ஆண்கள் எதிரான பாலியல் வன்முறை பற்றி நமக்கு என்ன தெரியும்?

போர், முரண்பாடுகள் மற்றும் குடியேற்றத்தின் போது பாலியல் வன்முறை மனித உரிமை மீறலாகும். இந்த மீறல்கள் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் மீது ஏற்படுத்தும் கடுமையான உடல் மற்றும் உளவியல் விளைவுகள் மற்றும் இன்றி, அவர்களின் வாழ்க்கையை மட்டுமல்ல, பெரும்பாலும் அவர்களது குடும்பங்களின் வாழ்க்கையையும் பாதிக்கும்.

உயிர் பிழைத்தவர்களின் உளவியல் தேவைகளுக்கு அதிக கவனம் செலுத்துவதற்காக, மனநலம் மற்றும் மனித உரிமை தகவல் **(Mental health and Human Rights Info)**, ஒரு கைமுறை ஒன்றை உருவாக்கினார்கள். இது போர், முரண்பாடுகள் மற்றும் இடம்பெயர்வு ஆகியவற்றை மையமாகக் கொண்டு பாலியல் வன்முறையில் இருந்து தப்பிய ஆண்களைச் சந்திக்கும் உதவியாளர்களுக்கு உதவும்.

பல அகதிகள் மற்றும் புகலிடக் கோரிக்கையாளர்கள் பல வகையான சித்திரவதைகளை, பாலியல் வன்கொடுமை மற்றும் வேற அதிர்ச்சிகளையும் அனுபவித்தார்கள். வாழ்க்கையில் கடினமாக இருக்கும் நிகழ்வுகள் இந்த மன உளைச்சல்களை மீண்டும் வரைவைக்கலாம, சிலர் மன மற்றும் உடல் ரீதியான எதிர்வினைகளை அனுபவிக்கலாம். சில சமயங்களில் ஆரம்ப தாக்குதலுக்குப் பிறகு இது நிகழலாம்.

போரில் ஆண்கள் எதிரான பாலியல் வன்முறை பற்றி நமக்கு என்ன தெரியும்?

- ஆண்களுக்கு எதிரான பாலியல் வன்முறை ஆயுத மோதலில் சித்திரவதையின் ஒரு வடிவமாக பயன்படுத்தப்படுகிறது.
- பாதிக்கப்பட்ட ஆண் பாலியல் வன்முறை சம்பவங்களை மிகவும் அரிதாகவே பதிவாகும். பொதுவாக தாக்குதல்களின் உடல்ரீதியான பாதிப்புகளுக்கு அவசரத் தலையீடு தேவைப்படும்போது மட்டுமே பதிவாகும்.
- ஆண்களைப் பற்றிய கருத்துக்கள் பலரை பாலியல் வன்முறையைப் புகாரளிப்பதில் இருந்து தடுக்கிறது.
- பலர் தங்கள் பாலியல் நோக்குநிலை மற்றும் துஷ்பிரயோகத்தைத் தடுக்க முடியவில்லை என்றும் மற்றவர்கள் என்ன நினைப்பார்கள் என்றும் பலர் கவலைப்படுகிறார்கள். சில ஆண்கள் தங்கள் உடல் மற்றும் உளவியல் ஒருமைப்பாடு மட்டுமல்ல, அவர்களின் ஆண்மையும் தாக்குபடுவதாக
- உணர்கிறார்கள்." ஆண்கள் வலிமையானவர்கள் மற்றும் கற்பழிக்கப்பட முடியாது" என்பது ஒரு பொதுவான தவறான கருத்து.

Mental health
AND HUMAN RIGHTS INFO

பாலியல் வன்முறையை அனுபவித்த ஆண்களை நாம் எப்படி ஆதரிக்க முடியும்?

உதவியாளர்களுக்கு:

- பிரச்சனையை அங்கீகரித்து விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்துவது ஒரு முக்கியமான படியாகும்.
- பலாத்காரம் என்பது பலாத்காரம், உயிர் பிழைத்தவரின் பாலினம், ஊகிக்கப்பட்ட அல்லது உண்மையான பாலின அடையாளம் அல்லது பாலியல் நோக்குநிலை ஆகியவற்றைப் பொருட்படுத்துவதில்லை.
- உயிர் பிழைத்த அனைவரையும் மரியாதையுடனும் கண்ணியத்துடனும் அனுசரிக்கேவேண்டும்.
- உயிர் பிழைத்தவர்கள் தங்கள் நிலைமை மற்றும் தேவைகளைப் பற்றி பேசுவதற்கு தேவையான நேரத்தையும் இடத்தையும் அனுமதிக்க வேண்டும்.
- பேசுவதற்கு முன் யாரையும் அவர்களின் கதைகளைச் சொல்லும்படி கட்டாயப்படுத்தாதீர்கள்.
- உயிர் பிழைத்தவர் பேசாமல் இருக்க விரும்பினால், உதேவியாளர் ஆதரவை வழங்குவதைத் தொடரா வேண்டும்.
- அனைத்து நாடுகளும் ஆண் பலாத்காரத்தை குற்றமாக்கவில்லை என்றாலும், அது எப்போதும் சர்வதேச மனித உரிமைகளை மீறுவதாகும் என்பதை அறிந்து கொள்வது அவசியம்.

உயிர் பிழைத்தவர்களுக்கு:

- நீங்கள் கடுமையான மனித உரிமை மீறல்களுக்கு ஆளாகியுள்ளீர்கள், அது உங்கள் தவறு அல்ல.
- உதவி மற்றும் ஆதரவைப் பெறுவது உங்கள் உரிமை.
- அனைத்து விவரங்களையும் சொல்லாமலேயே உங்களுக்கு உதவ முடியும் - பாதுகாப்பைத் தேடும் போது இது அவசியமானதாக இல்லாவிட்டால்.
- இந்த கடினமான அனுபவங்களுடன் நீங்கள் தனியாக இல்லை.
- உங்கள் எதிர்வினைகள் கடுமையான அதிர்ச்சிக்குப் பிறகு வரகுடியே எதிர்வினைகள். அனைவருக்கும் இதுபோன்ற எதிர்வினைகள் வருவதில்லை, அதுவும் சாதாரணமானது.
- உங்களை நீங்களே குற்றம் சொல்ல வேண்டாம் என்பதை நினைவில் வைத்திருங்கள், குற்றத்திற்கு குற்றவாளியே பொறுப்பு.
- நீங்கள் உதவி கேட்கலாம் மற்றும் அதிர்ச்சி-நினைவுகள், தூக்க பிரச்சனைகள், சோகம் மற்றும் பதட்டம் ஆகியவற்றிற்கு எதிரான உங்கள் போராட்டத்தில் நீங்கள் ஆதரவைப் பெறலாம்.

இந்த தலைப்பைப் பற்றிய கூடுதல் தகவலையும், உதவியை எங்கு தேடுவது என்பதையும் இங்கே காணலாம்:

SCAN ME