

பாலியல் துன்புறுத்தல்

பாலியல் துன்புறுத்தல் என்றால் என்ன?

பாலியல் துன்புறுத்தல் என்பது விரும்பத்தகாத பாலியல் முன்னேற்றங்கள், பாலியல் உதவிக்கான கோரிக்கைகள் அல்லது விரோதமான அல்லது அச்சுறுத்தும் சூழலை உருவாக்கும் பாலியல் இயல்புடைய வாய்மொழி அல்லது உடல் நடத்தை ஆகியவற்றைக் குறிக்கிறது. பணியிடம், கல்வி நிறுவனங்கள், பொது இடங்கள் மற்றும் ஆன்லைன் தளங்கள் உட்பட பல்வேறு அமைப்புகளில் இது நிகழலாம்.

சட்ட கட்டமைப்பு:

பாலியல் துன்புறுத்தல்களைத் தடுக்கவும், பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு சட்டப் பாதுகாப்பு வழங்கவும் சட்டங்கள் இயற்றப்பட்டுள்ளன. இந்தியாவில், பணியிடத்தில் பெண்களுக்கு ஏற்படும் பாலியல் துன்புறுத்தல் (தடுப்பு, தடை மற்றும் நிவர்த்தி) சட்டம், 2013, பணியிடத்தில் பாலியல் துன்புறுத்தலை வரையறுத்து, புகார்களை பதிவு செய்வதற்கும், பரிகாரம் தேடுவதற்குமான நடைமுறைகளை கோட்டுக் காட்டுகிறது. கூடுதலாக, இந்திய தண்டனைச் சட்டத்தின் பிரிவு 354A பாலியல் துன்புறுத்தலைக் குறிக்கிறது மற்றும் குற்றவாளிகளுக்கு குற்றவியல் தண்டனைகளை வழங்குகிறது.

பாலியல் துன்புறுத்தலை அங்கீகரித்தல்:

பாலியல் துன்புறுத்தல் பல்வேறு வடிவங்களில் வெளிப்படும், வாய்மொழி துன்புறுத்தல், தேவையற்ற தொடுதல், பாலியல் கருத்துகள் அல்லது நகைச்சுவைகள், ஆன்லைன் துன்புறுத்தல் மற்றும் பாலியல் முன்னேற்றங்களை மறுப்பதற்காக பழிவாங்கும் அச்சுறுத்தல்கள். இந்த நடத்தைகளை அடையாளம் கண்டு அவற்றை நிவர்த்தி செய்ய நடவடிக்கை எடுப்பது அவ

சட்ட வழிகாட்டுதல் படிகள்:

1. அங்கீகாரம் மற்றும் புரிதல்:

பாலியல் துன்புறுத்தலின் அனுபவத்தை அங்கீகரித்து அங்கீகரிக்கவும்.

இது உங்கள் தவறு அல்ல என்பதை புரிந்து கொள்ளுங்கள், நீதி கேட்க உங்களுக்கு உரிமை உண்டு.

2. ஆவணங்கள் மற்றும் சான்றுகள் சேகரிப்பு:

தேதிகள், நேரம், இருப்பிடங்கள் மற்றும் நடத்தையின் விளக்கங்கள் உட்பட பாலியல் துன்புறுத்தலின் அனைத்து நிகழ்வுகளையும் ஆவணப்படுத்தவும். உங்கள் வழக்கை ஆதரிக்கும் தொடர்புடைய தொடர்பு அல்லது ஆதாரங்களை சேகரிக்கவும்.

3. ஆதரவு மற்றும் வழிகாட்டுதலை நாடுங்கள்:

உணர்ச்சிபூர்வமான ஆதரவு மற்றும் வழிகாட்டுதலுக்காக நம்பகமான நபர்களை அணுகவும். ஆதரவு நிறுவனங்கள், பெண்கள் உரிமைக் குழுக்கள் அல்லது பாலியல் துன்புறுத்தல் வழக்குகளில் நிபுணத்துவம் பெற்ற சட்ட வல்லுநர்களிடம் ஆலோசனை பெறவும்.

4. புகாரைப் புகாரளித்தல் மற்றும் தாக்கல் செய்தல்:

உங்கள் முதலாளி, கல்வி நிறுவனம் அல்லது சட்ட அமலாக்க நிறுவனம் எதுவாக இருந்தாலும், பாலியல் துன்புறுத்தல் சம்பவத்தை உரிய அதிகாரியிடம் புகாரளிக்கவும். முறையான புகாரைப் பதிவு செய்வதற்கான நிறுவப்பட்ட நடைமுறைகளைப் பின்பற்றவும்.

