Jinsi ya kuwasaidia manusra wa unyanyasaji wa kijinsia wakati mtetezi wa GBV hayupo katika eneo lako

KIJITABU CHA MWONGOZO CHA HATUA KWA HATUA KWA WATENDAJI WA KIBINADAMU

JE, KIJITABU CHA MWONGOZO NI NINI?

Kijitabu cha Mwongozo na nyenzo[1] zake hutoa maelezo kwa **watendaji wote wa kibinadamu** kuhusu:

- **Jinsi ya kumsaidia manusra wa unyanyasaji wa kijinsia (GBV)**
- **Ambao wanafunua matukio yao ya GBV kwako**
- **Katika mazingira ambayo hakuna mtetezi wa GBV (kwa kujumuisha njia ya rufaa au kituo cha masuluhisho ya GBV) anapatikana.**

Kijitabu cha Mwongozo hutumia viwango vya kilimwengu katika kutoa msaada wa kimsingi na maelezo kwa manusra wa GBV bila kusababisha madhara zaidi. Tunahimiza utumiaji wa raslimali hii katika mazingira yako kwa msaada wa mtaalamu wa GBV na katika namna ambayo inadumisha mbinu inayomlenga manusra.

Huku Kijitabu cha Mwongozo kikitumia mtindo wa Huduma ya Kwanza ya Kisaikolojia (Psychological First Aid (PFA)) (Jiandae, Angalia, Sikiliza na Unganisha), ufahamu wah apo nyuma na mafunzo ya PFA hayahitajiki. Mafunzo ya kina ya PFA yanahimizwa.

SEHEMU	UKURASA	TUMIA KWA
Ujumbe muhimu	2 - 3	Mwongozo wa haraka
Mti wa uamuzi	4	
Karatasi ya Maelezo kuhusu huduma zinazopatikana	5 - 6	
Mambo ya Kufanywa, ya Kutofanywa na ya kusema Angalia Sikiliza Unganisha	7-10	
Mwongozo wa hatua kwa hatua Kutafuta msaada & PSEA Jiandae, Angalia, Sikiliza & Unganisha	11 - 15	Kujiandaa na kupata elimu na maarifa ya kushughulikia
Watoto na vijana	16 - 20	Mwongozo wa haraka kwa Watoto na vijana chini ya miaka 18

1 Kuandamana na Kijitabu cha Mwongozo ni Dokezo la Historia na Vidokezo kwa Mtumiaji/Jinsi ya Kuongoza.

UJUMBE MUHIMU

- **Kila mara zungumza na mtaalamu wa GBV kwanza** ili kuelewa ni huduma zipi za GBV zinazopatikana katika eneo lako. Baadhi ya huduma zinaweza kupatikana kwa namna ya simu ya moja kwa moja, programu ya simu au msaada mwingine wa mtandaoni.
- **Fahamu huduma nyingine zozote zinazopatikana** katika eneo lako. Tambua huduma zinazotolewa na washirika wa kibinadamu kama vile afya, msaada wa kisaikolojia, makazi na bidhaa zisizo za chakula. Zingatia huduma zinazotolewa na jamii kama vile misikiti/makanisa, vikundi vya kina mama na Mashirika ya Huduma za Walemavu.
- **Kumbuka jukumu lako.** Toa sikio la kusikiliza, bila kuhukumu. Toa maelezo sahihi, yaliyosasishwa kuhusu huduma zinazopatikana. Wacha manusra wafanye maamuzi yao wenyewe. Fahamu mambo unayoweza na usiyoweza kushughulikia. Hata bila mtetezi wa GBV katika eneo lako, kunaweza kuwa na washirika wengine, kama vile ulinzi wa mtoto au mtaalamu wa afya ya kiakili, ambaye anaweza kuwasaidia manusra ambao wanahitaji huduma na msaada wa ziada. Omba idhini ya manusra kabla ya kuwaunganisha kwa mtu yeyote. Usimlazimishe manusra ikiwa anakataa.
- **Usiwatambue au kuwatafuta manusra wa GBV kwa makini.** Patikana ikiwa mtu anaomba msaada.
- **Kumbuka mamlaka yako.** Watendaji wote wa kibinadamu wana mamlaka ya kutoa msaada bila hukumu wala ubaguzi kwa watu walio na uhitaji bila kujali: jinsia, mvuto wa kingono, utambulisho wa jinsia, hali ya ndoa, hali ya ulemavu, umri, kabila/dini, nani aliyefanya unyanyasaji, na hali ambayo unyanyasaji ulifanywa.

Tumia mbinu inayomlenga manusra kwa kutenda haya:

- **Heshima:** hatua zote unazochukuwa zinaongozwa na heshima kwa maamuzi, mapendeleo, haki na hadhi ya manusra.
- **Usalama:** usalama wa manusra ni kipau mbele cha kwanza.
- **Usiri:** watu wana haki ya kumchagua mtu ambaye watamweleza au kutomweleza hadithi yao. Kudumisha usiri kunamaanisha kutoshiriki maelezo yoyote kwa mtu yeyote.
- **Bila ubaguzi:** kutoa huduma sawa na ya haki kwa mtu yeyote anayehitaji msaada.
- **Ikiwa huduma za afya zipo, kila mara toa maelezo kuhusu kinachopatikana.**

