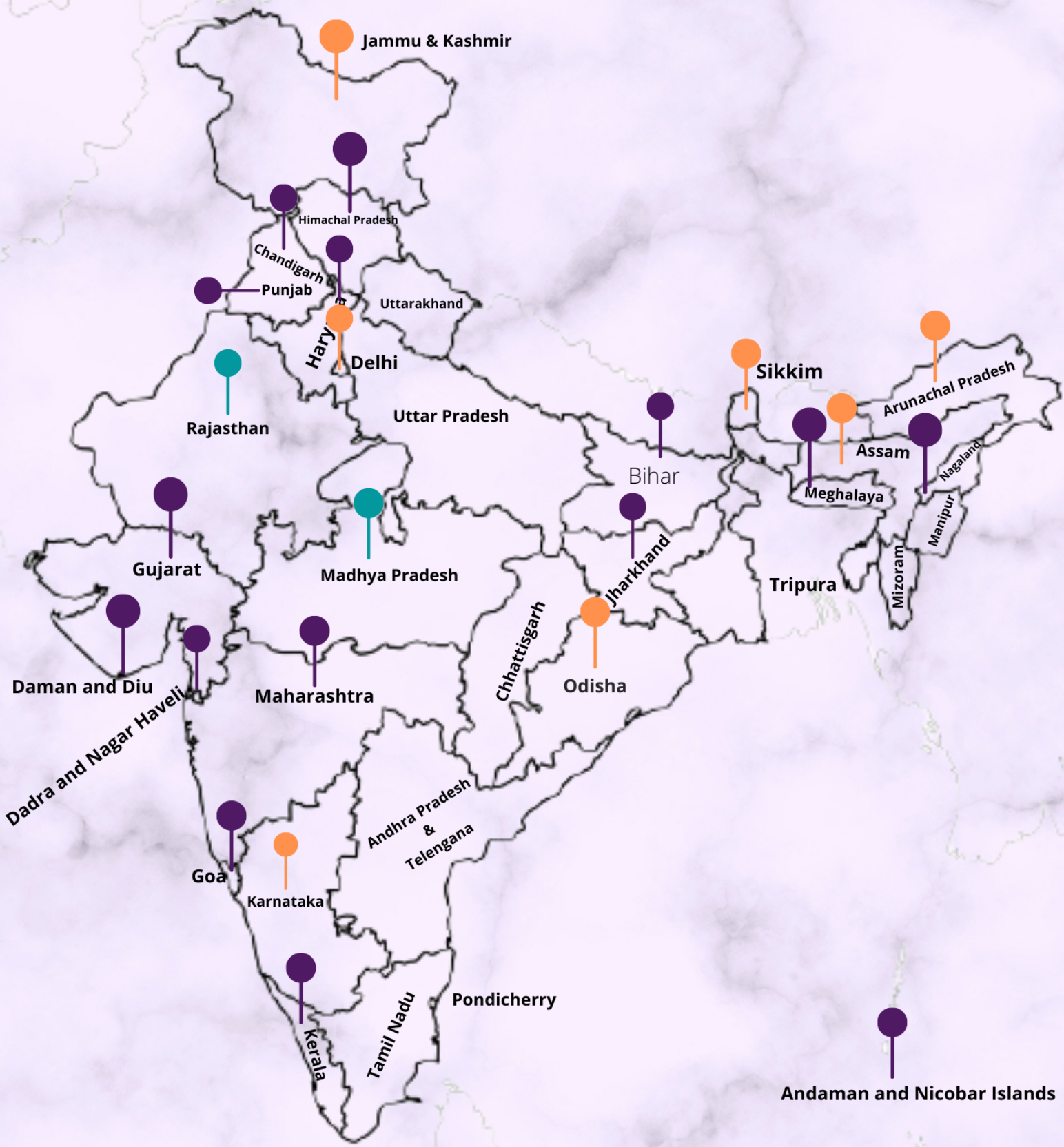
जून 2022| अंक 7

स्त्री मनोरक्षा न्यूज़लेटर

राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य और तंत्रिका विज्ञान संस्थान
(निमहंस)
होसुर रोड, बैंगलोर - 560029
कर्नाटक, भारत
हमसे संपर्क करें: +91-8026995227|+91-7019656138
wcdcounselling@gmail.com| wcdcounselling1@gmail.com

ON THE MAP:

PROJECT STREE MANORAKSHA CERTIFICATE COURSE



States and UTs with completed certificate course

States and UTs with ongoing certificate course

States and UTs with upcoming certificate course

LGBTQ + आंदोलन का एक संक्षिप्त इतिहास

एक परिचय

LGBTQ+ आंदोलन का एक संक्षिप्त इतिहास

कब, कहाँ और कैसे शुरू हुआ

कब : अगस्त ११, १९९२

कहाँ नई दिल्ली , इंडिया

कैसे २०० प्रतिनिधियों ने एड्स पर एक अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन में समलैंगिकता पर सरकार के रुख के खिलाफ धरना दिया (वाक आउट)

LGBTQ + आंदोलन का एक संक्षिप्त इतिहास

फर्स्ट वाक ऑफ़ प्राइड

इंडिया की पहली प्राइड मार्च कोलकाता में १९९९ को फ्रेंडशिप वाक ९९ के नाम से रखी गयी।

LGBTQ+ को घरेलू हिंसा का सामना करना पड़ा क्योंकि वो हमारे 'सामान्यता के हमारे विचार से अलग' हैं

नेहा यादव के द्वारा

लेस्बियन, गे, बिसेक्सुअल, ट्रांसजेंडर, क्वियर, इंटरसेक्स और एसेक्शुअल (LGBTQ +) को बड़े होते समय बहुत अधिक मुश्किलों का सामना करना पड़ता है क्योंकि हमारे समाज में हेट्रोसेक्सुअलिटी को ही मान्य किया गया है जबकि होमोसेक्सुअलिटी को एक अलगाव या विघटन के रूप में देखा जाता है। ये लोग हमेशा एक अलगाव, स्टिग्मा (कलंक) और बदनामी का सामना अपने जीवन के हर रूप में करते हैं।

ये स्टिग्मा , जो उनके सेक्सुअल ओरिएंटेशन (यौन अभिविन्यास) और लिंग पहचान से जुड़ा है, उन्हें समाज के एक हाशिये पर लाकर खड़ा कर देता है। इसके अलावा LGBTQ + के लिए एक सेक्सुअल स्टिग्मा भी है जो गैर-हेट्रोसेक्सुअल व्यवहार, पहचान , रिश्ते और समुदाय से जुड़ा होता है। समाज में समलैंगिकता को लेकर एक सामूहिक रूप से घरेलु तथा सामाजिक रूप से एक अलग रूप दिया गया है।

प्रकटीकरण (बाहर आना) LGBTQ+ की पहचान बनाने का अभिन्न अंग माना जाता है। प्रकटीकरण किसी के यौन की आत्म-स्वीकृति और उसकी पहचान को मान्य और विकसित करता है। किसी के जिंदगी के विभिन्न पहलुओं के बीच यह एकरूपता बनाता है। अधिकांश LGBTQ+ लोग तब तक प्रतीक्षा करते हैं जब तक वे वयस्क न हो जाये और अपने बारे में और अपनी यौन पहचान के बारे में दूसरो से बात कर सकें क्यूंकि उन्हें एक अस्वीकृति और नकारात्मक प्रतिक्रिया का डर रहता है।

UPHOLD ALL IDENTITIES !

परिवार हर किसी के लिए प्राथमिक सहारा होता है, हालांकि, LGBTQ+ लोगो को उनके परिवार में में कुछ हद तक हिंसा का सामना करना पड़ता है। उनके परिवार के सदस्य अक्सर उनके यौन अभिविन्यास, गैर-अनुरूप लिंग व्यवहार, और परिधान शैली के लिए उन्हें स्वीकार करने में विफल रहते हैं। LGBTQ+ व्यक्ति के परिवार में हिंसा मारपीट, शत्रुता, गाली देना, अपमानित करना, यौन दुर्व्यवहार , या हमला के रूप में रिश्तेदारों द्वारा या कभी-कभी, उनके परिवार के सदस्य भी करते है। कभी-कभी परिवार के सदस्य उन्हें पारिवारिक समरोह में आने की अनुमति नहीं देतें हैं और इसे एक बीमारी मानते हुए उन्हें एक मनोचिकित्सक के पास ले जाते हैं।

