ಸ್ತ್ರೀ ಮನೋರಕ್ಷಾ ತರಬೇತಿ

ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಹಿಂಸಾಚಾರ: ಮಧ್ಯಪ್ರವೇಶಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳು

(Violence in Family Context: Ways to Intervene)

ಕಲಿಕಾ ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಕಲಿಕಾ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ದಂಪತಿಗಳ ನಡುವೆ ನಡೆಯುವ ಹಿಂಸೆಯ ವಿಧಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

- ದಂಪತಿಗಳ ನಡುವೆ ಹಿಂಸಾಚಾರಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು:

    - ➢ ಆತ್ಮೀಯ ಪಾಲುದಾರರ ಹಿಂಸೆಯ ಪರಿಸರದ ಮಾದರಿ (ecological model)
    - ➢ ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂಶಗಳು
    - ➢ ಹಿಂಸೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಸ್ತ್ರೀವಾದಿ ತತ್ವಗಳು
    - ➢ ಹಿಂಸೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ದುಷ್ಕರ್ಮಿಯ ವೈಯುಕ್ತಿಕ ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಂಶಗಳು.

ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿನ ಹಿಂಸೆಯ ಪ್ರಕಾರಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು

ಹಿಂಸಾಚಾರದ ನಿರಂತರತೆ (continuum)

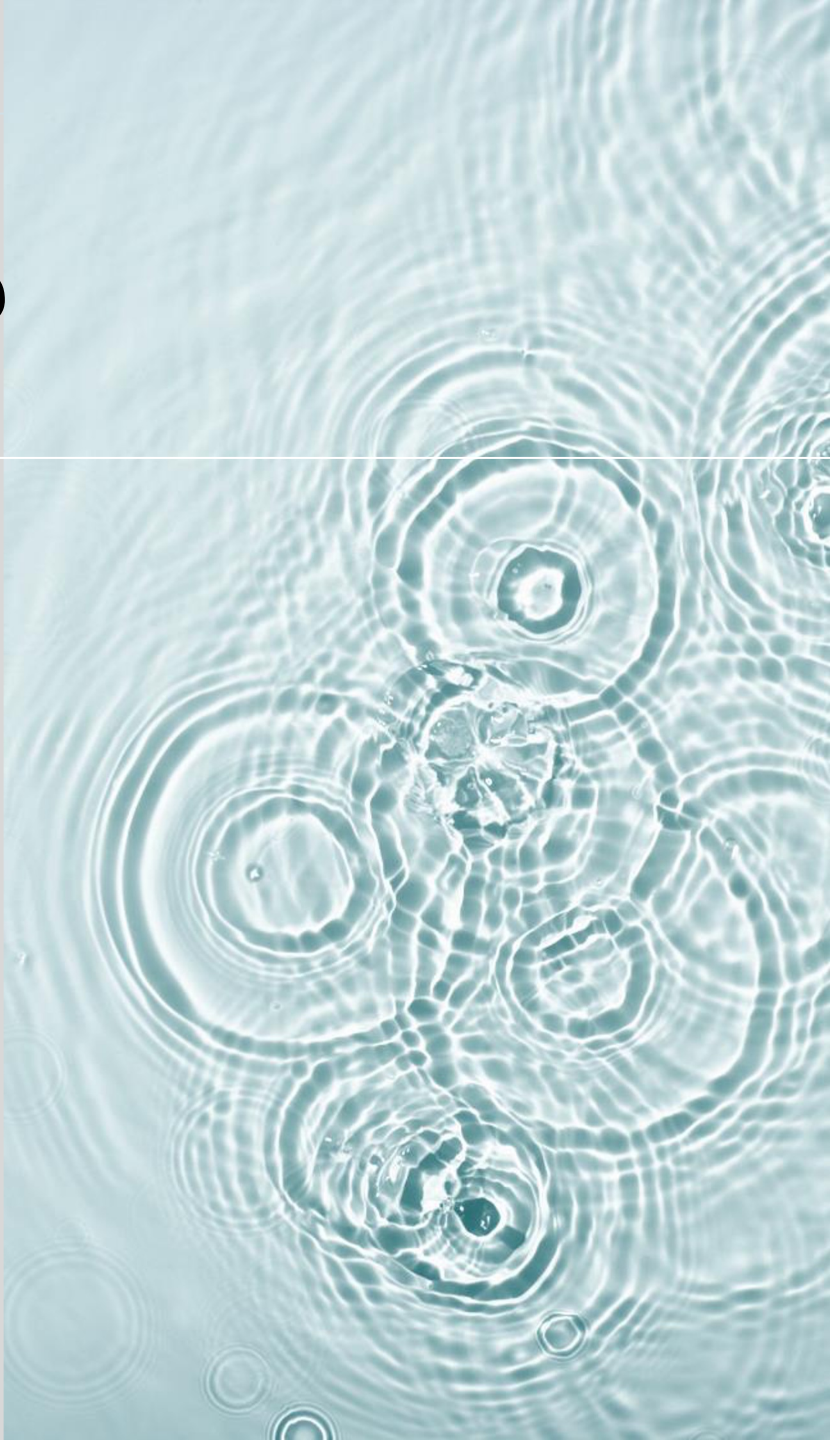
ಘರ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳು (Conflict and Disagreement)

- **ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯ:** ಯಾವುದಾದರೂ ಬಗ್ಗೆ ವಿಭಿನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಹೊಂದಿರುವುದು.
- **ಘರ್ಷಣೆ :** ಇಬ್ಬರು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ನಡುವೆ ಯಾವುದೇ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯ ಅವರಲ್ಲಿ ವಾದ (argument) ಮೂಡುತ್ತದೆ.

ದಂಪತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹಿಂಸೆಯ ವಿಧಗಳು

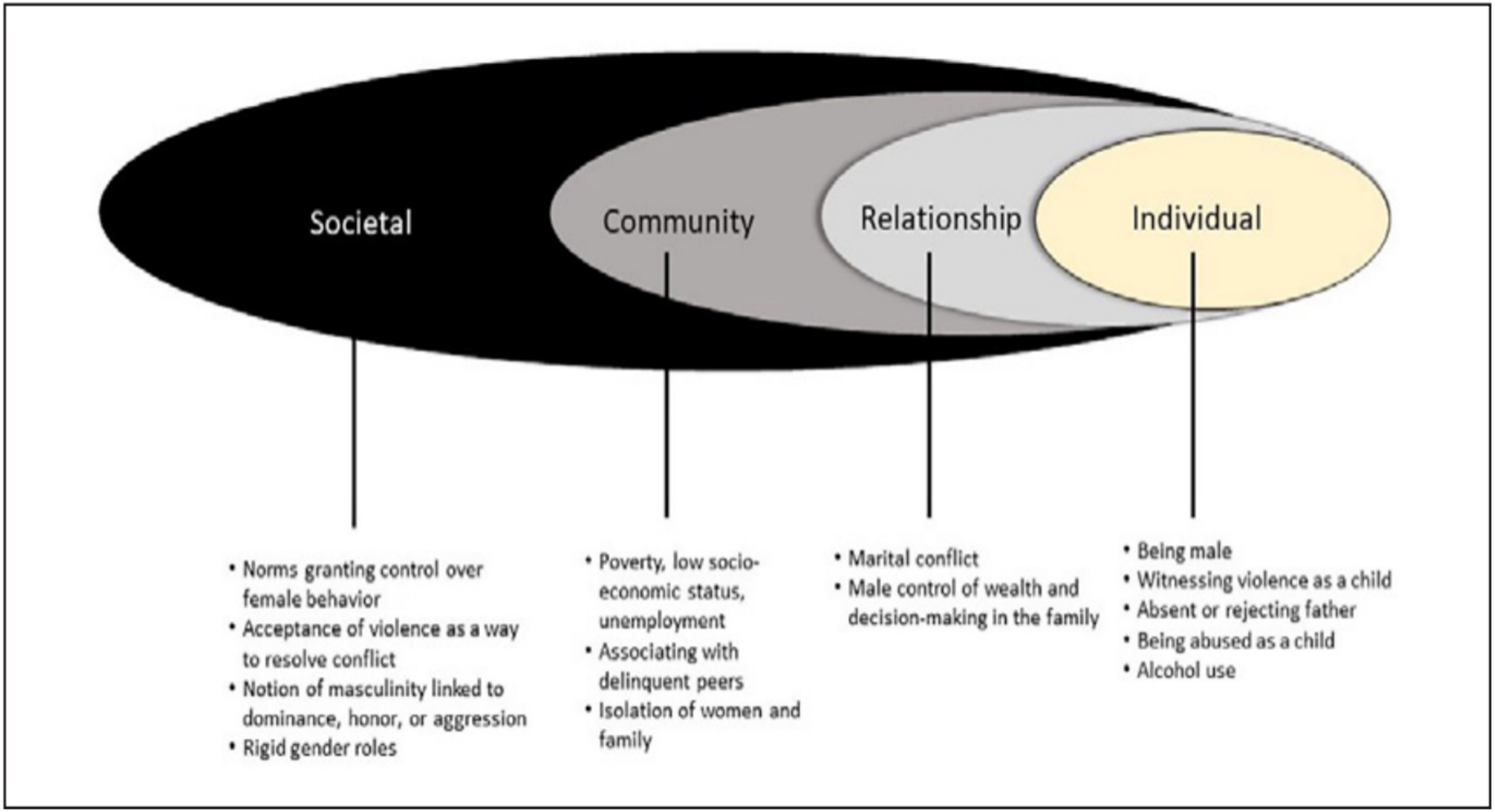
- ದೈಹಿಕ ಹಿಂಸೆ
- ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಹಿಂಸೆ
- ಲೈಂಗಿಕ ಹಿಂಸೆ
- ವರ್ತನೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು

  (controlling behaviours)



ದಂಪತಿಗಳ ನಡುವೆ ಹಿಂಸಾಚಾರಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಅಂಶಗಳು

ಆತ್ಮೀಯ ಪಾಲುದಾರರ ಹಿಂಸೆಯ ಪರಿಸರದ ಮಾದರಿ
(Ecological model of intimate partner violence)



Nested ecological model of IPV (Heise, 1998)

ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂಶಗಳು

- ಪಿತೃಪ್ರಧಾನ (Patriarchy)
- ಲಿಂಗದ ಪಾತ್ರಗಳು (gender roles)
- ಶಕ್ತಿಯ ಅಸಮತೋಲನ (power imbalance)
- ವಿಷಕಾರಿ ಪುರುಷತ್ವ (toxic masculinity)

ಪಿತೃಪ್ರಧಾನ (patriarchy)

- ಲಿಂಗದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾನ್ಯತೆ (focused on gender) ಮೇಲೆ ಸಮಾಜದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಂಬಿಕೆ.
- ಮಹಿಳೆಯರಿಗಿಂತ ಪುರುಷರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ.
- ಸಮಾಜವು ಲಿಂಗಗಳ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಪಡಿಸುತ್ತದೆ.
- ಕುಟುಂಬಗಳು ನಿಗದಿಪಡಿಸಿದ ಲಿಂಗಗಳ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಮುಂದಿನ ತಲೆಮಾರಿಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸುವುದು.

ಲಿಂಗದ ಪಾತ್ರಗಳು (gender roles)

- ಲಿಂಗದ ಪಾತ್ರಗಳು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕವಾಗಿ (traditionally) ನಿರ್ವಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದು ಪ್ರತಿ ಲಿಂಗಕ್ಕೂ ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಸಮಾಜದಲ್ಲಿರುವ ನಂಬಿಕೆ (social beliefs) ಏನೆಂದರೆ ಪುರುಷರು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸಬೇಕು, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಪುರುಷರು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರು ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸಬೇಕು ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಮಹಿಳೆಯರು.

ಲಿಂಗದ ಪಾತ್ರಗಳು (gender roles)…

ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರಿಗಾಗಿ ನಿರ್ಧರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಕೆಲವು ಲಿಂಗ ಪಾತ್ರಗಳೆಂದರೆ

- ➔ ಹೆಂಗಸರು ಎಲ್ಲಾ ಮನೆಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ➔ ಪುರುಷರ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಮಹಿಳೆಯರು ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಬರಬಾರದು.
- ➔ ಮಹಿಳೆಯರು ಮೃದುವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವವರಾಗಿರಬೇಕು, ಕ್ಷಮಿಸುವವರಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಇತರ ಸದಸ್ಯರ ಹಿತದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ (best interest) ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕು.

ಲಿಂಗದ ಪಾತ್ರಗಳು (gender roles)…

- ಮಹಿಳೆಯರು ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಸಾರ್ವಜನಿಕವಾಗಿ (opinion in public) ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು.
- ಮಹಿಳೆಯರು ಯಾವುದೇ ವಿಷಯದಲ್ಲೂ ಪುರುಷರನ್ನು ವಿರೋಧಿಸಬಾರದು.
- ಮಹಿಳೆಯರು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರಾಗಿರಬಾರದು.
- ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿನ ಆರ್ಥಿಕ ಅಂಶಗಳು ಪುರುಷರಿಂದ ವ್ಯವಹರಿಸಬೇಕು.

ಶಕ್ತಿಯ ಅಸಮತೋಲನ (power imbalance)

- ದಂಪತಿಗಳ ನಡುವೆ ನಿಯಂತ್ರಣ (control) ಮತ್ತು ಅಧಿಕಾರದ (power) ಅಸಮಾನ ಹಂಚಿಕೆ.
- ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ಪುರುಷರು ಮಹಿಳೆಯರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಾಬಲ್ಯ (dominates) ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ.
- ದಂಪತಿಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾದ ಅನನುಕೂಲಗಳನ್ನು (disadvantages) ಉಂಟುಮಾಡುವ ನಿರ್ಧಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ಅಧಿಕಾರವನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಿಸುತ್ತದೆ (exert power).

ವಿಷಕಾರಿ ಪುರುಷತ್ವ
(toxic masculinity)

ಪುರುಷಪ್ರದಾನ ಹಾನಿಕಾರಕ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯು 'ಪುರುಷತ್ವ'ಕ್ಕೆ (manliness) ಗಮನಾರ್ಹ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ:

- ಸಾಮರ್ಥ್ಯ (strength)
- ಭಾವನೆಯ ಕೊರತೆ (lack of emotion)
- ಸ್ವಾವಲಂಬನೆ (self-sufficiency)
- ಪ್ರಾಬಲ್ಯ (dominance)
- ಲೈಂಗಿಕ ಪುರುಷತ್ವ (sexual virility)

ದೌರ್ಜನ್ಯ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಹಿಳೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕುಟುಂಬದ ವರ್ತನೆ

- **ಕುಟುಂಬದ ಗೌರವ ರಕ್ಷಣೆ**: ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿನ ದೌರ್ಜನ್ಯದ ಮಾಹಿತಿ ಹೊರಗೆ ಹೋದರೆ ಕುಟುಂಬದ ಗೌರವಕ್ಕೆ ಧಕ್ಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ.

