थ्यमा पर्ने असरहरु :

मानसिक विकासमा कमी तथा मानसिक असन्तुलन हुनु, दुव्लाउने, एकोहारो हुने, विभिन्न रोगहरु जस्तै मुटुको रोग, मधुमेह आदि हुने, शारीरिक चोट पटक, अंगभंग हुने, शंकालु हुने, आत्महत्या गर्ने, कुलतमा लाग्ने, आत्मबलकमी, काम गर्न मन नलाग्ने र काम गर्न नसक्ने, निर्णय लिन वा दिन नसक्ने जस्ता स्वास्थ्यलाई प्रत्यक्ष असर पुग्ने किसिमका असरहरु हुने गर्दछन् ।

सामाजिक हिंसाले महिलाको स्वास्थ्यमा पर्ने असरहरु

घाइते, अंगभंग, मृत्यु, आङ्ग खस्ने, मानसिक असन्तुलन, हीनताबोध, शारीरिक बौद्धिक विकासमा अवरोध, बाल तथा मातृमृत्युदरमा बृद्धि ।

यौनिक हिंसाले महिलाको स्वास्थ्यमा पर्ने असरहरु :

यौन रोगहरुको शिकार, जङ्खब्खम्क, अनिश्चित गर्भ, भिरङ्गी र सेतो पानी बग्नु, यौनाङ्ग क्षतविक्षत हुने, ढाड दुख्ने समस्या, आत्मसम्मानमा कमी, हीनताबोध, डराउने, एकोहोरिने, एकलै बरबराउने, सोच्ने शक्तिमा हास जीन्दगीदेखि दिक्क भएर आत्महत्या गर्न मन लाग्ने ।

यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्यमा पर्ने असरहरु:

- हाम्रो जस्तो पितृसत्तात्मक समाजमा अहिले पनि छोरीहरुको विवाह स्वेच्छाले नभई घर परिवारको करमा गर्ने गरिएको पाईन्छ । छोरीलाई उमेर नै नपुगी विवाह गरिदिने अर्थात बाल विवाह, जबरजस्ती विवाह, अनमेल विवाह गरिने, महिलाहरुले बच्चा कहिले जन्माउने, जन्माउने कि नजन्माउने भन्ने कुराको निर्णय पनि पुरुषहरुले नै गर्ने, महिलाले पुरुषको इच्छा अनुसार गर्भधारण गर्नु पर्ने जस्ता इच्छा विपरीतका कार्यहरु गर्नु बाध्यहुनु परिरहेको छ । परिणामस्वरूप अझै पनि धेरै नेपाली महिलाहरु बच्चा जन्माउन नसकी ज्यान गुमाउनु परिरहेको अवस्था छ, भने कति नेपाली महिलाहरुले समयमा प्रसूति सेवा नपाएकै कारणले ज्यान गुमाउनु परिरहेको छ । कतिले अझै पनि सुत्केरी व्यथा लागेपछि एकलै बस्नु पर्छ भन्ने परम्परागत मान्यताको कारण ज्यान गुमाउनु परिरहेको छ ।
- वंश चलाउन छोरा नै चाहिने सोचको कारण धेरै महिलाहरुले छोरा नभएसम्म बच्चा जन्माउनु पर्ने बाध्यताहरु रहेका छन् । आफूले नचाँहदा नचाँहदै पनि यसरी पटक पटकको गर्भधारण गर्नु पर्दा महिलाहरुमा प्रजनन् स्वास्थ्य समस्या आइपर्न सक्छ जस्तै: तल्लो पेट दुख्ने, कम्मर दुख्ने, सेतो पानी बग्ने, पाठेघर खस्ने आदि ।
- महिलाहरुले आफूमा भएको स्वास्थ्य त्यसमा पनि प्रजनन् स्वास्थ्यका समस्याहरु खुलेर भन्नु

- नसकेको कारण यी समस्या भन् भन् जटिल हुँदै जान्छन् ।
- परिवार नियोजनका साधनमा महिलाको पहुँच र नियन्त्रण नहुनु , श्रीमानसँग गर्भ निरोधक वा कण्डमको कुरा गर्न नसक्नु जस्ता कारणले पनि उनीहरूको यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यमा असर पुऱ्याइरहेको हुन्छ ।
- गर्भावस्थामा हुने हिंसाका कारण बच्चा कम तौलको जन्मने, आमाको तौल नबढ्ने, संक्रमण र रक्तअल्पता हुने सम्भावनाहरू रहन्छन् ।
- यौन दुर्व्यवहारका कारण उत्पन्न मानसिक तनावका कारण पीडित महिलाहरूमा रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति कमजोर हुने भएकोले उनीहरूमा रोगको संक्रमण सजिलै हुने जोखिम रहेको हुन्छ ।

उमेर समूह	हुनसक्ने वा भइरहेका हिंसाहरू	स्वास्थ्यमा परेका असरहरू
० - ५ वर्ष	महिला भ्रुण भएकै कारणले गरिने गर्भपतन, छोरा पाउनै पर्ने धारणाबाट विकसित मानसिक तनाव । छोरी भएकै कारणले गरिने भेदभाव जस्तै पास्नी, खानपान, खेल खेलौनामा हुने भेदभाव, छोरी भएकै कारणबाट आमालाई गरिने भेदभाव	महिला भ्रुणको मृत्यु, आत्मविश्वासमा कमी, शारीरिक तथा मानसिक विकासमा अवरोध ।
५ - १० वर्ष	खेल्ने कुरामा भेदभाव, घरेलु कामको बोझ, यौन शोषण, पढाईमा भेदभाव, खानपानमा भेदभाव ।	शिक्षामा कमी, आत्मविश्वासमा कमी, शारीरिक विकासमा कमी, मानसिक विकासमा कमी
१० - १९ वर्ष	खनपानमा तथा पढाईमा भेदभाव, हिँडडुलमा बन्देज र महिनावारीमा छुवाछुत, बालविवाह र यौन व्यवसाय, कामको बोझ, नागरिकतामा भेदभाव, स्वास्थ्य सेवामा पहुँच नहुनु ।	रक्तअल्पता र आत्मविश्वासमा कमी, नचाहेको गर्भ र गर्भ तुहिने, शिक्षामा बन्देज र महिनावारी सम्बन्धी समस्याहरू, यौनजन्य रोगहरू, बलपूर्वक बच्चा जन्माउनुपर्ने वाध्यता, व्यावसायिक रोगहरू जस्तै : तल्लो पेट दुख्ने, चिन्ता लाग्ने, लागुपदार्थको सेवन, घरबाट भाग्ने, यौन व्यापार, जस्त र ब्झ्मक, चेलीबेटी बेचबिखन, यौन ईच्छा नहुने आदि ।

<p>१९ - ४९ बर्ष</p>	<p>खनपानमा भेदभाव, छोरा पाउनुपर्ने वाध्यता, महिनावारीको समयमा समस्या, यौन शोषण, कामको बोझ, वैवाहिक जीवनभित्र बलात्कार, विभिन्न निर्णय लिनबाट बन्चित, सम्पत्तिमा अधिकार नहुनु, सामाजिक हिंसा</p>	<p>रक्तअल्पता, महिनावारीमा कठिनाई, यौनजन्य रोगहरु, यौन ईच्छा नहुनु, पाठेघरको समस्या, तल्लो पेट दुख्नु, सेतो पानी बग्नु, दम र पेटसम्बन्धी रोगहरु, ढाड दुख्ने, नचाहेको गर्भ र गर्भ तुहिने, आत्महत्या गर्न खोज्नु वा गर्नु, गर्भ तुहिनु, बलात्कार, हत्या, चिन्ता, लागुपदार्थको सेवन, महिनावारी बन्द हुने बेलामा समस्या, व्यक्तित्वमा असर ।</p>
<p>५० बर्ष माथि</p>	<p>स्वास्थ्य सुविधा नहुनु, हेलचेब्र्याई, कामको बोझ, प्रताडनाहरु, श्रीमानबाट तिरस्कार, विधवामाथि हिंसा</p>	<p>रक्तअल्पता, पाठेघरको समस्या, मानसिक यातना, घरबाट निकाला, शक्तिविहीन, ढाड दुख्ने, आत्महत्या, चिन्ता, एकलोपन, महिनावारी बन्द हुने बेलामा समस्या</p>

बिषयबस्तु (ख) यौन दुर्व्यवहार तथा बलात्कार

यौन दुर्व्यवहारको अर्थ :

यौन दुरव्यवहार भन्नाले कुनै पनि व्यक्तिलाई उसको इच्छा विरुद्ध कुनै पनि परिचित वा अपरिचित व्यक्तिले यौन सम्बन्ध राख्नु वा यौनिकता विरुद्ध मौखिक रुपमा अश्लील भाषा प्रयोग गरेर छेडखानी गर्ने, महिलाको शरीरको संवेदशील अंगहरु समाउने, टोक्ने, अश्लील फोटोहरु खिचन लगाउने र त्यस्ता फोटोहरु पत्रपत्रिकामार्फत प्रचार प्रसार गर्ने, वैवाहिक जिवनमा श्रीमानले श्रीमतीको इच्छा विरुद्ध यौन सम्बन्ध राख्नु जस्ता कार्यहरु पर्दछन् ।

तर यौन दुर्व्यवहारको भन्नाले यौन आनन्द लिने मनसायले हेरेर वा बोलेर, सङ्केत गरेर जिस्क्याउने, जिउं टँसाउने वा धक्का दिने, बाटो छेकेर दुख दिने आदि व्यवहार हरु समेत पर्दछन्, त्यसैगरी यौनिक रुपमा होच्याउने , असुरक्षित यौन सम्पर्कका लागि दवाव दिने आदि पर्दछन् ।

यौन दुरव्यवहार हुने क्षेत्रहरू

यौन दुर्व्यवहार यही ठाउँमा मात्र हुन्छ भनेर एकिन गरी भन्न सकिदैन तर पनि केही सम्भावित ठाउँहरुको बारेमा यहाँ उल्लेख गरिएको छ । जस्तै:

- आफ्नै घरभित्र परिवारका सदस्यहरुबाट वा आफ्ना नातेदारहरुबाट , छिमेकमा साथीहरुको

घरमा वा अन्य सार्वजनिक स्थानहरुमा जस्तै : बाटोमा हिड्ने क्रममा, यात्रा गर्दा, सार्वजनिक स्थानहरुमा, विधालय/ कलेजहरुमा, घाँस दाउरा तथा मेलापातमा, पानी पँधेरोमा, कार्यालयमा, मेला वा सिनेमा हल जस्ता स्थानहरुमा यौन दुर्व्यवहारका घटनाहरु बढी हुने गर्दछन् ।

- विभिन्न सञ्चार माध्यमहरुारा पनि यौन दुर्व्यवहारका घटनाहरु हुने गर्दछन् । जस्तै: पत्रपत्रिकाहरुमा महिलाको अश्लील चित्र प्रकाशन, चलचित्रहरुमा महिलाको यौन अङ्ग प्रदर्शन, टेलिफोन आदिबाट हुने अश्लील बोलचाल ।

महिलाहरुमाथि नै बढी यौन दुर्व्यवहार किन हुने गर्दछ ?

हुनत यौन दुर्व्यवहारको घटना महिलालाई मात्र हुन्छ भन्ने होईन । यौन दुर्व्यवहारको जोखिममा पुरुषहरु पनि पर्ने गरेको पाईन्छ । तर समग्रतालाई हेर्दा महिला र किशोरीहरु नै यौन दुर्व्यवहारबाट बढि प्रभावित भएको पाईन्छ । यसो हुनुको प्रमुख कारणहरुमा :

- महिलालाई कमजोर ठानी त्यसको फाईदा उठाउने उद्देश्यले
- सामाजिक मूल्यमान्यताका कारण महिलालाई यौन साधनको रुपमा मात्र सीमित गर्ने प्रयासले
- समाजमा महिला र पुरुषबीच रहेको असमान शक्ति सम्बन्धको कारणले
- दोषीलाई सजाय लिने कानून भए पनि त्यसको कार्यान्वय गर्न नसकेको कारणले अर्थात कमजोर नीतिगत व्यवस्थाले

यौन दुर्व्यवहारका कारण प्रजनन् स्वास्थ्यमा पर्ने असरहरु

- शारीरिक घाउचोट, पीडा साथै यौनाङ्गमा चोटपटक लाग्ने
- अनिच्छित गर्भ रहने सम्भावना ।
- गर्भपतनको जटिलता, असुरक्षित गर्भपतन गर्नुपर्ने अवस्था ।
- आत्मबलमा कमी, निद्रा नलाग्ने, भोग नलाग्ने, नैराश्यता , हीनता बोध हुने, डर, एकलोपनको अनुभूति, यौन दुर्बलता, रून मन लाग्ने, ग्लानी, आफूलाई दोषी देख्ने, चिन्ता, लेखपढ् गर्न मन नलाग्ने, मर्न मन लाग्ने , मानसिक आघात जस्ता समस्याहरु हुने र कहिल काहि आत्महत्या गर्ने अवस्थासम्म पनि पुग्ने सक्ने सम्भावनाहरु हुने ।
- यदि पीडकलाई यौन रोग लागेको भए पीडितलाई पनि यी रोगहरुको संक्रमण हुने सम्भावन बढि हुने गर्दछ ।

बलात्कार

महिला वा पुरुष कसैको पनि इच्छा विरुद्ध राखिने यौन सम्पर्कलाई बलात्कार भनिन्छ । हाम्रो समाजमा एकाध घटना बाहेक धेरै जस्तो बलात्कारका घटना महिलामाथि नै घटने गरेकाले यहाँ मुख्यतः महिलामाथि हुने बलात्कारको कुरा गरिएको छ ।

बलात्कारमा महिलाले नचाहेको बेला वा उनको इच्छा विरुद्ध लोभने मानिसले जवर्जस्ती आफ्नो लिङ्ग, औंला वा शरीरको अन्य अङ्ग अथवा अरु कुनै वस्तु महिलाको योनी, गुद्दामा अथवा मुख भित्र हुल्ने वा सम्पर्क राख्ने वा यस्तो कार्य गर्नको लागि दवाव दिनु लगायत यौन संभोग गर्नु आदि पर्दछन् ।

बलात्कार भन्नाले सहमति बिना जवर्जस्ती ढंगले कसैमाथि विशेष खालका यौन कार्य गर्न जवर्जस्ती गर्ने, अन्य व्यक्तिसँग यौनसम्पर्कका लागि दवाव दिने, कुनै महिलालाई जीवन निर्वाहका लागि गर्न केही गर्दिए बापत यौन कार्यमा लाग्न बिबश पारिने जस्ता यौन दुराचार, व्यवहार तथा मनसायहरु पनि पर्दछन् ।

बलात्कारमा पर्ने बढी जोखिममा रहेकी महिला :

जुनसुकै महिला पनि बलात्कृत हुन सक्छन् तर तल लेखिएको अवस्थाका महिलाहरु बलात्कृत हुने बढी जोखिममा हुन्छन् :

- यदि महिला अपांग छिन्, बहिरी छिन् वा सुस्त मनस्थितिकी छिन् भने ।
- युद्धका बेलामा वा शरणार्थी भएमा बेलामा ।
- गरिब र निसहाय छिन् भने ।
- उनी घरबारविहीन सडक बालबालिका भएमा ।
- यदि उनी देहव्यापारमा लागेकी छिन् भने ।
- उनको धेरैजना यौनसाथी छिन् भने ।
- उनी गिरफ्तार भएकी छिन् वा जेलमा भएमा ।
- उनी पहिले पनि बलात्कार वा यौन दुर्व्यवहारमा परेकी छिन् भने ।
- आफ्ना श्रीमान् अथवा प्रेमीबाट दुर्व्यवहारमा परेकी छिन् भने ।

त्यसैगरी यदि कुनै महिलाको शारीरिक, सामाजिक र मानसिक स्थिति कमजोर छ भन्ने कुनै बलात्कारीले सोच्यो भने उसको आँट वा हौसला बढ्न गई महिलालाई भन् सजिलै शिकार बनाउन सक्दछ ।

सत्र ४ : बिषयवस्तु (क) छलफलका लागि घटना अध्ययनहरु

घटना अध्ययन १

रमाको विवाह भएको २ वर्ष भयो । उनको घरमा सासु, ससुरा, देवरहरुले उनलाई राम्रै गर्छन् । उनको श्रीमानसंग उनको केही दिन मात्रै सम्बन्ध भयो । त्यसपछि उनी पढ्नका लागि शहर गईन् । यहि बीचमा उनी गर्भवती भईन् ।

उनको जिल्ला सशस्त्र द्वन्द्वले अत्यन्तै प्रभावित जिल्ला हो । सुत्केरी हुनका लागि उनी घर आएकी थिईन् । बच्चा जन्मेको १ महिना भइसकेको थियो । एक साँझ उनी बच्चा काखमा लिएर अगेनामा आगो तापिरहेकी थिईन् । यत्तिकैमा बाहिर कोलाहाल मच्चियो । केही मानिसहरु मुखमा पट्टी बाँधेर उनको श्रीमानलाई बाहिर बोलाउन आए । रमासहित घरका परिवारका सदस्यहरु अत्यन्तै आत्तिए । तर उनीहरुको केही लागेन । रमाको श्रीमानलाई ती मानिसहरुले बाहिर लगे । उनी दुई दिनसम्म फर्किएनन् । रमा साँझै डराएकी थिईन् । उनी रोईकराई मात्र रहन्थिन् । राती निद्रा पनि परेन । खान पनि मन लागेन । तेस्रो दिनमा केही मानिसहरु कराँउदै आए र तल्लो खोल्सामा रमाको श्रीमानको लास भएको जानकारी दिए । उक्त लासको टाउकोमा कुनै धारिलो हतियारले काटेको थियो । आफ्नो श्रीमानको लाशको टाउको छिन्न २ ईन्च मात्र बाँकी भएको रूप देखेर रमा बेहोश भईन् ।

छलफलका लागि प्रश्नहरु

यो घटनामा रमा गर्भवती हुँदा, बच्चा जन्मेको बखत, श्रीमान हराएको बखत र श्रीमानको लाश भेटिएको बखत रमाको मनोवैज्ञानिक आवश्यकताहरु के के थिए होलान ?

घटना अध्ययन २

मन्दिरा भर्खर १६ वर्ष मात्रै टेकेकी थिईन् । उनको घरमा विवाहको कुरा चलन थाल्यो । उनी साँझै रोईन कराईन्, विवाह गरिदिन भनिन् । उनको यो भनाईका कारण बुवा साँझै रिसाए । मन्दिरालाई कुटे, दुईदिनसम्म घरमा बन्द गरिदिए । पछि केही सिप नलागेपछि उनलाई कलेज भर्ना गरिदिए । मन्दिराले आफ्नो पढाईलाई निरन्तरता दिन थालिन् ।

एक वर्षपछि मन्दिराको जीवनमा साँझै नराम्रो घटना घट्यो । एक दिन साँझ ट्युसन पढेर फर्कदा उनीसंगै कक्षामा पढ्ने केही केटाले उनको बाटो कुरेर बसेका रहेछन् । अँध्यारोको मौका छोपी ४ जना केटाहरुले मन्दिरालाई सामूहिक बलात्कार गरे । उनलाई बेहोस र नग्न अवस्थामा त्यहीका स्थानीय मानिसले देखेपछि अस्पताल पुर्याएछन् र पुलिसलाई खबर गरेछन् ।

अस्पतालमा पुलिस र उनका परिवारका सदस्यहरु आईपुगे । उनीहरुले मन्दिरालाई नै यस्तो घटना कसरी भयो भनी प्रश्न गर्न थाले । पुलिसले पनि उनलाई कसले गर्‍यो ? केही दुश्मनी थियो कि ? कसरी गर्‍यो ? जस्ता प्रश्नहरु सोध्न थाल्यो । आमा बुवा पनि त्यस्तै प्रश्नहरु गर्नथाले । बुवाले त भन्नु यस्तै दिन देख्नु पर्छ भनेर पोहोरै विवाह गरिदिन खोजेको मानिन भनेर मन्दिरालाई बेस्कन गाली गर्न थाले । मन्दिरा हतप्रभ भईन् । उनी बोल्न, रुन, जवाफ दिन केही गर्न नसक्ने भईन् ।

छलफलका लागि प्रश्नहरू

यो घटनामा मंदिराका मनोवैज्ञानिक आवश्यकताहरू के के हुन् ?

घटना अध्ययन ३

देव कुमारी मोरडवाट विवाह गरेर कैलाली पुगेकी हुन् । नयाँ ठाँउमा उनले चिन्ने मानिसहरू खासै थिएनन् । उनलाई आफु एकलै भएजस्तो लाग्यो । नयाँ ठाँउ, नयाँ संस्कृति उनलाई निकै गाह्रो परेको थियो । केही समयसम्म उनीहरूको जिन्दगी ठीकै चल्यो । त्यसपछि उनको श्रीमान कमाउन भनेर मुम्बई गए । श्रीमान बाहिर गएपछि घरमा कच्कच सुरु भयो । स-साना कुरामा पनि सबैले देवकुमारीलाई गाली गर्ने दोष लगाउने गर्थे । घरवाट दाईजो नल्याएकी भनेर पनि सधैं कुरा सुनाउथे । यसले देवकुमारीलाई पीडा दिन्थ्यो । दुर्भाग्यवश उनको बच्चा पनि श्रीमान बाहिर हुँदा नै विरामी भएर वित्यो । त्यसपछि त भन् परिवारमा सबै जनाले देवकुमारीसँग बस्न नसकेर श्रीमान पनि बाहिरियो, बच्चा पनि उनकै कारणले मर्यो भनी दोष लगाउन थाले । यसले देवकुमारीलाई साह्रै गाह्रो भयो । उनी एकलै बसेर रोई रहन्थिन् ।

छलफलका लागि प्रश्नहरू

यो घटनामा देवकुमारीका मनोवैज्ञानिक आवश्यकता के के हुन् ?

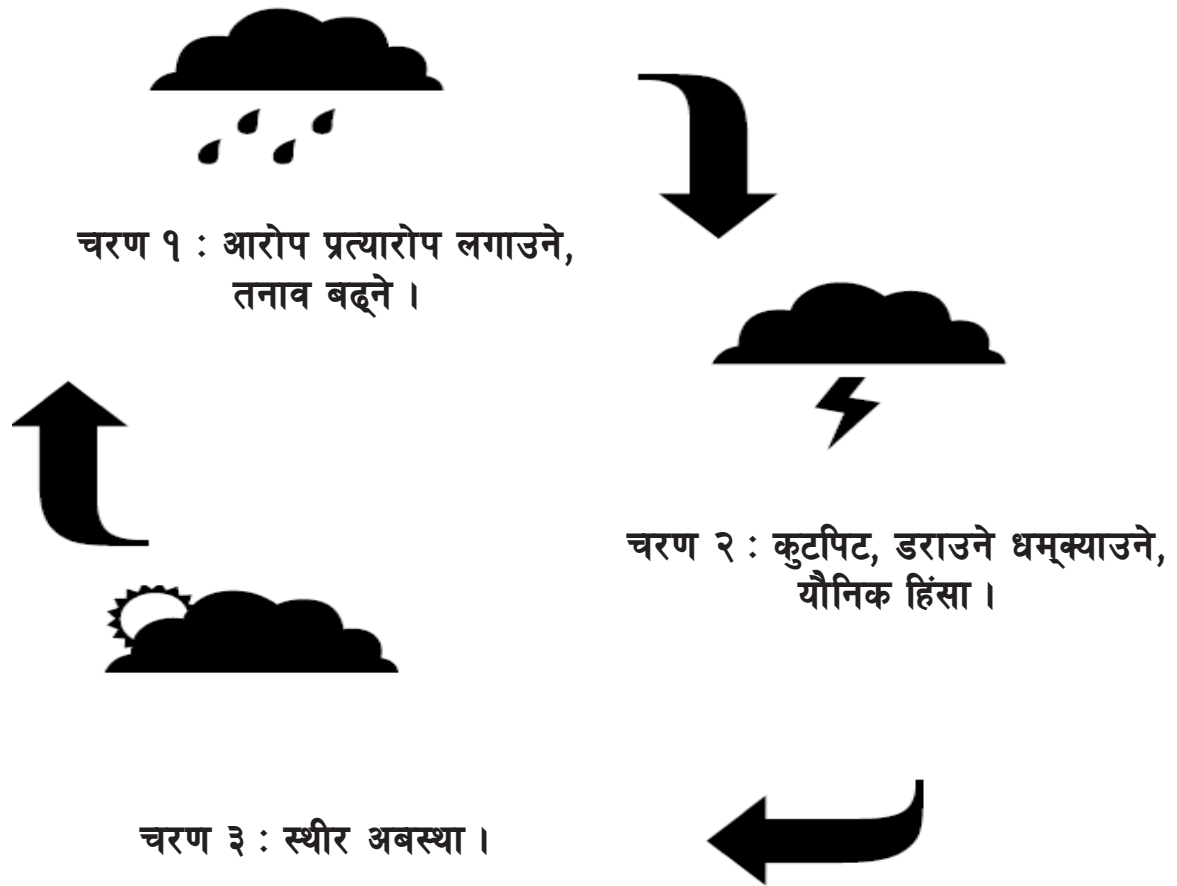
घटना अध्ययन ४

प्रभाको विवाह भएको ४ वर्ष भयो । उनी सरकारी जागिर गर्छिन् । उनको श्रीमान पनि जागिर गर्छन् । प्रभाको परिवार ठुलो छ । सासु, ससुरा, देवर, जेठाजु सबैजना सधैंभरि प्रभाको काममा खोट देखाई राख्छन् । उनको दुईवटी छोरीहरू छन् । घरपरिवारमा सबै सदस्यहरूले उनलाई छोरी छोरी जन्माई भनेर कच् कच् गरिरहन्छन् । कामबाट आउने वित्तिकै परिवारका सदस्यहरूको कच् कच्ले उनलाई कहाँ जाउँ के गरौ हुन्छ । तर प्रभालाई उनको श्रीमानको राम्रो सहयोग छ । त्यसका कारण उनले यी समस्याहरू पन्छाउदै जीवन अगाडि बढाई राख्न सफल भएकी छिन् ।

छलफलका लागि प्रश्नहरू

यो घटनामा प्रभाका मनोवैज्ञानिक आवश्यकताहरू के के हुन् ?

हिंसाको चक्र (Power Point)



बिषयबस्तु (ख) आघात (Unserstanding Trauma)

आघात भनेको के हो ? (आघात सिद्धान्त)

विभिन्न किसिमका पीडा, चोट, डर, त्रासबाट पीडित भएको कारण व्यक्तिहरूमा देखिने पीडा, चिन्ता जस्ता प्रतिक्रियाहरूलाई मानसिक विशेषज्ञहरूले Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) भनी पहिचान गरेका छन् ।

आफ्ना पीडाहरू सधैं आफ्ना अगाडि दोहोरिएभै लाग्ने, आफ्ना सोच, कल्पनाहरूमा सधैं पीडाको अनुभूति भइरहने, आफ्ना अगाडि दुःखद घटनाका दृश्य झल्कलि आइराख्ने जस्ता प्रतिक्रियाहरूलाई परिभाषित गर्न आघात पश्चातका चिन्ताजन्य असामान्य अवस्था (एत्कम० शब्दावलीको प्रयोग गरिन्छ ।

PTSD भित्र आफूमाथि घटेका घटनालाई सम्भेर डराउनु, आत्तिनु, राती सुत्दा अचानक तर्सिनु, पसिना आउनु, कतैबाट पीडकले बोलेभै लाग्नु, आफूलाई आफ्नै बारेमा थाहा नहुनु अर्थात् आफ्नो शरीर कस्तो अवस्थामा छ र वरपरको स्थिति कस्तो छ भन्ने होस नहुनु, आफू एक्लो भएको अनुभव हुनुजस्ता विभिन्न व्यवहारहरू पर्दछन् । यसका अतिरिक्त आफूमाथि घटेको घटना सम्भरनु, निद्रा नलाग्नु, दिक्क लाग्नु, बारम्बार रिस उठ्नु, रिस उठेका बेला आफूलाई नियन्त्रण गर्न नसक्नु, कुनै पनि कुरामा एकाग्र हुन नसक्नु जस्ता लक्षणहरू देखिन्छन् । यस्ता लक्षणहरू विभिन्न प्रकारका हिंसा पीडित व्यक्तिहरूमा देखिन्छन् ।

आघातका सिद्धान्तले “यो घटना तपाईंमाथि किन भयो ?” र “यस्तो घटना दोहोरिन नदिन के गर्न पर्ला ?” भन्ने प्रश्नहरूलाई “यो घटना प्रति तपाईंको प्रतिक्रिया के छ ?” र “हलुका महसुस गर्न उक्त प्रतिक्रियालाई कसरी व्यवस्थापन गर्ने” प्रश्नमा परिवर्तन गर्दछ ।

आघातको अवस्थामा रहेका व्यक्तिहरूमा देखिने केही लक्षणहरू

आघातबाट प्रभावित व्यक्तिमा देखिने केही लक्षणहरूको निम्नानुसार छन् -

१. आफूमाथि भएको हिंसाका लागि आफूलाई नै दोष दिनु, ग्लानी हुनु
२. डर, त्रास र असुरक्षित भएको अनुभव गर्नु
३. रिस र घृणाको आवेग भइरहनु
४. आफूसँग रिस उठ्नु, निराश हुनु र आत्महत्या गर्न मन लाग्नु
५. रक्सी वा अन्य लागू पदार्थको लत लाग्नु
६. खाना खाने प्रक्रियामा गडबडी उत्पन्न हुनु
७. आफूले आफूलाई हिर्काउनु, चोट पुऱ्याउनु
८. पीडा, दुःख र आफूले केही हराएको भावना हुनु
९. एकलै बस्न खोज्नु
११. निद्राबाट झस्केर उठ्नु, डर लाग्नु
१२. अरूले आफूलाई घृणा गरेको, वास्ता नगरेको जस्तो लाग्नु
१३. यौनिकता र भावनात्मक सम्बन्धमा परिवर्तन हुनु
१४. आफू मानसिक र शारीरिक रूपमा कमजोर भएको अनुभूति हुनु आदि ।

आघात हुनुको प्रमुख कारणहरू

- पीडितलाई नै दोषी देखाउने परम्परा ।
- मौनताको संस्कृतिले जकडेको समाज ।
- यो हुनै सक्दैन भनी पीडकलाई जोगाउने चलन, अर्थात् यस्तो मान्छेले पनि त्यस्तो काम गर्छ होला त बेकारमा त्यस्तो राम्रो मान्छेलाई बदनाम गर्ने काम भयो । (To validate the survivor often involves taking a political stance)

- हुन त हो मैले गर्न त नहुने तर त्यो केटी नै उस्तै रैछ । (Psychological approaches that focus on internal responsibility of individual often directly or indirectly reinforce "Victim Blaming")

बिषयबस्तु (ग) आघात पश्चात हुने सामान्य प्रतिक्रियाहरु

भावनात्मक प्रतिक्रिया (Emotional / feeling response):

- चिन्ता/व्याकुलता (Anxiety)
- सामाजिक बहिष्करण (Social isolation)
- रिस वा भावनात्मक मौनता (Anger or emotional numbing)
- एक्कासि बिचार परिवर्तन (Sudden mood shifts)
- चिड्चिडापन (Irritability)
- दुखीपन न्वष्भा (pain)
- उदासिनता, शक्तिहीनता, मानसिक असक्तता (Depression)
- दोषी र घृणा (Guilt and shame)
- घटना भएकै होइन भनेर देखाउन खोज्ने (Denial)
- के गरौ कसो गरौ हुने (Feeling overwhelmed)
- डर लाग्ने (Fear)

बिचार /मानसिक प्रतिक्रिया (Thought/Cognitive responses)

- घटनाको अनुभव (Reliving the experience)
- दुःस्वप्न, खराब सपना (Nightmares)
- अरुलाई दोष लगाउनु (Blaming someone)
- बढि निगरानीमा राख्ने, शंकालु भावले हेर्ने (Hyper-vigilance)
- समस्याको समाधान गर्न नसक्ने (Poor problem solving ability)
- उदास र एकाग्रतामा कमी (Memory, concentration or attention problems)
- पछाडिको जीवनलाई भुल्यास सम्भन्ने (Flashbacks)
- दिमागमा बिचारहरु आइरहने (Intrusive thoughts or images)
- निर्णयगर्न नसक्ने (Poor decision making)
- आफैलाई अलग्याउने (Dissociation)
- आफैलाई दोष लगाउने (Blaming yourself)

शारीरिक प्रतिक्रिया (Physical Responses)