5. சட்டப்பூர்வ தீர்வுகளைப் பின்பற்றுதல்:

உங்கள் பணியிடத்தில் உள்ள உள் புகார்கள் குழுவில் (ஐசிசி) புகாரைப் பதிவு செய்தல் அல்லது தொடங்குதல் போன்ற சட்டப்பூர்வ தீர்வுகளை ஆராயுங்கள்.

நீதிமன்றங்கள் மூலம் சட்ட நடவடிக்கை. உங்கள் விருப்பங்களையும் உரிமைகளையும் புரிந்து கொள்ள ஒரு வழக்கறிஞரை அணுகவும்.

6. ஒத்துழைப்பு மற்றும் ஒத்துழைப்பு:

உங்கள் வழக்கில் தொடர்புடைய புலனாய்வாளர்கள் மற்றும் சட்ட வல்லுநர்களுடன் ஒத்துழைக்கவும். உங்கள் புகாரை ஆதரிக்க உண்மையான சாட்சியம் மற்றும் ஆதாரங்களை வழங்கவும்.

எந்தவொரு சட்ட நடவடிக்கைகளுக்கும் அல்லது விசாரணைகளுக்கும் ஒத்துழைக்கவும்.

7. சுய-கவனிப்பு மற்றும் நல்வாழ்வு:

செயல்முறை முழுவதும் உங்கள் நல்வாழ்வுக்கு முன்னுரிமை கொடுங்கள். சுய-கவனிப்பு பயிற்சி, தேவைப்பட்டால் ஆலோசனை அல்லது சிகிச்சையைப் பெறவும், உங்கள் மன மற்றும் உணர்ச்சி ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்தும் செயல்களில் ஈடுபடவும்.

8. தகவல் மற்றும் அதிகாரம் பெற்றிருங்கள்:

உங்கள் புகாரின் முன்னேற்றம் மற்றும் தொடர்புடைய சட்டங்கள் அல்லது கொள்கைகளில் ஏதேனும் முன்னேற்றங்கள் குறித்து தொடர்ந்து அறிந்திருங்கள். உங்கள் உரிமைகளைப் பற்றி உங்களுக்குக் கற்றுக் கொடுங்கள் மற்றும் உங்கள் தேவைகள் மற்றும் ஆர்வங்களுக்காக வாதிட உங்களை மேம்படுத்துங்கள்.

9. வக்காலத்து மற்றும் மாற்றம்:

பாலியல் துன்புறுத்தலுடனான உங்கள் அனுபவத்தைப் பயன்படுத்தி முறையான மாற்றத்திற்காக வாதிடவும். விழிப்புணர்வு பிரச்சாரங்களில் பங்கேற்கவும், பாலின சமத்துவத்தை ஊக்குவிக்கும் முன்முயற்சிகளுக்கு ஆதரவளிக்கவும், மேலும் அனைவருக்கும் பாதுகாப்பான மற்றும் உள்ளடக்கிய சூழலை உருவாக்குவதில் பணியாற்றுங்கள்.

10. நிலைத்தன்மை மற்றும் மீள்தன்மை:

பாலியல் துன்புறுத்தலுக்கு நீதி தேடுவது ஒரு நீண்ட மற்றும் சவாலான பயணமாக இருக்கலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். உங்கள் நீதியைப் பின்தொடர்வதில் விடாமுயற்சியுடன், உறுதியுடன், உறுதியுடன் இருங்கள். உங்கள் தைரியமும் விடாமுயற்சியும் மாற்றத்தை ஏற்படுத்துவதோடு மற்றவர்களையும் நடவடிக்கை எடுக்க தூண்டும்.

முடிவுரை:

பாலியல் துன்புறுத்தல் என்பது பாலின அடிப்படையிலான வன்முறையின் பரவலான வடிவமாகும், இதற்கு உடனடி கவனம் மற்றும் நடவடிக்கை தேவைப்படுகிறது. உங்கள் உரிமைகளைப் புரிந்துகொள்வதன் மூலமும், சட்ட உதவியை நாடுவதன் மூலமும், மாற்றத்திற்காக வாதிடுவதன் மூலமும், பாலியல் துன்புறுத்தலுக்கு முற்றுப்புள்ளி வைப்பதற்கும், அனைவருக்கும் பாதுகாப்பான, சமமான சூழலை உருவாக்குவதற்கும் நீங்கள் பணியாற்றலாம்.