

Every Child is Precious....

Let's Protect Them

A Guide on Preventing Child Sexual Abuse
for Programme Implementers and Parents

*In English
Sinhala
Tamil*



- 1: Getting to know about child sexual abuse
- 2: Talking to children on child sexual abuse
- 3: Preventing sexual abuse of children occurring through cyber exploitation and violence



Save the Children

Every Child is Precious...

Let's Protect Them

*A Guide on Preventing Child Sexual Abuse for Parents
and Programme Implementers*

Chapter 1: Getting to know about child sexual abuse

Chapter 2: Talking to children on preventing child sexual abuse

*Chapter 3: Preventing sexual abuse in children occurring through cyber
exploitation and violence*



Save the Children

ISBN: 978-955-7680-04-0

The information contained in this report may be reproduced for non-commercial purposes with attribution to the copyright holders.

Printed by

Ari Investments (Pvt) Ltd

19, St. Josephs' Road, Nugegoda, Sri Lanka

Tele: 285 2410 Fax: 282 2615

E-mail: ariyaw@gmail.com

Forword

Child sexual abuse is a significant health and social issue prevailing in Sri Lanka. Out of the 9014 complaints of different types of child abuse received by the National Child Protection Authority in 2017, there were 501 cases of sexual harassment, 340 cases of rape, and 309 cases of grave sexual abuse. Despite the fact that child sexual abuse remains a considerable health and social issue, a booklet is still not available in all three languages for the general public in Sri Lanka, on the age appropriate messages that could be conveyed to the children in order to prevent and protect them from getting sexually abused.

This booklet is published as an effort to fill this gap, and it is developed with the intention of providing the general public with special reference to parents and guardians, as well as the programme implementers with the knowledge on different aspects of child sexual abuse and how to provide Sri Lankan children with the correct messages suitable for their age on getting protected from becoming victims of all forms of sexual abuse. Further, this booklet has also intended to address the occurrence of child abuse through cyber exploitation, which has become a significant issue in Sri Lanka since the recent times.

This publication is developed in three chapters addressing these aspects, where chapter 1 contains facts on basic awareness about child sexual abuse, chapter 2 describes how to address children on preventing child sexual abuse, and chapter 3 intends to create awareness among the readers about the relatively novel

topic of child sexual abuse occurring through cyber exploitation and violence, and how to save our children from that.

It is expected that the general public will be able to use this booklet for providing their children with correct and age-appropriate messages on preventing child sexual abuse. At the same time, this would enable the programme implementers to create awareness and develop skills in the community, especially in schools and other educational settings, on preventing child sexual abuse in Sri Lanka.

Nimali Wijegoonewardene
Janaki Vidanapathirana

Preface

I am pleased to introduce ‘A Guide on Preventing Child Sexual Abuse for Parents and Programme Implementers’ developed and published by the College of Community Physicians of Sri Lanka, supported by Save the Children.

Article 19 of the UNCRC affirms children’s right to live without violence, exploitation, abuse and neglect. Child sexual abuse is a serious crime against children and it can occur in many forms. It is important that parents, guardians and programme implementers are aware of all forms of sexual abuse and have an understanding on how to protect children from them.

We should recognize, however, that sexual abuse is a vast subject and there is a lot more to be researched on this topic. Save the Children would therefore like to encourage more people and institutions to engage in research and advocacy on this very vital topic, especially about new trends and the profiling of perpetrators.

This guide is a timely investment for two reasons. Firstly, most parents are not aware of how to best approach the subject of having a conversation about such a sensitive subject with their children. Secondly, sexual exploitation through the internet and social media platforms is steeply rising, and because of its visibility and exposure, children are often subject to multiple victimisation. I believe that this guide will help to fill the gaps in understanding and skills of parents, care givers and programme

implementers to identify early warning signs of child sexual abuse and take necessary measures to prevent it from occurring.

Preventing child sexual abuse should always be a collaborative effort. Together we can protect all Sri Lankan children.

Chris McIvor
Save the Children Country Director
Colombo.
September 2018

Our Special Thanks to:

Ranjan Weththasinghe, Senior Manager - Programme Development & Quality, Save the Children, Sri Lanka

Mr. Hans Bilimoria, Director, The Grass Rooted Trust for compiling the content mentioned under the Annex 2,3 and 4

Professor Ashvini Fernando, Professor of Paediatrics, Faculty of Medicine, University of Kelaniya.

Citation

Wijegoonewardene, N., & Vidanapathirana, J. (2018). A guide on Preventing Child Sexual Abuse for Parents and Programme Implementers: College of Community Physicians of Sri Lanka, Save the Children.

Table of Contents

Topic	Page No.
Chapter 1 Getting to know about Child Sexual Abuse	13
Section 1 - Let us be aware of child sexual abuse	14
1.1.1 What is child sexual abuse?	14
1.1.2 Who is more vulnerable?	17
1.1.3 What are the different forms of child sexual abuse?	18
1.1.3.1 Touch related abuse	18
1.1.3.2 Non-touch abuse	19
1.1.3.3 Cyber exploitation and violence	20
Section 2 - Identifying child sexual abuse	21

1.2.1 How can we suspect if a child has faced sexual abuse?	21
1.2.2 Behavioural features in children, suggestive of sexual abuse	21
1.2.3 Physical features in children, suggestive of sexual abuse	23
Section 3 - Helping a Child who has faced sexual abuse	24
1.3.1 How can we talk to them?	25
1.3.2 What can we do?	26
1.3.3 Offering legal support	26
Section 4 - Preventing our children from getting sexually abused	28
1.4.1 Preventing child sexual abuse	28
1.4.2 Whose responsibility is it to prevent child sexual abuse?	29
1.4.3 What can we expect by educating children on child sexual abuse?	31

Chapter 2 Talking to Children on Preventing Child Sexual Abuse	32
2.1 How can we talk to them?	33
2.2 Basic content of messages that can be given by the parents to children	34
2.3 Supervision of children	37
2.4 Giving age-appropriate messages	38
2.4.1 Talking to children aged 2 ½ - 3 years	38
2.4.2 Talking to children aged 4-8 years	39
2.4.3 Talking to children aged 9 – 13 years	42
2.4.4 Talking to children aged 14 – 18 years	43

Chapter 3 Preventing Sexual Abuse in Children Occurring through Cyber Exploitation and Violence	47
3.1 What is Cyber Exploitation and Violence?	48
3.2 Types of modern technologies which can lead to cyber exploitation and violence	51
3.3 Devices used for communication in modern cyber technologies	51
3.4 Different ways of committing cyber exploitation and violence	52
3.5 Teaching children how to use cyber technology responsibly	53
3.6 How to use parental controls in the usage of modern technological devices	58
3.7 What should be done if a child is found to be a victim of sexual abuse through cyber exploitation and violence?	60
References	153
Annex	155

Getting to know
Child Sexual
Abuse

CHAPTER 1

Section 1

Let us be aware of child sexual abuse

1.1.1 What is child sexual abuse?

The World Health Organization (WHO) defines child sexual abuse as *‘ the involvement of a child in sexual activity that he or she does not fully comprehend, is unable to give informed consent to, or for which the child is not developmentally prepared and cannot give consent, or that violates the laws or social taboos of society.’*

It further elaborates that *‘Child sexual abuse is evidenced by this activity between a child and an adult or another child who by age or development is in a relationship of responsibility, trust or power, the activity being intended to gratify or satisfy the needs of the other person’.*

According to the WHO, the act of child sexual abuse will include but is not limited to *‘ the inducement or coercion of a child to engage in any unlawful sexual activity, the exploitative use of a child in prostitution or other unlawful sexual practices or the exploitative use of children in pornographic performance and materials’.*

Child sexual abuse can occur in many forms, some more common than the others. It is very important that we are aware of these, in order to protect our children from the perpetrators. Child sexual abuse is actually an abuse of trust, power and authority.

It can lead to problems in the child, both in the short as well as long-term.

Child sexual abuse is a serious violation. It occurs more often than we think it to be happening. Many children may not tell anyone that they have undergone sexual abuse, most probably due to threats or manipulation by the perpetrator.

Both girls and boys can be victims of child sexual abuse, with more girls being abused than boys.

It is important to understand that children of any age can become prey to sexual abuse. What is alarming is that most often, the perpetrators of child sexual abuse are people well-known to the children. Most of them are adult males. Children who are sexually abused can also be experiencing physical, verbal and emotional abuse at the same time.

It is a heart-breaking fact that most of the child sexual abuse goes unreported. This is true in Sri Lanka, as well as around the world. Many children do not even reveal the facts to their parents or guardians, due to many reasons which will be discussed in the chapter two of this booklet.

Child sexual abuse can have devastating effects, both in the short-term as well as long-term. In addition to the immediate / short-term behavioural and physical features observed in these children which are discussed in section two, child sexual abuse can leave an unhealed scar, which can affect the person's family and sexual life well into their adult life. They will have issues about building healthy relationships and might feel insecure

during sexual relationships. Poor self-esteem can occur due to the feelings of guilt, shame and fear about the childhood experience, and the bad memories. Some might even have traumatic amnesia (forgetting), either complete or partial, where there is no recollection of the events of the abusive experience.

According to the reports of the National Child Protection Authority of Sri Lanka, 501 complaints of sexual harassment, 340 complaints of rape and 309 complaints of grave sexual abuse have been reported to them in 2017. This is an underestimation of the true picture in Sri Lanka, where many incidents are kept secret and not reported to the authorities.

According to the Penal Code of Sri Lanka, a person who engages in sexual intercourse with any female less than sixteen years of age can be found guilty of committing rape, irrespective of obtaining or not obtaining the consent. It is mentioned in the Penal Code that such a person 'can be punished with rigorous imprisonment for a term not less than seven years and not exceeding twenty years and with a fine, and shall in addition be ordered to pay compensation of an amount determined by court, to the person in respect of whom the offence was committed for the injuries caused to each person.' Even though such legal provisions are available, many cases of sexual assault are not reported.

1.1.2 Who is more vulnerable?

It is very important to keep in mind that any child can fall prey to sexual abuse. Parents always tend to think that their child is safe, and sexual abuse will happen only to someone else's child. But all children are vulnerable for sexual abuse, with certain conditions creating a higher degree of vulnerability.

Such factors are:

- Children with no parents
- Children whose parents are not available
- Children with only few friends
- Children living with a stepfather/ mother's boyfriend
- Mentally or physically disabled children
- Children living separately from biological parents
- Children from homes with alcohol or drug abuse
- Children from homes with mental illness
- Children whose parent/s had a history of being abused
- Children from transient populations

1.1.3 What are the different forms of child sexual abuse?

Sexual abuse of children can occur in many forms. It can be direct, where physical touching is involved, or it can be indirect in ways where no touching is involved, but sexual abuse still happens. With the development of cyber technology, sexual abuse occurring via the internet, social media and mobile phones has come into the picture. It is happening more and more often with the frequent use of these technologies by youngsters.

It should be borne in mind that, even though all forms of sexual abuse are not associated with touch. Non touch sexual abuse can cause mental or emotional abuse. Without appropriate intervention, these incidents can eventually lead to touch-related sexual abuse and rape with time.

1.1.3.1 Touch related abuse

This is direct sexual abuse, where physical touching of the child is involved. The different activities that involve touch are mentioned below.

- Inappropriate kissing of a child
- Other forms of inappropriate touching (touching, licking, squeezing, etc.)
- Touching the genitals (penis, testicles, vulva, breasts or anus) of a child with or without clothing, for sexual pleasure

- Acts of masturbation involving an adult and a child (making the child touch the adult's genitals)
- Penetrative sexual acts with a child (inserting objects or body parts inside the vulva/vagina, anus or mouth of a child for sexual pleasure)
- Having sexual intercourse with a child
- Engaging in oral or anal sex with a child

1.1.3.2 Non-touch abuse

Even though these acts do not involve direct physical contact with the child, still they are considered activities of child sexual abuse, and come under indirect sexual abuse.

- Exposing one's genitalia to a child
- Exposing the child to adult sexual activity (in person or electronically)
- Observing a child undressing or toileting
- Exposing children to pornographic material
- Photographing children in sexual or naked acts/ poses
- Asking children to interact sexually with one another
- Allowing or facilitating a child to be sexually mistreated by another person

- Sending sexual material to a child
- Sending sexual related messages or requesting for sexually explicit material.

1.1.3.3 Cyber exploitation and violence

Will be discussed in detail in Chapter 3.

Section 2

Identifying Child Sexual Abuse

1.2.1 How can we suspect if a child has faced sexual abuse?

A single sign cannot predict that a child has undergone or undergoing sexual abuse. Some signs may occur during other stressful events at home or school. However, it is always good to be vigilant and to explore and follow up the child, if you observe that he/she is exhibiting several of these warning signs. Most of the time, the child will not disclose what has happened, and it will be the duty of a responsible adult to be attentive, recognize the hints and seek for help.

1.2.2 Behavioural features in children, suggestive of sexual abuse

- Having nightmares
- Getting distracted
- Loss of appetite/ refusal to eat
- Trouble in swallowing
- Sudden or intense mood swings - aggression towards others, rage / anger, depression, withdrawal
- Difficulty in sleeping without an explanation
- Newly developed extreme fear of certain people/ places

- Stomach discomfort all the time without a reason
- Resistance for routine bathing/ toileting/ undressing
- Regressive behaviour in older children: bed wetting, thumb sucking, etc.
- Feelings about the body being ‘dirty’ or ‘bad’
- Playing out specific sexual activities which are beyond the child’s age
- Writes or draws of sexual images
- Use of new terms for sexual functions and private parts
- Extreme interest/ preoccupation on sexual matters and genitalia
- Talking about new ‘older’ friends
- Having secrets about new / older friends, and reluctance to disclose facts regarding them
- Having/ receiving toys, money or other gifts from an unexplainable source

Older children (adolescents) may exhibit certain other specific behavioural features, such as:

- Hurting themselves (self-injury)
- Drug/ alcohol abuse
- Depression

- Anxiety
- Inadequate personal hygiene
- Sexual promiscuity
- Increased secrecy around use of internet/ mobile phone
- Running away from home
- Suicidal attempts

1.2.3 Physical features in children, suggestive of sexual abuse

If parents/ guardians observe any of the physical features mentioned below in the child, medical assistance should be sought for getting a professional opinion. Legal assistance may also be necessary in such cases.

- Signs and symptoms of sexually transmitted infections, such as:
 - * Unexplained bruises, swelling, redness or bleeding of the child's genitals, anus or mouth
 - * Pain in the child's genitals, anus or mouth
 - * Sores in the genital area
 - * Secretions coming from the child's genital area
 - * Infections of genitals, urinary tract or mouth
- Pregnancy

Section 3

Helping a Child who has Faced Sexual Abuse

1.3.1 How can we talk to them?

If you are suspecting that the child might be undergoing sexual abuse, talking to the child needs to be done very carefully. It is very important to choose the correct time and place to carry out the conversation, which is comfortable to the child. It should be done preferably with only you and the child present, and definitely not in the presence of the person who is thought to be abusing the child. First of all, you need to build up a good rapport with the child, ensuring that the details he/she divulges will be kept confidential, and will only be shared with a few essential people if necessary for the sole purpose of getting help. He/she should be assured that under no circumstances would they be humiliated or found fault with for what has occurred. This would give the child the courage to reveal the facts about the incident.

It is advisable to ask the child if someone has been touching the child in a way that is not okay, rather than asking the child if someone has been hurting the child because sometimes the sexual abuse can feel good for the victim. Ask the child about the fact that concerned you (i.e. if something that the child did or said made you concerned, then inquire about it). Try to

start the conversation by explaining your concern ***like ‘ I am concerned.....’, instead of saying ‘You have done.....’*** which might make the child hold back the facts.

Always talk in a way that is non-accusing, assuring the child that whatever has happened is not his/ her fault at all, but only the perpetrator's. Be sure not to shame the child, always be non-judgmental, and talk in a way so that the child realizes that revealing the facts will not harm them, but would only do good. Not only your words, but your facial expressions and non-verbal cues should be managed appropriately, so that the child is not offended or intimidated. Never make faces at what the child reveals, however upset you may be , because it will stop the child from talking further. Encourage your child to reveal any 'body secrets' that some adult asked him to keep. In the text, 'body secrets' refer to facts related to any contact with the child's body, which would make a child uncomfortable and which a perpetrator would ask the child to keep as a secret. Assure the child that it is okay to reveal the secret.

Always be calm, no matter how disturbed you are, after hearing the news. Show the child that you are always there for him/ her and show your love and support with your words and gestures. Try not to over-question the child, and be a good listener. Never criticize the actions of the child during the incident.

1.3.2 What can we do?

In case of any suspected sexual abuse, the child needs to be taken to seek necessary medical care. Always make sure to alleviate the child's stress, because by this time, he/she is going through a very stressful period. Talk to him/her calmly, and inquire about the immediate concerns. You can provide possible solutions, but it is very important that no matter which form of sexual abuse the child has undergone, for the child to be taken for professional counseling services. The medical professional might also decide to refer the child for counseling, and would decide when it is best to refer for such services.

As responsible adults, you can make the decision how to best help the child. There are several avenues to seek for further help, including legal support, and depending on the situation there are many organizations who are ready to help. It is possible to lodge a complaint at the nearest police station where there is a women's and children's desk. Also you can contact the National Child Protection Authority through the hotline 1929.

1.3.3 Offering Legal Support

There are several legal provisions to take action against people who abuse children. Be it touch related or non-touch related, or even sexual abuse through the internet, legal action can be taken against the perpetrators. Most of the time what happens is, the victims do not reveal their experience to the responsible adults, restricting the opportunity to seek legal support. Even when the adults are aware, sometimes they are not willing to

seek legal support, either because of the long process they have to go through which would drag for years, or because of the fear of the child getting humiliated or stigmatized by the society.

Apart from lodging a complaint at the women's and children's desk at the nearest police station in the case of a touch or non-touch related sexual abuse, or even in the case of cyber exploitation and violence, it is possible to seek legal support from other responsible institutions.

The National Child Protection Authority has the 24 hour hotline 1929, available tri-lingually. There is no charge incurred for calling this number. In case of an incident of child abuse, you can always call this hotline and convey your concerns, and they are ready to help you. Also, you can complain to the special police investigation unit of the National Child Protection Authority.

Always keep in mind that child sexual abuse is a punishable offence, and legal provisions are available for you and your child to seek for justice.

Section 4

Preventing our Children from Getting Sexually Abused

1.4.1 Preventing Child sexual Abuse

Prevention of child sexual abuse should ideally focus on a primary prevention approach. It is necessary to change the social conditions which precipitate sexual abuse of children so that it can be stopped before it occurs, as much as the risk reduction approach, where the children are educated on sexual abuse to develop skills to prevent it. Ideally, there should be a supportive environment where it is safe for the children to live without the fear of getting sexually abused, or for that matter, without getting abused in any way. There should be adequate social protection, as well as legal protection for children to be protected from sexual abuse. In addition to this, the law needs to be implemented properly, so that law and control prevails in the society, and there is undelayed justice for victims. Since the changing of such social conditions is not within our control all the time, it is much more relevant to focus on a risk reduction approach to provide the children with correct and age-appropriate information on sexual abuse.

1.4.2 Whose responsibility is it to prevent child sexual abuse?

- Attempts in empowering children to prevent sexual abuse should be the responsibility of parents, teachers, relevant authorities and relations. It should develop into a wholesome community effort in preventing sexual abuse in children.
- Although provision of information and empowerment of children on preventing sexual abuse is important, the burden of preventing sexual abuse should not be unnecessarily placed on the child.
- Child sexual abuse occurs as a result of many factors. None of these are within the control of the child.
- In the common context, a child may find it difficult to exert power over a person who is older, stronger and higher in authority than him/her.
- The burden of preventing sexual abuse of children should fall on the shoulders of the entire community, where the community should be actively engaged in safeguarding the wellbeing of children.
- Adults should be committed to keep the children safe from sexual abuse, by being vigilant and identifying any inappropriate behaviours of other adults or older youth around a child.

- They should respond if they see/suspect any adult to be sexually interested or sexually harming a child, before the child is harmed.
- However, since the goal of creating a society sans child abusers is of far reach, it is worthwhile educating and empowering the children to protect themselves from the different forms of sexual abuse, through providing them with the age appropriate messages.
- It is also the responsibility of the legal system to expedite the legal processes related to cases of child sexual abuse, in order to bring justice to the victims.
- Further, it is humane and justifiable to have video evidence recording of evidence given by the children during investigations, so that they don't need to divulge the unpleasant facts of the incident repeatedly as evidence.
- Providing age appropriate comprehensive reproductive and sexual health education in schools can play a major role in improving awareness and empowering the children, and in building up their life-skills to prevent sexual abuse.

1.4.3 What can we expect by educating children on child sexual abuse?

When children are educated on child sexual abuse, they will:

- Gain increased knowledge and develop skills on preventing child sexual abuse
- Gain increased awareness that child sexual abuse is not the fault of the child
- Recognize child sexual abuse when it occurs
- Acquire skills to avoid abuse
- Gain increased self-protective knowledge and increased use of self-protective skills
- Be encouraged to report sexual abuse if it occurs, to prevent further abuse and to manage the the abuse that has occurred

**Talking to
Children
on**

**Preventing
Child Sexual
Abuse**

CHAPTER 2

2.1 How can we talk to them?

Children can be made aware of how to protect themselves from sexual abuse from a very young age. To be precise, it is never too soon. However, the messages given to children on how to prevent themselves from sexual abuse need to be age-appropriate, in order for the children to grasp and understand them. In other words, the messages we give should suit the child's age, and we need to consider the child's age when we are communicating a message to them. ***The same message may be given using different words or in different forms or modes, depending on the child's age and level of understanding.***

Talking with children on this subject should be done in a friendly and non-threatening manner. The children should not feel that they are being advised or instructed, but at the same time, the message needs to be correctly delivered to them without fail. We as adults should be tactful enough to find the most appropriate methods and times to deliver the messages.

Delivering the messages should not be a one-off activity. The children will not remember the messages if they are told about it only once. It should be the responsibility of the parents and guardians to give the message repeatedly at regular intervals, so that the message goes into the child's mind.

The messages given to children in preventing sexual abuse should include the following basic content, and the specific content, as well as the form and nature in which they are delivered, can vary according to their age.

2.2 Basic content of messages that can be given by the parents to children:

- **You can talk to me anytime, on anything**

You have to build up a relationship with your child, based on trust. Do not constantly show that you are not believing them, and probe continuously, because the child will be hesitant to tell you if something happens, if you mistrust them. Let them understand that you will always believe them, love them and care for them and that they can talk to you about anything, and you will not be angry. You need to assure your child that no matter what, you will always be there for them and would be on their side, whatever has happened. Make your child believe the fact that whatever has happened, or in a sexual abuse, it is not at all their fault, and it is only the other person who is to be blamed or found guilty.

From a very young age, you need to inculcate in the child, the habit of telling you anything that happens, be it embarrassing, upsetting or even if they feel guilty about it. You should have tackled those situations in a matter of fact way, without blaming or accusing your child, if you want your child to come and tell you an incident of sexual abuse or sexual harassment they faced. If you had put the blame on your child every time the child

revealed an embarrassing incident, then it is likely that your child won't tell you this incident of abuse, fearing that he/ she will be blamed and found guilty. So, try your best to build his/ her trust in you, for them to come and tell you if they undergo any form of abuse, so that you can act quickly and stop it from occurring further.

- **Try to use real names for the body parts**

You should stop using made-up names for the private parts, which will lead to the child thinking that there is something different or shameful about them, resulting in them hiding the fact if someone touches these private parts. Always try to use the real names, such as **testicles, penis, vagina, breast, thighs**, etc. When they know the correct names for the body parts, it is easier for them to ask questions and express any concerns. They can be slowly made aware that the private parts of girls and boys are different. You can explain the correct facts to them according to their level of understanding, when they have queries such as why boys pass urine through the penis, and how girls don't have a similar external organ to pass urine.

- **No one is allowed to touch you in a way that makes you uncomfortable**

You have to explain them what appropriate touch and inappropriate touch are. Sometimes children may get confused and upset about touch because sexual touch can feel good for the victim, leading to feelings of guilt and shame in them. Always explain that it is not okay for anyone, including aunts,

uncles, teachers, coaches, neighbours or even friends to touch you in anyway that makes you uncomfortable. Explain that the child has the right to say ‘no’ in such a situation even if the other person is in charge, which should be accepted by the other party. If the other person does not stop when the child says ‘no’, the child should be made empowered to use a tactic according to his/ her age, to escape the situation or call for help.

- **No one is allowed to touch your private parts**

Teach the child that certain parts of their body are private parts. Explain that the parts of their body covered by the underwear are private parts and that these private parts should not be touched by anyone, except the mother or the father (or the designated caregiver) when they clean the child, or the doctor, but only at the presence of the mother or father.

- **No one should be taking pictures of their private parts**

Tell the child that no one is supposed to take pictures of their private parts, and if they do, always it should be brought to the notice of the parents / guardians. Also explain that the child should not be asked to touch the private parts of any other person, be it an adult or another child. Explain to the child to tell the parents/ guardian if someone asks them to do so.

- **You don't need to keep 'body' secrets**

One of the tactics followed by perpetrators of child abuse is to make the child keep the incident as a secret. They may do so in several ways. Sometimes, the child will be asked to keep the incident a secret, telling that if he does not, he will not be able to meet/ be with the perpetrator again or receive the gifts/ money he is offering the child. Some may use a different tactic, where the child will be 'threatened' that their parents/ siblings/ friends/ pets will be hurt if they reveal facts about the incident. Another method used in scaring children is to tell them that all this happened because of the child's fault, and that no one will believe them even if they told the others about the incident. Whichever method is used by the perpetrator, you should have your child empowered not to keep any secrets with you, specially 'body' secrets, where they were physically touched or were forced to physically touch someone else. Explain to the child that no adult (or other older child) should ask them to keep secrets from their parents/ guardians. Assure them that they need not keep such secrets, even if they are asked to, and nothing bad is going to happen to them or to their loved ones for revealing those secrets.

2.3 Supervision of Children

The responsibility of protecting themselves from sexual abuse should not be bestowed upon the children. The children are not always powerful enough to prevent an act of sexual abuse. Therefore, even though we give the appropriate messages to the

children on how to get protected from sexual abuse, it is the role of the adults to create an environment safe for the children, so that they do not have to face sexual abuse. Having regular supervision of the child is the way to make sure, or at least be confident, that your child is safe from the potential perpetrators.

Adults have to take responsibility in keeping watch about other adults or older youth who are exhibiting inappropriate behaviours around children.

Regarding internet and social media use, parents can supervise their children's internet usage better if the computer is kept in a place in the house where everyone is able to see what is displayed on the screen. Parents have to be observant and vigilant if they feel the child tries to change the screen when they come closeby.

2.4 Giving Age-appropriate Messages

2.4.1 Talking to children aged 2 ½ to 3 years

Giving messages can start as early as when the child is two to two and half years, when he/she is able to understand what you say. Asking them to keep their underwear on at all times unless they are bathing or using the toilet, can be communicated to them. This has to be done in a very tactful way without causing undue concern in the child. Bath time is a good time to talk to the child about this. Other such times would be potty time and while dressing and undressing. They can be made aware that

the underwear will be removed and the body parts covered by the underwear will be touched and cleaned only by the mother or a designated adult who is taking care of the child.

2.4.2 Talking to children aged 4-8 years

This is the time the child starts going out of the house, usually to nursery or play-group, and then to school and for extra-curricular activities. They might travel in school vans without a parent/ guardian, and might encounter unknown people during this age. Therefore, this is a critical age to inculcate skills in the child to face challenging situations.

Always try to build a good relationship with the child, so that the child is likely to disclose the facts if they encounter with any inappropriate experience.

Let the child express how he/ she feels and let them understand and identify the different feelings like sadness, anger, fear, etc.

Since it is normal for children to be curious of their body at this age, they might ask various questions about body parts including private parts, differences between girls and boys, relationships, etc. Be attentive to provide them with the information that is appropriate for their level of understanding.

It is not advisable to give them too detailed information of a sexual nature at this age.

Let the children feel comfortable when discussing these issues with you, and try to answer their questions in a way that is appropriate for their age.

Explain to the child clearly which parts in the body are private, and tell that these private parts should not be touched by known or unknown adults except in situations like cleaning or at a visit to the doctor.

Explain to them what is appropriate touch/ good touch, and what is inappropriate touch/ bad touch.

Help your child to understand that their body belongs to them, and that it is valuable, so they need to take responsibility in protecting their body. Tell them that the parents and guardians will always be there to protect them, but there will be instances where they will have to take the responsibility in protecting themselves. This message should be given to children regularly during all ages, with the skills to be developed. The methods to be used will differ with each age group.

Encourage the child to share his experiences or fears of sexual nature and to come to you in such an event. Make sure to take them seriously and not to humiliate them.

Give them information on how to cope with attempted sexual abuse. It needs to be done in a familiar setting, and you should be careful to handle the topic in a way which would create

awareness in the child. You should also ensure that it does not create undue fear in the child. Allow the child to ask questions to clarify doubts.

You can explain to the child how to avoid potentially problematic situations by telling them about the situations posing a risk. Such instances will include accepting gifts or sweets from strangers without parental knowledge, having secrets with strangers about 'body' encounters, being alone in places without a responsible adult or not disclosing facts about being touched inappropriately.

Tell them what they can do if they feel unsafe or uncomfortable with some person, or at some place. At this age, they can be asked to try to get away from that place if possible, and if that is difficult for them, they can shout for help. Stress the fact that they should immediately inform the parents/ guardian about the incident.

At this age, the child can understand, and could be taught about the correct names for the body parts.

Be careful not to expose the child to graphic descriptions of sexual abuse. There is no need to create unnecessary fear in the child. It is good enough to let the child be aware of healthy boundaries, safety and security.

2.4.3 Talking to children aged 9 – 13 years

As parents, we have a responsibility in avoiding the children from being in situations posing a risk to them, such as contact with unknown males or adults with no family ties, unsupervised contact with a single adult specially overnight, and involvement with adults who have undue interest in only children or giving children undue gifts.

Tell the child that it will only lead to more harm if the child does not disclose the facts related to any incident of sexual abuse that happened to him, and therefore to directly come to you for assistance in such a situation. Reassure the child that it is absolutely alright to reveal secrets of such nature.

Build self-confidence in the child. Make him/ her realize that he/ she is a worthy and important person, which would be helpful in helping children to avoid potential perpetrators. These children will also be more willing to disclose an experience of sexual abuse.

Since children of this age group are approaching puberty, help them understand the common and appropriate expressions and thoughts on sexual issues, such as physical attraction to others, development of sexual organs and their functions, and increased interest in their own and others' bodies. Both girls and boys should also be made aware of the pubertal changes, and the girls should be made aware of the possibility of getting pregnant following sexual relationships, once they have attained puberty.

In this context, explain to them the boundaries of engaging in sexual behaviours. Talk to them about inappropriate or abusive activities, such as excessive attention to sexual issues or functions, exposure to pornography, using phrases of a sexual nature to harass others, using threats or coercion to engage in sexual behaviours, and direct or indirect physical contact of a sexual nature such as kissing, sexual penetration or oral sex.

Always be sure not to leave your child alone at parties or other social activities. Make sure that there is adequate responsible adult supervision at the event before you leave your child.

2.4.4 Talking to children aged 14 – 18 years

If you suspect any signs suggestive of a sexual abuse in a child of this age, be direct in approaching them and intervening for help.

Talk about the harmful effects of alcohol and drugs, including the negative impact of them on keeping the child safe from sexual abuse.

Never threaten, criticize, order or lecture them. Develop an approach of positive communication.

Always listen to them, and try to understand and respect their views. Then they will tend to trust you to come and disclose to you an incident of concern.

Explain the child not to attend parties or other social activities in isolation, and always be in a group of friends when attending such events. Encourage them to look after each other, but try to supervise such activities whenever possible, and make sure that some responsible adult is there to supervise, if you are unable to supervise yourself.

You can volunteer to attend or chaperone the child when the child is attending social events. If you have built a close relationship with your child, there is a good chance that the child would happily agree.

Explain the children not to be in isolation with adults or older youth, or in unsupervised overnight events, which might put them at risk.

Teach them different skills and tactics to escape a vulnerable situation. For example, if they are going in a lift with an unknown person, and feel that the person is trying to sexually harass them, they can press each floor number so that the lift will open at every floor, which the perpetrator would not like, and he would be reluctant to attempt harming the child. Alternatively they can get off at an earlier floor and re-take the lift later to get to the appropriate floor.

If the child is using a mobile phone, you can use the new technology and apps available to know the location of your child.

Explain to the child not to get involved in communication with unknown persons, or give their personal details or location to them. Instruct your child not to call back missed calls from unknown phone numbers since it could be a person trying to involve the child in sexual abuse or other acts that might be harmful to the child.

You should keep regular contact with the child, to check their location and activities, and assure them that they can contact you anytime they feel threatened or unsafe.

Teach them about safe internet and social media use.

**Preventing
Sexual Abuse
in Children**

**occurring
through Cyber
Exploitation
and Violence**

CHAPTER 3

3.1 What is Cyber Exploitation and violence?

Unlike in the past, children nowadays have access to information through a wide range of devices and social media platforms. This access to information no doubt benefits knowledge, since they are able to learn online in various ways. However, as parents and concerned adults, it is our responsibility to ensure that the children do not suffer abuse, exploitation and violence during this process.

Cyber exploitation and violence (CEV) can be explained as getting bullied, blackmailed, threatened, discriminated, and/or coerced online. This includes the distribution or publication of one's photos or videos online without the consent of that person, and also publishing a person's image after editing it. Some of these acts of CEV come under sexual abuse of children.

Cyber-bullying can be explained as deliberate acts of sharing or posting personal material which is harmful and embarrassing, on social media platforms. It can also directly target the victim through instant messaging platforms. Cyber-bullying can take different forms such as: harassing a person through sending insulting messages repeatedly, posting rumors about a person on social media which can tarnish that person's reputation, pretending to be someone else on social media to post material which can affect the person's reputation, threatening or insulting a person through social media or through messaging platforms, and sharing a person's private information online without consent.

These acts of cyber-bullying can sometimes lead to sexual exploitation as well, especially when the victim is threatened with sexual demands to stop the cyber-bullying or to remove the online posts.

Sexual abuse through cyber exploitation can take many forms which include:

- Distributing intimate images and videos of the child
- Befriending with child to gain trust, with the intention of grooming the child for exploitation
- Sharing information and images of the child for later exploitation either by the perpetrator or by other abusers
- Engaging children in cyber-sex scenarios
- Selling the child for live sexual abuse online
- Blackmailing the child with threats to share his/her 'sexual' images online, in order to use the child for sexual favours

The abuser can ask for the child's personal information, such as the child's address, phone number or a photograph. They can also ask the child to meet them physically after they have met on the internet or contacted through the mobile phone. Accepting such invitations can be the beginning of a continuous process of sexual abuse. Adolescents in relationships should be warned about allowing photographs to be taken by their partners freely. Broken relationships can lead to the use of these photographs for purposes of blackmail and extortion.

It is also important to remember that while children are victims of cyber exploitation and violence, at times they also can commit such acts due to many reasons.

Many children do not reveal or report their experiences of cyber exploitation to parents, teachers or concerned adults, due to fear or shame of the response and/or consequences. This can and will lead to continuation of the exploitation.