- मुर्छा पर्ने (Shock symptoms)
- भ्रम हुने (Dizziness)
- टाउको दुख्ने (Headaches)
- छाती दुख्ने -Chest pain)
- साँस फर्न गाह्रो हुने (Difficult breathing)
- हात खुट्टा काम्ने, मासुहरु बाउँडिने (Muscle tremors)
- सानो कुरामा बढी उत्तेजित हुने (Hyperarousal) extra sensitivity to sights, sounds, smells, touches and tastes associated with the traumatic event
- छिट्टै थाक्ने (Fatigue)
- धेरै पसिना आउने (Profuse sweating)
- बान्ता आउने/ वाक्वाकी लाग्ने (Vomiting/Nausea)
- दाँत कट्कटाउने (Teeth grinding)

बानी व्यवहारजन्य प्रतिक्रिया (Behavioral Responses)

- आफूलाई समाजबाट टाढा लान खोज्ने, एकलै बस्ने (Withdrawal)
- खाएकोखायै गर्ने वा पटकै नखाने (Increased or decreased appetite)
- पहिलेको घटनाहरुलाई वास्ता नगर्ने र खुशी छु जस्तो देखाउने । (Avoiding reminders of the traumatic event)
- लागुपदार्थ दुर्व्ययसन वा कुलतमा लाग्ने (Substance abuse)
- आत्मघात वा आत्महत्या गर्ने प्रयास गर्ने (Homicidal or suicidal)

अन्तर वैयक्तिक प्रतिक्रिया (Interpersonal Responses)

- आत्मीय सम्बन्ध कायम गर्नमा कठीनाई (Difficulty in forming intimate relationships)
- यौन समस्या (Sexual problem)
- फेरि फेरि हिंसामा पर्ने संभावनाको त्रास (Re victimization)
- बढी शंकालु स्वभाव (Suspiciousness)

मोड्युल २

स्वास्थ्य अधिकार र राज्यका प्रतिबद्धता

पाठ्य सामग्रीहरू मोड्युल २: स्वास्थ्य अधिकार र राज्यका प्रतिबद्धता

सत्र १ : विषयबस्तु (क) स्वास्थ्य र स्वास्थ्य अधिकार

स्वास्थ्यको परिभाषा:

सामान्यतया स्वास्थ्य भन्नाले निरोगी रहनु अर्थात् विरामी नहुनु अथवा कुनै रोग नभएको अवस्था भन्ने बुझिन्छ। त्यसैगरी दूषित वातावरण र कुपोषणरहित जीवन जीउन पाउनु नै स्वास्थ्य हो भन्ने बुझिन्छ। तर स्वस्थ भन्नु रोगविना बाँच्नु मात्रै नभई शारीरिक, मानसिक, सामाजिक रूपमा नै स्वस्थ रहनुका साथै स्वस्थ रहन आवश्यक पर्ने वातावरण, शरीरको हेरचाह र उसको अधिकारको सुनिश्चितता समेत पर्दछ।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) को परिभाषा अनुसार “ स्वास्थ्य भन्नाले कुनै पनि रोग विहीन वा असक्त नहुनु मात्र नभई शारीरिक, मानसिक र सामाजिक रूपले स्वस्थ भएको अवस्था हो, ”

अर्थात् “स्वास्थ्य भनेको कुनै पनि व्यक्तिले शारीरिक, मानसिक, सामाजिक र आध्यात्मिक रूपमा पूर्ण स्वस्थ अनुभूति गर्न सक्ने अवस्था हो” ।

स्वास्थ्यलाई जसरी परिभाषित गरिएको भए तापनि हामीले यसलाई प्रभाव पार्ने तत्वहरूलाई समेत विश्लेषण गर्नु आवश्यक हुन्छ। यसरी हेर्दा स्वास्थ्यलाई विभिन्न तत्वहरूले प्रत्यक्ष वा परोक्ष रूपमा प्रभाव पारिरहेको हुन्छ। स्वास्थ्यलाई शारीरिक, मानसिक र सामाजिक तत्वहरूले प्रभाव पारिरहेका हुन्छन्। केहि यस्ता सामाजिक कारणहरू छन् जसले मानसिक समस्याहरू जन्माउन सक्छन् भने केही यस्ता शारीरिक कारणहरू छन् जसले मानसिक वा मानसिक कारणबाट शारीरिक वा सामाजिक समस्याहरू उत्पन्न हुन्छन्। यसरी हेर्दा यी सबै कारणहरू एक अर्कामा अन्तर सम्बन्धित छन्।

शारीरिक स्वास्थ्य

शारीरिक स्वास्थ्य भन्नाले शरीरमा कुनै किसिमको रोग नलागेको अवस्था हो अर्थात् शारीरिक रूपमा स्वस्थ भएको अवस्था हो भन्ने बुझिन्छ।

शारीरिक स्वास्थ्यलाई हामी यसरी पनि बुझ्न सक्छौं जस्तै : जुन अवस्थामा शरीरका सम्पूर्ण कोषहरू, तन्तुहरू, अङ्गहरू तथा प्रणालीहरू स्वस्थ भई पूर्णरूपमा आफ्नो काम सम्पादन गर्ने अवस्थामा रहेका हुन्छन्।

मानसिक स्वास्थ्य

मानसिक स्वास्थ्य भन्नाले कुनै पनि व्यक्ति आफू र आफ्नो वरिपरि रहेको वातावरणसँग सन्तुलित भएर बस्न सक्ने अवस्था हो । जस्तै : समाजमा सबै जना समानरूपले विना कुनै भेदभाव स्वतन्त्र पूर्ण जीवन जिउन सकेको अवस्था हो । अर्थात् कुनै पनि व्यक्ति मानसिक रूपमा स्वस्थ हुनु भनेको स्वयं व्यक्ति आफू नै आन्तरिक द्वन्द्वबाट मुक्त रहेको अवस्था वा आत्मसम्मानका साथ जिउन पाएको अवस्था हो ।

अर्को शब्दमा भन्ने हो भने मानसिक स्वास्थ्य भन्नाले कुनै पनि व्यक्ति डरधम्की, हेला, तिरस्कार हीनताबोध, ग्लानी जस्ता कुराबाट मुक्त रहेको अवस्था हो ।

सामाजिक स्वास्थ्य

सामाजिक रूपमा स्वस्थ हुनु भनेको कुनै पनि व्यक्ति समाजमा विना कुनै भेदभाव स्वतन्त्रतापूर्वक जीवन बिताउन पाउनुका साथै समाजमा समान सहभागी र घुलमिल भई जीवन यापन गर्न सक्नु हो । तर हाम्रो समाजमा विद्यमान रहेको महिला र पुरुषबिचको विभेद अर्थात् सामाजिक लैङ्गिक विभेदको कारण विभिन्न जातजाती, लिङ्ग र अवस्थाका व्यक्तिहरू सामाजिक रूपमा अस्वस्थ रहनु परिरहेको अवस्था छ । जस्तै : लैङ्गिक विभेदकै कारण महिलाहरूले पोषणयुक्त खाना खान नपाउनु, विरामी हुँदा औषधि उपचारकोलागि आर्थिक अभाव हुनु साथै स्वास्थ्य संस्थासम्मको पहुँच न्यून हुनु जस्ता समस्याहरू रहेका छन् , जसको प्रत्यक्ष असर महिलाको स्वास्थ्यमा परिरहेको छ ।

स्वास्थ्य अधिकार के हो ?

स्वास्थ्य अधिकार भन्नाले कुनै पनि व्यक्ति स्वस्थ भई स्वस्थ रूपमा जीवन यापन गर्न पाउनु र आवश्यक परेमा स्वस्थ सेवा पाउनु उसको आधारभूत अधिकार हो । स्वास्थ्यलाई अन्य अधिकारबाट छुट्याएर हेर्न मिल्दैन । विभिन्न दस्तावेजहरूले स्वास्थ्यलाई आधारभूत अधिकारको रूपमा परिभाषित गरेको भए तापनि महिलामाथि गरिएको विभेदपूर्ण व्यवहारको कारणले गर्दा महिलाहरूलाई विद्यमान सामाजिक मूल्य तथा मान्यताका कारण सुत्केरी अवस्थामा पोषिलो खाना खान नपाउनु, सबैलाई खुवाएर मात्र खानु परम्परावादि मान्यताका कारण महिलाको स्वास्थ्यमा प्रत्यक्ष रूपमा नकारात्मक असर पर्न गएको छ भने अर्को तिर पितृसत्तात्मक सोचको कारणले छोरा जन्माउनै पर्ने बाध्यताको कारण महिलाहरूले कहिले, कति बच्चा जन्माउने भन्ने कुरामा स्वतन्त्रपूर्वक निर्णय गर्न नपाउने भएकोले महिलाको स्वास्थ्य अवस्था कमजोर रहने गरेको छ ।

महिला स्वास्थ्य के हो ?

“महिला स्वास्थ्य भन्नाले कुनैपनि महिला शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, धार्मिक, आर्थिक, राजनैतिक र यौनिक रूपमा स्वस्थ भई हिंसारहित जीवनयापन गर्नसक्ने तथा उनी आफूलाई

सुरक्षित भएको महसुस गरेको अवस्था हो ।”

अर्थात “महिला स्वास्थ्य भन्नाले कुनै पनि महिलामा रोग वा अन्य कुनै पनि दुर्बलता नभएको अवस्था नभई शारीरिक, मानसिक तथा सामाजिक रूपले स्वस्थ रहन र हिंसामुक्त भएर सुरक्षित जीवनयापन गर्न सक्ने अवस्था हो” ।

महिला स्वास्थ्यलाई भन्नेले कुनै रोग नहुनु मात्र नभई, महिलाको शरीर, दिमाग र आत्मा स्वस्थ हुनु हो, उनी बाँच्ने र उनले काम गर्ने परिवेश स्वस्थ हुनु हो ।

महिलाले समाजमा समान मानवअधिकारको अनुभव गर्दै सुरक्षित जीवनयापन गर्न पाउने, कामअनुसारको दाम पाउने, यातनामुक्त जीवन बाँच्न पाउने व्यवस्था हुनुका साथै शारीरिक र मानसिक रूपले स्वस्थ हुन सक्ने अवस्था हो । हाम्रो पितृसत्तात्मक समाजको संरचनाभित्र महिलास्वास्थ्यका बारेमा चर्चा गर्दा महिलालाई पूर्ण रूपमा स्वस्थ रहने वातावरण प्रदान गर्न निम्नलिखित तत्वहरूलाई विश्लेषण गर्नुपर्दछ-

१. सामाजिक संरचना
२. विकासको स्थिति
३. आर्थिक नीति तथा संरचनाहरू
४. सरकारी नीतिहरू

समाजमा विद्यमान महिला र पुरुषबीचको असमान शक्ति सम्बन्धको कारण महिलाको स्वास्थ्य तथा विकासमा प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष रूपमा नकारात्मक प्रभाव पारेको हुन्छ । छोरी भएर जन्मिएको कारण उनको हेरविचार, स्याहार सुसारमा तथा वैद्विक विकासका क्षेत्रमा विभेदपूर्ण गरिएको छ ।

महिला स्वास्थ्यलाई असर पुऱ्याउने पक्षहरू के के हुन ?

समाजमा महिलाप्रतिको विभेदपूर्ण मूल्यमान्यताहरूले महिलाको स्वास्थ्यलाई विभिन्न तवरले असर पारेका हुन्छन् । महिलाहरूको स्वास्थ्यलाई असर पुऱ्याउने पक्षहरूलाई हामी यसरी विश्लेषण गर्न सक्छौं :

१. शारीरिक पक्ष

विशेषतः महिलाहरूको सानै उमेरमा विवाह हुने, बच्चा जन्माउनुपर्ने बाध्यता, महिनावारीमा लापरबाही, खानामा भेदभाव, जबरजस्ती श्रीमानसँग यौनसम्पर्क राख्नुपर्ने बाध्यता आदिले महिलाहरूको शरीर कमजोर बन्न पुग्दछ । त्यही कमजोर शरीरलाई विभिन्न खाले रोगले सजिलै आक्रमण गर्दछ । जसमा विशेष गरी महिलाहरूमा पाठेघर सम्बन्धी समस्या देखा पर्दछन ।

२. मानसिक पक्ष

महिला र पुरुषबिच रहेको असमान शक्ति सम्बन्ध, र स्रोत र साधनमाथिको पहुँच र नियन्त्रणमा रहेको विभेदकै कारण महिलाहरु जस्तोसुकै गाली, बचन र दुख सहेर बस्न बाध्य हुन्छन् । महिलाहरु भोक, दुखाई, पिडालाई पनि सहेर बस्छन । उनीहरुलाई विरामी अवस्थामा समेत आफ्नो स्वास्थ्य उपचारको निर्णय स्वयम आफुले लिन सक्ने अवस्था छैन । महिलाहरुलाई नियन्त्रण गर्नकालागि विभिन्न सामाजिक नियमहरु बनाईएका छन् । लैङ्गिक विभेदको गर्दा मानसिक स्वास्थ्यमा असर हुने गर्दछ । यस प्रकार समाजमा विद्यमान रहेको लैङ्गिक विभेद आधारित हिंसाले महिलाहरु मानसिक रुपमा स्वास्थ्य भएर आराम संग बस्न सक्ने अवस्था छैन । उनीहरु मानसिक रुपमा अशक्त हुन पुग्छन् । जे भने पनि सहनुपर्छ र महिलाहरु अगाडि सरेर बोल्नु हुँदैन भन्ने कुरा महिलाहरुका लागि सामाजिक नियम नै बनिसकेको छ । उनिहरुले कुराको निर्णय लिनलाई पुरुषहरुको अनुमति लिनु पर्ने बाध्यता रहेको छ ।

३. सामाजिक पक्ष : महिलालाई दोस्रो दर्जाको नागरिकको रुपमा स्थापित गराउने हाम्रो सामाजिक संरचना, शक्तिवान र शक्ति विहिन बिचको असमान सम्बन्ध, महिलाहरुलाई आधारभूत मानवअधिकार उपभोग गर्न पाउने अधिकारबाट वंचित गर्नु, स्वतन्त्रपूर्वक हिडडुन गर्नमा बदेज गर्नु जस्ता पितृसत्तात्मक व्यवस्थाले महिलालाई पछाडि पारिरहनु जस्ता कुराहरुले महिलाको स्वास्थ्यमा प्रत्यक्ष असर पुऱ्याई रहेको पाईन्छ ।

४. आर्थिक पक्ष

सहरका सम्पन्न वर्गका महिलाहरुदेखि लिएर ग्रामीण स्तरसम्मका महिलाहरुको आर्थिक पहुँच हेर्ने हो भने साह्रै न्यून छ । यसले गर्दा महिलाहरु आफूलाई चाहिने आधारभूत आवश्यकताहरु पूरागर्न नसकेको अवस्था रहेको छ । आफ्नो स्वास्थ्य उचारकोलागि खर्च समेत नभएकै कारण धेरै महिलाहरुले अकालमा ज्यान गुमाउनु परेको छ । निःशुल्क औषधि प्रदान गर्ने सरकारको निर्णय भए तापनि महिला स्वास्थ्यलाई आवश्यक पर्ने विशेष औषधिहरु कुनै सव-हेल्थपोष्ट, हेल्थपोष्टमा उपलब्ध छैनन् । यसप्रकारले महिलाको स्वास्थ्य कमजोर हुनुको मुख्य कारण आर्थिक पक्षमा पहुँच नहुनुले पनि हो ।

५. धार्मिक पक्ष

धर्म भन्ने बित्तिकै हामी मठमन्दिरमा पूजापाठ गर्ने, व्रत लिने, श्राद्ध गर्ने इत्यादि कुरा बुझ्छौं । यिनै धर्मको आडमा महिलालाई विभेद गरिएको छ जसका कारण महिलाको स्वास्थ्यमा ठूलो असर पुगेको छ । महिलाहरुले पूजापाठ गर्नुपर्ने, व्रत बस्नुपर्ने जस्ता मान्यता हाम्रो समाजमा

छ। हाम्रा धर्मग्रन्थहरूमा यस कुराको उल्लेख पाइन्छ। फलस्वरूप महिलाहरूले पानीसमेत नखाई व्रत बस्ने गरेका छन्। यसरी पानीसमेत नखाई व्रत बस्ने, घण्टौं लाम लागेर पूजा गर्नुपर्ने कारणले महिलाहरूको स्वास्थ्यमा असर पारिरहेको छ। धार्मिक परम्परा र सांस्कृतिक परम्पराअनुसार कतिपय जातिका महिलाहरूले महिनावारीका समयमा धेरै कुराहरू खान नहुने, घरभित्र बस्न नहुने, अरूलाई छुन नहुने जस्ता मान्यताहरू छन्। यस्ता मान्यताअनुरूप चलेनन् भने समाजमै महिला बहिष्कृत हुने खतरा हुन्छ। त्यसैले महिलाहरू यी मान्यताहरू मान्न सोही अनुरूपको व्यवहार गर्न बाध्य हुन्छन्। यसले उनीहरूको स्वास्थ्यमा असर पार्दछ।

महिला स्वास्थ्य अधिकार के हो ?

प्रत्येक महिलाका लागि हर समय गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवाको साथै स्वास्थ्यमा प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्षरूपमा प्रभाव पार्ने कारक तत्वहरूमा पहुँच, सामिप्यता र ग्रहणता हुनु नै महिला स्वास्थ्यअधिकार हो। अर्को शब्दमा, स्वास्थ्य महिलाको आधारभूत मानवअधिकार हो जुन अधिकारले जीवनका हरेक पाटोहरूमा उत्तिकै प्रभाव पारेको हुन्छ।

विषयबस्तु (ख) स्वास्थ्य र मानवअधिकारको अन्तरसम्बन्ध

स्वास्थ्य रहनु मानिसको आवश्यकता मात्र नभई स्वास्थ्य जिवन यापन गर्नु उसको अधिकार पनि हो। स्वास्थ्य रहनु र विरामी पर्दा स्वास्थ्य उपचार गराउनु मानिसको अधिकार हो। त्यही भएर Health for all भन्ने कुरा हामीले सुन्दै आएका छौं। ICESCR 1966 को सामाजिक अधिकारभित्र नै स्वास्थ्य, सुरक्षा, विरामी सुविधा हुने अधिकारलाई सुनिश्चित गराइएको छ। विश्व स्वास्थ्य संगठनले स्वास्थ्यलाई समष्टिगत रूपमा हेनु पर्छ भनी धेरै पहिले नै परिभाषित गरेतापनि व्यवहारमा यसलाई समष्टिगत रूपमा हेर्न अझै गाह्रो रहेको छ। त्यसैगरी सन् १९४८ मा मानव अधिकारको घोषणपत्र अनुमोदित भएपनि हालसम्म संसारकै आधा भागको रूपमा रहेका महिलाहरू अझै पनि नत स्वतन्त्रता पूर्वक बाच्न पाएका छन् नत हिसारहित नत स्वास्थ्य भई जीवन नै विताउन सकिरहेका छन्। उनीहरूको मानव अधिकारको हनन् भइरहेको छ। यसप्रकार महिलाहरूको मानव अधिकार हनन् हुने क्रियालाई हेर्प्यो भने प्रायः उनीहरूको मानव अधिकारको हनन् प्रजनन् स्वास्थ्यमा भइरहेको हुन्छ। यसले गर्दा नै हाम्रो जस्तो विकासोन्मुख देशमा मातृमृत्यु दर बढी भएको छ। यसका लागि समाजमा रहेको मुल्य मान्यता र विभेदपूर्ण व्यवहारहरू जिम्मेवार छन्। नीति निर्णयक तहमा पितृसत्तात्मक समाज हावी छन्।

महिला स्वस्थ्य अधिकारभित्र पर्ने प्रजनन् स्वास्थ्य अधिकारले राष्ट्रिय कानून, मानव अधिकारसम्बन्धि अन्तराष्ट्रिय दस्तावेजहरू र अन्य जनमतका दस्तावेजद्वारा पारित मानव अधिकारहरूलाई समेट्छन्। प्रजनन् अधिकारहरूले हरेक दम्पति वा व्यक्तिको मौलिक अधिकारलाई मान्यता दिइएको छ। जस अनुसार सबैले बच्चाको संख्या, उनीहरूको जन्मबीच अन्तर तथा कहिले बच्चा पाउने वा नपाउने

भन्नेबारे निर्णय स्वतन्त्र रूपले आफै लिन सक्ने अधिकार छ ।

यसै अनुरूप नेपाल सरकारको स्वास्थ्य सेवा प्रणाली अनुसार देशभरीका सबै गा.वि.स. मा उपस्वास्थ्य चौकी र सबै चुनावी सेवामा प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा केन्द्र स्थापना गरिएको छ । यी संस्थाहरुबाट परिवार नियोजन सुरक्षित मातृत्व रोग उपचार इत्यादि सेवाहरु प्रदान गरिएको छ । यी सेवाहरुको बारेमा जानकारी प्राप्त गर्नु र सेवा पाउनु मानिसको अधिकार हो ।

यसरी मानव अधिकार दस्तावेजहरुमा व्यक्त भावना अनुरूप कुनै पनि प्रकारको भेदभाव, जबरजस्ती र हिंसाविना स्वास्थ्यको बारे निर्णय लिने सबैको पूर्ण अधिकार छ । यी अधिकारहरुको उपभोग गर्दा हरेकले आफ्नो आवश्यकता जन्मने बच्चाहरुको आवश्यकता, अधिकार र समाजप्रति आफ्नो जिम्मेवरीलाई ध्यानमा राख्नुपर्छ ।

बिषयबस्तु (ग) मानव अधिकार

मानवअधिकारको परिभाषा

मानिसले मानिसको हैसियतमा मर्यादित भएर बाँच्नका लागि आवश्यक पर्ने सबै अधिकारहरुलाई मानवअधिकार भनिन्छ । मानवअधिकार मानिसहरुको जन्मसिद्ध अधिकार हो । मानव अधिकार किन्तु, कमाउनु अथवा प्राप्त गर्नु पर्ने विषय होइन । यो स्वतःसिद्ध समानताका आधारमा सबैले उपभोग गर्न पाउने “अहरणीय” र “जन्मसिद्ध” अधिकार हो । मानिसले मानिस जस्तै भएर ज्यून पाउनु पर्दछ । यसका लागि आवश्यक पर्ने सम्पूर्ण आधारभूत आवश्यकताहरु नै मानव अधिकार हो । संयुक्त राष्ट्र संघद्वारा सन् १९४८ मा घोषणा गरिएको मानव अधिकारको विश्वव्यापी घोषणा पत्रमा व्यवस्था गरिएका अधिकारहरु नै मानवअधिकारका आधारशीला हुन् ।

अधिकारको विश्वव्यापी घोषणा पत्र १९४८

मानव अधिकारको विश्वव्यापी घोषणा पत्र सन् १९४८ मा व्यवस्था गरिएका मानव अधिकारहरु
(Universal Declaration of Human Rights, 1948)

संयुक्त राष्ट्रसङ्घको महासङ्घद्वारा १० डिसेम्बर १९४८ मा पारित भएको मानवअधिकारको विश्वव्यापी घोषणापत्र (Universal Declaration of Human Rights, 1948) मानवअधिकारको परिभाषा र स्पष्ट व्यवस्था गर्ने अत्यन्त महत्वपूर्ण दस्तावेज हो । यो दस्तावेज ३० धारामा रहेको छ र यसले लिङ्गको आधारमा भेदभाव गर्न नपाइने भनी महिलाको अधिकारको प्रत्याभूति गरेको छ ।

- धारा-१ : जन्मजात स्वतन्त्रता, सम्मान, प्रतिष्ठा र अधिकार
- धारा- २ : भेदभावविरुद्धको अधिकार
- धारा-३ : बाँच्न पाउने स्वतन्त्रता र सुरक्षाको अधिकार
- धारा-४ : कसैले कसैलाई पनि बाँधा वा दासदासी बनाउन पाइँदैन
- धारा-५ : यातना र अपमान विरुद्धको अधिकार
- धारा-६ : कानुनी मान्यताको अधिकार
- धारा-७ : समान संरक्षणको अधिकार
- धारा-८ : कसैको मौलिक हक हनन हुनु हुँदैन
- धारा-९ : देश निकाला, गिरफ्तार, नजरबन्दविरुद्धको अधिकार
- धारा-१० : निष्पक्ष सुनुवाइको अधिकार
- धारा-११ : निर्दोषिताको अधिकार
- धारा-१२ : गोपनीयताको अधिकार
- धारा-१३ : आवतजावत र बसोबासको अधिकार
- धारा-१४ : अर्को राष्ट्रमा शरण खोज्ने अधिकार
- धारा-१५ : नागरिकताको अधिकार
- धारा-१६ : विवाह र परिवारको अधिकार
- धारा-१७ : सम्पत्ति आर्जन गर्न पाउने अधिकार

- धारा-१८ : धर्मसम्बन्धी अधिकार
- धारा-१९ : विचार र अभिव्यक्तिको अधिकार
- धारा-२० : शान्तिपूर्ण सभा गर्ने र संस्था खोल्न पाउने अधिकार
- धारा-२१ : सरकारमा प्रतिनिधिमार्फत भाग लिन पाउने, जागिरमा समान प्रवेश पाउने र मतदानको अधिकार
- धारा-२२ : सामाजिक सुरक्षाको अधिकार
- धारा-२३ : पेसा चयन, समान पारिश्रमिक, ट्रेड युनियनमा भाग लिन पाउने अधिकार
- धारा-२४ : बिदा, आराम र विश्रामको अधिकार
- धारा-२५ : गाँस, बास र सामाजिक सुरक्षाको अधिकार
- धारा-२६ : शिक्षाको अधिकार
- धारा-२७ : वैज्ञानिक, साहित्य र कलाको उपभोग गर्न पाउने अधिकार
- धारा-२८ : घोषणापत्रमा गरिएका व्यवस्थाहरू प्राप्त गर्ने अधिकार
- धारा-२९ : आफ्नो अधिकारको प्रयोग गर्दा अरूको अधिकार तथा स्वतन्त्रताको आदर तथा सम्मान गर्ने
- धारा-३० : यस घोषणापत्रमा उल्लेख गरिएको व्यवस्थालाई अपव्याख्या गर्न पाइँदैन ।

मानव अधिकारको विश्वव्यापी घोषणापत्रमा उल्लेख भएका ३० धाराहरूलाई २ भागमा विभाजित गरी हेर्दा धारा १ देखि धारा २१ लाई नागरिक र राजनीतिक अधिकार र धारा २२ देखि धारा २८ आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक अधिकारको रूपमा विभाजित गर्न सकिन्छ । धारा २९ ले आफ्नो अधिकारको प्रयोग गर्दा अरूको अधिकारको हनन गर्न हुँदैन भनेको छ भने धारा ३० ले यो घोषणापत्रको अपव्याख्या गर्न पाइँदैन भन्नेमा जोड दिएको छ । मानवअधिकारको विश्वव्यापी घोषणापत्रलाई विश्वका सबै राष्ट्रहरूले बाध्यकारी कानुनको रूपमा पालन गर्नु पर्ने छ ।

सत्र २ : विषयबस्तु (क) राष्ट्रिय कानून तथा ऐनहरु

क) नेपालको अन्तरिम संविधान २०६३ र महिला स्वास्थ्यअधिकार

जनआन्दोलन-२ को भावनाअनुरूप बनेको अन्तरिम संविधान, २०६३ ले **स्वास्थ्य जनताको आधारभूत अधिकार हो** भन्ने विश्वव्यापी मान्यतालाई आत्मसात् गरी नेपाली नागरिकको स्वास्थ्यप्रति राज्यको दायित्वलाई ऐतिहासिक रूपमा पहिलोपल्ट स्थापित गरेको छ ।

- अन्तरिम संविधान २०६३ को **भाग ३ मौलिक हकअन्तर्गत धारा १६** मा वातावरण तथा स्वास्थ्यसम्बन्धी हक भनी संवैधानिक हकको व्यवस्था गरेको छ । यसकै **उपधारा (२)** मा **प्रत्येक नागरिकलाई राज्यबाट कानूनमा व्यवस्था भएबमोजिम आधारभूत स्वास्थ्य सेवा निःशुल्क रूपमा पाउने हक हुने छ** भन्ने उल्लेख छ ।
- अन्तरिम संविधान २०६३ को **धारा २० महिलाको हकको उपधारा (२)** मा प्रत्येक महिलालाई प्रजनन स्वास्थ्य तथा प्रजननसम्बन्धी हक हुने छ भनेर उल्लेख गरिएको छ ।
- यसैको **उपधारा (३)** मा कुनै पनि महिलाविरूद्ध शारीरिक, मानसिक वा अन्य कुनै पनि किसिमको हिंसाजन्य कार्य गरिने छैन र यस्तो कार्य कानूनद्वारा दण्डनीय हुने छ भनेर औल्याइएको छ ।

ख) घरेलु हिंसा (कसुर र सजाय) ऐन, २०६६

प्रस्तावना : प्रत्येक व्यक्तिको सुरक्षित र सम्मान जनक तवरले बाँच्न पाउने अधिकारको सम्मान गर्दै घरपरिवारभित्र वा घरपरिवारसँग गाँसिएर हुने हिंसाजन्य कार्यलाई दण्डनीय बनाई त्यस्तो कार्य नियन्त्रण गर्न तथा घरेलु हिंसाबाट पीडित व्यक्तिलाई संरक्षण गरी न्याय प्रदान गर्ने सम्बन्धमा कानुनी व्यवस्था गर्न वाञ्छनीय भएकोले,

नेपालको अन्तरिम संविधान, २०६३ को धारा ८३ को उपधारा (१) बमोजिमको संविधान सभाले यो ऐन बनाएको छ ।

१. सङ्क्षिप्त नाम र प्रारम्भ

(१) यस ऐनको नाम “घरेलु हिंसा (कसुर र सजाय) ऐन, २०६६” रहेको छ ।

(२) यो ऐन तुरुन्त प्रारम्भ हुने छ ।

२. परिभाषा : विषय वा प्रसङ्गले अर्को अर्थ नलागेमा यस ऐनमा—

- (क) “घरेलु हिंसा” भन्नाले कुनै व्यक्तिले घरेलु सम्बन्ध भएको अर्को कुनै व्यक्तिलाई दिएको शारीरिक, मानसिक, यौनजन्य वा आर्थिक यातना सम्झनु पर्छ र सो शब्दले गाली गर्ने तथा भावनात्मक चोट पुऱ्याउने अन्य कुनै कार्यलाई समेत जनाउँछ ।
- (ख) “घरेलु सम्बन्ध” भन्नाले वंशज, विवाह, धर्मपुत्र वा धर्मपुत्री भएको वा संयुक्त परिवारको सदस्य, आश्रित वा कामदारको रूपमा एकै परिवारमा बसेका व्यक्तिहरूका बीच भएको सम्बन्ध सम्झनु पर्छ ।
- (ग) “शारीरिक यातना” भन्नाले प्रचलित कानून बमोजिम अङ्गभङ्ग ठहर्नेवाहेक कुटपिट गर्ने, गैरकानुनी थुनामा राख्ने, शारीरिक चोट पुऱ्याउने वा त्यस्तै अन्य कुनै काम गर्ने वा गराउने कार्य सम्झनु पर्छ ।
- (घ) “मानसिक यातना” भन्नाले शारीरिक यातनाको डरधाक देखाउने वा धम्की दिने, त्रासपूर्ण व्यवहार गर्ने, गालीगलौज गर्ने, भुट्टा बात लगाउने, घरबाट निकाला गर्ने वा मानसिक चोट पुग्न सक्ने अन्य कुनै काम गर्ने गराउने कार्य सम्झनु पर्छ र सो शब्दले वैचारिक, धार्मिक वा सांस्कृतिक तथा प्रथा, परम्पराका आधारमा गरिने भेदभावसमेतलाई जनाउँछ ।
- (ङ) “यौनजन्य यातना” भन्नाले यौनजन्य प्रकृतिको दुर्व्यवहार, अपमान, हतोत्साह वा आत्मसम्मानमा चोट पुऱ्याउने वा सुरक्षित यौन स्वास्थ्यमा आघात पुग्ने कुनै पनि कार्य सम्झनु पर्छ ।
- (च) “आर्थिक यातना” भन्नाले सगोल वा निजी सम्पत्तिको प्रयोग गर्ने वा रोजगारी वा आर्थिक स्रोत र साधनको पहुँच वा प्रयोगमा बञ्चित गर्ने कार्य सम्झनु पर्छ ।
- (छ) “पीडित” भन्नाले पीडकसँग घरेलु सम्बन्ध भई निजद्वारा गरिएको घरेलु हिंसाबाट पीडित भनी दाबी गर्ने व्यक्ति सम्झनु पर्छ ।
- (ज) “पीडक” भन्नाले पीडितसँग घरेलु सम्बन्ध भई निज विरुद्ध घरेलु हिंसा गरेको भनी पीडितले दाबी गरेको व्यक्ति सम्झनु छ र सो शब्दले घरेलु हिंसा गर्ने कार्यमा संलग्न रहेको अन्य व्यक्ति वा मतियारलाई समेत जनाउँछ ।
- (झ) “प्रहरी कार्यालय” भन्नाले पीडित बसोवास गरेको, पीडक रहेको वा घटनास्थलको नजिकको