- **ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಮನ್ನಿಸುವ ಕುಟುಂಬಗಳು**: ಕುಟುಂಬವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ವಿಧಾನವಾಗಿ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

- **ವಿಚ್ಛೇದನದ ಕಳಂಕ** : ವಿಚ್ಛೇದಿತ ಮಹಿಳೆಯು ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಕಳಂಕ ತರುವಳು ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ

ದಂಪತಿಗಳ ನಡುವಿನ ಹಿಂಸಾಚಾರಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ವೈಯಕ್ತಿಕ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಅಂಶಗಳು

ಅಪರಾಧಿ (perpetrator) ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ

- ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳ ಉಪಸ್ಥಿತಿ (ಖಿನ್ನತೆ, ಆತಂಕ, ತೀವ್ರ ಮಾನಸಿಕ ರೋಗಗಳು).
- ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ಬಳಕೆ (ಮಧ್ಯಪಾನ ಮತ್ತು ಇತರೆ ಡ್ರಗ್ಸ್).
- ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳು (personality disorders) (ಚಿಂತನೆ, ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ನಡವಳಿಕೆಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳಿಂದ ವಿಚಲನಗೊಳ್ಳುವ (deviates) , ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಅಥವಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಕಾಲಾನಂತರದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ).

ಅಪರಾಧಿಗಳಲ್ಲಿ (perpetrators) ಕಂಡುಬರುವ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳು

ಸಮಾಜವಿರೋಧಿ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ರೋಗ (Antisocial personality disorder)

ಇತರರ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು ಅಥವಾ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸುವುದು; ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ, ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ವರ್ತನೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದು; ಪುನರಾವರ್ತಿತ ಕಾನೂನುಬಾಹಿರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು: ತನ್ನ ನಡವಳಿಕೆಯ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪದ ಕೊರತೆ

ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ರೋಗ (Paranoid personality disorder)

ಇತರರ ಮೇಲೆ ಅನುಮಾನ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಪಕ ಅಪನಂಬಿಕೆ; ಸಮ್ಮತವಲ್ಲದ, ಪದೇ ಪದೇ ತನ್ನ ಸಂಗಾತಿಯೂ ವಿಶ್ವಾಸದ್ರೋಹಿ (unfaithful) ಎಂದು ಅನುಮಾನ ಪಡುವುದು (ಇರುವ ಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ಮೊಬೈಲನ್ನು ಪದೇಪದೇ ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು).

ಅಪರಾಧಿಗಳಲ್ಲಿ (perpetrators) ಕಂಡುಬರುವ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳು...

ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಅಸ್ಥಿರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ರೋಗ (Emotionally unstable personality disorder)

ಅನುಚಿತವಲ್ಲದ , ತೀವ್ರವಾದ ಕೋಪ, ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕೋಪವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು, ದೈಹಿಕ ಜಗಳಗಳು. ಹಠಾತ್ (impulsive) ಮತ್ತು ಅಪಾಯಕಾರಿ ವರ್ತನೆಗಳು (ಜೂಜು, ಅಸುರಕ್ಷಿತ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ , ಮಾದಕ ವ್ಯಸನ, ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ)

ನಾರ್ಸಿಸಿಸ್ಟಿಕ್ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ (Narcissistic personality disorder)

ಇತರರ ಅಗತ್ಯತೆಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವಲ್ಲಿ ವಿಫಲತೆ; ದುರಹಂಕಾರ; ಹಿಗ್ಗಿದ ಸ್ವಾಭಿಮಾನ; ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಶ್ರೇಷ್ಠನೆಂದು (superior) ಪರಿಗಣಿಸುವುದು; ಇತರರ ಕಡೆಗೆ ನಿರಾಕರಣೆ ತೋರುವುದು.

ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ಬಳಕೆ

- ನಿಕಟ ಪಾಲುದಾರ/ ದಂಪತಿಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಹಿಂಸೆಯ ದ್ವಿಮುಖ ಸಂಬಂಧವನ್ನು (bidirectional) ಹೊಂದಿರುವುದು
- ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸುವ ವಸ್ತುವೆಂದರೆ ಮದ್ಯಪಾನ.
- ಮದ್ಯಪಾನ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ತಾರ್ಕಿಕತೆಯಲ್ಲಿ (reasoning) ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ, ಇದರಿಂದ ಹಠಾತ್ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು (react impulsively) ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಆತ್ಮೀಯ ಸಂಗಾತಿಯ ಹಿಂಸೆಯು ಮಾದಕತೆಯ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಹಿಂತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ (withdrawal) ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಬಹುದು.

ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ಬಳಕೆ...

- ಹಿಂಸಾಚಾರ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಸಂಭವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅದರ ತೀವ್ರತೆಯು ಮಾದಕದ್ರವ್ಯದ ಬಳಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.
- ಮನುಷ್ಯನು 'ಪುರುಷತ್ವ'ವಾಗಿರಲು ಮಾದಕ ವಸ್ತು ಸೇವಿಸಬೇಕು ಎಂಬ ಸಾಮಾಜಿಕ ಗ್ರಹಿಕೆಗಳ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಇದು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.
- ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪುರುಷರಿಂದ ಮಾದಕದ್ರವ್ಯದ ಬಳಕೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಹಿಂಸಾಚಾರವು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿಸ್ವೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸ್ತ್ರೀವಾದ (feminism)

ಸ್ತ್ರೀವಾದವು ಎಲ್ಲಾ ಲಿಂಗಗಳಿಗೆ ಸಮಾನ ಹಕ್ಕುಗಳು ಮತ್ತು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಇದು ಮಹಿಳೆಯರ ಅನುಭವಗಳು, ಗುರುತುಗಳು, ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅವರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಎಲ್ಲಾ ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಸಬಲೀಕರಣಗೊಳಿಸಲು ಶ್ರಮಿಸುವುದು.

ಮಹಿಳೆಯರ ಮೇಲಿನ ದೌರ್ಜನ್ಯದ ಸ್ತ್ರೀವಾದಿ ತತ್ವಗಳು

ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ	ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು	ವಿವರಣೆ
1.	ನಿಯಂತ್ರಣ ತಂತ್ರಗಳು	• ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಹಿಂಸಾಚಾರವು ಒಂದು ತಂತ್ರವಾಗಿದೆ: • ಭಾವನಾತ್ಮಕ ನಿಂದನೆ • ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ (isolation) • ಬೆದರಿಸುವಿಕೆ/ಬೆದರಿಕೆಗಳು • ಆರ್ಥಿಕ ನಿಂದನೆ • ಲೈಂಗಿಕ ಕಿರುಕುಳ • ದೈಹಿಕ ಕಿರುಕುಳ • ಪ್ರಾಬಲ್ಯ ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ರೂಢಿಗಳನ್ನು(cultural norms) ಬಳಸುವುದು.
2.	ಉದ್ದೇಶ	ನಿಂದನೀಯ ನಡವಳಿಕೆಗಳು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ, ಅನಿಯಂತ್ರಿತ ಕೋಪ ಅಥವಾ ಹಠಾತ್ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿಲ್ಲ.