It is our responsibility as parents and adults to encourage the children to communicate with us in and when they encounter any form of cyber exploitation even once. If not intervened early, the child may continue to endure serious emotional and psychological harm, leading to various behavioural and mental health issues.

3.2 Types of Modern Technologies that can lead to Cyber Exploitation and Violence

New technology has brought about means and methods by which people can connect with each other online. While these methods may facilitate learning and communication, at the same time they can pave the way for different forms of sexual abuse if we are not vigilant.

Following are the commonly used forms of new technology for purposes of networking.

- Social Networking Platforms
Eg. Facebook, Twitter, Instagram, Tumblr, LinkedIn, YouTube(video-sharing social networking site)

- Instant Messaging Apps
Eg. WhatsApp, Viber, Snapchat, Telegram
- Cloud computing
Storing and accessing data and programmes over the internet
- Applications (Apps)
These apps can store your personal data including your location.
- Online gaming
Playing video games through the internet (either partially or totally)
- Public Wi-fi
Available in public places, and makes your device prone to hacking.

(Please refer the Annex 2 for further details on these forms of modern technology)

3.3 Devices used for communication in Modern Cyber Technologies

We use various devices to access the internet at home, such as laptops, personal computers (desktops) and mobile phones. It is always advisable to discuss with children and reach a fair agreement for usage, which must be adhered to, by both adults and children. Further, discuss and agree with your child about when to use the devices, where to keep the devices, and what level of privacy is allowed. It is best to keep devices used by

children in an area in the house where the adults are able to supervise the content the child is browsing on the internet, rather than keeping the computer in the child's bedroom. As for the times when the family has agreed on not to use devices, it is important that the parents and other adults also stick to the 'rules'.

Types of devices which are frequently in use at present, are:

- Laptops
- Personal computers (desktops)
- Mobile phones
- Smart phones
- Tablets
- Ipods
- 'Internet of Things' - Physical devices that are embedded with electronics, software, sensors, and network connectivity

(Please refer the Annex 3 for further details on these devices)

3.4 Different Ways of committing Cyber Exploitation and Violence

Sexting

This is a term used for sending and receiving sexually explicit material (photos, videos, messages) through messaging platforms, text messages or through e-mail. This can happen both with and without consent.

Sharing nude images

These acts of sharing images can occur between a couple having mutual trust, but if the content is used for blackmailing or goes to the hands of a third person, it can lead to acts of cyber exploitation.

Revenge Porn

This occurs when sexually explicit images of a person which might have been circulated consensually between person and his/her intimate partner, are posted without consent in sites viewed by many people as a means of taking revenge.

Online grooming

Here, the perpetrator builds a good rapport with the victim before attempting sexual advances. The perpetrator will gain the trust of the victim into posting a naked photo of him/herself, and might later blackmail the victim to fulfill his/her sexual desires.

(For further details, please refer Annex 4)

3.5 Teaching children how to Use Cyber Technology Responsibly

As adults, we have to explain to the children that internet is a very resourceful mode to access information, develop their creativity and use for academic purposes, but at the same time, can pose threats if not used responsibly.

Teach your children about how to use the internet including social media, safely and responsibly. You can always use an example or a case of a victim who faced issues due to inappropriate and irresponsible cyber use, when you are talking to your child on this topic. This might make the child understand the gravity of the situation and help them realize the importance of following certain rules and guidelines during cyber use.

Explain to them, that:

- A person whom they might come into contact through the internet may not be the person whom they introduce themselves to be. Make them aware that there may be a possibility that the person could be an offender or a perpetrator of sexual abuse. Therefore teach your children never to get into contact with unknown people over social media or other forms of online networking.
- They should never share their personal information like names, addresses, telephone numbers or names of schools, with unknown people whom they meet over the internet.
- They should never share their photographs over the social media, messaging apps or e-mail, with any unknown person. As mentioned earlier online grooming is one tactic used by perpetrators to build the trust of their victims by appearing to be very caring and helpful, so that the victim would share their information, and later even share sexually

explicit private material with them. Always let your children be aware of people who appear online who seem to have an undue helpful nature.

- They should never be naked in front of the webcam, however pursuant the person on the other side is, and they should inform their parents if such an incident happens. Stress that this applies to a known person, as well, such as a friend or a boy/girlfriend.
- They should not open any messages or images received from unknown people, and ask them to bring it to your notice, if they receive such messages/ images.

If your child is using social media (Facebook, Twitter, Instagram, etc) or other forms of social networking, you can discuss the following points with him /her. If you are also conversant on these modern technologies at least to a certain extent, it will be easier for you to guide them to safety. In fact, Facebook developers have limited its use to people over thirteen years in their regulations, and it is always best for the children to follow such rules, and refrain from using social media too early, before they are mature enough to responsibly manage their use.

Discuss about:

- Using privacy settings on social media, in order to limit who is viewing their information and who can send them friend requests. Teach them about the different privacy settings, such as 'Me only, friends only, and public'. Advise them never

to post their photos or texts using the ‘public’ setting, since unknown people are able to see them, and can sometimes use them for future sexual abuse.

- Help them to add friends responsibly on social media, and to accept friends only if they are well known to them. Photos can be posted using the ‘friends only’ security setting, and even if that is not comfortable to them, they can always use the ‘me only’ setting to keep the photos saved and to be viewed by themselves only.
- Always thinking twice before sharing information with others who are going to see it on social media, even if it will be their friends only.
- Avoid sharing their location, since it can cause a safety risk (not allowing the site to access your location).
- Using private Wi-Fi rather than public Wi-Fi connections, as far as possible, when using social media.
- Letting their friends know their stand on sharing their photos or location on social media, and that those boundaries should not be violated.
- Their ability and right to always request their friends to delete a post involving them, for any reason.
- They need to always ask permission from their friend/s if they are posting a photo mentioning that friend, and to always respect their boundaries.

- If some person is making him/her feel uncomfortable online, by doing things like posting texts or photos which make them uncomfortable, posting/ replying in a language that makes them uncomfortable and is not complying to their requests to delete those posts, in addition to informing you, they can report it to the host site by pressing 'report' button or flagging as 'inappropriate'.
- Being aware that some people might be maintaining fake profiles and that the person chatting with them claiming to be a fifteen year old girl, might be a forty five year old man with an intent of perpetrating sexual abuse.
- The seriousness and dangers of make fake profiles for whatever purpose, because if something goes wrong, they might fall into trouble when the authorities find out what they had done.
- Stress to your children never to start chatting with unknown people. Make them aware that the internet or social media is not the suitable medium to build new relationships, or to find their future partner. They should never give in to different requests made by unknown people claiming to care for them or love them.
- The dangers of sharing their photos with unknown people, through social media or e-mail.

- The importance of logging out every time they use internet (email, social media, etc), and ask them to make sure not to save their passwords, especially when using public wi-fi.
- If some person is blackmailing them, threatening to expose their photos or other images, they need not be afraid. Ask the child never to give in to their various requests, and to bring the situation to the attention of the parents or some other responsible adult. Tell them that the parents will always be there for them, however serious the situation is and will do the needful. So they should never to agree to the perpetrator's various requests in exchange for returning the photos/ images, because it might lead to further trouble. If your child brings such an incident to your notice, and you are not conversant enough in new cyber technologies, always seek the assistance of a conversant and trustworthy adult to help the child.

3.6 How to use Parental Controls in the usage of modern technological devices

Parental controls are designed for the purpose of reducing the risk of the child accessing inappropriate content when they are online. They are usually available on most computers, smartphones, tablets and also gaming consoles. By using parental controls, it is possible to use age-appropriate settings to filter, monitor and block the child's activities online. However, it should be kept in mind that these parental controls might not be one hundred percent effective, and therefore vigilant

observation and open conversation with the child about internet use also becomes necessary.

Parental controls are offered by internet service providers, computer operating systems, social networks, search engines and games consoles. These might help to set time limits to the child's online use, and also block and manage some of the content the child can access, search or use.

By setting the parental controls through the internet service providers, it is possible to manage the access of all devices used at home. This is usually free of charge, and can be done easily by contacting the internet service provider.

As for the computer operating systems like Windows and Apple, they provide easy steps to follow to set up parental controls, and these are also free. Even smartphones and tablets, offer parental controls which can turn off functions such as social networks, in-app purchasing, app store access and camera access.

When the child is using the internet, most internet browsers such as Google Chrome, Firefox and Internet Explorer offer free restrictions to manage the content the child is able to access. You have to activate parental controls to set this up. In addition, it is important to manage the content which appears when the child is searching for something online since if inappropriate content appears, it can lead to the child browsing through those. Therefore, even search engines such as Google, yahoo and Bing offer free parental controls to manage this.

The Video/ Movie site Netflix offers different content for different maturity levels. When parental controls are activated, the content differs for young children, older children, teens and adults. YouTube is another video site which the child might access. Recently, a new free YouTube Kids app was introduced, which might be more appropriate for children to access.

Online gaming is another activity where it is important that the children access only what is appropriate and safe for age and maturity. Therefore popular gaming consoles such as Xbox, Playstation and Ninetendo offer easy to activate free parental controls.

As parents and adults, if you have least some computer literacy, it will be easier for you to set up these parental controls, in order to protect your children from accessing inappropriate content online.

3.7 What should be done if a Child is found to be a Victim of Sexual abuse through Cyber Exploitation and Violence?

Children are usually reluctant to talk to their parents or guardians about the different forms of cyber exploitation they may encounter, due to fear or shame, or due to the consequences that they think may arise after the incident is revealed.

Children need to be assured that parents will always be there for them. They need to understand that the parents will always provide them support and protection, and that the love and care

towards them will not change in anyway due to this particular incident. Even though it will be a difficult period of time for the child as well as for the parents, always be calm and sensible, listen to and believe in the child, and encourage the child to share the facts without fear.

It is always advisable to save whatever evidence that is available of the act of cyber exploitation. By using the 'snipping tool' option on social media (Facebook), it is possible to save the content with the IP address. Alternatively, by accessing social media through a smartphone, you can screenshot all the evidence. If you are not sure of how to do it, always get the assistance of someone who is well conversant in this aspect. Be sure not to delete any of the content, whether it is a case of publishing without consent, or even blackmailing. Always save whatever evidence is available, such as call logs, messages, etc. When handing over the phone to the police with the evidence, make sure to list out the evidence you have provided and hand it over with the phone. If the evidence is listed out in the sequence of how it happened, it would be easier to get help.

If an incident of cyber exploitation has occurred to a child below 18 years, you can inform the National Child Protection Authority on their hotline "1929" which is available 24 hours of the day tri-lingual and free of charge. Irrespective of the age of the victim, help can be sought from the CID Cyber Crime Unit on 011 232 6979 (Direct Line) or 011 232 0141 (General line) by requesting for the Cyber Crime Unit. Also, details can be emailed to <dir.cid@police.lk> and <telligp@police.lk>.

If you find a child's images posted on a particular website without the consent of the parents/ guardians, you can always ask the website to remove those images, by contacting them over the 'contact us' link in the website.

If someone receives abusive sexual content online, it can be reported to the police, or to the National Child Protection Authority hotline "1929". Also you can complain to the Special Police Investigation unit of the National Child Protection Authority. The National Child Protection Authority has also established a special 'Internet Surveillance Unit' to trace people who abuse children through the internet and social media.

In the case of an incident of cyber exploitation and violence, there are several avenues to seek for further help. If you want to block the particular website containing unconsented images of the child, you can contact Sri Lanka CERT (Computer Emergency Readiness Team) at 011 2 691 692. If you want the incident further assessed, contact Women in Need on 011 471 85 85, and they will work together with the "Grassrooted Trust" to help your case. It should be borne in mind that exposing children to sexual content is a punishable offence. A person who tries to persuade a child for a sexual act can be sentenced to a prison term up to 10 years, or given a fine, or both. (penal code (amendment) Act No. 16 of 2006 section 360 (e)). A person who publishes sexual content or exhibit sexual content can be punished by a prison sentence no less than two years and not more than 10 years,

and a fine (penal code (amendment) Act No. 22 of 1995 section 286 (a)). Those who abuse children through the internet can be punished under both these sections.

සෑම දරුවෙකුම අපට වටී..... ඔවුන් සුරකිමු

ප්‍රමා ලිංගික හිංසනය වැළැක්වීම උදෙසා දෙමාපියන් සහ වැඩසටහන්
මෙතෙසවන්නන් වෙනුවෙන් සැකසුණු මාර්ගෝපදේශකය

පළමු පරිච්ඡේදය: ප්‍රමා ලිංගික හිංසනය පිළිබඳ ව දැන ගනිමු
දෙවන පරිච්ඡේදය: ප්‍රමා ලිංගික හිංසනය වැළැක්වීම
පිළිබඳව දරුවන්ට කියා දෙමු
තුන්වන පරිච්ඡේදය: සයිබර් තාක්ෂණය හරහා සිදුවන ලිංගික හිංසනයෙන්
දරුවන් ආරක්ෂා කර ගනිමු



Save the Children

පෙරවදන

ළමා ලිංගික හිංසනය ශ්‍රී ලංකාව තුළ පවතින සැලකිය යුතු සෞඛ්‍යමය හා සමාජ ගැටළුවකි. ජාතික ළමා ආරක්ෂණ අධිකාරිය වෙත 2017 වසරේදී ලැබී ඇති විවිධ ළමා හිංසනයන් පිළිබඳ පැමිණිලි 9014 ක් අතුරින් 501 ක් ලිංගික හිරිහැර වූ අතර 340 ක් දූෂණය කිරීම් හා 309 ක් තදබල ලිංගික හිංසනයන් විය. ළමා ලිංගික හිංසනය සැලකිය යුතු සෞඛ්‍ය හා සමාජයීය ගැටළුවක් වන මෙවන් පසුබිමක, ශ්‍රී ලංකාව තුළ, එය වැළැක්වීම සහ දරුවන් ලිංගික හිංසනයට ලක් වීමෙන් ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා ලබා දිය යුතු වයසට ගැලපෙන පණිවිඩ සිංහල, දෙමළ හා ඉංග්‍රීසි යන භාෂා ත්‍රිත්වයෙන් ම ඇතුලත් කොට ප්‍රකාශනයක් තවමත් සැකසී නැත.

මෙම ප්‍රකාශනය එළි දැක්වෙන්නේ එම අඩුව පිරවීමේ අදහස ඇතිව වන අතර එය සකස් කොට ඇත්තේ දෙමාපියන් හා භාරකරුවන් ඇතුළු පොදු මහජනතාවටත්, වැඩසටහන් සම්පාදකයන්ටත්, ළමා ලිංගික හිංසනයේ විවිධ පැතිකඩ පිළිබඳ දැනුම ලබා දීමට සහ ශ්‍රී ලංකාවේ දරුවන් ලිංගික හිංසනයේ ගොදුරු බවට පත්වීමෙන් ඔවුන් ආරක්ෂා කරගැනීම උදෙසා ඔවුන්ට වයසට ගැලපෙන පණිවිඩ ලබා දෙන ආකාරය පැහැදිලි කිරීම සඳහාය. එසේම, මෂතක සිට ශ්‍රී ලංකාව තුළ සැලකිය යුතු ගැටළුවක් වී ඇති අන්තර්ජාලය සහ සමාජ වෙබ් අඩවි හරහා සිදු වන ලිංගික හිංසනය පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමටත් මෙයින් අදහස් කෙරේ. මෙම තොරතුරු ලබා දීම සඳහා මෙම ප්‍රකාශනය පරිච්ඡේද තුනකින් සැකසී ඇත. පළමු පරිච්ඡේදය මගින් ළමා ලිංගික හිංසනය පිළිබඳ මූලික අවබෝධයක් ලබා දෙන අතර දෙවන පරිච්ඡේදය මගින් දරුවන් ළමා ලිංගික හිංසනයෙන් ආරක්ෂා කර ගැනීම පිළිබඳ ව සාකච්ඡා කෙරේ. තුන් වන පරිච්ඡේදය හරහා සාකච්ඡා කෙරෙනුයේ අන්තර්ජාලය සහ සමාජ මාධ්‍ය හරහා සිදු වන ළමා ලිංගික හිංසනය සහ එයින් අපගේ දරුවන් ආරක්ෂා කර ගැනීම පිළිබඳවයි.

මෙම කෘතිය පරිශීලනය කළින් මහජනතාවට තමන්ගේ දරුවන්ට ලිංගික හිංසනයෙන් වැළකී සිටීම සඳහා නිවැරදි හා වයසට ගැලපෙන පණිවිඩ ලබා දීමටත්, එසේම වැඩසටහන් මෙහෙයවන්නන්ට සමාජය තුළ, විශේෂයෙන් ම පාසල් සහ අනෙකුත් අධ්‍යාපන ආයතන තුළ ළමා ලිංගික හිංසනය වැළැක්වීම සම්බන්ධයෙන් දැනුවත් කිරීම් හා කුසලතා වර්ධනය කිරීමටත් හැකි වනු ඇතැයි අපේක්ෂා කෙරේ.

ଅନୁଷ୍ଠାନ

ଓଡ଼ିଆ ଲେଖିକା ଦିବସ
୨୦୧୫

1 කොටස

අපි ළමා ලිංගික හිංසනය පිළිබඳ ව දැනුවත් වෙමු

1.1.1 ළමා ලිංගික හිංසනය යනු කුමක්ද?

ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානයට අනුව ළමා ලිංගික හිංසනය අර්ථ දක්වා ඇත්තේ දරුවකු, ඔහුට සම්පූර්ණයෙන් තේරුම් ගත නොහැකි, දැනුම්වත් වී කැමැත්ත දිය නොහැකි, සංවර්ධනය අතින් සුදානම් වී නොමැති සහ සමාජ සදාචාරයන්ට හෝ නීතීන්ට පටහැනි වන ආකාරයේ ලිංගික ක්‍රියාවක යෙදවීම ලෙසටයි.

මෙවැනි ළමා ලිංගික හිංසනයක් සිදු විය හැක්කේ එම ක්‍රියාව දරුවකු හා වැඩිහිටියකු අතර හෝ, දරුවකු හා ඔහුට වඩා වයසින් වැඩි සහ වර්ධනයෙන් ඉහළ තලයක සිටින එසේම දරුවා වෙත වගකීම, විශ්වාසය හා බලය ඇති තවත් දරුවකු අතර සිදු වන විට, සහ එම ක්‍රියාව එම අනෙත් පුද්ගලයාගේ අවශ්‍යතාව සපුරා ගැනීම පිණිස සිදු වන විට බව තවදුරටත් එහි සඳහන් වේ.

ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානයට අනුව, දරුවකු නීති විරෝධී ලෙස ලිංගික ක්‍රියාවක යෙදවීම හෝ යෙදීමට බල කිරීම, දරුවකු ගණිතා සේවයේ සහ අනෙකුත් නීතිවිරෝධී ලිංගික වර්තාවන්හි යෙදවීම, හා දරුවන් අසහ්‍ය රංගනවල හෝ ප්‍රකාශනවල යෙදවීම ඇතුළත් තවත් බොහෝ ක්‍රියාවලින් ළමා ලිංගික හිංසනයට ඇතුළත් වේ.

ළමා ලිංගික හිංසනය විවිධාකාරයෙන් සිදු විය හැකි අතර සමහර ආකාරයන් අනෙක්වාට වඩා සුලභ වේ. අපගේ දරුවන් ලිංගික හිංසනයන්ගෙන් ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා මේ පිළිබඳ ව අප දැනුවත් වී සිටීම ඉතා වැදගත් වේ. සැබවින් ම ගත් කල ළමා ලිංගික හිංසනය විශ්වාසය, බලය සහ ආධිපත්‍යය පදනම් වූ හිංසනයකි. එය දරුවාට කෙටි කාලීන ව මෙන්ම දීර්ඝ කාලීන ව ද ගැටළු ඇති කරයි.

ළමා ලිංගික හිංසනය බරපතල ගැටළුවකි. එය අප හිතනවාට වඩා වැඩි ප්‍රවනතාවයකින් සිදු වේ. බොහෝ දරුවන් තමන් අත්විඳි ලිංගික

හිංසනය කිසිවකුටත් නොකියා සිටිය හැකි අතර හිංසකයාගේ තර්ජනයන් හා බලපෑම් මීට හේතු විය හැක.

ගැහැණු දරුවන් සහ පිරිමි දරුවන් දෙ පිරිසම ලිංගික හිංසනයට ලක් විය හැකි අතර ගැහැණු දරුවෝ පිරිමි දරුවන්ට වඩා වැඩි වශයෙන් ලිංගික හිංසනයට ගොදුරු වෙති.

ඕනෑම වයසකට අයත් දරුවකු ලිංගික හිංසනයට ගොදුරු විය හැකි බව තේරුම් ගැනීම වැදගත්ය. වඩාත්ම කණගාටුදායක කරුණ වන්නේ දරුවන් බොහෝ අවස්ථාවල ලිංගික හිංසනයට ගොදුරු වන්නේ ඔවුන් හොඳින් දන්නා අය අතින් වීමයි. මෙම හිංසකයන්ගෙන් බොහෝ දෙනෙක් වැඩිහිටි පිරිමින්ය. ලිංගික හිංසනයට ලක් වන දරුවන් ඒ සමග ම කායික, වාචික හා මානසික හිංසනයට ද ලක් වනවා විය හැක.

බොහෝ ළමා ලිංගික හිංසන සිද්ධීන් වාර්තා නොවී තිබීම කණගාටුවට කරුණකි. මෙය ශ්‍රී ලංකාවට සේම මුළු ලෝකයට ම පොදු කරුණකි. බොහෝ දරුවන් තමන් මුහුණ දුන් ලිංගික හිංසනය පිළිබඳ විස්තර තමන්ගේ දෙමාපියන්ට හෝ භාරකරුවන්ට වත් හෙළි නොකරන අතර ඊට බලපාන විවිධ හේතුන් මෙම පොතේ 2 වන පරිච්ඡේදයේ විස්තර කෙරෙනු ඇත.

ළමා ලිංගික හිංසනය කෙටි කාලීනව මෙන්ම දිගු කාලීනවත් ඉතා හයානක බලපෑම් ඇති කරයි. මෙම පරිච්ඡේදයේ දෙවන කොටසේ සඳහන් කර ඇති එවන් දරුවන් තුළ දක්නට ලැබෙන ක්ෂණික/ කෙටි කාලීන වර්ධාත්මක හා කායික ලක්ෂණවලට අමතරව, ළමා ලිංගික හිංසනය පුද්ගලයකුගේ මනසේ සුව නොවන කැළලක් ඇති කළ හැකි අතර වැඩිහිටි ජීවිතයේදී පවුල් දිවියට සහ ලිංගික ජීවිතයට ද බලපෑම් ඇති කළ හැක. මෙවන් පුද්ගලයන්ට මානව සම්බන්ධතා ගොඩනගා ගැනීමේදී ගැටළු ඇති වන අතර ලිංගික සම්බන්ධතාවලදී අනාරක්ෂිත හැගීම් ඇති විය හැක. ළමා වියේදී අත් දුටු අමිහිරි අත්දැකීම සහ අමිහිරි මතකයන් හේතුවෙන් ඇතිවන වරදකාරී, ලජ්ජා සහගත සහ බියජනක හැගීම් නිසා ඔවුන්ගේ ආත්ම විශ්වාසය පළුදු විය හැක. සමහර දරුවන්ට එම අමිහිරි සිද්ධිය මුළුමනින් ම හෝ කරුණුවලින් සමහරක් හෝ අමතක වීමේ තත්ත්වයක් ඇති විය හැක.

ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරියේ දත්ත වාර්තාවලට අනුව 2017 වසරේදී ලිංගික අතවර පිළිබඳ පැමිණිලි 501 ක්, දූෂණය කිරීම් පිළිබඳ පැමිණිලි 340 ක් සහ තදබල ලිංගික හිංසනය පිළිබඳ පැමිණිලි 309 ක් ඔවුන්ට වාර්තා වී ඇත. බොහෝ සිදුවීම් අදාළ බලධාරීන්ට වාර්තා නොවන පසුබිම්ක මෙම දත්ත ශ්‍රී ලංකාවේ ළමා ලිංගික හිංසනය පිළිබඳ සැබෑ තත්වයේ අවනත්යෝග්‍ය ලෙස සැලකිය හැක.

ශ්‍රී ලංකාවේ දණ්ඩ නීති සංග්‍රහයට අනුව යම් පුද්ගලයකු අවුරුදු 16 ට අඩු වයස් කාන්තාවක් සමග කැමැත්තෙන් හෝ අකමැත්තෙන් හෝ ලිංගික සංසර්ගයේ යෙදුනහොත්, එය දූෂණයක් ලෙස සැලකේ. එවන් වරදකරුවකුට වසර 7 කට නොඅඩු වසර 20 කට නොවැඩි බරපතල වැඩ සහිත සිර දඬුවම් සහ දඩයක් නියම කළ හැකි අතර අගතියට පත් පුද්ගලයා වෙනුවෙන් අධිකරණය මගින් නිර්ණය කරනු ලබන වන්දියක් ද ගෙවීමට සිදු වේ. මෙවන් නීතිමය සහන නිබුණ ද බොහෝ ලිංගික හිංසන සිද්ධීන් වාර්තා නොවී පවතී.

1.1.2 වඩාත් ම අවදානමක් ඇත්තේ කාටද?

ඕනෑම දරුවකු ලිංගික හිංසනයේ ගොදුරක් විය හැකි බව මතක තබා ගැනීම ඉතා වැදගත් ය. බොහෝ විට, තම දරුවා ආරක්ෂිත බවත් ලිංගික හිංසනය යනු වෙනත් දරුවකුට සිදුවිය හැකි දෙයක් මිස තම දරුවාට සිදුවිය හැකි දෙයක් නොවන බවත් දෙමාපියෝ සිතති. නමුත් සෑම දරුවකුටම ලිංගික හිංසනයකට ලක් වීමේ අවදානමක් ඇති අතර සමහරක් තත්ත්වයන් එම අවදානම වැඩි කරයි.

එවන් තත්ත්වයන් වන්නේ:

- දෙමව්පියන් නොමැති (මිය ගොස් ඇති) දරුවන්
- අවශ්‍ය විට දෙමව්පියන් ළඟ නැති දරුවන්
- යහළුවන් ඉතා අඩු සංඛ්‍යාවක් සිටින දරුවන්
- සුළු පියෙකු හෝ මවගේ සහකරු සමග ජීවත් වන දරුවන්

- ශාරීරික හෝ මානසික දුබලතාවයක් ඇති දරුවන්
- දෙමව්පියන්ගෙන් ඇන්ඩ් පීච් වන දරුවන්
- මානසික ආබාධවලින් පෙළෙන අය සිටින නිවෙස්වල දරුවන්
- දෙමාපියන් කුඩා කල ලිංගික අපයෝජනයට ලක්වූ අතීතයක් ඇති දරුවන්
- යම් ස්ථානයක තාවකාලික ව පදිංචි වී සිටින්නන්ගේ දරුවන්

1.1.3 ළමා ලිංගික හිංසනය සිදු විය හැකි ආකාරයන් කවරේද?

ළමා ලිංගික හිංසනය විවිධාකාරයෙන් සිදු විය හැක. එය සෘජු ලෙසම කායික ස්පර්ශය සිදු වූ ලිංගික හිංසනයක් විය හැකි අතර එසේම කායික ස්පර්ශයක් සිදු නොවී වක්‍රාකාරයෙන් සිදු වන ලිංගික හිංසනයක් ද විය හැක. සයිබර් තාක්ෂණයේ දියුණුවත් සමග අන්තර්ජාලය, සමාජ මාධ්‍ය සහ ජංගම දුරකථන හරහා ද ලිංගික හිංසනය සිදු වීමට පටන් ගෙන ඇති අතර, යොවුන් වියේ දරුවන් මෙම තාක්ෂණයන් වැඩි වැඩියෙන් භාවිතා කරන පසුබිමක මෙවන් ආකාරයේ ලිංගික හිංසනයන් සිදු වීමේ ප්‍රවණතාව ද වැඩි වෙමින් පවතී.

අප තරයේ මතක තබා ගත යුතු කරුණක් වන්නේ සමහර අවස්ථාවල ලිංගික හිංසනයේදී කායික ස්පර්ශය සිදු නොවී මානසික හිංසනයක් පමණක් සිදු විය හැකි වුවද, එවන් අවස්ථාවලදී සුදුසු ලෙස ඊට මැදිහත් නොවුණහොත් කාලයත් සමග එය කායික ලිංගික හිංසනයකට හෝ දෂණයකට මග පැදිය හැකි බවය.

1.1.3.1 ශාරීරික ස්පර්ශය ඔස්සේ සිදුවන ළමා ලිංගික හිංසනය

මෙය සෘජුවම ලිංගික හිංසනයක් වන අතර දරුවා කායික ව ස්පර්ශ කිරීමක් සිදු වේ. මේ යටතට ගැහෙන විවිධ ක්‍රියාවන් පහත දැක්වේ.

- දරුවකු බලහත්කාරයෙන් සිප ගැනීම
- අනෙකුත් විවිධාකාර බලහත්කාරයෙන් ස්පර්ශ කිරීම් (අතින් ස්පර්ශ කිරීම, දිවෙන් ස්පර්ශ කිරීම, මිරිකීම වැනි)

- දරුවකුගේ ලිංගික අවයව (ශිෂ්ණය, වාෂණ කෝෂ, යෝනි ප්‍රදේශය, පියයුරු, ගුදය) ඇඳුම් සහිතව හෝ රහිතව, ලිංගික තෘප්තිය සඳහා ස්පර්ශ කිරීම
- වැඩිහිටියකුගේ ලිංගික අවයව ස්පර්ශ කිරීමට දරුවා පෙළඹවීම
- දරුවකු සමග සිදුවන කවරාකාර හෝ ලිංගික සම්බන්ධයක් (වැඩිහිටියාගේ ලිංගික තෘප්තිය සඳහා දරුවාගේ යෝනි මාර්ගය, ගුද මාර්ගය හෝ මුඛය තුලට ශරීර අවයව හෝ වෙනත් උපකරණ ඇතුළු කිරීම)
- දරුවකු සමග සිදු කරන ලිංගික සංසර්ගය
- දරුවකු සමග සිදු කරන මුඛ මාර්ග සංසර්ගය

1.1.3.2 ශාරීරික ස්පර්ශයෙන් තොර ව සිදු විය හැකි ළමා ලිංගික හිංසනය

මෙම ක්‍රියාවන්වලදී සෘජුවම දරුවා සමග කායික ස්පර්ශයක් සිදු නොවුනත්, ඒවා ළමා ලිංගික හිංසනය යටතේ වක්‍රාකාර ව සිදුවන ලිංගික හිංසනය යටතට ගැනේ.

- දරුවෙකුට තමන්ගේ ලිංගික අවයව ප්‍රදර්ශනය කිරීම
- දරුවකුට වැඩිහිටියන්ගේ ලිංගික ක්‍රියාවලියක් නැරඹීමට සැලැස්වීම (සජීවී ව හෝ ඉලෙක්ට්‍රොනික මාධ්‍ය භාවිතයෙන්)
- දරුවකු ඇඳුම් මාරු කරන හෝ වැසිකිලි යන අවස්ථා නැරඹීම
- දරුවකුට අසහන ලිංගික දර්ශන පෙන්වීම
- දරුවකු නිරුවතින් හෝ ලිංගික ඉරියව්වලින් තබා ඡායාරූප ගත කිරීම
- දරුවන්ට එකිනෙකා සමග ලිංගික ව හැසිරීමට පෙළඹවීම
- වෙනත් පුද්ගලයකුට දරුවකු ලිංගිකව අපයෝජනය කිරීමට ඉඩ හැරීම හෝ සහාය දීම

- ලිංගික ප්‍රකාශන/ පිත්තුර/ ඡායාරූප දරුවෙකුට යැවීම
- ලිංගික පණිවුඩ දරුවකුට යැවීම හෝ ලිංගික ප්‍රකාශන/ පිත්තුර/ ඡායාරූප දරුවකුගෙන් ඉල්ලීම

1.1.3.3 සයිබර් තාක්ෂණය හා සිදුවන ලිංගික හිංසනය

- මේ පිළිබඳ ව 3 පරිච්ඡේදයේ විස්තර සහිත ව සඳහන් වේ.

2 කොටස

ළමා ලිංගික හිංසනය හඳුනා ගනිමු

1.2.1 දරුවකු ලිංගික හිංසනයට ලක් වී ඇතැයි හඳුනා ගත හැක්කේ කෙසේද?

තනි ලක්ෂණයක් දුටු පමණින් දරුවකු ලිංගික හිංසනයට ලක් වී ඇතැයි හෝ ලක් වන බව හෝ හඳුනා ගත නොහැක. ලිංගික හිංසනයකදී දක්නට ලැබෙන සමහර ලක්ෂණ නිවසේදී හෝ පාසලේදී ඇතිවන ආතතිකාරී අවස්ථාවලදීත් පෙන්නිය හැක. කෙසේ වුවද, යම් දරුවකු මෙවන් අනතුරු ඇඟවීමේ ලක්ෂණ කිහිපයක් පෙන්නුම් කරන්නේ නම්, එවන් දරුවකු පිළිබඳ දැඩි අවධානයකින් පසු විම ඉතා වැදගත්ය. බොහෝ විට දරුවා එවන් සිද්ධියක් පිළිබඳ ව අපට පැවසීමෙන් වැළකී සිටිය හැකි අතර, වග කිව යුතු වැඩිහිටියන් ලෙස අපගේ කාර්යභාරය විය යුත්තේ අවධානයෙන් සිටීමත්, අනතුරු ඇඟවීම් ලක්ෂණ සහ ඉඟි හඳුනාගෙන ඔවුන්ට උදව් කිරීමයි.

1.2.2 දරුවකු ලිංගික හිංසනයට ලක්වී ඇතැයි සැක කළ හැකි වර්ගාත්මක ලක්ෂණ

- බියකරු සිහින දැකීම
- අනවධානය
- ආහාර අරුචිය/ ආහාර ප්‍රතික්ෂේප කිරීම
- ගිලිමේ අපහසුතා
- මනෝ භාවයේ (සිනේ ස්වභාවයේ) හදිසි වෙනස්වීම් ඇතිවීම - අන් අය කෙරෙහි ආවේගශීලී වීම, චෛරය/දැඩි කෝපය, මානසික අවපීඩනය, පසු බැසීම
- හේතුවක් පැහැදිලි කළ නොහැකි නින්ද යාමේ අපහසුතා
- යම් යම් ස්ථාන/ පුද්ගලයන් කෙරෙහි අලුතින් ඇති වූ අධික භීතිය
- හේතුවක් හඳුනා ගත නොහැකි ආමාශගත අපහසුතා

- ස්නානය කිරීම/ වැසිකිලි යාම/ ඇඳුම් මාරුකිරීම වැනි ක්‍රියාවලිවල සාමාන්‍යයෙන් පැවති රටාවට විරුද්ධ වීම
- තරමක් වැඩිමහලු දරුවන් සංවර්ධනයේ පිරිහීම් ලක්ෂණ පෙන්වීම: ඇඳු තෙමීම, ඇඟිලි ඉරීම වැනි
- තමාගේ ශරීරය “කිලටි” හෝ “නරක” ලෙස හැඟීම
- දරුවාගේ වයසට වඩා ඔබ්බට ගිය ලිංගික ක්‍රියාවලීන් නිරූපණය කොට දැක්වීම
- ලිංගික රූප ඇඳීම
- ලිංගික අවයවවලට හෝ ලිංගික ක්‍රියාවලීන්ට අලුතින් සොයා ගත් වචන භාවිතා කිරීම
- ලිංගික කරුණු හා ලිංගික අවයව ගැන දැඩි උනන්දුවක්/ කැමැත්තක් දැක්වීම
- අලුතින් හඳුනා ගත් “වැඩිමහළු” යහළුවන් ගැන කතා කිරීම
- අලුත් / වැඩිමහළු යහළුවන් සම්බන්ධයෙන් රහස් තිබීම් හා ඒවා ඔබට පැවසීමට මැලි වීම
- පැහැදිලි කළ නොහැකි ක්‍රමයකින් ලැබුණු ත්‍යාග, සෙල්ලම් බඩු හෝ මුදල් දරුවා සතුව පැවතීම

වඩාත් වැඩිමහළු දරුවන් (යෞවනයන්) මීට අමතර ව තවත් සුවිශේෂී වර්ගාත්මක ලක්ෂණ පෙන්වුම් කළ හැක.