प्रहरी कार्यालय सम्झनु पर्छ र सो शब्दले जिल्ला प्रहरी कार्यालय अन्तर्गतको बालबालिका वा महिला सेल वा प्रहरी चौकी वा उपचौकी समेतलाई जनाउँछ ।

- (ब) **“स्थानीय निकाय”** भन्नाले पीडित बसोबास गरेको वा पीडक रहेको वा घटना भएको गाउँ विकास समिति वा नगरपालिका सम्झनु पर्दछ र सो शब्दले नगरपालिकाको वडा समिति समेतलाई जनाउँछ ।
- (ट) **अदालत** भन्नाले नेपाल सरकारले नेपाल राजपत्रमा सूचना प्रकाशन गरी तोकेको अदालत सम्झनु पर्छ ।
- (ठ) **“तोकिएको”** वा **तोकिए बमोजिम** भन्नाले यस ऐन अन्तर्गत बनेको नियममा तोकिएको वा तोकिए बमोजिम सम्झनु पर्छ ।

३. घरेलु हिंसा गर्न/गराउन नहुने

- (१) कसैले पनि घरेलु हिंसा गर्न/गराउन वा सो कुराको उद्योग गर्न वा घरेलु हिंसाको निमित्त कसैलाई दुरुत्साहन दिन हुँदैन ।
- (२) कसैले उपदफा (१) विपरीतको कार्य गरेमा यस ऐन अन्तर्गतको कसुर गरेको मानिने छ ।

४. उजुरी गर्ने

- (१) घरेलु हिंसा भएको, भइरहेको वा हुन लागेको थाहा पाउने जुनसुकै व्यक्तिले सो सम्बन्धी विवरण खुलाई प्रहरी कार्यालय, राष्ट्रिय महिला आयोग वा स्थानीय निकायसमक्ष लिखित वा मौखिक उजुरी दिन सक्ने छ ।
- (२) उपदफा (१) बमोजिमको उजुरी लिखित रूपमा प्राप्त भएकोमा तुरुन्त र मौखिक रूपमा प्राप्त भएकोमा सो सम्बन्धी आवश्यक विवरण लेखी लेखाई उजुरीकर्ताको सहीछाप गराई दर्ता गर्नुपर्ने छ ।
- (३) राष्ट्रिय महिला आयोगमा दर्ता भएको उजुरीको सम्बन्धमा राष्ट्रिय महिला आयोग सम्बन्धी प्रचलित कानून बमोजिम आवश्यक कारवाही हुने छ ।
- (४) प्रहरी कार्यालयमा उजुरी दर्ता भएकोमा प्रहरी कार्यालयले बाटोको म्यादबाहेक चौबीस

घण्टाभित्र पीडकलाई भिकाई र अटेर गरे पक्राउ गरी तुरुन्त बयान गराउनुपर्ने छ ।

- (५) स्थानीय निकायमा उजुरी दर्ता भएकोमा बाटोको म्यादबाहेक चौबीस घण्टाभित्र पीडकलाई भिकाई तथा अटेर गरेमा प्रहरीको सहयोग लिई पक्राउ गरी तुरुन्त बयान गराउनुपर्ने छ ।
- (६) घरेलु हिंसाको कारण पीडितलाई कुनै शारीरिक चोटपटक वा मानसिक यातना पुगेको देखिएमा तत्काल उपचारका लागि नजिकको अस्पताल वा स्वास्थ्य केन्द्रमा पठाई निजको उपचार र घाः जाँच गराउनुपर्ने छ । स्थानीय निकायले गराएको घाः जाँच प्रतिवेदनको एक प्रति प्रहरी कार्यालयमा पठाउनु पर्ने छ ।
- (७) उपदफा (१) बमोजिम प्राप्त भएको उजुरी प्रारम्भिक रूपमा छानबिन गर्दा पीडित र निजसँग आश्रित व्यक्तिलाई सुरक्षा प्रदान गर्न आवश्यक देखिएमा प्रहरी कार्यालयको सहयोग लिई तत्काल सुरक्षाको व्यवस्था मिलाउनुपर्ने छ ।
- (८) उपदफा (४) वा (५) बमोजिमको बयान समेतबाट घरेलु हिंसा भएको देखिएमा पीडितले चाहेमा प्रहरी कार्यालय र स्थानीय निकायले उजुरी परेको मितिले तीस दिनभित्र दुवै पक्षबिच मेलमिलाप गराइदिनुपर्नेछ ।
- (९) उपदफा (८) बमोजिम मेलमिलाप गराउँदा आवश्यकता अनुसार उपलब्ध भएसम्म मनोचिकित्सक, समाजशास्त्री, समाजसेवी, पीडितले पत्याएको परिवारको सदस्य र अन्य साक्षी समेतको सहयोग लिन सकिने छ । यसरी मेलमिलाप गराउँदा पीडितलाई पर्न सक्ने मनोवैज्ञानिक तथा सामाजिक प्रभाव र गोपनीयताको अधिकार समेतलाई ध्यानमा राख्नु पर्नेछ ।
- (१०) प्रहरी कार्यालय वा स्थानीय निकायले उजुरीको कारवाही र किनारा गर्दा पीडकलाई तारेखमा राखी गर्नुपर्ने छ ।
- (११) उपदफा (४) वा (५) बमोजिम भिकाउँदा पीडक उपस्थित नभएमा वा उपस्थित गराउन नसकिएमा वा पक्षहरूबीच मेलमिलाप हुन नसकेमा प्रहरी कार्यालय वा स्थानीय निकायले उजुरीकर्ताको सहमती भएमा उपदफा (८) बमोजिमको म्याद समाप्त भएको मितिले पन्ध्र दिनभित्र सोही व्यहोरा उल्लेख गरी उजुरी र सोसँग सम्बन्धित मिसिल, कागज र प्रमाण अदालतसमक्ष पठाइदिनुपर्ने छ ।
- (१२) उपदफा (५) र (७) बमोजिम सहयोग उपलब्ध गराउनु प्रहरी कार्यालयको कर्तव्य हुने छ ।

५. अदालतले कारबाही गर्ने

- (१) दफा ४ को उपदफा (११) बमोजिम उजुरी प्राप्त भएमा अदालतले सोही उजुरीको आधारमा यस ऐन बमोजिम कारबाही र किनारा गर्नुपर्ने छ ।
- (२) दफा ४ मा जुनसुकै कुरा लेखिएको भए तापनि पीडितले चाहेमा सोभै अदालतमा उजुरी दिन सक्ने छ ।

६. अन्तरिम संरक्षणात्मक आदेश जारी गर्न सक्ने

- (१) उजुरीको प्रारम्भिक छानबिनबाट पीडितलाई तत्काल संरक्षण दिन आवश्यक देखिएमा अदालतले उजुरीको अन्तिम निर्णय नभएसम्मको लागि पीडकका नाममा देहाय बमोजिम गर्न आदेश दिन सक्ने छ
 - (क) पीडितलाई निज बसी आएको घरमा बसोबास गर्न दिन, खानलाउन दिन, कुटपिट नगर्न तथा शिष्ट र सभ्य व्यवहार गर्न,
 - (ख) पीडितलाई शारीरिक वा मानसिक चोट पुगेको भएमा उचित उपचार गराउन वा उपचारका लागि उपयुक्त रकम दिन,
 - (ग) पीडक र पीडितलाई एकै ठाउँमा बसोबास गर्न उपयुक्त हुने नदेखिएमा पीडकलाई अलग बस्ने व्यवस्था गर्न तथा त्यसरी अलग बस्दा पीडितको भरण पोषणको लागि आवश्यक व्यवस्था गर्न,
 - (घ) गालीबेइज्जती गर्ने, धम्की दिने वा असभ्य व्यवहार गर्ने काम नगर्न वा नगराउन,
 - (ङ) पीडित छुट्टै बसेको ठाउँमा वा बाटोघाटोमा वा कार्यालयमा गई वा कुनै किसिमको सञ्चार माध्यमद्वारा वा अन्य कुनै प्रकारले दुःख दिने वा सताउने कार्य नगर्न,
 - (च) पीडितको हित र सुरक्षाको निमित्त अन्य आवश्यक र उपयुक्त कुरा गर्न, गराउन ।
- (२) उजुरीको प्रारम्भिक छानबिनबाट पीडितको अतिरिक्त निजका नाबालक सन्तान वा निजसँग आश्रित कुनै व्यक्तिलाई उपदफा (१) बमोजिमको कुनै संरक्षण दिन आवश्यक देखिएमा अदालतले सो उपदफा बमोजिमको कुनै आदेश दिन सक्ने छ ।

७. बन्द इजलासमा सुनुवाइ गर्न

- (१) पीडितले अनुरोध गरेमा यस ऐन अन्तर्गतको उजुरीसम्बन्धी कारवाही र सुनुवाइ अदालतले बन्द इजलासमा गर्नुपर्ने छ ।
- (२) उपदफा (१) बमोजिमको बन्द इजलासमा कारवाही र सुनुवाइ हुँदा मुद्दाका पक्ष, विपक्ष, निजहरूका कानुन व्यवसायी र अदालतले अनुमति दिएका व्यक्तिमात्र त्यस्तो इजलासमा प्रवेश गर्न सक्ने छन् ।

८. सङ्क्षिप्त कार्यविधि अपनाउनुपर्ने

यस ऐन बमोजिमको मुद्दाको कारवाही र किनारा गर्दा सङ्क्षिप्त कार्यविधि ऐन, २०२८ बमोजिमको कार्यविधि अपनाउनुपर्ने छ ।

९. उपचारको रकम पीडकले व्यहोर्ने

- (१) घरेलु हिंसाबाट पीडित व्यक्ति मानसिक वा शारीरिक रूपमा अशक्त भएको कारणले अस्पतालमा उपचार गराउनुपरेमा उपचार गराउँदा लागेको सम्पूर्ण खर्च पीडकले व्यहोर्नुपर्ने छ ।
- (२) उपदफा (१) मा जुनसुकै कुरा लेखिएको भए तापनि पीडकको आर्थिक अवस्था कमजोर भएका कारण पीडकले त्यस्तो उपचार खर्च उपलब्ध गराउन नसक्ने कुरा अदालतलाई लागेमा दफा ११ बमोजिमको सेवा केन्द्रबाट पीडितले त्यस्तो उपचार रकम पाउने गरी अदालतले आदेश गर्न सक्ने छ ।

१०. क्षतिपूर्ति दिलाइदिने

पीडित व्यक्तिलाई घरेलु हिंसाको प्रकृति, मात्रा, पीडितलाई पुगेको पीडा र पीडक तथा पीडितको आर्थिक तथा सामाजिक हैसियत समेतलाई विचार गरी अदालतले पीडकबाट मनासिब माफिकको क्षतिपूर्ति भराइदिन सक्ने छ ।

११. सेवा केन्द्र

- (१) पीडितलाई तत्काल सुरक्षा प्रदान गर्न तथा उपचारको क्रममा अलग्गै बस्ने व्यवस्थाको लागि नेपाल सरकारले आवश्यकता अनुसार सेवा केन्द्रको स्थापना गर्न सक्ने छ ।

- (२) कुनै संस्थाले तोकिए बमोजिम स्वीकृति लिई उपदफा (१) को उद्देश्यको लागि सेवा केन्द्र स्थापना र सन्चालन गर्न सक्ने छ ।
- (३) उपदफा (२) बमोजिम संचालन भएको केन्द्रलाई दफा १२ बमोजिमको कोषबाट आर्थिक तथा अन्य सहयोग प्रदान गर्न सकिने छ ।
- (४) सेवा केन्द्रले आवश्यकता अनुसार पीडितलाई कानुनी सहायता, मनोविमर्श सेवा, मनोवैज्ञानिक सेवा र आर्थिक सहायता उपलब्ध गराउन सक्ने छ ।
- (५) सेवा केन्द्रको व्यवस्थापन, सन्चालन तथा अनुगमन सम्बन्धी व्यवस्था तोकिए बमोजिम हुनेछ ।

१२. सेवा कोष

- (१) दफा ११ को उपदफा (१) बमोजिम स्थापना भएका सेवा केन्द्र सन्चालन गर्नको लागि नेपाल सरकारले एक सेवा कोष स्थापना गर्ने छ ।
- (२) उपदफा (१) बमोजिमको कोषमा देहाय बमोजिमका रकम रहने छन् :-
 - (क) नेपाल सरकारबाट प्राप्त रकम,
 - (ख) कुनै स्वदेशी वा विदेशी सङ्घ, संस्था वा व्यक्तिबाट प्राप्त रकम,
 - (ग) अन्य स्रोतबाट प्राप्त रकम ।
- (३) सेवा कोषको व्यवस्थापन र सन्चालन तोकिए बमोजिम हुने छ ।

१३. सजाय

- (१) कसैले घरेलु हिंसा गरेमा त्यस्तो व्यक्तिलाई तीन हजार रूपियाँदेखि पच्चीस हजार रूपियाँसम्म जरिवाना वा छ महिनासम्म कैद वा दुवै सजाय हुनेछ ।
- (२) घरेलु हिंसाको उद्योग वा दुरुत्साहन गर्ने वा मतियार हुनेलाई मुख्य कसुरदारलाई हुने सजायको आधा सजाय हुनेछ ।

- (३) घरेलु हिंसाको कसूरमा सजाय पाइसकेको व्यक्तिले पुनः सोही कसूर गरेमा पटकैपिच्छे दोब्बर सजाय हुनेछ ।
- (४) सार्वजनिक जवाफदेहीको पदमा बहाल रहेको कुनै व्यक्तिले यस ऐन बमोजिमको कसूरगरेमा निजलाई थप दश प्रतिशत सजाय हुनेछ ।
- (५) कसैले दफा ६ बमोजिम अदालतबाट दिइएको आदेश पालन नगरेमा त्यस्तो व्यक्तिलाई दुई हजार रूपैयादेखि पन्ध्र हजार रूपैयाँसम्म जरिवाना वा चार महिनासम्म कैद वा दुवै सजाय हुनेछ ।

१४. हदम्याद

यस ऐन बमोजिमको कसूरमा भए गरेको मितिले नब्बे दिनभित्र उजुरी दिनु पर्ने छ ।

१५. प्रचलित कानून बमोजिम मुद्दा चलाउन बाधा नपर्ने

यस ऐन बमोजिम कसुर मानिने कुनै कामकारबाहीमा अन्य प्रचलित कानून बमोजिम पनि सजाय हुने रहेछ भने त्यस्तो कानून बमोजिम मुद्दा चलाउन तथा कारबाही गर्न यस ऐनले कुनै बाधा पुऱ्याएको मानिने छैन ।

१६. प्रचलित कानून बमोजिम हुने

यस ऐनमा लेखिएको कुरामा यसै ऐन बमोजिम र अरुमा प्रचलित कानून बमोजिम हुने छ ।

१७. नियम बनाउने अधिकार

यस ऐनको उद्देश्य कार्यान्वयन गर्न नेपाल सरकारले आवश्यक नियमहरू बनाउन सक्ने प्रमाणीकरण मिति : २०६६/१/१४/२

(ग) मानव बेचबिखन तथा ओसारपसार (नियन्त्रण) ऐन, २०६४

मानव बेचबिखन तथा ओसारपसार (नियन्त्रण) ऐन, २०६४ को बारेमा छलफल गर्दा ऐनका प्रमुख विशेषताहरू, परिभाषा र दण्डसजायको बारेमा विस्तृत रूपमा छलफल गरिएको थियो । कानूनमा व्यवस्था गरिए पनि कार्यान्वयनपक्ष फितलो भएका कारण बेचबिखन तथा ओसारपसारमा पारिएको

व्यक्तिले न्याय र क्षतिपूर्ति पाउन नसकेको र अपराधीले दण्डसजाय नपाउँदा यो अपराध गर्ने गिरोहले बढावा पाएको स्थिति रहेको छ भन्ने बारेमा छलफल गरिएको थियो ।

मानव ओसारपसार भन्नाले निम्नलिखित कार्यहरूलाई जनाउँछ :

- * किन्ने वा बेच्ने उद्देश्यले मानिसलाई विदेशमा लैजाने ।
- * वेश्यावृत्तिमा लगाउने वा शोषण गर्ने उद्देश्यले कुनै प्रकारको ललाईफकाई, प्रलोभनमा पारी, भुक्त्याई, जालसाज गरी, करकापमा पारी, अपहरण गरी, शरीर बन्धक राखी, नाजुक स्थितिको फाइदा लिई, बेहोस पारी, पद वा शक्तिको दुरूपयोग गरी, अभिभावक वा संरक्षकलाई प्रलोभनमा पारी, डर, त्रास, धाक, धम्की दिई वा करकापमा पारी कसैलाई बसिरहेको घर, स्थान वा व्यक्तिबाट छुटाई लग्ने वा आफूसँग राख्ने वा आफ्नो नियन्त्रणमा लिने वा कुनै स्थानमा राख्ने वा नेपालभित्रको एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा वा विदेश लैजाने वा अरू कसैलाई दिने ।

मानव बेचबिखन भन्नाले निम्नलिखित कार्यहरूलाई जनाउँछ :

- * कुनै पनि उद्देश्यले मानिस बेच्ने वा किन्ने,
- * कुनै प्रकारको फाइदा लिई वा नलिई वेश्यावृत्तिमा लगाउने,
- * प्रचलित कानून बमोजिम बाहेक मानिसको अङ्ग भिक्ने,
- * वेश्यागमन गर्ने,

शोषण भन्नाले निम्नलिखित कार्यलाई जनाउँछ :

- * दास तुल्याउने,
- * बाधा बनाउने,
- * प्रचलित कानून बमोजिम बाहेक मानिसको अङ्ग निकाल्ने

उजुर गर्ने

- * कसूर गरेको, गरिरहेको वा गर्न लागेको थाहा पाउने जुनसुकै व्यक्तिले निजिकको प्रहरी कार्यालयमा उजुर गर्न सक्ने छ ।
- * उजुर गर्ने व्यक्तिले आफ्नो नाम गोप्य राखिदिन लिखित अनुरोध गरेमा उजुर दर्ता गर्ने प्रहरी कार्यालयले निजको नाम गोप्य राख्नुपर्ने छ ।

प्रमाणको भार

- * प्रचलित कानूनमा जुनसुकै कुरा लेखिएको भए तापनि कुनै व्यक्तिलाई यस ऐन अन्तर्गतको कसूर गरेको अभियोग लागेकोमा सो कसूर आफूले गरेको छैन भन्ने कुराको प्रमाण निजले नै पुऱ्याउनुपर्ने छ ।

दण्ड सजायसम्बन्धी व्यवस्था

- (क) मानिस किन्ने वा बेच्नेलाई बीस वर्ष कैद र दुई लाख रूपियाँ जरिवाना,
- (ख) कुनै प्रकारको फाइदा लिई वा नलिई वेश्यावृत्तिमा लगाउनेलाई कसूरको मात्राअनुसार दश वर्षदेखि पन्ध्र वर्षसम्म कैद र पचास हजार रूपियाँदेखि एक लाख रूपियाँसम्म जरिवाना,
- (ग) प्रचलित कानूनबमोजिम बाहेक मानिसको कुनै अङ्ग भिक्नेलाई दश वर्ष कैद र दुई लाख रूपियाँदेखि पाँच लाख रूपियाँसम्म जरिवाना,
- (घ) वेश्यागमन गर्नेलाई एक महिनादेखि तीन महिनासम्म कैद र दुई हजार रूपियाँदेखि पाँच हजार रूपियाँसम्म जरिवाना ।
- (ङ) किन्ने, बेच्ने वा वेश्यावृत्तिमा लगाउने उद्देश्यले मानिसलाई -
 - (१) विदेश लैजानेलाई दश वर्षदेखि पन्ध्र वर्षसम्म कैद र पचास हजार रूपियाँदेखि एक लाख रूपियाँसम्म जरिवाना, बालबालिका लगेको भए पन्ध्र वर्षदेखि बीस वर्षसम्म कैद र एक लाख रूपियाँदेखि दुईलाख रूपियाँसम्म जरिवाना,
 - (२) नेपालभित्रको एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा लैजानेलाई दश वर्ष कैद र पचास हजार रूपियाँदेखि एक लाख रूपियाँसम्म जरिवाना र बालबालिका लगेको भए दश वर्षदेखि बाह्र वर्षसम्म कैद र एक लाख रूपियाँ जरिवाना ।
- (च) शोषण गर्ने उद्देश्यले नेपालभित्रको एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा लैजानेलाई एक वर्षदेखि दुई वर्षसम्म कैद र विदेश लगेको भए दुई वर्षदेखि पाँच वर्षसम्म कैद,
- (छ) दफा ४ को उपदफा (२) को खण्ड (ख) बमोजिमको कसूर गर्नेलाई सात वर्षदेखि दश वर्षसम्म कैद,

- (ज) मानव बेचबिखन वा ओसारपसारको कसूर गर्न दुरुत्साहन, षड्यन्त्र वा उद्योग गर्नेलाई वा सो कसूरको मतिथारलाई सो कसूर गर्दा हुने सजायको आधा सजाय ।

क्षतिपूर्ति

- (१) अदालतले कसूरदारलाई भएको जरिवानाको पचास प्रतिशतबराबरको रकममा नघट्ने गरी निजबाट पीडितलाई मनासिब माफिकको क्षतिपूर्ति भराइदिनुपर्ने ।
- (२) क्षतिपूर्तिको रकम लिन नपाउँदै पीडितको मृत्यु भएमा त्यस्तो रकम तोकिएबमोजिम निजको नाबालक छोराछोरीलाई र त्यस्ता छोराछोरी नभए निजमा आश्रित बाबुआमालाई दिइने ।
- (३) उपदफा (२) बमोजिम क्षतिपूर्तिको रकम पाउने पीडितको नाबालक छोराछोरी र आश्रित बाबुआमा नभएमा त्यस्तो रकम पुनर्स्थापन कोषमा जम्मा गर्नुपर्ने ।

सुरक्षाको व्यवस्था

दफा ५ बमोजिम उजुर गर्ने व्यक्तिले आफूले प्रहरीमा उजुर गरेको कारण वा अड्डा अदालतमा बयान वा साक्षीको रूपमा गरेको बकपत्रको आधारमा कुनै प्रतिशोधोन्मुख कारवाहीमा पर्न सक्ने मनासिब कारण देखाई सुरक्षाको लागि नजिकको प्रहरी कार्यालयमा अनुरोध गरेमा त्यस्तो प्रहरी कार्यालयले निजलाई देहाय बमोजिमको कुनै वा सबै व्यवस्था गरिदिनुपर्ने छ :-

- (क) मुद्दाको कारवाहीको सिलसिलामा अड्डाअदालत आउँदा-जाँदा सुरक्षा दिने,
(ख) निश्चित अवधिसम्म प्रहरी सुरक्षामा राख्ने वा राख्न लगाउने,
(ग) केन्द्रमा राख्ने ।

बन्द इजलासमा कारवाही हुने

यस ऐनअन्तर्गतको कसूरसम्बन्धी मुद्दाको कारवाही तथा सुनुवाइ बन्द इजलासमा गरिने छ ।

सरकार वादी हुने : यस ऐन अन्तर्गतको मुद्दा सरकारवादी हुने छ ।

उद्धारसम्बन्धी कार्य

- * कुनै नेपाली नागरिक विदेशमा बेचिएको रहेछ भने निजको उद्धार गर्ने व्यवस्था नेपाल

सरकारले गर्ने छ ।

पुनःस्थापना केन्द्र

- * पीडितलाई शारीरिक वा मानसिक उपचार गराउन, सामाजिक रूपमा पुनःस्थापना गर्न र पारिवारिक पुनर्मिलन गराउनको लागि नेपाल सरकारले आवश्यकताअनुसार पुनःस्थापना केन्द्र स्थापना गर्ने छ ।

सत्र ३ : विषयबस्तु (क) स्वास्थ्य अधिकार सम्बन्धी राज्यका प्रतिबद्धताहरु

अन्तर्राष्ट्रिय दस्तावेज कार्यान्वयनका लागि नेपाल सरकारको दायित्व

नेपाल सन्धि ऐन २०४७ को दफा ९ ले नेपाल पक्ष भएका सबै सन्धिहरू नेपालको राष्ट्रिय कानून सरह हुने तथा राष्ट्रिय कानून र त्यस्ता सन्धिहरू परस्पर बाझिएमा सन्धिको प्रावधान लागू हुने व्यवस्था गरेको छ । तसर्थ महासन्धिले सिर्जना गरेका दायित्वहरू पूरा गर्नु सरकारको संवैधानिक एवम् कानुनी कर्तव्य हो । अतः यस महासन्धिका व्यवस्थाहरू नेपाल राष्ट्रभित्र नेपालको कानूनसरह मान्य हुन्छन् ।

आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक अधिकार समिति

स्वास्थ्य अधिकारको कार्यान्वयनका लागि अवलम्बन गरिएका उपायहरूबारे हरेक ५ वर्षमा प्रतिवेदन पेस गर्नु राज्यपक्षको दायित्व हो । उक्त समितिले ४ प्रमुख पाटाहरूमा ध्यान दिन्छ :

- स्वास्थ्यको अवस्था,
- सेवा र स्वस्थ रहने उपायहरूमा पहुँच,
- निश्चित क्षेत्रको अवस्था,
- अवलम्बन गरिएका उपाय र प्रभावको प्रगति ।

सबै प्रकारका मौलिक भेदभाव उन्मूलन सम्बन्धी महासन्धि

यस महासन्धिले तय गरेका स्वास्थ्यअधिकार सहित सबै अधिकारहरूको उपयोग, मौलिक विभेदको निवारण वा रोकथाम गर्नका लागि अवलम्बन गरेका उपायहरूबारे हरेक २ वर्षमा प्रतिवेदन पेस गर्नु राज्यको दायित्व हो (धारा ९) ।

सीड

यस महासन्धिको धारा १८ अनुसार निम्नलिखित कुराहरूलाई समेटेर हरेक ४ वर्षमा प्रतिवेदन पेस गर्नु राज्यको दायित्व हो :

- महिलाको स्वास्थ्यको अवस्था,
- प्रजनन स्वास्थ्य र मातृशिशु स्वास्थ्य सेवा,
- परम्परागत अभ्यास,
- सुरक्षित गर्भपतनको जानकारी,
- एच.आइ.भी/एड्सका सम्बन्धमा महिलाहरूको अवस्था ।

अन्य संयन्त्रहरू

यस्तै विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनको विधान अनुसार राज्यले निश्चित तहको जनस्वास्थ्य कायम गर्नको लागि अवलम्बन गरेका उपायहरूबारे हरेक वर्ष प्रतिवेदन बुझाउनुपर्छ (धारा १६) । साथै विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनको सुझाव कार्यान्वयन गर्न अपनाइएका उपायहरू र राज्यले सहमति जनाएका स्वास्थ्य अधिकारको संरक्षण गर्ने दस्तावेजहरूको उपयोग (धारा ६२), स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित अवस्था तथा नियमितताको तथ्याङ्कगत जानकारी (धारा ६३) र अन्य अतिरिक्त जानकारीहरू विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनको कार्यकारी समितिलाई पेस गर्नुपर्छ ।

बिषयबस्तु (ख)

१. बेइजिङ्ग घोषणपत्र तथा कार्यनीति १९९५

सन् १९९५ को सेप्टेम्बर ४ देखि १५ सम्म चीनको बेइजिङमा विश्वभरिका २०,००० भन्दा बढी महिलाहरू चौथो विश्व सम्मेलनका लागि जम्मा भएका थिए । बीसौं शताब्दिको अन्त्य र एक्काइसौं शताब्दिको प्रारम्भ हुनुभन्दा पाँच वर्ष पहिले बेइजिङमा भएको यस जमघटले विगतमा भए गरेका आन्दोलनहरूको सिंहावलोकन गरेको थियो ।

प्रत्येक पाँच वर्षमा हुने गरेको विश्व सम्मेलन यस पटक भने १० वर्षपछि मात्र भएको थियो ।

उक्त सम्मेलनले बेइजिङ घोषणापत्र तयार गरी जारी गरेको थियो । यस सम्मेलनमा खास गरी महिलाको जीवनभर उच्च गुणस्तरीय स्वास्थ्यसेवा पाउनु महिलाको अधिकार हो र महिलाको आफ्नो स्वास्थ्यको सबै क्षेत्रमा आफ्नो नियन्त्रण गर्न पाउने अधिकार उनीहरूको सशक्तीकरणको मुख्य आधार हो भन्ने कुरा अनुमोदन गरेको छ । यो छलफलमा महिलाको स्वास्थ्य विषयमा पनि निकै छलफल भएको थियो । महिलाको स्वास्थ्यलाई केवल परिवार नियोजन र औषधि विज्ञानको सागुरो र संकुचित घेरामा मात्र नहेरेर सामाजिक र आर्थिक अवस्थसँग जोडेर हेनुपर्छ भन्ने कुरामा जोड दिइयो ।

यस घोषणापत्रमा महिलाको स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित भएका रणनीतिक उद्देश्यहरू यस प्रकार रहेका छन् :

१. रणनीतिक उद्देश्य ग -१ मा गुणस्तरयुक्त पर्याप्त स्वास्थ्य सेवा, सूचना र जीवन यापन सम्बन्धि सेवामा पूर्णरूपमा महिलाको पहुँचको वृद्धि गर्ने यसको निम्ती अन्तराष्ट्रिय संस्थाहरूको सहयोगमा सरकार, गै स स र मजदुर युनीयनहरूले निम्न लिखित कार्य गर्ने :

- सबै उमेरका महिला र बालिकाहरूको स्वास्थ्य सम्बन्धी आवश्यकता पूरागर्न राज्यले प्रतिवद्धता गररेका घोषणापत्रहरू र महिला महासन्धिलाई समर्थन र कार्यान्वय गर्ने ।
- महिलाले गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गर्ने अधिकार सुनिश्चितताको लागि नीति नियमहरूको आवश्यक समीक्षा र संशोधनद्वारा महिलाहरूको स्वास्थ्य सुरक्षा तथा विकास गर्ने ।
- स्थानिय महिला समूह तथा संगठनहरूसँग मिली विकेन्द्रिकरण स्वास्थ्य सेवा लगायतका लैङ्गिक अवधारणामा आधारित स्वास्थ्य कार्यक्रमहरू संचालन गर्ने ।
- आफ्नो जिवन भर सबै महिलाहरूलाई पुरुषलाई समान सामाजिक सुरक्षा प्रदान गर्ने
- सस्तो, सुलभ र सुगम गुणस्तरीय प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने , यस अन्तर्गत प्रजनन स्वास्थ्य , मातृ स्वास्थ्य सेवा र आकस्मिक शिशु स्वास्थ्य सेवालार्ई समेत समेट्ने ।
- स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई गोपनियता र आत्मविश्वासको अनुभूति गराउन र लैङ्गिक संवेदनशिल बनाउन सूचना, सेवा र तालिमको व्यवस्था गर्ने ।

