

ධනාත්මක හික්මවීම ප්‍රවර්ධනය කිරීම සහ ශාරීරික දැඩුවම් වැළැක්වීම

ළමා ආධාර වැඩසටහන (CAP), ලයිබ්රියාව

ලයිබ්රියාවේ සන්දර්භය

- ලයිබ්රියාවේ පාසැල්ලේදී හෝ නිවසේදී ශාරීරික දැඩුවම් නීත්‍යානුකූලව තහනම් නොවේ. ශාරීරික දැඩුවම් හෝ ශාරීරික හා සදාචාරාත්මක තුවාල ඇති කරන කිසිදු දැඩුවමකට ඉඩ නොදෙන බවට රජය පාසල්වලට දැඩි අනතුරු ඇඟවීම් නිකුත් කරන අතර, මෙම අනතුරු ඇඟවීම් සෑම විටම අනුගමනය නොකෙරේ.
- ලිංගික අපයෝජන, විශේෂයෙන්ම ස්ත්‍රී දූෂණ පිළිබඳ නිරන්තර වාර්තා සමගින්, කොවිඩ් 19 (COVID-19) හේතුවෙන් කාන්තාවන්ට සහ ළමයින්ට එරෙහි ලිංගික සුරාකෂම සහ අපයෝජනයන් වේගයෙන් වැඩි විය.
- රට නැවත විවූර කිරීමෙන් පසුව බොහෝ දෙමාපියන්ට දරුවන් පාසල් යැවීම දැරියනොහැකි විය නව යොවුන් වියේ ගැබ්ගැනීම් වැඩිවීම ඇතුළුව, වසංගතය තුළ ප්‍රවණ්ඩත්වයේ ව්‍යාප්තිය වැඩි වූ බැවින් ළමයින්ට නිවසේ අනාරක්ෂිත බවක් දැනේ.

මෙම භාවිතාව: ධනාත්මක හික්මවීම ප්‍රවර්ධනය කිරීම සහ ශාරීරික දැඩුවම් වැළැක්වීම

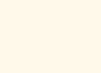
ශාරීරික දැඩුවම් භාවිතය නැවැත්වීම සඳහා, ළමා ආධාර වැඩසටහන (CAP) විසින් ඥාති භාරකාරත්වය පිළිබඳ විෂයානුබද්ධ අධ්‍යයනයක් සිදු කරන ලදී. ශාරීරික දැඩුවම් හේතුවෙන් දරුවන් ශාරීරික හා මානසික සෞඛ්‍ය ගැටලුවලට මුහුණ දෙන බව මෙයින් තහවුරු විය.

අධ්‍යයනයෙන් පෙන්නුම් කළේ දරුවන්ගේ හැසිරීම් මඟ පෙන්වීම සඳහා වඩාත් ඵලදායී ධනාත්මක හික්මවීම පිළිබඳ ඥාතිභාරකරුවන් ඇතුළු දෙමාපියන් දැනුවත් කරන වැඩසටහන් සැලසුම් කිරීමේ අවශ්‍යතාවක් පවතින බවයි. මීට අමතරව, පාසල් සහ ප්‍රජාවන් තුළ ශාරීරික දැඩුවම් තහනම් කිරීම සම්බන්ධයෙන් උද්දේශනය වේගවත් කිරීමට ළමා ආරක්ෂණ සංවිධානවලට අවශ්‍ය විය.

භාවිතාව ක්‍රියාත්මක කළ ආකාරය

ළමුන්ට ශාරීරික දැඩුවම්වල බලපෑම තහවුරු කිරීම සඳහා වසංගතය පැතිරීමට පෙර මූලික සමීක්ෂණයක් පවත්වන ලදී. ළමා ආරක්ෂාව සහ සහභාගිත්ව විෂය අධ්‍යයන මෙවලම් භාවිතය පිළිබඳ වහි අත්දැකීම් මත පදනම්ව, පාසල්වල සහ නිවෙස්වල ළමුන්ට ශාරීරික දැඩුවම් භාවිතය අවබෝධ කර ගැනීම සඳහා ළමා ආධාර වැඩසටහන (CAP) විසින් ගුණාත්මක ක්‍රමවේදයක් භාවිතා කරන ලදී.

