ከለላ

KELELA

ለልጆች

መምሪያ፡

የልጆችን ወሲባዊ ጥቃት መከላከያና ጥቃት የደረሰባቸውን መርጃ

ከለላ ለልጆች

መምሪያ: የልጆችን ወሲባዊ ጥቃት መከላከያና ጥቃት የደረሰባቸውን መርጃ

* ይህ መምሪያ የሚሸጥ አይደለም።

* ከአዘጋጆቹ እውቅና ውጪ የመምሪያውን ይዘት በከፊልም ሆነ በሙሉ መቀደር አይቻልም።

* ይህ መምሪያ በከለላ ድረ ገፅ ላይ በነፃ ይገኛል።

የፕሮጀክት መስራችና ዋና አስተባባሪ
ሰላም ሙሴ

ዋና ይዘት አስተባባሪ
ዶ/ር አዜብ አሳምነው አለሙ (የአዕምሮ ህክምና ስፔሻሊስት)

ዋና ጸሃፊዎች
ዶ/ር አዜብ አሳምነው አለሙ (የአዕምሮ ህክምና ስፔሻሊስት)
አቶ ሄኖክ ሃይሉ (የምክክር ስነልቦና ባለሙያ)
አክሊል ሰለሞን (የህግ ባለሙያ)

አማካሪዎች
ዶ/ር ፍቅርተ ግርማ (የአዕምሮ ህክምና ስፔሻሊስት)
አቶ ወርቅነህ ከበደ (የምክክር ስነልቦና ባለሙያ)

ብራንድ ዲዛይንና ግራፊክስ
ሪዞሉሽን ስቱዲዮ

“ከሁሉ አስቀድሜ የከለላ ለልጆችን ቡድን ይህን አይነት ጠቃሚ ስራ ለመስራት ስለተነሳሳችሁ ልባዊ ምስጋናዬን አቀርባለሁ።

ከለላ ለልጆች መምሪያ ለወላጆች፣ ለአሳዳጊዎች እንዲሁም በጉዳዩ ዙሪያ ባለድርሻ አካላት ለሆኑ ሁሉ ህፃናትን ከወሲብ ጥቃት እና መበዝበዝ ለመከላከል የተሰራች ስራ ናት። ከለላ ለልጆች መምሪያ ህፃናት ወሲባዊ ጥቃት አልያም ብዝበዛ ደርሶባቸው በሚገኙ ጊዜም መደረግ ስለሚገባው ነገር ተግባራዊ፣ ግልፅ እና ለመረዳት ምቹ በሆነ መንገድ አብራርታለች።

ወላጆች፣ አሳዳጊዎች፣ ባለድርሻ አካላት፣ መንግስት፣ መንግስታዊ ያልሆኑ ተቋማት፣ የሚመለከታቸው አካላት እና በጥቅሉ ማህበረሰባችን የህፃናትን ከወሲባዊ ጥቃት እና ብዝበዛ ለመከላከል እንዲሁም ችግሩ ከተፈጠረም ማድረግ ያለባቸውን ለማሳወቅ እጅጉን ትጠቅማለች።

ስለዚህም ሙሉ ቡድኑን ይህን የተሳካ አስተዋፅኦ ስላበረከታችሁ እንኳን ደስ አላችሁ ልል እወዳለሁ። እንዲሁም ይህን መምሪያ የመገምገም እድል ስለሰጣችሁኝ አመሰግናለሁ።”

ሜሮን አራጋው (የህግ ባለሙያ)
የአዲስ አበባ ሴቶችና ህጻናት ቢሮ ምክትል ሃላፊ

“ብዙ የስነ ልቦና እና የስነ አእምሮ ጠበብቶች በአስተምሯቸው እና ትወራዎቻቸው በተደጋጋሚ እንደገለፁት የአእምሮ ጤና መታወክ በተለያዩ የእድሜ እርከኖች ላይ በሚያጋጥሙ መጥፎ ክስተቶች መነሻነት ሊመጣ ቢችልም በልጅነት እና በወጣትነት ዘመን የሚደርሱ የስነ ልቦና ጉዳቶች የሚያደርሱት ተጽዕኖ ግን ከሁሉም በላይ የከፋ ነው።

የከለላ ፕሮጀክት እና የከለላ ለልጆች መምሪያ ትኩረቱን በህፃናት እና ወጣቶች እንዲሁም በሴቶች ላይ በሚደርሱ ፆታዊ ትንኮሳዎች /ጥቃቶች ላይ ማድረጉ ለአእምሮ ደህንነት መጠበቅ የሚኖረውን አስተዋጽኦ ከፍተኛ ያደርገዋል። በተለይም መምሪያው ለሁሉም በሚገባ ቀላል አቀራረብ የተዘጋጀ እና በተለያዩ ቋንቋዎች የቀረበ መሆኑ ተግባራዊ ለውጥ ለማምጣት ያስችላል። በመምሪያው የተካተቱት እውነተኛ ታሪኮችም ፆታዊ ጥቃትን በለጋ እድሜ ተሸክሞ የመኖር ዕዳ የሚያደርሰውን የስነ ልቦና ቀውስ ቁልጭ አድርገው ያሳያሉ።

በአጠቃላይ የከለላ መምሪያ በወላጆች፣ በመምህራን እንዲሁም በሌሎች ስርዓተ ፆታ ላይ በሚሰሩ ተቋማት እና ግለሰቦች ጥቅም ላይ ሊውል እና አወንታዊ ለውጥ ሊያመጣ የሚችል መምሪያ ነው።

በመጨረሻም በበጎ ፈቃድ ጊዜያቸውን ሰውተው ይህንን ድንቅ መምሪያ ለማዘጋጀት የበቁት ወገኖቻችን ሁሉ የሚያኮራ ተግባር እንደፈፀሙ ለመግለፅ እወዳለሁ።”

ዶ/ር ዳዊት አሰፋ (የአእምሮ ህክምና ስፔሻሊስት)
የኢትዮጲያ አእምሮ ህክምና ማህበር ፕሬዝደንት

ምስጋና

ይህችን ፕሮጀክት ከመጀመሪያ እስከ መጨረሻ የተለያዩ ቋሚም ሆነ ጊዜያዊ ሃላፊነት እየወሰዱ እዚህ ያደረሷትንና እስከመጨረሻው እያበረታቱን ለነበሩ ሁሉ ምስጋናችን ወደር የለውም። ሁላችሁም የስራችሁንና የሃላፊነታችሁን ፍሬ እንደምትኮሩባትና እንደምትወዷት ተስፋ እናደርጋለን። የሁላችሁንም ስም ለመዘርዘር ባንችልም ማንነታችሁን ታውቃላችሁ ብለን ግን ተስፋ እናደርጋለን - ይህች የመጀመሪያ ከለላችንም የናንተ ናት። ሁላችሁንም ፈጣሪ ያክብርልን፣ ይባርክልን!

በዋና ዋና ሃላፊነት የተሳተፉትን ሁሉ በሚቀጥለው ገጽ ላይ ለመጥቀስ ብንሞክርም የሚከተሉትን ግን ሳንጠቅስ አናልፍም:

መምሪያውን በመጻፍና የጸሃፊዎችን ግሩፕ ከመምራት በተጨማሪ ፕሮጀክቱን የራስዋ አድርጋ ወስዳ በመስራት ለዚህ ያደረሰችውን ዶክተር አዜብ አሳምነው (የአዕምሮ ህክምና ስፔሻሊስት) እጅግ በጣም እናመሰግናለን። ከለላን ለዚህ ባደረሷት ሰዎች ሁሉ ስም እናመሰግናለን! ኑሪልን፣ ክበሪልን!

ለመምሪያው የሚሆኑ ግብአቶችና ጥናቶችን ስንሰራ ያሉትን ክፍተቶች በደንብ ለመረዳት ጥናታዊ የቡድን ውይይት (Focus Group Discussion) እና ሰዎች ማንነታቸውን መናገር ሳይኖርባቸው የደረሱባቸውን ጥቃቶች እንዲያጋሩን ጠይቀን ነበር። በዚህም በቡድን ውይይቶቹ ላይ በፈቃደኝነት በመሳተፍ የተባበሩንን የኬር ኢትዮጵያ ሰራተኞች (ወላጆችና ባለሙያዎች) እንዲሁም የትንሳኤ ብርሃን አንደኛ ደረጃ የህዝብ ትምህርት ቤት መምህራንና አስተዳደር በተለይ ደግሞ መምህርት መስታወት ይመርን እጅግ በጣም እናመሰግናለን። እንዲሁም ጊዜያቸውን ወስደውና በአላማችን ተማምነው ታሪካቸውን ያጋሩንን ሁሉ በጣም እናመሰግናለን - ማን እንደሆናችሁ ባናውቅም ይህችን መምሪያ አይታችሁ ያደረጋችሁትን አስተዋጽኦ ፍሬ እንደምታዩት ተስፋ እናደርጋለን!

የመምሪያውን የመጀመሪያ ረቂቅ በማንበብ ይዘቱን ለማጠናከርና ለማሻሻል አስተያየት ለሰጡንና ላረሙልን የስነ-ልቦና እና የስነ-አእምሮ ባለሙያዎችና መምህራን፣ ወላጆች፣ እንዲሁም ሌሎች የሚመለከታቸው ሰዎችና ወዳጆችን እጅግ በጣም እናመሰግናለን።

መስፍን ተሾመ (የሪዞሎሽን ስቱዲዩ ተባባሪ መስራችና ባለቤት) የዚህን ፕሮጀክት ሃሳብ ከነገርነው ጊዜ አንስቶ ማንኛውንም የዲዛይንና ዌብሳይት ስራ እንዲሁም ሌሎችም የምንፈልጋቸውን ድጋፎች ለማድረግ ሁልጊዜ ከጎናችን ስለነበረና ስለሆነ በጣም እናመሰግናለን። እዚህ ፕሮጀክት ላይ ለተሳተፉት ሁሉም የሪዞሉሽን ስቱዲዮ ባልደረቦች በተለይ ደግሞ አኒሳ አሊ የመምሪያውን ዲዛይን ቀለል ያለና ለማንበብ የሚጋብዝ እንዲሆን አድርጋ ስለሰራችው በጣም እናመሰግናለን።

ይህችን መምሪያ በተለያዩ የሃገር ውስጥ ቋንቋዎች ተተርጉማ ለየማህበረሰቡ ለማድረስ በየቋንቋው በመተርጎም ለተባበሩን የኦሮሚኛ፣ የትግርኛ፣ የአፋርኛ፣ የሶማሊኛና የእንግሊዘኛ ተርጓሚዎች ሁሉ በሙሉ ቡድኑ ስም ትልቅ ምስጋና እናቀርባለን።

ይህችን መምሪያና ሌሎች ወደፊት የሚሠሩ የከለላ ስራዎችን እንዲሁም በድምጽና በምስል የተቀረጹ ይዘቶችን ከታች በተቀመጡት ማህበራዊ ድረ ገጾቻችንን እና ድረ ገጻችን ላይ ማግኘት ይቻላል።

www.kelela.org

@KelelaGuides

@KelelaGuides

@KelelaGuides

@KelelaGuides

ማውጫ

የመምሪያው አጠቃቀም 14

ምዕራፍ ፩ 16
ስለልጆች የወሲብ ጥቃት ጠቃሚ መረጃዎች

የወሲብ ጥቃት ምንድነው? 18

በልጆች ላይ የሚደርሱት ወሲባዊ ጥቃቶች ምን አይነት ናቸው? 19

በልጆች ላይ የወሲብ ጥቃት የሚያደርሱት እነማን ናቸው? 20

የወሲብ ጥቃት የደረሰባቸው ልጆች የሚያሳዩዋቸው ምልክቶች ምንድን ናቸው? 22

በልጆች ላይ የሚደርስ የወሲብ ጥቃት በረዥም ጊዜ ህይወት ላይ ምን አይነት ችግር ሊያመጣ ይችላል? 24

በልጅነት የተፈጠረ የወሲብ ጥቃት በህይወት ላይ የሚያደርሰውን ችግር ደረጃ የሚወስነው ምንድነው? 28

ልጆች የደረሰባቸውን የወሲብ ጥቃቶች እንዳይናገሩ የሚያግዱ ምክንያቶች ምንድን ናቸው? 30

ምዕራፍ ፪ 32
ልጆች ላይ የወሲብ ጥቃት ከመድረሱ አስቀድሞ እንዴት መከላከል ይቻላል?

መከላከያ ዘዴዎች 34

ለልጆች ስለመራቢያ አካላት፣ ስለጾታዊ እና የግብረ ሥጋ ግንኙነት እንዲሁም የወሲብ ጥቃቶች እንዴት እናስተምር? 35

ከ2 ዓመት እስክ 7 ዓመት እድሜ ላሉ ልጆች 35

ከ7-11 ዓመት እድሜ ላሉ ልጆች 36

ከ 11–18 ዓመት እድሜ ላሉ ልጆች 37

ልዩ ክትትል እና ጥበቃ የሚያስፈልጋቸውን የማኅበረሰብ አካላት እንዴት ከወሲብ ከጥቃት መከላከል ይቻላል? 39

ምዕራፍ ፫ 40

የወሲብ ጥቃት ከደረሰ በኋላ ምን ማድረግ እንችላለን?

የወሲብ ጥቃት የደረሰባቸው ልጆች ስለጥቃቱ መቼ እና እንዴት ይናገራሉ? 42

የወሲብ ጥቃት ደርሷል ብለን ከተጠራጠርን ልጆችን የምንጠይቅባቸው ዘዴዎች 43

ልጆቻችን የወሲብ ጥቃት እንደደረሰባቸው ከነገሩን በምን መልኩ መርዳት እንችላለን? 44

ልጆቻችን ጥቃት እንደደረሰባቸው ከነገሩን ራሳችንን እንዴት ማረጋጋት እንችላለን? 51

ልጆቻችን ላይ የወሲብ ጥቃት ከደረሰ በኋላ የሚደረግ የህክምና ምርመራ ምን ይዘት አለው? 53

የወሲብ ጥቃት ለደረሰባቸው ልጆች እና ቤተሰብ የሚደረገው የስነልቦና ድጋፍ ምን ይመስላል? 56

ልጆቻችን ላይ የወሲብ ጥቃት ከደረሰ የሚደረገው የህግ ምርመራ ምን ይመስላል? 58

ከምርመራው በኋላ ምን መጠበቅ እንችላለን? 62

ጠቃሚ አድራሻዎች 64

መቅድም

በ2017 ዓ.ም (እ.ኤ.አ) በተለያዩ ሃገራት በተለይም ደግሞ በሰሜን አሜሪካ ብዙ አንጋፋና ታዋቂ ሰዎችን የወሲብ ጥቃት ወንጀለኝነትን ያጋለጠው የ#MeToo (#እኔም) ዘመቻ ማህበራዊ ድረገጾች ላይ በተጀመረበት ወቅት ብዙ ሴቶች ተመሳሳይ ጥቃት ደርሶባቸው እንደነበር ለማመላከት #MeToo እያሉ በየገጾቻቸው ላይ እየጻፉ ነበር። አብዛኛው ሰው ምን ለማለት እንደፈለጉ ይገባው ስለነበር ለብዙዎቻችን በተለያዩ አጋጣሚዎች ከልጅነት እስከ እውቀት የገጠሙንን ጾታዊና ወሲባዊ ጥቃቶችና ትንኮሳዎች እንድናስብና እንድናስታውስ አድርጎን ነበር።

በዛ ሃሳብ ውስጥ ሆኜ ደጋግሜ አስብ የነበረው ግን ብዙ ሰው እንደነዚህ አይነት ጥቃቶች ከልጅነት ጀምሮ በሚታወቁና በሚታመኑ ሰዎች የሚጀመር መሆኑ አለመታወቁ ወይም በግልጽ አለመወራቱ ነበር። ነገርግን በቅርብም ሆነ በስራና በተለያዩ አጋጣሚዎች የማውቃቸው ሴቶች ሁሉ ከልጅነታቸው ጀምሮ ቤት ውስጥ በሚታመኑና በሚከበሩ ቤተሰብ፣ የቤተሰብ ወዳጆች፣ መምህራንና ሌሎች በቅርብ ባሉ ሰዎች ያለአግባብ ለመሳም ከመሞከር እስከ አስገድዶ መድፈር የሚደርሱ ትንኮሳዎችና ጥቃቶች ውስጥ አልፈዋል። ይህ አይነቱ ወንጀል በህጻናት ደረጃ ስናየው በሴቶች ላይ ቁጥሩ ከመጠን በላይ ትልቅ ቢሆንም ወንድ ህጻናት ላይም ይፈጸማል። ነገር ግን ከባህል አንጻር ወንዶችን ስለስሜታቸውና ተጓዳኝ ነገሮች በግልጽ እንዲያወሩ ስለማናበረታታና በተለይ ደግሞ ወንድ ህጻናት ላይ በአዋቂ ወንዶች የሚፈጸሙ ጥቃቶች ላይ ባሉ የተሳሳቱ አመለካከቶች ምክንያት ወደ እርዳታም ሆነ ወደህግ ደፍረው እንዳይቀርቡ ያደርጋቸዋል። ለምሳሌ ወንድ ህጻናት በሌሎች አዋቂ ወንዶች ሲደፈሩ “ግብረ ሰዶም” ይሆናሉ ወይም እራሳቸው ሲያድጉ ሌሎች ወንዶችን ይደፍራሉ በሚል የተሳሳተ እምነት ወላጆች መደባበቅ እና መሸፋፈንን እንደአማራጭ ይወስዳሉ። ይህም አስፈላጊውን እርዳታና እንክብካቤ አግኝተው ከአካላዊም ሆነ ስነ-ልቦናዊ ጉዳታቸው በቶሎ እንዳያገግሙ ያደረጋቸዋል።

*1 የ#MeToo ዘመቻ ጥቅምት በ2017 (እ.ኤ.አ) ላይ ታዋቂና ዝነኛ ሰዎች በማህበራዊ ደረ ገጾች ላይ በመጠቀማቸውና ከዚህ በፊት ጥቃት ያደረሱባቸውን ወንጀለኞቹን በማጋለጣቸው አለም አቀፍ እውቅናን ያገኝ እንጂ የተጀመረው በ2006 ዓ.ም (እ.ኤ.አ) ታራና በርክ በተባለች አፍሪካዊ-አሜሪካዊት የሴቶች መብት ተሟጋች ነው።

ይህንን ሃሳብ በ2017 ዓ.ም በፌስቡክ ገጼ ላይ ከጥቂት ዓመታት በፊት ሁለት የቅርብ ሴት ጓደኞቼ በልጅነታቸው ስለደረሰባቸው ጥቃት የነገሩኝን መነሻ አድርጌ ካጋራሁት በኋላ ባልጠበኩት መንገድ ከብዙ ሴቶች መልእክት ይደርሰኝ ጀመር። ታሪኮቹ የተለያዩ ቢሆኑም አንድ የሚያድርጓቸው ግን ሶስት ነገሮች ነበሩ፥ አንደኛ ሁሉም ጥቃቱ የተፈጸመባቸው በቅርብ በሚያውቋቸው ሰዎች ነው፣ ሁለተኛ ቤተሰቦቻቸው እንደዛ አይነት ነገር እየገጠማቸው እንደነበር አያውቁም ነበር፣ ሶስተኛ ደግሞ ያኔም ሆነ አሁን ለማንም አውጥተው ተናግረውት አያውቁም።

ብዙ በሴቶችና ህጻናት ጉዳይ ላይ የሚሰሩ የሃገር ውስጥና ዓለም አቀፍ ድርጅቶች ትልልቅ ስራዎችን እየሰሩ ቢሆንም በቀጥታ ወላጆችን፣ አሳዳጊዎችን፣ መምህራንና ሌሎችንም የበለጠ የሚያስተምሩ ይዘቶችና በይነ መድረኮች በበቂና በስፋት አለመኖራቸው ግን አሁንም ትልቅ ክፍተት ነው።

ይህንን ስር የሰደደ ማህበረሰባዊ ቀውስ ለመፍታት ዘርፈ ብዙ መፍትሄዎች ቢያስፈልጉትም ቢያንስ ህጻናትን ስለግል አካል ክፍሎቻቸው፣ ስለፍቃድ፣ እምቢ ስለማለት፣ ለሚያምኑትና እየጎዳቸው ላልሆነ ሰውም ለመናገር የሚያስችል ቋንቋ ቢያውቁ ምናልባት ሙከራ ቢደረግባቸው እንኳን ወዲያው ለመናገር ያስችላቸዋል፥ ወላጆች ደግሞ ስለነዚህ ጉዳዮች በቂ እውቀት ኖሯቸው ልጆቻቸው በሚረዱት መልኩ ማስተማር ቢችሉና በዛ ላይ ደግሞ ልጆች በእንደዚህ አይነት ሁኔታዎች ውስጥ ሲሆኑ ሊያሳዩቸው የሚሏዋቸውን ምልክቶችና ጸባዮች ማወቅ ቢችሉ ቢያንስ ችግሩን በቶሎ ደርሰውበት እርዳታ እንዲያገኙ ማድረግ ይቻላል። እንግዲህ ‘ከለላ ለልጆች’ ፕሮጀክት የተጠነሰሰችው ይህንን ጭብጥ መሰረት በማድረግ ነበር።

የከለላ ፕሮጀክት በሙሉ የተሰራው በበጎ ፈቃደኞች ከመሆኑ አንጻር በተለያዩ ምክንያቶች ከሁለት ዓመታት በላይ እንድንፈጅ ያደረገን ቢሆንም በተቻለን መጠን ግን ይዘቱ በደንብ የተሟላና ጠቃሚ እንዲሆን ጥረናል። ፕሮጀክቱ ሲጀመር ሃላፊነቱ የኔ ወይም የጸሃፊዎቹ ብቻ እንዲሆን ሳይሆን ያገባኛል ያሉ ሰዎች ሁሉ እንዲሆን ስለፈለኩ በቁጥርና በስም ዘርዝሬ ልጨርሳቸው የማልችለው ያህል

ሰዎች ተሳትፈዋል። ስለዚህ የመጨረሻ ውጤቱ ባለቤትነት ለሃሳቡ መጸነስ ምክንያት የሆኑት የማውቃቸው ብዙ ሴቶችና ታሪካቸውን በሚስጥር ያጋሩኝ ሴቶች፣ በሚሊዮን የሚቆጠሩ፣ ታሪካቸውን ለማንም ያልተናገሩና ያልተነገረላቸው ነገር ግን ይህን አይነት ነገር ላጋጠማቸው ሴቶችና ወንዶች፣ በተጨማሪም ያገባኛል ብለው በብዙ መልኩ ላገዙን ሰዎችና ድርጅቶች እንደሚሆን ተስፋ አለኝ።

ከለላን እዚህ ለማድረስ ከማበረታታ ጀምሮ በተለያየ መንገድ ላገዙን ሁሉ ከልብ አመሰግናለሁ። በተለይ ደግሞ ስራውን እንደራሳቸው አድርገው አብረውን ለሰሩት ለዋና ጸሃፊዎቹና ለሪዞሉሽን ስቱዲዮ ምስጋናዬ ጥግ የለውም። ከልቤ ቃላት ያጥሩኛል።

ይህች ስራ የመጀመሪያችን እንጂ የመጨረሻችን አትሆንም። ከለላ የተለያዩ ይዘቶችን በማቅረብ በማህበረሰባችን ውስጥ ነቀርሳ የሆኑትን ተመሳሳይ ችግሮች ለመፍታት በተለያዩ መንገዶች መምጣቷን ትቀጥላለች። በተለያዩ ምክንያቶች ማንበብ ወይም መስማት ለማይችሉ ወገኖችም በድምጽና በቪዲዮ የተቀረጹ ይዘቶችን በማህበራዊ ሚዲያና ድረ ገጻችን ላይ የምንለቅ ስለሆነ በሚቀጥለው ገጽ ላይ የተቀመጡትን አድራሻዎች በመከተል ሊያገኙን ይችላሉ።

selam mussie

ሰላም ሙሴ

የፕሮጀክት መስራች

የመምሪያው አጠቃቀም

መምሪያው ለማን ነው?