- सबै स्वास्थ्य सेवा र कार्यकर्ताहरूले महिला स्वास्थ्य सेवा तथा व्यवसायीक स्वास्थ्य सेवाहरूमा मानवअधिकारलाई ध्यान दिने ।
- अनावश्यक औषधि र उपचारको प्रयोगलाई हटाउने र आफ्नो स्वास्थ्यको बारेमा पुरा जानकारी पाउने अधिकारको सुनिश्चितता प्रदान गर्ने ।
- महिलालाई समान र सुलभ स्वास्थ्य सेवा सुनिश्चित गर्ने । सन् २०१५ सम्ममा सबै तहहरूमा प्राथमिक स्वास्थ्य सेवाद्वारा प्रजनन स्वास्थ्य लगायतका आवश्यक सबै स्वास्थ्य सेवाको सर्वसुलभता सुनिश्चित गर्ने ।
- असुरक्षित गर्भपतनले स्वास्थ्यमा पर्ने असरहरूका बारेमा ध्यान दिदै आवश्यक कदम चाल्ने ।
- जनसंख्या र विकाससम्बन्धी सम्मेलनको कार्य योजनाको परिच्छेदन ८.२५ को आधारमा अबैधानिक गर्भपतनको कुरालाई जाँच गर्ने र कानूनको आवश्यक समीक्षा गर्ने ।
- बालमृत्युदर घटाउन आवश्यक काम गर्ने । उमेरसंगै आवश्यक स्वास्थ्य र पोषण सम्बन्धी जानकारीसम्म निरन्तर पहुँच सुनिश्चित गर्ने ।
- महिलालाई उमेर बढ्दै गएपछि हुने स्वास्थ्य परिवर्तनको जानकारी दिन आवश्यक कार्यक्रम र सेवाहरूको विकास गर्ने ।
- सबै उमेरका महिला र बालिकहरूले उमेरअनुसार स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गर्ने व्यवस्था गर्ने ।
- घरमा र कारखानामा देखिएका वातावरणीय र व्यवसायिक स्वास्थ्य समस्याहरू समाधान गर्न गर्भवती र सुत्केरी महिलालाई ध्यान दिएर नीति, कार्यक्रम तथा कानूनहरू निर्माण गर्ने र कार्यान्वयन गर्ने ।
- मानसिक स्वास्थ्यलाई प्राथमिक स्वास्थ्य सेवामा समावेश गर्ने, घरेलु हिंसा वा अरु हिंसा पीडित महिलाहरूलाई पहिचान र उपचारको लागि स्वास्थ्य कार्यकर्ताहरूलाई आवश्यक तालिम दिने ।

२. जनसंख्या तथा विकाससम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन

International Conference on Population and Development

सन् १९९४ मा १७९ देशहरूको सहभागितामा कायरोमा सम्पन्न जनसंख्या र विकास सम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलनले कार्यान्वयनका लागि कार्यक्रमहरू पारित गर्‍यो जसमा अन्तरसम्बन्धित लक्ष्य र उद्देश्य पनि सिफारिस गरेको थियो । लैङ्गिक विभेदको दुरीलाई सकेसम्म कम गर्ने कुरामा विशेष ध्यान पुऱ्याउँदै प्राथमिक तहसम्म शिक्षाको लागि विश्वव्यापी पहुँच, प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाहको लागि विश्वव्यापी पहुँच, पूर्ण सहूलियतसहितको प्रजनन स्वास्थ्य उपचारको लागि विश्वव्यापी पहुँच, जसमा परिवार नियोजन, शिशु तथा केटाकटी र आमाहरूको विरामी र मृत्युलाई घटाउने र सरदर आयुमा बृद्धि गर्ने कुराहरू समावेशी गरिएको छन् ।

उपरोक्त जनसंख्या र विकास नीति तथा कार्यक्रमहरूको माध्यमबाट सबै जनताको जीवनस्तर उकास्नु नै यसको प्रमुख उद्देश्य हो । यसका लागि गरिवी उन्मूलन, दिगो र दरिलो आर्थिक विकास, उत्पादन र खपतको दिगो ढाँचा, मानव स्रोतको विकासका साथै विकासको अधिकारलाई विश्वव्यापी र छुट्याउन नसकिने अधिकार तथा मौलिक मानव अधिकारको अभिन्न अङ्गको रूपमा स्वीकार गरि सबै मानव अधिकारहरूको प्रत्याभूति गरिनु पर्दछ । विकसित र विकासशील देशहरूमा गरिव महिलाहरूको सामाजिक र आर्थिक अवस्थाहरूमा सुधार ल्याउन विशेष ध्यान दिईनु पर्दछ । महिलाहरू गरिवहरूमध्ये पनि सबैभन्दा गरिव रहेका तथा विकास प्रक्रियामा मुख्य भूमिका पनि महिलाहरूकै रहेकाले महिला वर्गका विरुद्ध हुने सामाजिक, सांस्कृतिक, राननीतिक र आर्थिक भेदभाव हटाउनु, गरिवी उन्मूलन, दिगो विकासको प्ररिप्रेक्ष्यमा दरिलो आर्थिक बृद्धिको प्रवर्द्धन, स्तरीय परिवार नियोजन तथा प्रजनन स्वास्थ्य सेवा जनसंख्या, र उपलब्ध स्रोतहरू बीच सन्तुलन तथा उत्पादन र खपतको दिगो ढाँचाका लागि पूर्व आवश्यकता हो ।

सम्पूर्ण राष्ट्रहरूको विकासको रणनीतिमा उपयुक्त जनसंख्या नीतिलाई समावेश गर्नको लागि यस सम्मेलनले अनुरोध गर्दछ । साथै यस सम्मेलनले लिङ्गको आधारमा गरिने हिंसा र महिला गुप्ताङ्गछेदन लगायत हानिकारक परम्परा, व्यवहारहरू हटाउन पनि पहल गर्दछ ।

आगामी वर्षहरूको लागि कार्यान्वयनका लागि कार्यक्रमहरूले चार वटा अन्तरसम्बन्धित क्षेत्रहरूलाई आफ्नो २० वर्षको लक्ष्यभित्र समेटेको छ,

१ विश्व व्यापी शिक्षा :- आईसिपीडिको बुदां नं. ४.१८ का अनुसार, सन् २०१५ भन्दा अघि सम्म सबै देशहरूमा सबैका लागि प्राथमिक शिक्षा उपलब्ध गराउने लक्ष्य हाँसिल गर्नुका अतिरिक्त शिक्षाको गुणस्तर सान्दर्भिकतालाई ध्यानमा राखी माध्यमिक र उच्च तहको शिक्षाका साथै व्यावसायिक शिक्षा र प्राविधिक तालिममा केटी र महिलाहरूको पहुँचलाई सकेसम्म चाँडो सुनिश्चित गर्न सबै

देशहरूलाई आग्रह गरिन्छ ।

२. शिशु र बाल मृत्युदर घटाउने :- आईसिपीडिको बुदां नं. ८.१६ का अनुसार, अन्तराष्ट्रिय सहयोग र राष्ट्रिय कार्यक्रमहरूको माध्यमबाट अगामी २० वर्षमा विश्वको विकसित र विकासशील क्षेत्रको औसत शिशु तथा बाल मृत्यु दरका बीच रहेको अन्तरलाई उल्लेखनीय रूपमा घटाउनु पर्दछ । साथै यस सन्दर्भमा देशभित्र भौगोलिक क्षेत्र, जातीय वा सांस्कृतिक समूह, सामाजिक-आर्थिक समूह बीच हुने अन्तरहरूलाई हटाउनु पर्दछ । आदिवासी जनता भएका देशहरूले शिशु मृत्यु दर र पाचौँ वर्ष मुनिका बाल मृत्युदर सरह नै कायम राख्नु पर्दछ । प्रत्येक देशको विशेष परिस्थितिलाई ध्यानमा राखी सन् २००० सम्ममा शिशु र पाचौँ वर्षमुनिका बाल मृत्यु दरलाई एक तिहाई वा एक हजार जन्ममध्ये क्रमशः ५० र ७० मृत्यु दर मध्ये जुन कम हुन्छ त्यसैमा भर्ना सबै देशले प्रयास गर्नु पर्दछ । सन् २००५ सम्ममा प्रति एक हजार शिशु मध्ये मृत्यु दरलाई ५० भन्दा कम र पाचौँ वर्षमुनिको बाल मृत्यु दरलाई ६० भन्दा कममा भर्ने उद्देश्य पनि सबै देशले राख्नु पर्दछ । यी उद्देश्यहरू पहिले नै हासिल गरिसकेका देशहरूले उक्त मृत्यु दरहरू अझ घटाउन कोशिश गर्नु पर्दछ ।

३. मातृमृत्युदर घटाउने :- आईसिपीडिको बुद नं. २१ का अनुसार, सन् २०१५ सम्ममा मातृ मृत्यु दरमा उल्लेखनीय कटौती गर्न सबै देशहरूले पूर्ण प्रयत्न गर्नु पर्दछ । सन् २००० सम्ममा मातृ मृत्यु दरमा सन् १९९० को दर आधा र सन् २०१५ सम्ममा बाँकी आधा कटौती हुन पर्दछ । यस लक्ष्यले सन् १९९० को मातृ मृत्यु दरमा विभिन्नता भएका देशहरूमा विभिन्न प्रभाव पार्नेछ । मध्यम स्तरीय मातृ मृत्यु दर भएका देशहरूले सन् २००५ सम्ममा उक्त दरलाई प्रति एक हजारमा १०० भन्दा तल र सन् २०१५ सम्ममा प्रति एक हजारमा ६० भन्दा तल पुऱ्याउने लक्ष्य राख्नु पर्दछ । अधिकतम मृत्यु दर भएका देशहरूले सन् २००५ सम्ममा मातृ मृत्यु दरलाई प्रति एक लाखमा १२५ भन्दा कम र सन् २०१५ सम्ममा यस दरलाई ७५ भन्दा कममा भर्ने उद्देश्य लिनु पर्दछ । यद्यपि, सबै देशहरूले मातृ अस्वस्थता र मृत्यु दरलाई कुनै जनस्वास्थ्य समस्या नरहेको स्तरमा पुग्ने गरी घटाउनु पर्दछ । देश भित्र र भौगोलिक क्षेत्र, सामाजिक-आर्थिक एवं जातीय समूहबीच मातृ मृत्यु दरमा रहेको अन्तरलाई सकेसम्म कम गर्नु पर्दछ ।

४. प्रजनन् र यौन स्वास्थ्य सेवाहरू र परिवार नियोजन :- आईसिपीडिको बुदां नं. ७.६ का अनुसार, सबै देशले सन् २०१५ भन्दा ढिलो नहुने गरी यथासम्भव छिटो उपयुक्त उमेरका सबै व्यक्तिहरूलाई प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाहको प्रणालीका माध्यमबाट प्रजनन् स्वास्थ्य हेरचाहको सुविधा उपलब्ध गराउनु पर्दछ । प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाहको सन्दर्भमा प्रजनन् स्वास्थ्य अन्तर्गत परिवार नियोजन सम्बन्धी परामर्श, सुचना, शिक्षा, संचार, सेवाहरू, शिशु जनमनु अधिको हेरचाहका लागि शिक्षा र सेवा, सुरक्षित प्रसूती र प्रसूती पछिको हेरचाह, विशेष गरी सतनपान एवं सुत्केरी तथा नवजात शिशुको हेरचाह, बाँभोपनको रोकथाम र उपयुक्त उपचार, अनुच्छेद ८.२५ मा उल्लेख गरिए अनुसारको गर्भपतन लगायतको रोकथाम एवं त्यसको परिणामसम्बन्धी व्यवस्था, प्रजनन्

नलीमा हुने संक्रमणको उपचार, यौन संक्रामक रोगहरु र प्रजनन् स्वास्थ्यका अन्य स्थितिहरु, तथा मानवीय यौन, प्रजनन स्वास्थ्य र जिम्मेवार मातृत्व-पितृत्वका लागि आवश्यक सूचना, शिक्षा र परामर्श समावेश हुन्छन् । परिवार नियोजनका सेवाहरु र गर्भवती, प्रसूती र गर्भपतका जटिल समस्याहरु, बाँझोपन, प्रजनन् नलीको संक्रमण, स्तन क्यान्सर र प्रजनन् प्रणालीको अन्य अंगहरुको क्यान्सर, एवं एचआईभी र एड्स लगायत यौन संक्रामक रोगहरुको निदान र उपचार आवश्यकता अनुसार सधैं उपलब्ध हुनु पर्दछ । योनिव्याधोद्घेदन जस्ता हानिकारक प्रचलनहरुलाई सक्रियतापूर्वक निरुत्साहित गर्नु पनि प्रजनन् स्वास्थ्य हेरचाह कार्यक्रम लगायत प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाहको एक अभिन्न अंग बन्नु पर्दछ ।

३. सहस्राब्दी विकास लक्ष्य (Millenium Development Goal, MDG)

बीसौ शताब्दीको अन्तिम दशकमा आयोजना गरिएको संयुक्त राष्ट्रयुद्धीय विश्व सम्मेलनहरुले विश्वको विकास सम्बन्धी केही प्रमुख लक्ष्य तथा उद्देश्यहरु निर्धारण गरेका छन् । तिनै लक्ष्य तथा उद्देश्यहरुमध्ये मुख्य मुख्यको सूचीलाई नै अन्तर्राष्ट्रिय विकास उद्देश्यहरुको रूपमा चिनिएको छ । अन्तर्राष्ट्रिय विकास उद्देश्यलाई समेटेको सहस्राब्दी विकास लक्ष्यहरुले मानव विकासको सुपरिवेक्षणका लागि लक्ष्यहरु तथा उद्देश्यहरु समाविष्ट गरेको छ । यस घोषणापत्रमा शान्ति, सुरक्षा, तथा विकासका साथसाथै वातावरण, मानव अधिकार तथा शासनव्यवस्थाबारे प्रकाश पारिएको छ । विश्वका अत्याधिक गरिबीमा बाँचिरहेका जनताको संख्यालाई आधामा भाग्ने र तिनीहरुको रूपान्तरण वा परिवर्तका लागि सन् २०१५ सम्ममा लक्ष्य पूरा गर्ने योजना सहस्राब्दी विकास लक्ष्यहरुले बनाएको छ ।

सन् २००० को सेप्टेम्बरमा कूल १९१ राष्ट्रहरु एवं १४७ राष्ट्र तथा सरकार प्रमुखहरुद्वारा सहस्राब्दी घोषणापत्र अनुमोदन गरेका थिए । जसमा निम्न लिखित ८ वटा मुख्य लक्ष्यहरु, १८ गन्तव्य र ४८ सूचकहरु छन् ।

१. गरीबी तथा भोक उन्मुलन
२. विश्वव्यापीरूपमा प्राथमिक शिक्षा प्राप्ति
३. लैङ्गिक समानता तथा महिला सशक्तीकरण प्रवर्द्धन
४. बाल मृत्युदर न्यूनीकरण
५. मातृ स्वास्थ्यमा सुधार
६. HIV and AIDS, औलो तथा अन्य रोगहरुविरुद्ध सङ्घर्ष
७. वातावरणीय दिगोपनको प्रत्याभूति
८. विकासमा लागि विश्वव्यापी साभेदारीमा विकास

सहस्राब्दी विकास लक्ष्यका ८ वटा लक्ष्यहरूमध्ये ४ वटा लक्ष्यहरू : ३,४,५,६ ले यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यको विषयलाई समेटेका छन् ।

लक्ष्य ३ मा सकेसम्म सन् २००५ सम्ममा प्राथमिक तथा माध्यमिक शिक्षाबाट तथा ढिलोमा सन् २०१५ सम्ममा शिक्षाका सबै तहबाट लैङ्गिक विभेद उन्मूलन गर्नु पर्ने लक्ष्य ३ को उद्देश्य रहेको छ । यदि यो लक्ष्य हासिल गर्न सकेमा बालबालिका तथा महिलामा घरेलु कामको बोझ हल्का हुने, विवाह सम्बन्धि कानून निर्माण तथा कार्यान्वयन गर्न राज्य सक्षम भएमा रोजगारी र स्वास्थ्य क्षेत्रमा महिलाको स्थिति सुदृढ हुन लगायत महिलाको आत्मविश्वासमा वृद्धि हुने, शिक्षा क्षेत्रमा लैङ्गिक पुन संरचनासम्बन्धी नीति कार्यान्वयन हुने, निर्णय प्रक्रियामा महिलाको सहभागीता सुनिश्चित हुने र महिला आत्मनिर्भर भई सामाजिक, आर्थिक तथा राजनैतिक क्षेत्रमा महिलाको समान पहुँच सुनिश्चित हुनेछ ।

लक्ष्य ४ ले सन् १९९० देखि २०१५ को बीचमा पाचौँ वर्षमुनिका बालबालिकाको मृत्युदर दुई तिहाईले घटाउने उद्देश्य राखेको छ । यदि यो लक्ष्य हासिल गर्न सकेमा बालबालिकाले पर्याप्त पोषणको प्रत्याभूति गर्न पाउँनेछन् । दुर्गम क्षेत्रमा बस्दै आएका गरीब तथा निरक्षरहरूले पनि स्वास्थ्य सम्बन्धी सूचना तथा पर्याप्त मात्रामा गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवाहरू प्राप्त गर्न सक्षम हुनेछन्, स्वास्थ्य चौकीहरूमा सेवाको गुणस्तर वृद्धि भई पाचौँ वर्षमुनिका बालबालिकाको मृत्युमा कमी हुनेछ, स्वास्थ्य सेवा, खानेपानी, शिक्षा तथा सरसफाईसम्बन्धी नीति प्रभावकारी भई प्राथमिक स्वास्थ्य, बालबालिका सहित सबैको आधारभूत अधिकारको सुनिश्चितता हुनेछ । जसले गर्दा वर्षेनी बच्चा जन्माउनु पर्ने बाध्यताबाट महिलाले मुक्ति पाई महिलाको स्वास्थ्यमा सुधार हुनुको साथै बालबालिकाको पनि बाँच्न पाउने अधिकार सुनिश्चित हुने छ ।

लक्ष्य ५ ले सन् १९९० देखि २०१५ सम्ममा मातृ मृत्यु अनुपात दुई तिहाईले घटाउने उद्देश्य राखेको छ । यदि यो लक्ष्य हासिल गर्न सकेमा परिवार नियोजनको सेवा सर्वसुलभ रूपमा प्राप्त गर्न सकिनेछ । महिलाहरूमा गर्भाधान, प्रसुति र प्रसुतिपछिको स्वास्थ्यको हेरचाहमा वृद्धि हुनेछ । आकस्मिक प्रशव हेरचाहले नचाहेको गर्भाधान रोक्ने छ । असुरक्षित गर्भपतन र मातृमृत्युदर घटाउनुकासाथै आमाको र बच्चाको ज्यान बचाउँछ ।

महिलाको सशक्तीकरणले सामाजिक अवस्थामाथि उठाउँछ र तिनीहरूको जीवन खतरामुक्त बनाउँछ । वास्तवमा महिलाको अस्वस्थताको उच्च अनुपात उनीहरूको प्रजनन स्वास्थ्य र अधिकारसँग सम्बन्धित हुन्छ । सहस्राब्दी विकास लक्ष्यहरूको लक्ष्य ५ लाई यदि पूरा गर्न सकेमा महिलाको प्रजनन स्वास्थ्य र अधिकारको सुनिश्चिता भै प्रजनन जोखिमबाट महिलाहरू मुक्त हुनेछन् र विकासका हरेक क्रियाकलापमा साभेदार भै राष्ट्र निर्माणका लागि उल्लेखनीय योगदान गर्न सक्षम हुनेछन् ।

लक्ष्य ६ ले एच.आई.भी को विस्तारलाई सन् २०१५ सम्ममा रोक्ने तथा पूर्वावस्थामा फर्काउन थालनी गर्ने उद्देश्य राखेको छ । यो लक्ष्य हाँसिल गर्न सकेमा यौन शिक्षा, एच.आई.भी र एड्स सम्बन्धी चेतना, कण्डम प्रयोग तथा सेवा एवं स्याहारको अवसर प्रवर्द्धन भई महिलाहरु पनि यौन तथा प्रजननका विषयमा सचेत हुनुका साथै यौन जन्य संक्रमणबाट सुरक्षित हुनेछन् । यौन तथा प्रजनन र एच.आई.भी जस्ता संवेदनशील विषयका सूचना, शिक्षा तथा सञ्चारमा सबैको समान पहुँच हुनेछ, उच्च तहका निर्णयकर्ताहरु तथा राजनैतिक नेतृत्वलाई सचेत तथा संवेदनशील बनाउन थप सघन प्रयासहरु चालिने तथा उनीहरुलाई प्रभावकारी नीति नियम निर्माण साथै कार्यान्वय गर्न प्रभावकारी कदम चाल्न प्रतिबद्ध बनाउनेछ । यसले विशेषगरी उच्च जोखिमयुक्त व्यवहारहरु अगामी दिनमा घटाउन सहयोग पुऱ्याउनेछ । एच.आई.भी र एड्स भएर बाँचिरहेका मानिसहरुलाई सेवा तथा स्याहार उपलब्ध गराउनमा सामाजिक तथा मानवअधिकारका परिप्रेक्ष्यबारे स्वास्थ्यकर्मीहरु, सामुदायिक नेताहरु तथा आम सञ्चार माध्यमको ध्यान आकर्षण गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ने छ ।

४. महिलाउपर हुने सबै प्रकारका भेदभाव निर्मूलनसम्बन्धी महासन्धि, १९७९ (CEDAW)

महासभाद्वारा १८ डिसेम्बर १९७९ मा नं. ३४।१८० को प्रस्तावसाथ पारित एवम् दस्तखत, अनुमोदन तथा सम्मेलनको लागि खुला गरिएको लागू भएको मिति- ३ सेप्टेम्बर १९८१ (धारा २७ (१) अनुसार)

प्रस्तावना

वर्तमान महासन्धिको राज्यपक्षहरुले, संयुक्त राष्ट्रसङ्घको बडापत्रले मौलिक मानव अधिकारहरुमा, मानव व्यक्तिको मूल्य तथा मर्यादामा र पुरुष एवम् महिलाको समान अधिकारमा आफ्नो आस्था पुनः पुष्टि गरेको कुरालाई अवगत गर्दै,

मानव अधिकार सम्बन्धीविश्वव्यापी घोषणाले भेदभावको अमान्यताको सिद्धान्तलाई पुष्टि गरेको तथा सबै मानव-प्राणी स्वतन्त्र रूपमा एवम् समान हक र मर्यादामा जन्मेका हुन्छन् तथा प्रत्येकलाई त्यसमा उल्लिखित हकहरु तथा स्वतन्त्रताहरु लिङ्गको आधारमा हुने भेदभाव लगायत कुनै पनि प्रकारको भेदभावरहित उपभोग गर्न पाउँछन् भन्ने कुरालाई अवगत गर्दै,

मानव अधिकार सम्बन्धीअन्तर्राष्ट्रिय महासन्धिहरुका राज्यपक्षहरुमा सबै पुरुष र महिलालाई सबै आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, नागरिक एवम् राजनैतिक अधिकारहरु समान रूपले भोग गर्न पाउने अधिकार उपलब्ध गराउने दायित्व छ भन्ने कुरालाई अवगत गर्दै,

संयुक्त राष्ट्रसङ्घ तथा त्यसका विशेषज्ञ संस्थाहरुको तत्वावधानमा पुरुष तथा महिलाको

समानताको अधिकार प्रवर्द्धन गर्न बनेका विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धिहरूलाई विचार गर्दै,

संयुक्त राष्ट्र सङ्घ तथा त्यसका विशेषज्ञ संस्थाहरूले पुरुष तथा महिलाको समानताको अधिकारसम्बन्धमा पारित गरेका प्रस्तावहरू, घोषणापत्रहरू तथा सीफारिसहरूलाई समेत अवगत गर्दै,

यस्ता विभिन्न लिखतहरूको अतिरिक्त महिला उपर व्यापक भेदभाव अझै विद्यमान रहेको कुरामा ध्यान दिँदै, महिला उपर हुने भेदभावले अधिकारको समानता सम्बन्धी सिद्धान्तमा एवम् मानव मर्यादाप्रतिको आदरभावमा खलल पार्दछ, महिलाले पुरुषसँगको बराबरीको आधारमा आफ्नो मुलुकको राजनैतिक, सामाजिक, आर्थिक तथा सांस्कृतिक जीवनमा सहभागिता हुने स्थितिमा व्यवधान पार्दछ, समाज तथा परिवारको समुन्नतिको विकासमा अवरोध ल्याउँछ, एवम् आफ्नो मुलुकको तथा मानवताको सेवाको खातिर महिलाको क्षमताको पूर्ण विकासलाई अवरुद्ध पार्दछ, भन्ने कुराहरूलाई पुनः स्मरण गर्दै,

दरिद्र अवस्थामा महिलालाई भोजन, स्वास्थ्य, शिक्षा, तालिम र रोजगारीका अन्य अवसरहरू प्राप्त गर्न तथा अन्य खाँचोहरू पूरा गर्न कष्टसाध्य हुन्छ भन्ने कुरामा ध्यान केन्द्रित गर्दै,

सद्विवेक तथा न्यायमा आधारित नयाँ अन्तर्राष्ट्रिय आर्थिक व्यवस्थाको स्थापनाबाट पुरुष तथा महिलाबीचमा समानताको अभिवृद्धिमा खँदिलो योगदान गर्दछ भन्ने कुरामा विश्वस्त हुँदै,

रङ्गभेद नीति, सबै प्रकारका वर्णवादहरू, वर्णका आधारमा हुने भेदभावहरू, उपनिवेशवाद, नव-उपनिवेशवाद, अतिक्रमण, वैदेशिक कब्जा तथा आधिपत्य र राज्यको आन्तरिक मामिलामा हस्तक्षेपसमेत सबै कुराको उन्मूलन गर्नु पुरुष तथा महिलाको अधिकारको उपभोगको लागि आवश्यक छ भन्ने कुरालाई जोड दिँदै,

अन्तर्राष्ट्रिय शान्ति तथा सुरक्षाको सुदृढीकरण, अन्तर्राष्ट्रिय तनावमा शिथिलता, सामाजिक तथा आर्थिक प्रणाली जस्तै भए पनि राज्यहरूको बीच आपसी सहयोग हुनु, सर्वप्रकारका तथा सम्पूर्ण निःशस्त्रीकरण, खास गरेर कडा एवम् प्रभावकारी अन्तर्राष्ट्रिय नियन्त्रणअन्तर्गत आणविक निःशस्त्रीकरण, राज्यहरूको बीचको सम्बन्ध न्यायपूर्ण, समानता तथा आपसी हितको आधारमा हुनुपर्ने सिद्धान्तको समर्थन, वैदेशिक वा औपनिवेशिक आधिपत्यमा रहेका वा विदेशी कब्जामा रहेका जनताहरूको आत्मनिर्णय तथा स्वतन्त्रताको अधिकार प्राप्तिका साथ साथै राष्ट्रिय सार्वभौमिकताको एवम् क्षेत्रीय अखण्डताबाट समेतबाट सामाजिक उन्नति तथा विकासको संवर्द्धन हुन्छ र त्यसको परिणामस्वरूप पुरुष तथा महिलाको बीच पूर्ण समानता प्राप्तिमा योगदान आउँछ भन्ने कुरालाई जोड दिँदै,

मुलुकको पूर्ण तथा सर्वाङ्गीण विकासमा, विश्वको हितमा एवम् शान्ति प्राप्तमा महिलाले पुरुषसँग हरक्षेत्रमा बराबरीको आधारमा अधिकतम सहभागिता आवश्यक छ भन्ने कुरामा विश्वस्त हुँदै,

परिवारको हित तथा समाजको उत्थानमा महिलाबाट हुन सक्ने महान् देनलाई अहिलेसम्म पूर्ण मान्यता प्राप्त भईनसकेको भए तापनि मातृत्वको सामाजिक विशेषता तथा परिवारको सन्दर्भमा बालबालिकाको लालनपालनमा आमाबाबु दुवैको भूमिकालाई बुझी, महिलाको सन्तानोत्पादनका विशेषतालाई भेदभावको आधार बनाइनु हुँदैन भन्ने कुरालाई हृदयङ्गम गरी, बालबालिकाको लालनपालनको जिम्मेवारीमा पुरुष र महिला एवम् सम्पूर्ण समाज पनि भागिदार बन्नुपर्दछ भन्ने कुरालाई महसुस गर्दै,

पुरुष तथा महिलाको बीचमा पूर्ण समानता प्राप्तिको लागि समाजमा तथा परिवारमा पुरुषको भूमिका तथा महिलाको भूमिका सम्बन्धी परम्परागत सोचाइमा परिवर्तन हुनुपर्ने आवश्यकतालाई महसुस गर्दै,

महिला विरुद्धको भेदभाव निर्मूलन सम्बन्धीघोषणापत्रमा उल्लिखित सिद्धान्तहरूको कार्यान्वयन गर्न तथा त्यस प्रयोजनको लागि सबै प्रकारको एवम् अनुकृतिको यस्तो भेदभावलाई निर्मूल गर्न आवश्यक पर्ने उपायहरू अपनाउन दृढ सङ्कल्प गर्दै,

निम्नलिखित कुराहरू गर्न मन्जुर गर्दछन्-

भाग-१

धारा-१

यस महासन्धिको प्रयोजनको लागि महिलाविरुद्ध भेदभाव भन्नाले महिलाले राजनैतिक, आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, नागरिक वा अरु कुनै विषय सम्बन्धी मानव अधिकार तथा स्वतन्त्रतालाई आफ्नो वैवाहिक स्थिति जेजस्तो रहे अथवा भए तापनि पुरुष र महिलाको समानताको आधारमा उपभोग गर्नमा वा प्रयोग गर्नमा व्यवधान पार्ने वा त्यसको मान्यतालाई नै शून्यीकरण पार्ने उद्देश्य वा परिणाम भएको लिङ्गको आधारमा हुने कुनै पनि भेदभाव वा बहिष्कार वा प्रतिबन्ध सम्भन्नुपर्दछ ।

धारा-२

राज्यपक्षहरूले महिला उपर हुने सबै प्रकारका भेदभावलाई भर्त्सना गर्दछन्, महिला उपर हुने सबै भेदभावलाई निर्मूल पार्ने नीति उपयुक्त तरिकाबाट अविलम्ब अपनाउन मन्जुर गर्दछन् तथा देहायका तरिकाबाट अविलम्ब अपनाउन मन्जूर गर्दछन् तथा यसको लागि

देहायका काम गर्न कबुल गर्दछन् :

- क) आफ्नो राष्ट्रिय संविधानमा वा अन्य उपयुक्त कानुनमा पहिले नै परिनसकेको भए महिला र पुरुषमा समानताको सिद्धान्तलाई समावेश गर्ने तथा यस सिद्धान्तलाई कानुन वा अन्य माध्यमबाट व्यावहारिक रूपमा साकार पार्ने,
- ख) महिलाविरुद्धका सबै भेदभावलाई प्रतिबन्ध लगाउन विधायिकीय तथा अन्य उपायहरू अपनाउने तथा आवश्यक भएमा सजायको व्यवस्थासमेत गर्ने,
- ग) पुरुषहरूसरह समान आधारमा महिलाको अधिकारको कानुनी संरक्षणको व्यवस्था गर्ने तथा महिला उपर कुनै पनि भेदभावपूर्ण काम हुन नदिन सक्षम राष्ट्रिय अदालतहरू एवम् अन्य सार्वजनिक निकायहरूद्वारा प्रभावकारी संरक्षण सुनिश्चित गर्ने,
- घ) महिला उपर भेदभाव हुने कुनै पनि कार्य वा प्रचलनमा सरिक नभई अलग रहने एवम् सार्वजनिक अधिकारीहरू तथा संस्थाहरूले यी दायित्वहरू अनुसार काम गर्नेछन् भनी सुनिश्चित गर्ने,
- ङ) कुनै पनि व्यक्ति, संस्था वा उद्यमबाट महिला उपर हुने भेदभावलाई निर्मूल गर्न सबै आवश्यक उपायहरू अपनाउने,
- च) महिलाविरुद्ध भेदभाव गराउने कुनै पनि प्रचलित कानुन, विनियम, रीति तथा प्रचलनलाई सुधार गर्ने वा खारेज गर्ने गरी कानुन बनाउने लगायत आवश्यक पर्ने सबै कदमहरू चाल्ने,
- छ) महिलाविरुद्ध भेदभाव हुने वा गराउने सबै राष्ट्रिय दण्डव्यवस्थाहरू खारेज गर्ने ।

धारा-३

पुरुषसरह समानताको आधारमा मानव अधिकार तथा मौलिक स्वतन्त्रताको प्रयोग तथा उपभोग प्रत्याभूत गराउनको लागि महिलाको पूर्ण विकास तथा प्रवर्द्धन सुनिश्चित गर्न राज्यपक्षहरूले सबै सम्बद्ध क्षेत्रमा, खास गरेर राजनैतिक, सामाजिक, आर्थिक एवम् सांस्कृतिक क्षेत्रमा, कानुनी व्यवस्था लगायत सबै उपयुक्त कदमहरू चाल्ने छन् ।

धारा-४

१. राज्यपक्षहरूले पुरुष तथा महिलामा वास्तविक तवरले द्रुततर गतिमा समानता कायम गर्न कुनै अस्थायी प्रकारको विशेष उपायहरूको अवलम्बन गरेको रहेछ भने त्यस्ता उपायहरूलाई यस महासन्धिमा व्यवस्था गरिएवमोजिमको भेदभावपूर्ण व्यवहार भएको मानिने छैन, तर त्यसको परिणामस्वरूप यस्ता उपायहरू कुनै पनि हालतमा असमान वा भिन्न स्तरलाई कायमै राख्न दिने प्रकारको हुन सक्ने छैन । यी उपायहरूलाई अवसर तथा व्यवहारमा समानताको उद्देश्य प्राप्त भएपछि अन्त्य गरिनुपर्छ ।

