

Dhidi ya Ukatili Majumbani.

Ukatili (kisaikolojia, kimwili, kijinsia) majumbani umeongezeka duniani kote wakati wa janga la Korona (COVID-19).

Nini Wasaikolojia Wanaweza Kufanya

1. UNGA MKONO, SHIRIKISHA RASILIMALI

Watu waliofanyiwa ukatili majumbani wana uwezekano mkubwa wa kutafuta msaada pale wanapoamini kuwa watapata kinga, ulinzi na msaada wa kubadili hali zako. Hii ni changamoto hasa wakati huu wa janga la dunia la COVID-19 kwa sababu kanuni ya “Bakia nyumbani” na “Weka Umbali” imeongeza hatari ya matukio ya ukatili na vizuizi vya kupata huduma na msaada.

Chukua hatua kutambua watu walio katika hatari.

Linda watu kwa kuwapatia ufahamu juu ya huduma zilizopo.

2. ANZISHA MIJADALA KATIKA JAMII YAKO

Janga la COVID-19 na mazonge mengine yamechangia kuongezeka kwa aina mbalimbali za ukatili majumbani na katika jamii. Watu wengi wanaweza wasitambue kuwa wao mwenyewe au waliokaribu nao wamo katika mazingira ya ukatili au kujua rasilimali gani zilizopo kwa ajili yao, kwa kuwa ukatili huzoeleishwa na kufichwa wakati wa majanga mfano wa COVID-19.

Elimisha jamii kuhusu ishara za aina tofauti za ukatili na njia za kupata msaada.

3. HAKUNA AFYA BILA AFYA YA AKILI

Watu ambao wamekuwa wahanga wa ukatili unaohusika na majanga wanaweza kupata madhara ya muda mrefu ya afya ya akili ikiwemo Wasiwasi, Ukiwewe, Sonona na changamoto nyinginezo za ukuaji.

Semea upatikanaji wa huduma kutoa msaada wa haraka kwa mahitaji ya dharura na mahitaji ya muda mrefu.

4. MUONE MTU KAMA ALIVYO SIO KWA UTOFAUTI WAKE

Ukatili lazima utizamwe katika muktadha wa hali ya mtu binafsi. Ukiwewe utokanao na ukatili unaweza kukuzwa kutokana na aliyoyapitia mhanga hapo kabla.

Jifunze namna ya kutoa huduma kamilifu inayojitosheleza kutokana na hitaji maalumu la mhanga.