ಮಹಿಳೆಯರ ಮೇಲಿನ ದೌರ್ಜನ್ಯದ ಸ್ತ್ರೀವಾದಿ ತತ್ವಗಳು

ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ	ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು	ವಿವರಣೆ
3.	ಭಾವನೆಗಳು	ಕೋಪ, ಹತಾಶೆ, ಹಗೆತನ ಮತ್ತು ಅಭದ್ರತೆಯ ಭಾವನೆಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಹಿಂಸಾತ್ಮಕವಾಗಿರಲು ಕಾರಣವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
4.	ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡದಿರುವುದು, ನಿರಾಕರಣೆ ಮತ್ತು ಆಪಾದನೆ	ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡದಿರುವುದು, ನಿರಾಕರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ದೂಷಿಸುವುದು, ಒಬ್ಬರ ಹಿಂಸಾಚಾರದ ನಡವಳಿಕೆಗಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ.

ಮಹಿಳೆಯರ ಮೇಲಿನ ದೌರ್ಜನ್ಯದ ಸ್ತ್ರೀವಾದಿ ತತ್ವಗಳು

ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ	ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು	ವಿವರಣೆ
5.	ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳು	ನಿಂದನೀಯ ತಂತ್ರಗಳ ಬಳಕೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ದುರುಪಯೋಗ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ತನಗೆ ಬೇಕಾದುದನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಆದರೆ ಅದು ಮಹಿಳೆ, ಅವನ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗಿನ ಅವನ ಸಂಬಂಧದ ಮೇಲೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ.
6.	ಅಹಿಂಸಾತ್ಮಕ (non-violent) ಸಂಬಂಧಗಳು	ಸಮಾನತೆಯ (equality) ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ.

Shepard, M. (1991). Feminist practice principles for social work intervention in wife abuse. *Affilia*, *6*(2), 87-94.

ಸ್ತ್ರೀ ಮನೋರಕ್ಷಾ ತರಬೇತಿ

- ಅಹಿಂಸೆಗಾಗಿ ಮಾತುಕತೆ ನಡೆಸಲು ಜಂಟಿ ಸಭೆ

(Joint Meeting to Negotiate for Non-Violence)

ಕಲಿಕೆಯ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ಜಂಟಿ ಸಭೆಯ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳವುದು
- ಜಂಟಿ ಸಭೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ತತ್ವಗಳು
- ಅಹಿಂಸೆಗಾಗಿ ಮಾತುಕತೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ
- ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ಹಿಂಸಾಚಾರದ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು.

ಜಂಟಿ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ (Joint meeting) ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕಾದದ್ದು....

ಜಂಟಿ ಮಾತುಕತೆ ಪುನರ್ಮಿಲನ ಅಲ್ಲ (not reconciliations) ಎಂದು ನಾವು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

- ಈ ಜಂಟಿ ಮಾತುಕತೆಯು ಮಹಿಳೆಯ ನಿರ್ಧಾರದ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರಬೇಕು. ನಾವು ಅಂತಹ ಜಂಟಿ ಸಭೆಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವ ಮೊದಲು ವಿವರವಾದ ಪೂರ್ವಭಾವಿ ತಯಾರಿ (a detailed homework) ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

- ಮಹಿಳೆಯರು ತುರ್ತಾಗಿ ತಮ್ಮ ಗಂಡಂದಿರನ್ನು ಕರೆಸಿ ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಸಲಹೆಯನ್ನು ನೀಡಲು ಒತ್ತಾಯಿಸಬಹುದು

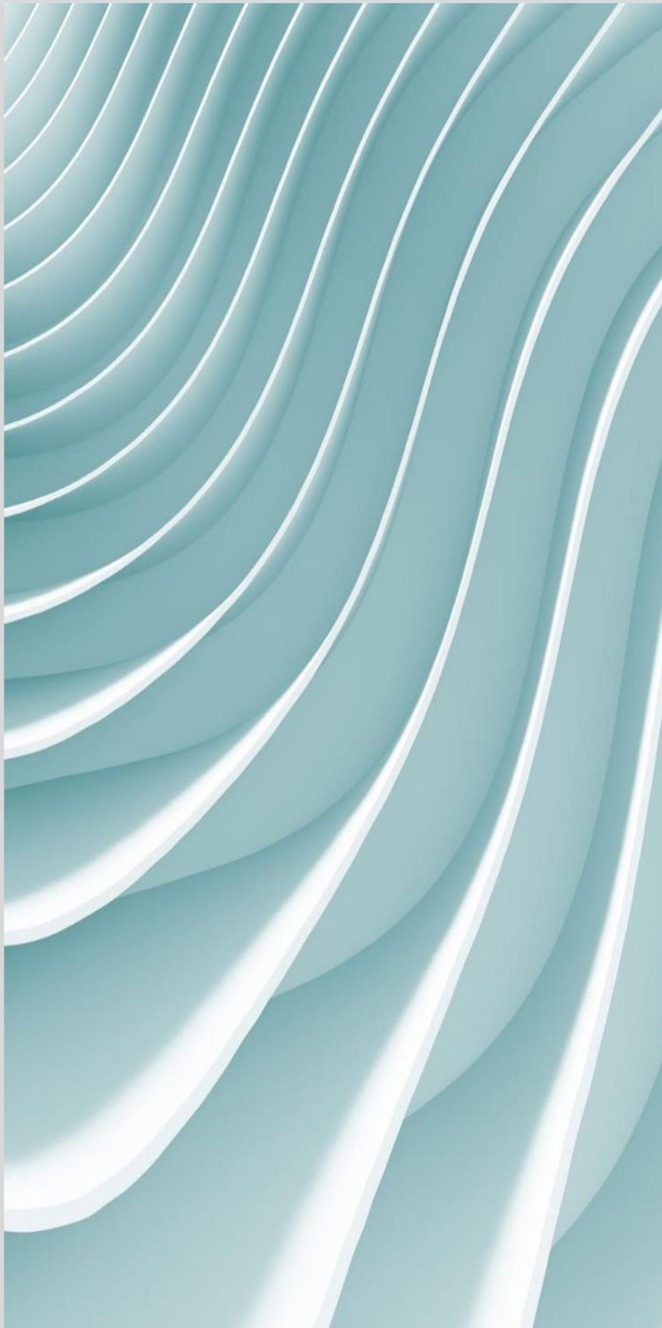
- ಅಂತಹ ಸಭೆಗಳಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡುವಾಗ, ಕೆಲವು ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳನ್ನು (guidelines) ಅನುಸರಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ.

- ಈ ಸಭೆಗಳ ಉದ್ದೇಶವು ಅಹಿಂಸೆಗಾಗಿ ಮಾತುಕತೆಯಾಗಿರಬೇಕು (negotiation for non-violence).

ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕಾದದ್ದು….

- ಜಂಟಿ ಮಾತುಕತೆಯು ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಹಿಳೆ ಮತ್ತು ಪತಿ/ಸಂಗಾತಿಯ ನಡುವೆ ಇರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿ, ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ವೇದಿಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

- ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚಕರಿಗೆ ಜಂಟಿ ಸಭೆಯು ನಿಂದಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಲು ಮತ್ತು ಬೆದರಿಕೆಯಿಲ್ಲದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವನ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಯೋಚಿಸಲು (reflect on his actions) ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ತವಾದ ಸಮಯವಾಗಿದೆ.



ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕಾದದ್ದು....

- ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಸಲಹೆಗಾರ ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ನಂಬಬೇಕು ಮತ್ತು ಅವಳು ಸರಿ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ಎಂದು ನಿರ್ಣಯಿಸಬಾರದು. ಅದು "ಮಹಿಳೆಯರ ತಪ್ಪು" ಎಂದು ತೋರಿದರೂ ಸಹ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಸಹಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ(non-negotiable).
- ದಂಪತಿಗಳಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ಒಬ್ಬರು ಒಪ್ಪಿಗೆ ನೀಡದಿದ್ದರೆ, ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದರೆ (defensive) ಮತ್ತು ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಪ್ರೇರಣೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ (lacks motivation to change) ಜಂಟಿ ಸಭೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
- ಹಿಂಸೆಯ ಬದಲಾಗಿ, ಗೌರವಯುತ ಸಂಭಾಷಣೆ (respectful dialogue) , ಪರಸ್ಪರ ಗೌರವ, ಸ್ವತಂತ್ರ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಏಕೈಕ ಮಾರ್ಗವಾಗಿ ಗಮನಹರಿಸಬೇಕು.

ಜಂಟಿ ಸಭೆಗಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವ ಹಂತಗಳು

- ಸಮಾಲೋಚಕರು ಮಹಿಳೆಗೆ ತಾನು ನಿಮ್ಮ ಪರವಾಗಿದ್ದಾನೆ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಂಬುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಹೇಳುವುದರಿಂದ ಅವಳಿಗೆ ಶಾಂತವಾಗಿ (calm) ಮತ್ತು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ (confident) ಇರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಸಮಾಲೋಚಕರು ದಂಪತಿಗಳಲ್ಲಿ ಯಾರು ಸರಿ ಅಥವಾ ತಪ್ಪು ಎನ್ನುವದರ ಕುರಿತು ಯೋಚಿಸದೆ, ಅವಳನ್ನು ಹೊಡೆಯುವುದು ಅಥವಾ ಅವಳನ್ನು ನಿಂದಿಸುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ/ಸ್ವೀಕಾರಾರ್ಹವಲ್ಲ (unacceptable) ಎಂದು ಹೇಳುವುದು.
- ಮಹಿಳೆಯ ಮೇಲೆ ಆಗಿರುವ ದೌರ್ಜನ್ಯದ ಅನುಭವಗಳ ಕುರಿತು ಸಲಹೆಗಾರರು ವಿವರವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಜಂಟಿ ಸಭೆಗಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವ ಹಂತಗಳು...

- ಆಕೆ ಯಾರೊಂದಿಗೆ ಜಂಟಿ ಅಧಿವೇಶನ ಮಾಡಲು ಬಯಸುತ್ತಾಳೆ, ಈ ಹಿಂದೆಯೂ ಇಂತಹ ಪ್ರಯತ್ನ ನಡೆದಿದೆಯೇ, ಆಗಿದ್ದರೆ ಆ ಸಭೆಯ ಫಲಿತಾಂಶ ಏನು ಎಂಬಿತ್ಯಾದಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಚರ್ಚೆಯಾಗಬೇಕು.
- ಜಂಟಿ ಅಧಿವೇಶನಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಲಹೆಗಾರರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು.
- ಸಮಾಲೋಚಕರು ಮಹಿಳೆಯೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವ ಮೂಲಕ ಸಂಘರ್ಷದ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳನ್ನು ದಾಖಲಿಸಬೇಕು.

ಜಂಟಿ ಸಭೆಗಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವ ಹಂತಗಳು...

- ಸಲಹೆಗಾರರು ಮಹಿಳೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಮುಖ ಮಾತುಕತೆಗಳನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಗಮನಿಸಬೇಕು.
- ಮಹಿಳೆಯ ಸುರಕ್ಷತೆ ಮತ್ತು ಕಾಳಜಿಗೆ ಧಕ್ಕೆಯಾಗದಂತೆ ಸಲಹೆಗಾರರು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ಮಹಿಳೆ ತನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನ ಬೆದರಿಕೆಯಿಲ್ಲದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದನ್ನ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ (preparing the woman to put her points across in a non-threatening manner). ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಅವಳ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು.

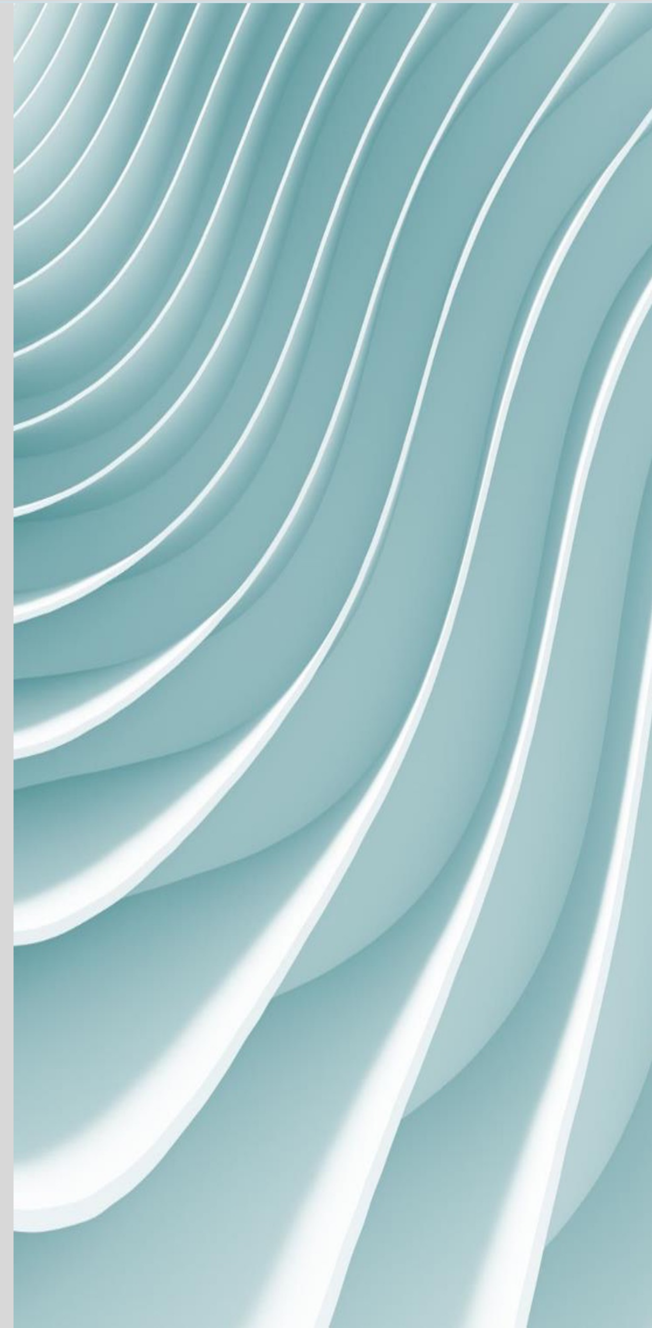
ಒಂದು ಜಂಟಿ ಸಭೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಡೆಸುವುದು?