- Shiriki unachofahamu, na muhimu sana elezea usilolifahamu. Wacha manusra aamue ikiwa anataka kuzifikia. Kupokea huduma bora za kimatibabu ndani ya saa 72 kunaweza kuzuia kuambukizwa maambukizi ya kingono (STIs), na ndani ya saa 120 kunaweza kuzuia mimba zisizohitajika.
- Toa nafasi ya watu walio na ulemavu kuwasiliana nawe bila uwepo wa wahudumu wao, ikiwa wanapendelea hivyo na hakuhatarishi au kusababisha hofu katika uhusiano huo.
- Ikiwa mwanaume au mvulana anabakwa haimaanishi yeye ni shoga au mwenye jinsia mbili. Unyanyasaji wa kijinsia unalingana na nguvu wala si jinsia ya mtu.
- Wadhaifu kingono na kijinsia mara nyingi wapo katika hatari kuu ya kudhuriwa na kunyanyaswa kwa sababu ya mvuto wao wa kingono na/au utambulisho wa jinsia. Sikiliza kwa makini na tafuta kuwasaidia manusra wote.
- Mtu yeyota anaweza kutenda kitendo cha unyanyasaji wa kijinsia kwa kujumuisha mpenzi, mshiriki wa mapenzi, mwanafamilia, mtunzaji, shemeji, mgeni, mzazi au mtu anayebadilisha pesa au bidhaa ili kupata kitendo cha ngono.
- Mtu yeyote anaweza kuwa manusra wa unyanyasaji wa kijinsia—hii inajumuisha, wala si tu watu waliooana, watu wazee au watu wanaojishughulisha na kazi ya kingono.
- **Linda utambulisho na usalama wa manusra. Usiandike chini, kupiga picha au kushiriki kwa maneno maelezo yoyote ya kibinafsi/ya kutambulisha kumhusu manusra au tukio lao, kwa kujumuisha na msimamizi wako. Weka mbali simu na kompyuta ili kuepuka wasiwasi kwamba sauti ya manusra inarekodiwa.**
- Maelezo ya kibinafsi/ya kutambulisha yanajumuisha jina la manusra, jina la m(wa)nyanyasaji, tarehe ya kuzaliwa, namba ya usajili, anwani ya nyumbani, anwani ya kazini, eneo ambalo Watoto wao wanaenda shuleni, saa kamili na mahali ambapo tukio lilitokea n.k.
- Shiriki maelezo ya kijumla, yasiyotambulisha
  - —Kwa washiriki wa timu au sekta yako katika juhudi ya kufanya mpango wako kuwa salama.
  - —Kwa mtandao wako wa msaada wakati unatafuta huduma ya kujitunza na himizo.

"Nimefahamu ya kwamba watu wanapata unyanyasaji karibu nae neo la maji kwa sababu limejitenga na lipo mbali. Tunaweza kujaribu kupunguza unyanyasaji huu kwa kuhimiza kutumia eneo la maji lililo karibu, au kuhimiza kuchota maji katika vikundi, au…"

"Mtu alishiriki nami tukio la kitu kibaya kilichowatendekea. Siwezi kushiriki maelezo, lakini ninahitaji msaada kuhusiana na jinsi mwingiliano huu unaniathiri."

MTI WA UAMUZI

Kwa watoto na vijana, nenda kwenye ukurasa wa 16.

JIANDAE

Fahamu huduma zinazopatikana.

Tukio la GBV linafunuliwa kwako...

...

Na mtu mwingine…

Toa maelezo yaliyosasishwa na sahihi kuhusu huduma zozote na msaada unaoweza kupatikana kwa manusra. Mhimize mtu kushiriki maelezo haya kwa usalama na kwa usiri kwa manusra ili waweze kufunua wanavyopenda. **DOKEZO: USIWATAFUTE manusra wa GBV.**

Na manusra mwenyewe...

ANGALIA & SIKILIZA
(rejelea ukurasa wa 7 & 8)

Jitambulishe. Uliza jinsi unavyoweza kusaidia. Weka heshima, usalama, usiri na kutobagua.

Je, mtetezi wa GBV/njia ya rufaa inapatikana?

Fuata njia ya rufaa ya GBV kumfahamisha manusra kuhusu huduma zinazopatikana za GBV na umpatie rufaa ikiwa unapewa idhini na manusra.

UNGANISHA (rejelea ukurasa wa 9 & 10). Wasilisha maelezo sahihi kuhusu huduma zinazopatikana.

Je, manusra amechagua kuunganishwa kwa huduma yoyote?

Wasilisha maelezo ya kina kuhusu raslimali/huduma zinazopatikana kwa kujumuisha jinsi ya kuzifikia, saa na maeneo yanayofaa, vituo vya masuluhisho katika huduma, machaguo ya usafiri salama n.k. Usishiriki maelezo kumhusu manusra au tukio lao kwa mtu yeyote bila ya idhini ya kipekee na kwa ufahamu wa manusra. Usirekodi maelezo ya tukio au vitu vya kumtambulisha manusra kibinafsi.

Dumisha usiri. Elezea kwamba manusra anaweza kubadilisha mawazo yake na kutafuta huduma kwa wakati wa baadaye. Ikiwa huduma ni za muda mfupi, za kusongezwa au zinapatikana kwa muda uliopimwa, toa maelezo ya ni lini huduma hizi zitakoma kupatikana.

Adapted from the Shelter Cluster's GBV Constant Companion (www.sheltercluster.org/gbv).

KARATASI YA MAELEZO

Jaza karatasi hii ya maelezo kwa huduma katika eneo lako na uiweke kwenye sehemu ambayo ni rahisi kufikiwa.

Fanya kazi na mtaalamu wa GBV, kiongozi wa timu yako na washiriki ili kutambua (1) huduma zinazopatikana zinazotolewa na washirika wa kibinadamu na (2) huduma za kijamii kama vile vikundi vya kidini/sehemu za ibada, vikundi vya kina mama, Mashirika ya Watu Walemavu n.k.

Ulinzi wa Mtoto	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	
Afya ya Kiakili/ msaada wa kisaikolojia	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	
Afya	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	
Afya ya kingono na uzalishaji	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	
Bidhaa zisizo za chakula/ SAFISHA kwa kujumuisha	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	
Makazi	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	

Kisheria	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	
Chakula na Lishe	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	
Huduma za wanarika/ vijana	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	
Huduma za watu walio na ulemavu	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	
Huduma za wadhaifu wa kingono na kijinsia	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	
Huduma za mtoto au nyumba zinazoongozwa na mwanamke	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	
Nyingine	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	
Nyingine	**Maelezo:**	
	Sehemu za Masuluhisho:	

DO'S, DON'TS AND WHAT TO SAY

For children and adolescents, go to page 16

ANGALIA

MAMBO YA KUFANYA	MAMBO YA KUTOFANYA

MAMBO YA KUFANYA

- ✓ **MRUHUSU** manusra kukufikia. Sikiliza mahitaji yao.
- ✓ **MRUHUSU** jinsi unavyoweza kumsaidia kwa mahitaji ya kimsingi na ya dharura kwanza. Manusra wengine wanaweza kuhitaji huduma ya kimatibabu ya haraka au nguo.
- ✓ **MRUHUSU** manusra ikiwa anahisi sawa kuzungumza nawe katika eneo uliloko sasa. Ikiwa manusra ameambatana na mtu, usichukulie kwamba ni salama kuzungumza na manusra kuhusu tukio lao mbele ya mtu huyo.
- ✓ **TOA** msaada wa kuonekana kama vile kumpa maji, sehemu ya siri ya kuketi, karatasi shashi n.k.
- ✓ **FANYA**, kwa ubora wa uwezo wako, kumuuliza manusra kumchagua mtu ambaye ako sawa naye kumtafsiria na/au kuwasaidia ikiwa inahitajika.

