

ළමුන් සඳහා ආරක්ෂිත සහ ආරක්ෂිත ගෘහස්ථ අවකාශයන් නිර්මාණය කිරීම සඳහා මනෝවිකිත්සක ප්‍රවේශයක්

ළමා අපයෝජනයට එරෙහි ජාතික සංගමය (CONACMI) , ගෝතමාලාව

ගෝතමාලාවේ සන්දර්භය

- ගෝතමාලාවේ ගෘහස්ථ නිංසනය පරම්පරාගත වන අතර පරම්පරාවෙන් සාමාන්‍යකරණය වේ. මාපියන් තම දෙමාපියන්ගෙන් ඔවුන්ට උරුම වූ මාපිය රටාව නැවත නැවතත් කරන අතර පවතින ප්‍රචණ්ඩත්වයේ මට්ටම් හේතුවෙන් මෙය අදාශ්‍යමාන සහ සාමාන්‍යකරණය වේ. නවුල්කරුවන් අතර, දරුවන් සහ නව යොවුන් වියේ සහ සහෝදර සහෝදරියන් අතර ප්‍රචණ්ඩත්වය අත්විඳිය හැකිය.
- ගැහැණු ළමයින් සහ නව යොවුන් වියේ කාන්තාවන් නිරන්තර ප්‍රචණ්ඩත්වයට මුහුණ දෙති: කායික, ලිංගික, මානසික, ආර්ථික, ව්‍යුහාත්මක, සංකේතාත්මක සහ නරකම අවස්ථාවන්හිදී ස්ත්‍රී ඝාතනය. කාන්තාවන් යටත් කර වෙනස් කොට සැලකීම, සාමාන්‍යකරණය කිරීම සහ ඔවුන්ට එරෙහි ප්‍රචණ්ඩත්වය අදාශ්‍යමාන කරයි. ඔවුන් බොහෝ විට ගෘහාශ්‍රිත වසම, ගෙදර දොරේ වැඩ සහ ප්‍රජනන කාර්යයන් සඳහා සීමා වේ.

- කාන්තාවන්ගෙන් සියයට පහකට ආසන්න ප්‍රමාණයක් තම ළමා කාලය තුළ ලිංගික හිංසනයට මුහුණ දී ඇති බව වාර්තා කරන අතර ගැහැණු ළමයින් සහ නව යොවුන් වියේ කාන්තාවන් බොහෝ විට ලිංගික හා ශාරීරික හිංසනයට ගොදුරු වේ. වයස අවුරුදු 0 සහ 6 වයස්වල ගැහැණු ළමයින්ට එරෙහි ලිංගික අපරාධ සම වයසේ පිරිමි ළමයින්ට සිදු කරන ලද අපරාධවලට සමාන මට්ටමක පවතින අතර, නව යොවුන් වියේ ගැහැණු ළමයින් අත්විඳින (අවුරුදු 13 සිට 17 දක්වා) ලිංගික හිංසනය නව යොවුන් වියේ පිරිමි ළමයින්ට වඩා සැලකිය යුතු ලෙස වැඩිය (PDH , 2017).19
- ළමා අපයෝජනයට එරෙහි ජාතික සංගමය (CONACMI) ,සේවය කරන බොහෝ පවුල් අවිධිමත් ආර්ථිකය මත රඳා පවතින අතර අගුලු දැමීමේදී රජයෙන් කිසිදු ආර්ථික ආධාරයක් නොලැබුණු අතර එය පවුල්වල ජීවනෝපාය සහ ඔවුන්ගේ පැවැත්මට ඇති හැකියාව කෙරෙහි විනාශකාරී බලපෑමක් ඇති කළේය.