ಜಂಟಿ ಸಭೆಯು ಮಹಿಳೆ ಮತ್ತು ಗಂಡ/ಸಂಗಾತಿ ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಹೊಂದಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಲಹೆಗಾರರ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ಬಹಿರಂಗವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಲು ಒಂದು **ಸಾಮಾನ್ಯ ವೇದಿಕೆ**ಯಾಗಿರಬೇಕು. ಇಲ್ಲಿ **ಅಹಿಂಸಾಚಾರಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತುಕತೆ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ**, ಪುನರ್ಮಿಲನಕ್ಕಲ್ಲ...

- OSC ಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿ, ಸಲಹೆಗಾರರ ಪರಿಚಯದೊಂದಿಗೆ ಸಭೆಯು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಬೇಕು.
- ಸಭೆಯ ನಿಯಮಗಳು ಮತ್ತು ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ವಿವರಿಸಬೇಕು.
- ಜಂಟಿ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಗಂಡ/ಸಂಗಾತಿಗೆ ಮೊದಲು ಮಾತನಾಡಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡುವುದು ಉತ್ತಮ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿದೆ.

ಒಂದು ಜಂಟಿ ಸಭೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಡೆಸುವುದು?...

- ಜಂಟಿ ಸಭೆಯ ಉದ್ದೇಶವು ದೌರ್ಜನ್ಯವನ್ನು ಕೊನೆಗೊಳಿಸುವುದಾಗಿದೆ ಎಂದು ಗಂಡ/ಸಂಗಾತಿಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು.
- ಜಂಟಿ ಸಭೆಗೆ ಬಂದಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಗಂಡ/ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಸಮಾಲೋಚಕರು ಶ್ಲಾಘಿಸಬೇಕು ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದೆ ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.
- ಸಮಾಲೋಚಕರು ದೌರ್ಜನ್ಯ ಮಾಡುವವರನ್ನು/ ಬಲದಿಂದ/ಅಧಿಕಾರದಿಂದ ಬೆದರಿಸಬಾರದು/ಬೆದರಿಕೆ ಮಾಡಬಾರದು.
- ಆದಾಗ್ಯೂ, ಹಿಂಸೆಯ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಗಂಡ/ಸಂಗಾತಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.



ಒಂದು ಜಂಟಿ ಸಭೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಡೆಸುವುದು?...

- ಗಂಡ/ಸಂಗಾತಿ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆ ಒಮ್ಮತಕ್ಕೆ (consensus) ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ವಿವರವಾದ ಷರತ್ತುಗಳೊಂದಿಗೆ ಜಂಟಿ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ದಾಖಲಿಸಬೇಕು (document).

- ಅವರಿಬ್ಬರ ಸಹಿ ಪಡೆಯುವುದು ಕೂಡ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಲಿದೆ

- ಸಭೆಗಳು ವಿಫಲವಾದರೆ, ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸಹಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಕೂಡ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಸನ್ನಿವೇಶ 1:

ನಜ್ಮಾಳು ಆಲಂ ಜೊತೆ ಮದುವೆಯಾಗಿ 5 ವರ್ಷಗಳಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಕಳೆದ ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಲಾಕ್‌ಡೌನ್‌ನಿಂದಾಗಿ ಅವರು ಆರ್ಥಿಕ ಸಂಕಷ್ಟವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಆಲಂ ಹೆಚ್ಚು ಕುಡಿಯಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ . "ಒಮ್ಮೆ ಅವನು ಕುಡಿಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರೆ , ಅವನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ" ಎಂದು ನಜ್ಮಾ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ.

ಆಲಂ ಕೋಪಗೊಂಡು ನಜ್ಮಾಳನ್ನು ಹೊಡೆದ ಅನೇಕ ನಿದರ್ಶನಗಳಿವೆ, ಅವಳು ಅನೇಕ ಗಾಯ/ ಮೂಗೇಟುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಮತ್ತು ಅವನು ಕುಡಿದು ಮನೆಗೆ ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಭಯಪಡುತ್ತಿರುತ್ತಾಳೆ.

ನಜ್ಮಾ ತುಂಬಾ ದುಃಖಿತಳಾಗಿದ್ದು, ತನ್ನ ಪತಿ ಗೌರವಯುತವಾಗಿ ವರ್ತಿಸಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತಾಳೆ. ಸಮಾಲೋಚಕರು ತನ್ನ ಪತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಬಹುದು ಎಂಬ ಭರವಸೆಯಲ್ಲಿ ಅವಳು ಸಖಿ (OSC) ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಾಳೆ.

ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ಜಂಟಿ ಅಧಿವೇಶನಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವುದು

- ನಜ್ಮಾಳಿಗೆ ಆಲಂ ಮೇಲಿರುವ ತನ್ನ ಭಾವನೆಗಳಾದ ಕೋಪ, ನಿರಾಶೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.
- ಅವಳ ಭಯ, ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುದಕ್ಕೆ ಅನುವುಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು.
- ಅವನ ವರ್ತನೆಯು ಸಮಂಜಸವಲ್ಲ ಮತ್ತು ಮಾದಕ ವಸ್ತು ಹೇಗೆ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ನಿಭಾಯಿಸುವ ತಂತ್ರವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅವಳಿಗೆ ವಿವರಿಸುವುದು.
- ತನ್ನದೇ ಆದ ಆತಂಕ ಮತ್ತು ಪತಿಯ ಮೇಲಿನ ಭಯದ ಜೊತೆಗೆ ಹಣಕಾಸಿನ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಸಭೆಯನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಬಹುದೆಂದು ಅವಳಿಗೆ ಭರವಸೆ ನೀಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಅವನು ಬರಲು ಒಪ್ಪದೇ ಇರಬಹುದು ಎಂಬ ನಿಜಾಂಶವನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದು.
- ನಜ್ಮಾ ತನ್ನ ಗಂಡನೊಂದಿಗಿನ ಸಂಬಂಧದ ನೈಜ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು (realistic expectations) ಹೊಂದಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು.