वो बच्चे और युवा जो स्वयं को LGBTQ + के रूप में देखते हैं, सतत रूप से अपने साथियो और सीनियर्स के चिढ़ाने और बुलइंग का शिकार होते है। उन्हें अलग-अलग रूपों से इन सबका सामना करना पड़ता है जैसे धमकाना, अनुचित यौन टिपण्णी या इशारे, लात या मुक्का मारना, शारीरिक रूप से चोट पहुंचाना, मजाक करना या उनकी आवाज की नक़ल करना। उनकी सेक्सुअलिटी को लेकर उन्हें गंदे नाम लेकर भी पुकारा जाता है जो उन्हें बहुत अधिक असामन्य महसूस करता है।

हिंसा अस्वीकृति का रूप भी ले सकती है जैसे स्नेह, प्यार, अपनेपन और लगाव को दूर कर लेना । इस प्रकार की भावनात्मक हिंसा अक्सर अक्सर खतरनाक जोखिम भरे व्यवहार की तरफ भी ले जाती है जैसे शराब का सेवन, ड्रग्स, घर से भागना और अवैध गतिविधियों में लिप्त होना। पारिवारिक हिंसा से कई बार आंतरिक व्यवहार उत्पन्न हो सकते हैं जैसे दूसरों से अलगाव की भावना, अवसाद होना या आत्महत्या के विचार आना।

LGBTQ+ व्यक्तियों में साइकोपैथोलॉजी के उत्पन्न होने की संभावना काफी अधिक हो अधिक होती है जैसे कि अवसाद, चिंता, मादक द्रव्यों का दुरुपयोग, मन में आत्महत्या के विचार आना या आत्महत्या कर लेना। ८ में से १ LGBTQ+ लोगों ने जिनमें 18 से 24 वर्ष के व्यक्ति थे अपने जीवन में कम से कम एक बार आत्महत्या का प्रयास किया है और ट्रांसजेंडर में आधे से अधिक लोगों ने अपने जीवन को अंत करने के बारे में सोचा है। हेट्रोसेक्सुअल लोगो की तुलना में LGBTQ+ में यौन हिंसा और संबंधित आघात के होने की संभावना काफी अधिक रहती है।

LGBTQ+ प्रकटीकरण के बाद अपने विस्तारित परिवार या दोस्तों के नेटवर्क से भेदभाव, अलगाव तथा बहिष्कार का अनुभव करते हैं तथा यह आगे चलकर स्कूल को जल्दी छोड़ देना, परिवार और सामाजिक सहयोग की कमी, बीमारी, नियमित नौकरियां खोजने में असमर्थ होना, दूसरों की तुलना में विकल्पों का कम होना, समुदाय में अलगाव का महसूस किया जाना, विभिन्न प्रकार की सेवाओं को खोज पाने में असमर्थ होना, धार्मिक अलगाव तथा अन्य कई बहिष्कृत व्यवहारों में बदल जाता है।

LGBTQ+ इस अलगाव और भेदभाव के कारण दूसरे देशों में एक सुरक्षित आजीविका और स्वीकृति के लिए विस्थापित हो जाते हैं या वो अपने माता-पिता का अनुसरण करने के लिए विपरीत लिंग के व्यक्ति के साथ विवाह और बाद में तलाक करने का फैसला करते हैं।

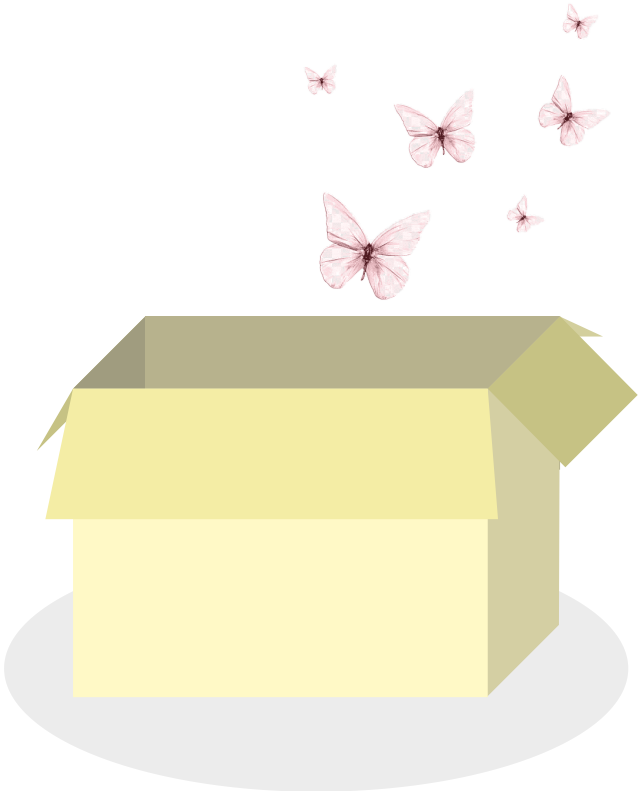
LGBTQ+ में वो युवा जो अपने परिवार द्वारा अपने यौन अभिविन्यास के कारण निस्काषित कर दिए गए हैं, में आत्म सम्मान की कमी देखी गई है और बहुत कम ऐसे लोग हैं जिनके पास वो मदद के लिए जा सकते है।

