



german
cooperation

DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT



NATIONAL CHILD PROTECTION AUTHORITY

Safeguarding Our Children

A handbook for responsible adults



National Child Protection Authority - Sri Lanka

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

giz

Deutsche Gesellschaft
für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Safeguarding Our Children

A handbook for responsible adults

English

ஈஹல

தமிழ்

Published by:

© National Child Protection Authority

August 2013

All rights reserved

Editor

Ms. Nirusiya Shathvigan, *Attorney-at-Law*

Design and layout:

Sense Graphic Solutions

0777 740 344

This hand book is for you, whether you are

- A parent or a guardian
- A family member or a relative
- A concerned member of the community
- A person working in a children's environment
- Anyone who is interested in the welfare of children

Remember:

This is not just a book, but a guide for you to make a great difference in safeguarding children.

When I approach a child, he inspires in me
two sentiments; tenderness for what he is,
and respect for what he may become.

- *Louis Pasteur*

Contents

Forword	02
Introduction	04
Chapter 1	
Developmental stages of children	06
Chapter 2	
Understanding the basics about child protection and child abuse	12
Chapter 3	
Myths & facts about child sexual abuse	18
Chapter 4	
Parents' role in safeguarding children	22
Chapter 5	
Responding to child sexual abuse	32
Chapter 6	
Where to get help	40

Foreword

The whole world speaks of children with great love. Their hopeful smiles can awaken the whole world. The responsibility of making this world a better place for children falls mainly on the parents, yet a child growing up under the protection of the parents needs to remain protected within the school as well as within the wider society. Therefore it is my belief, especially when considering today's society that it is time to go beyond merely talking about children but to take effective action on behalf of them. It is our responsibility as a society not only to ensure the protection of our own children, but also to extend it to all the children in our motherland.

My experience as the Chairperson of the National Child Protection Authority for over three years, has shown me how society which also has a very important part to play, but has been neglectful of their responsibility in this regard, has resulted in the perpetuation of child abuse. We need to be more aware of and sensitive to this situation.

The launch of the 1929 Childline Sri Lanka helped to establish a mechanism that responds quickly to ensure the protection of children in any corner of the country. What can be inferred when analyzing the information we receive through this 1929 Childline, is the importance of preventing instances of child abuse before they occur.

No one in his or her childhood should experience the abuse. No young life should live with fear or neglect. While it is not possible to prevent all violence, nor possible to guarantee that no child will ever be harmed by neglect or exploitation, it is our utmost duty as adults to do every thing in our power as parents and as society as a whole to prevent such harm.

This booklet, which has been put together by the National Child Protection Authority with the financial support of GIZ, will serve as a guide to all who want to make this world a better and safer place for children. I fervently hope that you will apply the knowledge on child protection you gain through this booklet to ensure the protection of all children in our motherland, and I take this opportunity to cordially invite you to commit your lives towards the protection of all children to ensure a better tomorrow for our country.

Mrs. Anoma Dissanayake

Chairperson

National Child Protection Authority

Introduction

It is a fact that millions of children all over the world are not fully protected. Almost everyday they encounter abuse, neglect, violence, exploitation and or exclusion. In particular child sexual abuse is a serious problem and occurs in the difference strata of society. People are reluctant to discuss this issue as it is a sensitive subject and children are kept in ignorance and so they do not know the serious repercussion that could entail on them.

Very often abuse is not reported and almost all victim children do not receive the help and understanding to overcome the critical situation that they are in, which inevitably lead them to be exposed to further abuse.

It is of utmost importance that parents and guardians should take all steps to protect and educate their children before anything detrimental happens and in the event after abuse has in fact occurred.

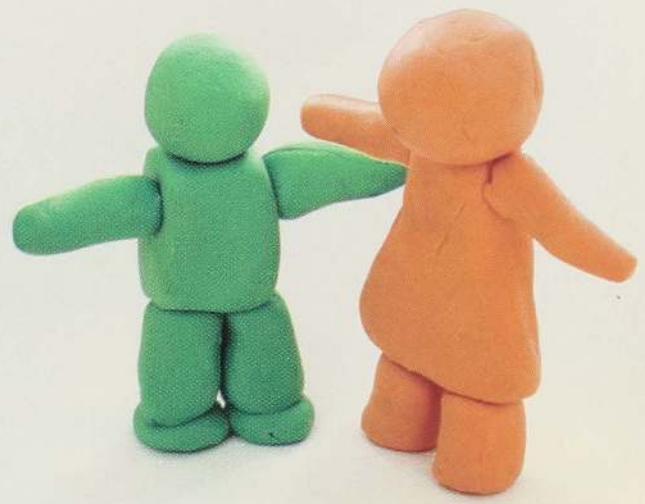
This handbook outlines easy approaches and parental guidelines to educate and protect children. It also helps parents to determine whether the child has been subject to abuse and how to respond in such situations and where to get help. We trust the contents of this handbook will be of invaluable resource to parents and guardians in safeguarding children and building a happy and successful life for them.

Chapter 01

Developmental stages of children

“A child’s life is like
a piece of paper on
which every passerby
leaves a mark.”

- *Ancient Chinese proverb*



Development is an essential part of childhood. Through the stages of childhood, a child gradually learns the skills that he or she requires leading to adulthood. Maltreatment during infancy and childhood has been shown to have an adverse effect on child development, including brain and cognitive development. It is possible that child abuse and neglect can have a lasting negative effect on physical, intellectual, and psychological aspects of the child in his or her attainment of adulthood.

The impacts of the child's feelings during infancy and childhood to external stimulus, is the basis for the formation of intelligence, emotions and personal development. When such experiences are primarily negative, children may develop emotional, behavioral, and learning problems that persist throughout their lifetime. Thus understanding what needs should be accomplished within each developmental stage of the child and taking steps to provide such incentives and care will greatly contribute to safeguard our children.

0-3 years old

- Children's capacities are evolving at the greatest speed.
- Children learn to walk and talk.
- Children learn to form relationships and become part of their family and community.
- The natural world and technology are a source of fascination.
- Children are particularly at risk from disease and poor nutrition.
- Children need special attention to protect them from physical risks. (they cannot well evaluate risk to themselves)
- Children need touch as an important part of physical interaction.
- Children need safety and opportunity to learn about the world – usually through play.

3-5 years old

- Linguistic development is rapid and new vocabulary is acquired constantly.
- Children claim increased space for their wishes and autonomy. (sometimes really loudly!)
- Children test their physical abilities and their play will involve more manipulation of tools/ideas.
- Children develop relationships and learn from the adult and natural worlds.
- If encouraged in their learning children develop and gain self confidence in themselves and their competencies.
- Children test boundaries and explore their physical environments.

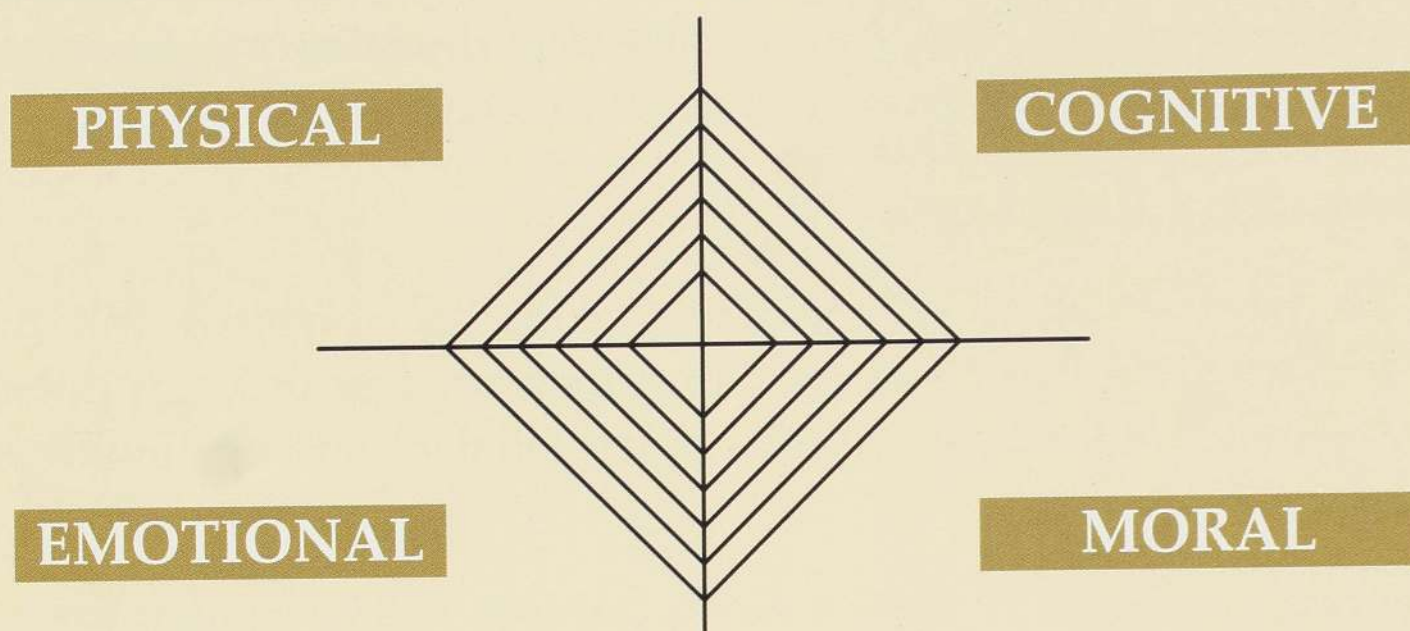
6 - 12 years old

- Rapid intellectual progress enabling them to plan and conceptualise in increasingly sophisticated ways.
- Children will be expected to take on increasing roles in their family/ community.
- Children usually undertake some form of education.
- Children increasingly form and are interested in peer relationships.
- Children of this age also look up to and copy older children.
- Children will need on-going medical care and education to instil good health practices.
- Research shows that children as young as nine can make competent choices and recognise different perspectives.

Adolescence 12-18 years old

- Children develop a wider appreciation of moral codes and the well being of the wider group.
- The peer group is of increasing importance and relationships amongst peers make take precedence for certain topics/issues.
- Children experience puberty with attendant hormonal changes. Sexual and reproductive health is an important issue.
- Gender roles/cultural values will have a strong influence on their lives.
- In many cultures/situations adolescents may be expected to take on adult roles, they may need extra support to do so.
- During this period the child is forming many of their views, beliefs and identity.

Areas of Child Development



Physical development

It refers to the child's body. Physical development includes the child growing bigger and changes in the body due to development of the internal and external sex organs and associated 'secondary sexual characteristics' (e.g. Facial hair and deeper voice for boys, development of breasts and menstruation for girls). Physical sexual development includes changes in hormones (chemicals in the body) which can strongly affect an adolescent's emotional state.

Cognitive development

It refers to what a person knows and understands. It refers to the mental process of knowing, thinking, remembering, reasoning, understanding, problem solving, evaluating and using judgment. It is in contrast to the emotional processes. As children get older, their ability in all of those areas increases.

Emotional development

It refers to feelings rather than knowledge. As a child gets older, he or she gains control over his or her emotions, learning – through social interactions – what is considered 'appropriate' emotional behaviour in different circumstances and within the context of his or her culture.

Moral development

It refers to inherently knowing right from wrong. This is enhanced through positive role models, positive and consistent discipline in a loving context (praising good behaviour, explaining why bad behaviour is wrong etc.)

Even child development

In an ideal situation, all children's rights are respected and fulfilled and children receive all of the input they need in order to develop as well-rounded individuals. All areas of development develop simultaneously, at an equal rate.

The younger the child, the less developed they will be in all of these areas; but if they are growing up in a supportive, safe and loving environment, they will still be on track for overall balanced development.

Uneven child development

If children do not get the right kind of input and they grow up in an environment where their rights are not respected and fulfilled, then their development will be affected and can be 'unbalanced', for example:

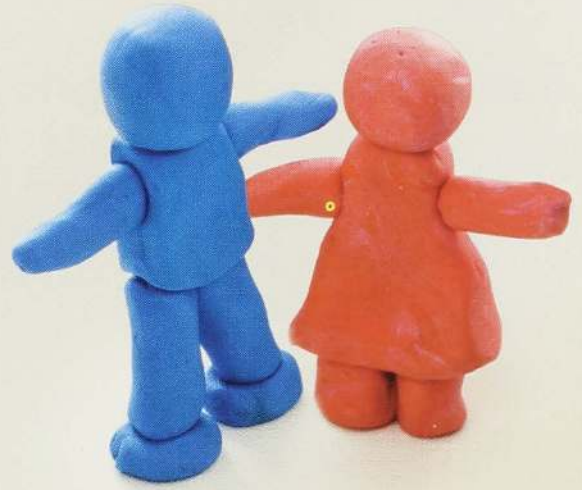
- If a child does not get enough nutritious food he or she will not develop properly physically.
- If a child does not get enough stimulation or education, his or her cognitive development will be affected.
- If a child does not grow up in a loving and supportive environment, or if they grow up in a situation of neglect and emotional abuse, then their emotional and moral development will be less advanced than that of a child who has better opportunities.
- For example a 15-year old boy or girl living in the streets may be physically (including sexually) developed and may look like a 15-year old, and they might even have quite good cognitive 'streetwise' skills which they have picked up in order to survive, but their emotional and moral development might be at a much lower level.

Chapter 02

Understanding the basics about child protection and child abuse

“All girls and boys
under the age of 18,
are defined as
children”

*- Article - 1 of The Convention
on the Rights of the child*



What is child protection?

Child protection” is “the prevention of and response to abuse, neglect, exploitation and violence against children”. All children have the right to protection. They have the right to be physically and emotionally safe and protected at all times.

The family is the natural origin of protection for building a safe and loving home environment for children. The responsibility thereafter, for building a safe environment outside the home lies with schools and the community. The children should be fully protected in the family, school and community so that they can survive, grow, learn and develop to their fullest potential.

What is child abuse?

It is not easy to understand the reason for the occurrence of child abuse and there is no single explanation for child abuse. It results from a complex combination of psychological and social factors. Nevertheless it is impossible to measure its effects on the child and his or her future as abuse affects the well-being of maltreated children.

Child abused is almost irreversibly broken. There are many harmful effects suffered by the child physically and emotionally, such as child is traumatized, frightened, and loses self confidence. He or she may be unable to trust any one nor concentrate on studies and not able to eat, sleep or face society.

Child abuse takes different forms:

- Physical abuse
- Sexual abuse
- Emotional abuse
- Neglect
- Bullying

Physical abuse

Physical abuse is any physical or bodily act by a person that could cause harm to a child. It includes hitting, kicking, slapping, shacking, burning, pinching, biting, choking, throwing, shoving and whipping. Most adults find it difficult to envisage bringing up a child without using some form of physical punishment. However it has been established by research that the use of excessive physical punishment has a price. Children who have been undergone whipping or beating are more likely to display aggressive behavior as they grow up and become adults. It is not an efficient form of corrective action to improve behavior and runs the risk of both anxiety and mental suffering. Thus, corporal punishment is now prohibited in Sri Lankan schools and parents and teachers are advised not to use such punishment, but resort to other positive discipline methods.

Sexual Abuse

Sexual abuse occurs when a child is pressurized, forced or tricked into taking part in any kind of sexual activity with an adult or young person. This includes wide range of sexual contacts, including fondling the child's genitals, vaginal or anal penetration by a penis, finger or other object and masturbation and it also includes acts, which do not involve sexual contact such as exhibitionism, exposure to pornography, voyeurism and oral sex.

Emotional abuse

Emotional abuse involves a situation in which adults treat a child in a way that damages his or her emotional development. It includes any attitude or act of an adult towards the child that is likely to have serious, negative emotional impact on a child. It makes the child feel frightened, insecure,

worthless and unloved, anxiety, depression and self-destructive behavior. It adversely affects and harms the physical, social and intellectual or emotional development of the child. This can also happen to children who witness violence in their home.

Emotional abuse can include a pattern of:

- Blaming
- Rejection
- Verbal attacks on the child
- Threats
- Insults
- Calling the child stupid or other bad names
- Yelling or shouting
- Put-downs
- Humiliation

Neglect

Neglect is a very common form of child abuse. It occurs when the child's parents or guardian does not pay attention to or fails to provide the child with the most important necessities of life, such as food, clothing, shelter, basic health care or supervision, nurturing or protection from risks and no attention is paid to the child's voice or where a child is subjected to unfair or unequal treatment.

Bullying

Bullying occurs when a child or a group of children threaten, humiliate or harm another child or children purposely. It's a deliberate, conscious act with an intention to cause harm to another and put him or her to pressure or worry. It can be inflicted physically, verbally, by gesture, extortion and exclusion. Bullied victims show loss of confidence, poor self-esteem, poor school attendance, and poor academic achievements.

Chapter 03

Myths and facts about child sexual abuse

“A lot of people
in our community
don’t want to believe
that child abuse
happens in their
neighbourhood,
– but it does”

- *Shari Pulliam*



There are quite a few misunderstandings of child sexual abuse. Identifying the facts from the misunderstandings and getting out of the prejudice of myths will really can make a significant difference in safeguarding our children.

- **Girls are the only victims of child sexual abuse or incest**
Young girls and boys are equally vulnerable to sexual exploitation.
- **Only pretty little girls are sexually abused**
Any girl can be subjected to sexual abuse regardless of whether she is pretty or not.
- **The perpetrators are always the men**
The perpetrator of sexual abuse can be a man or a woman, although men are the majority perpetrators.
- **Only homosexual men hurt little boys**
Any inclined person can be a sexual abuser and it is not confined to only a homosexual.
- **Children are usually abused by strangers**
Strangers are not the only abusers. The people you trust or is close to your family like a relative, a family friend, a teacher, a supplementary teacher (weekend classes), neighbours or anyone you look up to and never expect anyone of them to resort to abuse, could also be a sexual abuser.

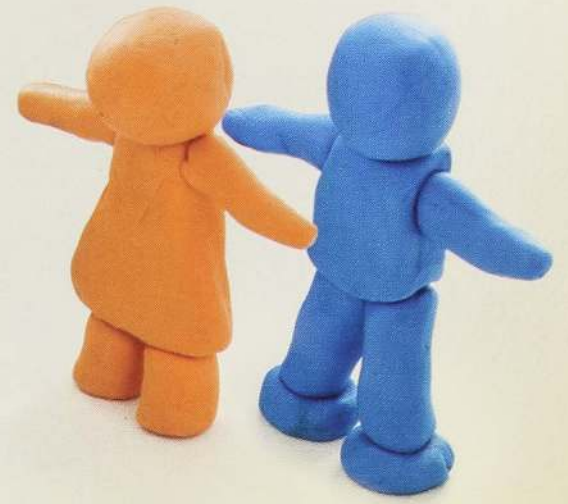
- **All molesters look like dirty men. You can easily spot a child molester**
You cannot easily identify a sexual abuser by merely looking at him or her. Even a person held in high esteem, or one who holds high jobs, or one who functions well in the community, any one of them can also be an abuser.
- **Child abuse only happens in lower class or rural families**
Child abuse can happen at any level of society. It can affect any child regardless of age, gender, family income, culture, cast, race, physical appearance, sexuality, intellect, disability etc.
- **This could never happen to my child or it can't happen in my family**
Risk of child sexual abuse is ever presence. That it would not happened to my child is wishful thinking, and it will in no way nullify the risk, and so taking adequate care of the child will obviate the risk.
- **Teaching about child sexual abuse scares children, so it is best to keep quiet**
Studies have found that making children aware of the dangers that possibly could happen to them will enable them to be alert and avoid such risky situations.
- **My child would tell me if anything like this happened to him or her**
It is not always true. He or she may be ashamed and afraid to the reactions and response of their parents and society.
- **Abused children will definitely grow up to be abusers**
This is not necessarily the fact. If a child has disclosed the incident and proper steps were taken to care and comfort, then he or she will rarely become an abuser.
- **Somebody else may report the abuse. Why should I?**
Everybody is responsible who knows that a abuse has taken place to report the matter, whether it is their own children or anyone else's.

Chapter 04

Parents' role in safeguarding children

“Children are not a distraction from more important work. They are the most important work”

- *John Trainer, M.D*



The statistics on child abuse are alarming. Unfortunately, any child is at risk of sexual abuse. The estimates show that hundreds of thousands of children are sexually abused each year all over. Believing that this can't happen to your child does not in anyway obviate the risk of its occurrence to your child. Children are the most vulnerable members of our society and they do not know the way of protecting themselves. And almost always they may not know the gravity of the risky situations that they could be trapped.

How can we protect our children from abuse?

Many people would think that it could be done through legislation. But this is inadequate.

Also it is our responsibility as parents, teachers, guardians and responsible adults to take care of the children, and to train them in the skills of safety. Experts' have found that children, who are taught by parents as to what action they should take in a risky situation, are most often not likely to be exposed to danger. It has also been found, that children as young as three years old can be taught to forewarn themselves in a suspicious situation and how to face such instances. Further, it naturally makes them aware that they should tell their parents if something does happen. Unfortunately children who were subject to sexual abuse had never been told that they might face such situations and further not told how to protect themselves.

It is therefore of paramount importance for parents to play a vital role in educating children about their safety and about what's right and wrong by way of simple rules while allowing them to develop a normal, healthy life. Children should not be frightened but should be prepared to protect themselves. Child protection is not just about protecting children from

abuse or neglect. It also includes helping children to grow up into confident, healthy, and happy adults.

The approaches noted below will help you to make a positive, significant difference in safeguarding your kids in your parenting journey.

Talk to your children openly

- As a responsible parent firstly you should take an active interest in your children's life.
- You should remember there is no substitute for your affection and supervision. You should spend time together with your children in ways that fit your life style as often as possible. It should be remembered that the communication medium you use, for example, telephone, skype, etc., matters less than how much you truly listen and endear your self to them.
- Open communication between children is important. Talking openly and directly will let your child know that it's always possible to talk to you when they have questions or anything to talk to you about. When your child comes to you on matters which could be adverse that are troubling him or her make time to listen and comfort him or her.
- Good listening is the first step in talking with children. Remember how you felt when you were a child – probably you liked the people who attentively listened to you. Good listening conveys to your child that you are interested in his or her wellbeing and you respect his or her opinions and concerns and always helpful. Let your children know that you are available to them at anytime to talk about any situation that confuse them.
- In all circumstance, conversation with your child should be focused on the conversation. When your child wants to talk to you, give all your attention. Don't keep on doing the activity, for example, turn off the television or stop working on the computer, etc. Getting down to the same level as your child, looking them in the eye and smiling help children to communicate well with you and develop a feeling of confidence and trust.
- You should also know your children's daily activities and habits and know where your children are at all times. Make sure that you participate in

your children's school activities such as parent's meetings, sports meet, cultural events and have continuous interactions with your children's teachers. In the event that you are too busy to attend personally, you may contact your children's teachers or principal on the phone.

Teach your children good bodily touch and bad bodily touch

It should be possible for children to discuss freely with their parents regarding sexual matters. Correct information could be given to the children in a manner which will not make them feel frightened or ashamed.

- Teach your children to name the parts of the human body by using a doll so that they have the language to ask questions and express concerns about their body parts.
- Children should be aware that their body belongs to them and that they are the owners of it.



Good touch



Not like to touch



Bad touch

- They should also be aware that there are differences between the parts of the body of a boy and that of a girl.
- He or she should be taught that they should always wear clothes which do not expose private parts of the body, and that they should not go around the house undressed or in an immodest dress.
- They should be taught what is “good touch” and what is “bad touch”. Good touch makes us feel secure. It brings us warmth and comfort. We feel that we are treated and looked after well. A hug or a kiss from a mother or a father is an example. However it has to be made clear that certain forms of touch used with a good intention may cause pain. The cleaning of a scratch or a wound is an example. It is a good touch because it helps them to recover.
- They have to be taught that a bad touch causes discomfort.
- They should be taught that if he or she feels uncomfortable or frightened by a touch or if a person touches a part of his or her body which is covered by an undergarment or make him or her to touch any part of the body of the abuser himself, that is a bad touch.
- Further they should also be made aware that if some person tells them not to divulge to anyone regarding a touch, he or she should understand that is a bad touch.
- Furthermore make it clear to them that a touch leading to sexual abuse could feel nice.

Teach them to say “no” to anything that is not good

Teach your children that they have the right to refuse to any person who tries to see or touch his or her private parts. Since majority of abuses are perpetuated by influence on the children rather than by force, teach your children to strongly oppose or say “no” with conviction. This really can make a big difference in many risky situations. Teach your children to rely on their feelings and to oppose or say “no” to anything that they feel is inappropriate. Anyway parents should make the children aware that it is alright when it is necessary for a doctor or a nurse to attend his or her private parts for medical treatment. However a parent or reliable person should also be present with the children.

Teach your children not to keep bad things as secrets

Teach your children that in the event any person talks to them or touches them as to cause discomfort and threatens him or her to keep such incident as a secret, it should not be kept as a secret and he or she should immediately inform parents or any trusted adult.

Teach them who strangers are

Teach your children first who “strangers” are, instead of telling them not to talk to any unfamiliar person. Teach them that abuser can look nice and friendly and not necessarily look scary or act differently. Example, someone hanging around school premises, in neighborhood places, ice cream seller or school guards man does not mean that they are familiar persons. They may fall into the category of strangers and the child should be taught to be alert and not to familiarize with them.

Teach children self protection rules

Parents need to teach children self protection rules that will help them to avoid critical situations and also to protect them from abuse. It is more difficult to protect children when physical presence of parents with children is not possible. Therefore parents should discuss with children ways, in which they could protect themselves when they are away from home.

- Children's should know their full name, homephone number, parents' contact numbers and how to use the telephone in an emergency.
- Instruct your children to check first with you & tell them that they should never go anywhere without getting your permission.
- Instruct your children to inform you if there is a change in plans.
- You should encourage your child to inform any incident which has bothered him or her.
- Interact regularly with the friends of children and their parents. Tell your children whose homes they are allowed to visits and yet have an eye on them.
- Make sure children always play with other children who are of the same aged group and have your permission to play in known areas.
- Instruct them not to stay alone in school premises, parks or neighbourhood areas.
- Instruct your children to tell you or a trusted adult, if they notice anyone they don't know or feel uncomfortable hanging around them.
- Keep in mind that abusers often become friendly with children through offering gifts or winning their confidence. Advice your children not to accept any sweets or gifts from any stranger or even from someone they know unless you have told them, it is ok to accept in each instance.
- Instruct your children to always stay in frequently use areas and never take shortcuts or go into isolated areas.
- Once in a while accompany your children to and from schools or tuition classes pointing out safe places to go if they are being followed or need any help.
- If your children travel by bus, visit the bus stop areas with them occasionally and observe the situations and people who work near the areas and make sure there are no strugglers in the area of their regular route.

- If any person the children do not know attempts to talk to them, instruct your children not to answer and ignore and proceed on their way.
- If any strangers bother your children or make them feel scared, uncomfortable or confused, while going to or from school, tuition classes or home, teach your children to immediately get away from that person and tell you or another trusted adult.
- Instruct your children that if anyone is trying to bother them, it is all right to quickly get away and to get attention by screaming or running for help.
- Instruct your children not to get into any vehicle, even if they know the driver without your permission.

Safety measures at school

Take all steps that ensures the safety of your children at school. Do not go merely by the school's reputation. There could be few hidden factors that may risk the children's future.

- Instruct them never to leave school before the regular school day ends. In the event school closes early on any day, the children should be told to inform the parents.
- Instruct your children to never leave school or tuition classes, if any stranger comes to pick them up and tells them there is an emergency unless you have informed them so. Instruct them not be fooled or confused if any one calls out their names.
- We have come across many incidents where school labourers abused children. Instruct your children to be alert and not to share any personal information with them.
- Instruct children to be alert on hawkers hanging around school premises and make them aware that there may be abusers among them.
- Keep in mind, that harm to children could take place when he or she is alone. Instruct your children to always be with a friend, be in a group, walk with their friends to or from school and tuition classes or within the school premises.
- Parents should be sure when their children go by school vans or three-wheelers, that the driver is reliable and disciplined. Tell your children there is no need to be familiar with the driver.

Online Safety Tips

Computer literacy among children is very high. The internet which is a valuable resource can also be abused by interested parties, to make contact with teenagers. You as a responsible parent or guardian should be watchful, if you have noticed that your child is on the internet during late hours and if you see that your child has suddenly change the computer screen when you have pass by.

- It is necessary for parents to monitor children's use of the internet. It could be advisable to place the computer in a shared family area.
- The children should be informed that the internet is a wonderful resource to get information and learning, however that it has its own disadvantages which could lead unsuspecting viewers into trouble.
- Tell your children never to give out personal information such as name, home address, school name, and telephone numbers and also never send or upload photos on social networks.
- Explain to your children real incidents that occurred to other teenagers who uploaded their photos, and what havoc the receivers could do on receipt of his or her photos which could put the children into an embracing situation which may affect his or her future.
- Explain to your children that they should never accept friend invites from who are not known to them, and never attempt to personally meet anyone that they met online.
- Instruct them not to open or answer any messages from any unknown senders and not to respond to messages that make them feel uncomfortable or uneasy.
- Instruct them if they come across any unnecessary or doubtful messages or pictures, they should bring it to your notice.
- Tell your child strictly, that people online may not be really who they say they are. Someone who says that she is a young girl, may actually be an older man who is waiting to take advantage.

Chapter 05

Responding to child sexual abuse

"It's important to talk about it. You raise awareness. But you can also prevent it by not letting it be a secret."

- Chris Witty



When a child tells you that he or she has been subjected to sexual abuse, as a parent or guardian you will be placed in a very difficult position. A number of thoughts will pass through your mind.

- You might feel sad about your child, yourself and your family.
- You may feel uncomfortable.
- You will be at a loss to think of what to say and do regarding the matter.
- You might feel angry towards the abuser.
- You may also be unable to believe the information divulged by the child.

Many children never reveal or disclose regarding the sexual abuse. This situation generally arises due to the fear they have of the response of their parents, the feeling that they themselves had committed a wrong, being ashamed and or feeling helpless.

Keep in mind that if the person who listens to the disclosure of the child reacts with contempt or disbelief the child might stop relating the incident. This may result in a delay in seeking help by the child. Abuses which have not been revealed by the child may have a lasting adverse effect on the child's health, development and on his or her future. This remembrance also can last through out their lives and could affect the manner in which they bring up children, when they become parents or adults.

Child and adolescent psychiatrists have found that children who received adequate attention when they made a disclosure regarding an abuse fare better than children who did not receive adequate attention at that time of the incident.

Many of the children who had been subjected to abuse had faced situations incomprehensible even to adults, and in no way a child can put up with. Therefore it is necessary to love them well, have patience with them, understand them and build up confidence in them that they are safe now.

Since responding to a disclosure of an abuse is a major responsibility, as a parent or a guardian your proper and tactful response at that stage is very important. When a child falls ill, you calmly nurse him or her with love and reassurance. Your reactions to a child's unfortunate sexual victimization should similar be the same. You should be in a position to control your emotions and be calm to make the child aware that something will be done to reassure his or her safety and you should also need to learn how to talk to the child to win his or her confidence.

You can show your care and concern for the child in the following manner:

- Listen carefully and be attentive to what the child says.
- Observe his or her body language.
- Show that you understand what he or she says and that you are giving your full attention to it.
- Try to maintain the same eye level as that of the child.
- Make the child aware that you believe him or her. It is rarely that a child speaks an untruth regarding abuse.
- Do not ask leading questions from the child.
- Let the child relate his or her story. Do not rush him or her and do not unduly integrate him or her.
- Tell the child that he or she is not at fault with regard to the abuse and that he or she is not responsible for such abuse. Many children think that the abuse occurred due to some act or omission on their part.
- Assure your child that you love him or her. Some children think that they will not be liked after the disclosure of the incident to you. Tell the child that you continue to love him or her.
- State that they have done the correct thing by making the disclosure. Praise the child for doing so. Express admiration for his or her courage. The child may be frightened if the abuser had threatened to harm him or her or a member of his or her family in such an event the threat is made known.

- Do not allow other children to tease or hurt him or her at any time. This might further adversely affect his or her fragile state of mind.
- Assure your child that it is our responsibility to look after him or her. Tell the child that the matter will be reported to the relevant authorities and that steps will be taken to prevent a recurrence of this type of incidents.

Learn the Signs

In certain instances if you suspect that the child has been abused and where the child has not revealed to anyone regarding such abuse, be aware of the emotional distress that the child may be suffering. In many instances children who have been subjected to abuse or neglect show symptoms or signs of such abuse. Signs shown in many such instances are indicated below. These signs are warning signs. It is not meant that these signs always signify abuse or neglect. However if you notice the appearance of these signs you must be attentive. Since abuse can occur in various ways there are a number of ways and means to support or treat children who were subjected to abuse. But what is important in this situation is the early identification of the type of abuse to which the child was subjected. Keep in mind that early identification and treatment is important to minimize the long-term consequences of abuse.

Taking into consideration all the above facts, approach the child with care and assure them that you are willing to listen to any problem that disturb them and help them to solve it. The following signs could be shown by a child subjected to abuse:

- A poor self image.
- Appears to be unusually interested in or avoidance of all things connected to sexual nature.
- Sleep problems or nightmares or fear of dark. It shows that the abuser may have caused the victim to fear the dark or that the abuse may have occurred at night.
- Sudden emotional changes, example, fear or anger.
- If the child displays a great fear of fire, it could be possible that the abuser has burnt the child with a cigarette or a cigarette lighter.
- Embracing you tightly when you attempt to leave them or crying in an unusual manner.

- Inability to love or trust others.
- Depression or other symptoms of sadness.
- Distancing themselves from family, friends or from others or unexplained avoidance of certain people, places, or activities.
- Self destructive or suicidal behavior.
- Anxiety and being suspicious or fearful of entering into new relationships or engaging in new activities.
- Tendency to mislead.
- Complaining that his or her body is dirty or damaged or that there is some problem in their genital areas.
- Refusal to go to school or being scared to go school or home.
- Inability to pay attention to studies.
- Loss of appetite or difficulties in taking food.
- Tendency to commit crimes or behavioral problems.
- Sexual knowledge, interest, or language that is unusual for the child's age.
- Unusual sexual activities with toys or other children.
- Use of drugs and alcohol.
- An older child behaving like a much younger child, example: wetting the bed or sucking a thumb.

Signs may also include physical signs which are not common:

- Appearance of physical injuries without plausible reasons or inappropriate explanations to the questions as to how the injury occurred or constant changing of the story relating to the reasons for the injury.
- Appearance of injuries with a pattern or in the shape of an object or hand.
- Pain, itching, redness, bleeding or swelling of the genital areas or urinary tract infections.

If you suspect that the above mentioned physical signs were caused by sexual abuse, get a professional to examine the child immediately.

Get help & report it

As a parent or a guardian you should take an active interest in weaning your child from the devastation of childhood abuse and take all steps to bring him or her back to normal life. Keeping quiet and not talking about it will only worsen the situation for the child. Many people try to solve this problem by their own selves, although there are many institutions offering help and assistance in this regard.

Do not be afraid or ashamed, and do not hesitate to bring the abuse to the notice of the relevant authorities so the abuser will be tracked down and punished, whereby your child and all other children will be spared of becoming victims of sexual abuse.

Further, the sexual abuse of children is against the law and so reporting the matter and seeking help from professional is essential instead of covering it and trying to remedy it all alone. Yet, making a report is the first step to obtain assistance from supporting institutions. In any case you should not confront the abuser, as the child may have mixed feelings about the abuser. Especially when the abuser is a family member and you go all out to trace and attack him, the child may feel guilty that he or she has upset all family relations.

In instances of child abuse three important aspects that you should remember to attend to are:

- **Do report the abuse to the proper institutions**

The institution receiving the report will conduct an investigation and will take necessary action to save the child.

- **Do get your child medical evaluations**

Parents or guardian should consult the physician who may refer the child to a professional who specializes in treating any physical problem related to the abuse.

- **Do get your child mental evaluations**

Children who have been subjected to sexual abuse should be referred to a child psychiatrist to determine whether the sexual abuse has affected him or her and to determine whether it is necessary to have mental evaluations to deal with the trauma of the abuse. Even if a abused child looks normal, or if a child had been abused a long time ago, it would be necessary to have a report by a psychiatrist. It would be beneficial to refer the abused child to a psychiatrist or a counsellor, so as to prevent emotional and behavior problems.

Chapter 06

Where
to get help

*Abuse changes your
life... fight back and
change the life of your
abusers by breaking
your silence on abuse!*

- Patty Rase Hopson



National Child Protection Authority

National Child Protection Authority's mission is to ensure the safety of all Sri Lankan children from all forms of abuse.

National Child Protection Authority

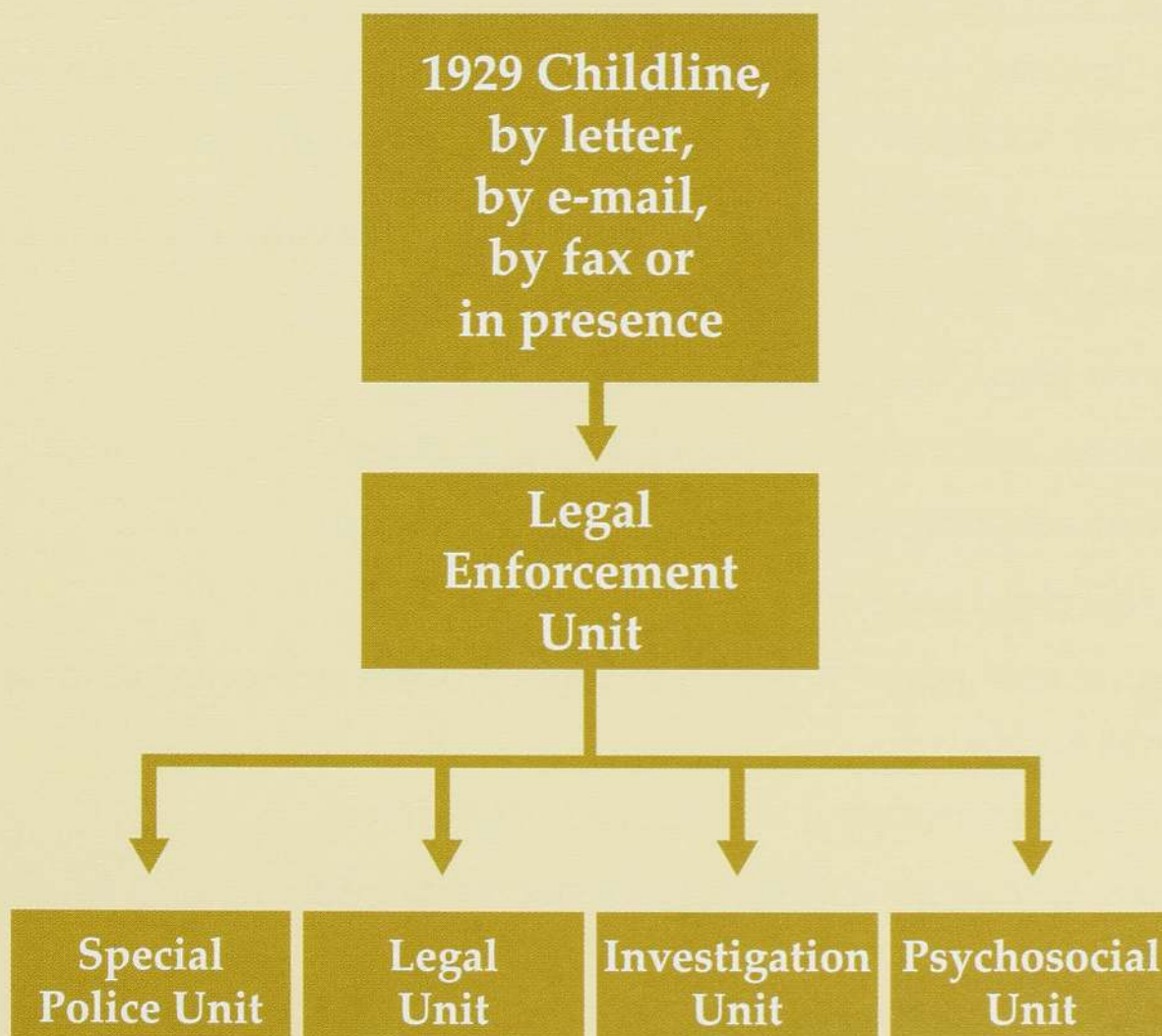
330, Thalawathugoda Road, Madiwella,
Sri Jayawardenapura.