ይህ መምሪያ በዋናነት ለወላጆችና ለአሳዳጊዎች የተዘጋጀ ቢሆንም ለመምህራን ወይም ለትምህርት ተቋማት፣ የህጻናት ማሳደጊያ ተቋማት፣ የግለሰብ ቤት ሞግዚቶች፣ ህጻናት መዋያ ድርጅቶች፣ በተለያዩ የልጆች ጉዳዮችና መብቶች ላይ ለሚሰሩ መንግስታዊም ሆኑ መንግስታዊ ላልሆኑ ድርጅቶች፣ የፍትህ አስተዳደር፣ ለተለያዩ የህዝብና ማህበራዊ ተቋማት፣ ከህጻናት ጋር ቀጥተኛ ወይም ተዘዋዋሪ ግኑኝነት ላላቸው ግለሰቦች፣ የሚዲያ ተቋማትና ባለሙያዎች፣ በተለያዩ ዘርፎች ውስጥ ለተሰማሩ ግለሰቦች፣ ለማህበራዊ ጥናት አዘጋጆች፣ ለስርአተ-ጾታ ባለሙያዎች፣ እንዲሁም ጉዳዩ ይመለከተኛል ለሚሉ ሁሉ ታስቦ የተዘጋጀ ነው።

መምሪያው የተዘጋጀው እንዴት ነው?

መምሪያውን ለማዘጋጀት በተለያዩ የሙያ ዘርፎች ውስጥ የተሰማሩ ባለሙያዎችን በዋና አዘጋጅነትና በአማካሪነት ለማሳተፍ ተሞክሯል። በዚህ መሰረትም ዋና ዋና ይዘቶቹ የተጻፉት በስነ-አእምሮ፣ በስነ-ልቦና እና በህግ ባለሙያዎች ሲሆን እነዚህን ዋና ጸሃፊዎች በማማከር ደግሞ በተመሳሳይ የሙያ ዘርፍ የተሰማሩ እንዲሁም የስርአተ-ጾታ፣ የሚዲያና ኮሙኒኬሽን እንዲሁም የህክምና ሙያና ልምድ ያላቸው አማካሪዎች ተሳትፈውበታል።

በተጨማሪም ይህንን መምሪያ በዋናናነት ሊጠቀሙ ይችላሉ ተብለው ከሚታሰቡ የማህበረሰብ አካላት (ወላጆች እና መምህራን) ጋር የቡድን ውይይት በማድረግ ማህበረሰቡ በጉዳዩ ላይ ያለውን የእውቀት ደረጃና ክፍተቶችን ለማየት ተሞክሯል። በውይይቱ ውስጥ በተገኙ ቁልፍ መረጃዎችና አመለካቾች ላይ በመመርኮዝም መካተት የሚገባቸው ነጥቦችና ይዘቶች ተካተዋል።

በውስጡ የተካተቱት ታሪኮች የማናቸው?

አንባቢያንና ተጠቃሚዎች ይዘቶቹን በደንብ እንዲረዷቸው እንዲሁም የችግሩን ስር የሰደደ አስከፊነትና አሳሳቢነት እንዲረዱ ለማድረግ ከ30 በላይ እውነተኛ ታሪኮች በልጅነታቸው ተመሳሳይ ችግር ደርሶባቸው ከሚያውቁ ሰዎች ተሰብስበው ተካተዋል። ይህ አካሄድም የታሪኮቹ ባለቤቶች ነጻነት እንዲሰማቸውና በግልጽ እንዲያካፍሉ ለማድረግ ማንነታቸው ሳይታወቅ በሚስጥር የተላኩ ናቸው። ከእነዚህ ታሪኮች ወስጥም የተወሰኑት ታሪኮች እንደአስፈላጊነታቸው ተመርጠው በጥቅስ መልኩ በመምሪያው ውስጥ ተካተዋል።

መምሪያውን መቼ መጠቀም ይቻላል?

መምሪያውን በማንኛውም ወቅት ልጆች ላይ የሚደርሰውን ወሲባዊ ጥቃት ለመከላከልና ስለጥቃቱ አይነቶች ለማስተማር እንዲሁም ጥቃት ደርሶ ከሆነም ደግሞ እንዴት ማወቅና እርዳታ ማድረግ እንደሚቻል ለማወቅ መጠቀም ይቻላል።

ጥብቅ ማሳሰቢያ

ይህ መምሪያ ከዚህ በፊት የወሲብ ጥቃት ደርሶባቸው የሚያውቁ ሰዎች ላይ ያልተፈለጉና አስከፊ ትውስታዎችን ሊቀሰቅስ ይችላል። በመሆኑም ይህንን መምሪያ በሚያነቡበት ጊዜ የስነ-ልቦና ዝግጅት ማድረግና ባለሙያ ማማከር ሊያስፈልግ እንደሚችል መገንዘብ ያስፈልጋል።

ምዕራፍ ፩

ስለልጆች የወሲብ ጥቃት ጠቃሚ መረጃዎች

01

የወሲብ ጥቃት ምንድነው?

ጥቃት ማለት አንድ ሰው ሀይልን በመጠቀም ሌላውን በማስፈራራት ወይም በማታለል መስራት የማይፈልገውን ነገር እንዲያደርግ ሲያስገድድ ነው። አስገዳጁ ሰው ሀይል ይጠቀማል ሲባል፣ ባገኘው ህጋዊ ስልጣን አልያም የሆነ ጥቅም ፈልጎ የሚያደርገውን ድርጊትን ያጠቃልላል።

የወሲብ ጥቃት የሚባለው አንድ ሰው በሌላ ሰው ግፊት ካለፍቃዷ/ዱ ወሲባዊ ድርጊቶችን ሲፈጽሙባት/ሲፈፀሙበት ነው። እነዚህ ጥቃቶች የቃላትንም ሆነ የድርጊት ወሲባዊ ትንኮሳዎችን ያካትታል። ይህም ሌላን ሰው በማስገደድ፣ በማስፈራራት፣በማታለል አልያም ደካማ ጎንን በመጠቀም የሚፈጠር ነው። ጥቃቱ በማንኛውም ሰው ላይ ማለትም በሴት፣ በወንድ፣ በህጻናት በአዋቂዎች ወይም በአዛውንት ላይ ሊከሰት ይችላል። ይሁን እንጂ በአብዛኛው ጥቃቱ የሚደርስባቸው ሴቶችና ህጻናት ናቸው። ለዚህም ዋነኛው ምክንያት ራሳቸውን መከላከል እንደማይችሉ ስለሚታሰብ እና በማህበረሰባዊ እና አካላዊ ተጋላጭነታቸው የተነሳ ነው።

የወሲብ ጥቃት ወንጀል ነው። የወሲብ ጥቃት የደረሰባት/የደረሰበት ሰው በምንም መልኩ ለድርጊቱ ጥፋተኛ ልትባል/ሊባል አይችልም።

የልጆች የወሲብ ጥቃት የሚባለው በሌሎች ህጻናት፣ በእድሜ በሚበልጥ በጉርምስና እድሜ ባለ ወይም በአዋቂ እድሜ ላይ በሚገኝ ሰው ለወሲባዊ እርካታ ከ18 ዓመት በታች የሆኑ ህጻናትን ሲጠቀም ነው። በአገራችን በኢ.ፌ.ዲ.ሪ የወንጀል ህግ መሰረት ልጆች 18 ዓመት እስኪሆናቸው ድረስ የጾታዊ ግንኙነት ለማድረግ በራሳቸው መወሰን ወይም ፈቃድ መስጠት አይችሉም።

ስለዚህም ማንኛውም ሰው 18 ዓመት ካልሞላ ልጅ ጋር ወሲባዊ ግንኙነት ቢያደርግ የወሲብ ጥቃት ይሆናል።

“ ምን አይነት ልጅ እንደነበርኩ ላሰምርበት እፈልጋለሁ። በጣም ጎበዝ፣ አንባቢ፣ ባለብዙ ጓደኛ፣ ታዋቂ እና በቤተሰብና በመምህራን የተወደድኩ ነበርኩ። ነገር ግን ያነበብኩት ሁሉ በዚያ እድሜ ስለ ወሲባዊ ግንኙነት፣ ስለጥቃት እና ስለ ሰውነት በደንብ አላሳወቀኝም። የማውቀው ብቸኛ ነገር ወሲብ እና ተያያዥ ነገሮች ሁሉ ነውር መሆናቸውን ነው። አይደለም እነዚህን ነገሮች አድርጎ ይቅርና መናገር ራሱ የባለጌ ልጅ እንደሆነ ነበር የማውቀው። እኔ ደግሞ ጥሩ ልጅ ከጥሩ ቤተሰብ ነኝ። ስለዚህ ይሄ በ20 ዓመት የሚበልጠኝ ሰው ልክ እንደ አሻንጉሊት በሰውነቴ እንዲጫወት እና እሱን በተለያየ መንገድ እንዳረካው ሊያስገድደኝ ቻለ። ይህ ከ7ተኛ ክፍል እስከ 11ኛ ክፍል እስክደርስ ድረስ ቀጠለ። እድሜዬ ከፍ ብሎ እምቢ ማለት በምችልበት ጊዜ እንኳን ያደረግነውን ነገር በሙሉ ለሰው ተናግሮ በሰው ዘንድ እንደሚያሳጣኝ በመንገር ያስፈራራኝ ነበር። የጎረቤት ልጅ እና የወንድም እህቶቼ ጓደኛ ነበር፣ በዚያ ላይ በሰፈር ታዋቂ እና ተወዳጅ ነበር። እኛ ቤት እንደፈለገ መምጣት እና መሄድ ይችል ነበር። አንዳንዴም እኛ ጋር ያድራል። እንደ ወንድም እና እንደ ጥሩ ሰው ስለሚታይ ማንም ተጠራጥሮ እኛ ቤት ሲሆን ምን እንደሚያደርግ የሚቆጣጠረው አልነበረም። ማንም ቤት በማይውልበት ሰፊ ጊዜ እንደ ፈቀደው ያደርገኝ ነበር። ግራ ተጋብቼ እና እፍረት ይዞኝ ስለነበር ለማንም አልተናገርኩም።

በልጆች ላይ የሚደርሱት ወሲባዊ ጥቃቶች ምን አይነት ናቸው?

ለብዙ ሰዎች ወሲባዊ ጥቃቶች ሲባል ወደ አዕምሯቸው የሚመጣው አስገድዶ መድፈር ብቻ ነው፡፡ ነገር ግን በህጻናት ላይ የሚደርሱ ወሲባዊ ጥቃቶች አይነትና መጠናቸው የተለያየ ሲሆን የተወሰኑትን ከዚህ ቀጥሎ እንመለከታለን፡፡

- ከተለመደው እና ከሚፈቀደው ሁኔታ እና የአካል ክፍል ውጪ መሳም
- ሰው ፊት ለፊት ልብስ እንዲያወልቁ ማድረግ
- ወሲብ ቀስቃሽ የሆኑ ንግግሮችን መናገር ወይም ተመሳሳይ ጽሑፎችን ለህጻናት ማንበብ ወይም ማስነበብ
- ራቁት ምስሎችን አልያም ህጻናት ወይም አዋቂዎች ወሲባዊ ነገር ሲያደርጉ የሚያሳዩ መፅሄት፣ ጋዜጣ፣ ፊልም ማሳየት
- በተለያየ መንገድ የወሲብ ስሜቶቻቸውን ማነሳሳት ወይም ለማነሳሳት መሞከር
- የሰዎችን ያታዊ አካል በማንኛውም የሰውነት ክፍላቸው (እጅ፣ አፍ፣ የመራቢያ አካል፣ ወዘተ) እንዲነኩ ማስገደድ
- የህጻናትን የመራቢያ አካል እና ሌሎች የሰውነት ክፍሎቻቸውን በእጅ፣ በአፍ ወይም ባዕድ ነገር መነካካት/ማሻሸት
- የመራቢያ አካልን ከህጻናቱ የመራቢያ አካል ጋር ማሻሸት
- ህጻናትን ለወሲብ ንግድ ማሰማራት
- ህጻናትን አስገድዶ መድፈር

የ13 ዓመት ልጅ “እያለሁ እንደኛው የሠፈራችን ልጅ ችግራችንን ተጠቅሞ “እንደዚህ አረግልሻለሁ ምናምን “እያለና “እያስፈራራ ሳልፈልግ ብልቱን በግድ ያስይዘኛል፤ ከንፈሬን ይስመኛል፤ አይንሽ ከንፈርሽ “እያለ እያንዳንዱን የፊቴን አካል ይስመኛል፤ አንድ ቀን ሳላስበው አቅፎም ብልቱን ብልቴ ውስጥ ለማስገባት ሲታገልና ሳለቅስ የሰው ድምፅ ሰምቶ ትቶኛል

በልጆች ላይ የወሲብ ጥቃት የሚያደርሱት እነማን ናቸው?

በብዙ ማህበረሰቦች ውስጥ ጥቃት አድራሽ ተብለው የሚታሰቡት ሰዎች የሚሳሉበትና የሚታሰቡበት መንገድ ከፍተኛ የግንዛቤ ስህተት ያለበትና ከእውነታው የራቀ ነው። ይህም ብዙውን ጊዜ የሰከሩ ወይም በአደንዛዥ እጽ ተጽእኖ ውስጥ ያሉ፤ ከማህበረሰብ የተገለሉና ተጠቂዎቹ በደንብ የማያውቋቸው ሰዎች እንደሆኑ ነው። ይሁን እንጂ እስካሁን ድረስ በሀገራችን እና በዓለም ላይ የደረሱ ጥቃቶችን መረጃና ጥናት ስናይ፣ በልጆች ላይ ጥቃት የሚያደርሱ ሰዎች በጾታ፣ በእድሜ እና በሌሎች ነገሮች የሚለያዩ ቢሆንም በአብዛኛው ግን ጥቃቱን የሚያደርሱት እጅግ ቅርብ የሆኑ የቤተሰብ አባላት ማለትም አባት፣ ወንድም፣ እህት፣ የአክስትና የአጎት ልጅ፣ እንዲሁም አመኔታ የሚጣልባቸው የማኅበረሰብ አካላት ማለትም የሀይማኖት ሰዎች፣ መምህራን ናቸው። በተጨማሪም ከህጻናቱ ወይም ታዳጊዎቹ ጋር ተመሳሳይ ጾታ ያላቸው ሰዎች ጥቃቱን ሲያደርሱ ይስተዋላል። ይህንን ስንል ማንኛውም ሰው ጥቃት ሊያደርስ እንደሚችል እና ሁሉም ልጆች ለጥቃት ተጋላጭ መሆናቸውን ከግምት ውስጥ በማስገባት ጥበቃና እንክብካቤ እንደሚያስፈልጋቸው ለመጠቆም ነው።

“

በየቀኑ ሊባል ይችላል በጡቶቼ ይጫወታል፤ ብልቱን መቀመጫዬ ላይ አሳርፎ ይጫነኛል። ግራ ሲገባኝ የነበረው ገና የ11 እመት ልጅ ስለነበርኩና አባቴ ስለነበረ እና የተገናኘነው ከ10 ዓመት መለያየት በኋላ በመሆኑ ነው። ስለዚህ የአባት እና የልጅ ግንኙነት ምን መምሰል እንዳለበት የማውቀው ነገር አልነበረም።

“

ወንድሜ ነው፤ በእንቅልፍ ልቡ እስመስሎ በተኛሁበት ሁሌም ይነካኛል። ጡት ማውጣት ስጀምር ደግሞ ባሰ። ከዛ አልጋ ላይ መተኛት አቆምኩ። ይሄ ነገር በጣም ለረጅም ጊዜ የቀጠለ ነበር ፤ ከዛ ግን እያደኩ ስመጣ መሸሽ ጀመርኩ።

“

የአንደኛ ክፍል ተማሪ እያለሁ የእንግሊዘኛ መምህራችን በክፍላችን ውስጥ የነበርነውን ሴት ተማሪዎች በሙሉ ጥቃት አድርሶብናል። በትምህርታችን ጥሩ በመሆናችን የሚሰጠን ልዩ ሽልማት እንደሆነ አድርጎ እያሳመነ የማይነካ ቦታ ይነካካናል፣ ከንፈራችንን ይስመናል ሌላም ሌላም። የሚገርመው ባለትዳር እና ትንሽ ሴት ልጅ የነበረችው ሰው ነው። ጭራሽ የልጁን ስም እየጠራ ይህን የሚያደርገው ስለሚወደን እንደሆነ ደጋግሞ ይነግረናል። 3ኛ ክፍል ከደረስን በኋላ ወደሌላ የትምህርት ቤት ተዛወረ። በዚያም ይህንኑ ድርጊቱን እንደቀጠለና በኋላም ተደርሶበት እንደተባረረ ሰምቻለሁ

የወሲብ ጥቃት የደረሰባቸው ልጆች የሚያሳዩ ቸው ምልክቶች ምንድን ናቸው?