MAMBO YA KUTOFANYA

- ✖ **USIMPUUZE** mtu anayekufikia na kushiriki kwamba amepitia jambo baya, jambo lisilokuwa zuri, jambo lisilokubalika na/au unyanyasaji.
- ✖ **USILAZIMISHE** msaada kwa watu kwa kuwa mtu wa kuingilia au kusukuma.
- ✖ **USIKASIRIKE.** Kuwa mtulivu.
- ✖ **USIMLAZIMISHE** manusra kushiriki maelezo zaidi kuliko yale anayohisi kuwa sawa kushiriki. Maelezo ya jambo lililotokea na lilimtokea nani si muhimu au kuhitajika kwa jukumu lako katika kusikiliza na kutoa maelezo kuhusu huduma zinazopatikana.
- ✖ **USIULIZE** ikiwa mtu amepitia GBV, amebakwa, amegongwa n.k.

Mifano ya mambo ya kusema…

- "Unaonekana kuwa na uchungu mwingi sasa, je, ungependa kwenda katika kliniki ya afya?"
- "Je, mahali hap ani SAWA kwako? Je, kuna mahali pengine unapoweza kuhisi vizuri? Je, unahisi sawa kufanya mazungumzo hapa?"
- "Je, ungependa kupata maji? Tafadhali hisi kuwa huru kuketi."

SIKILIZA

MAMBO YA KUFANYA	MAMBO YA KUTOFANYA
✓ **FANYA** kutumia maelezo yoyote yaliyoshirikiwa kwa usiri. Ikiwa unahitaji kutafuta ushauri au mwongozo kuhusu jinsi ya kumsaidia manusra vyema zaidi, omba idhini ya manusra ili kuzungumza na mtaalamu au mwenzako. Fanya hivyo bila kusema maelezo ya kumtambulisha manusra kibinafsi.	✖ **USIFANYE** kuandika chochote chini, kupiga picha za manusra, kurekodi mazungumzo kwenye simu au kifaa kingine, au kuwafahamisha wengine kwa kujumuisha vyombo vya Habari.
✓ **FANYA** kudhibiti matarajio yoyote kuhusu vikwazo vya usiri wako, **ikiwa yanatumika katika mazingira yako.** [2]	✖ **USIFANYE** kuuliza maswali kuhusu jambo lililotokea. Badala yake, sikiliza na uulize unachoweza kufanya ili kusaidia.
✓ **FANYA** kudhibiti matarajio ya jukumu lako.	✖ **USIFANYE** kulinganisha tukio la mtu kwa jambo jingine lililomtokea mtu mwingine. Usiwasiliane kwamba hali "si jambo kubwa" au si la maana. Linalojalisha ni jinsi manusra anavyohisi kuhusu tukio lao.
✓ **FANYA** kusikiliza sana kuliko unavyozungumza.	✖ **USIFANYE** kushuku au kupinga jambo analokuambia mtu. Kumbuka jukumu lako ni kusikiliza bila kuhukumu na kutoa maelezo kuhusu huduma zinazopatikana.
✓ **FANYA** kusema matamko mengine ya kufariji nay a kusaidia; sisitiza kwamba jambo lililowatokea halikuwa makosa yao.	

Mifano ya mambo ya kusema…

- "Ni jinsi gani ninavyoweza kukusaidia?"
- "Kila kitu tunachozungumza pamoja kinasalia kwetu pekee. Sitashiriki chochote bila idhini yako."
- "Nitajaribu kukusaidia kadri ninavyoweza, lakini mimi si mshauri. Ninaweza kushiriki maelezo yoyote niliyo nayo kuhusu msaada unaopatikana kwako."
- "Tafadhali shiriki nami chochote unachotaka kushiriki. Huhitaji kunieleza kuhusu tukio lako ili mimi kukupa maelezo kuhusu msaada unaopatikana kwako."
- "Ninasikitika hili lilikutendekea."
- "Jambo lililotokea halikuwa makosa yako."

2 Kuna mazingira ambayo yana sheria za kuripoti kwa lazima zinazohusiana na aina fulani za kesi. R ejelea kwa Eneo la masuluhisho ya Ulinzi na/au mtaalamu wa GBV kwa maelezo zaidi na mwongozo.

UNGANISHA

MAMBO YA KUFANYA

- ✓ **FANYA** kuheshimu haki za manusra kufanya maamuzi yao wenyewe.
- ✓ **FANYA** kushiriki maelezo kuhusu huduma zote zinazoweza kupatikana, hata ikiwa si huduma maalum za GBV.
- ✓ **FANYA** kumwelezea manusra kwamba hahitaji kufanya uamuzi wowote sasa, yeye anaweza kubadilisha mawazo na kufikia huduma hizi mbeleni.
- ✓ **FANYA** kumuuliza ikiwa kuna mtu, rafiki, mwanafamilia, mtunzaji au mtu yeyote ambaye manusra anamwamini kwenda kutafuta msaada kwake.
- ✓ **FANYA** kutoa simu yako au kifaa cha mawasiliano, ikiwa unahisi salama kufanya hivyo, kwa manusra kuwasiliana na mtu ambaye anamwamini.
- ✓ **FANYA** kuuliza idhini kutoka kwa manusra kabla ya kuchukuwa hatua yoyote.
- ✓ **FANYA** kumaliza mazungumzo kwa njia ya kusaidia.