පාසල් ලැයිස්තුවක් ලබා දුන් අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය සමඟ සුදානම් වීමේ රැස්වීම් පැවැත්විණි. ළමා ආධාර වැඩසටහන (CAP) පසුව පාසල් තෝරා ගැනීම සඳහා අහඹු නියැදියක් සිදු කරන ලදී.



අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය සමඟ සහයෝගයෙන්, ළමා ආධාර වැඩසටහන (CAP) විසින් විෂය පථය අධ්‍යයනය සඳහා ප්‍රශ්නාවලිය සකස් කරන ලද අතර ප්‍රතිචාර දැක්වූවන් විසින් එක සමඟ සම්මුඛ සාකච්ඡා පවත්වන ලදී. ප්‍රතිචාර දැක්වන ලද්දේ විදුහල්පතිවරුන්, ගුරුවරුන්, දෙමාපියන්, භාරකරුවන්, සිසුන් සහ පාසලෙන් බැහැර ළමුන් විසින්ය.

ප්‍රතිචාර දැක්වූවන් අහඹු ලෙස පෞද්ගලික පාසල් 16 කින් සහ රජයේ පාසල් දෙකකින් ලබා ගන්නා ලදී. පාසල් ළමුන්, පාසලෙන් බැහැර දරුවන්, විදුහල්පතිවරුන්, ගුරුවරුන් සහ දෙමාපියන්/ භාරකරුවන් ඇතුළු 200 කට අධික සහභාගිවන්නන් සම්මුඛ සාකච්ඡාවට ලක් කරන ලදී.

සමීක්ෂණ සොයාගැනීම්

- පාසල්වලට හිචෙස්වලට ළමයින් ආර්ථික දුඹුවම්වලට ලක් වෙනවා.
- ළමයින්ගෙන් **100%** ක් පැවසුවේ ඔවුන් ආර්ථික දුඹුවම්වලට බිය වන බවයි.
- වැඩිහිටි ප්‍රතිචාර දැක්වූවන්ගෙන් **90%** ක්ම පිළිගෙන ඇත්තේ ආර්ථික දුඹුවම් දරුවෙකු හික්මවීම සඳහා වලදායි ක්‍රමයක් නොවන බවයි.
- වැඩිහිටි ප්‍රතිචාර දැක්වූවන්ගෙන් **80%** ක් ආර්ථික දුඹුවම් යහපත් වර්ධනය කිරීමට හේතු නොවන බව පිළිගෙන ඇත.
- ආර්ථික දුඹුවම් සෘණාත්මක කායික, චිත්තවේගීය සහ මානසික බලපෑම් ඇති කරයි.
- ආර්ථික දුඹුවම්වල සමහර බලපෑම් අතර වේදනාව, ශරීරයේ බිබිලි, බිය, දුර්වල අධ්‍යයන කාර්ය සාධනය, අවමානය, අඩු ආත්ම අභිමානය, තනිකම, හුදකලාව සහ පාසල් හැර යාම ඇතුළත් වේ.
- වැඩිහිටි ප්‍රතිචාර දැක්වූවන්ගෙන් **75%** ක් කියා සිටියේ ළමයින් හික්මවීම සඳහා ආර්ථික/ආර්ථික දුඹුවම් භාවිතා කිරීම හිත විරෝධී කරන ප්‍රතිපත්තියකට/හිතියකට සහය දක්වන බවයි.
- පාසල්වලින් **100%** ක් වේවැල් පාවිච්චි කරනවා.