ጥቃት የደረሰባቸው ህጻናት የሚያሳዩቸው ምልክቶች ከልጅ ወደ ልጅ የሚለያዩ ቢሆንም፣ አብዛኛውን ግዜ እና በተደጋጋሚ የሚታዩት ምልክቶች ግን ከዚህ በታች የተዘረዘሩት ናቸው። (ይህ ማለት ግን እነዚህን ምልክት ያሳዩ ልጆች በሙሉ ወሲባዊ ጥቃት ደርሶባቸዋል ማለት ሳይሆን፤ ይህ ሊሆን የሚችልበት ግን ከፍተኛ እድል ሊኖር ይችላል ማለት ነው።)

አካላዊ ምልክቶች

- በታወቁ አካላዊ ህመሞች መንስኤነት ያልተከሰቱ ረጅም ጊዜ የሚቆዩ አካላዊ ህመሞች፣ ተደጋጋሚ እና ፋታ የማይሰጥ የሆድ ቁርጠት፣ የራስ ህመም፣ ማቅለሽለሽ እና የምግብ አለመርጋት
- ከእድሜና ከእድገት ጋር በማይሄድ መልኩ የሚከሰት በእንቅልፍ ወቅት የሽንት ወይም የሰገራ ማምለጥ
- የምግብ ፍላጎት በጣም መቀነስ ወይም መጨመር
- በድንገት የተከሰተ እርግዝና
- በግብረ ስጋ ግንኙነት የሚተላለፉ （የአባላዘር） ህመሞች ምልክቶች መታየት
- የመራቢያ ብልት እና በፊንጢጣ አካባቢ ማሳከክ፣ መቁሰል፣ ማበጥ፣ የተለየ መልክ እና ሽታ ያለው ፈሳሽ
- በሽንት ማስወገድ እና በመጸዳዳት ወቅት የሚከሰት ማቃጠል እና ህመም

ስነጾታዊ ምልክቶች

- ለእድሜያቸው የማይመጥኑ ወሲባዊ ጠባያትን ማሳየት
- ከእድሜያቸው ጋር ተመጣጣኝ ያልሆነ የወሲብ እውቀት
- ከእድሜ እኩዮች፣ ታናናሾች እና አሻንጉሊቶች ጋር የሚደረጉ ወሲባዊ ድርጊቶች
- ከእድገት ጋር በሚመጣ የራስን የሰውነት ክፍሎች የማወቅ ጉጉት በተለየ እና በተጋነነ መልኩ፣ ተደጋጋሚ የሆነ የመራቢያ ብልቶችን እና ፊንጢጣን መነካካት እና ግለ ወሲብ መፈጸም
- ስለ ጾታዊ እና ግብረስጋ ግንኙነት ላይ የሚያተኩሩ ንግግሮች፣ ታሪኮች እና ፊልሞች ላይ ትኩረት ማድረግ እና በተደጋጋሚ መጠየቅ

“

እድሜዬ ስንት እንደነበር በትክክል አላስታውስም ግን ምናልባት 6 ወይም 7 አመቴ ይሆናል። የታላቅ ወንድሜ ጓደኛ ነው የደፈረኝ። ምን ያድርገኝ እንጃ ለመሸናት ስፈልግ ግን በጣም ያቃጥለኝ እንደነበር አስታውሳለሁ።

“

የቅርብ ጎረቤት በወቅቱ ጎረምሳ የሚባል የነበረ የአብሮ አደጌ ታላቅ ወንድም ለዓመታት ይገናኘኝ ነበር። ካካ ስበላ ትዝ ይለኛል። ካደኩ በኋላ የወሲብ ጥቃት የደረሰባቸው ልጆች ላይ የሚታይ ችግር እንደሆነ አውቄያለሁ። አሁን ባለሁበት ዕድሜ ላይ ራሴን አግልዬ እኖራለሁ። ሰዎችን አላምንም። ራሴን በህይወት በትግል ያቆየሁ ሴት ነኝ።

ስነልቦናዊ ምልክቶች

በተለይም ከ13 ዓመት በታች እድሜ ላይ ባሉ ልጆች የሚታዩ

- ምክንያቱ የማይታወቅ ፍርሀ እና ድንጉጥ መሆን
- የትምህርት ፍላጎት እና አቀባበል መቀነስ
- ተደጋጋሚ የሆነ መርሳት እና መፍዘዝ
- ከእድሜ በላይ እና በታች የሆኑ ባህሪያትን ማሳየት
- በቀላሉ መበሳጨት፣መናደድ እና ነጭናጫ መሆን
- የትኩረት መጠን መቀነስ
- የእንቅልፍ መረበሽ፣ ቅዠት እና መባነን
- ድንገታዊ የሆኑ የጠባይ ለውጦችን ማሳየት

በተለይም ከ14-17 ዓመት በታች እድሜ ላይ ባሉ ልጆች የሚታዩ

- ራስን ማግለል/ ከሰዎች ጋር መቀላቀል አለመፈለግ፣ ከእድሜ እኩዮች ጋር መጫወት አለመፈለግ
- መደበት፣ መነጫነጭ፣ ማልቀስ
- ቁጡ እና ኃይለኛ መሆን
- ሆን ብሎ የሕግ ጥሰት ማድረግ፣ ማህበራዊ ህጎችን አለማክበር እና ሌሎች ላይ ጉዳት ማድረስ
- የግል ንጽህናን አለመጠበቅ ወይም ከልክ በላይ መከታተል
- መጠጥ እና ሱስ አስያዥ እጾችን መጠቀም
- በትምህርት ቤት እና በቤት ውስጥ የሚከሰቱ ተደጋጋሚ ግጭቶች ውስጥ መሳተፍ
- ከቤት መጥፋት
- ራስን የማጥፋት ሀሳብ እና ሙከራ

“እድሜዬ 11 ወይም 12 ሲሆን ነው ድርጊቱን መቃወም የቻልኩት። የትምህርት ውጤቴ በጣም ጥሩ የሚባል የነበር ሲሆን ግን በዚህ ምክንያት የበታችነት ስሜት ይሰማኝ ጀመረ። ግዴለሽ ሆንኩኝ፣ እራሴን መጠበቅ ተውኩ። አሁን ራሱ ስለዚህ ጉዳይ ስጽፍ ጉሮሮዬን ይተናነቀኛል። ነገሮች እንዴት እንደነበሩ ድርጊቱ ሁሉ አሁን የተከሰተ ያክል ድቅን ይልብኛል። ስለዚህ ጉዳይ ላለማሰብ ብዙ ጥረት አድርጊያለሁ። በተለይም ከፍተኛ የጸጸት ስሜት እና ከፍተኛ ድብርት (በአስራዎቹ መጀመሪያ እድሜዬ ላይ ራስን ለማጥፋት ማሰብ እና መሞከርን ጨምሮ) ሲኖረኝ ላለማሰብ እሞክራለሁ። በአፍላ ልጅነት እድሜዬ በተለይም ድንግልናን ይዞ እስከትዳር መቆየት ምን ያክል ክብር እንደሆነ ከማህበረሰቡ እና ከእናቶች ማወቅ ስጀምር ደግሞ በጣም ከፍተኛ የሆነ ጭንቀት፣ ጸጸት እና ፍርሃት ይዞኝ ብቻዬን አሳልፌያለሁ። የትምህርት ውጤቴ ሲያሽቆለቁል እራሴን ደደብ፥ አስጠሊታ፣ እና ከሰው ሁሉ በታች እንደሆንኩ አሳመንኩት።

በልጆች ላይ የሚደርስ የወሲብ ጥቃት በረዥም ጊዜ ህይወት ላይ ምን አይነት ችግር ሊያመጣ ይችላል?

ጥቃት በደረሰባቸው ልጆች ላይ ጊዜያዊ እንዲሁም የረጅም ጊዜ ችግሮች ሊታዩ ይችላሉ። በረጅም ጊዜ የሚመጡት ችግሮች ጥቃት በደረሰባቸው በሁሉም ሰዎች ላይ የግድ ሙሉ በሙሉ ይከሰታል ማለት ሳይሆን ሊከሰት የሚችልበት አጋጣሚ ከመኖሩ አንጻር ግን አስቀድሞ ማወቅና መዘጋጀት አስፈላጊ ነው።

ከፍተኛ የመደበት ስሜት (ድባቴ)

ይህ በአብዛኛው የሚታይ የስሜት መረበሽ አይነት ነው። ይህ ስሜት በተለይም እራሳቸውን ካለመጠን በመውቀስ የተፈጠረው ጥቃት የተከሰተው በራሳቸው ምክንያት እንደሆነ እንዲያስቡ ያደርጋል። ‘ይህን ባላደርግ ኖሮ ይህ አይደርስብኝም ነበር’ እያሉ ራሳቸውን ይኮንናሉ። በተጨማሪም ለራስ ያለ ግምት በዛው ልክ ይቅንሳል። በዚህም ምክንያት እራስን ከማህበረሰቡ ማግለ የእንቅልፍ መረበሽ፣ የምግብ ፍላጎት መዛባት፣ ለነገሮች ያለ ፍላጎት እና ተነሳሽነት መቀነስ እና እራስን ለማጥፋት መሞከር/ማሰብ ከመደበት ስሜ ጋር አብረው ይከሰታሉ።

ጭንቀት/ውጥረት

ጭንቀት በተለያየ መልኩ ሊከሰት ይችላል። በተደጋጋሚ ሊታይ የሚችለው የጭንቀት አይነት የተከሰተውን ጥቃት አስታዋሽ የሆኑ ሰዎች፣ ግኡዝ አካላት ወይም ሃሳቦች በሚመጡ ጊዜ መረበሽ ነው። አስታዋሽ የሆኑ ነገሮች ሲባሉ ለምሳሌ ተመሳሳይ ቁመና ያላቸው ሰዎች፣ ጥቃቱ የደረሰበት ቦታ፣ ጥቃቱ በደረሰ ጊዜ የለበሱት ልብስ፣ ሽታ ወይም ጠረን ወዘተ ሊሆን ይችላል። አንዳንድ ጊዜ ደግሞ ምክኒያቱ ወዲያው ግልጽ ባልሆነ መልኩ ድንገተኛ የፍርሃት ስሜት ሊታይ ይችላል።

የመደንዘዝ ስሜት

ጥቃቱን አስታዋሽ የሆኑ ነገሮች በሚከሰቱ ጊዜ የመረበሽ ስሜቶች ይፈጠራሉ። እነዚህን የመረበሽ ስሜቶች ለመቆጣጠር አዕምሮአችን የመደንዘዝ ስሜትን ጭንቀትን እንደመቋቋሚያ መንገድ የሚጠቀምበት ጊዜ አለ። ምልክቶቹም ስሜት ብዙ የማይታይበት፣ በሃሳብ የተዋጠ ሰው መሆን/ መምሰል እና/ወይም የሰውነት አለመታዘዝ ሊሆኑ ይችላሉ።

“ ሁሌም ግን ከአዕምሮዬ እማይጠፋ ህመም ጥሎብኝ አለፈ:: ውስጤ እማይጠፋ ጥላቻ አለ፤ ቤተሰቤ ላይ፤ ወንድ ላይ፤ በጠቅላላ አለም ላይ፤ አግብቼ ለመፍታቴም ትልቅ ድርሻ አለው:: ማንንም ማመን አልቻልኩም፤ ሁሌም ተጠራጣሪ ነኝ:: ልጄን ለእናቴ እንኳን ጥዬ አልሄድም በጣም ፍራቻ አለብኝ::

“ የደረሰብኝ ጥቃት አስገድዶ መድፈር ነው:: በሰዓቱ የ2ኛ ክፍል ተማሪ ነበርኩ:: የድርጊቱ ፈፃሚ በቤተሰቦቼ ቤት በጥገኝነት ይኖር ስለነበር የ6ኛ ክፍል ተማሪ እስክሆን ድረስ በጣም በተደጋጋሚ ይፈፅምብኝ ነበር:: በወቅቱ በጣም ያስፈራራኝ ስለነበር ጉዳዩን ለእናቴ እንኳን መናገር ሳልችል እስካሁን ቆይቻለሁ:: ቤተሰቦቼ በሙሉ እምነት ድንግል እንደሆንኩ ነው ሚያምኑት:: አሁን ትዳር ጥያቄም ሲመጣልኝ ምንም አይነት በራስ መተማመን የለኝም:: አሁን 26 ዓመት ሆኖኛል ነገር ግን ትዳርን ሳስብ እፈራለሁ::የኤች አይ ቪ ምርመራ አድርጌ አላውቅም በጣም ነው ምፈራው:: አሁንም ምን ማድረግ እንዳለብኝ አላውቅም:: ትዳር ይዤ እንደ ጓደኞቼ ልጅ መውለድ በጣም እፈልጋለሁ::

የአልኮል እና የአደንዛዥ እጽ ሱስ

የመረበሽ ስሜቶችን እና ስለራስ ያሉ አሉታዊ ሃሳቦችን ለመከላከል የአደንዛዥ እጽ ወይም አልኮል መጠቀም ይጀመር እና እየቆየ ሲሄድ ወደሱስነት ይቀየራል። በሱስ ምክንያት ተያይዘው የሚመጡ ማህበራዊ እና ኢኮኖሚያዊ ቀውሶችም የበለጠ ችግሩን ያጎሉታል። በዚህም ምክንያት የወንጀል ድርጊቶችን ለመስራት እድል ይሰጣል።

በትዳር እና ጾታዊ ግንኙነት ላይ የሚታዩ ችግሮች

ጥቃቱ በሌሎች ሰዎች ላይ እምነት ማጣትን እና ፍርሃትን በማስከተሉ ምክንያት የትዳር ጓደኛ ለመያዝ ያለ ፍላጎትን ያቀጭጨዋል። ጾታዊ ግንኙነት ለማድረግም የመጀመሪያ ትውስታ መጥፎ በመሆኑ ጤናማ ግንኙነት ላይ እክል ይሆናል። በጥቃቱ ምክንያት የተፈጠረ በጾታዊ አካላት ላይ የሚሰማ ህመም ወይም የፈሳሽ መቀነስ ካለ ደግሞ ግንኙነቱ ጥሩ ስሜት እንዳይፈጥር ያደርገዋል።

አመጋገብ ላይ የሚከሰት መዛባት

አንዳንድ ሰዎች ከደረሰባቸው ጥቃት ጋር ተያይዞ በሚከሰት የራስን ሰውነት ቅርጽ መጥላት፣ ይህንንም ለማስተካከል በማለት ከልክ በላይ ራስን ምግብ መከልከልና የተመገቡትን ምግብ ሆን ብሎ በማስመለስ አልያም ጭንቀትን ለመቀነስ ከመጠን በላይ በመብላት የአመጋገብ ስርአት ኖር ይችላል።

አካላዊ ምልክቶች

በጥቃት ጊዜ በተለይም በህጻናት ላይ የሚደርሱ አካላዊ ጉዳቶች ሳይድኑና ሳያገግሙ ከነህመም ስሜታቸው ለረጅም ጊዜያት ሊቆዩ ይችላሉ። ከላይ ከተጠቀሱት አካላዊ ምልክቶች በተጨማሪ ጥቃት የደረሰባቸው ሰዎች በደረሰው ጥቃት ምክንያት በሚፈጠር ስነልቦናዊ እና ስነ-አዕምሯዊ ጫና ምክንያት የውስጥ ደዌ ችግር ሳይኖር የተለያዩ የሰውነት ክፍሎች ላይ የህመም ምልክቶች ሊያጋጥማቸው ይችላል። ከዚህም በላይ በጥቃት ወቅት የነበሩት አካል ላይ የሚደርሱ ጉዳቶች ምንም እንኳን በህክምና እና በጊዜ ሂደት ቢድኑም ስለጥቃቱ በሚያስታውሱበት ወቅት ልክ እንደቀድሞው የሆነ አካላዊ ህመም ለረጅም ጊዜ ሊሰማቸው ይችላል።

“ የጾታዊ ግንኙነቶቼ ሁልጊዜም የተዛቡ እና ጤናማ ያልሆኑ ናቸው፡፡ ሳልጠጣ ወይም ምንም አደንዛዥ እጽ ሳልጠቀም ግንኙነት ለማድረግ ስል በመሀል እምባ እምባ ይለኛል፣ አለቅሳለሁ፡፡ ስለዚህ ሁልጊዜ ደንዝዤ ወይም ሰክሬ ነው የማደርገው፡፡ በዚህ ምክንያት ሰው የውስጥ ማንነቴን እንዲያውቅ ስላልፈለኩ የእውነታቸውን ከሚያስቡልኝ ወንዶች ጋር ያለኝን ግንኙነት አበላሽቶብኛል፡፡ አሁን ከማንም ጋር ለረጅም ጊዜ መቆየት አልቻልኩም፡፡ የእውነት የሚያስብልኝ ሰው ሳገኝ የባሰ እርቃቸዋለሁ፡፡

“ የድርጊቱም ውጤት ችግር ያመጣው ወደ አስራዎቹ መጨረሻ ነው፡፡ ሴት ጎደኛ ይዤ ግንኙነት ላደርግ ስል የብልት ያለመቆም ችግር ያጋጥመኝ ጀመር፡፡ አይ እንግዲህ ችግሩ ከሴቷ ይሆናል ብዬ ሌላ ሴት ጋር ብሄድ ያው፡፡ ጭራሽ ወሲብ ለመፈፀም ከሴት ጋር ክፍል ገብቼ አብራኝ ያለችው ሴት ልብሷን ስታወልቅ እንደ ሌላ ወንድ ደስታ ሳይሆን የሚሠማኝ ጭንቀት፣ ይጋግሞ ሽንት መምጣት ነው፡፡ በ20 ዓመቴ እስካሁንም የምወዳትን ግን ያጣኋትን ፍቅረኛ አገኘሁ፡፡ ከሷ ጋር በጣም ተሻሻልኩ ግን ብዙ በደልኳት፡፡ እንደሚመስለኝ የማላውቀው የሴት ጥላቻ በውስጤ ነበር፡፡ እሷን መስደብ፣ ማዋረድ የዘወትር ስራዬ ነበር፡፡ ከዚሁ ጋርም በከባድ የአልኮል ፣ሲጋራና ጫት ሱስ ተጠመድኩ፤ ሲመራት ጥላኝ ሄደች፡፡

የወሲብ ጥቃት የደረሰው ወንዶች በወንዶች ላይ በሚሆንበት ጊዜ አንዳንድ ሰዎች ጥቃቱ የደረሰባቸው ወንዶች ወደፊት ለተመሳሳይ ጾታ ፍላጎት ይኖራቸዋል የሚል ስጋታቸውን ሲገልጹ ይስተዋላል። ጥናቶች የሚያሳዩት ግን ሁሉም ጥቃት የደረሰባቸው ወንዶች ለተመሳሳይ ጾታ ፍላጎት ይኖራቸዋል ማለት እንዳልሆነ ነው።

በልጅነት የተፈጠረ የወሲብ ጥቃት በህይወት ላይ የሚያደርሰውን ችግር ደረጃ የሚወስነው ምንድን ነው?

በልጆች ላይ የወሲብ ጥቃት ሲደርስ በቀጣይ ህይወት ላይ ጫና ሊያመጣ ይችላል። ይህ ጫና ከሰው ሰው የተለያየ ደረጃን ሊይዝ ይችላል። በአንዳንድ ሰው ላይ ደግሞ ምንም አይነት ጫና ሳያሳድር ሊያልፍ ይችላል። ይህን ልዩነት የሚፈጥሩ ብዙ ምክኒያቶች አሉ።

የችግሩን አስከፊነት የሚጨምሩት ምክኒያቶች የሚከተሉት ናቸው፥

- ጥቃቱ ከመድረሱ በፊትም ሆነ ጥቃቱ በተጋለጠበት ወቅት የሚከሰት የቤተሰብ ውስጥ አለመግባባት እና ጭቅጭቅ፣ ፍቺ፣ እንዲሁም የቤተሰብ አባል የአልኮልና አደንዛዥ እጽ ተጠቃሚ ከሆነ
- የወሲብ ጥቃቱ ከሌላ ከአካላዊ ጥቃት ጋር አብሮ የተከሰተ ከሆነ
- የጥቃቱ አይነት የግብረስጋ ግንኙነትን ያካተተ ከሆነ
- የጥቃቱ አይነት በብዛት ከሚሰሙትና ከሚነገሩት አይነቶች ወጣ ያሉና በተለይም ከባድ የሰውነት ጉዳትን ያስከተሉ ከሆኑ
- ጥቃቱን ያደረሰው ግለሰብ የቤተሰብ አባል ወይም ከቤተሰብ ጋር የቅርብ ግንኙነት ያለው ከሆነ
- ጥቃቱን ካደረሰው ግለሰብ ጋር በተደጋጋሚ የመገናኘት አጋጣሚ ካለ
- በጥቃቱ ወቅት የህጻኗ/ኑ እድሜ ዝቅተኛ ከሆነ (በወራት እድሜ ላይ ያሉ ህጻናት ላይ የሚደርስ የወሲብ ጥቃት ከፍተኛ ተጽእኖ አለው ማለት ነው። የተፈጠረውን ነገር በቅጡ ባያስታውሱትም የሆነ የተበላሸ እና የጎደለ ነገር እንዳላቸው ሊሰማቸው ይችላል።)
- ጥቃቱ በተደጋጋሚ ከደረሰ ወይም ለረጅም ጊዜ ከተፈጠረ
- ጥቃቱ ለደረሰባቸው ልጆች አጋር የሚሆን ሰው ከሌላቸው (ቤተሰብ ወይም አሳዳጊ የሌላቸው፣ ቤተሰብ በቅርብ የሌላቸው፣ ቤተሰብ ለችግራቸው እምብዛም ትኩረት ያልሰጣቸው)
- የማህበራዊ እና ኢኮኖሚያዊ የኑሮ ደረጃ ማነስ
- ጥቃቱ የደረሰባቸውን ልጆች ተጠያቂ በማድረግ ወቀሳ የሚቀርብባቸው ከሆነ
- ቤተሰብ ስለጥቃቱ በሚሰማበት ወቅት ዜናውን የተቀበለበት መንገድ ህጻናቱን የሚረብሽ ከሆነ
- ጥቃቱ ከመፈጸሙ በፊት የነበረው ጥቃት የደረሰባት/በት ልጅ ባህሪ በቀላሉ የሚረበሽ አይነት ከነበረ

በእነዚህና ሌሎች ተጨማሪ ምክኒያቶች በህጻናት ላይ ከተገኙ የበለጠ ትኩረት እና ድጋፍ እንደሚያስፈልጋቸው አመላካች ናቸው።

በተቃራኒው ደግሞ ልጆችን እንዲናገሩ ማበረታታት፤ የቤተሰብ እና የማህበረሰብ ድጋፍ እንዲያገኙ ማገዝ፤ በህክምናቸው ላይ ተሳትፎ ማድረግ፤ እና ያለአግባብ እራሳቸውን እንዳይወቅሱ ማገዝ የጥቃቱን ተጽዕኖ ለመቀነስ ያግዛሉ።

> ለነፍስ ኸባቴ የተፈጠረውን ስነግራቸው ምንም የግርምት ስሜት ስላላየሁባቸው ኸሁን ቀለል ብሎኛል። ምናልባት ከዚያም የባሰ ታሪኮችን ከሌሎች ሰምተው ይሆናል።

> በሀገር ውስጥ ለሴቶች ኸኩልነት መብት የሚታገል ድርጅት ጋር ከተዋወቅኩ በኋላ ስለታሪኬ ሳወራ የሚሰጠኝ ፍቅር ኸና ድጋፍ ደጋግሜ ማውራት ኸንድችል ኸግዞኛል። ባወራሁት ቁጥር ደግሞ ቀስበቀስ የልቤ ስብራት ሲጠገንና ኸምባዎቼ ሲደርቁ ይሰማኛል።

ልጆች የደረሰባቸውን የወሲብ ጥቃቶች እንዳይናገሩ የሚያግዱ ምክንያቶች ምንድን ናቸው?