MAMBO YA KUTOFANYA

- ✖ **USIFANYE** kutia chumvi katika maarifa yako, kufanya ahadi za uwongo au kutoa maelezo ya uwongo.
- ✖ **USIFANYE** kutoa ushauri au maoni yako mwenyewe katika mtindo bora wa hatua au jambo la kufanya katika hatua inayofuata.
- ✖ **USIFANYE** kuchukulia kwamba unafahamu kitu ambacho mtu anahitaji. Hatua nyingine zinaweza kumweka mtu katika hatari zaidi ya unyanyapaa, kulipiza kisasi, au madhara.
- ✖ **USIFANYE** kufikiria kumhusu mtu au matukio yao, na usibague kwa sababu yoyote kwa kujumuisha umri, hali ya ndoa, ulemavu, dini, kabila, hadhi, mvuto wa kingono, utambulisho wa kijinsia, utambulisho wa m(wa)nyanyasaji n.k.
- ✖ **USIFANYE** kujaribu kuleta amani, kusuluhisha au kutatua hali kati ya mtu aliyepitia GBV na mtu mwingine yeyote (kama vile mnyanyasaji, au mtu mwingine yeyote wa tatu kama vile mwanafamilia, mwanakamati wa kamati ya jamii, kiongozi wa jamii n.k.).
- ✖ **USIFANYE** kushiriki maelezo ya tukio na vitu vya kumtambulisha manusra na mtu yeyote. Hii inajumuisha wanafamilia ya manusra askari/walinda usalama, viongozi wa jamii, wenzako, wasimamizi, n.k. Kushiriki maelezo haya kunaweza kusababisha madhara zaidi kwa manusra.
- ✖ **USIFANYE** kuuliza kuhusu au kuwasiliana na manusra baada ya kumaliza mazungumzo.

Mifano ya mambo ya kusema…

- “Mazungumzo yetu yatakuwa kati yetu pekee. ”
- “Mimi si mshauri, hata hivyo, ninaweza kukupa maelezo niliyo nayo. Kuna watu/mashirika mengine ambayo yanaweza kutoa msaada kwako na/au familia yako. Je, ungependa kuyafahamu?”
- “Hapa kuna maelezo ya huduma yakijumuisha eneo, saa ambazo huduma inapatikana, gharama (ikiwa zinatumika), machaguo ya usafiri na jina la mtu ambaye unaweza kuzungumza naye.”
- “Je, kunaye yeyote ambaye unamwamini unayeweza kumwomba msaada, labda mwanafamilia au rafiki? Je, ungependa kutumia simu yangu kumpigia yeyote ambaye unamwitaji sasa?”
- “Wakati inapokuja kwa hatua zinazofuata, unachotaka na unachohisi sawa nacho ndicho muhimu cha kuzingatiwa.”
- “Usihisi shinikizo la kufanya maamuzi yoyote sasa. Unaweza kufikiria kuhusu mambo na kila mara kubadilisha mawazo mbeleni.”
- “Siwezi kuzungumza na yeyote kwa niaba yako ili kujaribu kusuluhisha hali. Lakini ninachoweza kufanya ni kukusaidia wakati wa mazungumzo yetu na kuyasikiliza masuala yako.”
- “Inaonekana una mpango wa jinsi ambavyo ungependa kuendelea kutoka hapa. Hiyo ni hatua nzuri.”

MTAZAMO WA MANUSRA:
Faida na hatari za kutafuta msaada

Kutafuta huduma si salama kila mara kwa manusra na kunaweza kusababisha madhara zaidi. Kumbuka kwamba jukumu lako ni kutoa maelezo sahihi, yaliyosasishwa kuhusu huduma zinazopatikana na kumwacha manusra kufanya maamuzi yao wenyewe kuhusu mambo wanayohisi usalama kwao. Zingatia mfano ufuatao wa faida au hatari:

HATARI za kutafuta msaada

- Uwezekano kwamba rafiki wa manusra, familia na/au jamii itatambua, ambapo jambo hili linaweza kusababisha kunyanyapaliwa, kufukuzwa nyumbani au katika jamii, na/au kufanyiwa unyanyasaji zaidi.
- Uwezekano kwamba m(wa)nyanyasaji anatambua kwamba watu wengine wanafahamu kilichotokea, na kusababisha kulipiza kisasi kwa kumdhuru au hata kumuua manusra.
- Uwezekano kwamba watoaji huduma wanakuwa katika hatari ya vitisho na unyanyasaji kutoka kwa mnyanyasaji au jamii ikiwa wanaonekana ni kana kwamba wanamsaidia manusra.
- Uwezekano wa majibu mabaya kutoka kwa watoaji huduma ikiwa hawajafundishwa vyema.

FAIDA za kutafuta msaada

- Ufikiaji kwa msaada wa kuokoa maisha wakati una dhiki.
- Ufikiaji kwa huduma ya kimatibabu salama, ya siri na ya kitaalamu katika namna ya muda ufaao ambao unaweza kuzuia Virusi vya ukimwi na mimba zisizohitajika.
- Ufikiaji kwa huduma nyingine ambazo hutoa hadhi na unafuu, kwa kujumuisha machaguo ya usalama na msaada wa kisaikolojia.
- Ufikiaji kwa msaada ambao unaweza kuzuia kutokea kwa unyanyasaji wa ziada.

UNYANYASAJI NA UDHALIMU WA KINGONO na mtetezi wa kibinadamu au mtu anayehusika na msaada wa kibinadamu

Ulinzi dhidi ya Unyanyasaji na Udhalimu wa Kingono (Protection from Sexual Exploitation and Abuse (PSEA)) ni neno linalotumika kurejelea hatua zinazochukuliwa ili kuwalinda watu walio kwenye hatari ya unyanyasaji na udhalimu wa kingono na watetezi wa kibinadamu na wafanyakazi wahusika, kwa kujumuisha wafanyakazi wa msaada wa kibinadamu, wanaojitolea, walinzi, wakandarasi, madereva, wafanyakazi wa misheni ya Umoja wa Kimataifa, wafanyakazi wa askari wa Umoja wa Mataifa, wadumishaji amani, wasambazaji/wauzaji wa bidhaa na huduma kwa malengo ya kibinadamu na mengine zaidi.