මෙම භාවිතාව: ආරක්ෂිත සහ ආරක්ෂිත ගෘහස්ථ අවකාශයන් නිර්මාණය කිරීම සඳහා දෙමාපියන් සඳහා වැඩමුළු

අගුලු දැමීමේ සීමාවන් සහ කාර්ය මණ්ඩල ධාරිතාව අඩු වීම නිසා ළමා අපයෝජනයට එරෙහි ජාතික සංගමය (CONACMI), නව ළමයින්, යොවුන් වියේ පසුවන්නන් සහ දෙමාපියන් සමඟ මුහුණට මුහුණ ලා විකිත්සක කටයුතු නතර කිරීමට සිදුවිය. දෙමව්පියන්ට සහ රැකබලා ගන්නන්ට ඔවුන්ගේ පවුල් තුළ ආරක්ෂිත සහ ආරක්ෂිත අවකාශයන් නිර්මාණය කිරීම සඳහා මෙවලම් සහ දැනුම දිගටම ලබා දීමට එයට අවශ්‍ය විය

18 https://tbinternet.ohchr.org/Treaties/CRC/Shared%20Documents/GTM/INT_CRC_NGO_GTM_29869_E.pdf
19 https://tbinternet.ohchr.org/Treaties/CRC/Shared%20Documents/GTM/INT_CRC_NGO_GTM_29869_E.pdf, p.3.

කොවිඩ් 19 (COVID-19) දරුවන්ට සහ ඔවුන්ගේ පවුල්වලට බලපාන ආකාරය පිළිබඳ නිවැරදි විත්‍රයක් ගොඩනඟා ගැනීමට සහ පවතින ක්‍රියාකාරකම් සහ හොඳ භාවිතයන් අනුවර්තනය කරන්නේ කෙසේද යන්න හඳුනා ගැනීමට විය දුරකථන සම්බන්ධතා සිදු කළේය.

ළමා අපයෝජනයට විරෝධී ජාතික සංගමය (CONACMI) ,දෙමාපියන් සහ රැකබලා ගන්නන් සඳහා විකිත්සක වැඩමුළු පැවැත්වීමට තීරණය කළේය. මුහුණට මුහුණ අන්තර්ක්‍රියාවලට ඉඩ නොදෙන අතර සතිපතා සැසියක් අතර ආකාරයෙන් පවත්වන ලදී. අවදානමක් ඉදිරිපත් කරන තත්ත්වයන් හඳුනා ගැනීමට දෙමාපියන්ට සහ රැකබලා ගන්නන්ට මෙවලම් ලබා දෙන ලදී. ක්‍රමක්‍රමයෙන් ඔවුන්ගේ හැකියාවන් ගොඩනැගුණේ ඔවුන්ගේ රැකවරණයේ සිටින දරුවන් සහ නව යොවුන් වියේ පසුවන්නන් ආරක්ෂා කිරීමට ඔවුන්ට හැකිවන පරිදිය. සතිපතා වැඩමුළු වලින් අදහස් කළේ කොවිඩ් 19 (COVID-19) අවදානමට ලක්විය හැකි දරුවන්ට සහ පවුල්වලට බලපාන ආකාරය නිරීක්ෂණය කිරීමට ළමා අපයෝජනයට විරෝධී ජාතික සංගමය (CONACMI),හට හැකි වූ බවයි.

භාවිතා වන ක්‍රියාත්මක කළ ආකාරය

2021 පෙබරවාරි සහ ජූනි මස විවෘත ඇමතුම් දෙකක් සමාජ ජාල හරහා දෙමාපියන්ට සහ රැකබලා ගන්නන්ට සහභාගී වීමට ආරාධනා කරන ලදී. නීතිමය ක්‍රියාදාමයන් හරහා උසාවිය විසින් යොමු කරන ලද දෙමාපියන් සහ රැකබලා ගන්නන් හෝ යොමු කරන ලද ළමුන් සහ යෞවනයන් සමඟ වැඩ කරන ආයතන මගින් පවුල් සාමාන්‍යයෙන් විශාල සහ අඩු සමාජ ආර්ථික පසුබිම් වලිනි. ඔවුන් සියල්ලන්ටම අන්තර්ජාල ප්‍රවේශය නැත, වැඩිවත් ළමා අපයෝජනයට විරෝධී ජාතික සංගමය (CONACMI), විසින් ජංගම දුරකතන ආරෝපණය කරන ලද අතර වමණින් ඔවුන්ට වැඩමුළුවලට සහභාගී වීමට අන්තර්ජාලයට සම්බන්ධ විය හැකිය. අතර ස්වභාවය හිසා විවිධ කලාප මිනිසුන් වෙත වෙත ළඟා වීමට හැකි විය. සුම්(ZOOM), වටිස්ඇප් (Whatsapp),ගූගල්ෆෝරම් (Google forms), ප්‍රශ්නාවලිය (Quiz) සහ (Youtube) සියල්ලම භාවිතා කරන ලදී.