ምንም እንኳን በህጻናት ላይ የሚደርሱ ጥቃቶች አካላዊና ስነልቦናዊ ጉዳቶችን የሚያደርሱ ቢሆንም፣ በትልቅ ሰው እስካልተጠየቁ እና በአጋጣሚ ካልሆነ ላይናገሩ ይችላሉ፡፡

ለዚህ ብዙ ምክንያቶች ቢኖሩም ዋናዎቹ የሚከተሉት ናቸው፤

- ጥቃቱን በሚያደርሱት ሰዎች የሚደርስ ማስፈራሪያ እና ዛቻ
- ለማን እና እንዴት መናገር እንዳለባቸው ካለማወቅ
- የተፈጠረውን ነገር ምንነት ካለመረዳት
- በመናገራቸው ምክንያት በቤተሰብ ውስጥ ችግር እንደሚፈጥር ከመስጋት
- የወላጆቻቸውን ቁጣ እና ምላሽ መፍራት
- የደረሰባቸው ጥቃት የሚፈጥርባቸው የጥፋተኝነት እና የማፈር ስሜት
- በማህበረሰቡ ዘንድ ያለው ጥቃት የደረሰባቸውን ሰዎች ጥፋተኛ የማድረግ ዝንባሌ
- በደረሰባቸው ጥቃት ከባድነት የተነሳ ለመንገር መቸገር አልያም አእምሯቸው የጥቃቱን መረጃ መሰረዝ/ እስከነመፈጠሩ መርሳት
- ጥቃት አድራሾቹ የቅርብ ቤተሰብ ወይም ጓደኛ በመሆናቸው ምክንያት ማንም የማያምናቸው ከመሰላቸው
- ጥቃት አድራሾቹን በበጎ ጎናቸው የሚያውቋቸው ከሆነ፣ ውስጣቸው በሚፈጠር ግራመጋባት
- ጥቃት አድራሾቹ በሚያሳዩት መደለያዎችና ውሸቶች በመታለል

“አንድ ቀን በዛ የልጅነት አእምሮዬ የሆነው ይሁን ብዬ እናገራለሁ ስለው ለሠፈር ልጆች 'ይቺ ልጅ መጥፎ ልጅ ናት አይራባት ብዬ ዳቦ ብገዛላት ሊደፍረኝ ሞክሮ ነበር ብላ ተናግራ ከሠው ሰማሁ እና እናንተም የኔ እጣ እንዳይደርሳችሁ እዛ ቤት አትሂዱ' አላቸው፡ከቤታችን በመቅረቱ ደስ ብሰኝም፣ ሌሎቹ የሠፈራችን ልጆች አገለሉኝ፣ በነገርሽ ላይ ጎበዝ ተማሪ ነበርኩ ግን ጭራሽ ከቤት ወጥቼ ት/ቤት እንኳን መሄድ ፈራሁ፡ ለብዙ ግዜ ከሰው ጋር ቁጭ ብዬ ማውራት እንኳን ያስፈራኝ ጀመር

“

ለመጀመሪያ ጊዜ ለሰው የተናገርኩት 15 አመቴ ላይ ነው፡፡ ለቅርብ ጓደኛዬ ነበር የተናገርኩት፡፡ አስቀድሜ ባለመናገሬ በጣም ተበሳጭታ፣ 'ጥበቃዎቹ ሌላ ልጅ ላይ ተመሳሳይ ነገር ቢያደርጉስ' ብላበጣም ወቀሰችኝ፡፡ ያ ደግሞ የባሰ ጭንቀት ውስጥ ከተተኝ፡፡

“

ከአምስት እስከ ስድስት ባለው እድሜዬ በሴት ሠራተኞችን ተደፍሬያለሁ፡፡ የወንድነት አካሌን በማላውቅበት ወቅት ሴት ሰራተኞችን ወሲብ ከኔ ጋር ትፈፅም ነበር፡፡ በጊዜው ድርጊቱን ያልተናገርኩት የሚያደርገው ድርጊት ምን እንደሆነም ስለማላውቅ ነበር፡፡

“

የሚያደርግብኝ ነገር ትክክል አልመሰል ሲለኝ ለእናቴ ነገርኳት፡፡ እናቴ የኔ ጥፋት እንድሆነ ነገረችኝ፡፡ ማለፍ የሌለብኝን መስመሮች ስለማልፍ እንድሆነ ነገረችኝ፡፡ ይህ እጅግ ሰብሮኛል በተለይም ትረዳኛለች ብዬ ካሰብኳት እናቴ በመምጣቱ፡፡

“

ጓደኛ ያደረግኩት ሰው ህጻን እያለ የቤት ሰራተኛቸው ቤተሰብ ሲወጣ ጠብቃ ያላግባብ ትነካካው እንደነበረ ነግሮኛል፡፡ የራሴን አጋጣሚ አልነገርኩትም ግን ያለውን ጥንካሬ እና ለመንገር የነበረው ድፍረት አደንቄለታለሁ፡፡ ምናልባት ግን የነካካው ወንድ ቢሆን ኖሮ ይነግረኝ ይሆን ብዬ ግን ማሰቤ አልቀረም፡፡

“

አንድ ጎረቤታችን ለአሻንጉሊትሽ ልብስ ልስፋላት እያለኝ ልብስ የሚሰፋበት መኪና መሃል አስግብቶኝ ብልቴን ይነካካኝ እና በጣም ይደሰት ነበር፡፡ ይህንንም ለወላጆቼ አልተናገርኩም፡፡ ለኔ በዛን ጊዜ ሰውየውን ወላጆቼ ስለሚያውቁት እና ከእርሱ ጋር መሆኔን እያወቁ ስለሆነ (ያው የአሻንጉሊት ልብስ በሚል)፣ ነገሮች ትክክል አይደሉም ብዬ ለማሰብ በቂ መረጃ ስላልነበረኝ የተፈጠረውን ነገር ሳልናገር አልፏል፡፡

“

አሁን ለምናገረው ነገር የባለሙያ እርዳታ እንደሚያስፈልገኝ አስባለሁ ግን ለማንም መናገር አልፈልግም ምናልባትም እስከሂወቴ ፍጻሜ ድረስ ወደመቃብር ይዤው እወርዳለሁ፡፡ ለምን? ምክኒያቱም በጣም ስለሚያናድደኝ፡፡ ይህ ነገር በኔ ላይ እንዲፈጸም በመፍቀዴ በጣም እናደዳለሁ፡፡ ለራሴ ይቅርታ ለማድረግወደ 10 ዓመት ፈጅቶብኛል፡፡

“

አባታችን በጣም ኃይለኛ ነው፡፡ እስከዛሬ ድረስ እሱ ያለው ብቻ ቤተሰብ ውስጥ ይሆናል፡፡ የሚናገረው የለም፡፡ ኃይለኝነቱ በዋናነት ያሳጣን በራስ መተማመንን ነው፡፡ ወይሥራ ሲሄድ እናታችን ስኒዎቿን ዘርግታ ከጎረቤቶች ጋር መብላት መጠጣት ማውራት ትወዳለች፡፡ ከእጇ የበሉ የጠጡ መጫወቻቸው አደረጉኝ፡፡ በዚህ ዕድሜዬ የትኛውም አይነት ወንድ ህፃን አቅፎ ስመለከት ጥሩ ስሜት አይሰማኝም፡፡ ለምን አልተናገርሽም? ለሚለው ጥያቄ እናቴም ከምንም እንደማታስጥለኝ ትንሿ ልቤ ታውቅ ነበር፡፡

ምዕራፍ ፬

ልጆች ላይ የወሲብ ጥቃት ከመድረሱ አስቀድሞ እንዴት መከላከል ይቻላል?

02

መከላከያ ዘዴዎች

በልጆች ላይ የሚደርሱ ጥቃቶች ውስብስብነት የተነሳ አስቀድሞ መከላከል ከባድ ቢሆንም፣ በተለይም ወላጆች አስቀድመው ቢተገብሯቸው ውጤታማ የሆኑ መንገዶች ግን አሉ።

ልጆችን ስለወሲብ፣ ጾታዊ ግንኙነቶች ማስተማር

የመጀመሪያው እና ዋነኛው መንገድ ከልጆች ጋር ከትንሽነታቸው ጀምሮ ለእድሜያቸው በሚመጥን መልኩ እና እንዲገባቸው አድርጎ ስለ መራቢያ አካላት፣ ስለጾታዊ እና የግብረ ሥጋ ግንኙነት እና ጥቃቶች ማስተማር እና ማስረዳት ያስፈልጋል። በዋነኝነት ልጆች ማንኛውም ሰው አለአግባብ ሊነካቸው ሲሞክር ወይም ትክክል ያልሆኑ ነገሮችን በእነሱ ወይም በሌሎች ህጻናት ላይ ሊያደርግ ሲሞክር እምቢ ማለት፣ ሮጦ ማምለጥ፣ ለትልቅ ሰው ወይም ለፖሊስ ማሳወቅ አስፈላጊ ነው። በዝርዝር እንዴት አድርገን ማስተማር እንችላለን ስለሚለው በሚቀጥለው ምእራፍ ውስጥ በስፋት እንመለከታለን።

የልጆችን ጥበቃ ማጠናከር

ሁለተኛው መንገድ ከዚህ በፊት በነበሩት ምእራፎች እንደተጠቀሰው በልጆች ላይ የሚከሰቱ ጥቃቶች በአብዛኛው የሚፈጸሙት የቅርብ በሆኑ እና በጣም በሚታመኑ ሰዎች እንደመሆኑ መጠን ልጆችን ለብቻ ትተው አለመሄድ፣ መሄድ ቢኖርባቸው እንኳን ተገቢውን የመከታተያ ዘዴ መዘርጋት (ለምሳሌ ሌሎች ሰዎች የቅርብ ክትትል እንዲያደርጉላቸው መጠየቅ፣ ስልክ በመደወል የልጆችን ደህንነት ማረጋገጥ) ሰው የማያይበት፣ ጨለማና ሰዋራ ቦታ እና አንድ ክፍል ውስጥ ለብቻ የሚሆኑበትን ሁናቴ ማስወገድ እና መቀነስ ነው። ይህንን የምንለው ቤተሰቦች እና ማኅበረሰቦች መካከል ያለውን መተማመን እና ፍቅር ለመቀነስ ሳይሆን አስቸጋሪ ጥቃቶች ከመከሰታቸው በፊት መከላከልን በማሰብ እና ሌሎች ቤተሰቦች እና ወዳጆችም ከአላማው አንጻር እንደሚረዱ በማመን ነው።

ምናልባት ጥቃት ቢደርስ ምን መደረግ እንዳለበት መወያየትና ማሳወቅ

ሦስተኛው ዘዴ ድንገት ጥቃት ቢከሰት ልጆች እንዴት፣ ለማን እና መቼ መናገር እንዳለባቸው አስቀድሞ ማሳወቅ ነው፤ ፤ጥቃት በሚከሰትበት ወቅት ከጥቃቱ ፈጻሚዎች ማስፈራራት ስለሚደረግ እና ልጆች ስለሚደናገጡ፣ ስለሚያፍሩ እና የጥፋተኝነት ስሜት ስለሚሰማቸው ምን ማድረግ እንዳለባቸው ላያውቁ ይችላሉ። ይህም ጥቃቱ የሚያስከትለው ጉዳት መጠን እንዲጨምር፣ ተገቢውን የህክምና እና የሕግ ድጋፍ እንዳያገኙ ስለሚያደርግ አስቀድሞ ማስተማርና ማዘጋጀት በእጅጉ አስፈላጊ ነው።

> “
> የ8 ዓመት ልጅ እያለሁ ለእኔ እና ለወንድሜ አስጠኚ ተቀጥሮልን እናቴ የስራ ቦታ ስር ያለ የጎረቤታችን ቤት ውስጥ እንድናጠና አድርገው ነበር። ነገር ግን ወንድሜ የትምህርት ፍላጎቱ አነስተኛ ስለነበር ባገኘው አጋጣሚ ተደብቆ ይቀር ነበር። አስጠኚያችን በነዚህ ብቻችንን በምንሆንባቸው ጊዜያት ብልቱን በማውጣት እንድነካካው ይጠይቀኛል። እኔም አድርጊ ያለኝን ሁሉ ምንም አይነት ጥፋተኝነት ሳይሰማኝ አደርግ ነበር። ወሲብን እንዲሁም የወሲብ የአካላት መብትን በተመለከተ ምንም መረጃም ሆነ ማስጠንቀቂያ ከወላጆቼ አለማግኘቴ በጊዜው የተደረገው ነገር የተሳሳተ ስለመሆኑ ማወቅ አልቻልኩም ነበር። ለወላጆቼም አልተናገርኩም።

ለልጆች ስለመራቢያ አካላት፣ ስለጾታዊ እና የግብረ ሥጋ ግንኙነት እንዲሁም የወሲብ ጥቃቶች እንዴት እናስተምር?

ለህጻናት የሚሰጡ ማንኛውም አይነት ትምህርቶች የህጻናቱን እድሜ፣ የአዕምሮ ብስለት እና መረዳት ከግምት ውስጥ ያስገባ መሆን ይኖርበታል። በመሆኑም ከላይ የተጠቀሱት ነጥቦች ላይ በመመርኮዝ ለልጆች የሚሰጡ ትምህርቶች በየእድሜ ክልላቸው የሚከተሉትን አይነት ይመስላሉ፥

ከ2 ዓመት እስከ 7 ዓመት እድሜ ላሉ ልጆች የሚጠበቁ ዋና ዋና ባህሪያት

- በተግባር የሚሰሩ ነገሮችን ማሰብ የሚያዳብሩበት ግዜ ነው
- ተምሳሌታዊ በሆኑ መንገዶች የሚገለጹ ሀሳቦችን መረዳት ይጀምራሉ
- ገለኝነት እና ሁሉንም ነገር ከራስ ጋር ብቻ አያይዘው ይመለከታሉ
- ነገሮችን ከተለያዩ አቅጣጫዎች የመገምገም ችሎታ አይኖራቸውም
- በአንድ ግዜ ስለ አንድ ነገር ብቻ ያስባሉ
- ስለራሳቸው አፈጣጠር እና ከሌላ ጋር ስላላቸው ልዩነት ይጠይቃሉ
- ሌሎች ሰዎች ልብስ ሲያወልቁ ማየት እና መነካካት ይፈልጋሉ
- ራስን ለማወቅ ካለ ጉጉት የተነሳ የራስን ሰውነት መነካካት ያዘወትራሉ
- ማህበረሰባዊ ህግጋትን ካለመረዳት ባልተገባ ቦታ ልብስን ያወልቃሉ
- የግል አካላቸውን ለሌሎች እኩዮቻቸው ማሳየትና ስላዩት ማውራት ይጀምራሉ
- በተለያየ አጋጣሚ ሌሎች ሲያደርጉ ያዩትን መሞከር ይፈልጋሉ (ለምሳሌ፥ መሳሳም)
- ስለግል አካላቸው ማውራት፣ ትርጉሙን ሳይረዱት 'የብልግና' ቃላትን መጠቀም

ማስተማሪያ ዘዴ

ከላይ እንደተጠቀሰው በዚህ እድሜ ክልል ውስጥ የሚገኙ ህጻናትን በምናስተምርበት ወቅት አጭር፣ ግልጽ እና ወጥ የሆኑ መረጃዎችን መስጠት፣ ስእላዊ መግለጫዎችን በመጠቀም ስለ መራቢያ አካሎቻቸው ስራ እና ሊደረግላቸው ስለሚገቡ ጥንቃቄዎች መግለጽ፣ ተምሳሌታዊ አገላለጾችን መጠቀም እና ከየት መጣሁ፣ እንዴት ተወለድኩ እና ይሄ ምንድን ነው የሚሉ ጥያቄዎችን ከእድሜያቸው ጋር በሚስማሙ ቃላት ማስረዳት ያስፈልጋል።

የምናስተምራቸው ዋና ዋና ነገሮች

- ህጻናት ከእናቶች ይወለዳሉ
- ወንዶችና ሴቶች የሰውነት ልዩነት እንዳላቸው
- ለሴትና ለወንድ ሰውነት አካላት ቀላል የሆኑ ቃላትን በመጠቀም ስያሜ መስጠት
- የራስ አካል የግል መሆኑን
- የሌላ ሰው አካል ያለፍቃድ መንካት እንደማይቻል
- የእነሱን የግል አካላቸውን ትልቅ ወይም የሚያውቁት ሰው ቢሆንም እንኳን መንካት እንደማይችል
- ሌሎች ሰዎች ያለፍላጎት አካላቸውን ከነኩ 'አልፈልግም' ማለት መብታቸው መሆኑን
- በፍጹም የማይነኩ አካሎች የትኞቹ እንደሆኑ
- ከቤተሰብ የሚደበቅ ሚስጥር እንደሌለ

ከ7–11 ዓመት እድሜ ላሉ ልጆች የሚጠበቁ ዋና ዋና ባህሪያት

- በተግባር የሚሰሩ ነገሮችን የማሰብ ችሎታ ያድጋል
- እራሳቸውን እና ድርጊቶቻቸውን ከሌሎች አንጻር መመልከትና ማሰብ ይጀምራሉ
- እሳቤያቸውን በተግባር መሞከር ይጀምራሉ
- ማፈር እና ማህበረሰባዊ ህግጋቶችን በተግባር መረዳት ይጀምራሉ (ለምሳሌ ልብስ ሲቀይሩ ለብቻ መሆንን መፈለግ ሊኖር ይችላል)
- የጾታዊ ፍላጎት በትንሹ ማሰብ ይጀምራሉ
- በሚዲያ ጾታዊ ግንኙነትን በተመለከተ የሚተላለፉ መረጃዎችን፣ ፊልሞችን እና ሙዚቃዎችን መከታተል ይፈልጋሉ/ያዘነብላሉ

ማስተማሪያ ዘዴ

በዚህ እድሜ ወቅት ልጆች ፍላጎቶቻቸውን በሀሳባቸው ከማሰላሰል በተጨማሪ በሚያገኙት አጋጣሚ ሁሉ (በእቃቃ ጨዋታ፣ ለብቻቸው ሲሆኑ) ከመሞከር ወደኋላ አይሉም። ስለዚህ ወላጆች ልጆቻቸውን ስለ መራቢያ አካላታቸው፣ ጾታዊ እና ግብረ ሥጋ ግንኙነት ያላቸውን እውቀት በመጠየቅ፣ የተሳሳቱ መረጃዎችን በማረም ማስተማር ይኖርባቸዋል። በተጨማሪም ልጆች በዚህ እድሜ ካላቸው የማወቅ ጉጉት የተነሳ ያልተጠበቁ እና በቀላል ቋንቋ ለማስረዳት የሚከብዱ ጥያቄዎችን ሲጠይቁ ከማሸማቀቅ እና ከመቆጣት ይልቅ ምክንያታዊ የሆኑ ምላሾችን ማቅረብ ያስፈልጋል። ለምሳሌ የተጠየቀው ጥያቄ ድንገተኛ እና ከባድ ቢሆን "በመጠየቅሽ/ በመጠየቅህ ደስ ብሎኛል ለዛሬ መልሱን አላውቀውም ለሚቀጥለው ግን አጣርቼ መልሱን እነግርሻለሁ/ እነግርሀለሁ" ብሎ መመለስ ይቻላል። ይህም ልጆች መጠየቃቸውን እንዳያቆሙ እና በመጠየቃቸው እንዳያፍሩ፣ ወላጆች ደግሞ ትክክለኛውን ምላሽ ለማሰብ እና ለማፈላለግ ግዜ እንዲያገኙ ያግዛል።