Bila kujali mnyanyasaji ni nani, mkondo wa kumsaidia manusra yeyote wa GBV jinsi ilivyoelezwa kwenye raslimali hii unasalia vivyo hivyo. Kwa majukumu ya ziada ambayo huchipuka wakati mnyanyasaji ni mfanyakazi wa msaada au anahusika na msaada wa kibinadamu, wasiliana na Kituo chako cha Masuluhisho cha PSEA au mtandao wa ndani ya nchi wa PSEA.

JIANDAE:

Kujiandaa ni muhimu. Hata bila mtetezi wa GBV (kwa kujumuisha njia ya rufaa ya GBV au kituo cha masuluhisho ya GBV) anayepatikana kwenye eneo lako, kunaweza kuwa na huduma nyingine, kwa kujumuisha kiwango cha ndani/jamii, ambazo zinaweza kuwa za msaada kushughulikia mahitaji ya mtu. Kuna uwezekano unafahamu kuhusu huduma nyingi kuliko jinsi unavyofikiria!

Fahamu huduma zinazopatikana

- Tumia Karatasi ya Maelezo (ukurasa wa 5 & 6) kujaza maelezo kuhusu huduma zinazopatikana. Fanya kazi na mtaalamu wa GBV, kiongozi wa timu yako, wenzako na washirika wengine. Andika chini maelezo yanayohitajika kuhusu jinsi ya kufikia huduma hizo, kwa kujumuisha mahali pa kwenda, nani wa kuzungumza naye, na ni nani anaweza kuzifikia/kutozifikia (k.v. wanawake pekee, stakabadhi zinazohitajika, n.k.).
- Muulize kiongozi wa timu yako, msimamizi wa mpango na/au mratibu wa kikundi/sekta kuhusu itifaki za Kuzuia Unyanyasaji na Udhalimu wa Kingono. Katika tukio kwamba wakala wako hana itifaki iliyowekwa ya PSEA, zingatia kufikia kituo cha masuluhisho cha PSEA kwa ajili ya mwongozo katika mazingira yako.

Mazoezi hulainisha

- Kuwa saw ana hati za sampuli kwenye kurasa za 7 - 10. Fanya zoezi kwa sauti au na wenzako na marafiki. Unavyoendelea kufanya mazoezi ndivyo unavyoendelea kuwa sawa ikiwa manusra wa GBV anaomba msaada wako.
- Rejelea Kijitabu cha Vidokezo kwa Mtumiaji ili kupata maelezo zaidi kuhusu jinsi unavyoweza kujifunza/kufanya mazoezi ya nyenzo hizi.
- *Kijitabu cha Mwongozo* ni muhimu kwa yeyote anayepitia hali ngumu. Wakati mwingine ambao mwenzako au Rafiki atakuja kwako kwa msaada au ushauri, fanya zoezi kwa kutumia maswali na matamko kwenye raslimali hii.

ANGALIA:

Wakati mtu anafunua tukio lake la unyanyasaji wa kijinsia kwako…

Jitambulishe

- Jitambulishe jina lako, jukumu lako na wewe ni nani. Uliza jinsi unavyoweza kusaidia.

Shughulikia mahitaji ya kimsingi ya haraka

- Kila mtu atakuwa na mahitaji tofauti ya kimsingi, yanayoweza kujumuisha huduma ya matibabu ya haraka, maji, kumtafuta mpendwa au blanketi au nguo ikiwa zilipotea, ziliraruka, zina madoadoa au zimeondolewa. Has

asana kwa manusra wa GBV, nguo zinaweza kuwa ndilo hitaji la kimsingi la dharura kwao ili kuhisi sawa zaidi na mwenye hadhi.

- Mwache manusra kukuelezea jinsi anavyohisi kuhusu usalama wao wa kibinafsi. Hakikisha usiegemee mawazo yako kulingana na jinsi unavyoona.

Fahamu njia tofauti ambazo watu hutumia kutafuta msaada

- Waruhusu watu kuonyesha hisia zao kwa njia yoyote wanayotumia. Watu wana miitikio tofauti kwa dhiki na shida. Watu wengine wanaweza kunyamaza na kushindwa kuzungumza; kukasirika na kupiga kelele; kujilaumu kwa jambo lililowatokea; kulia; kuzua vita na kadhalika.
- Watu walio na ulemavu, watu wanaozungumza lugha tofauti na wengine hupitia vikwazo tofauti wakati wanapotafuta msaada. Tii kanuni zinazomlenga manusra na usiri wakati unapotafuta njia za kuwasikiliza na kuwasaidia watu hawa. Hata ikiwa huwezi kumwelewa mtu unaweza kila mara kuonyesha kujali na msaada.
- Hakikisha mfanyakazi mwanamke yupo ili kutoa msaada, has asana katika mazingira ambayo wanawake na/au wasichana kitamaduni hawawezi kuingiliana na wanaume.

Tambua mambo unayoweza na usiyoweza kushughulikia

- Hali nyingine zinahitaji msaada maalum zaidi kushinda jukumu lako, kama vile hali zinazojumuisha watoto, kuripoti kwa lazima, hatari ya karibu kwa manusra, au mahali manusra wanaweza kujidhuru au kuwadhuru wengine. Kunaweza kuwa na vituo vingine vya masuluhisho vilivyo na uwezo wa kusaidia vyema katika tukio hili. Rejelea kwenye Karatasi yako ya Maelezo (ukurasa wa 5 & 6).

> **! KUMBUKA** ikiwa unataka kutafuta msaada kutoka kwa msimamizi au mtendaji mwingine wa kibinadamu, ***KILA MARA omba idhini kutoka kwa manusra*** kwanza. Mweleze manusra kuhusu mtu unayetaka kuzungumza naye, sababu ya kuzungumza nao na ni maelezo yapi unayotaka kushiriki. Ikiwa manusra hayuko sawa au anakataa kushiriki maelezo yao, wasaidie kadri unavyoweza kwa kutumia zana kwenye Kijitabu hiki cha Mwongozo.

