டிஜிட்டல் உலகில் பாதுகாப்பாக இருப்போம்

சிறுவர்களினதும் இளைஞர்களினதும் அறிவு, திறன் மற்றும் பயன்பாட்டு விருத்திக்கான வழிகாட்டல்

வளவாளர் கைநூல்

பீஸ் அமைப்பின் வெளியீடு
2019 மார்ச்

PEaCE

Funded by UK Government

ecpat SRI LANKA

வழிகாட்டல்

மொஹமட் மஹ்றூப் – நிறைவேற்றுப் பணிப்பாளர்

தொகுப்பு, திருத்தம் மற்றும் ஒருங்கிணைப்பு

திஸ்ஸ ராஜகுரு

திட்ட முகாமையாளர்

மேனகா ராகவன்

திட்ட அலுவலர்

தேசிய இளைஞர் சேவைகள் மன்ற கௌரவ தலைவர்/பணிப்பாளர் நாயகம் அவர்களின் ஆசியுரை

தேசத்தின் அபிமானம்மிக்க இளைஞர் சந்ததியினருக்குத் தகவல் தொழில்நுட்பத்தையும் மற்றும் ஊடகத்தையும் சரியாகப் பயன்படுத்தும் திறன்விருத்தி மற்றும் தவறான பயன்பாட்டின் பின்விளைவுகளைப் பற்றிய அறிவையும் தெளிவையும் பெற்றுக் கொடுக்கும் நோக்கத்துடன் உருவாக்கப்பட்ட இப்பயிற்சி கைநூலிற்காக எனது மனமார்ந்த வாழ்த்துக்களை மகிழ்ச்சியோடு தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

புதிய உலகின் அறிவு மற்றும் தொழில்நுட்பத்துடன் இணைந்து ஒரே தேசமாக முன்னோக்கிச் செல்லவும், சர்வதேச நாடுகளோடு கைகோர்த்துக் கொள்ளவும் சமூக வலைத்தளங்கள் மூலம் கிடைக்கும் பங்களிப்பு அளப்பரியதாகும். விசேடமாக 21ஆம் நூற்றாண்டில் இரண்டாம் தசாப்தம் நிறைவுபெறும் வேளையில், இளைய சந்ததியோடு இலங்கையின் இளைஞர்களும் நாளுக்கு நாள் மாற்றமடையும் உலகத்துடன் தன்னையும் புதுப்பித்துக் கொண்டு துரிதமாக இணையம், சமூகவலைத்தளங்கள் மற்றும் புதிய தொழிநுட்பத்தைக் கையாள்வதைக் காணக்கூடியதாக உள்ளது.

இது உண்மையாகவே, அபிவிருத்தியடைந்த நாட்டை நோக்கிய ஒரு பயணத்தில் காணக்கூடிய சிறந்த பண்பாகும். இருப்பினும் இளைய பருவத்தினர் இச்சமூக வலைத் தளங்கள் மற்றும் புதிய தொழிநுட்பத்தை முறையாக பயன்படுத்தாமை மற்றும் அது தொடர்பாக அவர்களுக்குள்ள தெளிவான புரிந்துணர்வின்மை காரணமாக சமூகத்தில் பல சிக்கல்கள் உருவாகியுள்ளதென்பது எனது கருத்தாகும். விசேடமாக நேரலை ஊடாக இடம்பெறும் சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் மற்றும் பாலியல் சுரண்டல்கள் துரிதகதியில் அதிகரித்துள்ளதால் இதனை உடனடியாகத் தடுப்பதற்கு முறையான நடவடிக்கை மேற்கொள்ள வேண்டியது சமூகத்தில் அனைத்து மட்டங்களிலும் உள்ளவர்களின் பொறுப்பாகும்.

அதனடிப்படையில், தேசத்தின் அபிமானம்மிக்க இளைய சந்ததியினர் என்ற வகையில் நீங்கள் அனைவரும் தொடர்பாடல் தொழிநுட்பம், சமூகவலைத் தளம் மற்றும் இணையம் என்பனவற்றைத் தனது முன்னேற்றத்திற்காகவும் தேசத்தின் வளர்ச்சிக்காகவும் புரிந்துணர்வோடும், பொறுப்புணர்வோடும் பயன்படுத்த வேண்டும். அதற்கு இக்கைநூலோடு உங்களுக்கு கிடைக்கும் பயிற்சி ஊடாக நீங்கள் இயன்றளவு சமூகத்தில் ஏனையவர்களையும் விழிப்பூட்டி சாதகமான மாற்றம் ஒன்றை ஏற்படுத்த வேண்டும் என்பது எமது எதிர்பார்ப்பாகும். இந்த நூலைத் தயாரித்து இளைஞர் கழகங்களை பிரதிநிதித்துவப்படுத்தும் இளைய சந்ததியினருக்கு இப்பயிற்சியை வழங்க அர்ப்பணிப்புடன் செயற்படும் எங்குமுள்ள சிறுவர்களையும் சூழலையும் பாதுகாக்கும் அமைப்பு (PEaCE)/ECPAT ஸ்ரீலங்காவிற்கு எனது மனமார்ந்த நன்றியைத் தெரிவிக்கின்றேன்.

சட்டத்தரணி வெ.கெ.சு.எரந்திக்க
தலைவர்/பணிப்பாளர் நாயகம்
தேசிய இளைஞர் சேவைகள் மன்றம்

நிறைவேற்றுப் பணிப்பாளரின் செய்தி

எங்குமுள்ள சிறுவர்களையும் சூழலையும் பாதுகாக்கும் அமைப்பு (PEaCE)/ECPAT ஸ்ரீலங்கா அமைப்பானது சிறுவர்களுக்கு எதிராக மேற்கொள்ளும் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் மற்றும் பாலியல் சுரண்டல்களை இல்லாதொழித்தலை தன் பிரதான வேலைத்திட்ட தொனிப்பொருளாகக் கொண்டுள்ளது.

சிறுவர்களை பாலியல் தொழிலில் ஈடுபடுத்துதல், கடத்தல், ஆபாச வெளியீடுகளுக்கும் காட்சிகளுக்கும் பயன்படுத்துதல், தேசிய மற்றும் சர்வதேச சுற்றலாத்துறையில் பாலியல் சுரண்டலுக்கு உட்படுத்துதல், நேரலை ஊடாக பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்கு உட்படுத்துதல், தொழிலாளிகளாகப் பயன்படுத்துதல் மற்றும் இளவயதுத் திருமணம் போன்ற பிரச்சினைகளுக்கு முகம்கொடுத்துள்ள சிறுவர்களை அந்நிலைமைகளிலிருந்து மீட்டெடுத்தல், அவர்களுக்குத் தேவையான ஏற்பாடுகளைச் செய்தல், மற்றும் சமூகமயமாக்கத்திற்காக விசேட வேலைத்திட்டங்களை நடைமுறைப்படுத்தல் போன்ற செயற்பாடுகளை மேற்கொள்கின்றது.

நேரலையைப் பயன்படுத்தி மேற்கொள்ளும் சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் மற்றும் பாலியல் சுரண்டல்கள் என்பது உலகளாவிய ரீதியில் மிக வேகமாக பரவிவரும் ஒரு சமூகப் பிரச்சினை. அதற்காக மிக விரிவான, வலுமிக்க பதில் நடவடிக்கையை மேற்கொள்ளல் அவசியமாக உள்ளது.

'நேரலை ஊடான சிறுவர் பாலியல் சுரண்டலை முடிவுக்குக் கொண்டு வருதல்' (End sexual Exploitation of children Online) எனும் செயற்திட்டத்தை எமது அமைப்பு அமுல்படுத்துகின்றது. இதற்காக பொதுநலவாய (Commonwealth) நிதியத்திலிருந்து ஐக்கிய ராச்சிய அரசு (UK Government) ஊடாக நிதியுதவி கிடைக்கப்பெற்றுள்ளது. இணையத்தைப் பயன்படுத்தி மேற்கொள்ளும் சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் மற்றும் பாலியல் சுரண்டல்களை இல்லாதொழிப்பதற்கு PEaCE அமைப்பின் ஒரு இலக்குக் குழுவாக இளைஞர் சமுதாயத்தைக் குறிப்பிடலாம். திறன் விருத்தி மற்றும் மாற்றத்தை ஏற்படுத்துவதற்கான முன்னோடிகளாக ஒரு குழுவைக் கட்டியெழுப்புதல் எனும் நோக்கத்துடன், மாவட்ட ரீதியில் தெரிவு செய்யப்பட்ட இளைஞர் யுவதிகளுக்கான பயிற்சிகள் நடைபெறுகின்றன. அதற்கான வழிகாட்டியாகவே இந்த கைநூல் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது.

நேரலை, தகவல் தொழில்நுட்பம் அதனோடு தொடர்புள்ள கருவிகளை பயனுள்ள வகையில் கையாளும் விதம், அதனால் ஏற்படக்கூடிய விபரீத விளைவுகள் மற்றும் அச்சுறுத்தல்களிலிருந்து எவ்வாறு விடுபடலாம் என்பவற்றை சிறுவர்களுக்கும் இளைஞர்களுக்கும் வழிகாட்டுவதற்கு இக்கைநூல் உபயோகமாக இருக்கும். இவ்விடயம் தொடர்பாகவும் மற்றும் சிறுவர் பாதுகாப்பு தொடர்பான வளங்கள் தேவையானவர்கள் PEaCE அமைப்பை நாடலாம் அல்லது www.ecpatsrilanka.org என்ற வலைத்தளத்திலிருந்து பதிவிறக்கம் செய்யலாம். இக்கைநூலை வெளியிட பங்களிப்புச் செய்த அனைவருக்கும் எனது மனமார்ந்த நன்றிகள்.

மொஹமட் மஹ்றூப்
நிறைவேற்றுப் பணிப்பாளர்,
PEaCE/ECPAT ஸ்ரீலங்கா

இந்த கைநூல் யாருக்காக?

தொடர்பாடல் மற்றும் தகவல் தொழிநுட்பம் கடந்த பல தசாப்தகாலமாக மிக துரிதமான வளர்ச்சியடைந்து உள்ளதென்பதை நாம் அனைவரும் நன்கு அறிவோம்.

நேரலையின் பயன்பாடு மற்றும் சமூக ஊடக வலையமைப்பின் விரிவாக்கத்துடன் இப்பயணமானது மேலும் வேகமாகியதுடன் அதன் சாதக மற்றும் பாதக விளைவுகள் தனிநபரில் இருந்து உலகளாவிய மட்டம் வரை அனுபவிக்கக் கூடியதாக உள்ளது. விசேடமாக நேரலையோடு தொடர்புடைய சமூக வலைத்தளங்கள் அதனை பெற்றுக்கொள்ளப் பயன்படுத்தும் டிஜிட்டல் கருவிகள் மற்றும் உபகரணங்கள் சிறுவர் மற்றும் இளைஞர்களின் வாழ்க்கையில் ஏற்படுத்தும் நேரடி மற்றும் மறைமுக அழுத்தங்கள் மிக அதிகமாகும். தொழில்சார் மற்றும் கல்விசார் துறைகளில் உச்சத்தை அடைய இளைஞர் யுவதிகளுக்கு தொழிநுட்பம் மற்றும் நேரலை வழிவகுத்துள்ளதோடு, இன்னும் பலரது வாழ்க்கையில் வன்முறை, துஷ்பிரயோகம், துன்புறுத்தல் மற்றும் சுரண்டல் போன்ற இருண்ட பாதாளத்தின் இரையாகவும் மாறியுள்ளது.

இதில், நேரலை ஊடான பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்குள்ளாகும் மற்றும் பாலியல் சுரண்டலிற்கு உட்படும் இணையப் பாவனையாளர்களின் எண்ணிக்கை நாளுக்கு நாள் அதிகரித்த வண்ணம் உள்ளது. எனவே, இளைஞர்களுக்கு அறிவூட்டி அவர்களின் பங்களிப்புடன் இதனைத் தடுப்பதற்கான வேலைத் திட்டங்களை நடாத்துதல், காலத்திற்கேற்ப மிக முக்கியமானதுடன் அவ்வாறான அணுகுமுறைகளினால் பல வெற்றிகரமான பெறுபேறுகளைப் பெற்றுள்ளமையை நாம் அறிவோம்.

இந்த விடயங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு நேரலையில் முறையான பாவனை, அதனைச் சார்ந்து இடம்பெறும் துஷ்பிரயோகங்கள் மற்றும் சுரண்டல்களைத் தடுக்கும் நோக்குடன் தயாரிக்கப்பட்டுள்ள இந்த பயிற்சி வழிகாட்டல் இளைஞர்கள் யுவதிகளுடன் செயற்படும், மற்றும் அவர்களுக்கு பயிற்சியளிக்கும் தொழில் வல்லுநர்களுக்கும், தொண்டர் அமைப்பு பிரதிநிதிகளுக்கும் கைநூலாக பயன்படுத்த முடியும்.

அத்தோடு, இந்த விடயத்தில் ஆர்வமுடைய எவருக்கும் இக் கைநூலை உபயோகிப்பதன் மூலம் பல விடயங்களை கிரகித்துக்கொள்ள முடியும். கைநூலில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள பயிற்சி முறைமை மிக எளிமையானவை. ஆகவே இளவயதுப் பிள்ளைகளை கொண்ட பெற்றோர்களுக்கும் இதனூடாக தன் வீட்டினுள் மற்றும் குடும்பத்தினுள் இது பற்றிய கருத்தாடல்களை நடத்தலாம்.

இந்த கைநூலுக்கு இணையாக இதே விடயம் தொடர்பில், இலங்கையில் சிறுவர் பாதுகாப்பு சம்பந்தமாக ஆர்வத்துடன் செயற்படும் அரச, அரச சார்பற்ற அமைப்புகள் மற்றும் நிறுவனங்களில் பணிபுரியும் தொழில் வல்லுநர்களைப் பயிற்றுவிக்கும் வழிகாட்டியொன்றும் பீஸ் அமைப்பினால் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது.

திஸ்ஸ ராஜகுரு
வேலைத்திட்ட முகாமையாளர்,
PEaCE/ECPAT ஸ்ரீலங்கா

பொருளடக்கம்

முதலாவது பகுதி – பயிற்சி உள்ளடக்கம்

1. முதலாவது அமர்வு

நேரலை ஊடாக இடம்பெறும் சிறுவர் பாலியல் சுரண்டல் பற்றிய அறிமுகம்

1.1. சிறுவர் பற்றிய வரைவிலக்கணம் மற்றும் சிறுபராயம் பற்றிய விளக்கம்
1.2. சிறுவர் உரிமைகள்
1.3. சிறுவர்களுக்கு எதிரான வன்முறை, துஷ்பிரயோகம் மற்றும் சுரண்டல்
1.4. சிறுவர்களை நாம் ஏன் பாதுகாக்க வேண்டும்?
1.5. நேரலை ஊடான சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம்
1.6. இலங்கையில் சமூக வலைத்தள பாவனையும் அதன் தாக்கமும்
1.7. நேரலை ஊடான விளையாட்டுக்கள்
1.8. திரைக்கு அடிமையாகுதல்
1.9. இணையம் ஊடான துன்புறுத்தல் (cyber - bullying)
1.10. நேரலையில் வசப்படுத்தல் (online grooming)
1.11. நிர்வாண காட்சிகளை அனுப்புதல் மற்றும் கசியச் செய்தல்

2. இரண்டாவது அமர்வு

சாதகமான ஆளுமைகளையும் ஆரோக்கியமான உறவுகளையும் கட்டியெழுப்புதல்

2.1. மரியாதை செலுத்துதல்
2.2. சுய கௌரவம்
2.3. சமூக உறவு

3. மூன்றாவது அமர்வு

முறைப்பாடு செய்தலும் உதவியை நாடுதலும்

3.1. சட்டம்
3.2. நேரலை ஊடான சிறுவர் பாலியல் சுரண்டலினால் பாதிப்புக்கு உள்ளானவர்களை இணங்காணல்
3.3. பாதிக்கப்பட்டவரைக் கையாள்வது
3.4. பெற்றோரை அணுக
3.5. நான் இணையம் ஊடான துன்புறுத்தலுக்குள்ளானவர் எனின் ...?
3.6. யாரிடம் முறையிடுவது?

4. நான்காவது அமர்வு

மௌனத்தைக் கலைவோம்

கற்றல் மற்றும் ஊக்குவித்தல்

இரண்டாவது பகுதி – பயிற்சி முறைமை

மூன்றாவது பகுதி – இணைப்பு

முதலாவது பகுதி

பயிற்சி உள்ளடக்கம்

நேரலை ஊடாக இடம்பெறும் சிறுவர் பாலியல் சுரண்டல் பற்றிய அறிமுகம்

1.1. சிறுவர் பற்றிய வரைவிலக்கணமும் சிறுபராயம் பற்றிய விளக்கமும்

ஐக்கிய நாடுகள் சபையின் சிறுவர் உரிமை சமவாயத்திற்கு (1989) ஏற்ப சிறுவர் என்பவர் 18 வயதிற்கு குறைந்த ஒவ்வொரு நபரையும் குறிக்கின்றது. சில சந்தர்ப்பங்களில் நாடுகளின் உள்நாட்டு சட்ட வரைவிலக் கணங்களுக்கு ஏற்ப இந்த வயது எல்லை வித்தியாசப் படலாம். சிறுபராயம் என்பது ஒருவரது வாழ்க்கையின் மிகவும் தீர்க்கமான பருவம்.

அதை வெறுமனே 0–18 வரையில் எண்ணிக்கை அடிப்படையிலான ஒரு கூற்றாக பார்ப்பதை விட மிக ஆழமாகவும் அக்கறையோடும் அவதானிக்க வேண்டும்.

ஒரு நபர் வெற்றிகரமாக வாழ்வதற்கு தேவையான ஆற்றல், மனப்பாங்கு மற்றும் நடத்தை சார்ந்த அபிவிருத்தியின் அடித்தளம் சிறுபராயத்திலிருந்தே ஆரம்பிக்கப்படுகிறது. அது மட்டுமன்றி இந்த அபிவிருத்திச் செயற்பாடானது தாயின் கருவறையிலிருந்து ஆரம்பிக்கப் படுகிறது என்பதே சரியானது. குழந்தையின் மூளை, உடல் மற்றும் உடலில் ஏற்படும் முக்கிய இரசாயன அபிவிருத்தி, மகப்பேற்றுக்கு முன்னைய பருவத்திலேயே இடம்பெறுகிறது.

இவ்வகையில் மகப்பேற்றுக்கு முன்னைய பருவம், மற்றும் பிறப்பிலிருந்து பல பருவங்களில் (உதாரணமாக குழந்தை பருவம், முன்பிள்ளை பருவம், பிள்ளை பருவம், கட்டிளம் பருவம் ஆகியன) ஒரு பிள்ளையின் உடல், உணர்வு, உளவியல், சமூக, அறிவுசார், மொழி மற்றும் தொடர்பாடல் ஆகியன ஒன்றோடொன்று சார்ந்து வெவ்வேறான கோணங்களில் அபிவிருத்தி அடைகின்றது. சிறுவர்களின் ஒவ்வொரு பருவத்திலும் ஏற்படும் ஒருங்கிணைந்த அபிவிருத்தி பற்றி உளவியல், மருத்துவம், சமூகம், கல்வி போன்ற துறைசார் வல்லுநர்கள் மற்றும் ஆய்வாளர்கள் பல்வேறுபட்ட கருத்துக்களைக் கொண்டுள்ளனர்.

மேலதிக கவனத்திற்கு...

- ஒரு குழந்தையின் அபிவிருத்தியானது மகப்பேற்றுக்கு முன் பருவத்திலிருந்து ஆரம்பிக்கின்றது. கற்றல் என்பது பிறப்பிலிருந்து ஆரம்பிக்கின்றது.
- ஒரு குழந்தையின் வாழ்க்கையில் ஆரம்ப வருடங்கள் சில (8 வயது வரை) பிற்காலத்தில் ஏற்படும் அபிவிருத்திக்கு அடிப்படையாகும். எனவே ஒரு குழந்தையின் தேவைகளில் ஆரம்ப காலத்திலேயே கவனம் செலுத்துவது அவசியம்.
- குழந்தையின் அபிவிருத்தியானது ஒன்றோடொன்று ஒருங்கிணைந்த தன்மையை கொண்டுள்ளது. இருப்பினும் அதன் பெறுபேறானது எப்போதுமே சாதகமாக அமையாது.
- தனது அபிவிருத்தி மற்றும் கற்றலின் போது குழந்தைகள் செயற்திறனாளராக பங்களிக்கின்றனர்.
- ஒரு குழந்தையின் அபிவிருத்தி மற்றும் கற்றலானது தான் வாழும் சூழல் சார்ந்த மற்றும் மற்றவர்களோடு இணைந்த செயற்பாட்டின் பெறுபேறாகும்.
- ஒரு குழந்தையின் வாழும் பின்னணி (குடும்பம், சமூகம், கலாச்சாரம் உள்ளடங்கிய) அக்குழந்தையின் அபிவிருத்தியின் தீர்க்கமான காரணியாகும்.

1.2 சிறுவர் உரிமைகள்

தாய் கருவுற்ற காலப்பகுதியிலிருந்து ஒரு குழந்தை 18 வயது வரை பல்வேறுபட்ட பருவங்களில் உடல், உள, சமூக, அறிவுசார், மொழி மற்றும் தொடர்பாடல் போன்ற அபிவிருத்திகளை அடைகின்றது. இவ்வகையில் நிறைவான அபிவிருத்திக்கு அனைத்து சிறுவர்களும் உரிமை பெற்றவர்கள். இந்த உரிமையை நாம் சிறுவர் உரிமைகள் என்கிறோம்.

சிறுவர் உரிமை பற்றிய சமவாயம் (CRC) என்பது, சிறுவர் உரிமை பற்றிய சர்வதேச ரீதியிலான சட்டபூர்வமான ஆவணமாகும். இது சாதி, மதம் மற்றும் திறமைகளின் அடிப்படையில் அல்லாது, சிவில், கலாச்சார, பொருளாதார, அரசியல் மற்றும் சமூக உரிமைகளை உள்ளடக்கியதாக ஒவ்வொரு சிறுவருக்குமான உரிமைகளை தன்னகத்தே கொண்டுள்ளது.

இச் சமவாயம் ஒவ்வொரு சிறுவரினதும் அடிப்படை உரிமைகளை 54 உறுப்புரைகள் மூலம் தெளிவாக விளக்குகின்றது.

இச் சமவாயத்தில் உள்ள உறுப்புரிமைகளை பின்வரும் 4 பிரிவுகளில் உள்ளடக்கலாம்.

- உயிர் வாழ்வதற்கான உரிமை
- பூரண வளர்ச்சியடைவதற்கான உரிமை
- தீங்கு, துஷ்பிரயோகம் மற்றும் சுரண்டப்படுவதிலிருந்து பாதுகாத்துக் கொள்வதற்கான உரிமை
- குடும்ப, கலாச்சார மற்றும் சமூகமய வாழ்க்கையில் பங்கேற்பதற்கான உரிமை

இச் சமவாயத்திலுள்ள 4 அடிப்படையான கோட்பாடுகள் பின்வருமாறு:

- பாரபட்சம் காட்டாதிருத்தல்
- சிறுவரின் உயரிய நலனுக்காக அர்ப்பணித்தல்
- உயிர் வாழ்வதற்கும், பாதுகாப்பிற்கும், அபிவிருத்தி அடைதலுக்குமான உரிமை
- சிறுவரின் கருத்திற்கு மதிப்பளித்தல்

இச் சமவாயத்தில் உள்ளடக்கப்பட்டுள்ள அனைத்து உரிமைகளும் ஒவ்வொரு சிறுவரினதும் மானிட கௌரவம் மற்றும் சரியான அபிவிருத்திக்குமான அம்சங்களை உள்ளடக்கியுள்ளது.

