ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය පිළිබඳ නඩු හසුරුවන ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාල නිලධාරීන් සඳහා වන සම්මත මෙහෙයුම් ක්‍රියාපටිපාටිය

Centre for Equality and Justice

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය පිළිබඳ නඩු හසුරුවන ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාල නිලධාරීන් සඳහා වන සම්මත මෙහෙයුම් ක්‍රියාපටිපාටිය

සමානාත්මතාවය සහ යුක්තිය සඳහා වූ කේන්ද්‍රය

අප්‍රේල් 2025

පටුන

කෙටි යෙදුම්	04
පිළිදැනුම	04
ශ්‍රී ලංකාවේ ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය පිළිබඳ හැඳින්වීම	05
සම්මත මෙහෙයුම් ක්‍රියා පටිපාටියේ අරමුණ සහ විෂයපථය	06
මුලික වචනයන්හි අර්ථ දැක්වීම් සහ පැහැදිලි කිරීම්	07
මාර්ගෝපදේශක මූලධර්ම	08
වාර්තා කිරීමේ සහ විශේෂඥ සේවා සඳහා යොමු කිරීමේ පද්ධතිය	11
යොමු කිරීමේ මාර්ගය	12
ලේඛනගත කිරීම සහ තොරතුරු බෙදාහැරීම	15
අධීක්ෂණය සහ ඇගයීම සහ ඉගෙනීම	14
රාජ්‍ය සහ රාජ්‍ය නොවන සේවා සපයන්නන්ගේ සම්බන්ධීකරණය	15
ස්වයං රැකවරණය: තමා ගැනම සැලකිලිමත් වීම	16

කෙටි යෙදුම්

CAT	වධදීමට සහ අනිකුත් කෲර, අමානුෂික හෝ නින්දිත සැළකිමට හෝ දඬුවම්වලට එරෙහිව වූ සම්මුතිය
CEDAW	ස්ත්‍රීන්ට එරෙහි සියලු ආකාර වෙනස්කම් පිටු දැකීමේ සම්මුතිය
CRC	ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ සම්මුතිය
DV	ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය
ICCPR	සිවිල් සහ දෙශපාලන අයිතිවාසිකම් පිලිබඳ ජාත්‍යන්තර ගිවිසුම
ICESCR	ආර්ථික, සමාජීය සහ සංස්කෘතික අයිතිවාසිකම් පිලිබඳ ජාත්‍යන්තර ගිවිසුම
IPV	සමීප සහකරු ප්‍රචණ්ඩත්වය
SGBV	ලිංගික සහ සමාජභාවය මත පදනම් වූ ප්‍රචණ්ඩත්වය
SOP	සම්මත මෙහෙයුම් ක්‍රියාපටිපාටිය
VAW	කාන්තාවන්ට එරෙහි ප්‍රචණ්ඩත්වය

පිළිදැනුම

මෙම ලේඛනය 2021 දී එක්සත් ජාතීන්ගේ කාන්තාවන් විසින් "කාන්තා සංක්‍රමණික සේවිකාවන් ඇතුළු කාන්තාවන්ට එරෙහි ප්‍රචණ්ඩත්වයට සම්බන්ධීකරණ ප්‍රතිචාරයක් සඳහා ප්‍රායෝගික මාර්ගෝපදේශයක්: සම්මත මෙහෙයුම් ක්‍රියා පටිපාටි සංවර්ධනය කිරීම (SOP)" හි මඟ පෙන්වීම යටතේ කෙටුම්පත් කරන ලදී.

ශ්‍රී ලංකාවේ ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය පිළිබඳ හැඳින්වීම

ශ්‍රී ලංකාව ඉහළ මානව සංවර්ධන දර්ශක[1] ගැන ඉහළින් කතා කරන නමුත් එහි සමාජභාවය පිළිබඳව ශ්‍රේණිගත කිරීම සාපේක්ෂව අඩුය.[2] මෙම වෙනසට ප්‍රධානව හේතු වන්නේ අඩු කාන්තා දේශපාලන සහභාගීත්වය සමඟින්, තීරණ ගැනීමේ මට්ටමේ අසමානතාවයන්, කාන්තාවන්ගේ අවම ශ්‍රම බලකා සහභාගීත්වය සහ ලිංගික හා සමාජභාවය පදනම් කරගත් ප්‍රචණ්ඩත්වයේ (SGBV) සිදුවීම් ඉහළ වීමය.

SGBV යනු මූලික මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයක් වන අතර එය කාන්තාවන්, ගැහැණු ළමයින්, පිරිමින්, පිරිමි ළමයින් සහ ද්වීමය නොවන පුද්ගලයින්ට අදාළව වෙනස් කොට සැලකීමේ, අසමාන සහ අසාධාරණ මතවාද සහ භාවිතයන්ගේ ප්‍රකාශනයකි. ලෝකයේ බොහෝ ප්‍රදේශවල මෙන්, ශ්‍රී ලංකාවේද සියලු ම ආකාරයේ SGBV බහුලව දක්නට ලැබේ. පිරිමින් සහ පිරිමි ළමයින් මෙන්ම ද්වීමය නොවන සමාජභාවයේ පුද්ගලයින් SGBV වලට මුහුණ දෙන නමුත් වාර්තා වූ වින්දිතයින්ගෙන් වැඩිම සංඛ්‍යාවක් කාන්තාවන් සහ ගැහැණු ළමයින් වේ.

කාන්තාවන්ගේ ජීවිත කාලය පුරාම SGBV අත්දැකීම් පිළිබඳ ජාතික කාන්තා සුභ සිද්ධිය පිළිබඳව සමීක්ෂණයේ (2019) සොයාගැනීම් වලට අනුව:

- කාන්තාවන් හතර දෙනෙකුගෙන් එක් අයෙකු (24.9%) වයස අවුරුදු 15 සිට සහකරුවෙකු හෝ සහකරුවෙකු නොවන අයෙකු විසින් ශාරීරික සහ/හෝ ලිංගික ප්‍රචණ්ඩත්වය අත්විඳ ඇත.
- කාන්තාවන් තම ජීවිත කාලය තුළ සමීප සහකරුවෙකු විසින් ශාරීරික සහ/හෝ ලිංගික ප්‍රචණ්ඩත්වය අත්විඳීමට දෙගුණයකටත් වඩා වැඩි ඉඩක් ඇත.
- සෑම කාන්තාවන් පස් දෙනෙකුගෙන් දෙදෙනෙකු (39.8%) තම ජීවිත කාලය තුළ සහකරුවෙකු විසින් ශාරීරික, ලිංගික, චිත්තවේගීය සහ/හෝ ආර්ථික ප්‍රචණ්ඩත්වය සහ/හෝ පාලනය කිරීමේ හැසිරීම් අත්විඳ ඇත.

කාන්තාවන්ට එරෙහි ප්‍රචණ්ඩත්වයේ ව්‍යාප්තිය පිළිබඳ දත්ත රැස් කළ පළමු ජාතික සමීක්ෂණය ජනවිකාස හා සෞඛ්‍ය සමීක්ෂණය (DHS) (2016) වේ . ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයට අදාළ ප්‍රධාන සොයාගැනීම් වූයේ:

- වයස අවුරුදු 15-49 අතර විවාහක කාන්තාවන්ගෙන් 17% ක් තම සමීප සහකරුගෙන් ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයට ලක් වී ඇත.
- ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් පීඩා විඳි කාන්තාවන්ගෙන් හතරෙන් එකකට වඩා (28%) පමණක් ඔවුන්ගේ පවුලේ සාමාජිකයන්ගෙන් (75%) ක්, මිතුරන්ගෙන් හෝ අසල්වැසියන්ගෙන් (27%) ක් සහ පොලිසියෙන් (18%) ක් උපකාර පැතූහ.

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අය සඳහා වන සේවාවන් සීමිත වීම සහ ලබා ගත හැකි සේවාවන්හි ගුණාත්මකභාවය ද දුර්වල වීම නිසා තත්වය තවත් උග්‍ර වේ. ස්ත්‍රී පුරුෂ සමානාත්මතාවය සහ කාන්තා සවිබල ගැන්වීම පිළිබඳ ජාතික ප්‍රතිපත්තියේ මෙසේ සඳහන් වේ:

සමාජභාවය මත පදනම් වූ ප්‍රචණ්ඩත්වය ආමන්ත්‍රණය කිරීම සඳහා සහාය සේවා ප්‍රමාණවත් නොවන අතර රට පුරා ඒකාකාරව ලබා ගත නොහැක. මේවාට කඩිනම් ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම සඳහා ප්‍රමාණවත් සම්පත් සහ පුහුණුවක් නොමැතිකම ඇතුළත් වේ, නමුත් ඒවාට පමණක් සීමා නොවේ.[3]

---

1. 2023-24 මානව සංවර්ධන දර්ශකයේ රටවල් 189 න් 78 වන ස්ථානයට ශ්‍රී ලංකාව පත්ව ඇත.
2. 2023-24 ස්ත්‍රී පුරුෂ අසමානතා දර්ශකයේ ශ්‍රී ලංකාව 90 වන ස්ථානයේ සහ 2024 ගෝලීය ස්ත්‍රී පුරුෂ පරතරය දර්ශකයේ 122 වන ස්ථානයේ පසුවේ.
3. පිටුව 42

සම්මත මෙහෙයුම් ක්‍රියා පටිපාටියේ අරමුණ සහ විෂය පථය

මෙම සම්මත මෙහෙයුම් ක්‍රියාපටිපාටියේ (SOP) අරමුණ වන්නේ ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයන්ට ප්‍රාදේශීය මට්ටමේ ප්‍රතිචාරය ශක්තිමත් කිරීමයි. ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලවල නිලධාරීන් වෙත ළඟා වන ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙහි වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අයට ප්‍රමිතිගත සහ ගුණාත්මක සත්කාර ලබා දීම සඳහා ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයන්ට (DV) ප්‍රතිචාර දැක්වීමේදී සම්බන්ධ වන සෑම ක්‍රියාකරුවෙකුගේම ක්‍රියා පටිපාටි, භූමිකාවන් සහ වගකීම් එය පැහැදිලිව විස්තර කරනු ඇත.