3 Kuna mazingira ambayo yana sheria za kuripoti kwa lazima zinazohusiana na aina fulani za kesi. Rejelea kwa Eneo la masuluhisho ya Ulinzi na/au mtaalamu wa GBV kwa maelezo zaidi na mwongozo.

SIKILIZA:

Baada ya kuhakikisha kwamba mahitaji ya kimsingi ya manusra yametimizwa, na kwamba hayuko katika hatari, **SIKILIZA.**

Manusra anaweza kuwa na hasira sana na/au kuchanganyikiwa, lakini kama msaidizi ni muhimu kuwa na utulivu iwezekanavyo. Mruhusu mtu kushiriki maelezo mengi au machache jinsi anavyopenda. Si jukumu lako kutoa ushauri, kumpeleka mtu kwa huduma au kufanya mahojiano ya kina kuhusu jambo lililowatokea. Badala ya kuuliza maswali ya kina kuhusu tukio lenyewe, lenga kutoa maelezo kwao kuhusu huduma unazofahamu kwamba zinapatikana.

KIDOKEZO: Kwa kawaida, ni bora kuepuka maswali, hasa sana yale yanayoanza na "KWA NINI," kwa kuwa maswali kama hayo yanaweza kutoa hisia za kana kwamba yanaweka lawama kwa manusra. Badala yake, sikiliza tu au, ikiwa inahitajika, uliza maswali kama "je, ninaweza kukueleza kuhsu huduma zinazopatikana kukusaidia" au "ni jinsi gani ungependa nikusaidie?"

NGUVU YA KUSIKILIZA:

Wakati mwingine unaweza kuwa katika hali ambayo hakuna huduma au raslimali zozote zinazopatikana unazoweza kushiriki na manusra. Unaweza kuhisi kutokuwa na msaada. Ni muhimu kuwa wazi na manusra, kutambua ujasiri wa manusra wa kushiriki tukio lao kwako, onyesha kwamba unasikitika huwezi kuwa wa msaada zaidi na kutoa hadhi kwa manusra katika mazungumzo yenu iwezekanavyo. Kuwepo huku ukionyesha kusikiliza ni msaada kivyake.

UNGANISHA:

Unavyomsaidia manusra kufanya maamuzi kuhusu hatua zao zinazofuata…

Muulize manusra ikiwa kuna mtu anayemwamini kwenda kwake kutafuta msaada.

- Ikiwa unaulizwa maoni yako, mhimize manusra kufanya maamuzi kuhusu ni nani wa kuendewa, lini na kwa nini.
- Usitoe maoni yako mwenyewe kuhusu hali.

Ikiwa huduma zozote zinapatikana, toa maelezo sahihi kwa manusra kuhusu huduma zinazopatikana au machaguo ya unafuu zaidi.

- Kujiandaa ni muhimu. Tumia **Karatasi yako ya Maelezo (ukurasa 5&6)** na uhakikishe una maelezo sahihi, yaliyosasishwa kuhusu huduma zinazopatikana na jinsi ya kuzifikia.
up-to-date information on the services available and how to access them.
- Ikiwa huna hakika kwamba huduma fulani ipo, sema huna hakika.

Kamilisha mazungumzo kwa huruma.

- Dumisha usiri.
- Sisitiza kwa nia njema maamuzi yoyote ambayo manusra alifanya.
- Kumbuka katika akili, jukumu lako ni kumsaidia manusra katika maamuzi na machaguo yao, hata ikiwa manusra hafanyi maamuzi yoyote. Usishiriki vipindi au mikutano ya kurudiliwa na manusra, ushauri au majaribio ya kudhibiti kesi ya manusra.

Baada ya mazungumzo

Kutafakari na kujilinda: Ni muhimu kukumbuka kwamba unaweza kufanya kila kitu ipasavyo, lakini huendi kusuluhisha tukio la huyu mtu au kuondoa uchungu wao. Kusikiliza na kusikia matukio ya watu wengine kunaweza kukuweka katika hatari ya tukio lao la uchungu, kutia kiwewe au la kuumiza– ia hutambulika kama kupitia katika kiwewe cha mara ya pili. Fikiria kuhusu jinsi ya kujilinda wakati hisia hizi zinapokuja kwako. Fikia mfumo wako na mtandao wa msaada, kwa kujumuisha wenzako, kiongozi wa timu yako au mtaalamu wa GBV, kuhojiana na kubadilishana (ukikumbuka usiri wa manusra) na kutafuta msaada.

Kwa kuwa aina fulani za unyanyasaji (kwa mfano, unyanysaji wa kinyumbani) zinaweza kutokea kwa kujirudiarudia, unaweza kumuona mtu huyu tena au kufahamu kwamba walipitia katika tukio jingine la unyanyasaji. Huwezi kubadilisha matukio yao lakini unaweza:

- Kumsikiliza bila kuhukumu manusra wakati wa kila tukio bila kujali ikiwa umezungumza nao awali au la.
- Fikiri akuhusu jinsi ya kuboresha programu zako, kufanya huduma unazotoa kuwa salama, na kuunda mazingira mazuri zaidi kwa wale wanaopitia GBV.

KUWASAIDIA WATOTO NA VIJANA CHINI YA MIAKA 18

UJUMBE MUHIMU

- **Kila mara zungumza na mtaalamu wa GBV au wa ulinzi wa mtoto kwanza** ili kuelewa: (1) ni huduma zipi zinazopatikana katika eneo lako na (2) itifaki za ndani na taratibu.[4]
- **Usidhuru.** Usiwatafute watoto manusra. Si kazi yako kuchunguza au kukagua iwapo mtoto/kijana anapitia unyanyasaji. Kufanya hivyo kunaweza kusababisha unyanyasaji zaidi na hatari kwa mtoto/kijana. Kuwa wa kufikiwa ikiwa mtoto/kijana anataka kutafuta msaada wako.
- **Kumbuka jukumu lako.** Ikiwa mtoto/kijana anakufikia kukuomba msaada,

  1. Toa sikio la kusikiliza, bila kuhukumu.
  2. Msaidie mtoto/kijana kwa kuwaunganisha na mtu mzima ambaye mtoto/kijana anamtambua kuwa salama na wa kuaminika. Huyu anaweza kukosa kuwa mzazi wao, mtunzaji au mwanafamilia.
  3. Usimfanyie maamuzi, kwa kujumuisha kumlazimisha mtunzaji wa mtoto/kijana au mtu mwingine yeyote kukaa nao wakati anapozungumza nawe.

