

Jinsi ya kumsaidia manusra wa unyanyasaji wa kijinsia wakati Hakuna mtetezi wa GBV katika eneo lako



KIONGOZI CHA MTUMIAJI

Kiongozi hiki cha Mtumiaji kimekusudiwa kutumika pamoja na Kijitabu cha Mwongozo ili kuwasaidia atendaji wa kibinadamu *katika sekta zote zinazofanya kazi katika mazingira ambayo hakuna watetezi wa GBV* (kwa kujumuisha njia ya rufaa ya GBV au mtaalamu wa GBV/kituo cha masuluhisho) **wanaopatikana katika eneo lako.**

Kundi lengwa la Kiongozi cha Mtumiaji ni wasimamizi wa mpango, waratibu wa kiufundi, viongozi wa timu, wakaguzi na wengine katika majukumu kama hayo katika sekta zote ambao wanawajibikia kusimamia, kukagua na kuhimiza timu nyanjani. Kwa mfano, Msimamizi wa Mpango wa WASH anaweza kukitumia Kiongozi hiki cha Mtumiaji kuwazungumzia Wahamasishaji wa Usafi kuhusu jambo la kufanya katika tukio kwamba manusra wa unyanyasaji wa kijinsia anajifunua kwao wakati wa shughuli zao za kila siku.

Kiongozi hiki cha Mtumiaji **kimeundwa kutoa ujumbe muhimu na mazingatio** ili:

1. kujiandaa na kupangilia mpango/mbinu yako na
2. kueleza timu yako kuhusu jinsi ya kuwasaidia manusra wa GBV katika kazi yao ya kila siku.

Tunahimiza kushirikiana na mtaalamu wa GBV ili kupangilia mazingira na kutoa mazungumzo kuhusu *Kijitabu cha Mwongozo* kwa timu yako. Raslimali hii si mwongozo wa kina kwa mkufunzi na haichukui nafasi ya kanuni muhimu za GBV au mafunzo ya uhasishaji wa GBV, ambayo yanafaa kutolewa na watetezi wa GBV kwa wafanyakazi wa kibinadamu wakati ikiwezekana. Huku Kijitabu cha Mwongozo kikutumia mbinu ya Huduma ya Kwanza ya Kisaikolojia (Psychological First Aid framework (PFA)), ufahamu au mafunzo ya awali kuhusu PFA hayahitajiki.

YALIYOMO

Kujiandaa: Kupangilia mipango salama **Ukurasa wa 2**

Vidokezo kuhusu jinsi ya kuandaa mpango wako na wafanyakazi ili kuwasaidia kwa usalama manusra wa unyanyasaji wa kijinsia

Kuizungumzia timu yako **Ukurasa wa 3**

----> **Nusu ya siku**

----> **Siku nzima**

Ujumbe muhimu nah atua muhimu za kuizungumzia timu zako kuhusu jinsi ya kumshughulikia manusra wa unyanyasaji wa kijinsia ikiwa wanajifunua

KIAMBATISHO I: Kanuni muhimu **Ukurasa wa 9**

Kanuni muhimu zinazohitajika kutoa mafunzo kwa ufanisi. Kwa kuwa hayani mambo tata, miunganisho ya raslimali zaidi za kina inatolewa kuongezea kwa yale yaliyo kwenye kiongozi hiki.

KIAMBATISHO II: Zana za mafunzo na raslimali za ziada **Ukurasa wa 12**

Raslimali za ziada za kujenga mazungumzo yako na takrima kuhusu maarifa ya mawasiliano yanayomlenga manusra.

Kujiandaa: kupangilia mipango salama

Mwitikio salama na unaofaa kwa manusra wa GBV huanza kwanza na maandalizi kabambe. Ingawa mara nyingi hupuuza, hatua hii ndiyo ya maana zaidi.

Lengo kuu la maandalizi ni kuelewa ni machaguo ni yapi kwa manusra wa unyanyasaji wa kijinsia. Hapani mambo unayoweza kufanya kama msimamizi wa mpango, kiongozi wa timu, kiongozi wa kiufundi au mtendaji mwingine anayetokeleza mbinu:

HATUA YA 1. UNDA MPANGO

1. Tambua jinsi unavyoweza kumuunganisha manusra kwa huduma zinazopatikana. Tazama #2.
2. Thibitisha kwa mtaalamu wa GBV katika nchi yako kuhusu itifaki za kushiriki maelezo kuhusu tukio kama vile unyanyasaji wa kijinsia au matukio yanayojumuisha Watoto na vijana. Fikia wenzako wa msaada wa kiufundi au wa kitaifa katika shirika lako kwa mwongozo zaidi.
3. Thibitisha taratibu na itifaki zifaazo za Kuzuia Unyanyasaji na Udhalimu wa Kingono (Prevention of Sexual Exploitation and Abuse (PSEA)). Mfumo wa ndani wa ushirikiano wa kibinadamu unafaa kutoa mwongozo.
4. Tambua jinsi unavyoweza kujenga au kuboresha vitu vya kukabiliana na hatari ya GBV kwenye mpango wako. Rejelea sehemu maalum ya sekta yako katika Miongozo ya IASC GBV (<http://gbvguidelines.org>).
5. Tambua mtoaji wa GBV wa chaguo la mwisho katika kanda/nchi yako, au ndani ya shirika lako kutumika kama **mkondo wa maisha kwa mwongozo kuhusu jambo la kufanya** ikiwa wewe au mtu kwenye timu yako anakutana na tukio ambalo huwezi kulishughulikia, baadhi yake yanaweza kujumuisha:
 - Tukio linalojumuisha manusra watoto wa unyanyasaji wa kijinsia;
 - Tukio linalojumuisha kuripoti kwa lazima;¹
 - Tukio ambalo Maisha ya manusra yamo katika hatari kubwa;
 - Tukio ambalo manusra anaweza kujidhuru au kuwadhuru wengine. or to others.



USIDHURU: Usishiriki Maelezo Kumhusu Manusra

Sisitiza kwa timu yako kulinda kila wakati utambulisho na usalama wa manusra kwa kutoshiriki maelezo yoyote ya kibinafsi au ya kutambulisha kumhusu manusra au tukio kwa yeyote bila idhini ya manusra ya kushiriki maelezo kuwahusu na/au tukio lao. Maelezo ya kibinafsi au ya kutambulisha yanajumuisha jina la manusra, namba ya usajili, jina la mnyanyasaji, tarehe ya kuzaliwa, anwani ya nyumbani, anwani ya kazini, eneo ambalo Watoto wao wanaenda shule, saa kamili nae neo ambalo tukio lilitokea, n.k.

¹ Kuna mazingira mengine ambayo yana sheria za kuripoti kwa lazima zinazohusiana na kesi za aina fulani. Rejelea kituo cha masuluhisho cha Ulinzi kwa maelezo na mwongozo zaidi na mwongozo.