የምናስተምራቸው ዋና ዋና ጉዳዮች

- ስለወሲብ፣ እርግዝና እና ወሊድ ምንነት
- በእድሜያቸው መጨመር ምክንያት ሊኖሩ የሚችሉ የሰውነት ለውጦች
- በወሲብ ሊመጡ ስለሚችሉ ችግሮች ማስተማር (ለምሳሌ፡ ያልተፈለገ እርግዝና፣ በወሲብ የሚተላለፉ በሽታዎች)
- የወሲብ ጥቃት ምን እንደሆነና በመጀመሪያው ምእራፍ ውስጥ የተጠቀሱትን የጥቃት አይነቶች ሁሉ እንደሚያጠቃልል ማስረዳት
- በሚያውቁት ሰው የሚደርስም ቢሆን የወሲብ ጥቃት ሊባል እንደሚችል
- የወሲብ ጥቃት ቢደርስባቸው በምንም መልኩ የእነሱ ጥፋት እንዳልሆነ ማስረዳት
- የማያውቁት ሰው የማይፈልጉትን ነገር እንዲያደርጉ ከጠየቀ 'እምቢ' ማለት እንደሚችሉ እና ለቤተሰብ ወይም አቅራቢያ ላለ ትልቅ ሰው ወዲያው መንገር እንደሚኖርባቸው ማስተማር
- አደገኛ ከሆኑ ቦታዎችና ሁኔታዎች (ለምሳሌ፡ ብቻ መሆን፣ መጠጥ ቤት አካባቢ፣ እሳቻ ቦታዎች ወዘተ) ስለመራቅ ወይም ስለመጠንቀቅ ማስተማር

ከ11-18 ዓመት እድሜ የሚጠበቁ ዋና ዋና ባህሪያት

- ምክንያታዊ እና ውስብስብ የሆኑ ነገሮችን ማሰብና መረዳት ይችላሉ
- በተግባር የሌሉ ነገሮችን በምናብ ብቻ ማሰላሰል ይችላሉ
- የማንነት ፍለጋ ይጀመራል
- የአፍላ ወጣትነት ጊዜ በመሆኑ የሁሉን አዋቂነት ስሜት መሰማት፣ መነጠል፣ ቀጥተኛ ምክር አለመፈለግ፣ ከቤተሰብ ይልቅ አቻዎችን መምረጥ ይስተዋላል
- በአቻዎች ዘንድ ተቀባይነትን ለማግኘት ሌሎች የሚያደርጉትን (አለባበስ፣ አረማመድ፣ ጊዜ ማሳለፊያ መንገዶችን) መከተል ያምራቸዋል
- በሰውነታቸው ላይ እየተከሰተ በሚገኘው አካላዊ ለውጥ የማፈር፣ የመረበሽ እና የመደናገጥ ስሜቶች፣ እንዲሁም የመራቢያ አካሎቻቸውን የመሞከር ፍላጎት ይኖራል
- በአቻዎቻቸው ግፊት እና ተቀባይነትን ለማግኘት ሲሉ ልቅ ለሆነ እና ጤናማነቱ ላልተጠበቀ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ሊጋለጡ ይችላሉ

ማስተማሪያ ዘዴ

ይህ እድሜ በተለይም የኮረዳነት እና የጉርምስና እድሜ እንደመሆኑ መጠን ስለ መራቢያ አካላቸው፣ ጾታዊ እና ግብረ ሥጋ ግንኙነት ጉዳዮች ማውራት የግድ የሚሆንበት ወቅት ነው።

ወላጆች በዚህ ወቅት የሚሰጥን ትምህርት ላለመስጠት ከሚያቀርቧቸው ምክንያቶች መሃል፤ ስለ ግብረ ሥጋ ግንኙነት ማውራት ልጆችን ያላሰቡትን በማሳሰብ መገፋፋት ይሆናል ብለው ማሰባቸው ዋነኛው ነው።

ነገር ግን ጥናቶች በስፋት እንደሚያስረዱት ወላጆች ተገቢውን እና ትክክለኛውን መረጃ/ ትምህርት ባላቀረቡ ልክ ከአቻዎቻቸው፣ ከበይነ መረብ (ኢንተርኔት) እና ከሌሎች አማራጮች የተሳሳተ፣ ያልተጣራ፣ ለእድሜያቸው የማይመጥን እና የተጋነነ መረጃ ሊያገኙ ስለሚችሉ አስቀድሞ ማስተማሩ አማራጭ የሌለው መፍትሄ ነው። ከሌሎቹ እድሜዎች በተጨማሪ ይህ እድሜ ወንዶችም ሆኑ ሴቶች የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለማድረግ አካላዊም ሆነ ስነ ልቦናዊ ዝግጁነት እና እድገት ሙሉ በሙሉ የሚያጠናቅቁበት እንደመሆኑ መጠን አማራጭ መንገዶችን፣ በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎችን እና ያልታሰበበት እርግዝናን መከላከያ አማራጮችን በትክክል ማስተማርና እነሱም ሌሎች ላይ ጥቃት እንዳያደርሱ ማስተማርን በልዩ ሁኔታ አጽንኦት ሰጥተው ማስተማር ይገባቸዋል።

እነዚህን ውይይቶች በሚጀመር ወቅት ታዳጊዎቹ ሙሉ ለሙሉ ነጻነት ላይሰማቸው ይችላል። ለኛም ቢሆን ከየት እንደምንጀምር ግራ ሊገባን ይችላል። ይህን ለመቀነስ፣ ለውይይት የሚጠቅሙ አጋጣሚዎችን

መፍጠር ይቻላል። ለምሳሌ፣ ጾታዊ ግንኙነት ላይ የሚያጠነጥን ድራማ ሰምተን ከሆነ ያን መነሻ በማድረግ ምን እንደሚያስቡ መጠየቅ እና ያላቸውን ሀሳብ ማወቅ ይቻላል። ከዚያም ከነሱ ህይወት ጋር በማዛመድ መወያየት እንጀምራለን።

በውይይት ወቅት በነጻነት መወያየት እንድንችል ግልጽ መሆን ጠቃሚ ነው። እነሱም ጥያቄ እንዲጠይቁን ማበረታታት እና የምናውቀውን ያክል ለመመለስ ጥረት ማድረግ ጥሩ ይሆናል። ምናልባት በዚህ ወቅት ያልጠበቅነውን ነገር ቢነግሩን መደናገጥ ወይም መቆጣት የበለጠ እንዳይነግሩን ስለሚያግዳቸው ስሜታችንን መቆጣጠር ይኖርብናል። የሚነግሩንም የኛን ሀሳብ ለመስማትና ምክር ለመጠየቅ ሊሆን ስለሚችል መታገስ ያስፈልጋል። ከኛ አስተሳሰብ የተለየ ወይም ወጣ ያለ ሃሳብ ከነገሩን በተረጋጋ መንፈስ ሀሳባቸውን እንደምናከብር ነገር ግን እንደማንስማማ እና የማንስማማበት ምክንያት ምን እንደሆነ ማስረዳት ሌላም ጊዜ ተመሳሳይ ነጻ ውይይት እንዲኖር በር ይከፍታል።

የምናስተምራቸው ዋና ዋና ጉዳዮች

- አዳዲስ የሰውነት ለውጦችን እንዴት መረዳት እንደሚችሉ መወያየት
- የወሲብ ፍላጎት ጤናማና ሊከሰት የሚችል ነገር መሆኑን ማስረዳት
- ላልተፈለገ ግንኙነት እና የወሲብ ጥቃት ሊያጋልጡ የሚችሉ የአቻ ግፊቶችን መቋቋም የሚችሉበትን መንገድ መጠቆም
- ጤናማ የሆኑ እና ጤናማ ያልሆኑ ጓደኝነቶች ያላቸውን ልዩነት መረዳት ለምሳሌ፥ ከሱስ ጋር ቁርኝት ያላቸው፣ ያለመጠን ግፊት የሚያሳድሩ፣ ፍርሀትን የሚፈጥሩ ወዘተ
- ራስን ከተላላፊ በሽታዎችና ካልተፈለገ እርግዝና መከላከል ስለሚቻልባቸው ዘዴዎች ማስተማር
- ጾታዊ ግንኙነት መጀመር ካልፈለጉ ‘እምቢ’ የማለት ሙሉ መብት እንዳላቸው ማሳወቅ

ልዩ ክትትል እና ጥበቃ የሚያስፈልጋቸውን የማኅበረሰብ አካላት እንዴት ከወሲብ ከጥቃት መከላከል ይቻላል?

ምንም እንኳን ጥቃት ማንኛውም ሰው ላይ የሚደርስ ቢሆንም ባለባቸው የአካል፣ የእድገት እና የአዕምሮ እክል/ህመም የተነሳ ተጋላጭነታቸው እጥፍ የሆኑና ጥቃትም ሲደርስባቸው ጉዳቱ ሳይታወቅ እና ተገቢውን እርዳታ ሳያገኙ እንዲቀሩ ስለሚያደርጋቸው ከሌሎች የበለጠ ክትትል፣ ጥበቃ እና የተለየ ትምህርትን ይሻሉ።

ልዩ ክትትል የሚያስፈልጋቸው ብለን በዚህ ጽሁፍ ውስጥ የምንጠቅሳቸው

1. የአዕምሮ እድገት ውስንነት
2. ኦቲዝም
3. የአካል ጉዳት
4. የከባድ የአዕምሮ ህመም በተለይም ስሜቶቻቸው ከአንዱ ጽንፍ ወደ አንዱ ጽንፍ የሚቀያየሩባቸው (የባይፖላር እክል ታማሚዎች) ናቸው።

ጥቃት አድራሾች እነዚህ የኅብረተሰብ ክፍሎች ያለባቸውን የአካል፣ የእድገት እና የአዕምሮ እክል/ህመም እና ይህንን ተከትሎ የሚመጡ ሃሳብን የመግለጽ፣ ጥቃትን መከላከል እና ጥቃት አድራሹን ማንነት በአግባቡ መግለጽ አለመቻልን ተጠቅመው ይበልጥ ስለሚያጠቁ የተለየ ጥበቃ ያስፈልጋቸዋል። ስለሆነም የነዚህ ህጻናት ወላጆች እና መምህራን የተለየ ጥበቃ እና ከላይ የተጠቀሱትን ምልክቶች በጥንቃቄ በማስተዋል እና ምልክቶቹ ሲገኙም በአፋጣኝ ሙያዊ እርዳታ ወደሚያገኙበት ተቋም በመውሰድ ተገቢውን እርዳታ/አገልግሎት እንዲያገኙ ማድረግ ይገባቸዋል።

ምዕራፍ ፫

የወሲብ ጥቃት ከደረሰ በኋላ ምን ማድረግ እንችላለን?

03

የወሲብ ጥቃት የደረሰባቸው ልጆች ስለ ጥቃቱ መቼ እና እንዴት ይናገራሉ?

ጥቃት የደረሰባቸው ህጻናት እና ታዳጊዎች ስለተፈጠረባቸው ጥቃት ለሌላ የቤተሰብ አካል መናገር ይፈልጋሉ። የሚናገሩበትም ምክንያት ተመሳሳይ ጥቃት እንዳይደርስ ጥበቃን ለማግኘት እንዲሁም ስለጥቃቱ ምንነት ትርጉም ለማግኘት ነው። ነገር ግን አብዛኛው ጥቃት የደረሰባቸው ልጆች ስለጥቃቱ ለመናገር ረጅም ጊዜ ይፈጅባቸዋል። የተወሰኑት ደግሞ ሳይናገሩ ይቀራሉ። አንዳንዶቹ ደግሞ በተቃራኒው ወዲያውኑ ይናገራሉ። ይህም እንደጥቃቱ አይነት፣ እንደ እድሜያቸው ደረጃ እና ከቤተሰብ ጋር ባላቸው ቁርኝት መጠን ይለያያል።

ገና አፍ ያልፈቱ ህጻናት ወይም የአእምሮ እድገት ችግር ያላቸው ከሆኑ ደግሞ ስሜታቸውን በአግባቡ መግለጽ ስለሚከብዳቸው ችግር እንዳጋጠማቸው የምናውቀው ባህሪያቸውን በማየት ብቻ ይሆናል።

ከፍ ያሉ ከ 2 እስከ 7 ዓመት እድሜ ውስጥ ያሉ ህጻናት ደግሞ ጥሩ እና መጥፎ ለመለየት ገና ስለሆኑ ጥቃት እንደደረሰባቸው ካለመረዳት ላይናገሩ ይችላሉ። አብዛኛውን ጊዜ እነዚህ ህጻናት ላይ ችግር መድረሱን የምናውቀውበአጋጣሚ ነው። ይህም ማለት በንግግራቸው ወይም በጥያቄያቸው ላይ ለየት ያለ ፍርሃት ወይም በባህሪያቸው ላይ ድንገተኛ ለውጥ ሲታይባቸው ሊሆን ይችላል።
ከ7 እስከ 11 እድሜ ውስጥ ያሉ ልጆች ችግር እንዳለ ለማሳወቅ ሲፈልጉ በባህሪያቸው ትንሽ ምልክት ለማሳየት ይሞክራሉ። ለምሳሌ ጥቃት ያደረሰው ሰው እቤት ሲመጣ ጥሎ መውጣት፣ ስላምታ መንፈግ ፣ ቤተሰብ ከዚያ ሰው ጋር እንዳይገናኝ እና ከዛ ሰው ጋር ብቻቸውን ተተተው እንዳይሄዱ መጎትጎት ሊሆን ይችላል። እነዚህ ምልክቶች ቤተሰብ ካላወቀላቸው ያልተረዳናቸው ስለሚመስላቸው በግልጽ ከማስረዳት ይቆጠባሉ።

ለመናገር ሲወስኑ የሚናገሩት ነገር ቅደም ተከተሉን የጠበቀ እና ግልጽ ላይሆን ይችላል። የዚህም ምክንያት ከእድሜያቸው ደረጃ የተነሳ የጊዜን ጽንሰሃሳብ ለመረዳት ካለመቻል እና ከፍተኛ የፍርሃት ስሜት ናቸው። ለሚያምኑት የቤተሰብ አባል ለመናገር እስኪወስኑ ድረስም ብዙ ጊዜ በመብሰልሰል ይቆያሉ። በዚህም ምክንያት ብዙ ጊዜ በመጀመሪያ ለመናገር የሚቀላቸው ወደ እድሜያቸው ቀረብ ላለ ሰው ነው። ይህም ምናልባት የትምህርት ቤት/የቅርብ ጓደኛ ወይም እህት/ ወንድም ሊሆን ይችላል። ይህ ለመጀመሪያ ጊዜ የነገሩት ሰው የሚቀበልበት መንገድ ጥሩ ከሆነ በእድሜው ከፍ ላለ ሰው ለመናገር ድፍረቱን ያገኛሉ።

ነጻ የስልክ መስመሮች

ማንኛውም ጾታዊና ወሲባዊ ጥቃት ከደረሰ ለስነ-ልቦና ማማከር አገልግሎትና ለሌሎች መረጃዎች

6388 አለኝታ

8044 ማሪስቶፕስ ክሊኒክ

በመደወል አገልግሎቶቹን ማግኘት ይቻላል።

የወሲብ ጥቃት ደርሷል ብለን ከተጠራጠርን ልጆችን የምንጠይቅባቸው ዘዴዎች

ቦታ መምረጥ

ለልጅ ተመራጭ የሆነ፣ ከተቻለ ጸጥ ያለ እና ማንም ሰው በቀላሉ የማይገባበት ክፍል ውስጥ ቢሆን ትኩረት ሰጥቶ ለማዳመጥ እና ልጅም እንዳይረበሽ ያግዛል። እንደ እድሜ ደረጃ የሚወደድ አሻንጉሊት ወይም መጫወቻ ይዞ እያጫወቱ መጀመር ጥሩ መግቢያ ይፈጥራል።

ከፍ ያሉ ልጆች ሲሆኑ የቦታው አመቺነት ለመናገር ያላቸውን ስጋት በተወሰነ መልኩ ስለሚቀንስላቸው ለብቻ ልናናግራቸው እንደምንፈልግ እና የት ቦታ ቢሆን እንደሚመርጡ መጠየቅ እንችላለን።

አነጋገር/ድምጸት እና የፊት ገጽታ መመጠን

የተጨናነቅን ወይም የተናደድንባቸው ከመሰላቸው ከመናገር ሊቆጠቡ አሊያም በድንጋጤ/በፍርሃት ያልተፈጠረን ነገር ተፈጥሯል ሊሉን ስለሚችሉ ፊታችን የተረጋጋ ስሜት የሚነበብበት እንዲሆን መጣር ይገባናል። የምንናገርበትም መንገድ ከሌላው ጊዜ የተለየ መሆን የለበትም። ጥያቄያችንን ስንጀምር ቀለል ባለ ነገር ጀምረን ከበድ ወዳለው ነገር መሄድ ልጆች በተረጋጋ መልኩ እንዲመልሱ ያደርጋል። ለምሳሌጥያቄዎችን በሚከተለው አይነት ቅደም ተከተል ማቅረብ እንችላለን :

“ገላሽን የሚነካሽ ሰው አለ?” “የቱ ጋር ነካሽ?” “ሌላስ ቦታ?” “በምንድነው የነካሽ?” “ሲነካሽ አመመሽ?”

የምንጠቀማቸውን ቃላት መመዘን

ለመጠየቅ የምንጠቀማቸው ቃላት የእድሜ ደረጃቸውን ያገናዘቡ መሆን አለባቸው። ጥያቄዎቻችንን እንዲረዱን የምንጠቀማቸውን ቃላት እነሱ በቀላሉ በሚረዷቸው መንገድ ማቅረብ ያስፈልጋል።

ማበረታታት

ድንገት ተነስተን ጥያቄ ስናበዛባቸው ግራ ሊጋቡ ይችላሉ። ምናልባትም ጥፋት ያጠፉ መስሎ ሊታያቸው ይችላል። ይህ ደግሞ እንዲዋሹ ሊያደርግ ይችላል። ይህን ለመቅረፍ የምንጠይቃቸው እነሱን ለመርዳት እንደሆነ መንገር ጥሩ ይሆናል። መናገር ከጀመሩ በኋላም ማመንታት ካየንባቸው “አይዞህ” ፣ “ጥሩ ነው እየነገርከኝ ያለኸው” “ጎበዝ” እያሉ ማበረታቻ ቃላትን መጠቀም ያስፈልጋል።

ልጆቻችን የወሲብ ጥቃት እንደደረሰባቸው ከነገሩን በምን መልኩ መርዳት እንችላለን?