२. राज्यपक्षहरूले मातृत्वको संरक्षणको लागि यस महासन्धिमा व्यवस्था गरिएका उपायहरू लगायत अन्य विशेष उपायहरू अपनाएकोलाई भेदभावपूर्ण भएको मानिने छैन ।

धारा-५

राज्यपक्षहरूले निम्नलिखित प्रयोजनको लागि चाहिने सबै उपयुक्त कदमहरू चाल्ने छन् :

१. पुरुष तथा महिला सम्बन्धी एकोहोरो भूमिकामा आधारित वा कुनै खास लिङ्गको उच्चताभास वा लघुताभासमा आधारित दुराग्रहको तथा परम्परागत एवम् अन्य प्रकारका प्रचलनहरूको निर्मूल गर्ने उद्देश्य प्राप्तिका लागि पुरुष तथा महिलामा रहेको स्वाभाविक प्रकृतिका सामाजिक तथा सांस्कृतिक आचारण पद्धतिलाई बदल्न ।
२. बालबालिकाको हितलाई हरहालतमा सर्वोपरि ध्यान दिइनेछ भन्ने कुरालाई मध्य नजरमा राख्दै मातृत्व भनेको एक सामाजिक क्रियाकलाप हो भन्ने कुरालाई राम्रोसँग बुझाउने तथा आफ्ना बालबालिकाको लालनपालन एवम् विकासमा पुरुष तथा महिलाको बराबर जिम्मेवारी रहेको हुन्छ भन्ने कुरा मानिने गरी त्यस्ता पक्षहरूलाई पनि पारिवारिक शिक्षामा समावेश गर्ने ।

धारा-६

राज्य पक्षहरूले महिलाको किनबेच तथा महिलाको वेश्यावृत्तिको शोषण लगायत सबै प्रकारको कार्यलाई दमन गर्ने कानून बनाउन सबै आवश्यक कदमहरू चाल्ने छन् ।

भाग-२

धारा-७

राज्यपक्षहरूले मुलुकको राजनैतिक तथा सार्वजनिक जीवनमा महिलाविरुद्धको भेदभाव निर्मूल गर्न तथा खास गरेर पुरुषसरह बराबरीको आधारमा महिलालाई निम्नलिखित अधिकार उपलब्ध गराउन सबै आवश्यक कदम अपनाउने छन् :

- क. सबै निर्वाचनहरू तथा जनमत सङ्ग्रहहरूमा मतदान दिने अधिकार तथा सार्वजनिक रूपमा निर्वाचित हुने संस्थाहरूमा निर्वाचनको लागि योग्य हुने अधिकार,
- ख. सरकारी नीतिनिर्माणमा तथा त्यसको कार्यान्वयनमा सरिक हुने तथा सार्वजनिक पद धारण गर्न एवम् सबै सरकारी तहहरूमा हुने सार्वजनिक क्रियाकलाप सम्पादन गर्ने अधिकार,
- ग. मुलुकको सार्वजनिक तथा राजनैतिक जीवनसँग सम्बन्धित गैरसरकारी संस्था तथा सङ्गठनहरूमा सरिक हुन पाउने अधिकार ।

धारा-८

राज्यपक्षहरूले महिलालाई पुरुषसरहको समान आधारमा तथा विना कुनै भेदभाव अन्तर्राष्ट्रिय तहमा सरकारलाई प्रतिनिधित्व गर्न पाउने मौका तथा अन्तर्राष्ट्रिय सँगठनहरूको कार्यमा भाग लिन पाउने मौका सुनिश्चित गर्न सबै उपयुक्त कदमहरू चाल्ने छन् ।

धारा-९

१. राज्यपक्षहरूले महिलालाई पुरुषसरह राष्ट्रियता प्राप्त गर्न, परिवर्तन गर्न वा धारण गर्न समान अधिकार प्रदान गर्नेछन् । तिनीहरूले खास गरेर विदेशीसँग विवाह गरेको कारणबाट वा विवाहित अवस्थामा पतिले राष्ट्रियता परिवर्तन गरेको कारणबाट पत्नीको राष्ट्रियता स्वतः परिवर्तन नहुने निजलाई राज्यविहीन नतुल्याउने वा पतिको राष्ट्रियता ग्रहण गर्न बाध्य हुनु नपर्ने व्यवस्था सुनिश्चित गर्नेछन् ।
२. राज्यपक्षहरूले बालबालिकाको राष्ट्रियताको सम्बन्धमा महिलालाई पुरुषसरहको अधिकार प्रदान गर्नेछन् ।

भाग-३

धारा-१०

राज्यपक्षहरूले महिलालाई शिक्षाको क्षेत्रमा पुरुषसरह समान अधिकार प्राप्तिको व्यवस्था सुनिश्चित गर्नको लागि महिला उपर हुने भेदभाव निर्मूल गर्न सबै आवश्यक कदमहरू चाल्ने छन् । तिनीहरूले महिला र पुरुषको समानताको आधारमा खास गरेर निम्नलिखित कुराहरू सम्बन्धी व्यवस्था सुनिश्चित गर्नेछन् :

- (क) ग्रामीण तथा सहरी क्षेत्रमा अवस्थित सबै प्रकारका शिक्षण संस्थामा अध्ययन गर्न र उपाधि हासिल गर्न पाउनको लागि जीविकाको तथा व्यवसायको जानकारी पाउने समान अवसरको व्यवस्था, यसप्रकारको समानता पूर्व-विद्यालय शिक्षा, साधारण शिक्षा, प्राविधिक शिक्षा, पेसागत शिक्षा तथा उच्च प्राविधिक शिक्षा एवम् सबै प्रकारका व्यावसायिक प्रशिक्षणको सम्बन्धमा उपलब्ध हुने कुरा सुनिश्चित गरिने छ,
- (ख) उही पाठ्यक्रम, उही परीक्षा, उही स्तरको योग्यता प्राप्त शिक्षक तथा उस्तै प्रकारको विद्यालय भवन तथा उपकरणमा शिक्षा पाउने अवसरको व्यवस्था, सबै प्रकार तथा तहको शिक्षामा देखा पर्ने गरेको पुरुष तथा महिलाको भूमिका नै फरक छ भनी देखाउने एकोहोरो धारणालाई निर्मूल गर्न तथा यस लक्ष्य प्राप्तिको लागि सहायक हुने सह-शिक्षा तथा अन्य प्रकारका शिक्षण विधिलाई प्रोत्साहन दिने र खास गरेर पाठ्यपुस्तकहरू तथा विद्यालय कार्यक्रमहरूमा परिवर्तन गर्ने एवम् तदनुकूल

शिक्षणविधि अपनाउने, छात्रवृत्ति तथा अन्य प्रकारका अध्ययन अनुदान सम्बन्धी फाइदा प्राप्त गर्नको लागि समान अवसर उपलब्ध गराउने,

- ग) प्रौढ शिक्षा तथा कार्यगत साक्षर कार्यक्रम लगायतका निरन्तरीय शिक्षण कार्यक्रमहरूमा खास गरेर पुरुष तथा महिलाका बीचमा रहेको शैक्षिक अन्तरलाई शीघ्रताशीघ्र कम गर्ने लक्ष्य राख्ने, कार्यक्रममा सरिक हुन समान अवसर दिलाउने, पढाइ छाड्ने छात्राहरूको सङ्ख्यालाई घटाउने तथा अधकल्चैमा विद्यालय छाडेका बालिकाहरू तथा महिलाहरूको निमित्त शैक्षिक कार्यक्रमहरूको आयोजना गर्ने, खेलकुद तथा शारीरिक शिक्षामा सक्रिय रूपमा भाग लिन पाउने समान अवसर प्रदान गर्ने, परिवार नियोजन सम्बन्धी सूचना एवम् सल्लाह लगायत परिवारको स्वास्थ्य तथा समृद्धि सुनिश्चित गर्न सहायक हुने प्रकारको शैक्षिक जानकारी दिलाउने ।

धारा-११

१. राज्यपक्षहरूले रोजगारीको क्षेत्रमा महिलालाई पुरुषसरहको समानताको आधारमा समान हक सुनिश्चित गराउनको लागि महिला उपरका सबै प्रकारको भेदभाव निर्मूल गर्न आवश्यक कदम चाल्ने छन् र खास गरेर देहायका अधिकार प्राप्त सुनिश्चित गर्नेछन् :
- क. समस्त मानव प्राणीको अविच्छेद्य अधिकारको रूपमा काम गर्ने अधिकार दिलाउने,
- ख. रोजगारीमा नियुक्तिको लागि छनोट गरिँदा समान प्रक्रिया प्रयोग गरिने लगायत रोजगारीको समान अवसरको अधिकार,
- ग. स्वतन्त्र रूपमा पेसा तथा रोजगारी चयन गर्न पाउने अधिकार, बढुवा हुन पाउने, सेवाको सुरक्षा पाउने तथा सेवाका तमाम शर्तहरू एवम् फाइदाहरू उपभोग गर्न पाउने अधिकार, र सिकारु सुविधा लगायत व्यावसायिक तालिम तथा पुनर्तालिम पाउने, उच्च-व्यावसायिक तालिम तथा समय-समयमा तालिम पाउने अधिकार,
- घ. समान सुविधा सहितको समान पारिश्रमिक पाउने हक, समान मूल्यको कामको लागि समान व्यवहार पाउने हक तथा कामको गुणात्मक मूल्याङ्कन हुँदा समान व्यवहार पाउने हक,
- ङ. सामाजिक सुरक्षाको अधिकार, खास गरेर निवृत्त भएकोमा, बेरोजगारीमा, बिरामी परेकोमा, अशक्त भएकोमा तथा वृद्धावस्थामा र काम गर्न अन्य तवरबाट अशक्त भएको अवस्थामा समेत सामाजिक सुरक्षा पाउने अधिकार एवम् पूरा तलब सहित बिदा लिन पाउने अधिकार,
- च. प्रजनन पद्धतिको बचाउ हुने गरी स्वास्थ्यको संरक्षण पाउने हक एवम् कार्यस्थलमा सुरक्षाको अधिकार ।
२. विवाह वा मातृत्वको आधारमा महिला उपर हुने भेदभाव रोक्न तथा तिनीहरूको काम

- गर्ने अधिकारलाई सक्षमताका साथ उपलब्ध गराउन राज्य पक्षहरूले निम्न लिखित कुरामा उपयुक्त कदम चाल्ने छन् :
- क. नियन्त्रण व्यवस्थाको अधिनमा रही गर्भवती वा प्रसूति बिदाको आधारमा पदच्युत गर्न नपाउने तथा अन्य अवस्थामा पदच्युत गर्दा पनि वैवाहिक स्थितिको आधारमा भेदभाव गर्न नपाउने गरी प्रतिबन्ध लगाउने,
 - ख. भईरहेको नोकरीबाट वा वरिष्ठताबाट वा सामाजिक भत्ताबाट वञ्चित हुनु नपर्ने गरी पूरा तलब सहितको प्रसूति बिदा वा सोहीसरहको सामाजिक फाइदाहरू पाउने व्यवस्था प्रारम्भ गर्ने,
 - ग. बाबुआमाहरूलाई आफ्नो कार्यगत जिम्मेवारीका साथसाथै पारिवारिक दायित्व पनि निर्वाह गर्न सक्ने तथा सार्वजनिक जीवनमा सरिक हुन सक्ने तुल्याउन, खास गरेर बालस्याहार सुविधा प्रणालीको स्थापना गरेर एवम् विकास कार्यलाई प्रवर्द्धन गरेर आवश्यकीय सहायक सामाजिक सेवाहरूको व्यवस्थालाई प्रोत्साहन दिने,
 - घ. गर्भवती महिलालाई हानिकारक हुने भनी प्रमाणित भएका काममा लगाउन नपाउने गरी विशेष संरक्षण प्रदान गर्ने,
३. यस धारामा वर्णन गरिएका कुराहरूसँगै सम्बन्धित संरक्षणात्मक कानुनी व्यवस्थाहरूलाई तत्काल प्रचलित वैज्ञानिक तथा प्राविधिक ज्ञानका आधारमा समयसमयमा पुनरावलोकन गरिने छ र आवश्यकता अनुसार परिवर्तन वा खारेज वा विस्तृत गरिने छ ।

धारा-१२

१. राज्यपक्षहरूले महिलालाई परिवार नियोजनसँग सम्बन्धित कुराहरू लगायत स्वास्थ्यस्याहार सेवा सम्बन्धी कुरामा पुरुषसरह समानताको आधारमा उपलब्ध गराउन स्वास्थ्यक्षेत्रमा महिला उपर हुने भेदभाव निर्मूल गर्नको लागि सबै उपयुक्त कदमहरू चाल्नेछन् ।
२. यस धाराको प्रकरण १ मा जुनसुकै कुरा लेखिएको भए तापनि राज्यपक्षहरूले महिलालाई गर्भवती समय, प्रसूतिका समय तथा प्रसूतिपश्चात् अवधिका सम्बन्धमा चाहिँदो सेवाहरू, आवश्यकतानुसार निःशुल्क सेवासमेत एवम् गर्भवती समय तथा स्तनपानको समयमा पर्याप्त पोषण उपलब्ध गराउन आवश्यक व्यवस्था गर्नेछन् ।

धारा-१३

राज्यपक्षहरूले महिलालाई पुरुषसरह समानताको आधारमा समान प्रकारका अधिकारहरू, खास गरेर देहायका अधिकारहरू उपलब्ध गराउनको लागि आर्थिक तथा सामाजिक जीवनका अन्य क्षेत्रहरूमा महिला उपर हुने सबै प्रकारका भेदभाव निर्मूल गर्न सबै उपयुक्त कदमहरू चाल्ने छन् :

- क. पारिवारिक लाभ भोग्न पाउने अधिकार,
- ख. बैङ्कमा कर्जा पाउने, बन्धकी राख्ने तथा बैङ्कबाट अन्य प्रकारका आर्थिक ऋण प्राप्त गर्न पाउने अधिकार,
- ग. खेलकुद, मनोरन्जनका गतिविधि तथा सांस्कृतिक जीवनका समस्त पक्षहरूमा सहभागी हुन पाउने अधिकार ।

धारा-१४

१. राज्यपक्षहरूले गाउँले महिलाले भोगिरहेका खास समस्याहरू तथा ती गाउँले महिलाले परिवारको आर्थिक उन्नतिमा तथा विना मूल्यमा गरिएका आर्थिक योगदान लगायत आर्थिक व्यवस्थामा तिनीहरूले खेलेको महत्वपूर्ण भूमिकाप्रति ध्यान दिनेछन् र यस महासन्धिको व्यवस्थाहरू ती ग्रामीण क्षेत्रका महिलामा साकार गराउन सबै उपयुक्त कदमहरू चाल्नेछन् ।
२. राज्यपक्षहरूले, ग्रामीण क्षेत्रका महिलाले पुरुषसरह समानताको आधारमा ग्रामीण विकासमा सहभागी हुन पाऊन् र त्यसबाट पाउने फाइदा भोग्न पाऊन् भन्ने कुरा यकिन गर्नको लागि ग्रामीण क्षेत्रका महिला उपर हुने भेदभावलाई निर्मूल गर्न सबै प्रकारका कदमहरू चाल्नेछन् र खास गरेर त्यस्ता महिलालाई देहायका अधिकार उपलब्ध गराउनेछन् :
 - क. विकास योजनाको विस्तृतीकरण तथा कार्यान्वयनमा सबै तहमा भाग लिन पाउने,
 - ख. परिवार नियोजनका सूचना, सल्लाह र सेवा लगायत पर्याप्त स्वास्थ्य, स्याहार सुविधा पाउने,
 - ग. सामाजिक सुरक्षा कार्यक्रमबाट प्रत्यक्ष लाभ प्राप्त गर्ने,
 - घ. कार्यगत साक्षरता लगायत सबै प्रकारको औपचारिक तथा अनौपचारिक तालिम तथा शिक्षा प्राप्त गर्ने एवम् अन्य कुराका अतिरिक्त उनीहरूको प्राविधिक क्षमता वृद्धि गराउनको लागि सबै सामुदायिक तथा विस्तार सेवाहरूबाट फाइदा प्राप्त गर्ने,
 - ङ. रोजगारी तथा आत्म रोजगारीद्वारा आर्थिक अवसरहरूमा समानरूपले भागिदार हुनको लागि स्वावलम्बन समूहहरू तथा साभ्ना संस्थाहरू गठन गर्न पाउने,
 - च. समस्त सामुदायिक क्रियाकलापहरूमा भाग लिने,
 - छ. कृषि कर्जा तथा ऋण, बजार सुविधा उपयुक्त प्रविधि प्राप्त गर्न सक्ने तथा भूमि सम्बन्धी र कृषि सुधार एवम् जग्गाजमिनको पुनर्व्यवस्था योजना सम्बन्धी समान प्रकारको व्यवहार पाउने,
 - ज. जीवनयापनका उपयुक्त अवस्थाहरू खास गरेर आवास, फोहोरमैलाको सफाइ, विद्युत् तथा खानेपानीको व्यवस्था, यातायात तथा सञ्चार सम्बन्धी व्यवस्थाहरू उपभोग गर्न पाउने ।

भाग-४

धारा-१५

राज्यपक्षहरूले महिलालाई कानुनको दृष्टिमा पुरुष सरहको समानता प्रदान गर्नेछन् ।

राज्यपक्षहरूले महिलालाई देवानी मामिलामा पुरुष सरहको कानुनी प्रदान गर्नेछन् र त्यस्तो समर्थता उपभोग गर्न पाउने समान अवसर प्रदान गर्नेछन् । खास गरेर उनीहरूले महिलालाई करार गर्न पाउने तथा सम्पत्ति सन्चालन गर्न पाउने समान अधिकार प्रदान गर्नेछन् तथा अदालत तथा न्यायाधिकरण समक्ष हुने कार्यविधिको सबै अवस्थामा समान व्यवहार गर्नेछन् ।

महिलाको कानुनी समर्थतालाई नियन्त्रण गर्ने प्रकारका कानुनी मान्यता प्राप्त भएका कुनै पनि किसिमका करार तथा तमाम निजामती लिखतहरू बदर हुनेछन् तथा गैरकानुनी मानिने छ भन्ने कुरा राज्यपक्षहरूले मन्जुर गर्दछन् ।

व्यक्तिको घुमफिर गर्न पाउने अधिकार तथा आफ्नो वासस्थान एवम् वासभूमि छान्न पाउने स्वतन्त्रता सम्बन्धी कानुनमा पुरुष तथा महिलालाई समान अधिकार प्रदान गर्न राज्यपक्षहरू मन्जुर गर्दछन् ।

धारा-१६

राज्यपक्षहरूले विवाह तथा पारिवारिक सम्बन्ध बारेका कुराहरूमा महिला उपरको भेदभाव निर्मूल गर्न सबै उपयुक्त कदमहरू चाल्ने छन् तथा खास गरेर देहायका व्यवस्था पुरुष तथा महिलामा समानताको आधारमा सम्पादन गराउने छन्:

- क. विवाह गर्ने समान अधिकार हुने,
- ख. आफ्नो जीवनसँगी स्वतन्त्र तवरले छान्न पाउने तथा उनीहरूको स्वतन्त्र र पूर्ण सहमतिमा मात्र विवाह हुने गरी समान अधिकार दिलाउने,
- ग. विवाहपर्यन्त तथा विवाह-विच्छेद पश्चात्को अवस्थामा समान अधिकार तथा दायित्व दिलाउने,
- घ. विवाहको स्थिति जेजस्तो रहे तापनि बालबच्चा सम्बन्धी कुराहरूमा बाबुआमा दुवैलाई समान अधिकार तथा दायित्व दिलाउने, यस कुरामा सदैव बालबालिकाको हितलाई सर्वोपरि ध्यान दिने,
- ङ. आफ्नो बालबच्चाको सङ्ख्या तथा तिनीहरूको जन्मान्तरको सम्बन्धमा स्वतन्त्र एवम् जिम्मेवारीपूर्वक निर्णय गर्न पाउने समान अधिकार हुने तथा ती अधिकारहरू प्रभावकारी ढङ्गबाट उपभोग गर्न सक्ने तुल्याउन जो चाहिने जानकारी, शिक्षा तथा साधन उपलब्ध गराउने,

- च. बालबालिकाको संरक्षकत्व, संरक्षितपना, गुठियारको हैसियत तथा दत्तक ग्रहण गर्ने सम्बन्धमा अथवा कुनै मुलुकको राष्ट्रिय कानुनी व्यवस्थामा यो कुरा लागू रहेछ भने त्यस्ता संस्थाको सम्बन्धमा महिलालाई पनि समान अधिकार तथा जिम्मेवारी दिलाउने, यस कुरामा सदैव बालबालिकाको हितलाई सर्वोपरि ध्यान दिने,
- छ. कुनै पनि पारिवारिक नाम, पेसा तथा वृत्तिचयन गर्न पाउने अधिकार लगायत पति तथा पत्नीको रूपमा दुवैमा समान वैयक्तिक अधिकार दिलाउने,
- ज. सम्पत्तिको सम्बन्धमा निःशुल्क वा सशुल्क रूपमा स्वामित्व, प्राप्ति, बन्दोबस्त, प्रशासन, उपभोग तथा बेचबिखन गर्न पाउने गरी पतिपत्नी दुवैलाई समान अधिकार दिलाउने ।
- झ. बालकको वैवाहिक वाग्दानको र बाल-विवाहको कुनै पनि कानुनी मान्यता हुनेछैन । विवाह गर्ने न्यूनतम उमेर निर्धारण गर्ने कानुनी लगायत सबै आवश्यक व्यवस्था गरिने छ र औपचारिक विवाहदर्ता किताबमा विवाहदर्ता गर्न अनिवार्य गरिने छ ।

भाग-५

धारा-१७

- यस महासन्धिको कार्यान्वयन सम्बन्धी प्रगतिको लेखाजोखा गर्नको लागि यो महासन्धिको व्यवस्था गरेका कुराहरूको सम्बन्धमा उच्च नैतिक मर्यादा तथा क्षमता भएका विशेषज्ञहरूमध्येबाट यो महासन्धि प्रारम्भ हुने बित्तिकै अठार जना र यो महासन्धिलाई पैँतीसौँ राज्यपक्षले अनुमोदन वा सम्मिलन गरेपछि तेईस जना विशेषज्ञहरू भएको एउटा “महिलाविरुद्ध भेदभाव निर्मूलन समिति” (यसपछि “समिति” भनिएको) गठन गरिने छ । यी विशेषज्ञहरू समानुपातिक भौगोलिक वितरण पद्धति अनुसार तथा भिन्नभिन्न सभ्यताको एवम् प्रमुख कानुनी प्रणालीको प्रतिनिधित्व हुने गरी राज्यपक्षहरूले आ-आफ्ना जनताहरूबाट निर्वाचित गर्नेछन् र तिनीहरूले व्यक्तिगत हैसियतमा काम गर्नेछन् ।
- राज्यपक्षहरूबाट मनोनित व्यक्तिहरूको सूचीबाट गोप्य मतपत्रको तरिकाबाट समितिका सदस्यहरू निर्वाचित हुनेछन् । प्रत्येक राज्यपक्षले आफ्ना नागरिकहरूमध्ये एक जना व्यक्तिमात्र मनोनित गर्न पाउने छन् ।
- यो महासन्धि प्रारम्भ भएको मितिले ६ महिनापछि प्रारम्भिक निर्वाचन हुनेछ । प्रत्येक निर्वाचन हुने मितिभन्दा कम्तीमा ३ महिनाअगावै संयुक्त राष्ट्रसङ्घको महामन्त्रीले राज्यपक्षहरूलाई आ-आफ्ना मनोनयनपत्रहरू दुई महिनाभित्र दाखिला गर्न आह्वान गर्दै पत्र पठाउनेछन् । महामन्त्रीले प्राप्त मनोनयनहरूको आधारमा मनोनयन गर्ने राज्यपक्षहरूको नाम समेत जनाई वर्णानुक्रम अनुसारको एउटा सूची बनाउने छन् र सो

सूची राज्य पक्षहरूलाई पठाउने छन् ।

४. समितिका सदस्यहरूको निर्वाचन संयुक्त राष्ट्रसङ्घको प्रधान कार्यालयमा महामन्त्रीले आयोजना गरेका राज्यपक्षहरूको बैठकमा हुनेछ । यस बैठकको लागि दुईतिहाई राज्यपक्षहरूको उपस्थितिलाई गणपूरक सङ्ख्या पुगेको मनिनेछ । बैठकमा उपस्थित भई मतदान गर्ने राज्य पक्षहरूका प्रतिनिधिहरूको स्पष्ट बहुमत प्राप्त गरी सबैभन्दा बढी मत प्राप्त गर्ने त्यस्ता मनोनित व्यक्तिहरू नै समितिको सदस्यमा निर्वाचित भएको मानिने छ ।
५. समितिका सदस्यहरू चार वर्षको लागि निर्वाचित हुनेछन् । पहिलो निर्वाचनमा निर्वाचित सदस्यहरूमध्ये नौ जनाको पदावधि दुई वर्षमा समाप्त हुनेछ । पहिलो निर्वाचन भएको लगत्तैपछि समितिका अध्यक्षले त्यस्ता नौ जना सदस्यहरूको नाम गोला प्रथाद्वारा छुट्टयाउनेछन् ।
६. समितिका पाँच जना अतिरिक्त सदस्यहरूको निर्वाचन पैँतीसौँ अनुमोदन वा सम्मिलन प्राप्त भएपछि यसै धाराको प्रकरण २, ३ र ४ मा भएका व्यवस्थाहरू अनुसार गरिने छ । यस पटक निर्वाचित अतिरिक्त सदस्यहरूमध्ये दुई जना सदस्यहरूको पदावधि दुई वर्ष पूरा भएपछि समाप्त हुनेछ । त्यस्ता दुई जना सदस्यहरूको नाम समितिका अध्यक्षले गोला प्रथाद्वारा छानेबमोजिम हुनेछ ।
७. बीचमा पर्न आउने रिक्तताको पूति गर्दा जुन राज्य पक्षको विशेषज्ञले सो समितिको सदस्यताको रिक्तता सिर्जना गरेको हो सोही राज्य पक्षले समितिको स्वीकृति प्राप्त गरी आफ्ना नागरिकहरूमध्ये बाट अर्को विशेषज्ञ नियुक्त गर्नेछ ।
८. समितिका सदस्यहरूले समितिको कामको महत्वलाई ध्यानमा राखी महासभाले निर्धारण गरिदिएबमोजिमको शर्त तथा व्यवस्था अनुसार महासभाबाट स्वीकृत भएबमोजिम संयुक्त राष्ट्रसङ्घको स्रोतबाट पारिश्रमिक प्राप्त गर्नेछन् ।
९. यस महासन्धि अनुसार समितिले गर्नुपर्ने कामको प्रभावकारी कार्यान्वयनको लागि संयुक्त राष्ट्रसङ्घको महामन्त्रीले आवश्यक कर्मचारी र सुविधाहरू उपलब्ध गराउनेछन् ।

धारा-१८

१. राज्य पक्षहरूले यो महासन्धिको व्यवस्थाहरूको कार्यान्वयनको लागि अपनाइएका व्यवस्थापिका, न्यायिक, प्रशासकीय तथा अन्य कदमहरू सम्बन्धी तथा यससम्बन्धमा

भएका प्रगतिबारेको प्रतिवेदन समितिको विचारार्थ देहायका अवधिहरूमा संयुक्त राष्ट्रसङ्घको महामन्त्रीमा पेस गर्ने कबूल गर्दछन् :
क. सम्बन्धित राज्यका हकमा प्रारम्भ भएको मितिले एक वर्षभित्र,
ख. तत्पश्चात् कमसेकम प्रत्येक चार वर्षमा तथा समितिले अनुरोध गरेको समयमा ।

२. प्रतिवेदनमा यो महासन्धिको दायित्वहरू पूरा गर्नमा व्यवधान पार्ने तत्वहरू तथा अवरोधहरूसमेत उल्लेख गर्न सकिने छ ।

धारा-१९

१. समितिले आफ्नो कार्यविधि सम्बन्धी नियमहरू आफै निर्धारण गर्नेछ ।
२. समितिले आफ्ना पदाधिकारीहरू दुई वर्षको पदावधिको लागि आफै छान्नेछ ।

धारा-२०

१. यस महासन्धिको धारा १८ अनुसार पेस गरिएका प्रतिवेदनहरू उपर विचारविमर्श गर्नको लागि समितिको बैठक प्रत्येक वर्ष साधारणतया दुई हप्ता ननाघ्ने गरी बस्नेछ ।
२. समितिको बैठक साधारणतया संयुक्त राष्ट्र सङ्घको प्रधान कार्यालयमा वा समितिले निर्धारण गरेको अन्य कुनै उपयुक्त ठाउँमा बस्ने छ ।

धारा-२१

१. समितिले आफूले गरेको कामको सम्बन्धमा प्रत्येक वर्ष आर्थिक तथा सामाजिक परिषद् मार्फत संयुक्त राष्ट्रसङ्घको महासभामा प्रतिवेदन पेस गर्नेछ र राज्य पक्षहरूबाट प्राप्त प्रतिवेदनहरू तथा जानकारीहरूसम्बन्धमा गरिएको जाँचबुझको आधारमा समितिले आफ्नो सुझाव तथा साधारण सीफरिसहरू गर्न सक्नेछ । यस्ता सुझावहरू तथा साधारण सीफरिस र त्यसको सम्बन्धमा राज्य पक्षहरूबाट कुनै टीकाटिप्पणी प्राप्त भएको भए सो समेत समितिको प्रतिवेदनमा संलग्न गरिनेछ ।

धारा-२२

विशेषज्ञ संस्थाहरूको कार्यक्षेत्रभित्र पर्न आउने यस महासन्धिका व्यवस्थाहरूको कार्यान्वयनको सम्बन्धमा विचार विमर्श गरिँदा तिनीहरूलाई पनि प्रतिनिधित्व हुन पाउने अधिकार हुनेछ । समितिले ती विशेषज्ञ संस्थाहरूको कार्यक्षेत्रभित्र पर्न आउने कुराहरूका सम्बन्धमा महासन्धिको कार्यान्वयनबारेमा प्रतिवेदन पेस गर्न तिनीहरूलाई आमन्त्रण गर्न सक्नेछ ।

भाग -६

धारा-२३

यस महासन्धिमा उल्लिखित कुनै कुराले पनि पुरुष तथा महिलाको बीचमा समानता कायम गर्नको लागि बढी सहायक हुने देहायका लिखतमा परेका कुनै पनि व्यवस्थामा असर पार्नेछैनः

- क. कुनै राज्य पक्षको कानूनमा रहेका वा
- ख. सो राज्यका सम्बन्धमा लागू रहेका अन्य कुनै अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धि, सन्धि वा सम्झौतामा रहेका ।

धारा-२४

यस महासन्धिद्वारा मान्यता प्रदान गरिएका अधिकारहरूको पूर्ण प्राप्तिको लागि लक्षित समस्त आवश्यकीय कार्यहरू राष्ट्रिय तहमा कार्यान्वयन गर्न राज्य पक्षहरू कबूल गर्दछन् ।

धारा-२५

१. यो महासन्धि सबै राज्यहरूबाट हस्ताक्षर हुनको लागि खुला रहने छ ।
२. यो महासन्धिको जिम्मावालको रूपमा संयुक्त राष्ट्रसङ्घको महामन्त्रीलाई तोकिएको छ ।
३. यो महासन्धिमा अनुमोदनको प्रक्रिया अपनाउनुपर्ने छ । अनुमोदनका लिखतहरू संयुक्त राष्ट्रसङ्घका महामन्त्री समक्ष दाखिला गर्नुपर्ने छ ।
४. यो महासन्धि कुनै पनि राज्यद्वारा सम्मिलनको लागि खुला रहने छ । सम्मिलन सम्बन्धी लिखत संयुक्त राष्ट्र सङ्घका महामन्त्री समक्ष दाखिल गरिएपछि सो राज्य सम्मिलित भएको मानिने छ ।