මෙම SOP නිර්මාණය කර ඇත්තේ ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාල යටතේ සිටින නිලධාරීන් සඳහා වන අතර, ඔවුන් අතර:

1. **වනිතා සංවර්ධන නිලධාරීන්**
2. **උපදේශන නිලධාරීන්**
3. **සමාජ සේවා නිලධාරීන්**
4. **කාන්තා සංවර්ධන ක්ෂේත්‍ර සහකාරවරුන්**
5. **දිස්ත්‍රික්ක මනෝ සමාජීය නිලධාරීන්**
6. **පවුල් සෞඛ්‍යය සේවා නිලධාරීන්**
7. **සංවර්ධන නිලධාරී පරිවාස**
8. **ළමා ආරක්ෂණ නිලධාරීන්**
9. **ළමා අයිතිවාසිකම් ආරක්ෂණ නිලධාරීන්**
10. **මුල් ළමාවිය සංවර්ධන නිලධාරීන් සහ අනෙකුත් අදාළ නිලධාරීන්.**

මෙම (SOP), පවතින ජාතික නීති රාමුව මගින් මෙහෙයවනු ලබන අතර, ඒවාට ඇතුළත් වන්නේ:

- සියලුම පුද්ගලයින් නීතිය ඉදිරියේ සමාන වන අතර, නීතියේ සමාන ආරක්ෂාවට හිමිකම් ඇති 12(1) වගන්තිය සහ 12(2) වගන්තිය, 'කිසිම පුරවැසියෙකුට...ස්ත්‍රී පුරුෂ භේදය පදනම් කරගෙන වෙනස්කම් නොකළ යුතුයි' යනුවෙන් ශ්‍රී ලංකා ආණ්ඩුක්‍රම ව්‍යවස්ථාවේ[4] සඳහන්ව ඇත.
- ශ්‍රී ලංකාවේ දණ්ඩ නීති සංග්‍රහය[5], ව්‍යභිචාරය (364) බරපතල ලිංගික අපයෝජනය (365B), දරුවන්ට කෲරත්වය (308A) සහ ලිංගික හිරිහැර (345) මෙන්ම ස්ත්‍රී දූෂණය සහ ලිංගික ප්‍රචණ්ඩත්වය යන අපචාර පිළිබඳ විධිවිධාන මඟින් ආමන්ත්‍රණය කරයි.
- දණ්ඩ නීති සංග්‍රහයේ xvi පරිච්ඡේදය යටතේ සඳහන්ව ඇති වැරදි ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්ව ලෙස අර්ථ දක්වන අතර, චිත්තවේගීය අපයෝජනය ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයේ ආකාරයක් ලෙස ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය වැළැක්වීමේ පනතින් (2005) හඳුනා ගනී. අධිකරණය විසින් ආරක්ෂක නියෝගයක් ආකාරයෙන් කඩිනම් පිළියම් යෙදීම සඳහා ද එය විධිවිධාන සපයයි.
- අපරාධයක වින්දිතයින් සහ සාක්ෂිකරුවන්ගේ අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර ප්‍රමිතීන් ක්‍රියාත්මක කරන ලද්දේ අපරාධයක වින්දිතයින් සහ සාක්ෂිකරුවන් ආරක්ෂා කිරීමේ පනතින් (2015) ය. මෙම පනත මගින් සමානාත්මතාවය, සාධාරණත්වය, පෞද්ගලිකත්වය, කඩිනම් සහ සාධාරණ සහන ලබා ගැනීම සහ හානිවලින් ආරක්ෂා වීමේ අයිතිවාසිකම් සහතික කරන අතර ලිංගික හා සමාජභාවය මත පදනම් වූ ප්‍රචණ්ඩත්වයේ වින්දිතයින්-දිවි ගලවා ගත් කාන්තාවන් ආරක්ෂා කිරීම කෙරෙහි විශේෂයෙන් අවධානය යොමු කරන ලදී.
- සමාජභාවයේ සමානාත්මතාවය සහ කාන්තා සවිබල ගැන්වීම පිළිබඳ ජාතික ප්‍රතිපත්තිය (2024), ශ්‍රී ලංකාවේ ලිංගික හා සමාජභාවය

---

4. එමගින් සමානාත්මතාවය, භාෂණයෙ නිදහස, රැස්වීමේ නිදහස, සමාගමයේ නිදහස, යාම් ඊම් නිදහස සහ නීතිය ඉදිරියේ සමානාත්මතාවය සහතික කෙරේ.

5. මුලින් 1883 දී සංග්‍රහ කරන ලද අතර පසුව 1995 සහ 1996 දී සමාජභාවය මත පදනම් වූ ප්‍රචණ්ඩත්වය ආමන්ත්‍රණය කිරීමේ ප්‍රගතිශීලී වෙනස්කම් සමඟ සංශෝධනය කරන ලදී.

පදනම් කරගත් ප්‍රචණ්ඩත්වය ආමන්ත්‍රණය කිරීම සඳහා බහු-ආංශික ජාතික ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම ii (2024 - 2028) සහ එක්සත් ජාතීන්ගේ ආරක්ෂක මණ්ඩලයේ කාන්තාවන්, සාමය සහ ආරක්ෂාව පිළිබඳ යෝජනා ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා වූ ජාතික ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම (2023 - 2027) ඇතුළු ජාතික ප්‍රතිපත්ති.

ශ්‍රී ලංකාව එක්සත් ජාතීන්ගේ මානව හිමිකම් ගිවිසුම්[6] සියල්ල අනුමත කර ඇති අතර, ඒවාට අනුකූල වීමට බැඳී සිටී. කාන්තා අයිතිවාසිකම් කෙරෙහි විශේෂයෙන් අවධානය යොමු කරන ගෝලීය සැලැස්මක් වන බීජිං ක්‍රියාකාරී වේදිකාවට ද ශ්‍රී ලංකාව අනුමැතිය ලබා දී ඇත.

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයට (DV) ප්‍රතිචාර දැක්වීම සඳහා විවිධ අංශ තුළ සංවර්ධනය කරන ලද පවතින මාර්ගෝපදේශ සහ ක්‍රියා පටිපාටි මෙම සම්මත මෙහෙයුම් ක්‍රියා පටිපාටිය (SOP) ප්‍රතිස්ථාපනය නොකරයි. ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් දිවි ගලවා ගත් අය සඳහා පුළුල් හා කාලෝචිත සේවාවන් සැපයීම සඳහා සියලුම අංශ ව්‍යුහගත රාමුවක් තුළ සම්බන්ධීකරණයෙන් කටයුතු කරන බව සහතික කිරීම සඳහා මෙය සංවර්ධනය කර ඇති අතර, එලදායී යොමු කිරීම් සිදු කිරීමේදී ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලවල නිලධාරීන්ගේ කාර්යභාරය කෙරෙහි විශේෂ අවධානයක් යොමු කෙරේ.

ප්‍රධාන නියමයන්හි අර්ථ දැක්වීම් සහ පැහැදිලි කිරීම්

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය (DV) - පීඩාවට පත් පුද්ගලයා සහ අදාළ පුද්ගලයා අතර පුද්ගලික සම්බන්ධතාවයෙන් පැන නගින, එම අදාළ පුද්ගලයා විසින් නිවසේ හෝ පිටත පරිසරය තුළ සිදු කරන ලද ඕනෑම ශාරීරික, වාචික හෝ චිත්තවේගීය අපයෝජනයකි. ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය යනු ලිංගික සහ සාමාජභාවය මත පදනම් වූ ප්‍රචණ්ඩත්වයේ ආකාරයකි. එය සමීප සහකරු ප්‍රචණ්ඩත්වය සහ පවුල් ප්‍රචණ්ඩත්වය යන දෙකම ආවරණය කරයි.

අත්‍යවශ්‍ය සේවා - සෞඛ්‍ය සේවා, සමාජ සේවා, පොලිස් සහ අධිකරණ අංශ මගින් සපයනු ලබන මූලික සේවා සමූහයකි. ලිංගික සහ සාමාජභාවය මත පදනම් වූ ප්‍රචණ්ඩත්වය අත්විඳින ඕනෑම පුද්ගලයෙකුගේ අයිතිවාසිකම්, ආරක්ෂාව සහ යහපැවැත්ම අවම වශයෙන් මෙම සේවාවන් විසින් සුරක්ෂිත කළ යුතුය.

සාමාජභාවය* - කාන්තාවන් සහ පිරිමින්ගේ සමාජීය වශයෙන් ගොඩනඟන ලද ලක්ෂණ - සම්මතයන්, භූමිකාවන් සහ කාන්තාවන් සහ පිරිමින්ගේ කණ්ඩායම් අතර සහ ඔවුන්ගේ සබඳතා වැනි දේ.