ራስን ማረጋጋት

በመጀመሪያ ይህን አይነት ዜና ስንሰማ እንደቤተሰብ መረበሻችን አይቀርም። ሆኖም ቅድሚያ መስጠት የሚኖርብን ለልጆቻችን ደህንነት በመሆኑ ማግኘት ያለብንን መረጃ ለማግኘት እና ለልጆቻችን አለኝታ ለመሆን እራሳችንን ማረጋጋት ይኖርብናል። ህጻናት ስሜታችን በጣም እንደተረበሸ ካዩ እነሱም የበለጠ ይረበሻሉ። ጥቃቱን ያደረሰው ሰው ላይም ልንበሳጭ እንችላለን። ነገር ግን ይህንን ስሜታችንን ሲያዩ እነሱ ላይ የተበሳጨን አድርገው ሊተረጉሙት ስለሚችሉ ይህንንም መቆጣጠር ይኖርብናል። የልጆቻችን ስሜት እኛ በምናሳየው ላይ በእጅጉ የተመሰረተ ስለሆነ ጥንቃቄን ይሻል።

ማዳመጥ

ሲናገሩ ጊዜ ሰጥቶ ማዳመጥ ልጆቹ አምቀው የቆዩትን ነገር እንደልባቸው እንዲያወጡ ከማገዙም በላይ ለነሱ አጋር እንደሆንን ማሳያ መንገድ ነው። በተጨማሪም ከሚናገሩት ነገር ሙሉ ታሪኩን ለመረዳት እድል ይሰጠናል። ስለዚህ ሲናገሩ "እሺ"፣ "ከዚያስ" እያልን ሳናቋርጣቸው መስማት ይኖርብናል። ተናግረው የጨረሱ ሲመስለን ብቻ ተጨማሪ ጥያቄ መሰንዘር እንችላለን።

ከወቀሳ እና ከፍረጃ ነጻ መሆን

የወሲብ ጥቃት ሲደርስ ብቸኛው ጥፋተኛ ጥቃት ያደረሰው ግለሰብ ነው። በምንም ምክንያት ህጻናት እና ታዳጊዎች ለጥፋቱ ተጠያቂ ሊሆኑ አይችሉም። ነገር ግን የወሲብ ጥቃት የደረሰባቸው ልጆች እራሳቸውን እንደጥፋተኛ ወይም እንደባለጌ ስለሚያዩ ቤተሰብም በዚያው መልክ የሚወቅሳቸው እየመሰላቸው ይፈራሉ። ስለዚህ በምንጠይቃቸው ጊዜ የወቀሳ የሚመስሉ ንግግሮችን ማስወገድ አለብን።

ለምሳሌ:ባህሪሽ በመለወጡ አስጨንቀሽኛል” ከሚለው ይልቅ “ያንቺ ባህሪ መለወጡ እኔን አስጨንቆኛል” የሚለው ፍረጃ የሌለው ነው።

ወይም

“ሌላ ሰው ሰውነትሽን እንዲነካ መፍቀድ አልነበረብሽም” ከሚለው ይልቅ “ሰውየው ሰውነትሽን መንካት አልነበረበትም” የሚለው የተሻለ ነው። በዚህ መንገድ የሚሰማቸውን መሸማቀቅ በመቀነስ በራሳቸው እንዲተማመኑና የበለጠ እንዲያስረዱን ማበረታታት እንችላለን።

ትዕግስት

አብዛኛውን ጊዜ የወሲብ ጥቃት ያደረሱ ሰዎች ህጻናቱን ያስፈራሯቸዋል። ከተናገሩ ቤተሰብን እንደሚጎዱ፣ ቤተሰብ ልጆቹን እንደሚቀጣቸው ወይም በሌላ በተለያየ መንገድ ስለሚያስፈራሯዋቸው ልጆቹ ለመናገር እጅግ ይፈራሉ። ስለዚህ ለሌላ ሰው መናገር ቀላል አይሆንላቸውም። ይህንን ከተረዳን ሲነግሩን በትዕግስት መጠበቅ ግድ እንደሆነ እንረዳለን። የቻሉትን ያክል ከነገሩን፣ ከዚያ በላይ እንዲነግሩን በመጀመሪያው ቀን ማስጨነቅ አይኖርብንም። ይልቁንም ለነገሩን ያህል ማበረታታት እና በማንኛውም ጊዜ ተጨማሪ ነገር ካለ ለመስማት ዝግጁ እንደሆንን መንገር ጥሩ ይሆናል።

እንዳመንናቸው መግለጽ

አብዛኛውን ጊዜ ህጻናት ስለወሲብ ጥቃት አይዋሹም። ምናልባት ጥቃቱን አደረሰ የተባለውን ሰው በቅርብ የምናውቀው ከሆነ ጥቃቱ ተፈጥሯል ብሎ ለማመን እንቸገር ይሆናል። ልጆችም የሚያምኑን ሰው አናገኝም ብለው ስለሚያስቡ ለመናገር ይፈራሉ። ይህንን ጥርጣሬያችንን ለጊዜው ወደጎን ትተን ለልጆቻችን አጋርነታችንን ማሳየት ይኖርብናል። እንዳመንናቸውም መንገር ይኖርብናል። በመናገራቸውም እንደኮራንባቸው በመንገር ማበረታታት ለልጆቻችን ትልቅ የስነልቦና ጥንካሬን ይሰጣል። ጥቃቱ እንዳልደረሰ የሚያሳይ ግልጽ መረጃ ካላገኘን በስተቀር እምነታችንን ማሳየት አስፈላጊ ነው።

አጋርነታችንን እና ለነሱ ያለንን ፍቅር ማሳየት

የወሲብ ጥቃት የደረሰባቸው ህጻናት የብቸኝነት ስሜት ሊሰማቸው ይችላል። ማንም እንደማያምናቸው እንዲሁም ማንም እንደማይወዳቸው ሊያስቡ ይችላሉ። ይህንን ለመቅረፍ እኛ በሁሉም ነገር እንደምናግዛቸው እንደምናዳምጣቸው ብንነግራቸው ይረጋጋሉ። **እንደምንወዳቸው እና የተፈጠረው ነገርም እኛ ለነሱ ያለንን ፍቅር በምንም መልኩ ሊቀንሰው እንደማይችል ጥፋተኛም እንዳልሆኑ ማስረገጥ ይኖርብናል።**
ሙሉ ጥፋቱም ጥቃት ያደረሰው ሰው እንደሆነ ብንነግራቸው በራስ መተማመናቸውን እንጨምረዋለን።

ከቀጣይ አደጋ መጠበቅ

የወሲብ ጥቃት የደረሰባቸውን ልጆች በተደጋጋሚ ጥቃት እንዳይደርስባቸው መጠበቅ ይኖርብናል። በተለይም ጥቃት ያደረሰው ሰው ቅርብ የቤተሰብ አባል፣ ጎረቤት ወይም ትምህርት ቤት ያለ ከሆነ የበለጠ ጥንቃቄ ይፈልጋል። ጥቃት ያደረሰው ሰው ከእነሱ ጋር ምንም አይነት ግንኙነት እንዳይኖረው እንዲሁም ለብቻቸው ከዚያ ሰው ጋር እንዳይሆኑ ማድረግ ጠቃሚ ነው። ይህንንም እቅዳችንን ለልጆቻችን በመንገር ደህንነት እንዲሰማቸው እናደርጋለን። ይህ ሲባል ግን የልጅነት የጨዋታ ፍላጎታቸውን እና አዳዲስ ነገሮችን ለማወቅ ያላቸውን ጉጉት በማያቀጭጭ መልኩ መሆን አለበት። ከዚህም በተጨማሪ ምናልባት በተመሳሳይ መልኩ ጥቃት ሊያደርስ የሚፈልግ ሰው ካጋጠማቸው ምን ማድረግ እንደሚገባቸው ማስገንዘብ ያስፈልጋል። ይህም ማለት ማንኛውም ሰው ያለአግባብ ሲነካቸው እምቢ ማለት እንደሚችሉ ከዚያም ጮክ ብሎ ሰው እንዲረዳቸው መጣራት ወዲያው ለቤተሰብ ወይም ለሚያምኑት ትልቅ ሰው መንገር እንደሚያስፈልግ መንገር ይኖርብናል።

ፍላጎት መጠየቅ

ልጆች ስለደረሰባቸው ጥቃት ሲነግሩን እኛ እንድናደርግላቸው የሚፈልጉት ነገርም ይኖራል። ስለዚህ ፍላጎታቸውን መጠየቅ ጠቃሚ ነው። የሚፈሩት ነገር ካለም ጠይቀን ብንረዳ እንክብካቤና ጥበቃ እንድናደርግላቸው ይረዳናል። ያሳሰባቸውን ነገርም ለመረዳት እድል ይሰጠናል። አንዳንድ ጊዜ ፍላጎታቸውን ለማሟላት ቀላል ሊሆን ይችላል። በሌላ ጊዜ ደግሞ የሚጠይቁንን ማድረግ አንችል ይሆናል ወይም ከእድሜያቸው ማነስ የተነሳ የሚጠይቁት ነገር አግባብ ላይሆን ይችላል። ይህንንም ከነምክኒያታችን በተረጋጋ ሁኔታ ማስረዳት ጥሩ ይሆናል። ለምሳሌ፦ ለማንም እንዳንናገርባቸው ቢጠይቁንም ሃኪም ጋር መሄድ ወይም የህግ አካላት ጋር መሄድ አስፈላጊ እንደሆነ እናውቃለን። ለዚህ ስንመልስ “ለሌላ ሰው ብናገር ችግር ይመጣል ብለሽ እንደፈራሽ ገብቶኛል”። ይህ ችግር በድጋሚ እንዳይደርስብሽ ደግሞ የሚያግዙን ሰዎች ያስፈልጉናል። ልክ እንደኔ ላንቺ ደህንነት ለሚጨነቁ ሃኪሞች እና የህግ ባለሞያዎች ብቻ እነግራለሁ። ይህን ሳደርግ ደግሞ ሁሉንም እየነገርኩሽ ነው የማደርገው። ያንቺን ደህንነት አደጋ ውስጥ የሚከት ማንኛውንም ነገር ደግሞ በፍጹም አላደርግም” ልንል እንችላለን።

ለስሜታቸው ጊዜ መስጠት

የወሲብ ጥቃት የደረሰባቸው ህጻናት ስሜታቸውን ለመግለጽም ሆነ ለመረዳት ይቸግራቸዋል። በተለይም በሚነግሩን ጊዜ ድንገት ሊያለቅሱ ሊናደዱ ወይም ፍርሃት ውስጥ ሊገቡ ይችላሉ። ከደረሰባቸውም ጥቃት አንጻር እነዚህ ስሜቶች የሚጠበቁና ተገቢ ናቸው። በአግባቡ እንዲገልጹ ማገዝም ከችግሩ እንዲያገግሙ የሚያደርግ ትልቅ መንገድ ነው። በዚህ ጊዜ የኛን አለኝታነት ማወቅ የሚፈልጉበት ጊዜ ነው። ስለዚህም ስሜታቸው ትክክል እንደሆነ እኛም ተመሳሳይ ስሜት ላይ እንዳለን መግለጽ እንችላለን። ለምሳሌ፥ “አይዞሽ ልጄ፥ እንደከፋሽ ገብቶኛል፥ አንቺን የሚያስከፋ ነገር በመፈጠሩም አዝኛለሁ” ማለት ይቻላል። በተጨማሪም ስሜታቸውን ገልጸው እስከሚጨርሱ ሌሎች ጥያቄዎቻችንን ማዘግየት ይኖርብናል።

ስሜታቸውን መረዳት

የወሲብ ጥቃት የደረሰባቸው ህጻናት የተለያየ አይነት ስሜት ሊያሳዩ ይችላሉ። እነዚህን ስሜቶች መረዳት የማገገም ጉዟቸውን ያፋጥነዋል። ነገር ግን ሁሉንም ችግር በአንድ ጊዜ መፍታት አይቻልም።

ፍርሃት እና መከፋት: ጥቃት አድራሹን፣ብቻ መሆንን፣ከቤተሰብ መለየትንና ከሌሎች ልዩ ሆኖ መታየትን መፍራት እንዲሁም ስለቤተሰብ ደህንነት የመጨነቅ ስሜቶች ሊሰሟቸው ይችላሉ። በዚህ ጊዜ ከኛ የሚጠበቀው አሁን ደህና እንደሆኑና እኛ ደህንነታቸውን እንደምንጠብቅላቸው ማስረዳት ነው። በተለይም ብቻቸውን ማድረግ የሚችሏቸውን የቤት ውስጥ ስራዎች እንዲያግዙን በማድረግ በራስ የመተማመን መንፈሳቸውን መጨመር እንችላለን።

ንዴት (በአጥቂው፣ እያየ ዝም ባለ ሰው ላይ፣ በራሳቸው): ጥቃት የደረሰባቸው ህጻናት በቀላሉ ቁጡ የመሆን እና በትንሽ ነገር ከፍተኛ ንዴት ውስጥ መግባት ሊታይባቸው ይችላል። በዚህን ጊዜ የሚታይባቸው ባህሪ እኛንም የሚረብሽ እና የሚያስቆጣ ሊሆን ይችላል። ነገር ግን አስቀድመን ምክኒያቱን ከተረዳንላቸው ረጋ ብለው ምን እንደተፈጠረ እንዲያስረዱን መጋበዝ እና ስሜታቸውን እንዲገልጹ ማበረታታት ጠቃሚ ይሆናል። ይህም ስሜታቸውን ከማስተንፈሱም በላይ የሚያዳምጣቸውና የሚተማመኑበት ሰው እንዳላቸው እንዲያስቡ ያግዛል። ሌላ ጊዜ የሚያበሳጫቸው ነገር ሲኖር ቀስ ብለው ቢያስረዱ ጠቃሚ እንደሆነ ማስተማርም ያስፈልጋል። ከጊዜ በኋላ ስሜታቸውን በአግባቡ መግለጽ ሲጀምሩ ደግሞ ማበረታታት ስሜታቸው ተረጋግቶ እንዲቀጥል ትልቅ ሚና ይጫወታል።

ጸጸት: ህጻናት መጥፎ ነገር ሲከሰት እራሳቸውን ያላግባብ ተጠያቂ ያደርጋሉ። ስለዚህም ጥቃቱ የደረሰው በእነሱ ምክንያት እንዳልሆነ እና በምንም መልኩ ራሳቸውን መውቀስ እንደሌለባቸው መንገር ይኖርብናል።

ግራ መጋባት: ጥቃቱን ያደረሰው ሰው በተለይም የቅርብ ሰው ከሆነ እና በጥሩ ባህሪው የሚያውቁት ከነበረ፣ ያደረሰባቸውን ጥቃት ምንነት ለመረዳት ይቸግራቸዋል። ህጻናት ሰዎችን እና አለምን ጥሩ ወይም መጥፎ ብለው ስለሚከፍሉ፣ ጥሩም መጥፎም ባህሪ ያለውን ሰው ለመረዳት ይቸግራቸዋል። በዚህም ምክንያት ጥቃት ያደረሰውን ሰው በመውደድና በመጥላት ውስጥ ይዋዥቃሉ። የሚያሳዩትም ባህሪ ልክ እንደዛው ግራ የገባው ሊሆን ይችላል። በዚህ ጊዜ ቤተሰብ ጥቃት ያደረሱት ሰዎች ምንም እንኳን በሌላ ባህሪያቸው ጥሩ ቢሆኑም ያደረጉት ነገር ግን ነውር እና ያልተገባ እንደሆነ ማስረዳት ይኖርብናል። በዚህም ግለሰቦቹን እና ስራቸውን ለይተው እንዲያዩ ያግዛቸዋል።

ከጥቃቱ በኋላ የሚያሳዩትን ባህሪ መረዳት

በእድገት ደረጃ ወደኋላ መመለስ: ጥቃት የደረሰባቸው ህጻናት የጥቃቱ አስከፊነት ስለሚረብሻቸው እድገታቸው በተወሰነ ጊዜ ሊዘገይ አልፎም ወደ ኋላ ሊመለስ ይችላል። ለምሳሌ የ10 ዓመት ልጅ አልጋ ላይ ሽንት ሊያመልጠው ወይም ጡጦ እንደሚጠባ ህጻን ጣቱን መጥባት ሊጀምር ይችላል። ይህን ለማስተካከል ደህንነት እንዲሰማ ማድረግ፣ እና ስሜቱ/ቷን እንዲገልጽ ማበረታታት አስፈላጊ ነው። ለአዲሶቹ ባህሪያት ከፍተኛ ትኩረት መስጠት ወይም መውቀስ በፍጹም አግባብ አይደለም።

ብቸኝነት መምረጥ: ብዙ ጊዜ ብቸኝነትን የሚመርጡበት ምክንያት አጋር እንደሌላቸው ከማሰብ እና ለራሳቸው ያላቸው ግምት ከመውረዱ ነው። በራስ መተማመናቸው እንዲጎላ እና ደህንነት እንዲሰማቸው ማድረግ ችግሩን ያቀለዋል።

የእንቅልፍ ችግር: ጥቃት የደረሰባቸው ልጆች እንቅልፍ እጦት አልያም ቅዠት ሊያስቸግራቸው ይችላል። ይህን ለመቀነስ ልጆቹ ምን እንደሚፈልጉ መጠየቅ፣ ፍርሃት ካላቸውም እንዲያስረዱ ማበራታታት ይኖርብናል። እንቅልፍ እስኪወስዳቸው አጠገባቸው እንድንሆን ወይም መብራቱ እንደበራ እንዲቆይ ሊጠይቁ ይችላሉ። በዚህም ተረጋግተው እንዲተኙ ማገዝ ይቻላል። ለምሳሌ ጥቃቱ የደረሰው በሚተኙበት ክፍል ውስጥ ከነበረ ክፍሉን መቀየር ወይም የእቃዎቹን አቀማመጥ ብንቀይር ጥቃቱን አስታዋሽ እንዳይሆን እናደርገዋለን።

የእለት ተእለት ኑሮን እንደነበረ ማስኬድ፡

ጥቃት የደረሰባቸው ልጆች ከሌሎች የተለዩ ተደርገው የሚታዩ እና የሚገለሉ እየመሰላቸው ይጨነቃሉ። ከልክ በላይ የሆነና የተለየ ሲደረግባቸው ደግሞ ይህ ይባባሳል። ስለዚህ ይህን ለመከላከል የእለት ተእለት ኑሮ እንደነበረ እንዲቀጥል ማድረግ ይኖርብናል።

ቀጥሎ ምን እንደምናደርግ መንገር፡

ስለደረሰባቸው ጥቃት ህጻናት ከነገሩን በኋላ የህክምና፣ የስነልቦና፣ የማህበራዊ ህይወት እና የህግ እገዛ ለማግኘት መሞከር ይኖርብናል። ከዚህም በተጨማሪ የቤተሰብ እና የጓደኛ እገዛ ያስፈልገናል። ይህን እንዴት ለማድረግ እንዳሰብን እና በየሄድንበት ቦታም ምን ሊያጋጥመን እንደሚችል ለልጆች በሚገባቸው ቋንቋ ማስረዳት ይኖርብናል። ይህንን በማድረጋችን አስቀድመው የአእምሮ ዝግጁነት እንዲኖራቸውና እንዳይደነግጡ ያግዛል። ጥያቄ እና ስጋት ካላቸውም ከቀጣይ ድርጊታችን በፊት ከነሱ ጋር መወያየት ያስፈልጋል።

ልጆቻችን የወሲብ ጥቃት እንደደረሰባ ቸው ከነገሩን ራሳችንን እንዴት ማረጋ ጋት እንችላለን?

በልጆቻችን ላይ ጥቃት እንደደረሰ ለመጀመሪያ ጊዜ በምንሰማበት ወቅት ልንረበሽ እንችላለን። ስሜታችንም የተደበላለቀ ሊሆንብን ይችላል። ይህ እንደቤተሰብ ሊከሰት የሚችል ነገር ነው። በአብዛኛው ሊከሰቱ የሚችሉ ስሜቶች የሚከተሉት ናቸው፡

ድንጋጤ፡ ይከሰታል ብለን ያላሰብነው ነገር ሲከሰት የድንጋጤ ስሜት ሊመጣ ይችላል።

አለማመን፡ ይህ ነገር በልጄ ላይ ሊከሰት አይችልም ብለን ልናስብ እንችላለን። ይህ በመጀመሪያ ስንሰማው ሊያጋጥም የሚችል ስሜት ቢሆንም ለልጆቻችን ያላመናቸው እና የማንቀበላቸው እንዲመስላቸው ስለሚያደርግ ይህንን ስሜት የምንገልጽበትን መንገድ መቆጣጠር ይኖርብናል።

ብስጭት፡ በተለያየ ምክንያት ይህ ስሜት ሊፈጠር ይችላል። ጥቃቱ እንደተፈጸመ ወዲያውኑ ካልተነገረን በልጃችን ልንበሳጭ እንችላለን። ጥቃቱን ያደረሰውን ሰው የምናውቀው ከሆነ ደግሞ ‘በልጄ ላይ ይህን እንዴት ያደርጋል’ የሚለው ሊያበሳጭ ይችላል። በብስጭት ጊዜ ተረጋግቶ ለመወያየት ሊያስቸግር ይችላል። ይህን ለመቅረፍ ስሜቱ ውስጣችን እንደተፈጠረ ማወቅ እና ስሜታችንን የምናወጣበት ጤናማ መንገድ መፍጠር ይጠቅማል።

መከፋት፡ በልጅ ላይ ጥቃት መድረሱ ህይወታቸውን በምን መልኩ ይቀይረዋል የሚለው ቢያሳስበን እና ቢከፋን የሚጠበቅ ነገር ነው። የራሳችንም ህይወት በዚህ ምክንያት ሊያሳስበን ይችላል። ሰዎችንም እንደመጥፎ እንድናስብ ሊያደርገን ይችላል።

ፍርሃት፡ ከዚህ በኋላ የልጄ ህይወት ምን ይመስላል የሚል ሃሳብ ስጋት እንዲፈጠርብን ሊያደርግ ይችላል።

ጸጸት፡ ምናልባት ልጆቻችንን ለአደጋ ያጋለጥን መስሎ ሊሰማን እና ጸጸት ውስጥ ልንገባ እንችላለን። ነገር ግን ይህ ስሜት ውስጥ ለረጅም ጊዜ ስንቆይ ወደፊት ለልጆቻችን የሚጠቅመውን ነገር እንዳናቅድ እና እንዳናደርግ ያግደናል።

ይህ ችግር የደረሰው በልጃችን ላይ ቢሆንም በኛ ላይም ከፍተኛ ትጽእና ያሳድራል። በኛ ላይ ያለውን ተጽእኖ መቀነስ ስንችል ልጆቻችንም ላይ የደረሰውን ተጽእኖ ለመቀነስ እድል እና አቅም እናገኛለን። ስለዚህም እነዚህ ስሜቶችን በአግባቡ ለማስተናገድ ለራሳችን የምናዋየው የምናማክረው የቅርብ ቤተሰብ፥ጓደኛ ወይም ባለሙያ ያስፈልገናል። ከራሳችን ጋር የምንወያይበት ጊዜ ስለሚያስፈልገንም ለራሳችን ጊዜ መስጠት አለብን። የሚያስደስቱንን ነገሮች በማድረግ ጭንቀታችንን ለመቀነስ መሞከር ይጠቅማል።

ከዚህ በፊት በራሳችን ላይ ተመሳሳይ የወሲብ ጥቃት ደርሶብን ከሆነ የበፊት ትዝታዎች እና ስሜቶች ተደርበው በመምጣት ስሜታችንን በከፍተኛ ሁኔታ ሊረብሹን ይችላሉ። ይህ ከሆነ የባለሙያ ሀሳብ እና ምክር ያስፈልገናል።

ጥቃቱን ያደረሰው ግለሰብ ሌላ የቤተሰብ አባል ከሆነ ስሜታችን እና ሀሳባችን ለሁለት ሊከፈልብን ይችላል። እነዚህን ስሜቶች ለማስተናገድ ጊዜ እና እርዳታ ያስፈልገናል። ማንን ማመን እንዳለብን፣ እንዴት ብለን የቤተሰቡን ደህንነት እንደምንጠብቅ፣ እንዴት ጥቃቱን ማስቆም እንዳለብን እንዲሁም በኛ ላይ ሊደርስ ስለሚችለው ጫና ሊያሳስበን ይችላል። በልጆቻችን ላይ ደግሞ ይህ የተደበላለቀ ስሜት ይከፋል። ጥቃቱ በቤተሰብ አባል የተፈጸመባቸው ልጆች የኛን አለኝታነት ከመቼውም ጊዜ በላይ ይፈልጉታል። ይህ ሁኔታ በጣም የተወሳሰበ በመሆኑ የሌላ ሰው እገዛ እና እርዳታ ያስፈልገናል። ውሳኔ ከመወሰናችን በፊት በደንብ ማሰብ እና ማማከር ያስፈልጋል።

ልጆቻችን ላይ የወሲብ ጥቃት ከደረሰ በኋላ የሚደረግ የህክምና ምርመራ ምን ይዘት አለው?

