लैंगिक छेडछाडीला म्हणा : नाही!

तरुण मुला - मुलींसाठी हिताच्या सूचना

akshara
empowering women and girls

Confidential

इंग्रजी आवृत्तीचे प्रकाशन :
जागोरी, सप्टेंबर २००८
मराठी आवृत्तीचे प्रकाशन : अक्षरा, २००९, २०१७

चित्रे : बिंदिया थापर
मराठी शब्दरूप : राजीव कालेलकर

मुद्रक : सिद्धी ग्राफिक्स

फक्त खाजगी वितरणासाठी.

Confidential

प्रस्तावना

आमच्या मते मुलींना व स्त्रियांना त्यांच्या मूलभूत गरजा, शिक्षण, राजकीय सहभाग, त्याचबरोबरीने समाजात समान नागिरकत्व प्राप्त करण्यामध्ये मूलतः असलेली लैंगिक हिंसेची भिती आणि होणारी हिंसा यांमुळे प्रतिबंध निर्माण होत आहे.

स्त्रियां व मुलींना हिंसा ओळखून त्याचा प्रतिकार करण्यासाठी तयार करताना हिंसेची समज व सविस्तर माहिती ज्ञात असणे आवश्यक आहे. तसेच युवक व पुरुषांना आपण जे वागतोय त्यात हिंसा असू शकते याची जाणीव करून देणे ही गरजेचे आहे. समाजातील तरुणांची वैचारिक समज व मानसिकता स्त्रीयांच्या दृष्टीने सकारात्मक करणे ही आजची गरज आहे.

याच उद्देशाने **'लैंगिक छेडछाडीला म्हणा : नाही'** ही पुस्तिका सादर करीत आहोत.

जागोरी या दिल्लीस्थित स्त्री संघटनेने सदर पुस्तिकेची मूळ प्रत इंग्रजीमध्ये निर्मिती केली. या पुस्तिकेतील आशय व्यापक व व्यावहारिक समज देणारे आहे. तरुण-तरुणींपर्यंत स्थानिक भाषेत ही माहिती प्रसारित व्हावी म्हणून अक्षरा या संस्थेने या पुस्तिकेचे मराठी भाषांतर केले आहे.

Confidential

लैंगिक छेडछाड म्हणजे

- शिट्या मारणे.
- कुठल्याही स्त्रीच्या शरीराकडे किळसवाण्या नजरेने न्याहाळणे.
- स्त्रीच्या परवानगीशिवाय तिच्या शरीराला स्पर्श करणे, चुंबन घेणे, मीठी मारणे.
- कुठल्याही स्त्रीच्या खाजगी आयुष्यात आक्रमण करून, तिच्या वैयक्तिक जीवनात न रुचणारी ढवळाढवळ करुन, तिला अस्वस्थ वाटायला लावणे (तिच्या अगदी निकट उभे राहणे, तिच्या मानेवरून खाली सरपटणारा श्वास सोडणे).
- स्त्रियांकडे पाहून अश्लील शेरे मारणे किंवा कुठल्याही स्त्रियांच्या दिसण्यावर वा त्यांच्या स्त्री असण्यावर भाष्य करणे.
- मोबाईलवरून अश्लील बोलणे, अश्लील संदेश पाठवणे. (ई-मेल, पत्रं, एस.एम.एस. एम.एम.एसेस व्हॉट्सअप, द्वारे).
- औचित्याचा भंग करून कामुक स्वरूपाच्या भेटवस्तू पाठवणे.
- चित्रं, कविता, कथांद्वारे प्रदर्शन करून इच्छेविरुद्ध ते पाहायला भाग पाडणे.
- सतत पाळत ठेवणे वा मागावर राहणे (दबकत दबकत चालणे).
- लैंगिक आशय असलेली चित्रे सार्वजनिक भिंतीवर काढून, हास्य चित्रे रेखाटून, तसेच अश्लील विनोद सर्वांसमोर करून स्त्रियांना लाज वाटेल असे वातावरण निर्माण करणे.
- लैंगिक सेवांची मागणी करणे.

Confidential

मुलींसाठी हिताच्या सूचना

तुमची संरक्षण-दुर्बलता कमी करा.

हे करा :

♀ **छेडछाड ओळखायला शिका.** जे जे तुम्हाला लज्जित करते, अपमानित करते, वा भयभीत करते, ते सारे म्हणजे छेडछाड होय. समोरचा माणूस कोणत्या हेतूने प्रेरित झाला आहे हे महत्त्वाचे नसून तुम्हाला या साऱ्याचे काय वाटते हे महत्त्वाचे आहे. तुम्हाला जर का वाटले की तुमची छेडछाड होत आहे तर तुम्हाला निषेध नोंदवण्याचा अधिकार आहे.

