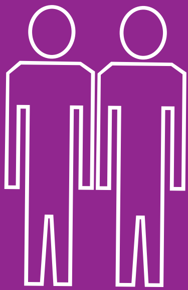
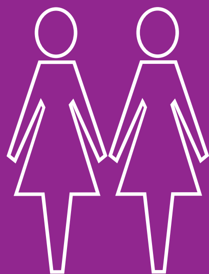
අඳුරෙන් එළියට

ශ්‍රී ලංකාව තුල සමලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනය



අඳුරෙන් එළියට

ශ්‍රී ලංකාව තුල සමලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනය



අඳුරෙන් එළියට: ශ්‍රී ලංකාව තුල සමලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනය ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ්, ශ්‍රී ලංකා ප්‍රකාශණයකි. අධ්‍යාපනික භාවිතය සඳහා පමණක් අවසරයකින් තොරව පිටපත් කල හැක. කිසිම පිටපතක් වාණිජමය කටයුතු සඳහා භාවිතා නොකල යුතුය. සියළුම ආකාරයේ උපුටා ගැනීම් වල දී මූලාශ්‍රය සඳහන් කල යුතුය. වෙනත් ආකාරයේ පිටපත් කිරීම් සඳහා ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ් හි ලිඛිත අවසරය ලබා ගත යුතුය.

රචනය : එමිලි පෝල්, අයිනිද්‍රි ජයසිංහ සහ ලීසා කොයිස්
රූප සටහන : අජ්වාඩ් /සරාන්
පරිවර්ථනය: දිනිදු දි අල්විස්
සංස්කරණ සහය: නිහාල් සේනාරත්න

ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ් හි තුති

American Jewish World Service, Global Fund for Women, Astrea සහ වෙනත් මූල්‍යමය ආධාර ලබා දෙන සැමට.

පොන්නි අරසු, සංස්කාරකමය සහාය සඳහා.

හෝප් හැරිසන්, මූලික අදියරයන් තුලදී ලබා දුන් සහය සඳහා.

Another Closet: Domestic violence in same sex relationships (2006), ජෙනී වයිට් (etal), නිව් සවුත් වේල්ස්, සමලිංගික ගෘහස්ථ හිංසන කාර්‍යය කණ්ඩායම, ප්‍රකාශණයෙහි කොටස් උපුටා ගැනීමට හා පිටපත් කිරීමට අවසර ලබා දුන් ACON ආයතනයට.

©EQUAL GROUND 2008

පෙරවදන

අඳුරෙන් එළියට ශ්‍රී ලංකාව තුළ සමලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනය
මෙම පොත් පිංච ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ් විසින් පුළුල් සමාජ ගැටළුවක් වන සමලිංගික සබඳතා තුල ගෘහස්ථ හිංසනයේ සැඟවුන මානයක් හුවා දැක්වීමට සහ ඒ පිළිබඳව ක්‍රියා කිරීමට දරන්නා ලද ප්‍රශංසණීය උත්සහයකි. එනමුත් "ඔවුන්" අතර පවතින ගෘහස්ථ හිංසනය, "සාමාන්‍ය" පුද්ගලයන් අතර පවතින ගෘහස්ථ හිංසනයට සමාන බව පෙන්වා දීම තුලින් සැමටම වටිනා අධ්‍යාපනික සම්පතක් බවට පත්ව තිබේ. මනුෂ්‍ය භාවය අවසානයේ විශ්වයටම පොදු වේ. මෙහි අවාසනාව වන්නේ නීතිය විසින් "ඔවුන්" ගේ සමාජ ගැටළු වලට පිළිතුරු සැපයීම තබා ඔවුන්ව පිලිගැනීමට ලක් කිරීම පවා ප්‍රතික්ෂේප කිරීමයි.

බහුතර සමාජ අනන්‍යතාවය සංයුක්ත කරන්නාවූ අප වුවමනාවෙන් අමතක කර දැමීම හෝ පුද්ගලයන් අතහැර දැමීමේ අකාරුණික යථාර්තය හා අපගෙන් වෙනස් වන්නාවූ පුද්ගලයන් හා ඔවුන්ගේ සමාජ ගැටළු අමතක කර දැමීම සිදු කරයි. මෙම තත්වයට හේතුව "සාමාන්‍ය" පුද්ගලයන්ගේ උඩඟු භාවයයි. මෙම උඩඟු භාවය විසින් නීතිය ජනතා ප්‍රතිපත්ති හා සමාජ ක්‍රියාකාරී භාවය අප සමාජයේ සහෝදර සාමාජිකයන්ගේ වැදගත් සමහර අවස්ථාවලදි ජීවිතයට හානි කරවන ගැටළු කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම වලක්වා ඇත.

2005 වසරේදී ශ්‍රී ලංකා පාර්ලිමේන්තුව විසින් බොහෝ විවාදයන්ගෙන් පසුව 2005 අංක 34 දරණ ගෘහස්ථ හිංනය වැලැක්වීමේ පනත නීති ගත කරන ලදි. මෙය ඉතාමත්ම වැදගත් වන්නාවූ නීති පද්ධතියකි. එය මඟින් පුද්ගලික ගැටළුවක් යැයි පිලිගැනීමට පත් කර තිබූ යමක් සමාජමය ගැටළුවක් බවට පිලිගැනීමක් ලබා දෙන ලදි. මෙම පනත කාන්තා ආයතන මඟින් වසර ගණනාවක් පුරා සිදු කලාවූ සාකච්ඡාවන්ගේ හා ආධිවාචනයන්ගේ ප්‍රතිඵලයකි. සාම්ප්‍රදායික සමාජ රාමුව තුල ගෘහස්ථ හිංසනයට ලක් වන්නන්ගෙන් අති බහුතරයක් කාන්තාවන් වේ.

මාධ්‍යයේ හා වෙනත් ස්ථාන වල ඇති වූ, මහජන සාකච්ඡාව සාම්ප්‍රදායික පවුල තුල හිංසනය මත කේන්ද්‍ර විය. ස්ත්‍රීය අයිතිවාසිකම් කණ්ඩායම් වලදී හැර වෙනත් ආකාරයේ පවුල තුළ සිදු වන්නාවූ හිංසනය සාකච්ඡාවට බඳුන් නොවිනි. මෙම නිශ්ශබ්දතාවය සමහර පාර්ශව වල උපක්‍රමයක් වූවාට සැක නැත. සමහර පාර්ලිමේන්තු මන්ත්‍රීවරුන්ගේ සංස්කෘතිය මත පදනම්ව මෙම පනත වෙත තිබූ විරෝධය හේතුවෙන් සාම්ප්‍රදායික පවුල තුල පවා මෙම පනත ක්‍රියාත්මක කිරීම අභියෝගයක් බවට පත්විය.

මෙම පනත මඟින් ගෘහස්ථ හිංසනය ඇති වන්නාවූ අවස්ථා තුළදී නීතියේ මැදිහත් වීම සඳහා පහසුකම් සලසා දෙන ලදි. මෙම පනතේ නිර්වචනය තුළට ශාරීරික සහ මානසික හිංසනයද ඇතුලත් වී තිබේ. හිංසනයට ලක් වූවන් ආරක්ෂා කිරීම සඳහා මාස 12ක කාලයක් දක්වා උසාවි නියෝග නිකුත් කිරීම සඳහා මහේසත්‍රාත් අධිකරණයට බලය ලබා දී ඇත. එම නියෝගයක් ලබා දුන් පසු හිංසකයා හට හිංසිතයා සමඟ සබඳතා පැවැත්වීම සහ වැනි දෑ සම්පූර්ණයෙන් තහනම් කෙරේ. එහෙත් හිංසිතයන් හට මූල්‍යමය ආධාර ලබා දීම සමහර අවස්ථා වලදී මෙම නියෝගයන් වලට අයත් වේ.

ගෘහස්ථ හිංසනය මඟින් ආවරණය වන්නාවූ සබඳතා පනත මඟින් නිර්වචනය කොට ඇත. එම නිර්වචනය තුළට සම ලිංගික සබඳතා ඇතුලත් කිරීමටද හැකියාව තිබේ. එහෙත් තහනම් කොට පවත්නාවූ ලිංගික සබඳතා වල සිටින සහකරුවන් හට අධිකරණය විසින් ආරක්ෂාව ලබා දෙන්නේද යන්න ඉතාමත්ම අවිනිශ්චිත කාරණයක්ව පවතී.

අඳුරෙන් එලියට පෙන්වා දෙන පරිදි නීතිය කුමන තත්වයක පිහිටියද සම ලිංගික සබඳතා සහ එම සබඳතා තුල ඇති වන්නාවූ හිංසනය යථාර්තයක්ව පවතී. එමඟින් ගෘහස්ථ හිංසනය ඉතාම සරල භාෂාවෙන් තේරුම් කර ඇත. ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ් හි ගෘහස්ථ හිංසනය නිර්වචනයට සමාජමය හා මූල්‍යමය හිංසනයද ඇතුලත් වීම ඉතා වැදගත් කරුණක්ව පවතී. හිංසන චක්‍රය බිඳ දැමීමට ගත හැකි පියවර එමඟින් පෙන්වා දී තිබේ. එමඟින් ගෘහස්ථ හිංසනය පිලිබඳව ඇති මිත්‍යා මත සාකච්ඡා කරන අතර තුරදී හිංසනයට පුද්ගලයන්ට උපකාර කිරීමට හැකි ආකාරය පිලිබඳව තොරතුරු ලබා දී ඇත. මෙය සංවේදීව ලියා ඇති, තෙරුම් ගැනීමට පහසු ප්‍රකාශණයකි. අධ්‍යාපනික ප්‍රකාශනයක් වශයෙන් මෙහි ඇති සාර්ථකත්වය ඉතාම ඉහල මට්ටමක පවතී. මා විසින් කලින් පෙන්වා දුන් පරිදි මෙය සමලිංගික සබඳතා තුල සිටින්නන්ට පමණක් නොව ගෘහස්ථ හිංසනය තේරුම් ගැනීමට බලාපොරොත්තු වන ඕනෑම පුද්ගලයෙකුට ප්‍රයෝජනවත් වේ. මෙම උත්සහය පිලිබඳව මම ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ් හට මාගේ සුභ පැතුම් පල කරමි.