ಜಂಟಿ ಸಭೆಯ ಉದ್ದೇಶಗಳು

- ನಜ್ಮಾಗೆ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕುಡಿತದ ಪ್ರಭಾವದ ಕುರಿತು ಹೇಳಲು ಅವಕಾಶವನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು.
- ಆಲಂಗೆ ಹಣಕಾಸಿನ ಬಗ್ಗೆ ಇರುವ ಚಿಂತೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಕುಡಿಯುವ ನಡವಳಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅವನ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸುವುದು.
- ನಜ್ಮಾ ವಿರುದ್ಧ ಹಿಂಸಾತ್ಮಕವಾಗಿ ವರ್ತಿಸಿದಾಗ ಆಲಂ ಹೇಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಕುರಿತು ಚರ್ಚಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.
- ನಜ್ಮಾ ಮೇಲೀನ ಹಿಂಸಾಚಾರದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ
- ಮದ್ಯಪಾನ ವ್ಯಸನಕ್ಕೆ ಆಲಂಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡುವುದು.
- ಸಹಕಾರಿ ಆಗಿದ್ದರೆ: ಕೆಲವು ಮೂಲ ನಿಯಮಗಳೊಂದಿಗೆ ಒಪ್ಪಂದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿ ದಂಪತಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು. ಉದಾ: ಆಲಂ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕುಡಿಯಬಾರದು, ಆಲಂ ಕುಡಿದು ಮನೆಗೆ ಬಂದಾಗ ನಜ್ಮಾ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಬಾರದು/ ನಿಂದಿಸಬಾರದು ಮತ್ತು ಅವನನ್ನು ಹಾಗೆಯೇ ಬಿಡಬೇಕು.
- ಯಾವುದೇ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಹಿಂಸಾಚಾರವು ಹೇಗೆ ಸ್ವೀಕಾರಾರ್ಹವಲ್ಲ ಮತ್ತು ತಕ್ಷಣವೇ ನಿಲ್ಲಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಬೇಕು.
- ಹಿಂಸಾಚಾರ ಅಥವಾ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಉಲ್ಬಣಗೊಂಡ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ನಜ್ಮಾ ಮನೆ ಬಿಟ್ಟು ಸುರಕ್ಷಿತ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಲಂ ತನ್ನ ಕೋಪವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ಮಾರ್ಗಗಳ ಮೇಲೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಸನ್ನಿವೇಶ 2:

25 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಮತಾ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ವಿವಾಹವಾಗಿದ್ದರು. ಅವಳು ಸಿದ್ಧಳಿರಲಿಲ್ಲ ಆದರೆ ಅವಳ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿನ ಆರ್ಥಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಮದುವೆಯಾಗಿದ್ದಳು. ಆಕೆಯ ಪತಿಗೆ 40 ವರ್ಷ, ಅವರು ಮೇಲ್ಮಧ್ಯಮ ವರ್ಗದ (upper middle class) ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಸೇರಿದವರು. ಆಕೆಯ ಪತಿ ತನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಸಾಕಷ್ಟು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ (involved in himself) ಮತ್ತು ಮಮತಾಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಸೌಕರ್ಯವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಮಮತಾ ತಮ್ಮ ಪತಿಯ ವಿವಾಹೇತರ ಸಂಬಂಧದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವಳು ತುಂಬಾ ಆಘಾತದಿಂದ ದುಃಖಿತಳಾಗುತ್ತಾಳೆ. ಆಕೆಯ ಪತಿ ಅವಳಿಂದ ವಿವಾಹೇತರ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅವನು ತನ್ನ ಗೆಳತಿಯೊಂದಿಗೆ ವಾಸಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ.

ಮಮತಾ ತನ್ನ ಮತ್ತು ತನ್ನ ಮಕ್ಕಳ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬಾ ಚಿಂತಿತಳಾಗಿದ್ದಾಳೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಸಲಹೆಗಾರರು ಜಂಟಿ ಸಭೆ ನಡೆಸಬೇಕೆಂದು ಅವಳು ಬಯಸುತ್ತಾಳೆ.

ಆದರೆ, ಅವಳ ಪತಿ ಯಾರೊಂದಿಗೂ ಮಾತನಾಡಲು ತುಂಬಾ ಹಿಂಜರಿಯುತ್ತಾರೆ, ಅವರು ಕುಟುಂಬ, ಇತರ ಸಂಬಂಧಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಾತುಕತೆಗೆ ತಳ್ಳಿಹಾಕಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಕೂಡ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ.

ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆ/ ಪರಿಹಾರಗಳು (intervention)

- ಅವಳ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಿ - ಕೋಪ, ಹತಾಶೆ, ದ್ರೋಹದ ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಅವಳ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಮಾನ್ಯತೆ ನೀಡಿ.
- ಇದು ಅವಳ ತಪ್ಪು ಅಲ್ಲ ಎಂದು ಒತ್ತಿಹೇಳುವುದು. ಇಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಒಬ್ಬರ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವಳಿಗೆ ವಿವರಿಸುವುದು.
- ಅವಳು ಏನು ಮಾಡಲು ಬಯಸುತ್ತಾಳೆ ಮತ್ತು ಅವಳ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಬಲವಂತವಾಗಿ ಒಂದೇ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವುದು ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು; ಅವಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಅವಳ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಅಪಾಯ ಇರಬಹುದು ಎಂಬುವುದನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದು.
- ಸಭೆಯನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಬಹುದೆಂದು ಅವಳಿಗೆ ಭರವಸೆ ನೀಡಿ - ಆದರೆ ಅವನು ಅವಳೊಂದಿಗೆ ವಾಸಿಸಲು ಒಪ್ಪದಿರಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.
- ಅವಳ ಮತ್ತು ಅವಳ ಮಕ್ಕಳ ಜೀವನವನ್ನು ಆರಾಮದಾಯಕವಾಗಿಸಲು ಬೇಡಿಕೆಗಳ ಕುರಿತು ಯೋಚಿಸುವುದು.
- ಮಕ್ಕಳ ಆರ್ಥಿಕ ಬೆಂಬಲ, ಶಾಲಾ ಶುಲ್ಕ ಮತ್ತು ಅವರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಮನೆಯ ಕುರಿತು ಮಾತುಕತೆ ಮೂಲಕ ಸುಗಮಗೊಳಿಸಿ.
- ಅವಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದು. ಅವಳ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತೃಪ್ತಿ ಹೊಂದಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು.

ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದು	ಮಾಡಬಾರದ್ದು
ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ನಂಬಿ ಮತ್ತು ದೌರ್ಜನ್ಯದ ವಿರುದ್ಧ ನಿಲುವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ	ಹೊಂದಾಣಿಕೆ/ರಾಜಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ದೌರ್ಜನ್ಯವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಹಿಂಸಾಚಾರವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವ ಉದ್ದೇಶ ವಿಫಲವಾಗುತ್ತದೆ.
ಸಖಿ (OSC) ತಂಡವನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿ ಮತ್ತು ಸಭೆಯ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ. ಸಭೆಯ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೂ ಮಾತನಾಡಲು ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಲಾಗುವುದು ಎಂದು ತಿಳಿಸಿ.	ಜಂಟಿ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಕುಟುಂಬದವರನ್ನು ಭಾಗಿಯಾಗಲು ಬಿಡಬೇಡಿ. ಅಡಚಣೆಗಳನ್ನು (disruption) ತಪ್ಪಿಸಲು ಎರಡೂ ಕಡೆ ಕನಿಷ್ಠ ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ನಿಗದಿಮಾಡಿಸಿ.
ಕೋಪ/ಗೊಂದಲವಿಲ್ಲದೆ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಲು ಆಕೆಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಿ	
ನೀವು ಅವಳ ಪರವಾಗಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಮಹಿಳೆಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿ ಮಾಡಿಸಿ	ನಿಂದನೆ ಮಾಡುವವರನ್ನು ಬಲಪ್ರಯೋಗದಿಂದ ಬೆದರಿಸಬೇಡಿ
ಮಹಿಳೆಯರ ಮೇಲಿನ ಮೌಖಿಕ, ದೈಹಿಕ, ಲೈಂಗಿಕ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ದೌರ್ಜನ್ಯವನ್ನು ತಕ್ಷಣವೇ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಸೆಷನ್ ದಾಖಲೆಗಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಬೇಕು.	"ಅವಳು ಪತಿಗೆ ವಿಧೇಯಳಾಗಿರಬೇಕು, ಅವಳು ತನ್ನ ಹೆತ್ತವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಬಾರದು /ಅವರನ್ನು ಕರೆಯಬಾರದು, ಅವಳು ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಬಾರದು" ಎಂದು ಹೇಳಬೇಡಿ
ಎರಡೂ ಕಡೆಯವರಿಗೂ ದಸ್ತಾವೇಜಿನ (documentation) ಪ್ರತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸಿ	

ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳು...