♀ **मोठ्या आवाजात आणि स्पष्टपणे नाही म्हणा.** परवलीचे एक वाक्य तयार करा (कीव करावीशी वाटते असं आहे हे - मूर्खपणा करू नकोस). हे वाक्य स्वत:शीच उच्चारण्याचा इतका सराव करा की ती तुमची साहजिक प्रतिक्रीया होईल.

♀ **तुमच्या आत खोलवर आत्मविश्वास पोहचवा.** कुठल्याही प्रकारे जे लोक तुम्हाला धमकावतील त्यांच्याशी थेट दृष्टी भिडवा. प्रतिक्रीया देताना स्पष्टपणे व शांतपणे बोला. तुम्ही कोण आहात या बद्दल तुम्ही सजग आहात हे दाखवून द्या आणि तुम्ही जिथे आहात तिथे तुम्हाला असण्याचा अधिकार आहे.

♀ **मैत्री करा.** एकलकोंडेपणामुळे तुमची संरक्षण दुर्बलता वाढीस लागते. तुम्ही जर मदत मागितलीत तर तुमच्या सहाय्याला लोक येण्याची शक्यता अधिक बळावते. त्याचप्रमाणे तुमच्या उपस्थितीत जर कोणाची छेडछाड होत असेल तर मदतीचा हात पुढे करायला सज्ज रहा.

♀ **घडलेल्या प्रसंगासंबंधी तक्रार नोंदवा, जर छळवणूक चालू राहिली तर त्या विरुद्ध कारवाई करण्यासाठी अधिकृत विनंतीपत्र द्या.** लैंगिक छेडछाड हा गुन्हा आहे त्याकडे दुर्लक्ष करू नका. अधिकारी वर्गाकडे तक्रार नोंदवायला हवी व विश्वविद्यालयीन नियमांची गंभीर स्वरुपाची पायमल्ली म्हणून त्याकडे पाहायला हवे.

♀ **जी मुलं तुमचा सन्मान करतात त्यांचा मनापासून आदर करायची तयारी दाखवा.** प्रत्येक मुलगा हा छेडछाड करणारा नसतो. मुलं ज्या परिस्थितीतून आलेली असतात, किंवा ते जे कपडे वापरतात वा जी भाषा ते बोलतात यावरून त्यांच्याबद्दल तुच्छता बाळगू नका अथवा त्यांना दूर लोटू नका. त्यामुळे तुमचे दूषित पूर्वग्रह आहेत असा चूकीचा समज पोहचतो. अशा वर्तणुकीमुळे तुम्हाला जे कोणी आवडत नाही, त्यांच्याकडून छेडछाडच्या पलटवाराला फुकाचे आमंत्रण मिळते.

Compl

हे करू नका:

♀ **तुमच्या संरक्षणदुर्बलतेची जाहिरात करू नका.** सार्वजनिक जागेत वावरताना तुम्ही बेचैन आहात असं दिसू देऊ नका. तुम्ही खाली मान घालून चालू नका आणि एखाद्याने जर उचित प्रश्न विचारला तर उत्तर द्यायला नकार देऊ नका.

♀ **सहाय्य मागायला घाबरू नका.** बोंबाबोंब करून सहाय्य मागणे हीच कृती खूपदा छळणाऱ्याला लगाम घालायला उपयोगी ठरू शकते. मदत मागितल्याशिवाय खूपदा मदत हवी की नको याचीच लोकांना खात्री नसते. मदत मागा.

मुलांसाठी हिताच्या सूचना

बुद्धिहीन माजोर मर्दानगी टाळा

हे करा :

♂ **मुलींना तुम्ही कसे जाणवता या विषयी जागरुक रहा.** इतरांचा सन्मान करणारी आणि म्हणूनच इतरांकडूनही स्वतःच्या सन्मानाची अपेक्षा करणाऱ्या व्यक्तीने (मुलाने) आपले दिसणे, बोलणे, वागणे, अनुरुप आहे याची खात्री करून घ्यावी. अश्लील, घाणेरडी भाषा तसेच शिव्या न देता बोलायला शिका. अनावश्यक पहलवानी शक्ती प्रदर्शन टाळा, त्याचबरोबर फाजील सलगीही टाळा.