ආචාර්ය දීපිකා උඩගම,
නීති පීඨය,
කොළඹ විශ්ව විද්‍යාලය.

පටුන

හැඳින්වීම	01
ගෘහස්ථ හිංසනය පිලිබඳ ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ් නිර්වචනය	02
ගෘහස්ථ හිංසනය තෙරුම් ගැනීම	03
අපයෝජන චක්‍රය බිඳ දැමීම	11
සම්බන්ධතාව තෙරුම් ගැනීමේ ලැයිස්තුව	13
සමලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනය පිලිබඳ මිථ්‍යා මත.	15
ආරක්ෂාව සැලසුම් කිරීම.	19
මිතුරෙකුට හෝ නෑදෑයෙකුට සහය වීම.	25
තොරතුරු හා ලබා ගැනීම	33
නීති	37

“සමලිංගික සබඳතා වල
ගෘහස්ථ හිංසනය කියලා දෙයක්
නැහැ”

“ මට මතකයි
රොහාන් සහ සුනිල්
ගැන කතන්දර.
කවුරුත් ගණනකට
ගත්තේ නැහැ.
ඒකෙන් පිට හිඳීම
ලේසි නිසා ”

“ හ්ම්, මම මෙය ගැන වැඩිය
හිතුවේ නැහැ හැබැයි ඒක වැදගත්
මාතෘකාවක් විශේෂයෙන් කවුරුත්
කතා නොකරන හින්දම ”

ණීශාන්ති සහ ඇගේ සහකාරිය
ගැන හැමෝම දන්නවාෟ
ඒක ගෘහස්ට හිංසනය තමයිෟ
ඒක අපේ සමාජයේ
සිදු වෙනවා ණී

හැඳින්වීම

පුරුෂ සමලිංගික ස්ත්‍රී සමලිංගික , ද්වි ලිංගික, අන්තර් ලිංගික සබඳතා යන්නෙන් කුමක් සඳහන් වුවද, මේවා බොහොමයක් ආදරය හා ගෞරවය මත පදනම් වී ඇත. සබඳතාවයක් තුල අපයෝජනය සහ අධික පාලනය, ගෘහස්ථ හිංසනය තුල සංගත වෙයි.

මෙම පොත් පිංච, සමලිංගික සබඳතා තුල ගෘහස්ථ හිංසනය වටා ඇති නිහැඬියාව බිඳීමට උත්සහා දරයි. සමලිංගික සබඳතා තුල ගෘහස්ථ හිංසනය අත්විඳින, හෝ අත්විඳීමට ඉඩකඩ ඇති පුද්ගලයින් උදෙසා මෙය සැකසී ඇත. ගෘහස්ථ හිංසනය පිළිබඳ තොරතුරු, හිංසනය අත්විඳින්නාවූ අයට, ඔවුනගේ පවුල් වලට හා හිත මිතුරන්ට මෙම ප්‍රකාශණය මඟින් ලබා දේ. ගෘහස්ථ හිංසනයට ලක් වූවන් සමඟ ක්‍රියාකරන අධිවාචකයක් හා ක්‍රියාකරුවන්ට මෙම ප්‍රකාශණය රුකුලක් වී ම අපගේ බලාපොරොත්තුවයි. මෙම ප්‍රකාශණයෙහි අන්තර්ගතය ලොව පුරා අධිවාචකයන් ගේ හා ක්‍රියාකාරීන්ගේ අත්දැකීම් හා දැනුම මත පදනම් වී ඇති අතර, ශ්‍රී ලංකාව තුල සමලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනය වැලැක්වීමට ක්‍රියාකිරීමට සකසා ඇත.

සමලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනය වටා ඇති නිහැඬියාව බිඳීම නීතිමය හා සමාජයීය කොන් කිරීම් හා දුර්වල ගැන්වීම් මගින් වඩාත් සංකීර්ණ කොට ඇත. උදාහරණයක් ලෙස ශ්‍රී ලංකාවේ නීතිය සමලිංගික සබඳතා වල සහකරුවන්ට ආරක්ෂාව සැලසීමක් නොකරයි. ඒ වෙනුවට, සමලිංගික සබඳතා වල සහකරුවන්ට විරුද්ධව නීතිය ක්‍රියාත්මක කල හැක. එම නිසා, හිංසිකයින් හට පොලිසීයේ හෝ නීතියේ පිහිට පැතිය නොහැකි අතර, නීතිය හා අන්තර්ක්‍රියා කිරීමේදී ඉතාමත් සුපරික්ෂාකාරී විය යුතුය.

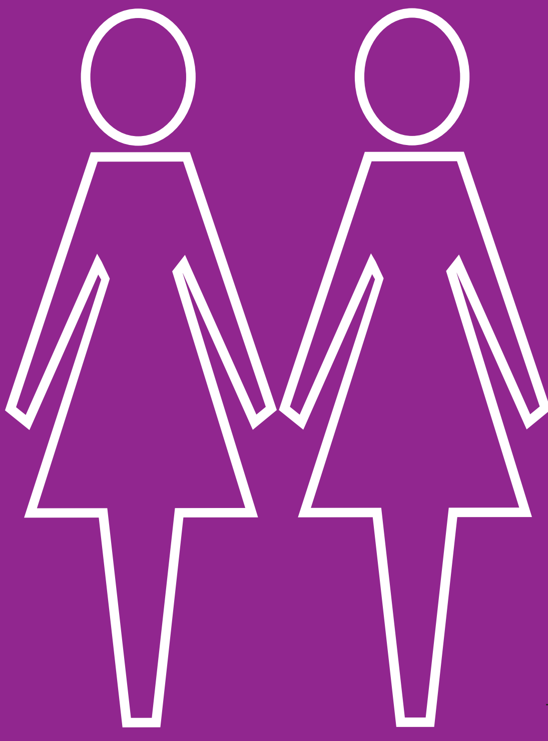
ගෘහස්ථ හිංසනය පිලිබඳ ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ් නිර්වචනය

වැඩිහිටි සමීප සබඳතාවක් තුල (අතීත හෝ වර්තමාන) හෝ වැඩිහිටි පවුල්මය සබඳතාවක් තුල එක් සහකරුවෙක් බලය අයුතු ලෙස භාවිතා කිරීම ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ් ගෘහස්ථ හිංසනය ලෙස නිර්වචනය කරයි. ගෘහස්ථ හිංසනය, ශාරීරික, ලිංගික, වාචික, මානසික, සමාජයීය හා ආර්ථික ඇතුළු, නීතිය හමුවේ වරදක් ලෙස නිර්වචනය කර ඇති හෝ නොමැති මෙම සියළු හිංසනයන්, හෝ එකී හිංසනයන් පිළිබඳ තර්ජන වලින් සමන්විත වේ.

ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ්, පවුල, නීතිමය, ආගමික හෝ සංස්කෘතිකමය නිර්වචන වලට වඩා ගැඹුරු පරාසයකින් නිර්වචනය කරයි. මේ අතර, කිසිම සබඳතාවයක් ගෘහස්ථ හිංසනයට සම්පූර්ණයෙන්ම ප්‍රතිශක්තික නොවන බව ඇගේ විශ්වාසයයි.

පවුල තුල හා පවුලෙන් පිට ළමා අපයෝජනය ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ් තරයේ හෙලා දකින අතර, ළමා අපයොජනය වැලැක්වීම සඳහා විශේෂිත වූ අවධානයක් හා ක්‍රමෝපායන් අවශ්‍ය බව අපගේ විශ්වාසයයි. මෙම හේතුව නිසා, අපගේ ගෘහස්ථ හිංසනය පිළිබඳ නිර්වචනය තුලට ළමා අපයෝජන අඩංගු නොවේ.

ගෘහස්ථ හිංසනය තෙරුම් ගැනීම



ගෘහස්ථ හිංසනය

- ජාතිය, කුලය, පන්තිය, වයස, දුබලතා වැනි හේතූන්ගෙන් තොරව, සෑම සමාජයකම පවතී.
- සම හා විෂම ලිංගික ඇතුළු, සෑම සබඳතාවයකටම හා, සාම්ප්‍රදායික හා සාම්ප්‍රදායික නොවන පවුල් තුලද දැකිය හැකි වේ.
- ගෘහස්ථ අපයෝජනය, සමීප සහකරු හිංසනය, සමීප සහකරු අපයෝජනය හා පවුල් හිංසනය නමින්ද හැඳින්වේ.

"ගෘහස්ථ හිංසනය විසින් ඔබව කොන් කරන්නේ නැත"

ගෘහස්ථ හිංසනය

- ආදරයේ සංකේතයක් නොවේ.
- පිලිගත හැකි හෝ නිදහස් කල හැකි වරදක් නොවේ.
- හිංසික සහකරුවාගේ වරද නොවේ.
- අහඹු සිදුවීමක් හෝ අත්වැරදීමක් නොවේ.
- දීර්ඝ කාලීන සබඳතා වලට සීමා නොවේ.
- සහකරුවන් දෙදෙනෙක් පමණක් සිටින සබඳතා වලට සීමා නොවේ.
- එකට වසන සහකරුවන්ට පමණක් සීමා නොවේ.
- විවාහ සබඳතා වලට සීමා නොවේ.
- සම්ප්‍රදායික පවුල් සංස්ථා වලට සීමා නොවේ.
- ඔබ එය සමඟ ජීවත් විය යුතු නොවේ.