2. Hatua ya 2. Fahamu Huduma Zinazopo

Kila mara mfikie mtaalamu wa GBV ili kuelewa ni huduma zipi zinapatikana katika eneo lako. Huku mtetezi wa GBV, kwa kujumuisha njia ya rufaa au kituo cha masuluhisho ya GBV, anaweza kutopatikana katika eneo lako, kuna huduma nyingine ambazo zinaweza kuwa za msaada kwa manusra na mahitaji yao. Watetezi wa kibinadamu wanawajibikia kuwa na maelezo yaliyosasishwa kuhusu huduma zinazopatikana na misaada katika jamii wanayofanya kazi. Ni muhimu **kufahamu ni huduma zipi zinapatikana—kwa kujumuisha kiwango cha kijamii**. Fanya kazi ndani ya shirika na timu yako, au kundi, ili kutambua vituo vya masuluhisho (kama vile msaada wa afya, afya ya kiakili/kisaikolojia na watetezi wa ulinzi) vinavyoweza kutoa maelezo kuhusu huduma zinazopatikana.

RASLIMALI: *Maswali 3 na 4 (Ni nani anafanya nini, wapi na lini), viongozaji vya kundi au sekta na tovuti/tovuti za kushiriki maelezo, mikutano mikubwa au midogo ya ushirikiano wa kitaifa, mashirika ya ndani ya kijamii na ya haki za wanawake, watoaji wa huduma za serikali, Makundi madogo ya GBV au Kikundi cha Kazi mahali yanafanya kazi, Kituo Tarishi cha Data ya UNHCR, UN OCHA, humanitarianresponse.info.*

3. Angalia upendeleo na mawazo yako mwenyewe

Mtu yeyote anaweza kupitia katika hali ya unyanyasaji wa kijinsia, bila kujali jinsia, mvuto wa kingono, utambulisho wa jinsia, hali ya ndoa, hali ya ulemavu, umri, kabila/dini, aliyefanya unyanyasaji na hali ambayo unyanyasaji ulitendeka. Kama wahudumu wa kibinadamu, jukumu letu ni kuheshimu na kulinda haki na mahitaji ya watu wote, na kutozingatia mawazo au hukumu yako.



HUDUMA ZA AFYA & MUDA WA USALAMA (WINDOW PERIOD) KWA MANUSRA

*Baadhi ya vituo vya afya vinaweza kuwa na uwezo wa kutoa matibabu ya kuzuia HIV ndani ya saa 72 za tukio, na kuzuia mimba zisizohitajika ndani ya saa 120 za tukio. Si jukumu lako kukagua ikiwa kuna huduma za afya zinazopatikana kwa manusra wa unyanyasaji wa kijinsia. Hata hivyo, ni muhimu **kushiriki maelezo kila mara na manusra kuhusu upatikanaji wa huduma za afya katika eneo lako.***

***Ni chaguo la manusra kufanya uamuzi wakati maelezo yote yanayopatikana yanatolewa kwao** kwa kuwa kuna faida na hatari za kutafuta huduma za afya. Faida ya kutafuta huduma ni kupata matibabu yanayoweza kusababisha athari nzuri za kiafya. Hatari ya kutafuta huduma ni kwamba huduma zinaweza kukosa kuwepo au zinaweza kuwa mbaya; watoaji wa huduma wanaweza kutokuwa makini au kusababisha madhara; usiri wa manusra utakuwa umevunjwa na kuwaweka hatarini zaidi, miongoni mwa matatizo mengine.*

Kuzungumza na timu yako

Kuandaa maandishi na nyenzo za mazungumzo:

1. Soma na kufahamu Kijitabu cha Mwongozo na dokezo la historia. Wasiliana na Kikundi cha Kazi cha GBV nchini kwa ajili ya msaada wa kiufundi na mwongozo. Ikiwa hakuna mbinu ya ushirikiano wa GBV au kituo cha masuluhisho nchini, fikia Kundi/Sekta ya Ulinzi.
2. Kuwa na orodha ya huduma na vituo vya masuluhisho ili kushiriki na timu yako wakati wa mazungumzo.
3. Pitia Kiongozi hiki cha Mtumiaji kwa kina, ikiwezekana shauriana na raslimali Zaidi zilizorejelewa kwenye KIAMBATISHO I na II ili kuboresha uelewaji wako wa kanuni muhimu za GBV na kanuni zinazomlenga manusra.
4. Tambua ni kina nani watakuwa washiriki wako. Jumla ya washiriki 25 inapendekezwa kwa muda mmoja wowote. Zingatia faida ya kufanya kazi na timu za sekta nyingi ili kuwakilisha watoaji huduma wengi na/au badala yake ndani ya shirika moja ili kulenga itifaki maalum za shirika na mbinu za kuripoti na raslimali.
5. Ikiwa ni salama na inafaa, pata matukio kutoka kwa wafanyakazi ili kuyatumia matukio hayo (lakini kwa mbinu isiyo na majina kabisa na kubadilisha maelezo ili kuhakikisha kwamba si kesi inayotambulika).
6. Badilisha ajenda kuwiana na mahitaji ya mazingira yako na washiriki wako, ukitambua muundo bora wa kutoa mafunzo (kipindi 1 cha mazungumzo au kugawa katika siku kadhaa).
7. Badilisha mazoezi na takrima katika Kiambatisho II ili kuhakikisha zinafaa na kuwiana na mazingira yako.
8. Chagua la siku nzima: Fikie wataalamu wa GBV katika shirika lako au miongoni mwa washirika ili kuunda na kufanya majaribio ya masomo na michezo ya majaribio.

Ujumbe muhimu na ajenda ya mazungumzo:

Hapa chini ni sampuli ya ajenda ya mazungumzo ambayo unaweza kubadilisha kuwiana na mazingira yako na mahitaji ya timu. Muda wa chini uliopendekezwa wa kuzungumza na timu kuhusu Kijitabu cha Mwongozo ni siku moja nzima ya mafunzo, au saa 7 kugawa katika muda wa wiki 2 au 3 na kubadilishwa katika miundo mingi (mafunzo ukiwa kazini, mafunzo kwa ushauri, n.k.). Hii huruhusu muda wa kutosha wa majadiliano na mazungumzo ili kuelewa vyema ujumbe muhimu na kanuni za mwongozo. Ajenda ya nusu ya siku imejumuishwa pia na kutambua ukweli wa utekelezaji wa dharura kali.

Ikiwa una muda wa ziada unaopatikana, vipindi vinaweza kurefushwa kwa kutumia nyaraka za marejeleo zilizoordheshwa kwenye KIAMBATISHO II. Umakini maalum unafaa kutolewa kwa kushughulikia tabia zozote za kudhuru zinazoweza kutokea dhidi ya manusra na kuboresha maarifa ya mawasiliano yanayomlenga manusra.

MADA: Utangulizi

NUSU YA SIKU:
Dakika 15

SIKU NZIMA:
Dakika 30

SHUGHULI:

- Wasilisha ujumbe muhimu

ZANA & RASLIMALI:

- Dokezo la Historia

UJUMBE MUHIMU:

- > Lengo la mazungumzo hayani kutoa maelezo ya kimsingi na raslimali kuhusu jinsi ya kumsaidia mtu ikiwa wanashiriki nawe kwamba wamepitia unyanyasaji wa kijinsia. Maarifa ambayo tutajifunza leo yanaweza kutumika kwa mtu yeyote aliye na uhitaji, lakini tatalenga hasa hali zinazojumuisha manusra wa unyanyasaji wa kijinsia.