♂ **माणूस, मित्र आणि सहकारी म्हणून मुलींना वागवायला शिका.** मुलांना सहसा टाळा, असं मुलींना शिकवलं जातं – मैत्रीचा अतिरेक करण्याची मुलांमधील प्रवृत्ती ही मुलींना घाबरवून सोडणारी आक्रमक वाटू शकते. सलगी न वाटणारी तरीही मैत्रीपूर्ण बोलण्याच्या, वागण्याच्या पद्धतींचा सराव करा. कुठली खास अशी पुरुषी वर्तणूक आहे जी मुलींना अपमानकारक व धमकावणारी वाटते हे आपल्या एखाद्या मैत्रीणीकडून जाणून घ्या.

♂ **छेडछाडपासून मुलींचे रक्षण करायला वा त्यांची मदत करायला सरसावण्या अगोदर थांबा. त्यांच्याकडून मदतीची मागणी होऊ दे.** सर्वच मुली असहाय्य नसतात, त्यांचे रक्षण करण्याची गरज नसते; नको असताना तुम्ही केलेली मदत काहींना उलटपक्षी छेडाछेड वाटू शकते. तुमच्या आसपास घडणाऱ्या छेडछाडविषयी सतर्क रहा आणि सज्ज असा, परंतु – तुमची गरज असेल तरच... बऱ्याचदा तुम्ही मदत करायला तयार आहात हे पाहूनच छेडछाड करणारा मार्ग हटतो.

Confidential

हे करू नका

♀ **मुलींना छेडछाड आवडते असं समजू नका.** मुली छळणाऱ्याचा तिटकारा करतात व त्यांच्यापासून दूर राहतात. त्या जेव्हा **नाही** म्हणतात तेव्हा त्याचा अर्थ **होय** असा होतो अशी समजूत करून घेऊ नका. त्या होय म्हणतात की नाही हे तुम्हाला जेव्हा नक्की माहित नसतं तेव्हा सरळ साधा मार्ग निवडा व माघारी फिरा.

♀ **धाडसीपणे पेहराव करणाऱ्या मुली छेडछाडीस पात्र आहेत असं मानू नका.** मुलगे आणि मुली यांना आपल्याला हवा तसा पोषाख करण्याचा अधिकार आहे. एखाद्या मुलीचा पोषाख तुम्हाला नाही आवडला तरीसुद्धा त्याबद्दल राग वा नापसंती व्यक्त करण्याचा तुम्हाला अधिकार नाही. छेडछाड हा गुन्हा आहे व त्याचे कोणत्याही प्रकारे समर्थन होऊ शकत नाही.

♀ **छेडछाडीस क्षुल्लक मानू नका.** त्यात काय ती फक्त चिडवाचिडवीच आहे किंवा तो फक्त विनोदच आहे असं म्हणू नका. लैंगिक छेडछाड ही आघात करणारी, वेदना देणारी आक्रमक व अत्याचारी कृती आहे. त्याला दुसरं कुठलंही नाव देऊन तो अत्याचार आहे ही वस्तुस्थिती बदलत नाही.

♀ **इतर मुलं छेडछाड करतात म्हणून तुम्ही छेडछाड करणारे होऊ नका.** कळपाचं अनुकरण करणं मेंढरं आणि बकऱ्यांना शोभतं परंतु माणसाच्या घोळक्यापासून स्वतःला वेगळं काढण्याच्या कृतीमध्ये तुम्हाला जी माणसं महत्त्वाची वाटतात त्यांच्या आदराला तुम्ही पात्र ठरता.

कोणी
तरी जेव्हा माझी छेड
काढतो, तेव्हा पहिल्यांदा
मला भिती वाटते. हळूहळू
त्याचं चिडचिडीत रूपांतर होतं.
चिडचिडीचा मग फणकारा
बनतो.

मी
माझ्या मैत्रिणींचा
आदर करतो. पण
आम्ही त्यांना चिडवतोही.
त्यामुळे
काय मोठं नुकसान
होतंय ?

आता
मी दुर्लक्ष करणार नाही,
नाहीतर हे थांबणारच
नाही.

जर
शरीर प्रदर्शन
करणारे कपडे मुलींनी
घातले तर मुक्ताफळे
ऐकण्यासाठी त्यांनी तयार
असले पाहिजे.

मी
मुलींना स्पर्श
करत नाही. मी
त्यांच्यावर शेरे मारतो.
छान वाटतं.

जिथे
काहीच नाही,
तिथे तुम्ही उगाच
मोठा मुद्दा करताहात.
मुलींना चिडवलेलं
आवडतंच.

Confidential

मी
जेव्हा रस्त्यावरून
जात असते, त्याचवेळी गाडी
चालवणारे पुरुष आपल्या
खिडकीची काच खाली करत लिफ्ट
हवी का असं विचारतात, तेव्हा
मला संताप येतो.