”පියවර 2 - පාර්ශ්වකරුවන්ගේ රැස්වීම්”

සමීක්ෂණ සොයාගැනීම් බෙදාගැනීම සඳහා පාර්ශ්වකරුවන්ගේ සහභාගීත්ව රැස්වීම් පවත්වන ලදී. අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය, පාසල් විදුහල්පතිවරුන්, වෙනත් සංවිධානවල නියෝජිතයන්, දෙමාපියන් සහ භාරකරුවන් සහ ළමා ආධාර වැඩසටහන (CAP) නියෝජිතයන් සහභාගී වූහ. පාසල් සහ ප්‍රජාවන් තුළ ආර්ථික දුඹුවම් සඳහා විකල්පයක් ලෙස ධනාත්මක හික්මවීම භාවිතා කිරීම පිළිබඳව ඔවුන් සාකච්ඡා කළ අතර, පාසල් පරිපාලකයින් තම පාසල්වල උද්දේශන ව්‍යාපාර ක්‍රියාත්මක කිරීමට ළමා ආධාර වැඩසටහනට (CAP) කැමැත්ත දක්වන ලදී.

ආර්ථික දුඹුවම්වලට විකල්පයක් ලෙස ධනාත්මක හික්මවීම ප්‍රවර්ධනය කිරීමේ අදහස පාර්ශ්වකරුවන් පිළිගත්තේය. ඔවුන් එකඟ වූයේ:

- සම්පූර්ණයෙන්ම සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීමට සහ ව්‍යාපෘතියට සහාය වීමට.
- පාසල් සහ ප්‍රජාවන් තුළ ආර්ථික දුඹුවම්වලට විකල්පයක් ලෙස ධනාත්මක හික්මවීම භාවිතය ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීමට.
- ආර්ථික දුඹුවම් පිළිබඳ රජයේ ප්‍රතිපත්තිය පිළිපැදීම සහතික කිරීම සඳහා අදාළ බලධාරීන් සමඟ කටයුතු කරන්න.

පියවර 3 - උද්දේශන ව්‍යාපාර සහ සංවේදීකරණය

ආර්ථික දුඹුවම් සඳහා විකල්පයක් ලෙස ධනාත්මක හික්මවීම භාවිතා කිරීම පිළිබඳ උද්දේශන ව්‍යාපාර පාසල් සහ ප්‍රජාවන් තුළ සිදු කරන ලදී. විවිධ උපාය මාර්ග කිහිපයක් භාවිතා කරන ලදී.

- තොරතුරු, අධ්‍යාපනය සහ සන්නිවේදනය (IEC) ද්‍රව්‍ය නිර්මාණය කරන ලදී. ක්ෂේත්‍ර කාර්ය මණ්ඩලය විසින් ධනාත්මක හික්මවීමෙහි වැදගත්කම ප්‍රවලිත කරන පණිවුඩ සහිත පත්‍රිකා බෙදාහරිනලද අතර පාසල් සහ ගොඩනැගිලි වල පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනය කරන ලදී.
- ක්ෂේත්‍ර කාර්ය මණ්ඩලය පාසල් බලධාරීන්, සිසුන්, දෙමාපියන් සහ භාරකරුවන් සහ පාසලෙන් බැහැර දරුවන් සමඟ ද ව්‍යාපෘතියේ වැදගත්කම පැහැදිලි කරමින් කටයුතු කළහ.

- මාධ්‍ය ආවරණය ප්‍රධාන විය.
 ළමා ආධාර වැඩසටහන (CAP) විසින් ගුවන්විදුලි මධ්‍යස්ථාන දෙකක විකාශනය කරන ලද ධනාත්මක හික්මවීම පිළිබඳ පිංගල් එකක් නිර්මාණය කරන ලදී.
 ළමා ආධාර වැඩසටහන (CAP) හි විධායක අධ්‍යක්ෂ සහ ක්ෂේත්‍ර කාර්ය මණ්ඩලයේ දෙදෙනෙක් ගුවන්විදුලි වැඩසටහන් වලට සහභාගී වී ශාරීරික දැඩුවම්වලට විකල්පයක් ලෙස ධනාත්මක හික්මවීමේ වැදගත්කම පැහැදිලි කළහ.
 අසන්නන්ට ප්‍රශ්න ඇසීමට අවස්ථාව තිබුණි.