- **Toa faraja.** Mruhusu mtoto/kijana kuongoza mazungumzo, hata ikiwa unamsaidia kwa kunyamaza. Kuwa katika kiwango cha kuonana na lugha ya mwili ya wazi ili kumwonyesha mtoto/kijana kwamba wanaweza kujifunua kwako ikiwa anataka. Wacha kuuliza maswali kuhusu lambo lililotokea, nan ani n ani kwa nini—badala yake tumia

!KUMBUKA, ikiwa mtetezi wa GBV au wa ulinzi wa mtoto/njia ya rufaa inapatikana katika eneo lako, wezesha rufaa salama na ya siri ya mtoto/kijana kwa mtaalamu ili kuwasaidia vyema.

Tumia mwongozo huu wakati **hakuna mtetezi wa GBV au wa ulinzi wa mtoto/njia ya rufaa** inayopatikana katika eneo lako.

4 Rejelea vituo vya masuluhisho ya GBV au ya Ulinzi wa Mtoto ndani ya nchi kuhusu itifaki za ndani na taratibu, kwa kujumuisha: (1) vikwazo vya usiri na (2) vituo maalum vya masuluhisho ya GBV na ulinzi wa mtoto.

matamko ya kufariji na zungumza kwa njia ambayo wanaweza kuelewa.

- **Mhudumie kila mtoto kwa usawa.** Watoto wote wanafaa kupewa msaada sawa bila ubaguzi bila kujali jinsia yao, umri, hali ya familia, hali ya watunzaji wao au sehemu nyingine yoyote ya utambulisho wao. Usimhudumie mtoto ambaye amepitia GBV kama asiyekuwa na msaada. Kila mtoto ana uwezo maalum na nguvu na ana uwezo wa kupona. Zungumza na mtoto manusra kwa njia wanayoweza kuelewa na kwa heshima ya hadhi na maoni yao.

- **Dumisha usiri.** Usiandike chini, kupiga picha, au kuweka katika nyaraka kwa njia yoyote mwingiliano wako na mtoto/kijana. Weka mbali simu zozote au kompyuta ambazo zinaweza kuonekana kwamba zinarekodi mazungumzo. Omba idhini ya kushiriki maelezo yoyote kumhusu mtoto/kijana au tukio lao. Hili linamaanisha kuuliza iwapo unaweza kushiriki maelezo hat ana mtu ambaye mtoto/kijana anamtambua kama mtu mwaminifu.

- **Hakikisha usalama wa mtoto.** Usalama wa kimwili na wa kihisia wa mtoto ndilo jambo la kimsingi. Zingatia usalama wa mtoto katika miingiliano yote naye, na kwa kuhusiana nah atua zozote zinazochukuliwa.

> !
>
> Kijisanduku cha Tahadhari: Katika matukio mengine unaweza kukosa kufahamu jinsi ya kusaidia **mapendeleo bora ya mtoto** na maslahi yake ya kimwili na kiakili. Ikiwa huna hakika ya usalama wa hali, mfahamishe mtoto kwamba utahitaji kuzungumza na mtoaji mwingine wa huduma kwa siri au mwanatimu ambaye anaweza kuwa na ufahamu zaidi kuhusu jinsi ya kuhakikisha usalama wake.[4]

- **Fahamu jinsi ambavyo mtoto/kijana au mtunzaji wao anaweza kutafuta msaada.** Watoto na vijana hutafuta msaada katika njia tofauti kulika watu wazima, na si rahisi kujifunua moja kwa moja. Watoto wanaweza kuwa na ugumu wa kumwamini au kuzungumza na watu wazima, has asana watu wazima wasiowafahamu vizuri; hupata kuogopa, kudhalilishwa au kuaibika; au kuogopa kuonyesha hisia zao. Unaweza: (1) kusikia uvumi wa udhalimu kwa mtoto, (2) kufikiwa na watu wazima wanaotafuta msaada kwa mtoto au (3) kushuku udhalimu kwa mtoto, kulingana na ishara au tabia za mtoto.

MAMBO YA KUFANYA	MAMBO YA KUTOFANYA

IKIWA MTU ANAKUULIZA MSAADA KUMHUSU MTOTO/KIJANA ALIYE NA HITAJI…

✓ **FANYA** kutoa maelezo sahihi na yaliyosasishwa kuhusu huduma zinazopatikana kwa mtu aliyekuuliza kusaidiwa.

✓ **FANYA** kuheshimu usiri.[4]

✖ **USIFANYE** kuchunguza uvumi au kutafuta kumpata/kumhoji mtoto/kijana.

✖ **USIFANYE** kujadili au kushiriki maelezo ya yale uliyofahamu na mtu yeyote.[4]

IKIWA MTOTO/KIJANA ANAKUOMBA MSAADA…

ANGALIA

✓ **FANYA** kumuuliza mtoto/kijana ikiwa wanataka kupata mahali palipotulia na pa siri ili kuzungumza. Hakikisha ni mahali ambapo wengine wanaweza kukuona, lakini hawawezi kukusikia.

✓ **FANYA** kuhakikisha kwamba unaketi kwa kiwango cha kuonana naye. Dumisha lugha ya mwili ya wazi.

✓ **FANYA** kuwauliza wasichana na wavulana ikiwa wanataka kuzungumza na mtu mzima

✖ **USIFANYE** kumwongoza mtoto/kijana kwenda mahali palipotulia sana au pa siri, au kumtenga mtoto dhidi ya mapenzi yao.

✖ **USIFANYE** kumgusa, kumkumbatia au kugusa mwili kwa kuwa jambo hili linaweza kushtua, si zuri na la kusumbua.

SIKILIZA

✓ **FANYA** kusikiliza kwa makini na uwe makini na mawasiliano ya mwili yasiyotamkwa.