मला
मुलींना छळायला
आवडत नाही हे सांगण्याचा
मी माझ्या मित्रांकडे खूप प्रयत्न
केला. त्यांनी माझी टिंगल करत
मला शिव्या घातल्या.

त्या
गोष्टीने सबंध दिवस
मी पछाडलेली असते –
एक खोलवर राग उफाळून
येतो. का मी गप्प बसले ?
हा प्रश्न सतावतो.

चिडवा–
चिडवीला लैंगिक
छेडछाड म्हणून स्त्रिया
त्याचा मोठा बाऊ
करतात.

एखाद्या
ओळखीच्या वा
अनोळखी माणसाने माझी
इच्छा नसताना केलेल्या स्पर्शाने मी
क्रोधित होते, कोलमडून जाते. मला
आतून मलीन झाल्यासारखे
वाटते.

Confidential

मुलींसाठी एक अखेरचे सांगणे

संपूर्णपणे देह झाकणारा पोषाख केलात तर छेडछाडीपासून आपला बचाव होईल अशी स्वत:ची फसवणूक करून घेवू नका किंवा असंही मानू नका की पाश्चिमात्य पोषाखाच्या तुलनेत भारतीय पोषाख अधिक सुरक्षित आहे.

तुम्हाला ज्या तऱ्हेचा पोषाख करावासा वाटतो तसा पोषाख करायचा तुम्हाला अधिकार आहे. छेडछाड हा गुन्हा आहे.

- **लैंगिक छळ होत असेल** – तुमचा किंवा इतर कोणाचाही, तर गप्प राहू नका मध्ये पडा, दखल घ्या, लैंगिक छळ थांबविण्याचा प्रयत्न करा.
- **मोबाईल फोन स्मार्टपणे वापरायला शिका** – छेड काढणाऱ्या पुरुषाचा फोटो किंवा व्हिडीओ काढा. सेफ्टी ॲप तुमच्या हँडसेटवर डाऊनलोड करा.
- **हेल्पलाईन १०३/१०९१ ला फोन करा** – घरामध्ये असो किंवा सार्वजनिक ठिकाणी, स्वत:वर असो किंवा आजूबाजूला, कुठेही स्त्रीवर हिंसा/छळ होताना दिसला तर १०३/१०९१ ला फोन करा.

आपण सगळे मिळून हे जग भीतीमुक्त बनवुया.

मुलांसाठी एक अखेरचे सांगणे

एक सोपे छेडछाडीचे शोधमापक

विनोद करण्याअगोदर, शाब्दिक बाण मारंण्या-अगोदर, मस्करी करण्याअगोदर, अथवा मुलीशी जुळवून घ्यायला सरसावण्याअगोदर हे प्रश्न स्वत:ला विचारून पाहा.

"जर का हे कृत्य चित्रित केले व रियालिटी टी.वी. वर दाखवले तर मला कसे वाटेल ?"

"माझ्या आईची, माझ्या बहिणीची, माझ्या प्रेयसीची माझ्या अशा कृत्यावर काय प्रतिक्रिया असेल ?"

"माझ्यावर लक्ष केंद्रित करण्याची तिच्यावर मी जबरदस्ती करत आहे का ?"

जर का यावरील उत्तरे तुम्हाला अस्वस्थ करत असतील, तर

........ते करू नका, तसे वागू नका.

जर का ती तुम्हाला प्रतिसाद देत नसेल

.... हीच वेळ आहे

आत्ताच थांबा !

लैंगिक छेडछाड म्हणजे प्रणयाचा खेळ नव्हे.

लैंगिक छेडछाड	प्रणयाचा खेळ
नको नकोशी वाटणारी	हवा हवासा वाटणारा
'असमानतेच्या' भूमिकेवरून लोकांमध्ये घडते.	'समानतेच्या' भूमिकेवरून लोकांमध्ये घडतो.
'वाईट' वाटायला लावणारी भावना तयार होते.	'चांगलं' वाटायला लावणारी भावना तयार होते.
एक-तर्फी – तुम्ही प्रतिसाद द्यायला असमर्थ असता.	दु-तर्फी – तुम्ही त्याच सुरात प्रतिसाद देता.
अवमान आणि अवमूल्यन झाल्याची भावना होते.	स्तुतीसुमनांची उधळण झाल्याची भावना होते.
हतबलतेची भावना तयार होते.	सबलीकरणाची भावना तयार होते.
लज्जित होण्याची भावना निर्माण करते आत्मसन्मानाची पातळी खालावते.	सकारात्मक भावना निर्माण करते. आत्मसन्मानाचा स्तर उंचावतो.

