

# लैंगिक अत्याचार

लैंगिक छळ म्हणजे काय?

लैंगिक छळ म्हणजे अनिष्ट लैंगिक प्रगती, लैंगिक अनुकूलतेसाठी विनंत्या किंवा लैंगिक स्वभावाचे इतर शाब्दिक किंवा शारीरिक आचरण जे प्रतिकूल किंवा भीतीदायक वातावरण निर्माण करते. हे कार्यस्थळ, शैक्षणिक संस्था, सार्वजनिक जागा आणि ऑनलाइन प्लॅटफॉर्मसह विविध सेटिंग्जमध्ये येऊ शकते.

कायदेशीर चौकट:

लैंगिक छळाचे निराकरण करण्यासाठी आणि पीडितांना कायदेशीर संरक्षण देण्यासाठी कायदे तयार करण्यात आले आहेत. भारतामध्ये, कामाच्या ठिकाणी महिलांचा लैंगिक छळ (प्रतिबंध, प्रतिबंध आणि निवारण) कायदा, 2013, कामाच्या ठिकाणी लैंगिक छळाची व्याख्या करतो आणि तक्रारी दाखल करण्यासाठी आणि निवारण शोधण्याच्या प्रक्रियेची रूपरेषा देतो. याव्यतिरिक्त, भारतीय दंड संहितेचे कलम 354A लैंगिक छळाला संबोधित करते आणि गुन्हेगारांसाठी फौजदारी दंडाची तरतूद करते.

लैंगिक छळ ओळखणे:

लैंगिक छळ वेगवेगळ्या स्वरूपात प्रकट होऊ शकतो, ज्यामध्ये शाब्दिक छळ, अवांछित स्पर्श, लैंगिक टिप्पण्या किंवा विनोद, ऑनलाइन छळ आणि लैंगिक प्रगती नाकारल्याबद्दल बदला घेण्याच्या धमक्या यांचा समावेश आहे. ही वर्तणूक ओळखणे आणि त्यांना संबोधित करण्यासाठी कृती करणे आवश्यक आहे.

कायदेशीर मार्गदर्शन पायन्या:

1. ओळख आणि समज:

लैंगिक छळाचा अनुभव ओळखा आणि कबूल करा.

तुमची चूक नाही हे समजून घ्या आणि तुम्हाला न्याय मागण्याचा अधिकार आहे.

2. दस्तऐवजीकरण आणि पुरावे गोळा करणे:

तारखा, वेळा, स्थाने आणि वर्तनाच्या वर्णनासह लैंगिक छळाच्या सर्व घटनांचे दस्तऐवजीकरण करा.

तुमच्या केसला समर्थन देणारे कोणतेही संबंधित संप्रेषण किंवा पुरावे गोळा करा.

3. समर्थन आणि मार्गदर्शन मिळवा:

भावनिक समर्थन आणि मार्गदर्शनासाठी विश्वासू व्यक्तींशी संपर्क साधा.

समर्थन संस्था, महिला हक्क गट किंवा लैंगिक छळाच्या प्रकरणांमध्ये तज्ञ असलेल्या कायदेशीर व्यावसायिकांकडून सल्ला घेण्याचा विचार करा.

4. तक्रार नोंदवणे आणि दाखल करणे:

तुमचा नियोक्ता, शैक्षणिक संस्था किंवा कायद्याची अंमलबजावणी करणारी एजन्सी असो, योग्य अधिकाऱ्याला लैंगिक छळाच्या घटनेची तक्रार करा. औपचारिक तक्रार दाखल करण्यासाठी स्थापित प्रक्रियेचे अनुसरण करा.

5. कायदेशीर उपायांचा पाठपुरावा करणे:

तुमच्यासाठी उपलब्ध असलेल्या कायदेशीर उपायांचा शोध घ्या, जसे की तुमच्या कामाच्या ठिकाणी अंतर्गत तक्रार समितीकडे (ICC) तक्रार दाखल करणे किंवा आरंभ करणे.

न्यायालयांद्वारे कायदेशीर कारवाई. तुमचे पर्याय आणि अधिकार समजून घेण्यासाठी वकिलाचा सल्ला घ्या.

#### 6. सहयोग आणि सहकार्य:

तुमच्या केसमध्ये गुंतलेले अन्वेषक आणि कायदेशीर व्यावसायिकांसह सहयोग करा. तुमच्या तक्रारीचे समर्थन करण्यासाठी सत्य साक्ष आणि पुरावे द्या.

कोणत्याही कायदेशीर कार्यवाही किंवा तपासणीस सहकार्य करा.

#### 7. स्वतःची काळजी आणि कल्याण:

संपूर्ण प्रक्रियेदरम्यान आपल्या कल्याणास प्राधान्य द्या. स्वतःची काळजी घ्या, आवश्यक असल्यास समुपदेशन किंवा थेरेपी घ्या आणि तुमच्या मानसिक आणि भावनिक आरोग्यास प्रोत्साहन देणाऱ्या क्रियाकलापांमध्ये व्यस्त रहा.

#### 8. माहितीपूर्ण आणि सशक्त रहा:

तुमच्या तक्रारीच्या प्रगतीबद्दल आणि संबंधित कायदे किंवा धोरणांमधील कोणत्याही घडामोडीबद्दल माहिती ठेवा. आपल्या हक्कांबद्दल स्वतःला शिक्षित करा आणि आपल्या गरजा आणि स्वार्थांसाठी समर्थन करण्यासाठी स्वतःला सक्षम करा.

#### 9. समर्थन आणि बदल:

प्रणालीगत बदलासाठी समर्थन करण्यासाठी लैंगिक छळाचा तुमचा अनुभव वापरा. जागरूकता मोहिमांमध्ये सहभागी व्हा, लिंग समानतेला प्रोत्साहन देणाऱ्या उपक्रमांना समर्थन द्या आणि सर्वांसाठी सुरक्षित आणि अधिक समावेशक वातावरण निर्माण करण्याच्या दिशेने कार्य करा.

#### 10. चिकाटी आणि लवचिकता:

लक्षात ठेवा की लैंगिक छळासाठी न्याय मिळवणे हा एक लांब आणि आव्हानात्मक प्रवास असू शकतो. आपल्या न्यायाच्या प्रयत्नात चिकाटी, लवचिक आणि दृढनिश्चय ठेवा. तुमचे धैर्य आणि चिकाटी फरक करू शकते आणि इतरांना कृती करण्यास प्रेरित करू शकते.

#### निष्कर्ष:

लैंगिक छळ हा लिंग-आधारित हिंसाचाराचा एक व्यापक प्रकार आहे ज्यावर त्वरित लक्ष देण्याची आणि कारवाईची आवश्यकता आहे. तुमचे अधिकार समजून घेऊन, कायदेशीर सहाय्य मिळवून आणि बदलासाठी समर्थन करून, तुम्ही लैंगिक छळ संपवण्याच्या आणि सर्वांसाठी अधिक सुरक्षित, अधिक न्याय्य वातावरण निर्माण करण्याच्या दिशेने काम करू शकता.