1.3 சிறுவர்களுக்கு எதிரான வன்முறை, துஷ்பிரயோகம் மற்றும் சுரண்டல்

சிறுவர்களுக்கு எதிரான வன்முறை, துஷ்பிரயோகம் மற்றும் சுரண்டல் என்பது உலகளாவிய ரீதியில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் ஒரு பாரிய பிரச்சினையாக உள்ளது. இதனால் சிறுவர்களின் சுகாதாரம், கௌரவம், மற்றும் தனனம்பிக்கையின் வளர்ச்சி பாதிப்படைகின்றன. அத்தோடு அவர்களை ஆபத்துக்கும் அச்சுறுத்தலுக்கும் உள்ளாக்குகிறது.

வன்முறை, துஷ்பிரயோகம், சுரண்டல் இவையனைத்தும் மிகவும் பரந்துபட்ட அளவிலான சொற்கள். அத்தோடு இவை பல அர்த்தங்களை பல்வேறுபட்ட சமூகத்தில் கொண்டுள்ளது. அனைவருக்கும் வன்முறை, துஷ்பிரயோகம் மற்றும் சுரண்டலுக்கு உள்ளாகும் வாய்ப்பு இருந்தாலும் மிகவும் ஆபத்தான அச்சுறுத்தல் சிறுவர்களுக்கே உள்ளது. மேலும், வளர்ந்தவர்களுக்கும் சிறுவர்களுக்கும் இடையே உள்ள உறவில், அதிகாரத்தையும் நம்பிக்கையையும் பொறுப்பையும் தவறாக உபயோகிப்பதால் சிறுவருக்கெதிரான வன்முறை, துஷ்பிரயோகம் அல்லது சுரண்டல் இடம்பெறுகின்றது.

சிறுவருக்கெதிரான எந்தவொரு வன்முறையும் நியாயப்படுத்த முடியாதது. சிறுவரை பாதுகாப்பது அனைவரினதும் பொறுப்பாகும். சிறுவருக்கெதிரான வன்முறை ஒருபோதும் சிறுவரின் தவறால் இடம்பெறுவதில்லை. உடல், உள, பாலியல் ரீதியாக துஷ்பிரயோகிக்கப்படல், அரவணைப்பின்றி கைவிடப்படல், அல்லது புறக்கணிக்கப்படல் என அவர்களுக்கேற்படும் ஆபத்து, அச்சுறுத்தல்கள் பல்வேறு வகையாகக் காணப்படுகின்றன.

சிறுவருக்கெதிராக மேற்கொள்ளும் எவ்விதமான உடல் சார்ந்த பாதிப்பும் விபத்தை தவிர்த்து, ஏனைய உடல், உள ரீதியாக பாதிக்கப்படல் துஷ்பிரயோகமாக கருதப்படும். சிறுவருக்கெதிராக உள ரீதியில் மேற்கொள்ளும் பாதிப்பான நடத்தைகள் உணர்வு சார்ந்த துஷ்பிரயோகமாக பரிணமிக்கிறது. இதனால் சிறுவர்களின் தன்மானத்திற்கு இது தொடர்ந்தும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும். இது சுயாதீனமாகவும் உடல் மற்றும் பாலியல் போன்ற துஷ்பிரயோகத்தின் பிரதிபலனாகவும் ஏற்படலாம்.

சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் என்பது ஒரு சிறுவருடைய ஒப்புதலுடனோ அல்லது அவரை கட்டாயப்படுத்தியோ இடம்பெறும் பாலியல் நடத்தை அல்லது பாலியல் செயற்பாடு. இது ஒரு ஆண், பெண் அல்லது சிறுவராலும் கூட நடைபெறலாம். இது தொடுகை அல்லது தொடுகை அல்லாத முறைகள் மூலம் இடம்பெறலாம்.

சிறுவரை அரவணைப்பின்றி கைவிடும் போதும், அவர்களைப் புறக்கணிக்கும் போதும் அவர்களுக்கு போதுமான அடிப்படைத் தேவைகளுக்கான வாய்ப்புகள் இழக்கப்படுகின்றது. மருத்துவ பாதுகாப்பு, புற அழுத்தங்களிலிருந்து பாதுகாப்பு, அன்பு, ஏற்றுக்கொள்ளல் ஆகியவற்றைத் தேவையான வகையில் பெற்றுக்கொடுக்காமை அவர்களின் சிறந்த உடல், உள அபிவிருத்திக்குப் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்.

1.4 சிறுவர்களை நாம் ஏன் பாதுகாக்க வேண்டும்?

சிறுவர்கள் உடல், உள துஷ்பிரயோகம் காரணமாக மது, போதைப்பொருள் மற்றும் குற்றச்செயல்களில் ஈடுபடுதல், கடத்தப்படுதல், இளவயதுக் கர்ப்பம், தற்கொலை போன்றவற்றிற்கு உள்ளாக்கப்படலாம். இத்தகைய பயங்கரமான நிலைமைகள் சிறுவரின் நல் வாழ்விற்கு மட்டுமல்ல, நாட்டின் எதிர்காலத்திற்கும் நீண்டகால அச்சுறுத்தலாகத் தொடரும். இது நேரலையிலும் நேரலையில் இணையாத நிலையிலும் சிறுவர் பாலியல் சுரண்டலால் ஏற்படும் பாதிப்பிற்கு பெரும் பங்கு வகிக்கின்றது.

1.5 நேரலை ஊடான சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம்

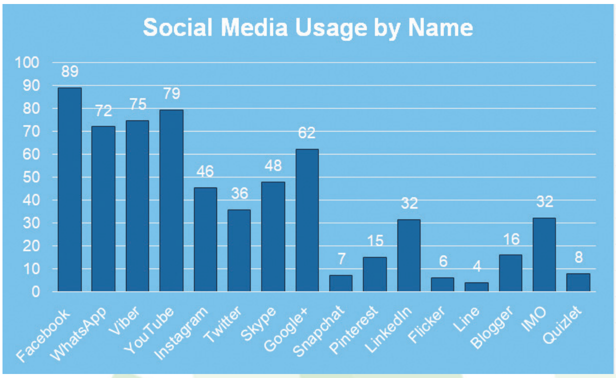
நேரலை ஊடான சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் நேரலை ஊடான சிறுவர் பாலியல் சுரண்டல் என்பது தகவல் தொடர்பாடல் தொழிநுட்பத்தை அல்லது இணையத்தைப் பயன்படுத்தி சிறுவரைப் பாலியல் சுரண்டலுக்கு உட்படுத்தலாகும்.

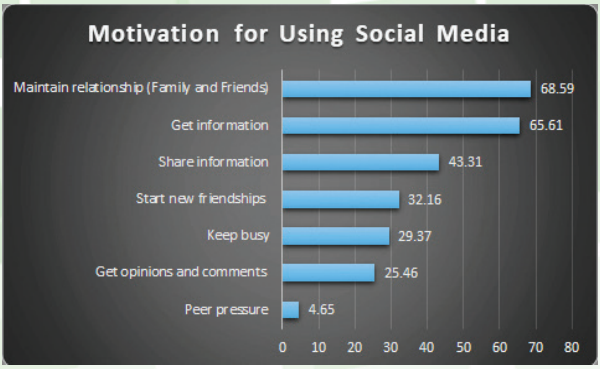
இது இணையத் தொடர்பு, காணொளி (video) மற்றும் இணையப்படக் கருவி கொண்ட மடிக்கணினி (laptop with webcam), திறன் பேசி (smart phone), டெப்லட் (tablet), போன்ற சாதனங்கள் ஊடாக சிறுவரைப் பாலியல் சுரண்டலுக்கு உள்ளாக்குதலாகும். நேரலை சிறுவர் பாலியல் சுரண்டலாவது சிறுவர் பாலியல் சுரண்டல் மற்றும் துஷ்பிரயோக ஆவணங்களைப் பகிர்தல், பதிவேற்றுதல் மற்றும் அதனைக் கொண்டு இணையம் மூலம் அல்லது இணையத்திற்கு வெளியே நேரடியாக தமது பாலியல் அபிலாஷைகளுக்கு இணங்கச் செய்தல். இதன்போது, சிறுவர் வசப்படுத்தல், இணையம் ஊடான துன்புறுத்தல், பாலியல் துஷ்பிரயோகம், பாலியல் சுரண்டல், உளரீதியான துஷ்பிரயோகம் போன்றவையையும் எதிர்கொள்ளலாம்.

தொழிநுட்ப வளர்ச்சியை நோக்கும் போது 2017ஆம் ஆண்டிலிருந்து சிறுவரிடையே இணையத்துடனான தொடர்பு வேகமாக அதிகரித்துள்ளது. UNICEF நிறுவனத்தின் அறிக்கையின்படி 11 வயது தொடங்கி 18 வரையிலான சிறுவர்களில் 53 சதவீதமானவர்கள் இணையத்தை உபயோகிப்பதாக கண்டறியப்பட்டுள்ளது. அதற்கேற்ப இலங்கையில் சிறுவர் நேரலை துஷ்பிரயோகத்திற்கு எதிராக பதிவு செய்யப்பட்ட வழக்குகள், சர்வதேச வழக்குகளுக்கு நிகராக அதிகரித்துக் காணப்படுவதுடன், இலங்கையில் 2017ஆம் ஆண்டு இணையத்தோடு தொடர்பான 92 வழக்குகள் பதியப்பட்டுள்ளது. (NCPA புள்ளிவிபரம்)

1.6 இலங்கையில் சமூக வலைத்தள பாவனையும் அதன் தாக்கமும்

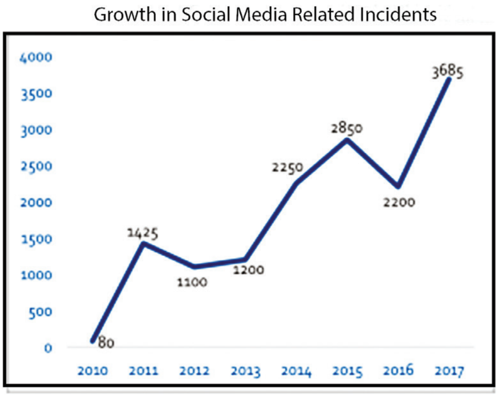
அவசரகால கணினி மற்றும் தயார்நிலைக்குழு (Sri Lanka CERT), 2017ஆம் ஆண்டு இலங்கையிலுள்ள 16 தொடக்கம் 30 வயதிற்கிடையிலான இளைஞர்கள் மத்தியில் ஓர் ஆய்வை மேற்கொண்டது. இது சமூக வலைத்தளங்கள் தொடர்பான பாதுகாப்பு மற்றும் இரகசியத் தன்மை பற்றிய ஆய்வாகும். இந்த ஆய்வின் மூலம் இலங்கையில் உள்ள இளைஞர்கள் Facebook, WhatsApp, Viber, Google+, Skype, Twitter, Snapchat, Pinterest, Flicker, Line, Blogger, Imo, YouTube, Linkedin மற்றும் Instagram போன்ற பல சமூகவலைத் தளங்களைப் பரந்தளவில் பயன்படுத்துவது அறியப்பட்டுள்ளது. இதில் Facebook மிகவும் பிரபலமான சமூக வலைத்தளமாக கணிக்கப்பட்டுள்ளது.





கிடைக்கப்பெற்ற தகவல்களின் படி இலங்கையில் இளைஞர், யுவதிகள் சமூக வலைத் தளங்களைப் பயன்படுத்துவதற்கு அடிப்படைக் காரணம், உறவுத் தொடர்புகளைப் பேணுவதற்காகும். அதாவது 68 சத வீதமானவர்கள் தனது நண்பர்கள் மற்றும் குடும்பக் கட்டமைப்போடு நெருக்கமாக இருப்பதற்காக பயன்படுத்துகிறார்கள். மேலும் 66 சத வீதமானவர்கள் தகவல்களை அறியவும் 43 சதவீதமானவர்கள் புகைப்படங்களையும், பல்லூடக அம்சங்களை பகிர்ந்து கொள்ளவும் உபயோகிக்கின்றனர். மற்றும் 32 சத வீதமானவர்கள் நட்புறவை கட்டியெழுப்பவும் 29 சதவீதமானவர்கள் பொழுதுபோக்கிற்காகவும் சமூகவலைத்தளங்ளை பயன்படுத்துகின்றனர். மேலும் 5 சதவீதமானவர்கள் தங்கள் சகாக்களின் அழுத்தத்தினால் சமூக வலைத்தளங்களைப் பயன்படுத்துகின்றனர்.

அதேபோல் இலங்கையிலுள்ள 50 சதவீதமான இளைஞர், யுவதிகள் சமூக வலைத்தளங்களை சராசரியாக ஒன்று முதல் ஐந்து மணி நேரம் வரை பயன்படுத்துவதாக அறியப்பட்டுள்ளது. 10 சத வீதமானவர்கள் நாளொன்றுக்கு 6 மணி நேரத்திற்கு மேல் சமூக வலைத் தளங்களைப் பயன்படுத்து கின்றனர். மற்றும் 40 சத வீதமானவர்கள் நாள் ஒன்றுக்கு ஒரு மணி நேரத்திற்கும் குறைவாக சமூக வலைத்தளங்களைப் பயன்படுத்துகின்றனர்.



1.7 நேரலை ஊடான விளையாட்டுக்கள்

நேரலையைப் பயன்படுத்தி அல்லது கணினி வலைத்தளமொன்றைப் பயன்படுத்தி விளையாடும் காணொளி விளையாட்டுக்களே நேரலை விளையாட்டுக்கள். நேரலை விளையாட்டுக்களை கணினி, மடிக்கணினி, மற்றும் விளையாட்டுத்தளங்கள் (Xbox, PlayStation) போன்ற நடமாடும் கருவிகளைப் பயன்படுத்தி விளையாடலாம். இவை பரந்துபட்டு விஸ்தீரமாகக் காணப்படுகின்றது. அதாவது ஒரு தனிநபராக மேற்கொள்ளும் மூலோபாய விளையாட்டுக்கள் மற்றும் ஒரே நேரத்தில் பல பேர் இணைந்து விளையாடக்கூடிய விளையாட்டுக்கள் என்பனவாகும். இவ் விளையாட்டுக்களின் வடிவமானது மிக எளிமையான சொற்களைக் கொண்ட சூழலில் இருந்து சிக்கலான உருவங்கள் மற்றும் கற்பனை உலகம் வரை விரிவாக்கமடைகின்றது. சமூகத்தில் நிஜமாகவே இடம்பெறும் விளையாட்டுக்களை மற்றும் நிஜமாக சமூகத்தில் வாழும் மனிதர்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு நடைபெறுவதோடு, நேரலை விளையாட்டுக்கள் இடம்பெறுவது அந்த நேரலையில் இணைந்திருக்கும் குறிப்பிட்ட நபர்களோடு மட்டுமேயாகும்.

இவ் விளையாட்டுக்கள் ஊடாக இடம்பெறும் தொடர்புகளானது இணையவெளியில் மேற்கொள்ளும் சுரண்டல்கள், துன்புறுத்தல்கள், வன்முறைகள் போன்ற குற்றங்களுக்கான சூழலை உருவாக்கும் போக்குடையதாகும். இருவர் அல்லது ஒரு குழுவாக விளையாடும் விளையாட்டுக்கள் அனேகமாக நேரலை ஊடாக இடம்பெறும் வசப்படுத்தல் மற்றும் பிற்காலத்தில் நேரலையை பயன்படுத்தி அல்லது நேரலைக்கு வெளியே மேற்கொள்ளும் சிறுவர் பாலியல் சுரண்டல்களுக்கும் வழிவகுக்கலாம்.

நேரலை விளையாட்டுக்கள் கட்டுப்பாடின்றி காணப்படுகின்றமையால் சிறுவர்களின் வாழ்க்கையில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தலாம். உதாரணமாக இவ் விளையாட்டுக்களுக்கு அடிமையானோர் நீண்ட நேரத்தை அதற்காகச் செலவிடுவதால் தமது தனிப்பட்ட வாழ்க்கையில் உறவுகளை உதாசீனப்படுத்துவதோடு சில சமயங்களில் உறவுகளைக் கைவிடவும் செய்கின்றனர். மேலும் இவர்களுக்கு காத்திரமான சமூக ஆற்றல்களை வளர்த்துக்கொள்ளவும் காலப்போக்கில் சமூகத் தொடர்புகளை ஏற்படுத்திக்கொண்டு இன்னும் மேம்படுத்திக்கொள்ளவும் முடியாமல் போகலாம்.

உடல் ரீதியிலான பாதிப்புகளாக மணிக்கட்டு வலி, ஒற்றைத் தலைவலி, நித்திரையின்மை, முள்ளந்தண்டு உபாதைகள், ஒழுங்கற்ற உணவுப் பழக்கங்கள் மற்றும் தனிநபர் சுகாதாரப் பழக்க வழக்கங்களில் பின்னடைவு ஆகியன அடங்கும். சில காணொளி விளையாட்டுக்களால் தனி நபரில் ஏற்படும் தாக்கங்கள் சமூகத்தில் வேறு பல பின்விளைவுகள் ஏற்படுவதற்கு காரணமாக அமையும். உதாரணமாக இவர்கள் நெடுநேரம் நித்திரையின்றி விளையாட்டிலேயே இருப்பதால் குழப்பமான மனநிலை ஏற்பட்டு வேறு வேலைகள் செய்ய கஷ்டப்படுவார்கள்.

1.8 திரைக்கு அடிமையாகுதல்

திரைக்கு அடிமையாகுதல் மிக யதார்த்தமாக நடைபெறும் ஒரு விடயம். சிறுவர்கள் நேரலையில் அதிக நேரத்தைச் செலவிடுவது அவர்களின் மூளையின் வளர்ச்சிக்கு பாதகத்தை ஏற்படுத்தும். மேலும், நேரலை ஊடான பாலியல் சுரண்டலுக்குட்படும் ஏதுநிலை அதிகம் என்பதை அவர்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

திரைக்கு அடிமையாகுதல் தொடர்பான பொதுவான பண்புகள் சில கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

- **திரைப் பயன்பாட்டைக் கட்டுப்படுத்த முடியாமை:** சிறுவர்கள் கணினி உபரி பாகங்களை (computer accessories) பயன்படுத்துதலை நிறுத்த முடியாமல் போவதை ஆய்வாளர்கள் “கட்டுப்பாட்டுத் தோல்வி” என குறிப்பிடுகின்றனர்.
- **ஏனைய செயற்பாடுகளில் ஈடுபட விருப்பம் இல்லாமல் போதல்:** எண்ணியல் (digital) உபரிபாகங்களை பயன்படுத்துவதற்கு அதிக நேரம் செலவிடுவதால் பொழுதுபோக்கு அம்சங்களான வாசிப்பு மற்றும் விளையாட்டுகளுக்கு செலவிடும் நேரம் குறைவடையும்.

- **சமூகமயமாக்கம் தொடர்பாக தாக்கங்களை ஏற்படுத்தும்:** நேரலையில் செலவிடும் நேரம் நபர்களுக்கிடையேயான உறவிற்குத் தடை ஏற்படுத்தும்.
- **பின்னடைவிற்கான பண்புகள் காணப்படல்:** கணினியோடு தொடர்புடைய இலத்திரனியல் உபகரணங்களைப் பயன்படுத்த முடியாமல் போகும் போது கோபம், பதற்றம், மற்றும் உணர்ச்சிவசப்படுதல் போன்றவை ஏற்படும்.
- **ஏமாற்றுதல்:** இலத்திரனியல் உப கரணங்கள் பயன்படுத்துவதையும் அதன் தன்மையையும் பெற்றோரிடம் மறைக்க முற்பட்டால் அவர்கள் அதிகளவில் அவற்றைப் பயன்படுத்துவதை குறிக்கின்றது.
- **உள ரீதியிலான உந்துதலாக உணர்தல்:** ஆய்வாளர்களின் கூற்றின்படி யாரொருவர் சோம்பலாகவும் ஆர்வமற்ற நிலையிலும் நாட்களை கடத்துகிறாரோ அவர் சமூகவலைத் தளங்களில் அதிகமாக நேரத்தை செலவிடுபவராகவும் நேரலையில் விளையாடுபவராகவும் அல்லது தொலைபேசியில் அதிகம் ஆர்வமுள்ளவராகவும் இருப்பின் அவர் அதிளவில் திரைக்கு அடிமையாகி உள்ளார் எனக் கருதலாம்.

1.9 இணையம் ஊடான துன்புறுத்தல் (cyber - bullying)

இணையம் ஊடான துன்புறுத்தல் என்பது சமூக வலைதளங்களில் தீங்கையும் சங்கடத்தையும் ஏற்படுத்தும் செயல்கள். தனிப்பட்ட ஆவணங்களைப் பகிர்வது அல்லது பதிவேற்றுவது, அல்லது தகவல் தளங்களில் நேரடியாகவே பலவீனமானவரை இலக்கு வைப்பது, அச்சுறுத்துவது போன்ற கொடூரமான செயல்களாகும்.

இணையம் ஊடான துன்புறுத்தல் பல வழிகளில் நிகழலாம். அவற்றில் கீழ் காண்பவையும் அடங்கும்

- **தொல்லை கொடுத்தல்:** தொடர்ந்து வெறுப்புமிக்க, அவதூறை ஏற்படுத்தும் தகவல்களை அனுப்புதல்.
- **இழிவுபடுத்தல்:** நேரலையில் ஒருவரை இகழ்ந்து பேசுதல். சமூகவலைத் தளத்தில் ஒருவரின் நன்மதிப்பையும் நட்பையும் சிதைக்கும் வண்ணம் அவதூறு அல்லது வதந்தியைப் பரப்புதல் அல்லது பதிவேற்றுதல்.
- **ஆள்மாறாட்டம்:** வேறொருவரைப் போல் நடித்து ஆவணங்களைப் பகிர்வதன் மூலம் ஒருவரை ஆபத்து அல்லது பிரச்சினைகளுக்கு உள்ளாக்குதல் அல்லது அவரின் நற்பெயரையும் நன்மதிப்பையும் சிதைத்தல். ஒருவரின் மரியாதையைக் கெடுப்பதற்காக சமூகவலைத் தளத்தில் போலிக் கணக்குகள் உருவாக்குதல்.
- **கசிய விடுதல்:** ஒரு நபரின் தனிப்பட்ட தகவல்களை அல்லது படங்களை, இணையத்தில் பதிவிடுதல்.