සමාජභාවයෙහි අනන්‍යතාවය - පුද්ගලයෙකුගේ හැඟීම් සහ ඔවුන්ගේ සාමාජභාවය පිළිබඳ විශ්වාසයන්. මෙය උපතේදී ඔවුන්ට පවරා ඇති ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවයට සමාන හෝ වෙනස් විය හැකිය.

සමීප සහකරු ප්‍රචණ්ඩත්වය (IPV) - වත්මන් හෝ පෙර පෙම්වතා, පෙම්වතා, සැමියා හෝ සංවාසයේ යෙදෙන සහකරු විසින් සිදු කරන ලද ලිංගික අතවර, ශාරීරික පහරදීම් සහ ලුහුබැඳීම් ඇතුළත් වේ. සමලිංගික සහ විරුද්ධ ලිංගයේ සහජීවන යන දෙකම අර්ථ දැක්වීමට ඇතුළත් වේ.

අපරාධකරු - තම කැමැත්තට එරෙහිව තවත් කෙනෙකුට සිදු කරන ලද ප්‍රචණ්ඩත්වය හෝ වෙනත් අපයෝජනයක් සෘජුවම ඇති

6. සිවිල් සහ දේශපාලන අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර ගිවිසුම (ICCPR); ආර්ථික, සමාජීය සහ සංස්කෘතික අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර ගිවිසුම (CESCR); ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ සම්මුතිය (CRC); වධදීමට සහ අනිකුත් කෲර, අමානුෂික හෝ නින්දිත සැළකීමට හෝ දඬුවම්වලට එරෙහිව වූ සම්මුතිය (CAT); සහ කාන්තාවන්ට එරෙහි සියලු ආකාරයේ වෙනස්කම් කිරීම් තුරන් කිරීමේ සම්මුතිය (CEDAW) ඇතුළුව.

* gender යන්නට සමාජයේ බොහෝ විට භාවිතා වන්නේ ස්ත්‍රී - පුරුෂ සමාජභාවය යන්නයි. මෙමගින් ස්ත්‍රීන් සහ පුරුෂයන් පමණක් අදහස් වන්නේ විවිධ අනන්‍යතා සහිත ප්‍රජාව බැහැර කරමිනි. සියලු දෙනා ඇතුළත් කර ගැනීම (inclusivity) ප්‍රවර්ධනය කිරීමට කටයුතු කරන ආයතනයක් වශයෙන් සමානාත්මතාවය සහ යුක්තිය සඳහා වූ කේන්ද්‍රය (CEJ), ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය වෙනුවට සමාජභාවය යන යෙදුම සුදුසු පරිදි යොදා ගනියි. මෙම යෙදුම, සම්ප්‍රදායික ද්වීමය සීමාවන්ට ඔබ්බෙන් සියලු දෙනා ඇතුළත් කරගත් වටාපිටාවක් නිර්මාණය කරයි.

කරන හෝ වෙනත් ආකාරයකින් සහාය දෙන පුද්ගලයෙකු, කණ්ඩායමක් හෝ ආයතනයක්.

විශේෂඥ සේවා සඳහා යොමු කිරීමේ මාර්ගය - යනු වින්දිතයින්-දිවි ගලවා ගත් අය අවශ්‍ය සත්කාර සහ සහාය සඳහා සෞඛ්‍ය, මනෝ සමාජීය සහාය, යුක්තිය වැනි සේවාවන් වෙත ආරක්ෂිතව සහ ඵලදායී ලෙස සම්බන්ධ කරන ව්‍යුහගත ක්‍රියාවලියකි.

ලිංගික සහ සාමාජභාවය මත පදනම් වූ ප්‍රචණ්ඩත්වය (SGBV) - පුද්ගලයෙකුගේ සාමාජභාවය මත පදනම්ව, ශාරීරික, ලිංගික, මානසික හෝ ආර්ථික හානියක් හෝ දුක් වේදනා ඇති කරන හෝ ඇති කිරීමට ඉඩ ඇති ඕනෑම ක්‍රියාවක්.

පාර්ශ්වකරුවන් - ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයට ප්‍රතිචාර දැක්වීමේදී කාර්යභාරයක් ඇති සියලුම රජයේ සහ සිවිල් සමාජ සංවිධාන. ඔවුන් අතර වින්දිතයින්-දිවි ගලවා ගත් අය සහ ඔවුන්ගේ නියෝජිතයින්, සමාජ සේවා, සෞඛ්‍ය සේවා අංශය, නීති අංශය, පොලිසිය, අධිකරණ අංශය, ළමා ආරක්ෂණ ආයතන සහ අධ්‍යාපන අංශය ඇතුළත් වේ.

කාන්තාවන්ට එරෙහි ප්‍රචණ්ඩත්වය (VAW) - කාන්තාවන්ට ශාරීරික, ලිංගික හෝ මානසික හානියක් හෝ දුක් විඳීමක් ඇති කරන හෝ ඇති කිරීමට ඉඩ ඇති ඕනෑම සාමාජභාවය මත පදනම් වූ ප්‍රචණ්ඩ ක්‍රියාවක්, එවැනි ක්‍රියාවන්හි තර්ජන, බලහත්කාරය හෝ අත්තනෝමතික නිදහස අහිමි කිරීම ඇතුළුව, ප්‍රසිද්ධියේ හෝ පෞද්ගලික ජීවිතයේදී සිදු වේ.

සමීප සහකරු ප්‍රචණ්ඩත්වය, සහකරු නොවන ලිංගික ප්‍රචණ්ඩත්වය, ජාවාරම සහ ස්ත්‍රී ප්‍රජනකාංග ඡේදනය (කාන්තා චර්මච්ඡේදනය) වැනි හානිකර භාවිතයන් වැනි කාන්තාවන්ට සහ ගැහැණු ළමයින්ට එරෙහි විවිධ ආකාරයේ ප්‍රචණ්ඩත්වයන් එයට ඇතුළත් වේ.

වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා - ප්‍රචණ්ඩත්වය අත්විඳ ඇති පුද්ගලයෙක්. 'වින්දිතයා' සහ 'දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා' යන යෙදුම් බොහෝ විට එකිනෙකට වෙනස් ලෙස භාවිතා වේ. මෙහිදී, දෙකම භාවිතා කරනුයේ පුද්ගලයා ප්‍රචණ්ඩත්වයට මුහුණ දී ඇති නමුත් තමන් තුළම නියෝජී තත්වයක් ඇති බව පෙන්වීමට ය.

කාන්තා බලගැන්වීම - කාන්තාවන්ට තම ජීවිත කෙරෙහි පාලනයක් ඇති කරගැනීමට සහ ඔවුන්ගේ අනාගතය පිළිබඳව තීරණ ගැනීමට හැකි බව දැනීමට උපකාර කිරීම. බලගැන්වීම යනු උපදේශන මැදිහත්වීම්වල සහ සමහර මනෝ විද්‍යාත්මක මැදිහත්වීම්වල ප්‍රධාන ලක්ෂණයකි.

මාර්ගෝපදේශක මූලධර්ම

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයට ප්‍රතිචාර දැක්වීමට සහ වින්දිත දිවි ගලවා ගත් අයගේ ආරක්ෂාව සහ යහපැවැත්ම පවත්වා ගැනීමට යතුර වන්නේ ප්‍රචණ්ඩත්වයේ සාමාජභාවය, එහි හේතු සහ ප්‍රතිවිපාක තේරුම් ගැනීම සහ අයිතිවාසිකම් සහ බලගැන්වීමේ සංස්කෘතියක් තුළ සේවාවන් සැපයීම, වින්දිත දිවි ගලවා ගත් අයට ඇති තෝරාගැනීම් පරාසය සලකා බැලීමට සහාය වීම සහ ඔවුන්ගේ තීරණ වලට සහාය වීමයි. ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් පීඩාවට පත් වූ පුද්ගලයින්ගේ අද්විතීය අත්දැකීම් සහ සේවා ලබා ගැනීමේදී ඔවුන් මුහුණ දෙන නිශ්චිත බාධක සැලකිල්ලට ගත යුතුය. ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් දිවි ගලවා ගත් අයට අත්‍යවශ්‍ය සේවාවන් සපයන විට යෙදිය යුතු ප්‍රධාන මාර්ගෝපදේශ මූලධර්ම පහත දැක්වේ.

- **අයිතිවාසිකම් මත පදනම් වූ එළැඹුම :** රාජ්‍යයට තම පුරවැසියන්ගේ අයිතිවාසිකම්වලට ගරු කිරීම, ආරක්ෂා කිරීම සහ ඉටු කිරීම මූලික වගකීමක් බව පිළිගනී. ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය යනු මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය කිරීමකි, විශේෂයෙන් බියෙන් හා ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් තොර ජීවිතයකට ඇති අයිතිය. වින්දිතයින්ගෙන් දිවි ගලවා ගත් අයගේ ආරක්ෂාව සහ යහපැවැත්මට ප්‍රමුඛත්වය දෙන, ඔවුන්ට ගෞරවයෙන්, ගෞරවයෙන් සහ සංවේදීතාවයෙන් සලකන සහ ඉහළම ළඟා කර ගත හැකි සේවා ප්‍රමිතීන් සපයන සේවාවන් සඳහා මෙය අවශ්‍ය වේ.
- **සමාජභාවී සමානාත්මතාවය සහ බලගැන්වීම ප්‍රවර්ධනය කිරීම:** සමාජභාවී අසමානාත්මතාවය සහ වෙනස්කොට සැලකීම, ලිංගික සහ සමාජභාවය මත පදනම් වූ ප්‍රචණ්ඩත්වය, විශේෂයෙන්ම ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයට මූලික හේතූන් සහ ප්‍රතිවිපාක වේග ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය අනුමත නොකිරීම, ඉවසා සිටීම හෝ පවත්වාගෙන යාම සිදු නොවන බව සේවාවන් සහතික කළ යුතුය. අත්‍යවශ්‍ය සේවා ප්‍රතික්ෂේප කරන තීරණ ඇතුළුව,

වින්දිත දිවි ගලවා ගත් අයට තමන්ගේම තීරණ ගැනීමට අයිතියක් ඇති නියෝජිතායතනය සේවාවන් ප්‍රවර්ධනය කළ යුතුය.