"ගෘහස්ථ හිංසනය ඔබේ වැරැද්දක් නොවේ. එය හිංසකයාගේ වැරැද්දයි."

ගෘහස්ථ හිංසනය විවිධ මුහුණුවර ගනී. එනම්,

- ශාරීරික හිංසනය
- ලිංගික හිංසනය
- මානසික හා හැඟීම් ආශ්‍රිත හිංසනය
- සාමාජයීය හිංසනය
- ආර්ථිකමය හිංසනය

ශාරීරික හිංසනය

- පහර දීම, පයින් ගැසීම, තල්ලු කිරීම, ගෙල සිර කිරීම, පිලිස්සීම හෝ වෙනත් ශාරීරික හිංසනයන්
- සහකරු වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ගැනීම වැලැක්වීම හෝ නැවැත්වීම.
- සහකරුට අයිති දෑ කඩා බිඳ දැමීම, බිත්ති වලට අතින් පයින් පහර දීම.
- තම සහකරුගේ ආරක්ෂාව ගැන නොසිතා භයානක හා අයුතු ලෙස රිය පැදවීම.
- දැනීමෙන් හෝ කැමැත්තකින් තොරව සහකරු මත් භාවයට පත් කිරීම.
- සහකරුගේ ගමනාගමනය බලයෙන් නැවැත්වීම (දොරගුළු දමා වැසීම වැනි).
- බලයෙන් මානසික හෝ වෛද්‍යමය ආයතනයකට සහකරු යොමු කිරීම

හෝ ඉහත සඳහන් කිසිවක් කිරීමට තර්ජනය කිරීම වේ.

ලිංගික හිංසනය යනු කැමැත්තෙන් තොරව කරනු ලබන සියළුම ලිංගික ක්‍රියා වන අතර මෙයට

- සහකරු ලිංගික අපයෝජනයට පත් කිරීම හෝ දුෂණය කිරීම
- බල කිරීමෙන්, පීඩනයෙන් හෝ රැවටීමෙන් සහකරු අනාරක්ෂිත ලිංගික සබඳතාවයකට යොමු කිරීම.
- බල කිරීමෙන්, පීඩනයෙන් හෝ රැවටීමෙන් සහකරු ලිංගික සබඳතා වලට යොදා ගැනීම හෝ වෙනත් පුද්ගලයෙකු සත්වයකු හෝ භාණ්ඩයක් සමඟ ලිංගික සම්බන්ධතා වලට යොමු කිරීම.
- බල කිරීමෙන්, පීඩනයෙන් හෝ රැවටීමෙන් අනෙක් සහකරු වෙනත් පුද්ගලයෙකු සමඟ ලිංගික සබඳතා පැවැත්වීම නැරඹීමට සැලැස්වීම.
- බල කිරීමෙන්, පීඩනයෙන් හෝ රැවටීමෙන් අසභ්‍ය මාධ්‍ය නැරඹීමට සැලැස්වීම.
- කැමැත්තකින් තොරව සහකරු ලිංගික ක්‍රියාවල යෙදීම පටිගත කිරීම.

මානසික හා හැඟීම් ආශ්‍රිත හිංසනය.

මෙයට හිංසකයා මත යැපීමක් ඇති කිරීමේ අරමුණින් හිංසිත සහකරු දුර්වල බව හැඟවීමට, බිය වැද්දීමට අනාරක්ෂිත හා නොවටිනා බව හැඟවීමට කරන්නාවූ සියළුම මානසික හා වාචික අපයෝජනයන් මෙයට අයත් වේ.

- මානසික විකෘති භාවය ඇති කරවන සහ පාලනයට යොමු කරවන හැසිරීම්
- දයාව පෙන්වීමෙන් විටෙක හෝ සෑම විටම වැලකීම
- විශ්වාසය හා පොරොන්දු කඩ කිරීම
- අනවශ්‍යාකාරයෙන් බොහෝ විට ඊර්ෂ්‍යා සහගතව හෝ සැකසහිතව සිටීම.
- සහකරු විසින් නොකල දේට වරද පැටවීම
- හිංසනයට හේතුව හිංසිත සහකරු බව පවසා වරද පැටවීම.
- සෑම විටකම සහකරුගේ දොස් සෙවීම.
- සහකරුගේ ලිංගික කැමැත්ත හා ප්‍රවණතා ප්‍රසිද්ධ කිරීම හෝ කිරීමට තර්ජනය කිරීම.
- සහකරුගේ අවසරයකින් තොරව ඔහුගේ හෝ ඇයගේ සෞඛ්‍යමය තත්වය පිටස්තර පුද්ගලයන් හට හෙළි කිරීම හෝ හෙළි කිරීමට තර්ජනය කිරීම.
- සහකරු ගැනීමට අකමැති තීරණයක් ගැනීමට බල කිරීම.
- නම් පට බැඳීම, වරද පැටවීම, කෑ ගැසීම, පරුෂ වචන භාවිතය වැනි දෑ මගින් වාචිකව සහකරු අපයෝජනයට පත් කිරීම ඇතුලත් වේ.

ආර්ථිකමය හිංසනය

සහකරුගේ කැමැත්තෙන් තොරව ඔහුගේ ඇයගේ දේපල හා මුදල් පාලනය කිරීම වේ.

- සහකරුගේ මුදල් ගැනීම.
- සහකරුගේ ආදායම හෝ ආදායම් මාර්ග පාලනය කිරීම.
- සහකරුට මුදල් ලබා දීම ප්‍රතික්ෂේප කිරීම.
- සහකරු මුදල් වියදම් කළ ආකාරය වාර්ථා කල යුතු වීම
- සහකරුගේ බඩු භාහිරාදිය විකිණීම හෝ විනාශ කිරීම හෝ රාජකාරි කිරීම අවහිර කිරීම.
- සහකරුගේ රාජකාරි ස්ථානය සමඟ ගැටළු ඇති කිරීම හෝ රාජකාරි ස්ථානයෙන් පහ කරවීමට උත්සාහ දැරීම.
- මූල්‍යමය උපකාර සැපයීම වැලැක්වීම හෝ වැලැක්වීමට තර්ජනය කිරීම.
  ඇතුලත් වේ.

සම ලිංගික / විෂම ලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනයේ වෙනස

සම හා විෂම ලිංගික, සමීප හා පවුල්මය සබඳතාවල ගෘහස්ථ හිංසනයේ ඇත්තේ සුළු වෙනස්කම් කිහිපයක් පමණි. සබඳතාවයේ ආකාරය කෙසේ වුවද, ගෘහස්ථ හිංසනය සිදු වන ආකාරය හා එහි අත්දැකීම එක සමාන වේ.

- ගෘහස්ථ හිංසනයේ අත්දැකීම්
- ලැජ්ජාව
- නිහැඬියාව
- තමන්ටම වරද පටවා ගැනීම
- හිංසක / පසුතැවිලි චක්‍රය
  කාලයක් සමඟ හිංසනය වැඩිවීම

සම හා විෂම ලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනය අතර ඇති වෙනස වන්නේ විෂම ලිංගික සමීප හා පවුල්මය සබඳතා සමාජය හා නීතිය මඟින් හා එම නිසා හිංසිකයින් මඟින්ද පිලිගැනීමට ලක් වේ.

- ශ්‍රී ලංකාවේ නීතිය හා සමාජය, සාම්ප්‍රදායික විෂම ලිංගික සබඳතා (විවාහය) ප්‍රිය කරන අතර, සමලිංගික සබඳතා ඇති බව ප්‍රතික්ෂේප කරමින්, සමලිංගික, ද්විලිංගික හා අන්තර් ලිංගික ජනතාව දුර්වල කරයි.

- සමලිංගිකත්වයට විරුද්ධ නීති, හා සමලිංගිකත්වයට ඇති හිතිකාව, සමලිංගික හිංසනය වාර්ථා කිරීම හිංසකයාට හා හිංසිකයාට අනතුරුදායක තත්වයක් බවට පත් කරයි.

- ගෘහස්ථ හිංසනයේ හිංසිතයින් විවිධ තත්වයන්ගේ කොන් කිරීම් වලට ලක් වේ. ඔවුන්ව ගෘහස්ථ හිංසනයේ හිංසිතයන්, සමලිංගික, විෂම ලිංගික හෝ අන්තර් ලිංගික පුද්ගලයන්, හෝ සුළුතරයින් ලෙසට කොන් කිරීමට ලක් කරනු ලැබේ.

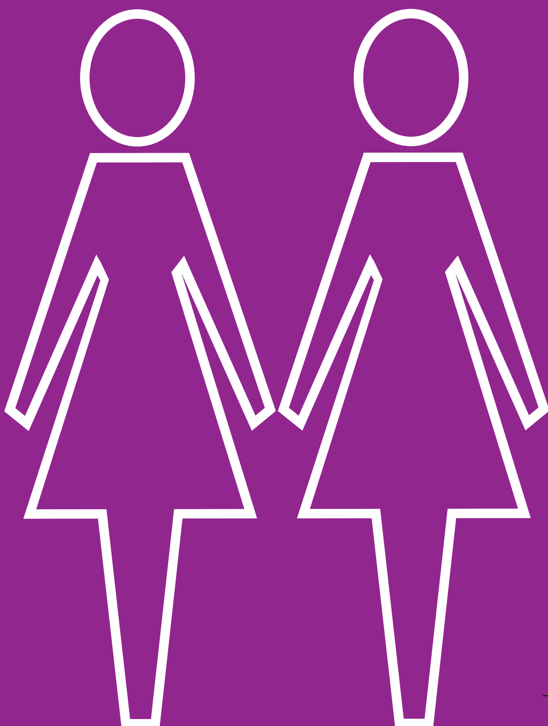
- LGBT සමාජයේ ගෘහස්ථ හිංසනයේ හිංසිතයින්ගේ අවශ්‍යතා සපුරාලීම සඳහා විශේෂිත වූ සේවා අප සමාජයේ දක්නට නොලැබේ.