धारा-२६

१. यस महासन्धिमा संशोधन गर्नको लागि कुनै पनि राज्य पक्षले कुनै पनि समयमा संयुक्त राष्ट्रसङ्घका महामन्त्रीलाई सम्बोधन गरी लिखित सूचना दिएर अनुरोध गर्न सक्नेछ ।
२. यसप्रकारको अनुरोध भएकोमा केकस्तो कारवाही गर्ने भन्ने कुरा संयुक्त राष्ट्रसङ्घको महासभाले निर्णय गरेबमोजिम हुनेछ ।

धारा-२७

१. यो महासन्धि यसको अनुमोदन वा सम्मिलन गर्ने गरी बीसौं लिखत संयुक्त राष्ट्र सङ्घको महामन्त्रीकहाँ दाखिल भएको मितिले तीसौं दिनदेखि लागू हुनेछ ।
२. यस महासन्धिको अनुमोदन वा सम्मिलन गर्ने बीसौं लिखत दाखिल भईसकेपछि यसको अनुमोदन वा सम्मिलन गर्ने अन्य प्रत्येक राज्यको हकमा सो राज्यले आफ्नो अनुमोदनको वा सम्मिलनको लिखत दाखिला गरेको मितिले तीसौं दिनदेखि प्रारम्भ हुनेछ ।

धारा-२८

१. अनुमोदन वा सम्मिलन गर्दाको अवस्थामा कुनै राज्यले यस महासन्धिको सम्बन्धमा आफ्नो सुरक्षण राख्ने भएमा त्यस्तो सुरक्षण सम्बन्धी लिखत संयुक्त राष्ट्रसङ्घका महामन्त्रीकहाँ दाखिल गर्नेछन् र त्यस्तो लिखतको व्यहोरा निजले सबै राज्यहरूलाई उपलब्ध गराउनेछन् ।
२. यस महासन्धिको उद्देश्य तथा प्रयोजनसँग मेल नखाने सुरक्षणलाई अनुमति दिइनेछैन ।
३. सुरक्षणलाई फिर्ता लिइने भएमा संयुक्त राष्ट्रसङ्घका महामन्त्रीलाई तत् सम्बन्धी सूचना दिई सुरक्षण फिर्ता लिन सकिने छ । निजले उक्त कुराको सूचना सबै राज्यहरूलाई दिनेछन् ।

यसप्रकारको सूचना महामन्त्रीलाई प्राप्त भएको मितिदेखि क्रियाशील हुनेछ ।

धारा-२९

१. यस महासन्धिको व्याख्या वा प्रयोगको सम्बन्धमा कुनै दुई वा बढी राज्य पक्षहरूका बीच उठेको कुनै विवाद आपसी वार्तालापबाट समाधान हुन नसकेमा तिनीहरूमध्ये कसैको अनुरोध भएमा मध्यस्थताको लागि पेस गरिनेछ । मध्यस्थताको लागि अनुरोध भएको मितिले छ महिनाभित्रसम्म पनि मध्यस्थताको सँगठनबारे पक्षहरू मन्जुर हुन नसकेमा त्यस्ता पक्षहरूमध्ये कुनै एक पक्षले सो विवाद अन्तर्राष्ट्रिय न्यायालयमा सो न्यायालयको कानून अनुसार दरखास्त दिई प्रस्तुत गर्न सक्नेछन् ।
२. यस सन्धिपत्रमा हस्ताक्षर वा अनुमोदन गर्दाको वा सम्मिलन गर्दाको अवस्थामा प्रत्येक राज्य पक्षले यो धाराको प्रकरण १ बाट आफू आवद्ध छैन भन्ने कुराको घोषणा गर्न सक्ने छ । यस प्रकारको सुरक्षण राख्ने राज्य पक्षसँग सो प्रकरणमा लेखिएका कुराको सम्बन्धमा अरु राज्य पक्षहरू आवद्ध हुनेछैनन् ।

३. यस धाराको प्रकरण २ अनुसार सुरक्षण राख्ने कुनै राज्य पक्षले त्यस्तो सुरक्षण संयुक्त राष्ट्रसङ्घको महामन्त्रीलाई सूचना दिई कुनै पनि बखतमा फिर्ता लिन सक्नेछ ।

धारा-३०

१. यो महासन्धिको अरबी, चिनियाँ, अङ्ग्रेजी, फ्रान्सेली, रुसी र स्पेनिया भाषाका मूल पाठहरू समानरूपमा आधिकारिक मानिने छन् र ती सबै प्रतिहरू संयुक्त राष्ट्र सङ्घका महामन्त्रीको जिम्मामा राखिनेछन् ।
२. यस कुराको साक्षीको रूपमा अधिकार प्राप्त तलका हस्ताक्षरकारीहरूले यस महासन्धिमा हस्ताक्षर गरेका छन् ।

सत्र ४ : विषयबस्तु (क) लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा कार्ययोजना, प्रजनन स्वास्थ्य नीति

लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा विरुद्ध नेपाल सरकार स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयद्वारा सन् २०१० मा तयार पारिएको राष्ट्रिय कार्ययोजना

(क) लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको वर्ष सन् २०१०

लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध गठित अन्तर मन्त्रालयस्तरीय समितिले लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध राष्ट्रिय कार्ययोजना २०१० कार्ययोजनाको प्रारम्भिक मस्यौदा तयार गरेको थियो । नागरिक समाजका प्रतिनिधि, विभिन्न राष्ट्रिय र अन्तराष्ट्रिय गैससहरू, निजी क्षेत्र र सञ्चार माध्यमहरूको परामर्शबाट यस मस्यौदालाई अन्तिम रूप दिइएको छ ।

लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको राष्ट्रिय कार्ययोजनाले रणनीतिक कार्यक्षेत्र पहिचान गरेको छ र बहु सांस्कृतिक एवम् बहु आयामिक तौरतरिकाहरू प्रयोग गरी यसलाई कार्यान्वयनमा लगिने छ । यसको दीर्घकालीन लक्ष्य (जसलाई सन् २०१० का उद्देश्यहरूले योगदान पुऱ्याउछ) महिला, पुरुष, केटी एवम् केटाहरूले आफ्नो सम्भावना पूर्णरूपमा उपयोग गर्न सक्ने एवम् सम्मानित जीवन जिउने लैङ्गिक हिंसा मुक्त नेपाल रहेको छ । यस कार्ययोजनाको उद्देश्य सन् २०१० का लागि सरकारको अभिप्राय समेटिएको एकल नीतिगत दस्तावेजमा प्रस्तुत गर्नु हो । यस कार्य योजनाले ६ वटा उद्देश्य एवम् निर्दिष्ट क्रियाकलापहरू समेटेको छ ।

(क) लैङ्गिक हिंसा सम्बोधनले निम्न उद्देश्यहरू समेटेको छ

- कानून एवम् संस्थागत सुधार र लैङ्गिक हिंसाबाट प्रभावितहरूको न्यायमा पहुँच सुनिश्चित गर्ने ।
- लैङ्गिक हिंसाबाट प्रभावितहरूलाई संरक्षण प्रदान गर्न समुदायमा आधारित एवं गाँउस्तरीय घुम्ती सेवाहरू स्थापना एवम् सुदृढ गर्ने ।
- लैङ्गिक हिंसालाई प्रभावकारी एवम् दक्षरूपले सम्बोधन गर्न स्वास्थ्य क्षेत्रलाई सुदृढ गर्ने ।

(ख) लैङ्गिक हिंसाको नियन्त्रणले निम्न उद्देश्यहरू समेटेको छ

- लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध प्रमाणमा आधारित जनचेतना जगाउने र शून्य सहनशीलता प्रवर्द्धन गर्ने ।
- लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध लड्न महिला तथा केटीहरूको आर्थिक एवम् सामाजिक सशक्तीकरणका लागि सहजीकरण गर्ने ।
- योजना कार्यान्वयनमा संलग्न सरोकारवालाहरूबीच समन्वय, सञ्चार र अनुगमन कार्यको सुनिश्चित गर्ने

उद्देश्य १) लैङ्गिक हिंसाबाट प्रभावितहरूको न्यायमा पहुँच सहज बनाउन कानुनी तथा संस्थागत सुदृढीकरण र कानूनको कार्यान्वयन भएको सुनिश्चित गर्ने ।

रणनीति १. लैङ्गिक हिंसा नियन्त्रणका लागि नीति, कानून र संस्थागत ढाँचा निर्माण, पुनरावलोकन तथा सुधार गर्ने ।

रणनीति २. न्यायको माग गर्न लैङ्गिक हिंसाबाट प्रभावितहरूका आवाजलाई सुदृढ गर्ने ।

रणनीति ३. लैङ्गिक संवेदनशील भई कानूनहरूको कार्यान्वयन गर्न सेवा प्रदायकहरूको क्षमता विकास गर्ने ।

रणनीति ४. लैङ्गिक हिंसा सम्बन्धी उजुरी व्यवस्थालाई प्रभावकारी रूपमा संचालन गर्न उजुरी व्यवस्थापन, सम्बोधन तथा अनुगमन संयन्त्र स्थापना गर्ने ।

उद्देश्य २) लैङ्गिक हिंसाबाट प्रभावितहरूको सुरक्षाको लागि समुदायमा आधारित र ग्रामिण स्वास्थ्य सेवाहरू सुदृढीकरण र संचालन गर्ने ।

रणनीति ५. लैङ्गिक हिंसाबाट प्रभावितहरूको बचाउ एवम् सुरक्षा प्रदान गर्न आवश्यक भएका स्थानमा समुदायमा आधारित सेवा केन्द्र स्थापना/सुदृढीकरण र संचालन गर्ने ।

रणनीति ६. लैङ्गिक हिंसालाई सम्बोधन गर्न जिल्ला एवम् सोभन्दा मुनिका तहहरूमा चालू खर्चहरू परिचालन तथा संस्थागत गर्ने ।

उद्देश्य ३) लैङ्गिक हिंसालाई प्रभावकारी र दक्षतापूर्ण ढङ्गले सम्बोधन गर्न स्वास्थ्य क्षेत्र सुदृढीकरण गर्ने ।

रणनीति ७. सबै सरकारी स्वास्थ्य संस्थाहरूमा लैङ्गिक हिंसा सम्बन्धी मुद्दाहरूका लागि स्वास्थ्य सेवा लैङ्गिक संवेदनशील भई कानूनहरूको कार्यान्वयन गर्न सेवा प्रदायकहरूको क्षमता विकास गर्ने । स्थापना तथा अभिवृद्धि गर्ने ।

रणनीति ८. लैङ्गिक हिंसालाई सम्बोधन गर्न सार्वजनिक निजी र नागरिक समाजको साभदारी सुदृढीकरण गर्ने र प्रभावकारी कार्यान्वयन प्रक्रिया स्थापित गर्ने ।

रणनीति ९. स्वास्थ्य सेवा प्रदायकहरूको क्षमता अभिवृद्धि गर्ने ।

उद्देश्य ४) विभिन्न तहका नागरिकको लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध चेतना अभिवृद्धि गर्ने र शून्य सहनशीलतालाई प्रवर्द्धन गर्ने ।

रणनीति १०. सबै तहमा आचारसंहिताको विकास र कार्यान्वयनको सुनिश्चित गर्ने ।

रणनीति ११. समुदायदेखि राष्ट्रिय स्तरसम्म हिंसा विरुद्ध शून्य सहनशीलता एवम् लैङ्गिक समानता सम्बन्धी चेतनामूलक अभियान संचालन गर्ने ।

रणनीति १२. महिला र केटी विरुद्ध हुने हिंसा नियन्त्रण गर्न पुरुष तथा केटासँग काम गर्ने ।

रणनीति १३. लैङ्गिक हिंसा सम्बन्धी खण्डीकृत तथ्यांक र तथ्यहरू संकलनका लागि संयन्त्र स्थापना गर्ने ।

रणनीति १४. लैङ्गिक हिंसा अन्त्य गर्न विद्यालयहरूमा विशेष कार्यक्रम संचालन गर्ने ।

उद्देश्य ५) लैङ्गिक हिंसाको जोखिममा रहेका महिला तथा केटीहरूलाई व्यवहारिक सामाजिक आर्थिक सहयोग गर्ने ।

रणनीति १५. हिंसालाई प्रतिरोध गर्न महिला तथा केटीहरूको सामुहिक क्षमता अभिवृद्धि गर्ने ।

रणनीति १६. महिलाहरू विशेष गरी लैङ्गिक हिंसाको जोखिममा रहेकाहरूको आर्थिक अवस्था सुदृढीकरण गर्ने

रणनीति १७. लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध वर्ष २०१० को लागि तयारी तथा समन्वय समिति गठन गर्ने ।

रणनीति १८. लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध वर्ष २०१० मनाउन वार्षिक कार्यक्रम तर्जुमा गर्ने ।

रणनीति १९. लैङ्गिक हिंसा विरुद्ध वर्ष २०१० कार्यक्रम कार्यान्वयनको स्थितिका बारेमा अनुगमन

माथिका रणनीति र उद्देश्यहरू अनुसार विषयगत मन्त्रालयहरूले आफ्ना योजनाहरूमा लैङ्गिक हिंसा सम्बोधन गर्नका लागि विभिन्न गतिविधिहरू संचालन गर्ने प्रतिवद्धता गरेको छ । यी

कार्ययोजना अनुरुपका गतिविधहरू संचालन गर्नको लागि विभिन्न संघ संस्था तथा राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय संस्थाहरूसंगको सहकार्य र सहयोगमा लिने भनिएको छ ।

स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय

उद्देश्य २. लैङ्गिक हिंसाबाट प्रभावितहरूको सुरक्षाको लागि समुदायमा आधारित र ग्रामीण स्वास्थ्य सेवाहरू सञ्चालन तथा सुदृढीकरण गर्ने

- लैङ्गिक हिंसाबाट प्रभावितहरूको बचाउ एवं सुरक्षा प्रदान गर्न आवश्यक भएका स्थानमा समुदायमा आधारित सेवा केन्द्र स्थापना/सुदृढीकरण र सञ्चालन गर्ने ।
- जिल्ला सेवा केन्द्र एवं सामुदायिक सेवा केन्द्रमा रहेका लैङ्गिक हिंसाबाट प्रभावितहरूलाई जिल्ला स्तरका सेवाप्रदायकहरूले एकीकृत उपचार तथा सहयोग पुर्याइ रहेको बारेमा अनुगमन गर्ने ।
- बहुक्षेत्रीय सेवा केन्द्रहरूसँग समन्वय गर्ने । क्षेत्रीय स्वास्थ्य निर्देशनालय तथा जिल्ला स्वास्थ्य/ जनस्वास्थ्य कार्यालयहरूलाई हिंसाबाट प्रभावित भएका इलाकाहरू पहिचान गरी जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरी निरन्तर अनुगमन गर्न लगाउने ।

उद्देश्य ३. लैङ्गिक हिंसालाई प्रभावकारी र दक्षतापूर्ण ढङ्गले सम्बोधन गर्न स्वास्थ्य क्षेत्र सुदृढीकरण गर्ने ।

- सबै सरकारी स्वास्थ्य संस्थाहरूमा लैङ्गिक हिंसासम्बन्धी मुद्दाहरूका लागि स्वास्थ्य सेवा स्थापना तथा अभिवृद्धि गर्ने ।
- जिल्ला अस्पतालहरूमा लैङ्गिक हिंसाको लागि एउटा छुट्टै एकद्वार संकट केन्द्र स्थापना गर्ने यस डेस्कले आवश्यकता अनुसार भौतिक स्वास्थ्य सेवा, मनोवैज्ञानिक परामर्शका लागि विभिन्न निकायसँग समन्वय गरी प्रेषण एवं प्रेषण सेवाको व्यवस्था मिलाउने र यसले संकट सम्बोधन केन्द्रका रूपमा कार्य गर्ने प्रत्येक जिल्ला अस्पतालहरूमा लैङ्गिक हिंसाविरुद्ध काम गर्ने फोकल व्यक्ति तोक्न पत्राचार गर्ने ।
- जिल्ला अस्पतालहरूमा एकद्वार संकट केन्द्र (One stop crisis center) स्थापना गर्ने र संकट केन्द्रले गर्ने कार्यहरू तोक्ने ।
- सबै स्वास्थ्य सेवा प्रदायकहरूले एकद्वार संकट केन्द्र (one stop crisis centre) को व्यवस्था गर्ने
- सेवा सम्बन्धी आधारभूत तालिम प्राप्त र स्कीनिङ्ग एवं प्रेषण कार्यमा दक्ष भएको कुरा

- सुनिश्चित गर्ने
- राष्ट्रिय स्वास्थ्य तालिम केन्द्र मार्फत हरेक क्षेत्रीय स्वास्थ्य निर्देशनालयहरूलाई जिल्ला अस्पतालले तोकेका फोकल व्यक्ति, मे.अ./ क्षेत्रीय निर्देशक वा प्रतिनिधिलाई तालिम/ अभिमुखीकरण को व्यवस्था गर्न लगाउने ।
- निजी अस्पताल तथा सामुदायिक अस्पतालमा लैङ्गिक हिंसासम्बन्धी मुद्दालाई सम्बोधन गर्न
- तालिमप्राप्त मानव स्रोत अनिवार्य उपलब्ध हुनुपर्ने कुराको सुनिश्चित गर्ने ।
- हरेक क्षेत्र अन्तर्गत रहेका निजी र सामुदायिक अस्पतालहरूलाई पनि तालिमको व्यवस्था गर्न क्षेत्रीय निर्देशनालयलाई पत्राचार गर्ने ।
- लैङ्गिक हिंसासम्बन्धी मुद्दाहरूमा उपचार र सहयोग गर्न स्वास्थ्यकर्मीहरूको लागि प्रोटोकल र (मार्गदर्शन) तयार भइसकेको (MOHP/ UNFPA)
- लैङ्गिक हिंसालाई सम्बोधन गर्न सार्वजनिक निजी र नागरिक समाजको साभेदारी सुदृढीकरण गर्ने र प्रभावकारी कार्यान्वयन प्रक्रिया स्थापित गर्ने ।
- घुम्ती स्वास्थ्य सेवा, स्वास्थ्यकर्मीको रूपमा प्रमाणित स्थानीय स्रोतव्यक्तिको परिचालन जस्ता वैकल्पिक उपायहरूका माध्यमबाट तुलनात्मकरूपमा जिल्ला, इलाका एवं गाउँस्तरमा राम्रो स्वास्थ्य सेवा भएको सुनिश्चित गर्ने इलाका स्वास्थ्य चौकी, उप-स्वास्थ्य चौकी र गाउँघर क्लिनिकहरूसम्म कार्यक्रम विस्तार गर्ने ।
- सामुदायिक महिला र पुरुषका लागि लैङ्गिक हिंसालाई सम्बोधन गर्न ल्याइएका कार्यक्रम र सेवाबारे जानकारी गराउन विगतमा विभिन्न प्रयासहरूबाट विकसित/सहजीकरण गरिएका विभिन्न सामाजिक समूहका सञ्जालहरू (जस्तै: मुस्लिम, दलित, जनजाति सामुदायिक समूहहरू, उपभोक्ता समूहहरू) लाई परिचालन गर्ने लैङ्गिक समानता तथा सामाजिक समावेशीकरण रणनीति तयार भैसकेको हुँदा सो अनुरूप कार्यान्वयन गराउने ।

(ख) तीन वर्षीय अन्तरिम स्वास्थ्य योजना (२०६४/६५-२०६६/६७) र महिला स्वास्थ्य

- प्राथमिक स्वास्थ्य सेवाको सिद्धान्तलाई निरन्तरता दिई प्रतिरोधात्मक, निदानात्मक, प्रवर्द्धनात्मक, उपचारात्मक स्वास्थ्य सेवाहरू सञ्चालन । साथै शल्य चिकित्सा, सुरक्षित मातृत्व (प्रजनन र यौन स्वास्थ्य, पाठेघर खस्ने आदि) र सङ्क्रामक रोग नियन्त्रणमा थप जोड ।
- जोखिमपूर्ण गर्भवती महिलालाई प्राथमिकता दिई विशेष सेवा सञ्चालन । बाल्यावस्था, गर्भावस्था र गर्भवती आमाहरूमा हुने कुपोषण सम्बन्धी कार्यक्रम सञ्चालन ।
- जिल्ला अस्पतालमा स्त्री रोग विशेषज्ञ (डाक्टर) को व्यवस्था क्रमशः बढाउनमा जोड ।
- परिवार नियोजनका साधनहरूको आपूर्तिको साथै आकस्मिक गर्भनिरोध र सुरक्षित गर्भपतन, सुत्केरीपश्चात् चाहिने सरसामानमा कमी आउन नदिन प्रजनन स्वास्थ्य सामग्री सुरक्षा रणनीति

कार्यान्वयनमा जोड ।

- प्रजनन र यौन स्वास्थ्य तथा पाठेघर खस्ने समस्याको उपचार तथा रोकथाम कार्यक्रमलाई प्रभावकारी रूपमा कार्यान्वयन गर्न परिवार स्वास्थ्य महाशाखा अन्तर्गत पाठेघर खस्ने रोकथाम कार्यक्रम शाखाको स्थापना गरी यस कार्यक्रमलाई राष्ट्रिय कार्यक्रमको रूपमा विकास ।
- लैङ्गिक विभेदले गर्दा महिलामाथि हुने दुर्व्यवहार र यसबाट उत्पन्न हुने चोटपटकको समस्याको बारेमा अध्ययन गरी समस्याको व्यापकता र किसिमको पहिचान गरी यसको निवारणको लागि लैङ्गिक अभिमुखीकरण रणनीति तयार गरी सरोकारवालाहरूसँग समन्वयात्मक रूपमा कार्यक्रम सञ्चालन ।
- सामाजिक, आर्थिक रूपले विपन्न व्यक्ति, महिला, आदिवासी, जनजाति, दलित, मुस्लिम समुदाय, ज्येष्ठ नागरिक तथा अपाङ्ग भएका व्यक्तिको स्वास्थ्य सवर्द्धनलाई विशेष प्राथमिकता दिइनुका साथै नागरिकलाई आधारभूत स्वास्थ्य सेवा निःशुल्क रूपमा पाउने अधिकारलाई स्थापित र सुदृढीकरणमा जोड ।
- बाल्यावस्था, गर्भावस्था र गर्भवती आमाहरूमा हुने कुपोषण सम्बन्धी कार्यक्रम सञ्चालन

ग) राष्ट्रिय निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा कार्यक्रम

- गरिब वर्गका नागरिकहरूले अपेक्षित रूपमा स्वास्थ्य सेवा पाउन नसकिरहेको यथार्थलाई हृदयङ्गम गरेर दोस्रो जनआन्दोलन २०६२/०६३ पछि गठित नेपाल सरकारले (०६३/८/२९ मन्त्रपरिषद्को निर्णय) गरिब, असहाय, ज्येष्ठ नागरिक, अपाङ्ग तथा महिला स्वास्थ्य स्वयम् सेविकाहरूलाई आर्थिक वर्ष २०६३/०६४ देखि २५ शैयासम्मका जिल्ला अस्पताल तथा प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रहरूमा अत्यावश्यकिय आकस्मिक सेवा, अन्तरङ्ग सेवा निःशुल्क उपलब्ध हुने व्यवस्था गरी सेवा प्रदान भइरहेको छ ।
- सरकारले सम्पूर्ण स्वास्थ्य तथा उपस्वास्थ्य चौकी २०६४ माघ १ गतेदेखि र प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रहरूमा २०६५ मङ्सिर १ गतेदेखि आम नागरिक साथै नेपाल सरकारको आ.व. २०६५/०६६ को बजेट नीति तथा कार्यक्रमअनुसार २५ शैयासम्मका अस्पताल स्तरमा २०६५ माघ १ गतेदेखि अति गरिब/असहाय, अपाङ्ग, ज्येष्ठ नागरिक तथा महिला स्वास्थ्य स्वयम् सेविकाहरूलाई उपलब्ध स्वास्थ्य सेवा तथा अत्यावश्यकिय औषधी निःशुल्क र आम नागरिकलाई सूचीकृत औषधि निःशुल्क उपलब्ध हुने व्यवस्था छ ।

घ) पाठेघर (आड) खस्ने समस्याको उपचार तथा निःशुल्क शल्यक्रिया

नेपाल सरकारको पाठेघर (आड) खस्ने समस्याको उपचार तथा शल्यक्रिया सम्बन्धी कार्यविधि निर्देशिका २०६५ (प्रथम संशोधन २०६६) ले पाठेघर खसेका महिलाहरूको निःशुल्क शल्यक्रिया गर्ने व्यवस्था गरेको छ। जिल्लाहरूमा शल्यक्रिया हुनुअघि शिविर सञ्चालन गर्ने गरिएको छ र त्यस शिविरबाट पाठेघर खसेका महिलाहरूको छनोट गरी जिल्ला अस्पतालमा शल्यक्रिया गर्ने गरिएको छ।

ड) निःशुल्क प्रसूति सेवा, २०६५

नेपाल सरकारले २०६५ माघ १ गतेदेखि निःशुल्क प्रसूति सेवा प्रदान गर्दै आइरहेको छ। यसका लागि नेपाल सरकारले आमा सुरक्षा कार्यक्रम कार्यविधि निर्देशिका, २०६५ जारी गरेको छ। पितृसत्तात्मक समाज, महिलाको आर्थिक, सामाजिक, राजनैतिक स्थिति बलियो नभएको अवस्था, स्रोत र साधनमाथि पहुँच नहुँदा प्रसूतिका लागि खास गरी ग्रामीण क्षेत्रका महिलाहरू स्वास्थ्य संस्थाहरूमा सजिलै पुग्न सकेका छैनन्। यस अवस्थामा महिलाहरूको स्वास्थ्य संस्थासम्मको प्रभावकारी पहुँच बढाई तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीबाट प्रसूति गराउन प्रोत्साहन गर्नका लागि निःशुल्क प्रसूति सेवा कार्यक्रमले महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ।

महिला-स्वास्थ्य सम्बन्धी नीति तथा योजनाका विश्लेषण

अन्तरिम संविधानमा स्वास्थ्य नीतिसम्बन्धी महिला स्वास्थ्यका केही सवालहरूलाई सम्बोधन गरेको छ। तथापि पूर्ण रूपले कार्यान्वयन हुन नसकेको अवस्थामा छ।

- पाठेघर (आड) खस्ने समस्याको प्रमुख कारण महिलाप्रति गरिने विभेद र हिंसा नै हो। अतः त्यसको उचित सम्बोधन भएको देखिँदैन। त्यसैले नीतिगत तहदेखि व्यवहारगत तहसम्म रहेको विभेदलाई अविलम्ब सम्बोधन गर्न आवश्यक छ। महिलाका स्वास्थ्य आवश्यकताहरूलाई नीतिगत रूपमा सम्बोधन गर्न स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने व्यक्तिहरूका सोच, धारणा र व्यवहारमा परिवर्तन आवश्यक छ। नीतिगत रूपमा महिलाको आवश्यकतालाई आमाको आवश्यकताको रूपमा हेरेर पुग्दैन।
- नेपाल सरकारले अन्तरिम संविधानमा स्वास्थ्य नीतिमा महिला स्वास्थ्य सम्बन्धी गरेका प्रतिबद्धताहरूको प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्नका लागि गाउँ विकास समिति स्तरदेखि राष्ट्रिय स्तर सम्मका स्वास्थ्य संयन्त्र तथा स्वास्थ्य कर्ककर्ताहरूको क्षमता अभिवृद्धि गर्नु आवश्यक छ।
- समुदायमा रहेका महिला स्वास्थ्य परामर्शकर्ताहरूको पहिचान गरेर समुदाय स्तरमै महिला स्वास्थ्य परामर्शकर्ताहरू तयार गरी उनीहरूद्वारा महिला स्वास्थ्य आवश्यकता सम्बोधनतर्फ

पहल गर्नु आवश्यक छ ।

- प्रजनन उमेरका १६ प्रतिशत महिलाहरूको मृत्यु आत्महत्याका कारण हुने गरेको छ (नेपाल म्याटरनल मोर्टालिटी एण्ड मोरबिडिटी अध्ययन २००८/२००९) । यो महिलामाथि भइरहेको विभेद र अन्य धेरै प्रकारको हिंसाहरूको परिणाम हो । यसलाई गम्भीरताका साथ लिई राज्यमा रहेको विभेदलाई अविलम्ब सम्बोधन गर्नु आवश्यक छ ।
- मानसिक स्वास्थ्यलाई सम्बोधन गर्न सबहेल्य पोष्टदेखि सबै तहमा मनोविमर्शको व्यवस्था गर्नु आवश्यक छ ।
- खाद्य असुरक्षाको स्थितिले गर्दा नेपालका महिलाहरूमा रक्तअल्पता र कुपोषण हुने गरेको पाइएको छ । यसकारण स्वास्थ्य नीति तथा कार्यक्रममा महिला तथा खाद्य सुरक्षा सम्बन्धी विशेष प्रावधान बनाउन जरूरी छ ।
- निःशुल्क स्वास्थ्य सेवाको सुविधालाई स्वास्थ्य चौकी तथा उपस्वास्थ्य चौकीबाट निःशुल्क गर्ने व्यवस्था गरे तापनि निःशुल्क औषधिका साथै स्वास्थ्यकर्मीको पर्याप्तता र औषधि सर्वसुलभ बनाउनु नै मुख्य चुनौती रहेको देखिन्छ । निःशुल्क स्वास्थ्य सेवाभित्र महिलाका विशेष आवश्यकताहरूको सम्बोधनका लागि विशेष व्यवस्था अविलम्ब गरिनु पर्दछ ।
- राष्ट्रिय निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा कार्यक्रम अर्न्तगत, पाठेघर खस्ने महिलाहरूको लागि रिड् पेसरी र महिला स्वास्थ्य औषधिहरू निःशुल्क हुनुपर्छ ।
- जिल्ला अस्पतालदेखि राष्ट्रिय स्तरको अस्पतालसम्म महिलामुखी सोचमा आधारित परामर्श सेवाको व्यवस्था हुनु जरूरी छ । स्वास्थ्य संस्थाभित्र हुने परामर्श सेवा माया र सद्भावपूर्ण हुनुपर्छ ।
- हिंसापीडित महिलाहरूका लागि विशेष स्वास्थ्य सेवाको आवश्यकता हुन्छ । तसर्थ सरकारद्वारा हरेक हेल्थ पोष्टदेखि सिफारिस गरिएको (रेफरल) अस्पतालसम्म हिंसापीडित महिलाहरूको स्वास्थ्य अधिकार सुनिश्चित गर्न विशेष व्यवस्था गर्नु आवश्यक छ । यसका लागि हरेक जिल्ला अस्पतालहरूमा कम्तीमा २ शैयाको व्यवस्था गर्नु आवश्यक छ ।
- सब-हेल्थ पोष्टलगायत सेवा प्रदान गर्ने सबै स्वास्थ्य निकायहरूमा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई **लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा विरुद्ध**को तालिमको व्यवस्था गर्नु आवश्यक छ ।
- हरेक जिल्लामा बलात्कार लगायत अन्य यौन हिंसालाई सम्बोधन गर्न अविलम्ब विशेष संयन्त्रको व्यवस्था गर्नु जरूरी छ ।
- महिलाले हिंसामुक्त जीवन बाँच्न पाउने अधिकार तथा हिंसापीडितले सहयोग तथा क्षतिपूर्ति पाउने अधिकार संविधानमा मौलिक अधिकारको रूपमा सुनिश्चित गरिनु पर्दछ ।
- महिलामाथि हुने हिंसा “जनस्वास्थ्यको समस्या” भएको कारण हरेक स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने सम्पूर्ण तहका संस्थाहरूमा हिंसापीडित महिलाको लागि आवश्यक सेवा प्रदान गर्नु पर्दछ ।
- सामुदायिक महिला परामर्शकर्ताहरूले महिलाहरूको स्वास्थ्य सेवाको लागि गर्दै आएका कामको पहिचान र मान्यता स्थापित गर्नु पर्दछ ।

मोड्युल ३

सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा
र स्वास्थ्यको अन्तर संबन्ध

पाठ्य सामग्री मोड्युल ३ : सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र स्वास्थ्यको अन्तर संबन्ध

सत्र १ : बिषयबस्तु (क) आघातको लक्षणहरुको व्यवस्थापन तथा सहयोग गर्ने सीप

अधिकांश व्यक्तिहरुले आघात पश्चात आफु भित्र भएको समस्यालाई आफैले पुनर्निमाण गर्ने भएता पनि कतिपय व्यक्तिहरुलाई भने वाह्य साहायताको जरुरी पर्दछ ।

आघातबाट बाहिर निस्कनकालागी निम्न तत्वहरुले प्रभाव पारेको हुन्छ :