- **වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අය කේන්ද්‍ර කරගැනීම**: මෙය වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අයගේ අයිතිවාසිකම්, අවශ්‍යතා සහ ආශාවන් සේවා සැපයීමේ කේන්ද්‍රයේ තබයි. මේ සඳහා වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අයගේ බහුවිධ අවශ්‍යතා, විවිධ අනතුරු සහ අවදානම් විය හැකිබව, ගනු ලබන තීරණ සහ ක්‍රියාමාර්ගවල බලපෑම සලකා බැලීම අවශ්‍ය වන අතර ක්‍රියාමාර්ග එක් එක් පුද්ගලයාගේ අද්විතීය අවශ්‍යතාවලට අනුව සකස් කර ඇති බවත් ඔවුන්ගේ කැමැත්තට ප්‍රතිචාර දක්වන බවත් සහතික කරයි. නිදසුනක් වශයෙන්, සේවාවන්ට කැමැත්ත ලබා දීමට පෙර, පොලිසියට හෝ අධිකරණ බලධාරීන්ට අනිවාර්ය වාර්තා කිරීමේ අවශ්‍යතාව පිළිබඳව ඔවුන් දැනුවත් කළ යුතු අතර එමඟින් ඔවුන්ට ඕනෑම ප්‍රතිවිපාකයන් තේරුම් ගත හැකි අතර දැනුවත් තීරණයක් ගත හැකිය.

- **ආරක්ෂාව ඉතා වැදගත්**: අත්‍යවශ්‍ය සේවාවන් මගින් ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙහි බලපෑමට ලක් වූ පුද්ගලයින්ගේ ආරක්ෂාව සඳහා ප්‍රමුඛත්වය දිය යුතු අතර තවදුරටත් හානියක් සිදු කිරීමෙන් වැළකී සිටිය යුතුය. ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙහි වින්දිත - දිවි ගලවා ගත් අය සඳහා, මෙයින් අදහස් කරන්නේ අපරාධකරු අසල ජීවත්වීමේදී, සහ පවුලේ සාමාජිකයන්ගෙන් හෝ වෙනත් අයගෙන් සිදුවන අපකීර්තිය සහ වෙනස්කම් කිරීම වැනි අවදානම් හඳුනාගැනීම සහ එයට පිළිතුරු සෙවීම, ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය හා සම්බන්ධ නීති සහ ප්‍රතිපත්ති සහ යුක්තිය සඳහා ප්‍රවේශය, සහ වින්දිත - දිවි ගලවා ගත්තවුන්ගේ තත්ත්වය සහ දෙමාපියන්ගේ දරුවන් බලාගැනීමේ ක්‍රමවේද නිසා දෙමාපියන්ට හෝ ඔවුන්ගේ දරුවන්ට අනතුරක් ඇති කරවන හෝ පවත්වාගෙන යන ඕනෑම අවදානම් අවස්ථා හඳුනා ගැනීම සහ ඒවාට විසඳුම් සෙවීමයි.

- **අපරාධකරුගේ වගවීම**: සුදුසු අවස්ථාවලදී, අපරාධකරුවන්ගේ වගකිව යුතු බව ඉස්මතු කරලන්න. අධිකරණ පද්ධතිය තුළ යුක්තිය ඉටු කර ගැනීමට කැමති වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අය සඳහා අර්ථවත් ප්‍රවේශයක් ලබා දීම, තම නියෝජ්‍යත්වය ක්‍රියාත්මක කිරීමේ හැකියාව ප්‍රවර්ධනය කිරීම සහ යුක්තිය සෙවීමේ බර ඔවුන් මත නොව රාජ්‍යය මත පැටවෙන බව සහතික කිරීම ආදියෙන්ග සියලුම වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අය අපරාධ යුක්ති විනිශ්චය පද්ධතියට සහභාගී වීමට කැමති නොවන බැවින්, ආරක්ෂාව සහ වගවීම සඳහා වෙනත් ක්‍රම ද අත්‍යවශ්‍ය වේ. ඒවාට බලාත්මක කළ හැකි ආරක්ෂණ නියෝග යාන්ත්‍රණ සහ ප්‍රචණ්ඩත්වයට පහසුකම් සපයන විශ්වාස පද්ධති වෙනස් කිරීම අරමුණු කරගත් අපරාධකරු වැඩසටහන් සඳහා පහසු ප්‍රවේශය ඇතුළත් වේ.

- **රහස්‍යභාවය සහ දැනුවත් කැමැත්ත**: වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අයට තොරතුරු හෙළි කරන්නේ හෝ නොකරන්නේ කාටද යන්න තෝරා ගැනීමට අයිතියක් ඇත. අනෙකුත් පාර්ශවකරුවන් සමඟ ඕනෑම තොරතුරක් බෙදා ගැනීමට පෙර වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තාගේ දැනුවත් කැමැත්ත ලබා ගත යුතුය. පෝරමයක් ඇතුළුව දැනුවත් කැමැත්ත ලබා ගැනීම සඳහා නිශ්චිත ක්‍රියාවලියකට එකඟ විය යුතුය. දත්ත රැස් කිරීම සහ ආරක්ෂක අධීක්ෂණ අරමුණු සඳහා නඩුව පිළිබඳ හඳුනා නොගත් දත්ත බෙදා ගැනීම වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා තේරුම් ගෙන එකඟ විය යුතුය.

- **ගෞරවය**: ගනු ලබන සියලුම ක්‍රියාමාර්ග වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තාගේ තේරීම්, කැමැත්ත, අයිතිවාසිකම් සහ ගරුත්වයට ගරු කිරීම මගින් මෙහෙයවිය යුතුය.

- **වෙනස් කොට සැලකීම් නොකිරීම**: වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අයට ඔවුන්ගේ වයස,සාමාජභාවය, ආගම, ජාතිකත්වය, ජනවාර්ගිකත්වය, ලිංගික දිශානතිය හෝ වෙනත් ඕනෑම අනන්‍යතා සාධකයක් නොසලකා සමාන හා සාධාරණ සැලකිල්ලක් ලැබිය යුතු අතර පුද්ගල තත්වයන් සහ ජීවිත අත්දැකීම් වලට ප්‍රතිචාර දැක්විය යුතුය. අත්‍යවශ්‍ය සේවාවන් බහුවිධ වෙනස් කොට සැලකීම් වලට මුහුණ දෙන අයට ද සුදුසු පරිදි ප්‍රතිචාර දැක්විය යුතුය.

- **ළමයාගේ උපරිම යහපත**: වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා (වයස අවුරුදු 18 ට අඩු) දරුවෙකු වන විට, තීරණ ගැනීමේදී දරුවාගේ අයිතිවාසිකම් සැලකිල්ලට ගත යුතුය. වයස, සාමාජභාවය, සංස්කෘතික පසුබිම සහ දරුවාගේ අත්දැකීම් වැනි බොහෝ සාධක තීරණ ගැනීමේදී සලකා බැලිය යුතුය. මෙම මූලධර්මය පිළිබඳ ඕනෑම අර්ථකථනයක් එක්සත් ජාතීන්ගේ ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ සම්මුතියේ සහ ජාතික නීති සහ ප්‍රතිපත්තිවල හරය තුළ සිදු

කළ යුතු අතර, නීතිමය සහ ළමා ආරක්ෂණ දෘෂ්ටිකෝණ දෙකෙන්ම ලැබෙන විශේෂඥ උපදෙස්වලට නිසි සැලකිල්ලක් දැක්විය යුතුය. ශ්‍රී ලංකාවේ නීති රාමුවට අනුව, අධිකරණය දරුවෙකුගේ ඉහළ භාරකරු ලෙස සැලකේ.