කොවිඩ් 19(COVID-19) වසංගතයේ සන්දර්භය තුළ භාවිතාව සිදු කරන ලද ආකාරය

ආරම්භක කාල පරිච්ඡේදය තුළ, අවශ්‍ය වූ ආරක්ෂක පියවරයන් සමඟ, වැඩසටහනේ මුහුණට මුහුණලා ඇති අංගයන් අත්හිටුවන ලදී.
 සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය විසින් නිර්දේශ කර ඇති පරිදි සියලුම ක්‍රියාකාරකම් කොවිඩ් 19 (COVID-19) ජිරෝටොකෝලයන්ට අනුකූලව සිදු කරන ලදී.
 පසුකාලීන අවස්ථා වලදී, සෑම ක්‍රියාකාරකමක්ම සහභාගිවන්නන් කුඩා කණ්ඩායමක් සමඟ පවත්වන ලදී.

බලපෑම

- ව්‍යාපාරය ක්‍රියාත්මක කිරීමෙන් මාස හයකට වැඩි කාලයක් ගතවීමෙන් පසු, පවුල්වල දරුවන්ට විරෙහි ප්‍රවණ්ඩත්වය අඩුවීමක් දක්නට ලැබිණි.
- පාසල් අටක සිසුන් සහ ප්‍රජාවන්හි නිවාස 55 ක ළමුන් නිවෙස්වල ප්‍රවණ්ඩත්වය අඩු වී හෝ නොමැති බව වාර්තා කරන ලදී.
 ව්‍යාපෘතියට පෙර මෙම පවුල් බොහොමයක් විශ්වාස කළේ දරුවෙකු හික්මවීමට හොඳ ම ක්‍රමය ශාරීරික දැඩුවම් බවයි.
- පවුල්වල වර්ගාත්මක වෙනස්කම් ඇති කිරීමට කාලය ගත වුවද, ගෘහස්ථ අවකාශය තුළ ළමුන්ට සිදුවන හිංසනය සහ අපයෝජනය පැහැදිලිවම අඩු වී ඇත.

භාවිතය වලදායි වූයේ ඇයි?

පාර්ශවකරුවන්ගේ සහභාගිත්වය

ළමා ආධාර වැඩසටහන (CAP) කාර්ය මණ්ඩලය සෑම ප්‍රජාවකම පළාත් පාලන ආයතන සමඟ නියැලුණි. මෙය වැදගත් වූයේ පළමුව ව්‍යාපෘතියේ වැදගත්කම පැහැදිලි කිරීමට සහ නායකත්වයේ පූර්ණ සහයෝගය සහ සහයෝගය ලබා ගැනීමටත්, දෙවනුව, ප්‍රජාව සම්බන්ධ කර ගැනීමට සහ ඔවුන් කළ යුතු දේ පැහැදිලිව අවබෝධ කර ගැනීමට ඔවුන්ට උපකාර කිරීමටත් ය.

- අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය, ජාතික ව්‍යවස්ථාදායකය, පාසල්, දෙමාපියන්, පල්ලි සහ මුස්ලිම් පල්ලි ඇතුළු සියලුම පාර්ශවකරුවන්, උද්දේශන ව්‍යාපාර ආරම්භයේ සිටම සම්පූර්ණයෙන්ම සම්බන්ධ වී සිටියහ.
- එතැන් සිට බලධාරීන් පාසල්වල ශාරීරික දැඩුවම්වලට විරෙහි රජයේ ප්‍රතිපත්තියට අනුගත වීමට පටන් ගෙන තිබේ.
- ගුරුවරුන්, දෙමාපියන් සහ දරුවන් තුළ වර්ගාත්මක වෙනස්කම් දක්නට ලැබේ. වැදගත්ම දෙය නම් ශාරීරික දැඩුවම් ක්‍රමයෙන් අඩු වීම ගැන දරුවන් සතුටු වීමයි.