- > Si jukumu lako kumtafuta manusra wa unyanyasaji wa kijinsia. Jambo hili linaweza kusababisha madhara zaidi. Badala yake tunaenda kuzungumza kuhusu jinsi ya kuwa raslimali ya msaada ikiwa mtu anakufikia kukuomba msaada.
- > Jukumu lako ni kutoa sikio la kusikiliza, bila kuhukumu, na kutoa maelezo sahihi, yaliyosasishwa kuhusu huduma zinazopatikana na kumwacha manusra kufanya maamuzi yao wenyewe.
- > Jukumu lako si kutoa ushauri, kufanya mahojiano, kuelewa jambo lililotokea na maelezo, kuwaeleza jambo la kufanya au kutoa maoni yako mwenyewe.
- > Kama wahudumu wa kibinadamu, jukumu letu ni kuheshimu na kulinda haki na mahitaji ya watu wote walio na hitaji, na usitegemee mawazo yako au hukumu.

MADA: Je, Unyanyasaji wa Kijinsia ni Nini

NUSU YA SIKU:
Dakika 30

SIKU NZIMA:
Saa 1

SHUGHULI:

- Wasilisha ujumbe muhimu
- Majadiliano ya kikundi na ufafanuzi wa kanuni

ZANA & RASLIMALI:

- KIAMBATISHO I Kanuni Muhimu
- KIAMBATISHO II Takrima na raslimali za ziada
- Chati za kugeuza na kalamu za kuandikia

UJUMBE MUHIMU:

- > Ufafanuzi wa GBV: msamiati wa kijumla kwa kitendo chochote cha kudhuru ambacho kimetendwa kinyume na mapenzi ya mtu na kwa msingi wa kuorodheshwa kijamii (k.v. jinsia) tofauti kati ya wanaume na wanawake.

Inajumuisha vitendo vinavyodhuru kimwili, kingono au kiakili au mateso, vitisho vya vitendo kama hivyo, kulazimisha, na mambo mengine ya kunyima uhusu. Vitendo hivi vinaweza kutokea kwa wazi au kwa siri.

- > Aina za GBV: GBV inaweza kuwa kimwili, kihisia au kingono. Ain azote za GBV zina athari kali na za muda mrefu, lakini miitikio tofauti inaweza kuhitajika kwa aina tofauti za unyanyasaji
- > Athari za GBV: GBV ina athari za kihisia, kiafya/kimwili na za kijamii. Katika kushughulikia jambo lililofunuliwa tunahitaji kuhakikisha kwamba hatuasababishi madhara zaidi kwa kumweka manusra katika hatari ya kulipizwa kisasi na mnyanyasaji au familia yake, unyanyapaa au unyanyasaji Zaidi kutoka kwa jamii, au jamii ya manusra, au kumtuhumu au kumlaumu manusra kwa unyanyasaji.

SHUGHULI:

- Wasilisha ujumbe muhimu
- Hadithi za uwongo dhidi ya ukweli

ZANA & RASLIMALI:

- Ujumbe muhimu katika Kijitabu cha Mwongozo kwenye ukurasa wa 2 na 3, na 16 (kwa watoto)
- Kiambatisho II: Takrima kuhusu tabia zanazolenga manusra

UJUMBE MUHIMU:

- > Sisitiza jukumu la wahudumu wa kibinadamu: Watendaji wote wa kibinadamu wana jukumu la kutoa msaada bila kuhukumu na bila kubagua kwa watu walio na uhitaji bila kujali:
- Jinsia,
 - Mvuto wa kingono,
 - Utambulisho wa jinsia,
 - Hali ya ndoa,
 - Ulemavu,
 - Umri,
 - Kabila/dini,
 - Nani aliyetekeleza/aliefanya unyanyasaji, na
 - Hali ambayo unyanyasaji ulitokea.

- > Jukumu lako ni kutoa sikio la kusikiliza, bila kuhukumu, na kutoa maelezo sahihi na yaliyosashwa kuhusu huduma zinazopatikana na mwache manusra kufanya maamuzi yake mwenyewe.
- > Jukumu lako si kutoa ushauri, kufanya mahojiano, kuelewa jambo lililotokea na maelezo, kuwaeleza jambo la kufanya au kutoa maoni yako mwenyewe.
- > Manusra wote wana mahitaji tofauti kwa hivyo muhimu ni kusikiliza na kuhakikisha kwamba wao ndio wanafanya maamuzi yote, huku sisi tukitoe maelezo.
- > Tekeleza mbinu inayomlenga manusra kumaanisha tekeleza:
- **Heshima:** hatua zote zinazochukuliwa zinaongozwa kwa heshima kwa machaguo, mapendeleo, haki na hadhi ya manusra.
 - **Usalama:** usalama na ulinzi wa manusra ndicho kipaumbele cha kwanza kwa watetezi wote.
 - **Usiri:** watu wana haki ya kuchagua ni nani watakae mweleza au kutomweleza hadithi yao. Kudumisha usiri kunamaanisha kutoshiriki maelezo yoyote kwa wakati wowote kwa mtu yeyote bila idhini kutoka kwa manusra.
 - **Kutobagua:** kutoa huduma saw ana ya wazi kwa mtu yeyote aliye na hitaji la msaada.

SHUGHULI:

- Uwasilisho

ZANA & RASLIMALI:

- Kijitabu cha Mwongozo Chati ya Kugeuza uk. 4 na Karatasi ya Maelezo uk. 5-6ya Maelezo uk. 5-6

UJUMBE MUHIMU:

- > Tambulisha Kijitabu cha Mwongozo.

- > Katika eneo letu, hatuna mtetezi wa GBV ambaye anaweza kutoa huduma maalum kwa manusra wa unyanyasaji wa kijinsia.
- > Tulichonacho ni baadhi ya huduma ambazo zinaweza kuwa za msaada kwa mahitaji ya manusra. .
- > Jaza karatasi ya maelezo katika Kijitabu cha Mwongozo.
- > Haya ndiyo maelezo tunayoweza kushiriki na manusra na kishani chaguo la manusra kuamua ikiwa wanataka kuzifikia huduma hizi au la. (Toa maelezo kuhusu huduma zinazopatikana, jinsi ya kuzifikia na vituo vya masuluhisho).