සියලුම මාර්ගෝපදේශක මූලධර්මවලට අනුගත වීමට නොහැකි විය හැකි බව තේරුම් ගත හැකි නමුත්, ගනු ලබන සියලුම ක්‍රියාමාර්ගවලදී මාර්ගෝපදේශක මූලධර්ම ප්‍රමුඛ කාර්යභාරයක් ඉටු කරන බව සහතික කිරීමට සෑම උත්සාහයක්ම ගත යුතුය. මාර්ගෝපදේශක මූලධර්ම ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී උපකාරී වන ප්‍රායෝගික උපදෙස් කිහිපයක් පහත දැක්වේ:

මාර්ගෝපදේශක මූලධර්ම ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා ප්‍රායෝගික උපදෙස්	
වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තාගේ සහ පවුල් සාමාජිකයින්ගේ ආරක්ෂාව සැමවිටම සහතික කරන්න.	■ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අය ශාරීරිකව හා චිත්තවේගීයව ආරක්ෂා විය යුතුය. ඔවුන් බියට පත් විය හැකි අතර ඔවුන්ගේ පුද්ගලික ආරක්ෂාව පිළිබඳ සහතිකයක් අවශ්‍ය විය හැකිය. ■ ප්‍රජා නායකයින්, පොලිසිය, ආරක්ෂක ආයතන හෝ වෙනත් අයගේ සහාය හරහා ඔවුන්ට ක්ෂණික ආරක්ෂාව අවශ්‍ය විය හැකිය. ■ තවදුරටත් ප්‍රචණ්ඩත්වයේ අවදානම අවම කිරීම සඳහා ආරක්ෂක සැලැස්මක් සංවර්ධනය කිරීම සඳහා ඔවුන්ට සහාය අවශ්‍ය විය හැකිය. ■ පවුල් සහ/හෝ ආධාරක ජාලවලින් වෙන්ව සිටින, ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයේ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අයට තමන්ට සහ තම දරුවන්ට ආරක්ෂිත, නිදහස් සහ ආරක්ෂිත නවාතැන් සඳහා ක්ෂණික ප්‍රවේශයක් අවශ්‍ය විය හැකිය, මන්ද ඔවුන්ගේ අපරාධකරු ඔවුන්ගේ ප්‍රජාවේ හෝ සේවා ස්ථානයේ කොටසක් විය හැකිය. ■ ඔවුන්ගේ දරුවන්ගේ ආරක්ෂාව සහ ඔවුන්ගේ දරුවන්ගේ භාරකාරත්වය පවත්වා ගැනීමට ඇති ඔවුන්ගේ ආශාව ද සලකා බැලිය යුතුය.
බලපෑමට ලක් වූ පුද්ගලයා/පුද්ගලයින් සහ ඔවුන්ගේ පවුල්වල පෞද්ගලිකත්වය සහ රහස්‍යභාවය සැමවිටම ගරු කරන්න.	■ පෞද්ගලික සැකසුම් තුළ, සම්මුඛ පරීක්ෂණ පැවැත්විය යුතුය. ■ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් කාන්තාවන් සඳහා, කාන්තාවන්ට එරෙහි ප්‍රචණ්ඩත්වය/ ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය පිළිබඳ සිද්ධීන් සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීමට පුහුණුව ලත් පරිවර්තකයින් ඇතුළු කාන්තා කාර්ය මණ්ඩලය සමඟ සම්මුඛ සාකච්ඡා සහ විභාග පැවැත්වීමට සැමවිටම උත්සාහ කරන්න. ■ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා පිළිබඳ තොරතුරු බෙදා ගත හැක්කේ ඔවුන් එසේ කිරීමට දැනුවත් සහ නිශ්චිත කැමැත්ත ලබා දී ඇත්නම් පමණි. රහසිගතව තබා ගැනීමට අවශ්‍ය දේ තීරණය කළ යුත්තේ වින්දිත- දිවි ගලවා ගත් අයයි. ■ ඔවුන් කැමැත්ත ලබා දෙන්නේ නම්, සේවා සඳහා යොමු කිරීම් වැනි වින්දිතයාට උපකාර කිරීම සඳහා අදාළ සහ උචිත තොරතුරු පමණක් අන් අය සමඟ බෙදා ගන්න. මෙය වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා නිවසට ආපසු පැමිණි විට සිදු වෙන සන්නිවේදනය සඳහා ද අදාළ වේ. ■ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් කාන්තාවන් පිළිබඳ සියලුම ලිඛිත තොරතුරු ආරක්ෂිත, අගුළු දැමූ ගොනුවල පවත්වා ගත යුතුය.
වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තාගේ තේරීම්, අපේක්ෂාවන්, අයිතිවාසිකම් සහ ගරුත්වයට ගරු කරන්න.	■ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තාගේ තේරීම්, අපේක්ෂාවන්, අයිතිවාසිකම් සහ ගරුත්වයට ගරු කරන්න. ■ ගෞරවනීය වන්න සහ විවේචනාත්මක නොවෙන ආකාරයක් පවත්වා ගන්න. පුද්ගලයාට හෝ ඔවුන්ගේ සංස්කෘතියට, පවුලට හෝ තත්වයට අගෞරවයක් නොපෙන්වන්න. ■ ඉවසිලිවන්ත වන්න; වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා තම අත්දැකීම් ගැන කතා කිරීමට සූදානම් නැතිනම් වැඩි විස්තර සඳහා බලපෑම් නොකරන්න. ■ අදාළ ප්‍රශ්න පමණක් අසන්න. (නිදසුනක් වශයෙන්, වින්දිතයාගේ කන්‍යාභාවයේ තත්ත්වය අදාළ නොවේ). ■ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා සමඟ කෙරෙන සම්මුඛ සාකච්ඡා වලදී කතාව නැවත නැවත කිමට ඉල්ලා සිටීමෙන් වළකින්න. ■ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා පවසන දේ ප්‍රශ්න නොකරන්න.

වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අය සමඟ සිදුවන සියලු අන්තර්ක්‍රියා වලදී සහ සියලු සේවා සැපයීමේදී වෙනස්කම් නොකිරීම සහතික කිරීම.	■ ඔවුන්ගේ සමාජභාවය, වයස, අනන්‍යතාවය, සංස්කෘතිය,ලිංගික දිශානතිය, සමාජභාවී අනන්‍යතාවය, ජනවාර්ගිකත්වය සහ භාෂා මනාපයන් නොසලකා ඔවුන් සියල්ලන්ම අත්‍යවශ්‍ය සේවාවන් වෙත යොමු කරන්න. ■ භෞතික බාධක, සන්නිවේදන බාධක සහ වෙනත් බාධක ඉවත කර පිවිසිය හැකි ආකෘතියකින් සේවා සැපයීම. ■ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තන්ට වඩාත් හුරුපුරුදු භාෂාවෙන් සන්නිවේදනය කළ හැකි වන පරිදි අර්ථ නිරූපණය ලබා දෙන්න. ■ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අය අත්විඳ ඇති ප්‍රචණ්ඩත්වය පිලිබඳ දෝෂාරෝපනය නොකරන්න. ■ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අයට නීති සේවා සඳහා ප්‍රවේශය සහ යුක්තිය සඳහා සමාන ප්‍රවේශයක් ඇති බව සහතික කරන්න, සහ අපරාධකරුවන් වගකිව යුතු බව සහතික කරන්න. ■ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තන්ට ළඟා වීමට පහසු ස්ථානවල සේවා සැපයීම. ■ හදිසි ඇමතුම් ක්‍රමවේදයන් හෝ වෙනත් සන්නිවේදන ක්‍රම දේශීය භාෂා දෙකෙන්ම සහ හැකි සෑම විටම ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් ද ඇති බව සහතික කරන්න.

පර්යේෂණ සහ භාවිතයන් යෝජනා කරන්නේ සේවාවන් සපයන ආකාරය ඒවායේ කාර්යක්ෂමතාවයට සැලකිය යුතු බලපෑමක් ඇති කරන බවයි.

වාර්තාකරණය සහ විශේෂඥ සේවා සඳහා යොමු කිරීමේ පද්ධතිය

වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අයෙකුට, ඕනෑම කෙනෙකුට සිදුවීමක් හෙළි කිරීමට (හෝ නොකිරීමට) නිදහස සහ අයිතිය ඇත.

වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා සන්නිවේදනය කරන නිලධාරියා විසින් ලබා ගත හැකි සේවාවන්, සේවාවන්හි අවදානම් සහ ප්‍රතිලාභ පිළිබඳ පැහැදිලි සහ සම්පූර්ණ තොරතුරු ලබාදී ඇති බවත් ක්‍රියාවලිය පුරාවටම ඔවුන්ට සහාය වන බවත් සහතික කිරීම වැදගත් වේ. නිලධාරියා ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය විශේෂඥයෙකු නොවේ නම්, ඔවුන්ගේ එකඟතාවයට යටත්ව, වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා සුදුසු සේවා සපයන්නෙකු වෙත යොමු කිරීම ඔවුන්ට වැදගත් වේ.

අනිවාර්ය වාර්තාකරණය යනු සෞඛ්‍ය සේවා සපයන්නන් හෝ නම් කරන ලද පුද්ගලයින් සැබෑ හෝ සැක සහිත ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය පිළිබඳ ඕනෑම සිදුවීමක් වාර්තා කිරීමට අවශ්‍ය කරන නීති සම්පාදනයයි.

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තන් සඳහා, ඔවුන්ට ඇතිවිය හැකි ඕනෑම ප්‍රතිවිපාකයක් තක්සේරු කළ හැකි වන පරිදි ඕනෑම වාර්තාකරණ අවශ්‍යතා පිළිබඳව ඔවුන්ට දැනුම් දීම වැදගත් වන අතර, පසුව සම්පූර්ණ අවබෝධය මත පදනම්ව ඉදිරියට යාමට අවශ්‍ය දැයි තීරණය කිරීමට ඔවුන්ට අවසර දෙනු ලැබේ. පහත පියවර අනුගමනය කළ යුතුය:

- බලපෑමට ලක් වූ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තාට ඔබ වාර්තා කළ යුතු අන්දමේ තොරතුරු හෙළි කිරීමට පෙර, වාර්තා කිරීමේ අවශ්‍යතාවය පිළිබඳව දැනුම් දීම.