- LGBT සමාජය තුළ, සමලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනය යනුවෙන් දෙයක් නොමැති බව විශ්වාස කරන අතර, ගෘහස්ථ හිංසනය විෂම ලිංගික සබඳතා වලට පමණක් සීමා වූවක් බව විශ්වාස කරයි.

- ශ්‍රී ලංකාව තුල LGBT සමාජය සීමා සහිත වන අතර, හිංසිතයින් තම හිංසනය විසින් සමාජයේ අනෙකුත් අය තමාට විරුද්ධව පෙළ ගස්වන බව විශ්වාස කරයි.

මෙම හේතූන් නිසා, සමලිංගික ගෘහස්ථ හිංසිකයෙකු එම හිංසනය සිදුවන බව පිලිගැනීම හා එයට උපකාර හෝ සහාය සේවා ලබා ගැනීම අපහසු වේ

අපයෝජන චක්‍රය බිඳ දැමීම.



අපයෝජන චක්‍රය බිඳ දැමීම.

ගෘහස්ථ හිංසනය වාර්ථා කිරීම, එයට විරුද්ධව පියවර ගැනීම, හෝ එම සබඳතාවයෙන් නික්මයාම සංකීර්ණ අ වස්ථාවකි. ගෘහස්ථ හිංසනය හ ා අපයෝජන එ ම තීරණ වලට විරුද්ධව ක්‍රියා කරයි.

එහෙත් එම හිංසනය වාර්ථා කිරීම හරහා උපකාර ලබා ගැනීම, විශ්වාසවන්ත මිතුරෙකුට හෝ නෑදෑයෙකු සමඟ ඒ පිළිබඳව කතා කිරීම, හෝ පිට වීම සඳහා තීරණයක් ගැනීම.

- අපයෝජන චක්‍රය බිඳ දැමීමට පලමු පියවර ගැනීම.
- නිහඬතාවය බිඳීම.
- ස්වයං විශ්වාසය යලි ගොඩනැංවීම.
- ඔබගේ හා දරුවාගේ ආරක්ෂාව තහවුරු කිරීම.
- ඔබව රැක බලා ගැනීමට ඉගෙන ගැනීම.
- ඔබ තනි නැති බව තේරුම් ගැනීම.

හරහා, ඉතා සවිබලකරණ අත්දැකීම් වේ.

ඔබ තනියෙන් නොවේ. ඔබ මෙයට තනිව මුහුණ දිය යුතු නැත.

සම්බන්ධතාව තේරුම් ගැනීමේ ලැයිස්තුව

ගෘහස්ථ හිංසනය විවිධාකාර වේ. ඔබගේ සම්බන්ධතාවය තේරුම් ගැනීමට, පහත ප්‍රශ්ණ වලට පිළිතුරු සපයන්න.

ඔබගේ සහකරු,

- ☐ ඔබට සිත්තැවුලක් ඇති වන පරිද්දෙන් ඔබට නම් පටබැඳීම, විහිළුවට ලක් කිරීම හෝ ලැජ්ජාවට පත් කිරීමකට ලක් කරනවාද?
- ☐ ඔබගේ ලිංගික ප්‍රවනතා ඔබගේ පවුලට හෝ ව්‍යාපාරික ස්ථානයට එලි කරන බවට තර්ජනය කරනවාද?
- ☐ ඔබ LGBT උත්සව වලට සහභාගි වීම වලක්වනවාද ?
- ☐ අධිකව ආරක්ෂිත ලෙස හා කරුණු විරහිත ඊර්ෂ්‍යා සහගත ලෙස හැසිරෙනවාද?
- ☐ ඔබගේ පවුලේ අය හා හිතමිත්‍රාදීන් හමු වීම අපහසු කිරීම හෝ වැලැක්වීම සිදු කරනවාද?
- ☐ ඔබගේ මුදල් කැමැත්තකින් තොරව පාලනය කරනවාද?
- ☐ හිංසනය කිරීමට තර්ජනය කිරීම හෝ ඔබ වෙත භාණ්ඩ වලින් දමා ගැසීම, භාණ්ඩ වලින් පහර දීම, විසි කිරීම වැනි දෑ සිදු කරනවාද?
- ☐ ශාරීරිකව හෝ මානසිකව ඔබගේ දරුවන්ට වේදනා පමුණුවනවාද?
- ☐ සුරතල් සතුන්ට වද හිංසා පමුණනවාද?
- ☐ ඔබ අකමැති ආකාරයේ ලිංගික ක්‍රියා වලට බල කරනවාද?

නැතහොත් ඔබ

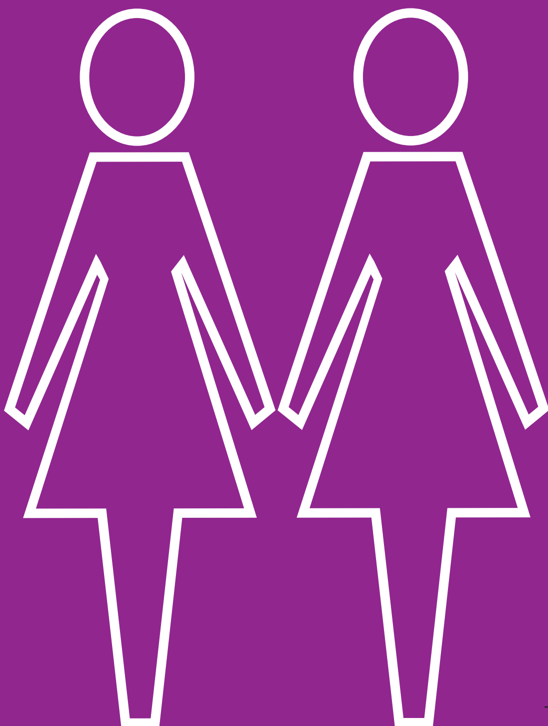
- ☐ සහකරු කෙන්ති ගැනීම වැලැක්වීමට ඔබගේ හැසිරීම හෝ ඇඳුම් පැලඳුම් වෙනස් කරනවාද?
- ☐ මුදල් හෝ වෙනත් විශේෂිත මාතෘකා පිළිබඳව කතා කිරීමෙන් වලකිනවාද?
- ☐ බියෙන්, අවිනිශ්චිත භාවයෙන් කල් ගෙවනවාද?
- ☐ නෑදෑ හිතමිත්‍රාදින්ගෙන් වෙන්ව සිටිනවාද?

ඔබ ඉහත ප්‍රශ්ණ වලින් එකකට හෝ 'ඔව්' කියා පිළිතුරු දුන්නේ නම්, ඔබ ගෘහස්ථ හිංසනය අත්විඳින පුද්ගලයෙකු වන්නට පුළුවන.

ඔබගේ නෑදෑයෙකුගේ හෝ මිත්‍රයෙකුගේ සම්බන්ධයක් හිතැතිව මෙම ප්‍රශ්ණය ගැන හිතන්න. ඔවුන් මෙම ප්‍රශ්ණ වලින් සාකච්ඡා කරන ආකාරයට ඔවුන් හැසිරෙන්නේද? එසේ නම් ඔවුන් ගෘහස්ථ හිංසනය අත්විඳිනවා විය හැක. ඉහත ලැයිස්තුව පූර්ණ ලැයිස්තුවක් නොවන අතර හුදෙක් හිංසනය පිළිබඳ අදහසක් ලබා ගැනීම සඳහා මූලික ක්‍රියාකාරකමක් පමණි.

සමලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනය පිළිබඳ මිථ්‍යා මත.

(මිත්‍යාවක් යනු නිර්මිත කතන්දරයි)



සබඳතාවයක සිටින සම ලිංගික කාන්තාවන් හෝ සම ලිංගික පිරිමින් දෙදෙනෙකු අතර හිංසනය, ගෘහස්ථ හිංසනය නොවේ යැයි ඔබ අසා තිබේද? මෙය මිත්‍යාවකි. නීතිය විසින් පිළි නොගත්තද සම ලිංගික සබඳතාවයක් තුල ඇති වන්නාවූ හිංසනය ගෘහස්ථ හිංසනය වේ.

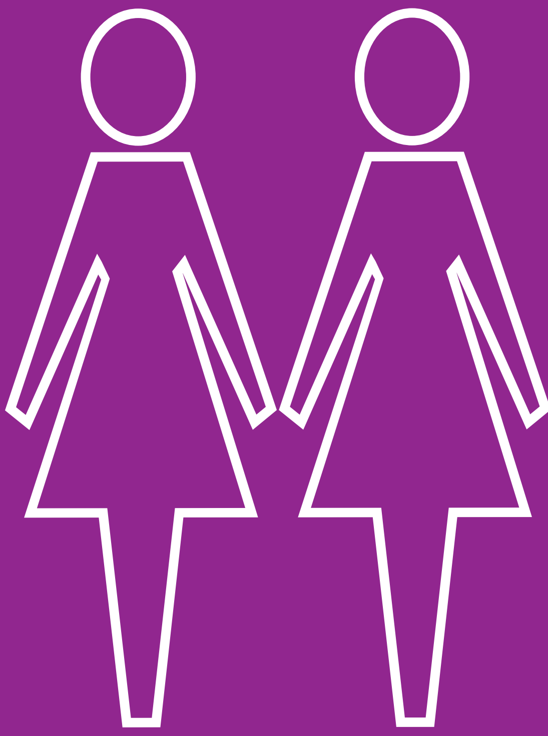
ඔබ සමහර විටෙක අසා ඇති මිත්‍යා මත කිහිපයක් පහත වේ.