LGBTQ+ व्यक्तियों के लिए इस वजह से ये यात्रा बहुत अधिक कष्टदायी हो जाती है क्योंकि उन्हें अपने समुदाय के लोगो से बार बार लज्जित और अस्वीकार्य होना पड़ता हैं। उन्हें 'सामाजिक मानदंडों के अनुरूप' ना होने के कारण या गैर लिंग अनुरूप होने के कारण एक बीमार मान कर ठीक होने के लिए मजबूर किया जा रहा है।

समान लिंग वाले जोड़ो के बीच अंतरंग साथी हिंसा को समझना

रोसीना अरुल के द्वारा

LGBTQ+ समुदाय में अंतरंग साथी हिंसा के कई उदाहरण रिपोर्ट किए गए हैं। शोध अध्ययन ये दिखाते है की LGBTQ+ समुदाय में अंतरंग हिंसा की व्यापकता हेट्रोसेक्सुअल जोड़ो से काफी अधिक है । वैसे तो हेट्रोसेक्सुअल जोड़ो और LGBTQ+ जोड़ो में हिंसा के मुद्दों में काफी समानता है मगर LGBTQ+ के जोड़ो में कुछ अद्वितीय विशेषताएं भी हैं। भारत और पूरे विश्व में उन शोध की कमी है जो LGBTQ+ समुदाय में होने वाली अंतरंग साथी हिंसा को सही से दर्शाते हों और इसका मुख्य कारण LGBTQ+ के प्रति समाज की भावना और समाज में इनके प्रति स्टिगमा इस विषय पर सार्वजनिक चर्चा में बाधा डालता है।



पश्चिमी आबादी में, यह देखा गया है कि 50% समलैंगिक पुरुष और 75% समलैंगिक महिलाएं IPV के शिकार हुए हैं (विशेषकरमनोवैज्ञानिक आईपीवी)। विषमलैंगिक की तुलना में LGBTQ+ के बीच इसका जीवन भर भी प्रसार समान या अधिक देखा गया है 61.1% उभयलिंगी महिलाएं, 43.8% समलैंगिक, 37.3% उभयलिंगी पुरुष, और 26% समलैंगिक पुरुषों ने उनके जीवन के दौरान अंतरंग साथी हिंसा का अनुभव किया, जबकि 35%विषमलैंगिक महिलाएं और 29% विषमलैंगिक पुरुषों ने आईपीवी का अनुभव किया (ब्राइडिंग एट अल।, 2013)। अनुसंधान में है पता चला है की LGBTQ+ समुदाय में आईपीवी को समझना और पहचानने में निम्न बाधाएं आ सकती है।

यह अक्सर दावा किया जाने वाला पहलू है कि **LGBTQ+** में **IPV** को पहचानना स्वयं समुदाय को कलंकित करने में इस्तेमाल किया जा सकता है, जिससे ये मुद्दा अतिरिक्त उत्पीड़न और सामाजिक हाशिए पर आ खड़ा होता है ।

नारीवादी समुदाय का मानना है कि **IPV** को मान्यता देना, विशेष रूप से समलैंगिक भागीदारों में, महिलाओं के खिलाफ पुरुष हिंसा के विषय को नजरअंदाज कर देगा क्यूंकि ऐसा माना गया है की आमतौर पर पुरुष द्वेष और पितृसत्तात्मकता से प्रभावित अपराधी होते हैं।

कई **LGBTQ+** व्यक्तियों ने अतिरिक्त उत्पीड़न और होमोफोबिया का अनुभव किया जब उन्होंने पुलिस को दुर्व्यवहारकी सूचना दी।