- ප්‍රතිවිපාක තක්සේරු කිරීමට සහ මෙම තොරතුරු මත පදනම්ව ඔවුන්ට ඔබට තොරතුරු හෙළි කිරීමට අවශ්‍ය දැයි තීරණය කිරීමට ඔවුන්ට අවසර දෙන්න.

ප්‍රතිවිපාක පිළිබඳ පූර්ණ අවබෝධයක් ඇතිව ඔවුන් ඔබට තොරතුරු හෙළි කිරීමට තීරණය කරන්නේ නම්, ඔබ කළ යුත්තේ:

- **ලිඛිත කැමැත්ත ලබා ගන්න**

- **අදාළ අධිකාරියට අවශ්‍ය වාර්තා ඉරිදිපත් කරන්න**

- **වාර්තාව ඉදිරිපත් කිරීමෙන් පසු, පසු විපරම් කරන්න**

- **වින්දිත- දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තාට සහාය වීම, උපකාර කිරීම සහ දැනුවත්ව තැබීම**

සහ වාර්තාව ඉදිරිපත් කිරීමෙන් පසු සිදු විය හැකි විමර්ශනය සහ අනෙකුත් ක්‍රියා පටිපාටි හරහා ඔවුන් වෙනුවෙන් පෙනී සිටීමයි.

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තන් සඳහා කාලෝචිත, ආරක්ෂිත සහ රහසිගත ආකාරයකින් සුදුසු, ගුණාත්මක, බහු-ආංශික සේවාවන් වෙත සම්බන්ධ කිරීම සඳහා යොමු කිරීමේ පද්ධතියක් ක්‍රියාත්මක වේ. එය රජයේ සහ රාජ්‍ය නොවන සේවා සපයන්නන් ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තන්ගේ මානව හිමිකම් ආරක්ෂා කිරීමට සහ ප්‍රවර්ධනය කිරීමට ඔවුන්ගේ බැඳීම් ඉටු කරන සහයෝගීතා රාමුවකි.

මෙයින් අදහස් කරන්නේ සේවා සපයන්නන් ලබා ගත හැකි සේවාවන් පිළිබඳව දැනුවත් විය යුතු අතර යොමු කිරීම් සඳහා ස්ථාපිත ක්‍රියාවලීන් තිබිය යුතු බවයි. ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තන් සඳහා යෝජිත උපකාර පැතීමේ ක්‍රමය සහ විශේෂඥ සේවා සඳහා යොමු කිරීමේ මාර්ගය පහත දැක්වන යොමු කිරීමේ මාර්ග කොටසේ පෙන්නුම් කෙරේ.

අවම වශයෙන්, සේවා සඳහා යොමු කිරීමේ පද්ධතියකට අවශ්‍ය වන්නේ:

- **සුදුසුකම් ලත් බහු-ආංශික සේවා සපයන්නන්ගේ ජාලයක්**
- **සෑම දිස්ත්‍රික්කයක් තුළම පවතින සේවා ස්ථානවල සේවා නාමාවලියක්**
- **වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තන්ට් කාලෝචිත, ආරක්ෂිත සහ රහසිගත සේවාවන් වෙත ප්‍රවේශ වීමට සහාය වන ප්‍රමිතිගත සහ ස්ථාපිත යොමු කිරීමේ මාර්ගයක්.**

යොමු කිරීමේ මාර්ගය

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තකුට බහුවිධ ප්‍රවේශ ස්ථානවලදී උපකාර පැතීමේ පද්ධතියට ඇතුළු විය හැකිය. ඔවුන් ලඟා වෙන පළමු නිලධාරියා, පළමු පෙළ සහාය ලබා දෙන බව සහතික කිරීම සඳහා, නිලධාරීන් තමන්ගේම හැකියාවන් පිළිබඳව දැනුවත් වීම සහ අනෙකුත් සේවා සපයන්නන්ගේ භූමිකාවන් සහ වගකීම් තේරුම් ගැනීම වැදගත් වේ. මෙම ප්‍රවේශය ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී, ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙහි වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තන්ට ඔවුන්ගේ අවශ්‍යතා සහ කැමැත්ත මත පදනම්ව විවිධ සේවාවන් වෙත ප්‍රවේශ වීම සඳහා යොමු කිරීමේ මාර්ගයක් හඳුනා ගැනීම උපකාරී වේ.

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයට ගොදුරු වූ සියලුම දෙනාට සහාය අවශ්‍ය නොවේ. බොහෝ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තන්ට සහාය අවශ්‍ය නොවනු ඇත හෝ ඉල්ලා නොසිටිනු ඇත. සමහරුන්ට, හදිසි

සෞඛ්‍ය සේවා, අධිකරණ වෛද්‍ය පරීක්ෂණ, මනෝ-සමාජීය සහාය වැනි සේවාවන් සහ ආරක්ෂිත නවාතැන්, ආර්ථික සහාය සහ ද්‍රව්‍යමය සහාය වැනි වෙනත් සමාජ සේවාවන් ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇත.

යොමු කිරීමේ මාර්ගයේදී, ඔවුන්ගේ ක්ෂණික සහ දිගුකාලීන අවශ්‍යතා සහ ප්‍රතිචාර තක්සේරු කිරීම වැදගත් වේ. පහත දැක්වෙන්නේ සලකා බැලීම සඳහා උපකාර පැතීමේ සහ යොමු කිරීමේ මාර්ගයක නියැදියකි. මෙය සාරාංශමය මාර්ගයක් වන අතර සේවා සපයන්නන්ගේ භූමිකාවන් සහ වගකීම් පහත විස්තර කර ඇත.

යොමු කිරීමේ මාර්ගයේ ප්‍රධාන පියවර පහත දැක්වේ:

- **ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය අනාවරණය කිරීම:** විශේෂඥ සේවා සඳහා යොමු කිරීමේ මාර්ගයේ පළමු පියවර වන්නේ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා යමෙකුට ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය අත්විඳ ඇති බවත් උපකාර සොයන බවත් පැවසීමයි. මෙය පවුලේ සාමාජිකයෙකු, මිතුරෙකු, සිවිල් සමාජ සංවිධානයක් හෝ රාජ්‍ය ආයතනයක් හරහා සිදුවිය හැකි අතර ඔවුන් ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයට යොමු කරයි. වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා තනිවම ද ඉදිරියට පැමිණිය හැකිය.

- **අර්බුදය පිළිබඳ තොරතුරු සහ ක්ෂණික ප්‍රතිචාර:** නිලධාරියා ආරක්ෂිත, සැලකිලිමත් පරිසරයක් සුදානම් කර , සිද්ධිය පිළිබඳ මූලික තක්සේරුවක් පවත්වයි. ක්ෂණික අවශ්‍යතා හඳුනාගෙන, ලබා ගත හැකි සේවාවන් සහ විකල්ප සහ අනිවාර්ය වාර්තාකරණය පිළිබඳ පැහැදිලි තොරතුරු ලබා දෙයි. වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අයගේ කැමැත්ත මත පදනම්ව යොමු කිරීම් සිදු කරයි. මූලික තක්සේරුවට වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තාට අවශ්‍ය මනෝ සමාජීය සහයෝගය පිළිබඳ තක්සේරුවක් ඇතුළත් විය යුතුය.

ලැබුණු තොරතුරු සහ වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තාගේ අවශ්‍යතා මත පදනම්ව, අනෙකුත් නිලධාරීන් සමඟ සාකච්ඡා කර සිද්ධි යොමු කිරීමේ සැලැස්මක් සකස් කරනු ලැබේ:

1. ඒකකය තුළ අභ්‍යන්තර යොමු කිරීම් (උපදේශනය, ළමා ආශ්‍රිත සහ සමාජීය බලගැන්වීම සඳහා)

2. සෞඛ්‍ය (රෝහල, මානසික සෞඛ්‍ය, වින්නඹු මාතාව, ආදිය), පොලිසිය සහ යුක්තිය (නීති ආධාර, කාසි අධිකරණය ආදිය), සමාජ, ආර්ථික සහ අධ්‍යාපනික සේවා සපයන්නන් සඳහා බාහිර යොමු කිරීම්.

වහාම අවධානය යොමු කළ යුතු අවශ්‍යතා වන්නේ සෞඛ්‍යයයි - **තුවාල සඳහා සත්කාර** සහ **සුදුසු පරිදි අධිකරණ වෛද්‍ය පරීක්ෂණයක්** වැනි සහ ඉන් අතුරින් තුවාල සඳහා සත්කාර ප්‍රමුඛතාවයයි. වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා ලිංගික ප්‍රචණ්ඩත්වයට ලක්ව ඇත්නම්, ඔවුන් අධිකරණ වෛද්‍ය පරීක්ෂණයකට (ඔවුන්ගේ එකඟතාවය මත පදනම්ව) යොමු කළ යුතු අතර ලිංගික අතවරයට ලක් වූවන් සඳහා අමතර සත්කාර ලබා දිය යුතුය. අධිකරණ වෛද්‍ය පරීක්ෂණය යනු අඩන්තේට්ටම පිළිබඳ භෞතික සාක්ෂි රැස් කිරීමේ ක්‍රියාවලියකි. වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා අධිකරණ වෛද්‍ය පරීක්ෂණය නොකිරීමට තෝරා ගත්තද, ගැබ් ගැනීම, HIV සහ අනෙකුත් ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන ආසාදන සඳහා පවතින වැළැක්වීමේ ප්‍රතිකාර පිළිබඳව ඔවුන් දැනුවත් කළ යුතුය. වැදගත් වන්නේ, මෙම ප්‍රතිකාර අපයෝජනය/ප්‍රහාරයෙන් පැය 48 සිට 72 දක්වා කාලය තුළ වඩාත් ඵලදායී වන බැවින්, හැකි ඉක්මනින් ලබා ගත හැකි සෑම ප්‍රතිකාරයක් පිළිබඳවම ඔවුන් දැනුවත් කළ යුතුය.