- තමන්ට ම හානි සිදු කර ගැනීම
- මත්පැන්/ මත්ද්‍රව්‍ය වලට යොමු වීම
- විශාදය
- කාංසාව
- පුද්ගලික ස්වස්ථතාව පිළිබඳ උනන්දුව අඩුවීම
- අනිසි ලිංගික සම්බන්ධතාවලට යොමු වීම
- අන්තර්ජාලය/ ජංගම දුරකථනය භාවිතයේදී අනිසි ලෙස රහස්‍යභාවයක් පෙන්වුම් කිරීම
- නිවසෙන් පලා යාම

- ජීවිතය නැති කර ගැනීමට තැත් කිරීම

1.2.3 දරුවකු ලිංගික හිංසනයට ලක්වී ඇතැයි සැක කළ හැකි ශාරීරික ලක්ෂණ

දෙමාපියන්/ භාරකරුවන් විසින් පහත සඳහන් කර ඇති ශාරීරික ලක්ෂණවලින් කවරක් හෝ දරුවකුගේ නිරීක්ෂණය කළහොත්, විශේෂඥ උපදෙස් සඳහා දරුවා වෛද්‍ය සේවාවන් වෙත යොමු කළ යුතුය. මෙවන් අවස්ථාවල නීතිමය සහාය ද අවශ්‍ය විය හැක.

☞ ලිංගික ව සම්ප්‍රේෂණය වන ආසාදනයක රෝග ලක්ෂණ:

- දරුවකුගේ ලිංගික අවයවවල, ගුද මාර්ගයේ හෝ මුඛයේ පැහැදිලි කළ නොහැකි, තැලිම්, ඉදිමුම් ස්වභාවය, රතු වීම හෝ රුධිර වහනයක් දක්නට ලැබීම
- දරුවකුගේ ලිංගික අවයවවල, ගුද මාර්ගයේ හෝ මුඛයේ වේදනාව
- ලිංගික ප්‍රදේශවල තුවාල දක්නට ලැබීම
- ලිංගික ප්‍රදේශයෙන් ශ්‍රාවයන් වහනය වීම
- ලිංගික අවයවවල, මුත්‍ර මාර්ගයේ හෝ මුඛයේ දක්නට ලැබෙන ආසාදන

☞ ගර්භනීභාවය

3 කොටස

ලිංගික හිංසනයට ලක් වූ දරුවකුට උපකාර කිරීම

1.3.1 ඔවුන් අමතන්නේ කෙසේද?

දරුවකු ලිංගික හිංසනයට ලක් වන්නේයැයි ඔබ සැක කරන්නේ නම්, එම දරුවා සමග සාකච්ඡා කිරීම ඉතා ප්‍රවේශමයින් සිදු කළ යුතුය. සාකච්ඡාව මෙහෙයවන ස්ථානය හා වෙලාව (අවස්ථාව) දරුවාට පහසු වන ලෙස ප්‍රවේශමයින් තෝරා ගත යුතුය. එම සාකච්ඡාව සඳහා ඔබ සහ දරුවා පමණක් සිටීම වඩාත් ම උචිත වන අතර, කිසිවිටෙකත් දරුවා ලිංගික හිංසනයට ලක් කරන්නේයැයි සැක කරන පුද්ගලයා සමීපයේ තබාගෙන සාකච්ඡාව මෙහෙයවීමෙන් වැළකිය යුතුය. ප්‍රථමයෙන් ම දරුවා සමග යහපත් සබඳතාවක් ගොඩනගා ගත යුතු අතර දරුවා හෙළි කරන තොරතුරුවල රහස්‍යභාවය සුරකින බවත්, දරුවාට උදව් කිරීමේ අරමුණ ඇතිව තෝරා ගත් අන්‍යවශ්‍ය පුද්ගලයින් කිහිප දෙනෙකු සමග පමණක් එම තොරතුරු හුවමාරු කර ගනු ඇති බවත් දරුවාට ඒත්තු ගැන්විය යුතුය. කිසිම ආකාරයකින් සිදු වී ඇති දෙය සම්බන්ධයෙන් දරුවා භාසයට ලක් කිරීමක් හෝ දරුවාට වරද පැටවීමක් සිදු නොවන බව පැහැදිලි කර දිය යුතුය. එමගින්, සිද්ධිය පිළිබඳ ව කරුණු හෙළි කිරීමට දරුවාට ශක්තියක් ලබා දෙයි.

දරුවාට යම් පුද්ගලයකු හිංසාවක් කළාදැයි අසනවාට වඩා යම් පුද්ගලයකු දරුවා අනවශ්‍ය ලෙස ස්පර්ශ කළේදැයි ඇසීම වඩා උචිත වේ. මන්ද යත්, ලිංගික හිංසනය සමහර විට දරුවාට යහපත් හැඟීමක් ඇති කරන්නක් විය හැකි නිසාය. දරුවා ලිංගික හිංසනයට ලක් වන්නේයැයි ඔබට සැකයක් ඇතිවීමට යමක් බලපෑවේ නම්, ඒ පිළිබඳ ව දරුවාගෙන් අසන්න (උදා: දරුවා කළ කී දෙයක් ඊට හේතු වූයේ නම්, ඒ පිළිබඳ ව විමසන්න). ඔබේ අවධානයට යොමු වූ කරුණ විස්තර කිරීමෙන් සාකච්ඡාව අරඹන්න. “ඔබ කළ නිසා” යයි කිවහොත් දරුවා කරුණු හෙළි කිරීමෙන් වැළකී සිටිය හැකි නිසා “..... පිළිබඳව මා සැලකිලිමත් වුවා” යයි ඔබගේ අවධානයට ලක් වූ දෙය පවසන්න.

සෑම විටම වරද පටවන ස්වරූපයෙන් තොර ව කතා කරන්න. සිදු වූ කිසිවක් කිසිසේත්ම දරුවාගේ වරදක් නොවන බවත්, හිංසකයාගේ

වරදක් පමණක් බවත් පැහැදිලි වන ලෙස දරුවා අමතන්න. කිසිවිටෙකත් දරුවා ලැජිසාවට පත් නොකරන්න. සෑම විටම පූර්ව විනිශ්චයෙන් තොරව හැසිරෙන්න. කරුණු හෙළි කිරීමෙන් තමන්ට යහපතක් මිස අවැඩක් සිදු නොවන බව දරුවාට ඒත්තු යන ආකාරයට හැසිරෙන්න. දරුවා අපහසුතාවයට හෝ තැනි ගැනීමකට පත් නොවන ලෙස ඔබේ වචන පමණක් නොව මුහුණේ ඉරියව් සහ හැසිරීම් රටාව ද හසුරුවා ගැනීම ඉතා වැදගත්ය. දරුවා පවසන කරුණුවලින් ඔබ කෙතෙක් අසතුටු/කණගාටු වුවද ඒ බව ඔබේ මුහුණින් දරුවාට නොපෙන්වා සිටීම වැදගත් වන්නේ ඉන් දරුවා කරුණු හෙළි කිරීම නැවැත්විය හැකි නිසාය. දරුවාගේ ශරීරය සම්බන්ධ යමක් ගැන වැඩිහිටියකු දරුවාට යම් රහස්‍යක් රැකීමට පවසා ඇත්නම්, ඒ පිළිබඳ කථා කිරීමට දරුවා දිරි ගන්වන්න. එම රහස හෙළි කිරීමේ වරදක් නැති බව දරුවාට ඒත්තු ගන්වන්න.

දරුවා අත්විඳි සිද්ධිය දැනගැනීමෙන් ඔබ කෙතරම් අපහසුතාවයට පත් වුවත් සන්සුන් ව සිටින්න. ඔබේ වචන සහ ඉරියව්වලින් ඔබේ ආදරය සහ ඔබ දරුවා සමඟ සෑම විටම සිටින බව පෙන්වන්න. උවමනාවට වඩා ප්‍රශ්න ඇසීමෙන් වලකින්න. හොඳ ඇහුම්කන් දෙන්නකු වන්න. සිද්ධිය ගැන ඇසීමේදී කිසිවිටෙකත් දරුවා විසින් සිදු කළ දේ විවේචනයට ලක් නොකරන්න.

1.3.2 අපට කළ හැක්කේ කුමක්ද?

ලිංගික හිංසනයක් පිළිබඳ ව සැක කරන්නේ නම් දරුවා අවශ්‍ය සෞඛ්‍ය සේවා වෙත රැගෙන යාම වැදගත් වේ. මේ වන විට දරුවා ඉතා ආතතිකාරී කාලයක් පසු කරමින් සිටින නිසා දරුවාගේ ආතතිය අඩු කිරීම සඳහා කටයුතු කිරීමට සැලකිලිමත් වන්න. දරුවා සමඟ ඉතා සන්සුන්ව සාකච්ඡා කරමින් ඔහුගේ/ඇයගේ අවශ්‍යතා හා ගැටළු හඳුනා ගන්න. ඔබටත් දරුවාට විසඳුම් ඉදිරිපත් කළ හැකි අතර, කෙසේ නමුත්, දරුවා කවර ආකාරයේ ලිංගික හිංසනයකට ලක් වුවත් ඔහු/ඇය විශේෂඥ උපදේශන සේවාවන් සඳහා යොමු කිරීම ඉතා වැදගත් වේ. වෛද්‍යවරයා ද දරුවා උපදේශන සේවාවන් සඳහා යොමු කිරීමට තීරණය කළ හැකි අතර, එසේ යොමු කිරීමට සුදුසු ම වේලාව ද තීරණය කරනු ඇත.

වගකිව යුතු වැඩිහිටියන් ලෙස දරුවාට වඩාත් ම සුදුසු ලෙස උදව් කළ හැක්කේ කෙසේ දැයි ඔබට තීරණය කළ හැක. නීතිමය ආධාර ඇතුළු උදව් ලබා ගත හැකි මාවත් බොහෝ ඇති අතර, දරුවා මුහුණ දී ඇති

සිද්ධිය අනුව උදව් කිරීමට ඉදිරිපත් වන බොහෝ ආයතන පවතී. ළගම ඇති පොලිස් ස්ථානයේ ළමා හා කාන්තා කවුළුවට පැමිණිල්ලක් ඉදිරිපත් කළ හැක. එසේම හදිසි ඇමතුම් අංක 1929 ඔස්සේ ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරිය ඇමතීමට ද පුළුවන.

1.3.3 නීතිමය සහාය ලබා දීම

ළමා ලිංගික හිංසකයන්ට විරුද්ධ ව ක්‍රියා කළ හැකි නීතිමය සහන බොහෝ පවතී. එය ස්පර්ශය සිදු වූ හෝ සිදු නොවූ ලිංගික හිංසනයක් වුවත්, අන්තර්ජාලය ඔස්සේ සිදු වූ ලිංගික හිංසනයක් වුවත්, හිංසකයාට විරුද්ධ ව පියවර ගත හැක. බොහෝ විට සිදු වන්නේ, හිංසනයට ලක්වූ දරුවා තමන්ගේ වගකිව යුතු වැඩිහිටියන්ට ඒ පිළිබඳව හෙළි නොකිරීම නිසා නීතිමය සහාය ලබා ගැනීමට ඇති ඉඩ ඇතිරීමයි. එසේම සමහර විට වැඩිහිටියන් දැනුවත් වුවද, ඔවුන් නීතියේ පිහිට පැතිමට ඉදිරිපත් නොවන අතර, දිගු කාලයක් තිස්සේ ඇදෙන නීතිමය ක්‍රියාවලියකට යොමු වීමට ඇති අකමැත්තත්, දරුවා සමාජය ඉදිරියේ භාස්‍යයට හා කොන් වීමට ලක් වේ යයි ඇති බියත් මීට හේතු විය හැක.

ළගම ඇති පොලිස් ස්ථානයේ කාන්තා හා ළමා කවුළුවට පැමිණිල්ලක් ඉදිරිපත් කිරීමට අමතර ව, කවරාකාරයේ ලිංගික හිංසනයක දී වුවද අනෙකුත් වග කිව යුතු ආයතනවලින් ද නීතිමය පිහිට පැතිය හැක.

සිංහල, දෙමළ හා ඉංග්‍රීසි භාෂා තුනෙන් ම, පැය 24 පුරා ම ක්‍රියාත්මක වන 1929 හදිසි ඇමතුම් සේවයක් ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරිය සතුව ඇත. මෙම අංකයට ඇමතීම සඳහා කිසිදු මුදලක් වැය නොවේ. කවරාකාර ලිංගික හිංසන සිදුවීමක දී වුවද මෙම අංකය අමතා ඔබේ ගැටලුව ඉදිරිපත් කළ හැකි අතර, ඔවුන් ඔබට උදව් කිරීමට සූදානම්ව සිටිති. එසේම, ඔබට ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරියේ විශේෂ පොලිස් විමර්ෂණ ඒකකයට ද පැමිණිලි කළ හැක.

ළමා ලිංගික හිංසනය දුඬුවම් ලැබිය හැකි වරදක් බවත්, ඔබටත්, දරුවාටත් යුක්තිය ඉටු කිරීමට නීතිමය සහන ඇති බවත් සැමවිටම සිහියේ තබා ගන්න.

4 කොටස

අපේ දරුවන් ලිංගික හිංසනයට ලක් වීමෙන් වලක්වා ගනිමු

1.4.1 ළමා ලිංගික හිංසනය වැළැක්වීම

ළමා ලිංගික හිංසනය වැළැක්වීම සත්‍ය වශයෙන් ම කේන්ද්‍ර කර ගත යුත්තේ ප්‍රාථමික නිවාරණ ප්‍රවේශයකි. එනම්, ළමා ලිංගික හිංසනය සිදු වීමට බලපාන සමාජ තත්ත්වයන් වෙනස් කිරීම තුළින් ළමා ලිංගික හිංසනයක් සිදු වීමට පෙර එය වැළැක්වීමයි. එසේම, දරුවන් ලිංගික හිංසනය පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම තුළින් හිංසනයෙන් වැළකීමට ඔවුන්ගේ කුසලතා වර්ධනය කිරීම පදනම් කරගත් අවදානම් අඩු කිරීමේ ප්‍රවේශයද වැදගත් වේ. සත්‍ය වශයෙන් ම දරුවන්ට ලිංගික හිංසනයට ලක්වීම පිළිබඳ ව බියෙන් තොර ව ජීවත් වීමටත්, කිසිම ආකාරයක ලිංගික හිංසනයට ලක් වීමෙන් තොර ව ජීවත් වීමටත් හැකි ප්‍රවේශම් සහගත නිතකර පරිසරයක් තිබිය යුතුය. දරුවන්ට ලිංගික හිංසනයෙන් වැළකී සිටීමට තරම් ප්‍රමාණවත් සමාජ ආරක්ෂණ පද්ධතියක් සහ නීතිය රැකවරණයක් තිබිය යුතුය. එසේම, නීතිය නිසි ආකාරයෙන් ක්‍රියාත්මක විය යුතු අතර නීතිය හා පාලනය සමාජය තුළ නිසි ලෙස පැවතෙමින් හිංසාවට ලක් වුවන්ට නොපමාව යුක්තිය ඉටු විය යුතුය. කෙසේ වුවද, මෙවන් සමාජ තත්ත්වයන් වෙනස් කිරීම සෑම විටම අපගේ මට්ටමෙන් සිදු කළ නොහැකි බැවින් දරුවන්ට නිවැරදි හා වයසට සරිලන තොරතුරු ලබා දීමේ අවදානම් අඩු කිරීමේ ප්‍රවේශය වඩා යතාර්ථ වාදී වේ.

1.4.2 ළමා ලිංගික හිංසනය වැළැක්වීමේ වගකීම කාගේද?

ළමා ලිංගික හිංසනය වැළැක්වීම සඳහා දරුවන් බලගන්වීම පිළිබඳ ප්‍රයත්නයන් දෙමාපිය, ගුරුවරුන්, ශ්‍රද්ධානීන් සහ අදාළ බලධාරීන්ගේ වගකීමකි. එය ළමා ලිංගික හිංසනය වැළැක්වීම සඳහා පරිපූර්ණ සමාජ ප්‍රයත්නයක් බවට වර්ධනය විය යුතුය.

- ළමා ලිංගික හිංසනය වැළැක්වීම සඳහා දරුවන් බල ගන්වීම හා ඔවුන්ට තොරතුරු සැපයීම වැදගත් වුවත්, ළමා ලිංගික හිංසනය වැළැක්වීමේ වගකීම අනවශ්‍ය ලෙස දරුවන් පිට නො පැටවිය යුතුය.

- ළමා ලිංගික හිංසනයට විවිධ හේතූන් බල පෑ හැක. එම හේතු කිසිවක් දරුවාට පාලනය කළ නොහැක.
- සාමාන්‍ය තත්ත්ව යටතේ දරුවකුට, තමන්ට වඩා වයසින් හා ශක්තියෙන් වැඩි, තමන් වෙත ආධිපත්‍යය පතුරුවන පුද්ගලයකු වෙත බලපෑම් කිරීම අසීරු වේ.
- දරුවන් ලිංගික හිංසනයෙන් ආරක්ෂා කිරීමේ වගකීම මුළු සමාජයේ ම කර මත පැටවිය යුත්තක් වන අතර මෙහිදී සමාජය විසින් දරුවන්ගේ යහ පැවැත්ම සුරක්ෂිත කිරීම උදෙසා ක්‍රියා කිරීමට සක්‍රිය ව යොමු විය යුතුය.
- වැඩිහිටියන්, සුපරීක්ෂාකාරී විමෙත් සහ දරුවා කෙරෙහි වෙනත් වැඩිහිටියකුගේ හෝ වැඩිමහළු දරුවකුගේ අනිසි චර්යාවන් හඳුනා ගැනීමෙන් දරුවන් ලිංගික හිංසනයෙන් ආරක්ෂා කිරීමට කැප විය යුතුය.
- ඔවුන්, දරුවකු කෙරෙහි ලිංගික ආකර්ශනයක් ඇතැයි හෝ දරුවකුට හිංසා කළ හැකි යයි සිතන/ සැක කරන වැඩිහිටියකු හඳුනා ගතහොත්, දරුවකු හිංසාවට ලක් වීමට පෙර ඒ පිළිබඳ ව ප්‍රතිචාර දැක්විය යුතුය.
- කෙසේ වුවද, ලිංගික හිංසකයන්ගෙන් තොර සමාජයක් පිළිබඳ ව සිතීම අපහසු නිසා, දරුවන්ට වයසට සරිලන පණිවිඩ ලබා දීම තුළින් ඔවුන් දැනුවත් හා බලකරණය කොට ඔවුන්ට සියළු ආකාරයේ ලිංගික හිංසනයෙන් වැළකී සිටීමට යොමු කිරීම වරි.
- ළමා ලිංගික හිංසනය සිදුවීමවලට අදාළ නීතිමය ක්‍රියාවලීන් කඩිනම් කොට ලිංගික හිංසනයන්ට ලක් වුවන්ට යුක්තිය ඉටු කිරීම අධිකරණ පද්ධතියේ ද වගකීමක් ලෙස සැලකිය හැක.
- එසේම, ළමා ලිංගික හිංසන පිළිබඳ විමර්ශනවලදී, දරුවන් විසින් ලබා දෙන සාක්ෂි විධියේ ගත කර ගැනීම තුළින් එම දරුවන්ට නැවත නැවත එම අප්‍රසන්න සිදුවීම පිළිබඳ කරුණු පැවසීමට සිදු විමෙන් වැළකවීම මානුෂීය හා සාධාරණ වේ.

- දරුවන්ට වයසට ගැලපෙන පරිපූර්ණ ප්‍රජනන හා ලිංගික සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනයක් පාසලේදී ලබා දීම, ඔවුන්ගේ දැනුම වැඩි කිරීමටත්, ඔවුන් බලකරණය කිරීමටත්, ලිංගික හිංසනයෙන් ආරක්ෂා වීම සඳහා ඔවුන්ගේ ජීවන කුසලතා ගොඩ නැංවීමටත් විශාල කාර්යභාරයක් ඉටු කරයි.

1.4.3 ළමා ලිංගික හිංසනය පිළිබඳ ව දරුවන් දැනුවත් කිරීමෙන් අප බලාපොරොත්තු වන්නේ කුමක්ද?

- දරුවන් ලිංගික හිංසනය පිළිබඳ ව දැනුවත් වූ විට ඔවුන් / ගේ:
- ළමා ලිංගික හිංසනයෙන් ආරක්ෂා වීම පිළිබඳ දැනුම හා කුසලතා වැඩි වේ
- ළමා ලිංගික හිංසනය දරුවාගේ වරදක් නිසා සිදු වන්නක් නොවන බව වටහා ගනියි
- ළමා ලිංගික හිංසනයක් සිදු වූ විට එය හඳුනා ගනියි
- හිංසනයෙන් වැළකීමට කුසලතා ලබා ගනියි
- ස්වයං ආරක්ෂාව පිළිබඳ දැනුම හා ස්වයං ආරක්ෂාව පිළිබඳ කුසලතා භාවිතය වැඩි වේ
- තවදුරටත් හිංසනයෙන් වැළකීම සහ සිදු වූ හිංසනය සඳහා අවශ්‍ය පිළියම් ලබා ගැනීම සඳහා, තමන්ට සිදුවූ ලිංගික හිංසනය පිළිබඳ තතු හෙළි කිරීමට දිරිමත් වේ

ප්‍රමාණ
මානව
සංස්කෘතිය

වැදගත්කම
ප්‍රවේශය
කියා දෙමු

ප්‍රවේශය

2

2.1 ඔවුන්ට කටා කරන්නේ කෙසේද?

ඉතා ලාබාල අවධියක සිට දරුවන් ලිංගික හිංසනයෙන් ආරක්ෂා වීම පිළිබඳව දැනුවත් කළ හැක. කෙටියෙන් කියතොත්, අප ඉක්මන් වූ තරමට ප්‍රතිඵල යහපත් වේ. කෙසේ වුවද, දරුවාට කරුණු තේරුම් ගැනීමට හා ධාරණය කර ගැනීමට නම් ඔවුන්ට ලිංගික හිංසනයෙන් ආරක්ෂා වීම සඳහා දෙන පණිවිඩ වයසට සරිලන ඒවා විය යුතුය. වෙනත් වචනවලින් කිවහොත්, අප ලබා දෙන පණිවිඩ දරුවාගේ වයසට ගැලපිය යුතු අතර පණිවිඩයක් ලබා දීමේදී අප දරුවාගේ වයස ගැන සලකා බැලිය යුතුය. දරුවාගේ වයස හා තේරුම් ගැනීමේ හැකියාව මත එකම පණිවිඩය වෙනස් වචන හෝ වෙනත් ක්‍රම/ මාධ්‍ය භාවිතා කරමින් ලබා දිය හැකිය.

දරුවන් සමග මෙම මාතෘකාව පිළිබඳ කටා කිරීම ඉතා සුහදශීලී හා තර්ජනාත්මක නොවන ස්වරූපයකින් කළ යුතුය. තමන්ට අවවාද කරන බවක් හෝ උපදෙස් දෙන බවක් දරුවාට නො හැගිය යුතු නමුත් දෙනු ලබන පණිවිඩය ද නිවැරදිව දරුවාට දීමට වග බලා ගත යුතුය. වැඩිහිටියන් ලෙස, දරුවාට පණිවිඩ ලබා දීමට වඩාත් ම සුදුසු ක්‍රමය හා වේලාව හඳුනා ගැනීමට අප සූක්ෂම විය යුතුය.

මෙම පණිවිඩ ලබා දීම එක් වරක් පමණක් සිදු කිරීම ප්‍රමාණවත් නැත. එක් වරක් පමණක් පැවසීමෙන් දරුවාට ඒ පිළිබඳ ව මතක තබා ගැනීමට ඇති හැකියාව අඩුය. දරුවාට පණිවිඩය මතසට ධාරණය වන පරිදි නිරන්තරයෙන් නැවත නැවත පණිවිඩය ලබා දීම දෙමාපියන්ගේ සහ භාරකරුවන්ගේ වගකීමක් වේ.

ලිංගික හිංසනයෙන් ආරක්ෂා වීම සඳහා දරුවාට ලබා දෙන පණිවිඩවල පහත දැක්වෙන මූලික හරය ඇතුළත් විය යුතු අතර, වෙනත් සුවිශේෂී කරුණු, පණිවිඩය ලබා දිය යුතු ආකාරය සහ මාධ්‍යය ආදිය වයස අනුව වෙනස් වේ.

2.2 දෙමාපියන් විසින් දරුවන්ට ලබා දිය හැකි පණිවිඩවල මූලික අන්තර්ගතය:

- ඔබට මා සමග ඕනෑම වෙලාවක ඕනෑම දෙයක් සාකච්ඡා කළ හැක. ඔබ දරුවා සමග විශ්වාසය මත පදනම් වූ සම්බන්ධතාවයක් ගොඩ නගා ගැනීම වැදගත්ය. ඔබ නිතරම දරුවා අවිශ්වාස කරන බවක්

පෙන්වීමත්, දිගටම භාර භාරා යමක් ගැන ඇසීමත් සුදුසු නොවන අතර, ඔබ දරුවා අවිශ්වාස කරන්නේ නම් යමක් සිදු වූ විස එය ඔබට පැවසීමට දරුවා පසුබට වේ. ඔබ සෑම විටම දරුවා විශ්වාස කරන බවත්, දරුවාට ආදරය හා රැකවරණය ලබා දෙන බවත්, ඔබ සමග ඕනෑම දෙයක් කථා කළ හැකි බවත්, ඔබ උරුම නොවන බවත් දරුවාට තේරුම් ගැනීමට සලස්වන්න. ඕනෑම අවස්ථාවක කවරක් සිදු වුවත් ඔබ දරුවා සමග ඔහුගේ/ ඇයගේ පැත්තේ සිටින බව දරුවාට ඒත්තු ගන්වන්න. ලිංගික හිංසනයකදී කවරක් සිදු වුවත් හෝ සිදු වෙමින් පැවතුනත්, එය කිසි ලෙසකින්වත් දරුවාගේ වරදක් නොවන බවත් අනෙක් පුද්ගලයාගේ වරදක් ම වන බවත් දරුවාට විශ්වාස ගන්වන්න.

- කවර ආකාරයේ ලජ්ජා සහගත, අසතුටුදායක හෝ වරදකාරී දෙයක් තමන්ට සිදු වුවත් එය ඔබ සමග පැවසීමේ පුරුද්ද ඉතා කුඩා කාලයේ සිටම ඔබ දරුවා තුළ ඇති කළ යුතුය. ලිංගික හිංසනයක් සිදු වූ අවස්ථාවකදී ඔබේ දරුවා ඔබ වෙත පැමිණා තමන් මුහුණ දුන් සිදුවීම ඔබට පැවසීමට නම්, ඉහත අවස්ථාවලදී ඔබ දරුවාට බැන වැදීමෙන් හෝ චෝදනා කිරීමෙන් වැළකී ගැටලුව හොඳින් විසඳා තිබිය යුතුය. දරුවා තමන්ට ලජ්ජා සහගත සිදුවීමක් ඔබට පැවසූ සෑම අවස්ථාවකම ඔබ දරුවාට බැන වැදුනේ නම්, තමන්ට ලිංගික හිංසනයක් සිදු වූ අවස්ථාවක ඔබේ දෝෂ දුර්ගනයට ලක් වේ යයි බියෙන් දරුවා ඔබට ඒ පිළිබඳ ව නොකියා සිටීමට ඇති ඉඩකඩ වැඩිය. එහෙයින්, දරුවා යම් හිංසනයකට ගොදුරු වූ අවස්ථාවක ඔබ වෙත ට පැමිණා ඒ පිළිබඳ ව ඔබට පවසන ආකාරයේ විශ්වාසයක් දරුවාගේ හිතේ ඔබ කෙරෙහි ගොඩ නංවන්නට උත්සාහ ගන්න. එවිට ඔබට ඉක්මනින් ඒ පිළිබඳ ව ක්‍රියාත්මක වී හිංසනය තවදුරටත් සිදු වීම වලක්වීමට පියවර ගත හැක.

- ශරීර අවයව සඳහා නිවැරදි නම් භාවිතා කිරීමට උත්සාහ ගන්න ලිංගික අවයව සඳහා විවිධ අන්වර්ථ නාම භාවිතා කිරීම සුදුසු නොවන්නේ, එමගින් දරුවා ලිංගික අවයවවල යම් වෙනසක් හෝ ලජ්ජා සහගත යමක් ඇතැයි සිතා, යම් පුද්ගලයකු තමන්ගේ ලිංගික අවයව ස්පර්ශ කළහොත් ඒ පිළිබඳ ව ඔබට පැවසීමෙන් වැළකී සිටීමට ඉඩ ඇති නිසයි. සෑම විටම වෘෂණ කෝෂ, ශිෂ්ණය, යෝනි මාර්ගය, පියයුරු, කලව වැනි නිවැරදි නාම භාවිතා කරන්න. දරුවන්

මෙම ශරීර අවයවවල නිවැරදි නම් දන්නා විට ඔවුන්ට ඒ සම්බන්ධ ව ප්‍රශ්න ඇසීමට හෝ තම ගැටළු ඉදිරිපත් කිරීමට පහසුය. ගැහැණු දරුවන්ගේ සහ පිරිමි දරුවන්ගේ මෙම ලිංගික අවයව එකිනෙකට වෙනස් බව ඔවුන්ට සෙමින් පහදා දිය හැකිය. පිරිමි දරුවන් ශිෂ්ණය තුළින් මුත්‍රා පහ කරන අතර ගැහැණු දරුවන්ට මුත්‍රා පහ කිරීමට එවැනි බාහිර අවයවයක් නොමැත්තේ අයි දැයි වැනි ගැටළු ඔවුන් විසින් අසන අවස්ථාවල ඔවුන්ගේ වටහා ගැනීමේ හැකියාව අනුව නිවැරදි කරුණු ඔවුන්ට පහදා දිය හැකිය.

■ **ඔබට අපහසුවක් දැනෙන ආකාරයට ඔබව ස්පර්ශ කිරීමට කිසිවකුට අයිතියක් නැත.**

යහපත් ස්පර්ශය සහ අනිසි / අයහපත් ස්පර්ශය යනු කවරේදැයි දරුවන්ට පහදා දිය යුතුය. සමහර අවස්ථාවල “ස්පර්ශය” පිළිබඳ ව දරුවන් ව්‍යාකූලත්වයට සහ සංවේගයට පත් විය හැක්කේ, ලිංගික ස්පර්ශය ඔවුන්ට සතුටු සංවේදනයක් දැනවීම නිසා ඇතිවන වරදකාරී හා ලජ්ජා සහගත හැගීම් හේතුවෙනි. නෑදෑයින්, ගුරුවරුන්, පුහුණුකරුවන්, අසල්වාසීන් හෝ මිතුරන් ඇතුළු කිසිවකු දරුවාට අපහසුවක් දැනෙන ආකාරයෙන් ඔහු / ඇයව ස්පර්ශකිරීම අනුමත කළ නොහැකි බව දරුවාට සැම විට ම පහදා දෙන්න. එවන් අවස්ථාවකදී අනෙක් පුද්ගලයා බලවත් වුවත් “එපා” යයි පැවසීමට දරුවාට අයිතිය ඇති බවත්, අනෙක් පුද්ගලයා විසින් එය පිළි ගත යුතු බවත් දරුවාට පහදා දෙන්න. දරුවා එපා යයි පැවසුවද අනෙක් පුද්ගලයා එයට ඇහුම්කන් නොදෙන්නේ නම්, වයසට අනුව ගත හැකි යම් කිසි උපක්‍රමයක් භාවිතා කොට එම ස්ථානයෙන් පලා යාමට හෝ උදව් ඉල්ලා කෑ ගැසීමට දරුවා බලායනය කළ යුතුය.

■ **කිසිවකුට ඔබේ ලිංගික අවයව ස්පර්ශ කිරීමට අයිතියක් නැත.** තමන්ගේ ශරීරයේ සමහර අවයව “පුද්ගලික” (ලිංගික) අවයව බව දරුවාට පහදා දෙන්න. යට ඇඳුම්වලින් ආවරණය වන ශරීර අවයව මෙම “පුද්ගලික” (ලිංගික) අවයව බවත්, එම අවයව, දරුවා පිරිසිදු කරන අවස්ථාවකදී මව හෝ පියා (හෝ වෙනත් හඳුනාගත් රැක බලා ගන්නකු) විසින්, හෝ මව හෝ පියා ඉදිරියේදී වෛද්‍යවරයකු විසින් හෝ මිස, වෙනත් කිසිවකු විසින් ස්පර්ශ නොකළ යුතු බව ද අවධාරණය කරන්න.

■ **කිසිවකු විසින් හෝ දරුවාගේ ලිංගික අවයව ඡායාරූපගත නොකළ යුතුය.**

තමන්ගේ ලිංගික අවයවවල ඡායාරූප ගැනීමට කිසිවෙකුටත් ඉඩ නොදිය යුතු බවත්, යමකු විසින් එසේ කළහොත් එය තමන්ගේ දෙමාපියන්ගේ/ භාරකරුවන්ගේ අවධානයට යොමු කළ යුතු බවත් දරුවාට පහදන්න. එසේම, දරුවාට කිසිවකු විසින් වැඩිහිටියකුගේ හෝ වෙනත් දරුවකුගේ ලිංගික අවයව ඇල්ලීමට බල නොකළ යුතු බවත්, එවන් අවස්ථාවකදීත් දෙමාපියන් දැනුවත් කළ යුතු බවත් කියා දෙන්න.