- संकट प्रतिक्रियाको जटिलता
- बिगतमा भएका घटनाहरुलाई फरक ढङ्गले बुझ्ने तरिका
- घटना पछि पीडित/प्रभावितको अवस्था
- सहयोगी वातावरण

प्रभावितलाई आघातबाट बाहिर निस्कन सहयोगी बिषयहरु

- प्रभावितको मानसिकतामा बिगतका घटनाको संझनालाई नियन्त्रण गर्नु
- घटनाप्रतिको पूर्ण बुझाई र मुल्यहरु पुनः परिभाषित गरि काम गर्नु
- एउटा नयाँ तथा सन्तुलित जीवनको पुनःस्थापना
- बिश्वासको पुनःस्थापना
- भविष्यको पुनःस्थापना
- बुझाई/अर्थको पुनःस्थापना

प्रभावितहरुका लागी उपयोगी सुझावहरु

आघात पश्चात भएका भावनत्मक पीडाहरुलाई कम गर्नका लागि निम्न केही बुदाहरु उपयुक्त हुन्छन् ।

व्यक्तिगत (प्रभावितहरुका लागी)

- आराम गर्ने कोशिस गर्ने,
- साथिहरु सँग गफ गर्ने, सम्बन्धमा रहने,
- एकलै नबस्ने, केही समयका लागि (१,२ दिन) कोहि साथी संगै बस्ने,
- आघात पश्चात हिंसाको घटनाको सामना, सपना तथा बिगतका कुराहरु सम्झना आईरहन

सकछन् । यस्ता प्रक्रिया सामान्य हुन् र यसलाई वेवास्ता गर्ने, यो विस्तारै आफै हराउदै जान्छ ।

- आफूलाई मन नलागेपनि सन्तुलित भोजन लिने,
- दिक्दारी लाग्न सकछ यसलाई हटाउने प्रयाश गर्ने,
- शारीरिक कार्यहरु धेरै सहयोगी हुन्छन्, यसलाई निरन्तरता दिने,
- जति सकदो चाँडो आफ्नो दैनिक कार्यतालिकालाई सुचारु गर्ने,
- आफूभित्र भएका भावनाहरुलाई बाहिर निकाल्ने, - जस्तो रुने, रिसाउने
- आफूलाई माया गर्ने व्यक्ति संग कुरा गर्ने,
- धेरै लामो समयसम्म पनि कम नभएका परामर्शदाता

परिवार तथा साथीका लागि

- उनीहरुका कुरा ध्यान दिई सुन्ने,
- प्रभावित व्यक्तिलाई समय दिने, उनीहरुसँग समय विताउने,
- केही सहयोग गर्न सकछु की भनी सोध्ने, उनीहरुले कुनै कुराका लागि नमानेतापनि उनीहरुको आवश्यकताका वारेमा ध्यान दिने,
- दैनिक कार्यका लागि सहयोग गर्ने, जस्तै- खाना बनाउने, सरसफाई गर्ने, बच्चा हेर्ने आदी
- उनीहरुलाई केहि समय एकलै अथवा व्यक्तिगत समय विताउन दिने,
- उनीहरुको रिसलाई व्यक्तिगत रिसईबीका रूपमा नलिने,
- उनीहरुलाई धन्न केही भएन तिमी भाग्यमानी रहिछौ भनेजस्ता कुराहरु नगर्ने, आघाता भएका व्यक्तिहरु यस्ता प्रकारका शब्दावलीदेखि खुशी हुदैनन् । बरु तपाईंमाथि भएको घट् नाप्रति दुखी छु, केही सहयोग गर्न सकछु की भन्ने जस्ता कुराहरु गर्ने,

यदि लक्षणहरु धेरै कडा छन् वा ६ हप्ता भन्दा बढी भईसकेका छन् भने विज्ञ परामर्शदाताको आवश्यकता पर्छ ।

आघात पछिका केही समस्या सामाधानका लागि उपायहरु:

निदाउन गाह्रो भएमा

- चिया, कफि, चकलेट जस्ता क्याफिन तत्व भएका खानेकुरा नखाने,
- आफ्नो मनमा भएका कुराहरुको एउटा सूची बनाउने,
- शरीरमा मांशपेशी तन्कने खालका हल्का कसरत गर्ने,
- कुनै पनि किसिमको असमझदारी वा चित्त नबुझ्ने कुरा भए सुत्नुअघि सक्ने,
- सुत्नुअघि एक गिलास दुध पिउने,
- प्रार्थना गर्ने,

- दैनिक डायरी लेख्ने,
- दिउँसो वा साँझमा नसुत्ने,
- किताब वा पत्रपत्रिका पढ्ने,
- हल्का तथा आनन्ददायक संगीत सुन्ने,
- गहिरो श्वास तान्ने र फाल्ने (प्राणायाम) गर्ने,

निद्रामा हिंड्ने

- निद्रा नलागेको बखतमा गरिने केही कसरतहरू गर्ने,
- उठेर एक गिलास दुध, बिस्कुट वा केही खानेकुरा खाने,
- आफू सुत्ने ओछ्यानको छेउमा एउटा डायरी राख्ने र आफूभित्र आएका भावनालाई त्यसमा लेख्ने,
- केही समयका लागि एकान्त तथा शान्त वातावरणमा बस्ने,
- आफूभित्र आएका नकारात्मक विचारहरू टाउकोबाट खुट्टा तिर गएको र शरीरबाट फरना जस्तै बगी बाहिर निस्केको कल्पना गर्ने,
- आफूलाई न्यानो पानी वा धाराको मुनी बसेको अनुभव गर्नुस । यसले तपाईंका सबै समस्याहरू पखालेर लान्छ ।

नराम्रा सपनाहरू देख्ने

- कुनै नराम्रो सपना देखेमा त्यो कस्तो थियो लेख्ने,
- बत्ति बाल्ने र वरिपरि हेर्ने,
- सपनाको अन्तिम भागलाई कल्पना गर्ने,
- यदि सपनाको सम्झना सकिएमा आफूले देखेका सपनामा ध्यान केन्द्रित गर्ने,
- दिउँसोको समयमा आफूले देखेका सपनाको अर्थ के थियो, यसको महत्व के हुनसक्छ भनी विचार गर्ने,

चाँडै ब्युँझ्ने

- उठ्ने र आफ्नो दैनिक कार्यलाई निरन्तरता दिने,
- ढिला सुत्ने,
- भ्याल ढोकामा अँध्यारो गर्न पर्दा लगाउने,
- वरिपरिको आवाजले निद्रा नटुटोस भन्नका लागि पंखा चलाउन सकिन्छ ।

शारीरिक/मानसिक सिथिलीकरण विधिहरू (Relaxation techniques)

१. ध्यान गर्ने (Meditation) : सजिलो सँग बस्ने, कुनै एउटा शब्द, संगित, तस्वीर वा चित्रमा

ध्यान केन्द्रित गर्ने, अब सबै प्रकारका सोचहरूलाई बिसर्दिने,

- १०-२० मिनेटसम्म यसरी बस्ने,
- दिनको १,२ पटक गर्ने

२. मांशपेशी खुम्च्याउने र सिथिल छोड्ने (relax) : सजिलो संग बस्ने, शरिरका सबै मांशपेशीहरूलाई कडा बनाउने र खुम्च्याउने र विस्तारै छोड्ने यो प्रक्रिया आवश्यकता अनुसार गर्दै जाने,

३. धकेल्ने: आफ्नो बल लगाएर भित्तातिर धकेल्ने र छोड्ने अनि आराम गर्ने । भित्तातिर धकेल्दा आवाज निकाल्दै धकेल्ने ।

४. चिच्याउने : आफुले सक्दो बेस्सरी चिच्याउने, यसो गर्दा भ्याल ढोका बन्द गरी गर्ने । यो कसरत बिहान र बेलुका २ पटक गर्न सकिन्छ । यसले आफू भित्र भएको तनावहरू बाहिर पोख्न सकिन्छ ।

५. आफ्नो भावना सुनाउने : आफूलाई विश्वास लाग्ने व्यक्तिलाई आफूभित्रका भावनाहरू सुनाउने । आफ्नो जीवनमा भएका सकारात्मक तथा खुसीका घटनाहरू वारे छलफल गर्ने हाँसोको बातावरण बनाउन सफल होस ।

ध्यान दिनुपर्ने केही कुराहरू

- कसरतहरू गर्दा कम्तीमा हप्ताको ३ पटक गर्ने र २० देखि ३० मिनेट सम्म गर्ने
- धुम्रपान तथा क्याफिन भएका खानेकुराहरू प्रयोग गर्ने
- रक्सी सेवनमा कमी गर्ने
- सन्तुलित भोजन ग्रहण गर्ने
- आनन्ददायी संगीतहरू सुन्ने र केही समय आराम गर्ने

बिषयबस्तु (ख) समूह छलफलका लीग घटना अध्ययन

सीताको जीवन (हिंसाले स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभाव) का लागि भूमिका अभिनयका लागि कथा वस्तु : सीता ५ वटा छोरीछोरीकि आमा हुन । उनको विवाह सानैमा भएको हो । छोराको चाहना गर्दा उनले ४ वटा छोरी जन्माइन । कान्छो भने उनको छोरा हो । छोरा पाउन सकिन भनेर उनका श्रीमान र परिवारका सदस्यहरूले उनलाई कति कुटे साध्य भएन । अहिले छोरा पाए पछि केही राहत भएको छ । तर अहिले पनि उनीमाथि हुने पीडा कम भएको छैन ।

विहानदेखि बेलुकासम्म उनी घरको काम गर्छिन् । एक छिन पनि फुर्सद हुँदैन । श्रीमान् राती रक्सी खाएर आएर सधैँ कुट्छ । त्यसमा थप, उनकी सासुले उनलाई आमा बुबा लगाएर गाली गर्छिन् । सीताको तल्लो पेट दुख्छ । उनको पाठेघर पनि खसेको छ ।

महिलामाथि हुन हिंसा र स्वास्थ्यकर्मीहरूको भूमिका

हिंसा पीडितहरूको स्वास्थ्यलाई प्राथमिकता दिनु र उनीहरूमा भएको समस्यालाई राम्रोसँग बुझी आवश्यक उपचार गर्नु स्वास्थ्यकर्मीहरूको भूमिका र जिम्मेवारी हो । पीडितलाई जतिसक्दो चाँडो शारीरिक परीक्षण गरि उपयुक्त सेवा प्रदान गर्नु पर्दछ । स्वास्थ्यकर्मीहरूले हिंसा पीडित महिलाहरूलाई जहिले पनि स्वास्थ्य उपचार मात्र नभएर उनीहरूको सुरक्षा र गोपनियताको लागि पनि आवश्यक वातावरणको तयार गर्नु पर्दछ । धेरै हिंसा पीडितहरूलाई भावनात्मक असर पर्ने भएको हुदा उनीहरूलाई त्यो अवस्थाबाट कसरी बाहिर ल्याउन अवस्था हेरी मनोसामाजिकविमर्श गर्नु पर्दछ । यती मात्र नभएर हिंसा पीडितलाई न्याय दिलाउनको लागि सम्बन्धित सरोकारवालाहरूसंग संमन्वय र सहकार्य गर्नु पनि उत्तिकै जरुरी हुन्छ । त्यसैगरि हिंसा पीडितहरूको अभिलेखन गोपनियताको साथ राख्नु पर्दछ , पीडितले जहिले पनि आफ्नो घटनाको गोपनियता चाहाने हुदाँ यो कुरामा सर्तकता अपनाउनु पर्दछ । यदि गोपनियता भङ्ग भएमा पीडितलाई गम्भीर आघात पुग्न सक्दछ । यसरी स्वास्थ्यकर्मीहरूले हिंसा पीडित तथा प्रभावितहरूलाई स्वास्थ्य सेवा लगायत उनीहरूको अन्य आवश्यकतालाई पनि ध्यान दिनु पर्दछ ।

मोड्युल ८

हिंसा प्रभावितको पहिचान र उपचार

पाठ्य सामग्री मोड्युल ४ : हिंसा प्रभावितको पहिचान र उपचार

सत्र १ : बिषयवस्तु (क) छलफलका लागि घटना अध्ययन

सुन्तली रोल्पाको निम्न वर्गीय परिवारमा जन्मेकी हुन् । उनको सानैमा विवाह भएको हो । विवाहपछि उनी गाँउमा रहेको आफ्नै घरमा बस्थिन । उनको दुईवटा स साना छोरीहरु थिए । उनको श्रीमान कमाउन भनेर मलेशिया गएको ४ वर्ष वितिसकेछ । एकपटक पनि खोज खबर, चिठी पत्र केही आएन । जाने बेलामा रिन लिएर गएको साहुले सुन्तलीलाई पैसा मागेर धेरै दुःख दिन थाल्यो । आफ्नो भएको घरवारी बैंकमा राखेर उनले साहुको ऋण तिरिन ।

उनको छिमेकी राम बहादुर बेला बेलामा आउने सुन्तलीसँग दुःख सुखको कुरा गर्ने गर्दो रहेछ । अप्ठ्यारो पर्दा उसले सुन्तलीलाई निकै सहयोग पनि गरेछ । विस्तारै उनिहरु नजिक भएछन् । एक अर्कालाई माया गर्न लागेछन् । उनिहरु बीचमा यौन सम्पर्क पनि भयो । सुन्तली गर्भवती भईछिन् । यो थाहा पाएपछि राम बहादुर आत्तियो र उसले उल्टै गाँउमा मानिसहरु भेला पारेर सुन्तली चरित्रहीन भएको श्रीमान नभएको बेलामा अरु पुरुषसंग यौन सम्बन्ध राखेर गर्भवती भएको भनेर बेईज्जत गरेछ । पछि गाउलेहरुले सुन्तलीको गर्भ राम बहादुरवाटै रहेको थाहा पाएपछि सबैले उसलाई सुन्तलीको बेईज्जत गर्ने, अब जिम्मा लि भनेर घेरेछन् । कसो कसो राम बहादुर फुत्केर भाग्यो । अहिले उसको अत्तो पत्तो छैन । गर्भवती सुन्तलीलाई घरपरिवारका सदस्यहरुले चरित्रहीन भनी घरवाट निकाली दिएका छन् ।

छलफलका लागि प्रश्नहरु

यो घटनामा सुन्तलीमाथि कस्ता हिंसाहरु भएका छन् ?

हिंसा प्रभावितको आवश्यकता

शारीरिक हिंसाबाट पीडित /प्रभावितको महिलाको उपचार

यदि कुनै महिला शारीरिक हिंसाबाट पीडित छन्, उनीमाथि कुटपिट भएको छ भने हामीले उनलाई सहयोग गर्नुपर्छ यसको लागि :

सबैभन्दा पहिला हिंसापीडित महिलालाई सुरक्षित ठाउँमा लागी उनको घाउचोट हेर्नुपर्दछ । कहीं काटेको, चिथोरेको छ भने घाउको प्रकृति हेरी घाउलाई राम्ररी सफा गरेरी औषधि लगाइदिनुपर्छ ।

- उसलाई एकलै कँही पनि पठाउन हुँदैन किनभने उनलाई यस्तो अवस्थामा उसलाई अरु कसैको सहयोगको आवश्यकता हुन्छ । हिंसाबाट पीडित व्यक्तिले आफूलाई अरु भन्दा कमजोर र आफुलाई सहयोग गर्ने कोहि पनि छैन भन्ने महसुस गर्दछ त्यसैले उसलाई तपाईंलाई केहि भएको छैन सबै ठीक हुन्छ नआत्तिनु होस् जस्ता कुराले हौसला दिनु पर्दछ
- हिंसा पीडित/प्रभावितलाई प्राथमिक उपचारका साथै मनोविमर्श दिनु पनि उत्तिकै आवश्यक हुन्छ । पीडितको अवस्था हेरी मनोविमर्शको सेसनलाई निरन्तरता दिनु पर्दछ । मनोविमर्शका साथै महिलालाई केहि समयकोलागि सुरक्षित बासको पनि अत्यन्तै आवश्यकता हुन्छ । यस्तो अवस्थामा उनी घर जान सकिदैनन् । त्यसैले हामीले उनका लागि सुरक्षित बासको व्यवस्था गर्नु जरुरी हुन्छ । त्यसै गरी महिलालाई कानुनी उपचारको पनि अत्यन्तै आवश्यकता परेको हुन्छ ।

३. मानसिक हिंसापीडित महिलाको उपचार

मानसिक हिंसाबाट पीडितहरूले आफूलाई जहिले पनि अरु भन्दा कमजोर, केहि गर्न नसक्ने जस्ता कुराहरूले सताई रहेको हुन्छ अर्थात उनिहरूको आत्मबल कमजोर हुनुको साथै मानसिक विकासमा समेत अवरोध पुऱ्याउँदछन् । मानसिक हिंसामा परेकाहरूमा आत्मसम्मानमा चोट पुगेको हुन्छ त्यसैले उनिहरू अरुको विश्वास नगर्ने, आफ्नो कुरा अरूलाई नभन्ने, एकलै बस्नेजस्ता कार्यहरू गर्दछन् । उनीहरूमा छिट्टै रुने, रिसाउने, भर्कने जस्ता व्यवहारहरू पनि देखा पर्दछन् । यस्तो पीडामा परेकाहरूलाई सहयोग गर्नु भनेको उनको कुरा सुन्नु, आत्मबल बढाउनु एवम् मानसिक शान्तिका लागि पहल गर्नु हो । यसका लागि मनोविमर्श अत्यन्तै जरुरी हुनुको साथै उनलाई सुरक्षित बासको आवश्यकता पर्दछ त्यसैले स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई सुरक्षा आवास प्रदानगर्ने संस्थाहरूकोबारेमा पनि जानकारी हुनु पनि जरुरी हुन्छ । यसका साथै उनिहरूको अवस्था हेरी मानसिक रोग विशेषज्ञहरूको पनि सल्लाह लिनुपर्दछ ।

४. यौनशोषणबाट पीडित महिलाको उपचार

इच्छाविपरीत यौनसम्पर्क राख्नु वा राख्न बाध्य गराउँछ वा अन्य कुनै पनि प्रकारका यौन कार्य गराउँनु जस्ता कार्यलाई यौनशोषण भनिन्छ । यस्तो हिंसाबाट पीडित महिला यदि स्वास्थ्य संस्थामा आएमा उनिहरूलाई महिला स्वास्थ्यकर्मीहरूबाट नै जाँच गराउनु पर्दछ । यस्ता घटनाकोबारेमा महिला आफैले नभन पनि सक्दछ यस्तो अवस्थामा उसको आवस्था र भावन बुझी उपयुक्त स्वास्थ्यकर्मीहरूद्वारा हिंसाका घटनाको पहिचान गर्नुका साथ साथै यसका असरहरूलाई मध्यनजर राखी उपयुक्त सामाजिक, कानुनी सुरक्षा, स्वास्थ्य सेवाहरूमा प्रेषण गर्नु पर्दछ ।

५. मनोसामाजिक विमर्श

जब कुनै दुःखका घटनाहरू घट्दछन्, तब त्यसले व्यक्तिको मनोभावनामा परिवर्तन ल्याउँने गर्दछ जसलाई मनोभावनात्मक पीडा भनिन्छ । जस्तै : परिवारको मृत्यु, डर, त्रास, रीस, आक्रोश, वा अन्य कुनै पनि प्रकारका दुःखदायी घटनाहरू । जसले व्यक्तिको मनोभावनामा प्रत्यक्ष असर

पुन्याउदछ । यस्ता घटनाहरूबाट उनीहरूमा पर्न गएको मानसिक पीडालाई व्यवस्थापन गर्नकोलागि उनिहरूसँग नै दोहोरो छलफल गरि उनिहरूबाट नै समाधानका उपायहरू निकाल्ने प्रक्रिया नै वास्तवमा मनोविमर्श हो ।

६. परामर्श

परामर्श भन्नाले दुई व्यक्तिबीच हुने अन्तरक्रियाको हो जसमा परामर्शकर्ताले सेवा लिन आउने व्यक्तिलाई उसको परिस्थितिलाई राम्ररी बुझी समस्याको जानकारी लिई समाधानका उपायहरूको बारेमा जानकारी दिने गर्दछन् । परामर्शले सेवालिन आउनेहरूलाई समस्याकोबारेमा जानकारी लिने र समस्याबाट कसरी छुटकारा पाउन सकिन्छ, भनी उपायहरूको देखाउने काम गरिन्छ ।

७. मनोविमर्शका आधारभूत तत्वहरू :

- आदर सम्मान (Respect)
- इमानदारिता (Honest / Genuineness)
- समानुभूति (Empathise)
- निशर्त सकारात्मक भाव (Unconditional positive regards)
- आत्मीयता (warmth)
- विश्वास (Trust/ Beliefs)
- गोपनियता (Confidentiality)
- बोल्ने क्षमता र सीप (Communication Skill)

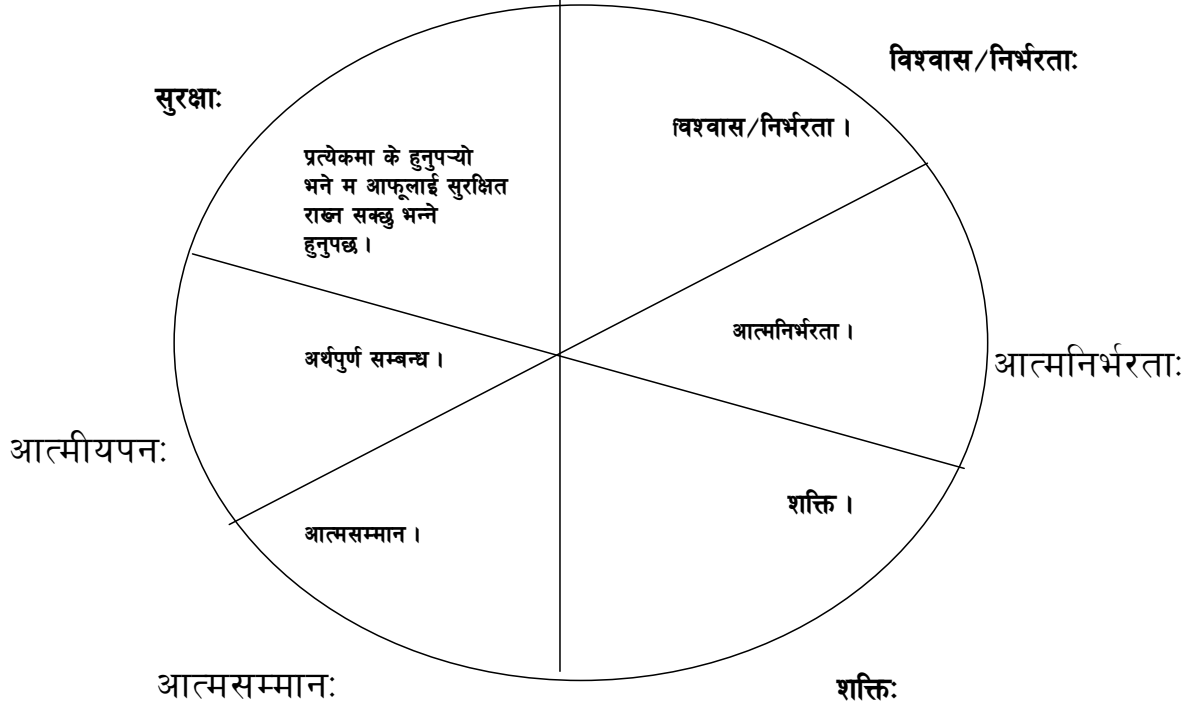
८. कुनै पनि भावनात्मक चोट पुगेका व्यक्ति वा हिंसा पीडित /प्रभावितलाई मनोविमर्शको आवश्यकता किन पर्दछ ?

- भावनात्मक पीडामा परेकाहरूको लागि मनोविमर्शले महत्वपूर्ण भूमिका खल्दछ । मनोविमर्श गर्नाले मनोभावनात्मक पीडामा परेकाहरूलाई आफूलाई परेको समस्याको समाधानका उपायहरूको खोजी आफूबाट नै गर्न सक्ने वातावरण तयार गर्नमा सहयोग पुन्याउदछ ।
- मुख्य गरी पीडितलाई मनको पीडा, त्रास र कष्टलाई व्यक्ति गर्न पाउँदा मनमा केही सान्त्वना र हल्कापन महसुस गराउदछ।
- उत्तर दायित्व वहन सहयोग गर्ने र भावनालाई प्रकट गर्ने मौका अझ प्रदन गर्न सहयोग मिल्दछ ।
- शारीरिक समस्याले गर्दा जोखिमको अवस्थामा रहेका व्यक्तिहरूलाई आवश्यक औषधि उपचारको लागि पहल गर्न सहयोग गर्दछ ।

यसरी कुनै पनि हिंसा पीडित /प्रभावितहरू वा भावनात्मक समस्यामा परेकाहरूलाई मनोविमर्शको गर्नाले उनीहरूमा क्रमश आफूलाई कसरी समस्याबाट मुक्त गर्न सकिन्छ

भन्नेबारेमा सहयोग मिल्दछ र उनीहरु आफ्नो समस्याबाट नडराउने अवस्थामा पुऱ्याउन सहयोग गर्दछ ।

९. मनोसामाजिक विमर्शको आवश्यकता विश्लेषण चक्र



- **सुरक्षा:** प्रत्येकमा के हुनुपऱ्यो भने म आफूलाई सुरक्षित राख्न सक्छु भन्ने हुनुपर्छ । हरेकलाई मेरो घर मेरो लागि सुरक्षित छ भन्न अनुभूति हुनुपऱ्यो ।
- **आत्मीयपन (Intimacy) :** अर्थपूर्ण सम्बन्ध । हाम्रो जस्तो देशमा लगभग ८० प्रतिशत श्रीमान/श्रीमतीमा यो भएको देखिदैन खालि सम्झौता बाँचिरहेको हुन्छ ।
- **आत्मसम्मान**
- **आत्मनिर्भरता (Independent)**
- **विश्वास**
- **शक्ति :** यी माथिका पाँचैवटा आवश्यकता कसैमा भयो भने अनि उस्ले आफूलाई (Power) शक्ति भएको महसुस गर्दछ ।

यी आवश्यकताहरु सबैलाई चाहिन्छ । यदि यी आवश्यकताहरुमा परिवर्तन भयो भने मानिसहरुमा आघातको अवस्था आउँछ ।

विषयबस्तु (ख) हिंसाको रोकथाम तथा उपचारमा स्वास्थ्यकर्मीले खेल्नु पर्ने भूमिका
स्वास्थ्यकर्मीहरूले सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा र यसको प्रभावलाई निम्न तीन तहमा काम गरी कम गर्न सकिन्छ ।

- ❖ रोकथाम
- ❖ स्क्रिनिङ्ग/ हिंसाको पहिचान
- ❖ उपचारमा सहयोग : क) स्वास्थ्य सेवामा हिंसा प्रभावितलाई गर्ने सहयोग समावेश गरेर
ख) सेवा ग्राहीहरूको क्षमता अभिवृद्धि गरेर
ग) लैङ्गिक संवेदनशील जाँच र परामर्शको व्यवस्था गरेर

हिंसा पीडित /प्रभावितलाई स्वास्थ्यकर्मीहरूले कसरी पहिचान गर्ने ?

कुनै पनि हिंसा पीडित /प्रभावितहरूले ममाथि हिंसा भएको छ, म हिंसा प्रभावित हु, मेरो पीडा यो हो भनी सहजै कसैलाई पनि भन्न सक्दैन । त्यसैले स्वास्थ्य संस्थामा उपचार गर्न आउने हिंसा पीडित /प्रभावितहरूसँगको व्यवहार जहिले पनि सम्मानपूर्ण हुनु आवश्यक हुन्छ । हिंसा प्रभावितहरूलाई कसरी बुझ्ने भन्नका लागि तल उल्लेखित केही कुराहरूमा ध्यान विचार पुऱ्याउनु पर्दछ :

- उनीहरूको अनुहार र व्यवहारबाट पनि हामीले उनीहरूको पहिचान गर्न सक्दछौ ।
- उमाथि भएको घटनाको बारेमा उसको समाजका अन्य व्यक्तिहरूबाट पनि थाहा पाउन सकिन्छ (यदि पीडित र स्वास्थ्यकर्मी एकै ठाउँको वा नजिकैको छ भने)
- कतिपय अवस्थामा पीडित जुन ठाउँको हो त्यस ठाउँका विभिन्न सङ्घ संस्थाहरू वा अगुवाहरूसँग सम्बन्ध विस्तार गरेर उनीहरूमाफत पनि उनकोबारेमा थाहा पाउन सकिन्छ ।
- ग्रामीण स्वास्थ्य कार्यकर्ताहरू पीडितको घरमा गएको बेला उनीहरूको परिवारसंगै बसेर कुराकानी गर्नाले पनि पीडितको वास्तविक घटना के हो ? कसरी यस्तो अवस्था हुन गयो ? जस्ता कुराहरूको बारेमा विवरण लिन सक्दछ ।

विषयबस्तु (ग) स्क्रिनिङ

स्क्रिनिङ्ग :

कुनै पनि जनसमुदायमा एउटा निश्चित समूहसँग सम्बन्धित व्यक्तिहरूको समूहमा हुनसक्ने सम्भावित कुराको छानविन गर्ने उद्देश्यले विभिन्न जाचपड्ताल गर्ने तरिका नै स्क्रिनिङ्ग हो । स्क्रिनिङ्ग नितान्त स्वस्थ देखिने व्यक्तिहरूमा कुनै रोगको संक्रमण भएको छ वा छैन वा रोगलाग्न शुरु भएको छ छन

भनी आधुनिक जाँच गरी हेरिने एउटा परिक्षण हो । यो एकैपल्ट ठूलो संख्यामा गरिन्छ ।

लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाबाट प्रभावितहरुमा पनि नदेखिने विभिन्न रोगहरु हुनसक्छ । यसरी लुकेर बसेका रोगहरु स्क्रिनिङबाट बाहिर ल्याईन्छ । यो विधि कठिन हुनुको साथै यसको लागि निकै सतर्कता अपनाउनु पर्दछ । स्क्रिनिङले व्यक्ति भित्र रहेको समस्या र अफ्ठ्यारा स्थितिहरुलाई खुलस्त भएर विना कुनै डर चिन्ता सेवा दिने व्यक्ति समक्ष आफ्नो कुरा राख्न सक्नेछ ।

यस प्रकृत्यामा हिंसाबाट पीडित वा शंका लागेका व्यक्तिहरु मात्र नभई सबै सेवा लिन आउने व्यक्तिहरुको व्यक्तिगत विवरण, वैवाहिक अवस्था, पारिवारिक तथा सामाजिक स्थिति र हिंसाका वारेमा विस्तृत जानकारी लिने गरिन्छ ।

स्क्रिनिङमा स्क्रिनरले सकृयरुपमा समस्याग्रस्त व्यक्तिको कुरा सुन्दछ र समाधान गर्न विभिन्न बैकल्पिक उपायहरुको छनौट गर्न मद्दत गर्दछ ।

स्क्रिनिङको महत्व

- लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसाबाट ग्रस्त व्यक्तिको मौनता भंग गर्न
- हिंसा तथा यसको प्रमुख जड पत्ता लगाउन
- पीडितलाई आफूमाथि भैरहेको हिंसाबारे सचेत गराउन
- आफूमा भएका समस्या तथा अफ्ठ्यारा स्थितिबारे छलफल गर्न उत्प्रेरित गर्न
- समुदायमा हिंसाको स्थिति पत्ता लगाउन
- बिगतमा आफ्नो जीवनमा घटेका हिंसाको घटनाले स्वास्थ्यमा पारिरहेको असरहरु पत्ता लगाउन
- आफूभित्र भएका समस्याहरुलाई सेवादिने व्यक्तिसमक्ष स्पष्ट राख्न सहज वातावरणको सिर्जना गर्न ।

स्क्रिनिङका चरणहरु

पहिलो चरण : सम्बन्ध स्थापना

- स्वागत अभिवादन
- सहज वातावरणको सृजना
- सरल सम्बन्ध स्थापना र विश्वास जित्ने

- समस्याग्रस्त व्यक्तिको अप्ठारा र बाधाहरूलाई सकेसम्म हटाउन प्रयास गर्ने

दोस्रो चरण : समस्या पहिचान

- समस्याग्रस्त व्यक्तिलाई आफ्नो समस्या भन्नु उत्साहित गराउने र हौसला जगाउने
- समस्या सुनाउँदा सोही अनुसारको हावभाव र भावनाहरू प्रदर्शन गर्नुपर्ने जस्तै : ऐ बिचरा, अ, ओहो कति गाह्रो भयो होला यस्तै यस्तै ।
- समस्यासंग आफ्नो गम्भीरता देखाउनुपर्ने
- सही सूचनाहरू दिनुपर्ने

तेस्रो चरण : समाधानका उपायहरूको खोजी र कार्यान्वयन

- वैकल्पिक उपायहरूको खोज त्यसमा अवलम्बन गर्न मद्दत गर्नुपर्ने
- उक्त उपायहरूको योजना तैयार गर्ने र
- अनुगमन र पृष्ठपोषण गर्ने

स्क्रिनरमा हुनुपर्ने सीपहरू

- सक्रिय सुनाई
- सम्बन्ध स्थापना र विश्वास जित्न सक्ने
- प्रतिविम्बित गर्ने सीप
- मनोभावना बुझ्ने सीप
- समय व्यवस्थापन सीप
- प्रश्न सोध्ने सीप
- अमौखिक सीप
- रेफरल सीप

स्क्रिनरका कममा आइपर्ने चुनौतिहरू

- हिंसा पीडित महिला ज्यादै बोल्नु वा बोल्दै नबोल्नु ।
- रुनु वा आक्रामक हुनु ।
- स्क्रिनरले प्रश्नको जवाफ दिन नसक्नु ।
- हिंसा पीडितले स्क्रिनरको व्यक्तिगत जीवनका विषयमा प्रश्न गरिदिनु ।
- स्क्रिनरलाई विश्वास नगर्नु ।
- सेवा लिन आउने व्यक्तिको ज्यान खतरामा हुनु ।
- पीडितले मर्ने वा आत्महत्या गर्छु भन्ने ।
- सेवा लिन नचाहनु ।
- स्क्रिनरले नै सेवा लिन आउने व्यक्तिको लागि निर्णयकर्ताको भूमिका खेलिदिने ।

बिषयबस्तु (घ) हिंसा प्रभावितसँग गर्नु पर्ने व्यवहार

१. सामान्य अवस्थामा हिंसा पीडित /प्रभावितसँग स्वास्थ्यकर्मीहरुको व्यवहार कस्तो हुनु पर्दछ ?