- **இணையம் ஊடாகப் பின்தொடர்தல்:** நேரடியான தகவல் அனுப்புதல் மூலம், சமூகவலைத்தளத்தில் அச்சுறுத்தும், அவமதிக்கும் அல்லது பயத்தை ஏற்படுத்தும் தகவல்களைக் கொண்டு மீண்டும் மீண்டும் கடுமையாக நேரலையில் தொல்லை கொடுத்தல் நேரலை மூலமாக இணையத் துன்புறுத்தலுக்கான ஆரம்ப உரையாடல் இடம்பெறுவதால் சக வயதினரிடையே பாதிக்கப்பட்ட நண்பரை பின்வரும் சில வழிகளூடாக இனங்காணலாம்.
- குறுந்தகவல், உடனடித் தகவல், மின்னஞ்சல் வரும் போது பதற்றத்தில் இருப்பர்.
- ஒருவர் அருகில் நடமாடுகையில் கருவியை நிறுத்தல் அல்லது திரையை மாற்றுதல்.
- மற்றவர்கள் பார்க்கக் கூடிய இடங்களில் கருவியை பயன்படுத்தாதிருத்தல்.
- குறிப்பாக நேரலையில் தொடர்புபட்டவுடன் இனம்புரியாத கோபம் அல்லது மனவழுத்தம் தென்படல்.
- தாம் விரும்பிப் பார்க்கும் அம்சமாக இருப்பினும் அதனைத் திடீரென நிறுத்தி விடுதல்.

- குடும்ப வாழ்விலிருந்தும், நண்பர்களிடம் இருந்தும் விலகிக் கொள்ளுதல்.

1.10 நேரலையில் வசப்படுத்தல் (online grooming)

தெரியாத சிறுவருடன் நேரலையில் அறிமுகமாகிக் கொண்டு படிப்படியாக சிறிது காலம் ஏமாற்றி நட்புறவு போல் பழகிவிட்டு, அதன் பின் பாலியல் ரீதியாக அவர்களை செயற்படுத்துவது நேரலையில் வசப்படுத்தல் ஆகும். இவ்வாறு தந்திரமாக ஏமாற்றுபவர்கள் சமூக வலைத் தளங்கள், விளையாட்டுத் தளங்கள், கலந்துரையாடல் தளங்கள் மற்றும் ஏனைய நேரலை வழிமுறைகளைப் பயன்படுத்தியே தங்களுடைய இலக்கிற்கு உரிய நபர்களை அடைகின்றனர்.

இவர்கள் போலியான புகைப் படங்கள், வயது மற்றும் மாற்றுப் பால் நிலை கொண்ட போலிக்கணக்குகள் மூலம் குறிப்பிட்ட சில காலத்திற்கு அவர்களின் நம்பிக்கைக்கு உரியவரா கின்றனர். வசப்படுத்துபவர்கள் இலக்குக் குரிய நபரை நம்ப வைத்த பின் தங்களது பாலியல் அனுபவம் பற்றி உரையாடுவர். அவர்களையும் அதைப்பற்றி பேச வைப்பர். இது அவர்கள் தயக்கமின்றி தங்கள் புகைப்படம் மற்றும் காணொளிகளை அனுப்பச் செய்வதற்கு கையாளப்படும் தந்திரமாகும். பாலியல் வசப்படுத்துவோர் பின்னர் அப்புகைப்படங்களை அல்லது காணொளிகளை இணையத்தில் பகிர்வதற்கு பயன்படுத்துவது மட்டுமல்லாமல் அவர்களைப் பாலியல் நடவடிக்கைகள் மற்றும் வல்லுறவில் ஈடுபடுத்துவதற்கு முயற்சிப்பர் அல்லது கப்பம் கோரி அச்சுறுத்தவும் பயன்படுத்துவர். நேரலையில் வசப்படுத்துவோருக்கு பொருளாதார ரீதியான நோக்கமிருக்குமானால் பணம், நகை அல்லது

விலைமதிப்பான பொருட்களை கப்பமாக சம்பந்தப்பட்டவரிடம் கேட்டு அச்சுறுத்துவார்கள். யாரும் யாரையும் நேரலையில் வசப்படுத்தலாம். வசப்படுத்துபவர் ஒரு உணர்வுபூர்வமான தொடர்பை மற்றொருவருடன் ஏற்படுத்தி பின்வருவனவற்றை செயற்படுத்த முயல்வார்.

- நேரலையில் பாலியல் கலந்துரையாடல்களை மேற்கொள்ளல் அல்லது குறுந் தகவல்களை அனுப்புதல்.
- செக்ஸ்டிங் (sexting) என்றழைக்கப்படும் ஆபாசத் தொடர்பாடல் மற்றும் அவர்களின் நிர்வாணப் புகைப்படங்களைப் பரிமாறல்.
- அவர்களின் பாலியல் ரீதியான காணொளிகளை அனுப்புதல்.
- இணைய படக்கருவியைக் (webcam) கொண்டு பாலியல் ரீதியான நேரடி ஒளிபரப்பில் ஈடுபடல்.
- பின்னர் நேருக்கு நேர் தனிப்பட்ட முறையில் சந்திப்பதற்கு வற்புறுத்தல்.

இவர்கள் இள வயதினராகவோ அல்லது முதிர்ந்தவர்களாகவோ, ஆணாகவோ அல்லது பெண்ணாகவோ இருக்கலாம். இதில் முக்கியமாக அறிய வேண்டியது என்னவென்றால் இவர்கள் உள்நாட்டிலோ அல்லது வெளிநாட்டிலோ உள்ளவராக இருக்கலாம். அதனால் முன்பின் தெரியாத ஒருவரிடம் உரையாடும் போது மிகவும் எச்சரிக்கையோடு சிந்தித்து செயற்பட வேண்டும்.

தற்காலத்தில் அநேகமானோர் இணையத்தில் ஒருவரோடொருவர் பேசுகின்றனர். இது உறவுகளைப் பேணுவதற்கு சிறந்ததொரு முறையாகும். சில வேளைகளில் புதிய நண்பர்களை பெற்றுக் கொள்வதற்கு நல்லதொரு வழியாக இருக்கலாம். எனினும் முன்பின் அறியாத ஒருவரிடம் பேசும் போது இருக்கும் ஆபத்துக்களை அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

வசப்படுத்துவோர் பாதிக்கப்பட்டவருடன் சமூக ரீதியில் ஏற்கனவே தொடர்பு கொண்டவராக இருக்கலாம். இவர்கள் இணையத்தில் பாதிக்கப்பட்டவருடைய நம்பிக்கைக்குரியவராவதற்கு பின்வரும் வழிகளையும் கையாள்வர்.

- வேறொருவரைப் போல் நடிப்பது. உதாரணம்: நேரலையில் தான் அவர்களுடைய சமவயதையொத்தவர் என்று கூறுவது.
- அறிவுரை சொல்வது அல்லது புரிந்துணர்வோடு நடப்பது.
- பரிசுப் பொருட்கள் பெறுவதற்கு வழிசெய்வது.
- அக்கறை காட்டுவது போல நடந்து நம்பிக்கை ஊட்டுவது.
- தமது பதவியையும் செல்வாக்கையும் பயன்படுத்துவது.

1.11 நிர்வாண காட்சிகளை அனுப்புதல் மற்றும் கசியச் செய்தல்

ஏன் நிர்வாணக் காட்சிகளை பரிமாறிக்கொள்கிறார்கள்?

நிர்வாணக் காட்சிகளை பரிமாறிக் கொள்வதற்கு அநேகமாக நம்பிக்கையும் அன்பும் அடிப்படை காரணமாக அமைவதாக இனங்காணப்பட்டுள்ளது. இவ்வாறான புகைப்படங்கள் மற்றும் காணொளிகள் அன்பு மற்றும் நம்பிக்கையின் சின்னங்களாகக் கொண்டு அவர்களுக்கு இடையே பரிமாறப்படுகின்றது. அத்தோடு, இவ்வாறு பரிமாறிக்கொள்ளுதல் உறவினை மேலும் வலுவூட்ட தேவையான ஒரு முக்கிய அம்சமென தவறாகக் கருதி ஊக்குவிக்கப்படுகிறது.

கட்டிளம் பருவத்தின் ஆரம்பத்தில் ஏற்படும் பாலியல் தேவைகள், வெறுப்பு மற்றும் கவர்ச்சி காரணமாகவும் புகைப்படங்கள் பரிமாறிக் கொள்ளுதல் இடம்பெறலாம்.

இருவரிடையே உள்ள இடைவெளி அதிகரிக்கும் போதும் பாலியல் தொடர்புகள் ஏற்படுத்திக் கொள்ள சந்தர்ப்பம் இல்லாத போதும் இவ்வாறான புகைப்படங்கள் பரிமாறிக் கொள்ளப்படுவதாகவும் காணொளிகளூடாக பாலியல் திருப்தியை அடைய முற்படுவதாகவும் இனங்காணப் பட்டுள்ளது. காமத்தைத் தூண்டும் வகையிலான காட்சிகள் தாராளமாகக் கிடைத்தலும், இளம் குழுக்களில் உள்ள அழுத்தம் மற்றும் கலாச்சாரத் தடைகள் போன்ற வெளிவாரியான காரணிகள் காரணமாகவும் இந்த பரிமாற்றங்கள் வலுவடையலாம். உதாரணமாக நண்பர்களிடையே இவ்வாறான விடயங்கள் நடைமுறை போக்காக இருப்பதால் மற்றவர்களும் அவ்வாறு தங்கள் காதலிக்கு அல்லது காதலனுக்கு நிர்வாணப் புகைப்படங்களை அனுப்ப நிர்ப்பந்திக்கப்படுகிறார்கள்.

ஏதேனும் ஒரு உறவில் உள்ள தன்மை மற்றும் தேவைக்கேற்ப இவ்வாறான பரிமாற்றங்கள் இடம்பெறலாம். உதாரணமாக ஒருவர் நிர்வாணப் புகைப்படங்களை பரிமாறிக்கொள்ளாமல் விட்டால் அவ் உறவினை துண்டிக்கப் போவதாக நிர்ப்பந்திக்கப்படுகின்றனர். தான் நேசிக்கும் ஒருவர் இன்னொருவரோடு உறவை ஏற்படுத்திக்கொள்ளப் போவதாக மிரட்டுவதால் மற்றும் பாலியல் திருப்தியை அடைவதற்கு இன்னொருவரை நாடிச்செல்வதைத் தடுப்பதற்காக புகைப்படங்களைப் பரிமாறி கொள்கின்றனர்.

நிர்வாணக் காட்சிகளை கசியச் செய்வது ஏன்?

புகைப்படங்களை மூன்றாம் தரப்பினருக்கு அடிக்கடி கசியச் செய்வதன் காரணம் பழிவாங்குதலை அல்லது இலாபத்தை நோக்கமாகக் கொண்டது. பழிவாங்கும் தேவை ஏற்படுவது பொதுவாக ஒரு தொடர்பு முறிக்கப்பட்ட நிலையில் அந்த நபர்களுக்கு ஏற்படும் வெறுப்பு மற்றும் கோபம் காரணமாகவேயாகும். இதில் வியப்பிற்குரிய விடயம் என்னவெனில், சில சந்தர்ப்பங்களில் பாதிக்கப்பட்டவரின் குடும்ப உறுப்பினர் ஒருவரைப் பழிவாங்கும் நோக்கிலும் இந்த புகைப்படங்களைக் கசியச் செய்கின்றனர்.

இந்த புகைப்படங்களை, அறிமுகமில்லாத நபர்களுக்கு மட்டுமின்றி பணம் சம்பாதிக்கும் நோக்கத்துடன் ஆபாச வலைத்தளங்களுக்கும் அனுப்புகின்றனர். அவ்வாறான புகைப்படங்களை விற்பனை செய்வதன் காரணமாக நிர்வாணக் காட்சிகளை கசியச் செய்வது பாரியளவு

அதிகரித்துள்ளது. இது இலங்கையில் ஆபாச திரைப்படக் காட்சிகள் தயாரிக்கும் துறையை தேவையற்ற வகையில் ஊக்குவிப்பதாக இனங்காணப்பட்டுள்ளது.

இப்புகைப்படங்களை நண்பர்களிடையே பகிர்வதனால் தன்னம்பிக்கை மற்றும் புகழை அதிகரித்துக் கொள்ள ஒரு வழியாக உள்ளதாக கண்டறியப்பட்டுள்ளது. சிலர் தனது காதலன்/காதலியின் அழகை தன் நண்பர்களுக்கு காண்பிப்பதற்கு ஆர்வம் கொண்டுள்ளனர். அவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் குறிபிட்ட நபருக்கு புகைப்படங்களைக் கசியச் செய்யுமாறு வற்புறுத்திய சம்பவங்களும் இடம்பெற்றுள்ளது.

சில சந்தர்ப்பங்களில் ஒரு தொடர்பைத் துண்டிக்க வேண்டியிருக்கும் போது இவ்வாறு புகைப்படங்கள் கசியவிடப்படுகின்றது. ஒரு நபர் ஒருவருடன் உள்ள உறவை தொடர விரும்பாத சந்தர்ப்பங்களில் அவரின் காதலன்/காதலியின் புகைப்படங்களைக் கசியச் செய்ய வாய்ப்புண்டு. அவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் அந்நபர் பாதிக்கப்பட்டவரிடம் புகைப்படங்களைக் கசியச் செய்வதாக மிரட்டி, அவரை அச்சுறுத்தி, அவமானப்படுத்திய சம்பவங்களுமுண்டு.

ஒரு நபருக்கு தொழிநுட்பம் மற்றும் சமூக வலைத்தளங்கள் தொடர்பாக உள்ள அறிவுப் பற்றாக்குறை மற்றும் கவனயீனம் காரணமாகவும் இவ்வாறான விடயங்கள் எளிதாக இடம்பெறலாம். சட்டம் மற்றும் சமூக பின்விளைவுகளைப் பற்றிய அறிவின்மையும் இவ்வாறான நடத்தைக்குக் காரணமாக அமைகின்றது.

இதனைத் தவிர, ஒரு நபரின் திறன்பேசியில் (smart phone) அவரின் அனுமதியின்றி உட்புகுதல் அல்லது நம்பகத்தன்மை இல்லாத தொலைபேசி திருத்தும் இடங்களுக்கு தனது தொலைபேசியைக் கையளிப்பது மூலமாகவும் இப்புகைப்படங்கள் கசியலாம். தொழிநுட்பத்தின் வளர்ச்சியுடன், ஒரு கருவியிலுள்ள தரவுகளை இலகுவில் திருடக் கூடிய வகையில் மென்பொருட்கள் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளதுடன், ஒரு நபரால் அழிக்கப்பட்ட தரவுகளைக் கூட இலகுவில் மீளப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

குற்றவாளிகள் பாதிக்கப்பட்டவரிடம் தாம் பெற்ற புகைப்படங்களை கசியச் செய்வதாக மிரட்டி பாலியல் இலஞ்சம் கேட்டு வற்புறுத்தி இறுதியில் பணம் பறிக்கும் உபாயங்களையும் மேற்கொள்கின்றனர்.

சாதகமான ஆளுமையையும் ஆரோக்கியமான உறவையும் கட்டியெழுப்புதல்

2.1 மரியாதை செலுத்துதல்

ஒருவருடைய குணங்கள், திறமைகள் அல்லது சாதனைகள் ஆகியவற்றால் அவர்மீது ஏற்படும் ஆழ்ந்த பெருமிதம் கொண்ட ஒரு உணர்வே மரியாதையாகும். மேலும் மற்றவர்களிடம் காணப்படும் வேறுபாடுகளை ஏற்கும் மனப்பான்மையையும் மரியாதை எனக்கூறலாம். மாற்றங்களையும் அனுசரித்துக் கொண்டு முரண்பாடற்ற சகவாழ்வைப் பேண மரியாதை தேவைப்படுகிறது.

தம்மிடமுள்ள வித்தியாசங்களைப் பொருட்படுத்தாது ஒருவரை அணுகும் போது மரியாதை ஏற்படும். தமது சுய விருப்பு, வெறுப்புகளின் அடிப்படையில் மற்றவரை மதிப்பீடு செய்வதைத் தவிர்க்க இது உதவுகிறது.

ஒருவரின் தனித்துவத்தை அறிந்து அவரின் அபிப்பிராயங்களையும் நடத்தைகளையும் மாற்றிக்கொள்ளுமாறு வலியுறுத்தாமையும் மரியாதையாகும்.

மரியாதைக்குரிய ஒருவர் தான் யாராக இருக்க வேண்டும் என்ற உரிமை தனிநபரைச் சார்ந்தது என்பதை உணர்வார். தான் யாராக இருக்க வேண்டும் எனத் தீர்மானிக்கும் சுதந்திரம் ஒவ்வொருவருக்கும் உண்டு. வேறு எவருக்கும் அதைப்பற்றி முடிவு எடுக்கவோ அல்லது கணிக்கவோ உரிமை கிடையாது.

ஒருவரது வாழ்க்கை முறை, நிலைமைகளைக் கையாளும் விதம், முடிவெடுக்கும் திறன் அல்லது நடத்தை அடிப்படையில் அவரைக் கணிக்காது அவர் மீது மரியாதை செலுத்த வேண்டும். மனிதர்கள் வேறுபட்டவர்கள் என்பதையும் ஒவ்வொருவரும் தனித்துவம் வாய்ந்தவர் என்பதையும் மதிக்கப் பழகிக்கொள்ள வேண்டும்.

மேலும் ஒருவர் எப்படி இருக்கின்றார் அல்லது எப்படி இருக்கவேண்டும் என்பது பற்றிக் குறைகூறாமல் இருப்பதன் மூலமும் அவருக்கு மரியாதை காட்டமுடியும். ஒருவரின் தனித்துவ வாழ்க்கையில் எந்தவொரு மாற்றத்தையும் எதிர்பார்க்காமல் அவரை அங்கீகரிக் கின்றீர்கள் என்பதை வெளிப்படுத்துவதற்கு மிகச் சிறந்த வழி மற்றவர்கள் மீது மரியாதை காட்டல் ஆகும்.

மரியாதை என்பது முப்பரிமாணம் என்பதை விளங்கிக்கொள்வது முக்கியமானது. ஒருவர் தன்னில் மரியாதை கொண்டவராக இருக்க வேண்டும். மற்றவர்களுக்கும் மரியாதை கொடுப்பவராக இருக்கவேண்டும். மேலும் மற்றவர்களுடைய வேறுபாட்டிற்கும் மரியாதை செலுத்த வேண்டும்.

2.2 சுய கௌரவம்

சுய பெறுமானம், சுய விழுமியம் ஆகியன பற்றி ஒருவரது முழுமையான அறிவுசார்ந்த உணர்வினை விளக்குவதற்கு சுய கௌரவம் பயன்படுத்தப்படுகின்றது. வேறு சொற்பிரயோகத்தில் கூறுவதாயின், உங்களை நீங்கள் எந்த அளவிற்கு நேசிக்கிறீர்கள் அல்லது பாராட்டுகிறீர்கள் என்பதாகும். சுய கௌரவம் என்பது உங்கள் தோற்றப்பாடு, எண்ணம், மனவெழுச்சி மற்றும் நடத்தை முதலியன உங்களைப் பற்றிய பல்வேறு நம்பிக்கைகளை உள்ளடக்கியதாக இருக்கலாம்.

சுய கௌரவம் ஒருவருக்குத் தூண்டலை ஏற்படுத்தவும் வாழ்க்கை முழுவதும் வெற்றிகளைக் கொடுக்கவும் முக்கிய வகிபாகத்தைக் கொண்டிருக்கும். சுய கௌரவம் குறைந்தால் 'பாடசாலைச் செயற்பாட்டு முன்னேற்றத்தை' பின்தள்ளிவிடும். ஏனெனில், ஒருவர் 'வெற்றிக்குரிய தகுதிகளைத் தான் கொண்டிருக்கவில்லை' என்ற சந்தேக நிலைக்குத் தள்ளப்படுகிறார். இதனை வேறுபடுத்திப் பார்க்கையில் சுய மரியாதை என்பது பாரிய வெற்றிகளை அடைய உதவும். ஏனெனில் பாதகமான விடயத்தையும் சாதகமாக மாற்றும் மனோபாவம் ஒருவரது குறிக்கோளை அடைய உதவுகிறது.

சுய கௌரவத்தைக் கட்டியெழுப்ப தன்னம்பிக்கை உதவுகிறது. தன்னம்பிக்கையை சிறப்பாக வளர்க்க தம்மிடமுள்ள ஆளுமை மற்றும் திறன்கள் பற்றிய அறிவு அவருக்கு உதவுகின்றது. தன்னம்பிக்கை, சிறந்த சுயமரியாதைக்குரிய காரணியாகும் என்பதுடன் ஒருவர் தம்மில் வளர்த்துக்கொண்ட சுயமரியாதை அவருள் தெளிவானதும் வலிமையானதுமான நம்பிக்கையை உருவாக்கிக்கொள்ளவும் வலுப்படுத்திக்கொள்ளவும் உதவுகின்றது.

உயர் சுய மரியாதை கொண்டவர்கள்	குறைந்த சுய மரியாதை கொண்டவர்கள்
தம்மைப் பற்றிய சிறந்த நிலைப்பாட்டைக் கொண்டிருப்பர்.	தம்மைப் பற்றிய குறைவான நிலைப்பாட்டைக் கொண்டிருப்பர்.
தங்களால் செய்ய முடிந்ததைப்பற்றி பெருமை அடைவர்.	மற்றவர்கள் போல் தாமும் சிறப்பானவர்கள் என்று சிந்திக்க மாட்டார்கள்.
ஆரம்பத்தில் தமக்கு வெற்றி கிடைக்காவிடினும் தன்னம்பிக்கை கொண்டிருப்பர்.	தங்களுக்கு கஷ்டம் என நினைத்து இலகுவில் கைவிட்டுவிடுவர்.
தங்களிடமுள்ள பண்பு, தகுதி போன்ற சிறந்த அம்சங்களை மதிப்பீடு செய்து பார்ப்பர்.	வெறுக்கப்பட்டவராக, புறக்கணிக்கப்பட்டவராக, இழிவுபடுத்தப்பட்டவராக உணர்வர்.
தாங்கள் பிழை செய்திருப்பினும் அதனை ஒத்துக்கொள்வர்.	தங்கள் அடைவுகளில் வெற்றிகளை விட தோல்விகளையே சிந்திப்பர்.
விரும்பப்படுபவராகவும் நேசிக்கப்படுபவராகவும் மரியாதை காட்டப்படுபவராகவும் உணர்வர்.	அனேகமாக தங்களைப்பற்றி பிழையான அம்சங்களையே சிந்திப்பர்.

2.3 சமூக உறவு

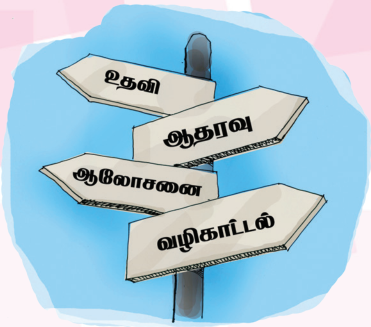
உறவு எந்த அளவிற்கு சமூகமானது என்பதை அந்த உறவோடு சம்பந்தப்பட்டவர்களினால் மாத்திரமே தீர்மானிக்க முடியும். திருப்திகரமானதும் மதிப்பிற்குரியதுமான உறவுக்கு தேவையான அம்சங்கள் எனக் கருதப்படுபவை.