■ **කිසිවිටෙක “ශරීරය සම්බන්ධ රහස්” රැකිය යුතු නැත.**

ළමා ලිංගික හිංසකයන් විසින් අනුගමනය කරනු ලබන එක් උපක්‍රමයක් වන්නේ දරුවාට එම සිදුවීම රහස්‍ය ලෙස තබා ගැනීමට බල කිරීමයි. ඔවුන් මෙය විවිධාකාරයෙන් සිදු කරනු ලබයි. සමහර විටෙක, දරුවාට රහස් රැක ගැනීමට බල කරන්නේ, එසේ නොකළහොත් ඔහුට නැවත හිංසකයා මුණ ගැසීමට හෝ ඔහු විසින් ලබා දෙන තෑගි බෝග හෝ මුදල් ලබාගැනීමට නොහැකි වන බවට බිය ගැන්වීමෙනි. සමහර හිංසකයන් වෙනත් ආකාරයක උපක්‍රමයක් භාවිත කරයි. එනම් සිදුවීම පිළිබඳව කරුණු හෙළි කළහොත් දරුවාගේ දෙමාපියන්ට/ සහෝදර සහෝදරියන්ට/ මිතුරන්ට/ සුරතලුන්ට හානි සිදු කරන බවට තර්ජනය කිරීමයි. දරුවා බිය ගැන්වීමට යොදා ගන්නා තවත් උපක්‍රමයක් වන්නේ සියල්ල සිදුවූයේ දරුවාගේ වරදින් බවත්, සිදුවීම පිළිබඳ ව අනෙක් අයට පැවසුව ද කිසිවකුත් ඔහු/ ඇය විශ්වාස නොකරනු ඇතැයි ද පැවසීමයි. හිංසකයා විසින් මේ කවර ක්‍රමයක් භාවිතා කළ ද, ඔබ සමග කිසිදු රහස්‍ය තබා නොගැනීමට, විශේෂයෙන් ම දරුවා ශාරීරික ව ස්පර්ශ කරන ලද හෝ වෙනත් පුද්ගලයකු බලෙන් ස්පර්ශකිරීමට යොමු කරවන ලද අවස්ථාවක ඒ පිළිබඳව රහස් තබා නොගැනීමට දරුවා බලකරණය කළ යුතුය. කිසිම වැඩිහිටියකු හෝ වැඩිමහළු දරුවකු විසින් දෙමාපියන්ගෙන්/ භාරකරුවන්ගෙන් රහස් තබා ගැනීමට දරුවා පෙළඹවිය නො යුතු බව දරුවාට පහදා දිය යුතුය. එවන් රහස් රැකීමට කිසිදු අවශ්‍යතාවයක් නැති බවත්, එම රහස් හෙළි කිරීමෙන් දරුවාට හෝ ඔහුගේ ආදර්ශයන්ට කිසිදු අවැඩක් සිදු නොවන බවත් දරුවාට ඒත්තු ගැන්විය යුතුය.

2.3 දරුවන් පිළිබඳ ව අවධානයෙන් පසුවීම

ලිංගික හිංසනයෙන් තමන් ආරක්ෂා කර ගැනීමේ වගකීම දරුවන් මත නො පැටවිය යුතුය. ලිංගික හිංසනයකින් වැළකීමට දරුවන් සැම විටම බලවත් නොවිය හැකිය. එහෙයින්, ලිංගික හිංසනයෙන් ආරක්ෂා වීම සඳහා අප දරුවන්ට සුදුසු දැනුවත් කිරීම් හා පණිවිඩ ලබා දන්නා, දරුවන්ට ලිංගික හිංසනයට ගොදුරු වීමෙන් තොර ව පීඩන් වීම සඳහා සුදුසු පරිසරයක් සකස් කර දීම වැඩිහිටියන් වන අපගේ වගකීම වේ. දරුවන් පිළිබඳ ව නිරන්තර අවධානයෙන් හා අධීක්ෂණයෙන් පසු වීම ඔවුන් හිංසකයන්ගෙන් ආරක්ෂිත බවට අපට සනාථ කර ගත හැකි, හෝ අඩු තරමින් විශ්වාස කළ හැකි මට්ටමට පැමිණිය හැකි ක්‍රමයයි.

දරුවන් කෙරෙහි අනිසි වර්ගයෙන් පෙන්නුම් කරන වැඩිහිටියන් හෝ යොවනයන් පිළිබඳ අවධානයෙන් පසු වීමේ වගකීම වැඩිහිටි අප විසින් ගත යුතුය.

අන්තර්ජාල හා සමාජ මාධ්‍ය ජාල භාවිතය සම්බන්ධයෙන් ගත් කල, පරීක්ෂක නිරය නිවසේ සැමට පෙනෙන ස්ථානයක තැබීම තුළින් දෙමාපියන්ට දරුවන්ගේ අන්තර්ජාල භාවිතය අධීක්ෂණය කිරීම පහසු වේ. තමන් ළඟ ට පැමිණෙන විට දරුවා නිරයේ ඇති දේ වෙනස් කිරීමට උත්සාහ කරන බවක් පෙනේ නම් දෙමාපියන් ඒ පිළිබඳ ව සැලකිලිමත් විය යුතුය.

2.4 වයසට සරිලන පණිවිඩ ලබා දීම

2.4.1 අවුරුදු 2 1/2 සහ 3 අතර දරුවන්ට කරා කිරීම

දරුවාට ඔබ පවසන දේ තේරුම් ගත හැකි, අවුරුදු දෙක හෝ දෙකහමාර අවධියේ සිට ම පණිවිඩ ලබා දීම ආරම්භ කළ හැක. ස්නානය කරන විට හෝ මුත්‍රා/ මළපහ කරන අවස්ථාවලදී හැර අන් සෑම අවස්ථාවකදී ම යට ඇඳුම් ඇඳ සිටීම වැදගත් බව දරුවාට පහදා දිය හැක. මේ පණිවිඩය ලබා දීමේදී, දරුවා අනිසි ලෙස කලබලයට පත් කිරීමෙන් තොර ව ඉතා ප්‍රවේශමත් එය ලබා දිය යුතුය. ස්නානය කරන වේලාව මේ පණිවිඩය ලබා දීම සඳහා හොඳ අවස්ථාවකි. යට ඇඳුම් ඉවත් කොට, යට ඇඳුම්වලින් ආවරණය වන ප්‍රදේශය ස්පර්ශකොට පිරිසිදු කරනු ලබන්නේ මව හෝ වෙනත් දරුවා රැක බලා ගන්නා වැඩිහිටියකු විසින් පමණක්, ස්නානය

කරන, වැසිකිලි යන හෝ ඇඳුම් මාරු කරන අවස්ථාවල දී පමණක් බව දරුවාට අවබෝධ කර දිය හැකිය.

2.4.2 අවුරුදු 4 සහ 8 අතර දරුවන්ට කරා කිරීම

මෙය දරුවා නිවසින් පිටතට, එනම් පෙර පාසලට හා ඉන් පසුව පාසලට හා විෂය බාහිර ක්‍රියාකාරකම්වලට, යාම ආරම්භ කරන කාලයයි. සමහර විට ඔවුන් මේ වයසේදී දෙමාපියන්/ භාරකරුවන් නොමැති ව පාසල් වැනි රට්ටුවල ගමන් කිරීමටත්, නාදායන පුද්ගලයින් මුණ ගැසීමටත් හැකිය. එහෙයින්, මේ වයස් අවධිය, දරුවා තුළ අභියෝගාත්මක අවස්ථාවලට මුහුණ දීම සඳහා අවශ්‍ය කුසලතා ගොඩ නැංවිය යුතු ඉතා වැදගත් අවධියකි.

යම් අනිසි අත්දැකීමකට මුහුණ දුන්නොත් ඒ පිළිබඳව ඔබට කරුණු අනාවරණය කරන ආකාරයේ හොඳ සම්බන්ධතාවයක් දරුවා සමග ගොඩ නගා ගැනීමට සැම විටම උත්සාහ ගන්න.

දරුවාට තමාට හැඟෙන දේ විස්තර කිරීමට ඉඩ ලබා දෙන්න. සංවේගය, කෝපය, බිය වැනි විවිධ හැගීම් හඳුනා ගැනීමට දරුවාට සහාය වන්න.

තමන්ගේ ශරීරය පිළිබඳ ව කුතුහලයක් දැනීම මේ අවධියේදී සාමාන්‍ය දෙයක් වන බැවින්, ඔවුන් ලිංගික අවයව ඇතුළු ශරීර අවයවයන් පිළිබඳ ව, ගැහැණු හා පිරිමි ළමුන්ගේ ඇති වෙනස්කම් පිළිබඳ ව සහ සම්බන්ධතා පිළිබඳව ඔබෙන් ප්‍රශ්න කළ හැක. ඔවුන්ට තේරුම් ගත හැකි මට්ටමින් කරුණු පහදා දීමට මෙවන් අවස්ථාවලදී අවධානය යොමු කරන්න.

ලිංගික කරුණු සම්බන්ධයෙන් ඉතා දිගු පැහැදිලි කිරීම් සිදු කිරීම මේ වයසේදී අවශ්‍ය නොවේ.

දරුවන්ට මෙවන් කරුණු පිළිබඳව ඔබ සමග සාකච්ඡා කිරීමේදී අපහසුවක් නොදැනෙන ලෙස හැසිරෙන්න. ඔවුන්ගේ වයසට ගැලපෙන ආකාරයට එම ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දෙන්න.

ශරීර අවයව අතුරින් “පුද්ගලික” (ලිංගික) අවයව කවරේදැයි දරුවාට පැහැදිලි කර දෙන්න. එම අවයව සෝදා පිරිසිදු කරන අවස්ථාවක දී හෝ වෛද්‍යවරයකු හමුවේ දී හැර කිසිම දන්නා හෝ නොදන්නා වැඩිහිටියකු විසින් ස්පර්ශ නොකළ යුතු බව පහදන්න.

යහපත්/ නිසි ස්පර්ශය සහ අයහපත්/ අනිසි ස්පර්ශය යනු කුමක්දැයි දරුවාට පහදා දෙන්න.

තමන්ගේ ශරීරය තමන්ට අයිති බවත්, එය වටිනා බවත්, එහෙයින් එය ආරක්ෂා කර ගැනීමේ වගකීම තමන් විසින් ගත යුතු බවත් දරුවාට තේරුම් ගැනීමට උදව් වන්න. දෙමාපියන් හා භාරකරුවන් ඔවුන් ආරක්ෂා කිරීමට නිරතුරුව කැප වන නමුත් තමන් ආරක්ෂා කරගනීමේ වගකීම තමන්ට ගැනීමට සිදු වන අවස්ථා ද තිබිය හැකි බව දරුවාට පහදා දෙන්න. මෙම පණිවිඩය සියළු වයස්වලදී දරුවන්ට නිරතුරුව ලබා දිය යුතු අතර ගොඩ නැංවිය යුතු කුසලතා සහ භාවිතා කළ යුතු ක්‍රමවේදයන් වයස් බාණ්ඩය අනුව වෙනස් වේ.

ලිංගික කරුණු සම්බන්ධයෙන් ඇති වූ බියක් හෝ අත්දැකීම් ඇත්නම් ඔබ වෙත පැමිණීමට සහ ඒවා ඔබ සමග පැවසීමට දරුවා දිරි ගන්වන්න. එවන් අවස්ථාවල ඔවුන්ගේ ගැටළුව දෙස උනන්දුවෙන් බලන්න. කිසිවිටෙකත් ඔවුන් හාසයයට ලක් නොකරන්න.

ලිංගික නිංසනයක් සිදු වීමට යන විට එයට ප්‍රතිචාර දැක්විය යුතු ආකාරය පිළිබඳ තොරතුරු දරුවාට ලබා දෙන්න. මෙය ඉතා සංයමයෙන්, දරුවාට පුරුදු පරිසරයක සිට කළ යුතු අතර දරුවාට අනවශ්‍ය බියක් ඇති නොවන පරිදි එහෙත් දරුවා තුළ දැනුවත් භාවය ද ඇති වන පරිදි සාකච්ඡා කළ යුතුය. දරුවාට ඇති ගැටළු නිරාකරණය කර ගැනීම සඳහා ප්‍රශ්න ඇසීමට ඉඩ දිය යුතුය.

අවදානමක් ගෙන දිය හැකි අවස්ථා උදාහරණයට ගනිමින් ඒවා මග හරින ආකාරය දරුවාට පහදා දෙන්න. මෙවන් අවස්ථාවලට උදාහරණ ලෙස, නාදනන පුද්ගලයන්ගෙන් දෙමාපිය අනුදැනුමකින් තොර ව තෑගි ලබා ගැනීම, ශාරීරික කරුණු පිළිබඳ ව නාදනන පුද්ගලයන් සමග රහස්‍ය වශයෙන් වග කිව යුතු වැඩිහිටියකු නොමැති ව නොදන්නා ස්ථානවල තනිව සිටීම හා අනිසි ලෙස ස්පර්ශ කිරීමට ලක් වීමෙන් පසු ඒ පිළිබඳ ව කරුණු අනාවරණය කිරීමෙන් වැළකී සිටීම ආදිය දැක්විය හැක.

දරුවන්ට යම් පුද්ගලයකු අභිමුඛ දී හෝ යම් ස්ථානයකදී අනාරක්ෂිත බවක් හෝ අපහසුතාවයක් දැනේ නම් කළ හැකි දේ කියා දෙන්න. මේ වයස්දී, ඔවුන්ට හැකි නම් එම ස්ථානයෙන් ඉවත් වීමට කියා දිය හැකි අතර එය අපහසු නම් උදව් ඉල්ලා කෑ ගැසීමට පවසන්න. එම සිදුවීම

පිළිබඳ ව හැකි ඉක්මනින් දෙමාපියන්/ භාරකරුවන් දැනුවත් කළ යුතු බව තරයේ ඒත්තු ගන්වන්න.

මේ වයසේදී, දරුවාට ශරීර අවයවවල නිවැරදි නම් තේරුම් ගැනීමට හැකියාව ඇති බැවින් ඒවා කියා දිය හැක.

ලිංගික හිංසනය පිළිබඳ ව රූපමය මාධ්‍යවලින් (පින්තූර/ ඡායාරූප) මේ වයසේදී දරුවාට පෙන්වීම අනවශ්‍ය ය. දරුවා තුළ අනිසි බියක් ඇති කළ යුතු නැත. ආරක්ෂිත මායිම්, ආරක්ෂාව සහ සුරක්ෂිතතාව පිළිබඳ ව දරුවා දැනුවත් කිරීම පමණක් සෑහේ.

2.4.3 අවුරුදු 9 සහ 13 අතර දරුවන්ට කථා කිරීම

දරුවන් ඔවුන්ට අවදානමක් ඇති කරන අවස්ථාවලින් අන් කර තැබීමේ වගකීමක් දෙමාපියන්ට ඇත. එනම් පවුල් සබඳතා නොමැති නොදන්නා වැඩිහිටි පිරිමින්ගෙන් අන් කර තැබීම, තනි වැඩිහිටියකු සමග අධීක්ෂණයෙන් තොරව රැයක් ගත කිරීමෙන් වැළකීම, දරුවන් කෙරෙහි විශේෂයෙන් අනිසි කැමැත්තක් ඇති වැඩිහිටියන් දරුවන් සමග හැසිරීම හෝ ඔවුන්ට තෑගි බෝග ලබා දීමෙන් වැළකීම ආදියයි.

තමන් අන් විඳි ලිංගික හිංසන සිදුවීමක් පිළිබඳ ව කරුණු සඟවා ගෙන සිටීමෙන් සිදු වන්නේ හානිය තවත් වැඩි වීමක් පමණක් බව දරුවාට පහදා දෙමින් එවන් අවස්ථාවක සහාය පතා කෙලින් ම ඔබ වෙත පැමිණීමට දරුවා දිරි ගන්වන්න. එවන් රහස් හෙළි කිරීම කිසිසේත්ම වැරදි නැති බව පවසා දරුවාට සහසන්න.

දරුවා තුළ ආත්ම විශ්වාසය ගොඩ නගන්න. තමන් වටිනා සහ වැදගත් පුද්ගලයන් බව දරුවන්ට පහදා දීමෙන් ඔවුන් හිංසකයන් වැනි අනවශ්‍ය පුද්ගලයන් ඇසුරට යාම වැළකීම සිදු නොවේ. මෙවන් දරුවන් ලිංගික හිංසන අත්දැකීමක් හෙළි කිරීමට ඇති අවස්ථාව වැඩිය.

මේ වයසේ දරුවන් වැඩිවිය පැමිණෙන වයසට එළඹෙමින් සිටින නිසා ඔවුන්ට, අන් අය කෙරෙහි කායික ආකර්ෂණයක් ඇති වීම, ලිංගික අවයවවල පරිනතිය හා ඒවායෙහි කාර්යය, තමන්ගේ හා අනෙක් අයගේ ශරීර කෙරෙහි ඇතිවන උනන්දුව වැනි ලිංගික ගැටළු සම්බන්ධ සුලභ හා සාමාන්‍ය හැගීම්/ සිතුවිලි පිළිබඳ ව තේරුම් ගැනීමට උදව් වන්න.

මේ තත්ත්ව යටතේ, ලිංගික සම්බන්ධතාවයකට යොමු වීමේ සීමා මායිම් පිළිබඳ ව ඔවුන්ට පහදා දෙන්න. ලිංගික කරුණු හෝ ලිංගික කාර්යයයන් පිළිබඳ අනවශ්‍ය අවධානය, අසහන විනුපට හැරුණු, අන් අය අපහසුතාවයට පත් කිරීමට ලිංගික වදන් භාවිතා කිරීම, ලිංගික හැසිරීමවල නිරන්තරයෙන් වීමට අන් අයට බල කිරීම හෝ තර්ජනය කිරීම, සහ සිප ගැනීම, ලිංගික සංසර්ගය හෝ මුඛ සංසර්ගය වැනි කායික ලිංගික හැසිරීම් මේ වයසේදී නුසුදුසු හෝ හිංසාකාරී බව පහදන්න.

උත්සවවලදී හෝ වෙනත් සමාජ එක්රැස්වීමවලදී දරුවා තනි නොකිරීමට ප්‍රවේශම් වන්න. දරුවා තනි කර යාමට පෙර එම ස්ථානවල ප්‍රමාණවත් වැඩිහිටි අධීක්ෂණයක් ඇත්දැයි තහවුරු කර ගන්න.

2.4.4 අවුරුදු 14 සහ 18 අතර දරුවන්ට කථා කිරීම

මේ වයසේ දරුවකු තුළ ලිංගික හිංසනයට ලක් වූ බව අඟවන ලක්ෂණ කිසිවක් දුටුවහොත් කෙලින් ම ඔවුන් වෙත ප්‍රවේශ වී උදව් කිරීමට මැදිහත් වන්න.

මත්පැන් හා මත් ද්‍රව්‍යවල ආදීනව පිළිබඳ ව ඔවුන් සමග කථා කරන්න. ලිංගික හිංසනයෙන් ආරක්ෂා වීමේදීත් ඒවා මගින් සෘනාත්මක බලපෑමක් ඇති කරන බව පහදා දෙන්න.

කිසිවිටෙකත් ඔවුන්ට තර්ජනය නොකරන්න. විවේචනය නොකරන්න. ඔවුන්ට අණ දීමෙන් වලකින්න. දීර්ඝ උපදෙස් දීමෙන් වලකින්න. සැම විටම ධනාත්මක සන්නිවේදන ක්‍රමවේදයක් භාවිතා කරන්න.

සැම විටම ඔවුන්ට ඇහුම්කන් දෙන්න. ඔවුන් තේරුම් ගැනීමට හා ඔවුන්ගේ අදහස්වලට ගරු කිරීමට උත්සාහ ගන්න. තමන්ට ඇතිවන ගැටළු සහගත අවස්ථාවකදී ඔබව විශ්වාස කොට ඔබ වෙත පැමිණ කරුණු අනාවරණය කිරීමට එවිට ඔවුන් පෙළඹෙනු ඇත.

උත්සවවලදී හෝ සමාජ එක්රැස්වීම් වලදී තනි වී නොසිටීමට දරුවාට කියා දෙන්න. එවන් අවස්ථාවලට සහභාගී වීමේදී මිතුරන් සමග එකට සිටීමට පවසන්න. එකිනෙකා කෙරෙහි සැලකිලිමත් වීමට දරුවන් දිරි ගන්වන්න. නමුත් හැකි සෑම විටම මෙවැනි අවස්ථා අධීක්ෂණය කිරීමට

උත්සාහ ගන්න. ඔබට අධීක්ෂණය කිරීමට නොහැකි නම් අඩු තරමේ වගකිවයුතු වැඩිහිටියකු අධීක්ෂණය සඳහා එහි සිටින බවට තහවුරු කර ගන්න.

දුරුවා උත්සව අවස්ථාවලට සහභාගී වීමේදී ඔහු/ ඇය සමග ඒවාට සහභාගී වීමට ස්වේච්ඡාවෙන් ඉදිරිපත් වන්න. ඔබ දුරුවා සමග යහපත් සම්බන්ධතාවයක් ගොඩ නගා ගෙන ඇත්නම්, ඔබේ සහභාගී වීම දුරුවා ද කැමැත්තෙන් අනුමත කිරීමට බොහෝ සෙයින් ඉඩ ඇත.

තමන් අවදානමේ හෙලන පරිදි, වැඩිහිටියන් හෝ වැඩිමහළු යෞවනයන් සමග තනි නොවීමටත්, දෙමාපිය අධීක්ෂණයෙන් තොර ව රැය ගත කිරීමට සිදු වන උත්සවවලට සහභාගී නොවීමටත් දුරුවාට කරුණු පහදා දෙන්න.

අවදානම් අවස්ථාවකින් මිදීමට විවිධ කුසලතා සහ උපක්‍රම දුරුවාට කියා දෙන්න. උදාහරණයක් ලෙස, දුරුවා විදුලි සෝපානයක හාදුනන පුද්ගලයකු සමග තනිව ගමන් කරද්දී ඔහු යම් ලිංගික හිංසනයකට සැරසේ යයි හැඟෙනහොත් සෑම මහලකදී ම සෝපානය විවෘත වන පරිදි බොත්තම් එබිය හැක. එවිට හිංසකයා හානියක් කිරීමට පසුබට වේ. එසේ නැතිනම් කලින් මහලක දී සෝපානයෙන් එලියට ගොස් පසුව තමන්ට අවශ්‍ය මහලට යාම සඳහා සෝපානය භාවිතා කල හැක.

දුරුවා ප්‍රංගම දුරකථනයක් භාවිතා කරන්නේ නම් එහි ඇති නවීන තාක්ෂණික උපාංග සහ ඇප්ස් ‘apps’ යොදා ගෙන දුරුවා සිටින ස්ථානය දැන ගත හැක.

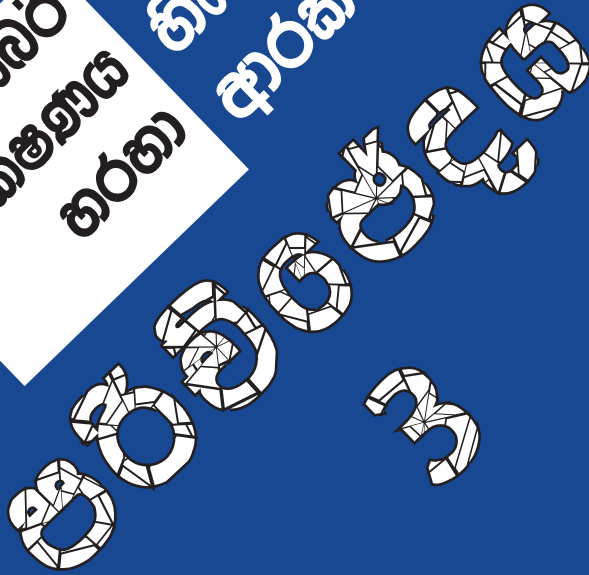
නොදන්නා පුද්ගලයින් සමග සන්නිවේදනයෙන් වලකින ලෙසත්, ඔවුන්ට තමන්ගේ පෞද්ගලික තොරතුරු හෝ සිටින ස්ථානය පිළිබඳ තොරතුරු ලබා නොදෙන ලෙසත් කරුණු පැහැදිලි කර දෙන්න. තමන් නොදන්නා අංකවලින් පැමිණෙන මග හැරුණු ඇමතුම් වලට නැවත ඇමතීමෙන් වලකින ලෙස දුරුවාට පවසන්න. එවන් ඇමතුම් ලිංගික හිංසනයකට දුරුවකු ගොදුරු කර ගැනීමට අර අදින පුද්ගලයකුගෙන් විය හැකි බැවිනි.

දරුවා සමග නිරන්තර සබඳතාවක් පවත්වා ගනිමින් දරුවාගේ ක්‍රියාකාරකම් හා සිටින ස්ථානය සොයා බැලිය හැක. එසේම, තමන්ට අහාරක්ෂිත හෝ තර්ජිත බවක් දැනේ නම් ඕනෑම මොහොතක ඔබ අමතන ලෙස දරුවාට පවසන්න.

ආරක්ෂිත අන්තර්ජාල සහ සමාජ ජාල භාවිතය පිළිබඳ ව දරුවා දැනුවත් කරන්න.

සයිබර්
තාක්ෂණය
හරහා

සිදු වන මෙහි
හිංසනයෙන් දරුවන්
ආරක්ෂා කර ගනිමු



3.1 සයිබර් තාක්ෂණය හරහා සිදුවන හිංසනය යනු කුමක්ද?

අතීතයේදී මෙන් නොව, වර්තමානයේ දරුවන්ට අවශ්‍ය තොරතුරු ලබා ගැනීම සඳහා විවිධාකාරයේ තාක්ෂණික උපාංග සහ සමාජ මාධ්‍ය ජාල පවතී. අන්තර්ජාලය හරහා විවිධාකාරයෙන් ඉගෙනීමට හැකි නිසා, මෙම තොරතුරු ලබා ගැනීමේ හැකියාව ඔවුන්ගේ දැනුම වර්ධනයට නිසැකවම බලපායි. එහෙත් දරුවන් මෙම ක්‍රියාවලියේ දී හිංසනයට ලක් නොවන බවට තහවුරු කර ගැනීම දෙමාපියන් සහ වගකිවයුතු වැඩිහිටියන් ලෙස අපගේ වගකීමයි.

සයිබර් තාක්ෂණය හරහා සිදුවන හිංසනය යනු අන්තර්ජාලය ඔස්සේ අරියාදූවට, බිය ගැන්වීමට, තර්ජනයට, කොන් කිරීමට හා/හෝ බලහත්කාරයට ලක් වීමයි. අදාළ පුද්ගලයාගේ අනු දැනුමකින් තොර ව ජායාරූප හෝ වීඩියෝ බෙදා හැරීම හෝ ප්‍රකාශනය, සහ යම්කුණක් පින්තූර වෙනස් කොට ප්‍රකාශයට පත් කිරීම ආදිය මේ අතරට වැටේ. මේ අතුරින් සමහර ක්‍රියාවන් ළමා ලිංගික හිංසනය යටතට වැටේ.

සමාජ මාධ්‍ය ජාලවල යම් පුද්ගලයකුට හානිදායක හෝ එම පුද්ගලයා අපහසුතාවයට පත් කරන පුද්ගලික දේ උවමනාවෙන් ම පළ කිරීම හා හුවමාරු කර ගැනීම, සයිබර් තාක්ෂණය හරහා සිදු වන අරියාදූවට ලක් කිරීම ලෙස ගත හැක. එසේම මෙය අදාළ පුද්ගලයා කෙලින්ම ඉලක්ක කර ගනිමින් ක්ෂණික පණිවිඩ හුවමාරු ජාල හරහා ද සිදු විය හැක. සයිබර් තාක්ෂණය හරහා සිදු වන අරියාදූ කිරීම විවිධාකාර විය හැක. එනම්, දිගින් දිගටම යම් පුද්ගලයකුට අපහාසාත්මක පණිවිඩ යවමින් කරදර කිරීම, යම් පුද්ගලයකුගේ කීර්ති නාමයට හානි කරන කට කටා සමාජ මාධ්‍ය ජාලවල පළ කිරීම, වෙනත් පුද්ගලයකු ලෙස සමාජ මාධ්‍ය ජාලවල පෙනී සිටිමින් එම පුද්ගලයකුගේ කීර්ති නාමයට හානිකර විය හැකි දේ පළ කිරීම, සමාජ මාධ්‍ය ජාල හරහා හෝ පණිවිඩ හුවමාරු ජාල හරහා යම් පුද්ගලයකුට තර්ජනය කිරීම හෝ අපහාස කිරීම, සහ යම් පුද්ගලයකුගේ අවසරයකින් තොර ව ඔහුගේ පෞද්ගලික තොරතුරු අන්තර්ජාලයේ පළ කිරීම ආදියයි.

මෙම සයිබර් තාක්ෂණය හරහා සිදුවන හිංසනය සමහර අවස්ථාවල ලිංගික හිංසනයක් දක්වා දිවෙන්නේ, හිංසනයට ලක් වූ පුද්ගලයාට එම අනිසි අන්තර්ජාල පළකිරීම් (පෝස්ට්) ඉවත්කිරීම සඳහා ලිංගික අල්ලස් ඉල්ලා තර්ජනය කිරීම නිසාය.

සයිබර් තාක්ෂණය හරහා සිදු වන ළමා ලිංගික හිංසනය විවිධාකාරයෙන් සිදු විය හැකි අතර ඉන් සමහරක් වන්නේ:

- දරුවාගේ අනිශය පෞද්ගලික ඡායාරූප හා වීඩියෝ බෙදා හැරීම
- මතු දිනෙක දරුවා ලිංගික හිංසනයක් සඳහා භාවිතා කිරීමේ අරමුණින් දරුවා සමග හිතවත් වී විශ්වාසය දිනා ගැනීම
- මතු දිනෙක තමන් විසින් හෝ වෙනත් හිංසකයන් විසින් දරුවා ලිංගික හිංසනයට ලක් කිරීමේ අරමුණින් දරුවාගේ තොරතුරු හා පින්තූර හුවමාරු කර ගැනීම
- දරුවන් සයිබර් තාක්ෂණය ඔස්සේ ලිංගික ක්‍රියාවන්හි යෙදවීම
- දරුවන් අන්තර්ජාලය ඔස්සේ සජීවී ලිංගික ක්‍රියාවන්හි යොදවා විකුණාමින් හිංසනයට ලක් කිරීම
- දරුවාගෙන් ලිංගික අල්ලස් ඉල්ලීම සඳහා ඔහුගේ/ඇයගේ ලිංගික සේයාරූ අන්තර්ජාලයේ පළ කරන බවට තර්ජනය කරමින් බිය වැද්දීම

හිංසකයා විසින් දරුවාගේ පෞද්ගලික තොරතුරු, එනම් ලිපිනය, දුරකථන අංකය හෝ ඡායාරූපයක් ඉල්ලා සිටිය හැක. එසේම ජංගම දුරකථනය හෝ අන්තර්ජාලය ඔස්සේ හමු වීමෙන් පසු ඇත්තටම මුණ ගැසීමට අවශ්‍ය බව ඔවුන් දරුවාට පැවසිය හැක. එවන් ඉල්ලීමකට අවනත වීම නොහැවතින ලිංගික හිංසන ක්‍රියාවලියක ආරම්භය විය හැක.

දරුවන් සයිබර් තාක්ෂණය ඔස්සේ සිදු වන ලිංගික හිංසනයේ ගොදුරු වනවා සේම සමහර අවස්ථාවලදී විවිධ හේතූන් මත ඔවුන් අතින් ද එවැනි වැරදි සිදු විය හැකි බව අප මතකයේ තබා ගත යුතුය.

බොහෝ දුරුවන්, තමන්ට අත් විඳින්නට සිදු වන ප්‍රතිචාර හා විපාකවලට ඇති බිය හෝ ලැජ්ජාව නිසා තමන් අත් විඳි සයිබර් තාක්ෂණය ඔස්සේ සිදු වූ ලිංගික හිංසන අත්දැකීම් පිළිබඳ ව දෙමාපියන්ට, ගුරුවරුන්ට හෝ වැඩිහිටියන්ට හෙළි නොකරති. ඒ පිළිබඳ ව වාර්තා නොකරති. මෙය එම ලිංගික හිංසනය දිගටම සිදු වීමට හේතුවක් වේ.

දුරුවා එක්වරක් හෝ සයිබර් තාක්ෂණය ඔස්සේ සිදු වන කවර ආකාරයක හෝ ලිංගික හිංසනයකට ලක් වුවහොත් එය ඔබ සමග පැවසීමට දුරුවා දුර් ගැන්වීම දෙමාපියන් හා වැඩිහිටියන්ගේ වගකීමක් වේ. ඒ සඳහා ඉක්මනින් මැදිහත් වීමක් නොකළහොත් එය දුරුවාට මානසිකව ඉතා හරක අයුරින් බලපාන, දිගටම සිදුවන හිංසනයක් බවට පත් වීමට ඉඩ ඇත.

3.2 සයිබර් තාක්ෂණය හරහා ලිංගික හිංසනය සිදුවීමට හේතු වන නවීන තාක්ෂණයන් කවරේද?

නවීන තාක්ෂණය මගින් පුද්ගලයින්ට එකිනෙකා සමග අන්තර්ජාලය ඔස්සේ සන්නිවේදනය කළ හැකි ක්‍රම සහ විධි හඳුන්වා දී ඇත. මෙම තාක්ෂණයන් ඉගෙනීම සහ සන්නිවේදනය පහසු කරන අතර ම, අප අවධානයෙන් පසු නොවුණහොත් එම තාක්ෂණයන් විවිධ ආකාරයේ ලිංගික හිංසනයන් සිදු වීමට ද මග පාදයි.

පහත සඳහන් තාක්ෂණ ක්‍රමවේදයන් ජාලකරණය (networking) සඳහා සුදුසු ව භාවිතා වේ.

- සමාජ ජාල (Social Networking)
උදා ■ ෆේස්බුක්, ටිවිටර්, ඉන්ස්ටග්‍රෑම්, Tumblr, LinkedIn, යූ ටියුබ් (වීඩියෝ හුවමාරු කර ගන්නා සමාජ ජාල)
- ක්ෂණික පණිවිඩ හුවමාරු ඇප්ස් (Apps)
උදා ■ WhatsApp, Viber, Snapchat, Telegram
- “ක්ලව්ඩ්” අන්තර්ජාල තාක්ෂණය
දත්ත සහ වැඩසටහන් අන්තර්ජාලය හරහා ගබඩා කිරීම හා නැවත ලබා ගැනීමේ ක්‍රමයකි

- යෙදුම් (ඇප්ස්)
මෙම යෙදුම්වලට ඔබේ පෞද්ගලික තොරතුරු මෙන්ම ඔබ සිටින ස්ථානය පිළිබඳ තොරතුරු ද ගබඩා කළ හැක.
- අන්තර්ජාල ක්‍රීඩා
අන්තර්ජාලය ඔස්සේ විඩියෝ ක්‍රීඩා කිරීම (සම්පූර්ණයෙන් ම හෝ අර්ධ වශයෙන්)
- පොදුවේ භාවිතා කළ හැකි වයි-ෆයි
මෙය පොදු ස්ථානවලදී භාවිතයට ගත හැකි පහසුකමක් වන අතර ඔබේ උපාංගය අනවසර දුන්න සොරා ගැනීමකට ලක් කර ගැනීමකට හේතු විය හැක.

(මේ පිළිබඳ වැඩිදුර විස්තර annex 2 හි සඳහන් ව ඇත)

3.3 නවීන සයිබර් තාක්ෂණයන් සන්නිවේදනයට භාවිතා කෙරෙන මෙවලම් කවරේද?