- सम्मान र आदरपूर्ण व्यवहार
- पीडितलाई जहिले पनि आफु प्रति विश्वास दिलाउनु वातावरण दिनकोलागि उनिसंग जहिले भनेको कुरालाई धैर्य भई सुन्नु होस ।
- गोपनीयताको वातावरण श्रृजना गर्ने
- पीडितलाई घटनाको बारेमा भन्न असहज भएको छ कि भनि बिचार गर्नु हो यदि यस्तो भएको छ जस्तो लागेमा अरु कुनै उपायहरुबाट वातावरणलाई सहज बनाउने प्रयास गर्नु होस ।
- सकेसम्म जहिले पनि घटनाको निचोडमा पुग्ने प्रयास गर्नु होस् जसले गर्दा पीडितलाई मेरो कुराको सुनवाई भयो भन्ने होस ।
- पीडितमा देखिएको लक्षण अनुसार उपचार गर्ने (symptomatic treatment) गर्ने ।
- पीडितलाई नै दोषी ठहर्‍याउने किसिमले कहिलै कुरा नगर्नु होस । पीडितसंग पूर्वाग्रही व्यवहार नगर्नु होस ।
- महिलामैत्री वातावरणको महत्वलाई बुझी कार्य गर्नु होस् ।

सेवा लिन आउने व्यक्तिको हक र अधिकार

- | | |
|-----------------|----------------|
| १) मानमर्यादा | ५) गोपनीयता |
| २) सूचना | ६) विश्वसनीयता |
| ३) सुरक्षा आराम | ७) पहुँच |
| ४) इच्छा | ८) निरन्तरता |

२. विशेष अवस्था अर्थात प्रकोपको अवस्था भनेको कस्तो अवस्था हो र यस्तो अवस्थामा महिलामाथि हुने जोखिमहरु के के हुन् ?

विशेष अवस्था वा प्रकोप भन्नाले यस्तो अवस्था हो जसले समाजमा भौतिक, सामाजिक तथा आर्थिक क्षति पुर्‍याउँछ र व्यक्तिको दैनिक जीवनलाई नै अस्तव्यस्त बनाइदिन्छ । आपतकालीन अवस्था वा प्राकृतिक प्रकोपको समयमा महिला र बालिकाहरु पुरुषहरु तुलनामा बढी प्रभावित हुन्छन् । महिला भएकै कारण उनीहरुमाथि हिंसाको जोखिममा बढी हुन्छ भने महिला र बालिकाको आवश्यकताहरु पनि पुरुषको भन्दा फरक हुन्छ । त्यसैले प्रकोपको समयमा काम गर्ने सबैले लैङ्गिक संवेदनशिलताको विषय आधारभूत जानकारी पाएको हुनु पर्दछ । जो व्यक्ति वा संस्थाले प्रकोपको समयमा सहयोगीको भूमिका लिएर

काम गर्ने गरेको हुन्छ, उनीहरूले अनिवार्य लैङ्गिक अवधारणामा स्पष्टता भएकै हुनु पर्दछ ।

आपतकालिन अवस्थामा केहि यस्ता घटनाहरू हुन्छन :

- महिला तथा बालिकाहरू बलात्कारको जोखिममा पर्ने
- महिला तथा बालिकाहरूलाई ललाई फर्काई बेचबिखनको जोखिममा पर्न सक्ने
- महिलाहरूलाई विभेद गरी उनीहरूले पाउने राहत तथा अन्य सहयोगबाट वञ्चित हुने
- बलपूर्वक यौनकार्य गर्न लगाउने
- यौनशोषण तथा असुरक्षित यौनसम्पर्क भई गर्भ रहने
- असुरक्षित गर्भपतनको लागि दबाव दिने वा गर्भ पतन गराउने

विशेष अवस्थामा निम्न लिखित समूहहरू बढी जोखिममा पर्न सक्दछ ।

- महिला
- बालबालिका
- बुढाबुढी
- असक्त व्यक्ति तथा अपाङ्गता भएकाहरू

महिला र बालबालिकाहरू उनीहरूको लिङ्ग एवम् समाजमा उनीहरूलाई दिइएको स्थानका कारण हिंसाबाट बढी प्रभावित हुने गर्दछन् । तसर्थ प्रायः गरी सामाजिक लैङ्गिक विभेदमा आधारित भन्नाले महिला र बालिकामाथि हुने हिंसा भनी बुझ्ने गरिए तापनि यसलाई फराकिलो तवरले बुझ्नु एवम् परिभाषित गर्नु जरूरी हुन्छ ।

महिलाहरूमा विशेष अवस्थाको कुरा गर्दा गर्भवती र सुत्केरीको अवस्थालाई लिन सकिन्छ । यो एउटा प्राकृतिक नियम हो जो कसैले बदलेर बदलिन नसक्ने अवस्था हो । यो अवस्था महिलाहरूलाई विशेष स्याहार सुसार र हेरचाहको आवश्यक हुन्छ र त्यो महिलाको आधारभूत अधिकार पनि हो तर द्वन्द्व र आपतकालीन अवस्थामा महिलाहरू ती अधिकार र आवश्यकता बाट बन्चित हुनसक्छ । त्यसैगरी महिलाहरूको मासिक रुपमा रक्तस्राव हुन्छ, त्यो अवस्थामा पनि महिलाहरूको लागि विशेष व्यवस्थाको जरूरत हुन्छ ।

द्वन्द्व र आपतकालीन अवस्थामा मानव अधिकारका विश्वव्यापी मान्यताहरूको कडर हुन सकिदैन त्यसबेला यी अधिकारहरू उल्लङ्घन हुन्छ, लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा त यसबेला भन व्यापक रुपमा देखिन सक्छ ।

बालबालिका, बुढाबुढी र अन्य असक्त व्यक्तिहरू उहांहरूको शारीरिक परिस्थितिले गर्दाले यसबेला धेरै हिंसा सहन बाध्य भएका हुन्छन् ।

द्वन्द्व र आपतकालीन अवस्थामा महिला र बालिकाहरुमाथि बलात्कार हुनसक्ने सम्भावना ज्यादा हुन्छन् त्यसमा विशेष गरि उद्धारकर्मबाट यस्तो क्रियाकलाम धेरै हुने गर्दछ ।

यसबेला मानिसको बाँच्न पाउने, स्वतन्त्र हुन पाउने, यातनामुक्त जीवन बाँच्न पाउने, स्वस्थ रहन पाउने, आफ्ना भावनाहरू अभिव्यक्त गर्न पाउनेजस्ता आधारभूत मानवअधिकारको उल्लङ्घन हुन्छ ।

विशेष परिस्थिति एवम् विशेष अवस्थामा व्यक्तिहरूको बीचमा रहेको शक्तिसम्बन्धको स्थिति बदलिन्छ । एउटा सिङ्गो समुदाय नै शक्तिविहीनताको स्थितिमा पुग्दछ । सामाजिक सुरक्षाका संयन्त्र भत्कन्छ । यस्तो स्थितिमा आफ्नै परिवारका सदस्यहरू एक अर्कासँग छुट्टिन सक्छन् । अनि आफ्नो व्यक्ति, आफ्ना चिज, आफ्नो सम्पत्तिजस्ता अन्तरङ्ग कुराहरूबाट व्यक्ति अल्लगिन सक्छ । यस्तो परिस्थितिमा उसलाई शारीरिक, मानसिक रूपले पीडा हुन सक्छ ।

यस्तो स्थितिमा उनीहरूको जोखिमतालाई आत्मसात् गरी गरिने सहयोगले अत्यन्तै महत्व राख्दछ । बाढी, भूकम्प, आगजनी जस्ता प्राकृतिक प्रकोपको स्थितिमा त्यस्ता व्यक्तिहरूको उद्धार गर्नु एवम् सहयोग गर्नु आवश्यक हुन्छ । यस्तो आपत्कालीन अवस्थामा कहिलेकाहीं उद्धारकर्ताहरूबाट समेत पनि हिंसा हुन सक्दछ । यसलाई उद्धार कार्यमा संलग्न सबै सङ्घसंस्था एवम् व्यक्तिहरूले बुझ्नु जरुरी हुन्छ ।

यस्तो स्थितिमा उद्धार कार्य सरल र सहज तरिकाले होस् एवम् जोखिमपूर्ण स्थितिमा रहेका व्यक्तिहरूको जोखिमतालाई मध्यनजर गरी कसैद्वारा पनि हिंसा नहोस् भन्नका लागि आचारसंहिताको आवश्यकता पर्दछ । जोखिमता कम गर्न ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने हुन्छ र त्यसका लागि सहयोगहरूको पहिचान एवम् सही कार्यान्वयन आवश्यक हुन्छ ।

विशेष अवस्थामा हुन सक्ने हिंसा रोकथामकालागि स्वास्थ्यको भूमिका र जिम्मेवारी

विशेष अवस्थामा हुने हिंसा रोकथामकालागि स्वास्थ्यकर्मीहरूले जहिले पनि निम्न कुराहरूमा ध्यान दिनु पर्दछ जस्तै :

- लैङ्गिकताको महत्व र मानवअधिकार पालनागरी गर्नु पर्दछ
- पीडित वा प्रभावितहरूको उद्धारकालागि तदारुकताका साथ विना कुनै भेदभाव वा विना कुनै स्वार्थ संलग्न हुनु पर्ने
- कानुनले अपराध ठहऱ्याएका कुनै पनि अपराधिक कार्य गर्नु हुँदैन
- उद्धार कार्यको सुरुदेखि नै आफू र आफ्ना मातहतका कर्मचारीहरूलाई यौनजन्य हिंसा ,रोकथामका उपायहरू तथा यसलाई नियन्त्रण गर्ने उपायहरूका बारेमा जानकारी गर्ने

- गराएको हुनु पर्दछ
- लैङ्गिक तथा सांस्कृतिक विविधताको विषयमा संवेदनशील भई कार्य गर्ने
- कहिलेकाहिँ कुनै सुरक्षाको सिद्धान्तसँग मेल नखाने किसिमका आकस्मिक खतराहरु पनि देखा पर्न सक्दछन् । जस्तै : कुनै अपरिचित व्यक्ति आई त्यहाँ रहेका महिला र बालबालिकाहरुलाई ललाई फकाई जबजस्ती यौन सम्बन्ध राख्ने, गर्भवती बनाउने वा बेचबिखनकोलागि लग्ने कार्यहरु हुन सक्छन् । यस्तो हुन नदिनका लागि स्वास्थ्यकर्मीले महिला र बालबालिकाहरुकोलागि विशेष व्यवस्था गर्नु पर्दछ ।

यसका अतिरिक्त निम्न कार्यहरु गर्नु पर्दछ :

क) तुरुन्तै गर्नुपर्ने सहयोग वा आकस्मिक सहयोग

द्वन्द्व र आपतकालीन अवस्थामा स्वास्थ्य सेवा लिन आउने व्यक्तिहरु एक दुईको संख्यामा हुँदैन धेरै जना को संख्यामा र निकै असक्त र घाइते अवस्थामा आउन सक्छ । त्यसकारण कसलाई उपचार गर्ने र कसलाई नगर्ने भनी तुरुन्त निर्णय गर्न गाह्रो हुनसक्छ । त्यसबेला स्वास्थ्य कार्यकर्ताले बिना पक्षपात प्रभावितको अवस्थालाई ध्यानमा राखी कसलाई बढी प्राथमिकता दिने भन्ने विचार गर्नुपर्छ । यसको लागि स्वास्थ्यकर्मीहरुले ठूलो समूहमा विरामी छुट्याउन सजिलो होस् भन्नको लागि पहिला तुरुन्तै उपचार नगरि नहुने, नगरेमा ५ मिनेट भित्रमा मृत्यु नै हुनसक्ने समूह एक ठाँउमा, अलि २, ३ घन्टापछि उपचार सुरु गरेपनि हुनेलाई एक ठाँउमा र साधारण मात्र चोटपटक लागेकोलाई एक ठाँउमा गरी छुट्याउन सकिन्छ । यसरी छुट्याउन सजिलो होस् भनेर हामीले रातो, नीलो, हरियो जस्ता रिबनहरुको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

ख) आवश्यक सहयोग र पूर्व तयारी

कुनै ठाँउमा बाढी, भूकम्प, आगजनी जस्ता प्राकृतिक प्रकोपको घटना भएको खबर पाउने बितिकै त्यसको नजिकको स्वास्थ्य सेवा केन्द्रमा त्यो घटनाबाट प्रभावितलाई ल्याउने कुरा स्वभाविकै हो । त्यसकारण ती प्रभावितहरु सेवा केन्द्रमा आउनुभन्दा अगाडि नै सम्पूर्ण व्यवस्थाहरु मिलाउनु पर्ने हुन्छ । जस्तै : आकस्मिक सेवामा प्रयोग हुने औषधिहरु, ड्रेसिङ्का सरसामग्रीहरु, बेडहरु, जनशक्ति, एम्बुलेन्सको व्यवस्था जस्ता कुराहरुको सुरुमै तयारी गरिराख्नु पर्ने हुन्छ ।

विषयबस्तु (ड) असल सेवा प्रदायकमा हुनुपर्ने गुणहरु

सक्रिय सुनाई :

हिंसा पिडित/प्रभावितहरुको पिडालाई राम्रोसँग सुन्नु पर्दछ । पिडितसंग कुरा गर्दागर्दै घडितिर

हेर्ने, कहिले हाई गर्ने, अन्य व्यक्तिसँग गफ गर्ने जस्ता कार्य गर्नाले पीडितले उसको कुरामा ध्यान नदिएको जस्तो हुने, मनोविमर्शकर्ताप्रति विश्वास नहुनेहुँदा उसले आफूमाथि भएको पीडा खुलेर भन्न सक्दैन ।

आदर सम्मान :

पीडितले जहिले पनि उसलाईको कुरालाई आदर गर्ने, उसको कुरालाई सम्मान पूर्वक सुन्ने र आफूलाई मन परेको व्यक्ति, आफ्नो कुरालाई खिल्ली नउडाउन, आफूलाई विश्वास लागेको व्यक्तिसँग मात्र आफ्नो कुरा भन्न सक्दछ । त्यसैले मनोविमर्शकर्ताले आफ्नो हाउभाउ र प्रभावित व्यक्तिसँगको व्यवहारले ठूलो भूमिका खेल्दछ । पीडितसँग आदरपूर्ण भाषाको प्रयोग हुनुपर्दछ । पीडितले आफूमाथि भएको घटनाको विवरण दिन नचाहेमा उनको निर्णयलाई आदर गर्नुपर्दछ । कहिले पनि पीडितले भनेको कुरा काट्नु हुदैन अर्थात उसले भनेको कुरालाई यस्तो पनि कहाँ हुन्छ र ? तपाईंले केही गल्ती गर्नु भयो होला र यस्तो घटना भएको होला भनी उसलाई निचा देखाउने गर्नु हुदैन । पीडितलाई तपाईंको पनि यो घटना हुनुमा केहि गल्ती थियो होला निःकृपया जस्ता शब्दहरु प्रयोग गर्नु हुदैन ।

गोपनीयता :

पीडितले आफ्ना कुराहरु राख्दा जहिले पनि आफूले विश्वास गरेको व्यक्तिसँग मात्र राख्न सक्दछ । मैले यो व्यक्तिलाई आफ्ना कुरा राख्यो भने मैले न्याय पाउँछु , उसले मेरो कुरा बाहिर कसैलाई पनि भन्दैन भन्नेलागेको व्यक्तिलाई मात्र आफ्नो कुराहरु भन्दछ । त्यसैले जहिले पनि पीडितको सुचना प्रति संवेदनशिल भई उसले भनेका कुराहरु गोप्य राख्नु पर्दछ । घटनालाई जहिले पनि कोड नं दिएर अभिलेखन राख्नु पर्दछ । यदि उसको घटना अदालत, पुलिस, अस्पताल वा अन्य कहीं रिपोर्ट भएको छ भने सो को मिति अभिलेखन गर्नु पर्दछ ।

फलोअप:

कहिलेकाँही सेवा लिन आउने पीडित एकलै नआई परिवारका अन्य सदस्य सँग आएको हुन सक्दछ, यस्तो अवस्थामा पीडितले आफ्ना पीडाहरु व्यक्त नगर्न पनि सक्दछ । यस्तो बेला सेवा मनोविमर्शकर्ताले अवस्था हेरी पीडितलाई एकलै राखी कुरा गर्नु पर्दछ, वा त्यो दिन सामान्य कुरा मात्र गरी अर्को दिनकोलागि बोलाउनु पर्ने हुन सक्दछ । अर्को दिन बोलाउँदा सकेसम्म पीडितलाई एकलै आउनकोलागि अनुरोध गर्न पर्दछ, ताकि पीडितले आफ्ना कुरा निर्धक्क भई राख्न सकोस । त्यसो भएमा मनोविमर्शकर्ताले पीडिताको समस्यालाई राम्रोसँग बुझ्ने मौका पाउदछ र आवश्यकता अनुसार फलोअपकोलागि बोलाउन सक्दछ ।

सत्र २ : विषयवस्तु (क) अभिलेखीकरण के हो ?

कुनै पनि घटनाहरूको सुरु देखिका विवरण तथा तथ्यांकहरू संकलन गरी चाहेको बेलामा सरल र सहज तरिकाले उपलब्ध गरी त्यसलाई प्रक्रियागत रूपमा न्यायको लागि पहल गर्न सकियोस् भन्ने उद्देश्यले तयार पारिएको विवरणात्मक र सुरक्षित दस्तावेज हो । जसमा घटना /विषयवस्तुमा आफूलाई आवश्यक परेका सूचना प्राप्त गर्ने, पाइएका सूचनाहरूलाई व्यवस्थित रूपमा राख्ने र आवश्यकता अनुसार सम्प्रेषण / प्रस्तुत गर्ने गरिन्छ । भविष्यमा प्रयोग गर्न सकिने गरी घटनासँग सम्बन्धित तथ्यहरूलाई संग्रह राख्नुलाई नै अभिलेखीकरण भनिन्छ । भविष्यमा आवश्यक पर्ने सूचनाहरूलाई सुरक्षित र व्यवस्थित तरीकाले राख्नु अभिलेखीकरण हो । व्यवस्थित तरीकाले अभिलेखीकरण गरिएको तथ्याङ्कहरू भविष्यमा पटक पटक प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ ।

कुनै पनि घटनामा भएको हिंसाहरूको पहिचान गर्ने र त्यस्ता हिंसाहरूसँग सम्बन्धित तथ्यहरू पत्ता लगाउने प्रक्रियाहरूलाई तथ्य संकलन भनिन्छ । कुनै पनि घटनाको तथ्य संकलनका नतिजाहरूलाई क्रमवद्ध तरिकाले लिखितरूपमा राख्ने प्रक्रियालाई अभिलेखनकरण भनिन्छ । तथ्य संकलन र अभिलेखीकरण एक अर्कासँग अभिन्न रूपमा सम्बन्धित प्रक्रियाहरू हुन् । त्यसैले यी प्रक्रियाहरूलाई अलग्याएर हेर्न मिल्दैन ।

घटना अभिलेखनकर्ताहरूले घटना अभिलेखन गर्दा ध्यान पुऱ्याउनु पर्ने बुँदाहरू

- घटना अभिलेखन कुन उद्देश्यको लागि गर्न लागिएको हो स्पष्ट थाहा हुनु पर्दछ
- अभिलेखन गरिएको सूचनाहरूको प्रयोग कसरी गरिने छ भन्नेबारेमा थाहा हुनु पर्दछ
- संकलन गरिएको सूचनालाई को को सँग , कसरी र के प्रयोजनका लागि भनिने छ सोको बारेमा जानकारी हुनु पर्दछ ।
- सूचना संकलन प्रकृयाबाट कसलाई फाइदा पुग्ने छ भन्ने थाहा हुनु पर्दछ
- संकलित सूचनाले चाहेको उद्देश्य पुरा गर्न सक्छ कि सक्दैन भन्ने कुराको एकिन हुनु पर्दछ
- संकलित सूचना माथि क-कसको पहुँच हुनेछ भन्नेबारेमा थाहा हुनु आवश्यक हुन्छ
- स्थानीय भाषा, संस्कृति, राजनैतिक परिवेशबारे थाहा पाउनु पर्दछ ।
- अभिलेखनको प्रकृयाले पीडित, पीडितको परिवार, पीडितलाई सहयोग गर्नेहरूको सुरक्षाको बारेमा संवेदनशील हुनुपर्दछ ।
- अभिलेखीकरणको तालिम प्राप्त व्यक्तिलाई मात्र महिला हिंसा सम्बन्धित अभिलेखीकरणमा संलग्न गराउनु पर्दछ ।

घटना अभिलेखीकरण गर्नु पूर्व नै अभिलेखनकर्ता स्वयंले माथि उल्लेख गरिएका कुराहरूमा प्रस्ट हुन जरुरी हुन्छ । यदी घटना अभिलेखनकर्तालाई सो घटना किन अभिलेखीकरण गरिएको हो भन्नेमा प्रष्ट नभएमा अभिलेखीकरणको उद्देश्य पूरा नहुन सक्छ । त्यसैले घटना अभिलेखन गर्ने व्यक्तिलाई

उक्त घटना के -का लागि अभिलेखीकरण गरिएको हो, त्यसका बारेमा स्पष्टता आवश्यक हुन्छ ।

घटनाको विवरण लिने प्रकृया :

- * घटनाको सत्य तथ्य पीडित व्यक्तिसँग वा उसका परिवार र आफन्तसंग
- * घटना घटेको स्थानमा पुगी तालिम प्राप्त अभिलेखनकर्ता आफैले विवरण संकलन गरी अभिलेखन गर्नु पर्दछ ।
- * प्रतिवेदनमा घटना घट्नु अघि र पछिका विवरणहरू स्पष्ट उल्लेख गरिएको हुनु पर्छ
- * पीडकसंगको पूर्व सम्बन्ध, वर्तमान सम्बन्ध र भविष्यमा रहने अनुमानित सम्बन्ध कस्तो छ उल्लेख हुनु पर्दछ ।
- * विस्तृत विवरण आउने गरी फरम पूरा भरिएको हुनु पर्दछ ।

सबुत प्रमाणहरू

- घटना सम्बन्धी ठोस प्रमाणहरूको बारेमा उल्लेख गर्नु पर्दछ जस्तै :
- मेडिकल रिपोर्ट
- सम्भव भएमा फोटो खिच्ने
- पुलिस रिपोर्ट
- लत्ता कपडा (प्राप्त भएमा)
- घटना घटेको देख्ने व्यक्तिको वयान

घटनाको अनुगमन :

- घटनाको अभिलेखन पश्चात पीडितको न्यायको लागि भई रहेको क्रियाकलापको बारेमा जानकारी हासिल गर्ने
- जानकारीलाई सम्बन्धित कार्यालयलाई उपलब्ध गराउने

सत्र ३: बिषयबस्तु (क) लैङ्गिक हिंसा अन्यका लागि बहुपक्षिय सरोकारवालाको भूमिका

स्वास्थ्य संस्थाको भूमिका :

स्वास्थ्य केन्द्रहरूले के कुरालाई बिर्सन हदैमा भने मेरो सानो गल्ली र लापरबाहिबाट एक महिलाले पाउदैनु पर्ने अधिकार र न्यायबाट बन्चित नहोस । त्यसकारण स्वास्थ्य परिक्षण गरि त्यस्को एकदम स्पष्ट ढंगले त्यस्को प्रतिवेदन तयार गरि सम्बन्धीत निकायहरूमा पठाउनुपर्ने हुन्छ । अर्को कुरा भनेको विरामी जोसुकै होस प्रहरी होस या आतंककारी होस डाक्टरको लागि ती प्रभावित व्यक्ति

पहिला बिरामी हो एक स्वास्थ्य कर्मिको पहिलो कर्तव्य भनेको बिरामी हालतमा स्वास्थ्य केन्द्र आएका मान्छेलाई स्वास्थ्य सेवा दिने हो, यसलाई सधैं मनन गर्नुपर्ने हुन्छ। यसका साथै पिडितको स्वास्थ्य कार्यकर्ताले गर्ने व्यवहार निम्नानुसार हुनुपर्छ।

- सम्मान जनक व्यवहार गर्ने
- आदर बाचक शब्दहरूको प्रयोग गर्ने, पिडितको अधिकारको सम्मान गर्ने।
- प्रभावितलाई विश्वास दिलाउने कि तपाईंलाई स्वास्थ्य उपचार दिन हामी प्रतिबद्ध छौं, तपाईं डराउनु पर्दैन, तपाईंले भनेका कुराहरू हामीबाट बाहिर जादैन तपाईंले हामीलाई आफूलाई भएका कुराहरू निसंकोच भन्नुहोला।
- पिडितले भनेका घटनाका कुराहरू राम्ररी ध्यानले सुन्ने।
- पिडितलाई घटनाको बारेमा भन्न अघेरा जस्तो भएको खण्डमा चित्रको माध्यमबाट, लेख्न लगाएर पनि घटनाको जानकारी लिनुपर्ने हुनसक्छ।
- घटनाको बारेमा कारणको जानकारी लिन पिडितलाई घटनाको चर्चा गर्नु गर्न लगाउने र घटनाको निचोडमा पुग्ने।
- पिडितमा देखिएको लक्षण अनुसार उपचार गर्ने एककउतकवतष तचभवक्तभलत० गर्ने।
- घाउजाच केश फारम भरी सम्बन्धीत निकायमा पठाउने।
- महिला हिंसामा काम गरिरहेको संस्थाहरूमा आवश्यक सहयोग को लागि अनुरोध गर्ने।
- पिडितको कुरालाई गोपनीयता कायम राख्ने।
- पिडितको पाउने उपचार निशल्क व्यवस्था स्वास्थ्य संस्थाले गरिदिनुपर्छ।
- स्वास्थ्य संस्थामा महिला मैत्री वातावरण बनाउने।

न्याय क्षेत्रको भूमिका:

लैंगिक हिंसा हुनुको प्रमुख कारणमा एक कारण हो विभेदपूर्ण नीतिगत व्यवस्था (असमान कानून)। नेपालमा बनेका कानुनी प्रक्रियाले पनि लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसालाई प्रोत्साहन दिइरहेको अवस्था छ त्यसकारण त्यस्ता विभेदपूर्ण नीतिगत व्यवस्था (असमान कानून) लाई समयको माग अनुसार परिवर्तन गरि लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसालाई न्यून गर्नु न्याय क्षेत्रको जिम्मेवारी हो।

व्यक्तिको भूमिका

- आफ्नै भित्र हुने हिंसा र दुर्ब्यवहारलाई रोकने।
- हिंसाबाट पीडित व्यक्तिलाई सहयोग गरेर।
- लैङ्गिकतामा आधारित हिंसाको बारेमा मुकदर्शक नबनी यस्को विरुद्ध सक्रिय सहभागिता जनाएर

- लैङ्गिकतामा आधारित हिंसाको आफैले महसूस गरी यसलाई गम्भीर समस्याको रूपमा महसूस गरेर ।

पुरुषको भूमिका

- हिंसा गर्नु पुरुषको जन्मजात गुण होइन यो त उसले अरुबाट सिकेको कुरा हो भन्ने कुरालाई आत्मसात गरेर
- महिलाहरूको कुरालाई पनि सुन्ने र सम्झने प्रयास गरेर
- महिलाहरूलाई घरपरिवार भित्र, काम गर्ने ठाँउ र सार्वजनिक ठाँउहरूमा सुरक्षा दिने प्रयास गरेर
- अरु पुरुषहरूलाई पनि पुरुषत्व भनेको अरुलाई नियन्त्रण गर्ने शक्ति हो भन्ने किसिमको भावनाबाट बाहिर ल्याउने प्रयास लगाएर ।

युवा समूहको भूमिका

- घर परिवारभित्र हुने हिंसा र दुर्ब्याहारलाई बुझ्ने र रोक्ने प्रयास गरेर
- हिंसाबाट पीडितलाई परामर्श वा अन्य प्रकारको सहयोग गरेर
- आफूहरूले कहिल्यै कसैलाई दुर्ब्यवहार नगर्ने प्रण गरेर
- हिंसा गर्ने व्यक्तिलाई सजाय गराएर
- आफ्नो उमेर समूहका व्यक्तिहरू मिली संगठित भएर हिंसामा परेकालाई सहयोग गरेर ।
- हिंसा गरिरहने व्यक्तिलाई उसको व्यक्तिगत कुरा हो भनी वेवास्ता नगरी उसलाई अपराधीको रूपमा लिएर सजाय दिन लगाउने र पीडित पक्षलाई न्याय दिने प्रयास गरेर ।
- महिलाहरू पुरुषको अधिनमा रहनु पर्छ भन्ने सामाजिक मान्यतालाई परिवर्तन गराउन प्रयास गरेर ।

समुदायको भूमिका

- समुदायमा विद्यमान सबै किसिमका हिंसाहरूको पहिचान र प्रतिरक्षा गर्ने
- महिला र बालिका विरुद्ध रहेका सांस्कृतिक मूल्य र मान्यताहरूलाई परिवर्तन
- समाज परिचालित भएर

प्रेषण (Refer)

त्यसै गरी आफ्नो सेवा केन्द्रबाट उपचार हुन नसक्ने अवस्थाका विरामीलाई सही ठाउँमा प्रेषण गर्नुपर्ने हुन्छ । त्यसको लागि एम्बुलेन्सको व्यवस्था मिलाउने पर्ने हुन्छ ।

प्रेषण भनेको के हो ?

काम गर्दाको दौरान आईपरेका समस्याहरु लाई ध्यानमा राखी आफुले समाधान गर्न नसकेका केसहरुलाई समाधानका लागि अन्य संस्था मा पठाउनुलाई रेफर (प्रेषण) भनिन्छ ।

प्रेषण संजाल बिस्तार गर्नु अघि ध्यान पुऱ्याउनु पर्ने कुराहरु

- अन्य संस्थाहरु सँग समन्वय र सम्बन्ध स्थापना
- आफ्नो संस्थाले गरेको कार्यहरुबारे स्पष्टता
- समाजका प्रबुद्ध व्यक्तिहरुसँग छलफल
- पीडितको गोपनीयता र सुरक्षा
- विश्वसनीयता
- समस्याबारे सम्वेदनशील
- कर्मचारीहरुलाई सचेतना कार्यक्रम

प्रेषण गर्ने संस्थाहरु

- प्रहरी
- अदालत
- स्थानीय प्रशासन (जि.वि.स., गा.वि.स., नगरपालिका)
- सामुदायिक संस्थाहरु तथा सहयोगी समूहहरु
- सामुदायिक तथा धार्मिक नेता



संयुक्त राष्ट्र जनसंख्या कोष



ओरेक नेपाल