लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसा सम्बन्धी सुचना सामाग्री

लैंगिक विभेदमा आधारित हिंसा:

कुनै पनि व्यक्तिलाई उ महिला पुरूष वा लैंगिक तथा यौनिक अल्पसंख्यक भएकै कारणले गरिने शारीरिक मानसिक र यौनिक रूपले पीडा दिने वा पुऱ्याउने खालका काम तथा सम्पूर्ण विभेदपूर्ण हिंसात्मक व्यवहारहरू नै लैगिंक विभेदमा आधारित हिंसा हो । लिङ्गको आधारमा गरिने भेदभाव, असमान व्यवहार एवं कसुरजन्य क्रियाकलापहरू लैङ्गिक हिंसा भित्र पर्दछन् । जुन सामाजिक लैङ्गिक विभेदबाट निर्देशित भइ गरिएको हुन्छ र यसलाई परिवर्तन गर्न सकिन्छ ।

लैंगिक हिंसाका स्वरूपहरूः

घरेलु हिंसा, (कुटपिट, घर निकाला, स्रोत साधनबाट वञ्चितिकरण लगायतका हिंसाहरू) वैवाहिक बलात्कार, दाईजो सम्बन्धी हिंसा, बालविवाह, बहुविवाह, बालिका भ्रुण पहिचान गरी गरिने गर्भपतन, बोक्सीको आरोप लगाई गरिने हिंसाहरू, छाउपडी र त्यस्तै प्रकारका महिनावारीका समयमा गरिने विभेदपूर्ण व्यवहारहरू, र यौन शोषणका लागि हुने बालिका र महिलाको बेचबिखन आदि नेपालमा लैगिंक विभेदमा आधारित हिंसाका स्वरूपहरू हुन् । यस्ता प्रकारका हिंसाबाट प्रभावित व्यक्तिहरू विशेषगरी महिला तथा किशोरीहरूमा शारीरिक तथा मानसिक दुवै प्रकारका प्रभावहरू पर्ने गरेको छ । तर यसको प्रभाव परिवार व्यक्तिमा मात्र सिमित छैन । यस्ता हिंसाहरूले परिवार, समाज र राष्ट्र सबैस्तरमा प्रभाव पारेका छन् ।

शारीरिक हिंसाः

कुटपिट, जबरजस्ती गर्भपतन गर्न लगाउनु, महिला तथा बालबालिकालाई कामको बोझ थपेर दुःख दिनु जस्ता व्यवहारहरूका साथै महिला तथा बालबालिकाको शरीरलाई लक्षित गरी पीडा पुऱ्याउने सबै प्रकारका व्यवहारहरूलाई शारीरिक हिंसा भनिन्छ । बालबालिकालाई उसको शारीरिक क्षमता भन्दा बढी काम लगाउनु वा लामो समयसम्म फुर्सद वा आरामको समय नदिई काममा लगाउनु, बालबालिकालाई कुटपिट गर्ने तथा शारीरिक दण्ड सजायँ दिने पनि शारीरिक हिंसा भित्र पर्दछ ।

मानसिक हिंसा:

महिला तथा बालबालिकालाई भेदभाव गर्ने, गालीगलौज गर्ने, अपशब्द बोल्ने, धम्क्याउने, अरूका अगाडि होच्याउने, हेला तिरस्कार गर्ने, इच्छा विपरीत काम गर्न दबाव दिने, उपेक्षा, दुर्व्यवहार गर्ने जस्ता कामहरू मानसिक हिंसा हुन् । दाईजो नल्याएको निहुँमा महिलाहरू र उनका सन्तानहरूलाई दिईने दबाब त्यस्तै गरी हिंसामा परेका महिला तथा बालबालिकाहरूलाई परिवार लगायत समुदायले गर्ने तिरस्कार, अपहेलना र भावनात्मक दुर्व्यवहारहरू मानसिक हिंसा हुन् ।

सामाजिक तथा सांस्कृतिक हिंसा:

विभेदपूर्ण सामाजिक मूल्य मान्यताबाट निर्देशित भई, परम्परा तथा संस्कृतिका आडमा महिला, तथा बालबालिकामाथि समाजकै व्यक्तिहरूबाट हुने हिंसालाई सामाजिक हिंसा भनिन्छ । झुमा, देउकी, बादी, बोक्सीको आरोपमा गरिने दुर्व्यवहार, वैदेशिक रोजगारीमा गएका पुरूषका श्रीमतीहरूलाई लान्छना लगाउनु, कुमारी जस्ता संस्कृतिलाई आधार बनाई गरिने हिंसा, छाउपडी, बालविवाह, बहुविवाह जस्ता धर्म र संस्कृतिको आडमा गरिने अपराधका साथै सुत्केरी, रजस्वला जस्ता महिलाको शारीरिक क्रियासँग सम्बन्धित अवस्थाहरूमा गरिने छुवाछुत, भेदभाव जस्ता सम्पूर्ण व्यवहारहरू सांस्कृतिक हिंसा अन्तर्गत पर्दछन् । यस्ता हिंसा भित्र अनमेल विवाह अर्थात किशोरी वा महिलाहरूको उमेर नमिल्दो पुरूषहरूसँग विवाह गरिनु पनि पर्दछ ।

यौनजन्य हिंसा :

महिला तथा बालबालिकाको ईच्छा विपरीत जबरजस्ती करणी गर्ने, यौन अङ्गहरु तथा संवेदनशील अंगहरुमा छुने, सुम्सुम्याउने, अश्लील शब्दहरुको प्रयोग गर्ने, जिस्काउने, अश्लील चित्र, दृश्य वा फिल्महरु देखाउने जस्ता कार्यहरू यौनिक हिंसा भित्र पर्दछन् । यस भित्र बलात्कार, वैवाहिक बलात्कार, यौन दुर्व्यवहार, यौन दुराचार, यौन शोषण गर्ने जस्ता हिंसाहरू पर्दछन् । यौन हिंसामा बुझ्नु पर्ने कुरा के हो भने यौन हिंसा महिला तथा बालिकालाई मात्र हुन्न पुरूष विशेष गरी बालक र लैंगिक तथा यौनिक अल्पसंख्यक समूहका व्यक्तिहरूमाथि पनि यौन दुर्व्यवहार, शोषण हुने गर्दछ ।

माथि उल्लेखित दृश्यहरू हाम्रा समाजमा घटिरहेका लैंगिक हिंसाका उदाहरण मात्र हुन् । जुन व्यक्तिको शक्ति, सम्पत्ति र हैकमवादी सोचका कारण शक्तिविहिन वर्गहरू जो समाजमा पछाडि पारिएका छन् ती वर्ग, समुह वा व्यक्तिमाथि वढी भएको पाईएको छ ।

लैंगिक हिंसाको असर तथा प्रभावहरू:

- शारीरिक हिंसाका कारण महिला तथा बालबालिकाहरू विभिन्न रोगहरूबाट ग्रसित हुने, अङ्गभङ्ग हुने, आत्मबल घट्ने तथा सामाजिक कार्यहरूमा सहभागी हुन नसक्ने गरि असरहरू पर्न सक्दछ ।
- यौनिक हिंसाबाट महिला तथा बालबालिकाहरूमा अनिश्चित गर्भ रहने, गर्भपतन हुने, यौनाङ्ग क्षतविक्षत हुने, ढाड कम्मर दुख्ने, तल्लो पेटको संक्रमण हुने, यौन रोगहरू तथा एच.आई.भीको जोखिम हुन सक्दछ ।
- मानसिक हिंसाबाट महिला तथा बालबालिकामा मानसिक असन्तुलन, मुटुको रोग, मधुमेह आदि जस्ता विभिन्न रोगहरू लाग्न सक्दछन् । महिलाहरूमा आत्मविश्वासको कमि भई काम गर्न मन नलाग्ने, एक्लोपन जस्ता मनोसामाजिक समस्याहरू देखा पर्न सक्छन् ।
- सामाजिक/सांस्कृतिक हिंसाका कारण महिला तथा बालबालिकाहरूको शारीरिक बौद्धिक विकासमा अवरोध हुने, दाईजोका कारण आत्महत्या हुन सक्ने, सानो उमेरमा विवाहले गर्दा धेरै बच्चा जन्माउन बाध्य गराईनुले स्वास्थ्य विग्रने, महिनावारी हुँदा बाहिर बस्नुपर्ने बाध्यताहरूले थप जोखिम निम्त्याउनुका साथै किशोरीहरूको पढाईमा समेत बाधा पुग्ने तथा बैदेशिक रोजगारीमा गएका पुरूषका श्रीमतीहरूमाथि समाजले चारित्रिक लान्छना लगाई उनीहरू आत्महत्या गर्न बाध्य हुनसक्छन् ।

लैंगिक हिंसाबाट कसरी बच्ने ???

