

Ishara za maonyo ya mahusiano yasiyo salama

Martha anapelekeshwa sana. Angalia masahibu anayopitia kwenye katuni hapo juu. Ingekuwa ni wewe ungefanyaje?

Malizia hadithi ya Martha kwa kutumia utunzi wa hadithi za michoro mtandaoni. Unaweza kushirikisha marafiki zako utunzi wako kwakutumia mtandao wowote wa kijamii unaoupenda.

[Katuni za michoro] [Karatasi ya ukweli] [Maelezo ya mwezesaji]

>> WhatsApp Download <<

Maelezo muhimu:

Kila mahusiano yana misukosuko yake, lakini mahusiano yasiyo na afya/salama maranyingu huusisha baadhi ya tabia na wakati mwingine huongezeka kihisia au unyanyasaji wa kimwili.

Umekuwa ukihofia kuwa mahusiano yako au mmoja kati ya rafiki zako si salama? Hapa tunaziangazia ishara kadhaa za maonyo:

- Mpenzi wako anajaribu kukulazimisha na mwishowe kutumia nguvu kwako. *Ikiwa wanafanya hivi kimwili, kihisia, kwa kile wachosema kwako au kwanjia ya mtandao kupitia WhatsApp na Facebook, hii sisawa.*
- Wanakulazimisha kutuma picha zako za utupu, ujumbe au snapchat ambazo hutaki kutuma. *Hii si sawa – na hujui vile wanavyoweza kuzitumia.*
- Mwenza wako anakudhibiti sana, kwamfano; anakuamulia muonekano wa nywele zako, anafuatilia mahala unako kwenda, unakutana na nani au unafanya nini. Hii si salama.
- Huhisi utayari au uwezekano wa kuwasiliana na mpenzi wako. *Hii si salama, lakini kuvunjika kwa mawasiliano wakati mwingine inaweza ikawa ni rahisi kurekebisha, na inaweza kufanya mazuri mengi kwenye mahusiano yenu.*
- Imejirudia mara kadhaa mpenzi wako kukosa uwaminifu. *Hii si sawa. Mahusiano mazuri/yenye afya hujengwa kwa uwaminifu na heshima.*
- Wanakupa majina yasiyo eleweka/kukutukana, maswali yasiyoisha na kukosoa uchaguzi na maamuzi yako. *Hii si salama.*
- Huhisi kama huna uhuru wa kuamua kutumia njia mojawapo ya uzazi wa mpango kuzuia mimba na huhisi kama unauwezo wa kusesitiza kufanya ngono salama ili kuzuia kupata maambukizi ya virusi vya ukimwi na magonjwa mengine yatokanayo na ngono. *Hakuna mwenza ambaye angependa kulazimishwa kufanya kitu asichotaka kufanya/kwahiyo hii si sawa.*
- Huhisi kama ukohuru kwenda kutembelea marafiki zako bila mwenza kwako kukasirika au kuhuzunika au kuhisi wivu. *Kutegemeana kupita kiasi na kujitenga na makundi ya kijamii si salama. Kwenye mahusiano mazuri mngpenda muda mwingi muwe pamoja, lakini uko na maisha yako pia na unaweza kudumisha nidhamu ya kujitegemea.*

- Umeumbwa kuhisi hatia mara tu unapofanya maamuzi yasiyo sahihi. *Hii si sawa. Mahusiano ya kikatili maranyingi hutegemea udanganyifu na kuhakikisha mmojawapo anahisi hatia.*

Mawazo ya mjadala:

Ni nini wewe au (kikundi chako) mnafahamu kuhusu mahusiano yenye afya? Labda hujawahi kulifikiria hili kabla. Haya ni maswali kadhaa ya kuyafikiria kujihusu, au yakuyajadili kwenye kikundi.

- Unamawazo yenye suluhu kuhusu mahusiano? Unadhani kunasheria ya mahusiano mazuri na mabaya?
- Mwenza wako anafaa kuwa na sifa/vigezo vile unavyoviona au kuvitafuta kwa rafiki zako – Nisifa gani za muhimu zaidi kwa rafiki yako wa karibu?
- Unadhani unawezaje kueleza tofauti kati ya mahusiano yanayo pitia changamoto nayale ambayo hayana afya/si salama?
- Unadhani kunatabia ambazo si sehemu ya mahusiano yenye afya/salama?
- Unadhani kuwa kwenye mahusiano yasiyo na salama inawezaje kudhuru/haribu afya yako ya kijinsia?

Young Voices Africa ni kikundi kinacho jadili kuhusu mjadala mbalimbali ya afya ya uzazi na kufanya ngono salama. Kimekuwa kikiendelezwa na vijana na nikwaajili ya vijana kuanzi miaka 15 mpaka 24 nchini Afrika ya kusini.

Last full review:

10 March 2021

Next full review:

10 March 2022