- சுயமரியாதை, தன்னை பற்றிய உணர்வு, சுயமதிப்பு, பற்றிய தனிநபரது விழிப்புணர்வு
- மற்றவர்களுடைய உணர்வுகளை அறிந்து அவர்களுடைய சுயமதிப்பிற்கும் உரிமைகளுக்கும் மதிப்பளித்தல்
- நல்ல எண்ணங்களையும் கருத்துக்களையும் பரிமாறிக்கொள்ளுதல்
- நேர்மை மற்றும் போலியற்ற தன்மை
- சிறந்த தொடர்பாடல் திறன்
- பரஸ்பர உதவி செய்யும் மனப்பான்மை
- மற்றவரைப் பற்றிய நற்சிந்தனை, ஒன்றாக நேரத்தை பலனுள்ள வகையில் செலவிடுதல் மற்றும் ஒவ்வொருவர் மீதும் அக்கறை செலுத்துதல்

திருப்திகரமானதும் கௌரவமானதுமான உறவுகள் இருப்பது எமது நடைமுறை வாழ்க்கையாகவும் இலக்காகவும் இருக்க வேண்டும். எந்தவொரு உறவிலும் சிறந்த நடைமுறை, நீண்ட காலம் நிலைத்திருத்தலை உறுதிப்படுத்த திருப்திகரமான கௌரவம் தேவைப்படுகிறது. ஒருபோதும் வற்புறுத்துவதாகவோ அல்லது சங்கடமாகவோ உணரக் கூடிய உறவாக இருக்கக் கூடாது. நம்பிக்கை என்பது கஷ்டத்தின் மத்தியில் உழைத்து சம்பாதித்த கௌரவத்தின் உச்ச பலனாகும்.

முறைப்பாடு செய்தலும் உதவியை நாடுதலும்

3.1 சட்டம்



நேரலை ஊடாக இடம்பெறும் சிறுவர் பாலியல் சுரண்டல் குற்றவாளிகள் சம்பந்தமாக இலங்கையில் முறையான சட்டங்கள் இருப்பதோடு அவற்றை அமுல்படுத்த நிறுவன அமைப்பும் உள்ளது.

பிரிவு 286 (அ), 286 (ஆ), மற்றும் 286 (இ) தண்டனை கோவைச் சட்டத்தின் 1995ஆம் ஆண்டு 22ஆம் இலக்க திருத்தச் சட்டம், 1998ஆம் ஆண்டின் 29ஆம் இலக்க திருத்தச் சட்டம் மற்றும் 2006ஆம் ஆண்டின் 16ஆம் இலக்க திருத்தத்தின் பிரகாரம் சிறுவர் தொடர்பான ஆபாசப்படங்களை வெளியிடுதல், பிரசுரங்களை காட்சிப்படுத்தல் போன்றன தண்டனைக்குரிய குற்றமாகும்.

மேலும் யாரேனுமொருவர் இவ்வாறான குற்றங்களைப் புரியும் போது அல்லது அத்தகைய குற்றங்களுக்கு ஊக்கமளிக்கும் போது இந்த 1983 இன் 22 ஆம் இலக்கச் சட்டத்தினால் திருத்தப்பட்ட 1927 இன் 4ஆம் இலக்க பாலியல் ரீதியான உள்ளடக்க புகைப்படங்கள், பிரசுரங்கள் கட்டளைச் சட்டத்தின் கீழ் குற்றமாக பதிவு செய்யலாம். ஆனால் இந்த விடயத்தில் ஒரு தடவைக்கு மேல் ஒரு நபரை அதே குற்றத்திற்காக 'மீளத் தண்டித்தல்' ஆகாது எனக் கூறுகிறது.

குற்றவியல் தண்டனைக் கோவைச் சட்டத்தின் 360E இன் பிரகாரம் ஏதேனும் ஒருமுறையில் இலங்கைக்கு உள்ளே அல்லது வெளியே பின்வருவன தொடர்பில் ஒத்துழைப்பு வழங்கினால் அல்லது 18 வயதிற்கு குறைந்த ஒரு நபரை அல்லது அத்தகைய நபர் 18 வயதிற்கு குறைவாகத்தான் இருக்குமென நம்பிக்கைக் கொண்டால், பாலியல் ரீதியாக ஒரு சிறுவரை துஷ்பிரயோகம் செய்யும் நோக்குடன் அத்தகைய குற்றமிழைக்க ஊக்குவித்து வழிசெய்தல் முதலிய செயல்களில் ஈடுபடுபவர் குற்றவாளியாகக் காணப்படின் 10 ஆண்டுகளுக்குக் குறையாத சிறைத்தண்டனை அல்லது தண்டப்பணம் அறவிடுதல் அல்லது சிறைத்தண்டனை, தண்டப்பணம் ஆகிய இரண்டையும் ஒன்றாகவே அனுபவிக்கும் தண்டனை வழங்கப்படலாம். இது 2006 16ஆம் இலக்க திருத்தத்திற்கு அமைவானதாகும்.

தண்டனைக் குறியீட்டின்படி பின்வருவன குற்றமாகும்

- 345 ஆம் பிரிவு – 2006 இன் 16 ஆம் இலக்கச் சட்டத்தின் பிரகாரம் துன்புறுத்தலுக்கு உள்ளாகும் நபருக்கு கோபத்தை ஏற்படுத்தக் கூடிய தாக்குதல், பலப்பிரயோகம், மற்றும் அத்தகைய சொற்கள், செயற்பாடுகளைச் செயற்படுத்தி பாலியல் ரீதியான கேலிகளைச் செய்தல்.
- 372 ஆம் பிரிவு – மிகைப்படுத்தல் நிலைக்கு உள்ளாதல் பற்றி கூறும் குற்றவியல் தண்டனைக் கோவைச்சட்டத்தின் பிரிவு.

சட்ட விளைவுகளை உதாசீனப்படுத்துவதால் நேரடி இணையவழி பாலியல் சுரண்டல் இடம்பெறுவதாக ஆய்வுகள் கூறுகின்றன. ஒரு நபர் SECO (Sexual Exploitation of Children Online) சம்பவம் தொடர்பில் சட்ட விளைவுகளை பற்றி அறிந்திருத்தல் முக்கியமானதாகும்.

3.2 நேரலை ஊடான சிறுவர் பாலியல் சுரண்டலினால் பாதிப்புக்கு உள்ளானவர்களை இனங்காணல்

நேரலை ஊடாக பாலியல் சுரண்டலுக்கு உள்ளான சிறுவர்களைக் கண்டறிவது சிரமமானது. அவ்வாறு பாதிக்கப்பட்ட சிறுவரில் இதன் அறிகுறிகள் சிறிய அளவிலேயே தென்படும். அத்தோடு அப்பாதிப்பு இன்னொரு புதிய பழக்கமொன்றினூடாக பிரதிபலிக்கப்படும். நேரலையில் ஒரு சிறுவன் பாதிக்கப்பட்டுள்ளார் என அறிந்தால், அவரில் கீழ்வரும் அறிகுறிகள் சிலவற்றை அவதானிக்கலாம்.

- **இலத்திரனியல் பயன்பாட்டில் திடீர் மாற்றம்:** திடீரென, வழமைக்கு மாறாக அதிக அல்லது குறைந்த நேரத்தை தொலைபேசியில் அல்லது கணினியில் செலவிடத் தொடங்குவார்.
- **கணக்குகளை அழித்தல்:** சமூக வலைத்தளத்தில் வெறுப்பேற்படும் போது பல பதின்ம வயதினர் தங்கள் கணக்குகளை அழிக்க விரும்புவர். இதை ஒரு பாரதூரமான அறிகுறியாகக் கருத வேண்டும். இதன் மூலம் அவர்களுக்கு அத்தகைய துன்புறுத்தலை எதிர்கொள்ளும் சக்தி இல்லை என்பதை ஒத்துக்கொள்கின்றனர். துஷ்பிரயோகமானது பாதிப்புக்குள்ளான ஒருவரது சகல தொடர்புகளையும் நிறுத்துமளவிற்கு மோசமானது.
- **மற்றவர்களை எவ்வாறு தடை செய்வது:** சமூக வலைத்தளங்களில் நபர்களை முடக்குவது அல்லது தடுப்பது எப்படி என்று ஒருவர் வினவினால் அவர் அது தொடர்பாக ஏதேனும் பிரச்சினையை எதிர்கொள்கின்றாரா என அறிந்து கொள்வது அவசியம்.
- **சிந்தனைப் பாங்கில் மாற்றங்கள்:** ஒருவரது கைபேசிப் பாவனை வழமைக்கு மாறாக குறைந்திருந்தாலோ, நிறுத்தப்பட்டிருந்தாலோ அல்லது அதில் வெறுப்பு ஏற்படும்போது, அவர் எவ்வாறு காணப்படுகின்றார் என அவதானிக்க வேண்டும். இதன் மூலம் அவரது அனுபவம் பற்றி அதிகம் அறியலாம்.
- **குறைந்த சுயசக்தி:** "வாழ்க்கை அர்த்தமற்றதாக உள்ளது" "எனக்கு பதற்றமாக உள்ளது" மற்றும் "மக்கள் மோசமானவர்கள்" போன்ற வார்த்தைகள் ஒருவரது கசப்பான இணைய அனுபவத்தைக் காட்டுகிறது. இவ்வாறான சந்தர்ப்பத்தில் "என்ன நடக்கின்றது" என்பதை அறிய கலந்துரையாடலை ஆரம்பிப்பது சிறப்பாகும்.

- **உடல் ரீதியான மாற்றங்கள்:** உணவில் நாட்டமின்மை, தூக்கமின்மை என்பன ஒருவர் இணையத்தினூடாக பாலியல் சுரண்டலால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கலாம் என சிந்திக்க தூண்டும் காரணிகள் ஆகும். கணினி அல்லது கைபேசியை பயன்படுத்தும் போது இவர்கள் அச்சத்தோடும் பதற்றத்துடனும் காணப்படுவர்.

3.3 பாதிக்கப்பட்டவரைக் கையாள்வது

நீங்கள் அறிந்த ஒருவர் நேரலையில் பாதிக்கப் படுவதைப் பார்க்கும் போது மனவருத்தமாக இருக்கலாம்.

அவ்வாறு பாதிக்கப்படுபவருக்கு நீங்கள் செய்யக்கூடிய உதவிகள் பின்வருமாறு:

- அங்கு நடைபெறும் துஷ்பிரயோகத்தை நீங்கள் ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை என்பதையும், அவர்களது வாழ்வில் நீங்கள் அக்கறை உள்ளவர் என்பதையும் அவர்களுக்கு அறியச் செய்யுங்கள்.
- அவர்கள் தைரியமானவர்கள் என்பதை ஞாபகப்படுத்தி அதைப்பற்றி பேசுவது பொருத்தமானது என உறுதிப்படுத்துங்கள்.
- சாட்சிகளையும் ஏனைய தகவல்களையும் சேகரித்துப் பாதுகாக்க அவர்களுக்கு உதவுங்கள். உதாரணம் – ஸ்கிறின்சொட் (screen shot), புகைப்படங்கள், குறுந்தகவல்கள் (texts), மின்னஞ்சல்கள் (emails) போன்றவை.
- அவர்கள் அந்த ஆபத்தான நபரின் இணையத் தொடர்பை தடை செய்யவும் அதிகாரிகளிடம் முறைப்பாடு செய்யவும் பரிந்துரையுங்கள்.
- அவர்களின் தரவுகள் பாதுகாப்பாக உள்ளதா என்பதை பிரத்தியேக ஒழுங்கமைத்தல் (privacy settings) மூலம் சரி செய்ய உதவுங்கள்.
- நேரலை சுரண்டல் மற்றும் இணையம் ஊடான துன்புறுத்தல் போன்றவற்றில் இருந்து பாதுகாப்பதற்கான குறிப்புகளை ஈசேப்டி (eSafety) வலைத்தளம் மூலம் பெற்று அவர்களைப் பாதுகாக்க உதவுங்கள்.
- நம்பிக்கைமிக்க ஒரு வயது வந்த நபரிடம் (குடும்ப உறுப்பினர், ஆசிரியர், வழிகாட்டி) ஒன்றாக இருந்து நடந்த சம்பவம் பற்றிப் பேசுவதனால் என்ன நடந்து கொண்டிருக்கின்றது என அவர்களும் அறியச் செய்யுங்கள்.
- பாடசாலையில் உளவள ஆலோசகர்கள் போன்றவர்களிடம் துறைசார் உதவி பெறுதல் பொருத்தமானது என்பதை அவருக்கு கூறுங்கள்.
- எவரிடமும் கூறக்கூடாது என உங்களிடம் வாக்குறுதி பெற்றிருப்பினும் குறிப்பாக இவர்கள் ஆபத்தில் அல்லது பாதிக்கப்படுபவராக இருப்பின் மேற்படி விடயத்தை ஒரு வயது வந்தவர் அறிந்திருப்பது மிக முக்கியமாகும்.
- இப் பிரச்சினைக்கு தீர்வு வழங்குவது உங்கள் கடமை அல்ல எனினும், நீங்கள் பாதிக்கப்பட்டவருக்கு உதவி செய்ய உடனிருப்பது அவசியம் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும்.

3.4 பெற்றோரை அணுக

நடந்தவற்றையும் நடப்பவற்றையும் பாதிப்புக்கு உள்ளானவர் தனது பெற்றோரிடம் சொல்வது முக்கியம். ஆனால் அதை எவ்வாறு ஆரம்பிப்பது என்பதை சிலவேளை அறியாதிருக்கலாம்.

அதற்காகப் பாதிக்கப்பட்டவருக்கு பயன்தரக்கூடிய ஒரு சில ஆலோசனைகள் பின்வருமாறு:

- நடந்துகொண்டிருக்கும் பிரச்சினை பற்றித் தெளிவாக இருக்க வேண்டும். தெளிவற்ற நிலையில் அரைகுறையாகக் கூறுவது பெற்றோருடைய முழுமையான முயற்சிக்கு உதவாது. ஆகவே முழுமையான விபரத்தை தெளிவாகக் கூறுவதை உறுதி செய்யவும்.
- நேரலையில் தொந்தரவுக்குள்ளாகியது எவ்விதமான உணர்வுகளை ஏற்படுத்தியது என்பதை பற்றி கலந்துரையாடவும். மனம் புண்பட்டதா? பயந்தீர்களா? விரக்தியடைந்தீர்களா? எரிச்சலடைந்தீர்களா? இச் சம்பவம் முற்றுப் பெற்றுவிட்டதற்காக ஆறுதலடைகிறீர்களா? என்பதை பற்றிக் கலந்துரையாடவும்.
- பெற்றோருடைய முழுக் கவனத்தையும் ஈர்க்கும் தருணம் வரும் வரை பார்த்து முழுமையாக நடந்தவற்றைக் கூற வேண்டும். அரைகுறையாகவோ அல்லது அவசரமாகவோ சொல்வதால் பலனில்லாமல் போகலாம்.
- தீர்வுகளை ஒன்றாகவே எடுக்க வேண்டும். ஏற்பட்டுள்ள பாதிப்பை எப்படித் தடுப்பது என பெற்றோர் அறியாதிருக்கலாம். ஆனால் தீர்வுக்காக இணையத்தை பயன்படுத்தலாம் என ஆலோசனை செய்யலாம்.
- சிலவேளை பெற்றோர் அறிந்ததை விட அதிக விடயங்களைப் பாதிக்கப்பட்டவர் அறிந்திருக்கலாம். அதன் போது சிறுவர் நேரலை பாலியல் சுரண்டல் மற்றும் இணையம் ஊடான துன்புறுத்தல் பற்றி அறிந்தவற்றைக் கூறுவதுடன், உதவக்கூடிய வலைத்தளங்கள், வேறு வளங்களை அவர்களோடு பகிரலாம். இதன் மூலம் பாதிக்கப்பட்டவர் இருக்கும் நிலை பற்றி அவர்கள் தெளிவான விளக்கத்தைப் பெறுவர்.

உரையாடலை ஆரம்பிப்பதற்காகப் பின்பற்றவேண்டிய சில வழிமுறைகள் வருமாறு

- “அம்மா, அப்பா அண்மையில் நேரலையில் எனக்கு நிகழ்ந்த ஒரு சில சம்பவங்கள் பற்றி உங்களிடம் நான் பேச வேண்டும். அதைப் பற்றி பேச எனக்கு கடினமாக உள்ளது. நடந்ததை நான் கூறினால் என்னுடைய இணைய வசதிகளை, சலுகைகளை நீங்கள் நிறுத்திவிடக் கூடாது. அப்படியென்றால் நான் நடந்ததைக் கூறுகிறேன்” என்று ஆரம்பிக்கலாம்.
- “அம்மா, அப்பா அண்மையில் எனக்கு இணையத்தின் ஊடாக ஒரு உடனடிச் செய்தி (instant message) வந்தது. அது என்னை தடுமாறச் செய்கின்றது”.
- “அம்மா, அப்பா நேரலை மூலம் நடந்து கொண்டிருக்கும் ஒரு சம்பவத்தை எவ்வாறு சமாளிப்பதென்பதற்கு எனக்கு உங்கள் உதவி தேவைப்படுகின்றது. ------”.

3.5 நான் இணையம் ஊடான துன்புறுத்தலுக்கு உள்ளானவர் எனின் ...?

அது உங்கள் தவறு இல்லை என அறியவும். சிலவேளைகளில் இரு நபர்களுக் கிடையில் ஏற்படும் வாக்குவாதம் ஒன்றை சிலர் துன்புறுத்தல் எனக் கூறுவர். ஆனால் உங்களிடம் தொடர்ச்சியாக கொடூரமாக யாரேனுமொருவர் நடந்தால் அது துன்புறுத்தல் எனப்படுவதுடன் அதற்கு நீங்கள் உங்களை குறை கூறக்கூடாது. ஏனென்றால் எவரையும் யாரும் கொடூரமாக நடத்த முடியாது.

சாட்சிகளை சேமியுங்கள்: நேரலையிலோ அல்லது தொலைபேசி ஊடாகவோ நடைபெறும் துன்புறுத்தலில் இருக்கும் ஒரே ஒரு நல்ல விடயம், அதைச் சேமித்து வைத்து, உதவி செய்யக்கூடிய ஒருவரிடம் காட்ட முடியும். மேலும் நிலைமை மோசமாகும் கட்டத்தில் அவற்றை சாட்சியாகப் பயன்படுத்தலாம்.

எதிர் நடவடிக்கை எடுக்கவோ அல்லது திருப்பித் தாக்கவோ வேண்டாம்: சில வேளை உங்களுக்கு ஆத்திரமூட்டுபவர்கள் உங்களின் எதிர்த்தாக்கத்தையே இலக்கு வைப்பர். ஏனெனில், அது அவர்களது பலம். அவரது நடவடிக்கை உங்கள் மீது தாக்கத்தை ஏற்படுத்தியுள்ளது எனக் கருதுவர். நீங்கள் அந்த நபர்களை மேலும் பலமடையச் செய்யக்கூடாது. ஒரு துன்புறுத்தலுக்கு நீங்கள் மீளத்தாக்க முயலும் போது அந்நபரின் எளிய செயல் பல தொடர்ச்சியான செயற்பாடுகளுக்கான எதிர்த்தாக்கத்தைத் தரும். எனவே உங்களுக்கு முடியுமாயின் அந்த நிலையில் இருந்து நீங்களாகவே உங்களை விலக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

இந்த நடத்தை உங்களை பாதிப்பதாக உங்களுக்கு தோன்றினால் உடனடியாக உதவியை நாடுங்கள்: செவிமடுத்து உதவி செய்ய மற்றும் நடந்துகொண்டிருப்பதை தெளிவாகப் புரிந்து நீங்களாகவே நடவடிக்கை எடுக்க உதவி செய்யக்கூடியவர் (உதாரணமாக ஒரு நண்பர், உறவினர் அல்லது உங்கள் நம்பிக்கைக்குரிய பெரியவர்) இருக்கின்றாரா என அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

கிடைக்கக்கூடிய தொழிநுட்பத்தை பயன்படுத்துங்கள்: அநேகமான சமூக வலைத்தள அப்ஸ் (Application) சேவைகளில் குறித்த நபர்களைத் தடைசெய்யக்கூடிய அம்சங்கள் உண்டு. குறுந்தகவல், கருத்துப் பதிவு, புகைப்படங்களை மேற்கோள் காட்டல் (photo tag), போன்ற எம்முறையை உபயோகித்து வன்முறைகளை ஏற்படுத்தினாலும் நீங்கள் உங்களுக்காகச் செய்யும் உதவி என நினைத்து அந்நபரைத் தடை செய்யுங்கள். சேவை வழங்குனருக்கும் இது பற்றி முறையிடலாம். உங்களுக்கு உடல் ரீதியான அச்சுறுத்தல் விடுக்கப்பட்டால் பாடசாலை அதிகாரிகளிடம் முறையிடுங்கள்.

வலைத்தளத்திலுள்ள உங்கள் கணக்குகளை பாதுகாத்துக்கொள்ளுங்கள்: உங்கள் கடவுச்சொல்லை யாரிடமும் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டாம். இது உங்களுடைய நெருங்கிய நண்பர்களுக்கும் உங்களுடன் எந்தவித தொடர்பும் இல்லாதவருக்கும் சேர்த்தே பொருந்தும். உங்களுடைய தொலைபேசி, கடவுச்சொல் மூலம் பாதுகாக்கப்படுவதால் யாரும் உங்களைப்

போன்று ஆள்மாறாட்டம் செய்ய முடியாது. கடவுச்சொல் சம்பந்தப்பட்ட அறிவுரைகளுக்கு connectsafely.org என்ற தளத்தை நாடலாம்.

நீங்கள் அறிந்த ஒருவர் இணையம் ஊடான துன்புறுத்தலுக்கு உட்பட்டால் அவருக்கு நடவடிக்கை எடுக்க உதவுங்கள்: வெறுமனே செயலற்று இருப்பது ஆத்திரமூட்டுபவரை பலப்படுத்துவதைத் தவிர வேறு எந்த ஓர் உதவியையும் செய்யாது. இணையம் ஊடான துன்புறுத்தலை நிறுத்துவதற்கு சிறந்த வழி அதற்கு எதிராக செயற்படுதல் ஆகும். அதை நிறுத்த முடியாவிடின் துன்புறுத்தலுக்கு உள்ளானவருக்கு இயன்ற உதவியைச் செய்யுங்கள். அவர் உங்கள் நண்பராக இருப்பின் எவ்வாறு உதவலாம் எனக் கவனித்துச் செயற்படலாம். இதுபற்றி பொறுப்புள்ளவர்களிடம் முறைப்பாடு செய்யலாமா என்பதைக் கலந்துரையாடி முடிவெடுங்கள்.

3.6 யாரிடம் முறையிடுவது?

நீங்கள் நேரலை ஊடான சுரண்டல் அல்லது துஷ்பிரயோகத்தை எதிர்கொண்டால் நம்பிக்கையுடன் சட்ட நடவடிக்கை எடுக்க முயற்சி செய்யுங்கள். புகார் ஒன்றில் ஆரம்பத் தகவலை வழங்குபவரின் அடையாளத்தை வெளிக்காட்டாமல் சட்ட நடவடிக்கை எடுக்க முடியும். நீங்கள் உதவி பெறக்கூடிய உள்நாட்டு அமைப்புகள் சிலவற்றைக் கீழே காணலாம்.