Tel: 0112 778 911 - 14

Fax: 0112 778 915

Email: ncpa@childprotection.gov.lk

Web: www.childprotection.gov.lk



1929 – ChildLine Sri Lanka



If a child tells you he or she has been abused or neglected or if you perceive to believe a child has been abused or neglected or being harmed you may call 1929 ChildLine Sri Lanka – a toll free, 24 - hours confidential service for anyone concerned about the safety of a child. You do not need an area code. You may call from anywhere, at any time, day or night, in any of the island's three languages.

Information required by 1929 Childline when a report is made

When you call the Childline, the person you speak to will be a tele-counsellor, specially trained in responding to reports of child abuse and neglect. The 1929 tele-counsellors will ask you for basic information, such as

- The child's name, age, sex, address, Grama Sevaka division and divisional secretariat.
- Why you think the child is at risk.
- The nature and extent of the child's condition.
- Any immediate concerns for the child's safety.
- What the child has said.
- The name and address of the parent or other person(s) responsible for the child's care.
- Any information about the alleged offender(s).
- Whether any other children have been affected.

- The names of other people or agencies involved with the child and or family.
- In the event, the police have been reported the area of the police station, complaint number and complaint date.
- Any additional information that may be helpful.

If you are positively sure or have slightest doubt of child abuse and neglect you may immediately call 1929, even though you do not have all the above mentioned information. Just tell the 1929 tele - counsellors what you know. Even if you think that someone else has already made the report, you should still call the ChildLine. Tele counsellor will ask for your name and address. You do not be afraid or worried, all your details will be kept confidential.

What happens after you make a report:

Consequent to your call to 1929-Childline about child abuse or neglect,

The Legal Enforcement officer of NCPA will look into your report and takes steps to keep the child safe.

If the child is not at immediate risk but needs help, the case will be forwarded to the relevant unit - legal, psychosocial, investigation, district, divisional offices and other relevant institutions - Police stations, Departments of Probation and Child care services, Labour, Education, Social services for further action.

If the child's risk of harm is imminent, NCPA special Police unit officers with the help of all the Police stations Island-wide will right away commence the investigations to keep the child safe and will inform NCPA of the progress of the investigation within 48 hours.

During an investigation, the Police officer, NCPA officer or other relevant government officers will make inquiries from the child, his or her parents, siblings, teachers, neighbours and other relevant people to determine whether any abuse or neglect occurred.

The Police officer, NCPA officer or other relevant government officers will then take necessary action to rescue the child.

The law of the country against child abuse will come into operation through the Justice System.

If the Court decides that there is imminent risk to the child's safety, the child would be removed from the home or relevant place and would be assigned under a foster care or a kinship care as the case may be and if needed adequate medical treatment and counselling services will be provided to the victimized child.

Thereafter NCPA will follow up the progress of the child and ensure his or her well-being.

National Child Protection Authority

District Coordinators

District	Office	Fax
Jaffna	021 2222233	021 2222355
Mannar	023 2232234	023 2232232
Mullaitivu	021 2228935	021 2228935
Kilinochchi	021 2283945	021 2283965
Vauniya	024 2222233	024 2222212
Colombo	011 2325511	011 2437242
Gampaha	033 2222050	033 2222900
Kalutara	034 2222508	034 2222635
Galle	091 2234236	091 2222972
Matara	041 2222284	041 2222234
Hambantota	047 2222366	047 2256247
Monaragala	055 2276230	055 2276025
Badulla	055 2222467	055 2222292
Kandy	081 2222233	081 2233186
Nuwara -Eliya	052 2222233	052 2222236
Matale	066 2222233	066 2222235
Anuradhapura	025 2222237	025 2222235
Polonnaruwa	027 2222233	027 2225578
Ratnapura	045 2222233	045 2222140
Kegalle	035 2222233	035 2232620
Kurunegala	037 2227875	037 2222350
Puttalam	032 2265257	032 2265257
Ampara	063 2222193	063 2222130
Bataloa	065 2222233	065 2224466
Trincomalee	026 2222233	026 2220033

Ministry of Child Development and Women Affairs

3rd floor, Sethsiripaya - Stage II,

Battaramulla.

Tel: 0 11 – 2827028

Fax: 011 – 2827023

Web: www.childwomenmin.gov.lk

Children's Secretariat

The National level focal institution works to ensure the development of Sri Lankan children in their early childhood.

3rd floor, Sethsiripaya - Stage II,

Battaramulla.

Tel: 0 11 – 2827028

Fax: 011 – 2827023

E-mail: secycd@sltnet.lk

Department of Probation and Child Care Services

The National Agency for Providing Protection for orphaned, abandoned and destitute Children.

69, S.D.S. Jayasinghe Mawatha,

Kohuwala,

Nugegoda.

Tel: 011-2853553

Web: www.probation.gov.lk

Provincial Commissioners of Probation and Child Care Services

Western Province

204, Densil Kobbakaduwa Mawatha,
Battaramulla.

Tel: 011 2865997

Fax: 011 2865848

Southern Province

Kithulampitiya,
Galle.

Tel: 091-2248259, 091-2234156, 091-2226573

Fax: 091-2226573

Northern Province

Kandy Road, Kaithadi,
Jaffna.

Tel: 021-3215540

Fax: 021-3215540

Sabaragamuwa Province

New Town, Ratnapura.

Tel: 045-2231222, 045-2226912

Fax: 045-2231222

Eastern Province

Inner Harbour Road, Trincomalee

Tel: 026-3202027, 026-3200211

Fax: 026-2223773

North Western Province

Agriculture building, No. 02, Dambulla Roa,
Kurunegala.

Tel: 037-4932030, 037-2224796

Fax: 037-4932030

Central Province

No. 615, William Gopallawa Mawatha,
Kandy.

Tel: 060-2824362, 081-2223528

Tel: 081-2217128

North Central Province

K.B. Rathnayaka Mawatha,
Anuradhapura.

Tel: 025-2222570, 025-2234163

Fax: 025-2234162

Uva Province

R.H. Gunawardana Mawatha,
Badulle.

Tel: 055-3550470, 055-2231209

Fax: 055-2231209

CHILDREN & WOMEN BUREAU

16, Subodha Building,
Pagoda Road, Nugegoda

24 hours Hot line - 011 - 28 26 444

Ampara	063 - 2222222
Anuradhapura	025 - 2222223
Badulla	055 - 2222222
Bandarawela	057 - 2222222
Batticaloa	065 - 2224422
Chilaw	032 - 2222222
Colombo - North	011 - 2431861
Colombo - South	011 - 2588680
Colombo- Central	011 - 2433744
Elpitiya	091 - 2291222
Galle	091 - 2222222
Gampaha	033 - 2222226
Gampola	08 1 - 2352222
Hatton	051 - 2222222
Jaffna	021 - 2222222
Kaluthara	034 - 2237225
Kandy	081 - 2222222
Kantale	026 - 3234222
Kegalle	035 - 2222222
Kelaniya	011 - 2911922
Kuliyapitiya	037 - 2281222
Kurunegala	037 - 2222222
Matale	066 - 2222222
Matara	041 - 2222222
Monaragala	055 - 2276222
Mount Lavinia	011 - 2738351
Negombo	031 - 2222222

Nikaweratiya	037 - 2260222
Nugegoda	011 - 2852992
Nuwara – Eliya	052 - 2222222
Panadura	038 - 2233204
Polonnaruwa	027 - 2222222
Rathnapura	045 - 2222222
Tangalle	047 - 2240222
Trincomalee	026 - 2222223
Vavuniya	024 - 2222222

Emergency Contact Numbers in Northern Province

District	District Secretariat Office	Police Station (Children & Women Desk)	District National Child Protection office	District Probation Office	Legal Aid Commission
Jaffna	021- 222 6752 021- 222 2233	060 - 221 2274 024 - 222 1903 021 - 222 2222	021- 222 2233	021- 221 9598	021-222 4545
Vavuniya	024 - 222 2235 024 - 222 2203	024 - 222 2856 024 - 222 2222	024 - 222 2212	024 - 222 2194	021-2290077
Kilinochchi	021 -228 3965	011- 308 2729	021- 2283945	021- 228 3824	021- 228 5618
Mullaitivu	021- 229 0033	024 - 324 4936	021- 2228935	024 - 324 3622	024-222 1863
Mannar	023- 222 2203 023 - 222 2234	023 - 222 2226 023 - 222 2227	023 - 2232234	023 - 222 2081	023-222 2045

DIG Northern Region - 060 221 2311

References

- Adams.C and Fay. J. Helping your child recover from sexual abuse. University of Washington press, 1987.
- Britain. L. It's my body: A book to teach young children how to resist uncomfortable touch. Parenting Pr, 1984.
- Health Service Executive. Child Protection and Welfare Practice handbook, 2011.
- Johnson.K. Trouble with secrets. Parenting Pr, 1986.
- King. K , Rama S. I said No: A kid-to-kid guide to keeping your private parts private. Boulden Publishing, 2008.
- Responding to Child Abuse, Victorian Department of Human Services, 2002.
- Spelman. C. Your body belongs to you. Albert whiteman & company, 1997.
- Sanders.J. Some secrets should never be kept. Upload publishing Pvt (Ltd), 2011.

Websites

- www.avoidingsexual dangers.com
- www.d2l.org
- www.uniteagainstabuse.my
- www.aspr.peacecastle.eu/training-programmes/ipt/

සුරක්ෂිත ළමා ලොවක්

වගකිව යුතු වැඩිහිටියන් උදෙසා අත්පොතක්



සිරසින් ළමා ලොවක්

වගකිව යුතු වැඩිහිටියන් උදෙසා අත්පොතක්

ප්‍රකාශනය:

ජාතික ළමා ආරක්‍ෂක අධිකාරිය

2013 අගෝස්තු

සියළුම හිමිකම් ඇවිරිණි

කර්තෘ:

නීතිඥ නිරුෂියා ශාන්තිගන් මහත්මිය

නිර්මාණය සහ පිටු සැකසුම

සෙන්ස් ග්‍රැෆික් සොලියුෂන්ස්

0777 740 344

මෙම අත්පොත පහත සඳහන් ඔබ සඳහාය

- ★ මව, පියා හෝ භාරකරුවෙකු
- ★ ශ්‍රෝතියෙකු
- ★ සමාජ සේවකයෙකු
- ★ සේවා සපයන්නෙකු
- ★ සුභසාධනය සම්බන්ධයෙන් උනන්දුවක් දක්වන
මිනීම පුද්ගලයෙකු

මතක තබාගන්න,

මෙය සාමාන්‍ය පොතක් පමණක් නොව, ළමුන් ආරක්ෂා කරගැනීම සම්බන්ධයෙන් වෙනසක් ඇති කරගැනීම සඳහා වූ ඉතා අනගි මාර්ගෝපදේශයකි.

දරුවෙකුගේ මෘදු මොළොක් බව හා ඔහු අනාගතයේදී
කවුරුන් වේදැයි යන බවට ඇති වන ගෞරවය,
මා දරුවෙකු දකින සෑම මොහොතකදීම
මා සිත වෙලාගන්නා සිතුවිල්ලකි.

- ලියි පැස්ටර්

පටුන

පිටුම	02
හැඳින්වීම	04
1 වන පරිච්ඡේදය	
ඉමුන්ගේ සංවර්ධන අවධීන්	06
2 වන පරිච්ඡේදය	
ඉමා ආරක්ෂාව හා ඉමා අපයෝජනය පිළිබඳ මූලික අවබෝධය	14
3 වන පරිච්ඡේදය	
ඉමා ලිංගික අපයෝජනය පිළිබඳ මිත්‍යා මත සහ වැදගත් කරුණු	20
4 වන පරිච්ඡේදය	
ඉමුන් ආරක්ෂා කිරීම සඳහා දෙමාපියන්ගේ කාර්යභාරය	26
5 වන පරිච්ඡේදය	
ඉමා ලිංගික අපයෝජනයට ප්‍රතිචාර දැක්වීම	38
6 වන පරිච්ඡේදය	
උදව් ලබාගන්නේ කෙසේද?	48

සිදුම

ලෝකය ම දරුවන් ගැන කතා කරන්නේ ආදරයෙනි. ඔවුන්ගේ අව්‍යාජ සිනහවන් මුළු ලොව ම පුබුදු කිරීමට සමත් ය. දරුවන්ගේ ලෝකය සුන්දර කිරීමේ මූලික ම වගකීම දෙමාපියන් වෙත පැවරේ. නිවසේ සුරක්ෂිතව වැඩෙන දරුවා පාසල තුළ දී මෙන් ම, සමාජය තුළදී ද සුරක්ෂිත විය යුතුය. වර්තමාන සමාජය පිළිබඳ අවධානය යොමු කිරීමේ දී දරුවන් පිළිබඳ කතා කිරීමෙන් නොනැවතී ඔවුන් උදෙසා ක්‍රියාත්මක වීමේ කාලය එළඹ ඇති බව මගේ හැඟීම යි. තම තමන්ගේ දරුවන් ගැන පමණක් නොව, මව්බිමේ සියලු දරුවන් ආරක්ෂා කරගැනීම සඳහා වෙහෙසීම අත්හළ නොහැකි සමාජ වගකීමක් බව මගේ විශ්වාසය යි.

ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරියේ සභාපතිනිය ලෙස ගෙවීගිය වසර තුනකට අධික කාලය තුළ මා ලද අත්දැකීම නම් ඉහත කී සමාජ වගකීම් නිසියාකාරව ඉටු කිරීමට අපොහොසත්වීම හේතුවෙන් විවිධාකාර ළමා අපයෝජනයන් ශ්‍රී ලාංකීය සමාජයේ විනිවිද පැතිර යමින් පවතින බව යි. අප මේ පිළිබඳ වඩාත් සංවේදීව අවධානය යොමු කළ යුතුව ඇත. 1929 ශ්‍රී ලංකා ළමා දුරකථන සේවය ආරම්භවීමත් සමග ලංකාවේ ඕනෑම ප්‍රදේශයක සිටින ළමයකුගේ ආරක්ෂාව තහවුරු කිරීම සඳහා කඩිනමින් ක්‍රියාත්මක වීමේ විධිමත් යාන්ත්‍රණයක් මේ වන විට ගොඩනැගී ඇත. එසේ නමුත් 1929 දුරකථන සේවාව වෙත ලැබෙන ළමා අපයෝජන සිදුවීම් පිළිබඳ තොරතුරු සියුම්ව අධ්‍යයනය කිරීමේ දී පෙනී යන කරුණක් නම් ළමා අපයෝජනයන් සිදුවීමට පෙර ඒවා වළක්වාගැනීමේ වැදගත්කමයි.

සියලුම දරුවන්ට අපයෝජන වලින් තොරවූ ළමා ලෝකයක් උරුමවිය යුතුය. එමන්ම ලොවට දායාද කළ යුතු වන්නේ බියෙන්, සැකයෙන් හා නොසලකා හැරීමෙන් තොරවූ තරුණ ජීවිතයි. සියලුම හිංසනයන් වලක්වා, නොසලකා හැරීමෙන් හා ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් සියලුම ළමුන් ආරක්ෂා කර ගැනීම අසීරු ඉලක්කයක් හා කටයුත්තක් වුවද වැඩිහිටියන් වශයෙන් අපගේ යුතුකම හා වගකීම වනුයේ සියලු දෙනාම සමාජය හා එක්වී දරුවන් එවැනි අපයෝජනය වලින් ආරක්ෂාකර ගැනීමට ඇප කැපවී කටයුතු කිරීමයි.

ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරිය විසින් GIZ ආයතනයේ මූල්‍ය අනුග්‍රහයෙන් නිර්මාණය කරන ලද මේ පොත් පිංච දරුවන්ගේ ලෝකය වඩාත් ආරක්ෂිත මෙන් ම සුන්දර ස්ථානයක් කිරීම සඳහා උනන්දු වන සියල්ලන් උදෙසා මාර්ගෝපදේශයක් වනු ඇතැයි මම විශ්වාස කරමි. මෙමගින් ඔබ ලබන ළමා ආරක්ෂාව පිළිබඳ දැනුම මව්බිමේ සියලු දරුවන්ගේ ආරක්ෂාව තහවුරු කිරීම උදෙසා ප්‍රයෝජනයට ගනු ඇතැයි හුදෙක් ම විශ්වාස කරන අතර, පිබිඳෙන මව්බිමේ සුබ අනාගතය වෙනුවෙන් සෑම දරුවකු ම සුරකින්නට කැපවන ලෙස මම ඔබට සෙනෙහසින් ආරාධනා කර සිටිමි.

අනෝමා දිසානායක

සභාපතිනිය

ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරිය

හැඳින්වීම

ලෝකය පුරා සිටින ළමුන් මිලියන ගණනාවක් කිසිදු ආරක්ෂාවකින් තොරව ජීවත් වන බව පිළිගත් කරුණකි.

සෑම දිනකම පාහේ ඔවුන් අපයෝජනයට, ප්‍රචණ්ඩත්වයට, සුරාකෑමට සහ නොසලකා හැරීමට ලක්වෙයි. විශේෂයෙන්ම ළමුන් ලිංගික අපයෝජනයට ලක්වීම ප්‍රබල ප්‍රශ්නයක් වන අතර මෙය සමාජයේ විවිධ ස්ථරවල සිදුවනු දක්නට ලැබේ.

මෙය ඉතා සංවේදී කරුණක් නිසා ඒ පිළිබඳ සාකච්ඡා කිරීමට ජනතාව කැමැත්තක් නොදක්වන අතර මේ සම්බන්ධයෙන් ළමුන්ට ප්‍රමාණවත් දැනුමක් ලබා නොදෙන බැවින් එමගින් සිදුවිය හැකි දරුණු ප්‍රතිවිපාක පිළිබඳව ඔවුන්ට අවබෝධයක් නොමැත.

බොහෝමයක් අවස්ථාවන්හිදී අපයෝජනයන් පිළිබඳව නිසි පරිදි වාර්තා නොවන අතර මෙහිදී පීඩාවට පත්වන ළමුන් සියල්ලන්ටම ඔවුන් පත්වී තිබෙන බරපතළ තත්ත්වයෙන් මිදීමට අවශ්‍ය සහය සහ අවබෝධය ලැබෙන්නේ නැත. මෙතුලින් ඔවුන් තවදුරටත් අපයෝජනයන්ට ලක්වීමේ අවකාශ සැලසේ.

එමනිසා යම් අනතුරක් සිදුවීමට පෙර ඔවුන්ව මේ සම්බන්ධයෙන් දැනුවත් කර ආරක්ෂා කරගැනීම සහ යම් අපයෝජනයක් සිදුවීමෙන් අනතුරුව තමන්ගේ ළමුන් ආරක්ෂා කරගැනීම සඳහා සියලුම පියවරයන් ගැනීම දෙමාපියන්ගේ සහ භාරකරුවන්ගේ දැඩි වගකීමක්වේ.

මෙම අත්පොත මගින් ළමුන් දැනුවත් කිරීම සහ ඔවුන් ආරක්ෂාකර ගැනීම පිළිබඳව දෙමාපියන්ට සරල ප්‍රවේශයන් හා මාර්ගෝපදේශ ඉදිරිපත් කරනු ලබයි. එසේම ළමයා අපයෝජනයට ලක්වී ඇත්ද සහ එවැනි තත්ත්වයකදී ප්‍රතිචාර දක්වන ආකාරය මෙන්ම ඒ සඳහා සහය ලබාගන්නා ආකාරය පිළිබඳව ද දෙමාපියන්ට කරුණු පහදා දෙයි.

මෙම පොතෙහි අඩංගු කරුණු ළමුන් ආරක්ෂා කරගැනීමේදී සහ ඔවුන්ට ප්‍රීතිමත් හා සාර්ථක ජීවිතයක් ගොඩනැගීම සඳහා දෙමාපියන්ට සහ භාරකරුවන්ට මහෝපකාරීවනු ඇතැයි අපි විශ්වාස කරමු.

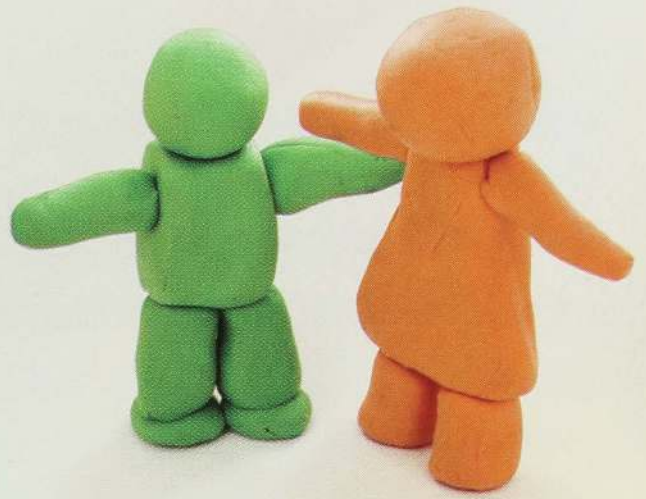
1 වන
පරිච්ඡේදය

ළමුන්ගේ
සංවර්ධන අවධීන්

“ළමුන්ගේ ජීවිතය,
එය මතින් ගමන් කරන
සෑම දෙයකම සලකුණක්
සටහන්වන සුදු
කඩදාසියකට සමානය.”

- පැරණි චීන කියමනකි.

අධ්‍යයන



ළමාවියේ ඉතා වැදගත් අංගයක් වන්නේ සංවර්ධනයයි. ළමාවියේ විවිධ පියවරයන්හිදී ළමයකු වැඩිහිටියකු බවට පත්වීමට අවශ්‍ය කුසලතාවන් ක්‍රමානුකූලව ඉගෙන ගනු ලබයි. ළදරුවියේදී සහ ළමා කාලයේදී නුසුදුසු ලෙස සැලකීම මගින් මොළයේ වර්ධනය සහ ප්‍රජානක සංවර්ධනය ඇතුළුව ළමයකුගේ සංවර්ධනය කෙරෙහි අහිතකර බලපෑම් ඇතිවන බව පෙනීගොස් තිබේ. ළමා අපයෝජනයක් මගින් සහ නොසලකා හැරීම මගින් ළමයකුට ඔහු හෝ ඇය වැඩිහිටියකු බවට පත්වුවදී දිගුකාලීන වශයෙන් පවත්නා ශාරීරික, බුද්ධිමය සහ මනෝ සමාජීය වශයෙන් වන සෘණාත්මක බලපෑම් ඇතිවිය හැකියි.

ළමයකුගේ බුද්ධිය, චිත්තවේග සහ පුද්ගල සංවර්ධනයේ පදනම වන්නේ ළදරුවියේදී සහ ළමාවියේදී බාහිර උත්තේජනයන් තුළින් ළමයාගේ හැගීම්වලට සිදුවන බලපෑමයි. මෙවැනි සෘණාත්මක මූලික අත්දැකීම් ලැබූවිට ජීවිත කාලය පුරාම පවතින චිත්තවේගීමය, වර්යාමය සහ ඉගෙනීමේ ගැටළු ළමුන්ට ඇතිවිය හැකියි. එම නිසා ළමයාගේ එක් එක් සංවර්ධන අවධීන්හිදී සපුරාලිය යුත්තේ කුමන අවශ්‍යතාද යන්න වටහා ගැනීම සහ මෙම දිරිගැන්වීම් පහසුකම් සහ සත්කාර සැපයීම අපගේ ළමුන් ආරක්ෂා කරගැනීම සඳහා ඉතා වැදගත් දායකත්වයක් ලබාදේ.

වයස අවුරුදු 0 - 3 දක්වා කාලසීමාව

- ළමුන්ගේ හැකියාවන් සිසුයෙන් දියුණුවේ.
- ළමුන් ඇවිදීමට සහ කතා කිරීමට ඉගෙන ගනියි.
- ළමුන් සම්බන්ධතා ගොඩනංවා ගැනීම ආරම්භ කරන අතර ඔවුන් පවුලේ සහ ප්‍රජාවේ කොටසක් බවට පත්වෙති.
- ස්වභාවික ලෝකය හා තාක්ෂණය සිත් ඇදගන්නා වූ මූලාශ්‍රයන් ය.
- ළමුන් රෝග වලට සහ දුර්වල පෝෂණ තත්ත්වයන්ට පත්වීමේ විශේෂ අවදානමක සිටියි.

- ළමුන්ට ශාරීරික වශයෙන් ඇතිවිය හැකි අවදානම් වලින් ආරක්ෂා කරගැනීමට විශේෂ අවධානයක් යොමුකළ යුතුය. (ඔවුන්ට ඇතිවිය හැකි අවදානම පිළිබඳව හොඳින් තක්සේරු කරගැනීමට ඔවුන්ට නොහැක)
- ළමුන්ට ස්පර්ශ කිරීම ශාරීරික අන්තර්ක්‍රියාවේදී ළමුන්ට ඉතා වැදගත්වේ
- ළමුන්ට ලෝකය පිළිබඳව ඉගෙනීමට, ආරක්ෂාව සහ අවස්ථාවන් අවශ්‍ය වේ. සාමාන්‍යයෙන් මෙය සිදුවන්නේ සෙල්ලම් කිරීම තුළිනි.

වයස අවුරුදු 3-5 දක්වා කාලසීමාව

- භාෂාමය හැකියාවන් සිග්‍රයෙන් සංවර්ධන වන අතර නිරන්තරයෙන් අලුතින් වචන ශබ්දකෝෂයට එක්කර ගනියි.
- ළමුන් ඔවුන්ගේ අපේක්ෂාවන් සහ ස්වාධීනත්වය සඳහා වැඩි අවකාශයක් ඉල්ලා සිටියි. (සමහර අවස්ථාවන් හිදී හඬනගා කැගසසිමින්)
- ළමුන් ඔවුන්ගේ ශාරීරික හැකියාවන් පරීක්ෂා කර බැලීම සහ මෙවලම් සහ නව අදහස් සමග ක්‍රීඩා කිරීමට හැසිරවීමට වැඩි උනන්දුවක් දක්වයි.
- ළමුන් සම්බන්ධතාවන් ගොඩනංවා ගන්නා අතර වැඩිහිටියන්ගෙන් සහ ස්වභාවික පරිසරයෙන් සහ සමාජයෙන් බොහෝදේ ඉගෙන ගනියි.
- ඔවුන් ඉගෙන ගැනීමේදී දිරිමත් කරනු ලැබුවහොත් ළමුන් ආත්ම විශ්වාසය ඇතිකරගැනීම සහ ඔවුන්ගේ හැකියාවන් හඳුනාගනු ලබයි.
- ළමුන් සීමා මායිම් පරීක්ෂා කිරීම සහ ඔවුන්ගේ භෞතික පරිසරය ගවේශණය කරයි.

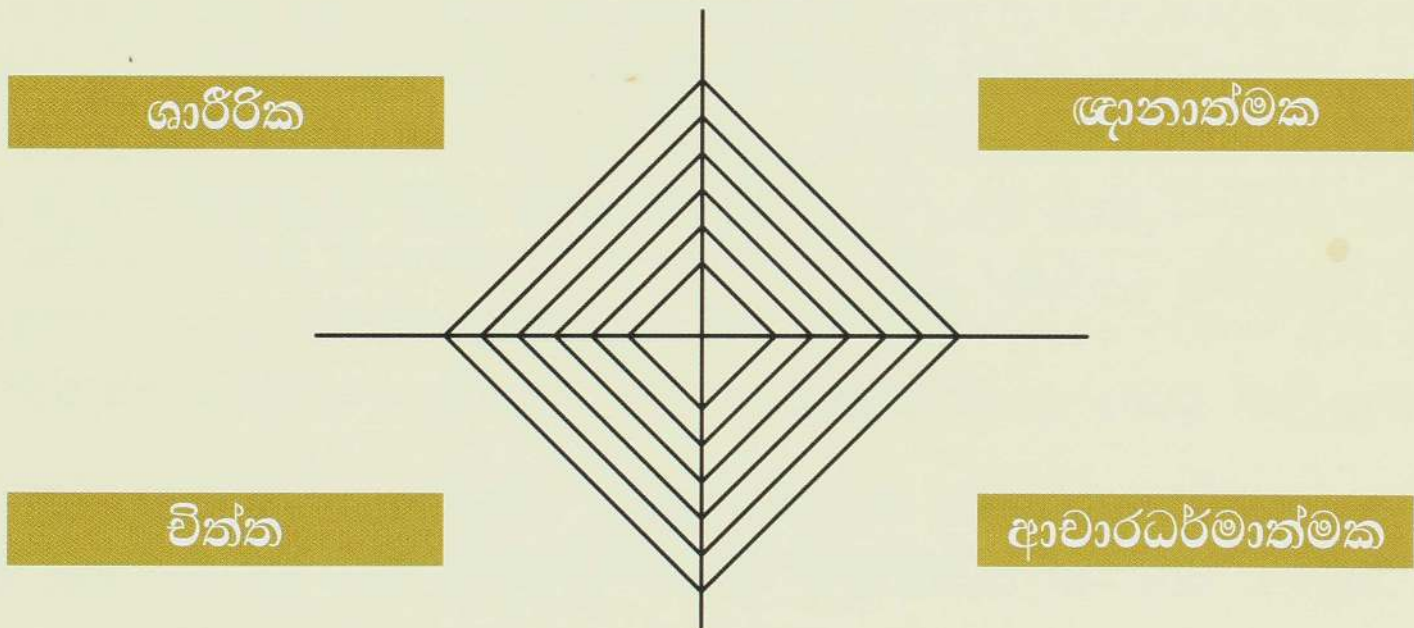
වයස අවුරුදු 6 - 12 දක්වා කාලසීමාව

- සිසු බුද්ධිවර්ධනයත් සමගින් ඔවුන්ට නැණවත් ආකාරයට සැලසුම් කිරීමටත් සංකල්ප ගොඩනැංවීමටත් හැකිවේ.
- පවුලේ ප්‍රජාවේ වැඩි කාර්යයභාරයක් බාර ගැනීමට අපේක්ෂා කරයි.
- සාමාන්‍යයෙන් යම් ආකාරයක අධ්‍යාපනයක් ලබාගනියි.
- සමවයස් කණ්ඩායම් ඇතිකරගැනීමටත් ඔවුන් සමග සම්බන්ධතා ඇතිකර ගැනීමටත් උනන්දුවක් දක්වයි.
- මෙම වයසේ ළමුන් තමන්ට වඩා වයසින් වැඩි ළමුන් අනුකරණය කරයි.
- ළමුන්ට යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු ඇති කිරීම සඳහා නොකඩවා වෛද්‍ය සත්කාර සහ අධ්‍යාපනය ලබාදිය යුතුයි.
- වයස අවුරුදු 9 පමණ වන ළමුන් නිවැරදිව තෝරාගැනීමට සහ විවිධ අදහස් හඳුනාගැනීමට සමත්වන බව පර්යේෂණ මගින් පෙනීගොස් ඇත.

නවයෞවන විය වයස අවු 12- 18 දක්වා කාලසීමාව

- ආචාරධර්ම සහ සමාජයේ යහපැවැත්ම පිළිබඳව වැඩි අවධානයක් දක්වයි.
- සමවයස් කණ්ඩායම්වලට වැඩි වැදගත්කමක් ලබාදෙන අතර සමහර කරුණු සම්බන්ධයෙන් වැඩි ප්‍රමුඛත්වයක් ලබා දෙන්නේ එහි සාමාජිකයන්ටය.
- හෝමෝන වල ඇතිවන වෙනස්කමත් සමග ළමුන් වැඩිවියට පත්වීමේ අත්දැකීම ලබයි. ලිංගික සහ ප්‍රජනන සෞඛ්‍ය වැදගත් කරුණක්වේ.
- ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජභාවය සම්බන්ධ කාර්යයභාරයන් සහ සංස්කෘතික සාරධර්ම ඔවුන්ගේ ජීවිතයට දැඩි බලපෑමක් ඇතිකරයි.
- බොහෝමයක් සංස්කෘතික හා වෙනත් අවස්ථාවන්හිදී නවයෞවනයන් විසින් වැඩිහිටියන්ගේ කාර්යයභාරයන් භාරගැනීමක් අපේක්ෂා කරනු ලබයි. සමහරවිට මෙසේ කිරීමට ඔවුන්ට අතිරේක සහය අවශ්‍ය විය හැකියි.
- මෙම කාලයේදී ළමයා ඔවුන්ගේ දැක්ම විශ්වාසයන් සහ අන්‍යන්‍යතාවය පිළිබඳ බෙහෝමයක් කරුණු ගොඩනංවා ගනු ලබයි.

ළමා සංවර්ධන ක්ෂේත්‍රයන්



ශාරීරික සංවර්ධනය

මෙමගින් අදහස් වන්නේ ළමයාගේ ශරීරය පිළිබඳවයි. ශාරීරික සංවර්ධනයට ළමයා වර්ධනය වීම සහ අන්‍යන්තරික සහ බාහිරව ලිංගික ඉන්ද්‍රියන් වර්ධනයවීම මගින් ශරීරයේ ඇතිවන වෙනස්කම් සහ ද්විතීයික ලිංගික ලක්ෂණ ඇතුළත්ය. (උදා: පිරිමි ළමුන්ගේ මුහුණේ රැවුල වැවීම සහ ගැඹුරු කටහඩක් ඇතිවීම, ගැහැණු ළමුන්ගේ පියයුරු වැඩීම සහ ආර්ථව වක්‍රය ආරම්භවීම.) ලිංගික සංවර්ධනයට අදාළව සිදුවන හෝර්මෝනයන්හි ඇතිවන වෙනස්කම් (ශරීරයේ ඇතිවන රසායනික වෙනස්කම්) නව යෞවනයන්ගේ චිත්තවේගයන්ටද දැඩි බලපෑමක් ඇති කරනු ලබයි.

ඥානාත්මක සංවර්ධනය

ප්‍රජානක යනුවෙන් අදහස් වන්නේ පුද්ගලයකුගේ දැනීම සහ වටහා ගැනීමයි. මෙය දැනගැනීම, සිතීම, මතක තබාගැනීම, හේතු දැක්වීම, අවබෝධ කරගැනීම, ප්‍රශ්න විසඳීම, ඇගයීම සහ විනිශ්චය හා සම්බන්ධය. මෙය චිත්තවේගයන්ට වඩා වෙනස් වේ. ළමුන් වයසින් වර්ධනය වත්ම ඉහත දැක්වූ අංගයන් පිළිබඳ ඔවුන්ගේ හැකියාවන් ඉහළ යයි.

චිත්ත සංවර්ධනය

මෙමගින් දැනුමට වඩා හැඟීම් පිළිබඳ අදහස්වේ. ළමයකු වයසින් වැඩිවනවිට ඔහු හෝ ඇය ඔහුගේ හෝ ඇයගේ හැඟීම් සමාජ අන්තර්ක්‍රියාව මගින්, එනම් විවිධ තත්ත්වයන් හිදී සහ ඔහුගේ හෝ ඇයගේ සංස්කෘතියට අනුව වඩාත්ම සුදුසු යැයි පිළිගනු ලබන්නා වූ හැසිරීම සම්බන්ධයෙන් ඉගෙන ගන්නා කරුණු තුළින් පාලනය කරගනී.

ආචාරධර්මාත්මක සංවර්ධනය

මෙමගින් අදහස් වන්නේ ආවේනිකව සහජයෙන් වැරදි දේ සහ නිවැරදි දේ පිළිබඳව දැනගෙන සිටීමයි. මෙය ධනාත්මක, ආදර්ශමත් චරිත, සෙනෙහස, ආදරය, හිතකාමි පරිසරයක් සමගින් පවත්නා වූ ධනාත්මක සහ නියතව පවත්නා විනය නීති ආදිය මගින් (හොඳ හැසිරීම් අගය කිරීම වැරදි හැසිරීම් නරක ඇයි දැයි තේරුම් කරදීම ආදී) තවදුරටත් ශක්තිමත් වේ.

සමතුලිත ළමා සංවර්ධනය

- පරමාදර්ශී තත්ත්වයකදී සියලුම ළමුන්ගේ අයිතිවාසිකම් වලට ගරු කරන සහ ඔවුන්ට පරිපූර්ණ වැඩිහිටියන් ලෙසට වර්ධනය වීමට වුවමනා වන සියලුම ආකාරයේ අවශ්‍යතාවන් සපුරාලීම සිදුවේ. සියලුම අංශයන්හි සංවර්ධනයන් සමගාමීව සමාන අනුපාතිකයකින් සිදුවේ.
- ළමයකු කුඩා කාලයේදී සංවර්ධනය වී නොමැති අවස්ථාවන්හිදී මෙම සියලුම අංගයන් ඔවුන්ට නොලැබී යා හැකියි. නමුත් ඔවුන් වර්ධනය වන්නේ සුදුසු ආරක්ෂාකාරී සෙනෙහසින් යුතු පරිසරයක නම් ඔවුන්ට සමස්ථ වශයෙන් සමතුලිත සංවර්ධනයක් ඇති කරගැනීමට අවස්ථාව පවතී.

අසමතුලිත ළමා සංවර්ධනය

- ළමයාට නිවැරදි දායකත්වයන්, ප්‍රතිපෝෂණයන් නොලැබෙන්නේනම් සහ ඔවුන්ගේ අයිතිවාසිකම් ගරු නොකරන සම්පූර්ණ නොකරන්නා වූ පරිසරයක ඔවුන් වර්ධනය වන්නේ නම් එවිට ඔවුන්ගේ සංවර්ධනයට බලපෑම් ඇතිවිය හැකි අතර එය අසමතුලිත එකක් විය හැකියි. *උදාහරණ: ළමයකුට අවශ්‍ය තරම් පෝෂණය ආහාර නොලැබෙන්නේ නම් ඔහු හෝ ඇය ශාරීරික වශයෙන් නිවැරදිව සංවර්ධනය නොවේ.*

ළමයෙකුට ප්‍රමාණවත් ලෙස උත්තේජනයන් සහ අධ්‍යාපනයන් නොලැබෙන්නේ නම් ඔහුගේ හෝ ඇයගේ ප්‍රජානක සංවර්ධනයට බලපෑම් ඇතිවිය හැකියි.

- ළමයෙකු ආදරය සෙනෙහස සහිත වාතාවරණයක නොවැඩෙන්නේ නම් හෝ ඔහු හෝ ඇය නොසලකා හරිනු ලබන හෝ විත්තවේගීමය වශයෙන් අපයෝජනයට ලක්වන වාතාවරණයක සිටින්නේ නම් ඔහුගේ හෝ ඇයගේ විත්තවේගමය සහ ආචාරධර්ම මේ සම්බන්ධයෙන් වඩාත් හොඳ තත්ත්වයක් පවත්නා වූ ළමයෙකුට වඩා අවාසිදායක සහ දුර්වල තත්ත්වයක පැවැතිය හැකියි.

උදාහරණ වශයෙන් විදියක ජීවත්වන අවුරුදු 15 වයස ගැහැණු හෝ පිරිමි ළමයකුට සමහරවිට ශාරීරිකව (ලිංගිකව ද ඇතුළත්ව) සංවර්ධනය වී අවුරුදු 15 ක ළමයකුගේ පෙනුම ඇතිව විදියක අනතුරු වලට මුහුණදීමෙන් බේරී ජීවත්වීමට අවශ්‍ය කුසලතාවන් සෑහෙන මට්ටමින් ලබාගෙන තිබිය හැකිය. නමුත් මොවුන්ගේ විත්තවේගීමය සහ විනය, ආචාරධර්ම සංවර්ධනය ඉතා අඩු මට්ටමකින් පැවැතිය හැකිය.