සෑම වැඩමුළුව පාඨමාලාවක් සඳහාම, සුම්(ZOOM) තාක්ෂණය, හරහා අතර සැසි අරඹා පවත්වන ලද අතර වටිස්ඇප් (Whatsapp) භාවිතයෙන් ප්‍රතිපෝෂණ සැසි අරඹා සිදු කරන ලදී. ළමා අපයෝජනයට විරෝධී ජාතික සංගමය (CONACMI) හි මනෝ සමාජීය උපකාරක මධ්‍යස්ථානයේ මනෝවිද්‍යාඥයින් දෙදෙනෙකු විසින් මෙම වැඩමුළු මෙහෙයවන ලද අතර, මනෝවිද්‍යාව පිළිබඳ ප්‍රධාන පෙළේ විශ්ව විද්‍යාල සිසුන්ගේ සහාය ලැබිණි. තේමාවලට පවුල් ප්‍රශ්න,ආත්ම අභිමානය,සන්නිවේදනය, ගැටුම් නිරාකරණය,ළමා අයිතිවාසිකම් සහ යහපත් සැලකිලි ඇතුළත් විය. දෙමව්පියන්ට සහ රැකබලා ගන්නන්ට ඔවුන්ගේ මාපියන්ගේ රටාව වෙනස් කිරීමට සහ පෝෂණය මත පදනම් වූ නව ක්‍රම නැවත ඉගෙන ගැනීමට සහාය විය. අවිහිංසාවාදී මාර්ග සහ සම්මතයන් ස්ථාපිත කරන දෙමාපියකරණය විශ්වාසය වර්ධනය කරයි,

පළමු කණ්ඩායමට කණ්ඩායම් දෙකකට බෙදා ඇති වැඩමුළුවකට සහභාගිවන්නන් 60 දෙනෙකු ඇතුළත් වූ අතර, දෙවන කණ්ඩායමට කණ්ඩායම් තුනකට බෙදා ඇති වැඩමුළුවකට සහභාගිවන්නන් 85 දෙනෙක් සිටියහ. විවිධ සැසි සඳහා භාවිතා කරන ඉගැන්වීම් සහ කියවීම් ද්‍රව්‍ය ඇතුළුව ද්‍රව්‍ය පැකේජයක් ආරම්භයේදී එක් එක් කණ්ඩායමට ලබා දෙන ලදී. වැඩමුළුවෙන් සතියකට පසු ගූගල් පෝරමය භාවිතයෙන් වටිස්ඇප් (Whatsapp) හරහා පසු විපරමක් සිදු කරන ලදී. මෙය සහභාගිවන්නන් ඉගෙන ගත් දේ සහ ඔවුන් විය ඔවුන්ගේ වදිනෙදා ජීවිතයට අදාළ කර ගන්නා ආකාරය ගවේෂණය කරන ලදී.

ලියන අවස්ථාව වන විටත් වැඩමුළු දුරස්ථව සිදුවෙමින් පවති. මුහුණට මුහුණ වැඩ නැවත ආරම්භ වන විට පවා පවුල් සහ දරුවන් සමඟ අතර සැසි දිගටම කරගෙන යාමට ළමා අපයෝජනයට විරෝධී ජාතික සංගමය (CONACMI), සැලසුම් කරයි. අතර ස්ව වැඩ කිරීමෙන් මනෝ සමාජීය ආධාරක මධ්‍යස්ථානය වෙත යාමට අරගල කරන පවුල්වලට උපකාර කිරීමට හැකි වේ.