ඒ සමඟම, ඔවුන්ට **මනෝ-සමාජ සහයෝගය සහ තක්සේරුව සහ ක්ෂණික ආරක්ෂාව පිළිබඳ සැලැස්මක්** ලබා දිය යුතුය. පළමු පෙළ සහාය සහ සහායක සන්නිවේදනයන් සැපයීම සඳහා නිලධාරීන් පුහුණු කළ යුතුය. වින්දිතයාගේ-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තාගේ ආරක්ෂාව ක්ෂණික අවදානමක පවතී නම්, පොලිසියට කතා කිරීම හෝ ආරක්ෂිත ස්ථානයකට (පවුලේ සාමාජිකයෙකුගේ හෝ මිතුරෙකුගේ නිවස හෝ තාවකාලික නවාතැනක්) යාම වැනි ඔවුන්ගේ ආරක්ෂාව සඳහා සැලැස්මක් සලකා බැලිය යුතුය. නිලධාරියා තමන්ගේම ආරක්ෂාව පිළිබඳව ද දැනුවත් විය යුතුය.

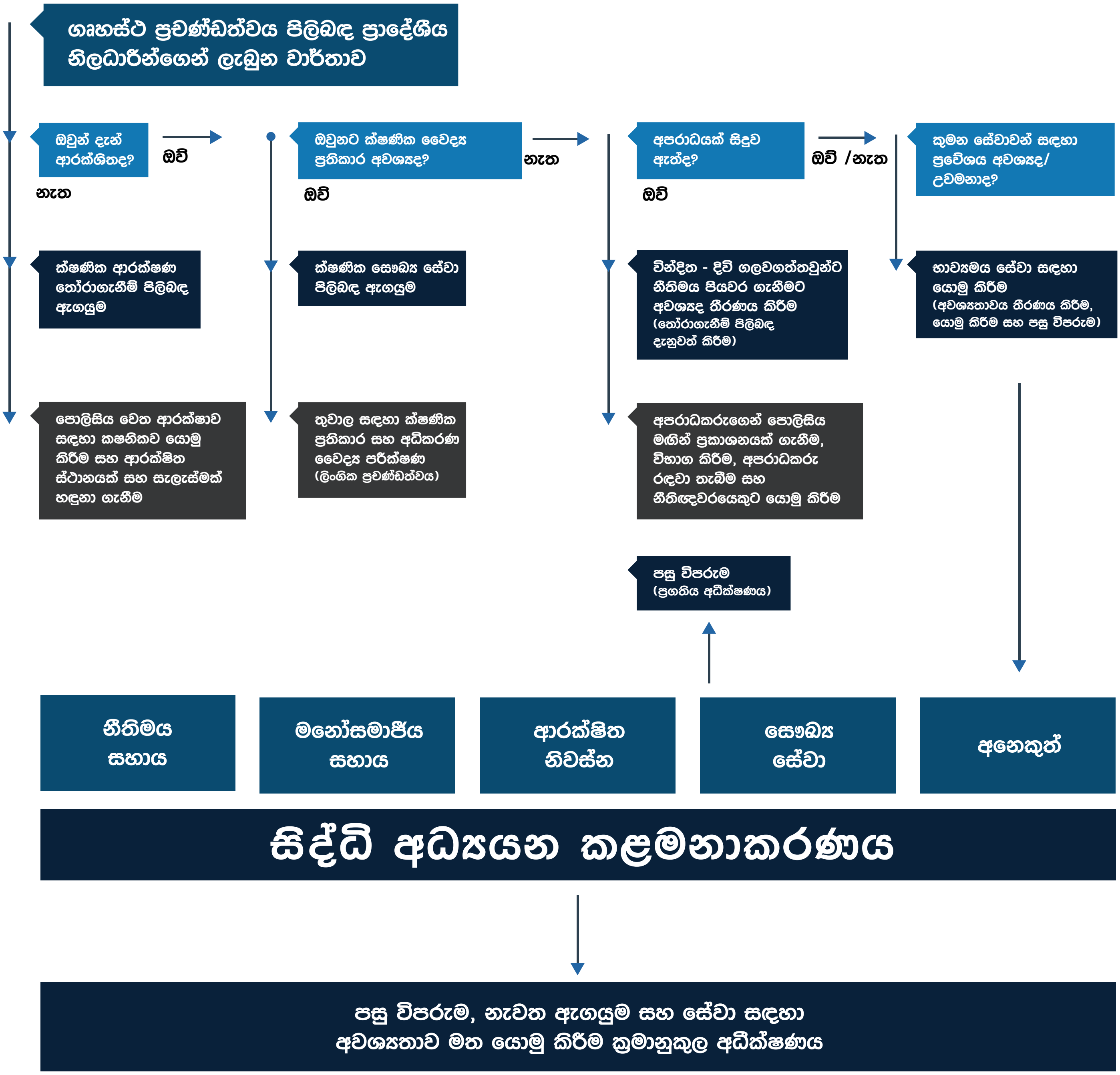
- **දිගුකාලීන සැලසුම් කිරීම සහ ප්‍රතිචාර දැක්වීම:** සෞඛ්‍යය හා ආරක්ෂාව සඳහා ඔවුන්ගේ ක්ෂණික අවශ්‍යතා සපුරා ගත් පසු, දිගුකාලීන අවශ්‍යතා සඳහා තක්සේරුවක් පැවැත්විය හැකිය. මෙම තක්සේරුව පුහුණු නඩු සේවකයින් විසින් ක්‍රියාත්මක කරන ලද සිද්ධි කළමනාකරණ ක්‍රියාවලියක් මත පදනම් විය යුතුය. වින්දිත්-දිවි ගලවා ගත් අයගේ අවශ්‍යතා තක්සේරු කළ යුතු අතර, ඔවුන්ගේ ඒක පුද්ගල තත්ත්වය සහ ඔවුන්ගේ තේරීම් මත පදනම්ව සේවාවන් සැපයිය යුතුය හෝ යොමු කළ යුතුය.

තක්සේරු කිරීම සඳහා ප්‍රධාන ක්ෂේත්‍ර වන්නේ තවදුරටත් මනෝ-සමාජ සහයෝගය, ආරක්ෂාව, නවාතැන්, ද්‍රව්‍යමය සහාය, නීතිමය තොරතුරු සහ සහාය, වෙනත් සෞඛ්‍ය සේවා සහ ඔවුන්ට අවශ්‍ය විය හැකි වෙනත් සේවාවන් ය.

විශේෂඥ සේවා සඳහා යොමු කිරීමක් ආරම්භ කරන සෑම අවස්ථාවකම එම අත්‍යවශ්‍ය තොරතුරු සපයන බවත්, යොමු කිරීම ඉටු කරන සේවා සපයන්නන් විසින් මෙම තොරතුරු ලබා ගන්නා බවත් සහතික කිරීම සඳහා යොමු කිරීමේ මාර්ගයේ සේවා සපයන්නන් විසින් ප්‍රමිතිගත යොමු කිරීමේ පෝරමයක් භාවිතා කළ යුතුය.

- **නඩු පසු විපරම් සහ වසා දැමීම:** නඩු යොමු කිරීමේ සැලැස්ම මඟින් හඳුනාගෙන ඇති සියලුම යොමු කිරීම් සිදු කිරීමෙන් පසුව සහ යොමු කිරීමේ මාර්ගයේ සේවා සපයන්නන් ඔවුන්ගේ සේවාවන් ලබා දුන් පසුව,, සම්බන්ධීකරණ නිලධාරියා වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා හමුවී ඔවුන්ගේ සියලු අවශ්‍යතා සපුරා ඇත්දැයි හඳුනා ගනු ඇත. වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා ලැබුණු සේවාවන් හරහා ඔවුන්ගේ සියලු අවශ්‍යතා සපුරා ගෙන ඇත්නම්, යොමු කිරීම් සම්පූර්ණ කර ඇති බව නිලධාරියාට නිගමනය කළ හැකිය. එසේ නොමැති නම්, වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තාට අවශ්‍ය සියලු සහාය ලැබෙන තෙක් තවදුරටත් යොමු කිරීම් සිදු කරනු ලැබේ.

යොමු කිරීමේ මාර්ගය



ලේඛනගත කිරීම සහ තොරතුරු හුවමාරු කිරීම

එක් එක් නිලධාරියා වෙත පැමිණෙන ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය පිළිබඳ සිද්ධීන්, සපයනු ලබන සේවාවන් සහ වඩා හොඳ සේවා සැපයීම සහ සිද්ධි කළමනාකරණය සඳහා කරන ලද යොමු කිරීම් ලේඛනගත කිරීම වැදගත් වේ. ප්‍රතිචාර පද්ධතියේ ක්‍රියාකාරීත්වය විශ්ලේෂණය කිරීම ද අවශ්‍ය වේ. දත්ත ලේඛනගත කිරීමේදී සහ එකතු කිරීමේදී **'කිසිදු හානියක් නොකිරීම'** යන මූලධර්මයට ගරු කළ යුතුය. රහස්‍යභාවය ඉතා වැදගත් විය යුතු අතර වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තාගේ ප්‍රකාශිත කැමැත්තකින් තොරව කිසිදු තොරතුරක් බෙදා නොගත යුතුය නැතහොත් හඳුනාගත හැකි සියලු තොරතුරු පිටතට ගත යුතුය.