በልጆች ላይ በማንኛውም ጊዜ የወሲብ ጥቃት መድረሱን ካወቅን የህክምና ምርመራ ወደሚደረግባቸው ተቋማት መሄድ አስፈላጊ ነው። ጥቃቱ መድረሱን ያወቅነው ወዲያውም ሆነ ዘግይቶ ወደ ህክምና ቦታ መሄድ አስፈላጊ ነው። ህክምናውን የሚያደርገው የማህጸን እና ጽንስ ሀኪም ወይም የህጻናት ሃኪም ቢሆን ተመራጭ ነው።

የሰውነት ወይም የሰውነት ፈሳሽ ንክኪ ያለው የወሲብ ጥቃት በተፈጸመ በ7 ቀናት ውስጥ ወደሃኪም ሲቀርብ አጠቃላይ የሰውነት ምርመራ ይደረጋል። ለምርመራው በሚቀረብበት ወቅት የሰውነት ምርመራ ከመደረጉ በፊት ሙሉ የህክምና ታሪክ እና ስለደረሰው ጥቃት ማብራሪያ ይጠየቃል። ይህም ስለልጅ አጠቃላይ የጤንነት ሁኔታ ለማወቅ፣ የደረሰውን ጥቃት አይነት ለመለየት፣ በጥቃቱ ምክንያት የተፈጠሩ ችግሮችን ለይቶ ህክምና ለመስጠት፣ ተላላፊ ከሆኑ በሽታዎች እና ካልተፈለገ እርግዝና መከላከያ ለመስጠት እና ለህግ አገልግሎት ጠቃሚ የሆነ መረጃ ለመሰብሰብ ነው።

በድንገተኛ ምርመራ ወቅት አጠቃላይ ሰውነት ላይ ያለ መበለዝ፣ የመራቢያ አካላት ለይ የደረሰ ቁስል ካለ በማየት፣ እንዲሁም በወሲብ ምክንያት ሊተላለፉ የሚችሉ የአባላዘር ምርመራዎች በደም፣ በሽንት እና ከመራቢያ አካለት ከተወሰደ ፈሳሽ ይደረጋሉ። በምርመራ ወቅት ብዛት ያለው የማህጸን/ፊንጢጣ ፈሳሽ ወይም መድማት ካለ ደሙን ለማቆም እና የፈሳሹን አመጣጥ ለመለየት በጣት ወይም በመሳሪያ የታገዘ ምርመራ ሊደረግ ይችላል። መሰፋት የሚያስፈልገው አካልም ካለ በዚሁ ህክምናው ይደረጋል። ይህ ምርመራ የተሟላ እንዲሆን ሰውነትን ሳያጥቡ በፊት ሀኪም ጋር መቅረብ ያስፈልጋል።

እነዚህ ምርመራዎች ሲደረጉ ለልጆች እጅግ አስጨናቂ ናቸው። ምርመራዎቹ የሚደረጉት አነሱን ለመቅጣት እንደሆነ ሊያስቡ ይችላሉ። ሰውነትን ለሌላ ለማያውቁት ሰው ማሳየት እንዲሁም መነካት በጥቃቱ ጊዜ የነበራቸውን መጥፎ ስሜት እንዲቀሰቅስ ሊያደርግ ይችላል። ስለዚህም ምርመራው ለምን እንደሚደረግ፣ መርማሪዎቹም ለኛ እገዛ የሚያደርጉ መሆኑን፣ እና ከአጠገባቸው እንደማንለያቸው ብንነግራቸው ችግሩን ያቃልልናል። ምርመራው በሚደረግበት ወቅትም እንደእድሜያቸው ሁኔታ ታቅፈው፣ ተደግፈው ወይም እኛ ባለንበት ቢሆን ይመረጣል። አንዳንድ እድሜያቸው ያልጸና ህጻናት በምርመራ ወቅት ተረጋግተው መቀመጥ ካልቻሉ ለማረጋጋት ተብሎ የሚሰጥ ጊዜያዊ መድሃኒት እንዲወስዱ ሊደረግ ይችላል።

ምርመራው ከተደረገ በኋላ በጥቃቱ ምክንያት የተፈጠረ ቁስል ካለ ለሱ ህክምና ይደረጋል። በህክምናው መሰፋት ያለበት ከሆነ፣ ለቀዶ ህክምና ሃኪሞች መታየት ካለበት፣ እንዲሁም የኢንፌክሽን መከላከያ መድሀኒት ካስፈለገ ይደረጋል።

በጉርምስና እድሜ ላሉ ሴት ልጆች የእርግዝና መከላከያ መድሃኒት ጥቃቱ በተፈጸመ በሶስት ቀናት ቢወስዱ ካልተፈለገ እርግዝና ይከላከላል። ተላላፊ የሆኑት የአባላዘር በሽታዎች እንዳይከሰቱ ለመከላከል የተለያዩ አይነት መድሃኒቶች ይሰጣሉ። በወሲብ ተላላፊ የሆነው የጉበት አምጨ

ቫይረስ (ሄፐታይተስ) መከላከያ ክትባት በመጀመሪያ ከተሰጠ በኋላ በድጋሚ ከአንድ ወር እና ከስድስት ወራት በኋላ ይደገማል። ከዚህ ቀደም ካልተወሰደም የቴታነስ ክትባት ይሰጣል። በተጨማሪም የኤች አይ ቪ መከላከያ መድሃኒት ጥቃቱ በደረሰ በ 3 ቀናት ውስጥ ወደሃኪም ቀርበው በምርመራ ወቅት ቫይረሱ በደማቸው ውስጥ ላልተገኘባቸው ይሰጣል። ይህ መድሃኒት ለ28 ቀናት የሚወሰድ ሲሆን በጥቃቱ ምክንያት ህመሙ እንዳይተላለፍ ይከላከላል። ጥቃቱ ከደረሰ ከ3ቀናት በኋላ ቢጀመር ግን በሽታውን የመከላከል አቅም አይኖረውም።

የመጀመሪያ ህክምና ከተደረገ በኋላ የስነልቦና ሁኔታቸው የተሻለ እንዲሆን ወደባለሙያዎች ይላካሉ። የህክምናው ክትትልም በቀጠሮ ይቀጥላል። የህክምና መረጃ መጠየቅ እና ለሚመለከታቸው አካላት ማቅረብ ይቻላል።

የሰውነት ወይም የሰውነት ፈሳሽ ንክኪ የሌለው ወይም ጊዜው ከ 7 ቀናት በላይ የሆነው ማንኛውም የወሲብ ጥቃት የደረሰበት ልጅ ወደህክምና ሲቀርብ የስነልቦና ድጋፍ በአፋጣኝ እንዲያገኝ በቂ ምክንያት ይሆናል። ከዚህም ባሻገር በጥቃቱ ምክንያት የደረሱ የሰውነት አካል ጉዳቶች ካሉ ህክምና ይሰጣል። የእርግዝና እና የአባላዘር በሽታ ምርመራዎችም ወዲያውኑ እና በቀጠሮ ክትትል ይደረጋል።

የወሲብ ጥቃት ለደረሰባቸው ልጆች እና ቤተሰብ የሚደረገው የስነልቦና ድጋፍ ምን ይመስላል?

የስነልቦና ድጋፍ እና ህክምና መስጠት የሚችሉ የተለያዩ ባለሙያዎች አሉ። እነዚህም የማህበራዊ ህይወት አማካሪ፣ የስነልቦና አማካሪ፣ የህክምና ስነልቦና ባለሙያ፣ የአእምሮ ህክምና ባለሙያ፣ የአእምሮ ህክምና ነርስ፣ የአአምሮ ህክምና ስፔሻሊስት ሀኪም ናቸው። ከእነዚህ ባለሙያዎች በተጨማሪ የስነልቦና የመጀመሪያ እርዳታ የሰለጠኑ ጠቅላላ ሀኪሞች፣ የህጻናት ሀኪሞች እና የስነተዋልዶ ጤና ባለሙያዎች እገዛ ሊያደርጉ ይችላሉ።

እነዚህ ባለሙያዎች የልጅ ባህሪ ምን ደረጃ ላይ እንዳለ፣ ልጆች ላይ የሚታዩ እሳቢያዊ፣ ስሜታዊ እና ባህሪያዊ ግድፈቶችን በምን መልኩ መቅረፍና ማስተካከል እንደሚቻል፣ በምን መልኩ ከልጆች ጋር መግባባት እንደሚቻል፣ እንዴት ለነሱ ጥበቃ ማድረግ እንደሚቻል፣ ጥቃቱ ካደረሰው ጫና ልጆችና ቤተሰብ እንዴት ማገገም እንደሚችሉ፣ እንዲሁም ለሌሎች ጉዳዮች መፍትሄ ለማምጣት ድጋፍና ህክምና ያደርጋሉ።

ከዚህም በተጨማሪ፣ በልጅነታቸው የወሲብ ጥቃት ደርሶባቸው በአዋቂነት እድሜያቸው ባላቸው ህይወት ላይ ጫና የደረሰባቸውን ሰዎች ከጫናው ለማላቀቅ የምክክር ህክምና አገልግሎት ይሰጣሉ።

ይህ ውይይት የሚጀምረው ሙሉ የህይወት ታሪክ ከመውሰድ ነው። ይህም ባለሙያዎቹ ስላለው አጠቃላይ ሁኔታ ለመረዳት መረጃ የሚሰበስቡበት መንገድ ነው። አያይዞም ምን አይነት እገዛ እንደሚያስፈልግ ሀሳብ ይሰጣሉ። ቀጣይ ተከታታይ የሆነ እገዛ የሚያስፈልግ ከሆነም ያሳውቃሉ። ይህ እገዛ ልጆች ወይም የቤተሰብ አባላት ለብቻ ሆነው ከባለሙያዎች ጋር እንዲወያዩ የሚያደርግ ሊሆን ይችላል። አልያም ተመሳሳይ ችግር ያጋጠማቸው ልጆች ወይም ቤተሰቦች በባለሙያ የታገዘ ውይይት የሚያደርጉበት ሊሆን ይችላል። በተጓዳኝም የቤተሰብ አባላት በጋራ በባለሙያ የታገዘ ውይይት ሊያደርጉ ይችላሉ።

> ቀጥታ ያደረግሁት ነገር ወደ ስነልቦና አማካሪ ሄዶ ችግሬን ማስረዳት ነበር፤ እሱ ከባድ አልነበረም ከልጅነቴ እናትና አባቴ በራሴ እንድተማመን አድርገው ስላሳደጉኝ፤ ከባዱ ነገር አራተኛው ምዕራፍ ላይ ነበር የመጣው። ሀኪሜ 'ሴትየዋን አግኝተህ ተጋፈጣት፣ ያደረግሽው ነገር እኔን ጎድቶኛል በላት' አለኝ። በስተመጨረሻ የደረስኩበት ድምዳሜ ለእህቴ መንገርና እሷ ቤቷ እንድትቀጥራት ማድረግ ከዛ ከእህቴ ጋር ሆኖ መጋፈጥ ነበር እና ለእህቴ ነገርኳት። መቼም ምን ያህል እንደተበደልኩ ያወቅሁት የእህቴን እንባ ሳይ ነው። ሴትየዋ ቁጭ እንዳለች ያደረሠችብኝ ጥቃት ምን ያህል እንደጎዳኝ፣ ምን ያህል ጉዳት እንዳደረሠብኝ አስረዳሁ። ተርበተበተች "አይ እኔኮ ለጨዋታ ነው ደግሞ ከዚህ ሁሉ ዓመት በኋላ አሁን ምን ተገኘ?" ስትለኝ ደግሜ አስረዳሁ ከሁሉ በላይ ከህፃናት ጋር ወሲብ መፈፀም በምንም መልኩ ጨዋታ አለመሆኑን አስረዳሁ። ሆኖም በጣም ተረብሻና ጉዷ ሌላ ሰው ፊት (እህቴ) ስለወጣ ደንግጣ ሸሸችና ወጣች ። ከዛ በኋላም ቤት መምጣት አቆመች። ሌላ ቦታ ራሱ ካየኋት ተሸማቃ ቀና ብላ አታየኝም። ይሄ ሚስጥር ከወጣ በኋላ ለኔ የተሠማኝ ቃላት የማይገልፀት ግልግል ነው። ህክምናውን በተመለከተ ቀላል ጉዞ አይደለም ግን ለውጡን ለማመን ያዳግታል። አሁን እኔ ከሴት ጋር ስሆን እደሰታለሁ እንጂ አልጨነቅም።

ልጆቻችን ላይ የወሲብ ጥቃት ከደረሰ የሚደረገው የሕግ ምርመራ ምን ይመስላል?

ልጆቻችን ላይ የወሲብ ጥቃት ከደረሰ ልንወስዳቸው የሚገቡ የህግ እርምጃዎች

ወላጆች/አሳዳጊዎች ልጆቻችን ላይ የወሲብ ጥቃት እንደደረሰ ወይም እንደተሞከረ ስናውቅ የህግ እርምጃዎች እንዲወሰዱ በአፋጣኝ ወደ የጥቅል አገልግሎት ማዕከላት መውሰድ ይኖርብናል። እነዚህ ማዕከላት ፖሊስ፣ አቃቤ ህግ፣ የስነ ልቦና ባለሙያ እና የህክምና ባለሙያ በአንድ ቦታ የያዙ ሲሆን እንደዚህ አይነት ክሶችን ለመያዝ የተቋቋሙ ናቸው።

ማዕከላቱ በሌሉበት ቦታዎች ደግሞ ወደ ፖሊስ ጣቢያ በመሄድ ክስ ሊመሰርቱ ይችላሉ። በፌደራል እና በየክፍለ ከተማው የፖሊስ መምሪያዎች ይገኛሉ እነዚህ መምሪያዎች ፖሊስ፣ አቃቤ ህግ እና የስነ ልቦና ባለሙያ የያዙ ሲሆኑ እንደዚህ አይነት ጉዳዮችን ለመከታተል የተቋቋሙ ናቸው። ከነዚህም በተጨማሪ ፖሊስ ጣቢያዎች ክስ ተቀብለው ተገቢውን እርምጃ ሊወስዱ ይችላሉ። በማዕከሉ ውስጥ የህክምና ማስረጃ ከተወሰደ በኋላ ፖሊስ እና የስነ ልቦና ባለሙያዎች የልጅቷን/ልጁን ቃል ይወስዳሉ ተጨማሪ መረጃም ይሰበስባሉ።

የፖሊስ/የሕግ ምርመራውም የሚከተሉትን ያካትታል:

- የተበዳይ እና የቤተሰቦችን ቃል መቀበል
- የህክምና ማስረጃ መሰብሰብ
- የተጠርጣሪን ቃል መቀበል
- ሌሎች ምስክሮችን ማፈላለግ እና ቃል መቀበል

ምናልባት እነዚህን የጥቅል አገልግሎቶች በተለያየ ምክንያት ማግኘት ካልተቻለ ደግሞ ሌሎች ተመሳሳይ ህክምና የሚያደርጉ የጤና ተቋማት ጋር መኬድ ይኖርበታል። የእነዚህን ሁሉ አገልግሎት መስጫ ቦታዎች ስምና አድራሻ በጠቃሚ አድራሻዎች ገጽ ላይ በስፋት ማግኘት ይቻላል።

ጥቆማ

ህፃናት ላይ ጥቃት እንደደረሰ
ስታውቁ ወይም ስትጠረጥሩ በ935
በመደወል ጥቆማ ማድረስ ይቻላል።

የሴቶች እና ህፃናት ቢሮዎች
በሁሉም በወረዳ እና ቀበሌ ውስጥ
ስለሚገኙ፣ ለእነሱ በማሳወቅ ድጋፍ
ሊያገኙ ይችላሉ።

እነዚህ ወንጀሎች በአብዛኛው
ምስክር በሌለበት የሚፈጠሩ
ስለሆኑ የህፃኗ/ኑ ቃል እና ህክምና
ማስረጃ ትልቅ ዋጋ ይኖራቸዋል።
ስለዚህ በአፋጣኝ ወደ ህክምና ቦታ
መውሰድ ያስፈልጋል።

ያስተውሉ!

- ወላጆች/አሳዳጊዎች ልጆቻቸውን በፖሊስ ጣቢያም ሆነ በሌላው የህግ ስርዓት ውስጥ ሲያልፉ ከታች የተዘረዘሩትን ጥንቃቄዎች እንዲያደርጉ ይመከራሉ፤
- ልጆች ወላጆች/አሳዳጊዎች በሌሉበት ማንኛውም የቃል ወይም የአካል ምርመራ እንዳይደረግላቸው ማረጋገጥ
- ልጆች ወላጆች/አሳዳጊዎች በሌሉበት ማንኛውም የቃል ወይም የአካል ምርመራ እንዳይደረግላቸው ማረጋገጥ
- ጥቃት አድራጊው በተገኘበት ምስክርነት እና ምርመራ እንዳይደረግ መከላከል፤
- በተቻለ መጠን ተጠያቂ ህፃናትን ከጥቃት ፈፃሚው ጋር ግንኙነት እንዳይኖራቸው ማድረግ
- ወላጆች/አሳዳጊዎች በሌሉበት ሁኔታ ወይም ጥቃት ፈጻሚው ወላጅ/አሳዳጊ በሚሆንበት ጊዜ እና ህፃኑን ወደ ህግ ያመጣችው/ያመጣው ግለሰብ መገኘት ባልቻለች/ባልቻለ ጊዜ ተጠቂዋ/ው ህፃን በስነ ልቦና ባለሙያ እንድትደገፍ/እንዲደገፍ ጥረት ማድረግ
- በምርመራው ሂደት ህፃኗ/ኑ ሲጨነቅ ወይም ማንኛውም ምቾት የማጣት ስሜት ካስተዋሉ ምርመራው እንዲቆም መጠየቅ እና ከበቂ የስነ ልቦና ድጋፍ ጋር ወይም ድጋፍ ከተደረገ በኋላ እንዲሆን መጠየቅ ይገባል
- ህፃኗ/ኑ ጥያቄዎችን እንዲመልሱ ማስገደድ ወይም መቆጣት የበለጠ ጉዳት ሊያደርስ ብሎም ህፃኗ/ኑ ፍሬ ነገሮችን ልታዛባ/ሊያዛባ እና የክስ ሂደቱን ሊጎዳ ስለሚችል በትእግስትና በፍቅር ልጆቹን ማበረታታት
- በምርመራ ሂደቱ ላይ ማንኛውም ያልተገባ ነገር ካስተዋሉ ምርመራው እንዲቆም እና መርማሪዎቹንም ሂደቱ እንዲታረም መጠየቅ ይገባል። ካልታረመ ለሚመለከታቸው ኀላፊዎች ቅሬታ ማቅረብ ይገባል።

ጥቆማ

ቋንቋን በተመለከተ:
ልጆቹ የምርመራውን/መርማሪዎቹን ቋንቋ የማይረዱ ከሆነ በአስተርጓሚ በቂ ድጋፍ እንዲያገኙ ማድረግ ያስፈልጋል።

ልጆቹ የፍርድ ቤቱን ቋንቋ የማይረዱ ከሆነና ነገር ግን በምስክርነት ከቀረቡ ፍርድ ቤቱ አስተርጓሚ ማዘጋጀት ይኖርበታል።

ወላጆች/አሳዳጊዎች በተመሳሳይ ሁኔታ የምርመራውን ቋንቋ ካልተረዱ በምርመራው ቦታ አስተርጓሚ ላይኖር እንደሚችል ተረድተው ድጋፍ ለራሳቸው አዘጋጅተው ሂደቱን መከታተል

ከምርመራው በኋላ ምን መጠበቅ እንችላለን?