SHUGHULI:

- Uwasilisho na majadiliano ya kikundi

ZANA & RASLIMALI:

- Kijitabu cha Mwongozo Mambo ya KUFANYA na KUTOFANYA katika KUTAZAMA uk. 7 na KUSIKILIZA uk. 8; Mtazamo wa manusra uk. 11, Simulizi ya KUTAZAMA uk.13, Simulizi ya KUSIKILIZA uk. 14, sehemu ya watoto KUTAZAMA na KUSIKILIZA uk. 17 na 18
- KIAMBATISHO II: Takrima kuhusu maarifa ya mawasiliano yanayomlenga manusra

SIKU NZIMA: Michezo ya mazoezi (wasiliana na mtaalamu wa GBV ili kuunda michezo ya mazoezi ya mazingira maalum)

UJUMBE MUHIMU:

- > *Dokezo kwa mkufunzi:* Zingatia kufundisha kwa pamoja na mtaalamu wa GBV.
- > Usimpuuze mtu yeyote anayejaribu kukufikia kwa ajili ya msaada.
- > Mahitaji ya manusra huja kwanza.
- > Dumisha usiri. Usifanye kuandika Makala yoyote ya manusra au ya tukio, kumaanisha usiandike kitu chochote chini, usipige picha

zozote, usiwaite watu ili kufanya majadiliano ya kikundi na manusra, usiwapigie vyombo vya Habari, usirekodi sauti ya mazungumzo yoyote kwenye simu yako au kifaa kingine chochote.

- > Mruhusu manusra kuonyesha hisia zake katika njia yoyote waliyomo – watu wengine ni wanyamavu, wengine wamekasirika na wanapiga kelele, wengine wanweza kuwa wanalia na kadhalika. Msikilize manusra na uliza jinsi unavyoweza kusaidia. Usiulize maswali kuhusu jambo lililotokea au maelezo ya tukio, badala yake sisitiza kwamba upo pale kusikiliza chochote ambacho manusra anataka kushiriki.
- > Tambua ikiwa unajipata katika hali ambayo si salama kwako au kwa manusra. Kunaweza kuwa na vituo vingine vya masuluhisho vilivyo na uwezo wa kusaidia vyema katika mazingira haya.
- > *Dokezo kwa mkufunzi:* tambulisha itifaki za PSEA na taratibu nyingine zinazofaa katika mazingira yako, kwa kujumuisha vikwazo vya usiri, mahitaji ya kushiriki/kuripoti maelezo na mazingatio ya watoto.
- > **KUMBUKA**, ikiwa unataka kutafuta msaada kutoka kwa mguzi au mtetezi mwingine wa kibinadamu, KILA MARA uliza idhini kutoka kwa manusra kwanza kwa kujumuisha kushiriki ni nani unayetaka kuzungumza naye, sababu ya kuzungumza nao na maelezo ambayo ungependa kushiriki. Ikiwa manusra hayuko sawa au anakataa kushiriki maelezo yao, wasaidie kwa kutumia zana katika Kijitabu cha Mwongozo.

SHUGHULI:

- Uwasilisho na majadiliano ya kikundi

ZANA & RASLIMALI:

- Kijitabu cha Mwongozo KUUNGANISHA Mambo ya KUFANYA na KUTOFANYA uk. 9 – 10, Simulizi ya KUUNGANISHA uk. 15, uk.1 5, ya watoto kuhusu KUUNGANISHA uk. 19

UJUMBE MUHIMU:

- > *Dokezo kwa mkufunzi:* Zingatia kufundisha kwa pamoja na mtaalamu wa GBV.
- > Jukumu lako la kimsingi ni kutoa maelezo kuhusu huduma nyingine zinazopatikana ikiwa zipo. Ikiwa huduma zipo, toa maelezo sahihi kwa manusra kuhusu huduma zinazopatikana au machaguo ya unafuu zaidi.
- > Ikiwa huduma hazipo, ni muhimu kwamba uwe wazi kwa manusra, ukitambua ujasiri wa manusra wa kushiriki tukio lao kwako, onyesha kwamba unasikitika huwezi kuendelea kuwa wa msaada na utoe heshima kwa manusra katika mazungumzo yako iwezekanavyo.
- > Kwa huruka kamilisha mazungumzo. Kumbuka, jukumu lako ni kumsaidia manusra katika machaguo na maamuzi yao, hata ikiwa hawakufanya maamuzi yoyote. Usishiriki katika vipindi au mikutano ya kurudilia na manusra, ushauri au majaribio ya kudhibiti kesi ya manusra.

- > Baada ya kukamilisha mazungumzo, fuata itifaki maalum ya shirika letu ya kushiriki maelezo kwenye hali kama hii.—*Dokezo kwa mkufunzi: huhitaji kazi ya maandalizi ili kutoa maelezo.*

- > Usishiriki maelezo kumhusu manusra au tukio na mtu yeyote. Ni muhimu kukumbuka kwamba unaweza kufanya kila jambo ipasavyo, lakini huendi kusuluhisha tukio la mtu huyu au kuondoa mpango wao. Kusikiliza na kusikia matukio ya watu wengine kunaweza kukuweka katika hatari ya tukio lao la uchungu, kutia kiwewe au la kuumiza—pia hutambulika kama kupitia katika kiwewe cha mara ya pili. Fikiria kuhusu jinsi ya kujilinda wakati hisia hizi zinapokuja kwako. Fikia mfumo wako na mtandao kwa msaada na himizo.

—*Dokezo kwa mkufunzi: toa raslimali kuhusu machaguo ya huduma kwa mfanyakazi kwa kujumuisha kutoa nafasi salama ya kiongozi wa timu kupata msaada wa kisaikolojia*

- > Ikiwa unajali kuhusu maslahi ya manusra au ikiwa yeye amepata msaada unaofaa, fuatilia moja kwa moja na mtoaji wa huduma. USIMFIKIE manusra moja kwa moja.
- > Kwa kuwa unyanyasaji hutokea kwa kurudiarudia, unaweza kumwona mtu huyu tena au kufahamu kwamba amepitia katika hali nyingine ya unyanyasaji. Huwezi kubadilisha hali zao, lakini unaweza kusikiliza bila kumhukumu manusra wakati wa kila hali bila kujali ikiwa umezungumza nao kabla au la

KIAMBATISHO I: Kanuni Muhimu

Je, Unyanyasaji wa Kijinsia ni Nini?

UNYANYASAJI WA KIJINSIA (GENDER-BASED VIOLENCE (GBV)) msamiati wa kijumla kwa kitendo chochote cha kudhuru ambacho kimetendwa kinyume na mapenzi ya mtu na kwa msingi wa kuorodheshwa kijamii (k.v. jinsia) tofauti kati ya wanaume na wanawake. Inajumuisha vitendo vinavyodhuru kimwili, kingono au kiakili au mateso, vitisho vya vitendo kama hivyo, kulazimisha, na mambo mengine ya kunyima uhusu. Vitendo hivi vinaweza kutokea kwa wazi au kwa siri.

JINSIA linarejelea tofauti za kijamii kati ya wanaume na wanawake ambazo zinasomwa. Ingawa zimekita mizizi katika kila utamaduni, tofauti za kijamii ni za kubadilika baada ya muda, na zina aina nyingi ndani na kati ya tamaduni. “Jinsia” huamua majukumu, wajibu, nafasi, mapendeleo, matarajio, na vikwazo kwa wanaume na wanawake katika utamaduni wowote.