පහත සඳහන් තොරතුරු එක් එක් සිද්ධි නඩු ගොනුවට ඇතුළත් කළ හැකිය:

ප්‍රචණ්ඩත්වයේ වර්ගය: ශාරීරික, ලිංගික, චිත්තවේගීය/මානසික, වාචික, ආදිය.

වාර්තා කරන ලද ප්‍රචණ්ඩත්වයේ දිනය

වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා පිළිබඳ තොරතුරු: සමාජභාවය, වයස, ජනවාර්ගිකත්වය, ආගම, භාෂාව, රැකියාව, වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා සහ අපරාධකරු අතර තිබෙන සම්බන්ධතාවය, ලිපිනය, දරුවන්ගේ විස්තර, හදිසි අවස්ථාවලදී දැනුම් දිය යුතු පුද්ගලයන් සහ සම්බන්ධතා විස්තර යනාදිය.

අපරාධකරු පිළිබඳ තොරතුරු: වයස් කාණ්ඩය (වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා විසින් වාර්තා කරන ලද පරිදි) සහ සමාජභාවය (වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා විසින් වාර්තා කරන ලද පරිදි). නිලධාරියා අපරාධකරු සමඟ සන්නිවේදනය තිබේ නම්, අපරාධකරුගේ සැබෑ වයස සහ සමාජභාවය

ලියාපදිංචි කිරීම: ප්‍රචණ්ඩත්වය ලියාපදිංචි කළ දිනය; ආයතනය/පුද්ගලයා ලියාපදිංචි කිරීම සහ ඔවුන්ගේ තනතුර

භූගෝලීය යොමුව: ප්‍රචණ්ඩත්වය සිදු වූ ස්ථානය (උදා: නගරය/ගම, දිස්ත්‍රික්කය, පළාත)

සිදුවීම සිදු වූ ස්ථානය: උදා: නිවස, පාසල, රැකියාව, පොදු අවකාශය, ආදිය.

පරිගණකයක් භාවිතයෙන් ප්‍රචණ්ඩත්වය සිදු කර ඇත්දැයි හඳුනා ගන්න (සයිබර් අපරාධ)

ප්‍රතිචාරය: සපයනු ලබන සේවාවන් (ඔව්/නැත/අදාළ නොවේ/වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා ප්‍රතික්ෂේප කරන ලදී/වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා පසුව පැමිණීමට තීරණය කළේය); සේවා සඳහා යොමු කිරීම (ඔව්/නැත/අදාළ නොවේ/වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තා ප්‍රතික්ෂේප කරන ලදී/ යොමු කරන ලද සේවාවන්).

අධීක්ෂණය සහ ඇගයීම

සපයනු ලබන සේවාවන්හි ගුණාත්මකභාවය වරින් වර අධීක්ෂණය කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයෙන් සහාය ලබාගෙන ඇති වින්දිත - දිවි ගලවා ගත් අයව අහඹු සමීක්ෂණ මගින් හෝ ස්වාධීන නිරීක්ෂකයෙකු හරහා මෙය කළ හැකිය.

රාජ්‍ය සහ රාජ්‍ය නොවන සේවා සපයන්නන්ව සම්බන්ධීකරණය කිරීම

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් තැනැත්තන්ට සහයෝගී, විස්තීර්ණ, කාර්යක්ෂම සහ කාලෝචිත සේවාවන් සැපයීම සඳහා සියලුම පාර්ශවකරුවන්ට සංවිධානාත්මක සම්බන්ධීකරණ යාන්ත්‍රණයක් තිබීම වැදගත් වේ.

හොඳින් සම්බන්ධීකරණය වූ ප්‍රතිචාරයක් මඟින් ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් වින්දිත-දිවි ගලවා ගත්

සෑම තැනැත්තකුටම ඔවුන්ගේ නිශ්චිත අවශ්‍යතා මත පදනම්ව සේවාවන් වෙත ප්‍රවේශය ලබා දෙන අතර ඔවුන්ගේ අයිතිවාසිකම් සහතික කිරීම සඳහා අපරාධකරුවන් වගකිව යුතුය.

ප්‍රාදේශීය මට්ටමින්, සේවා සපයන්නන්ට පොලිසිය, නීතිපති, සෞඛ්‍ය සහ සමාජ-ආර්ථික අංශ ඇතුළත් වේ.

සෑම අංශයකම සේවා සපයන්නන් හඳුනා ගැනීම වැදගත් වේ. **සේවා නාමාවලිය** මෙම අවස්ථාවේදී භාවිතා කළ යුතු ප්‍රධාන මෙවලමකි. භූමිකාවන් සහ වගකීම් ගෙනහැර දැක්වීමට අමතරව, යොමු කිරීම් පහසු කිරීම සහ සේවා සැපයීම සම්බන්ධීකරණය කිරීම සඳහා සේවා සපයන්නාගේ නම, සේවා කාණ්ඩය, ස්ථානය, සම්බන්ධතා තොරතුරු සහ වෙනත් තොරතුරු ඇතුළත් සේවා නාමාවලියක් සංවර්ධනය කළ යුතුය. තවද, ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වය පිළිබඳ සිද්ධි/නඩු සඳහා සම්බන්ධීකරණ ඒකක ලෙස එක් එක් සේවා සපයන්නාගෙන් නම් කරන ලද පුද්ගලයෙකු හඳුනා ගැනීම වැදගත් වේ.

ක්‍රමානුකූල සම්බන්ධීකරණ රැස්වීම් වරින් වර පැවැත්විය යුතුය.

සෑම වින්දිත-දිවි ගලවා ගත් අයකුගේම අවශ්‍යතා සපුරාලීම එක් සේවා සපයන්නෙකුට කළ නොහැක

ස්වයං රැකවරණය: ඔබ ගැන සැලකිලිමත් වීම

ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් වින්දිත-දිවි ගලවා ගත තැනැත්තන් සමඟ වැඩ කරන සේවා සපයන්නන් අන් අයට උපකාර කිරීමට කැපවී සහ කැමැත්තෙන් සිටියද, බොහෝ විට ඔවුන් නොදැන සිටින්නේ අපයෝජනයට සවන් දීමේ කාර්යය තමන්ට කොතරම් බලපාන්නේද යන්නයි. ප්‍රචණ්ඩත්වය සහ අපයෝජනය අත්විඳින පවුල් සමඟ වැඩ කිරීමේදී සහ දැවී යාම වළක්වා ගැනීමට සැපයුම්කරු සඳහා ස්වයං රැකවරණයේ වැදගත්කම මෙම කොටස ඉස්මතු කරයි. එය ස්වයං පරාවර්තනය, සමරූපී තැනැත්තන්ගේ සහයෝගය සහ මෙම පවුල් සඳහා ඒකාබද්ධව වැඩ කරන ප්‍රායෝගික ප්‍රවේශයක් දිරිමත් කරයි.

ඔබ ගැන සැලකිලිමත් වීමට උපදෙස් කිහිපයක් පහත දැක්වේ:

- ඔබ ආතතියට, වෙහෙසට හෝ අධික ලෙස පීඩාවට පත් වීම පිළිබඳව ඔබේ දැනුවත්භාවය සහ තේරුම් ගැනීම වැඩි දියුණු කරගන්න. - කෝපයට පත් වීම, වෙහෙසට පත්වීම, රැකියාවේදී උද්යෝගයක් නොමැතිකම මෙම සලකුණු වලින් කිහිපයකි
- ඔබේ වෘත්තීය කටයුතු සඳහා සහාය වීමට උපදේශකයෙකු, අධීක්ෂකවරයෙකු හෝ පුහුණුකරුවෙකු සිටින බවට වග බලා ගන්න .
- ඔබේ වෘත්තීය කණ්ඩායම සමඟ විවෘත සහ සහයෝගය දක්වන සංවාදයක් වර්ධනය කරගන්න.
- ‘යහපැවැත්ම’ ප්‍රවර්ධනය කරන ජීවන රටා තේරීම්. මේවාට සමීප සබඳතා, ආගම හෝ අධ්‍යාත්මිකත්වය, ධනාත්මක දෘෂ්ටියක් මෙන්ම ප්‍රමාණවත් නින්දක්, ව්‍යායාම, පෝෂණය සහ සිනහව වැනි සරල පියවර ඇතුළත් වේ.
- විශාල ඉලක්කය නිසාවෙන් දැඩිව වෙහෙසට පත් වන්නේ නැතිව කුඩා ජයග්‍රහණ සැමරීමට ඉගෙන ගන්න.
- අනෙකුත් සංකීර්ණ හා කාලය ගතවන වෘත්තීන් මෙන්, රැකියාව සහ පෞද්ගලිකත්වය අතර පැහැදිලි සීමාවන් තිබීම වැදගත් වේ.

Centre for Equality and Justice

37/2, එලිබෑන්ක් පාර, කොළඹ 05

srilanka.cej@gmail.com

0112 055 404