නිවසේ භාවිතා කරන ලැප්ටොප් පරිඝනක, ඩෙස්ක්ටොප් පරිඝනක හා ජංගම දුරකථන වැනි උපාංග සැලකූ විට, ඒවායේ භාවිතය පිළිබඳ ව දුරුවන් සමග සාකච්ඡා කොට සාධාරණ එකඟතාවයකට පැමිණීම වැදගත් වන අතර දුරුවන් සහ වැඩිහිටියන් දෙපිරිසම එම එකඟතාවයට අනුකූලව කටයුතු කිරීම වැදගත් වේ. උපාංග භාවිත කරන වේලාව, ඒවා තැන්පත් කර තබන ස්ථානය, හා ඒවා භාවිතා කිරීමේදී කුමන මට්ටමක පෞද්ගලිකත්වයකට ඉඩ දෙන්නේදැයි සාකච්ඡා කළ යුතුය. දුරුවන් උපාංග භාවිතා කරනවිට, ඒවා දුරුවාගේ නිදන කාමරයේ තබනවාට වඩා, දුරුවා අන්තර්ජාලයේ කුමක් හරඹන්නේදැයි වැඩිහිටියන්ට අධීක්ෂණය කළ හැකි ස්ථානයක ඒවා තැබීම වඩාත් සුදුසු වේ. උපාංග භාවිතා නොකරන බවට එකඟතාවයකට පැමිණ ඇති වේලාවන්හි දී දුරුවන් හා වැඩිහිටියන් දෙපිරිසම ඊට අනුකූල ව කටයුතු කිරීම වැදගත් වේ.

වර්තමානයේ නිරතුරු ව භාවිතා වන උපාංග වන්නේ:

- ලැප්ටොප් පරිඝනක
- ඩෙස්ක්ටොප් පරිඝනක

- පංගම දුරකථන
- ස්මාර්ට් ෆෝන් වර්ගයේ දුරකථන
- ටැබ්ලට්
- අයි පොඩ් (I-pods)
- ඉලෙක්ට්‍රොනික් උපාංග, මෘදුකාංග, සංවේදක හා ජාල සම්බන්ධතා අන්තර්ගත වූ අනෙකුත් උපකරණ

(වැඩි විස්තර සඳහා Annex 3 බලන්න)

3.4 සයිබර් තාක්ෂණය තරතා ලිංගික හිංසනය සිදු විය හැකි විවිධ ක්‍රම මොනවාද?

ලිංගික කරුණු සහිත පණිවිඩ යැවීම (Sexting)

මින් අදහස් කරන්නේ ලිංගික කරුණු පදනම් කර ගත් ඡායාරූප, වීඩියෝ සහ පණිවිඩ අවසරයකින් යුතු ව හෝ අවසරයකින් තොරව පණිවිඩ හුවමාරු ජාල, කෙටි පණිවිඩ හෝ ඊ-මේල් හරහා යැවීම හෝ ලැබීමයි.

නග්න ඡායාරූප හුවමාරු කර ගැනීම

මෙම ඡායාරූප හුවමාරු කර ගැනීම යුවලක් අතර අනෙකුත් විශ්වාසය මත සිදු විය හැකි නමුත්, ඒවා පුද්ගලයකු බිය වැද්දීම සඳහා භාවිතා කළහොත් හෝ තුන් වන පුද්ගලයකුගේ අතට පත් වුවහොත්, එවිට මෙය ලිංගික හිංසන ක්‍රියාවන් දක්වා යා හැක.

පලි ගැනීම සඳහා අසැකි සේයාරූ ප්‍රචාරය කිරීම (Revenge Porn)

මෙහිදී යම් ගැහැණු ළමයකු විසින් තමන්ගේ සහකරුවා සමග කැමැත්තෙන් හුවමාරු කර ගත් ලිංගික ඡායාරූප, සහකරුවා විසින් ඇගෙන් පළිගැනීමේ අරමුණ ඇති ව අගේ අවසරයකින් තොර ව බොහෝ දෙනා නරඹන වෙබ් අඩවිවල ප්‍රචාරය කිරීම සිදු වේ.

අන්තර්ජාලය හරහා විශ්වාසය ගොඩ නගා ගෙන ලිංගික හිංසනයට ලක් කිරීම (Online grooming)

මෙහිදී, ලිංගික ඉල්ලීම් ඉදිරිපත් කිරීමට පෙර හිංසකයා විසින් හිංසනයට ලක් කිරීමට බලාපොරොත්තු වන පුද්ගලයා සමඟ හොඳ සම්බන්ධතාවයක් ගොඩ නගා ගනී. තමන්ගේ නගීන් ඡායාරූප හුවමාරු කර ගැනීම දක්වා හිංසාවට ලක් වන්නාගේ විශ්වාසය ගොඩ නගා ගන්නා හිංසකයා, ඉන් පසු එම ඡායාරූප පළ කරන බවට බිය වද්දමින් තමන්ගේ ලිංගික අවශ්‍යතා සපුරා ගනී.

(වැඩි විස්තර සඳහා Annex 4 බලන්න)

3.5 දරුවන්ට වග කිවයුතු ලෙස සයිබර් තාක්ෂණය භාවිතා කිරීමට තුරු කරමු

අන්තර්ජාලය තොරතුරු එක් රැස් කිරීමට සහ ඉගෙනීමේ කටයුතු සඳහා ඉතා වැඩදායක මාධ්‍යයක් බවත්, එසේ වුවත් වග කිව යුතු ලෙස එය භාවිතා නොකළහොත් තර්ජනාත්මක තත්ත්වයන් ඇති විය හැකි බවත්, වැඩිහිටියන් ලෙස අප විසින් දරුවන්ට පහදා දිය යුතුය.

අන්තර්ජාලය සහ සමාජ මාධ්‍ය ජාල ආරක්ෂාකාරී සහ වගකිව යුතු ලෙස භාවිතා කිරීමට දරුවන්ට කියා දෙන්න. මේ පිළිබඳ ව ඔබේ දරුවාට පහදා දෙන විට, අනිසි හා වගකීමෙන් තොර අන්තර්ජාල භාවිතය නිසා කරදරයට පත් කෙනෙකු ඔබට උදාහරණ ලෙස ගත හැක. එමගින් දරුවාට තත්ත්වයේ බරපතල කම වටහා දිය හැකි අතර සයිබර් තාක්ෂණය භාවිතයේදී යම් යම් නීති හා මාර්ගෝපදේශ පිළිපැදීමේ වැදගත් කම ද අවබෝධ වනු ඇත.

- අන්තර්ජාලය තුළින් හමු වන පුද්ගලයන්, ඔවුන් තමන් හඳුන්වා දෙන ආකාරයට වඩා වෙනස් පුද්ගලයන් විය හැකි බව දරුවන්ට පැහැදිලි කරන්න. එවන් පුද්ගලයන් ලිංගික හිංසනයකට අර අදින්නන් විය හැකි බව පහදන්න. එබැවින්, නාදුනන පුද්ගලයින් සමඟ සමාජ මාධ්‍ය හෝ වෙනත් අන්තර්ජාල මාධ්‍ය ඔස්සේ සම්බන්ධ නොවන ලෙස දරුවන්ට පවසන්න..

- අන්තර්ජාලය ඔස්සේ මුණා ගැසෙන නාඳුනන පුද්ගලයින් සමග කිසි විටෙකත් තමන්ගේ නම, ලිපිනය, දුරකථන අංකය හෝ පාසලේ නම වැනි පෞද්ගලික තොරතුරු බෙදා හදා නොගන්නා ලෙස දරුවන්ට පවසන්න.
- නාඳුනන පුද්ගලයකු සමග කිසි විටෙකත් තමන්ගේ ඡායාරූප සමාජ මාධ්‍ය, පණිවිඩ හුවමාරු ඇප්ස් හෝ ඊ-මේල් හරහා හුවමාරු කර නොගන්නා ලෙස දරුවන්ට තරයේ ඒත්තු ගන්වන්න. මෙම කොටසේ කලින් සඳහන් කර ඇති ආකාරයට, අන්තර්ජාලය හරහා විශ්වාසය ගොඩ නගා ගෙන ලිංගික හිංසනයට ලක් කිරීම ලිංගික හිංසකයන් විසින් භාවිතා කරනු ලබන එක් උපක්‍රමයකි. ඔවුන් තමන්ගේ ගොදුරු බවට පත් කර ගන්නා පුද්ගලයන්ගේ විශ්වාසය දිනා ගන්නේ ඔවුන් ඉතා හිතවත් හා උපකාර කරන පුද්ගලයන් බව හඟවමිනි. එවිට, අගතියට පත් වන්නේ තමන්ගේ පෞද්ගලික තොරතුරු මෙන්ම පසු කාලීනව අතිශය පෞද්ගලික ලිංගික සේයාරූ ආදියද මෙබඳු පුද්ගලයන් සමග හුවමාරු කර ගැනීමට පෙළඹෙති. අන්තර්ජාලය ඔස්සේ උවමනාවට වඩා උදව් කිරීමට පෙළඹෙන පුද්ගලයින් පිළිබඳ ව කල්පනාකාරී වන ලෙස දරුවන්ට පවසන්න.
- කවරෙකු කවර ආකාරයෙන් පෙළඹුව ද පරිඝනකයේ වෙබ් කැමි උපාංගය ඉදිරියේ කිසි විටෙකත් නිරුවත් නොවිය යුතු බව ද, එවන් පෙළඹවීමක දී ඒ බව දෙමාපියන්ට වාර්තා කළ යුතු බව ද දරුවන්ට පහදා දෙන්න. එම පෙළඹවීම තමන්ගේ පෙම්වතා/ පෙම්වතිය අතින් සිදු වුවද ඉහත කරුණු එසේම විය යුතු බවද පහදන්න.
- නාඳුනන පුද්ගලයින්ගෙන් ලැබෙන පණිවිඩ හෝ පින්තූර විවෘත නොකරන ලෙසත්, ඒ බව ඔබට දැනුම් දෙන ලෙසත් දැනුවත් කරන්න.

දරුවා සමාජ මාධ්‍ය ජාල හා වෙනත් සමාජ ජාල භාවිතා කරන්නේ නම් (ෆේස්බුක්, ටිට්ට්, Instagram වැනි) , ඔහුට/ඇයට පහත දැනුවත් කිරීම් සිදු කළ හැක. ඔබටත් යම් මට්ටමකට හෝ මෙම නවීන තාක්ෂණයන්

පිළිබඳ ව දැනුමක් ඇත්නම් දුරුවන් ආරක්ෂිත බව කරා මෙහෙයවීම පහසු විය හැක. ෆෙස්බුක් නිමවුම්කරුවන් විසින් ඇත්ත වශයෙන් ම එහි භාවිතය වයස අවුරුදු දහතුනට වැඩි අය සඳහා සීමා කර ඇත. මෙවන් නීති වලට අනුකූල ව කටයුතු කරමින්, වගකිවයුතු ෆෙස්බුක් භාවිතය සඳහා පරිණත වනතුරු ඉන් වැළකී සිටීම වඩාත් සුදුසු වේ.

- තමන්ගේ තොරතුරු නැරඹිය හැකි සහ තමන්ට “මිතුරු ඉල්ලීම” එවිය හැකි පුද්ගලයින් සීමා කිරීම සඳහා සමාජ මාධ්‍ය ජාලවල “පෞද්ගලිකත්ව සැකසුම්” (privacy setting) යෙදීමට දුරුවන්ට උදව් වන්න. “මට පමණක් නැරඹිය හැකි”, “මිතුරන්ට පමණක් නැරඹිය හැකි” “සැමට නැරඹිය හැකි” වැනි විවිධ පෞද්ගලිකත්ව සැකසුම් පිළිබඳ ව දුරුවාට කියා දෙන්න. කිසි විටෙකත් “සැමට නැරඹිය හැකි” සැකසුම ඔස්සේ ඡායාරූප හෝ තොරතුරු පළ නොකරන ලෙස දුරුවන්ට කියා දෙන්න. එසේ කිරීමෙන්, නොදන්නා පුද්ගලයින්ට තමන්ගේ තොරතුරු නරඹා සමහරවිට ඒවා ඉදිරියේදී ලිංගික හිංසනය සඳහා යොදා ගත හැකි බව පහදා දෙන්න.
- සමාජ මාධ්‍ය ජාල තුළ මිතුරන් එකතු කර ගැනීමේදී වගකිවයුතු ලෙස කටයුතු කරමින්, තමා හොඳින් දන්නා අය පමණක් මිතුරන් වශයෙන් එකතු කර ගන්නා ලෙස කියා දෙන්න. ඡායාරූප පළ කිරීමේදී “මිතුරන්ට පමණක් නැරඹිය හැකි” සැකසුම ඔස්සේ එසේ කරන ලෙසත්, එයින් ද අපහසුතාවයක් දැනේ නම්, “මට පමණක් නැරඹිය හැකි” සැකසුම ඔස්සේ තමන්ට පමණක් නරඹා ඒවා සුරක්ෂිත ව තැන්පත් කර තැබිය හැකි බවත් පවසන්න.
- තමන්ගේ මිතුරන්ට පමණක් දැකිය හැකි සැකසුමක් ඔස්සේ වුවද, සමාජ මාධ්‍ය ජාල තුළ යමක් පළ කිරීමට පෙර දෙවරක් සිතන ලෙස දුරුවන්ට කියා දෙන්න.
- ආරක්ෂාවට තර්ජනයක් විය හැකි බැවින්, තමන් ඒ මොහොතේ සිටින ස්ථානය පිළිබඳ තොරතුරු වෙබ් අඩවියට ලබා ගැනීමට ඉඩ දීමෙන් වලකින ලෙස පවසන්න.
- සමාජ මාධ්‍ය ජාල භාවිතයේදී හැකි තරම් පොදු වයි-ෆයි භාවිතයෙන් වැළකී පෞද්ගලික වයි-ෆයි භාවිතා කරන ලෙස පවසන්න.

- සමාජ මාධ්‍ය ජාල තුළ තමන්ගේ ඡායාරූප හා සිටින ස්ථානය පිළිබඳ ව තොරතුරු අන් අය සමග හුවමාරු කර ගැනීම සම්බන්ධයෙන් තමන් දරණ මතය පිළිබඳ ව මිතුරන් දැනුවත් කර තබන ලෙස පවසන්න. එම සීමාවන් මිතුරන් විසින් ඉක්මවා නොයා යුතු බව ද අවධාරණය කරන්න.
- මිතුරන් විසින් පළ කරන ලද තමන් සිටින ඡායාරූපයක් සම්බන්ධයෙන් තමන්ට අපහසුතාවයක් දැනේ නම්, එය ඉවත් කරන/ මකා දමන ලෙස ඕනෑම වේලාවක ඉල්ලා සිටිය හැකි බවත්, එසේ ඉල්ලා සිටීමට දරුවාට අයිතියක් ඇති බවත් පහදා දෙන්න.
- එසේම, තමන්ගේ මිතුරන් පෙනී සිටින ඡායාරූප පළ කිරීමේදී ද සැම විටම අවසර ලබා ගන්නටත්, ඔවුන්ගේ සීමාවලට ගරු කරන්නටත් උනන්දු කරවන්න.
- යම් පුද්ගලයකු අන්තර්ජාලයේ තමන් අපහසුතාවයට පත් කරන්නේ නම්, එනම් තමන් අපහසුතාවයට පත් කරන ඡායාරූප හෝ පණිවිඩ පළ කරන්නේ නම්, හෝ තමන් අපහසුතාවයට පත් කරන ආකාරයේ වචනවලින් පළ කිරීම්/ ප්‍රතිචාර දැක්වීම් සිදු කරන්නේ නම් හා එම පළ කිරීම් ඉවත් කිරීම් සඳහා කරන ලද ඉල්ලීම්වලට එකඟ නොවන්නේ නම්, ඔබට ඒ පිළිබඳ ව දැනුම් දීමට අමතර ව දරුවාට ඒ බව අදාළ වෙබ් අඩවියට ද දැනුම් දීම සඳහා “වාර්තා කිරීම” (Report) බොත්තම එබීම හෝ “අනිසි පළ කිරීමක්” (inappropriate) ලෙස සලකුණු කිරීම සිදු කළ හැක.
- සමහර පුද්ගලයින් අසත්‍ය විස්තර ගොනු පවත්වා ගෙන යන බව දරුවන් දැනුවත් කරන්න. තමන් අවුරුදු පහළොවක ගැහැණු ළමයකු යයි පවසමින් ඔවුන් සමග අන්තර්ජාලයේ මුණ ගැසෙන පුද්ගලයා, ඇත්තටම ලිංගික හිංසනයකට සැරසෙන අවුරුදු හතළිස් පහක පිරිමියකු විය හැකි බව ද කියා දෙන්න.
- එසේම, කිසිම අවස්ථාවක කිසිම හේතුවක් නිසා අසත්‍ය විස්තර ගොනු පවත්වා ගෙන යාමෙන් වැළකී සිටින ලෙස ඔවුන්ට පවසන්න. යමක් වැරදි ගොස් ඔවුන් කළ දෙය පිළිබඳ ව අදාළ බලධාරීන් දැන ගතහොත් ඔවුන් කරදරයට පත් වන බව පහදා දෙන්න.

- තමන් නොදන්නා පුද්ගලයින් සමග කිසි විටෙක අන්තර්ජාලය ඔස්සේ තොරතුරු හුවමාරු කර ගැනීමට (වැට් කිරීමට) යාමෙන් වලකින ලෙස දුරුවන්ට ඒත්තු ගන්වන්න. අන්තර්ජාලය හෝ සමාජ මාධ්‍ය ජාල යනු නව සම්බන්ධතා ගොඩ නගා ගැනීමට හෝ තමන්ගේ අනාගත සහකරුවා සොයා ගැනීමට සුදුසු ස්ථානයක් නොවන බවත්, කිසි විටෙකත් තමන්ට ආදරය කරන හෝ තමන් ගැන සොයා බලන බවක් පෙන්වන නාදූනන පුද්ගලයන්ගේ ඉල්ලීම්වලට ප්‍රතිචාර නොදක්වන ලෙසත් දුරුවන් දැනුවත් කරන්න.
- එසේම, තමන්ගේ ඡායාරූප කිසි විටෙකත් සමාජ මාධ්‍ය ජාල හෝ ඊ-මේල් හරහා නාදූනන පුද්ගලයින් සමග හුවමාරු කර නොගන්නා ලෙස දුරුවන්ට පවසන්න.
- අන්තර්ජාලය (ඊ-මේල්, සමාජ මාධ්‍ය ජාල වැනි) භාවිතා කර අවසන් වූ පසු, සැම විටම ඉන් ඉවත් වීමට (ලොග් අවුට් වීමට) වග බලා ගන්නා ලෙසත්, විශේෂයෙන් ම පොදු වයි-ෆයි සම්බන්ධතා ඔස්සේ අන්තර්ජාලයට සම්බන්ධ වූ විට තමන්ගේ මුරපදය (password) කිසි විටෙක දන්න ගබඩාවේ තැන්පත් නොකරන ලෙසත් දැනුවත් කරන්න.
- දුරුවාට ඉතා ඕනෑකමින් ඒත්තු ගැන්විය යුතු කාරණයක් වන්නේ, යම් පුද්ගලයකු ඡායාරූප පළ කරන බවට තර්ජනය කරමින් ඔහුව/ ඇයව බිය ගැන්වීමට උත්සාහ කළහොත්, එසේ බිය වීමට අවශ්‍ය නොවන බවයි. එම පුද්ගලයාගේ ඉල්ලීම් කිසිවකට අවනත නොවන ලෙසත්, වහාම එම සිදුවීම දෙමාපියන්ගේ හෝ වගකිව යුතු වැඩිහිටියකුගේ අවධානයට යොමු කරන ලෙසත් දුරුවා දැනුවත් කරන්න. තත්ත්වය කෙතරම් බරපතල වුවත් දෙමාපියන් ඔහු/ ඇය සමග සැම විටම සිටින බවත්, අවශ්‍ය කටයුතු කරනු ඇති බවත්, එම නිසා කිසි විටෙකත් ඡායාරූප නැවත ලබා දීමේ පොරොන්දුව පිට නිංසකයාගේ විවිධ ඉල්ලීම්වලට අවනත නොවන ලෙසත්, එසේ කළහොත් සිදු වන්නේ තත්ත්වය තවත් බරපතල වීම බවත් දුරුවාට පැහැදිලි කරන්න. දුරුවා යම් හෙයකින් මෙවන් සිදුවීමක් පිළිබඳ ව ඔබට පැවසුවහොත්, අන්තර්ජාල තාක්ෂණයන් පිළිබඳව ඔබේ දැනුම ප්‍රමාණවත් නොවේ යයි හැඟෙන්නේ නම් දුරුවාට සහාය වීම සඳහා විශ්වාසවන්ත වැඩිහිටියකුගේ උදව් ලබා ගන්න.

3.6 දරුවන්ට නවීන තාක්ෂණික උපාංගයන් භාවිතයට දීමේදී දෙමාපිය පාලකයන් (Parental Controls) යොදා ගැනීම

දෙමාපිය පාලකයන් සකසා ඇත්තේ දරුවන් අන්තර්ජාලයේ සැරිසැරීමේදී දරුවන්ට සුදුසු නොවන දේ නැරඹීමේ අවදානම අඩු කිරීම සඳහාය. ඒවා බොහෝ පරිඝනක, ස්මාර්ට් ෆෝන් වර්ගයේ ජංගම දුරකථන, ටැබ්ලට් උපාංග සහ අන්තර්ජාල ක්‍රීඩා උපාංගවල අන්තර්ගත ව ඇත. දෙමාපිය පාලකයන් භාවිතය තුළින්, වයසට ගැලපෙන සැකසුම් (settings) යොදා දරුවා අන්තර්ජාලයේ නරඹන දේ තේරීමට, අධීක්ෂණය කිරීමට සහ නැරඹීමෙන් වැළකවීමට (block) හැකියාව ඇත. කෙසේ වුවද, මෙම දෙමාපිය පාලකයන් සියයට සියයක්ම නිරවද්‍ය නොවිය හැකි බැවින්, දෙමාපියන්ගේ සුපරීක්ෂාකාරී නිරීක්ෂණය සහ දරුවන් සමග අන්තර්ජාල භාවිතය පිළිබඳ ව සාකච්ඡා කිරීම ද අත්‍යවශ්‍ය වේ.

අන්තර්ජාල සේවා සපයන්නන්, පරිඝනක ක්‍රියාකාරී පද්ධති, සමාජ ජාල, සෙවුම් යාන්ත්‍රණ හා අන්තර්ජාල ක්‍රීඩා උපාංග විසින් මෙම දෙමාපිය පාලකයන් සපයා ඇත. මේවා මගින් දරුවන්ගේ අන්තර්ජාල භාවිතා කරන කාලය සීමා කිරීම සහ අන්තර්ජාලය මගින් දරුවාට සෙවිය හැකි, ලබා ගත හැකි සහ භාවිතයට ගත හැකි සමහර දේ නැවැත්වීම හා පාලනය කිරීම සිදු වේ.

අන්තර්ජාල සේවා සපයන්නන් මගින් දෙමාපිය පාලකයන් සකස් කර ගැනීම හරහා නිවසේ ඇති සියලු උපාංගවලින් තොරතුරු ලබා ගැනීම නියාමනය කළ හැක. මේ පහසුකම සාමාන්‍යයෙන් නොමිලයේ ලබා දෙන අතර අන්තර්ජාල සේවා සපයන්නා ඇමනීමෙන් පහසුවෙන් ලබා ගත හැක.

වින්ඩෝස් හා ඇපල් වැනි පරිඝනක ක්‍රියාකාරී පද්ධති සඳහා ඔවුන් පහසු පියවර කිහිපයකින් සකස් කර ගත හැකි දෙමාපිය පාලකයන් ලබා දෙන අතර ඒවාද නොමිලයේ සැපයේ. ස්මාර්ට් ෆෝන් වර්ගයේ දුරකථන සහ ටැබ්ලට් වලද දෙමාපිය පාලකයන් සපයන අතර එමගින් සමාජ ජාල භාවිතය, ඇප්ස් මගින් සිදු කරන මිලදී ගැනීම් සිදු කිරීම, ඇප්ස් ගබඩාවට ඇතුළුවීම, කැමරාව භාවිතය ආදිය නැවැත්විය හැක.

දරුවා අන්තර්ජාලය භාවිතා කරන විට, ගූගල් ක්‍රෝම්, ෆයර්ෆොක්ස්, ඉන්ටර්නෙට් එක්ස්ප්ලෝරර් වැනි බොහෝ අන්තර්ජාල සෙවුම් යාන්ත්‍රණ

විසින් දරුවා විසින් නරඹන දේ පාලනය කිරීම සඳහා නොමිලයේ පාලකයන් සපයයි. මේවා සකස් කර ගැනීම සඳහා දෙමාපිය පාලකයන් සක්‍රීය කළ යුතු වේ. එපමණක් නොව, දරුවා අන්තර්ජාලයේ යමක් සොයන විට තිරයේ මතු වන විවිධ සෙවුම් ප්‍රතිඵල ද නියාමනය කළ යුතු වන්නේ අනිසි දෙයක් තිරයේ පෙනුනහොත් දරුවා ඒ ඔස්සේ දිගටම සෙවීම කළ හැකි නිසාය. එබැවින්, ගූගල්, යාහු, සහ Bing වැනි සෙවුම් යාන්ත්‍රණ මගින් ද මෙය නියාමනය කිරීම සඳහා නොමිලයේ දෙමාපිය යාන්ත්‍රණ සපයයි.

විඩියෝ/ චිත්‍රපට වෙබ් අඩවියක් වන Netflix මගින් දෙමාපිය පාලකයන් සක්‍රීය කළ විට විවිධ පරිනත මට්ටම්, එනම් ඉතා කුඩා දරුවන්, තරමක් වැඩිමහළු දරුවන්, නව යොවුන් දරුවන් හා වැඩිහිටියන් සඳහා එකිනෙකට වෙනස් චිත්‍රපට ලබා දෙයි. යු ටියුබ් යනු දරුවන් විසින් නැරඹිය හැකි තවත් වෙබ් අඩවියකි. මෑතක සිට, දරුවන්ට නැරඹීමට වඩාත් සුදුසු “යු ටියුබ් කිඩ්ස්” නම් නව යෙදුමක් (ඇප් එකක්) හඳුන්වා දී ඇත.

අන්තර්ජාලයේ සැරිසරන විට පමණක් නොව , අන්තර්ජාල ක්‍රීඩාවේ දී පවා දරුවන් විසින් තමන්ගේ වයසට හා පරිනත මට්ටමට ගැලපෙන හා ආරක්ෂාකාරී දේ පමණක් භාවිතා කිරීම වැදගත් වේ. එබැවින් Xbox, Playstation සහ Ninetendo වැනි ක්‍රීඩා උපාංග ද, පහසුවෙන් සක්‍රීය කර ගත හැකි දෙමාපිය පාලකයන් නොමිලයේ ලබා දෙයි.

දෙමාපියන් හා වැඩිහිටියන් ලෙස ඔබට යම් මට්ටමක හෝ පරිසරක සාක්ෂරතාවක් ඇත්නම්, මෙම දෙමාපිය පාලකයන් සක්‍රීය කොට, දරුවන් අන්තර්ජාලය ඔස්සේ අනිසි දේ නැරඹීම වැළැක්වීම ඔබට පහසු වනු ඇත.

3.7 දරුවකු සයිබර් තාක්ෂණය හරහා ලිංගික හිංසනයට ලක් වන බව දැන ගතහොත් කළ හැක්කේ කුමක්ද?

බිය හෝ ලැජ්ජාව නිසාත්, සිද්ධිය හෙළි කිරීමෙන් පසු ඇති විය හැකි අනිසි ප්‍රතිඵල පිළිබඳ ව සිතීම නිසාත්, සාමාන්‍යයෙන් දරුවන් තමන් අත් විඳි සයිබර් තාක්ෂණය ඔස්සේ සිදු වන ලිංගික හිංසනය පිළිබඳ ව දෙමාපියන්ට හෝ භාරකරුවන්ට හෙළි කිරීමට මැළි වෙති.

දෙමාපියන් තමන් සමග සැම විටම සිටින බව දරුවන්ට ඒත්තු ගැන්වීම ඉතා වැදගත්ය. දෙමාපියන් සැම විටම තමන්ට සහාය හා ආරක්ෂාව සපයන බවත්, තමන් කෙරෙහි ඇති ආදරය හා දයාව මේ සිදුවීම නිසා

කිසිසේත් ම වෙනස් නොවන බවත් දරුවාට වටහා දිය යුතුය. මෙය දරුවාට සේම දෙමාපියන්ටත් අපහසු කාල සීමාවක් විය හැකි නමුත් සැම විටම සන්සුන්ව හා සංයමයෙන් යුතු ව, දරුවාට සවන් දෙමින් හා දරුවා කෙරෙහි විශ්වාසය තබමින්, බිය නොවී කරුණු අනාවරණය කිරීමට දරුවාට දිරි දෙමින් කටයුතු කිරීම ඉතා වැදගත් වේ.

සයිබර් තාක්ෂණය හරහා සිදු වූ ලිංගික හිංසන සිදුවීමක කවර හෝ සාක්ෂි ඇත්නම් ඒවා සුරක්ෂිත ව තබා ගැනීම හුවමාරු කිරීම, රේස්කූක් මෙහුවෙහි 'snipping tool' භාවිතයෙන් වෙබ් ලිපිනයද සහිතව එම පළ කිරීම දත්ත ගබඩාවේ තැන්පත් කළ හැක. එසේ නැතිනම්, ස්මාර්ට් වර්ගයේ ජංගම දුරකථනයක් භාවිතයෙන් රේස්කූක් වෙත ගොස් එම සාක්ෂිවල screenshot එකක් ලබා ගත හැක. මේ පිළිබඳ ව ඔබට ඇති දැනුම මදි යයි සිතේ නම් ඒ ගැන හොඳින් දන්නා කෙනෙකුගේ සහය ඒ සඳහා ලබා ගන්න. තමාගේ අවසරයකින් තොර ව සිදු කරන ලද පළ කිරීමක් හෝ එසේත් නැත්නම් බිය වැද්දීමක් නම් කරුණු මකා දැමීමෙන් වලකින්න. පවතින ඕනෑම සාක්ෂියක් ආරක්ෂා කර තබා ගන්න. උදා. ගන්නා ලද ඇමතුම්වල ලැයිස්තු, කෙටි පණිවිඩ ආදිය. සාක්ෂි සමග තමන්ගේ දුරකථනය පොලිසියට භාර දෙන විට එම සාක්ෂි ලැයිස්තුගත කොට භාර දීමට සලකිලිමත් වන්න. එම සාක්ෂි ලැයිස්තුව සිදුවීම් අනුපිලිවෙලට සකස් කොට ඇත්නම් එය උදව් ලබා ගැනීමේදී පහසුවක් වනු ඇත.

සයිබර් තාක්ෂණය ඔස්සේ සිදු වූ ලිංගික හිංසනයට ගොදුරු වූයේ අවුරුදු 18ට අඩු දරුවකු නම්, හදිසි ඇමතුම් අංක 1929 අමතා ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරියට ඒ බව දැනුම් දිය හැක. එසේම, අපරාධ පරීක්ෂණ දෙපාර්තමේන්තුවේ සයිබර් අපරාධ ඒකකයට සෘජු අංක 011 232 6979 හෝ සාමාන්‍ය අංක 011 232 0141 ඔස්සේ ඇමතීමෙන් වයස් හේදයකින් තොරව උදව් ලබා ගත හැක. එසේම dir.cid@police.lk සහ telligp@police.lk ඊ-මේල් ලිපින හරහා තොරතුරු ඊ-මේල් පණිවිඩ ඔස්සේ ද යැවිය හැක.

දෙමාපියන්ගේ හෝ භාරකරුවන්ගේ අවසරයකින් තොරව දරුවකුගේ ඡායාරූප යම් වෙබ් අඩවියක පළ වී ඇත්නම් ඒවා ඉවත් කරන ලෙස එම වෙබ් අඩවියෙන් ඉල්ලා සිටීමට ඔබට ඕනෑම අවස්ථාවක හැකි අතර, ඒ සඳහා වෙබ් අඩවියේ ඇති “අප අමතන්න” යොමුව භාවිතා කළ හැක.

යම් දරුවකුට අන්තර්ජාලය ඔස්සේ හිංසාකාරී ලිංගික පණිවිඩ ලැබුණහොත්

ඒ බව පොලිසියට හෝ එසේ නැතිනම් ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරියට දැනුම් දිය හැකි අතර ඒ සඳහා පැය 24 ම විවෘතව පවතින භාෂා 3න්ම නොමිලයේ ඇමතිය හැකි 1929 හදිසි ඇමතුම් අංකය භාවිතා කළ හැක. එසේම ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරියේ විශේෂ පොලිස් විමර්ශන ඒකකයට ද පැමිණිලි කළ හැක. එසේම ජාතික ළමා ආරක්ෂක අධිකාරිය මගින්, අන්තර්ජාලය හා සමාජ මාධ්‍ය හරහා දුරුවන් නිංසනයට ලක් කරන්නන් හඳුනා ගැනීම සඳහා විශේෂ අන්තර්ජාල ආවේක්ෂණ ඒකකයක් ද පිහිටුවා ඇත.

සයිබර් තාක්ෂණය ඔස්සේ සිදු වන ලිංගික නිංසන සිදුවීමකදී උදව් ලබා ගැනීම සඳහා මාර්ග බොහෝ ඇත. දුරුවාගේ ඡායාරූප අනවසරයෙන් පළ කොට ඇති වෙබ් අඩවිය නැවත්වීමට (බ්ලොක් කිරීමට) ඔබට අවශ්‍ය නම් ඒ සඳහා අංක 011 2 691 692 ඔස්සේ ශ්‍රී ලංකා පරිඝනක හදිසි ප්‍රතිචාර සංසදය (Sri Lanka CERT) ඇමතිය හැක. එම සිදුවීම තවදුරටත් විශ්ලේෂණය කිරීමට අවශ්‍ය නම්, අංක 011 471 85 85 අමතා Women in Need ආයතනයෙන් උදව් ලබා ගත හැක. ඔවුන් ඔබට දිනට ම උදව් කරනු ඇති අතර Grassrooted Trust organization හි සහාය ද ලබා ගනු ඇත.

දුරුවන් ලිංගික පණිවිඩ/ ඡායාරූපවලට නිරාවරණය කිරීම දඬුවම් ලැබිය හැකි වරදක් බව අප මතක තබා ගත යුතුය. දුරුවකු ලිංගික ක්‍රියාවක් සඳහා පෙළඹවීමට උත්සාහ කරන පුද්ගලයකු වසර 10 ක් දක්වා සිර දඬුවමකට හෝ දඩයකට හෝ ඒ දෙකටම යටත් කළ හැක. (2006 අංක 16 දණ්ඩ නීති සංග්‍රහය (සංශෝධන) 360 (e) කොටස). ලිංගික දේ පළ කරන හෝ ප්‍රදර්ශනය කරන පුද්ගලයකු වසර දෙකකට නො අඩු, හා වසර 10 කට නො වැඩි සිර දඬුවමකට සහ දඩයකට යටත් කළ හැක (1995 අංක 22 දණ්ඩ නීති සංග්‍රහය (සංශෝධන) 286 (a) කොටස). දුරුවන් අන්තර්ජාලය ඔස්සේ ලිංගික නිංසනයට ලක් කරන්නන් මෙම වගන්ති දෙක යටතේ ම දඬුවමට ලක් කළ හැක.