आफूमाथि भएका हिंसाको प्रतिकार गरौं । सहेर नबसौं ।

वालविवाह विरुद्ध आवाज उठाऔं ।

सामाजिक संजालको प्रयोग गरी सुसुचित होऔं ।

सचेतनामुलक कार्यक्रममा सहभागीता जनाऔं ।

आफूमाथि भएको अन्यायका बारेमा मनमिल्ने साथीलाई भनौं ।

नजिकको प्रहरी कार्यालयमा गई घटनाको बारेमा उजुरी गरौं ।

कानुनी परामर्श लिऔं । जिल्ला कानुनी सहायता केन्द्रमा यस्ता सेवा निशुल्क पाईन्छ ।

सम्बन्धित सहयोगी निकायलाई घटनाको बारेमा तत्काल फोनमा जानकारी गराऔं ।

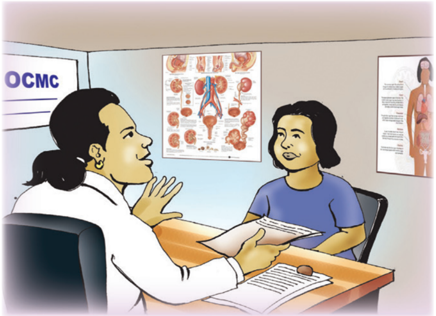
तालिम प्राप्त मनोविमर्शकर्तासँग मनोविमर्श सेवा लिऔ । सबैसेवा एकैस्थानबाट लिन ओसिएमसी जाऔं ।

महिला तथा किशोरी माथि हिंसा हुनु भनेको मानव अधिकारको हनन हो । हिंसा गर्नु र सहनु दुवै गलत हो । हिंसा सहेर नबसौं समयमै यसको प्रतिकार गरौं, समयमै सम्बन्धित निकायमा रिपोर्ट गरौं ।

कहाँ के सहयोग पाईन्छ ?

यदि तपाई कुनैपनि निकायमा आफुमाथि भएका हिंसाको उजुरी गर्न जाँदै हुनुहुन्छ भने नआत्तिनुहोस् तपाईलाई सेवा प्रदान गर्ने निकायले तपाईको सुचना गोप्य राख्दछन् ।

सहयोगी निकायहरु



हिंसा गर्नु र सहनु दुवै अपराध हो । यसर्थ बालिका तथा महिलामाथि कुनै पनि प्रकारको हिंसा भएमा/वा थाहा पाउनुभएमा तल उल्लेखित स्थानहरुमा तुरुन्त खबर गर्नुहोला ।

निशुल्क फोनहरू

सहयोगी संस्थाको नाम	
महिला पुनर्स्थापना केन्द्र (ओरेक) हटलाईन नं	:१६६० ०१ ७८९१० काठमाण्डौं
ओरेक विराटनगर हटलाईन नं.	: १६६०२१५२०००
ओरेक दाङ	: १६६०८२५६१११
नेपाल प्रहरीको निशुल्क फोन	: १००
बालबालिका, बालहेल्पलाईन	: १०९८
राष्ट्रिय महिला आयोगको पैसा नलाग्ने फोन	: ११४५
बालबालिका खोजतलाश केन्द्र	: १०४

"लैंगिक हिंसा विरुद्ध सबै एकजुट भई आवाज उठाऔं र समानतामुलक समाजको निर्माणमा अघि बढौं"

महिला पुनर्स्थापना केन्द्र (ओरेक)
पो.ब.नं. १३२३३, काठमाडौं, नेपाल
टेलिफोन : (९७७)- ०१-५१८६३७४, ०१-५१८६०७३ (केन्द्रिय कार्यालय)
हटलाईन : १६६०-०१-७८९१०, Email : ics@worecnepal.org

सहयोग
UNFPA