मर्दानगी और स्त्रीत्व के संबंध में सांस्कृतिक विचारधाराएं आईपीवी बनाती हैं और पीड़ित अपने अनुभवों पर खुलकर चर्चा करने से हिचकिचाते हैं। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि एक कथित कलंक जैसे समलैंगिक पुरुष विषमलैंगिक पुरुषों की तुलना में कम मर्दाना होते हैं या धार्मिक और सामाजिक-सांस्कृतिक नियमों को तोड़ने की वजह ऐसा हो रहा है , उनकी रूढ़िवादिता को पुष्ट करता है।

अनुसंधान ने समान-लिंग घरेलू हिंसा की जांच की है, जिसमें समलैंगिक पुरुषों के बजाय समलैंगिक महिलाओ के मामलों की अधिकता देखी गयी है। ऐसा देखा गया है की पुरुष खुद को नहीं देखना चाहते कि वह नामर्द है या फिर की वो खुद की रक्षा करने में समर्थ नहीं है। इस प्रकार यह कहा गया है कि आईपीवी लिंग के बारे में नहीं बल्कि शक्ति और नियंत्रण के बारे में है। **IPV** हिंसा के एक ऐसे रूप का प्रतिनिधित्व करता है जहां कोई भी यौन अभिविन्यास की परवाह किए बिना हिंसा करता है।

LGBTQ+ समुदाय का समर्थन और मदद करने के लिए हस्तक्षेप

एक मानसिक स्वास्थय पेशेवर कैसे मदद कर सकता है ?

एलजीबीटीक्यू+ आईपीवी का जवाब देने के लिए पर्याप्त प्रशिक्षण

वृद्धि के निशान पहचानने में सक्षम होने के लिए जागरूक रहें

ध्यान केंद्रित मूल्यांकन कौशल का उपयोग

सुरक्षा उपचार प्लान

होमोसेक्शुअल क्लाइंट्स को सही और करुणामय उत्तर

बार बार होने वाले हिंसा के प्रसंगो को पहचाने

स्व देखभाल को प्रयोग करे जैसे आपातकालीन बैग

सहायक मनोचिकित्सा की पेशकश

1) व्यक्ति को बोलने देना, सक्रिय रूप से सुनने का अभ्यास करना और व्यक्ति की भावनाएं और अनुभूति पुष्टि करना

2) एक ग्राहक की ताकत और दृढ़ संकल्प को मजबूत करना

3) मनोशिक्षा कार्यक्रमों की पेशकश:

- अपमानजनक व्यवहार और अपराधियों की रणनीति की पहचान करें
- हिंसा के मनोवैज्ञानिक परिणामों की जांच करें
- हिंसा के चक्र का वर्णन करें
- LGBTQ+ हिंसा के संबंध में सामान्य पूर्वाग्रह से बचें

4) सुनिश्चित करें कि क्वीर सकारात्मक परामर्श LGBTQ+ समुदाय के लोग की जरूरतों को पूरा करने के लिए तैयार किया गया है

LGBTQ+ समुदाय का समर्थन और मदद करने के लिए हस्तक्षेप

केंद्रित उपचार

- IPV पीड़ितों के लिए उपचार विकसित करे
- लक्षणो को कम करने पर काम करें
- हिंसा की कड़ी को तोड़ने का प्रयास करें

परामर्श के द्वारा उपचार

- अहिंसा का नियम अपनाकर युगल परामर्श की सलाह दे
- अगर जरुरत है तो दोनों को अलग अलग परामर्श दे

इसलिए, LGBTQ+ समुदाय में IPV सर्वाइवर्स के साथ काम करते हुए, व्यक्ति-केंद्रित दृष्टिकोण अपनाने और लिंग सकारात्मक होने से उन्हें हिंसा के चक्र, दुर्व्यवहारके अनुभव, और परिणाम से अवगत करने में मदद मिलती है। इसके बाद, एक ताकत-आधारित दृष्टिकोण को तैयार करना और पहचान की भावना को मान्य और पुष्टि करना उन्हें मदद लेने के लिए, विश्वास हासिल करने और लाने के लिए और अपमानजनक साथी से अपमानजनक स्थिति का अंत करने के लिए उपयोगी संसाधनों को अपनाने के लिए प्रभावी रूप से प्रेरित कर सकता है।