මිත්‍යාව	සත්‍යය
කාන්තාවන් එකිනෙකාව අපයෝජනය කරන්නේ නැහැ.	කාන්තාවන් අතර හිංසනය ඇතිවෙන අතර, සහකරුවන් මියගිය හා දරුණු ලෙස තුවාලවූ අවස්ථා වාර්තා වී ඇත.
ඔබ පෙරලා ගැටුමකට යොමු වෙනවා නම්, එය අපයෝජනය නොවේ.	ආත්මාරක්ෂාව හා ගෘහස්ථ හිංසනය අතර වෙනසක් පවතී.
මම අපයෝජනය කරනවා කියා ඔබ කියනවානම්, ඔබත් අපයෝජකයෙක්	ගෘහස්ථ හිංසනය දෙපසටම සිදු නොවේ.
මම ඔබට කවදාවත් පහර දී නැහැ.	ගෘහස්ථ හිංසනය ශාරීරික හිංසනය පමණක් නොවේ. මානසික, ලිංගික, ආර්ථිකමය හා සමාජයීය හිංසනය බලය භාවිතා කිරීමේ දරුණු ආයුධ වේ.
ඔබ මට වඩා විශාලයි. මම ඔබව අපයෝජනයට ලක් කරනවා යැයි ඔබ කියන්නේ කෙසේද?	ගෘහස්ථ හිංසනය, පාලනය පිළිබඳව මිස ප්‍රමාණය හෝ ශක්තිය පිළිබඳව නොවේ. යුවලක් දෙස බැලීමෙන් පමණක් හිංසකයා කවුද, හිංසිතයා කවුද යන්න හඳුනා ගත නොහැක.
ඔබට* බුච්ලාව (Butch) තේරුම් ගන්න බැහැ.	අපයෝජනයට හැසිරීම බුච් කෙනෙකු වීම මත පැටවීම, වගකීම මඟ හැර යාමකි. එය බුච්ලාට කරන නිග්‍රහයක්ද වේ. ලිංගික හෝ ස්ත්‍රී/පුරුෂ සමාජභාවීය අනන්‍යතාවය මෙයට බල නොපායි.

* සමලිංගික සබඳතාවයක 'පිරිමි' ගති ලක්ෂණ පෙන්වන පුද්ගලයා හැඳින්වීමට ව්‍යවහාර වන යෙදුමකි.

මිථ්‍යාව	සත්‍යය
මම එය ආපසු නොකරන බවට පොරොන්දු වෙනවා.	වෙන්වීමට ලබා දෙන පොරොන්දු හා පසුතැවීමේ වදන්, අපයෝජන චක්‍රයේ කොටස් වේ. සත්‍ය වශයෙන් වෙනසක් ඇති කිරීම සඳහා පූර්ණ වගකීම ගැනීම හා දීර්ඝ කාලීනව හැසිරීම වෙනස් කිරීම අවශ්‍ය වේ.
අපට උපදේශකයෙකු ගාවට යාමට පුළුවන්/ අපට මෙයට එකට උදව් ගැනීමට පුළුවන්	යුවල වශයෙන් උපදේශණ සේවා ලබා ගැනීම, ගෘහස්ථ හිංසනය නැවැත්වීමෙහිලා සාර්ථක වන්නේ ඉතාමත් කලාතුරකින්. විශේෂයෙන්ම උපදේශකයා ගෘහස්ථ හිංසනයේ රටාවන් පිළිබඳව නොදනීනම් මෙම තත්වය වඩාත් වැඩි වේ. බල ගතිකය මෙහිදී ක්‍රියාත්මක වන හෙයින්, එම බල ගතිකය ප්‍රතිස්ථාපනය වීමේ ඉඩකඩ වැඩි වේ. උපදේශණය හිංසකයාට නොව, හිංසිතයාට ප්‍රයෝජනවත් වීමේ ඉඩකඩ වැඩි වේ.
ඔබ අන්තර් ලිංගික බැවින් වෙන කිසිවෙකු ඔබට අවශ්‍ය නැහැ.	හිංසකයන් බොහෝ විට සමලිංගිකත්වය හෝ අන්තර් ලිංගිකත්වය පිළිබඳව ඇති සමාජ භීතිය සහකරු පාලනය සඳහා යොදා ගනී. සෑම පුද්ගලයෙකුම ආදරයට හිමිකම් කිවයුතු අතර ආදරය ලැබීමට හිංසනය සමඟ ජීවත් විය යුතු නැත.
අපගේ සම්බන්ධය කොපමන හොඳදැයි ඔබ සෑම විටකම පවසනවා. මම අපයෝජකයෙකු යැයි ඔබ කියන්නේ ඇයි?	හිංසකයන් බුද්ධිමත්, සිනාමුසු, ප්‍රියජනක පුද්ගලයින් විය හැක. මෙම ලක්ෂණ අපයෝජනය පැතිරිය යුතු නැත.

ආරක්ෂාව සැලසුම් කිරීම.



ආරක්ෂාව සැලසුම් කිරීම.

ආරක්ෂා සැලසුමක් ඔබ මතු දිනෙක හිංසා සහගත සබඳතාවයක් හැර යාමට තීරණය කලහොත්, ඔබගේ ආරක්ෂාව සපයා ගැනීම වැදගත් වේ. ඉදිරිය පිළිබඳව සිතා ඔබගේ, ඔබගේ දරුවන්ගේ හා යැපෙන්නන්ගේ ආරක්ෂාව වර්ධනය කිරීම තුලින්, හදිසි හා හදිසි නොවන අවස්ථා වල ඔබගේ හා අනෙක් අයගේ ආරක්ෂාව තහවුරු කල හැක .

මෙම සැලැස්ම සවිස්තරාත්මක වන තරමටම, එහි සාර්ථකත්වය වැඩි වේ. සවිස්තරාත්මකව ආරක්ෂිත පුද්ගලයින්ගේ හා ස්ථාන වල ලැයිස්තුවක් හදිසි අවස්ථා වල භාවිතා කල හැකි දුරකථන අංක (කුලී රථ, ගෘහස්ථ හිංසන සහන සලසන ආයතන) ලැයිස්තුවක් පිළියෙල කරන්න. මෙම අංක ඔබගේ ජංගම දුරකථනයේ ගබඩා කිරීම සුදුසු වේ. මීට අමතරව මුදල් ප්‍රමාණයක් වෙන් කොට තැබීම, ඇඳුම් පාර්සලයක් මිතුරෙකු ලඟ තැබීම වැනි දෑ කල හැකි වේ.

මෙම ආරක්ෂක සැලැසුම සංවර්ධනය කිරීමේ දී,නීතිය හා නෛතික ක්‍රියා මාර්ග, සම ලිංගික සබඳතා වලට විරුද්ධ බව මතක තබා ගැනීම වැදගත් වේ. මෙම නිසා සමහර අවස්ථා වල පොලිසියේ සහය පැතිය නොහැක. නමුත් සමහර අවස්ථා වල දරුණු හිංසනයන් පවතින අවස්ථාවන්හිදී පොලිස් මැදිහත් වීමක් අවශ්‍ය වීමට ඉඩ ඇත. මෙම අවස්ථා වලදී සම්බන්ධයේ ස්වභාවය හෙලි කිරීම නොකල යුතු අතර, එවැනි හෙලි කිරීමක් සිදු වුවහොත් නීතිමය ගැටළු වලට මැදි වීමට ඉඩකඩ ඇත.

ඔබගේ ආරක්ෂාව සඳහා භාවිතා කල හැකි උපදෙස් කිහිපයක් පහත වේ. මේවා ඔබට ඔබින ආකාරයට භාවිතා කල යුත්තේ, ඔබව, ඔබ පමණක් හොඳින් දන්නා හෙයිනි

ඔබට සාමාන්‍ය වශයෙන්,

- විශ්වාසවන්ත පුද්ගලයෙකුට තත්වය කියා, හදිසියකදී කල යුතු දෑ ප්‍රකාශ කිරීම.
- හදිසියකදී උදව් ඉල්ලීමට භාවිතා කල හැකි රහස් වචනයක් සූදානම් කරගන්න.
- ඔබට හා දරුවන්ට නෑදෑයන්ගෙන්, හිතමිතුරන්ගෙන් හෝ සහන සේවකයන්ගෙන් උදව් ලබා ගන්න. මෙය සඳහා සහකරු අතහැර යාම අත්‍යවශ්‍ය නොවේ.

- හදිසියකදී අවශ්‍යය විය හැකි මුදල්, ඖෂධ, යතුරු, ජාතික හැඳුනුම් පතේ පිටපතක් වැනි දෑ සහ අධ්‍යාපන සහතික / බැංකු ලියකියවිලි වැනි දෑ මිතුරෙකු, රාජකාරි ස්ථානයේ හෝ වෙනත් ආරක්ෂිත ස්ථානයක තබන්න.
- ශාරීරික හිංසනයේ වාර්තා (ඡායාරූප, දින, වෛද්‍ය සහතික වැනි දෑ) ඔබගේ වෛද්‍යවරයාගේ කාර්‍යයාලයේ හෝ මිතුරෙකුගේ නිවසක වැනි ආරක්ෂිත ස්ථානයක තබන්න.
- දරුණු අවස්ථාවක් එළඹෙන තෙක් නොසිට, අපයෝජකයා නොමැති මොහොතක නික්ම යන්න.
- හදිසි අවස්ථාවක අවශ්‍ය වන දුරකථන අංක (මිතුරන්, පවුලේ අය, කුලී රථ , සහන සේවකයන් ආදිය) ජංගම දුරකථනයේ ගබඩා කර ගන්න.