አስፈላጊው ምርመራ ከተደረገ በኋላ አቃቤ ህግ ክስ ለመመስረት በቂ ማስረጃ እና የህግ አግባብ መርምሮ/ራ ክስ መመስረት የሚያስችለው/የሚያስችላት ከሆነ ክስ ይመሰርታል/ትመሰርታለች።

ክስ ላይመሰረት የሚችልባቸው ምክኒያቶች

- ተጠርጣሪው/ዋ ከጠፋ/ች ወይም ካልተገኘ/ች
- በቂ ማስረጃ ከሌለ እና ክስ ለመመስረት የሚያስችል በቂ ማስረጃ ባለመኖሩ አቃቤ ህግ ክስ ላለመመስረት ሲወስን/ስትወስን

አቃቤ ህግ ክስ ለመመስረት ካልፈቀደ/ች ምክንያቱን መጠየቅ ይቻላል። የህግ አግባብ እያለ እና በቂ ማስረጃ እያለ ቸልተኝነት፣ ፍላጎት ማጣት ወይም ማንኛውም ከሙያዊ አግባብ ውጪ ነው ተብሎ የታመነ ነገር ሲፈጠር በየክፍለ ከተማው ያሉ የአቃቤ ህግ ፅህፈት ቤቶች ውስጥ ቅሬታ ማቅረብ ይቻላል። ከዛም መፍትሄ ካልተገኘ በፌደራል ጠቅላይ ዓቃቤ ሕግ የቅሬታ አጣሪ ጋር መቅረብ ከዚያም መፍትሔ ከሌለ እስከ ሚኒስቴሩ ድረስ ቅሬታ ማቅረብ ይቻላል።

ክስ ከተመሰረተ በኋላ የፍርድ ቤት ሂደቱ ይቀጥላል፡፡

የህፃናትና ታዳጊዎች ጉዳይ በሚታይበት ጊዜ በፌደራል የተቋቋመ የህፃናት ችሎት ይገኛል፡፡ ይህ ችሎት የህግ ስርዓቱ በህፃናት ላይ የሚያደርሰውን ጫና ለመቀነስ ብሎም የተለያዩ የህግ ስርዓቶች (ምስክርነት፣ ተከሳሽነት እና የመሳሰሉትን) ለህፃናት ምቹ ለማድረግ ታስበው የተዘጋጁ ናቸው፡፡ እነዚህ የህፃናት ችሎቶች በስነልቦና ባለሙያዎች የተደገፉ ሲሆኑ ህፃናት በሚመሰከሩበት ጊዜ በጠበቆች በቀጥታ እንዳይጠየቁ እና ለእነሱ አዕምሮ እድገት በሚመጥን መልኩ እንዲቀርብ ይደረጋል፡፡ አንዳንድ የአዲስ አበባ ክፍለ ከተማዎች የየግላቸው የህፃናት ችሎት አላቸው፡፡ ከአዲስ አበባ ውጪም ተመሳሳይ አገልግሎት የሚሰጡ ተቋማት አሉ፡፡

በፍርድ ሂደቶች ላይ ምን መጠበቅ አለብን?

የፍርድ ቤት ውሳኔ እስከሚሰጥ ድረስ እያንዳንዱ ሰው ነፃ እንደሆነ ይገመታል፡፡ ክሱን ማስረዳት የአቃቤ ህግ ኀላፊነት ነው፡፡ የጥፋተኝነት ብያኔ ለማግኘት አቃቤ ህግ ምክኒያታዊ ጥርጣሬ በማያሳድር መልኩ በማስረጃ ክሱን ማስረዳት አለበት ይህ ሲሆን ብቻ ተከላካይ ክሱን እንዲከላከል ይጠየቃል፡፡ ተከላካይ የአቃቤ ህግ ክስ ላይ ምክኒያታዊ ጥርጣሬ መፍጠር ከቻለ ከወንጀል ነፃ ይሆናል፡፡

በመጀመሪያ ፍርድ ቤቱ የእምነት ክህደት ቃል ይጠይቃል ይህም ማለት ተጠርጣሪው ወንጀሉን ፈፅመሃል/ሻል ወይስ አልፈፀምክም/ሽም ተብሎ ይጠየቃል፡፡ ፈፅምያለሁ ብሎ/ብላ ካመነ/ች ወደ ፍርድ ሊቀጥል ይችላል ወይም አቃቤ ህግ እንዲያስረዳ ሊጠየቅ ይችላል፡፡

የይግባኝ ተፈጻሚነት

የውሳኔውን አግባብነት ካላመነ አቃቤ ህግ ይግባኝ ሊጠይቅ ይችላል፡፡ ይግባኝ የፍርድ ቤት ውሳኔዎች የሚፈተሹበት እና የህግ ወይም የፍሬ ነገር ስህተት ካለ የሚታረምበት ስርዓት ነው፡፡
የስር ፍርድ ቤት ውሳኔን የይግባኝ ፍርድ ቤት ካፀደቀው የመጨረሻ ውሳኔ ይሆናል፡፡ ከዚህ በኋላ ይግባኝ ማለት ባይቻልም የህግ ስህተት ካለ ግን ወደ ሰበር ችሎት ሊሄድ ይችላል፡፡
የስር ፍርድ ቤት ውሳኔን የይግባኝ ፍርድ ቤት ከሻረው የይግባኝ ፍርድ ቤት ውሳኔ ተፈፃሚ ይሆናል፡፡

ጠቃሚ አድራሻዎች

የጥቅል አገልግሎት ማዕከላት

ጥቅል አገልግሎት ማለት ወሲባዊ ጥቃት የደረሰባቸው ሰዎች የአካላዊ ህክምና፣ የአቃቤ ህግና የፖሊስ አገልግሎት እንዲሁም የስነ-ልቦና ወይም አእምሮ ህክምና በአንድ ላይ የሚያገኙባቸው ቦታዎች ናቸው።

በአዲስ አበባ ከተማ

ጋንዲ መታሰቢያ ሆስፒታል
+251-1155-14340
+251 11 551 8185

ዳግማዊ ምኒሊክ ሪፈራል ሆስፒታል
+251-118-12187
+251 11-155-0444

በኦሮሚያ ክልል

አዳማ ሆስፒታል ሜዲካል ኮሌጅ
+251-022-111 2424

በትግራይ ክልል

አይደር ሪፈራል ሆስፒታል

በድሬደዋ ከተማ

የድል ጮራ ሆስፒታል
+251-025-21106

‘ምቹ ክልኒክ’ አገልግሎት ማዕከላት

የ‘ምቹ ክልኒክ’ ማዕከላት በዋናነት የስነ-ተዋልዶ ጤና አገልግሎቶችን ለመስጠት በዩኒቨርስቲ ሆስፒታሎች ውስጥ የተቋቋሙ ማዕከላት ናቸው። አስገድዶ መድፈርና ሌሎች ወሲባዊ ጥቃቶች ላጋጠማቸው ህጻናትም ሆኑ አዋቂዎች አስቸኳይ ህክምናን ጨምሮ ለፖሊስ ማስረጃ የሚሆኑ የህክምና አገልግሎቶችን ይሰጣሉ።

በአዲስ አበባ ከተማ

ቅዱስ ጳውሎስ ሆስፒታል
ጥቁር አንበሳ ሪፈራል ሆስፒታል
ጋንዲ መታሰቢያ ሆስፒታል

በኦሮሚያ ክልል

አዳማ ሆስፒታል ሜዲካል ኮሌጅ
+251-022-111 2424
ጅማ ዩኒቨርስቲ ሆስፒታል

በሃረሪ ክልል

ሃሮማያ (ህይወት ፋና) ሆስፒታል

በአማራ ክልል

ጎንደር ሪፈራል ሆስፒታል
ደብረ ታቦር ዩኒቨርስቲ ሆስፒታል

በደቡብ ክልል

ሃዋሳ ዩኒቨርስቲ ሆስፒታል

በሲዳማ ክልል

ሃዋሳ ዩኒቨርስቲ ሆስፒታል

በትግራይ ክልል

አይደር ሪፈራል ሆስፒታል

ከዚህ በላይ የተጠቀሱት የህክምና መስጫ ማእከላት በአቅራቢያዎ ከሌሉ ወደ ሌላ በአቅራቢያዎ ወዳለ የጤና ተቋም በመሄድ የአስቸኳይ (ኢመርጀንሲ) አገልግሎት ወይም መረጃ (ሪፈራል) ማግኘት ይቻላል።

የህግ አገልግሎቶች ለማግኘት

በአዲስ አበባ

በልደታ፣ ቂርቆስ፣ አራዳ፣ ጉለሌ እና አዲስ ከተማ ላይ ለሚፈጠሩ ጥቃቶች በልደታ ፍርድ ቤት ውስጥ ያለው የህፃናት ችሎት አገልግሎት ይሰጣል። የሌሎቹ ደግሞ በየክፍለ ከተማቸው የራሳቸው የህጻናት ችሎት አላቸው።

የኢትዮጵያ የህግ ባለሙያ ሴቶች ማህበር

+251 011 5508782
+251 011 550 9256
+251 011 550 8783
+251 011 550 8759

በአዳማ

+251 022 112 5340

በባህር ዳር

+251 058 220 7396

በሃዋሳ

+251 046 220 4800

በአሶሳ
+251 057 772 0598

በድሬዳዋ
+251 915 73 44 23

የስነልቦና እና የአዕምሮ ህክምና አገልግሎት ለማግኘት

አንዳንድ የመንግስት ጤና ጣቢያዎች ተመላላሽ የአእምሮና የስነ-ልቦና ህክምና አገልግሎት ይሰጣሉ። ስለዚህ እነዚህን አገልግሎቶች የሚፈልጉባቸው አጋጣሚዎች በተፈጠሩ ጊዜ በአቅራቢያችሁ የሚገኙ ጤና ጣቢያዎች ጋር በመሄድ መጠየቅ ወይም እነሱ ይህንን አገልግሎት የማይሰጡ ከሆነ ደግሞ ወዴት መሄድ እንዳለባችሁ ጥቆማ ወይም ሪፈራል ከዛው ማግኘት ይቻላል።

የተመላላሽ እና ተኝቶ ህክምና አገልግሎቶች

በአዲስ አበባ ከተማ

የመንግስት ተቋማት
ኤካ ኮተቤ አጠቃላይ ሆስፒታል
ቅዱስ አማኑኤል ሆስፒታል
ቅዱስ ጴጥሮስ ሆስፒታል
ቅዱስ ጳውሎስ ሆስፒታል
ዘውዲቱ ሆስፒታል
ጦር ሃይሎች ሆስፒታል
ፖሊስ ሆስፒታል
የግል ተቋማት
ለቤዛ የአእምሮ ህክምና ማዕከል
+ 251 118 35 29 29/ + 251 947 40 65 11
ስጦታ የአእምሮ ህክምና ማዕከል
+ 251 113 69 06 31/ + 251 113 69 27 74
አቢቹ የአእምሮ ህክምና ክሊኒክ

በኦሮሚያ ክልል

የመንግስት ተቋማት
ጅማ ዩኒቨርሲቲ ሪፈራል ሆስፒታል
ሻሸመኔ ሪፈራል ሆስፒታል
አዳማ ሆስፒታል ሜዲካል ኮሌጅ (ሃይለማሪያም)
አሰላ ዩኒቨርሲቲ ሆስፒታል

በአማራ ክልል

የመንግስት ተቋማት
ፈለገህይወት ሪፈራል ሆስፒታል
ጥበበ ግዮን ሆስፒታል
ደሴ ሪፈራል ሆስፒታል
ጎንደር ዩኒቨርሲቲ ሪ/ሆስፒታል
ደብረማርቆስ ሪፈራል ሆስፒታል
ደብረታቦር ዩኒቨርሲቲ ሆስፒታል
ደጀን ሆስፒታል
ፍኖተሰላም ጀነራል ሆስፒታል
እንጅባራ ሆስፒታል
የግል ተቋማት
ጋምቢ ሆስፒታል (ባህርዳር)

በትግራይ ክልል

የመንግስት ተቋማት
መቀሌ አይደር ሪፈራል ሆስፒታል
አክሱም አጠቃላይ ሆስፒታል

በደቡብ ክልል

የመንግስት ተቋማት
ዲላ ዩኒቨርሲቲ ሪፈራል ሆስፒታል
ወላይታ ሶዶ ሪፈራል ሆስፒታል

በሲዳማ ክልል

የመንግስት ተቋማት
ሃዋሳ ዩኒቨርሲቲ ሪፈራል ሆስፒታል

በሃረሪ ክልል

የመንግስት ተቋማት
ሃረር ህይወት ፋና ሆስፒታል

በድሬደዋ ከተማ መስተዳድር

የመንግስት ተቋማት
ድሬዳዋ ሆስፒታል

የተመላላሽ ብቻ የስነልቦና እና የአዕምሮ ህክምና አገልግሎቶች

በአዲስ አበባ ከተማ

የመንግስት ተቋማት
ጥቁር አንበሳ ሆስፒታል
የካቲት 12 ሆስፒታል
ራስ ደስታ ሆስፒታል
ዳግማዊ ምኒልክ ሆስፒታል
ጥሩነሽ ቤጂንግ ሆስፒታል
አለርት ሆስፒታል
የግል ተቋማት
አብርሆት የስነልቦና ማማከር አገልግሎት:
+ 251 118 23 67 05
አሃ የስነልቦና ማማከር አገልግሎት :
+ 251 116 62 24 37/ + 251 940 20 04 54/
+ 251 911 69 23 73
ሪዳ የአዕምሮ ጤና ማማህር አገልግሎት:
+ 251 966137369
ሃሌሉያ ሆስፒታል
ተክለሃይማኖት አጠቃላይ ሆስፒታል
አሚን አጠቃላይ ሆስፒታል
የረር ሆስፒታል
ቅዱስ ገብሬል ሆስፒታል
ቅዱስ ያሬድ ሆስፒታል
ኢትዮ ጠቢብ ሆስፒታል
አዲስ ህይወት ሆስፒታል
ላንድማርክ ሆስፒታል

የረር ሆስፒታል
ቅዱስ ገብሬል ሆስፒታል
ቅዱስ ያሬድ ሆስፒታል
ኢትዮ ጠቢብ ሆስፒታል
አዲስ ህይወት ሆስፒታል
ላንድማርክ ሆስፒታል
ግሩም ሆስፒታል
ዘንባባ ጀነራል ሆስፒታል
ኤፍራታ መካከለኛ ክሊኒክ
ብርሃነ ሰላም ስፔሻሊቲ ክሊኒክ
ሰናይ ክሊኒክ
አብነት ክሊኒክ
የሁልሽት ክሊኒክ
ራፋ የአእምሮ ህክምና እና የሜዲካል ህክምና ክሊኒክ

በኦሮሚያ ክልል

የመንግስት ተቋማት
መቱ ካርል ሆስፒታል
ነቀምቴ ሪፈራል ሆስፒታል
አምቦ ሪፈራል ሆስፒታል
ጎባ ሆስፒታል
ወለንጭቲ ሆስፒታል
ፍቼ ሆስፒታል
ሻምቦ ሆስፒታል
ጊምቢ ሆስፒታል
ነጆ ሆስፒታል
የግል ተቋማት
አዳማ ሜልባ መካከለኛ ክሊኒክ
+251 228 94 37 38
ቤተል አዳማ መካከለኛ ክሊኒክ
አዳማ አልፋ መካከለኛ ክሊኒክ

በአማራ ክልል

የመንግስት ተቋማት
ሞጣ ሆስፒታል
ደብረብርሃን ሆስፒታል
ቡሬ ሆስፒታል
ሉማሜ ሆስፒታል
የጁቤ ሆስፒታል
የግል ተቋማት
ህይወት የአዕምሮ ጤና ማማከር አገልግሎት (ጎንደር) + 251 9 25 30 41 76
ሃሴት የአዕምሮ እና ስነልቦና ምክር አገልግሎት (ባህርዳር)

በትግራይ ክልል

የመንግስት ተቋማት
መቀሌ ጀነራል ሆስፒታል
አዲግራት አጠቃላይ ሆስፒታል

በደቡብ ክልል

የመንግስት ተቋማት
ይርጋለም ሪፈራል ሆስፒታል
ሆሳዕና ንግስት እሌኒ ሆስፒታል
ስልጤ ዞን ወራቤ ሆስፒታል
አርባምንጭ ሆስፒታል
ስልጤ ዞን ጉንችሬ ሆስፒታል
ቡታጅራ ሆስፒታል

ሶማሌ ክልል

የመንግስት ተቋማት
ጅግጅጋ ካራማራ ሆስፒታል

ጋምቤላ ክልል

የመንግስት ተቋማት
ጋምቤላ ሆስፒታል

ቤኒሻንጉል ጉሙዝ ክልል

የመንግስት ተቋማት
አሶሳ ሆስፒታል

አፋር ክልል

የመንግስት ተቋማት
ዱብቲ ሆስፒታል

ጾታዊና ወሲባዊ ጥቃት ለደረሰባቸው ሰዎች (ልጆችን ጨምሮ) ጊዜያዊ መጠለያ ወይም ማረፊያ የሚሰጡ ድርጅቶች

እነዚህ መጠለያና ማረፊያዎች ወሲባዊና ጾታዊ ጥቃት ወይም ብዝበዛ ለደረሰባቸው ሰዎች የፍርድ ቤት የክስ ሂደታቸው እስኪጠናቀቅ፣ የተወሰነ የማገገሚያ ጊዜ ሲያስፈልጋቸውና የመኖሪያ ቦታቸው መልሶ ለአደጋ የሚያጋልጣቸው ሁኔታዎች ሲኖሩ እነዚህን አገልግሎቶች በነጻ የሚያገኙባቸው ቦታዎችና ድርጅቶች ናቸው። አብዛኛዎቹ መጠለያና ማረፊያ አገልግሎቶች ክፍት የሆኑት ለሴቶችና እናቶች ከነልጆቻቸው ሲሆን የተወሰኑት ደግሞ በአፍላ እድሜ ላይ ያሉ ወንዶችንም ያካትታሉ።

የሴቶች ማረፊያና ልማት ማህበር (AWSAD)

በአዲስ አበባ
+251-116672290
በአዳማ
+251-222120044
በሃዋሳ
+251-462120996
በደሴ
+251-333128719

የተቀናጀ የቤተሰብ አገልግሎት ድርጅት (IFSO)

በአዲስ አበባ
+251-116189514
+251-116517474
+251-116631677

የእናቶችና ህፃናት የተሀድሶ ማዕከል (MCRC)

በአዲስ አበባ
+251-118100813

ብራይት ኢሜጅ ፎር ጀነሬሽን አሶሲዬሽን (BIGA)
በሃዋሳ
+251 46 221 4130

አጋር ኢትዮጲያ (Agar Ethiopia)
በአዲስ አበባ
+251 11 369 8073

ሙጅጀጋሎቃ የሴቶች ልማት ማህበር (MLWDA)
በቤኒሻንጉል ጉሙዝ
+251 11 4-16 7-084

የጎዳና ተዳዳሪ ሴት ህፃናት መከላከያ ተሀድሶ ማቋቋሚያ ድርጅት (OPRIFS)
በአዲስ አበባ
በባህር ዳር
በአደት
+251 911-123-654-10

ጉድ ሳማሪታን ማህበር (GSA)
በአዲስ አበባ
በጎንደር
+251-111-242952

የአአ ከተማ ሴቶቸ ማህበር የሴቶች ማረፊያ (AAWA)
በአዲስ አበባ
+251 115 556 162

ድሬዳዋ የሴቶች ማረፊያ ማዕከል
በድሬዳዋ

ጥቆማ መስጫ ቦታዎች

ህፃናት ላይ ጥቃት እንደደረሰ ሲያውቁ ወይም ስትጠረጥሩ በ935 በመደ ወል ጥቆማ ማድረስ ይቻላል። በአካባቢያችን (በወረዳ እና ቀበሌ ውስጥ) ያሉ የፖሊስ ጣቢጥቆማያዎች
የሴቶች እና ህፃናት ቢሮዎች (በሁሉም ቀበሌ እና ወረዳዎች ይገኛሉ) የህ ፃናት ፍትህ ፕሮጀክት (በየክፍለ ከተማዎቹ ይገኛሉ ለበለጠ መረጃ በ 0111565603/ 0118965365/ 0111264804/05 ይደውሉ)

ነጻ የስልክ መስመሮች

ማንኛውም ጾታዊና ወሲባዊ ጥቃት ከደረሰ ለስነ-ልቦና ማማከር አገ ልግሎትና ለሌሎች መረጃዎች 6388 አለኝታ 8044 ማሪስቶፕስ ክሊኒክ በመደወል አገልግሎቶቹን ማግኘት ይቻላል።

ማስታወሻ

KELELA