- **சிறுவர் மற்றும் மகளிர்களுக்கு எதிரான துஷ்பிரயோகத்தைத் தடுப்பதற்கான பிரிவு (Children & Women's Bureau):** உங்களுக்கு மிக அருகில் இருக்கும் காவல் நிலையத்தில் காணப்படும் சிறுவர்களுக்கும் பெண்களுக்கும் இழைக்கப்படும் வன்முறை, துஷ்பிரயோகம், சுரண்டல் போன்ற சம்பவங்களைப் பற்றி முறைப்பாடு செய்யக்கூடிய காவல் நிலைய பிரிவாகும். இதற்கான முதற்கட்ட தொடர்புத் தளமாக அருகில் உள்ள காவல் நிலையத்தைப் பயன்படுத்தலாம்.
- **தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகார சபை (NCPA)**: 18 வயதிற்குக் குறைந்த ஒருவர் வன்முறை, அல்லது துஷ்பிரயோகத்திற்கு உள்ளானால், 1929 இலவச தொலைபேசி இலக்கம் மூலம் தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகார சபைக்கு (NCPA) முறைப்பாடு செய்யலாம்.
- **குற்றவியல் புலனாய்வு திணைக்களத்திலுள்ள (CID) சைபர் குற்றவியல் பிரிவு:** CID சைபர் குற்றவியல் பிரிவை நேரடியாக அணுகலாம். அத்துடன் 011 – 232 6979 என்ற தொலைபேசி எண் மூலமும் முறைப்பாடு செய்யலாம் மற்றும் சம்பவம் பற்றிய விவரங்களை dir.cid@police.lk மற்றும் telligp@police.lk என்ற மின்னஞ்சல்கள் மூலமாகவும் அறிவிக்க முடியும்.

மௌனத்தைக் கலைவோம்

4.1 கற்றல் மற்றும் ஊக்குவித்தல்

சக வயதுடையோருக்கு உதவி செய்வது உங்கள் பொறுப்பாகும். டிஜிட்டல் உலகில் பாதுகாப்பாக இருப்போம் என்ற தலைப்பின் கீழ் நீங்கள் பெற்ற அறிவை மற்றவர்களும் அவ்வறிவைப் பெற ஊக்குவிப்பதற்கான நேரம் வந்துள்ளது. முன்மாதிரி என்பது ஒரு குழுவிற்கு கட்டளையிடும் நபராக இருப்பது மட்டும் அல்ல, செவிமடுக்கும் பண்பு கொண்டவராகவும் இருக்க வேண்டும்.

உங்களுடைய சக வயதுடைய நட்புக் குழுவொன்றை அதற்காகப் பயனுள்ள வகையில் ஈடுபடுத்திக்கொள்ளலாம். பிறரை ஊக்குவிக்கக் கூடிய அம்சங்கள் உங்களிடம் உள்ளதா? அப்படியானால் தலைமையேற்று உங்களுக்கு நன்மையைத் தரக்கூடிய திறமைகளை விருத்தி செய்துகொள்ள உங்களுக்கு சந்தர்ப்பம் உண்டு. தன்னுடைய தனிப்பட்ட கருத்தில் மட்டுமே நிலைத்து நிற்கும், தன்னுடைய கருத்து மட்டுமே சரியென சிந்திக்கும் நபராக இராது, எப்பொழுதும் விசேட தலைமைத்துவப் பண்புகளோடு செயற்படுங்கள்.

- **நேர்மையாக செயற்படுங்கள்:** முக்கியமாக பிரச்சினைக்குரிய தலைப்பு தொடர்பாக சவால்களுக்கு முகம் கொடுக்கும் சந்தர்ப்பத்தில் நேர்மையாகவும் தடுமாற்றமற்ற நிலையிலும் பிறருக்கு நம்பிக்கையூட்டும் முறையில் நடக்க வேண்டும். ஒரு குழுவை பிரதிநிதித்துவம் செய்யும் தலைமை என்ற வகையில் உங்களை தெரிவு செய்ய ஏதுவாக அமைந்த விழுமியங்கள், பெறுமானங்கள், மதிநுட்பம், திட்டமிடல் போன்றவற்றை ஒவ்வொரு பழமுறையிலும் நிலையாக வைத்திருக்க முயற்சி செய்யுங்கள். அனைத்து சந்தர்ப்பத்திலும் நீங்கள் உண்மையானவராகவும் நம்பிக்கைக்குரியவராகவும் இருங்கள். உங்கள் மீதான நம்பிக்கை மற்றும் பெறுமதிகள் மீது மதிப்பைப் பெற்றுக் கொள்ளுங்கள்.
- **வெளிப்படையான மனநிலையைப் பேண சகல சந்தர்ப்பங்களிலும் செவிமடுங்கள்:** வெளிப்படையான தொடர்பாடல் மற்றும் அனைத்துக் கருத்துக்களையும் விசாரித்தல் போன்ற அம்சங்கள் ஆக்கபூர்வமான மற்றும் ஒத்துழைப்பு மிக்க சூழலை உருவாக்கும். இலகுவில் முன்மொழிவுகளைக் கையாள்வதுடன், மாறுபடும் சூழலுக்கும் சந்தர்ப்பங்களுக்கும் ஏற்ப இலகுவில் இசைவாக்கம் அடையக் கூடியவராக இருப்பது ஒரு சிறந்த தலைமைப் பண்பாகும். நீங்கள் உங்கள் தோழர்களிடம் செவிமடுக்கும் போது தீர்ப்பளிக்காதிருக்கவும் உணர்ச்சிவசப்படாமல் இருக்கவும் பழகிக் கொள்ளுங்கள்.

- **பொறுப்புகளை பகிர்வதன் மூலம் எவ்வாறு ஒரு பொது இலக்கை அடையலாம் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளவும்:** ஒரு விடயத்தை வெற்றிகரமாகச் செய்வது எவ்வாறு என்பதை ஒரு தலைமை அறியும். அது ஒரு செயற் திட்ட இலக்காக இருக்குமாயின், உங்களைச் சுற்றி உள்ளவர்களிடையே பொறுப்புக்களை பகிர்ந்தளிப்பது எவ்வாறு என்பதை நீங்கள் அறிந்திருக்க வேண்டும், அவ்விடயத்தைத் தொடர்ந்து முன்னெடுத்துச் செல்வதில் ஆர்வம் இருக்க வேண்டும்.
- **தவறுகளை அறிந்து எதிர்காலத்தை முன்னேற்றிக் கொள்ள கற்றுக்கொள்ளுங்கள்:** உங்களைத் தெரிவு செய்த முதலாவது சந்தர்ப்பம் இதுவாக இல்லாவிட்டாலும், உங்கள் திட்டங்கள் பிழையாவதற்கான வாய்ப்பு அதிகம் உள்ளது. ஆகவே, எதிர்பாராத மோசமான சந்தர்ப்பங்களையும் எதிர்நோக்க வரலாம். வழங்கப்பட்ட பொறுப்புகளை செவ்வனே நிறைவேற்றுங்கள். எப்போதும் சாதகமான சிந்தனையுடன் செயற்படுங்கள். தரமான தலைமை என்பது தன் அனுபவத்தினுடாக கற்று எதிர்காலத்திற்காக திட்டமிடும் திறமை கொண்டது.
- **அறிவைத் தேடுங்கள்:** சிறந்த தலைமை எப்போதும் தன் திறமைகளையும், ஆற்றல்களையும் விருத்தி செய்யக்கூடிய சந்தர்ப்பங்களுக்காக காத்திருக்கும். அப்போது தான் குழுவினருக்கு ஒத்துழைப்பை தொடர்ச்சியாகப் பெற்றுக் கொடுக்க முடியும். நீங்கள் தற்போதே உங்கள் நண்பர்களை விட ஓரளவு விடயங்களைக் கற்றுக்கொண்ட போதிலும் புதிய மற்றும் விஞ்ஞான ரீதியிலான தகவல்களோடும் உங்கள் அறிவைப் புதுப்பித்துக் கொள்ள முடியும்.

முதலாவது
அமர்வு

பயிற்சி முறைமை

1. பயிற்சி நடாத்துவதற்கு தயாராகுதல்

1.1 பயிற்சிக்கான பங்குபற்றுனர்களை தேர்ந்தெடுக்கும் போது கவனிக்க வேண்டிய பொது விடயங்கள்

பயிற்சிக்காக 16 வயது தொடக்கம் 24 வயது வரையுள்ள இளைஞர், யுவதிகளை தேர்ந்தெடுப்பது முக்கியம். இவர்களுக்கு ஓரளவு தலைமைத்துவத்திலும் சமூக செயற்பாடுகளிலும் அனுபவம் இருந்தால் பயிற்சியின் நோக்கத்தை அடைய ஏதுவாக இருக்கும். ஆனால் இது கட்டாய நிபந்தனையல்ல. ஆயினும் பயிற்சிக்கு பின் அவர்கள் தன்னிச்சையாக சமூகத்திற்கு மத்தியில், கல்வி நிலையங்கள், சேவை நிலையங்கள் மற்றும் ஏனைய எந்தவொரு மேடையிலும் தாம் கற்ற விடயங்களை சமூகமயப்படுத்துவதற்கு சில தகைமைகள் தேவை. ஆகையால் எந்த சந்தர்ப்பத்திலும் தயாராகக் கூடிய இளைஞர் குழு ஒன்றை தேர்ந்தெடுப்பது முக்கியமாகும்.

ஒரு பயிற்சிக்கு 25 பேர் கொண்ட குழு உகந்தது. இதை விட அதிகமானோரை இணைத்துக் கொள்வது பயிற்சியின் தரத்தை சிறந்த மட்டத்தில் பேணுவதற்குத் தடையாக அமையலாம். இங்கு ஆண், பெண் சமமான பிரதிநிதித்துவம் முக்கியமானதாகும். அதேபோல் விசேட தேவையுள்ள இளைஞர்களையும் சேர்த்துக்கொள்வது சிறந்தது. அவர்களை சாதாரண நிலையிலுள்ள பங்குபற்றுனர்களுடன் இணைந்து செயற்படவும் பாகுபாடின்றி செயற்பட வைப்பதும் கட்டாயமாகும். உதாரணமாக காலில் உபாதையுள்ள ஒரு பங்குபற்றுனருக்கு அவருக்கேற்ற தேவையான வசதிகளை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

பயிற்சி நடாத்துவதற்கு குறைந்தது மூன்று நாட்களுக்கு முன்னராவது பங்குபற்றுனர்களை இனங்கண்டு அவர்கள் பங்குபற்றுவதை நிச்சயப்படுத்திக்கொள்ள வேண்டும். அதாவது, பங்குபற்றுனர்கள் தொடர்பாக தகவல் தெரிந்து கொள்வதன் மூலம் அவர்களுக்குத் தேவையான வசதிகளை முன்கூட்டியே ஏற்பாடு செய்ய முடியும். விசேடமாக பங்குபற்றுனர்களில் ஒருவர் அல்லது சிலர் நீண்ட காலமாக வைத்திய சிகிச்சை அல்லது வைத்திய ஆலோசனை பெறுபவர்களாயின் அவர்களுக்குத் தேவையான வசதிகளை ஏற்பாடு செய்ய முடியும். அதே போல் பெண் பங்குபற்றுனர்களின் தனிப்பட்ட தேவைப்பாடுகள் மற்றும் பாதுகாப்பு பற்றியும் கவனம் செலுத்த வேண்டும். ஆகையினால் பயிற்சியில் தொடர்ந்தும் பங்குபற்றக்கூடிய மற்றும் நேரடி பங்களிப்பை வழங்கக்கூடிய பயிற்றுனர் அல்லது பயிற்சி உதவியாளர் அவசியம் இருக்க வேண்டும்.

பயிற்சி ஏற்பாட்டாளர் மீதுள்ள பூரண நம்பிக்கையாலேயே அனைவரும் பயிற்சியில் பங்குகொள்ள சம்மதிப்பர். ஆகையால் பங்குபற்றுனர்களின் கௌரவம், சுயமரியாதை ஆகியன பாதுகாக்கப்பட வேண்டும். மற்றும் அவர்களின் உடல், உள தேவைகளுக்கேற்ப சிறப்பான நடைமுறையை உறுதிப்படுத்தும் வகையில் பயிற்சியை நடத்துவது, சம்பந்தப்பட்ட அனைத்துத் தரப்பினரதும் உயரிய பொறுப்பாகும். அதை எச்சந்தர்ப்பத்திலும் மீறக்கூடாது. அவ்வாறு மீறப்பட்டு பங்குபற்றுபவர்கள் அசௌகரியங்களுக்கு முகம் கொடுத்தால், அதன் பின் அதனை நியாயப்படுத்துவதற்கு காரணம் காட்டுவது ஒரு தொழில்தரமிக்க பயிற்சி குழுவினரின் அல்லது அத்தரப்பின் பண்பாக அமையாது.

1.2 பயிற்சிக்கான இடத்தைத் தெரிவு செய்தல்.

பயிற்சிக்கான இடம் பொதுப் போக்குவரத்து வசதியுள்ள மற்றும் இலகுவாக வந்தடையக்கூடிய இடமாக அமைய வேண்டும். அவசரத் தேவையின் போது எளிதாக சேவைகளை பெற்றுக்கொள்ள இயலுமா என்பதை கவனிக்க வேண்டும். உதாரணமாக வைத்தியசாலைக்கு அல்லது வேறு நம்பிக்கையுள்ள இடத்துக்கு சிகிச்சைக்காகக் கொண்டு செல்லக்கூடிய வசதி. அதேபோல் பயிற்சி நடைபெறும் தினங்களில் பயிற்சி மண்டபத்தை சுற்றி வேறு எதாவது இடையூறான வேலைகள் நடைபெறுகின்றனவா என முன்கூட்டியே பார்க்க வேண்டும். உதாரணமாக பயிற்சி மண்டபத்தின் அருகில் திருமண வீடு, இசை நிகழ்ச்சி போன்றவைகள் பயிற்சிக்கு இடையூறு செய்யக்கூடியதாகும். அதே போல் பயிற்சியளிக்கும் இடத்தில் மலசலக்கூடம், குடிப்பதற்கு நீர், பயிற்சி அறையில் சுத்தமான காற்றோட்டம் மற்றும் போதுமான வெளிச்சம் போன்றவை இருப்பது கட்டாயமாகும். பயிற்சி நடாத்தப்படும் இடத்தில் திறந்த கிணறுகள் நிர்மாணிக்கப்பட்டுக் கொண்டிருப்பின் அது பங்குபற்றுனர்களின் பாதுகாப்பிற்கு இடையூறாக இருக்கும். ஆகையால் இவைகளுக்கு சரியான நடவடிக்கை எடுக்கப்பட்டுள்ளதா என ஆராய வேண்டியதுடன் அதற்கு ஏற்றவாறு பங்குபற்றுனர்களை அறிவுறுத்துவது அத்தியாவசியமான கடமையாகும்.

1.3 பயிற்சிக்கான அறையைத் தயார் செய்தல்

பயிற்சி அறையின் முக்கியமான அம்சம் அதன் போதிய இடவசதியாகும். போதியளவு காற்றோட்டமும், வெளிச்சமும் இருக்க வேண்டும், நிலம் புழுதியற்றதாக இருப்பது அவசியம். பயிற்சி அறையில் கீழ் குறிப்பிடப்படும் உபகரணங்களும் பொருட்களும் இருக்க வேண்டும். முடிந்தளவு இலகுவான இடவசதியும் இருக்க வேண்டும்.

- பங்குபற்றுனர்கள் இருப்பதற்கான கதிரைகள் 25
- குழுக் கலந்துரையாடல் செய்வதற்காக மேசைகள் 4–5
- பயிற்சியாளரின் ஆவணங்கள் வைப்பதற்கான மேசை
- மல்டி மீடியா ப்ரொஜெக்டர் வைப்பதற்கான சிறிய மேசை
- பயிற்சியாளர்களுக்கு தேவையென்றால் இருப்பதற்கு 2–3 கதிரைகள்
- குப்பைக் கூடை
- நீர் வைப்பதற்கான மேசை அல்லது உகந்த இடம்
- வைட் போட் (white board) ஒன்று
- பிளிப் சாட் போட் (flip chart board) ஒன்று

பங்குபற்றுனர்களின் இருக்கைகள் 25 கதிரைகள் கொண்டு அரை வட்ட வழவில் உருவாக்க வேண்டும். இதன் மூலம் பங்குபற்றுனர்கள் அனைவரையும் ஒருவருக்கொருவர் பார்க்கக்கூடியதாக இருக்கும். பயிற்சிவழங்குனருக்கு நடமாடுவதற்கு போதுமான இடவசதியிருக்குமாகையால் பயிற்சியாளருக்கும் பங்குபற்றுனருக்குமிடையில் நெருக்கத்தை ஏற்படுத்தும். அதேபோல் குழுக் கலந்துரையாடலுக்கு ஒதுக்கப்பட்ட மேசைகள் 4–5ஐ அறையினுள் ஒரு வடிவத்தினடிப்படையில் வைத்திருக்க வேண்டும். பயிற்சியாளர்களின் உபகரணங்களும் அவ் மேசையில் ஒழுங்குமுறையாக வைத்திருப்பது சிறந்ததாகும். கடதாசிகளைப் பாவனைக்கு தேவையானளவு மேசையில் வைத்துக்கொண்டு மிகுதியை ஒழுங்காக வைப்பதன் மூலம் சிறப்பாக அவைகளை முகாமைத்துவம் செய்து கொள்ளலாம்.

பயிற்சி அறையை பயிற்சி நடப்பதற்கு முன்னைய நாள் தயார்படுத்துவதே சிறந்தது. அல்லது பயிற்சிக்கு ஒரு மணித்தியாலத்திற்கு முன் தயார் செய்ய வேண்டும். அப்போது தான் பங்குபற்றுனர் வரும் போது அவர்களை வரவேற்று அமர்த்துவதற்கு பயிற்சியாளருக்கு இலகுவாக இருக்கும்.

1.4 பயிற்சியாளர்கள் தயாராகுதல்

பயிற்சியை, எதிர்பார்த்த மட்டத்தில் நடத்துவதற்கு பயிற்சியாளர் மற்றும் பயிற்சி உதவியாளர் பயிற்சியின் உள்ளடக்கம், பயிற்றுவிக்கும் முறைமை பற்றித் தெளிவாக தெரிந்திருக்க வேண்டும். உதவியாளரும் பயிற்சியளிப்பதில் ஆர்வம் காட்டுபவராக இருக்க வேண்டும். பயிற்சியாளர்கள் இருவர் பயிற்சி வழங்கும் போது மற்ற உதவியாளரின் கடமையாவது, பயிற்சிக்கான தேவைப்பாடுகளை அறையில் தயார்படுத்துவதாகும். அதாவது சாப்பாடு, தேநீர், பயிற்சி வதிவிட பயிற்சியாயின் பங்குபற்றுனர்களின் தேவைகளை தேடிப்பார்த்தல். அதேபோல் பங்குபற்றுனர்களின் சுகாதார வசதி தேவைப்படின் அதற்கான நடவடிக்கைகளையும் எடுக்க வேண்டும். ஆகையால் முதல் நாள் அமர்வு முடிந்த பின் பயிற்சிக் குழுவில் அனைவரும் இணைந்து அன்றைய நாள் தொடர்பாக ஒவ்வொருவரும் தமது அனுபவங்களையும் மற்றும் திருத்திக் கொள்ளவேண்டிய விடயங்களையும் கலந்துரையாட வேண்டும்.

1.5 அமர்வுகளை வழிநடத்தும் போது கவனிக்க வேண்டிய விடயங்கள்

1. பங்குபற்றும் ஒரு குழுவுடன் இன்னொரு குழுவை ஒப்பிடாதீர்கள். ஒவ்வொரு குழுவும் விசேடமானதும் தனித்துவமானதுமாகும். அவர்களின் தன்மைகள், சக்தி, மற்றும் சாதகமான பண்புகள் ஊடாக பயிற்சியை பயனுள்ளதாகவும் கவரக்கூடியதாகவும் ஊக்குவிக்க முயற்சி செய்ய வேண்டும்.
2. பயிற்றுனருக்கும் பங்குபற்றுனருக்குமிடையில் வலுவான தொடர்பாடல்களை ஏற்படுத்துவதன் மூலம், பங்குபற்றுனரின் முழுக் கவனத்தையும் பயிற்சியில் ஈடுபடுத்தலாம்.
3. குழுச் செயற்பாடுகளின் போது ஒவ்வொரு நேரத்திலும் புதிய குழுவை உருவாக்குங்கள். அதனால் ஒவ்வொருவரையும் இனங்கண்டு பன்மைத்துவத்தை மதித்து, ஒருவரை ஒருவர் புரிந்துகொள்ளக்கூடியதாக இருக்கும்.
4. உணவு வேளையில் பங்குபற்றுனருக்கு முன்னுரிமை வழங்குங்கள். அவர்கள் விரும்பும் உணவு வகைகளைப் பயிற்சி ஒருங்கிணைப்பாளருடன் கலந்துரையாடி அதை மாற்றிக் கொடுங்கள். உணவு வழங்கும் போது பங்குபற்றுனரின் தனித்துவத் தேவை, சமய மற்றும் கலாசார விடயங்களுக்கு முன்னுரிமை வழங்குங்கள். உதாரணமாக மரக்கறி சாப்பாடு சாப்பிடும் பங்குபற்றுனருக்கு, அதேபோல் இஸ்லாமியருக்கு நோன்பு நோற்பவர்களாயின் அதற்கான ஏற்பாடுகள் செய்து கொடுக்க வேண்டும்.
5. செயலமர்வினுடைய நாளாந்த நிகழ்ச்சி நிரல்களை மாற்றுவதானால் அதுபற்றி பங்குபற்றுனர்களிடமும் கலந்தாலோசித்து, அவர்களின் கருத்துக்களோடு நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

6. சில பங்குபற்றுனர்கள் குழுக் கலந்துரையாடலில் பங்குகொள்ள விரும்பாவிடின் அவர்களை வற்புறுத்த வேண்டாம். விரிவுரை மற்றும் கலந்துரையாடல்கள் நடாத்தப்படும் போது உதாரணங்களை, பங்குபற்றுனர்களுக்கு இம்சை ஏற்படாதவாறு முன்வைக்க வேண்டும். உதாரணமாக ஒரு பங்குபற்றுனர் சிறுவர் பராமரிப்பு இல்லத்திலிருந்து வருபவர் என்றால் அவ்விடத்தில் பெற்றோர்கள், அன்பு, பாசம், குடும்ப உறவுகள் தொடர்பாக உணர்வுபூர்வமான கதைகளை கலந்துரையாடுவது உகந்தது அல்ல.

7. விசேடமாக புதியதொரு நாளில் பயிற்சி ஆரம்பிக்கின்ற போது அல்லது இடைவேளையின் பின் பயிற்சி ஆரம்பிக்கின்ற போது பங்குபற்றனர்கள் அனைவரும் உள்ளனரா என கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். இதற்காக பங்குபற்றுனரின் எண்ணிக்கைக்கு ஏற்றவாறு இருக்கைகள் போட்டிருப்பின் பங்குபற்றுனர்கள் எவராவது சமூகமளிக்கவில்லையெனின் இலகுவாக கண்டுபிடிக்க முடியும். இதன் பிரதான நோக்கம் பங்குபற்றுனர்கள் பாதுகாப்பாக உள்ளனரா என அறிந்துகொள்வதாகும்.