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

වැඩමුළු බොහෝ දුරට සුම්(ZOOM) වේදිකාව හරහා සිදු වූ අතර වටිස්ඇප් (Whatsapp) හරහා ප්‍රශ්නාවලිය හරහා ප්‍රතිපෝෂණ සිදු කරන ලදී. ක්‍රියාකාරකම් වටිස්ඇප් (Whatsapp) සමූහය හරහා යවන ලදී. ජනප්‍රිය අධ්‍යාපනයේ ක්‍රමවේදය යොදන ලදී, විය දෙමාපියන්, රැකබලා ගන්නන් සහ පහසුකම් සපයන්නන් අතර පරාවර්තනය, සහභාගීත්වය සහ අන්තර්ක්‍රියා සඳහා උපාය මාර්ගයකි.

ලොකුම අභියෝගය වූයේ විවිධ මාර්ගගත මෙවලම් භාවිතා කරන ආකාරය ඉගෙන ගැනීමට දෙමාපියන්ට අවශ්‍ය වීමයි. සහභාගී වූවන්ගෙන් වැඩි දෙනෙක් අඩු ආදායම්ලාභී පවුල්වල අය වූ අතර සමහරුන්ට අන්තර්ජාලය නොතිබුණි. ළමා අපයෝජනයට විරෝධී ජාතික සංගමය (CONACMI),දෙමාපියන්ට අන්තර්ජාලයට ප්‍රවේශ විය හැකි පරිදි දුරකතන ආරෝපණය කිරීමට දීමනාවක් ලබා දුන්නේය.

බලපෑම

- පවුල් පහතක් (සියයට 63) වැඩමුළුවේ දී ලබා දී ඇති දැනුම සහ මෙවලම් භාවිතා කරමින් තම නිවෙස් තුළ ප්‍රවණ්ඩත්වය අඩු කළේය. පවුලෙන් පවුලට වෙනස් වුවද, විකිත්සක වැඩමුළුවට සහභාගී වීමෙන් දළ වශයෙන් මාස තුනකට පසු පවුල්වල මෙම අඩුවීම දක්නට ලැබිණි.
- වැඩමුළු මව්වරුන්ගේ, පියාගේ සහ රැකබලා ගන්නන්ගේ හැසිරීම් වෙනස් කළේය. ඔවුන්ට මාපිය රැකවරණය සඳහා ප්‍රවණ්ඩ නොවන විකල්ප ලබා දුන් අතර ඔවුන්ගේ අත්දැකීම්, ඔවුන්ගේ දුෂ්කරතා සහ දරුවන් සහ නව යොවුන් වියේ පසුවන්නන් ඇති දැඩි කිරීමට උපකාරී වූ ක්‍රියාවන් බෙදාහදා ගැනීමට ඔවුන්ට ආරක්ෂිත ඉඩක් ලබා දෙන ලදී. ඔවුන්ගේ මාපියකරණ රටා හඳුනා ගැනීමට සහ ප්‍රවණ්ඩත්වය නිවැරදි මාර්ගය නොවන බව අවබෝධ කර ගැනීමට ඔවුන්ට සහාය විය. ඒ වෙනුවට ඔවුන්ගේ දරුවන්ගේ දැක්ම තේරුම් ගැනීමට සහ ඔවුන්ගේ ළමා කාලය පිළිබිඹු කිරීමට ඔවුන් ඉගෙන ගන්නා ලදී. මෙය විනිශ්චය කිරීමට හෝ අපරාධ කිරීමට බිය නොවී වෙනසක් ඇති කිරීමට දෙමාපියන් දිරිමත් කළේය.
- වැඩමුළු අතරතුර ලබා දුන් යෝජනා සහ මගපෙන්වීම් භාවිතා කිරීමෙන් පසු, දෙමාපියන් සහ රැකබලා ගන්නන් විසින් වැඩි දියුණු වූ අභ්‍යන්තර-පවුල් සබඳතා, වඩා හොඳ සන්නිවේදනය සහ ප්‍රවණ්ඩකාරී නොවන මාපියකරණ විකල්ප භාවිතා කිරීම වාර්තා කරන ලදී. සාමකාමී පවුල් සහජීවනය, දරුවන්ට පෝෂණීය පරිසරයක් සහ නිවස තුළ ආරක්ෂිත අවකාශයන් හඳුනා ගැනීම පවුල්වල දක්නට ලැබෙන ප්‍රධාන වෙනස්කම් විය.
- පුහුණුවේ ඵලදායීතාවය ඇගයීම: වැඩමුළු අවසානයේ ළමා අපයෝජනයට චරෙහි ජාතික සංගමය (CONACMI) විසින් ලබාගත් දැනුම තක්සේරු කිරීම සඳහා ඇගයීමක් සිදු කරන ලදී; මෙය ප්‍රශ්නාවලියක් හරහා සිදු විය.