හදිසි අවස්ථාවකදී

- ඔබගේ අභ්‍යන්තර හැඟීම් වලට අනුව ඔබගේ ආරක්ෂාව සලසා ගැනීමට හා උදව් ඉල්ලීමට කල යුතු දේ කරන්න.
- එම ස්ථානයෙන් පලා ගොස්, ආරක්ෂිත ස්ථානයකට වී , ඔබව වෙනත් ආරක්ෂිත ස්ථානයකට ගෙන යා හැකි මිතුරෙකුට හෝ පවුලේ අයකුට කතා කරන්න.
- ආරක්ෂිත කාමරයකට වී අගුළු දමා, උදව් ඉල්ලා කෑ ගසන්න.
- ආයුධ නොමැති ස්ථානයකට (මුළුතැන්ගෙයින් ඉවතට, තුවක්කුවක් රඳවා ඇති තැනකින් ඉවතට) යන්න.
- දොරක් හෝ වෙනත් පිටවිය හැකි ස්ථානයක් අසලට යන්න. එක් දොරක් පමණක් ඇති කාමර වලින් ඈත්ව සිටින්න.

ඔබ පිටත්ව යන්නට තීරණය කලහොත්,

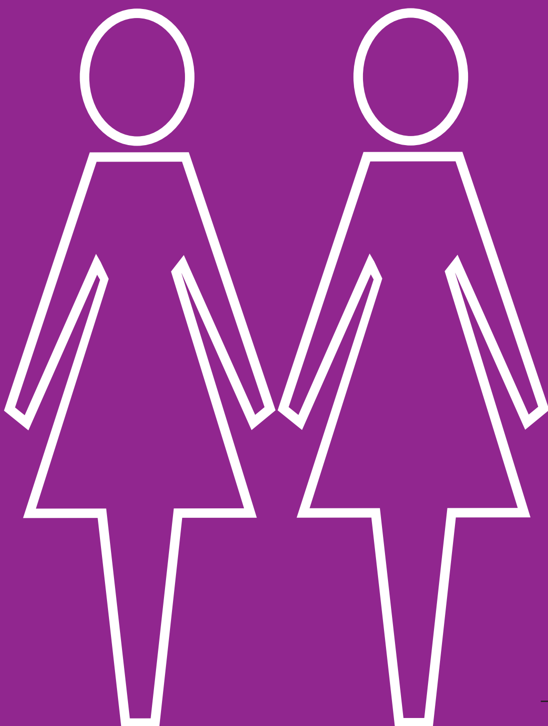
- ආරක්ෂිත ස්ථානයක් සොයා යන්න. ඔබගේ අපයෝජකයාට පහසුවෙන් සොයා ගත නොහැකි.
- ඔබගේ දිනපතා චර්‍යයාවන් (රැකියා කාලයන්, එදිනෙදා වෙළඳ කටයුතු , වෛද්‍යමය හමුවන්) ඔබගේ අපයෝජකයාට හමු නොවිය හැකි අයුරින් හැකි පමණ වෙනස් කරන්න. වෙනස් කිරීමට නොහැකි නම්, ඔබ සමඟ වෙනත් පුද්ගලයෙකු කැඳවාගෙන යාමට හැකිදැයි බලන්න.
- ඔබගේ ගමන් මාර්ග හා සිටින ස්ථානයන් රහසිගතව තබා ගැනීමට ඔබගේ හැඟීම අනුව විශ්වාසවන්ත පුද්ගලයාගේ සහය ලබා ගන්න.
- ඔබගේ ආයතන ප්‍රධානියා හට හා ඔබ සමග සේවය කරන අයහට, ඔබගේ පුද්ගලිකත්වයට ඇති අවශ්‍යතාවය පහදා දෙන්න. මෙයට, ඔබගේ ලිපිනය/ දුරකථන අංකය ලබා නොදීම හා ලැබෙන ඇමතුම් තෝරා බේරා ලබා දීම ඇතුලත් විය හැක.

- ඔබ සිටින ස්ථානය තවදුරටත් ආරක්ෂිත බවට සහතික කරගන්න.   උදා:- දොර ජනේල හා ගේට්ටු නැවත පරීක්ෂා කර බලන්න.

- ආයතනයකින් හෝ සංවිධානයකින් උපකාර හා උපදෙස් ලබාගන්න, සම්බන්ධතාවයකින් පිටව ගිය පසු හිංසනය වඩාත් දරුණු තත්වයකට පත් වීමට ඉඩ ඇත.

හිංසනය ඔබේ වරදක් නොවේ. ඔබ එය තවදුරටත් විඳ දරා ගත යුතු නොවේ

මිතුරෙකුට හෝ නෑදෑයෙකුට සහය වීම.



මිතුරෙකු හෝ නෑදෑයෙකු ගෘහස්ථ හිංසනය අත් විඳින බව ඔබ හිතනවාද

මිතුරෙකු හෝ නෑදෑයෙකු,

- එක්තැන් වී මානසික අව පීඩනයට ලක්ව අනවශ්‍ය තැති ගැන්වීමකින් සිටිනවාද?
- ඔවුනගේ සහකරුගේ මානසිකත්වය ගැන හෝ ඔවුන්ගේ සහකරු ගැන අනවශ්‍ය දෙගිඩියාවෙන් සිටිනවාද?
- මිතුරන්ගෙන් හා නෑදෑයන්ගෙන් වෙන් වී සිටිනවාද?
- තේරුම් කල නොහැකි හා හේතු ලබා දිය නොහැකි කැපුම් හා තැළුම් වැනි ශාරීරික ලක්ෂණ පෙන්නුම් කරනවාද?

ඔවුන්ගේ සහකරු

- ඔබ හෝ අනෙක් අය ඉදිරියේ ඔබව හෑල්ලුවට ලක් කරනවාද?
- ඔවුන්ට අන කිරීම් සහ සියළුම අණ කිරීම් සිදු කරනවාද?
- මුදල්, සමාජ අන්තර් ක්‍රියා හා මිතුරන් හමු වීම සීමා කරනවාද?

ඔහු හෝ ඇය ගෘහස්ථ හිංසනය අත්විඳින බවට මෙය සලකුනක් විය හැක.

ගෘහස්ථ හිංසනය පිලිබඳව කතා කිරීම.

ඔබගේ මිතුරෙකු හෝ නෑදෑයෙකු ගෘහස්ථ හිංසනය අත්විඳින බව ඔබ සිතන්නේ නම් ඒ සඳහා කතා කිරීමට පහත දැක්වෙන අයුරින් මූලක පියවර ගත හැක.

- අන් අයගේ විශේෂයෙන්ම එම පුද්ගලයාගේ සහකරුගෙන් බාධා නොවන ස්ථානයක් තෝරා ගන්න.
- ඔබගේ සංවේදිතාවය හා හැඟීම් මෘදු නොවිනිශ්චිත ආකාරයෙන් ප්‍රකාශ කරන්න. (ඔයා සන්තොසෙන් නෙමේ ඉන්නෙ කියල මට හිතෙනවා.)
- ඔහු හෝ ඇය ඒ පිලිබඳව සාකච්ඡා කිරීමට විවෘත නොවේ නම් ඒ පිලිබඳව බල කිරීමෙන් වලකින්න.
- ඔබගේ ව දන් පිලිගැනීමට ලක් ෙ නාවුවහොත් ෙ හෝ ස්වයං අ ාරක්ෂිත පිලිතුරක් ලැබුනහොත් ඒ පිලිබඳව අසතුටට පත් වීමෙන් වලකින්න.
- ඔවුන් කතා නොකිරීමට ගත් තීරණය පිලිගෙන සෑම අවස්ථාවකම ඔබ සහයට සිටින බව දන්වන්න

ගෘහස්ථ හිංසනයට ලක්ව සිටින මිතුරෙකු හෝ නෑදෑයෙකුට සහය වන්නේ කෙසේද?

ඔබ දැනුවත් වෙන්න. ගෘහස්ථ හිංසනය ගැන හා ගෘහස්ථ හිංසනයට ලක් වන්නෙකුට සහය දෙන ආකාරය ගැන, ඒ පිලිබඳව කියවීමෙන් හෝ ගෘහස්ථ හිංසිතයන් සමඟ ක්‍රියා කරන සහන සේවකයන් සමඟ සාකච්ඡා කිරීම මඟින් ගෘහස්ථ හිංසනය පිලිබඳ අවබෝධයක් ලබා ගන්න.

මානසික සහයෝගය ලබා දීම මඟින් මිතුරෙකුට හෝ නෑදෑයෙකුට ඔබට උදව් විය හැක.

- විනිශ්චය කිරීමකින් තොරව සහකම්පනයෙන් යුතුව සවන් දෙන්න. හිංසිතයා හට කතා කිරීමට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- බොහෝ හිංසිතයන් හිංසනයේ ප්‍රමාණය අවප්‍රමානය කොට දක්වන බැවින් ඔබට කියන්නාවූ දේ විශ්වාස කරන්න.
- ඔවුන්ගේ භීතිය තේරුම් ගෙන ඔවුන්ගේ හැඟීම් වගකීමෙන් යුතුව සිතා බලන්න.
- හිංසනය ඔවුන්ගේ වරදක් නොවන බව තේරුම් කොට ඔවුන්ගේ හැඟීම් තේරුම් ගැනීමට උත්සහ කරන්න.
- ඔබට උපකාර කල හැක්කේ කෙසේදැයි අසන්න.
- ඔවුන්ගේ පුද්ලිකත්වයට ගරු කරන්න. ඔවුන්ගේ අවසරයකින් තොරව වෙනත් පුද්ගලයින් හට කීමෙන් වලකින්න.
- තීරණ ගැනීම සඳහා ඔවුන්ව සවිබල කරණය කරන්න. තිරණ ගැනීමට උපකාර වනවා මිස ඔවුන් වෙනුවෙන් ඔබ තීරන ගැනීමෙන් වලකින්න

ප්‍රායෝගික සහයෝගය ලබා දීම මගින් මිතුරෙකුට හෝ නෑදෑයෙකුට ඔබට උදව් විය හැක.