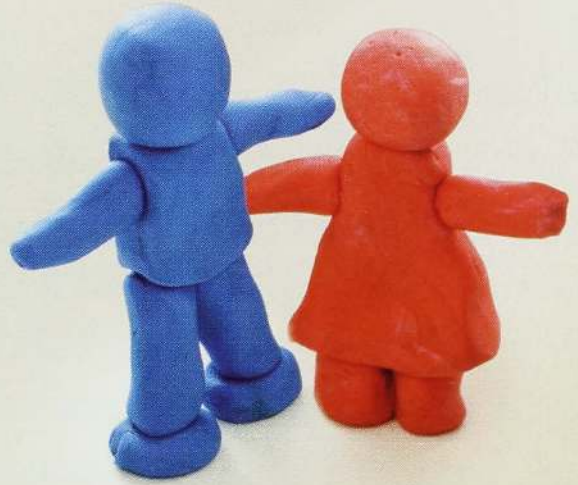
- ළමයකු අසමතුලිත අයුරින් සංවර්ධනය වීම එක්සත් ජාතීන්ගේ ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ප්‍රඥප්තියේ මූලික අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනය කිරීමකි.

2 වන පරිච්ඡේදය

ළමා ආරක්ෂාව
සහ ළමා
අපයෝජනය
පිළිබඳ මූලික
අවබෝධය

“වයස අවුරුදු 18 ට අඩු
සියලුම ගැහැණු සහ
පිරිමි “ළමුන්” යනුවෙන්
නිර්වචනය කර ඇත.”

- ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ
ප්‍රඥප්තියේ පළමු වැනි
වගන්තිය



ළමා ආරක්ෂාව යනු කුමක්ද ?

“ළමා ආරක්ෂාව” යනුවෙන් හැඳින්වෙන්නේ “ළමුන්” අපයෝජනයට ලක්වීම, නොසලකා හැරීම, සුරාකෑම සහ ළමුන්ට එරෙහිව සිදුවන ප්‍රචණ්ඩත්වය වැළැක්වීම හෝ එයට එරෙහිව ප්‍රතිචාර දැක්වීමයි. සියලුම ළමුන්ට ආරක්ෂාව ලබා ගැනීම සඳහා අයිතිවාසිකමක් ඇත. ශාරීරික සහ චිත්තවේගීය වශයෙන් සෑම විටම ආරක්ෂා සහිතව සිටීමට අයිතියක් ඇත.

ළමුන්ට ආරක්ෂාව සලසන සුරක්ෂිත සහ සෙනෙහෙබර වාතාවරණයක් ගොඩනගනු ලබන්නේ පවුල විසිනි. පවුලෙන් පරිබාහිර අවස්ථාවන්හිදී මෙම සුරක්ෂිත වාතාවරණය ගොඩනැගීමේ වගකීම පැවරෙන්නේ පාසල සහ ප්‍රජාවටය. ළමුන්ගේ හැකියාවන් උපරිම කරගනිමින් පරිපූර්ණ ජීවිතයක් ගත කිරීම සඳහා සුරක්ෂිතව වර්ධනය වීමට, අධ්‍යාපනය ලැබීමට සහ සංවර්ධනය වීමට අවස්ථාව ලැබෙන්නේ පවුලෙන් පාසලෙන් සහ ප්‍රජාවෙන් ඔවුන්ට මෙම පූර්ණ ආරක්ෂාව ලැබෙන විටදීය.

ළමා අපයෝජනය යනු කුමක්ද ?

ළමා අපයෝජනයන් සිදුවීමට හේතුවන කරුණු පිළිබඳව වටහාගැනීම පහසු කටයුත්තක් නොවේ. මෙය සිදුවන්නේ යම් එක් නිශ්චිත කරුණක් නිසා යැයි පැහැදිලි කළ නොහැක. මෙය සංකීර්ණ මානසික සහ සමාජීය කරුණු ගණනාවක් සංයෝජනය වීමෙන් ඇතිවන්නා වූ තත්ත්වයකි. කෙසේ වෙතත් අපයෝජනයන් තුළින් ළමුන්ගේ යහපැවැත්මට අයහපත් බලපෑමක් ඇතිවන බැවින් මෙවැනි සිදුවීමක් මගින් ඔහුගේ හෝ ඇයගේ අනාගතය සම්බන්ධයෙන් ඇතිවන්නාවූ බලපෑම කොපමණදැයි ගණනය කිරීම දුෂ්කරවේ.

ළමා අපයෝජනය සිදු වන්නේ ඇයිද යන්න වටහා ගැනීම පහසු කරුණක් නොවේ. එය මානසික මෙන්ම සමාජීය කරුණු හා සම්බන්ධය. කෙසේ වෙතත් ළමයකුට හා

ඔහුගේ හෝ ඇයගේ අනාගතයට සහ සමාජයීය වශයෙන් ඇතිවන්නා වූ බලපෑම අති විශාල සහ මැනිය නොහැකි එකක් වන්නේ මෙම අපයෝජනය එම ළමුන්ගේ සුභසාධනයට මහත් බලපෑමක් සිදුකරන නිසාය.

ළමා අපයෝජනය ළමයකු විනාශ කිරීමක් ලෙස දැක්විය හැකියි. මෙමගින් ළමයාට ශාරීරික මෙන්ම මානසිකව හානි සිදුවිය හැකියි. මෙම ළමයා කම්පනයට පත්වීම, බියෙන් මුසපත් වීම, ආත්ම විශ්වාසය නොමැතිවීම, කිසිම පුද්ගලයෙකු විශ්වාස නොකිරීම, ඉගෙනීමේ කටයුතු වලට අවධානට යොමු කිරීමට අපොහොසත්වීම, ආහාර ගැනීමට නොහැකිවීම, නිදාගැනීමට නොහැකිවීම, සමාජයට මුහුණ දීමට නොහැකිවීම සහ මෙවැනි අපහසුකාරී තත්ත්වයන් ගණනාවකට පත්විය හැකියි.

ළමා අපයෝජනයේ විවිධ ස්වරූපයන්

- ශාරීරික අපයෝජනය
- ලිංගික අපයෝජනය
- මානසික අපයෝජනය
- නොසලකා හැරීම
- හිරිහැර කිරීම

ශාරීරික අපයෝජනය

ශාරීරික අපයෝජනය යනුවෙන් හැඳින්වෙන්නේ යම් පුද්ගලයෙකු විසින් ළමයෙකුට හානිකරීම් හෝ හානිවිය හැකි යම් ශාරීරික ක්‍රියාවක් සිදුකිරීමකි. මෙයට පහරදීම, පයින්ගැසීම, අනිසිලෙස සෙලවීම, පිලිස්සීම, කෙතින්තීම, සැපීම, හිරිහැර කිරීම, විසිකිරීම, තල්ලු කිරීම සහ කසපහරදීම ඇතුළත්වේ. බොහෝ වැඩිහිටියන්ට යම් ආකාරයක ශාරීරික දඬුවම් පැමිණිවීමකින් තොරව ළමුන් හදාවඩා ගැනීමට සහ ඒ පිළිබඳව සිතාබැලීමටත් දුෂ්කරය. නමුත් අධ්‍යයනවලින් පෙනීගොස් ඇත්තේ අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට වඩා ශාරීරික දඬුවම් ලබාදීම මගින් ළමුන්ට අහිතකර බලපෑම් ඇතිවන බවයි. දැඩි දඬුවම් වලට මුහුණු පෑ ළමුන් ඔවුන් වයසින් වර්ධනය වීමේදී සහ වැඩිහිටියන් බවට පත්වූ පසු ප්‍රවන්ධකාරී බවට පත්වීමට වැඩි ඉඩකඩක් පවතින බව පෙනීගොස් තිබේ. ශාරීරික දඬුවම් ලබාදීම හැසිරීම් වෙනස් කිරීමේදී කාර්යක්ෂම නොවන ක්‍රමයක් වන අතර එමගින් බිය සහ මානසික පීඩා ඇතිවීමේ අවදානමක් පවතී. එම නිසා ශාරීරික දඬුවම් කිරීම ශ්‍රී ලංකාවේ පාසල්වල තහනම් කර ඇති අතර දෙමව්පියන් සහ ගුරුවරුන්ට ශාරීරික දඬුවම් නොකරන ලෙසට උපදෙස් ලබාදී ඇත. එනමුත් අනෙකුත් විකල්ප විනය ක්‍රියාමාර්ග ගැනීමට අවසර ඇත.

ලිංගික අපයෝජනය

ළමා ලිංගික අපයෝජනය යනු යම්පුද්ගලයෙකු ළමයකු ලිංගික ක්‍රියාකාරකමකට සම්බන්ධකරගැනීම වන අතර ළමා ලිංගික අපයෝජනය විවිධ ස්වභාවයේ ලිංගික ක්‍රියාකාරකම් මගින් සිදුවිය හැකිය. එනම් ළමයාගේ ලිංගික අවයව පිරිමැදීම, ස්වයං ශුක්‍රමෝචනය හස්තඋපක්‍රමය, මුඛ ලිංගික ක්‍රියාකාරකම්, යෝනි මාර්ගයට හෝ ගුද මාර්ගයට ගිණිනය, ඇඟිලි හෝ වෙනත් දේ ඇතුළු කිරීම හෝ අසහාය ලිංගික දර්ශන ඇතුළත් චිත්‍රපටි ළමුන්ට පෙන්වීම ආදියවේ.

මානසික අපයෝජනය

මෙමගින් හැඳින්වෙන්නේ ළමුන්ගේ චිත්තවේගමය සංවර්ධනයට හානිගෙන දෙන අන්දමින් සැලකීමයි. මෙයට වැඩිහිටියකු විසින් ළමයෙකුට දරුණු සෘණාත්මක චිත්තවේගමය තත්ත්වයන් ඇති කරන්නාවූ ආකල්පයක් හෝ ක්‍රියාවන් ඇතුළත්වේ. මෙමගින් ළමයාට බිය, අනාරක්ෂිත බව, වටිනාකමක් නොමැති බව, අදරය නොමැති බව, අවපීඩනය සහ තමන් විසින්ම හානිකරගන්නාවූ සිතුවිලි ඇතිවිය හැකිය. මෙමගින් ළමයාගේ ශාරීරික, සමාජයීය, බුද්ධිමය හෝ චිත්තවේගමය සංවර්ධනයටද දරුණු බලපෑමක් ඇතිවිය හැකිය. මෙම තත්ත්වය ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයට මුහුණ දෙන ළමුන් තුළ ඇතිවිය හැකිය.

මානසික අපයෝජනය පහත දැක්වෙන අයුරින් සිදුවිය හැකිය

- බැන වැදීම, දෝෂාරෝපණය
- ප්‍රතික්ෂේප කිරීම, ඉවත් කිරීම
- පහරදීම
- තර්ජනය කිරීම
- හිරිහැර කිරීම හෝ ළමයාට මෝඩයා/ තකතිරුවා වැනි අවලස්සන හෝ වෙනත් නරක නම්වලින් ඇමතීම
- කෑ මොර දීම හෝ ශබ්ද නගා කතා කිරීම
- පහත්කොට සැලකීම හෝ ලැජ්ජාවට පත්කිරීම
- නින්දා කිරීම හෝ අපහාසයට ලක්කිරීම

නොසලකා හැරීම

මෙය ඉතා පොදුවේ දක්නට ලැබෙන ළමා අපයෝජනයකි. මෙම තත්ත්වය ඇති වන්නේ ළමයාගේ දෙමාපියන් හෝ භාරකරුවන් ළමයාට අවශ්‍ය මූලික අවශ්‍යතා වන ආහාර ඇඳුම් වාසස්ථාන මූලික සෞඛ්‍ය සත්කාර හෝ අධීක්ෂණය හදාවඩා ගැනීම හෝ අවදානම් වලින් ආරක්ෂාව ලබාදීමට අපොහොසත් වන අවස්ථාවලදී සහ ළමයාගේ අවශ්‍යතාවලට අවධානය යොමු නොකිරීම හෝ ළමයා නොසැලකිල්ලට ලක්වන අවස්ථාවලදීය.

හිරිහැර කිරීම

හිරිහැර කිරීම යනු ළමයකු හෝ ළමුන් කණ්ඩායමක් විසින් සිතාමතා යම් ළමයකු හෝ ළමුන් කණ්ඩායමකට තර්ජනය කිරීම නින්දා කිරීම හෝ හානි සිදු කිරීමයි. මෙය අභිමතාර්ථයකින් යුතුව සිතාමතා යම් පුද්ගලයකු රිදවා ඔහු හෝ ඇය ආතතියට පත් කිරීමට ඇති කැමැත්තයි. හිරිහැර කරන්නන් සාමාන්‍යයෙන් තමන්ට වඩා දුර්වල හෝ කුඩා ළමුන් බිය කිරීමට තැත් කරන්නෝ වෙති. මෙය ශාරීරික හෝ වාචික අහිනයක් මගින්, පැහැර ගැනීමෙන් හෝ ඉවත් කිරීම ආදිය මගින් සිදුවේ. මෙය පාසැල් භූමිය තුළ බහුලව දකින්නට ලැබේ.

මෙමගින් පීඩාවට පත්වන්නන් තුළින් විශ්වාසයක් නැතිබව, ආත්ම විශ්වාසයක් නොමැතිකම, පාසලට පැමිණීම අඩුවීම සහ ඉගෙනීමේ දුර්වලතා පෙන්නුම් කෙරේ.

3 වන පරිච්ඡේදය

ළමා ලිංගික
අපයෝජනය
පිළිබඳ මිත්‍යා මත
සහ වැදගත්
කරුණු

“අපගේ සමාජයේ
බොහෝ දෙනෙක් ළමා
අපයෝජනයන් සිදුවන්නේ
ඔවුන්ගේ අසල්වාසී
පරිසරයේ බව
පිළිගැනීමට අකමැතිය.
නමුත් සිදුවන්නේ එයයි”.

- ශාරී පුලියම්



ළමා ලිංගික අපයෝජනයන් සම්බන්ධයෙන් වැරදි වැටහීම් ගණනාවක් තිබේ. මෙම වැරදි වැටහීම් වලට තුඩුදෙන කරුණු හඳුනාගැනීමත් මේ සම්බන්ධයෙන් පවත්නා මිත්‍යාමත දුරලීමත් මගින් අපගේ ළමුන් ආරක්ෂා කරගැනීම සම්බන්ධයෙන් කැපීපෙනෙන වෙනසක් ඇතිකිරීමට හැකිවේ.

- ළමා අපයෝජනයට හෝ ව්‍යතිචාරයට ලක්වන්නේ ගැහැණු ළමුන් පමණි.**
 ගැහැණු සහ පිරිමි ළමුන් යන දෙපාර්ශවයටම ලිංගික සුරාකෑමකට ලක්වීමට එක සමාන අවදානමක් ඇත.
- ලිංගික අපයෝජනයට ලක්වන්නේ ලස්සන ගැහැණු ළමුන් පමණි.**
 ලස්සන හෝ පියකරුවන් පිළිබඳව සැලකීමෙන් තොරව ඕනෑම ගැහැණු ළමයෙක් ලිංගික අපයෝජනයට ලක්විය හැකිය.
- සෑම විටම මෙම වැරදි සිදුකරන්නේ පිරිමින්ය.**
 මේ සම්බන්ධයෙන් වාර්තාවන සිද්ධීන් අතින් වැඩි ප්‍රමාණයකට පිරිමින් වරදකරුවන් වුවත් පිරිමියෙක් හෝ ගැහැණියක් මෙම ලිංගික අපයෝජනයක් සම්බන්ධයෙන් වරදකරු බවට පත්විය හැකිය.
- කුඩා පිරිමි ළමුන්ට හිංසා කරන්නේ සමලිංගික පිරිමින් පමණි.**
 ලිංගික දිශානතිය සහ ලිංගික අපයෝජනය අතර සම්බන්ධතාවක් නොමැත. ළමා අපයෝජනය කරන්නාගේ ස්ත්‍රී, පුරුෂ හෝ සමාජභාවය මගින් ළමයාගේ ලිංගික දිශානතිය තීරණය කිරීම සිදුනොවේ.

- බොහෝවිට ළමුන් අපයෝජනයට ලක්වන්නේ අමුත්තන්ගෙනි**

ළමුන් අපයෝජනය කරන්නේ අමුත්තන් පමණක් නොවේ. ඔබ හොඳින් විශ්වාස කරන හෝ ඔබට ඉතාමත් සමීප අය හෝ වගකීමෙන් යුතුව ළමුන් රැක බලාගනීවී යැයි ඔබ අපේක්ෂා කරන පිරිස ද මෙවැනි අපයෝජනයන් සිදුකළ හැකිය. කණගාටුදායක තත්ත්වය වන්නේ බොහොමයක් ලිංගික අපයෝජනයන් වලට වගකිව යුතුවන්නේ ළමුන්ට ඉතාමත් සමීපතම පුද්ගලයින් වීමයි. උදාහරණ වශයෙන් නෑදෑයෙක්, පවුලේ මිතුරෙක්, ගුරුවරයෙක්, ළමුන් වෙනුවෙන් වැඩකරන පුද්ගලයෙක්, ආගමික නායකයෙක් හෝ අසල්වැසියන් දැක්විය හැකිය.
- මෙසේ හිරිහැර කරන්නන් අපිරිසිදු පුද්ගලයින් වෙති. ඔබට පහසුවෙන් ළමුන්ට හිරිහැර කරන්නන් හඳුනාගත හැකිය.**

යමෙකු දෙස බැලීමෙන් ඔහු හෝ ඇය ළමා අපයෝජනය කරන්නෙක් ලෙස ඔබට උපකල්පනය කළ නොහැකිය. සමහරවිට ඔහු හෝ ඇය විදියේදී හමුවන අපිරිසිදු, අසාමාන්‍ය, හෝ විරූපී පුද්ගලයෙක් නොවිය හැකිය. ඔවුන් නිතරම වගකීමෙන් යුක්ත රැකියාවක් කරන කාර්යයභාරයක් ඇති සමාජයේ හොඳ නමක් දිනාගෙන සිටින ජනතාව ගරුසරු කරන පුද්ගලයින් ද විය හැකිය.
- ළමා අපයෝජනයන් සිදුවන්නේ පහත් පංතියේ හෝ ග්‍රාමීය පවුල්වල පමණි.**

අපයෝජනයන් සියලුම සමාජ ආර්ථික, ජාතිකත්වයන් සහ පංති සීමාවන් තුළ සිදුවේ. මෙය ග්‍රාමීය සහ නාගරික යන දෙඅංශයේම සිදුවේ.
- මෙය මාගේ ළමයාට සිදුවිය නොහැකියි.**

ළමා ලිංගික අපයෝජනයක අවධානම සෑමවිටම පවතියි. මගේ දරුවාට එවැනි අපයෝජනයක් සිදු නොවෙතැයි සිතීම එම අවධානම මගහැරීමට සුදුසු කරුණක් නොවේ. නමුත් දරුවාට ප්‍රමාණවත් රැකවරණයක් සැලසීම එම අවධානම මගහැරීමට ප්‍රබල සාධකයක් වේ.
- ළමා අපයෝජනයන් පිළිබඳ ඉගැන්වීමෙන් ළමුන් බියට පත්වන බැවින් එසේ නොකිරීම වඩා සුදුසු වේ.**

අධ්‍යයන මගින් පෙනීගොස් ඇත්තේ ඔවුන්ට සිදුවිය හැකි අනතුරු පිළිබඳව ළමුන්ව දැනුම්වත් කිරීම මගින් සහ අවදියෙන් සිටීමෙන් මෙවැනි අවදානම් තත්ත්වයන් මගහැරීමට ඔවුන්ට හැකිවන බවයි.

- මගේ ළමයා මේ ආකාරයේ යමක් ඔවුන්ට සිදුවුවහොත් මට ඒ ගැන පවසනු ඇත.

ළමයකු මේ සම්බන්ධයෙන් කතා නොකිරීමට ලැජ්ජාව හෝ බිය ඇතුළුව හේතු ගණනාවක් තිබේ. දෙමව්පියන් ළමුන්ට අනතුරුදායක තත්ත්වයන් ගැන සහ එවැනි අවස්ථාවක සිදු කළයුත්තේ කුමක්ද යන්න ඉගැන්විය යුතුය.

- අපයෝජනයට ලක්වූ ළමුන් වැඩිහිටියන් වූ විටද අපයෝජකයින් බවට පත්වනු ඇත.

මෙය යම්තාක් දුරට පමණක් සත්‍යවේ. සමහර පර්යේෂණ මගින් පෙනී ගොස් ඇත්තේ යම් ළමයකුට අපයෝජනයක් සම්බන්ධයෙන් එය සිදුවීමෙන් ඉතා ඉක්මනින්ම පැවසීමට හැකිවුවහොත් සහ මෙය ඇත්තක් වශයෙන් පිළිගෙන ඔහුට අවශ්‍ය සහාය ලබාදුන හොත් මෙම ළමයා අනාගතයේ ළමා අපයෝජන සිදුකරනනෙකු වීමේ ඉඩකඩ අවම වන බවයි.

- මේවා සම්බන්ධයෙන් වෙන අයෙක් අදාළ බලධාරීන්ට වාර්තා කරනු ඇත.

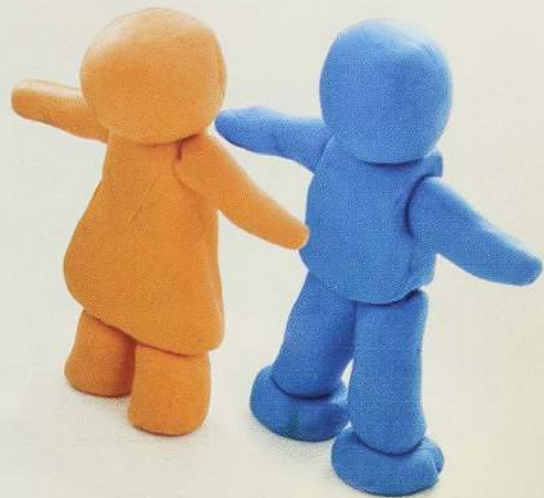
ළමා අපයෝජනයන් දිගින් දිගටම සිදුවීම සහ නොසලකා හැරීම වැළැක්විය හැකිය, නමුත් මෙය අවසන් කිරීමට යමෙකු විසින් පළමු පියවරගත යුතුය. ඔවුන් අපගේ ළමුන් වුවත්, අසල් වැසියන්ගේ හෝ අමුත්තකුගේ ළමයෙකු වුවත් අපගේ රාජකාරිය වන්නේ එය වාර්තා කිරීමයි.

4 වන
පරිච්ඡේදය

ළමුන් ආරක්ෂා
කිරීම සඳහා
දෙමාපියන්ගේ
කාර්යභාරය

“ළමුන් වඩා වැදගත්
කටයුතු සඳහා බාධකයක්
නොව, වඩා වැදගත්
කටයුත්ත වනුයේ
ඔවුන්ය”.

- ජෝන් ට්‍රේසිනර්, එම්.ඩී.



ළමා අපයෝජන සංඛ්‍යාවන් ඉතා ඉහළ අගයක්ව පවතින අතර සෑම දරුවෙකුම අපයෝජනයක ගොදුරක් වීමේ අවධානමක් පවතී. ඇස්තමේන්තු ගතකර ඇති අන්දමට ලොව පුරා ළමුන් සිය දහස් ගණනක් වසරකට කුමන හෝ අපයෝජනයකට ගොදුරුවෙයි. ළමුන් යනු අප සමාජයේ පහසුවෙන් අපයෝජනයකට ගොදුරු විය හැකි, පීඩනයට ලක්විය හැකි කණ්ඩායමකි. එමෙන්ම ළමුන් යනු තමුන්ගේ ආරක්ෂාව තමන්ටම සලසා ගැනීමට නොහැකි හා නොදන්නා කණ්ඩායමක් ද වේ. එමෙන්ම අපයෝජකයන්ගේ උපායන්ගේ හා අවධානම් සහගත අවස්ථාවන්ගේ ස්වභාවය හා එහි බරපතල ස්වභාවය ළමුන්ට තේරුම් ගැනීමට නොහැකි විය හැකිය.

අපයෝජනයන්ගෙන් ළමුන් ආරක්ෂා කරගැනීමේ ක්‍රියාමාර්ග

මෙහිදී බොහෝ පිරිසකගේ අදහස වන්නේ නීති පැනවීම වුවත් එය ද ප්‍රමාණවත් නැත.

දෙමාපියන්, ගුරුවරුන්, භාරකරුවන්, සහ වගකිවයුතු වැඩිහිටියන් ලෙසට අපගේ ළමුන් ආරක්ෂා කරගැනීම සහ ආරක්ෂාවීමට අවශ්‍ය කුසලතා ඔවුන්ට ඉගැන්වීම අපගේ වගකීමක් වේ. මේ සම්බන්ධයෙන් විද්වත් ප්‍රවීණයන්ගේ අදහස වන්නේ මෙවැනි තත්ත්වයකදී කටයුතු කළයුතු ආකාරය සම්බන්ධයෙන් දෙමාපියන් විසින් දැනුවත් කරන ලද ළමුන් මෙවැනි තත්ත්වයකදී අනතුරකට පත්වීමේ අවස්ථාවන් අඩු බවත් වයස අවුරුදු තුනක පමණ වූ දරුවකුට වුවද ලිංගිකව අපයෝජනයට ලක්වීමේ අවදානම අවම කරගැනීම සඳහා වූ කුසලතා ඉගැන්විය හැකි බවත්ය. එසේම එමගින් මෙවැනි අපයෝජනයක් සිදුවන්නේ නම් ඒ සම්බන්ධයෙන් වැඩිහිටියන්ට පැවැසීමට ඔවුන්ට හැකිවනු ඇත. අවාසනාවකට මෙන් ලිංගික අපයෝජනයට ලක්වන ළමුන්ට මෙවැනි අවස්ථාවකට මුහුණ දීමට සිදුවිය හැකි බවට කිසිදිනක පවසා නැත. එසේ ඔවුන්ට පවසා තිබුණේ නම් එවැනි අවස්ථාවක දී ක්‍රියා කළ යුතු ආකාරයට කටයුතු කිරීමට හැකියාව ලබාගනු ඇත.

එම නිසා ළමුන්ගේ ජීවිත සාමාන්‍ය, සෞඛ්‍යමත් ලෙස සංවර්ධනය කර ගැනීමට, ආරක්ෂාව සඳහා ගතයුතු ක්‍රියාමාර්ග පිළිබඳවත් වැරදි දේ කුමක්ද සහ නිවැරදි දේ කුමක්ද යන්න පිළිබඳවත් සරල ක්‍රම සහ ආරක්ෂා විය හැකි උපායමාර්ග පිළිබඳවත් ළමුන්ට ඉගැන්වීම සම්බන්ධයෙන් ඉතා වැදගත් කාර්යභාරයක් දෙමාපියන් විසින් ඉටුකළ යුතු වේ. මෙහිදී ළමුන් බියට පත්කිරීමක් සිදුනොකර අවශ්‍ය පරිදි කටයුතු කිරීමට ඔවුන් සූදානම් කළ යුතු අතර ළමා ආරක්ෂණය යනුවෙන් හැඳින්වෙන්නේ ළමුන් අපයෝජනයට ලක්වීමෙන් හෝ නොසලකා හැරීමට ලක්වීමෙන් ආරක්ෂාකර ගැනීම පමණක් නොවේ. මෙමගින් ළමුන්ට විශ්වාසයෙන් යුක්තව සෞඛ්‍යමත්ව සහ ප්‍රීතිමත් වැඩිහිටියන් ලෙස වර්ධනය වීම සඳහා ළමුන්ට උපකාර කිරීමද සිදුවේ.

පහතින් දක්වා ඇති ක්‍රමෝපායයන් ඔබට දෙමාපියන් ලෙස ඔබගේ දරුවන් ආරක්ෂා කරගැනීම සම්බන්ධයෙන් ධනාත්මක කැපීපෙනෙන වෙනසක් ඇති කරගැනීමට උපකාරීවේ.

ඔබ ළමුන් සමඟ විවෘතව සාකච්ඡා කරන්න

- වගකීමක් දරන දෙමාපියකු වශයෙන් ප්‍රථමයෙන්ම ඔබ දරුවාගේ ජීවිතය පිළිබඳ පමණක් ප්‍රමුඛ අවධානය යොමුකළ යුතුවේ.
- දරුවාගේ ආරක්ෂාවට ඔබගේ ආදරය සහ සුපරීක්ෂාවට සම කළ හැකි වෙනත් යමක් නොමැති බව ඔබ හොඳින් මතක තබාගත යුතුයි. ඔබගේ ජීවන රටාවට ගැලපෙන අයුරින් ඔබගේ ළමුන් සමඟ එක්ව කාලය ගත කිරීමත් වඩාත් හොඳින් ගැලපෙන ආකරයට ඔවුන් සමඟ සංනිවේදනය කිරීමත් සිදුකළ යුතුවේ. මෙහිදී යොදාගන්නා සන්නිවේදන මාධ්‍යයන්ට වඩා ඔබ ඔවුන් සමඟ සිට සජීවීව සවන්දීම ඉතා වැදගත්වේ.
- ළමුන් සමඟ විවෘතව සාකච්ඡා කිරීම ඉතා වැදගත්ය. විවෘතව සහ සෘජුව ඔබගේ ළමයා සමඟ කතා කිරීමෙන් යම් ගැටලුවක් පවතින විටදී ඒ පිළිබඳව ඔබ සමඟ සාකච්ඡා කළ හැකිබව ඔවුන් අවබෝධ කරගනී. ඔබගේ ළමයා යම් අපහසුතාවයක් හෝ ප්‍රශ්නයක් පිළිබඳව ඔබට පවසන්නේ නම් එයට සක්‍රීයව සවන්දීමටත්, ඒ සම්බන්ධයෙන් ඔවුන් සමඟ සාකච්ඡා කොට ඔවුන් සනසාලීමටත් වේලාවක් වෙන් කරගන්න.
- ළමුන් සමඟ කතාකිරීමේ පළමු පියවර වන්නේ හොඳින් සවන්දීමයි. ඔබ ළමයෙක්ව සිටි අවධියේ දී ඔබට සෙනෙහසින් සවන්දුන් පුද්ගලයන්ට ඔබ කැමැත්තක් දක්වූ අයුරු සිහිපත් කරගන්න. එලෙස සවන්දීම මගින්, දෙමාපියන් තමන් කෙරෙහි ආදරය කරුණාව මෙන්ම තමන්ගේ අභිවාද්ධිය පිළිබඳ උනන්දුවක්

දක්වන බවත් තමන්ගේ අදහස් උදහස් පිළිබඳව යහපත් ප්‍රතිචාර දක්වන බවත් දෙමාපියන් තමන්ට උදව් උපකාර සිදුකරණ බවත් දරුවා වටහා ගනු ඇත. ඔබගේ දරුවන්ට අවශ්‍ය ඕනෑම අවස්ථාවක ඕනෑම දෙයක් සම්බන්ධයෙන් ඔබ හා කතා කළ හැකි බැව් ඔවුන්ට ඒත්තු ගැන්වීමට අමතක නොකරන්න.

- ඔබ, ළමුන් සමඟ කතා කරන ස්වභාවය ඔබගේ පණිවිඩය ඔවුන්ට ග්‍රහණය කරගැනීමට බලපෑමක් ඇති කරයි. ළමයාට ඔබ සමඟ කතාකිරීමට අවශ්‍ය වූ විට ඔබගේ සක්‍රීය අවධානය ලබාදෙන්න. එයට බාධාවන බැවින් ඔබ සිදු කරමින් සිටි කටයුත්ත මදකට නතර කරන්න. රූපවාහිනිය ක්‍රියා විරහිත කරන්න, පරිගනකයේ වැඩ කිරීම නවත්වන්න. දරුවාගේ ඇස් මට්ටමට පහත්වී ඔවුන්ගේ දෑස් දෙස බලා, ඔවුන් සමඟ සිනාසෙමින්, දරුවාගේ සිතෙහි ඔබ කෙරෙහි විශ්වසනීයත්වය ගොඩනැගෙන ලෙසත් හොඳින් ළමුන්ට සවන්දෙන්න.
- ඔබේ දරුවාගේ දිනපතා ක්‍රියාකාරකම් හා වර්යාවන් පිළිබඳව සහ දරුවා සිටින ස්ථානය පිළිබඳව සෑම අවස්ථාවකදීම ඔබ දැනුවත්ව සිටිය යුතුය. ඔබගේ දරුවාගේ පාසලේ ක්‍රියාකාරකම් වන දෙමාපිය රැස්වීම්ල ක්‍රීඩා උත්සවල සංස්කෘතික උත්සව ආදියට ඔබ සහභාගී වන්න. ඔබගේ දරුවාගේ ගුරුවරුන් සමඟ හොඳ සම්බන්ධතාවක් ගොඩනගාගන්න. කාර්යය බහුලත්වය නිසා මේවාට සහභාගී වීමට ඔබට හැකියාවක් නොමැති අවස්ථාවකදී අවම වශයෙන් දුරකථනය මගින් හෝ අදාල ගුරුවරයා හෝ විදුහල්පතිතුමා සමඟ සාකච්ඡා කරන්න.

හොඳ සහ නරක ස්පර්ශයන් පිළිබඳව ළමුන් දැනුවත් කරන්න

ළමුන්ට තම දෙමාපියන් සමඟ ලිංගික කරණු පිළිබඳව නොබියව නොපැකිළිව සහ නිදහසේ සාකච්ඡා කළ හැකිවිය යුතුය. ළමුන්ට බිය හෝ ලැජ්ජාවක් ඇති නොවන ආකාරයට නිවැරදි තොරතුරු ලබාදීම මගින් මෙය සිදු කළ හැකිය.

- බෝනික්කෙක් යොදාගනිමින් ඔබගේ ළමුන්ට ශරීරයේ අංග නම් කිරීමට උගන්වන්න. මෙමගින් එම ශරීර අංග පිළිබඳව ප්‍රශ්න ඇසීමට සහ අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමට ඔවුන් භාෂාව මැනවින් හසුරුවනු ඇත.
- ළමුන්ගේ ශරීරය ඔවුන්ගේම බවත් එහි අයිතිකරු ඔවුන් පමණක් බවත් දැන සිටිය යුතුය.
- පිරිමි ළමුන් සහ ගැහැණු ළමුන් අතර ශාරීරික වෙනස්කම් පවතින බවත් ළමුන් හොඳින් දැනසිටිය යුතුයි.



 හොඳ ස්පර්ශය
  කමැති නොවන ස්පර්ශය
  නරක ස්පර්ශය

- ඔහු හෝ ඇය සෑම විටම පෞද්ගලික ශරීරාංග ආවරණය වන පරිදි ඇඳුම් ඇඳිය යුතු බවත් ඇඳුම් නොමැතිව හෝ අවිනිත ලෙස ඇඳගෙන නිවස පුරා ගමන් කිරීම නොකළ යුතු බවත් ළමුන්ට පැහැදිලි කරදෙන්න.
- “හොඳ ස්පර්ශයන්” සහ “නරක ස්පර්ශයන්” කුමක්ද යන්න පිළිබඳව දරුවාට පැහැදිලි කරදෙන්න. හොඳ ස්පර්ශය මගින් ආරක්ෂා සහිතබව, ආදරය හා කරුණාව, උණුසුම සහ සතුටක් ගෙනදෙයි. එමගින් රැකවරණයක් සැලසෙන බැව් හැඟී යයි. උදාහරණ වශයෙන් මව හෝ පියා අපව වැළඳගෙන හාදුවක් ලබාදීම සැලකිය හැකිය. යහපත් චේතනාවෙන් සිදු කරන සමහර ස්පර්ශයන් මගින් වේදනාවක් ඇති වන බව ළමුන්ට පහදා දෙන්න.

උදා: තුවාලයක් හෝ සිරීමක් පිරිසිදු කිරීම. නමුත් එය යහපත් දෙයක් වන්නේ එමගින් තුවාලය සුවපත් වන නිසාය.

- නරක ස්පර්ශය මගින් තමන්ගේ ශරීරයට අපහසුතාවයක් සහ පීඩාවක් ඇතිවන බව ළමුන්ට අවබෝධකර දෙන්න.

- ළමයාට එම ස්පර්ශය මගින් බියක්, අපහසුතාවක් ඇතිවේ නම් හෝ සාමාන්‍යයෙන් ඔවුන්ගේ යට ඇඳුම් වලින් ආවරණය විය යුතු ශරීරයේ කොටසක් වෙනත් අයෙක් විසින් ස්පර්ශ කරන්නේ නම් එය නරක ස්පර්ශයක් (ලිංගික අපයෝජනයක්) බව ඔවුන්ට උගන්වන්න.
- එසේම එම ස්පර්ශය පිළිබඳව කිසිවෙකුටත් නොපැවැසිය යුතු බවට යම් පුද්ගලයෙක් පවසන්නේ නම්, එය නරක ස්පර්ශයක් බවත් ළමුන්ට මැනවින් පැහැදිලි කරන්න.
- එසේම මෙම ලිංගික අපයෝජනය සඳහා වන ස්පර්ශය සුවදායී හෝ සතුටක් උද්දීපනය කළ හැකි බව දරුවාට පැහැදිලි කරන්න.

උදා: කිසිවෙක් කලිසම මතුපිටින් ලිංගික ප්‍රදේශය ස්පර්ශ කිරීම.

“එපා” යනුවෙන් පැවැසීමට ළමුන්ට උගන්වන්න

ශරීරයේ පෞද්ගලික කොටස් බැලීමට හෝ ස්පර්ශ කිරීමට තැත් කරන ඕනෑම අයෙකුට, “එපා” යැයි කීමට ඔබගේ ළමුන්ට අයිතියක් ඇති බව උගන්වන්න. බොහෝමයක් ළමා අපයෝජන බලෙන් සිදු කිරීමට වඩා බලපෑම් කිරීමෙන් සිදුවන බැවින් ඔබගේ දරුවාට දැඩිව සහ බලවත් ලෙස විරුද්ධවීමට, “එපා” යනුවෙන් පැවැසීමට උගන්වන්න. බොහෝමයක් අවස්ථාවන්හි දැඩි බලපෑමක් මෙමගින් සිදුකළ හැකිය. ඔබගේ ළමුන්ට ඔවුන්ගේ හැගීම් පිළිබඳ විශ්වාසය තැබීමටත් යමක් නුසුදුසු යැයි දැනුනහොත් “එපා” කීමටත් උගන්වන්න. කෙසේවෙතත් වෛද්‍යවරයෙකු විසින් ප්‍රතිකාර කිරීම සඳහා පරීක්ෂා කිරීම ඉහත සඳහන් අයහපත් ස්පර්ශයට අදාළ නොවන බවත් ළමුන් දැනුම්වත් කළ යුතුය.

ළමුන්ට “නරක රහස්” පිළිබඳව උගන්වන්න

යම් අයෙකු විසින් ළමුන්ට අපහසුතාවයක් දැනෙන ආකාරයට ස්පර්ශ කරන්නේ නම් හෝ කතා කරන්නේ නම් හෝ එය රහස්ක් වශයෙන් තබා ගත යුතු බවට ළමයාට තර්ජනය කරන්නේ නම්, එය රහස්ක් ලෙස තබා නොගත යුතු බවත් ඒ සම්බන්ධයෙන් ඉක්මණින්ම දෙමාපියන්ට හෝ විශ්වසනීය වැඩිහිටියෙකුට පැවැසිය යුතු බවත් ළමුන් ඉතා හොඳින් දැනුවත් කරන්න.