8. பங்குபற்றுனர் நோய்வாய்ப்பட்டால் அதற்கு முகங்கொடுக்க வேண்டிய முன்னாயத்தங்களும் செய்திருக்க வேண்டும்.

9. முடிந்தளவு கவனத்துடன் பயிற்சி நடத்தப்பட வேண்டும். அதற்கு தேவையான அனைத்து பாதுகாப்பான சூழ்நிலை தொடர்பாக அதிக கவனம் செலுத்தவும். ஏதாவதொரு பாதுகாப்பற்ற சூழ்நிலை ஏற்படுமாயின் அதற்கான திட்டங்களை பங்குபற்றுனருடன் கலந்துரையாடி வகுத்துக் கொள்ளவும். அதைச் செயற்படுத்துவதற்கு பங்குபற்றுனர்களின் ஒத்துழைப்பைப் பெற்றுக்கொள்ளவும்.

2. பயிற்சியை நடாத்தலும் – முதல்நாள் செயலமர்வை வழிநடத்தலும்.

முதலாம் நாள் செயலமர்வு மு.ப. 8.30 மணிக்கு ஆரம்பிப்பது சிறந்ததாகும். பயிற்சியாளர்களும் பங்குபற்றுனர்களும் குறைந்தது மு.ப. 8.25ற்கு பயிற்சி மண்டபத்தினுள் சமூகமளித்திருக்க வேண்டும். முதல் நாள் செயலமர்வு நடாத்தப்படும் விதம் பற்றி கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

2.1 செயலமர்வுக்கு உட்பிரவேசித்தல்

பிரதான அமர்வை நடாத்துவதற்கு முன் சிறப்பாகத் திட்டமிடப்பட்ட ஆரம்ப அமர்வை நடாத்துதல் மிக முக்கியமாகும். பங்குபற்றுனர்களுக்கும், பயிற்சி வழங்குனர்களுக்குமிடையில் சிறந்த தொடர்பை உருவாக்கும் அமர்வாக இந்த அமர்வு அமைய வேண்டும். மிகவும் பொறுமையுடனும் ஆக்கபூர்வமாகவும் பங்குபற்றுனர்களின் கருத்துக்களுக்கு செவிமடுத்து பயிற்சியை கௌரவமாக நடாத்த வேண்டும்.

#	உள்ளடக்கம்	தேவையான காலம்/ பொருட்கள்	செயன்முறை
i	வரவேற்றலும், நிகழ்வுகள் ஆரம்பமும்	மு.ப. 08.30 மு.ப. 08.40 10 நிமிடம்	• பற்குபற்றும் இளைஞர்களை கௌரவமாக வரவேற்று அவர்களின் வருகையைப் பாராட்டுதல். செயலமர்வு தொடர்பாக சுருக்கமாக தெளிவு படுத்தல்.
ii	அறிமுகம்/அறிந்து கொள்ளுதல்	மு.ப. 08.40 மு.ப. 09.25 45 நிமிடம் ஒரே நிறத்திலான பிளாஸ் அட்டைகள், நிறப் பேனாக்கள் (painting sticks), மூடுநாடா (masking tape)	• அனைவரும் பங்கு பற்றும் விதத்தில் உடல், உள உற்சாகமூட்டக்கூடிய குழுச் செயற்பாடு. இதை செய்வதன் நோக்கம், பங்குபற்றுனரில் புத்துணர்வையும் ஆர்வத்தையும் ஏற்படுத்துவது. அச் செயற்பாட்டை ஒட்டுமொத்த தலைப் பிற்கும் ஏதுவாக்கிக் கொள்ளலாம். • ஒவ்வொரு பங்குபற்றுனரும் தாம் இனங்கண்டு கொண்ட தம்மிடமிருக்கும் பெறுமதிமிக்க மூன்று விடயங்களைத் தாம் விரும்பும் மூன்று நிறங்களைக் கொண்ட அட்டைகளில் எழுதுவதற்கு வாய்ப்பு வழங்க வேண்டும். அது ஏனையவர்களும் விளங்கிக் கொள்ளும் விதத்தில் வாசிக்கப்பட வேண்டும். ஆகவே அனைவரும் முன் வைத்ததன் பின் ஏனையோருக்கும் தெரிந்து கொள்ளும் பொருட்டு அட்டை களில் அடையாளமொன்று இட்டு பார்வைக்கு வைக்கப்பட வேண்டும்.
iii	இன்றும் நாளையும் நடாத்தப்படும் செயலமர்வு தொடர்பாக ஒவ்வொரு பங்குபற்றுனருக்கும் உள்ள • நோக்கங்கள்/ எதிர்பார்ப்புகள் • சந்தேகங்கள்/ கேள்விகள் மற்றும்	மு.ப. 09.25 மு.ப. 10.00 35 நிமிடம் மூன்று நிறங்களிலான பிளாஸ் அட்டைகள், நிறப் பேனாக்கள் (painting sticks), மூடுநாடா (masking tape)	• மூன்று நிறங்களைக் கொண்ட பிளாஸ் அட்டைகள் அனைவருக்கும் வழங்கப்பட வேண்டும். ஒரு விடயத்திற்காக ஒரு அட்டை பாவிக்குமாறு தெரிவிக்கவும். • வழங்கப்பட்ட அட்டைகளில் இச் செய லமர்வு தொடர்பாக பங்குபற்றுனரின் எதிர்பார்ப்பு, இச் செயலமர்வு தொடர்பாக பங்குபற்றுனருக்குள்ள பிரச்சினைகள்/ தமது கருத்து அதே போல் இச் செயலமர்வு தொடர்பாக பங்குபற்றுனர் வழங்கக்கூடிய பங்களிப்புகள் தொடர் பாக எழுதுமாறு தெரிவிக்கவும்.

	• அவர்கள் பங்களிப்பாற்றக் கூடிய முறை		• அனைவரும் கருத்துகள் எழுதி முடிந்த பின் ஒவ்வொரு பங்குபற்றுனரும் தாம் எழுதியதை வாசிப்பதற்கு வாய்ப் பளித்தல். • மூன்றாம் கேள்வியின் குறிப்பிடப் பட்டுள்ள விடயங்களைப் பற்றி கருத்து தெரிவிப்பதற்கு வாய்ப்பளித்தல். அனைவரினது நோக்கங்களும், கருத்துக்களும், சந்தேகங்கள் மற்றும் பங்களிப்பு தொடர்பான விடயங்கள் இரண்டு நாட்களும் அனைவரினது பார்வைக்கும் வைக்கப்பட வேண்டும். • இறுதியில் பயிற்சியாளரினது நோக்கமும், பங்குபற்றியோரின் நோக்கமும் ஒன்றுடன் ஒன்று சமநிலை யானது என எடுத்துக் காட்டவும். அதே போல் அவர்களுக்குள்ள பிரச்சினை களை திறந்த மனப்பாங்குடன் கலந்துரையாடியமைக்கு பாராட்டைத் தெரிவிக்கவும். அவ்வாறே அவர்களால் பங்களிப்பு வழங்கக்கூடிய விடயங் களைப் பற்றித் திட்டமிட்டு ஒவ்வொரு வருக்கும் வாய்ப்பு வழங்குவது பற்றி நம்பிக்கையை உருவாக்கவும்.
IV	நடைமுறையான வாய்ப்புகள்	மு.ப.10.00 மு.ப. 10.15 15 நிமிடம் 4x3 அளவிலான அட்டைகள் Name Tag – பெயரட்டைகள் அணிவதற்கான ஊசி	• Name Tag பெற்றுக் கொடுத்தல் • செயலமர்வின் நிகழ்ச்சிநிரல் பற்றிக் கலந்துரையாடல் • கற்றலுக்கான இணக்கப்பாடுகளை ஏற்படுத்தல், எந்தவொரு பங்கு பற்றுனருக்கும் கலந்துரையாடல் தொடர்பாக உணர்வுபூர்வமான தன்மை ஏற்பட்டால் அது தொடர்பாக வசதி வழங் குனருடன் கலந்துரையாட வாய்ப் புள்ளது, எனத் தெரிவிக்கவும். விசேட மாக யுவதிகளுக்கு பெண் பயிற்சி வழங்குனருடன் தேவையேற்படின் கலந்துரையாட முடியுமென்பதைத் தெரிவிக்கவும்.

தேனீர் இடைவேளை மு.ப. 10.15 – மு.ப. 10.30 (15 நிமிடம்)

2.2 முதலாது அமர்வின் ஆரம்பம்

படிமுறை 1 – சிறுவர் தொடர்பாக வரைவிலக்கணம் மற்றும் சிறுபராயம் பற்றிய விளக்கம் எனும் உள்ளடக்கத்தை கலந்துரையாடல். இந்த பயிற்சி உள்ளடக்கம் 1.1 இல் காட்டப்பட்டுள்ளது.

#	உள்ளடக்கம்	தேவையான காலம்/ பொருட்கள்	செயன்முறை
1.1	சிறுவர் பற்றிய வரைவிலக்கணம் மற்றும் சிறுபராயம் பற்றிய விளக்கம்	மு.ப.10.30 பி.ப.12.00 1 மணித்தியாலம் 35 நிமிடம் 04 நிறங்களிலான பிளாஷ் அட்டைகள், நிறப் பேனாக்கள் (painting sticks), ஒடுநாடா (masking tape) பிளிப் சாட் தாள்கள் (flip chart paper)	• இதன் நோக்கம் சிறுவர் பற்றிய வரை விலக்கணம் மற்றும் சிறுபராயம் பற்றிய விளக்கத்தை பங்குபற்றுனர் புரிந்து கொள்வதற்கு வாய்ப்பளித்தலும், அதனூடாக சிறுவர் என்பது 0 – 18 வயதை உடையவரென தெரியப்படுத்து வதுடன் சிறுவர் சிறுபராயத்திலிருந்து தம் அறிவு வளர்ச்சிகளை மேம்படுத்துவர் என்பதைத் தெரிவிக்க வேண்டும். • இங்கு அடிப்படை விடயங்களை தெரிவித் ததன் பின் 5 குழுக்களாக பிரிக்க வேண்டும். இதில் முதல் 3 குழுக்களும் சிறுவர் வளர்ச்சி காலகட்டங்களையும், அடுத்த இரண்டு குழுக்களும் சிறுவர் வளர்ச்சி பிரிவுகள் தொடர்பாகவும் கலந்துரையாடுவதற்கு வாய்ப்பளிக்க வேண்டும். இங்கு கலந்துரையாடப்படும் விடயங்களை பிளாஸ் அட்டைகளில் எழுதிக் கொள்ளுமாறு தெரிவிக்கவும். இங்கு வளர்ச்சி பரிமாணங்களைப் பற்றி எழுதும் குழுவினருக்கு ஒரு நிற கார்ட் அட்டையிலும், மற்றைய குழுவினருக்கு இன்னுமொரு நிற அட்டையிலும், எழுதுமாறு தெரிவிக்கவும். அவ்வாறு சமர்ப்பிக்கும் போது விசேட தன்மை யாகவும், ஆக்கபூர்வமாகவும், தெளி வாகவும் இருக்கும். குழுவினரை வட்ட வடிவில் அமர்த்தி அனைவரும் பார்க்கக் கூடிய விதத்தில் வட்டத்திற்கு நடுவில் அட்டைகளை வைப்பது சிறந்தது. சமர்ப் பணத்தை அழகாக செய்வதற்கு பிளிப் சாட் தாள்களை ஒன்றாக இணைத்த மேற்பரப்பொன்றை பயன்படுத்தி அழகாக சமர்ப்பிக்க முடியும் என்பதையும், அடுத்தடுத்த கட்டங்களுக்கு பயன்படுத்தக் கூடியவாறும் ஏனையவர்கள் காணக் கூடியவாறும் காட்சிப்படுத்தவும்.

			• ஒவ்வொரு குழுக்களும் சமர்ப்பணம் செய்ததற்குப் பின் ப்ளிப் சாட்டினுள் ஒட்டிய ஏனைய பங்குபற்றுனர்களின் கருத்துக்களை அறிந்து கொள்ளும் வகையில் ஊக்கப்படுத்தவும். இதனால் சிறுவர் தொடர்பாக தாம் பெற்றுக் கொண்டிருந்த குறுகிய வரைவிலக் கணத்திற்கு பதிலாக மிக ஆழ மானதும் விரிவானதுமான சிறுபராயம் மற்றும் சிறுவர் அபிவிருத்தி தொடர்பாக கருத்துக்களை சமர்ப்பிப்பார்கள். இது அடுத்த அமர்வுகளை தர்க்கரீதியில் ஒழுங்குபடுத்திக் கொள்ளவும் பங்குபற்றுனர்களின் வினைத் திறனான பங்களிப்பை பெற்றுக் கொள்ளவும் உதவியாக அமையும்.

படிமுறை 2 – சிறுவர் உரிமைகள் எனும் விடயப்பரப்பைக் கலந்துரையாடல். இந்த பயிற்சி உள்ளடக்கத்தில் 1.2 இல் காட்டப்பட்டுள்ளது.

#	உள்ளடக்கம்	தேவையான காலம்/ பொருட்கள்	செயன்முறை
1.2	சிறுவர் உரிமைகள்	மு.ப.12.00 பி.ப.12.45 45 நிமிடம் 4 நிறங்களிலான பிளாஷ் அட்டைகள், நிறப் பேனாக்கள் (painting sticks), பிளிப் சாட் தாள்கள் (flip chart paper), சிறுவர் உரிமைகள் தொடர்பான இணைப்பு	• படிமுறை 1 இன் உப அமர்வுடன் இவ் அமர்வு இடையே சிறந்த தொடர்பை ஏற்படுத் துவது கவனத்தில்கொள்ள வேண்டும். அதில் குறிப்பிட்ட விதத்தில் பிள்ளை என்பது தாயின் வயிற்றில் கருவுற்றதி லிருந்து பல வளர்ச்சிக் கட்டங்களில் உள மற்றும் உடல் ரீதியாகவும், சமூக, மொழி போன்றவற்றால் முறையான வளர்ச்சிக்கு இணையான வாழ்க்கையில் மிகவும் தீர்மானம் மிக்க காலகட்டம் என புரிந்து கொள்ளலாகும். • முதலாவது மனித உரிமைகள் பற்றிய தரப் படுத்தல் மற்றும் உடன்பாடுகள் வரலாற்று ரீதியில் உருவாக்கப்பட்டது எவ்வாறு என கலந்துரையாடவும். அதன் பின் மனித உரிமைகள் தொடர்பான விடயத்தில் விசேடமாக சிறுவர் உரிமைகள் பற்றிய தரப்படுத்தல் மற்றும் உடன்பாடுகள் குறிப் பிடப்பட்டதற்கான விடயங்களைப் பற்றி தர்க்க ரீதியிலான விடயங்களைக் கலந்துரையாடவும்.

			• இக் கலந்துரையாடலை பங்கு பற்றுனருக்குத் தெரிந்த விடயத்துடன் தொடர்புபடுத்திக் கலந்துரையாடவும். அதன் பின் சிறுவர் உரிமைகள் தொடர்பான சமவாயத்தில் குறிப்பிடப் பட்டுள்ள ஒரு பகுப்பாய்வை எடுத்து அதாவது வாழ்வதற்கான உரிமை, அபிவிருத்திற்கான உரிமை, பங்கு கொள்வதற்கான உரிமை, பாது காப்பிற்கான உரிமை போன்ற தலைப் புகளை எடுத்து நான்கு குழுக்களை உருவாக்கவும். • கையேடுகளில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள சிறுவர் உரிமைகள் தொடர்பான சாராம்சப் படிவத்தில் உள்ள விடயங் களை அடிப்படையாகக் கொண்டு ஒவ்வொரு குழுவும் தமது தலைப்புக்கு ஏற்றவாறு உரிமைகளின் தரங்கள் தொடர்பாக பல விடயங்களை தேடிக் கொள்ளுமாறு தெரிவிக்கவும். அதன் பின் நான்கு குழுக்களையும் ஒன்றி ணைத்து Flip Chart பயன்படுத்தி ஒரு அட்டவணையில் ஒவ்வொரு குழுக்களும் இனங்கண்ட விடயங் களை இலக்கமிட்டு குறித்துக் கொள்ளவும். இங்கு பங்குபற்றுனர் களுக்கு சிறுவர் உரிமைகள் சமவாயம் தொடர்பான கற்றலை ஒட்டுமொத்த செயலமர்வின் நோக்கங்களுக்கும் இலக்குகளுக்கும் தொடர்புபடுத்தி விடயங்களை பகிர்ந்து கொள்வதன் முக்கியத்துவத்தை தெளிவுபடுத்தவும். ஒன்றுடன் ஒன்று தொடர்புடைய சிறுவர் உரிமைகள் பகுதி பகுதியாக பிரிக்க முடியாது. இது உங்களை வழி நடாத்து வதற்கு பயன்படும் வழிகாட்டல் மட்டுமே யாகும். இதற்குள் சிறுவர் உரிமை களின் மூலதர்மங்களை பற்றியும் தெளிவுபடுத்தவும்.

மதிய உணவு பி.ப. 12.45 – பி.ப. 01.45 (01 மணித்தியாலம்)

	Energizer – விளையாட்டு	பி.ப. 01.45 பி.ப. 02.00 15 நிமிடம்	

படிமுறை 3 – சிறுவர்களுக்கெதிரான வன்முறை, துஷ்பிரயோகம் மற்றும் சுரண்டுதல் போன்ற பிரச்சினைகள் மற்றும் இணையத்தளத்தினுாடாக மேற்கொள்ளப்படும் சிறுவர் பாலியல் சேட்டைகள் தொடர்பாக கலந்துரையாடல். இதன் மூலம் பயிற்சி உள்ளடக்கத்தில் 1.3 தொடக்கம் 1.5 இல் காட்டப்பட்டுள்ளது.

#	உள்ளடக்கம்	தேவையான காலம்/பொருட்கள்	செயன்முறை
1.3	சிறுவர்களுக்கு எதிரான வன்முறை, துஷ்பிரயோகம் மற்றும் சுரண்டல் சிறுவர்களை நாம் ஏன் பாதுகாக்க வேண்டும்? நேரலை ஊடான சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம்	பி.ப. 02.00 பி.ப. 03.30 01 மணித்தியாலம் 30 நிமிடம் நிறப் பேனாக்கள் (painting sticks), பிளிப் சாட் தாள்கள் (flip chart paper), மூடுநாடா (masking tape)	• அமர்வை நடாத்தும் போது அவதானத்தைச் செலுத்த வேண்டிய முக்கிய விடயமாவது அமர்வுகளுக் கிடையில் நெருங்கிய தொடர்பாடல் இருக்க வேண்டும். சென்ற முறை அமர்வின் பிரதிபலன்கள் தற்போதைய அமர்வின் ஆரம்பமாக அமைகின்றது. இது பற்றி வசதிவழங்குனருக்கிடையில் புரிந்துணர்வு இருக்க வேண்டும். • தற்போதைக்கு நாம் சிறுவர் அபிவிருத்தி மற்றும் ஒவ்வொரு சிறுவருக்குமுள்ள உரிமைகளை உறுதிப்படுத்துவதற்கு உள்ள வழிமுறை களைக் கொண்ட தரத்திலான விதிகளை சிறுவர் சமவாயத்தில் கலந்தாலோசித்து வருகின்றோம். • ஆகையால் இச் செயலமர்வின் எதிர்பார்ப்பு சிறுவர் அபிவிருத்திக்குள்ள தடைகள் மற்றும் சிறுவர்களுக் கெதிரான துஷ்பிரயோகம், வன்முறை, சுரண்டுதல் போன்றவற்றைக் கலந்துரையாடல்.

			• இங்கு மூத்தவர்களுக்கும், சிறுவர்களுக்கும் இடையிலுள்ள அதிகார பரவலாக்கள், நம்பிக்கை, தொடர்பாடல்கள் மற்றும் பொறுப்புகள் போன்ற காரணங்களால் ஒரு சிறுவன் துஷ்பிரயோகத்திற்கு அல்லது சுரண்டலுக்கு உட்பட்டால் அதைப் பற்றி தொழிநுட்பரீதியாக கலந்தாலோசிக்க வேண்டும். அதே போல் சில சிறார் குழுவினருக்கு ஆபத்துக்கள் உள்ளது என்பதையும் தெரிந்திருக்க வேண்டும். **உதாரணமாக:** விசேட தேவையுடைய பிள்ளைகள், யுத்த சூழ்நிலையில் வாழும் பிள்ளைகள், சீரான பெற்றோரினது அல்லது பாதுகாவலரினது கவனிப்பற்ற சந்தர்ப்பத்தில், சரியான வழிகாட்டல் அற்ற சந்தர்ப்பத்தில் மதுபானம் மற்றும் போதைக்கு அடிமையாதல் அதேபோல் துஷ்பிரயோகங்களுக்கும் முகம் கொடுக்கக் கூடிய வாய்ப்புகள் அதிகம். • விசேடமாக பயிற்சியின் போது பிரதான தலைப்புடன் இதை உள்வாங்கிக் கொள்ள வேண்டும். தொடர்பாடலுக்கான தொழிநுட்ப பொறிமுறைகளைப் பயன்படுத்தும் பிள்ளைகள் முகம் கொடுக்கும் அவதானமான சூழ்நிலைகள் தொடர்பாக கவனத்தில் கொள்ளவேண்டும். பங்கபற்றுனர்கள் பயிற்சியின் உள்ளாந்தத்தை அறிந்து தம்மை திசை திருப்பிக் கொள்ளும் விடயம் இந்த தலைப்பாகும் என்பதை அவதானிக்க வேண்டும். • கலந்துரையாடலின் இறுதியில் பிள்ளை ஒன்றுக்கு எதிராக ஏற்படக்கூடிய துஷ்பிரயோகம் மற்றும் வன்முறை பற்றி அதிகமாக கதைக்கப்படும் தலைப்புகளாக உள, உடல், பாலியல் மற்றும் புறக்கணிப்பு எனும் காரணங்களுடன் நான்கு குழுக்களாக பிரியுங்கள். ஒவ்வொரு குழுவினருக்கும் இரண்டு Flip Chart தாள்களை ஒட்டி பெரியதொரு தாளை கொடுங்கள். அதன் பின் அவர்கள் தமது குழுவின் தலைப்பின்படி (உடல், உள, பாலியல் துஷ்பிரயோகம் மற்றும் புறக்கணிப்பு ரீதியாக) எவ்வாறு சிறுவன் பாதிக்கப்படுவான் என கலந்துரையாடுவார்கள். உதாரணமாக உடல் ரீதியான விடயத்தை கலந்துரையாடும் குழு பிள்ளைக்கு எதிராக உடல் ரீதியாக ஏற்படும் துஷ்பிரயோகம் தொடர்பாக கலந்துரையாடி உடல் வரைபடத்தில் குறிப்பிடுவர்.

			• இறுதியில் 4 குழுவும் ஒரு வட்டத்தினுள் அமர்ந்து வட்டத்தின் நடுவே ஒவ்வொரு குழுவும் வரைபடத்தை வைத்து தன் குழுவின் கருத்தை தெரிவிப்பார்கள். அதன் அடிப்படையில் இலகுபடுத்துனர் அமர்வின் இலக்குகளான 1.3, 1.4, மற்றும் 1.5 உள்ளடக்கங்களுக்கு ஏற்ப விசேட காரணிகளை கலந்துரையாடி அதன் செய்தியை குழுக்களிடையே கொண்டு செல்லவேண்டும்.