Mifano ya mambo yanayochangia GBV wakati wa dharura au kuhamishwa:

- Vitisho vipya/aina za migogoro inayohusiana na GBV
- Kukosa usiri, watu kujaa kupita kiasi na ukosefu wa ufikiaji salama kwa mahitaji ya kimsingi
- Muundo wa msaada wa kibinadamu huongeza au kuanzisha hatari mpya za GBV
- Kutengwa na wanafamilia, kukosa stakabadhi, ubaguzi wa kusajili
- Kufilisika kwa mbinu za ulinzi wa kijamii na mitindo inayodhibiti tabia
- Hatari iliyoongezeka na utegemeaji; utumiwaji mbaya
- Uanzishaji wa mitindo mipya ya mamlaka, kama ilivyo na watetezi wa kibinadamu

Je, chanzo cha GBV ni nini?

Je, mambo yanayochangia GBV ni yapi?

GBV INASABABISHWA NA KUTOKUWA NA USAWA NA UTUMIAJI MBAYA WA MAMLAKA. Mtu yeyote anaweza kupitia GBV kwa kujumuisha wanaume, wavulana na watu wadhaifu kingono na kijinsia. Kwa wakati uo huo, wanawake na wasichana wanaathirika kwa kiwango kisichokuwa sawa na unyanyasaji wa wanaume kuwashusha chini, kuwanyang’anya mamlaka, kuwaadhibu au kuwadhibiti. Jinsia ya mnyanyasaji na manusra ni msingi si tu kwa kuchochea unyanyasaji, lakini pia katika njia ambazo jamii inakubali au kuitikia unyanyasaji.

JAMBO LINALOCHANGIA ni kitu ambacho hufanya tatizo kuwa mbaya zaidi. Mambo ambayo huchangia GBV hutofautiana kulingana na mazingira, idadi ya watu una aina ya GBV. Kuna mambo mengi ambayo hufanya GBV kuwa mbaya zaidi, hasa sana katika dharura jinsi ilivyoorodheshwa hapa chini. Hata hivyo, mifano hii inasisitiza umuhimu wa kushughulikia GBV kupitia mbinu pana ambazo zinalenga aina nyingi za hatari tofauti.

KIAMBATISHO I: Kanuni Muhimu—*continued*

Je, aina za GBV ni gani?

UNYANYASAJI WA KINGONO

Kitendo chochote kikamilifu au kilichojaribiwa cha kingono dhidi ya mapendeleo ya mtu au dhidi ya mtu asiyeweza kutoa idhini. Namna za unyanyasaji wa kingono zinajumuisha ubakaji (vitendo vya kingono kwa kulazimisha, kwa kujumuisha mpenzi/bwana), vita vya kingono, unyanyasaji wa kingono kwa mtoto, udhalimu wa kingono kutoka kwa mtu aliye katika nafasi ya mamlaka (kama vile mfanyakazi wa kibinadamu) au kwa ubadilishanaji wa pesa, huduma au bidhaa.

UNYANYASAJI WA KIMWILI

Kitendo cha unyanyasaji wa kimwili ambacho si cha ngono kiasili. Namna hii ya unyanyasaji mara nyingi hutendeka katika uhusiano wa wapenzi. Inaweza kujumuisha namna za unyanyasaji au vitendo vya kupuuza ambavyo husababisha uchungu wa kimwili au majeraha. Mifano inajumuisha: kugonga, kupiga kofi, kukaba roho, kusukuma, kunyang'anya, kuchuna, kuuma, kuvuta nywele, kuchoma, kunyonga, kukata, kupiga risasi au utumiaji wa silaha zozote.

UNYANYASAJI WA KIHISIA NA KISAIKOLOJIA

Huu ni kuweka uchungu au majeraha ya kiakili au kihisia. Huu unajumuisha unyanyasaji unaofanywa kwa njia isiyo ya kimwili hasa sana wapenzi au mtu aliye kwenye nafasi ya mamlaka. Kwa mfano, namna za unyanyasaji wa kihisia na kisaikolojia zinajumuisha unyanyasaji kwa maneno.

UNYANYASAJI WA KIJAMII AU KIUCHUMI

Huu unajumuisha unyanyasaji unaofanywa kwa njia isiyo ya kimwili au iliyowekwa kwenye sheria na sera ambazo zinawanyima wanawake na wasichana, na makundi mengine yaliyo kwenye hatari, ufikiaji kwa mapato, huduma za kifedha, mali na nafasi za kijamii za maendeleo. Mifano inajumuisha: (1) ubaguzi na/au kunyimwa nafasi, huduma au raslimali, (2) kunyimwa ufikiaji kwa elimu, usaidizi wa afya au ajira ya kulipwa na/au (3) kunyimwa haki za mali. Wanafamilia, wanajamii, jamii, taasisi na mashirika yanaweza kufanya unyanyasaji wa aina hii.



Baadhi ya **shughuli za kitamaduni zenye madhara** zinaweza kuzingatiwa kuwa aina za GBV ikiwa zimelengwa kudumisha wanawake na wasichana kuwa katika hali ya chini katika jamii. Miongoni mwa hizi, mifano ni Ukeketaji wa Wanawake (FGM), Ndoa za lazima na za watoto na kuheshimu mauaji.

Unyanyasaji wa Mpenzi, pia hujulikana kama **Unyanyasaji wa Kinyumbani**, ni mtindo wa tabia ya kunyanyasa katika uhusiano wa kimapenzi, kwa kujumuisha ndoa ambayo inatumika kwa mtu mmoja kufaidika au kudumisha nguvu na udhibiti juu ya mwingine. Mara nyingi hujumuisha unyanyasaji wa aina kadhaa tofauti, kwa kujumuisha unyanyasaji unaoendelea wa kihisia/kisaikolojia, kimwili na wa kingono.

Ulinzi dhidi ya Unyanyasaji na Udhalimu wa Kingono (PSEA)

Ulinzi dhidi ya Unyanyasaji na Udhalimu wa Kingono ni msamiati unaotumika kurejelea hatua zinazochukuliwa kuwalinda watu walio kwenye hatari ya unyanyasaji na udhalimu wa kingono kwa watetezi wa kibinadamu na wafanyakazi wanaohusiana, kwa kujumuisha wafanyakazi wa msaada wa kibinadamu, wanaojitolea, walenzi, wakandarasi, wafanyakazi wa misheni ya Umoja wa Mataifa, Wafanyakazi wa askari wa Umoja wa Mataifa, wadumishaji amani, wasambazaji/wauzaji wa bidhaa na huduma kwa malengo ya kibinadamu na kadhalika.

Je, athari za GBV kwa manusra ni gani?