අමුත්තන් යනු කවුරුන්දැයි ඔවුන්ට උගන්වන්න

“අමුත්තන්” යනු කවුරුන්දැයි ළමුන්ට පැහැදිලිකර දෙන්න. අපයෝජකයන් සෑමවිටම වෙනස් අන්දමේ ස්වරූපයක් ගන්නේ හෝ වෙනස් ආකාරයකට ක්‍රියාකරන්නේ නැතිබවත් සෑම විටම බියකරු පෙනුමකින් යුක්ත නොවිය හැකි අතර හොඳ සහ කරුණාවන්ත අයෙක් ලෙස පෙනී සිටිය හැකි බවත් ඔවුන්ට උගන්වන්න. මෙවැනි බෙහෝ පුද්ගලයින් මිත්‍රශීලී බවක් පෙන්විය හැකියි. කෙසේ වෙතත් ඔවුන්ට පොදු එක් ලක්ෂණයක් දැකිය හැකිය. එනම් ඒ අය අමුත්තන් වීමයි. සමහර පාසැල් බිමේ, අසල පිහිටි ප්‍රදේශවල ගැවසෙන පුද්ගලයින්, අයිස්ක්‍රීම් වෙළෙන්දා, හෝ පාසලේ ආරක්ෂක නිලධාරී වූ පමණින් ඒ අය හුරු පුරුදු පුද්ගලයින් බව අදහස් නොවේ.

ළමුන්ට ආරක්ෂාවීමේ ක්‍රියාමාර්ග උගන්වන්න

දෙමාපියන් විසින් දරුවන්ට අනතුරු දායක තත්ත්වයන්ගෙන් වැළකීමට සහ අපයෝජනයන්ට ලක්වීමෙන් ආරක්ෂාවීමට අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රම ඉගැන්විය යුතුය. ළමුන් නිවසින් බැහැරව සිටින අවස්ථාවලදී ඔවුන් ආරක්ෂා කිරීම වඩාත් දුෂ්කර වේ. ළමුන් නිවසින් බැහැරව සිටින අවස්ථාවන්හිදී ඔවුන්ට ආරක්ෂාව සලසා ගත හැකි විවිධ ක්‍රම පිළිබඳව දෙමාපියන් ළමුන් සමඟ සාකච්ඡා කළ යුතුය.

- ළමුන් තම සම්පූර්ණ නම, නිවසේ දුරකථන අංකය, දෙමාපියන්ගේ දුරකතන අංකයන් සහ දුරකතනය භාවිතා කරන අන්දම ඉගෙන ගෙන තිබිය යුතුය.
- ඔබගේ අවසර ලබාගැනීමෙන් තොරව කිසිවකු සමඟ කිසිදු ස්ථානයකට නොයන ලෙස ඔවුන්ට පවසන්න.
- ළමුන්ගේ සැලසුම් කළ කටයුතුවල යම් වෙනසක් සිදුකරන්නේ නම් එය ඔබට දැන්විය යුතුබව ඔවුන්ට උගන්වන්න.
- ඔබගේ ළමයාට කරදරයක් හිරිහැරයක් වන ඕනෑම සිදුවීමක් සම්බන්ධයෙන් ඔබට දැන්වීමට ඔහු හෝ ඇය උනන්දු කරන්න.
- ඔබගේ දරුවාගේ මිතුරන් සමඟ සහ එම දෙමාපියන් සමඟ නිතර සම්බන්ධකම් පවත්වන්න. ඔබගේ ළමුන්ට යාමට සුදුසු නිවෙස් මොනවාදැයි ඔවුන්ට පවසන්න. ඒ අතරම ඒ සම්බන්ධයෙන් විමසිල්ලෙන් සිටින්න.
- ඔබගේ ළමුන් සම වයස් මිතුරන් සමඟ සෙල්ලම් කරන බව තහවුරු කරගන්න. ඔබ දන්නා ආරක්ෂිත ස්ථානවල පමණක් සෙල්ලම් කිරීම සඳහා ඔබගේ අවසරය ලබා දෙන්න.
- පාසල් බිමේ, උද්‍යානයේ හෝ අවට ප්‍රදේශයේ තනිවම නොසිටින ලෙස ළමුන්ට පවසන්න.

- ඔබගේ දරුවන් නොදන්නා පුද්ගලයකු දුටුවහොත් හෝ ඔවුන් අසල සිටින විට ළමයින්ට යම් අපහසුවක් ඇතිවන්නේ නම් හෝ කවුරුත් හෝ ඔවුන් අසල නිරන්තරයෙන් ගැවසෙන්නේනම් ඔබට හෝ විශ්වාස කළහැකි වැඩිහිටියකුට පවසන ලෙසට ඔබගේ ළමුන්ට උපදෙස් ලබාදෙන්න.
- අපයෝජකයන් මිතුරු ස්වරූපයකින් පැමිණ තැගි බෝග දී ළමයින් යහළුකර ගැනීමට කටයුතු කරති.
- අමුත්තකුගෙන් හෝ ඔවුන් දන්නා පුද්ගලයෙකුගෙන් වුවත්, ඔබගේ අනුදැනුමින් තොරව පැණිරස කෑම හෝ වෙනත් තැගි නොගන්නා ලෙස ළමුන්ට උගන්වන්න. ඔබ විසින් අනුමැතිය දී ඇති අවස්ථාවල පමණක් මෙම තැගි පිළිගත හැකි බවත් ඔවුන්ට පවසන්න.
- ඔබගේ ළමුන්ට සෑම විටම හොඳින් ආලෝකමත්ව පවතින ප්‍රදේශවල සිටින ලෙසත් හුදෙකලාවූ ප්‍රදේශවල සහ කෙටි මාර්ගවල ගමන් නොකරන ලෙසත් පවසන්න.
- ඔබගේ ළමුන් ඉදහිට හෝ පාසලට සහ උපකාර පන්තිවලට රැගෙනයාමට සහ රැගෙනඒමට කටයුතු කරන්න. ඒ අතරතුර දී ආරක්ෂිත ස්ථාන ලෙස භාවිතා කළ හැකි ස්ථාන සහ ඔවුන්ට උදව් අවශ්‍ය විටකදී යා හැකි ස්ථාන පෙන්වා දෙන්න.
- ඔබගේ ළමුන් පොදු බස්රථයෙන් ගමන් කරයි නම්, බසය නවත්වන ප්‍රදේශයට ඔවුන් සමග නිරන්තරයෙන් ගමන් කරන්න. මෙම ප්‍රදේශය ආශ්‍රිතව සිටින පුද්ගලයන් පිළිබඳව නිරීක්ෂණය කරන්න. ළමුන් නිරන්තරයෙන් ගමන් ගන්නා ප්‍රදේශයේ සහ ගමන් මාර්ගයේ හොඳින්ම දන්නා දරුණු වරදකරුවන් නොමැති බව තහවුරු කරගන්න.
- ඔබගේ ළමුන් නොදන්නා පුද්ගලයකු ඔවුන්ට කතා කිරීමට උත්සාහ දරන්නේ නම් ඔවුන්ට පිළිතුරු නොදෙන ලෙස ඔවුන්ට උගන්වන්න. එම ප්‍රකාශයන් නොසලකා දැරුවාගේ ගමන විමසිලිමත්ව යන ලෙසට උපදෙස් ලබා දෙන්න.
- යම් පුද්ගලයෙක් ඔබගේ ළමුන් පාසලට යන විට උපකාරක පන්ති වලට යනවිට හෝ නිවසේදී කරදර කරයි නම් හෝ ඔවුන් බියට පත්කරයි නම් හෝ අපහසුතාවයට හෝ ව්‍යාකූලත්වයට පත්කරයි නම් ඔහුගෙන් වහාම ඉවත්වී ඔබට හෝ වෙනත් විශ්වාසවන්ත වැඩිහිටියකුට පවසනමෙන් ඔබගේ දරුවන්ට උපදෙස් දෙන්න.
- යම් පුද්ගලයෙක් ඔවුන්ට හිරිහැර, කරදර කිරීමට උත්සාහකරන්නේ නම් එම පුද්ගලයාගෙන් ඉවත්වී අන් අයගේ අවධානය යොමුකර ගැනීම සඳහා හඬනගා කෑ ගැසීම හෝ උදව් ඉල්ලා දිවයන ලෙස ඔබගේ ළමුන්ට උපදෙස් දෙන්න.

- යම් පුද්ගලයෙක් ඔවුන්ට හිරිහැර, කරදර කිරීමට උත්සාහයෙන් නම් එම පුද්ගලයාගෙන් ඉවත්වී අන් අයගේ අවධානය යොමුකර ගැනීම සඳහා හඬනගා කෑ ගැසීම හෝ උදව් ඉල්ලා දිවයන ලෙස ඔබගේ ළමුන්ට උපදෙස් දෙන්න.
- ඔබගේ ළමුන් පසුපසින් යම් පුද්ගලයෙකු පාගමනින් ලුහුබදින්නේ නම් ඔහුගෙන් වහාම ඉවතට යන මෙන් සහ යම් පුද්ගලයකු වාහනයක නැගී පසුපස එන්නේ නම් වහාම වෙනත් දිශාවකට දිව යන ලෙසත් ඔවුන්ට උදව් කළ හැකි විශ්වාසවන්ත වැඩිහිටියකු සිටින ස්ථානයකට යන ලෙසත් ඔවුන්ට උගන්වන්න.
- රියදුරු නොහඳුනන්නේ නම් කිසිවිටකත් මෝටර් රථයක් තුළට නොයන ලෙසත් රියදුරු දන්නා අයෙකු වුවත් ඔබගේ අවසරයකින් තොරව එම වාහනයට නොනගින ලෙසත් ළමුන්ට උගන්වන්න.

පාසලේදී ආරක්ෂාව ලබාගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රියාමාර්ග

ඔබගේ ළමුන්ගේ ආරක්ෂාව තහවුරු කිරීම සඳහා ගත හැකි සියලු පියවර අනුගමනය කරන්න. පාසලේ බාහිර පෙනුම සහ කීර්ති නාමය මත පමණක් විශ්වාසය නොතබන්න. මක්නිසාද ඔබගේ දරුවාගේ අනාගතය අවදානමට ලක්කළ හැකි සැඟවුණු සාධක රාශියක් එහි පැවැතිය හැකිය.

- සාමාන්‍ය පාසල් වේලාව නිමාවීමට පෙර පාසලින් බැහැරව නොයන ලෙස දරුවාට පවසන්න. නමුත් හදිසි අවස්ථාවකදී නියමිත වේලාවට පෙර පාසල් නිමවන සෑම අවස්ථාවකදීම දෙමාපියන්ට දැනුම් දීමට දරුවා හුරු කරවන්න.
- යම් හදිසි තත්ත්වයක් ඇතිවී තිබෙන බවත් එම නිසා ඔබගේ ළමුන් කැටුව යාමට අවශ්‍ය බව යම් පුද්ගලයෙක් පැමිණ, ඔබගේ ළමුන්ට පැවසුවත්, පාසලෙන් හෝ උපකාරක පන්තියෙන් ඔබගේ හෝ විශ්වාසවන්ත වැඩිහිටියකුගේ අවසරය නොලබා, එලෙස පැමිණෙන පුද්ගලයින් සමග කිසිදු අවස්ථාවක පිටතට නොයන ලෙස ඔබගේ ළමුන්ට උපදෙස් ලබාදෙන්න.
- පාසලේ සිටින කම්කරුවන් ළමුන් අපයෝජනයට ලක්කළ අවස්ථා කිහිපයක්ම වාර්තා වී ඇත. එමනිසා ඒ අය පිළිබඳව අවදියෙන් සිටින ලෙසත් ඔවුන්ට පෞද්ගලික තොරතුරු ලබානොදෙන ලෙසත් ඔවුන්ට පවසන්න.
- පාසල අවට රැදීසිටින පුද්ගලයින්ගෙන් කෙටිකෑම වර්ග මිළදී නොගන්නා ලෙස ඔබගේ ළමුන්ට උපදෙස් දෙන්න. මෙවැනි වෙළෙන්දන් අතර අපයෝජකයින් සිටිය හැකිබව ඔවුන්ට පවසන්න.

- ළමුන්ට එරෙහි ප්‍රචන්ඩත්වය ඇතිවන්නේ ඔහු හෝ ඇය තනිවම සිටින විට බව ළමුන්ට පවසන්න. එම නිසා පාසලට හෝ උපකාරක පන්තියලට යන එන විට සහ පාසල් භූමියේ රැඳී සිටින සෑම විටම යහළුවෙක් හෝ යහළුවන් සමග සිටින ලෙසට දරුවාට කරුණු අවබෝධකර දෙන්න.
- ඔබගේ ළමුන් පාසල් වෑන්රියකින් හෝ ත්‍රිරෝද රථයකින් පාසලට යන්නේ නම් පාසල් වෑන් රථ රියදුරා තෝරාගැනීමේදී ඔහු විශ්වාසනීය පුද්ගලයෙක්ද සහ විනයගරුක පුද්ගලයෙක් ද යන කරුණ සම්බන්ධයෙන් සැලකිලිමත්වන්න. එම රියදුරු සහ සහායක ද අමුත්තන් වන බවත් ඔවුන් සමග කිසිදු පෞද්ගලික සම්බන්ධතාවක් නොපැවැත්විය යුතු බවත් දරුවාට පවසන්න.

අන්තර්ජාලය භාවිතයේදී අනුගමනය කළයුතු ආරක්ෂිත ක්‍රම

වර්තමානයේ ළමුන්ගෙන් බොහෝ දෙනෙකුට පරිගණක භාවිතා කළ හැකිය. අන්තර්ජාලය අගනා තොරතුරු මූලාශ්‍රයක් වුවත් මෙය ළමා අපයෝජකයින්ට ළමුන් සහ නව යෞවනයින් සම්බන්ධ කරගැනීමට මාධ්‍යයක් ද සලසනු ලබයි. ඔබගේ දරුවා අන්තර්ජාලයේ බොහෝ වේලාවක් භාවිතා කරයි ද, ඔබ ඔහු පරිගණකය භාවිතා කරමින් සිටිය දී ඒ අසලින් යන විට දී පරිගණයේ තිරය හදිසියේ වෙනස් කරන්නේද යනා දී කරුණු පිළිබඳව වගකිවයුතු දෙමාපියෙකු ලෙස ඔබ ඉතා සලකිලිමත් විය යුතුය.

- ළමුන්ගේ අන්තර්ජාල භාවිතය අධීක්ෂණය කරන්න. පරිගණකය පවුලේ සියලු දෙනාම ගැවසෙන පොදු ස්ථානයක තබන්න.
- අන්තර්ජාලය තොරතුරු ලබාගැනීමට සහ ඉගෙන ගැනීමට මහගු අවස්ථාවන් සලසන බවත් නමුත් සැබෑ ලෝකයේ මෙන්ම එහිදී එයට ආවේනිකවූ අනතුරුදායක තත්ත්වයන් ඇතිබව ඔබගේ ළමුන්ට උපදෙස් දෙන්න.
- කිසිම අවස්ථාවකදී ඔබගේ නම, පාසලේ නම, දුරකතන අංකය යනාදී තොරතුරු බාහිර පුද්ගලයින්ට ලබානොදෙන ලෙසත් කිසිවිටක ඔබගේ ඡායාරූපය සමාජ ජාලයන්ට ඇතුළත් නොකරණ ලෙසටත් දැනුවත් කරන්න.
- මේ අන්දමින් සමාජ ජාලයන්ට ඡායාරූප ලබාදුන් අනෙකුත් නව යෞවනයින්ට ඇතිවූ ගැටලු පිළිබඳ සත්‍ය සිදුවීම් ඔබගේ ළමුන්ට පවසන්න. එවැනි ඡායාරූප භාවිතා වන්නේ කුමන කටයුතු සඳහාද, එමගින් ඔවුන්ගේ අනාගතයට සිදුවිය හැකි හානි මොනවාද යන්න ඔවුන්ට පැහැදිලි කරන්න.

- කිසිම පුද්ගලයකු සමග අන්තර්ජාලය හරහා සම්බන්ධ නොවීමට ඔවුන්ට උපදෙස් ලබා දෙන්න.
- නොහඳුනන පුද්ගලයන්ගෙන් ලැබෙන පණිවිඩ හෝ ඡායාරූප විවෘත කර බැලීම හෝ ප්‍රතිචාර දැක්වීම නුසුදුසු බවත් එය අනතුරුදායක විය හැකි බවත් දරුවාට පවසන්න. එමෙන්ම එවැනි දේ ඔබට පවසන ලෙසටත් දරුවාට උපදෙස් දෙන්න.
- අන්තර්ජාලය හරහා සම්බන්ධ වන පුද්ගලයින් ඔවුන් විසින් හඳුන්වාදෙනු ලබන පුද්ගලයා නොවිය හැකි බව පවසන්න. ඇය වයස අවුරුදු 12 ක ගැහැණු ළමයෙක් බව පවසන තැනැත්තෙක්, ළමා අපයෝජනයකට සැරසෙන වැඩිහිටි පිරිමියකු විය හැකි බවද දරුවාට හොඳින් අවබෝධකර දෙන්න.

5 වන
පරිච්ඡේදය

ළමා ලිංගික
අපයෝජනයට
ප්‍රතිචාර දැක්වීම

“කිසිදු දෙයක් නොසලවා
හෙළිදරව් කිරීම
මගින් අපයෝජනයන්
වලක්වාගත හැකිය”.

- ක්‍රිස් විට්



ලමයකු ඔහු හෝ ඇය අපයෝජනයට ලක්වූ බව ඔබට පවසන විට දෙමාපියෙක් වශයෙන් ඔබ ඉතාමත් දුෂ්කර තත්වයකට පත්වනු ඇත. ඔබගේ සිතට සිතිවිලි ගණනාවක් පැමිණිය හැක.

- ඔබට ඔබගේ ලමයා පිළිබඳව, ඔබ පිළිබඳව සහ පවුල පිළිබඳව කණගාටුවක් දැනිය හැකිය.
- ඔබට මහත් අපහසුතාවක් දැනිය හැකි අතර මේ සම්බන්ධයෙන් කළ යුත්තේ කුමක්ද පැවසිය යුත්තේ කුමක්ද යන්න සම්බන්ධයෙන් සිතාගත නොහැකි තත්වයකට පත්විය හැකිය.
- මෙයට සම්බන්ධ අපයෝජකයා පිළිබඳ තරහකට හෝ කෝපයට පත්විය හැකිය.
- ලමයාගේ අදහස් දැක්වීම් සහ ලබාදෙන තොරතුරු ඔබට විශ්වාස කළ නොහැකි විය හැකිය.

බොහෝමයක් ළමුන් මෙම අපයෝජනය පිළිබඳව කිසිවිටක නොපවසති. මෙම තත්වය සාමාන්‍යයෙන් ඇතිවන්නේ ඒ අය තම දෙමාපියන්ගේ ප්‍රතිචාර පිළිබඳව බිය වීම නිසා සහ ඒ අය වරදක් කළා යන හැඟීම, ලැජ්ජාවට පත්වීම, කෝපය සහ බල රහිත තත්වයක සිටීම නිසාය.

මතක තබාගන්න, මේ පිළිබඳව ලමයා පවසන විටදී එයට සවන්දෙන තැනැත්තා එය පිළිකුල් කරන බව හෝ විශ්වාස නොකරන ලෙස ප්‍රතිචාර දැක්වුවහොත් ඔවුන් එම සිද්ධිය හෙළි කිරීම නැවැත්විය හැකිය. මෙමගින් ඔවුන් උදව් ඉල්ලීම ප්‍රමාද විය හැකිය. අනාවරණය නොකරන ලද අපයෝජනයන් ළමුන්ගේ සහ තරුණයින්ගේ සෞඛ්‍යයට සංවර්ධනයට සහ ආත්ම අභිමානයට දිගුකාලීන බලපෑම් ඇතිකළ හැකිය. මෙය ඔවුන්ගේ ජීවිත කාලය පුරා පැවැතිය හැකි අතර පසුව ඔවුන් වැඩිහිටියන් දෙමව්පියන් වූ පසු ඔවුන්ගේ ළමුන් රැකබලා හදාවඩා ගන්නා ආකාරය සම්බන්ධයෙන්ද බලපෑම් සිදු කළ හැකිය.

මෙම සිද්ධිය පිළිබඳව හෙලිකරන විට ඒ සම්බන්ධයෙන් නිසි අවධානයක් ලැබුණු ළමුන් එවැනි අවධානයක් නොලැබුණු ළමුන්ට වඩා යහපත් තත්ත්වයට පත්වන බව ළමා සහ නව යෞවන මනෝ විකිත්සකයින් විසින් අනාවරණය කරගෙන ඇත. මෙසේ අපයෝජනයට ලක්වූ ළමුන් බෙහොමයක් වැඩිහිටියන්ට පවා වටහාගත නොහැකි තත්ත්වයන්ට මුහුණ දෙන බැවින් සහ මේවා දරාගැනීමට ළමුන්ට නොහැකි වන නිසා ඔවුන්ට දැඩිව ආදරය කිරීම ඉවසීම අවබෝධ කරගැනීම සහ දැන් ඔවුන් සුරක්ෂිත තත්ත්වයක සිටින බවට විශ්වාසය ගොඩනැංවීම අවශ්‍ය වේ.

අපයෝජනයක් හෙළි කිරීමේදී එයට ප්‍රතිචාර දැක්වීම විශාල වගකීමක් වන හෙයින් මෙම අවස්ථාවේදී ඔබගේ ප්‍රතිචාරය ඉතා වැදගත් වේ. ඔබගේ ළමයා අපයෝජනය පිළිබඳව යමක් හෙළි කළ හොත් එසේ පැවැසීමෙන් ඔබගේ ළමයා විසින් ගනු ලබන විශාල අවදානම සම්බන්ධයෙන් ඔහු හෝ ඇය අගය කිරීමට ලක්කළ යුතුය. ආදරය සහ සහයෝගය ලබාදිය යුතුය.

මේ නිසා ළමයාට ආරක්ෂාව සැලසීමට ඔබ විසින් යම් පියවරක් ගනු ලබන්නේ යැයි ඔවුන්ට විශ්වාසයක් ඇතිකිරීම සඳහා මෙහිදී ඔබ ඔබගේ හැගීම් පාලනය කරගනිමින් සන්සුන්ව සිටීම ඉතා වැදගත්වේ. එසේම මෙහිදී ඔබ ළමයාට කතා කළ යුතු ආකාරය පිළිබඳව සහ සමහර සීමාවන් පවත්වා ගැනීම සම්බන්ධයෙන් ඉගෙන ගත යුතුය. ළමයාට තදින් උණ සෑදී ඇති අවස්ථාවක දෙමාපියෙක් වශයෙන් ඔබ සිදුකළ යුත්තේ කුමක්දැයි, උදව් ලබාගත යුත්තේ කාගෙන්දැයි ඔබට අවබෝධයක් ඇත. ළමා අපයෝජනයක් සම්බන්ධයෙන් ප්‍රතිචාර දැක්වීමද මෙයට සමානය.

මෙම නිසා ළමයාට ඔබගේ අවධානය සහ සැලකිල්ල පහත දැක්වෙන ආකාරයෙන් පෙන්විය හැකිය.

- ඔවුන් පවසන්නේ කුමක් දැයි සැලකිල්ලෙන් යුතුව සවන්දෙන්න.
- ඔවුන්ගේ අංග වලන නිරීක්ෂණය කරන්න.
- ළමයා පවසනදේ ඔබට වැටහෙන බවත් ඒ ගැන තදින් අවධානය යොමු කරන බවත් පෙන්වන්න.
- ළමයා හා සමාන ඇස් මට්ටමේ සිටීමට උත්සාහ කරන්න.
- ළමයා විශ්වාස කරන බව ළමයාට දැනෙන්නට සලස්වන්න. ළමුන් ලිංගික අපයෝජනයන් සම්බන්ධයෙන් අසත්‍ය පවසන්නේ කලාතුරකිනි.
- තොරතුරු විමසීමේදී පිළිතුරට මගපෙන්වන සුළු ප්‍රශ්න නොඅසන්න.
- ළමයාට ඔහුගේ හෝ ඇයගේ කතාව පැවැසීමට ඉඩ දෙන්න. ඉක්මන් නොකරන්න. ළමයාගෙන් ප්‍රශ්න ඇසීම සිදු නොකරන්න.

- මෙම අපයෝජනය සම්බන්ධයෙන් ඔවුන්ගේ වරදක් නොමැතිබවත් ඒ පිළිබඳව ඔවුන් වගකිවයුතු නැති බවත් පවසන්න. බොහෝ ළමුන් මෙම අපයෝජනය සිදුවූයේ ඔවුන් සිදු කළ හෝ නොකළ ක්‍රියාවක් නිසා බව සිතති.
- ඔබගේ ළමයාට ආදරය කරන බව ඔවුන්ට තහවුරු කරන්න. සමහර ළමුන් මෙම සිද්ධිය ඔවුන්ට පැවසීමෙන් පසුව තවදුරටත් ඔවුන්ට කැමැති නොවන බව සිතති. ඔහුට හෝ ඇයට ඔබ තවත් ආදරය කරන බව ඔහුට හෝ ඇයට පවසන්න.
- මෙය පැවැසීමෙන් ඔවුන් නිවැරදි දේ සිදු කර ඇති බව පවසන්න ඔබට පැවැසීම පිළිබඳ ස්තූති කරන්න. ඔහුගේ දෛර්යමත්කම අගය කරන්න. මෙම රහස වෙනත් කෙනෙකුට පැවැසුවහොත් ළමයාට හෝ පවුලේ වෙනත් සාමාජිකයෙකුට හානි කරන බවට අපයෝජකයා තර්ජනය කර තිබුණ හොත් ළමයා බියට පත්වී සිටිය හැකියි.
- මෙහිදී උපායශීලී වන්න. ඔබගේ වචන ප්‍රවේසමෙන් භාවිතා කරන්න. ළමයා හෝ මෙයට සම්බන්ධ අපයෝජකයා සම්බන්ධයෙන් විනිශ්චයන්ට එලැඹීමෙන් වළකින්න.
- කිසිවිටක අනෙකුත් ළමුන්ට මෙම ළමයාට හිරිහැර කිරීමට හෝ සමච්චල් කිරීමට ඉඩ නොදෙන්න. මෙමගින් ළමයාගේ බිඳවැටුණු මානසිකත්වයට තවදුරටත් හානිවිය හැකිය.
- ළමයාට ඔහු හෝ ඇය රැකබලා ගැනීම තමාගේ වගකීමක් බව තහවුරු කරන්න. මේ සම්බන්ධයෙන් අදාළ අධිකාරීන්ට වාර්තා කිරීමටත් එමගින් මෙවැනි යමක් නැවත සිදුවීම වැළැක්වීමටත් පියවර ගන්නා බව ළමයාට පවසන්න.
- ඉක්මනින්ම මේ සඳහා පියවර ගැනීම අවශ්‍ය දැයි තක්සේරු කරගන්න ළමයා වහාම අනතුරට පත්විය හැකි තත්ත්වයේ සිටින්නේද යන්න හා ආරක්ෂාව පිළිබඳ අවශ්‍යතා මත ඔබගේ ප්‍රතිචාර වෙනස් විය හැකියි.

ලක්ෂණ හා සංඥා වටහා ගන්න

සමහර අවස්ථාවන්හිදී අපයෝජනයක් වූ බවට ඔබ සැකකරන නමුත් ළමයා කිසිවෙකුට මේ පිළිබඳව පවසා නැත්නම් ළමයා අත්විඳින චිත්තවේගීම්ය වේදනාව පිළිබඳව අවදියෙන් සිටින්න. අපයෝජනයට හෝ නොසලකා හැරීමට ලක්වූ ළමුන් බොහොමයක් අවස්ථාවලදී ඔවුන්ට සිදුවූ සිද්ධිය සම්බන්ධ ලක්ෂණ හා සංඥා පෙන්වුම් කරති. බොහෝ අවස්ථාවලදී දක්නට ලැබෙන සංඥාවන් පහත දක්වා ඇත. මේවා අනතුරු ඇගවීමේ සංඥාවන්ය. මේවා මගින් සෑම විටම අපයෝජනය හෝ නොසලකා හැරීම සිදුවන බවට අදහස් නොවේ. නමුත් මෙම සංඥාවන් ඔබ දුටුවේ නම් ඒ පිළිබඳව අවධානය යොමු කළ යුතුයි. අපයෝජනය වීම විවිධාකාරයෙන් සිදුවිය හැකි බැවින් අපයෝජනයට ලක්වූ ළමයින්ට ප්‍රතිකාරකර සහය දැක්වීම සඳහා ක්‍රියාමාර්ග ගණනාවක් පවතී. නමුත් මෙහිදී වැදගත් වන්නේ ළමයාට සිදුවූ අපයෝජනය කුමක්ද යනුවෙන් හඳුනාගැනීම සහ ළමා අපයෝජනය සම්බන්ධයෙන් විශේෂඥ දැනුමක් ඇති පුද්ගලයෙකුගෙන් ප්‍රතිකාර ලබාදීමයි. අපයෝජනයෙන් සිදුවන දීර්ඝකාලීන බලපෑම අවම කිරීම සඳහා මූලික මෙය හඳුනා ගැනීමත් ප්‍රතිකාර ලබාදීමත් වැදගත් බව මතක තබාගන්න. එම නිසා සංවේදීව සහ සත්කාර සලසන්නා වූ ආකාරයෙන් ළමයාට ලගාවන්න. ඔබ සවන්දීමට සහ ප්‍රශ්නයක් ඇතිනම් එය විසඳීමට උදව් කිරීමට කැමැති බව ඔවුන්ට තහවුරු කරන්න.

අපයෝජනයට ලක්වූ ළමුන් පහත දැක්වෙන ලක්ෂණ පෙන්වුම් කළ හැකියි.

- තමා සම්බන්ධයෙන් දුර්වල ප්‍රතිරූපයකින් සිටීම.
- ලිංගිකත්වයට සම්බන්ධ සියලුම කරුණු සම්බන්ධයෙන් අසාමාන්‍ය උනන්දුවක් හෝ මගහැරීමක් දක්නට ලැබීම.
- නිදාගැනීමේ ප්‍රශ්න හෝ සිහින දැකීම හෝ අඳුරට බියවීම. අපයෝජකයා මෙම කටයුතු අඳුරට බිය කරමින් හෝ රාත්‍රී කාලයේ පවුලේ අනෙකුත් සාමාජිකයින් නිදා සිටියදී මෙම අපයෝජනය අඳුරේදී සිදුකර ඇති බව අදහස්වේ.
- ඔබ ඔවුන්ගෙන් ඉවතට යාමට තැත්කිරීමේදී දැඩිව වැළඳගැනීම හෝ අසාමාන්‍ය ලෙස හැඩීම. ළමයා ගිත්දරට විශාල බියක් දක්වයි නම් (සිගරට් ලයිටරයට පවා) මෙම අපයෝජකයා ළමුන් පිලිස්සීම හෝ එසේ කරන බවට තර්ජනය කර ඇත.
- අනෙක් අයට ආදරය කිරීමට හෝ විශ්වාස කිරීමට නොහැකිවීම.
- යහළුවන් හෝ වෙනත් අයගෙන් ඇත්වීම හෝ දොම්නස් තත්ත්වය.
- එක්වරම සිදුවන හෝ මනෝභාව අසීමාන්තික ලෙස වෙනස්වීම. කෝපය, බිය, අධික ලෙස හැඩීම.

- තමන්ට අයහපතක් කරගන්නා වූ, පරිහව කරගන්නාවූ හෝ සියදිවි භානිකර ගැනීමේ හැසිරීම්.
- දුර්වල, නිශ්ශබ්ද නිහඩ හෝ ලජ්ජාශීලී හැසිරීම.
- ඇඳුම් ඉවත් කිරීමට බිය වීම හෝ ජම්නාස්ටික් පංතියේදී ඇඳුම් ඉවත් කිරීමට ප්‍රතික්ෂේප කිරීම.
- නව සම්බන්ධතාවකට හෝ ක්‍රියාකාරකම් වලට එළැඹීමට කාංචාව හෝ බියක් දැක්වීම.
- දුක්බර හැඟීම් හෝ දොම්නස් බවේ වෙනත් සහලක්ෂණ.
- මත්ද්‍රව්‍ය සහ මත්පැන් භාවිතය.
- මූලාකරන සුලුවීම.
- තමන්ගේ ශරීරය කිලිටි හෝ හානියට පත්වී ඇතිබවට ප්‍රකාශ කිරීම හෝ ඔවුන්ගේ ලිංගික ප්‍රදේශයේ යම් කිසි ගැටලුවක් පවතින බවට ප්‍රකාශ කිරීම.
- පාසලට යාම ප්‍රතික්ෂේප කිරීම හෝ පාසලට හෝ නිවසට යාමට බියක් දැක්වීම.
- අධ්‍යයන කටයුතු වලට අවධානය යොමුකිරීමට නොහැකිවීම හෝ පාසල්යාම අඩුවීම වැනි ගැටලු ඇතිවීම.
- අපරාධකරන සුලු හැසිරීමේ ගැටලු.
- චිත්‍රවල, ක්‍රීඩාවලදී, සිහිනවලදී ලිංගික හිරිහැර ලක්ෂණ දක්නට තිබීම.
- ලිංගිකත්වය පිළිබඳ අවබෝධය, උනන්දුව හෝ භාෂාව ළමයාගේ වයසට නොගැලපෙන අසාමාන්‍ය තත්ත්වයක පැවැතීම.
- සෙල්ලම් බඩු හෝ වෙනත් ළමුන් සමග ලිංගික ක්‍රියාකාරකම්වල අසාමාන්‍ය බවක් තිබීම, ප්‍රචන්ඩකාරීබව හෝ සීමාවන්ට ප්‍රතිචාරාත්මක නොවීම හෝ අඩුවීම.
- අධිකලෙස ස්වයං වින්දනයට යොමුවීම සමහර අවස්ථාවලදී ප්‍රසිද්ධියේදීම වෙනත් කටයුතු වලට යොමු කිරීමට හෝ සීමාවන්ට ප්‍රතිචාර නොදැක්වීම.
- නුසුදුසු වේලාවන් වල නිවසින් බැහැරවීම.
- ආහාර රුචිය නොමැතිවීම හෝ ආහාර ගැනීමේ හෝ ගිලීමේ අපහසුතා.
- ශරීරය කපාගැනීම, පුළුස්සාගැනීම හෝ නවයෞවනයකු මෙන් තමන්ට භානිකර ගැනීමේ ක්‍රියාකාරකම් වල යෙදීම.
- සමහර ක්‍රියාකාරකම් වලින් මිනිසුන්ගෙන් සහ ස්ථාන වලින් හේතු දැක්වීමකින් තොරව ඉවත්වීම.
- වයසින් වැඩි ළමයකු කුඩා ළමයකුගේ හැසිරීම් දැක්වීම.
උදාහරණ - ඇඳු නෙමීම හෝ ඇඟිලි ඉරීම.

මෙම ලක්ෂණ වලට සාමාන්‍යයෙන් පොදුවේ දක්නට නොලැබෙන ශාරීරික ලක්ෂණ ද ඇතුළත්වේ

- පැහැදිලි හේතුවක් නොමැති ශාරීරික තුවාල, මෙම තුවාල ඇතිවූයේ කෙසේද යන්නට ලබාදෙන පිළිතුර නොගැලපෙන එකක් වීම, හෝ මේ සම්බන්ධයෙන් පවසන කතාව නිරන්තරයෙන් වෙනස්වීම.
- අතකින් යෂ්ටියකින් බකල් එකකින් වැනි යමකින් සිදුවූ තුවාල දක්නට ලැබීම තුවාල වල එවැනි ස්වරූපයක් තිබීම.
- වේදනාව, කැසීම, රතු වීම, රුධිරවහනය, ලිංගික ප්‍රදේශයේ හෝ ලිංගික ප්‍රදේශයේ ඉදිමුම, මුත්‍රා මාර්ගයේ ආසාදන.

මෙම ශාරීරික ලක්ෂණ ලිංගික අපයෝජනයකින් ඇතිවූ ඒවා යැයි ඔබ සැක කරන්නේ නම් වහාම ළමයා වෛද්‍යවරයෙකු ලවා පරීක්ෂා කරවා ගන්න.

උදව් ලබාගැනීම සහ වාර්තා කිරීම

ළමාවියේ අපයෝජනයන්ට ලක්වන ඔබගේ ළමයා නැවත යථාතත්වයට පත්කිරීමට සහ නැවත වතාවක් ලැජ්ජාවෙන් තොරව සමාජයට මුහුණ දීම සඳහා දෙමාපියන් ලෙස වැදගත් කාර්යභාරයක් සිදුකළ යුතුවේ. නිශ්ශබ්දව සහ ඒ සම්බන්ධව කතා නොකර සිටීමෙන් සිදුවන්නේ ළමයාගේ තත්ත්වය තවදුරටත් නරක අතට හැරීම පමණකි. බොහෝ පුද්ගලයින් මෙම කරුණු තමන් විසින්ම අනාවරණය කරගැනීමට උත්සාහ කරති. කෙසේ වෙතත් මේ සම්බන්ධයෙන් ඔබට සහය දැක්විය හැකි ආයතන ගණනාවක් දිවයින පුරා තිබෙන අතර එම ආයතනවලට මෙම දුෂ්කර තත්ත්වයේ දී උදව් කළ හැකිය.

මෙහිදී බිය වීම හෝ ලජ්ජා නොවන්න. මෙම අපයෝජනය නැවැත්විය යුතුයි අපයෝජකයාට දඬුවම් ලබාදිය යුතුයි. මෙම තත්ත්වය දිගටම පැවැතිය හොත් ඔබගේ ළමයාගේ අනාගතය විනාශ විය හැකියි. එමෙන්ම ඔබගේ ළමයා වැනි අනෙක් ළමයින්ගේ අනාගතද විනාශ විය හැකියි. එසේම ළමුන් ලිංගික අපයෝජනයට ලක් කිරීම නීති විරෝධී ක්‍රියාවකි. එමනිසා මෙය අදාළ බලධාරීන්ට වාර්තා කිරීම සහ මෙහිදී තනිවම මෙම තත්ත්වයට මුහුණු නොදී වෘත්තීයයින්ගේ සහය ලබාගැනීම ඉතා වැදගත්වේ. එබැවින් මේ සම්බන්ධයෙන් වාර්තා කිරීම සහය ලබා ගැනීමේ හා සේවා ලබාගැනීමේ පළමු පියවර වේ. එසේම ඔබට කොතරම් දුරට අවශ්‍ය වුවත් අපයෝජකයා සමග ගැටීමක් ඇතිකර නොගන්න. ළමයාට මෙම අපයෝජකයා සම්බන්ධයෙන් සංකීර්ණ හැගීම් පැවැතිය හැකියි. මෙම අපයෝජකයා පවුලේ සාමජිකයෙක් නම් ඔබ ඔවුන්ට එරෙහිව දැඩි පියවර ගැනීම මගින් ළමයාට තමන් වැරද්දක් කළා යන හැගීම ඇතිවීම සහ එයට ප්‍රතිචාර දැක්වීම සිදුවිය හැකියි.

ළමා අපයෝජනයක් ඇතිවූ අවස්ථාවක...

- සුදුසු ආයතන වලට වාර්තා කරන්න

මෙම වාර්තා ලැබීමෙන් පසු එම ආයතන පරීක්ෂණයක් සිදුකර ළමයා ආරක්ෂා කිරීමට සුදුසු පියවර ගනු ලබයි

- ළමයා වෛද්‍යවරයෙකු වෙත යොමුකර පරීක්ෂා කරවාගන්න.

දෙමාපියන් පළමුවෙන් ළමා රෝග විශේෂඥයෙකු හෝ පවුලේ වෛද්‍යවරයා හමුවිය යුතුයි. එවිට ඔහු විසින් ළමයා ලිංගික අපයෝජනය සම්බන්ධයෙන් පරීක්ෂාකර ප්‍රතිකාර කළහැකි විශේෂඥයා වෙත යොමුකරනු ඇත. පරීක්ෂා කරනු ලබන වෛද්‍යවරයා ළමයාගේ තත්ත්වය පරීක්ෂා කර අපයෝජනයට සම්බන්ධ ශාරීරික ප්‍රශ්න වලට ප්‍රතිකාර කිරීම, ළමයා ආරක්ෂාකර ගැනීමට සාක්ෂි රැස්කිරීම සහ ඔහු හෝ ඇය හොඳින් සිටින බව ළමයාට තහවුරු කිරීම සිදු කරනු ඇත.