- හිංසිතයාගේ ආරක්ෂිත සැලැස්ම සූදානම් කිරීමට සහය වන්න.
- වෛද්‍ය හමුව සඳහා වේලාවන් වෙන් කර ගැනීම්, උපදේශක වරුන් හමු වී, සහන සේවකයන් හා අධිවාචකයන් හමු වීමට උපකාර කරන්න.
- හදිසි අවස්ථාවකදී යා හැකි ආරක්ෂිත ස්ථානයක් සොයා ගැනීම හා එවැනි අවස්ථාවකදී භාවිතා කිරීමට අවශ්‍ය මුදල් ආදිය තැබීම සඳහා ස්ථානයක් සොයා දෙන්න.
- හිංසනයන් හා දැකිය හැකි තුවාල වැනි දෑ පිළිබඳව සවිස්තරාත්මක සටහන් තබා ගන්න. මේ පිලිබඳව ඔවුන්ව දැනුවත් කරන්න. හදිසි අවස්ථාවකදී හිංසනය වාර්ථා කිරීම සඳහා මෙය භාවිතා කල හැක.

ඔවුන්ට ප්‍රායෝගික සහය ලබා දීමෙන් එම අවස්ථාවේ දී තත්වය පාලනය කල හැකි වන අතර තීරණ ගැනීම හා ජීවිතය යථා තත්වයට පත් කර ගැනීම පහසු වනු ඇත.

සහයෝගය යනු නොකල යුතු දේ දැන සිටීමයි.

සමහර අවස්ථාවල යහසිතින් කරන්නාවූ උපකාර ඍණාත්මක ප්‍රතිඵල ලබා දීමට පුළුවන.

- හිංසිතයා කුමක් කල යුතු දැයි කීමෙන් වලකින්න.
- හිංසිතයා ඔවුන්ගේ සහකරු වෙත ආපසු ය ාමට තීරණය කලහොත් එ ෑ පිලිබඳ පසුතැවිල්ල ප්‍රකාශ කිරීමෙන් වලකින්න.
- ගෘහස්ථ හිංසනය, හිංසිතයාගේ වරදක් යැයි හැඟෙන අයුරින් ප්‍රකාශ කිරීමෙන් වලකින්න.
- සහකරුවන් අතර සාකච්ඡා කිරීමට යාමෙන් වලකින්න.
- හිංසක සහකරු සමඟ මුහුණට මුහුණ ගැටළු ඇති කර ගැනීමෙන් වලකින්න.
- ගැටළුව නිරාකරනය කිරීමට උත්සහ දැරීමෙන් හෝ බලාපොරොත්තු වීමෙන් වලකින්න.

සහයෝගය ලබා දීම යනු ගැටළුව නිරාකරණය කිරීම නොවේ. ඔබට ලබා දීය හැකි හොඳම සහය වන්නේ හිංසිතයාගේ ගැටළු වලට ඔවුනටම පිලිතුරු ලබා ගැනීමට සහයෝගය ලබා දීමයි.

ඔබ ආරක්ෂා වීම.

ගෘහස්ත හිංසනයට ලක් වන්නෙකුට සහය ලබා දීම වෙහෙසකර අත්දැකීමක් වන බව නොඅනුමානය. ඔබ යම් කිසිවෙකුට සහය වන්නේ නම්,

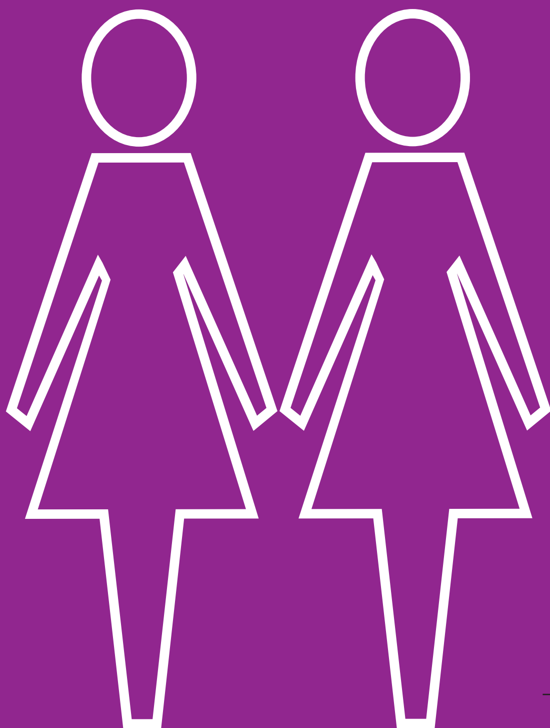
- උපදේශකයෙකුට හෝ සමීප ඥාතියෙකුට හෝ මිත්‍රයෙකුට කතා කිරීමෙන් ඔබට සහයෝගය ලබා ගන්න. නමුත් පුද්ගලිකත්වයට හානි නොවන අයුරින් මෙය කිරීමට වග බලාගන්න.

- ඔබට ලබා දිය හැකි සහයෝගය කොපමණද යන්න පිලිබඳව හිංසිතයා සමඟ හා තමන් සමඟත් පැහැදිලි තීරණයකට එළඹෙන්න. ඔබ ලබා දෙන සහයෝගය වටිනා බව මතක තබා ගන්න.

හිංසිත සම්බන්ධයක් හැර යාමේ තීරණය සංකීර්ණ වූවකි. හිංසිතයන් බොහෝ අවස්ථා වල විවිධ හේතූන් මත, මෙවැනි සබඳතා වල රැදී සිටී.

- සහකරුගේ ක්‍රියාකලාපය අපයෝජනාතමක වන බව තේරුම් ගැනීමට නොහැකි වීම හෝ පිලි නොගැනීම.
- ඔවුන්ගේ ලිංගික ප්‍රවණතාවන් ප්‍රසිද්ධ වේ යැයි තිබෙන්නාවූ බිය හා කොන් වීමට ඇති බිය . සම්බන්ධතාවයට ඇති කැපවීම හා ගැටළුව විසඳා ගැනීමට හැකි යැයි ඇති විශ්වාසය.
- ඔවුන්ගේ නිවසේ, හෝ දරුවන්, යැපෙන්නන් හෝ සුරතල් සතුන් අවට සිටීමට ඇති කැමැත්ත.
- සහකරුවාට ඇති බිය හා පිටත්ව යාමේ ප්‍රතිවිපාක වලට ඇති බිය.
- මූල්‍යමය වශයෙන් හා මානසික වශයෙන් සහකරු මත ඇති යැපීම.
- හිංසනය අනෙක් අයගෙන් සැඟවීමට ඇති අවශ්‍යතාවය හා ලැජ්ජා සහගත හැඟීම.
- සහකරු කෙරෙහි ඇති අ ාදරය හ ා එය න ැවත නොවීමට ෙ දන පොරොන්දුව ප් ිලිබඳ විශ්වාසය.
- ඔහු හෝ ඇය තීරණයක් ගැනීමට ශක්තිමත් නොවන බව සිතීම.

තොරතුරු හා ලබා ගැනීම



ගෘහස්ථ හිංසනයේ හිංසිතයින්ට සහයෝගය ලබා ගැනීම.

සමලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනයේ හිංසිතයන් හට විශේෂ වූ සහය සේවා, දැනට ශ්‍රී ලංකාවේ දක්නට නොමැත.

එනමුත්, විෂම ලිංගික සබඳතා වල සිටින, ගෘහස්ථ හිංසනය අත්විඳින කාන්තාවන් හට සහය සපයන ආයතන කිහිපයක් වේ. මෙම ආයතන සම ලිංගික සබඳතා වල ගෘහස්ථ හිංසනය ගැන විශේෂිත අවබෝධයකින් තොර වුවද, හදිසි අවස්ථා වලදී තොරතුරු හා සහය ලබා ගැනීමට මෙම ආයතන භාවිතා කල හැක. එම ආයතන පිලිබඳ තොරතුරු පහත වේ.

WOMEN IN NEED (කාන්තා පිහිට)

කාන්තා පිහිට ආයතනය, කාන්තාවන්ට හා ළමුන්ට එරෙහි ගෘහස්ථ හිංසනය පිටු දැකීම සඳහා ක්‍රියාත්මක වන සමාජ සේවා ආයතනයකි. ගෘහස්ථ හිංසනයට ගොදුරු වූවන් හට සහයෝගය සැපයීම මෙම ආයතනයේ ප්‍රධාන පරමාර්ථයයි.

දුරකථන	(011) 2665870 හා (011) 2671411
වෙබ් අඩවිය	www.winnsl.org
විද්‍යු ලිපිනය	win@eureka.lk
24 පැය ක්ෂණික ඇමතුම්	(011) 4718585

කොළඹ පිහිටි එහි ප්‍රධාන කාර්යාලයට අමතරව, කොළඹ නගරය තුළ හදිසි ආපදා මධ්‍යස්ථාන කිහිපයක් මෙමඟින් පවත්වාගෙන යයි.

ජාතික රෝහල් හදිසි අනතුරු සේවය	(සඳුදා - සිකුරාදා / පෙ.ව. 9.00 - ප.ව.4.30)
ද සොයිසා කාන්තා රෝහල	(සඳුදා - සිකුරාදා / පෙ.ව. 9.00 - ප.ව.4.30)
කාසල් වීදිය කාන්තා රෝහල	(සඳුදා - සිකුරාදා / පෙ.ව. 9.00 - ප.ව.4.30)
කිරුළපොන පොලිස් ස්ථානය	(සඳුදා - සිකුරාදා / ප.ව. 2.00 - ප.ව.4.30)

මෙම ආයතනය මඟින් කොලඹින් පිටත හදිසි ආපදා මධ්‍යස්ථාන කිහිපයක්ද ඔවුන් විසින් පවත්වාගෙන යනු ලැබේ.