GBV huathiri sana afya ya kingono, kimwili na kisaikolojia ya manusra, na huchangia hatari kubwa ya matatizo ya mbeleni. Unyanyasaji wa kijinsia ni hali ya **kutishia maisha** baadhi ya athari zinazoweza kutokea zinajumuisha:

ATHARI ZA AFYA YA KIMWILI	ATHARI ZA AFYA YA KISAIKOLOJIA	ATHARI ZA KIJAMII
Majeraha ya kimwili	Kusongwa na mawazo na huzuni	Mwathiriwa kulaumiwa
Ulemavu	Hofu na wasiwasi	Kunyanyapaliwa
Maambukizi ya Kingono, kwa kujumuisha HIV	Kujilaumu, kuhukumika na aibu	Kukataliwa na kutengwa na familia na/au jamii
Mimba zisizohitajika	Kupitia tena hali za kiwewe, kukumbuka	Ndoa ya kulazimishwa
Uavyaji hatari wa mimba, kutokwa mimba	Kuepuka mahali au hali, kutengwa	Uwezo uliopungua wa mapato/mchango
Fistula	Hasira	Umaskini ulioongezeka
Uchungu mwingi	Tatizo la kumakinika au kukumbuka	Hatari ya kuathiriwa tena
Matatizo ya kulala na kukula	Kujidhuru	Mauaji ya kifo/heshima
Kifo, kwa kujumuisha kujinyonga	Mawazo/vitendo vya kujinyonga	

KIAMBATISHO I: Kanuni Muhimu—*continued*

Ni jambo la msaada kuelewa athari za GBV zinazoweza kutokea ambazo zinaweza kuathiri tabia na machaguo ya manusra baada ya kupitia unyanyasaji. Pia, ni muhimu kuepuka kutenda madhara zaidi kwa kusisitiza athari zozote mbaya, kama vile kumlaumu manusra kwa unyanyasaji alioupitia, au kupunguza miitikio yao.

Hatimaye, athari za kijamii kwa manusra ni mojawapo ya sababu tunahitaji kuhakikisha usiri. Manusra hawaendi kutafuta msaada ikiwa wana wasiwasi kwamba kila mmoja atafahamu katika familia au jamii zao kutokana na hofu ya athari za kijamii. Unapoendelea kujenga imani zaidi kwa kusisitiza na kudumisha usiri, ndivyo manusra watakuamini na kuja kwako kuomba msaada.

Je, manusra wa GBV anahitaji kitu gani?

Kutokana na athari nyingi za GBV zilizo rodheshwa hapo juu, manusra wengi wana mahitaji mengi na tofauti. Si manusra wote wanaoitikia kwa njia moja au kuhitaji kitu kimoja, kwa hivyo jambo la kwanza kufanya ni KUMSIKILIZA manusra na kumuuliza yeye kitu anachohitaji kuliko kufuata mawazo kuhusu mahitaji ya dharura. Manusra wanahitaji kuaminiwa wala si kulaumiwa kwa unyanyasaji uliowatokea, ili kujenga Imani na kuhakikisha wanahisi vizuri kujitokeza na kuomba msaada.

Usalama wa kimwili na wa kihisia wa manusra, na wewe mwenyewe, unafaa kuwa ndicho kipaumbele cha kwanza kila wakati kesi ya GBV inapofunuliwa kwako. Wakati huduma za kimsingi za afya zinapatikana, jambo hili wakati mwingine linaweza kusaidia kukabiliana na baadhi ya athari za kimwili za GBV, lakini afya ya kisaikolojia na athari za kijamii mara nyingi ni ngumu kushughulikiwa. Tafadhali rejelea kijitabu cha mwongozo kwa maelezo zaidi kuhusu huduma ambazo zinaweza kusaidia manusra wa GBV wakati hakuna huduma za afya maalum ya GBV, ya kisaikolojia na ya kisheria.

Kwa vidokezo kuhusu jinsi ya kuhakikisha usalama wa kihisia, tafadhali rejelea kwenye orodha ya Mambo ya KUFANYA na ya KUTOFANYA kwenye kijitabu cha mwongozo.

Je, kanuni muhimu za mwongozo ili kuhakikisha hatumdhuru manusra wa GBV ni zipi?

HAKI YA USALAMA:

Usalama unarejelea usalama wa kimwili na ulinzi dhidi ya madhara, Pamoja na usalama wa kisaikolojia na kihisia kwa watu ambao wamefadhaika sana. Ni muhimu kuzingatia mahitaji ya usalama na ulinzi ya kila manusra, wanafamilia yake na watu wanaotoa huduma na msaada, kwa kujumuisha wewe mwenyewe. Watu wanaofunua GBV wanaweza

kuwa katika hatari kubwa ya unyanyasaji wa ziada, wa kingono na vinginevyo, kutoka kwa wanyanyasaji wenyewe, watu wanaowakinga wanyanyasaji (kwa kujumuisha familia yao, vyongozi au mamlaka ya ndani) na watu wa familia yao wenye kwa sababu ya mawazo ya heshima ya familia.

HAKI YA USIRI:

Usiri unarejelea haki ya mtu kuwa na maelezo yoyote kuwahusu kuwekwa siri isipokuwa wakiomba yawe wazi. Huinua usalama, Imani na kuimarika. Kudumisha usiri kunaamisha kutofunua maelezo yoyote kwa wakati wowote kwa mtu yeyote bila idhini ya ufahamu ya manusra. Ukosefu wa usiri kunaweza muweka manusra na wengine, kwa kujumuisha watu ambao manusra amewaeleza, kwa hatari ya madhara ya ziada.

HAKI YA HADHI NA KUJITAMBUA:

Watu wote wanaokutana na manusra wana jukumu la kufanya katika kurejesha hadhi na kujitambua ambako kumeondolewa na GBV. Kwa mfano, manusra wana haki ya kumchagua mtu watakayemweleza na huduma ambazo wanataka kuzifikia. Manusra ndiye mtetezi wa kimsingi, na jukumu la wasaidizi ni kutoa maelezo wanayoweza kutumia kuchagua njia yao ya urejesho. Kukosa kuheshimu hadhi, mapendeleo na haki za manusra kunaweza kuongeza hisia zao za kukosa msaada na aibu, kujilaumu na kusababisha unyanyasaji mwingine na madhara zaidi.

HAKI YA KUTOBAGULIWA:

Watu wote wana haki ya kupata usaidizi mzuri bila ubaguzi mbaya au kwa msingi wa jinsia, umri, ulemavu, kabila, lugha, Imani ya dini au kisiasa, mvuto wa kingono au kiwango cha kijamii.

Kwa maelezo Zaidi na uelewaji wa kina wa kanuni hizi muhimu, tafadhali shauriana na:

- > **Miongozo ya GBV (EN, AR, FR, SP):** <http://gbvguidelines.org/en/home/>
- > **Wakabilianaji wa GBV:** <http://gbvresponders.org/response/core-concepts/>
- > **Jopo la PSEA:** <http://www.pseataskforce.org/>
- > **WHO:** http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44615/1/9789241548205_eng.pdf

KIAMBATISHO II:

Raslimali za ziada kwa kujumuisha zana na shughuli

Tunasasisha kila mara orodha yetu ya raslimali zinazopatikana kwenye tovuti yetu kwa ajili ya Kijitabu cha Mwongozo www.gbvguidelines.org. Kuwa na raslimali ya kushiriki? Tutumie baruapepe kwenye gbv.guidelines@gmail.com.