- ಜಂಟಿ ಸಭೆಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಂದನೆ ಮಾಡುವವರು/ಕುಟುಂಬದವರು ತಮ್ಮ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಸಿದ್ಧರಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಅವರಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು.

- ಜಂಟಿ ಸಭೆಯ ಮಿತಿಗಳ (limitations) ಬಗ್ಗೆ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು. ಪರ್ಯಾಯಗಳನ್ನು (alternatives) ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಬೇಕು.

- ನಿಂದನೆಗೆ ಮಾಡುವವರು ಸೂಚನೆಯಿಲ್ಲದೆ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಸಖಿ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ - ಜಂಟಿ ಸಭೆಯು ತಕ್ಷಣವೇ ನಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಗೌರವಯುತವಾಗಿ ತಿಳಿಯಪಡಿಸಬೇಕು.

- ಮಹಿಳೆಯು ಇನ್ನೂ ತನ್ನ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳ (expectations) ಕುರಿತು ಸಲಹೆಗಾರರೊಂದಿಗೆ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು (concrete plan) ತಿಳಿಯಪಡಿಸುವವರಿಗೂ ಜಂಟಿ ಸಭೆಯು ಉಪಯುಕ್ತವಲ್ಲ.

ಅಪರಾಧಿಯೊಂದಿಗೆ (perpetrator) ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು

- ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸೆಷನ್ ಅನ್ನು ಸೂಚಿಸಲಾಗುವುದು.
- ತನ್ನ ಸಂಗಾತಿಯ ವಿರುದ್ಧ ಹಿಂಸೆಯ ಕಾರಣವನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು.
- ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಹಿಂಸಾಚಾರಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿದ್ದರೆ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಬೆಂಬಲಕ್ಕಾಗಿ ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡುವುದು.
- ಹಿಂಸಾಚಾರವು ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರಣಗಳ ಫಲಿತಾಂಶವಾಗಿದ್ದರೆ ಕಾನೂನು ಪರಿಣಾಮಗಳ (legal complications) ಬಗ್ಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದು.

ದೌರ್ಜನ್ಯವನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಕುಟುಂಬದ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಹೇಗೆ ಒದಗಿಸುವುದು?

- ಮಹಿಳೆ ಸಮ್ಮತಿಸಿದರೆ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ (healing process) ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಹತ್ತಿರದ ಮತ್ತು ಆತ್ಮೀಯರಿಂದ ಬೆಂಬಲದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ.
- ಮಹಿಳೆ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಾಗ ಅವಳನ್ನು ನಂಬಿರಿ.

ದೌರ್ಜನ್ಯವನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಕುಟುಂಬದ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಹೇಗೆ ಒದಗಿಸುವುದು?...

- ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ದೂಷಿಸಬೇಡಿ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬೆಂಬಲ ನೀಡುವ ಬಗ್ಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದು.
- ಮಹಿಳೆಗೆ ಭರವಸೆ ನೀಡುವುದುರ ಜೊತೆಗೆ, ಕುಟುಂಬದ ಬೆಂಬಲದ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸುವುದು.
- ಮಹಿಳೆಗೆ ಸೂಕ್ತ/ ಹಣಕಾಸಿನ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು.

ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ಷಣೆ

ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ದೌರ್ಜನ್ಯದ ಪ್ರಭಾವ

- ಹಿಂಸಾಚಾರ ನೋಡುವುದು/ ಅನಭವಿಸುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ದೊಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.
- ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಪೋಷಕರನ್ನು ಮಾದರಿಯಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ (model) ಮತ್ತು ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ನೋಡುವುದು ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯಗೊಳಿಸುವಲ್ಲಿ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.
- ಹಿಂಸಾಚಾರವನ್ನು ನೋಡುವುದು/ ಅನಭವಿಸುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಂಕಟವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಮುಂದೆ ವಿಭಿನ್ನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮವಾಗಬಹುದು.

ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ದೌರ್ಜನ್ಯದ ಪ್ರಭಾವ

ಆಂತರಿಕ ಲಕ್ಷಣಗಳು (internalising symptoms)	ಬಾಹ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು (externalising symptoms)
• ಹೆದರಿಕೆ • ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಯಾರ ಜೊತೆ ಸೇರದಿರುವುದು • ಆತಂಕ • ಖಿನ್ನತೆ • ಶಾರೀರಿಕ ದೂರುಗಳು • ಹಾಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮೂತ್ರ ಮಾಡುವುದು (bedwetting) • ಶೈಕ್ಷಣಿಕವಾಗಿ ಹಿಂದುಳಿಯುವುದು	• ಮಾದಕ ವಸ್ತುವಿನ ಬಳಕೆ • ಕೋಪ (anger outbursts) • ಸಮಾಜ ವಿರೋಧಿ ವರ್ತನೆಗಳು • ಸ್ವಾಭಿಮಾನದ ಕೊರತೆ • ಸ್ನೇಹಿತರ ಸಂಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ • ಕೋಪೋದ್ರೇಕಗಳು (temper tantrums)

ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ಷಣೆ

- ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ವಾತಾವರಣವಿರುವ ಮನೆಯ ಮಕ್ಕಳು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ಅಪಾಯವನ್ನು (risk) ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ.

- ಸುರಕ್ಷತಾ ಯೋಜನೆಯನ್ನು (safety plan) ಚರ್ಚಿಸುವುದು

ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ಷಣೆ…

ಹಿಂಸಾತ್ಮಕ ವಾತಾವರಣದಿಂದ ಮಗುವನ್ನು/ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸುವುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು:

- ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಇತರ ಎಲ್ಲಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಮಗು ಅಪಾಯ ಸಂಭವಿಸುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ.
- ನೊಂದಿರುವ ಮಹಿಳೆ ಮಗುವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದಾಗ.

ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ಷಣೆ...

- ನೀವು ಮಗುವಿನ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಚೈಲ್ಡ್ ಲೈನ್/ ಮಕ್ಕಳ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಮಿತಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.
- ಬಿಕ್ಕಟ್ಟಿನ (crisis) ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಮಗುವಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ.
- ಮಗುವಿಗೆ ಅವನ/ಆಕೆಯ ಸುರಕ್ಷತಾ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.

ವಂದನೆಗಳು

Acknowledgement: Centre for Enquiry into Health and Allied Themes (CEHAT), Mumbai

Presentation prepared by:

Minnu Elsa Abraham, Devanshi Goradia (Project Trainer)
Sampurna Chakraborty (Project Manager)
Madhuri H.N (Assistant Professor, Project)
Veena Satyanarayana (Additional Professor, Department of Clinical Psychology, Co-Principal Investigator, Project)
Prabha S Chandra (Professor of Psychiatry, Principal Investigator, Project)

Project Stree Manoraksha