අනුරාධපුරය		(025) 2235530
බදුල්ල	-	(055) 2224395
මහනුවර	-	(081) 2203246
මාතර	-	(041) 5414004
යාපනය	-	(021) 2229671

කාන්තා සංවර්ධන කේන්ද්‍රය
WOMEN DEVELOPMENT CENTRE (WDC)

ආපදා කළමණාකරනයේ මූලිකත්වය ගෙන කටයුතු කරන මෙම ආයතනය, අවදානම් කාන්තාවන් ආරක්ෂා කිරීමෙහි හා ගණිකා වෘත්තිය, මත්ද්‍රව්‍ය හා වැඩිදුර අපයෝජනයෙන් වල්ක්වා ගැනීමට පියවර ගනී. WDC විසින් ගෘහස්ථ හිංසනයට ලක්වූ කාන්තාවන් හා ගැහැණු ළමුන් සඳහා සෙවන සලසන මධ්‍යස්ථාන පවත්වාගෙන යයි. මීට අමතරව, උපදේශණ සේවා ලබා දීම හා වෘත්තීය පුහුණුව ලබා දීම ඔවුන්ගේ පුණුරුත්තාපන වැඩ සටහනේ කොටස් වේ. රාගම පිහිටි හදිසි ආපදා මධස්ථානය, මධ්‍යම පලාතේ කාන්තාවන්ට සහාය සපයන විශාලතම මධ්‍යස්ථානය වේ.

දුරකතනය	(081) 2228158 හෝ (081) 2203910
වෙබ් අඩවිය	www.womendev.org
විද්‍යු ලිපිනය	wdc@slt.lk

ලිංගික ප්‍රවණතා හා ස්ත්‍රී /පුරුෂ සමාජ භාවය සඳහා සහයෝගය

දුරකථන අංක මෙම අවස්ථාවේ දී රාජකාරී වේලාවන් තුල පමණක් ක්‍රියා කරන අතර හදිසි අවස්ථාවක දී සම්බන්ධ කර ගැනීමට නොහැකි වීමට ඉඩ තිබේ.

EQUAL GROUND

ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ් අධිවාචනය හා එක්සත් භාවය හරහා ශ්‍රී ලංකාවේ සම ලිංගික, ද්වි ලිංගික, අන්තර්ලිංගික හා ප්‍රශ්ණ කරන්නාවූ සමාජයට මානව හා දේශපාලන අයිතිවාසිකම් ලබා දීම හා ලිංගික ප්‍රවණතාව ස්ත්‍රී/ පුරුෂ සමාජභාවය, ස්ත්‍රී/ පුරුෂ සමාජභාවීය අනන්‍යතාවය මත කරන්නාවූ කොන් කිරීම් වැලැක්වීමට උත්සහ කරයි.

ඊක්වල් ග්‍රවුන්ඩ්, LGBTIQ පුද්ගලයින් සඳහා කොළඹ නගරයේ ආරක්ෂිත නිවස්නයක් පවත්වාගෙන යයි.

දුරකතනය (011) 5679766 හෝ (011) 2503977
වෙබ් අඩවිය www.equal-ground.org
විද්‍යු ලිපිනය equalground@gmail.com

Women’s Support Group

WSG ආයතනය ස්ත්‍රී සමලිංගික, ද්වි ලිංගික හා අන්තර් ලිංගික කාන්තාවන්ට සමාජයීය දේශපාලනික හා නෛතික පිළිගැනීමක් ලබා දීම හා කොන් කිරීම වැලැක්වීමට උත්සහ දරයි. WSG ශ්‍රී ලංකාව තුල තමන්ගේ ලිංගික අනන්‍යතාවය ප්‍රකාශ කිරීමට උත්සහ කරන සියළුම කාන්තාවන් වෙතට යොමු වීමට ක්‍රියා කරයි.

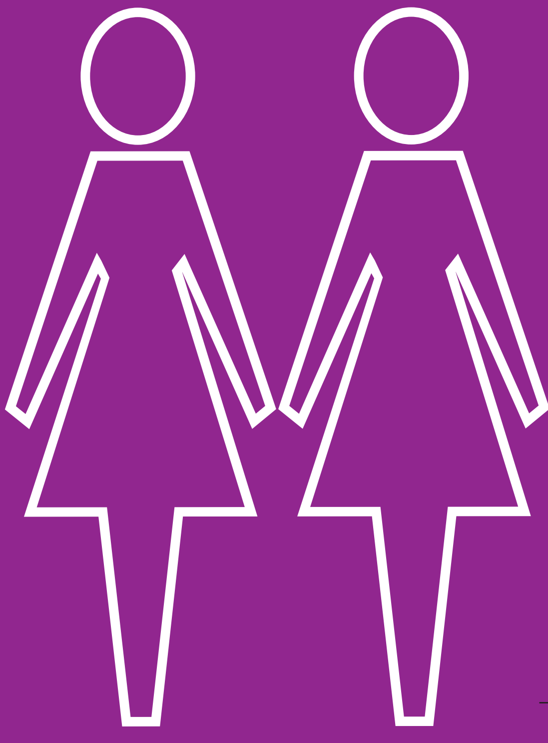
දුරකතනය (011) 5556122
වෙබ් අඩවිය www.wsglanka.com
විද්‍යු ලිපිනය wsg@eureka.lk

Companion On a Journey (COJ)

Companion On a Journey ව ඩිහිටි සමලිංගික සබඳතා නීතිගත කිරීමට LGBT අයිතිවාසිකම් අධිවාචනයට ජාලගත කිරීමට හා LGBT ජනතාවට හා ඔවුන් වෙනුවෙන් සේවා සැපයීම සිදු කරයි. COJ නුගේගොඩ හා මහනුවර කාර්යයාල පවත්වාගෙන යයි.

දුරකතනය (011) 4851535 හෝ (011) 4857575
වෙබ් අඩවිය ප්‍රකාශිත අවස්ථාවේ වෙබ් අඩවියක් නොමැත.
විද්‍යු ලිපිනය coj@wow.lk

නීති



නීති

ශ්‍රී ලංකාවේ නීතිය සමලිංගික සබඳතා වල සහකරුවන්ට ආරක්ෂාව සැලසීමක් නොකරයි. ඒ වෙනුවට, සමලිංගික සබඳතා වල සහකරුවන්ට විරුද්ධව නීතිය ක්‍රියාත්මක කල හැක. එම නිසා, හිංසිතයින් හට පොලිසියේ හෝ නීතියේ පිහිට පැතිය නොහැකි අතර, නීතිය හා අන්තර්ක්‍රියා කිරීමේදී ඉතාමත් සුපරික්ෂාකාරී විය යුතුය.

දණ්ඩ නීති සංග්‍රහය

සමලිංගික සම්බන්ධතා ශ්‍රී ලංකාවේ නීතිය මඟින් සෘජුවම වරදක් ලෙස නම් කර නොතිබුනද 365 වන වගන්තියට අනුව වැඩිහිටි දෙදෙනෙකු අතර ගුද සංසර්ගය තහනම් කිරීම සඳහා භාවිතා කර ඇත. මෙම වගන්තියට අනුව

"යමෙකු යම් පුරුෂයෙක් ස්ත්‍රියක් හෝ සතකු සමඟ ස්වභාව ධර්මයට විරුද්ධව කැමැත්තෙන්ම කාමුක සංසර්ගයෙහි යෙදෙන තැනැත්තෙකුට අවුරුදු දහය දක්වා කාලයක් දෙයාකාරයකින් එක් ආකාරයක බන්ධනාගාර ගත කිරීමකින් දඬුවම් කල යුතුය. ඔහු දඩයකට ද යටත් විය යුතුය."

මෙම නීතිය සෘහෙන කලෙකින් ක්‍රියාත්මක කොට නොතිබුනද එහි පැවැත්ම ශ්‍රී ලංකාව පුරා වූ LGBT පුද්ගලයන් හට අනාරක්ෂිත හා කොන් කරන ලද හැඟීමක් ඇති කරයි.

සම ලිංගික පුද්ගලයෙකු ලෙස තමාව හඳුන්වාදී නීතියේ පිහිට පැතීම වර්තමාන තත්වය තුල සිදු කළ නොයුත්තකි.

ගෘහස්ථ හිංසනය

2005 ඔක්තොම්බර් මස අංක 34 දරන ගෘහස්ථ හිංසනය වැලැක්වීමේ පනත ශ්‍රී ලංකාවේ පාර්ලිමේන්තුව විසින් ක්‍රියාවට නංවන ලදි.

නීතිය මඟින් හිංසිතයන් හට සීමිත කාලයන් හට බලපාන උසාවි නියෝග මඟින් ආරක්ෂාව ලබා දීමට ක්‍රියා කරයි. මෙම නියෝග හිංසකයා විසින් හිංසිතයාගේ ආරක්ෂාවට සෞඛ්‍යයට හෝ යහ පැවැත්මට බලපාන්නාවූ ක්‍රියාවන්හි නිරත වීම වැලැක්වීම සඳහා උසාවියට බලය ලබා දී ඇත. මෙම උසාවි නියෝග මඟින් හිංසකයා හිංසිතයාගේ නිවසට රැකියා ස්ථානයට පාසලට ඇතුල් වීම හා හිංසිතයාගේ දරුවන් සමඟ සම්බන්ධතා පැවැත්වීම වැනි දෑ කල හැක. මෙම ආරක්ෂාව මාස 12ක උපරිමයකට යටත් වේ.

ගෘහස්ථ හිංසනය වැලැක්වීමේ පනත සම ලිංගික ගෘහස්ථ හිංසනය සම්බන්ධව සෘජුව සාකච්ඡා නොකලද එමඟින් සම ලිංගික ගෘහස්ථ හිංසිතයන්ගේ ආරක්ෂාව අත් හැර දමා නොමැත. එහෙත් LGBT පුද්ගලයන් සඳහා නීත්‍යානුකූල පිලිගැනීමක් නොමැති වීම මෙම පනත මඟින් ලබා දෙන්නාවූ ආරක්ෂාව ගැටළු සහිත තත්වයකට පත්ව ඇත.

NOTES