தேனீர் இடைவேளை பி.ப. 03.30– பி.ப. 03.45 (15 நிமிடம்)

பழமுறை 4 – இந்த அமர்வில் இலங்கையில் சமூக வலைத்தள பாவனையும் அதன் தாக்கமும், நேரலை ஊடான விளையாட்டுக்கள், திரையின் மீது அடிமையாகுதல், இணையம் ஊடான துன்புறுத்தல், நேரலை மூலம் வசப்படுத்தல், நிர்வாண காட்சிகளை அனுப்புதல் மற்றும் கசியச் செய்தல் போன்ற விடயங்களைப் பற்றி அவதானம் செலுத்தப்படும். இந்த பழமுறை மூலம் பயிற்சியின் உள்ளடக்கத்தில் 1.6 தொடக்கம் 1.11 வரையுள்ளது. அதே போல் முதலாம் பிரதான அமர்வின் நிறைவும் இத்துடன் தொடர்புபட்டதாகும்.

#	உள்ளடக்கம்	தேவையான காலம்/ பொருட்கள்	செயன்முறை
1.6	இலங்கையில் சமூக வலைத்தள பாவனையும் அதன் தாக்கமும்	பி.ப. 03.45 பி.ப. 05.30 1 மணித்தியாலம் 45 நிமிடம்	• 1.6 முதன் முதலில் சமூக வலைத் தளங்கள் உருவாகுதல், அதன் ஆரம்பம், உலகளாவிய ரீதியில் எவ்வாறுள்ளது என பங்குபற்றுனர்களின் கருத்து களுடன் கருத்துகள் பரிமாற வேண்டும். மனித வளர்ச்சியிலிருந்து நாகரீகம் உருவாகும் வரை நுாதன தொழிநுட்ப உலகத்தினுள் தகவல் தொடர்பாடல் மற்றும் ஊடகம் போன்றவைகளால் மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ள பங்களிப்பை கலந்துரையாடவும். இலகுபடுத்துனர்கள் இது தொடர்பான விடயங்களை ஆராய்ந்து தெரிந்து கொண்டு வருவது சிறந்ததாகும். இதன் மூலம் தம்மையும் வளர்த்துக் கொள்ள முடியும். • தொழிநுட்பம், தகவல், ஊடகம் போன்ற விடயங்கள் ஒன்று சேர்ந்ததன் மூலம் தகவல் தொழிநுட்பம் எனும் பாடவிதானம் உருவாக்கமெடுத்தது. ஆகையால் நேரலையின் வருகை மூலம் சமூக வலைத்தளங்கள் உருவாக்கம் எடுத்த முறையும் இன்றைய தகவல் தொழி நுட்பமும், சமூகவலைத்தளங்கள் சமூகத் தில் கைப்பற்றியுள்ள அவகாசங்கள் காரணமாக மக்கள் சமூகத்தினுள் ஏற்பட்டுள்ள வதந்திகள், பழக்க வழக்கங் கள், பொருளாதார, சமூக, அரசியல். கலாச்சார பிரிவுகளுக்குள் எந்தளவிற்கு தீர்மானமிக்க விடயமாக இவைகள் அமைந்துள்ளது. • சமூக ஊடகம் பிரஜைகளின் ஊடகமாக சமூகத்திற்கு சேவை வழங்குவதுடன் சில தான்தோன்றித்தனமான மற்றும் தீவிரவாத நோக்கமுடைய நபர்கள் மூலம் சீரழிந்துள்ள முறை காரணமாக அதிக மான சந்தர்ப்பங்களில் பிள்ளைகள் மற்றும் இளைஞர்கள் அதன் இரையாக மாறியுள்ளனர். நாளுக்கு நாள் இது அதிகரித்துக்கொண்டே வருகின்றது.
1.7	நேரலை ஊடான விளையாட்டுக்கள்		
1.8	திரைக்கு அடிமையாகுதல்		
1.9	இணையம் ஊடான துன்புறுத்தல் (cyber - bullying)		
1.10	நேரலையில் வசப்படுத்தல் (online grooming)		
1.11	நிர்வாண காட்சிகளை அனுப்புதல் மற்றும் கசியச் செய்தல்		

			• 1.7–1.10 வேலைத்திட்டமானது பங்கு பற்றும் இளைஞர் குழுவினர் பல்வேறு பட்டவர்களை இலக்காகக் கொண்டு அறிவூட்டல் மற்றும் பயிற்சி வேலைத் திட்டங்கள் மேற்கொள்வது இதன் ஒர் பிரதான நோக்கமாகும். இத்தலைப் புகள் நான்கை பங்குபற்றுனர்களை நான்கு குழுக்களாக பிரித்து பாடசாலை யின் 11, 12 மற்றும் 13ம் தரங்களில் மாணவ மாணவிகளை கொண்டு செயலமர்வு ஒன்று செய்யும் முறையை பாத்திரங்களாக ஏற்று நடிப்பதற்கு வாய்ப்பளிக்கவும். முதலாவது தயாரா வதற்கு காலத்தைப் பெற்றுக் கொடுத்து முன்வைப்பதற்கு அழையுங்கள். • ஒரு குழு சமர்ப்பிக்கும் போது ஏனைய குழுக்கள் அதை வலுவூட்டுவதற்கான விடயங்களை இனங்காணுமாறு தெரிவிக்கவும். இதன் மூலம் ஒரு குழு முன் வைக்கும் போது ஏனையவர்கள் செவிமடுக்கும் பழக்கத்தை உருவாக்கிக் கொள்வர். அத்துடன் விமர்சனங்கள் முன்வைக்கும் முறையையும் கற்றுக் கொள்வர். முன்வைப்பதற்காக குழுக் களுக்கு ஏற்ற விதத்தில் காலத்தைப் பெற்றுக் கொடுங்கள். அவர்களுக்கு தேவையானவைகளை வழங்கவும். • 1.11 நபர்களுக்கிடையில் நிர்வாணமான படங்கள் அனுப்புவதும், பரப்புவதும் போன்ற விடயங்கள் சொல்லப்படுகிறது. ஆனால் அதன் பின்னாலுள்ள உளரீதி யான விடயங்களை கலந்துரையாடு வதன் மூலம் இவைகளைக் குறைக்க வாய்ப்புகள் கிட்டும். ஆகையால் இது தொடர்பாக பங்குபற்றுனர்களுடன் மேற் கொள்ளும் கலந்துரையாடல் மற்றும் அவர்களது கருத்துகள் மூலம் பொது நிலைப்பாட்டிற்கு வர முடியும். எவ்வாறா னாலும் இதற்கான காரணங்கள் மற்றும் அதன் தேவையற்ற பெறுபேறுகள் தொடர்பாக கலந்துரையாடுவதற்கு இணக்கப்பாடுகளை பங்குபற்றுனர் களிடமிருந்து பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

3. பயிற்சி நடாத்துதல் – இரண்டாம் நாள் அமர்வை வழிநடத்தல்

இரண்டாம் நாளில் அமர்வு மு.ப 08.30 மணிக்கு ஆரம்பிக்க வேண்டும். ஆகையால் பயிற்சியாளர்கள் மற்றும் பங்குபற்றுனர்கள் மு.ப. 08.25 மணிக்கு பயிற்சி மண்டபத்திற்குள் வருகைதர வேண்டும். இரண்டாவது நாளில் அமர்வுகள் மேற்கொள்ளப்படும் முறை கீழ் காட்டப்பட்டுள்ளது.

3.1. செயலமர்வுக்கு உட்பிரவேசித்தல்

முன்னைய நாள் தொடர்பாக சுருக்கமாக ஞாபகப்படுத்திக் கொண்டு அமர்வுகளை ஆரம்பிப்பது சிறந்ததாகும். வழமைபோல் கட்டம் கட்டமாக முதல் நாள் அமர்வைப் பற்றிக் கலந்துரையாடுவதை விட பங்குபற்றுனர்கள் அமர்வுகள் ஊடாக தாம் கற்றுக் கொண்ட மனம் கவர்ந்த தகவல் அல்லது விடயம் ஒன்றை கேட்டறிந்து கொள்ள சந்தர்ப்பம் வழங்குவது சிறந்ததாகும். அதனூடாக பயிற்சியாளர்களுக்கு முன்னைய நாளின் நோக்கங்களை எந்தளவு அடைந்துள்ளோம் என்பது பற்றி அறிந்து கொள்ள முடியும். ஒதுக்கப்படும் காலம் : மு.ப. 08.30 – மு.ப. 09.00 (30 நிமிடம்)

3.2 இரண்டாம் அமர்வின் ஆரம்பம் – சாதகமான ஆளுமையும், சிறந்த தொடர்பாடலையும் வலுப்படுத்தல்

இந்த அமர்வின் பிரதான நோக்கமாவது, துஷ்பிரயோகம், துன்புறுத்தல், சுரண்டல் போன்ற பாதகமான நபர்கள் உருவாவதற்கு காரணமான மனப்பாங்கு மற்றும் நடத்தையை தவிர்த்து ஒரு நபரில் சாதகமான குணவியல்புகளை விருத்தி செய்து சிறந்த ஆளுமைகளை கட்டியெழுப்ப கலந்துரையாடுதல்.

படிமுறை 1 – கௌரவம் என்றால் என்ன? சுயகௌரவம் மற்றும் தன்னம்பிக்கை என்றால் என்ன? சிறந்த தொடர்புகள் என்றால் என்ன? போன்றவற்றை கலந்துரையாடல். பயிற்சியின் உள்ளடக்கம் 2.1 தொடக்கம் 2.3இல் காட்டப்பட்டுள்ளது.

#	உள்ளடக்கம்	தேவையான காலம்/ பொருட்கள்	செயன்முறை
2.1 2.2 2.3	மரியாதை செலுத்துதல் சுய கௌரவம் சமூக உறவு	மு.ப. 09.00 மு.ப. 10.00 01 மணித்தியாலம் A4 நிறக் கடதாசிகள் பிளட்டினம் பேனை Flip Chart paper Masking Tape	• இம் மூன்று கேள்விகளும் முன்னைய நாள் கலந்துரையாடிய பிரதான தலைப் புகள் இரண்டாம் நாள் சிறுவர் வளர்ச்சி மற்றும் சிறுவருக்கெதிரான துஷ்பிர யோகம், வன்முறை மற்றும் சித்திரவதை எனும் காரணங்கள் தொடர்புபட்டவை என்பதை தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். உதாரணமாக இவ்விடயங்கள் இரண்டும் ஒரே பணக்குற்றியின் இரு பக்கங்களை போன்றதாகும். கௌரவம், சுயகௌரவம் மற்றும் தன்னம்பிக்கை போன்றவை களுக்கு சிறந்த தொடர்பாடல் எனும் தீர்மானம் சிறந்ததாகும். • வளர்ச்சிக் காலகட்டத்தில் சீரான உடல் ஆரோக்கியம், உள, அறிவு, மொழி, தொடர்பாடல் வளர்ச்சிக்காக ஒரு பிள்ளைக்கு தேவையான உள, பௌதீக மற்றும் சூழல்சார் விடயங்கள் வழங்கப் பட்டால் அதன் பிரதிபலன் சிறந்த ஆளுமையினாலான மற்றும் உள்ளகமும், வெளியகமும் மேற்கொள்ளக்கூடிய நபரை உருவாக்கல். இன்னுமொருவரின் கௌரவம், தன்னபிமானம், தன்னம் பிக்கை பாதிக்கும் விதத்தில் எந்த விதத்திலாவது சித்திரவதையோ, துஷ்பிரயோகமோ, வன்முறை ஒன்றையோ செய்யாமலிருக்கப்படும். தமக்குள்ள அதிகாரம் மற்றும் பொறுப் புகள் இடையில் சிறந்த தொடர்பாடலை ஏற்படுத்துவதற்கு நம்பிக்கைகளை தப்பாக பயன்படுத்துவதில்லை. • இன்னொரு பக்கத்தில் பிள்ளைக்கு ஏற்படும் துஷ்பிரயோகங்கள், வன்முறை கள் அல்லது சுரண்டுதல் மூலம் ஏற்படுவது தன்னம்பிக்கை மற்றும் கௌரவம் சீரழிந்து தமது சுய வாழ்க்கை யின் பயன்பாடுகள் மற்றும் முழுமையான ஆற்றல்களை அடைய தடையாக அமையும்.

			• இதனால் கருவறையிலிருந்தும், பிறப்பிலிருந்தும் ஒரு பிள்ளைக்கு கிடைக்கும் கௌரவம், அதன் மூலம் கட்டியெழுப்பக் கூடிய சுயகௌரவம் மற்றும் தன்னம்பிக்கை பிள்ளையின் முழு வளர்ச்சிக்கும் முழுமையான ஆற்றல்களைப் பெறவும் சாதகமான ஆளுமைக்கும் தன்னம்பிக்கைக்கும் பாரிய பங்கினை ஆற்றக் கூடியது ஆகும். • இந்த அமர்வின் முக்கியமானதாக கருதப்படுவது துஷ்பிரயோகத்திற்கு மற்றும் வன்முறைக்கு எதிரான ஆளுமைகள் அத்துடன் சிறந்த தொடர்பாடல்கள் கட்டியெழுப்பக் கூடிய நடத்தை முறைமைகள் கட்டியெழுப்பப்படல் மாத்திரமாகும். சுருக்கமாக சொல்வதானால் வன்முறை, சித்திரவதை, மற்றும் சுரண்டலுக்கு தீர்வாக தனக்குள் உள்ள கௌரவம், சுய கௌரவம், மற்றும் தன்னம்பிக்கையை கட்டியெழுப்பக்கூடிய மற்றும் இன்னொருவரின் கௌரவத்திற்கு, சுயகௌரவத்திற்கு, மற்றும் தன்னம்பிக்கைக்கு தடைகள் ஏற்படுத்தாது சிறந்த தொடர்புகளை கட்டியெழுப்பக் கூடிய பாத்திரங்கள் மற்றும் நபர்களை உருவாக்குதலாகும். • பயிற்சி வழங்குனர்கள் மூலம் இந்த விடயத்தை மிகவும் இலகுவாக பங்குபற்றுனர்களுடன் கலந்துரையாடி அதன் பின் ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் கௌரவம், சுயகௌரவம், தன்னம்பிக்கை, சிறந்த தொடர்பாடல் போன்றவைகள் சமூகத்தில் துஷ்பிரயோகங்கள், வன்முறைகள் அல்லது சுரண்டுதல் ஆகியவற்றுக்கு எதிரான தீர்வாக மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும் விதம் ஒரு நபரினுள் நடத்தை மற்றும் பெறுமதிகளில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்த ஏதுவாக அமைகின்ற விதத்தை கலந்துரையாடுமாறு தெரிவிக்கவும்.

தேனீர் இடைவேளை மு.ப. 10.15 – மு.ப. 10.30 (15 நிமிடம்)

			• ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் 5 ஏ4(A4) தாள்கள் பெற்றுக்கொடுத்து தன்னுடைய தலைப்பிற்கு அமைவாக ஒவ்வொரு தாளிலும் ஒரு விடயம்படி குறிப்பிடுமாறு கூறுங்கள். • குழுக் கலந்துரையாடல் முடிந்த பின் அனை வரையும் ஒரு இடத்திற்கு அழைத்து கலந் துரையாடிய விடயங்களை பகிர்ந்து கொள்வதற்கு வாய்ப்பளிக்கவும். காரணங் களை முன்வைத்த ஏ4 கடதாசிகளை ஆக்கபூர்வமாக அழகாக அடுக்கி வைப்பதற்கு சொல்லவும். பங்குபற்றுனர் களின் கருத்துகளை கவனத்தில் கொள்ளவும். அவர்கள் சாதகமான தொடர்புகள் கட்டியெழுப்பக்கூடிய ஆளுமை, நபரிடம் இருக்க வேண்டிய நடத்தைகள், மற்றும் குணவியல்புகளை அடையாளங் காண்பர். அவ்வாறான பாத்திரங்கள் மேற்கூறிய வன்முறைகள், துஷ் பிரயோகங்கள், சித்திரவதைகள் ஆகிய வற்றிற்கு எதிரானவர்கள் என புரிந்துக் கொள்வர்.

3.3 மூன்றாம் அமர்வின் ஆரம்பம் – அறிக்கையிடலும், உதவிகள் தொடர்பாக ஆராய்தலும்

இந்த அமர்வு மூலம் நேரலையின் ஊடாக மேற்கொள்ளப்படும் சேட்டைகள், துஷ்பிரயோகம் மற்றும் சுரண்டலுக்கான சம்பவங்கள் தொடர்பாக எடுக்கவேண்டிய நடைமுறைகள் தொடர்பாக பங்குபற்றுனர்களைத் தெளிவுபடுத்துவதற்கு திட்டமிடப்பட்டுள்ளது. தனிப்பட்ட, குடும்பமாக, நெருங்கிய குழுவாக பொதுவாக ஒரு சமூகமாக நடைபெற்ற சம்பவமொன்று அல்லது பல சம்பவங்கள் தொடர்பாக எடுக்கக் கூடிய, எடுக்க வேண்டிய விடயங்கள் பற்றி இங்கு கலந்துரையாடப்படும்.

படிமுறை 4 – பாதிக்கப்பட்டவரை இனங்கானல், பாதிக்கப்பட்டவர் தொடர்பாக தெரிந்து கொண்டதன் பின் என்ன செய்ய வேண்டும்? உங்கள் பெற்றோரை அணுகுவது எவ்வாறு? நீங்கள் பாதிக்கப்பட்டவராயின் உங்களுக்கு எடுக்கக்கூடிய படிமுறைகள் மற்றும் இதற்கு வழங்கக்கூடிய சட்டம் மற்றும் சேவைகள் தொடர்பாக இந்த உப அமர்வில் கலந்துரையாடப்படும். பயிற்சி உள்ளடக்கம் 3.1 தொடக்கம் 3.6 இல் அனைத்து விடயங்களும் உள்ளடக்கப்பட்டுள்ளது.

#	உள்ளடக்கம்	தேவையான காலம்/பொருட்கள்	செயன்முறை
3.1	சட்டம்	மு.ப.10.15 மு.ப.10.30 15 நிமிடம்	• நேரலை பாவிப்பதன் மூலம் மேற்கொள்ளப்படும் துஷ் பிரயோகம் மற்றும் சிறுவர் பாலியல் சுரண்டல்கள் குற்றவியல் குற்றமாகையால் அதற்காக சட்ட நடவடிக்கை எடுப்பதற்கு இலங்கையினுள் சட்ட திட்டங்கள் இருப்பதுடன் முறையான வசதிகள் இருப்பதோடு அதை செயற் படுத்துவதற்கு நிறுவன கட்டமைப்பு உள்ளதெனவும் தெரிவிக்கவும்.
3.2 3.3 3.4 3.5 3.6	நேரலை ஊடான சிறுவர் பாலியல் சுரண்டலினால் பாதிப்புக்கு உள்ளானவர்களை இணங்காணல் பாதிக்கப்பட்டவரைக் கையாள்வது பெற்றோரை அணுக நான் இணையம் ஊடான துன்புறுத்தலுக்கு உள்ளானவர் எனின் ...? யாரிடம் முறையிடுவது?	மு.ப.10.45 மு.ப.11.45 01 மணித்தியாலம் நிறப் பேனாக்கள் (painting sticks), பிளிப் சாட் தாள்கள் (flip chart paper), மூடுநாடா (masking tape)	• பங்குபற்றுனர்களை4 குழுக் களாக பிரிக்கவும் ஒவ்வொரு குழுவுக்கும் 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, எனும் தலைப்புகளை பெற்றுக் கொடுத்து அவர் களின் கருத்துகளை Flip Chart Papers இல் எழுது வதற்கு வாய்ப்பு கொடுங்கள். அதன் பின் அவைகளை பயிற்சி அறையினுள் 4 இடங்களில் காட்சிப்படுத்தி ஒவ்வொரு குழுவுக்கும் மற்றைய குழுக்கள் கலந் துரையாடிய விடயங்களை பார்க்குமாறு Gallery walk ஒன்று செல்லுமாறு தெரி விக்கவும். குழுக்களின் கருத் துகளைப் பெற்றுக் கொண் டதன் பின் 3.6 கீழ் விடயங் களைத் தெளிவுபடுத்தவும்.

3.4 மூன்றாம் அமர்வின் ஆரம்பம் – கற்றலும் ஆர்வத்தை ஏற்படுத்தலும்

இச் செயலமர்வின் நோக்கம் மேலும் பங்குபற்றுனர்கள் அறிவை வளர்த்துக் கொள்வதற்கு, அறிவைத் தேடுவதற்கு மற்றும் கற்றுக் கொண்டதை ஏனைய மட்டங்களில் செயற்பட ஊக்குவித்தலுமாகும். இதற்காக பங்குபற்றுனர்களை வட்டமாக அமர்த்தி விட்டு அவர்கள் இச் செயலமர்வில் பங்குகொண்டதன் மூலம் தாங்கள் தனிப்பட்ட ரீதியாக மாற்றிக் கொள்ள நினைத்த மனப்பாங்குகள், பழக்கவழக்கங்கள் போன்ற விசேட கருத்துகளை குழுவுடன் பகிர்ந்து கொள்வதற்கு வாய்ப்புக் கொடுங்கள். அதேவேளை ஒவ்வொருவருக்கும் இடையிலுள்ள விசேட ஆக்கப்பூர்வமான விடயங்களை மற்றவர்களுடன் பகிர்வதற்கு வாய்ப்பைக் கொடுங்கள். இதற்கு மேலதிகமாக பங்கு கொண்ட குழுக்கள் மத்தியில் சிறந்த தொடர்பாடலையும், தொடர்பையும் ஏற்படுத்துவது தொடர்பாக அவர்களைத் தூண்டுவதுடன் அதற்கு ஏற்ற முறைமை ஒன்றை தெரிவு செய்யவும் குழுவை ஊக்குவிக்கும் தலைமைத்துவத்தை எடுக்க அவர்களிடமே சந்தர்ப்பத்தை ஒப்படையுங்கள்.

தேவையான காலம் : மு.ப.11.45 – பி.ப.12.45 (01 மணித்தியாலம்)

4. அமர்வை முடித்தல்

சரியான முறையில் செயலமர்வை நிறைவு செய்தல். அமர்வுகள் ஆரம்பத்தில் கலந்துரையாடப்பட்ட நோக்கங்கள், சந்தேகங்கள், பங்களிப்பு வழங்கக்கூடிய விடயங்கள் மற்றும் ஒவ்வொருவரும் இனம் கண்டுகொண்ட பெறுமதிகள் தொடர்பாகவும் குறிப்பிடுவது முக்கியமாகும்.