Confidential

कायदा सांगतो

लैंगिक छेडछाड हा केवळ सामाजिक अपराध नाही. तर तो कायद्याच्या नजरेत गुन्हा आहे.

भारतीय दंड संहितेच्या खालील कलमान्वये छेडछाड करणारा शिक्षेस पात्र होऊ शकतो.

गुन्हा	कलम	शिक्षा
सार्वजनिक ठिकाणी अश्लील वर्तणूक	२९४ भा.द.वि.सं.	तीन महिने कैद किंवा दंड किंवा दोन्ही
अश्लील शेरे/छेडछाड	५०९ भा.द.वि.सं.	तीन वर्षा पर्यंत कैद व दंड
लैंगिक छळ : विनयभंग करण्याच्या उद्देशाने हल्ला करणे.	३५४ भा.द.वि.सं.	कमीत कमी – एक वर्ष जास्तीत जास्त – पाच वर्ष व दंड
लैंगिक छळ/लैंगिक संबंधाची मागणी करणे/अश्लील चित्र दाखवणे	३५४(अ) भा.द.वि.सं.	तीन वर्षा पर्यंत कैद व दंड
टक लावून पाहणे/ पाठलाग करणे	३५४(ड) भा.द.वि.सं.	कमीत कमी – एक वर्ष जास्तीत जास्त – तीन वर्ष दंड
अश्लील शेरे मारणे/चोरून अश्लील चित्रण करणे	३५४(क) भा.द.वि.सं.	कमीत कमी – एक वर्ष जास्तीत जास्त – तीन वर्ष व दंड
बलात्कार व खून	३७६(अ) भा.द.वि.सं.	कमीत कमी – वीस वर्ष जास्तीत जास्त – जन्मठेप

Confidential

तुम्ही काय करू शकता

तुमची छेडछाड होत असेल, तर तुम्ही हे करु शकता.

तुम्ही आसपासच्या लोकांकडून मदत घेऊ शकता. (मैत्री असलेले वा अनोळखी).

जर छेडछाड महाविद्यालयात अथवा विश्व-विद्यालयात घडत असेल तर महाविद्यालयीन तक्रार समितीकडे वा अन्य संविधानाकि संस्थेकडे तुम्ही तक्रार करू शकता.

जर का ती सार्वजनिक जागा असेल तर तात्काळ पोलीसांकडे तक्रार करू शकता.

स्त्री संघटनेकडे तक्रार नोंदवू शकता.

अक्षरा

अक्षरा ही स्त्रीवादी दृष्टीकोनातून काम करणारी सामाजिक संस्था आहे. गेली २० वर्षांपासून स्त्रियांवर होणाऱ्या अत्याचाराच्या विरोधात आणि स्त्री-पुरुष समानतेसाठी अक्षरा सक्रीय कार्यरत आहे. तरुण युवक-युवतींना संवादक बनवून त्यांना नेतृत्वात आणून नाविन्यपूर्ण कार्यक्रम, क्षमता बांधणी आणि जनजागरण अभियानाच्या माध्यमाने हिंसामुक्त आणि स्त्री-पुरुष समानता असणारा समाज घडवण्याच्या दिशेने अक्षराची वाटचाल सुरु आहे.

स्त्री सक्षमीकरणासाठी शैक्षणिक शिष्यवृत्ती तसेच कौशल्य बांधणी प्रशिक्षण, नेतृत्व आणि आत्मविश्वास वृद्धीपर कार्यक्रम तरुणीसाठी अक्षराच्या वतीने राबविले जातात तसेच महाविद्यालयातील युवकांसोबत स्त्री हिंसा विषयावर जनजागरण करून त्यांच्या माध्यमाने बदलात्मक अभियानाचे आयोजन केले जाते.

समाजातील निरनिराळ्या शासकीय व अशासकीय संस्थांसोबत हिंसा प्रतिबंधात्मक आणि सुरक्षितता धोरण राबविण्यासाठी स्थानिक व राष्ट्रीय स्तरावर अक्षरा सक्रीय आहे.

अक्षरा

निलांबरी-५०१, मार्ग क्रमांक ८६,
गोखले पथ दक्षिण, मुंबई - ४०० ०२८.
दूरध्वनी : ०२२-२४३२८६९१

ई-मेल : akshara.frea@gmail.com
वेबसाईट : www.aksharacentre.org

For more information visit us on
www.standupagainstviolence.org

akshara

www.aksharacentre.org
www.standupagainstviolence.org

Confidential