SEKTA/MADA	RASLIMALI	KIUNGO
Miongozo ya IASC GBV	Nyenzo za mafunzo katika lugha za EN, AR, FR na SP	https://gbvguidelines.org/en/training/
WASH	Zana za Unyanyasaji, Jinsia na WASH	http://violence-wash.lboro.ac.uk/
Usalama wa Chakula	Kijitabu cha WFP cha Unyanyasaji wa Kijinsia	https://reliefweb.int/report/world/gender-based-violence-manual
Maisha	Zana ya CLARA	https://www.womensrefugeecommission.org/empower/resources/1231-clara-tool
Makazi	Kundi la Makazi la Mshirika wa Dhati wa GBV na miongozo ya makazi	https://www.sheltercluster.org/gbv
Fedha	Raslimali za fedha na ulinzi kutoka kwenye Ushirikiano wa Masomo ya Fedha (Cash Learning Partnership (CaLP))	http://www.cashlearning.org/ctp-and-multi-sector-programming/protection
Nyumba, Shamba na Mali	Kuhifadhi HLP kwa wanawake kutoka NRC	http://womenshlp.nrc.no/
Afya ya kiakili na msaada wa kisaikolojia	Mwongozo wa WHO kuhusu Huduma ya Kwanza ya Kisaikolojia	http://womenshlp.nrc.no/
	Afya ya Kiakili na mtandao wa msaada wa kisaikolojia	https://www.mhpss.net/

TAKRIMA:

Maarifa ya Mawasiliano ya kumlenga Manusra

Lugha ya kimwili

Lugha ya kimwili ni ujumbe tunaoutuma kwa uso na sehemu nyingine za mwili. Hii hujumuisha jinsi/mahali tunapokaa na watu—mazingira tunayounda. Katika Kiingereza, tunazungumza kuhusu SOLER kama njia za kuwa na lugha nzuri ya kimwili ili kuwasaidia manusra.

- > **Square:** Hii inamaanisha kukaa kwa njia ya 'square' na manusra, ukimwagalilia.
- > **Open (Wazi):** Hii inamaanisha kwamba tusiweke kitu chochote kati ya manusra na sisi. Hakuna madawati, hakuna vitu. Nafasi kati yako na manusra iko wazi.
- > **Lean (Egemea):** Hii inamaanisha tuegemee kuelekea kwa manusra. Hii humsaidia manusra kufahamu kwamba tunapenda anachokisema na kwamba tunataka kukaa na kusikiliza.
- > **Eye contact (Macho kwa macho):** Hii inamaanisha kwamba tunadumisha macho kwa macho na manusra kwa wakati wote (isipokuwa ikizingatiwa kuwa makosa kitamaduni).
- > **Relax (Tulia):** Hii inamaanisha kwamba tunakaa kwa nafasi ya kuketi kwa kutulia. Haimaanishi kwamba tuinamishie viti vyetu na kuonekana kunama, lakini hatutaki kukaa umenyooka na kuwa mgumu. Tunataka tuwe vizuri ili manusra anaweza kuhisi vizuri na kutulia pia.

Ujumbe wa maneno

Ujumbe wa maneno ni mambo tunayoyasema, au maudhui ya mazungumzo. Kufuatia mwendo wa manusra, kutumia lugha moja kama manusra na mafafanuzi rahisi ni muhimu kuhakikisha kwamba manusra anahisi kuwa salama na vizuri kushiriki hali yake. Pia ni vizuri kujifunza kukimya na kumpa manusra muda wa kufikiria na kuchakata hisia zake, ingawa hili linaweza kuwa jambo gumu kwa baadhi yetu!

Maarifa ya Kusikiliza Vizuri

- > Tumia maswali ya wazi ili hakika kuelewa jinsi manusra anavyohisi na kufikiria.
- > Fafanua na kuweka katika muhtasari ("**Wacha nione kama ninaelewa mambo ambayo umenieleza kufikia hapo**").
- > Tafakari maudhui na/au hisia ("**Inaonekana ni kana kwamba ulikuwa umeogopa wakati alipopiga kelele na kuinua ngumi yake**"). Tafakari jinsi manusra anavyohisi na kufikiria ili aweze kuona jinsi inavyokuwa kwenye kioo. Msaidie kuona hali yake na machaguo vyema zaidi. Msaidia kupata mwelekeo.

(over)

Halalisha na Ufanye kuwa kawaida

- > Kitu bora tunachoweza kufanya ni kuelewa na kutambua hisia za manusra—na kufanya kuwa kawaida. Kwa mfano, ikiwa manusra anaanza kulia, tunaweza kusema: **Una kila haki ya kukasirika na kuhuzunika. Ni sawa kwako kulia hapa. Nitakuwa na wewe na tunaweza kuzungumza ukiwa tayari.**
- > Kwa sababu tunataka manusra wahisi vizuri hisia zetu zinaweza kumwonyesha manusra KUTOONYESHA hisia zake, au punguza hali yake, kama vile, “Usiogope,” “Usilie,” “Si mbaya inavyoonekana,” “Kila kitu kinaenda kuwa sawa,” lakini tunataka kuwafahamisha manusra kwamba wanapitia **hali ya kawaida** kwa tukio **lisiliokuwa la kawaida** Hili linaweza kuhisika kutokuwa zuri kwetu—kukaa na mtu amaybe analia, au amekasirika, au ana unyogovu—lakini kuwa msaidizi wa kweli kunamaanisha tuwaruhusu kuhisi wanachohitaji kuhisi.
- > Badala ya kuwaambia manusra mambo ya KUTOHISI, tunafaa **kuhalalisha** hisia zao na **kufanya kuwa za kawaida.**

Matamko ya kuponya ni mambo ambayo wasaidizi wanaweza kusema kwa manusra mara moja baada ya kutueleza yaliyotokea na kupitia mchakato wa kusaidia ili kuendeleza uponyaji na urejesho wake.

- > “Ninakuamini.”
- > “Ninafurahia kwamba ulinieleza.”
- > “Ninasikitika jambo hili lilikutokea.”
- > “Haya si makosa yako.”
- > “Wewe ni mwerevu kuzungumza nami.”

Ujumbe wa Tabia

Ujumbe wa tabia ni mambo tunayoyafanya. Ni muhimu kutoa maelezo, SI ushauri.

Kutoa ushauri kunamaanisha kumwambia mtu jambo unalofikiria wanafaa kufanya na jinsi unavyofikiria kwamba wanafaa kulifanya. Katika kesi za GBV, kutoa ushauri si muhimu katika kumsaidia manusra kwa sababu hufahamu ikiwa unatoa ushauri unaofaa. Kama msaidizi, hatufai kutoa ushauri kwa manusra.

Kutoa maelezo kunamaanisha kueleza ukweli kwa mtu ili waweze kufanya uamuzi kwa ufahamu kuhusu jambo la kufanya. Katika kesi za GBV, kutoa maelezo ni muhimu kwa sababu humuimarisha manusra ili kuwa na udhibiti wa machaguo yake, na kunyesha kuheshimu maoni na maamuzi ya manusra.

TAKRIMA:

Mitazamo Inayomjali Manusra

Manusra hawawajibikii unyanyasaji wanaoupitia. Utumiaji wa unyanyasaji kila mara ni chaguo linalofanywa na wanyanyasaji. Hii ni imani muhimu kuhakikisha usalama na urejesho wa manusra wa GBV na uepoke kusababisha madhara zaidi.

Sisi sote huleta mitazamo yet una Imani kwa kazi hii, na baadhi ya mitazamo hii inaweza kuwa na madhara kwa manusra bila sisi kufahamu. Ni muhimu kutambua na kuanza kutia changamoto kwenye mitazamo yetu wenyewe.