தேவையான காலம் : பி.ப.12.45 – பி.ப.01.45 (01 மணித்தியாலம்)

மூன்றாம் பகுதி

இணைப்பு

சிறுவர் உரிமைகள் மற்றும் கடமைகள்

சிறுவர் உரிமைகள் பற்றிய ஐக்கிய நாடுகள் சமவாயத்தின் சுருக்கமான வாசகம்

சிறுவர் உரிமைகள்

ஐக்கிய நாடுகளின் சிறுவர் உரிமைகள் சமவாயம் என்பது சிறுவர்களின் உரிமைகள் பற்றிக் குறிப்பிடப்படுகின்ற சர்வதேச ரீதியாக ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட ஒரு ஆவணமாகும். இலங்கை உட்பட உலக நாடுகள் அனைத்தும் இதனை உத்தியோகபூர்வமாக ஏற்றுக் கொண்டுள்ளதோடு, குழந்தை வளர்ப்பிலே இவ் ஆவணம் அடிப்படையாகக் கொள்ளப்பட வேண்டுமெனவும் அதில் குறிப்பிடப் பட்டுள்ளது. சிறுவர் உரிமைகள் பற்றிய சமவாயத்தில் உலகின் அரசாங்கங்கள் கைச்சாத்திட்டுள்ள போதிலும் பிள்ளைகள் தம் உரிமைகளைத் தாமே அறிந்தும் புரிந்தும் கொள்ளுதல் அவசியமாகும். சிறுவர் உரிமைகள் பற்றிய ஐக்கிய நாடுகள் சமவாயத்தின் சுருக்கம் இங்கு தரப்படுகின்றது. இவையே சிறுவர்களின் உரிமைகள்.

உறுப்புரை 01

பிள்ளை என்பதன் வரைவிலக்கணம்

18 வயதுக்கு உட்பட்ட ஒவ்வொருவரும் பிள்ளையாவர். சமவாயத்தில் குறிப்பிடப் பட்டிருக்கும் எல்லா உரிமைகளையும் ஒவ்வொரு பிள்ளையும் அனுபவித்தல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 02

பாகுபாடு காட்டாமை

எல்லாப் பிள்ளைகளுக்கும் அவர்களின் வயது, பால், இனம், நிறம், சாதி, மொழி அல்லது மதம் எதுவாக இருப்பினும் இந்த உரிமைகள் உள்ளன. அரசு பிள்ளைகளை எல்லா வகையான பாகுபாடுகளிலிருந்தும் பாதுகாப்பதுடன் அவர்களின் உரிமைகளைப் பரப்புவதற்கு நடவடிக்கை எடுத்தலும் வேண்டும்.

உறுப்புரை 03

பிள்ளைகளின் சிறந்த நலன்

பிள்ளைகள் தொடர்பான சகல செயற் பாடுகளும் முடிவுகளும் அவர்களின் சிறந்த நலன்களைக் கருத்திற் கொண்டே மேற்கொள்ளுதல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 04

சமவாயத்தை அமுலாக்கல்

அரசாங்கம் சமவாயத்தில் இடம் பெற்றுள்ள உரிமைகளை பிள்ளைகள் அனுபவிப்பதற்குத் தன்னாலான சகல முயற்சி களையும் மேற்கொள்ளுதல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 05

பெற்றோரின் வழிகாட்டலும் பிள்ளையின் வளர்ச்சியும்

பிள்ளையின் பரிணாம வளர்ச்சித் திறனுக்கு ஏற்றவாறான நெறிமுறைகளைப் புகட்டுவதில் பெற்றோருக்கும் குடும்பத் தினருக்கும் உள்ள உரிமைகளையும் பொறுப்புக் களையும் அரசாங்கம் மதித்தல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 06

உயிர்வாழ்தலும் மேம்பாடும்

பிள்ளைகள் உயிர்வாழும் உரிமையுடையவர்கள் என்பதை ஒவ்வொருவரும் அங்கீகரித்தல் வேண்டும். பிள்ளைகளின் உயிர்வாழ்தலையும் வளர்ச்சியையும் அரசாங்கம் உறுதி செய்தல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 07

பெயரும் தேசியமும்

ஒவ்வொரு குழந்தையும் பிறப்பிலிருந்து தனக்கென ஒரு பெயரைப் பெறும் உரிமையுடையது. அவர்கள் ஒரு தேசியத்தில் சேர்த்துக்கொள்ளப்படவும் வேண்டும்.

உறுப்புரை 08

ஆளடையாளம் பேணல்

அரசாங்கம் குழந்தையின் ஆளடையாளத்தைப் பாதுகாத்தல் வேண்டும். அவசியமானால் அரசாங்கம். குழந்தையின் ஆளடையாளம் தொடர்பான அடிப்படை அம்சங்களை (பெயர், தேசியம், குடும்ப உறவுகள் ஆகியவற்றை) மீள நிரூபித்தல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 09

பெற்றோரிடமிருந்து பிரிக்கப்படல்

பிள்ளைகளை அவர்களின் சிறந்த நலனை முன்னிட்டு அல்லாமல் (புறக்கணிப்பு, துஷ்பிரயோகம் போன்ற காரணங்களை முன்னிட்டு அல்லாமல்) பெற்றோரிடமிருந்து பிரித்தல் ஆகாது. பெற்றோர் பிரிந்து வாழ முடிவு செய்யும் பட்சத்தில், பிள்ளை இருவரில் ஒருவரை அல்லது இருவரையும் பிரிந்து வாழுமானால் இரு பெற்றோருடனும் தொடர்பு வைத்திருக்கும் உரிமை அப்பிள்ளைக்கு உண்டு.

உறுப்புரை 10

குடும்பத்துடன் மறுபடியும் சேருதல்

பெற்றோருடன் மீண்டும் இணைந்து கொள்வதற்கோ, பிள்ளைக்கும் பெற்றோருக்கு முள்ள உறவைப் பேணுவதற்கோ, எந்த நாட்டையும் விட்டு அகலுவதற்கோ அல்லது தன் சொந்த நாட்டில் நுழைவதற்கோ பிள்ளைகளும் பெற்றோரும் உரிமையுடையவர்களாவர்.

உறுப்புரை 11

பிள்ளைகளின் சட்டவிரோதக் கடத்தலும் திருப்பி அனுப்பப்படாமையும்

பெற்றோரில் ஒருவரால் அல்லது வேறொருவரால் பிள்ளை, கடத்தப்படுதலை அல்லது பலாத்காரமாக வெளிநாட்டில் தடுத்து வைக்கப்படுதலை அரசாங்கம் தடுக்க முயல்வதுடன் அவர்களை மீட்பதற்கும் ஒத்தாசை செய்தல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 12

பிள்ளையின் கருத்து

ஒவ்வொரு பிள்ளையும் தன் கருத்தை வெளியிடுவதற்கும் தன்னைப் பாதிக்கக் கூடிய விடயம் அல்லது நடைமுறை பற்றித் தன் அபிப்பிராயத்தைத் தெரிவிக்கவும் உரிமையுடையதாகும். அத்துடன் வளர்ந்தோரால் அது கருத்திற் கொள்ளப்படுவதற்கும் உரிமை உடையதாகும்.

உறுப்புரை 13

கருத்துச் சுதந்திரம்

பிறரின் உரிமைகளை மீறாமல், தகவல்களைப் பெறவும் மற்றவர்களுக்கு அவற்றைப் பரிமாறவும் தன் கருத்துக்களை வெளியிடவும் பிள்ளைக்கு உரிமையுண்டு.

உறுப்புரை 14

சிந்தனை, மனசாட்சி, மதவழிபாட்டுச் சுதந்திரம்

ஒவ்வொரு பிள்ளையும் பெற்றோரின் வழிநடத்தலுக்கும் தேசிய சட்டத்துக்கும் அமைந்த முறையில் சிந்தனை, மனசாட்சி, சமயம் ஆகிய விடயங்களில் சுதந்திரமாக இயங்க உரிமையுடையவராவர்.

உறுப்புரை 15

கூடும் சுதந்திரம்

பிள்ளைகள் மற்றவர்களைச் சந்திக்க அல்லது சங்கங்களை அமைக்க உரிமையுடையவர்கள். ஆனால் இது பிறரின் உரிமைகளுக்குப் பாதகமாய் அமையக்கூடாது.

உறுப்புரை 16

அந்தரங்கத்தைப் பேணல்

பிள்ளைகள் தங்களது அந்தரங்கத்தைப் பேண உரிமையுடையவர்கள், தமது அந்தரங்கம், குடும்பம், வீடு, கடிதத் தொடர்பு என்பவற்றில் பிறரின் தலையீடு இன்றி பாதுகாப்புப் பெறும் உரிமை அவர்களுக்கு உண்டு.

உறுப்புரை 17

பொருத்தமான தகவல்களைப் பெறல்

வெகுசன ஊடகங்கள் ஆற்றும் பணியின் முக்கியத்துவத்தை அங்கீகரித்து, விசேடமாக பிள்ளையின் சேமநலனுக்கும் பண்பாட்டுப் பின்னணிக்கும் ஏற்ற தகவல்களையும் தகவற் சாதனங்களையும் பெறுவதற்குரிய வாய்ப்புக் களை உறுதி செய்தல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 18

பெற்றோரின் பொறுப்புக்கள்

தம் பிள்ளைகளை வளர்ப்பதில் பெற்றோர் இருவரும் கூட்டாகப் பொறுப்பேற்றல் வேண்டும். பெற்றோர் இதனை நிறைவேற்றுவதற்கு அரசு ஆதரவளித்தல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 19

இம்சை, புறக்கணிப்பு ஆகியவற்றிலிருந்து பாதுகாப்பு

சகல விதமான இம்சைகள், புறக்கணிப்பு ஆகியவற்றிலிருந்து பாதுகாப்புப் பெறுவதற்கு பிள்ளைகளுக்கு உரிமையுள்ளது. பிள்ளைகளைத் துன்புறுத்துவதற்கு பெற்றோருக்கும் பராமரிப்பாளருக்கும் உரிமை கிடையாது. அரசாங்கம் இம்சைகள், மற்றும் புறக்கணிப்பிற்கு பிள்ளைகள் உள்ளாகாமலிருக்கவும் அவற்றிலிருந்து மீள்வதற்கும் ஏற்ற செயற்திட்டங்களைப் பொறுப்பேற்கும் கட்டுப்பாட்டிற்கு உரித்துள்ளது.

உறுப்புரை 20

குடும்பங்களற்ற பிள்ளைகளின் பாதுகாப்பு

தம் குடும்பத்தவர்களுடன் வாழ முடியாத பிள்ளைகளுக்கு விசேட பாதுகாப்பு அவசியம். பிள்ளையின் பண்பாட்டுப் பின்னணிக்கு உகந்த மாற்றுக் குடும்பப் பராமரிப்பை ஏற்பாடு செய்தல் அல்லது தாபரிப்பு வழங்கும் விடுதியில் தங்க வைத்தல் அரசாங்கத்தின் கடப்பாடாகும்.

உறுப்புரை 21

தத்தெடுத்தல்

ஒரு பிள்ளையைத் தத்தெடுப்பதானால் அதனைச் சட்டமுறைப்படியும் பிள்ளையின் சிறந்த நலனுக்கு அமைவாகவும் ஏற்பாடு செய்தல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 22

இடம்பெயர்ந்த பிள்ளைகள்

ஒரு பிள்ளை பாதுகாப்பு இல்லை என்னும் காரணத்தினால் தன் வீட்டை அல்லது நாட்டைப் பிரிந்து அகதியானால் அப்பிள்ளைக்கு விசேட பாதுகாப்பும் ஆதரவும் பெறும் உரிமையுள்ளது.

உறுப்புரை 23

அங்கவீனம் உடைய பிள்ளைகள்

உள்ளத்தால் அல்லது உடலால் அங்க வீனம் உள்ள பிள்ளைகள், முடிந்தளவு சுயமாக சமுதாயத்தின் முழுமையான, செயலூக்க முள்ள வாழ்க்கையை நடத்துவதற்கு உதவும் வகையிலான விசேட பராமரிப்பு, கல்வி, பயிற்சி ஆகியவற்றைப் பெறும் உரிமையுடைய வர்களாவர்.

உறுப்புரை 24

சுகாதாரமும் சுகாதார சேவைகளும்

பிள்ளைகள் கூடுமானளவு உயரிய சுகாதார வசதிகளைப் பெறும் உரிமை உடையவர்களாவர். சுகாதார மற்றும் வைத்திய சேவைகளைப் பெறும் வாய்ப்பும், விசேடமாக சிசுமரணம், நோய், போசாக்கின்மை ஆகியவற்றைக் குறைக்கும் வகையிலான ஆரம்ப மற்றும் தடுப்பு ரீதியான சுகாதாரப் பராமரிப்பு, பொதுச் சுகாதாரக் கல்வி ஆகிய வற்றைப் பெறும் வாய்ப்பு அவர்களுக்குக் கிடைத்தல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 25

காலத்துக்கு காலம் பரிசீலித்தல்

அரசினால் பராமரிப்பு, பாதுகாப்பு, சிகிச்சை ஆகியவற்றின் பொருட்டு வீட்டுக்கு வெளியே தங்கவிடப்பட்டுள்ள பிள்ளை, அவ்வாறு தங்கியுள்ளமை தொடர்பான சகல அம்சங்களும் கிரமமாக ஆராயப்படுவதற்கு உரிமையுடையதாகும்.

உறுப்புரை 26

சமூகப் பாதுகாப்பு

தன் நாட்டில் கிடைக்கும் சமூகப் பாது காப்பின் அனுகூலங்களைப் பெறும் உரிமை பிள்ளைக்கு உண்டு.

உறுப்புரை 27

வாழ்க்கைத் தரம்

ஒவ்வொரு பிள்ளைக்கும் தகுந்த தரம் வாய்ந்த வாழ்க்கையை அனுபவிக்கும் உரிமை உள்ளது. இதனை வழங்குதல் பெற்றோரின் முதற் கடப்பாடு ஆகும். பெற்றோரால் அது முடியாத பட்சத்தில் அரசாங்கம் உதவுதல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 28

கல்வி

எல்லாப் பிள்ளைகளும் கல்வி கற்கும் உரிமையுடையவர்களாவர். அரசு ஆரம்பக் கல்வியேனும் கட்டாயமாகவும் இலவசமாகவும் கிடைப்பதை உறுதி செய்தல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 29

கல்வியின் நோக்கங்கள்

ஒரு பிள்ளை கல்வி கற்பதன் நோக்கம் அதன் ஆளுமை, திறன்கள், உடல் மற்றும் உள ரீதியான ஆற்றல்கள் என்பன முற்று முழுதாய் விருத்தியடையச் செய்தலாகும். சுதந்திரமான சமுதாயத்திலே அடிப்படை மனித உரிமைகளுக்கும் தம் சொந்தக் கலாச்சார, தேசிய விழுமியங்களுக்கு மட்டுமல்ல மற்றவர்களின் விழுமியங்களுக்கும் மதிப் பளித்து பொறுப்புடனும் சமாதானமாகவும் வாழ் வதற்கு அவர்களைத் தயாரித்தலும் வேண்டும்.

உறுப்புரை 30

சிறுபான்மையினரின் பிள்ளைகள்

சிறுபான்மை சமூகங்கள், ஆதிவாசிகள் ஆகியோரின் பிள்ளைகள் தம் சொந்தப் பண்பாட்டினை அனுபவிப்பதற்கும் தம் சொந்த மதம், மொழி ஆகியவற்றைப் பின்பற்றுவதற்கும் உரிமையுடையவர்களாவர்.

உறுப்புரை 31

ஒய்வு, பொழுதுபோக்கு மற்றும் கலாச்சார நடவழக்கைகள்

பிள்ளைகள் ஒய்வாக இருக்க, விளையாட, கலாச்சார மற்றும் கலை நிகழ்ச்சிகளில் பங்கு பெற உரிமையுடையவர்களாவர்.

உறுப்புரை 32

சிறுவர்களை வேலைக்கு அமர்த்தல்

தம் ஆரோக்கியம், கல்வி, வளர்ச்சி என்பவற்றின் மேம்பாட்டுக்கு அச்சுறுத்தலாய் அமையக்கூடிய வேலைகளிலிருந்து பாதுகாப்புப் பெறும் உரிமை பிள்ளைகளுக்கு உண்டு. தொழிலில் அமர்த்துவதற்குரிய குறைந்த பட்ச வயதை வரையறை செய்தலும் தொழில் நிபந்தனைகளை நெறிப்படுத்தலும் அரசின் கடப்பாடாகும்.

உறுப்புரை 33

போதைப் பொருட் துஷ்பிரயோகம்

பிள்ளைகள் சட்டவிரோத மருந்துகளைப் பாவிப்பதிலிருந்தும் அவற்றின் உற்பத்தி அல்லது விநியோகத்தில் ஈடுபடுவதிலிருந்தும் பாதுகாப்புப் பெறும் உரிமையுடையவர்களாவர்.

உறுப்புரை 34

பாலியல் ரீதியான சுரண்டல்

ஒவ்வொரு பிள்ளையும் விபச்சாரம் மற்றும் ஆபாசக் காட்சிகள் ஆகியன அடங்கலான பாலியல் சுரண்டல்கள், இம்சைகள் முதலியவற்றிலிருந்து பாதுகாப்புப் பெறும் உரிமையுடையவர்களாவர்.

உறுப்புரை 35

விற்பனை, பரிவர்த்தனை, கடத்தல்

பிள்ளைகளை விற்றல், பரிவர்த்தனை செய்தல், கடத்துதல் போன்றவற்றைத் தடுப்பதற்கு அரசு சகல விதத்திலும் முயலுதல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 36

வேறு வகையான சுரண்டல்கள்

அரசு, மேலே 32 – 35 வரையான உறுப்புரைகளில் சொல்லப்படாத மற்றெல்லா வகையான இம்சைகள், சுரண்டல்களிலிருந்தும் பிள்ளைகளைப் பாதுகாத்தல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 37

சித்திரவதையும் சுதந்திரத்தைப் பறித்தலும்

எந்தப் பிள்ளையும் சித்திரவதை, கொடூர தண்டனை ஆயுட் சிறைத்தண்டனை, மரண தண்டனை, சட்டவிரோதமான கைது அல்லது சுதந்திர மறுப்பு ஆகியவற்றுக்கு உள்ளடக்கப் படலாகாது. மேலும் தகுந்த பராமரிப்பு, தடுப்புக் காவலிலுள்ள வளர்ந்தோரிடமிருந்து விலக்கி வைக்கப்படல், குடும்பத்தவர்களுடன் தொடர்பு வைத்துக் கொள்ளல், சட்டம் மற்றும் ஏனைய உதவிகளைப் பெறல் ஆகியவற்றுக்கு உரித்துடையதாகும்.

உறுப்புரை 38

ஆயுதப் பிணக்குகள்

போர்க் காலத்தில் பாதுகாப்புப் பெறும் உரிமை பிள்ளைகளுக்கு உண்டு. 18 வயதுக்குக் குறைந்த எந்தப் பிள்ளையும் போராட்டங்களில் நேரடியாக ஈடுபடவோ ஆயுதப் பிணக்குகளில் சேர்க்கப்படவோ கூடாது. அரசாங்கம் ஆயுதப் பிணக்கினால் பாதிக்கப்பட்ட எல்லா பிள்ளைகளுக்கும் பராமரிப்பும் பாதுகாப்பும் வழங்குதல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 39

புனர்வாழ்வுப் பராமரிப்பு

ஆயதப் பிணக்குகளில் சித்திரவதை, புறக்கணிப்பு, துர்நடத்தை அல்லது சுரண்டலுக்கு உள்ளான பிள்ளைகள் குணமாகி சமுதாயத்தில் மீண்டும் சேர்ந்து

கொள்வதற்கான உதவிகளை உறுதி செய்யும் கடப்பாடு அரசாங்கத்தினுடையதாகும்.

உறுப்புரை 40

சிறுவர் நியாயாதிக்க நிர்வாகம்

பிள்ளைகள் ஒரு குற்றம் புரிந்ததாகப் பழி சுமத்தப்பட்டால், சட்ட ரீதியாகவும் வேறு வகையாகவும் உதவி பெற அவர்களுக்கு உரிமை உண்டு. சட்ட நடவடிக்கைகள், பராமரிப்பு நிலையங்களில் சேர்த்தல் முதலியன முடியுமான வரையிலும் தகுந்த சந்தர்ப்பத்திலும் தவிர்க்கப்படல் வேண்டும்.

உறுப்புரை 41

உயர்வான தராதரங்களை மதித்தல்

இந்தச் சமவாயத்தில் குறிப்பிட்டுள்ள தராதரங்களிலும் பார்க்க, தேசிய சட்ட தராதரம் உயர்ந்ததாகக் காணப்பட்டால் உயர்ந்த தராதரமே நடைமுறைக்குப் பொருந்துவதாகும்.

உறுப்புரை 42 – 54

42 முதல் 45 வரையான பிரிவுகள்

இச் சாசனத்தை நடைமுறைப்படுத்து வதிலான முன்னேற்ற நடவடிக்கைகளை ஐக்கிய நாடுகள் சபையிடம் அறிவிக்கும் அரசின் பொறுப்பு பற்றி விளக்கப்பட்டுள்ளது.

46 முதல் 54 வரையான பிரிவுகள்

அரசு சாசனத்தோடு உடன்படும் படிமுறைகளைப் பற்றி தெரிவிக்கின்றது. அரசின் மற்றும் பெரியவர்களின் உரிமைகளையும் உறுதிசெய்து கொண்டு, உலக மட்டத்தில் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட உரிமைகளை அனுபவிக்க ஒவ்வொரு சிறுவருக்கும் உரிமையுண்டு என ஐக்கிய நாடுகள் சபையின் சிறுவர் சாசனம் தெரிவிக்கின்றது. இப் பரந்துபட்ட உரிமைகளை சிறுவர் அனுபவிக்கும் அதே நேரத்தில் ஐக்கிய நாடுகள் சபையின் சிறுவர் சாசனம் (ICCPR) சிறுவர்களுக்கான கடமைகளையும் விவரிக்கிறது.

இந்த சமவாயத்தை இலங்கை அரசு 1991ஆம் ஆண்டு கைச்சாத்திட்டு ஏற்றுக் கொண்டுள்ளது.

சிறுவர் உரிமைகளுடன் இணைந்து சிறுவர்களின் கடமைகள் சம்பந்தமான உதாரணங்கள் சில கீழே குறிப்பிடப் பட்டுள்ளது.

ஆண் பெண் பால்நிலை, இனத்துவப் பின்னணி, சமூக நிலை, மொழி, வயது, தேசியம் அல்லது சமயம் ஆகியவற்றைக் கவனத்திற்கொண்டு எவ்வித வேறுபாடு களுக்கும் உட்படுத்தப்படாமல் இருப்பதற்கு ஒரு சிறுவருக்கு உரிமை உள்ளது போன்று அவ்வாறே மற்றவர்களையும் தயவோடு நடத்துவதும் சிறுவர்களின் பொறுப்பாகும். துன்புறுத்தல், கொடூரம், சுரண்டுதல் மற்றும் பாராமரிப்பின்றி கைவிடல் போன்றவைகளில் இருந்து பாதுகாப்பைப் பெறும் உரிமை சிறுவர்களுக்கு உள்ளது போன்று மற்றவர் களுக்கு துன்புறுத்தல் மற்றும் தொந்தரவு செய்யாதிருப்பதற்கான பொறுப்பும் சிறுவர் களுக்கு உண்டு. சுத்தமான சுற்றாடலில் வாழ்வதற்கான உரிமை சிறுவர்களுக்கு உள்ளது போன்று தான் வாழும் சூழலைப் பாதுகாக்கும் பொறுப்பும் சிறுவர்களுக்கு உள்ளது.

மூலம் – தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபையின் “சிறுவர் உரிமைகள் மற்றும் கடமைகள்” என்னும் துண்டுப் பிரசுரம்.