ஒவ்வொரு பிள்ளையும் விலைமதிப்பற்றது, நாம் அவர்களைப் பாதுகாப்போம்

பிள்ளை பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்குட்படுவதைத்
தடுப்பதற்கு பெற்றோர் மற்றும் நிகழ்ச்சித் திட்டங்களை
செயலாக்குபவர்களிற்கான ஒரு வழிகாட்டி

அத்தியாயம் 1 : சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தைப் பற்றி
அறிந்துக்கொள்ளல்

அத்தியாயம் 2 : சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தை தவிர்த்தல்
தொடர்பில் சிறுவர்களுடன் உறையாடல்

அத்தியாயம் 3 : இணைய மோசடி மூலமான சிறுவர் பாலியல்
துஷ்பிரயோகத்தை தவிர்த்தல்



Save the Children

சிறுவர்
பாலியல்
துஷ்பிரயோகத்தைப்

பற்றி

அறிந்துக்கொள்ளல்

அத்தியாயம்
1

1.1.1 சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் என்பது என்ன?

சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகமானது சர்வதேச சுகாதார நிறுவனத்தினால் பின்வருமாறு வரையறுக்கப்படுகின்றது, “பாலியல் நடவடிக்கையில் ஒரு சிறுவன் அல்லது சிறுமியை முழுமையான புரிதல் அற்றநிலையில் ஈடுபடுத்தல், அல்லது அதற்கு தன் இணக்கத்தை தர இயலாமை, அல்லது வளர்ச்சி ரீதியில் தயாரற்ற தன்மையும் இணங்க முடியாமையும், அல்லது சட்டங்கள் மற்றும் சமூக தடைகளை மீறுகின்ற செயலாகும்”.

மேலும் “சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோக நடவடிக்கை சிறுவர் மற்றும் வளர்ந்த ஒருவருக்கிடையில் அல்லது வயது மற்றும் வளர்ச்சியில் பொறுப்பு, நம்பிக்கை அல்லது அதிகாரமுள்ள ஓர் உறவிலிருக்கும் மற்றுமொரு சிறுவருக்கிடையில் நடைப்பெறும், இவ்வாறு மேற்கொள்ளப்படுவதன் நோக்கம் மற்றைய நபரின் திருப்தி மற்றும் தேவையை பூர்த்தி செய்வதே”.

சர்வதேச சுகாதார நிறுவனத்தின் சட்டம் பின்வரும் காரியங்களுக்கு மட்டுப்படுத்தப்பட்டதல்ல, “சட்டத்திற்கு முரணான பாலியல் நடவடிக்கையில் சிறுவர்களை தூண்டுதல் மற்றும் கட்டாயப்படுத்தல் அல்லது விபசாரத்திற்கு தகாத முறையில் ஈடுபடுத்தல் அல்லது ஆபாச காட்சிகளுக்கு பயன்படுத்தல்”.

சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் பல முறைகளில் நடைப்பெறும், சில பொதுவானவை. எமது பிள்ளைகளை பாதுகாத்துக்கொள்வதற்கு இவற்றைக் குறித்தான விழிப்புணர்வு மிக அவசியம். சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகமானது நம்பகத்தன்மை, அதிகாரம் என்பவற்றின் துஷ்பிரயோகமாகும். இது பிள்ளைக்கு குறுங்கால மற்றும் நீண்டகால பிரச்சினைகளை உண்டாக்கும்.

சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகமானது பாரிய மீறுதலாகும். நாம் நினைப்பதை விடவும் அதிகமாக இது நேரிடுகிறது. பல சிறார்கள் தாங்கள் பாலியல் வன்முறைக்குப்படுத்தப்பட்டதை வெளியே கூறாமல் மறைப்பார்கள் காரணம் குற்றவாளியின் மிரட்டல் பயமுறுத்தலினிமித்தம். ஆண் பெண் இரு பாலாருமே

பாதிக்கப்படுகின்றனர், எனினும் பெண்பிள்ளைகளே பெரும்பாலும் துஷ்பிரயோகத்திற்கு உள்ளாகின்றனர். எந்தவொரு வயதிலுள்ள சிறுவரும் இப் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்கு இரையாகலாம் என்பதை புரிந்துகொள்ளல் மிக முக்கியம். அதிர்ச்சிக்குள்ளாக்கும் விடயம் யாதெனில் குற்றவாளிகள் பெரும்பாலும் பிள்ளையை நன்கு அறிந்தவர்களாகவேயுள்ளனர். பெரும்பான்மை வளர்ந்த ஆண்கள். பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்குள்ளாகும் சிறுவர்கள் சரீர, சொல், உணர்ச்சிசார் துஷ்பிரயோகத்திற்கும் உள்ளாகின்றனர்.

கவலைக்குறிய விடயம் யாதெனில் அனேக துஷ்பிரயோகங்கள் பதிவுசெய்யப்படாமலே உள்ளன. இது இலங்கையில் மெய்யாகவே காணப்படுகின்றது மற்றும் ஏனைய நாடுகளிலும் கூட அனேக சிறார்கள் தங்கள் பெற்றோருக்கோ பெரியவர்களுக்கோ தெரியப்படுத்த மறுக்கின்றனர், இதற்கு பல காரணங்களுண்டு இவை 2ம் அத்தியாயத்தில் விளக்கப்படும்.

சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தினால் குறுங்கால மற்றும் நீண்டகால பாதிப்புக்கள் காணப்படுகின்றன. பகுதி இரண்டில் கூறப்பட்டுள்ளவற்றிற்கு மேலதிகமாக உடனடி/குறுங்கால நடத்தை மற்றும் சரீரம் சார்ந்த அம்சங்களை இச்சிறார்களில் அவதானித்தபோது, சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் ஒரு நபரின் வாழ்வில் மாறா தழும்பை ஏற்படுத்தும், அவர்கள் வளர்ந்த பின்பும் கூட குடும்ப, பாலியல் வாழ்வில் பெரும் தாக்கத்தை உண்டுபண்ணும். ஆரோக்கியமான உறவைக் கட்டியெழுப்புவதில் பிரச்சினைகள் ஏற்படுவதோடு பாலியல் உறவில் பாதுகாப்பற்ற உணர்வையும் உண்டுபண்ணும். குற்ற உணர்ச்ச, அவமானம், சிறுவயதில் ஏற்பட்ட அனுபவம் மற்றும் தீய நினைவுகள் சுயமரியாதையில் குறையை உண்டுபண்ணும். சிலர் முழுமையாக அல்லது பகுதியாக நினைவுத் திறனை இழப்பர், துஷ்பிரயோக அனுபவத்தை குறித்தான ஞாபகத்தை இழத்தல்.

இலங்கை தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு ஆணையகத்தின் அறிக்கையின்படி, 501 பாலியல் துன்புறுத்தல் தொடர்பான புகார்கள், 340 கற்பழிப்பு தொடர்பான புகார்கள் மற்றும் 309 கடுமையான பாலியல் துஷ்பிரயோகம் தொடர்பான புகார்களும் 2017ம் ஆண்டில் பதிவுசெய்யப்பட்டுள்ளன. இது இலங்கையின் உண்மை நிலையை காட்டாத வரைபடமாகும், ஏனெனில் பல சம்பவங்கள் இரகசியமாகவே பேணப்பட்டு எவ்வித நடவடிக்கையும் எடுக்கப்படாதுள்ளன.

இலங்கையின் தண்டனை குறியீட்டின்படி, 16 வயதிற்கு கீழ்ப்பட்ட பெண் ஒருவருடன் அவரின் சம்மதம் இல்லாமல் பாலியல் உறவில் ஈடுபட்டால் அது கற்பழிப்பு குற்றம் என தீர்க்கப்படும். தண்டனை குறியீட்டில் இப்படிசெய்த குற்றவாளிக்கு “கடும் தண்டனைகளாக 7 வருடத்திற்கு குறையாத மற்றும் 20 வருடத்திற்கு கூடாத அபராதத்துடன் கூடிய சிறைவாசமும், மேலதிகமாக நீதிமன்றத்தினால் நிர்ணயிக்கப்பட்ட நஷ்ட ஈட்டு பெறுமானம் பாதிக்கப்பட்ட நபருக்கு வழங்கப்படுதல் வேண்டும்”. இவ்வாறான சட்டதிட்டங்கள் காணப்படினும் பல பாலியல் தாக்குதல்கள் தொடர்பில் எந்தவொரு வழக்கும் பதியப்படாதுள்ளது.

1.1.2 அதிகளவு பாதிப்பு யாருக்கு?

எந்தவொரு சிறுவரும் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்கு இரையாகலாம் என்பதை மனதில் நிறுத்தல் வேண்டும். பெற்றோர்கள் பெரும்பாலும் நினைப்பது தங்கள் பிள்ளை பாதுகாப்பாகவுள்ளது துஷ்பிரயோகம் நடைப்பெறுவது வேறு ஒருவரின் பிள்ளைக்கே என்பதாக. எனினும் அனைத்து சிறுவர்களுக்குமே இது பாதிப்பாகும், சில சமயங்களில் பாதிப்பின் அளவு உச்சத்தில் காணப்படும்.

அதற்கான காரணங்கள்:

- பெற்றோரற்ற சிறார்கள்
- பெற்றோர்களின் கண்காணிப்பற்ற சிறார்கள்
- குறைந்தளவு நண்பர்களையுடைய சிறார்கள்
- மாற்றாந் தகப்பனுடன் வாழும் சிறார்கள்
- உடல் உள ரீதியில் பாதிப்படைந்த சிறார்கள்
- தங்கள் சொந்த பெற்றோரிலிருந்து பிரிந்து வாழும் சிறார்கள்
- குடி பழக்கம் போதை பொருள பாவனையுள்ள குடும்ப பிண்ணணியில் வளரும் சிறார்கள்
- மன நோயுள்ள குடும்ப பிண்ணணியில் வளரும் சிறார்கள்
- சிறார்களின் பெற்றோரும் துஷ்பிரயோக அனுபவம் கொண்டிருத்தல்
- அகதிகளாகவுள்ள சிறார்கள்

1.1.3 சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தின் பல்வேறுபட்ட முறைகள் யாவை?

சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் பலவிதமான முறைகளில் நடைப்பெறலாம். நேரடியாக தொடுகையின் மூலம் நடைபெறலாம் அல்லது மறைமுகமாக தொடுகையில்லாமலும் துஷ்பிரயோகப்படலாம். இணையத்தின் வளர்ச்சியினால் பாலியல் துஷ்பிரயோகங்கள் சமூக வலைத்தளங்கள் மற்றும் கையடக்கத் தொலைப்பேசி மூலமாக நடந்தேறுகின்றது. இது அதிகளவில் நடைப்பெறுகிறது காரணம் இளம் சந்ததி இத் தொழில்நுட்பங்களை அதிகம் பயன்படுத்துவதால்.

மனதில் நிலைநிறுத்த வேண்டிய விடையம் யாதெனில், இவை தொடுகையற்ற பாலியல் துஷ்பிரயோகமாக காணப்படினும் உள மற்றும் உணர்வுபூர்வமாக துஷ்பிரயோகப்படுத்தப்பட்டாலும் முறையான தலையீடு இல்லாவிடின் இவை தொடுகை சார் சம்பவமாக மாறி கற்பழிப்பு வரை கொண்டு செல்லப்படலாம்.

1.1.3.1 தொடுகை சார்ந்த துஷ்பிரயோகம்

இது நேரடி தொடுகை சார்ந்த துஷ்பிரயோகம், இதில் பிள்ளையை உடல் ரீதியில் தொடுதல் நிகழும். இதில் உள்ள வெவ்வேறு நடவடிக்கைகள் பின்வருமாறு.

- பிள்ளைக்கு முறையற்ற விதமாக முத்தம் கொடுத்தல்
- முறையற்ற விதமான தொடுகைகள் (தொடுகை, நக்குதல், அழுத்தமாகப் பிடித்தல் போன்றவை)
- ஆடையுடன் அல்லது ஆடையகற்றி பிறப்புருப்புக்களை (ஆண்குறி, விதை, பெண் குறி, மார்பகம், ஆசனவாய்) தொடுதல்
- தற்புணர்ச்சி தூண்டும் செயற்பாடுகளை செய்தல் (வளர்ந்தவரின் பிறப்புருப்புக்களை பிள்ளை தொடும்படி செய்தல்)
- பிள்ளையுடன் உடல் உறவு கொள்ளல் (பாலியல் சுகத்திற்காக பொருட்கள் அல்லது உடல் உறுப்புக்களை பெண்குறி, ஆசனவாய் அல்லது வாயினுள் உட்புகுத்தல்)
- பிள்ளையுடன் பாலியல் உறவில் ஈடுபடல்
- வாய்வழி அல்லது ஆசன வழி மூலம் பாலியல் உறவில் ஈடுபடல்

1.1.3.2 தொடுகையற்ற துஷ்பிரயோகம்

இச் செயற்பாடுகள் பிள்ளையுடன் நேரடி உடல் சார் தொடர்பற்றிருப்பினும் இவை சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகமாகவே கருதப்படும், எனினும் மறைமுகமான பாலியல் துஷ்பிரயோகமாகும்.

- பிறப்புறுப்புக்களை பிள்ளைக்கு வெளிப்படுத்திக் காட்டல்
- பாலியல் உறவு தொடர்பானவற்றை பிள்ளை பார்க்கும்படி செய்தல் (நேரடியாக அல்லது இணையத்தின் மூலம்)
- பிள்ளை குளிப்பதை பார்த்தல்
- ஆபாச காட்சிகளை பிள்ளைக்கு வெளிப்படுத்தல்
- பிள்ளையை ஆபாசமாக அல்லது நிர்வாணமாக படம்பிடித்தல்
- பிள்ளையை இன்னுமொருவருடன் உடல் உறவு கொள்ளுமாறு கூறல்
- வேறொருவர் பிள்ளையுடன் பாலியல் உறவு கொள்வதற்கு இடமளித்தல்
- பாலியல் காட்சிகளை பிள்ளைக்கு அனுப்புதல்
- பாலியல் சார் தகவல்களை பிள்ளைக்கு அனுப்புதல் மற்றும் பிள்ளையிடம் அனுப்புமாறு வற்புறுத்தல்.

1.1.3 ணைய வன்முறை

3ம் அத்தியாயத்தில் இது தொடர்பில் விளக்கமாக கூறப்பட்டுள்ளது.

1.2.1 ஒரு பிள்ளை பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்கு முகங்கொடுப்பதை எவ்வாறு இணங்கண்டுகொள்வது?

ஒரு பிள்ளை பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்கு முகங்கொடுப்பதை அல்லது முகங்கொடுத்துள்ளதை ஒரு அடையாளத்தை வைத்து எதிர்வு கூற இயலாது. சில அடையாளங்கள் வீட்டில் பாடசாலையில் நிகழும் அழுத்தமான சந்தர்ப்பங்களில் வெளிக்காட்டப்படும். எவ்வாராயினும் விழிப்புடனும் அவதானத்துடனும் பிள்ளையை கண்காணித்தால் மேலும் பல அடையாளங்களை இணங்கண்டு கொள்ளலாம். பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில் பிள்ளை நடந்த சம்பவத்தை வெளிப்படுத்தாது, பெற்றோர்களின் பொறுப்பே கருத்தாய் அவதானித்து, அறிந்து உதவியை நாடுவது.

1.2.2 பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்கு முகங்கொடுக்கும் பிள்ளைகளின் நடத்தை கோலம்

- இரவில் கொடுங் கனவு காணல்
- கவனச்சிதறல்
- உண்ண மறுத்தல்
- விழுங்குவதில் சிரமப்படல்
- திடீர் மனநிலை மாற்றங்கள் - பிறர் மீது கோபம், எரிச்சல், மனசோர்வு
- சரியான விளக்கமில்லாததால் தூக்கமின்மை
- புதிதாக சில நபர்கள் மீது அல்லது இடங்கள் மீது உருவாகியுள்ள பயம
- காரணம் இல்லாமல் வயிற்றில் கோளாறு ஏற்படல்
- குளித்தல்/ கழிவகற்றல்/ உடைமாற்றலில் தயக்கம் தெரிவித்தல்
- வளர்ந்த பிள்ளைகளில் பின்னடைந்த நடத்தை காணப்படல்:

படுக்கையில் சிறுநீர் கழித்தல், விரல் சூப்புதல் போன்றவை

- சரீரம் சுற்றமற்றதாய் தகாததாய் இருப்பதைப் போன்ற உணர்வுகள் ஏற்படல்
- பிள்ளையின் வயதிற்கு மீறிய பாலியல் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடல்
- பாலியல் தொடர்பாக வரைதல் எழுதுதலில் ஈடுபடல்
- பாலியல் நடவடிக்கைகள் மற்றும் உறுப்புகளுக்கு புணைப்பெயர் வைத்து பயன்படுத்தல்
- பாலியல் சார் விடயங்கள் மற்றும் பிறப்புறுப்புக்களில் தீவிர ஆர்வம் கொண்டிருத்தல்
- புதிய வயது முதிர்ந்த நண்பர்கள் குறித்து பேசுதல்
- புதிய வயது முதிர்ந்த நண்பர்கள் குறித்து வெளிகாட்டாமல் இரகசியம் பேணல்
- பரிசுகள் பணம் போன்றவை தெரியாத விதங்களில் கிடைக்கப்பெறல்

சற்று வயது வந்த பிள்ளைகளில் பின்வரும் குறிப்பிட்ட நடத்தைகள் காட்டப்படும்:

- தங்களை தாங்களே வருத்துதல் (காயப்படுத்தல்)
- குடி போதைப்பொருள் பாவனை
- மனச்சோர்வு
- கோபம்
- போதிய சுகாதாரம் பேணாமை
- பாலியல் சார் ஒழுக்கமின்மை
- அதிகநேர இரகசிய இணைய தொலைபேசி பாவனை
- வீட்டிலிருந்து தூரமாக போதல்
- தற்கொலை முயற்சி

1.2.3 பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்கு முகம்கொடுக்கும் பிள்ளைகளின் சரீரம் சார்ந்த கோலம்

கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள சரீரம் சார்ந்த அம்சங்கள் பிள்ளையில் தென்பட்டால் மருத்துவ ஆலோசனைப் பெற வேண்டும். சட்டரீதியான உதவியும் சில சமயங்களில் தேவைப்படும்.

○ பாலியல் தொற்றுகள் தொடர்பான அடையாளங்கள் மற்றும் அறிகுறிகள்:

- ☞ பிள்ளையின் இலிங்க உறுப்பு, வாயில் விவரிக்க முடியாத காயங்கள், வீக்கம், சிவந்திருத்தல் மற்றும் இரத்தக் கசிவு
- ☞ பிள்ளையின் இலிங்க உறுப்பு, வாயில் கடும் வலி காணப்படல்
- ☞ இலிங்க உறுப்புக்களில் புண்கள் காணப்படல்
- ☞ இலிங்க உறுப்புகளிலிருந்து சுரப்புகள் வடிதல்
- ☞ இலிங்க உறுப்பு, சிறுநீர் வழி, வாயில் தொற்று

○ கர்ப்பம் தரித்தல்

1.3.1 நாம் எவ்வாறு அவர்களுடன் உறையாட வேண்டும்?

ஓர் பிள்ளை பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்கு உள்ளாகியுள்ளதென்று யூகித்தால் மிகவும் கவனமாக அப்பிள்ளையுடன் உறையாட வேண்டும். உறையாடலை மேற்கொள்ள பிள்ளைக்கு சௌகரியமான தகுந்த காலம், இடம் என்பவற்றை தெரிந்தெடுத்தல் வேண்டும். கட்டாயமாக இவ்வுறையாடல் பிள்ளைக்கும் உங்களுக்குமிடையில் மட்டுமே இடம்பெற வேண்டும். குற்றவாளியின் முன்னிலையில் இடம்பெறவே கூடாது. முதலில் இருவருக்குமிடையில் ஓர் உடன்படிக்கை செய்யப்படல் வேண்டும், அதாவது பிள்ளையினால் வெளிப்படுத்தப்படும் விடயங்கள் அனைத்தும் இரகசியமாகவே பேணப்படும் என்றும் தேவை ஏற்படின் மட்டும் முக்கியமான சிலருடன் உதவிபெறும் நோக்கில் பகிரப்படும். எச்சந்தர்ப்பத்திலும் பிள்ளையை அவமானப்படுத்தவோ நடந்த சம்பவத்தைக் குறித்து குற்றம் சாட்டப்படவோ மாட்டாது என உறுதியளிக்கப்படவேண்டும். இவ்வாறு செய்வதனால் நடந்த சம்பவம் குறித்தான அனைத்து உண்மைகளையும் தெரியப்படுத்த பிள்ளைக்கு முழு தைரியம் ஏற்படும்.

பிள்ளையிடம் யாரேனும் சரியற்ற விதத்தில் தன்னை தொட்டாரா என கேட்பது பரிந்துரைக்கப்படுகிறது, மாறாக யாரேனும் தன்னை பாலியல் உறவின் ஆசைக்காக வன்முறைப்படுத்தினார்களா என கேட்பதை பார்க்கிலும் நீங்கள் கரிசனைப்படும் காரியத்தை மட்டும் கேட்பது சிறந்தது (அதாவது பிள்ளை கூறிய விடயத்தில் நீங்கள் கரிசனைப்பட்ட விடயத்தை குறித்து விசாரித்தல்). உறையாடலை பின்வருமாறு ஆரம்பித்தல் சாலச் சிறந்தது “நான் கரிசனைப்படுகிறேன்”. மாறாக “நீர் செய்துள்ள” இதனால் உண்மைகளை மறைத்து வைக்க சாத்தியமுள்ளது.

எப்பொழுதும் குற்றம்சாட்டப்படாத விதத்தில் உறையாடுவது நன்று, நடந்த சம்பவங்கள் பிள்ளையின் முழு பிழையல்ல மாறாக குற்றவாளியே தவறிழைத்தவர். பிள்ளையை வெட்கப்படுத்தாமல் கவனமாக கையாளவேண்டும், நியாயத்தீர்ப்பளிப்பதை விளக்க வேண்டும், பிள்ளை முழு உண்மையையும் வெளிப்படுத்தினாலும் தனக்கு பாதிப்பு நேரிடாது என நம்பும் விதமாக பேசுதல் எனினும் நன்மையை மட்டுமே செய்யுங்கள். பயன்படுத்தும் சொற்கள்

மட்டுமல்ல முக பாவனைகள் கூட சரியான விதத்தில் கையாளப்படல் வேண்டும் காரணம் பிள்ளை அவமதிக்கப்படுவதை தவிர்ப்பதற்கு. பிள்ளை காரியங்களை வெளிப்படுத்தும் போது எந்த மனநிலையில் நீங்கள் இருந்தாலுமே முகபாவனைகள் செய்வதை தவிர்த்தல் வேண்டும் இல்லாவிடின் பிள்ளை மேலும் பேசுவதை நிறுத்தக்கூடும். பிள்ளை உடல் ரீதியாக வைத்திருக்கும் இரகசியங்களை வெளிப்படுத்தும் படியாக தைரியப்படுத்தல் வேண்டும். பிள்ளைக்கு அவற்றை வெளிப்படுத்துவதில் பிரச்சனையில்லை என்பதை உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளல் வேண்டும்.

காரியங்களை கேட்டு கலக்கமடைந்தாலும் எப்பொழுதும் அமைதி பேணுவது நன்று. நீங்கள் எப்பொழுதும் பிள்ளைக்கு துணையாக இருப்பீர்கள் என்பதை அன்பான ஆதரவான வார்த்தை நடத்தை மூலம் தெரியப்படுத்துங்கள். பிள்ளையிடம் அதிகளவு கேள்வி கேட்காது சிறந்த செவிமடுப்பாளராக காணப்படுங்கள். நடந்த சம்பவத்தில் பிள்ளை நடந்து கொண்ட விதத்தை குறித்து விமர்சிப்பதை தவிர்த்துக்கொள்க.

1.3.2 எம்மால் என்ன செய்ய முடியும்?

தொடுகை சார்ந்த துஷ்பிரயோகம் ஏற்பட்டிருப்பின் பிள்ளைக்கு தகுந்த மருத்துவ கவனிப்பு வழங்கப்படல் வேண்டும். பிள்ளையின் மன அழுத்தத்தையே முடிந்தவரை நீக்க வேண்டும் காரணம் பாரிய மன உளைச்சலுக்கு ஆளானதினால், அமைதியாக பிள்ளையுடன் கதைத்து உடனடி காரியங்களைக் குறித்து வினவுதல். பிள்ளை எவ்வகையான துஷ்பிரயோகத்திற்குள்ளாகியிருந்தாலும், தேவையான தீர்வுகளை நீங்களும் வழங்கலாம் ஆயினும் இதற்கான சிறந்த ஆலோசனை சேவை வழங்கப்படுதல் சாலச்சிறந்தது. மருத்துவரும் கூட பிள்ளைக்கு ஆலோசனை சேவை வழங்கும்படியாக ஆலோசிப்பார் மற்றும் எச்சந்தர்ப்பத்தில் வழங்கப்பட வேண்டும் எனவும் குறிப்பிடுவார்.

பொறுப்புள்ள வளர்ந்தவர்களை போல் பிள்ளைக்கு உதவக்கூடிய வகையிலான முடிவுகளை எடுத்தல் வேண்டும். மேலதிக உதவிகளை நாட பல்வேறு வகையான முறைகளுண்டு, சட்டரீதியான உதவிகள் வழங்க அனேக நிறுவனங்கள் காணப்படுகின்றன. அருகிலுள்ள காவல் நிலையத்தில் கூட புகார் கொடுக்கலாம் எவ்வாறாயின் அனைத்து காவல் நிலையத்திலும் பெண்கள் மற்றும் சிறுவர்கள் தொடர்பாக பிரிதோர் பிரிவே உள்ளது. மேலும் தேசிய சிறுவர்

பாதுகாப்பு ஆணையகத்தை 1929 என்ற எண்ணை அழைத்து தொடர்புகொள்ளலாம்.

1.3.3 சட்ட ரீதியான உதவி வழங்கள்

சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்திற்கு எதிரான நடவடிக்கை எடுப்பதற்கு பல்வேறு சட்ட விதிகள் காணப்படுகின்றன. தொடுகை சார்ந்த, தொடுகையற்ற இணையத்தினூடாக தூண்டப்படும் துஷ்பிரயோகம் எதுவாக இருப்பினும் குற்றவாளிக்கு எதிராக சட்டபூர்வமான நடவடிக்கை எடுக்கப்படும். பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில் பாதிக்கப்பட்ட நபர் நடந்த சம்பவத்தைக் குறித்து வெளிப்படுத்தாததினால் குற்றவாளிக்கு எதிரான சட்ட நடவடிக்கை எடுப்பதற்கு தடை ஏற்படுகின்றது. பெரியவர்கள் அவதானமாக இருந்தும் கூட சட்ட நடவடிக்கை எடுக்க விருப்பம் தெரிவிக்காதிருப்பர் காரணம் சட்ட நடவடிக்கைகள் நீண்ட படிமுறையைக் கொண்டிருப்பதால் பல வருடங்கள் செலவிடப்படும் அல்லது பிள்ளை சமுதாயத்தில் வெட்கப்பட வேண்டிய நிலை ஏற்படும்.

தொடுகை சார்ந்த தொடுகையற்ற இணையத்தினூடாக தூண்டப்படும் துஷ்பிரயோகம் என்பவற்றிற்கு எதிராக காவல் நிலையத்தில் புகார் செய்யாவிடினும் ஏனைய இது தொடர்பான நிறுவகங்களின் உதவியையும் நாடலாம்.

தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு ஆணையகம் 24 மணி நேர அவசர தொடர்பாடல் 1929 பிரிவொன்றை கொண்டுள்ளது, இது மும்மொழியிலும் காணப்படும். இவ்விலக்கத்திற்கு தொடர்புகொள்ள பணம் அறவிடப்படமாட்டாது. எந்நேரத்திலும் தொடர்பு கொண்டு சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் தொடர்பில் தெரியப்படுத்தலாம் அவர்கள் உதவுவதற்கு தயார் நிலையில் இருப்பர். தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு ஆணையகத்தின் விசேட பொலிஸ் பிரிலிலும் முறையிடலாம்.

எவ்வேளையும் மனதில் பதிக்க வேண்டிய விடையம் யாதெனில் சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகமானது தண்டிக்கப்பட வேண்டிய குற்றமாகும். உங்கள் பிள்ளைக்கும் உங்களுக்கும் நீதி கிடைக்க அனேக சட்ட ரீதியான விதிமுறைகள் காணப்படுகின்றன.

1.4.1 சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தை தடுத்தல்

சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தை தடுக்கும் நோக்கமானது அடிப்படை தடுப்பு அணுகுமுறையை கொண்டிருக்க வேண்டும், அதாவது பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தை துரிதப்படுத்தும் சமூக நிலைப்பாட்டை மாற்றியமைக்க வேண்டும் அப்பொழுதே தடுக்க முடியும் அதேபோல் அபாய குறைப்பு அணுகுமுறையின் மூலம் பிள்ளைகளை இது தொடர்பாக அறிவூட்டி பாலியல் வன்முறையிலிருந்து எவ்வாறு தாங்கள் தப்புவது எனவும் தெளிவூட்டல். பிள்ளைகளுக்கு பாலியல் வன்முறை குறித்தான பயமற்ற ஓர் ஆதரவான சூழல் காணப்பட வேண்டும். பிள்ளைகளுக்கு போதிய சமூக மற்றும் சட்ட பாதுகாப்பு கிடைக்கப்பெற வேண்டும். இவற்றிற்கு மேலாக சட்டம் சரிவர அமுல்படுத்தப்பட வேண்டும் அப்பொழுதே சட்டமும் கட்டுப்பாடும் சரியாக நிலவும் மற்றும் பாதிக்கப்பட்டவருக்கு நீதி கிடைப்பதும் தாமதப்படாது. இச் சமூக மாற்ற நிலைப்பாடுகள் எந்நேரமும் எமது கட்டுப்பாட்டில் காணப்படமாட்டாது எனவே பிள்ளையின் வயதிற்கேற்ற விதமான தகுந்த அறிவூட்டும் ஆபத்தை குறைக்கும் அணுகுமுறையை எம்மால் கையாளலாம்.

1.4.2 சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தை தவிர்ப்பது யாருடைய பொறுப்பாகும்?

- பிள்ளைகளை பாலியல் வன்முறையிலிருந்து தவிர்ப்பதற்கான முயற்சிகளை எடுக்க வேண்டியது பெற்றோர், ஆசிரியர் பொறுப்பான அதிகாரிகள் மற்றும் முழு சமுதாயத்தினதும் பொறுப்பாகும்.
- மேலும் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திலிருந்து பிள்ளைகளை தவிர்ப்பதற்கான தகவல் மற்றும் மேம்பாடு தொடர்பான முன்னேற்பாடுகள் முக்கியம் தேவைக்கு அதிகமாக பிள்ளையின் மனதில் பாலியல் வன்முறையிலிருந்து தவிர்த்தல் தொடர்பான சுமையை பெருகப்பண்ணவும் வேண்டாம்.

- பாலியல் வன்முறை நடப்பதற்கு பல காரணங்கள் உள்ளன எனினும் இவையொன்றுமே பிள்ளையின் கட்டுப்பாட்டிற்குள் நடப்பவை அல்ல.
- பொதுவாக தன்னை விட பெரிய சக்திவாய்ந்த அதிகாரமுள்ள நபருடன் போராடுவது ஒரு குழந்தைக்கு மிகவும் கடினமான காரியமாகும்.
- சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தை தவிர்ப்பது தொடர்பான சுமை சமுதாயத்திலுள்ள அனைவர் மேலும் காணப்பட வேண்டும் சிறுவர்களை பாதுபாப்பது தொடர்பாக அனைவரும் ஊக்கமாக செயற்பட வேண்டும்.
- பேரியவர்கள் பிள்ளைகள் துஷ்பிரயோகப்படவிடாமல் தடுக்க தங்களை அர்பணிக்க வேண்டும் எவ்வாறெனின் பிள்ளைகளின் நடத்தைகளை நன்கு கவனிப்பதன் மூலம்.
- ஒரு பிள்ளை பாலியல் ரீதியாக துன்புறுத்தப்படுவதை கண்டால் அல்லது ஊகித்தால் பிள்ளை ஆபத்துக்குள்ளாகும் முன் அதற்கு சரியான மறு நடவடிக்கையை எடுக்க வேண்டும்.
- பாலியல் வன்முறையாளர்களற்ற ஓர் சமூகத்தை உருவாக்கும் நோக்கமானது வெகு தொலைவில் உள்ளது அதைவிட பிள்ளைகளை இது தொடர்பாக அறிவூட்டல் பயனுள்ள செயலாகும் வயதிற்கேற்ற தகவல்களை பதிர்தல் சிறந்தது.
- பிரதானமாக சட்டத்திற்கும் பாலியல் வன்முறைகள் தொடர்பாக பாரிய பொறுப்புள்ளது பாதிக்கப்பட்டவருக்கு நீதி கிடைக்கும் வண்ணமாக சட்டங்களை வெளியிடுதல்.
- விசாரணையின்போது பிள்ளைகள் கூறுபவற்றை காட்சிபடுத்தினால் அதனை ஆதாரமாக பயன்படுத்திகொள்ளலாம் அப்பொழுது

நடந்த சம்பவத்தை குறித்தான பிரியப்படாத விதமான காரியங்கள் மீண்டும் மீண்டும் பகிரங்கப்படுவதை நிறுத்தலாம்.

- வயதிற்கேற்ற விதமாக பாடசாலைகளில் இனப்பொருக்கம் பாவியல் நடத்தை சார் பாடங்களை சேர்ப்பதன் மூலம் பாரியளவில் பிள்ளைகள் மத்தியில் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதோடு இவற்றிலிருந்து தம்மை பாதுகாப்பது தொடர்பான திறன்களையும் வளர்த்துக்கொள்ளலாம்.

1.4.3 சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் தொடர்பில் சிறுவர்களை அறிவூட்டுவதினால் எதிர்பார்க்கப்படுவது யாது?

சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் தொடர்பில் சிறுவர்களை அறிவூட்டுவதினால் அவர்கள்:

- போதிய விளக்கத்தை பெற்று தம்மை பாதுகாப்பது தொடர்பான திறன்களையும் வளர்த்துக்கொள்வார்கள்.
- சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் பிள்ளைகளின் தவறினால் நடப்பதல்ல எனும் விழிப்புணர்வை வளர்த்துக்கொள்வார்கள்.
- சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தை அடையாளம் காண்கொள்வார்கள்.
- தடுப்பதற்கான திறன்களைப் பெற்றுக்கொள்வார்கள்.
- தற்பாதுகாப்பு தொடர்பான அறிவைப் பெற்றுக்கொள்வார்கள்.
- பாலியல் வன்முறை குறித்து தைரியமாக அறிவித்தல் தொடர்ந்து நடப்பதை தவிர்த்தல் மற்றும் அதற்கேற்ற நடவடிக்கையை எடுப்பதற்கு முனைவார்கள்.

சிறுவர் பாலியல் தொடர்பில்
துஷ்பிரயோகத்தை சிறுவர்களுடன்
தவிர்த்தல் உறையாடல்

இத்தியாயம்
2

2.1 எவ்வாறு அவர்களுடன் உறையாடுவது?