භාවිතය ඵලදායී වූයේ ඇයි

- **භාවිතය ඵලදායී වූයේ ඇයි පවුල් සහ දරුවන් සමඟ සම්බන්ධතා පවත්වා ගැනීම:** පවුල් සහ දරුවන් සමඟ නිරන්තර සන්නිවේදනයක් පවත්වා ගැනීම ඉතා වැදගත් බව ළමා අපයෝජනයට චරෙහි ජාතික සංගමය (CONACMI) විසින් කලින්ම අවබෝධ කරගත් අතර මෙය සිදු කිරීම සඳහා දුරකථන සම්බන්ධතා සහ මාර්ගගත වැඩමුළු භාවිතා කරන ලදී.
- **ප්‍රතිදානය උපරිම කිරීමට සිරුමාරු කිරීම:** ළමා අපයෝජනයට චරෙහි ජාතික සංගමය (CONACMI) දැනට පවතින ක්‍රියාකාරකම් සහ නොඳ භාවිතයන් නව තත්ත්වයට අනුගත විය. අන්තර්ජාලය සහ දුරකථන දුරස්ථව ප්‍රජාවන් සම්බන්ධ කර ගැනීමට උපකාර වූ අතර කාර්ය මණ්ඩලය මෙම අන්තර්ක්‍රියා පුද්ගලික, ආකර්ශනීය සහ ඵලදායී බවට පත් කිරීමට, සමූහයේ අවශ්‍යතා සපුරාලීම සඳහා ඒවා සකස් කිරීමට කටයුතු කළහ. ලියන අවස්ථාව වන විට, ළමා අපයෝජනයට චරෙහි ජාතික සංගමය (CONACMI), මෙම දෙමුහුන් ආකෘතිය ශක්‍ය බව විශ්වාස කරන අතර මෙය දෙමාපියන් සඳහා ප්‍රවේශ්‍යතාව වැඩි කරන බැවින් වැඩමුළු අතරුව මෙන්ම මුහුණට මුහුණ වැඩමුළු දිගටම පවත්වනු ඇත.
- **නිරන්තරයෙන් වෙනස් වන සන්දර්භයට අනුගත වීම සඳහා විධිමත් විශ්ලේෂණය සහ සංශෝධනය:** ළමා අපයෝජනයට චරෙහි ජාතික සංගමය (CONACMI) කාර්ය මණ්ඩලය විවේචනාත්මකව සමාලෝචනය කර අධීක්ෂණ ආකෘති පත්‍ර හරහා ලැබුණු ආදානය පිළිබිඹු කරයි. ඔවුන්ගේ කණ්ඩායම් රැස්වීම්වලදී සතිපතා සිද්ධි විශ්ලේෂණයක් සිදු කරයි. අත්දැකීම්, අභියෝග, හොඳ භාවිතයන් සහ උගත් පාඩම් බෙදා ගැනීමට කණ්ඩායම් දිරිමත් කරන ලදී; ඔවුන් ඔවුන්ගේ ශක්තීන් සහ දුර්වලතා ද බෙදා ගත්හ. ඔවුන් වැඩමුළු මාතෘකා හසුරුවන ආකාරය සහ වැඩමුළු දෙමාපියන්ට ධනාත්මක ලෙස බලපෑ ආකාරය ද බෙදා ගත්හ. කාර්ය මණ්ඩලය සතිපතා කෝවිඩ් 19 (COVID-19) තත්ත්වය විශ්ලේෂණය කළ අතර, ඊළඟ සතිය සඳහා ඔවුන්ගේ සැලසුම්වලට අවශ්‍ය ඕනෑම වෙනසක් සාධක කර ඇත.
- **වැඩමුළුවල අන්තර්ක්‍රියාකාරී ස්වභාවය:** දෙමව්පියන්ට සහ රැකබලා ගන්නන් හට සුදුසු පුහුණුව හඳුනා ගැනීමට හැකි වන පරිදි අත්දැකීම් හුවමාරු කර න්‍යායාත්මක තොරතුරු සමඟ අනුපූරක විය. සහභාගීත්වයේ වාතාවරණයක් පෝෂණය කරන ලද අතර, දෙමව්පියන් විනිශ්චය නොකළ ඔවුන්ගේ අත්දැකීම් අවංකව ප්‍රකාශ කිරීමට ඔවුන්ට වැඩි විශ්වාසයක් ලබා දුන් සහභාගී වීමේ වාතාවරණයක් වර්ධනය විය.
- ඉගෙනුම් ද්‍රව්‍ය ලබා දෙන ලදී; එමඟින් දෙමාපියන්ට නිවසේ සිට ලිඛිත ක්‍රියාකාරකම් කිරීමට හැකි විය.