- ළමයාගේ මානසික තත්ත්වය ඇගයීමට ලක්කරන්න.

අපයෝජනයට ලක්වූ ළමුන් ළමා හෝ නවයෞවනයින් සඳහා වන මනෝ විකිත්සකයකු වෙත හෝ සුදුසුකම් ලත් වෙනත් මානසික සෞඛ්‍ය වෘත්තීයයකු වෙත යොමුකර මෙම ලිංගික අපයෝජනය මගින් ඔවුන්ට සිදුවී ඇති බලපෑම කුමක්ද සහ මෙමගින් ඇතිවූ කම්පනය සම්බන්ධයෙන් ළමයාට දිගටම වෘත්තීයමය සහය ලබාදිය යුතුද යන්න පරීක්ෂා කළ යුතුවේ.

ඔවුන් හොඳින් සිටිනා බව පෙනී ගියත්, ඒ සම්බන්ධයෙන් කතා කිරීමට අවශ්‍ය නැති වුවත් හෝ මෙම අපයෝජනය සිදුවූයේ සෑහෙන කලකට පෙර වුවත් ඔබගේ ළමයා මනෝවිකිත්සකයෙකු හෝ උපදේශකයකු විසින් පරීක්ෂා කරවා ගැනීම වඩාත් සුදුසුය. මෙහිදී ඔහුට ප්‍රශ්න හෝ බලපෑම් තිබෙන්නේද යන්න අනාවරණය කරගත හැකිවනු ඇත. මෙහිදී ලබාදෙන වෛද්‍ය සහ මානසික සත්කාර අනුගමනය කරන්න. උපදේශන සේවා ලබාදීම මගින් ඔබගේ ළමයාට ඇතිවිය හැකි විත්වේගමය සහ චර්යාවන් සම්බන්ධ ගැටලු අවම කර හැකිබව මතක තබාගන්න. ළමා සහ නවයෞවනයින් සඳහා වන මනෝවිකිත්සකයාට මෙම සිද්ධිය මගින් ව්‍යාකූලත්වයට පත්වී ඇති පවුලේ අනෙකුත් සාමාජිකයින්ටද සහය ලබාදිය හැකිය.

6 වන
පරිච්ඡේදය

උදුවී
ලබාගත හැකි
ආයතන

“ඔබගේ හඬ
අවධිකිරීමෙන් ඔබගේ
ජීවිතය වෙනස්කළ
අපයෝජකයාගේ
ජීවිතය ඔබට වෙනස්
කිරීමට හැකියාවක්
ලැබෙනු ඇත”.

- පැට් රේස් හොප්සන්



ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරිය

ජාතික ළමා ආරක්ෂණ අධිකාරියේ මෙහෙවර වන්නේ ශ්‍රී ලංකාවේ සියලුම ළමුන් සියලුම ආකාරයේ අපයෝජනයන්ගෙන් ආරක්ෂාවීම තහවුරු කිරීමයි.

ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරිය

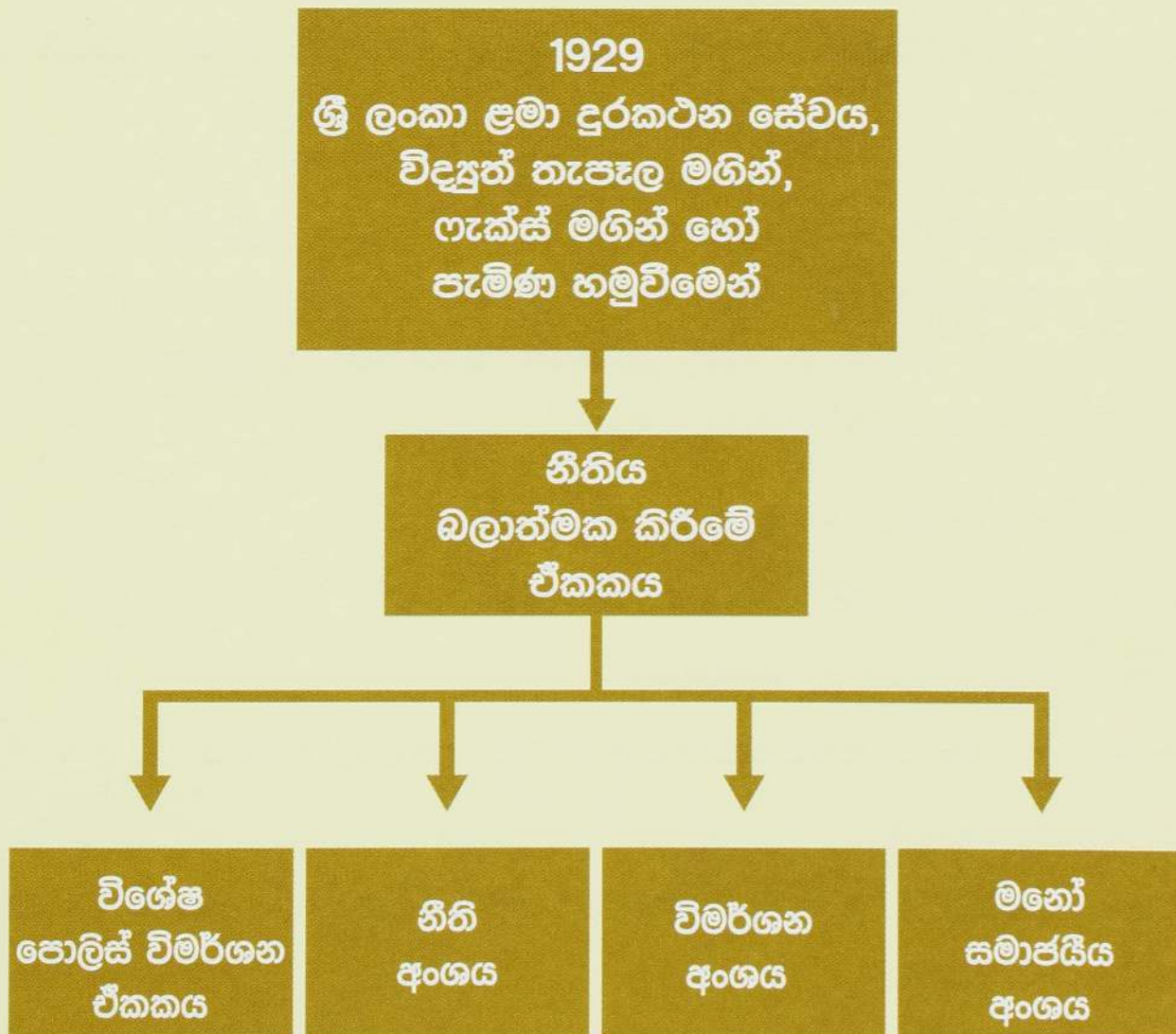
අංක 330, තලවතුගොඩ පාර, මාදිවෙල,
ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර.

දුරකථන: 0112 778 911-14

ෆැක්ස්: 0112 778 915

ඊ-මේල්: ncpa@childprotection.gov.lk

වෙබ්: www.childprotection.gov.lk



1929 ශ්‍රී ලංකා ළමා දුරකථන සේවය



ළමයෙක් ඔහු හෝ ඇය අපයෝජනයට හෝ නොසලකා හැරීමකට ලක්වන බැව් ඔබට පවසනවා නම් හෝ ළමයකු අපයෝජනයට හෝ නොසලකා හැරීමට ලක්වන බව ඔබට පෙනී යන්නේ නම් ඔබට 1929 දුරකථන අංකයට දැන්විය හැකියි. මෙය ළමුන් පිළිබඳව සැලකිලිමත් ඕනෑම අයෙකුට ඇමතිය හැකි ගාස්තු අයකිරීමෙන් තොර, පැය 24 පුරාම භාෂා තුනෙන්ම ඇමතිය හැකි, රහසිගතභාවය සුරකින දුරකථන මාර්ගයකි. 1929 අංකය ඇමතීමේදී ඔබට ප්‍රාදේශීය කේත අංකය අවශ්‍ය නොවේ. ඔබට ඕනෑම ස්ථානයක සිට දිවා හෝ රාත්‍රී ඕනෑම අවස්ථාවක ඇමතිය හැකියි.

තොරතුරක් වාර්තා කිරීමේදී ඔබෙන් බලාපොරොත්තු වන කරුණු

ඔබ මෙම දුරකථන අංකයට කතාකළ විට ඔබට කතා කරන්නේ උපදේශකයෙකි මොහු ළමා අපයෝජන සහ නොසලකා හැරීම් සම්බන්ධයෙන් උපදෙස් ලබාදීමට විශේෂයෙන් පුහුණු කර ඇත. 1929 දුරකථන මාර්ගික උපදේශකයින් පහත සඳහන් මූලික තොරතුරු ඔබගෙන් විමසනු ඇත.

- ළමයාගේ නම, වයස, ලිංගිකත්වය, ලිපිනය
- ළමයා අවදානමට ලක්වී ඇති බව සිතන කරුණු
- ළමයාගේ ස්වභාවය සහ තත්ත්වය
- ළමයාගේ ආරක්ෂාව සම්බන්ධයෙන් වහාම ගතයුතු පියවර
- ළමයා පැවසූ කරුණු
- ළමයාගේ ආරක්ෂාව සම්බන්ධයෙන් වගකිව යුතු දෙමාපියන්ගේ හෝ වෙනත් පුද්ගලයින්ගේ ලිපිනය

- මෙම පවුලේ අනෙක් ළමුන්ගේ විස්තර
- වරදකරුවා පිළිබඳ තොරතුරු
- වෙනත් ළමුන්ට බලපෑම් ඇතිවී තිබේද
- ළමයා/ පවුල සමග සම්බන්ධවී ඇති පුද්ගලයින්ගේ හෝ ආයතන වල නම්
- අදාල පොලිස් වසම හා පැමිණිලි ඉදිරිපත් කළ දිනය හා පැමිණිලි අංකය
- අදාල ග්‍රාමසේවා වසම හා ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලය
- අපයෝජකයා වෙසෙන ග්‍රාමසේවා වසම හා ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලය
- මෙහිදී ප්‍රයෝජනවත් විය හැකි අතිරේක කරුණු

මෙම සියලු තොරතුරු ඔබ සතුවන තුරු බලා නොසිටින්න. ඔබට සාක්ෂි අවශ්‍ය නොවේ. 1929 දුරකථන මාර්ගික උපදේශකයින්ට ඔබ දන්නා දේ පවසන්න. ඔබට හරියටම විශ්වාස නැතිවුවත්, ඔබට ප්‍රශ්නයක් පැවතුනත්, මේ සම්බන්ධයෙන් වෙනත් අයෙක් දැනටමත් වාර්තා කර ඇතිබව සිතුවත් ඔබ මෙම අංකයට වාර්තා කළ යුතුයි. ඔබගේ සියලු තොරතුරු රහසිගතව තබා ගන්නා බැවින් ඔබගේ තොරතුරු ලබා දීම සම්බන්ධයෙන් බිය හෝ සැක අතිකර නොගන්න.

වර්තා කිරීමෙන් පසුව සිදු වන්නේ...

ලමා අපයෝජනයක් හෝ නොසලකා හැරීමක් සම්බන්ධයෙන් ඔබ 1929 ලමා දුරකථන සේවය ඇමතීමෙන් පසුව,

ජාතික ලමා ආරක්ෂක අධිකාරියේ නීතිය බලාත්මක කිරීමේ නිලධාරියා ඔබගේ වර්තාව විමසා බලා ලමයා ආරක්ෂා කිරීමට සුදුසු පියවර ගනු ලබනවා ඇත.

ලමයා වහාම අවදානමට පත්වීමේ හැකියාවක් නොමැති නමුත් ඔහුට හෝ ඇයට සහාය අවශ්‍ය නම් මෙම සිද්ධිය අදාළ අංශය වෙත එනම් නීති, මනෝ සමාජයීය, විමර්ශන, දිස්ත්‍රික්, ප්‍රාදේශීය කාර්යාල සහ වෙනත් අදාළ ආයතන වන පොලිස් ස්ථාන, පරිවාස සහ ලමා ආරක්ෂක සේවා දෙපාර්තමේන්තුව, කම්කරු, අධ්‍යාපන, සමාජසේවා දෙපාර්තමේන්තු වෙත මේ පිළිබඳ වැඩිදුර පියවර ගැනීම සඳහා යොමු කරනු ඇත.

ලමයාට වහාම අවදානමට හෝ හානියක් ඇතිවීමට ඉඩප්‍රස්ථා තිබේ නම් ජාතික ලමා ආරක්ෂක අධිකාරියේ විශේෂ පොලිස් විමර්ශන ඒකකයේ නිලධාරීන්, දිවයින පුරා ඇති සියලුම පොලිස් ස්ථානවල සහාය ඇතිව ලමයාගේ ආරක්ෂාව සඳහා වහාම විමර්ශන අරඹා එහි ප්‍රගතිය පිළිබඳව ලමා ආරක්ෂක අධිකාරියට පැය 48 ක් ඇතුළත දැනුම් දෙනු ඇත.

මෙම විමර්ශන අතරතුරේදී, පොලිස් නිලධාරීන්, ජාතික ලමා ආරක්ෂක අධිකාරියේ නිලධාරීන් හෝ රජයේ වෙනත් අදාළ නිලධාරීන් මෙවැනි අපයෝජනයක් හෝ නොසලකා හැරීමක් සිදුවී ඇතිද යන්න නිශ්චය කරගැනීම සඳහා ලමයාගෙන්, ඔහුගේ හෝ ඇයගේ දෙමාපියන්ගෙන් සහෝදර සහෝදරියන්ගෙන්, අසල්වැසියන්ගෙන් සහ වෙනත් අදාළ පුද්ගලයින්ගෙන් ප්‍රශ්න කිරීම් සිදු කරනු ඇත.

පොලිස් නිලධාරීන්, ජාතික ලමා ආරක්ෂක අධිකාරියේ නිලධාරීන් හෝ වෙනත් අදාළ රජයේ නිලධාරීන් ලමයා බේරාගැනීම සඳහා අවශ්‍ය පියවර ගනු ලබනවා ඇත.

අධිකරණ පද්ධතිය මගින් ලමා අපයෝජනයට එරෙහිව රටේ පවත්නා නීතිය ක්‍රියාත්මක කරනු ඇත.

මෙම ලමයා ආරක්ෂාව සම්බන්ධයෙන් දැඩි අවදානමක පසුවන බව උසාවිය තීරණය කළ හොත් එම ලමයා නිවසින්, හෝ අදාළ ස්ථානයෙන් ඉවත් කර වෙනත් ස්ථානයක රැකබලා ගැනීමට හෝ නැදෑයන්ගේ සත්කාර යටතේ තබනු ඇති අතර, මෙහිදී අවශ්‍ය නම් පීඩාවට පත්වූ ලමයාට අදාළ වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර සහ උපදේශන සේවා ලබාදෙනු ඇත.

ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරියේ දිස්ත්‍රික් නිලධාරීන්

දිස්ත්‍රික්කය	කාර්යාලය	ෆැක්ස්
යාපනය	021 2222233	021 2222355
මන්නාරම	023 2232234	023 2232232
මුලතිව්	021 2228935	021 2228935
කිලිනොච්චිය	021 2283945	021 2283965
වවුනියාව	024 2222233	024 2222212
කොළඹ	011 2325511	011 2437242
ගම්පහ	033 2222050	033 2222900
කළුතර	034 2222508	034 2222635
ගාල්ල	091 2234236	091 2222972
මාතර	041 2222284	041 2222234
හම්බන්තොට	047 2222366	047 2256247
මොනරාගල	055 2276230	055 2276025
බදුල්ල	055 2222467	055 2222292
මහනුවර	081 2222233	081 2233186
නුවරඑළිය	052 2222233	052 2222236
මාතලේ	066 2222233	066 2222235
අනුරාධපුර	025 2222237	025 2222235
පොලොන්නරුව	027 2222233	027 2225578
රත්නපුර	045 2222233	045 2222140
කැගල්ල	035 2222233	035 2232620
කුරුණෑගල	037 2227875	037 2222350
පුත්තලම	032 2265257	032 2265257
අම්පාර	063 2222193	063 2222130
මඩකලපුව	065 2222233	065 2224466
ත්‍රිකුණාමලය	026 2222233	026 2220033

ළමා හා කාන්තා කටයුතු අමාත්‍යාංශය

3 වන මහල, සෙත්සිරිපාය - අදියර II,
බත්තරමුල්ල.

දුරකථන: 011 - 2827028

ෆැක්ස්: 011 - 2827023

Web: www.childwomenmin.gov.lk

ළමා ලේකම් කාර්යාලය

ශ්‍රී ලංකාවේ ළමුන්ගේ මුල් ළමාවිය සංවර්ධනය තහවුරු කිරීම සඳහා කටයුතු කරන ජාතික මට්ටමේ ප්‍රධාන ආයතනය.

3 වන මහල, සෙත්සිරිපාය - අදියර II,
බත්තරමුල්ල.

දුරකථන: 011 - 2827028

ෆැක්ස්: 011 - 2827023

Web: www.childwomenmin.gov.lk

පරිවාස හා ළමා ආරක්ෂක සේවා දෙපාර්තමේන්තුව

අසරණ, අනාථ, අන්හල, අපයෝජන හා අපචාර වලට ගොදුරු වූ ළමුන්ගේ සුභසාධනය පළාත් මට්ටමින් ක්‍රියාත්මක වන බැවින් පළාත් කොමසාරිස්වරයා යටතේ ක්‍රියාත්මක වේ.

69, එස්.ඩී.එස්. ජයසිංහ මාවත,

කොහුවල,

නුගේගොඩ.

දුරකථන: 011-2853553

Web: www.probation.gov.lk

පළාත් පරිවාස හා ළමා ආරක්ෂක සේවා කොමසාරිස් කාර්යාල

බස්නාහිර පළාත

204, ඩෙන්සිල් කොබ්බෑකඩුව මාවත,
බත්තරමුල්ල.

දුරකථන: 011 2865997

ෆැක්ස්: 011 2865848

දකුණු පළාත

කිතුලම්පිටිය,

ගාල්ල.

දුරකථන: 091-2248259, 091-2234156, 091-2226573

ෆැක්ස්: 091-2226573

උතුරු පළාත

නුවර පාර, කයිතඩි,

යාපනය.

දුරකථන: 021-3215540

ෆැක්ස්: 021-3215540

සබරගමුව පළාත

නව නගරය,

රත්නපුර.

දුරකථන: 045-2231222, 045-2226912

ෆැක්ස්: 045-2231222

නැගෙනහිර පළාත

ඇතුල්වරාය පාර,

ත්‍රිකුණාමලය.

දුරකථන: 026-3202027, 026-3200211

ෆැක්ස්: 026-2223773

උතුරු මැද පළාත

02, කෘෂිකර්ම ගොඩනැගිල්ල,
දඹුල්ල පාර,
කුරුණෑගල.

දුරකථන: 037-4932030, 037-2224796
ෆැක්ස්: 037-4932030

මධ්‍යම පළාත

නො. 615, විල්ලියම් ගොපල්ලව මාවත,
නුවර.

දුරකථන: 060-2824362, 081-2223528
ෆැක්ස්: 081-2217128

උතුරු මැද පළාත

කේ. බී. රත්නායක මාවත,
අනුරාධපුර.

දුරකථන: 025-2222570, 025-2234163
ෆැක්ස්: 025-2234162

උආව පළාත

ආර්. එච්. ගුණවර්ධන මාවත,
බදුල්ල.

දුරකථන: 055-3550470, 055-2231209
ෆැක්ස්: 055-2231209

ළමා හා කාන්තා කාර්යාංශය

16, සුබෝදා ගොඩනැගිල්ල, පාගොඩ පාර, නුගේගොඩ.

පැය 24 පුරා ක්‍රියාත්මක

සන්නික දුරකථන අංකය - 011 - 28 26 444

අම්පාර	063 - 2222222
අනුරාධපුර	025 - 2222223
බදුල්ල	055 - 2222222
බණ්ඩාරවෙල	057 - 2222222
මඩකලපුව	065 - 2224422
හලාවත	032 - 2222222
කොළඹ - උතුර	011 - 2431861
කොළඹ - දකුණ	011 - 2588680
කොළඹ - මැද	011 - 2433744
ඇල්පිටිය	091 - 2291222
ගාල්ල	091 - 2222222
ගම්පහ	033 - 2222226
ගම්පොළ	081 - 2352222
හැටන්	051 - 2222222
යාපනය	021 - 2222222
කළුතර	034 - 2237225
මහනුවර	081 - 2222222
කන්තලේ	026 - 3234222
කෑගල්ල	035 - 2222222
කැලණිය	011 - 2911922
කුලියාපිටිය	037 - 2281222
කුරුණෑගල	037 - 2222222
මාතලේ	066 - 2222222
මාතර	041 - 2222222
මොනරාගල	055 - 2276222
ගල්කිස්ස	011 - 2738351
මීගමුව	031 - 2222222

නිකවැරටිය	037 - 2260222
නුගේගොඩ	011 - 2852992
නුවරඑළිය	052 - 2222222
පානදුර	038 - 2233204
පොලොන්නරුව	027 - 2222222
රත්නපුර	045 - 2222222
තංගල්ල	047 - 2240222
ත්‍රිකුණාමලය	026 - 2222223
වවුනියාව	024 - 2222222

උතුරු පළාතේ කෂණික ඇමතුම් අංක

දිස්ත්‍රික්කය	දිස්ත්‍රික් ලේකම් කාර්යාලය	පොලිස් ස්ථානය (ළමා හා කාන්තා කාර්යාංශය)	ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරියේ දිස්ත්‍රික් නිලධාරී	දිස්ත්‍රික් පරිවාස නිලධාරී	නීති ආධාර කොමිසන් සභාව
යාපනය	021- 222 6752 021- 222 2233	060 - 221 2274 024 - 222 1903 021 - 222 2222	021- 222 2233	021- 221 9598	021-222 4545
වවුනියා	024 - 222 2235 024 - 222 2203	024 - 222 2856 024 - 222 2222	024 - 222 2212	024 - 222 2194	021-2290077
කිලිනොච්චිය	021 -228 3965	011- 308 2729	021- 2283945	021- 228 3824	021- 228 5618
මුලතිව්	021- 229 0033	024 - 324 4936	021- 2228935	024 - 324 3622	024-222 1863
මන්නාරම	023- 222 2203 023 - 222 2234	023 - 222 2226 023 - 222 2227	023 - 2232234	023 - 222 2081	023-222 2045

DIG උතුරු පළාත - 060 221 2311

දරුවෙකු අපයෝජනයට හෝ නොසලකා හැරීමට ලක් වන්නේ යැයි
හෝ අපයෝජනයට හෝ නොසලකා හැරීමට ලක් විය හැකි යැයි
ඔබ සිතන්නේ නම්, දිවා කාලයේ හෝ රාත්‍රී කාලයේ
ඕනෑ ම මොහොතක

1929 ශ්‍රී ලංකා ළමා දුරකථන සේවය අමතන්න
නැත්නම් ඔබ උනන්දු වන කාරණය
ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරිය වෙත වාර්තා කරන්න.



ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරිය

330, තලවතුගොඩ පාර, මාදිවෙල, ශ්‍රී ජයවරධනපුර.
දුරකථන: 0112 778 911-12-14 Fax: 0112 778 915
ඊමේල්: ncpa@childprotection.gov.lk
වෙබ්: www.childprotection.gov.lk



german
cooperation

DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT



தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை

பாதுகாப்பான சிறுவர் உலகம்

பொறுப்புள்ள வளர்ந்தவர்களுக்கான ஒரு கைநூல்



தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org

giz

Deutsche Gesellschaft
für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

பாதுகாப்பான சீறுவர் உலகம்

பொறுப்புள்ள வளர்ந்தவர்களுக்கான ஒரு கைநூல்

பத்பூர்மை மற்றும் வெளியீடு:

தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை
ஆகஸ்ட் 2013

ஆக்கம்:

சட்டத்தரணி நிருஸியா சாத்விகன்

இதழ் வடிவமைப்பு

சென்சி கிராபிக்ஸ் சொலூசன்ஸ்

0777740344

இக்கைநூல் உங்களுக்கானது நீங்கள்...

- பெற்றோர் அல்லது பாதுகாவலராக இருப்பின்
- குடும்ப அங்கத்தவர் அல்லது உறவினராக இருப்பின்
- சமுதாயத்தின் பால் அக்கறையுள்ளவராக இருப்பின்
- சிறுவர்களுடன் கடமை புரிபவராக இருப்பின்
- சிறுவர் நலனில் அக்கறையுள்ளவராக இருப்பின்

நினைவில் கொள்ளுங்கள்-

இது வெறுமனே ஒரு புத்தகம் மாத்திரமல்ல, சிறுவர்களை பாதுகாப்பதற்கான அணுகுமுறையில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்துவதற்கான ஓர் வழிகாட்டியாகும்.

நான் ஒரு குழந்தையை அணுகும் போது அதனது இயல்பு
மென்மையுணர்வையும் அதனது எதிர்கால வளர்ச்சி
மரியாதையுணர்வையும் என்னுள் தோற்றுவிக்கின்றது.

- லூயீ பாஸ்டர்

உள்ளடக்கம்

முன்னுரை	02
அறிமுகம்	04
அத்தியாயம் - 1	
சிறுவர்களின் வளர்ச்சிப் பருவங்கள்	06
அத்தியாயம் - 2	
சிறுவர் பாதுகாப்பு மற்றும் சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் தொடர்பான அடிப்படை விடயங்களை புரிந்து கொள்ளுதல்	12
அத்தியாயம் - 3	
சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் தொடர்பான மாயைகளும் உண்மைகளும்	18
அத்தியாயம் - 4	
சிறுவர்களைப் பாதுகாப்பதில் பெற்றோர்களின் பங்களிப்பு	22
அத்தியாயம் - 5	
சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தை கையாளுதல்	32
அத்தியாயம் - 6	
உதவி நாடக்கூடிய இடங்கள்	40

முன்னுரை

முழு உலகமும் பிள்ளைகளைப் பேரன்புடன் அரவணைக்கின்றது. அவர்களது மழுலைச் சிரிப்பினிலே உலகம் ஒளிபெறுகின்றது. இவ்வுலகைப் பிள்ளைகளுக்குகந்த சிறந்த இடமாக மாற்றும் முக்கிய பொறுப்பு பெற்றோரினதேயாகும். பெற்றோரின் பாதுகாப்பிற்கப்பால் பாடசாலை மட்டத்திலும் சமுதாயத்திலும் பிள்ளைகளின் பாதுகாப்பு உறுதிப்படுத்தப்படுதல் வேண்டும்.

இவ்வாறான பெறுமதி மிகுந்த பிள்ளைகள் தொடர்பாகக் கதைப்பதோடு மாத்திரம் நிறுத்திக் கொள்ளாமல் அவர்களின் நன்மை கருதி முன்னின்று செயற்பட வேண்டிய கால கட்டம் நெருங்கியுள்ளதாக நான் நினைக்கின்றேன். அவரவர் தத்தமது பிள்ளைகளை மாத்திரமல்லாது தாய்த்திருநாட்டின் அனைத்துப் பிள்ளைகளையும் தமது பிள்ளைகளாகக் கருதி பாதுகாப்பதற்காக அர்ப்பணிப்புடன் செயற்படுவது எம்மனைவரினதும் இன்றியமையாத சமூகப் பொறுப்பாகும்.

தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபையின் தவிசாளராக மூன்று வருடங்களுக்கு மேற்பட்ட எனது அனுபவத்தில் சமூகம் இவ்வுன்னதமான பொறுப்பினை நிறைவேற்ற தவறியமையினால் பல்வேறுபட்ட சிறுவர் துஷ்பிரயோகங்கள் இலங்கைச் சமுதாயத்தினுள் புற்று நோயாக பரவிச் சென்று கொண்டிருப்பதை காணக்கூடியதாக உள்ளது. 1929 இலங்கை சிறுவர் தொலைபேசி சேவையின் அங்குரார்ப்பணத்துடன் இலங்கையின் எந்த மூலையிலுமுள்ள சிறுவர் பாதுகாப்பை உறுதிப்படுத்துவதற்கான கட்டமைப்பு தோற்றம் பெற்றதோடு 1929 சிறுவர் தொலைபேசிச் சேவைக்கு கிடைக்கப்பெற்ற முறைப்பாடுகளை ஆராயுமிடத்து சிறுவர்கள் துஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆளாக்கப்படுமுன்னரே அவர்கள் பாதுகாக்கப்பட வேண்டியதன் முக்கியத்துவம் புலப்படுகின்றது.

எந்தவொரு பிள்ளையும் தமது இளம்பராயத்தில் துஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆளாக்கப்படக் கூடாது. அதேபோன்று எந்தவொரு பிள்ளையும் அச்சத்திற்கும், புறக்கணிப்பிற்கும் உட்படுத்தப்படுதல் கூடாது. பிள்ளைகளை அனைத்து வன்முறைகளிலிருந்தும் தடுத்து நிறுத்த முடியாதெனினும் அவற்றைத் தடுப்பதற்குரிய சகல நடவடிக்கைகளையும் எடுப்பது பெற்றோர் மற்றும் சமூகத்தினரினதும் கடமையாகும்.

தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபையினால் ஜேர்மன் GIZ நிதியுதவியுடன் பிரசுரிக்கப்படும் இக்கைநூலானது சிறுவர் உலகினை பாதுகாப்பானதும் அழகானதுமான ஒரிடமாக மாற்றுவதற்கு அர்ப்பணிப்புடன் செயற்பட விரும்பும் அனைவருக்குமானதோர் வழிகாட்டியாக அமையும் என்பதில் ஐயமில்லை. இதனூடாக நீங்கள் பெற்றுக்கொள்ளும் சிறுவர் பாதுகாப்பு தொடர்பான அறிவினை தாய் நாட்டின் அனைத்து சிறுவர்களினதும் பாதுகாப்பையும் உறுதிப்படுத்துவதற்கு பயன்படுத்திக் கொள்வீர்களென நான் உறுதியாக நம்புவதோடு மலரும் தாய்த்திருநாட்டின் வளமான எதிர்காலத்திற்காக அனைத்து சிறுவர்களையும் பாதுகாப்பதற்கு அர்ப்பணிப்புடன் செயற்படுவதற்கு கைகோர்க்குமாறு உங்கள் அனைவரையும் நான் அன்புடன் அழைக்கின்றேன்.

அனோமா திஸாநாயக

தவிசாளர்

தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை

அறிமுகம்

உலகிலுள்ள பல்லாயிரக்கணக்கான பிள்ளைகள் முழுமையாக பாதுகாக்கப் படுவதில்லையென்பதே யதார்த்தமாகும். நாள்தோறும் பிள்ளைகள் துஷ்பிரயோகம், புறக்கணிப்பு, வன்முறையென்பவற்றிற்கு இலக்காக்கப்படுகின்றனர். குறிப்பாக சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகமானது சமூகத்தின் சகல மட்டங்களிலும் இடம்பெறுகின்ற பாரிய பிரச்சினையாக மாறிவருகின்றது.

பொதுவாக சமூகம் இப்பிரச்சினை தொடர்பில் கலந்துரையாடுவதைத் தவிர்த்து வருவதோடு, ஏற்படக் கூடிய அபாயங்கள் குறித்து சிறுவர்கள் அறிவூட்டப்படாத, எச்சரிக்கை செய்யப்படாத அவல நிலையே இன்றுவரை தொடர்கின்றது.

மேலும் சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோக சம்பவங்கள் தகுந்த இடத்திற்கு முறைப்பாடு செய்யப்படாததோடு பாதிக்கப்பட்ட இளம் பிஞ்சுகள் தகுந்த கவனிப்பையும் அரவணைப்பினையும் பெற்றுக் கொள்ளாமை அவர்கள் மீண்டும் மீண்டும் அதல பாதாளத்திற்குள் தள்ளப்படுவதற்கே வழிவகுக்கின்றது.

எனவே பெற்றோர் மற்றும் பாதுகாவலர் என்ற வகையில் பிள்ளைகள் ஏதேனும் துன்பியல் சம்பவத்திற்கு இலக்காக முன்னர் அவர்களை அறிவூட்டி அவர்களை பாதுகாப்பதற்கும் அதேபோன்று பிள்ளைகள் ஏதேனும் துஷ்பிரயோகத்திற்கு இலக்காக்கப்பட்டிருப்பின் அவர்களுக்கு நம்பிக்கையளித்து மீட்டெடுப்பதற்குரிய தேவையான சகல நடவடிக்கைகளையும் மேற்கொள்ளுதல் வேண்டுமென்பது இன்றியமையாத ஓர் விடயமாகும்.

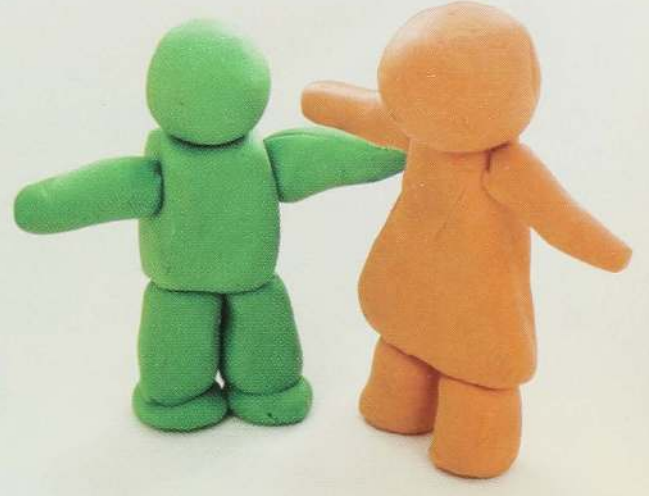
இக்கைநூலானது பெற்றோர் மற்றும் பாதுகாவலர் தமது பிள்ளைகளை அறிவூட்டி பாதுகாப்பதற்கான அவசியமான வழிகாட்டலையும் மற்றும் இலகுவான அணுகு முறைகளையும் அறிவுறுத்துகின்றது. மேலும், பிள்ளைகள் ஏதேனும் துஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆளாக்கப்பட்டுள்ளனரா என்பதனை கண்டறிவதற்கான வழிமுறைகளையும், அத்தகைய நிலையில் அத்துஷ்பிரயோகத்தை எவ்வாறு கையாள்வது மற்றும் யாரிடமிருந்து உதவி பெறுவதென்பன தொடர்பாகவும் தெளிவுபடுத்துகின்றது.

எனவே இக்கைநூலில் கூறப்பட்ட விடயங்கள் எமது பிள்ளைகளை பாதுகாத்து அவர்களுக்கு மகிழ்ச்சிகரமான வளமான எதிர்காலத்தை கட்டியெழுப்புவதற்கான அரிய வழிகாட்டியாக அமையுமென முழுமையாக நம்புகின்றோம்.

சிறுவர்களின் வளர்ச்சிப் பருவங்கள்

“பிள்ளைகளின் வாழ்க்கை,
வெள்ளை காகிதத்தை
ஒத்தது. அவர்களின்
வாழ்கையூடாக பயணிக்கும்
அனைத்தும் நீங்காது
நிலைத்து நிற்கும்.”

- சீனப் பொன்மொழி



வளர்ச்சியானது சிறுபராயத்தின் அடிப்படைக் காரணிகளுள் ஒன்றாகும். குழந்தையானது அவன் அல்லது அவளுக்கு தேவையான திறன்களை அதன் சிறுபராயத்திலேயே படிப்படியாகக் கற்றுக் கொள்கின்றது. அத்தகைய குழந்தைப் பருவத்தில் மற்றும் சிறுபராயத்தில் முகம் கொடுக்கின்ற கசப்பான அனுபவங்கள் மூளை மற்றும் அறிவாற்றல் உள்ளடங்கலாக பிள்ளையின் பொதுவான வளர்ச்சிக்குப் பாதகமான விளைவினை ஏற்படுத்துவதாக ஆய்வுகள் மூலம் தெரிய வந்துள்ளது. எனவே சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் மற்றும் புறக்கணிப்பானது பிள்ளையின் உடல், உள மற்றும் அறிவு சார் வளர்ச்சியில் நீண்ட காலத் தாக்கத்தினை ஏற்படுத்த முடியுமானதாகக் காணப்படுகின்றன.

ஏனெனில் குழந்தை பருவத்தில் மற்றும் சிறுபராயத்தில் பெற்றுக் கொள்கின்ற அனுபவங்களே, ஒரு பிள்ளையின் அறிவு, உணர்வு மற்றும் ஆளுமைக்குத் தேவையான ஒழுங்குபடுத்தப்பட்ட அஸ்திவாரத்தை அமைத்துக் கொடுக்கின்றன. இவ்வாறான அனுபவங்கள் அடிப்படையிலேயே எதிர்மறையாக, விரும்பத்தகாத விதத்தில் இருக்குமிடத்து, பிள்ளைகளுக்கு உணர்ச்சி ரீதியான, நடத்தை ரீதியான மற்றும் கற்றல் சார் பிரச்சனைகள் ஏற்பட கூடியதாக இருப்பதோடு அச்சந்தர்ப்பங்களில் தேவையான தலையீடு வழங்கப்படாதவிடத்து அவர்களின் வாழ்நாள் பூராகவும் பாதிப்பு ஏற்படும் அபாயம் நேரிடும்.

இதனால் பிள்ளைகளின் முக்கியமான வளர்ச்சி கட்டங்களில் நிறைவேற்றப்பட வேண்டிய முக்கியமான தேவைகள், விடயங்கள் எவையெனப் புரிந்து அத்தேவைகளை முழுமையாக வழங்குவதற்கான சகல நடவடிக்கைகளையும் மேற்கொள்வதானது எமது பிள்ளைகளைச் சிறப்பான முறையில் பாதுகாத்து வளர்த்தெடுக்க அளப்பரிய பங்களிப்பினை வழங்குகின்றது.

0 - 3 வயது வரையிலான வளர்ச்சிப் பருவம்

- பிள்ளைகளின் ஆற்றல்கள் வேகமாக வளர்ச்சி அடையும்.
- பிள்ளைகள் நடப்பதற்கும், கதைப்பதற்கும் கற்றுக் கொள்கின்றன.
- பிள்ளைகள் மற்றவர்களுடன் தொடர்புகளை கட்டியெழுப்ப ஆரம்பிப்பதோடு அதன் குடும்பத்தின் மற்றும் சமூகத்தின் உறுப்பினராக மாறிவிடுகின்றன.
- இயற்கையினையும் தொழிநுட்பத்தினையும் மனம் கவர்ந்து இழுத்துக் கொள்ளும்.
- நோய் வாய்ப்படல் மற்றும் போசணை குறைபாடுகளுக்கு இலக்காவதற்கான அபாய நிலை காணப்படும்.
- உடல் ரீதியாக அவர்களுக்கு ஏற்படக் கூடிய அவர்களால் புரிந்து கொள்ள முடியாத பாதிப்புக்களிலிருந்து பாதுகாத்துக் கொள்ள விஷேட கவனம் செலுத்துதல் வேண்டும்.
- தொடுகையானது பிள்ளைகளின் உடல் ரீதியான தொடர்புகளுக்கு மிக முக்கியமானதாகும்.
- பிள்ளைகளுக்கு உலகத்தினைப் பற்றிக் கற்றுக் கொள்வதற்குப் பாதுகாப்பான சந்தர்ப்பங்கள் தேவைப்படுகின்றன. பொதுவாக இதை பிள்ளைகளுக்கு விளையாட்டின் மூலமாகக் கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும்.

3 - 5 வயது வரையிலான வளர்ச்சிப் பருவம்.