Manusra kulaumiwa ni kawaida katika jamii nyingi na ni kitu ambacho lazima tupambane kuepuka na kupinga katika kazi yet una manusra. Mitazamo inayomjali manusra inajumuisha kuweka mbele mapendeleo bora ya manusra, kuhakikisha kwamba kazi yote inalingana na mahitaji ya manusra badala ya maoni yetu sisi wenyewe kuhusu vitu anavyovihitaji.

MITAZAMO NA IMANI MBAYA	MITAZAMO NA IMANI ZA KWELI NA ZA KUSAIDIA
Ikiwa wanawake au wasichana walio na tabia mbaya wanabakwa, ni makosa yao.	Ubakaji ni uamuzi uliofanywa na mnyanyasaji kutumia nguvu zake juu ya mtu mwingine. Si makosa ya manusra. Vitendo vya GBV kila mara ni makosa ya mnyanyasaji.
Ikiwa manusra hawezi kujibu maswali yanayoulizwa wakati wa mahojiano, wanajaribu kubuni hali.	Wasiwasi ya miitikio ya kisaikolojia na kimwili inaweza kumsababisha manusra kuchanganyikiwa na kushindwa kujibu maswali kuhusu tukio.
Mwanamke husababisha unyanyasaji kutoka kwa mumewe kwa sababu ya tabia yake mwenyewe.	Unyanyasaji ni uamuzi wa mnyanyasaji na hauwezi kuhalalishwa kutumika katika mahusiano.
Mtu anayemlazimisha mtu mwingine kufanya ngono ni mtu tu ambaye hawezi kudhibiti hamu yake ya ngono.	Wabakaji wengi wanachochewa na nguvu, hasira, na udhibiti, wala si hamu ya kufanya ngono. Wanaume wanaweza kudhibiti misukumo yao ya kingono. Ubakaji mwingi huwa hupangwa mbeleni—mwanamume anadhibiti wakati anapobaka.
Unyanyasaji wa wapenzi/Unyanyasaji wa Kinyumbani (IPV) ni suala la familia na linafaa kutatuliwa ndani ya familia.	IPV inafaa kuwa suala kuu la kiafya na usalama kwa jamii nani uhalifu katika nchi nyingi. Maelfu ya wanawake huawa kila mwaka kwa sababu ya IPV. Manusra wa IPV huhitaji msaada wa jamii.
Wanaume wengi huwapiga wake zao pekee baada ya kunywa pombe au kutumia dawa za kulevya.	Dawa za kulevya na pombe vinaweza kuwa jambo la kuchangia kwa GBV. Hata hivyo, uamuzi pekee wa mnyanyasaji kutumia unyanyasaji, nguvu na udhibiti ndicho chanzo cha GBV. Si wanaume wote wanaolewa pombe au kutumia dawa za kulevya huwapiga wake zao. Wanaume wanaotumia pombe na dawa za kulevya hufanya maamuzi kuhusu nani watakayempiga kumaanisha wanachagua mtu wa kumnyanyasa.

(over)

MITAZAMO NA IMANI MBAYA	MITAZAMO NA IMANI ZA KWELI NA ZA KUSAIDIA
Manusra wa GBV anafaa kila mara kuripoti kesi yao kwa askari au mamlaka nyingine za haki.	Manusra wanafaa kuchagua ni nani atakayefahamu kuhusu kesi yao.
Mwanamume hawezi kumbaka mke wake.	Wanawake wanafaa kuruhusiwa kuwasiliana na wapenzi wao wa kingono wakati wanapotaka na wakati hawataki kufanya ngono. Nchi nyingi sasa zina sheria dhidi ya ubakaji katika ndoa. Wanawake walioolewa wana haki ya usalama saw ana wanawake wasioolewa. Wanawake wengi wanaoishi na unyanyasaji wa wapenzi wamepitia namna fulani ya unyanyasaji wa kingono ndani ya ndoa yao.
Ni kazi ya mfanyakazi wa kibinadamu kuamua ikiwa manusra anasema ukweli.	Ni kazi ya wafanyakazi wa kibinadamu kumsaidia manusra na kumwamini.
Wanawake wanabakwa ikiwa wanavaa mavazi mbaya au kwenda katika sehemu mbaya.	Wabakaji huwatafuta watu wanaowafikiria kuwa wadhaifu, wala si wanawake wanaovaa kwa njia fulani. Hakuna mtu, bila kujali tabia yao, "anafaa" kubakwa.
Wanawake mara nyingi hudanganya kuhusu kubakwa.	Utafiti wa kilimwengu unaonyesha kwamba, saw ana ripoti ya uhalifu mwingine mbaya, asilimia ndogo ya ripoti za ubakaji zinatolewa kwa uwongo. Hii ni sawa na uhalifu mwingine mbaya wa kinguvu.
Ubakaji hutendeka nje pekee, usiku wakati mwathiriwa yuko peke yake.	Ubakaji unaweza na hutokea wakati wowote na mahali popote. Ubakaji mwingi hutendeka wakati wa mchana na katika nyumba za waathiriwa k.v. wasichana na wanawake walemavu wanaweza kubakwa wakati wanaachwa nyumbani peke yao. Zaidi ya hayo, mara nyingi wanawake au wasichana wanamfahamu mnyanyasaji (baba yao wa kambo, mjomba n.k.) Ubakaji huu mara nyingi hutendeka nyumbani.
Ikiwa mtu hafanyi "kupambana" basi hakubakwa hasa.	Ubakaji ni jambo linaloweza kutishia maisha. Chochote mtu afanyacho ili kushidha shambulio ndiyo hatua inayofaa. Hii inaweza kujumuisha kutopigana kwa sababu ya kuogopa.
Ikiwa manusra haonyeshi majeraha ya kimwili kutokana na ubakaji, basi hakubakwa.	Manusra wanaweza kukosa kuonyesha alama za kimwili za shambulio.
Kujamiiana kwa maharimu (ubakaji au unyanyasaji wa kingono kati ya wanafamilia) ni nadra.	Kujamiiana kwa maharimu ni kawaida na hutendeka katika kila jamii.
Shambulio la kingono kawaida hutokea kati ya wageni.	Kwa makadirio fulani, zaidi ya 80% ya waathiriwa wa ubakaji wanawafahamu washambulizi wao. Mbakaji anaweza kuwa mtu wa ukoo, Rafiki, mfanyakazi mwenza, rafiki wa kiume, au mtu mwingine mnayefahamiana.
Makahaba hawawezi kubakwa.	Makahaba wapo katika hatari Zaidi na wanafanyiwa ubakaji na aina nyingine za unyanyasaji kuliko wanawake wengine.
Manusra hafai kufikiria sana kuhusu unyanyasaji alioupitia. Anafaa "kusahau."	Manusra ambao hawaruhusiwi kuzungumza kuhusu unyanyasaji walioupitia wana muda mgumu Zaidi kupona kutokana na jambo hilo. Manusra wote wanafaa kupewa nafasi ya kuzungumzia shambulio na watu walio karibu nao ikiwa wanapendelea kufanya hivyo.