සිද්ධි අධ්‍යයනය: ආච්චි අම්මා

මව් පාර්ශවීය ආච්චි අම්මා සමඟ වැඩ කරන විට, ළමා අපයෝජනයට එරෙහි ජාතික සංගමය (CONACMI) සොයා ගත්තේ තම සහකරුගෙන් මුහුණ දුන් හිංසනය ඔවුන්ගේ පෙම් සබඳතාවේ මුල් දිනවල ආරම්භ වූ බවයි. විවාහයෙන් පසු දියණියන් තිදෙනෙකුගේ උපතෙන් පසු මෙය වැඩි විය. බීමනින් සිටි ඇගේ සැමියා තම දියණියන්ට සහ බිරිඳට වාචිකව හා ශාරීරිකව පහර දී ඇත.

ඔහු මුදල් පාලනය ද කළේය. එක් දියණියකට දරුවන් තිදෙනෙක් සිටි ඇතර, ඔවුන් ජීවත් වූයේ ඔවුන්ගේ දෙමාපියන් විසින් පවත්වාගෙන යන ප්‍රවණ්ඩකාරී සහ ආක්‍රමණශීලී චක්‍රයක් තරහාය. නීතිමය ක්‍රියාවලියක් තරහා ආච්චිට ඔවුන්ගේ භාරකාරත්වය හිමි විය. ළමා අපයෝජනයට එරෙහි ජාතික සංගමය (CONACMI), යේ පවුල් සැලැස්මට මව් පාර්ශවීය ආච්චි සහ මව යන දෙදෙනාම සමඟ වැඩ කිරීම ඇතුළත් විය. ප්‍රවණ්ඩත්වය, මාපියකරණ රටාවන්, යහපත් සබඳතාවයක් යනු කුමක්ද, අවදානම හඳුනා ගන්නේ කෙසේද සහ දරුවන් ආරක්ෂා කරන්නේ කෙසේද යන්න තේරුම් ගැනීමට ඔවුන්ට උපකාර කිරීමට දැනුම සහ මෙවලම් සපයන ලදී. වසර කිහිපයක සිට තමන් ප්‍රවණ්ඩත්වයට ගොදුරු වූ බව ආච්චි අම්මාට තේරුම් ගැනීමට මෙම ක්‍රියාවලිය උපකාරී විය. ඇය තම ස්වාමීපුරුෂයාගෙන් ස්ථිරවම වෙන්වීමට තීරණය කළ ඇතර, දැන් ඇගේ මුණුබුරන් උණුසුම් ලෙස ඇති දැඩි කරන ඇතර ඔවුන්ගේ අවශ්‍යතාවන්ට ප්‍රතිචාර දක්වයි.