- மொழி ரீதியான இயலுமை வேகமாக வளர்ச்சியடைவதோடு புதிய சொற்களை கற்றுக் கொள்ளும் ஆற்றல் வளர்ச்சியடையும்.
- சிறுவர்கள் அவர்களின் எதிர்பார்ப்புக்கள், உரிமைகள் மற்றும் சுயாதீன தன்மைகளுக்காக கூடுதல் சந்தர்ப்பங்களை எதிர்பார்ப்பார்கள். (அநேகமான சந்தர்ப்பங்களில் வாய்விட்டுக் கத்துவதன் மூலம்)
- பிள்ளைகள் அவர்களின் உடல் ரீதியான இயலுமைகளைப் பரீட்சித்துப் பார்ப்பதுடன் கருவிகளை கையாள்வதற்கும் புதிய கருவிகளுடன் விளையாடுவதற்கும் அதிக அக்கறை காட்டுவார்கள்.
- பிள்ளைகள் ஏனையவர்களுடன் தொடர்புகளை கட்டியெழுப்புவதோடு வளர்ந்தவர்களிடமிருந்தும் மற்றும் பௌதீக சூழல்களிலிருந்தும் கற்றுக் கொள்கின்றனர்.
- கற்றல் செயற்பாட்டின் போது ஊக்கமளிக்கப்படுபவர்கள் அவர்கள் தன்னம்பிக்கையை வளர்த்துக் கொள்வதோடு தங்களது திறமைகளையும் அடையாளம் கண்டு கொள்ளுகின்றனர்.
- அவர்களின் எல்லைகளைப் பரீட்சித்துப் பார்க்கவும், பௌதீக சூழலைப் பரீட்சித்துப் பார்க்கவும் முயற்சிப்பர்.

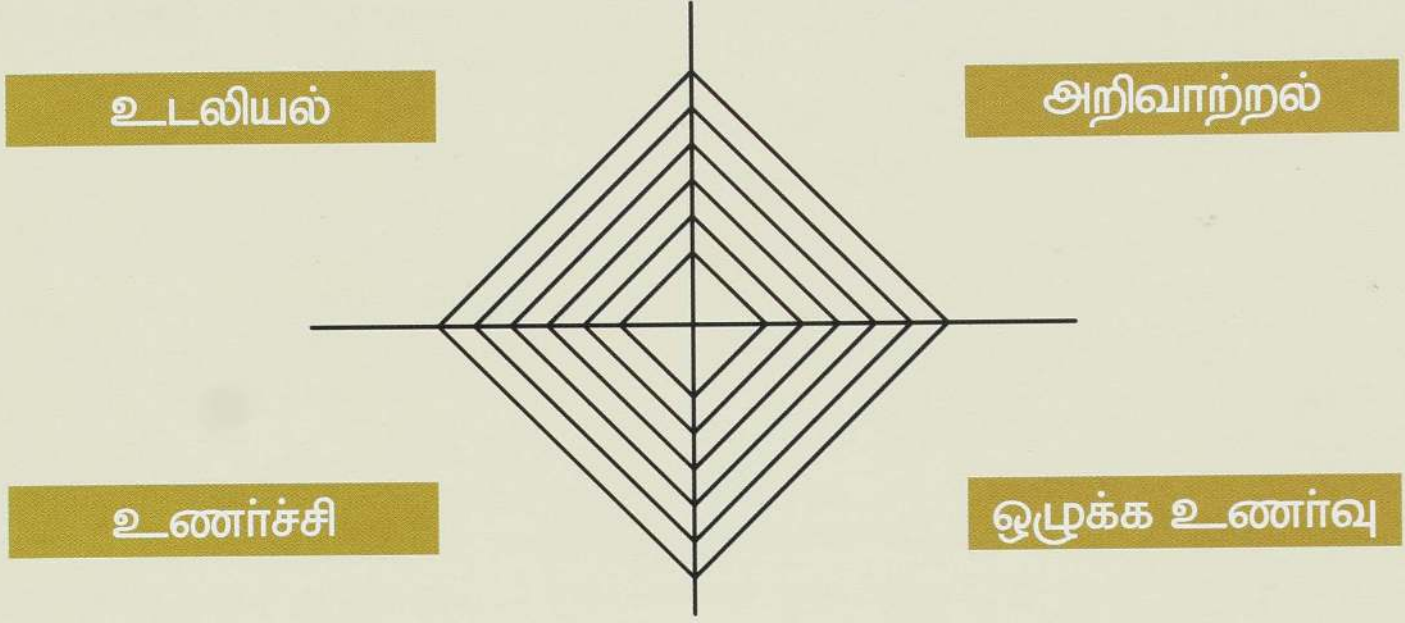
6 - 12 வயது வரையிலான வளர்ச்சிப் பருவம்.

- வேகமான மூளை வளர்ச்சியுடன் அவர்களுக்குச் சரியான முறையில் திட்டங்களை வகுக்கவும் கொள்கைகளை வகுக்கவும் முடியுமானதாக இருக்கும்.
- பிள்ளைகள் குடும்பத்திலும் சமூகத்திலும் கூடுதல் பங்கினை வகிக்கவேண்டுமென எதிர்பார்க்கப்படுவர்.
- சிறுவர்கள் முறையான கல்வியினைப் பெற்றுக் கொள்வார்கள்.
- சம வயதுக் குழுக்களை உருவாக்கி கொண்டு அவர்களுடன் தொடர்புகளை வைத்திருக்க ஆர்வம் காட்டுவார்கள்.
- இவ்வயது பிள்ளைகள் தம்மைவிடவும் வயதில் கூடிய பிள்ளைகளைப் பின்பற்ற முயலுவார்கள்.
- பிள்ளைகளுக்கு நல்ல சுகாதார பழுக்கவழக்கங்களை ஏற்படுத்துவதற்காக வைத்திய ஆலோசனைகளையும் கல்வியினையும் பெற்றுக் கொடுக்க வேண்டும்.
- 9 வயது நிரம்பிய பிள்ளைகள் சரியான தெரிவுகளையும், பல்வேறுபட்ட கருத்துக்களையும் அடையாளம் காண்பதற்கு முடியுமாக இருப்பதாக ஆய்வுகள் வெளிப்படுத்துகின்றன.

12 - 18 வயது வரையிலான வளர்ச்சிப் பருவம்.

- சம வயதுக் குழுக்களின் முக்கியத்துவம் அதிகரிப்பதோடு சமவயதுக் குழு உறுப்பினர்களுக்கிடையில் சில தலைப்புக்களுக்கும் விடயங்களுக்கும் கூடுதல் முக்கியத்துவம் வழங்கப்படுகின்றது.
- ஹோர்மோன்களில் ஏற்படுகின்ற மாற்றங்களுடன் பிள்ளைகள் வயதுக்கு வரும் அனுபவத்தினைப் பெறுகின்றனர். பாலியல் மற்றும் இனப்பெருக்க சுகாதாரம் முக்கியமான விடயமாக மாற்றமடையும்.
- பாலின (ஆண், பெண்) முக்கியத்துவம் மற்றும் கலாச்சார விழுமியங்கள் அவர்களின் வாழ்விற்கு அதிக தாக்கத்தினை ஏற்படுத்துவதாக அமைகின்றன.
- அநேகமான கலாச்சாரங்களில் அல்லது சந்தர்ப்பங்களில் இளைஞர்கள் வளர்ந்த பெரியவர்களின் பொறுப்புக்களை பொறுப்பேற்பதற்கு எதிர்பார்க்கப்படுவார்கள். சில சந்தர்ப்பங்களில் இவ்வாறு செய்வதற்கு அவர்களுக்கு மேலதிக உதவி அவசியப்படலாம்.
- இக்கால கட்டத்தில் சிறுவர்கள் அவர்களின் கருத்துக்கள், நம்பிக்கைகள் மற்றும் அடையாளங்கள் தொடர்பாக அதிகமான விடயங்களை கட்டியெழுப்பிக் கொள்வார்கள்.

சிறுவர் அபிவிருத்தியின் பகுதிகள்



உடலியல் ரீதியான வளர்ச்சி

இது பிள்ளையின் உடல் வளர்ச்சியைக் குறித்து நிற்கின்றது. அகம் மற்றும் புறப் பால் உறுப்புக்கள் வளர்ச்சியடைதலின் ஊடாக உடலில் ஏற்படுகின்ற மாற்றங்கள் மற்றும் இரண்டாம் நிலை பாலியல் பண்புகள் போன்றவைகள் உடலியல் அபிவிருத்தியில் உள்ளடங்குகின்றன. உதாரணமாக ஆண் பிள்ளைகளின் முகத்தில் மீசை வளர்தல் மற்றும் குரல் தடித்தல், பெண் பிள்ளைகளின் மார்பு வளர்ச்சி மற்றும் மாதவிடாய்ச் சக்கரம் செயற்படத் தொடங்குதல். பாலியல் வளர்ச்சிக்குத் தேவையான உடலியல் ஹோர்மோன்களின் மாற்றங்கள் (உடலில் ஏற்படுகின்ற இரசாயன மாற்றங்கள்) இளைஞர்களின் உணர்ச்சி நிலைப்பாட்டில் அதிக தாக்கத்தை ஏற்படுத்துவதாக அமைகின்றன.

அறிவாற்றல் ரீதியான வளர்ச்சி

ஒருவரின் அறிவு மற்றும் புரிந்துகொள்ளும் திறனை அறிவாற்றல் என்பதாகக் கருதப்படுகின்றது. இது அறிந்துகொள்ளுதல், சிந்தனை செய்தல் அல்லது ஞாபகத்தில் இருத்திக் கொள்ளுதல், காரணம் காட்டுதல், புரிந்துகொள்ளுதல், பிரச்சனைகளுக்குத் தீர்வு காணல் மற்றும் மதிப்பிடுதல் போன்றவற்றை உள்ளடக்கியுள்ளது. இது உணர்வு ரீதியிலான செயற்பாட்டிலிருந்து மாறுபட்டது. பிள்ளைகள் வளர்ச்சியடையும் போது மேற்குறிப்பிட்ட விடயங்கள் தொடர்பாக அவர்களின் இயலுமை அதிகரிக்கின்றது.

உணர்ச்சி ரீதியான வளர்ச்சி

இது அறிவாற்றலை விடவும் உணர்ச்சிகளைக் குறித்து நிற்கின்றது. பிள்ளையொன்று வளர்ச்சியடையும் போது தனது உணர்வுகளைக் கட்டுப்படுத்தும் ஆற்றலை பெறுகின்றது. இதனைச் சமூக தொடர்புகளின் ஊடாக இடம்பெறும் கற்றல் செயற்பாட்டின் மூலம், பல்வேறு சந்தர்ப்பங்களில் எது பொருத்தமான உணர்வு ரீதியிலான நடத்தை என்பதை அறிந்து கொள்வதனுடாகப் பெற்றுக்கொள்கின்றது.

ஒழுக்க உணர்வு ரீதியான வளர்ச்சி

இது சரியானது எது மற்றும் தவறானது எது என அறிந்திருத்தலைக் குறித்து நிற்கின்றது. இது சாதகமான முன்மாதிரியான குணம் மற்றும் சாதகமான தொடர்ச்சியான நல்லொழுக்க செயற்பாடுகளினால் அன்பு, பாசம், ஒழுக்கம், நீதி போன்றவற்றினால் வலுப்பெறுகின்றது. (உதாரணமாக நல்ல நடத்தைகளை மெச்சுதல் மற்றும் கெட்ட நடத்தைகளைப் பிழையானது என கண்டித்தல்.)

சமனான சிறுவர் அபிவிருத்தி

ஒரு முழு நிறைவான சந்தர்ப்பத்தில் அனைத்து பிள்ளைகளினதும் உரிமைகள் மதிப்பளிக்கப்படும், பூர்த்தி செய்யப்படும், பூரணமான தனிநபர்களாக வளர்வதற்கான சகல தேவைகள் வழங்கப்படும் காணப்படும். எல்லாப் பிரிவுகளினதும் வளர்ச்சிகள் சமமானதாகவும் ஒரே சீரான விகிதாசாரத்திலும் இடம் பெறும்.

பிள்ளைகளின் வளர்ச்சியடையாத கால கட்டங்களில் மேற்கூறிய எல்லா அபிவிருத்திகளும் அவர்களுக்கு கிடைக்கப் பெற முடியாமலிருக்கலாம். எனினும் அவர்கள் பொருத்தமான, பாதுகாப்பான, பாசம் நிறைந்த சூழலில் வளர்கின்றார்களானால் அவர்களுக்கு ஒட்டுமொத்த சமனான அபிவிருத்தியினை ஏற்படுத்திக் கொள்வதற்கான சந்தர்ப்பங்கள் அமையக் கூடும்.

சமனற்ற சிறுவர் அபிவிருத்தி

பிள்ளைகளின் அடிப்படைத் தேவைகள் கிடைக்கப் பெறாத மற்றும் அவர்களின் உரிமைகளுக்கு மதிப்பளிக்கப்படாத பூரணமற்ற ஒரு சூழலில் வளர்கின்றார்களாயின் அச்சந்தர்ப்பத்தில் அவர்களின் அபிவிருத்தியில் தாக்கம் ஏற்படக் கூடுமாவதோடு அது "சமனற்ற" வளர்ச்சியாகும்.

உதாரணமாக:

- ஒரு பிள்ளைக்குத் தேவையான அளவு போசாக்கு நிறைந்த உணவு கிடைக்கப் பெறாவிடின் அவன் அல்லது அவளின் உடலியல் வளர்ச்சியில் பாதிப்பு ஏற்படலாம்.
- பிள்ளைக்குத் தேவையான அளவு புறச்சூழலிலிருந்தான தூண்டல்கள் மற்றும் கல்வி கிடைக்கப் பெறாவிடின் அவன் அல்லது அவளின் அறிவாற்றல் வளர்ச்சியில் பாதிப்பு ஏற்படலாம்.
- ஒரு பிள்ளை அன்பும் அரவணைப்பும் அற்ற சூழலில் வாழ்மிடத்து அல்லது புறக்கணிக்கப்படும் போது மற்றும் உணர்வு ரீதியான துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காகும் சூழலில் வாழ்மிடத்து அவன் அல்லது அவளின் உணர்வு மற்றும் விழுமியம் சார் வளர்ச்சியானது நல்ல நிலையில் இருக்கும் பிள்ளையை விடவும் பாதகமான குறைவான நிலையில் இருக்கும்.
- உதாரணமாக, வீதியில் வசிக்கின்ற 15 வயது நிரம்பிய ஆண் பிள்ளை அல்லது பெண் பிள்ளையொன்று உடல் ரீதியாக (பாலியல் உட்பட்ட) வளர்ச்சியடைந்து 15 வயது பிள்ளையை ஒத்தது போன்ற தோற்றத்தில் தென்படினும் மேலும் தமது வாழ்க்கையைக் கொண்டு நடாத்துவதற்குத் தேவையான அறிவு மற்றும் ஆபத்துக்களுக்கு இலக்காவதில் இருந்து தப்பி வாழ்வதற்குரிய திறன் அவர்களிடம் போதுமான அளவு காணப்படினும், இவர்களின் உணர்வு மற்றும் ஒழுங்குணர்வு வளர்ச்சியானது மிகக் குறைந்தளவாகவே காணப்படும்.

சிறுவர் பாதுகாப்பு
மற்றும் சிறுவர்
துஷ்பிரயோகம்
தொடர்பான
அடிப்படை
விடயங்களை புரிந்து
கொள்ளுதல்

“18 வயதுக்கு உட்பட்ட ஆண்
மற்றும் பெண் பிள்ளைகள்
“சிறுவர்கள்” ஆவர்.”

- உறுப்புரை -1 ஐக்கிய நாடுகளின்
சிறுவர் உரிமைகள் பட்டயம்



சிறுவர் பாதுகாப்பு என்றால் என்ன?

சிறுவர் பாதுகாப்பென்பது சிறுவர்கள் துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காதல், புறக்கணிக்கப்படுதல், சுரண்டப்படுதல் மற்றும் சிறுவர்களுக்கு எதிரான வன்முறைகள் போன்ற செயற்பாடுகளை தடுத்தல் அல்லது கையாள்வதாகும். அனைத்துச் சிறுவர்களும் பாதுகாப்பினை பெற்றுக்கொள்வதற்கான உரிமையுண்டு. அதேவேளையில் உடல் ரீதியாக மற்றும் உணர்வு ரீதியாக எல்லா சந்தர்ப்பங்களிலும் பாதுகாப்பாக இருப்பதற்கு அவர்களுக்கு உரிமையுண்டு.

சிறுவர்களுக்கான பாதுகாப்பானதும் அன்பு, பாசம் மிகுந்ததுமான சூழலை கட்டியெழுப்புவதலுக்கான முதல் அஸ்திவாரம் குடும்பமாவதோடு, பாடசாலை மற்றும் சமூகமானது பிள்ளைகளின் குடும்பத்திற்கு வெளியேயான சூழலை சிறுவர் நேயமுள்ளதாக மாற்றும் பொறுப்பினை வகிக்கின்றன.

பிள்ளைகள் பாதுகாப்பாக வளர்வதற்கும் வாழ்வதற்கும் கல்வியினை பெற்றுக்கொள்வதற்கும் மற்றும் அவர்களின் பரிபூரண முழுமையான வளர்ச்சிக்கும் குடும்பத்தினுள் பாடசாலையினுள் மற்றும் சமூகத்தினுள் அவர்களுக்கு முழுமையான பாதுகாப்பினை பெற்றுக் கொடுத்தல் வேண்டும்.

சிறுவர் துஷ்பிரயோகமென்றால் என்ன?

சிறுவர் துஷ்பிரயோகமென்றால் என்ன என்பதற்கு குறிப்பான வரைவிலக்கணமில்லாததோடு இது ஏன் நடைபெறுகின்றது என புரிந்து கொள்வதும் இலகுவான விடயமன்று. குழப்பமான மனநிலை மற்றும் சமூக காரணிகளின் விளைவாகவே இது இடம் பெறுகின்றதென நம்பப்படுகின்றது. எவ்வாறெனினும் இவ்வாறான துஷ்பிரயோகங்களானது பிள்ளைகளின் நலனில் பாரிய தாக்கத்தினை ஏற்படுத்துவதினால் பிள்ளைகளின் எதிர்காலத்திற்கு சமூக ரீதியாக ஏற்படும் தாக்கத்தின் விசாலத்தன்மையை அளவிட முடியாமலுள்ளது.

துஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆளாக்கப்பட்ட பிள்ளையின் வாழ்க்கையானது மீளமைக்க முடியாத வகையில் சிதைந்து போகின்றது. இதனால் பிள்ளையானது அதிர்ச்சிக்குள்ளாதல், அச்சமடைதல் மற்றும் தன்னம்பிக்கையை இழத்தல் போன்ற உடல் மற்றும் உளவியல் ரீதியான பல்வேறுபட்ட தாக்கங்களுக்கு இலக்காக நேரிடுகின்றது. மேலும் அவன் அல்லது அவள் எந்தவொரு நபரையும் நம்பாமல் விடுதல், கல்வி நடவடிக்கைகளில் பின்னடைவு, உணவினை உட்கொள்ள முடியாமலிருத்தல், உறக்கமின்மை மற்றும் சமுதாயத்திற்கு முகம் கொடுக்க முடியாமலிருத்தல் போன்ற பல்வேறுபட்ட தாக்கங்களுக்கு முகம் கொடுக்க நேரிடும்.

சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்தின் வகைகள்

- உடல் ரீதியான துஷ்பிரயோகம்
- பாலியல் துஷ்பிரயோகம்
- உணர்ச்சி ரீதியான துஷ்பிரயோகம்
- புறக்கணிப்பு
- துன்புறுத்துதல்

உடல் ரீதியான துஷ்பிரயோகம்

உடல் ரீதியான துஷ்பிரயோகம் எனப்படுவது பிள்ளையொன்றுக்கு ஊறு விளைவிக்கக் கூடிய வகையில் ஒருவரினால் ஏற்படுத்தப்படும் உடல் ரீதியான ஒரு செயற்பாடாகும். அடித்தல், உதைத்தல், எரிகாயம் ஏற்படுத்துதல், கிள்ளுதல், கடித்தல், துன்புறுத்துதல், எறிதல், தள்ளிவிடுதல் மற்றும் கசையடி வழங்குதல் போன்ற செயற்பாடுகள் இதற்குள் உள்ளடங்குகின்றன. அநேகமான வளர்ந்தவர்கள் சிறுவர்களுக்கு உடல் ரீதியான தண்டனைகளை வழங்காமல் அவர்களை வளர்ப்பதைக் கடினமென கருதுகின்றனர். எனினும் பிள்ளைகளுக்கு அளவுக்கதிகமாக உடல் ரீதியான தண்டனைகள் வழங்குவதினால் விரும்பத்தகாத, பாரதூரமான விளைவுகள் ஏற்படுவதாக ஆய்வுகள் மூலம் தெரிய வந்துள்ளது. கடுமையான தண்டனைகளுக்கு முகம் கொடுத்த பிள்ளைகள் அவர்கள் வளரும் போது, மற்றும் வளர்ந்தவர்களான பின்னர் வன்முறையாளர்களாக மாறுவதற்கு அதிக வாய்ப்புள்ளதாகத் தெரிய வந்துள்ளது. ஒருவரின் நடத்தையினை மாற்றுகின்ற நடவடிக்கையின் போது உடல் ரீதியான தண்டனை வழங்குவது சரியான உபாயமல்லாததோடு அதனால் பிள்ளைகளுக்கு அச்சம் மற்றும் மன அழுத்தம் ஏற்படும் அபாயம் உள்ளது. இதனால் இலங்கையில் பாடசாலைகளில் உடல் ரீதியான தண்டனை வழங்குவது தடை செய்யப்பட்டுள்ளது. மேலும் ஆசிரியர் மற்றும் பெற்றோர்கள் சிறுவர்களுக்கு உடல் ரீதியான தண்டனை வழங்காது அதற்கு பதிலாக ஏனைய ஒழுக்காற்று நடவடிக்கைகளை எடுக்குமாறு ஆலோசனை வழங்கப்பட்டுள்ளது.

பாலியல் துஷ்பிரயோகம்

பாலியல் துஷ்பிரயோகமெனப்படுவது எவரேனுமொருவர் அதிகாரத்தின் மூலமாகவோ அல்லது பலத்தை பிரயோகிப்பதன் மூலமாகவோ அல்லது தந்திரோபாயமாகவோ ஒரு பிள்ளையை பாலியல் ரீதியான நடத்தையில் ஈடுபடுத்துவதாகும். இது பிள்ளைகளின் பாலியல் உறுப்புக்களை தடவுதல், பிள்ளைகள் மூலம் சுய இன்பம் காணல், வாய்வழி பாலியல் நடவடிக்கைகள், யோனி வாயிலுக்கு அல்லது குதவழிக்கு உறுப்பினை, விரலை அல்லது வேறேதேனும் பொருட்களை உட்செலுத்துதல் மற்றும் பாலியல் காட்சிகள் உள்ளடங்கிய திரைப்படக் காட்சிகளை பிள்ளைகளுக்கு காட்சிப்படுத்தல் மற்றும் வார்த்தை ரீதியான பாலியல் நடத்தைகள் போன்றவற்றை உள்ளடக்கியதாகும்.

உணர்ச்சி ரீதியான துஷ்பிரயோகம்

உணர்ச்சி ரீதியான துஷ்பிரயோகமானது சிறுவர்களின் வளர்ச்சியில் மற்றும் ஆளுமையில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் வகையிலான செயற்பாடுகளாகும். இது கடுமையான, எதிர்விளைவான உணர்ச்சி ரீதியான பாதிப்புக்களைச் சிறுவர்கள் எதிர்நோக்கும் வகையில், வளர்ந்தவர்களினால் புரியப்படும் ஏதேனுமொரு செயல் அல்லது நடத்தையினைக் குறிக்கின்றது. இத்தகைய செயற்பாடுகளினால் சிறுவர்களுக்கு அச்சம், பாதுகாப்பற்ற உணர்வு, தாழ்வு மனப்பான்மை, பாசமற்ற உணர்வு, மன அழுத்தம் மற்றும் தற்கொலை உணர்வுகள் ஏற்படலாம். இதனால் சிறுவர்களின் உடல், உள, சமூக, அறிவுசார் மற்றும் உணர்வுசார் வளர்ச்சிக்குப் பாதிப்பு ஏற்படலாம். வீட்டு வன்முறைகளுக்கு முகம் கொடுக்கின்ற பிள்ளைகள் இத்தகைய உணர்ச்சி ரீதியான பாதிப்பிற்கு உள்ளாவதை அதிகமாகக் காணக் கூடியதாகவுள்ளது.

உணர்ச்சி ரீதியான துஷ்பிரயோகம்

- ஏசுதல்
- புறக்கணித்தல்
- வார்த்தைகளால் புண்படுத்துதல்
- அச்சுறுத்துதல்
- அவமானப்படுத்துதல்
- பிள்ளைகளுக்கு முட்டாள்தனம், உதவாக்கரை போன்ற தகாத வார்த்தைகளை பிரயோகித்தல்
- கோபமாக கத்துதல்
- ஏனையவர்களின் முன்னால் பிள்ளைகளை தாழ்வாக நடாத்துதல்
- இழிவுபடுத்துதல்

புறக்கணித்தல்

இது நம் சமூகத்தில் பொதுவாகக் காணக்கூடிய சிறுவர் துஷ்பிரயோகமாகும். பிள்ளைகளின் பெற்றோர் அல்லது பாதுகாவலர்களினால் சிறுவர்களின் அடிப்படைத் தேவைகளான உணவு, உடை, வதிவிடம், அடிப்படைச் சுகாதாரம், கண்காணிப்பு, வளர்ப்பு மற்றும் ஆபத்தான நிலைகளில் பாதுகாப்பினை வழங்காமல் இருக்கும் போது மற்றும் பிள்ளைகளின் தேவைகளைக் கருத்திற் கொள்ளாமலிருக்கும் போது புறக்கணித்தலானது நடைபெறுகின்றது.

கேலி செய்தல்

கேலி செய்தல் எனப்படுவது பிள்ளையொன்றினால் அல்லது பிள்ளைகளை உள்ளடக்கிய குழுவினால் வேண்டுமென்றே ஒரு பிள்ளையை அல்லது பிள்ளைகளை உள்ளடக்கிய குழுவினை இழிவுபடுத்துதல் மற்றும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் வகையில் நடந்து கொள்வதை குறிக்கும். அதாவது ஒருவரை கேலி செய்வதனுடாக துன்புறுத்த வேண்டுமென்ற நோக்கத்தினைக் கொண்டு அவன் அல்லது அவளை மன அழுத்தத்துக்கு உள்ளாக்குவதை இது குறிக்கின்றது. இவ்வாறான துன்புறுத்தல்களை புரிபவர்கள் பொதுவாக தன்னை விட பலவீனமானவர்களை அல்லது சிறு பிள்ளைகளைகளையே துன்புறுத்துவார்கள். இது உடல், வாய் மொழி, உடல் செய்கைகள், கட்டாயப்படுத்துதல், மற்றும் புறக்கணித்தல் மூலமாக நடை பெறுகின்றது. இது அநேகமாக பாடசாலைச் சூழலிலேயே நடைபெறுகின்றது.

இவ்வாறான பாதிப்புக்களுக்கு இலக்காகும் பிள்ளைகள் தன்னம்பிக்கையற்ற, சுயமதிப்பற்ற, கல்வி நடவடிக்கைகளில் பலவீனமான பண்புகளை கொண்டவர்களாக இருப்பார்கள்.

சிறுவர் பாலியல்
துஷ்பிரயோகம்
தொடர்பான
மாயைகளும்
உண்மைகளும்

“சமுதாயத்தில்
பெரும்பாலானோர்
தமது அயலில் சிறுவர்
துஷ்பிரயோகங்கள் இடம்
பெற்றுக்கொண்டிருக்கின்றன
என்பதை ஏற்க
மறுக்கின்றனர். ஆனால்
யதார்த்தம் அதுவல்ல.”

- சாரி புலியம்



சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் தொடர்பாக சில தவறான கருத்துக்கள் பரவலாக காணப்படுகின்றன. உண்மைகளை நாம் உணர்ந்து மாயைகளிலிருந்து விடுபடுவது சிறுவர்களை காப்பாற்றுவதற்கானதோர் சீரான வழியைக் கடைப்பிடிக்க பேருதவியாக அமையும்.

- பாலியல் துஷ்பிரயோகத்துக்கு அல்லது முறையற்ற பாலியல் தொடர்புகளுக்கு இலக்காவது பெண் பிள்ளைகள் மாத்திரமே:

ஆண் பிள்ளை அல்லது பெண் பிள்ளை இரு பாலாரும் சமனான அளவு பாலியல் துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காகின்றனர்.

- அழகான பெண் பிள்ளைகள் மாத்திரமே பாலியல் துஷ்பிரயோகங்களுக்கு இலக்காகின்றனர்:

அழகு, விரும்பத்தகுந்த தோற்றம் என்பன கருத்திற் கொள்ளப்படாமல் எந்தவொரு பெண் பிள்ளையும் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காக்கப்படலாம்.

- பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தில் ஈடுபடுபவர்கள் ஆண்கள் மாத்திரமே:

துஷ்பிரயோகிகள் ஆண்களாக இருந்த போதிலும் ஆண் அல்லது பெண் இருபாலாரும் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தில் ஈடுபடுகின்றனர்.

- ஒரினச்சேர்க்கையில் ஈடுபடும் ஆண்கள் மாத்திரமே ஆண் பிள்ளைகளை துஷ்பிரயோகத்திற்கு உட்படுத்துகின்றனர் :

ஒரினச்சேர்க்கை உணர்வுக்கும் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்கும் இடையில் தொடர்பில்லை. நாட்டமுள்ள எந்தவொருவரும் சிறுவர் துஷ்பிரயோகியாக இருக்க வாய்ப்புண்டு.

- அநேகமான சந்தர்ப்பங்களில் பிள்ளைகள் அறிமுகமற்றவர்களாலேயே துஷ்பிரயோகத்திற்கு இலக்காகின்றனர்:

அறிமுகமற்றவர்கள் மாத்திரமே சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்தில் ஈடுபடுவார்கள் என்று கூறுவதற்கில்லை. நீங்கள் முழுமையாக நம்புகின்ற, உங்கள் குடும்பத்துக்கு நெருக்கமான ஒருவர் உதாரணமாக உறவினரொருவர், குடும்ப நண்பர், ஆசிரியர், பிரத்தியேக வகுப்பு ஆசிரியர், அயலவர் மற்றும் நீங்கள் மதிக்கின்ற ஒருபோதும் நினைத்துக்கூட பார்திராதவர்களினாலேயே பிள்ளைகள் துஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆளாகின்றனர்.

- துஷ்பிரயோகிகள் விரும்பத்தகாத அருவருப்பான தோற்றமுடையவர்களாகக் காணப்படுவார்கள். அவர்களை இலகுவில் இனம் காணக்கூடியதாக இருக்கும் :

ஒருவரின் பயங்கரமான, வித்தியாசமான தோற்றத்தை கொண்டு அவன் அல்லது அவள் சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் செய்வதாக உங்களால் அடையாளம் காண முடியாது. சில வேளைகளில் சமூகத்தில் நன்மதிப்புப் பெற்ற பொறுப்பான தொழிலில் ஈடுபடுகின்ற, சமூகத்தில் நல்ல பெயருள்ள எந்தவொருவரும் சிறுவர் துஷ்பிரயோகியாக இருக்கலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்.

- சிறுவர் துஷ்பிரயோகமானது அடிமட்ட வகுப்புக் குடும்பங்களில் அல்லது வறிய குடும்பங்களில் மாத்திரமே இடம் பெறுகின்றது:

துஷ்பிரயோகமானது எல்லா விதமான சமூகத்தினரிடையிலும் இடம்பெறலாம். வயது, பால், குடும்பம், பொருளாதாரம், கலாச்சாரம், இனம், விஷேட தேவையுடைய பிள்ளைகள் போன்ற வேறுபாடின்றி எந்த பிரிவினரும் துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காகின்றனர்.

- இது எனது பிள்ளைக்கு இடம்பெறாது அல்லது எனது குடும்பத்தில் நடைபெறாது :

துரதிஷ்டவசமாக எந்தவொரு பிள்ளையும் துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காகலாம். எனது பிள்ளைக்கு இது இடம் பெறாது என எண்ணுவதன் மூலம் உங்கள் பிள்ளை துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காகும் ஆபத்து குறைந்துவிடப் போவதில்லை. எனவே தகுந்த பாதுகாப்பு நடவடிக்கை எடுப்பதன் மூலம் உங்களது பிள்ளையினை பாதுகாத்துக் கொள்ளுங்கள்.

- துஷ்பிரயோக சம்பவம் இடம்பெற்றால் என்னுடைய பிள்ளை எனக்கு வெளிப்படுத்தும்:

துஷ்பிரயோக சம்பவங்களை பிள்ளைகள் வெளியே கூறாது இருப்பதற்கு வெட்கம், பயம் போன்ற காரணிகள் தடையாக அமையலாம்.

- துஷ்பிரயோகத்திற்கு இலக்கான பிள்ளைகள் வளர்ந்து பெரியவர்களான பின்னர் குற்றவாளிகளாக அல்லது துஷ்பிரயோகிகளாக மாறுவார்கள் :

இக் கூற்றை முழுமையாக ஏற்றுக்கொள்ள முடியாது. ஏதேனுமொரு பிள்ளை துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காக்கப்பட்டு அது தொடர்பாக உடனடியாக வெளிப்படுத்தப்பட்டு அப்பிள்ளைக்குத் தேவையான உதவி வழங்கப்படுமிடத்து அப்பிள்ளையானது எதிர்காலத்தில் சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்தில் ஈடுபடும் சந்தர்ப்பம் குறைவாக உள்ளதாக ஆய்வுகளின் மூலம் தெரிய வந்துள்ளது.

- துஷ்பிரயோகம் தொடர்பாக நாம் முறைப்பாடு செய்யத் தேவையில்லை வேறெவரேனும் முறைப்பாடு செய்வார்கள்:

சிறுவர் துஷ்பிரயோக சம்பவம் இடம்பெறுவதை அறிந்தால் அதனை உடனடியாக உரிய அமைப்பிற்கு அல்லது நிறுவனத்துக்கு அறிவிக்க வேண்டிய கடமை சகலருக்குமுண்டு. அவர்கள் எங்கள் பிள்ளைகளானாலும், அயலவர்களின் அல்லது முகம் தெரியாதவர்களின் பிள்ளைகளானாலும் அதை உரியவர்களுக்கு அறியப்படுத்துவது எங்கள் எல்லோரினதும் கடமையாகும்.

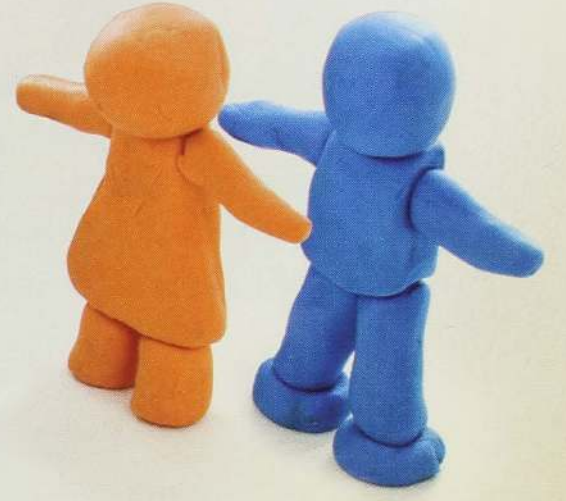
- சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் தொடர்பில் பிள்ளைகளை விழிப்பூட்டுவதினால் பிள்ளைகள் அச்சத்துக்குள்ளாக்கப்படுவார்கள். எனவே அது தொடர்பில் பிள்ளைகளுடன் உரையாடாமல் இருப்பது சிறந்ததாகும்:

பிள்ளைகளுக்கு எதிராகப் பரந்து காணப்படும் அபாயங்கள் தொடர்பில் அறிவூட்டுதலானது, பிள்ளைகள் முன்னெச்சரிக்கையுடன் செயற்பட்டு ஆபத்துக்களிலிருந்து தவிர்த்துக் கொள்வதற்கு வழிவகுக்குமென ஆய்வறிக்கைகள் வெளிப்படுத்துகின்றன.

சிறுவர்களைப்
பாதுகாப்பதில்
பெற்றோர்களின்
பங்களிப்பு

“சிறார்கள் உங்கள்
முக்கியமான விடயங்களுக்கு
தடங்கலல்லர், அவர்களே
மிக முக்கியமானவர்களாவர்.

- ஜோன் ரைனர் எம்.டி



சிறுவர்கள் மீதான பாலியல் துஷ்பிரயோகங்கள் அதிகரித்து வருவதுடன் ஆபத்தான கட்டத்தையும் எட்டியுள்ளதாக புள்ளிவிபரங்கள் வெளிப்படுத்துகின்றன. துரதிஷ்டவசமாக அனைத்து சிறுவர்களும் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காகும் ஆபத்தினை எதிர்நோக்கியுள்ளனர். ஒவ்வொரு வருடமும் பல்லாயிரக்கணக்கான சிறுவர்கள் பாலியல் ரீதியான துஷ்பிரயோகத்திற்கு இலக்காவதாக கணிப்பிடப்பட்டுள்ளது. “எமது பிள்ளைகளுக்கு இது இடம் பெறாது” என நம்பிக்கை கொள்வதானது உங்களுடைய பிள்ளைகள் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காவதற்கான ஆபத்தை குறைத்துவிடப் போவதில்லை. எமது சமுதாயத்திலே சிறுவர்களானவர்கள் மிகவும் நலிந்த, இலகுவில் பாதிப்புக்குள்ளாகக் கூடியவர்களாக இருப்பதோடு தம்மை பாதுகாத்துக் கொள்வதற்கான திறன்கள் குறைந்தவர்களாகவும் காணப்படுகின்றனர். இவ்வாறான பண்புகளைக் கொண்ட இளம் பிஞ்சுகள் தம்மை நோக்கி வரும் ஆபத்தின் ஆழமறியாது செயற்படுவதினால் துஷ்பிரயோகங்களுக்கு இலக்காகின்றனர்.

துஷ்பிரயோகங்களிலிருந்து எமது பிள்ளைகளை பாதுகாக்கும் வழிமுறைகள்

அநேகமானவர்கள் சட்டத்தின் மூலம் சிறுவர்களை துஷ்பிரயோகங்களிலிருந்து பாதுகாத்துக் கொள்ளலாமென நம்புகின்றனர். எனினும் இது மாத்திரம் போதுமானதல்ல. பெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள், பாதுகாவலர்கள் மற்றும் பொறுப்புள்ள வளர்ந்தவர்கள் என்ற வகையில் சிறுவர்களின் மீது அக்கறைகொள்வதும் அவர்களின் பாதுகாப்பு தொடர்பாக அவர்களிடையே திறன்களை வளர்ப்பதும் எம்மனைவரினதும் பொறுப்பாகும்.

தம்மை எதிர்நோக்கி வரும் ஆபத்துக்களையும் அச்சுறுத்தல்களையும் எவ்வாறு எதிர்கொண்டு தம்மை பாதுகாத்துக் கொள்ளும் வகையில் நடந்துகொள்ள வேண்டுமென பெற்றோர்களால் கற்பிக்கப்பட்ட, அறிவுறுத்தல் வழங்கப்பட்ட பிள்ளைகள் அரக்கர்களின் பிடியில் சிக்கிக்கொள்ளாமளவு குறைவாக உள்ளதெனவும் மூன்று வயது நிரம்பிய பிள்ளைகளுக்குக் கூட இவ்வாறான ஆபத்தான சூழ்நிலைக்கு முகம் கொடுக்க நேரிடின் எவ்வாறு தம்மை தாமே பாதுகாத்துக்கொள்ள வேண்டுமென கற்பித்துக் கொடுக்க முடியுமெனவும் ஆய்வாளர்கள் கண்டறிந்துள்ளனர்.