பிள்ளைகளை சிறு வயது முதல் இத்தகைய பாலியல் வன்முறைகளிலிருந்து எவ்வாறு தங்களை பாதுகாப்பது என விழிப்புணர்வூட்ட முடியும். சரியானதை செய்ய இது அதி சீக்கிரமல்ல. எனினும் எவ்வாறு தங்களை பாதுகாப்பது என்ற தகவல்கள் வயதிற்கேற்ற விதமாக அமைதல் அவசியம், ஏனெனில் பிள்ளை அவற்றை சரியாக புரிந்துகொள்வதற்காக. வேறுவிதமாக சொல்வோமேயானால், நாம் கொடுக்கும் தகவல் பிள்ளையின் வயதிற்கேற்றதாக அமைய வேண்டும். ஒரே விடையம் வெவ்வேறு வயது வரம்புகளுக்கு பயன்படுத்தப்படும் சொற் பிரயோகம் அல்லது சொல்லப்படும் விதங்களை மாற்றியமைப்பதன் மூலம் புரிந்துகொள்ளக் கூடியதாகக் காணப்படலாம்.

சிறுவர்களுடன் கதைக்கும் முறையானது நட்புறவுடன் கூடியதாக அமைய வேண்டும் மாறாக அச்சுறுத்தும் விதமாக அமையக் கூடாது. பிள்ளைகள் இதனை தமக்குக் கூறும் கட்டளையாகவோ அறிவரையாகவோ எண்ணாத விதத்தில் கூறுதல் வேண்டும், ஆயினும் தகவல்கள் அனைத்துமே திருத்தமாக முழுமையாக தெரிவிக்கப்பட வேண்டும். பெரியவர்களாகிய நாம் சாமர்த்தியமாக இதற்கென பொருத்தமான முறையை கையாளவும் சரியான கால நேரத்தை தெரிந்து கொள்ளவும் வேண்டும்.

தகவல்களை வழங்குவது ஒரு முறை மட்டும் நடக்கும் செயற்பாடல்ல. ஒரே ஒரு முறை மட்டும் கூறினால் பிள்ளைகளுக்கு அவை நினைவில் பதியாது. பெற்றோர் மற்றும் பெரியவர்களின் பொறுப்பு மீண்டும் மீண்டும் அவற்றை கூறுவது ஏனெனில் அப்பொழுது தான் பிள்ளையின் மனதில் அவை நன்கு பதியும்.

சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தை தவிர்த்தல் தொடர்பில் வழங்கப்படும் செய்தியானது பின்வரும் அடிப்படை, பிரத்தியேக உள்ளடக்கத்தையும், வழங்கப்படும் முறையையும் உள்ளடக்கியுள்ளது, இது வயதிற்கேற்ப வேறுபடும்.

2.2 பெற்றோரினால் பிள்ளைகளுக்கு வழங்கப்படும் தகவலின் அடிப்படை உள்ளடக்கம்:

○ எந்நேரமும் எதைப்பற்றியும் என்னுடன் கலந்துரையாடலாம்

உங்கள் பிள்ளையுடன் நீங்கள் சிறந்த நம்பகத்தன்மை நிறைந்த உறவை கட்டியெழுப்ப வேண்டும். எப்பொழுதுமே நீங்கள் அவரை நம்பவில்லை என காண்பிக்க வேண்டாம், தொடர்ந்து சந்தேகிக்க வேண்டாம், ஏனெனில் பிள்ளை உங்களிடம் காரியங்களை மறைக்க முற்படும். அவர்கள் அறிய வேண்டும் நீங்கள் எப்பொழுதும் அவர்களை நம்புவீர்கள், அன்பு செய்வீர்கள், அக்கறை காண்பிப்பீர்கள், எனவே எதைக் குறித்தும் கலந்துரையாட முடியும் அதற்று நீங்கள் கோபம் கொள்ள மாட்டீர்கள் என்பதாக. உங்கள் பிள்ளைக்கு நீங்கள் கொடுக்கும் உறுதிப்பாடு, எச் சூழ்நிலையிலும் நீங்கள் அவர்களுக்கு உறுதுணையாக இருப்பீர்கள் என்பதாக. உங்கள் பிள்ளை ஒரு விடையத்தை தெளிவாக விளங்கிக்கொள்ள வேண்டும், நடந்த அல்லது நடக்கின்ற காரியங்கள் எதுவுமே பிள்ளையின் தவறால் நேர்ந்தவையல்ல, இதற்கு முழு பொறுப்பு குற்றம் புரிந்தவரே.

சிறு வயது முதல் பிள்ளையின் மனதில் விதைக்கப்பட வேண்டிய காரியம் யாதெனில் எது நடந்தாலும், நடந்தது வெட்கமான, வருத்தமான, குற்றமானதாகவே இருப்பினும் அதனை வெளிப்படையாக கூறவேண்டும். இதனை சாமர்த்தியமாக கையாளவேண்டும் பிள்ளை தனக்கு நடந்த பாலியல் துன்புறுத்தலை கூட உங்களிடம் வெளிப்படுத்த வேண்டுமாயின் பிள்ளையை குறைகூறுவோ குற்றப்படுத்தவோ கூடாது. ஏதேனும் ஓர் வெட்கமான காரியத்தை பிள்ளைக் கூறும்போது ஒவ்வொரு முறையும் பிள்ளையை குறை கூறினால் இவ்வகையான பாலியல் வன்முறை சம்பவங்களை கட்டாயமாக மறைக்கும் சாத்தியங்கள் உண்டு. எனவே முயன்றளவு பிள்ளைக்கு நம்பகத் தன்மையை உருவாக்க முயலவும் அப்பொழுது பிள்ளை இவ்விதமான பாலியல் துன்புறுத்தல்களைக் கூட வெளிப்படுத்த வாய்புகள் உள்ளன, இதனால் அதற்கு எதிராக உடனடியாக செயற்பட வாய்ப்புண்டு.

○ உடல் உறுப்புகளுக்கு அதற்குரிய சரியான வார்த்தைகளை பயன்படுத்துக.

அந்தரங்க உருப்புகளுக்கு புனைப்பெயர் வைத்து அழைப்பதை நிறுத்த வேண்டும், ஏனெனில் பிள்ளை இவ்வுருப்புகளிலுள்ள வித்தியாசம் என்ன என்றும், அதில் வெட்கப்பட என்ன உண்டு எனவும் சிந்திக்கக் கூடும், இதனால் யாரேனும் அவ்வுருப்புக்களை தொடுகையில் அதனை யாரிடமும் கூறாது மறைக்க நினைப்பர். எனவே எப்பொழுதும் அவற்றிற்குரிய பெயர்களையே பயன்படுத்துங்கள், ஆண்குறி விதை, பெண் குறி, மார்பகம், தொடை, போன்றவை. அதாவது சரியான பெயர்களை அறிந்தால் அவர்களுக்கு கேள்விகள் கேற்பதற்கும் கருத்துக்களை தெரிவிப்பதற்கும் இலகுவாகக் காணப்படும். மெதுவாக அவர்களுக்கு ஆண் பெண் உருப்புக்கள் வித்தியாசப்பட்டவை என அறிவூட்டலாம். இது குறித்தான உண்மை காரணிகளை அவர்களுடைய புரிதல் மட்டத்தின் அடிப்படையில் விளக்கலாம், ஆண்கள் சிறுநீர் கழிப்பதற்கு ஆண்குறியுள்ளது பெண்களுக்கு ஏன் அவ்வாறு இல்லாமல் வித்தியாசப்பட்டுள்ளது, போன்ற கேள்விகளுக்கு.

○ நீங்கள் அசௌகரியப்படும் விதமாக யாரும் உங்களை தொட அனுமதி இல்லை.

எது நல்ல விதமான தொடுகை எது தீய விதமான தொடுகை என்பதை நீங்கள் அவர்களுக்கு எடுத்துக் கூற வேண்டும். ஏனெனில் பிள்ளைகள் தொடுகையை குறித்து குழப்பமடைவார்கள், அவர்களுக்கு உணர்ச்சி தூண்டப்படலாம்இ வெட்கம், குற்ற உணர்வுகள் ஏற்படலாம். ஏந்நேரமும் அவர்களுக்கு தெளிவூட்ட வேண்டியது, யாராயிந்தாலும், அதாவது அத்தை, மாமா, ஆசிரியர், அயல் வீட்டார், நண்பர்கள் கூட அசௌகரியமான விதத்தில் தொடுவதற்கு அனுமதி கிடையாது. பிள்ளைக்கு அவ்வாறான சந்தர்ப்பத்தில் “வேண்டாம்” எனக் கூறும் உரிமை உள்ளது என்பதை தெளிவுபடுத்துக, மற்றைய நபர் அதனை ஏற்றுக்கொள்ளவும் வேண்டும். பிள்ளை வேண்டாம் எனக் கூறியும் அந்நபர் கேட்காவிடின் பிள்ளை சாதாரியமாக தப்பித்துக்கொள்ளும் வழியை அறிந்திருக்க வேண்டும் அல்லது உதவிக்கு யாரையேனும் அழைக்க வேண்டும்.

○ உங்கள் அந்தரங்க பாகங்களை யாராலும் தொடுவதற்கு அனுமதியில்லை.

பிள்ளைக்கு கற்றுக்கொடுங்கள் உடலின் சில பாகங்கள் அந்தரங்கமானவை. உள்ளாடைகளால் மறைக்கப்படும் பாகங்களே அந்தரங்கமானவை, யாராலும் தொடுவதற்கு முடியாது, தாய், தந்தை, பராமரிப்பாளர் பிள்ளையை சுத்திகரிக்கும்போதும் மற்றும் வைத்தியர் தாய் தந்தையின் முன்னிலையிலும் மட்டும் தொடலாம்.

○ அந்தரங்க பாகங்களை யாரும் புகைப்படம் எடுக்கவும் முடியாது.

அந்தரங்க பாகங்களை யாரும் புகைப்படம் எடுக்கவும் முடியாது என பிள்ளைக்கு தெளிவுபடுத்துக, அவ்வாறு நடப்பின் பெற்றோருக்கு அறியத்தருதல் அவசியம். மற்றும் பிள்ளையும் கூட பிறரின் அதாவது வளர்ந்தவரின் அல்லது மற்றுமொரு சிறுவரின் அந்தரங்க பாகங்களை தொடும்படியாக கேட்டுக்கொள்ளப்பட முடியாது. இவ்வாறு நடப்பின் பெற்றோருக்கு அறியத்தர வேண்டும் என்பதை வலியுறுத்துக.

○ சரீரம் தொடர்பான இரகசியங்களை பேண வேண்டியதில்லை

பாலியல் குற்றம் புரிபவர்களின் ஓர் யுக்தி யாதெனில் பிள்ளைகள் நடந்த சம்பவத்தை இரகசியமாக பேண வேண்டும் என்பதே. இதனை பல முறைகளில் செய்கின்றனர், யாரிடமாவது கூறினால் மீண்டும் இவ்வாறு சந்திக்க முடியாது, தான் தரும் பரிசுகள் பணம் என்பன கிடைக்கப்பெறாது. வேறு முறை, பிள்ளைகளிடம் தங்கள் பெற்றோர், நண்பர்கள், செல்லப்பிராணிகளை துன்புறுத்துவதாக பயமுறுத்துவதாக மிரட்டல். இவ்வாறு நடக்க பிள்ளையே முழு பிழை எனவும் வெளியே கூறினால் யாரும் நம்பமாட்டார்கள் எனவும் பயமுறுத்தல். குற்றவாளி குறிப்பிட்ட எந்த முறையை பயன்படுத்தினாலுமே பிள்ளை பயம் இல்லாது காரியங்களை வெளியே கூறும் விதமாக மேம்படுத்தப்பட்டிருத்தல் அவசியம், பிரதானமாக சரீரம் சார்ந்த இரகசியங்களை யாரேனும் வன்முறைப்படுத்துகையில், தொடும் படி வற்புறுத்துகையில். பிள்ளைகளுக்கு பின்வரும் காரியங்களை விளக்குக, வெளிப்படுத்த வேண்டாம் என யார் கூறினாலும் அதனை மறைக்காமல் அறிவிக்க வேண்டும் இதனால் தனக்கோ தன்னை சுற்றி உள்ளவர்களுக்கோ எவ்வித ஆபத்தும் நேரிடாது என்பதனையும் உறுதிப்படுத்துக.

2.3 பிள்ளைகளை கண்காணித்தல்

பாலியல் வன்முறைகளிலிருந்து பிள்ளைகளை பாதுகாக்கும் பொறுப்பானது பிள்ளைகள் சுமத்தப்படக் கூடாது. பிள்ளைகள் எந்நேரமும் பலசாலிகளாக தங்களை இவ்வாறான வன்முறைகளிலிருந்து காத்துக்கொள்ள முடியாது. நாம் பாலியல் வன்முறைகளிலிருந்து காத்துக்கொள்ளும் முறைகளைப் பற்றி தகவல்களை வழங்கினாலுமே பெரியவர்களின் பொறுப்பே பாதுகாப்பான சூழலை அமைத்துக் கொடுப்பது. இடைவிடாத கண்காணிப்பே பிள்ளை நலமாக இருப்பதையும் இவ்வாறான நபர்களிடமிருந்து தப்பி இருப்பதையும் உறுதி செய்யும்.

பெரியவர்கள் மற்றைய வளர்ந்தவர்கள், வாலிப வயது வந்தோரையும் குறித்து கண்காணிப்பாக இருக்க வேண்டும், அவர்கள் பிள்ளைகளை வைத்து தவறான காரியங்கள் செய்கிறார்களா என்பதாக.

இணையம் மற்றும் சமூக வலைத்தள பாவனை தொடர்பில், பெற்றோர் இவற்றையும் கண்காணித்தல் அவசியம், வீட்டில் எல்லோரும் பார்க்கக் கூடிய இடத்தில் இக் கருவிகளை வைத்தல் நன்று. பெற்றோர் அருகில் வரும்போது பிள்ளை விரைவாக திரையை அணைத்தால் இன்னும் அதிக அவதானிப்பு அவசியம்.

2.4 வயதிற்கேற்ற தகவல்களை வழங்குதல்

2.4.1 வயது வரம்பு 2^{1/2} முதல் 3 வயதான பிள்ளையிடம் உறையாடல்

இது தொடர்பான தகவல் வழங்கும் செயற்பாடு 2 வயது தொடங்கும் போதே ஆரம்பிக்கப்படலாம், பிள்ளைக்கு நாம் கூறுபவற்றைக் குறித்து புரிதல் வரும்போது. தமது உள்ளாடையை குளிக்கும்போது கழிவகற்றும் போது கூட எந்நேரமும் அணிந்திருக்கும் படி கூறவேண்டும். இவை சாமர்த்தியமாக நடாத்தப்பட வேண்டும், பிள்ளைக்கு தகாத கருத்துக்கள் தோன்றாதவன். குளிக்கும் போதே பிள்ளையிடம் இது தொடர்பில் பேசக் கூடிய சரியான தருணம். அவர்களை அவதானப்படுத்தலாம், குளிக்கும்போது உடை மாற்றும் போது உல்லாடை கழற்றப்படும், மறைக்கப்பட்ட இடங்கள் தொடர்பும் ஆயினும் தாய் அல்லது பராமரிப்பாளரினாலே இவை நடைப்பெறும்.

2.4.2 வயது வரம்பு 3 முதல் 8 வயதான பிள்ளையிடம் உறையாடல்

இக்காலகட்டத்திலே உங்கள் பிள்ளை வீட்டிலிருந்து வெளியே செல்ல ஆரம்பிக்கும், அதாவது ஆரம்பப் பள்ளி, விளையாட்டு பாடசாலை, ஏனைய கல்வி நடவடிக்கைகள். அவர்கள் பாடசாலை சேவை வாகனங்களில் தனியாக பயணிக்கக்கூடும், இவ் வயதில் முன் தெரிந்திராத நபர்களை சந்திக்கும் வாய்ப்புண்டு. எனவே இது மிகவும் சிக்கலான வயது பிள்ளை சவாலான சூழ்நிலைகளை முகங்கொடுக்க தேவையான திறன்களை வளர்க்க வேண்டும்.

எப்பொழுதும் பிள்ளையுடன் நல்லுறவை பேணுதல் அவசியம், அப்பொழுதே பிள்ளை தான் முகங்கொடுத்த பொருத்தமற்ற சூழ்நிலைகளை வெளிப்படுத்தும்.

பிள்ளை தான் உணர்ந்தவற்றை அதே வண்ணமான வெளிப்படுத்த இடம்கொடுங்கள், அப்பொழுதே பிள்ளைக்கு வித்தியாசமான உணர்வுகளை வேறுபிரித்து அறியக் கூடியதாக இருக்கும், அதாவது கவலைஇ கோபம் பயம் போன்றவை.

இந்த வயதில் பிள்ளைகள் தங்கள் சரீரத்தை குறித்து ஆர்வம் காட்டுவது இயல்பான விடயம், அவர்கள் பல கேள்விகளை கேட்பார்கள் அந்தரங்க உருப்புகளைக் குறித்து, ஆண் பெண் வித்தியாசங்களைக் குறித்து, உறவுகளைக் குறித்து. அனைத்து கேள்விகளுக்கும் சரியான பதில்களை அவர்களின் புரிதல் தன்மைக்கேற்ப கொடுக்க வேண்டியது அவசியம்.

பாலியல் தொடர்பான காரியங்களை இவ்வயதிலுள்ளவர்களுக்கு அறிவிப்பது பரிந்துரைக்கப்பட மாட்டாது.

இவைக் குறித்து பிள்ளை கலந்துரையாடுகையில் சௌகரியமாக உணர வேண்டும், அவர்களின் கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்கையில் அவர்களின் வயதைக் குறித்து கருத்திற்கொள்க.

சரீரத்தில் எப் பாகங்கள் அந்தரங்கமானவை என தெளிவாக விளக்குக, மேலும் இப் பகுதிகள் தெரிந்த தெரியாத எந்த நபராலும் தொடப்படக் கூடாது, தவிர்க்கும் சந்தர்ப்பங்கள் சுத்திகரிப்பின் போது, வைத்தியரிடம் காண்பிக்கும் போது.

சரியான/முறையான தொடுகை முறை மற்றும் பிழையான/முறையற்ற தொடுகை முறையைக் குறித்து விளக்குக.

உங்கள் பிள்ளை தனது சரீரம் தனக்கு மட்டுமே சொந்தம் என்பதை புரிந்து கொள்ள செய்ய வேண்டும். மற்றும் சரீரம் பெறுமதி வாய்ந்தது, அதனை பாதுகாக்க சுய பொறுப்பு அவசியம். அவர்களுக்கு கூறுங்கள் பெற்றோர், பெரியவர்கள் எப்பொழுதும் அவர்களை பாதுகாக்கவே உள்ளனர் எனினும் சில சூழ்சிலைகளில் தாங்கள் அப்பொறுப்பை ஏற்று தங்களை பாதுகாத்துக்கொள்ள நேரிடலாம் என்பதாக. இத் தகவலானது தொடர்ந்தும் எல்லா பருவத்திலும் தெளிவூட்டப்பட வேண்டும், தேவையான திறன்களை மேம்படுத்தவும் பயன்படுத்தப்படும் முறைகள் வயதிற்கேற்ப மாறுபடும்.

பிள்ளைக்கு இவ்வாறு ஏதேனும் பாலியல் தொடர்பான பயங்கள், விடையங்கள் நடப்பின் அவற்றை பகிர்ந்து கொள்ளுமாறு தைரியப்படுத்துக. அவ்வாறான விடையங்களை இழிவாக எந்நாது தீவிரமாக கையாள வேண்டும்.

பாலியல் சிக்கல்கள் ஏற்படின் அவற்றை எவ்வாறு சமாளிப்பது என்பதை குறித்தான தகவல்களையும் வழங்குதல் வேண்டும். பழக்கப்பட்ட முறைகளை கையாண்டு இவற்றை கூறுதல் வேண்டும், காரணம் பிள்ளைக்கு இவற்றை நாம் தெரிவிப்பது விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தவே அல்லாமல் புதிய தேவையற்ற பயத்தை தூண்டிவிட அல்ல. பிள்ளை தனக்கு ஏற்படும் சந்தேகங்களை குறித்து வினவ இடமளியுங்கள்.

ஆபத்துகளை ஏற்படுத்தும் சூழ்விலைகளை எவ்வாறு தவிர்ப்பது என்பதைக் குறித்தும் பிள்ளைக்கு தெரிவிப்பது அவசியம். பெற்றோருக்கு தெரியாமல் வேற்று மனிதர்களிடமிருந்து பொருட்கள் பண்டங்களை பெறுதல், தெரியாதவர்களுடன் சரீரம் சார் இரகசியங்களை பேணல், பெரியவர்கள் இல்லமல் தனியே இடங்களில் தரித்திருத்தல், யாரேனும் முறையற்ற விதமாக தொட்டால் அதனைக் குறித்து கூறாது மறைத்தல்.

தெரியாத வேறு நபர்களுடன் அல்லது இடங்களில் அசௌகரியமான அல்லது பாதுகாப்பற்ற சந்தர்ப்பங்கள் ஏற்படுகையில் என்ன செய்ய வேண்டும் என விளக்கமளியுங்கள். இந்த வயதில் இவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களின் போது முயன்ற வரை அவ்விடத்திலிருந்து தப்பிக்க வேண்டும், அவ்வாறு முடியாவிடின் உதவிக்காக கூக்குரலிட வேண்டும். உடனடியாக இதனை பெற்றோர் அல்லது பெரியவர்களிடம் கூற வேண்டும் என்பதனை சற்று அழுத்தமாக வலியுறுத்துக.

இவ் வயதில் பிள்ளைக்கு உடல் உருப்புகளின் சரியான பெயர்களை கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும், இவ்வயதில் பிள்ளைக்கு அவற்றை புரிந்து கொள்ளும் இயலுமையுண்டு.

பிள்ளைக்கு பாலியல் குறித்தான விளக்கமான காட்சிகளை காட்டுவதை தவிர்க்க. பிள்ளையிடம் தேவையற்ற பயத்தை உருவாக்கிவிட வேண்டாம். பிள்ளை சரியான வரம்புகளை, பாதுகாப்பை குறித்து விழிப்புடன் இருப்பது போதுமானது.

2.4.3 வயது வரம்பு 9 முதல் 13 வயதான பிள்ளையிடம் உறையாடல்

பெற்றோர்களாகிய எமக்கு இருக்கும் பொறுப்பு யாதெனில் எம் பிள்ளைகளை ஆபத்தான சூழ்நிலைகளிலிருந்து விலக்கி காத்தல், அதாவது குடும்ப தொடர்பற்ற ஆண்கள் அல்லது வளர்ந்தவர்களுடன் தொடர்பிலிருத்தல், இரவு நேரங்களில் வளர்ந்த ஒருவருடன் இணைப்பிலிருத்தல், சிறுவர்கள் மீது நாட்டமுள்ள வளர்ந்தவர்களுடன் தொடர்பிலிருத்தல் மற்றும் அவர்களிடமிருந்து தேவையற்ற பொருட்களைப் பெறல்.

பிள்ளைக்கு பாலியல் ரீதியான சம்பவங்கள் நடப்பின் வெளிப்படுத்த வேண்டும் இல்லாவிடின் இவை பாரிய ஆபத்தில் முடிவடையும் என்பதை தெளிவுபடுத்துக, நேரடியாக உங்களிடம் வந்து உதவியை நாடுமாறு கேட்டுக்கொள்ளுங்கள். இத்தகைய காரியங்களை வெளிப்படுத்துவதில் எந்தவித தவறும் இல்லை என்பதை பிள்ளைக்கு உறுதிப்படுத்துங்கள்.

சுய தைரியத்தை பிள்ளையில் உருவாக்க வேண்டும். அவர்கள் முக்கியமான பாத்திரங்கள் என்றும் பெறுமதியானவர்கள் என்பதையும் அறியச்செய்க, இதனால் பிள்ளை இவ்வாறான குற்றவாளிகளிடமிருந்து தன்னை தவிர்த்துக் கொள்ளும். அப்பொழுது பிள்ளைகள் பாலியல் துன்புறுத்தல்களைக் குறித்து தாமாகவே வெளிப்படுத்துவர்.

இவ்வயது வரம்பிலுள்ள பிள்ளைகள் பருவமடையும் வயதிலுள்ளவர்கள், பாலியல் பிரச்சனைகள் தொடர்பான பொதுவான மற்றும் சரியான சிந்தைகள், வெளிப்பாடுகளை புரிந்துகொள்ள உதவுதல், அதாவது பிறர் மீதான சரீர ஈர்ப்புகள், இலிங்க உருப்புக்களின் வளர்ச்சி மற்றும் இயக்கம், தன்னுடைய மற்றும் பிறருடைய சரீரம் தொடர்பான ஆர்வம் அதிகரித்தல்.

பாலியல் நடத்தைகளில் ஈடுபடுவதிலுள்ள எல்லைகளையும் விளக்கப்படுத்த வேண்டும். தகாத மற்றும் துஷ்பிரயோக நடத்தைகளைக் குறித்து அறிவுருத்தல், அதாவது பாலியல் பிரச்சனைகள் மற்றும் செயற்பாடுகள் குறித்தான கூடுதல் கவனம், ஆபாச காட்சிகள் குறித்தான ஆர்வம், பிறரை பாலியல் சார் சொற்களை பிரயோகித்து நையாண்டி பண்ணுதல், பாலியல் நடத்தையில் ஈடுபடும் படி கட்டாயப்படுத்தல், நேரடி அல்லது மறைமுக சரீர தொடர்புகளில் ஈடுபடல் அதாவது முத்தமிடல், உடல் உறவு போன்றவை.

உங்கள் பிள்ளையை விருந்துபசாரங்கள்இ விழாக்களின் போது தனியே விட்டு விடாதீர்கள். பெரிய ஒருவரின் இடைவிடாத கண்காணிப்பில் பிள்ளை இருப்பதனை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள்.

2.4.4 வயது வரம்பு 14 முதல் 18 வயதான பிள்ளையிடம்

உறையாடல்

இவ்வயதிலுள்ள பிள்ளையிடம் பாலியல் பாதிப்புக்குள்ளான அடையாளங்கள் இருப்பதாக யூகித்தால் நேரடி அணுகுமுறை மற்றும் உதவி வழங்கல் சிறந்தது.

மது பானம், போதைப் பொருட்களின் கெடுதல்களைக் குறித்து கதைத்தல், பிள்ளையை பாலியல் வன்முறைகளிலிருந்து காப்பதுடன் இவற்றின் பாதிப்புக்களை தெரிவித்தல்.

ஒருபோதும் அவர்களை பயமுறுத்தல், கட்டளையிடல் அல்லது படிப்பிக்கக் கூடாது. ஒழுங்கான தொடர்பாடல் முறையை மேம்படுத்தல் வேண்டும்.

எப்பொழுதும் அவர்களுக்கு செவிமடுத்தல், அவர்களின் கருத்துக்களை புரிந்து மதிப்பளிக்கவும் வேண்டும். அப்பொழுது அவர்கள் உங்கள் மீது நம்பிக்கைக் கொண்டு காரியங்களை வெளிப்படுத்துவார்கள்.

தனிமையாக விழாக்கள் களியாட்டங்களுக்கு செல்லக் கூடாது என பிள்ளைக்கு அறிவுருத்துக, அவ்வாறான நிகழ்வுகளுக்கு நண்பர்களுடன் சேர்ந்து செல்ல வேண்டும். ஒருவரை ஒருவர் கவனித்துக்கொள்ளுமாறு கூறுக, ஆயினும் இவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் பெரிய ஒருவரின் கண்காணிப்புடன் பிள்ளைகள் செல்வது சிறந்தது.

பிள்ளை சமூக கூட்டங்களுக்கு செல்கையில் நீங்களும் இணைந்தால் நல்லது. பிள்ளையுடன் உங்களுக்கு நெருக்கமான நல்ல உறவு காணப்பட்டால் நீங்கள் பிள்ளையுடன் வருவதை அவர்கள் விரும்புவார்கள்.

தனிமையாக வேறு நபர்களுடன் இருக்கக் கூடாது என பிள்ளைகளுக்க அறிவுருத்த வேண்டும். பெரும்பாலும் இரவு நேர பயணங்கள் பிள்ளைகளை ஆபத்துக்களில் வீழ்த்தும்.

பிரச்சனையான சந்தர்ப்பங்களில் எவ்வாறு சாமர்த்தியமாக தப்புவது என கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும். உதாரணமாக தெரியாத நபருடன் மேல் உயர்த்தியில் செல்கையில் அந்நபர் பாலியல் வன்முறையை தூண்டினால், ஒவ்வொரு மாடியிலும் கதவு திறக்கப்படுமாறு இலக்கங்களை அழுத்தலாம், அது குற்றவாளி விரும்பாத காரியமாக காணப்படும் எனவே அவர் பிள்ளையை துன்புறுத்துவதை நிறுத்தக் கூடும்.

பிள்ளை கையடக்கத் தொலைப்பேசி பயன்படுத்தினால் புதிய தொழில்நுட்பத்தை உபயோகித்து பிள்ளை இருக்கும் இடத்தை அறிந்து கொள்ளலாம்.

தெரியாத நபர்களுடன் தொடர்பாடவோ தனிப்பட்ட தகவல்களை பரிமாறவோ கூடாது என பிள்ளைக்கு அறிவுருத்துக. தெரியாத இலக்கங்களிலிருந்து அழைப்புகள் வரும்போது மீண்டும் அவற்றிற்கு அழைப்புகளை மேற்கொள்ள கூடாது, சில நேரம் பிள்ளையை இவ்வாறான பாலியல் செயற்பாடுகளில் பயன்படுத்தவென்றே சிலர் திட்டம் இட்டு தொடர்புகொள்ள முயலலாம்.

தொடர்ந்து பிள்ளையுடன் இணைப்பிலிருத்தல் மற்றும் பிள்ளை செல்லும் இடங்களை மற்றும் ஈடுபடும் காரியங்களை அவதானித்தல்இ இதனால் பிள்ளைக்கு ஏதேனும் பிரச்சனையெனின் தாமே உங்களை தொடர்புகொள்வர்.

பாதுகாப்பான இணைய மற்றும் சமூக வலைத்தள பாவனையை குறித்து கற்றுக்கொடுங்கள்.

இணைய
மோசடி
மூலமான

சிறுவர் பாலியல்
துஷ்பிரயோகத்தை
தவிர்த்தல்

இத்தியாயம்
3

3.1 இணைய மோசடி அல்லது வன்முறை என்றால் என்ன?

முன்னைய காலங்களை போல் அல்ல, இன்றைய காலகட்டத்தில் தகவல்களை பெறுவதற்கான வழிகள் பெரியது அதாவது அதற்கு கல கருவிகளும் சமூக வலைத்தளங்களும் காணப்படுகின்றன. இத்தகைய தகவல்களை பெறுவது அறிவு வளர்ச்சியை உருவாக்கும். ஆயினும் பெற்றோர் மற்றும் பெரியவர்களாக எமது கடமை எமது பிள்ளைகள் இவ்வாறான இணைய மோசடிகளில் சிக்கவில்லை என்பதை உறுதி செய்வது.

இணைய மோசடி மற்றும் வன்முறை (CEV) எனும்போது தாக்குதல், மிரட்டல், பயமுறுத்தல், பலாத்காரப்படுத்தல் ஆகும். இது ஒரு நபரின் அனுமதி இல்லாமல் அவரின் புகைப்படம் மற்றும் ஒளிப்பதிவுகளை இணையத்தில் பதிவுசெய்தல், சில மாற்றங்களை செய்து வெளியிடல் போன்ற காரியங்கள். சில ஊடுநடவடிக்கைகள் சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகமாக கருதப்படும்.

இணைய பாதிப்பு எனப்படுவது வெட்கப்படும் விதமான அல்லது தீங்கு விளைவிக்கும் விதமான தனிப்பட்ட விவரங்களை சமூக வலையத்தளங்களில் பகிர்ந்தல். உடனுக்குடன் வழங்கப்படும் தகவல்களின் மூலம் பாதிக்கப்பட்டவரை நேரடியாக குறிவைத்தல். இது பல விதமாக நடைப்பெறலாம், தொடர்ந்து ஒருவரை அவமதிக்கும் விதமான தகவல்களை அனுப்புதல், சமூக வலைத்தளங்களில் ஒருவரைக் குறித்து வதந்திகளை பரப்புதல் இதனால் அந்நபரின் பெயருக்கு களங்கத்தை ஏற்படுத்தல், இன்னுமொருவரின் அடையாளத்தில் சமூக வலைத்தளங்களில் காரியங்களைப் பகிரல், சமூக வலைத்தளங்களில் நபர்களை அச்சுறுத்தல் அல்லது அவமதித்தல், ஒரு நபரின் சுய விபரங்களை அவரின் அனுமதியின்றி பகிர்ந்தல்.

இத்தகைய இணைய பாதிப்புக்கள் சில சந்தர்ப்பங்களில் பாலியல் மோசடிகளுக்கும் வழிவகுக்கும். இணையத்தில் பகிர்வதை நிறுத்துவதற்காக பாலியல் ரீதியான கோரிக்கைகளை முன்வைக்கலாம்.

இணையத்தினூடாக நடைப்பெறும் பாலியல் துஷ்பிரயோகங்கள் பல முறைகளில் நடைப்பெறலாம்:

- நெருக்கமான புகைப்படங்கள் மற்றும் ஒளிப்பதிவுகளை பகிரல்.
- பிள்ளையை மோசடி செய்யும் நோக்கத்தில் பிள்ளையுடன் நட்புறவை ஏற்படுத்தல்

- பிள்ளையின் புகைப்படங்கள் தகவல்களை மற்றுமொருவருடன் பகிர்ந்தல்.
- பிள்ளையை இணையத்தினூடாக பாலியல் காட்சிகளை பார்க்க வைத்தல்
- பிள்ளையை பாலியல் செயற்பாடுகளுக்காக விற்றல் பிள்ளையின் பாலியல் காட்சிகளை இணையத்தில் வெளிவிடுவதாக மிரட்டுதல், பிள்ளையை பாலியல் தேவைக்கு பயன்படுத்தும் நோக்கத்தோடு.
- பிள்ளையின் பாலியல் காட்சிகளை இணையத்தில் வெளிவிடுவதாக மிரட்டுதல்இ பிள்ளையை பாலியல் தேவைக்கு பயன்படுத்தும் நோக்கத்தோடு.

பிள்ளையிடம் சுய விபரங்களை கேட்டல் விலாசம், தொலைப்பேசி எண், புகைப்படம் போன்றவை. இணையத்தினூடான தொடர்பின் பின்னர் நேரடியான சந்திப்பிற்கு பிள்ளையை அழைத்தல். இவ்வாறான அழைப்புக்களை ஏற்றதன் பின்னர் இவை தொடர்ந்து பாலியல் வன்முறைக்கு வழிவகுக்கும்.

பிள்ளைகள் இத்தகைய இணைய மோசடிகளில் பாதிக்கப்பட்டு பின்னர் சில காரணங்களினால் தாங்களும் இத்தகைய செயற்பாடுகளில் ஈடுபடக் கூடும்.

பல பிள்ளைகள் இத்தகைய சம்பவங்களை பெற்றோரிடமிருந்து மறைப்பர், காரணம் பயம் மற்றும் இதனால் உண்டாகும் விளைவுகளை நினைத்து. இது தொடர்ச்சியான மோசடிக்கு வழிவகுக்கும்.

பெற்றோராகிய எமது கடமை பிள்ளைகள் இணைய வன்முறைகளுக்கு முகம் கொடுத்தால் உடனடியாக பெற்றோரிடம் கூறுமாறு வலியுறுத்தல் வேண்டும். இது ஆரம்பத்திலே அறியப்படாதவிடத்து பிள்ளை உளம் சார்ந்த பாதிப்புகளுக்குள்ளாவதோடு பல்வேறுபட்ட நடத்தை சார்ந்த மற்றும் புத்தி கோளாறுகளுக்கு முகங்கொடுக்க நேரிடும்.