✓ **FANYA** kuwa mtulivu na msubirifu, ukikubali yanayosemwa bila kutoa hukumu.

✓ **FANYA** kumruhusu mtoto/kijana kujieleza na kutumia maneno yao wenyewe.

✖ **USIFANYE** interview or assess. Do not write anything down, take pictures or verbally share information about the child/adolescent or their experience.

✖ **USIFANYE** display shock, disbelief, anger or any other reactions that may cause the child/adolescent distress.

✖ **USIFANYE** use big words or speak more than the child/adolescent.

MAMBO YA KUFANYA	MAMBO YA KUTOFANYA

FARIJI

✓ **FANYA** kumhakikishia mtoto/kijana kwamba ni SAWA yeye kukueleza kilichotokea.

✓ **FANYA** kuheshimu maoni, Imani na mawazo yam toto.

✓ **FANYA** kutumia matamko ya kufariji yanayofaa katika mazingira ya kitamaduni… mifano inajumuisha:

"Ninakuamini" – jenga imani

"Ninafurahia kwamba ulinielezea" – hujenga uhusiano na mtoto

"Asante kwa kushiriki tukio lako" – huonyesha huruma

"Wewe ni mwerevu sana kuzungumza nami" – kumhakikishia na kumuimarisha

✖ **USIFANYE** kutoa ahadi ambazo huwezi kutimiza kama vile kusema "kila kitu kitakuwa SAWA" wakati jambo halipo kwenye udhibiti wako wa kutoa hakikisho la maslahi ya mtoto.

✖ **USIFANYE** kumlazimisha mtoto/kijana kuendelea kuzungumza nawe ikiwa yeye hataki.

UNGANISHA

✓ **FANYA** kuuliza iwapo kuna mtu ambaye mtoto/kijana anamwamini, na iwapo anahitaji msaada wa kumfikia mtu huyo, au kuambatana ili kumtafuta mtu huyo.

✓ **FANYA** kuishi na mtoto/kijana hadi wakati yeye anahisi kuwa salama au yupo chini ya utunzaji wa mtu anayemtambua kuwa salama na wa kuaminika.

✓ **FANYA** kutoa maelezo sahihi, yanayofaa kwa mtoto/kijana na mtu mzima anayemwamini kuhusu huduma zinazopatikana na jinsi ya kuzifikia.

✓ **FANYA** kusema unachofahamu na usichokifahamu. Sema "Sifahamu" au "Sina maelezo" ikiwa huna maelezo yaliyoombwa.

✖ **USIFANYE** kumlazimisha mtoto/kijana kuwa na mtunzaji wao au mtu mwingine yeyote wakati anapozungumza na wewe kwa sababu watu hawa wanaweza kuwa ndio wao waliofanya unyanyasaji, au mtoto/kijana anaweza kukosa kutaka kushioriki tukio lao na wao.

✖ **USIFANYE** kumuacha mtoto/kijana bila kuangaliwa wakati yupo katika shida (kwa mfano, kulia, kukasirika au kushtuka).

✖ **USIFANYE** kujaribu kusuluhisha hali wewe mwenyewe, kufanya mpango au kufanya maamuzi kwa ajili yam toto/ kijana.

Urejeleo wa umri wa watoto na uwezo wa kufanya maamuzi

Fahamu kwamba mtaalamu aliyetaalika—aliye na uzoefu wa kufanya kazi na watoto/vijana wanaopitia GBV—yupo katika nafasi nzuri ili kutambua uwezo wa mtoto/kijana wa kufanya maamuzi kwa kushirikiana na mtoto/kijana mwenyewe na m(wa)tunzaji wao.

Jukumu lako kama mtu asiyekuwa mtaalamu ni kusikiliza na kumfariji mtoto/kijana, kuwaunganisha kwa mtu wanayemwamini, na kushiriki maelezo kuhusu huduma zinazopatikana. Kategoria za umri zilizo hapa chini ni za urejeleo pekee na zinaweza kubadilika kulingana na umri, kiwango cha ukomavu, kiwango cha maendeleo na mambo mengine.

Vijana wakubwa wa umri wa miaka 15 na zaidi kijumla ni wakomavu wa kutosha kufanya maamuzi yao wenyewe na kuelewa matukio yao.

→ **Jukumu lako:** (1) msikilizea kijana anaposhiriki tukio lake, (2) msaidie kijana kuungana na mtu anayemwamini kwa ajili ya msaada unaoendelea na (3) toa maelezo kuhusu huduma zinazopatikana na jinsi ya kuzifikia.

Watoto wadogo miaka 6 hadi 9 na vijana wadogo wa miaka 10 hadi 14 wanaweza au hawawezi kuripoti wenyewe matukio ya unyanyasaji. Wanaweza au hawawezi kufanya maamuzi kivyao.

→ **Jukumu lako:** (1) msaidie mtoto/kijana kumpata mtu mzima wanayemwamini kuwasiaida katika hatua zinazofuata na (2) kutoa maelezo kuhusu huduma zinazopatikana na jinsi ya kufikiwa na mtoto/kijana na mtu mzima aliyetambuliwa.

Watoto wachanga wa miaka 0 hadi 5 hawatajiripoti kwa matukio ya unyanyasaji kwa sababu ya ukosefu wao wa au maarifa machache ya kuwasiliana. Mtu mwingine—rafiki, mtunzaji, mwanafamilia, mwanajamii n.k.—ataomba msaada kwa niaba ya mtoto.

→ **Jukumu lako:** toa maelezo kwa mtu aliyeambatana kuhusu huduma zinazopatikana na jinsi ya kuzifikia.

Yametolewa: UNHCR, Miongozo ya Uamuzi wa Mapendeleo Bora, 2008. IRC/UNICEF, Kumtunza Mtoto Manusra wa Unyanyasaji wa Kingono, 2012.

Raslimali hii ni mwongozo unaoambatana na Miongozo ya
2015 IASC GBV Guidelines.
www.gbvguidelines.org

www.gbvguidelines.org/pocketguide
Ikoni za Google Play na iTunes – Kijitabu cha Mwongozo wa GBV

GET IT ON Google Play   Download on the App Store

GBV Pocket Guide