மேலும் இவ்வாறான பயிற்சிகளின் மூலம் சிறுவர்கள் பாலியல் ரீதியாக துஷ்பிரயோகங்களிலிருந்து தம்மை பாதுகாத்துக் கொள்ளும் திறன்களை மற்றும் எச்சரிக்கை உணர்வுடன் செயற்படவேண்டிய திறன்களை இயல்பாகவே பெற்றுக்கொள்வதோடு தமக்கு விரும்பத்தகாத சம்பவம் ஏதும் நடைபெற்றால் அதனை எவரிடமும் கூறாது மௌனமாகயிராது சம்பவத்தை விளக்கமாகவும் தெளிவாகவும் பெற்றோர்களிடத்து வெளிப்படுத்தக் கூடிய இயலுமையும் அவர்களிடம் வளர்கின்றது.

எனவே பிள்ளைகள் தங்களை தாங்களே பாதுகாத்துக் கொள்வதற்காக சில எளிய பாதுகாப்பு வழிமுறைகள் மூலமாக எது சரியானது மற்றும் பிழையானதென கற்றுக் கொடுத்து அவர்களின் வாழ்வை

வளமானதாக ஆக்கிக்கொள்ள உதவுவது பெற்றோர், ஆசிரியர்கள் மற்றும் சமூகத்தினர்களினதும் கடமையாகவுள்ளதோடு காலத்தின் தேவையாகவும் உள்ளது. இவ்வாறான வழிமுறைகள் சிறுவர்கள் துஷ்பிரயோகங்களிலிருந்து தம்மை பாதுகாத்துக் கொள்வதற்கு உதவுவதோடு வாழ்நாள் பூராகவும் சாதாரணமான, ஆரோக்கியமான வாழ்கையை மேம்படுத்துவதற்கும் பேருதவியாக அமையும். ஏனெனில் இவ்வாறான கற்பித்தல் முறைகள் பிள்ளைகளை அச்சமூட்டுவதாகயிராது அவர்கள் தம்மை பாதுகாத்துக் கொள்ளக் கூடியதாக அமைதல் வேண்டும். மேலும் சிறுவர் பாதுகாப்பு எனப்படுவது துஷ்பிரயோகத்திலிருந்து அல்லது புறக்கணிப்பிலிருந்து சிறுவர்களை பாதுகாத்துக் கொள்வது மாத்திரமல்லாது, அவர்களுக்கு தன்னம்பிக்கை, ஆரோக்கியம் மற்றும் மகிழ்ச்சி நிரம்பிய எதிர்கால வாழ்க்கையினை கட்டியெழுப்ப உதவக் கூடியதாகவும் அமைதல் வேண்டும்.

பெற்றோர்கள் மற்றும் பாதுகாவலர்கள் தங்களது பிள்ளைகளை பாதுகாக்கின்ற பணியின் போது கீழே தரப்பட்டுள்ள வழிமுறைகளை பின்பற்றும் போது அவர்களின் எதிர்கால வாழ்க்கையிலே சாதகமான குறிப்பிடத்தக்க சிறப்பான மாற்றங்களை ஏற்படுத்தக் கூடியதாக அமையும்.

உங்கள் பிள்ளைகளுடன் மனம்விட்டுக் கதையுங்கள்

- பொறுப்பான பெற்றோர்கள் என்ற வகையில் முதலில் தங்களது பிள்ளைகளின் வாழ்க்கையில் அக்கறை உடையவர்களாகயிருத்தல் வேண்டும்.
- உங்கள் அன்புக்கும் கண்காணிப்புக்கும் இணையான பதிலீடு எதுவும் இல்லையென்பதை நினைவிலிருத்திக் கொள்ளுங்கள். இயந்திரமான வாழ்க்கைப் போக்கில் பிள்ளைகளுடன் மனம் விட்டுக் கதைப்பதற்கும், ஒன்றாக இருப்பதற்கும் நேரத்தை ஒதுக்கிக் கொள்ளுங்கள். அவர்களுடன் ஒன்றாக இருந்து அவர்களுக்கு செவிசாய்க்க முடியாத சந்தர்ப்பங்களில் தொலைபேசி மூலமாகவோ அல்லது வேறேதும் வழிமுறை மூலமாகவோ நீங்கள் அவர்களுடன் இருப்பதாகவும் அக்கறை கொள்வதாகவும் அவர்களுக்கு உணரச் செய்யுங்கள். நீங்கள் அவர்களுடன் எந்த முறையில் உரையாடுகின்றீர்கள் என்பது முக்கியமல்ல. மாறாக அவர்களுக்கு எந்த அளவு உண்மையாக செவிசாய்க்கின்றீர்கள் என்பதே முக்கியமானதாகும்.
- பிள்ளைகளுடன் நேரடியாக மனம் விட்டு உரையாடுதல் மிக அவசியமானதாகும். நீங்கள் அவ்வாறு செய்யுமிடத்து அவர்களின் மனதில் எழும் சந்தேகங்களையும் கேள்விகளையும் உங்களுடன் மனம் திறந்து நேரடியாக வெளிப்படுத்த முடியும் என்பதை உணர்ந்து கொள்வார்கள். மேலும் உங்கள் பிள்ளைகள் தம்மை வருத்துகின்ற ஏதேனும் பாதகமான விடயம் தொடர்பில் உங்களுடன் உரையாட வருமிடத்து அவர்களைப் புறக்கணிக்காது அவர்களுடன் மென்மையாக கதைத்து அவர்களுக்குச் செவிசாயுங்கள். எந்த நேரத்திலும், எச்சந்தர்ப்பத்திலும் நீங்கள் அவர்களுக்குச் செவிசாய்க்க தயார் நிலையில் இருப்பதாகச் சந்தேகமின்றி அவர்கள் உணரும் படியாகவும் நடந்து கொள்ளுங்கள்.
- பிள்ளைகளுடன் உரையாடுவதற்கு முதல் படிமுறை அவர்களுக்குச் செவிசாய்ப்பதாகும். நீங்கள் குழந்தைகளாக இருந்த போது உங்கள் பெற்றோர் மற்றும் வளர்ந்தவர்கள் உங்களுக்கு செவிசாய்க்கும் போது அதை நீங்கள் எவ்வாறு உணர்ந்தீர்கள் என்பதை நினைவு கூர்ந்து பாருங்கள். பிள்ளைகளுக்கு செவிசாய்ப்பானது அவர்களின் நலனில் நீங்கள் அக்கறையாக இருக்கின்றீர்கள் என்பதையும் அவர்களின் கருத்துக்களுக்கு மதிப்பளிக்கின்றீர்கள் என்பதையும் அவர்கள் உணரச் செய்வதோடு மேலும் தாம் பாதுகாப்பாக இருப்பதாகவும் உணர்வார்கள்.
- மேலும் உங்கள் அனைத்துக் கவனத்தையும் அவர்களின் பால் செலுத்துங்கள். நீங்கள் எந்த அளவு உங்கள் பிள்ளைகள் வெளிப்படுத்த வரும் விடயங்களைச் செவிசாய்க்கின்றீர்களோ அந்த அளவு தகவல்களை மாத்திரமே பெற்றுக் கொள்வீர்கள். பிள்ளைகள் உங்களிடம் விடயங்களை தெரிவிக்க வரும் போது நீங்கள் ஏதேனும் வேலையில் ஈடுபட்டுக் கொண்டிருந்தால் அதனைச் சற்று

நேரம் நிறுத்தி அவர்கள் கூற வரும் விடயத்துக்கு செவிமடுங்கள். உதாரணமாக தொலைக்காட்சி பார்த்துக்கொண்டோ, கணினியில் ஏதேனும் வேலை செய்து கொண்டோ அவர்களுடன் உரையாட வேண்டாம். மெல்லிய புன்முறுவலுடன் அவர்களின் கண்களை பாத்து பேசுதலானது அவர்களின் நம்பிக்கையை அதிகரிக்க வழி செய்கின்றது.

- உங்கள் பிள்ளைகளின் அன்றாட நடவடிக்கைகள் மற்றும் பழக்கவழக்கங்கள் தொடர்பாக அறிந்திருக்க வேண்டியதோடு, அவர்கள் எங்கு யாருடன் இருக்கிறார்கள் என்பதையும் எல்லா நேரங்களிலும் அறிந்திருத்தல் வேண்டும். பாடசாலை பெற்றோர் கூட்டங்கள், விளையாட்டுப் போட்டிகள் மற்றும் கலாச்சார நிகழ்வுகளில் தவறாது பங்கு பற்றுதல் வேண்டும். மேலும் உங்கள் பிள்ளைகளின் ஆசிரியருடன் தொடர்பினை பேணுவதோடு, அவ்வாறு பாடசாலை விடயங்களில் உங்களால் ஈடுபட முடியாதுவிடின் குறைந்த பட்சம் தங்களது பிள்ளைகளின் வகுப்பு ஆசிரியர் அல்லது அதிபருடன் தொலைபேசி மூலமாவது பிள்ளைகள் தொடர்பான விடயங்களை கேட்டறிந்து கொள்ளுங்கள்.

நல்ல தொடுகை, கெட்ட தொடுகை தொடர்பாக உங்கள் பிள்ளைகளை அறிவூட்டுங்கள்

பாலியல் தொடர்பான விடயங்களைப் பிள்ளைகள் தங்கள் பெற்றோர்களுடன் சுதந்திரமாகவும் மனம் விட்டும் கதைப்பதற்கு பெற்றோர்கள் பிள்ளைகளுக்கு பாலியல் தொடர்பான சரியான தகவல்களை கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும்.

- உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு ஒரு பொம்மையின் உதவியுடன் உடல் உறுப்புக்களின் பெயர்களை தெளிவு படுத்துதல் வேண்டும். அவ்வாறு செய்கின்ற போது அவர்களுக்கு ஏதேனும் சந்தேகம் ஏற்படின் அல்லது அவர்களுக்கு ஏதேனும் அசௌகரியமான, விரும்பத்தகாத சம்பவம் நிகழின் அவற்றை அவர்கள் வெளிப்படுத்த உதவியாக இருப்பதோடு அவர்களின் உடல் உறுப்புக்களின் முக்கியத்துவத்தை உணர்ந்து அதில் அக்கறை கொண்டு பாதுகாப்பாக இருப்பதற்கும் உதவியாக அமையும்.



- தங்களது உடல் உறுப்புக்கள் பெறுமதி வாய்ந்தது, அதற்கு தாமே சொந்தக்காரர்கள் என்பதனையும் மற்றும் ஆண் பிள்ளைகளுக்கும் பெண் பிள்ளைகளுக்கும் உடல் ரீதியான வித்தியாசம் இருக்கிறது என்பதனையும் பிள்ளைகள் அறிந்திருத்தல் வேண்டும்.
- எப்பொழுதும் பிள்ளைகள் தங்கள் மரம் உறுப்புக்களை ஆடை அணிந்து மறைப்பதற்குக் கற்றுக் கொடுக்க வேண்டுமென்பதோடு நிர்வாணமாக பிள்ளைகள் வீட்டிலோ சுற்று முற்றமோ அலைந்து திரிவதற்கு ஒரு போதும் அனுமதிக்கக் கூடாது.
- நல்ல தொடுகை கெட்ட தொடுகை எவை என்பதை அவர்களுக்கு கற்றுக் கொடுங்கள். நல்ல தொடுகையானது எப்பொழுதும் பாதுகாப்பு உணர்வையும் அரவணைப்பையும் ஏற்படுத்துவதாகும். உதாரணமாக தாய் அல்லது தந்தையின் அன்பு முத்தம் அல்லது அரவணைப்பு. அதேவேளை சில நல்ல தொடுகைகள் வலியை ஏற்படுத்துவதாக இருக்குமென்பதையும் பிள்ளைகளுக்கு தெளிவுபடுத்துங்கள். உதாரணமாக காயங்களுக்கு சிகிச்சையளிக்கும் போது அத்தொடுகையானது வலியை ஏற்படுத்தினாலும் அது நன்மை கருதி செய்யப்படுவதினால் நல்ல தொடுகையாகும்.
- அதேவேளை எந்தவொரு தொடுகையும் பிள்ளையை அச்சப்படுத்துவதாக, கவலையடையச் செய்வதாக, பாதுகாப்பற்ற உணர்வினை ஏற்படுத்துவதாக இருப்பின் அது கெட்ட தொடுகையாகுமெனவும் உள்ளடைகளால் மறைக்கப்பட்ட சிறுவர்களின் மரம் ஸ்தானங்களை எவரேனுமொருவர் தொடுவாராயின், அல்லது அவ்வாறு தொட்ட பின்னர் எவரிடமும் கூற வேண்டாமென எச்சரிக்கை செய்வாராயின் அது கெட்ட தொடுகையாகுமெனவும் பிள்ளைகளை அறிவுட்டுங்கள்.
- அதேவேளை கெட்ட தொடுகையானது பாலியல் உணர்ச்சிகளை தூண்டுவதாகவும் அமையலாமென பிள்ளைகளுக்கு தெளிவாக விளக்கமளியுங்கள்.

“வேண்டாம்”, “முடியாது” என மறுத்துரைப்பது பிழையில்லையென கற்றுக் கொடுங்கள்.

அநேகமான பாலியல் துஷ்பிரயோகங்கள் கட்டாயப்படுத்துவதை விடவும் பலவந்தமாகக் கீழ்ப்படியச் செய்வதன் மூலமாகவே புரியப்படுகின்றது. எனவே எவரேனுமொருவர் பிள்ளையின் மரம் உறுப்புக்களைப் பார்ப்பதற்கு அல்லது தொடுவதற்கு முயற்சிப்பார்களாயின் “முடியாது” என மறுத்து உரைப்பதற்கு பிள்ளைகளுக்கு உரிமையுண்டு என்பதை அவர்களுக்கு கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும். இவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் பிள்ளைகள் உறுதியாகவும், அழுத்தமாகவும் “முடியாது” என எதிர்த்து நிற்பதினால் துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காவதிலிருந்து தம்மை பாதுகாத்துக் கொள்ள முடியுமென அவர்களுக்கு கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும். எனினும் வைத்தியர்கள், தாதிமார்கள் பிள்ளைகளின் உறுப்புக்களை தொடுதலானது அவர்களின் நலனுக்கே என்பதை பெற்றோர்கள் பிள்ளைகளுக்கு சொல்லிக் கொடுக்க வேண்டும். அதேவேளை அத்தகைய எல்லா சந்தர்ப்பங்களிலும் பெற்றோர் அல்லது பாதுகாவலர் பிள்ளையின் அருகிலேயிருத்தல் மிக அவசியமானதாகுமென்பதைச் கவனத்திற் கொள்ளுதல் வேண்டும்.

“விரும்பத்தகாத இரகசியங்கள்” எவையென்பதை கற்றுக் கொடுங்கள்.

எவரேனுமொருவர் பிள்ளையை அசௌகரியப்படுத்தும் வகையில் விரும்பத்தகாத முறையில் தொடுவாராயின் அல்லது வார்த்தைகளை பிரயோகிப்பாராயின் மேலும் அச்செயலை இரகசியமாக வைத்திருக்குமாறு அச்சுறுத்துவாராயின் அச்செயலை இரகசியமாக வைத்திராது உடனடியாக நம்பிக்கைக்குரிய வளர்ந்த ஒருவரிடம் கூற வேண்டும் எனவும் கற்றுக் கொடுத்தல் வேண்டும்.

ஆபத்தானவர்கள் யாரென கற்றுக் கொடுங்கள்.

அந்நியர்களுடன், ஆபத்தை விளைவிக்கக் கூடியவர்களுடன் கதைக்க வேண்டாமென பிள்ளைகளுக்கு அறிவுறுத்துவதை விட ஆபத்தானவர்கள் யாரென கற்றுக் கொடுப்பதே சாலச்சிறந்ததாகும்.

ஆபத்தானவர்கள் எப்பொழுதும் அச்சமூட்டும் தோற்றம் மற்றும் வித்தியாசமான நடை உடை பாவனையுடையவர்களாக இருக்க வேண்டுமென்றில்லை. அவர்கள் விரும்பத்தகுந்தவர்களாகவும் அழகான தோற்றமுடையவர்களாகவும் மிக நெருங்கியவர்களாகவும் இருக்கலாமெனவும் பிள்ளைகளுக்குக் கற்றுக் கொடுத்தல் வேண்டும். அநேகமானவர்கள் நட்புப் பாராட்டக் கூடியவர்களாக இருப்பார்கள். எனினும் அவர்கள் யாராக இருந்த போதிலும் அவர்களிலும் ஆபத்தானவர்கள் இருக்கக் கூடுமென்பதை தெளிவு படுத்துதல் வேண்டும். உதாரணமாக பாடசாலை வளாகத்தில் மற்றும் வீட்டயலில் சுற்றித் திரிபவர்கள், ஐஸ்கிரீம் விற்பனையாளர்கள், பாடசாலைக் காவலாளி மற்றும் நீங்கள் நன்கு அறிந்த யாராக இருப்பினும் அவர்களிலும் ஆபத்தானவர்கள் இருக்கக் கூடுமென பிள்ளைகளுக்கு கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும்.

பிள்ளைகளுக்கு சுய பாதுகாப்பு வழிமுறைகளைக் கற்றுக்கொடுங்கள்

பெற்றோர் பிள்ளைகளுக்கு சுய பாதுகாப்பு வழிமுறைகளைக் கற்பித்தலானது அவர்கள் தங்களுக்கு ஏற்படக் கூடிய இக்கட்டான சூழ்நிலைகளிலிருந்தும், சிறுவர் துஷ்பிரயோகங்களிலிருந்தும் தப்பிப்பதற்கு வழிவகுக்கும். எந்நேரமும் பெற்றோர் தமது பிள்ளைகளுடனிருந்து அவர்களைப் பாதுகாப்பது சாத்தியமானவிடயமல்ல. அதனால் பிள்ளைகள் தனித்திருக்கும் போது அவர்கள் தங்களைத் தாங்களே பாதுகாத்துக் கொள்ளக் கூடிய வழிமுறைகளைப் பிள்ளைகளுடன் கலந்துரையாடுவது ஆரோக்கியமானதாகும்.

- பிள்ளைகள் அவர்களது பெயர், வீட்டு தொலைபேசி இலக்கம், பெற்றோர்களின் தொலைபேசி இலக்கங்கள் மற்றும் தொலைபேசியினை பயன்படுத்தும் முறையினையும் அறிந்திருத்தல் வேண்டும்.
- உங்களிடம் அனுமதி பெறாமல் எந்தவொரு நபருடனும் எந்தவொரு இடத்துக்கும் செல்லக் கூடாதென பிள்ளைகளை அறிவுட்டுங்கள்.
- பிள்ளைகள் தமது திட்டமிட்ட அன்றாட நடவடிக்கைகளில் மாற்றங்களேதும் செய்வார்களாயின் உங்களுக்கு அறியப்படுத்துமாறு அறிவுட்டுங்கள்.
- விரும்பத்தகாத மனதுக்கு தொல்லை தரக் கூடிய எந்தவொரு சம்பவம் நிகழ்ந்த போதிலும் அவற்றை உங்களிடம் தயங்காமல் வெளிப்படுத்தல் வேண்டுமென பிள்ளைகளை அறிவுட்டுங்கள்.
- உங்கள் பிள்ளைகளின் நண்பர்கள் மற்றும் அவர்களது பெற்றோர்களுடன் எப்பொழுதும் நல்ல நட்பினை பேணுதல் வேண்டும். எவரது வீட்டுக்கு செல்லுதல் வேண்டும் மற்றும் செல்லுதல் கூடாதென்பது தொடர்பாகவும் உங்கள் பிள்ளைகளை அறிவுறுத்துதல் வேண்டும். மேலும் அவர்கள் செல்லுமிடங்கள் தொடர்பாகவும் எப்பொழுதும் அவதானமாக இருத்தல் அவசியமானதாகும்.
- உங்கள் பிள்ளைகள் எப்பொழுதும் அவர்களது வயதினையொத்த ஏனைய பிள்ளைகளுடன் விளையாடுகின்றார்களாவென உறுதிப்படுத்துவதோடு உங்களால் அனுமதிக்கப்பட்ட பாதுகாப்பான இடங்களில் மாத்திரமே அவர்கள் விளையாடுகின்றார்களென அவதானமாக இருத்தல் வேண்டும்.

- பாடசாலை வளாகங்களில், பூங்காக்களில் மற்றும் அயல்வீட்டுப் பிரதேசங்களில் தனிமையாக இருத்தல் கூடாதென கற்றுக் கொடுத்தல் வேண்டும்.
- அறிமுகமில்லாத எவரேனுமொருவர் பிள்ளையை அசௌகரியப்படுத்தும் வகையில் நோட்டமிட்டு செல்வாராயின் அல்லது பின்னால் சுற்றித் திரிவாராயின் உடனடியாக உங்களுக்கு அல்லது நம்பிக்கைக்குரிய வளர்ந்த ஒருவருக்கு அறிவிக்குமாறு கற்றுக் கொடுத்தல் வேண்டும்.
- பொதுவாக துஷ்பிரயோகிகள் பிள்ளைகளுக்கு ஏதேனும் இனிப்பு மற்றும் பரிசுப் பொருட்களை வழங்குவதனுடாகவே பிள்ளைகளின் நம்பிக்கையை பெறுகின்றனர். எனவே எவரேனும் தெரியாத நபர்கள் கொடுக்கின்ற இனிப்பு மற்றும் பரிசுப் பொருட்களை ஒரு போதும் வாங்கக் கூடாதெனவும், அறிந்தவர்கள் இவற்றை தருவார்களாயின் ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பத்திலும் உங்களது அனுமதியுடனேயே அவற்றை பெற்றுக்கொள்ள வேண்டுமெனவும் பிள்ளைகளுக்கு அறிவுறுத்துதல் வேண்டும்.
- உங்கள் பிள்ளைகள் பாடசாலை மற்றும் பிரத்தியேக வகுப்புக்குத் தனியாகச் செல்வார்களாயின் அவ்வப்போது அவர்களுடன் சேர்ந்து செல்லுதல் வேண்டும். எப்போதாவது அவர்கள் அப்பாதையின் ஊடாகச் செல்லும் போது அவர்கள் பின் தொடரப்படுமிடத்து அல்லது அவர்களுக்கு உதவி தேவைப்படுமிடத்து அவர்கள் உதவி நாட வேண்டிய பாதுகாப்பான இடங்களை அடையாளப்படுத்திக் காட்டிக் கொடுத்தல் வேண்டும்.
- உங்கள் பிள்ளை பாடசாலைக்கு அல்லது பிரத்தியேக வகுப்புக்கு பஸ் வண்டியில் செல்வார்களாயின் அவ்வப்போது பஸ் தரிப்பிடம் வரை அவர்களுடன் சேர்ந்து சென்று அவ்விடத்தினை நோட்டமிடுங்கள். மேலும் ஆபத்தை விளைவிக்கக் கூடிய அறிமுகமற்றவர்கள் அப்பாதையில் நடமாடுகிறார்களா என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.
- அறிமுகமற்ற எவரேனுமொருவர் உங்கள் பிள்ளை பாடசாலை செல்லும் வழியில், பிரத்தியேக வகுப்புக்குச் செல்லும் வழியில் அல்லது வீடு செல்லும் வழியில் இடைமறித்து அவர்களை அச்சமூட்டும் வகையில் அசௌகரியப்படுத்தும் வகையில் அல்லது குழப்பத்தில் ஆழ்த்தும் வகையில் நடந்து கொள்ளுமிடத்து உடனடியாக அவ்விடத்தை விட்டு அகன்று சென்று நம்பிக்கைக்குரிய வளர்ந்த ஒருவரிடம் கூறுமாறு கற்றுக் கொடுத்தல் வேண்டும்.
- மேலும் எந்தவொரு சந்தர்ப்பத்திலும் வாகனமொன்றில் தனியாக செல்ல வேண்டாமெனவும் சாரதி தெரிந்தவராக இருப்பினும் பெற்றோரின் அனுமதியின்றி அவர்களுடன் செல்லுதல் கூடாதெனவும் அறிவுட்டுதல் வேண்டும்.

பாடசாலை வளாகத்தினுள் பிள்ளைகளின் பாதுகாப்பினை உறுதிப்படுத்துதல்.

- பிள்ளைகள் பாடசாலை வளாகத்தினுள், பிரத்தியேக வகுப்புக்களில் பாதுகாப்பாக இருக்கின்றார்களா என்பதில் பெற்றோர்கள் மிக அவதானமாக இருத்தல் வேண்டும். பாடசாலையின் நன்மதிப்பை நம்பி, அது முற்றிலும் பாதுகாப்பான ஓரிடமென ஏமாறாதீர்கள். அங்கும் பிள்ளைகளின் எதிர்காலத்தை ஆபத்துக்குள்ளாக்கும் பல காரணிகள் இருக்கத்தான் செய்கின்றன.
- பிள்ளைகள் வழக்கமான பாடசாலை நேரம் முடிவதற்கு முன்னர் ஒரு போதும் பாடசாலை வளாகத்தை விட்டு வெளியேறக் கூடாதெனவும், அவ்வாறு பாடசாலை வழமைக்கு மாறாக ஏலவே முடிவடையுமிடத்து பெற்றோருக்கு அறியப்படுத்துமாறும் பிள்ளைக்கு அறிவுட்டுதல் வேண்டும்.

- பாடசாலை நிர்வாகத்தினராலும் மற்றும் பாடசாலை காவலாளிகளாலும் சிறுவர்கள் துஷ்பிரயோகத்துக்கு இரையாக்கப்பட்டுள்ள சம்பவங்களை நாம் அறியக் கூடியதாகவுள்ளது. அவ்வாறானவர்களுடன் மிக அவதானமாகவும் விழிப்புணர்வுடனும் இருத்தல் வேண்டுமென அவர்களுக்கு கற்றுக் கொடுத்தல் வேண்டும்.
- அதேபோன்று, பாடசாலையின் அருகில் இனிப்புப் பொருட்கள் மற்றும் பிள்ளைகளுக்கான விளையாட்டுப் பொருட்கள் விற்பனை செய்யும் தள்ளுவண்டிக்காரர்களிடமும் அவதானமாகவும் எச்சரிக்கையாகவும் இருப்பதற்கு அறிவுட்டுங்கள்.
- மேலும் பிள்ளையொன்று தனியாக இருக்கும் சந்தர்ப்பங்களிலேயே பெரும்பாலும் ஆபத்திற்குள்ளாகின்றனர். எனவே எப்பொழுதும் நண்பர்களுடன் குழுவாக இருக்குமாறும், பாடசாலைக்கு அல்லது பிரத்தியேக வகுப்பிற்கு செல்லும் போது குழுவாக நண்பர்களுடன் ஒன்றாக செல்லுமாறும் பழக்கப்படுத்துங்கள்.

பிள்ளைகள் பாடசாலை வாகனங்களில், துவிச்சக்கர வண்டிகளில் பாடசாலைக்கு செல்வார்களாயின், குறித்த சாரதி நம்பிக்கைக்குரியவராகவும் ஒழுக்கமானவராகவும் இருக்கிறாரா என்பதனை பெற்றோர் உறுதிப்படுத்துதல் வேண்டும்.

இணையப்பாவனையின் போது கவனத்திற் கொள்ள வேண்டியவை

தற்காலத்தில் பிள்ளைகள் மத்தியில் கணனிப் பாவனையானது அதிகரித்த வண்ணமுள்ளதோடு இணையமானது பெறுமதமிக்க தகவல்களை பெற்றுக் கொள்ளக் கூடிய வரப்பிரதாசமாக காணப்படுகின்ற போதிலும் சிறுவர்களை துஷ்பிரயோகங்களுக்கு இலக்காக்கக் காத்திருக்கும் கயவர்களுக்கு பிள்ளைகளை இலகுவில் அணுகக் கூடிய ஒரு ஊடகமாகவும் காணப்படுகின்றது. மேலும் இது பின்னிரவு வேளைகளில் பிள்ளைகள் இணையத்தினை உபயோகிப்பார்களாயின் அல்லது உங்கள் பிள்ளைகள் இணையத்தள பாவனையில் ஈடுபட்டுக் கொண்டிருக்குமிடத்து நீங்கள் அவ்விடத்தருகில் சென்றாலோ அல்லது அவ்விடத்தை கடந்து செல்லுமிடத்தோ அவர்கள் திடீரென கணனித்திரையை மாற்றுவதை அவதானிக்க நேரிடின் பொறுப்புள்ள பெற்றோர் அல்லது பாதுகாவலர் என்ற வகையில் நீங்கள் எச்சரிக்கையுடனும் மிக அவதானத்துடனும் செயற்படுதல் வேண்டுமென்பதனை கவனத்திற் கொள்ளுதல் வேண்டும்.

- பிள்ளைகள் கணனியை பயன்படுத்தும் போது பெற்றோர்கள் அல்லது பாதுகாவலர்கள் அவர்களை கண்காணிக்க கூடிய வகையில், எல்லோருக்கும் நன்கு தெரியக் கூடிய வீட்டின் பொதுவான ஓரிடத்தில் கணனியை பொருத்தி வைத்தல் மிக அவசியமானதாகும்.
- அறிவினை வளர்ப்பதற்கும், தகவல்களை பெற்றுக்கொள்வதற்குமான அரிய சாதனமாக கணனி விளங்குவதோடு உபயோகிப்பவர்களை எதிர்பாராத விதமாக பிரச்சினைகளில் சிக்க வைக்க கூடிய பாதகமான விளைவுகளை ஏற்படுத்தக் கூடியதாகவும் இது இருப்பதாக பிள்ளைகளை அறிவுறுத்துதல் வேண்டும்.
- சமூக வலைத்தளங்களில் பிள்ளைகள் தமது பெயர், வீட்டு முகவரி, பாடசாலையின் பெயர் மற்றும் தொலைபேசி இலக்கங்களையும் தமது புகைப்படங்களையும் ஒரு போதும் பகிர்ந்து கொள்ளக் கூடாதென அவர்களை அறிவுறுத்துங்கள். அவ்வாறு பகிர்ந்து கொண்டமையால் பிரச்சினைகளுக்கு முகம் கொடுத்து தமது எதிர்காலத்தை சிதைத்துக் கொண்ட பிள்ளைகளின் உண்மைச் சம்பவங்களைக் கூறி விளக்கமளிப்பதனுடாக உங்கள் பிள்ளைகள் கயவர்களின் பிடியில் சிக்காமலிருக்க வழியமையுங்கள்.

- சமூக வலைத்தளங்கள் மற்றும் இணையம் மூலமாக அறிமுகமற்றவர்கள் அனுப்புகின்ற நட்பு ரீதியான அழைப்புக்களை ஏற்றுக் கொள்ளுதல் கூடாதெனவும், அவ்வாறு சமூக வலைத்தளங்கள் மூலமாக அறிமுகமானவர்களை ஒரு போதும் தனியாக சந்தித்தல் கூடாதெனவும் அவர்களுக்கு தெளிவுபடுத்துங்கள்.
- அறிமுகமற்ற தெரியாத நபர்கள் அனுப்புகின்ற மின்னஞ்சல்களுக்கும் (நு-அயடை) மற்றும் ஏதேனும் சமூக வலைத்தள மின்னஞ்சல்களுக்கும் பதிலளிக்கக் கூடாதெனவும் பிள்ளைகளை அறிவுறுத்துங்கள்.
- இணையப் பயன்பாட்டின் போது தேவையற்ற அல்லது சந்தேகத்துக்கிடமான அஞ்சல்கள் அல்லது படங்கள் திரையில் தோன்றுமாயின் அது அவர்களின் கவனத்தை ஈர்ப்பதற்காக அனுப்பப்படும் தேவையற்ற விடயங்களெனவும் பிள்ளைகளுக்கு அறிவுறுத்துங்கள்.
- இணையத்தில் தங்கள் தகவல்களை பகிர்ந்து கொள்ளும் நபர்கள் உண்மையான தகவல்களையே பகிர்ந்து கொள்கிறார்களென நம்பி ஏமாறக் கூடாதெனவும் தானொரு யுவதியென இணையத்தில் ஒருவர் தனது தகவலை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ளுமிடத்து உண்மையில் அந்நபர் உங்களை துஷ்பிரயோகத்திற்கு இலக்காக்கக் காத்திருக்கும் வயது முதிர்ந்தவராக இருக்கலாமெனவும் அறிவுட்டுங்கள்.

சிறுவர் பாலியல்
துஷ்பிரயோகத்தை
கையாளுதல்

“துஷ்பிரயோகம் தொடர்பில்
கதைப்பதும், விழிப்புணர்வை
அதிகரிப்பதும் மட்டுமல்ல
அதனை இரகசியமாக
மூடி மறைக்காது
வெளிப்படுத்துவதும்
துஷ்பிரயோகத்தை
தடுப்பதற்கான வழியாகும்.

- கிறிஸ் விற்றி



பிள்ளையொன்று அவன் அல்லது அவள் தான் துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்கானதாக வெளிப்படுத்தும் போது பெற்றோர் அல்லது பாதுகாவலர் என்ற வகையில் உங்களுக்கு இது விரும்பத்தகாத கடினமான அனுபவமாகும். உங்கள் மனதை பல்வேறுபட்ட எண்ணங்கள் ஆட்கொள்ளலாம்.

- நீங்கள் உங்கள் பிள்ளை மற்றும் குடும்பத்தை பற்றி கவலையடைவீர்கள்.
- நீங்கள் எவ்வாறு இச்சூழ்நிலைக்கு முகம் கொடுப்பது மற்றும் யாரிடம் உதவி பெறுவது என்பன தொடர்பாக குழப்பநிலைக்கு தள்ளப்படலாம்.
- நீங்கள் துஷ்பிரயோகியுடன் கடுமையாக கோப்பபடலாம்.
- உங்களுக்கு பிள்ளையின் தகவல் மற்றும் கருத்து சம்பந்தமாக நம்பகமற்ற தன்மை ஏற்படலாம்.

ஞாபகத்தில் இருத்திக்கொள்ளுங்கள், பொதுவாகப் பிள்ளைகள் தமது பெற்றோர் துஷ்பிரயோக சம்பவத்தை எவ்வாறு எடுத்துக்கொள்வார்கள் என்ற அச்சத்தாலோ அல்லது தாம் தவறு இழைத்துவிட்டோம் என்ற குற்ற உணர்வாலோ அல்லது வெட்க உணர்வாலோ துஷ்பிரயோக சம்பவம் தொடர்பில் வெளிப்படுத்துதல் குறைவாகும்.

பிள்ளைகள் துஷ்பிரயோக சம்பவம் தொடர்பாகக் கூறமுற்படும் போது செவிசாய்க்கும் நபர் அதை பொருட்படுத்தாதுவிடின் அல்லது அவர்களை நம்பாதுவிடின் அவர்கள் அதை கூறுவதைத் தவிர்த்துக் கொள்வார்கள். இது அவர்கள் உதவி கோருவதை தாமதப்படுத்தலாம். சரியான நேரத்தில் வெளிப்படுத்தப்படாத, தகுந்த கவனிப்பினை பெறாத துஷ்பிரயோக சம்பவங்கள் பிள்ளைகளின் சுகாதாரம், வளர்ச்சி மற்றும் எதிர்கால வாழ்க்கை மீது தாக்கத்தை ஏற்படுத்த வல்லதோடு அவர்கள் வளர்ந்து பெற்றோராகும் போது அவர்களின் சந்ததியினரை பராமரிப்பதிலும் பாரிய தாக்கத்தை ஏற்படுத்தலாம்.

தமது பிரச்சினைகளை வெளிப்படுத்தும் போது ஒருவரால் நல்லமுறையில் செவிசாய்க்கப்பட்ட பிள்ளைகள் அவ்வாறு வெளிப்படுத்தும் போது செவிசாய்க்கப்படாமல் புறக்கணிக்கப்பட்ட பிள்ளைகளை விடவும் தன்னம்பிக்கையுள்ளவர்களாக இருப்பார்கள் என சிறுவர் உளவியல் நிபுணர்கள் குறிப்பிடுகின்றனர்.

துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்கான பிள்ளை வளர்ந்தவர்களால் கூட ஜீரணிக்க முடியாததும் சிறு பராயத்துக்கு கற்பனை கூட செய்து பார்க்க முடியாததுமான கசப்பான அனுபவங்களைக் கடந்து வந்திருக்கும். எனவே ஒரு பிள்ளை தனக்கு நடைபெற்ற கசப்பான அனுபவத்தை வெளிப்படுத்த முற்படும் போது அவர்களுக்கு அன்பு, அரவணைப்புடன் பொறுமையாக செவிசாய்க்க வேண்டியதோடு அவர்கள் தற்பொழுது பாதுகாப்பாக இருக்கிறார்கள் என்ற உணர்வை அவர்களிடம் ஏற்படுத்த வேண்டும்.

எனவே பிள்ளையொன்று துஷ்பிரயோகத்தை வெளிப்படுத்த முற்படும் போது அதற்கு செவிசாய்ப்பது பாரிய பொறுப்பாவதோடு அக்குறிப்பிட்ட சந்தர்ப்பத்தில், பெற்றோர் அல்லது பாதுகாவலர் என்றவகையில் பொருத்தமான, சமயோசிதமான முறையில் அதனைக் கையாள்வது மிக அவசியமானதாகும்.

பிள்ளையொன்று ஏதேனும் நோயினால் துன்புறும் போது எவ்வாறு பொறுமையாக அரவணைத்துப் பாதுகாப்பீர்களோ அதே போன்றே துஷ்பிரயோகத்துக்கு உள்ளான பிள்ளையும் அரவணைத்துப் பாதுகாக்கப்பட வேண்டும்.

எனவே அவர்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்வதற்காகவும் அவர்கள் பாதுகாப்பாக இருக்கிறார்கள் என்பதை உறுதி செய்வதற்காகவும் உங்களது உணர்வுகளை கட்டுப்படுத்தி பொறுமையாக இருத்தல் அவசியமானதாகும்.

பிள்ளைகளின் பாதுகாப்பினையும் அவர்களின் மீது நீங்கள் அக்கறையாக இருக்கிறீர்கள் என்பதையும் அவர்களுக்கு உணர்த்துவதற்காக எடுக்க வேண்டிய நடவடிக்கைகள்.