3.2 இணைய மோசடிகளுக்கு வழிவகுக்கும் புதிய தொழில்நுட்ப முறைகள்

இப்புதிய தொழில்நுட்பத்தினால் ஒருவரோடு ஒருவர் உடனுக்குடன் தொடர்புகொள்ள கூடியதாக உள்ளது. இம்முறைகள் கற்றல் மற்றும் தொடர்பாடலை மேம்படுத்தும், எனினும் இவை மறுபுறம் பாலியல் துஷ்பிரயோகங்களுக்கும் வழிவகுப்பதாக காணப்படும்.

பின்வருவன பொதுவில் தொடர்பாடலுக்காக பயன்படுத்தப்படும் புதிய தொழில்நுட்பங்களாகும்.

- சமூக தொடர்பாடல் தளங்கள்
உம் பேஸ்புக், டுவிட்டர், இன்ஸ்டகிராம், லிங்டின், யுடியுப் (ஒளி பதிவுகள் பகிரப்படும் தளங்கள்)
- உடனடி தகவல் பரிமாறும் தளங்கள்
உம் வாட்ஸ்எப், வைபர், சினெப் செட், டெலிகிராம்
- கிலவுட் கம்பியூட்டிங்
இணையத்தினூடாக தகவல்களை சேமித்து
செயல்முறைப்படுத்தல்
- தளங்கள் (அப்லிகேஷன்)
இவற்றில் சுய தகவல்களை பதிவுசெய்து வைக்க முடியும்,
இருக்கும் இடத்தைக் கூட பதிவு செய்ய முடியும்.
- ஆன்லைன் விளையாட்டுக்கள்
இணையத்தின் உதவியுடன் விளையாட்டுக்களை விளையாட
முடியும்
- பொது வைகபை இணைப்பு
பொது இடங்களில் காணப்படும், இதனால் நாம் பயன்படுத்தும்
கருவிகள் கண்காணிக்கப்பட முடியும்.

பொது கைப இணைப்பு

பொது இடங்களில் காணப்படும், இதனால் நாம் பயன்படுத்தும்
கருவிகள் கண்காணிக்கப்பட முடியும்.

(இது குறித்தான மேலதிக விபரங்களை இணைப்பு 1இல் பார்க்கலாம்)

3.3 புதிய தொழில்நுட்பங்களில் பயன்படுத்தப்படும் தொடர்பாடல் கருவிகள்

வீட்டில் இணைய இணைப்பை பெற பல கருவிகள் உள்ளன, கணணி, லெப்டொப்ஸ் மற்றும் கையடக்கத் தொலைப்பேசிகள். இவற்றை பயன்படுத்தல் தொடர்பாக ஒழுங்கான விதிமுறைகளை விதிப்பது பரிந்துரைக்கப்படுகின்றது. இவை பிள்ளைகள் பெரியவர்கள் இரு பாலாரினாலும் பின்பற்றப்பட வேண்டும். மேலும் பிள்ளைகளுடன் கலந்துரையாடி சில காரியங்களில் உடன்பட வேண்டும். கருவிகளை எப்பொழுது பயன்படுத்துதல், எங்கே வைப்பது, எந்தளவு தனியுரிமை பேணப்பட வேண்டும் போன்றவை. பிள்ளைகள் பயன்படுத்தும் கருவிகளை அவர்களின் தனி அறையில் வைக்காமல் வீட்டில் அனைவரும் பார்க்கக் கூடிய விதமான இடத்தில் வைத்தால் அவர்கள் எந்த தளங்களை பயன்படுத்துகின்றனர் என்பதை கண்காணிக்க முடியும். சில நேரங்களில் பிள்ளைகள் பயன்படுத்தக் கூடாது என கட்டளையிட்டால் பெரியவர்களும் அந்த விதிமுறைகளுக்கு கட்டுப்பட வேண்டும்.

தற்பொழுது கூடுதலாக பயன்படுத்தப்படும் கருவிகள்:

- மடிக்கணினிகள் லெப் டொப்ஸ்
- கணணி
- கையடக்கத் தொலைபேசி
- ஸ்மார்ட் தொலைபேசி
- டெப்ஸ்
- ஐபொட்
- இணைய இணைப்புள்ள கருவிகள் - இலத்திரனியல், மென்பொருள், சென்சர்கள் மற்றும் வலைப்பிண்ணல் இணைப்புகள்.

(இக் கருவிகள் தொடர்பான மேலதிக தகவல்களுக்கு இணைப்பு 2ஐ பார்க்க)

3.4 இணைய மோசடி மற்றும் பாதிப்புக்கள் ஏற்படும் முறைகள்

செக்ஸ்டிங்

மின்னஞ்சல், குறுந்தகவலினூடாக பாலியல் சார்ந்த காட்சிகள் தகவல்களை பெறுதல் மற்றும் அனுப்புதல். இது தெரிந்தும் நடக்கலாம் தெரியாமலும் நடக்கலாம்.

நிர்வாணமான படங்களை பகிர்தல்

இவ்வகையான செயற்பாடுகள் உறவிலுள்ள இருவருக்கிடையில் நடைப்பெறலாம், எனினும் இது பிற்காலத்தில் மிரட்டுதலாக மாறலாம், வேறு ஒருவரின் கையில் சிக்கினால் இணைய மோசடி நிலைக்கும் வித்திடும்.

ஆபாச பழிவாங்கல்கள்

பழிவாங்கும் நோக்கத்தோடு ஒருவரின் ஆபாசமான புகைப்படங்களை அவரின் ஒப்புதல் இல்லாமல் வலைத்தளங்களில் பதிவுசெய்தல்.

ஆன்லைன் மூலம் உறவு ஏற்படுத்தல்

பாலியல் காரியங்களை பெறுவதற்கு முதலில் குற்றவாளி அந்நபருடன் நல்லுறவை வளர்ப்பார். தங்களுடைய நிர்வாணமான படத்தை அனுப்பும் படி செய்து பின்னர் மிரட்டி பாலியல் தேவையை பூர்த்திசெய்தல்.

(இது தொடர்பான மேலதிக தகவல்களுக்கு இணைப்பு 3 ஐப் பார்க்கவும்)

3.5 இணைய தொழில்நுட்பங்களை எவ்வாறு பொறுப்பாக பயன்படுத்துவது என பிள்ளைகளுக்கு கற்றுக் கொடுத்தல்

பெரியவர்களாகிய நாம், எமது பிள்ளைகளுக்கு கற்றுக்கொடுக்க வேண்டிய காரியம் இணையம் என்பது தகவல்களை பெறுவதற்கு கற்கை தொடர்பான விருத்திக்கும் திறன்களை வளர்ப்பதற்கும் உள்ள சிறந்த வளமாகும். எனினும் இதனை தகாத முறையில் பயன்படுத்தினால் பல சிக்கல்கள் உண்டாக வாய்ப்புண்டு.

உங்கள் பிள்ளைக்கு கற்றுக் கொடுங்கள் எவ்வாறு சமூக வலைத்தளங்களை கவனமாக பொறுப்பாக பயன்படுத்துவதென்று.

எப்பொழுதும் ஓர் உதாரணத்தை அல்லது முறையற்றவிதமாக இணையத்தை பயன்படுத்தி பாதிக்கப்பட்ட ஓர் உண்மைச் சம்பவத்தை கூறுவதன் மூலம் விளக்கப்படுத்துக. இதனால் பிள்ளைக்கு சம்பவம் குறித்தான பாரதூரமான விளைவை புரிந்துகொள்ளவும் இணைய பாவனையின் போது விதிமுறைகளை கடைப்பிடிக்கவும் இயலும்.

பின்வருவனவற்றை அவர்களுக்கு தெளிவுபடுத்துங்கள்:

- இணையம் வாயிலாக உங்களைத் தொடர்புக் கொள்ளும் நபர் தம்மை அறிமுகப்படுத்தும் விபரங்கள் ஒரு விதமாக இருந்தாலும் சிலவேளை குறிப்பிட்டோரின் உண்மை விபரங்கள் வித்தியாசமாக இருக்கலாம். ஆகவே சமூக வலைத்தளங்களின் வாயிலாகவோ வேறு எந்த இணையத்தளம் வாயிலாகவோ, நன்கு அறிந்திராதவர்களுடன் தொடர்புகளை ஏற்படுத்திக் கொள்வதை தவிர்த்துக் கொள்ளும்படி பிள்ளைகளை அறிவுறுத்துங்கள்.
- இணையத்தளம் வாயிலாக அறிமுகமாவோரிடம் பிள்ளைகள் தமது தனிப்பட்ட விபரங்கள், குறிப்பாக பெயர் விபரங்கள், விலாசம், தொலைபேசி இலக்கங்கள் அல்லது பாடசாலை விபரங்களை வழங்குவதிலிருந்து தவிர்க்கும்படி அறிவுறுத்துங்கள்.
- பிள்ளைகள் தமது புகைப்படங்களையோ குறுந்தகவல்களையோ மின்னஞ்சல் முகவரிகளையோ அறிந்திராதோர்களிடம் பகிர்ந்துக் கொள்ளுதலைத் தவிர்த்துக்கொள்ள வேண்டும். இணையம் வாயிலாக தம்மை உடற்பொழிவுள்ளோராக அதேபோல் உடல்மீது அதிக அக்கறை செலுத்துவோராக மட்டுமல்லாமல், பிறர்மீது அதிக அக்கறை கொண்டோராக காட்டிக்கொள்ளுதல் இணையவாரியான ஊழல்காரர்களின் சுமுகமான பாணியாகும். இவ்வலையில் பலரும் மாட்டிக் கொள்கின்றார்கள். அவர்கள் அக்கறை காட்டும் வகையில் அணுகுவதால் பலரும் அவர்களின் தமது தகவல்களை பகிர்கின்றார்கள். அதன் பின்னர் தனது அந்தரங்கங்களைக் கூடி காட்டுக்கொள்ள பாதிக்கப்பட்டோர் துணிவார்கள். ஆகவே இணையம் வாயிலாக அதிகம் அக்கறைக் கொண்டு யாராவது அணுகும் பட்சத்தில் அவர்களிடம் மிகவும் அவதானத்துடன் இருக்கும்படி உங்கள் சிறார்களை அறிவுறுத்துங்கள்.
- கணினி கமராவுக்கு அல்லது புகைப்படக்கருவிக்கு முன்னால் நிர்வாணமாகவோ அந்தரங்களை காட்டும் வகையிலோ தம்மை

காட்சிப்படுத்திக் கொள்வதை எந்தபொழுதிலும் செய்யாதிருக்கும்படி பிள்ளைகளை எச்சரியுங்கள். தமது பிள்ளைகளுக்கு மட்டுமின்றி ஏனையோரின் பிள்ளைகளுக்கும் இந்த விடயங்களை பகிருவது பெற்றோர் ஆகிய எமது தலையாயக் கடமையாகும்.

- பிறரால் பகிரப்படும் குறுந்தகவல்களையோ புகைப்படங்களையோ திறந்துப் பார்ப்பதை தவிர்த்துக் கொள்ளும்படி எச்சரியுங்கள். அதேவேளை அவ்வாறாக பகிரப்பட்ட புகைப்படங்கள் அல்லது குறுந்தகவல்கள் இருப்பின் அவற்றை பெற்றோரின் கவனத்துக்கு கொண்டுவரும் படியும் அறிவியுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளை சமூக இணையத்தளத்தின் மூலம் சமூகத்தளங்களுக்குள் (முகப்புத்தகம், டுவிட்டர், இன்ட்ஸாகிராம்) பிரவேசிப்பவராயின், மேற்கூறிய விடயங்களை பற்றி அறிவுறுத்துவது பெற்றோர் என்ற வகையில் உங்கள் தலையாயக் கடமையாகும். இச்சமூகத்தளங்களுக்காக உங்கள் பிள்ளைகளுக்காக அனுமதி உங்களினால் மட்டுப்படுத்தப்பட்டுள்ள சந்தர்ப்பத்தில் உங்கள் சிறார்களை வழிநடத்தவும் இலகுவாகும். குறிப்பாக முகப்புத்தகத்தை பொருத்தவரையில் அவர்கள் தம்முள் பதிவுசெய்துக்கொள்ளுதல் பற்றிய நிபந்தனைகளுள், மிகக்குறைந்த வயதெல்லையாக 13 ஐ தெரிவுசெய்துள்ளார்கள். அதன்படி சமூகத்தளம் என்றவகையில் அவர்கள் கூற எண்ணுவதாவது, போதிய முதிர்ச்சியைப் பெற்றப்பின்னர் இத்தளங்களினுடனான பாவனையை மேற்கொள்ளும் படியே.

கலந்துரையாடவும்:

- கணக்கொன்றை பேணும்போது, கணக்கிற்குள் தனிப்பட்ட அமைப்பை எமக்கு அவசியமான விதத்தில் பாதுகாப்பாக செய்துகொள்ளும் வசதிகள் அமைக்கப்பட்டுள்ளதால் அதற்கு அமைவாக எமது தகவல்களை கண்காணித்துக் கொள்ளலாம். கணக்கிற்குள் வரையறுக்கப்படும் கணக்கு அமைப்புகளான “பார்வை தனக்கு மட்டும், பார்வை நண்பர்களுக்கு மட்டும், பார்வை பொதுவானது” என்பற்றின் மூலம் கணக்கில் வெளிக்காட்டும் தகவல்களை மட்டுப்படுத்தலாம். அதனடிப்படையில் சமூகத்தளத்தில் தமது பதிவுகளையோ தகவல்களை

பொதுவான அமைப்பில் பகிரங்கமாக காட்சிப்படுத்துவதை தவிர்த்துக்கொள்ள அவர்களை அறிவுறுத்துங்கள். அதன்மூலம் முன்னர் அறிந்திராதோர் தனிப்பட்ட பதிவுகளை பார்ப்பதிலிருந்தும் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திலிருந்தும் பாதுகாத்துக்கொள்ளலாம்.

- சமூகத்தளங்களில் வாயிலாக நண்பர்களை இணைத்துக் கொள்ளும் போது பாதுகாப்புடனும் அக்கறையுடனும் பிள்ளைகள் செயற்படுதல் அவசியம். தளங்களில் புகைப்படங்களை பதிவிடும்போது, “நண்பர்களுக்கு மட்டும்” எனும் அமைப்பில் பதிவிட அவற்றை நண்பர்கள் மட்டுமே காணலாம். புகைப்படங்களை “தான் மட்டும்” எனும் அமைப்பில் பதிவிட புகைப்படங்களை தான் மட்டும் பார்க்கலாம்.
- தமது தகவல்களை பகிரும் முன்னர் ஒரு தடவைக்கு இரு தடவைகள் யோசியுங்கள். நண்பர்களுடன் மட்டும் பகிர்வீர்களாயின், அமைப்பினை சரிவர மாற்றுவீர்கள்.
- உங்கள் அமைவிடத்தை பகிர்வதைத் தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள். அது உங்கள் பாதுகாப்புக்கு அச்சுறுத்தலாக இருக்கலாம் (தளங்களை உங்கள் இடத்தை பகிரும் அனுமதியை வழங்காதீர்கள்).
- உங்கள் தனிப்பட்ட சமூகத்தளங்களுக்குள் பிரவேசிக்கும் போது, Wi-Fi வசதியை உபயோகிப்பீர்களாயின், அதற்கு பொது இணைப்பை உபயோகிப்பதை தவிர்த்து தனிப்பட்ட இணைப்பை தெரிவுசெய்யுங்கள்.
- தமது நண்பர்களுடன் சமூக வளைத்தளங்களில் பகிரப்படும் புகைப்படங்கள் மற்றும் தகவல்களில் எல்லையை நிர்ணயித்து பகிர்ந்தல்.
- தனது நண்பர்களால் பதிவுசெய்யப்பட்ட ஏதேனும் புகைப்படத்தில் தான் சம்பந்தப்பட்டோ அது தனது தனித்துவத்திற்கு அச்சுறுத்தலாக இருக்கும் பட்சத்தில், அப்படத்தை நீக்க கோரக்கூடிய வல்லமை.

- தான் தொடர்புபடும் புகைப்படம் ஒன்றை தனது நண்பர்கள் பதிவு செய்ய எண்ணும்போது, அப்படத்துக்கு தன்னை இணைத்துக்கொள்ள நண்பர்கள் அனுமதி கோரும் வல்லமை.
- எவராவது தனது தனித்துவத்துக்கு அல்லது சுதந்திரத்துக்கு அச்சுறுத்தலாகும் வகையிலோ தம்மை இழிவாக்கும் வகையில் உரையாடல்களையோ பதிவுகளையோ மேற்கொள்ளும் பட்சத்தில் அவற்றை நீக்கக்கோரும் வல்லமை. அவ்வாறு நீக்கமறுக்கும் சந்தர்ப்பத்தில், வலைத்தள நிர்வாகிகளுக்கு “அறிக்கையிடு” எனும் வசதியின் மூலம் முறையிடம் தகைமை மற்றும் “பொருத்தமற்றது” என அறிக்கையிடல்.
- போலியான கணக்குகளின் வாயிலாக பிறரை அணுகுவோரும் இந்த சமூகத்தளங்களில் உள்ளார்கள். 45 வயதான முதியவர் 15 வயது சிறுமியைப் போல் தமது கணக்கினை அலங்கரித்து பாலியல் நடவடிக்கைகளுக்காக பிள்ளைகளுடன் தொடர்புக்கொள்ளலாம்.
- போலி கணக்குகளுடன் தொடர்பினை ஏற்படுத்தி ஏதேனும் சிக்கல்கள் அகப்பட்டுக்கொள்ளும் சந்தர்ப்பத்தில், அதனைப்பற்றி விசாரணைகள் மேற்கொள்ளும் அதிகார சபைகள் மேற்கொள்ளும் தேடுதல் நடவடிக்கைகள் மிகவும் பகிரங்கமாக இருக்கலாம்.
- அறியாதோரிடம் உரையாடல்களை தொடர்தல் மிகவும் அபாயகரமானது. புதிய உறவுகளை ஏற்படுத்திக் கொள்ளவோ எமது எதிர்கால துணையை தெரிவுசெய்துக் கொள்ளவோ உகந்த வழி சமூக வலைத்தளங்கள் அல்ல. ஆகவே சிறுவர்கள் மீது அக்கறை செலுத்த பிறரை அனுமதியாதீர்கள்.
- சமூகத்தளங்களின் வாயிலாவோ மின்னஞ்சல் வாயிலாகவோ அறியாதோருடன் புகைப்படங்களை பகிர்ந்துக் கொள்ளுதல் மிகவும் அபாயகரமானது.
- கணக்கிற்குள் தேவைகள் முடிய முறையாக வெளியேறுதலும் மிகவும் அவசியமாகும் (மின்னஞ்சல் மற்றும் சமூகத்தளங்கள்). அதேபோல், இரகசியச் சொற்கள் சேமித்தல் குறிப்பாக பொது இணைய வசதிகளை உபயோகிக்கும் போது சேமித்தல் மிகவும் பாதுகாப்பற்ற செயலாகும்.

- மிரட்டல். யாராவது தமது தனிப்பட்ட புகைப்படங்களையோ அந்தரங்கங்களையோ காட்டும்படி அச்சுறுத்தும் பட்சத்தில் அதைகுறித்து பயப்படத் தேவையில்லை. அறியாதோரை நண்பர்களாக சேர்த்துக் கொள்வதை தவிர்த்துக் கொள்ளும் படி பிள்ளைகளுக்கு அறிவுரை வழங்குங்கள். எதிர்காலத்தில் இவ்வாறான மிரட்டல்கள் வரும் பட்சத்தில் அதனை பெற்றோர் அல்லது பெரியோர் கவனத்துக்குக் கொண்டுச் செல்லும்படி அறிவுறுத்துங்கள். எந்தச் சந்தர்ப்பத்திலும் எந்த நிலைமையிலும் பெற்றோர் தம்வசம் இருப்பார்கள் என்ற நம்பிக்கையை வழங்குங்கள். ஆகவே அறியாதோரின் மிரட்டல்களுக்கு மடியத் தேவையில்லை என்ற துணிச்சலை வழங்குங்கள். படங்களை பகிர்தல் எதிர்காலத்தில் சிக்கல்களை ஏற்படுத்தும் எனும் உண்மையை அறிவியுங்கள். உங்கள் பிள்ளை இவ்வாறான சிக்கலை பெற்றோரான உங்கள் முன்வைக்கும் போது, அதனை கையாளும் தகைமை உங்களுக்கு இல்லாத பட்சத்தில் தொழில்நுட்பம் அறிந்த நம்பகமான ஒருவரின் கவனத்திற்குக் கொண்டுச் செல்லலாம்.

3.6 உங்கள் பிள்ளை நவீன தொழில்நுட்ப உபகரணங்களை உபயோகிக்கும் சந்தர்ப்பத்தில் பெற்றோர் கட்டுப்பாடு எனும் முறை மூலம் அவர்களை கண்காணிக்கலாம்

பிள்ளைகள் இணையத்தளத்தில் அனாவசிய தளங்களுக்கு செல்வதை தவிர்க்கும் முகமாக அமைக்கப்பட்டதே இந்த பெற்றோர் கட்டுப்பாட்டு வசதி. இந்த வசதியானது தற்போது கணினிகள், ஸ்மார்ட் கையடக்க தொலைபேசிகள், டப்லட் கணினிகள் மற்றும் கணினி விளையாட்டுக்களிலும் கூட இணைக்கப்பெற்றுள்ளது. இப் பெற்றோர் கட்டுப்பாட்டு வசதியின் மூலம் பிள்ளைகளின் வயதெல்லைகளையும் நீங்கள் நிர்ணயிக்கலாம். அதேவேளை பிள்ளைகள் பார்ப்பதிலிருந்து நீக்கம்பெற்ற உள்ளீடுகள் என்னவென்பன பற்றியும் நீங்கள் கண்காணித்துக் கொள்ளலாம். அவ்வாறாயினும் நீங்கள் கருத்திற்கொள்ள வேண்டிய விடயம் ஒன்று உள்ளது. இந்த செயற்பாடு 100% செயற்றிறனானது அல்ல. ஆகவே உங்கள் பிள்ளைகளை தனிப்பட்ட ரீதியில் கண்காணித்தல் மிகவும் அவசியம்.

References

- Child Sexual Abuse Prevention. Retrieved from https://www.nsvrc.org/sites/default/files/Publications_NSVRC_Overview_Child-sexual-abuse-prevention_o.pdf on 5th April 2018
- Four Conversations That Can Help Guard Children Against Sexual Abuse. Retrieved from https://www.huffingtonpost.com/entry/4-conversations-that-can-help-guard-children-against_us_58efd4c1e4b048372700d6a1 on 28th July 2018
- How to set up parental controls on all devices. Retrieved from <https://www.webwise.ie/parents/parental-controls-2/> on 16th August 2018
- Number of complaints reported to the National Child Protection Authority Year 2017. Retrieved from http://www.childprotection.gov.lk/data_notice/2017%20NCPA%20Data.pdf on 23rd March 2018
- Prevent child abuse through internet. Retrieved from <http://www.childprotection.gov.lk/leaflets/prevent%20child%20abuse%20through%20internet.pdf> on 18th April 2018
- Safe web browsing. Retrieved from <https://www.rainn.org/articles/safe-web-browsing> on 16th May 2018
- Social Media Safety. Retrieved from <https://www.rainn.org/articles/social-media-safety> on 12th May 2018
- Steps you can take to prevent sexual assault. Retrieved from <https://www.rainn.org/articles/steps-you-can-take-prevent-sexual-assault> on 14th May 2018
- Talking to children about sexual abuse. Retrieved from <https://www.ag.ndsu.edu/publications/kids-family/talking-to-children-about-sexual-abuse/fs1363.pdf> on 16th June 2018

- World Health Organization. (2003). Guidelines for medico-legal care of victims of sexual violence, Geneva, Switzerland; World Health Organization.

Annex

Annexure 1

Institutions that work for the Protection and Care of Children

Department of Probation and Child Care Services

3rd Floor, Sethsiripaya.

Battaramulla.

Telephone: 01122186062

Email : Pcc@sitnet.lk

Website: www.probation.gov.lk

Divisional offices of the Department of Probation and Child Care Services are found island-wide and any problems regarding children can be referred to these offices.

National Child Protection Authority

No.330. Thalawathugoda Road, Madiwela, Sri Jayawardenapura.

Telephone: 0112778211-4

E mail: ncpa@childprotection.gov.lk

Website: www.childprotection.gov.lk

Anytime your security is threatened you can access the National Child Protection authority through its National Children's Telephone Service No 1929.

The National Child Protection Authority has Child Protection Officers attached to every Divisional Secretariat in the island to provide services to children.

Police Women and Children's Bureau

180/19, Grandpass Rd, Colombo 14

Telephone : 011-2337012, 011-2337041

Further branches of the children and women's unit have been established at every Police station in Sri Lanka.

Sri Lanka CERT

Room 4-112, BMICH, Bauddhaloka Mawatha,
Colombo 07, Sri Lanka.

Tel: +94 11 269 1692 / 269 5749 / 267 9888 Fax: +94 11 269
1064

Report an incident of cyber related crime and violence against children.

A number of State officials have been appointed to provide services to children and families at divisional level.

Position	Office	Services provided
Child Rights Promotion Officer	Divisional Secretariat	All services relevant to child rights and co-ordination Children's societies and groups
Divisional Child Protection Officer	Divisional Secretariat	Inquiring into problems re: protection of children and providing assistance
Early Childhood Development Officer	Divisional Secretariat	Pre-school education and other services related to early childhood
Counsellor Ministry of Child Development and Women's Affairs	Divisional Secretariat	Counselling services for children and women
Social Services Officer	Divisional Secretariat	Special social welfare services of the government for beneficiaries including children

Women's Development Officer	Divisional Secretariat	Home economics and professional education services for women and girl children
Non-formal Education Officer	Regional Education Office	Services for children not attending school

Annex 2: Further details on modern technology

Social Media and Messaging Apps

Today, social networking plays a pivotal role for most children because it consists of a variety of websites and mobile applications that allow them to construct a personal profile, connect, interact, and share various information with their peers and others.

The primary aspects of developing an identity online is be being a part of social media platforms, including but not limited to Facebook, Instagram, Snapchat, WhatsApp, Viber, Tumblr, Telegram, and Twitter.

The popularity of social media platforms is not constant and often new platforms emerge overnight. While Facebook is, the best known to adults – there are multiple social media platforms with different functions. For example, Snapchat's defining feature is that pictures or video's shared will remain on the app

to be viewed for a maximum of 24 hours in the public space and up to 10 seconds within the private space. This does not take into consideration apps and methods that bypass this, which mean that videos and photos shared on Snapchat get saved on to a device without the sender's knowledge.

Furthermore, most people are a part of and, active on more than one platform and may not necessarily post under their real name.

According to Sri Lanka CERT 3907 of incidents online victimization in Sri Lanka, 3685 were social media related. (Source: Sri Lanka CERT)

Cloud Computing

Cloud computing means storing and accessing data and programs over the Internet instead of your computer's hard drive. The cloud is just a metaphor for the Internet. This is the technology that is used on many applications today. For example, with Gmail, all one needs to do is log in to any device using their unique username and password, and all stored files can be accessed regardless of location.

The concern of users to storing, sharing, and accessing data through the internet or cloud is that it has the potential to be accessed by anyone from anywhere. The following tips are from Sri Lanka CERT to help safeguard your personal security in Cyberspace:

- *Never publish personally identifiable information on social sites (exact birthday, home address etc.)*
- *Never provide sensitive information like user name, password, and credit card information on a non-secure page (Look for HTTPS)*
- *If you get a suspicious mail from a known person, contact them over the phone and verify that they did send the mail in question*
- *Use security settings provided by social media platforms, webmail services (e.g. Yahoo and Gmail) to protect your accounts (visit <http://www.cert.gov.lk/kb.html>)*
- *Never carry sensitive photos or documents on unencrypted USB drives or portable hard drives to avoid risk due to misplacement*
- *Your smart phone is a powerful tool. Make sure you have a screen lock with password protection enabled*
- *Lock your computer if you must leave it for a while. Always log out of sessions, whether they be Yahoo, Google, Hotmail, or any other browsers. Just closing the browser may not be sufficient.*

Applications

A smartphone, and/or tablet includes the ability to host a variety of applications which include social media platforms, as well as games, health apps, lifestyle apps etc. that may store personal information including age, profile picture, and current location. For example, PickMe has a record of your phone number, the starting point and destination of your rides, and also frequency. Someone who hacks into your device could have access to this information.

Sensible monitoring and usage of applications will ensure that everyone enjoys the benefits of living in a digitalized world.

Online Gaming

“Two decades before the World Wide Web came on the scene, the PLATO system pioneered online forums and message boards, email, chat rooms, instant messaging, remote screen sharing, and multiplayer games, leading to the emergence of what was perhaps the world’s first online community” - <http://thinkofit.com/plato/dwplato.htm>

Online gaming refers to video games that are played either partially or primarily through the Internet or a computer network. Modern gaming platforms can be used on PCs, laptops, consoles (Xbox, PlayStation etc.), and mobile devices, and span many genres, including first-person shooters, strategy games and Massively Multiplayer Online Role Playing Games (MMORPG – this involves several players playing with and against each other on the platform). The design of the game

itself ranges from simple text-based environments to the incorporation of complex graphics and virtual worlds.

Many online games create their own online communities, while other games, especially social games, integrate the players' existing real-life communities. This connectivity of players through the game has the potential to create an environment/space where cyber exploitation, bullying and/or violence can be perpetrated.

Public WiFi

Public WiFi that can be found in numerous places including airports, café's, and restaurants are unsecured networks that can make your device vulnerable to hacking.

The following is a useful article that discuss some of the issues around safeguarding privacy in the digital space - <http://echelon.lk/home/when-right-to-information-meets-right-to-privacy/>

Annex 3: Further details on devices used for communicating modern cyber technology

Laptops and PC's

Personal Computers (also referred to as desktop computers) and laptops can be your child/teenager's first tool to access the Internet. Conversations on sensible locations for PC and laptop use are helpful.

You should also be aware that applications like WhatsApp and Viber can also run on laptop and PC's, and on occasion continue to do so even when the phone or tablet is not in use.

Mobile Phones and Smart Phones

Most mobile phones provide the common facilities such as text messaging [SMS], a basic camera, along with Bluetooth and Infrared facilities which allow the sharing of images and videos.

Smart Phones, simply put, are personal computers. The majority of smart phones have high resolution cameras which allow for high quality photographs and videos. Smartphones can access the Internet through cellular data (such 3G and 4G) or Wi-Fi and can run a variety of third-party software components also known as Apps.

Tablets

A tablet is a wireless, portable personal computer with a touchscreen interface. The tablet form is typically smaller than a notebook computer, but larger than a smartphone. Today, the most common type of tablet is the slate style, like Apple's iPad, Microsoft's Surface or Amazon's Kindle Fire.

Many of the applications and functions are available on most tablets. This includes (but is not limited to) WhatsApp, SnapChat, Instagram, Telegram, and Viber.

iPODs, MP3 Players & Other Internet enabled Music Devices

Parents may allow children to have internet enabled music devices such as iPods and MP3 players, without realising that these devices may also support applications such as Instagram, Snapchat, Whatsapp etc. Internet enabled music devices are NOT walkmans.

Internet of Things (IoT)

The Internet of things (IoT) is refers to physical devices that are embedded with electronics, software, sensors, and network connectivity which enables these objects to collect and exchange data. Such devices are also referred to as “connected devices” and “smart devices”. For example, some models of refrigerators and ovens have software that can control their temperature, switch the device on and off and perform other functions remotely from an app that is downloaded to your smartphone, tablet, laptop, or PC.

These devices store a large amount of personal data and the connectivity could provide a potential hacker with access to your primary device.

Annex 4: Further details on ways of cyber exploitation and violence

Sexting

The term ‘sexting’ is used to describe the sending and receiving of sexually explicit photos, messages, and/or video clips, by text, email, or other messaging platforms (e.g. WhatsApp, Viber, Instagram Direct, Facebook Messenger), both with and without consent.

Consensual sexting can also be viewed as a symbol of trust, love, faithfulness, and sexual expression. This can be problematic as consensual sexting can lead to exploitation, blackmail, and sexual violence, when relationships end.

Sharing and Collecting of Nudes

In the Sri Lankan context, the word ‘nudes’ has come to mean one or several intimate pictures and/or video’s that have been shared within the space of an intimate relationship. Among the motivations for the sharing of nudes is a result of “sexual frustration”. Both parties wish to be sexually active and in the absence of opportunities for “real sex” they engage in “cyber-sex”. Peer pressure, wanting to be accepted, and in some cases blackmail have all played a role in the sharing of these nudes. Like sexting, it can also be viewed as a symbol of trust, love, faithfulness, and sexual expression.

The concern lies in the using of these nudes to perpetuate blackmail, exploitation, and sexual violence. These images can also be shared outside of the relationship to third parties which then in Sri Lanka has led to a database been created and circulated. This database has been shared by young men to further their personal collections. There are also recorded cases of parents and concerned adults sharing images feigning shock and sympathy.

Pornography

Pornography broadly refers to visual material containing the explicit description or display of sexual organs or activity, intended to stimulate sexual excitement. It is created, shared, bought and sold like any other commodity. Professional Pornography, often studio productions, include professional/paid actors who have regular health checkups, such as HIV tests. Amateur Pornography involves those who produce and share pornography made in their homes with consenting adults, who are aware that this will be distributed to a larger audience.

Nonconsensual pornography is private material that has been shared without the consent of one or more of the people involved. For example, a picture that a girlfriend may have taken and shared with her intimate partner is sold without her consent to a site where thousands of people access and view it. Nonconsensual pornography is often distributed by individuals seeking profit, who tap into the culture of sharing and collecting nudes. Nonconsensual pornography is also a result of Revenge Porn.

Halder and Jaishankar (2013) define Revenge porn as: “an act whereby the perpetrator satisfies his anger and frustration for a broken relationship through publicizing false, sexually provocative portrayal of his / her victim, by misusing the information that he may have known naturally and that he may have stored in his personal computer, or may have been conveyed to his electronic device by the victim herself, or may have been stored in the device with the consent of the victim herself; and which may essentially have been done to publicly defame the victim”.

Revenge porn, and all forms on nonconsensual pornography, are manifestations of intimate partner and gender-based violence.

Online Grooming

Grooming is a word used to describe people befriending someone, gradually, over a period, to take advantage of them for sexual purposes.

Groomers may use social media networks, gaming platforms, chat rooms, and other online spaces to target victims.

Groomers may also use fake profiles, including fake photographs, fake ages, fake gender, to lure in their victims over a period of time.

Once they have established a rapport or gained the trust of the target, the groomer often steers the conversation towards sexual experiences. They encourage the victim to talk about it, before making them comfortable enough to send a photograph (Nude) or video.

Groomers may use photographs and videos to blackmail and threaten the victim into performing sexual acts and/or rape the victim.

Online groomers are not always strangers. They may have already interacted with the victim socially.



Inquiries:

College of Community Physicians of Sri Lanka

"Wijerama House",

No 6, Wijerama Road, Colombo 07.

Tel: 0114487139

Web: <https://www.ccp.sl.lk>

ISBN: 978-955-7680-04-0



9 789557 680040