- பிள்ளையொன்று வெளிப்படுத்தவரும் விடயத்துக்கு கவனமாக செவிசாய்த்தல் வேண்டும்.
- பிள்ளையின் உடல் மொழிகளை அவதானித்தல் வேண்டும்.
- அவர்கள் வெளிப்படுத்துவதை நீங்கள் கவனமாக செவிசாய்ப்பதாகவும் புரிந்து கொள்வதாகவும் அவர்கள் உணரும் படியாகச் செய்யுங்கள்.
- பாலியல் துஷ்பிரயோகம் தொடர்பாக பிள்ளைகள் அரிதாகவே பொய் சொல்வார்கள் என்பதை மனதில் கொண்டு நீங்கள் அவர்களை முழுமையாக நம்புகிறீர்கள் என்பதனை அவர்கள் உணரும் படியாக செய்தல் வேண்டும்.
- பிள்ளைகள் தமது கசப்பான அனுபவங்களை கூற முற்படும் போது அதற்கு இடமளியுங்கள். அவர்களை அவசரப்படுத்தவோ அல்லது அவர்களிடம் குறுக்கு கேள்வி கேட்கவோ வேண்டாம்.
- அநேகமான பிள்ளைகள் துஷ்பிரயோகமானது தாம் செய்த அல்லது செய்யத் தவறிய ஒரு விடயத்தினாலேயே ஏற்பட்டதென கருதுகிறார்கள். எனவே ஒரு பிள்ளை துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காக நேரிடின் அது அவர்களின் தவறல்லதெனவும் அச்சம்பவத்துக்கு அவர்கள் பொறுப்பானவர்கள் அல்லரெனவும் கூறுதல் வேண்டும்.
- நீங்கள் அவன் அல்லது அவளைப் பாதுகாப்பதாக உறுதியளியுங்கள். சில பிள்ளைகள் நடந்த சம்பவத்தை உங்களுக்கு கூறினால் நீங்கள் அவர்களை வெறுத்து ஒதுக்கி விடுவீர்கள் என்று கருதுகின்றார்கள். அவ்வாறு இல்லையெனவும் எப்பொழுதும் நீங்கள் அவர்கள் மீது அன்புடனும் அக்கறையுடனும் இருப்பதாகவும் அவர்களை உணரச் செய்தல் வேண்டும்.
- பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில் பிள்ளைகள் துஷ்பிரயோகியினால் நடந்த சம்பவத்தை யாரிடமாவது கூறினால் பிள்ளைக்கு அல்லது பிள்ளையின் குடும்ப உறுப்பினரொருவருக்கு ஆபத்தை விளைவிப்பதாக அச்சுறுத்தப்பட்டிருக்கலாம். எனவே நடந்த சம்பவத்தை பிள்ளை வெளிப்படுத்தியதன் மூலம் அவர்கள் சரியான செயலையே செய்துள்ளார்களென அவர்களுக்கு தெளிவுபடுத்துதல் வேண்டும்.
- பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளையை வார்த்தையால் நோகடிக்க மற்றும் கேலி செய்ய ஏனைய பிள்ளைகளுக்கு இடமளிக்க வேண்டாம். இது பிள்ளையின் புன்பட்ட மனதை மேலும் பாதிப்புக்கு உள்ளாக்கும்.
- மேலும் அவன் அல்லது அவளைப் பாதுகாப்பது உங்கள் பொறுப்பென உறுதிப்படுத்துங்கள்.
- துஷ்பிரயோகத்துக்கெதிராக நடவடிக்கை எடுக்க முடியுமான மற்றும் துஷ்பிரயோகிக்கு தண்டனை பெற்றுக்கொடுக்க முடியுமான அதிகாரிகளுக்கு சம்பவத்தை அறியப்படுத்துவதாகவும் அதனால் அவன் அல்லது அவளுக்கு எந்த பாதிப்பும் வரப்போவதில்லையெனவும் உறுதியளியுங்கள்.

சில சந்தர்ப்பங்களில் நீங்கள் பிள்ளை துஷ்பிரயோகத்துக்கு உள்ளாக்கப்பட்டிருக்குமென சந்தேகப்பட்ட போதும் பிள்ளை அதை யாரிடமும் வெளிப்படுத்தாத சந்தர்ப்பமும் இருக்கலாம். அவ்வேளையில் அவன் அல்லது அவள் முகம் கொடுக்கும் மன அழுத்தங்கள் சம்பந்தமாக அவதானமாக இருத்தல் வேண்டும். பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில் துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்கான அல்லது புறக்கணிக்கப்பட்ட பிள்ளைகள் தாம் முகம் கொடுத்த கசப்பான சம்பவங்களை சில உடல் மொழிகள் மூலம் புலப்படுத்துவார்கள். அத்தகைய முக்கியமான சில அறிகுறிகள் கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன. இவை எச்சரிக்கை அறிகுறிகளாகும்.

எனினும் இவ்வறிகுறிகள் எப்பொழுதும் துஷ்பிரயோகம் அல்லது புறக்கணிப்பு நடைபெற்றதை உறுதிப்படுத்த வேண்டுமென்றில்லை. எனினும் இவ்வாறான அறிகுறிகள் உங்களுக்கு புலப்படுமிடத்து நீங்கள் பிள்ளையின் மீது அவதானமாக இருத்தல் வேண்டும். மேலும் துஷ்பிரயோகங்கள் பல வகையாக இருப்பதனால், துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்கான பிள்ளைக்கு உதவக் கூடிய, சிகிச்சையளிக்கக் கூடிய பல வழி முறைகளும் காணப்படுகின்றன.

எனினும் பிள்ளை எவ்வகையான துஷ்பிரயோகத்துக்கு உள்ளாக்கப்பட்டுள்ளது என்பதை முதலிலேயே இனம் கண்டு கொள்வதே மிக அவசியமான விடயமாகும். இது துஷ்பிரயோகத்தால் ஏற்படும் நீண்டகால தாக்கத்தை குறைக்க வழிசமைக்கும். இதனால், பாதுகாப்பாகவும் மற்றும் உணர்வுபூர்வமாகவும் அவர்களுக்குச் செவிசாய்க்க எப்பொழுதும் நாம் அர்ப்பணிப்புடன் இருக்கின்றோம் என்றும் மற்றும் பிரச்சினை ஏதுமிருப்பின் அவர்களுக்கு உதவிபுரிவதாகவும் உறுதியளியுங்கள்.

துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்கான பிள்ளைகளில் தென்படக்கூடிய அறிகுறிகள்

- சோர்வான உருவம்.
- பாலியல் நடவடிக்கைகளில் அத்த நாட்டம் அல்லது விருப்பமின்மை.
- தூக்கமின்மை, பயங்கரமான கனவுகளின் வெளிப்பாடு மற்றும் இரவுக்கும் இருளுக்கும் அஞ்சிப் பயப்படுதல். இவ்வறிகுறிகள் துஷ்பிரயோகமானது இரவில் நடைபெற்றிருக்கலாம் அல்லது துஷ்பிரயோகி இருளை காரணம் காட்டி அச்சுறுத்தி இருக்கலாம் என்பதை புலப்படுத்துகின்றது.
- திடீரென வெளிப்படுத்தப்படும் மன உணர்வுகள். உதாரணமாக : கோபப்படுதல், சீற்றம், பயம் மற்றும் திடீர் அழுகை.
- பிள்ளை நெருப்புக்கு அதாவது சிகரட் நெருப்பு, விறகுக்கொள்ளி போன்றவற்றுக்கு அஞ்சுமானால் துஷ்பிரயோகி அவர்களை நெருப்பால் சுட்டு காயப்படுத்தியிருக்கலாம் அல்லது அவ்வாறு செய்வதாக பயம் காட்டி கீழ்ப்படியச் செய்திருக்கலாம்.
- பெற்றோர் அல்லது பாதுகாவலர்களாகிய நீங்கள் பிள்ளையை விட்டு எங்கேனும் வெளியே செல்ல முற்படும் போது உங்களை கட்டியணைத்தபடி அழுதல். இது வழக்கத்துக்கு மாறானமுறையில் திடீரென பிள்ளையிடத்து ஏற்பட்ட பழக்கமாக இருப்பின் மிக அவதானமாக இருத்தல் வேண்டும்.
- பிறரை நம்பாமை, மற்றும் அன்பு செலுத்தாமை.
- மன அழுத்தத்திற்கு உள்ளான நிலை அல்லது அத்த சோக வெளிப்பாடு.
- குடும்பத்திலிருந்தும் நண்பர்களிடமிருந்தும் மற்றும் காரணமற்றவகையில் குறிப்பிட்ட சில நபர்கள், இடங்கள், செயற்பாடுகளிலிருந்தும் ஒதுங்கியிருத்தல்.
- தன்னைத்தானே காயப்படுத்திக் கொள்ளுதல், குறைகூறிக் கொள்ளுதல் மற்றும் தற்கொலை செய்தல் போன்ற நடத்தைகளை வெளிக்காட்டுதல்.
- புது உறவுகளை ஏற்றுக்கொள்வதற்கும் புது செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுவதற்கும் பயப்படுதல்.

- பிள்ளை தனது உடல் அழுக்கானது அல்லது அருவருக்கத்தக்கதெனவோ அல்லது தனது பாலுறுப்புப் பிரதேசத்தில் ஏதேனும் பாதிப்பு ஏற்பட்டுள்ளதெனவோ முறைப்பாடு செய்தல்.
- பாடசாலை செல்வதைப் புறக்கணித்தல் அல்லது பாடசாலைக்கு அல்லது வீட்டுக்குச் செல்ல அஞ்சுதல்.
- குறைவான பாடசாலை வரவு அல்லது பாட விடயங்களில் கவனம் செலுத்தாத போக்கு.
- நடத்தை ரீதியிலான பிரச்சனைகள்.
- பிள்ளையின் வயதுக்கு மீறிய பாலியல் அறிவு, விருப்பம் மற்றும் பாலியல் மொழிகளை பிரயோகித்தல்.
- அசாதாரணமான முறையில் விளையாட்டுப்பொம்மைகள் மற்றும் ஏனைய பிள்ளைகளோடு பாலியல் ரீதியான நடத்தைகளை வெளிக்காட்டல்.
- உணவில் நாட்டமின்மை மற்றும் உணவை விழுங்க கஷ்டப்படுதல்.
- போதைப்பொருட்கள் மற்றும் மதுபான பாவனை.
- இளம் பிள்ளையொன்று சிறுபிள்ளை போல் நடந்து கொள்ளுதல். உதாரணமாக படுக்கையை நனைத்தல், விரல் சூப்புதல்.

பின்வரும் உடல் ரீதியான அறிகுறிகள் தொடர்பிலும் அவதானமாக இருத்தல் வேண்டும்

- விபரிக்க முடியாத அல்லது காரணம் கூற முடியாத உடல் காயங்கள் அல்லது கூறுகின்ற காரணங்கள் காயங்களுடன் தொடர்பற்றதாக இருத்தல் மற்றும் விபரித்த காயத்துக்கான காரணத்தை அடிக்கடி மாற்றுதல்.
- கையால், தடியினால், மற்றும் நெருப்பினால் ஏற்படுத்தப்பட்ட வடிவிலான உடல் காயங்கள் காணப்படுதல்.
- பாலுறுப்பு பிரதேசத்தில் வலி, வீக்கம், அரிப்பு, சிவந்திருத்தல் அல்லது இரத்தப்பெருக்கு ஏற்பட்டிருத்தல்.

மேற்குறிப்பிட்ட ஏதேனும் அறிகுறிகள் பிள்ளையின் உடலில் தென்படின் உடனடியாக வைத்தியரை நாடி மருத்துவப் பரிசோதனைக்கு உட்படுத்தி சிகிச்சை பெறுதல் வேண்டுமென்பதை மறந்துவிடாதீர்கள்.

பெற்றோர்கள் மற்றும் பாதுகாவலர்கள் என்ற வகையில் துஷ்பிரயோகங்களிலிருந்து உங்கள் பிள்ளைகளைப் பாதுகாக்கின்ற பாரிய பொறுப்பும் கடமையும் உங்களுக்கு இருக்கின்றது. துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்கான பிள்ளையினை குணப்படுத்தி மீண்டும் ஒரு முறை துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காகாமல் பாதுகாத்து சமுதாயத்தில் தலை நிமிர்ந்து நடக்க வழியமைத்துக் கொடுத்தல் வேண்டும். தகுந்த அதிகாரிகளுக்கு சம்பவம் தொடர்பாக அறிவிக்காமல் மௌனித்திருப்பது நீங்களே அச்செயலை அனுமதிப்பது போல் இருப்பதோடு தொடர்ச்சியாக பிள்ளை துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காக்கப்படும் அபாயத்தையும் ஏற்படுத்தி கொடுப்பதாகவும் அமைகின்றது.

அநேகமானவர்கள் தாங்களாகவே இப் பிரச்சினையை தீர்க்க முற்படுகின்றனர். இது பாதகமான விளைவுகளை ஏற்படுத்தக் கூடும். குறிப்பாக துஷ்பிரயோகி குடும்ப உறவினராக இருக்கும் பட்சத்தில் நீங்கள் அவரை தாக்க முற்படும் போது பிள்ளை தன்னால் குடும்ப உறவு சிதைந்ததாக குற்ற உணர்ச்சிக்கு ஆளாகலாம். இத்தகைய சிக்கலான சந்தர்ப்பங்களில் உதவி நாடக்கூடிய மற்றும் ஆலோசனை பெறக்கூடிய நிறுவனங்கள் நாடு பூராகவும் இயங்குகின்றன.

நீங்கள் பயப்படவோ, வெட்கப்படவோ தேவையில்லை. துஷ்பிரயோகங்களை தடுக்க வேண்டியதோடு துஷ்பிரயோகிகள் தண்டிக்கப்படுதலும் வேண்டும். துஷ்பிரயோகத்தை அறியப்படுத்தாமலிருப்பதினால் உங்கள் பிள்ளைகளின் எதிர்காலம் சீரழிந்து போவதோடு துஷ்பிரயோகிகள் உங்கள் பிள்ளையைப் போன்றே ஏனைய பிள்ளைகளின் எதிர்காலத்தினையும் சீரழிப்பதைத் தொடர்ச்சியாக செய்துகொண்டிருப்பார்கள். மேலும் சிறுவர் துஷ்பிரயோகமானது சட்டத்தால் தண்டிக்கப்பட வேண்டிய குற்றமாகும்.

எனவே அத்தகைய சம்பவங்களை தகுந்த நிறுவனங்களுக்கு அறிவித்து அவர்களின் உதவியை பெறுதல் அவசியமானதோடு காலத்தின் தேவையாகவும் இருக்கின்றது. மேலும் முறைப்பாடு செய்தலானது பிள்ளைகளை பாதுகாக்கும் வழிமுறைகளில் முதலாவது படிமுறையாகும்.

சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் இடம்பெறின்...

- **துஷ்பிரயோகத்தை தகுந்த நிறுவனத்துக்கு அல்லது உத்தியோகத்தருக்கு அறிவித்தல் வேண்டும்.**
முறைப்பாட்டைப் பெற்றுக்கொண்ட நிறுவனமானது விசாரணையை ஆரம்பிப்பதோடு பிள்ளையின் பாதுகாப்பிற்காக நடவடிக்கையெடுக்கும்.
- **பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளையை வைத்திய பரிசோதனைக்காக உட்படுத்துதல் வேண்டும்.**
பெற்றோர் மற்றும் பாதுகாவலர் என்ற வகையில் சிறுவர் நோய் நிபுணர் அல்லது குடும்ப வைத்தியருடன் ஆலோசித்து அவரின் வழிகாட்டலின் பிரகாரம் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் சம்பந்தமாக சிகிச்சை அளிக்கும் வைத்தியரிடம் அல்லது சிறுவர் உளவியல் நிபுணரிடம் ஆலோசனை பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும். பரிசோதனை செய்யும் வைத்தியர் பிள்ளையின் நிலை சம்பந்தமாக மதிப்பீடு செய்வார். அதே போன்று துஷ்பிரயோகத்துடன் தொடர்புடைய ஏதேனும் உடலியல் காயங்கள் இருப்பின் சிகிச்சை அளிக்கப்படுவதுடன் துஷ்பிரயோகிக்கு தண்டனை வழங்கக் கூடிய சாட்சிகளை சேகரிப்பதோடு பிள்ளை பூரணமான பாதுகாப்பாக உள்ளதை உறுதிப்படுத்துவார்கள்.
- **பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளையின் உளரீதியான மதிப்பீட்டைப் பெற்றுக்கொள்ளுதல் வேண்டும்.**
பாலியல் ரீதியாக துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்கான பிள்ளையினை சிறுவர் உளவியல் நிபுணரிடம் செலுத்தி துஷ்பிரயோகத்தினால் பிள்ளையானது எந்தளவு தூரம் உளரீதியாக பாதிக்கப்பட்டுள்ளது என்பதை கண்டறிதல் வேண்டும். இதன் மூலம் எத்தகைய உள ரீதியான சிகிச்சை அவசியம் என்பதையும் அறிந்து சிகிச்சை அளிக்க முடியும். பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளையானது மேற்பார்வைக்கு சுகதேகியாகத் தென்படலாம். கசப்பான அனுபவம் விடயமாக கதைப்பதற்கு விரும்பாதிருக்கலாம். மேலும் பாதிப்பானது நீண்ட காலத்துக்கு முன்னர் இடம்பெற்றிருக்கலாம். இவ்வாறான நிலைமையில் பிள்ளையினை உளவியல் சிகிச்சை நிபுணரிடமோ உளவளத்துணையாளரிடமோ செலுத்துவதன் மூலம் பாதிப்புக்களை கண்டறிந்து அது நீண்ட கால பாதிப்பாக மாற்றம் பெற்று அதனால் பிள்ளையின் எதிர்காலம் பாதிக்கப்படாமல் பாதுகாக்கலாம். இது பிள்ளை எதிர்காலத்தில் பிரச்சினைகள் அற்ற சாதாரண வாழ்க்கை வாழ்வதற்கு வழிவகுக்குமென்பதை ஞாபகத்தில் இருத்திக் கொள்ளுங்கள். மேலும் சிறுவர் உளவியல் நிபுணர்களிடமிருந்து பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளையின் குடும்ப அங்கத்தவர்களுக்கும் உளவியல் ரீதியான உதவிகளை பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

அத்தியாயம் 06

உதவி நாடக்கூடிய இடங்கள்

“நீங்கள் குரல்
கொடுப்பதன் மூலம்
உங்கள் வாழ்க்கையை
மாற்றியமைத்த
துஷ்பிரயோகியின்
வாழ்க்கையை உங்களால்
மாற்றியமைக்க முடியும்.”

- பற்றி ரேஸ் ஹோப்சன்



தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை

இலங்கையிலுள்ள எல்லா பிள்ளைகளையும் எல்லா விதமான துஷ்பிரயோகங்களிலிருந்தும் பாதுகாத்துக் கொள்வதை உறுதிப்படுத்துவதே தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபையின் முழுமுதல் நோக்கமாகும்.

தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை

இல. 330, தலவத்துகொட வீதி, மாதிவெல,

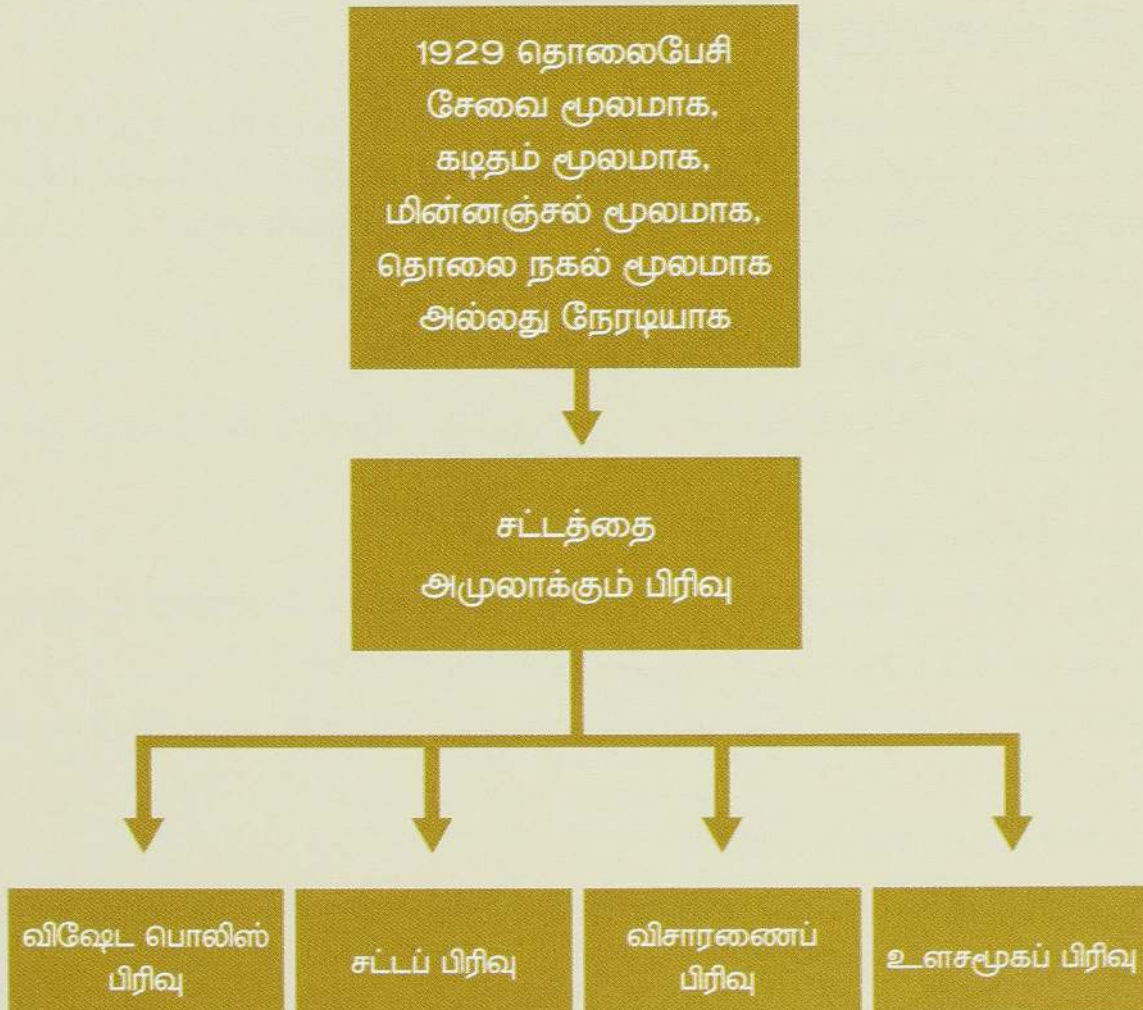
ஸ்ரீ ஜயவர்தனபுர.

தொலைபேசி : 0112 778 911-14

தொலை நகல் : - 0112 778 915

Email: ncpa@childprotection.gov.lk

Web: www.childprotection.gov.lk



1929 இலங்கை சிறுவர் தொலைபேசி சேவை



ஒரு பிள்ளை அவன் அல்லது அவள் துஷ்பிரயோகத்திற்கு அல்லது புறக்கணிப்பிற்கு இலக்கானதாக அறியத்தருமிடத்து அல்லது பிள்ளையானது துஷ்பிரயோகத்திற்கு அல்லது புறக்கணிப்பிற்கு இலக்காக இருக்கக் கூடுமென நம்புவதற்குத் தேவையான காரணம் உங்களிடம் இருப்பின், 1929 சிறுவர் தொலைபேசி சேவைக்கு அழைப்பினை ஏற்படுத்தி முறைப்பாடு செய்யமுடியும்.

சிறுவர்கள் நலன் தொடர்பில் அக்கறை கொண்டுள்ள எந்தவொரு நபரும் தொடர்புகொண்டு அழைக்கக் கூடிய 24 மணித்தியாலங்களும் செயற்படுகின்ற இலவச தொலைபேசி சேவை இதுவாகும்.

மேலும் பிராந்திய இலக்கத்தினை உபயோகிக்காமல் இரவு பகல் எந்நேரத்திலும் மும்மொழிகளிலும் இணைப்பினை ஏற்படுத்திக் கொள்ளமுடியுமென்பது இச்சேவையின் விசேஷ அம்சமாகும்.

1929 இலங்கை சிறுவர் தொலைபேசி சேவைக்கு முறைப்பாடு செய்பவர்கள் அறிந்திருக்க வேண்டியவை.

நீங்கள் இத் தொலைபேசி சேவைக்கு அழைப்பினை ஏற்படுத்தும் போது சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் மற்றும் புறக்கணிப்பு தொடர்பாக ஆலோசனை வழங்குவதற்கு விசேஷ பயிற்சி வழங்கப்பட்டுள்ள தொலைபேசி உளவளத்துணையாளரொருவர் உங்களுடன் இணைக்கப்படுவதுடன் அவர் உங்களிடம் பின்வரும் அடிப்படை விடயங்களை வினாவுவார்.

- பிள்ளையின் பெயர், வயது, பால் மற்றும் முகவரி.
- பிள்ளை ஆபத்தான, அபாயகரமான சூழ்நிலையில் இருப்பதாக நீங்கள் நினைப்பதற்கான காரணம்.
- பிள்ளையின் தற்போதைய நிலைமை.
- பிள்ளையின் பாதுகாப்பு தொடர்பாக உடனடியாக மேற்கொள்ள வேண்டிய நடவடிக்கைகள்.
- பிள்ளையால் வெளிப்படுத்தப்பட்ட ஏதேனும் விடயங்கள்.
- பிள்ளையின் பெற்றோர் அல்லது பாதுகாவலர்களின் முகவரி மற்றும் பிள்ளையின் குடும்ப பின்னணி.
- சந்தேக நபரின் பெயர் மற்றும் முகவரி.
- வேரேதேனும் பிள்ளைகளுக்கும் பாதிப்பு ஏற்பட்டிருக்கின்றதா அல்லது ஏற்பட வாய்ப்பு உள்ளதா என்பது தொடர்பான விபரங்கள்.

- சந்தேக நபர் இதற்கு முன்னர் சிறுவர் துஷ்பிரயோகங்களில் ஈடுபட்டாள்ளவரா என்பது தொடர்பான விபரங்கள்.
- சம்பவம் தொடர்பாக வேறேதும் நிறுவனங்களுக்கு, தகுந்த நபர்களுக்கு அறியப்படுத்தப்பட்டிருப்பின் அவர்கள் தொடர்பான தகவல்கள்.
- சம்பவம் தொடர்பாக பொலிஸில் முறைப்பாடு செய்யப்பட்டிருப்பின் பொலிஸ் பிரிவு, முறைப்பாடு செய்த திகதி மற்றும் முறைப்பாட்டிலக்கம்.
- பிள்ளையின் கிராம சேவகர் பிரிவு மற்றும் பிரதேச செயலகப் பிரிவு.
- சந்தேக நபரின் கிராம சேவகர் பிரிவு மற்றும் பிரதேச செயலகப் பிரிவு.
- அவசியமான மேலதிக தகவல்கள்.

நீங்கள் துஷ்பிரயோகம் அல்லது புறக்கணிப்பு நடந்துள்ளதாக உறுதியாக நம்புமிடத்து அல்லது நடந்திருக்கக் கூடுமென மனதில் சந்தேகம் எழுமிடத்து மேற்குறிப்பிட்ட அனைத்து தகவல்களும் கிடைக்கப் பெறும் வரை காத்திருக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. நீங்கள் அறிந்த மற்றும் கைவசமுள்ள தகவல்களை 1929 சிறுவர் தொலைபேசி சேவைக்கு அறியப்படுத்துங்கள். இத்தகவலானது ஏற்கனவே இன்னொருவரால் வழங்கப்பட்டிருக்கலாம் என நீங்கள் கருதினாலும் மீண்டும் தயங்காமல் முறைப்பாடு செய்தல் முடியும். மேலும் இச்சேவையினை தொடர்பு கொள்பவர்களின் தகவல்கள் இரகசியமாக பேணப்படுமென்பதை மனதில் கொள்ளுங்கள்.

முறைப்பாடு செய்த பின்னரான நடவடிக்கை முறைகள்.

சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் அல்லது புறக்கணிப்பு தொடர்பாக 1929 சேவைக்கு முறைப்பாடு செய்யப்பட்டதன் பின்னராக,

தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபையின் சட்டத்தை அமுலாக்கும் அலுவலகரினால் முறைப்பாடு பரிசீலிக்கப்பட்டு பிள்ளையின் பாதுகாப்புக்காக உகந்த நடவடிக்கை எடுக்கப்படும்.

பிள்ளை உடனடியாக மீட்க வேண்டிய அபாய சூழ்நிலையில் இல்லாதபட்சத்தில், உதவி தேவைப்படின் இத்தகவலானது தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபையின் விஷேட பொலிஸ் பிரிவு, உள சமூகப் பிரிவு, சட்டப் பிரிவு, விசாரணைப் பிரிவு, அதிகாரசபையின் மாவட்ட மற்றும் பிரதேச சிறுவர் பாதுகாப்பு மற்றும் உள சமூக உத்தியோகத்தர்களுக்கு அல்லது பொலிஸ், சிறுவர் நன்னடத்தை மற்றும் சிறுவர் பராமரிப்பு திணைக்களம், தொழிலாளர் திணைக்களம், கல்வி அமைச்சு மற்றும் சமூக சேவைகள் அமைச்சு போன்ற பொருத்தமான அமைப்புகளுக்கு இத்தகவலானது நடவடிக்கை எடுப்பதற்காக அனுப்பி வைக்கப்படும்.

பிள்ளையானது உடனடியாக மீட்கப்பட வேண்டிய சூழ்நிலையில் இருப்பின் தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபையின் விஷேட பொலிஸ் பிரிவானது இலங்கையின் ஏனைய பொலிஸ் பிரிவுகளில் பொருத்தமான பொலிஸ் பிரிவுடன் இணைந்து உடனடியாக பிள்ளையைப் பாதுகாப்பதற்கான நடவடிக்கையை மேற்கொள்ளப்படுவதோடு எடுக்கப்பட்ட நடவடிக்கையானது 48 மணி நேரத்துக்குள் அதிகாரசபைக்கு அறியப்படுத்தப்படும்.

விசாரணையின் போது பொலிஸ் உத்தியோகத்தர், அதிகார சபையின் உத்தியோகத்தர் அல்லது இவ்விடயத்தை கையாளும் வேரெவரேனும் அரசு உத்தியோகத்தர் சம்பந்தப்பட்ட பிள்ளை, பிள்ளையின் பெற்றோர்கள், உறவினர்கள், ஆசிரியர்கள், அயலவர்கள் மற்றும் ஏனைய பொருத்தமான நபர்களை விசாரிப்பதன் மூலமாக துஷ்பிரயோகம் அல்லது புறக்கணிப்பு சம்பவங்கள் எவையேனும் இடம்பெற்றுள்ளதானென ஆராய்வார்கள்.

அதன் பின்னர் பொலிஸ் உத்தியோகத்தர், அதிகாரசபை உத்தியோகத்தர் அல்லது பொருத்தமான அரசு உத்தியோகத்தர் பிள்ளையை மீட்பதற்கான தேவையான நடவடிக்கையினை எடுப்பார்கள்.

இச்சந்தர்ப்பத்தில் சிறுவர் துஷ்பிரயோகங்களுக்கு எதிராக நாட்டில் நடைமுறையில் உள்ள சட்டங்கள் அமுல்படுத்தப்படும்.

பிள்ளையின் பாதுகாப்புத் தொடர்பாக அபாய நிலை இருப்பதாக நீதி மன்றம் தீர்மானிக்குமாயின் அப்பிள்ளையானது வீட்டிலிருந்து அல்லது வசிக்கின்ற சூழலிலிருந்து அகற்றப்பட்டு பொருத்தமான பாதுகாவலர்களுக்கு, உறவினர்களுக்கு கையளிக்கப்படும். மேலும் பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளைக்கு அவசியமான மருத்துவ சிகிச்சைகளும் உளவளத்துணை ஆற்றுப்படுத்தல்களும் தொடர்ச்சியாக வழங்கப்படும்.

சிறுவர்களின் பாதுகாப்பை உறுதிப்படுத்துவதே தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபையின் முழு முதல் நோக்கமாக இருப்பதனால் பிள்ளையின் பாதுகாப்பு தொடர்பில் முழுமையான அக்கறையுடன் தொடர்ச்சியாக செயற்படும்.

தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபையின் மாவட்ட சிறுவர் பாதுகாப்பு மற்றும் உள சமூக உத்தியோகத்தர்கள் - மாவட்ட செயலகம்

மாவட்டம்	தொலைபேசி	தொலை நகல்
யாழ்ப்பாணம்	021 2222233	021 2222355
மன்னார்	023 2232234	023 2232232
முல்லைத் தீவு	021 2228935	021 2228935
கிளிநொச்சி	021 2283945	021 2283965
வவுனியா	024 2222233	024 2222212
கொழும்பு	011 2325511	011 2437242
கம்பஹா	033 2222050	033 2222900
களுத்துறை	034 2222508	034 2222635
காலி	091 2234236	091 2222972
மாத்தறை	041 2222284	041 2222234
ஹம்பாந்தோட்டை	047 2222366	047 2256247
மொனறாகலை	055 2276230	055 2276025
பதுளை	055 2222467	055 2222292
கண்டி	081 2222233	081 2233186
நுவரெலியா	052 2222233	052 2222236
மாத்தளை	066 2222233	066 2222235
அநுராதபுரம்	025 2222237	025 2222235
பொலன்னறுவை	027 2222233	027 2225578
இரத்தினபுரி	045 2222233	045 2222140
கேகாலை	035 2222233	035 2232620
குருணாகல்	037 2227875	037 2222350
புத்தளம்	032 2265257	032 2265257
அம்பாறை	063 2222193	063 2222130
மட்டக்களப்பு	065 2222233	065 2224466
திருகோணமலை	026 2222233	026 2220033

சிறுவர் அபிவிருத்தி, மகளிர் விவகார அமைச்சு

3ம் தளம், செத்சிறிபாய- நிலை II

பத்தரமுல்ல.

தொலைபேசி 011 2827028

தொலை நகல் 011 2827023

இணையம் - www.childwomenmin.gov.lk

சிறுவர் செயலகம்

ஐந்து வயதுக்கு குறைவான பிள்ளைகளின் நலன் மற்றும் முன்பள்ளி மாணவர்களின் பிரச்சினை தொடர்பாக செயற்படும் அரசு நிறுவனமாகும்.

3ம் தளம், செத்சிறிபாய- நிலை II

பத்தரமுல்ல.

தொலைபேசி 011 2827028

தொலை நகல் 011 2827023

இணையம் - www.childwomenmin.gov.lk

மின்னஞ்சல் - secycd@sltnet.lk

நன்னடத்தை சிறுவர் பராமரிப்பு சேவை திணைக்களம்

இது அடைக்கலமற்ற, ஆதரவற்ற, கைவிடப்பட்ட, துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்கான மற்றும் பாதுகாப்பற்ற பிள்ளைகளின் நலனுக்காக செயற்படும் அரசு நிறுவனமாகும்.

இல.69,

எஸ்.டி.எஸ். ஜயசிங்க மாவத்தை,

கொஹ்வலை, நுகேகொடை.

தொலைபேசி: 0112-2853553

மின்னஞ்சல்: www.probation.gov.lk

மாகாண நன்னடத்தை சிறுவர் பராமரிப்பு சேவை ஆணையாளர்

மேல் மாகாணம்

204, டென்சில் கொப்பேகடுவ மாவத்தை,

பத்தரமுல்லை.

தொலைபேசி: 011 2865997

தொலை நகல்: 011 2865848

தென் மாகாணம்

கிதுலம்பிட்டிய,

காலி.

தொலைபேசி: 091-2248259, 091-2234156, 091-2226573

தொலை நகல்: 091-2226573

வட மாகாணம்

கண்டி வீதி,

கைதடி.

யாழ்ப்பாணம்.

தொலைபேசி: 021-3215540

தொலை நகல்: 021-3215540

சப்ரகமுவ மாகாணம்

புதிய நகரம்,

இரத்தினபுரி.

தொலைபேசி: 045-2231222, 045-2226912

தொலை நகல்: 045-2231222

கிழக்கு மாகாணம்

உட்துறைமுக வீதி,

திருகோணமலை.

தொலைபேசி: 026-3202027, 026-3200211

தொலை நகல்: 026-2223773

வடமேற்கு மாகாணம்

இல. 02, விவசாய கட்டிடத் தொகுதி,

தம்புள்ளை வீதி,

குருநாகல்.

தொலைபேசி: 037-4932030, 037-2224796

தொலை நகல்: 037-4932030

மத்திய மாகாணம்

இல.615, வில்லியம் கொபல்லாவ மாவத்தை,

கண்டி.

தொலைபேசி: 060-2824362, 081-2223528

தொலை நகல்: 081-2217128

வட மத்திய மாகாணம்

கே.பி. இரத்நாயக்க மாவத்தை

அனுராதபுரம்.

தொலைபேசி: 025-2222570, 025-2234163

தொலை நகல்: 025-2234162

ஊவா மாகாணம்

ஆர்.எச். குணவர்தன மாவத்தை,

பதுளை.

தொலைபேசி: 055-3550470, 055-2231209

தொலை நகல்: 055-2231209

சிறுவர் மற்றும் மகளிர் பணியகம்

இல.16, சுபோதா கட்டிடத் தொகுதி, பாகொட வீதி, நுகேகொடை

24 மணித்தியால அவசர உதவிச் சேவை - 011 - 28 26 444

அம்பாறை	063 - 2222222
அநுராதபுரம்	025 - 2222223
பதுளை	055 - 2222222
பண்டாரவளை	057 - 2222222
மட்டக்களப்பு	065 - 2224422
சிலாபம்	032 - 2222222
கொழும்பு - வடக்கு	011 - 2431861
கொழும்பு - தெற்கு	011 - 2588680
கொழும்பு - மத்திய	011 - 2433744
எல்பிட்டிய	091 - 2291222
காலி	091 - 2222222
கம்பஹா	033 - 2222226
கம்பளை	081 - 2352222
ஹட்டன்	051 - 2222222
யாழ்ப்பாணம்	021 - 2222222
களுத்துறை	034 - 2237225
கண்டி	081 - 2222222
கந்தளாய்	026 - 3234222
கேகாலை	035 - 2222222
களனி	011 - 2911922
குளியாப்பிட்டிய	037 - 2281222
குருணாகல்	037 - 2222222
மாத்தளை	066 - 2222222
மாத்தறை	041 - 2222222
மொனராகலை	055 - 2276222
கல்கிஸ்ஸை	011 - 2738351
நீர்கொழும்பு	031 - 2222222

நிக்கவெரட்டிய	037 - 2260222
நுகேகொடை	011 - 2852992
நுவரெலியா	052 - 2222222
பாணந்துறை	038 - 2233204
பொலன்னறுவை	027 - 2222222
இரத்தினபுரி	045 - 2222222
தங்காலை	047 - 2240222
திருகோணமலை	026 - 2222223
வவுனியா	024 - 2222222

அவசர உதவி தொலைபேசி இலக்கங்கள் - வட மாகாணம்

மாவட்டம்	மாவட்ட செயலகம்	பொலிஸ் நிலையம் (சிறுவர் மற்றும் மகளிர் பணியகம்)	மாவட்ட சிறுவர் பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர்	மாவட்ட நன்னடத்தை உத்தியோகத்தர்	சட்ட உதவி ஆணையகம்
யாழ்ப்பாணம்	021- 222 6752 021- 222 2233	060 - 221 2274 024 - 222 1903 021 - 222 2222	021- 222 2233	021- 221 9598	021-222 4545
வவுனியா	024 - 222 2235 024 - 222 2203	024 - 222 2856 024 - 222 2222	024 - 222 2212	024 - 222 2194	021-2290077
கிளிநொச்சி	021 -228 3965	011- 308 2729	021- 2283945	021- 228 3824	021- 228 5618
முல்லை தீவு	021- 229 0033	024 - 324 4936	021- 2228935	024 - 324 3622	024-222 1863
மன்னார்	023- 222 2203 023 - 222 2234	023 - 222 2226 023 - 222 2227	023 - 2232234	023 - 222 2081	023-222 2045

DIG வட பகுதி- 060 221 2311

நீங்கள் துஷ்பிரயோகம் அல்லது புறக்கணிப்பு நடந்துள்ளதாக உறுதியாக நம்புமிடத்து அல்லது நடந்திருக்கக் கூடுமென மனதில் சந்தேகம் எழுமிடத்து இரவு பகல் எந்நேரத்திலும் 1929 சிறுவர் தொலைபேசி சேவைக்கு அழைப்பினை ஏற்படுத்தி முறைப்பாடு செய்யமுடியும் அல்லது தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபைக்கு அறியப்படுத்துங்கள்.



தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை

இல 330, தலவது கொட வீதி, மாதிவெல,

ஸ்ரீ ஜயவர்தனபுர கோட்டை.

தொலைபேசி: 0112 778 911-14 தொலைநகல்: 0112 778 915

மின்னஞ்சல்: ncpa@childprotection.gov.lk

இணையத்தளம்: www.childprotection.gov.lk

Notes:

Lined writing area consisting of approximately 25 horizontal lines.

*If you think a child is being abused or neglected or likely to be
abused or neglected call 1929 Childline Sri Lanka
at any time of the day or night or report your concern to
National Child Protection Authority.*



National Child Protection Authority

330, Thalawatugoda Road

Madiwela, Sri Jayawardenapura Kotte, Sri Lanka

Tel: 0112 778 911-14 Fax: 0112 778 915

Email: ncpa@childprotection.gov.lk

Web: www.childprotection.gov.lk