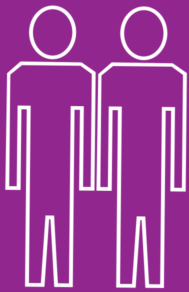
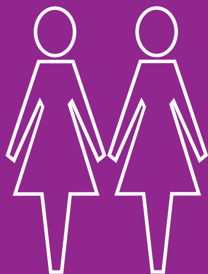
நிழலிலிருந்து வெளிப்படல்

இலங்கையில் ஓர்பாலின இல்லற துஷ்பிரயோகம்



நிழலிலிருந்து வெளிப்படல்

இலங்கையில் ஓர்பாலின இல்லற துஷ்பிரயோகம்



நிழிலிலிருந்து வெ ளிப்படல்: இலங்கையில் ஓ ர்பாலின இல்லற துஷ்பிரயோகம் எ ன்னும் வெளியீடானது ஈ குவல் கிறவுன்ட் கொழும்பு அ மைப்பின் ஓ ர் வெ ளியீடாகும். மேலும் இவ்வெளியீடானது கல்வி அ ல்லது வ ிழிப்புணர்வு ே நாக்கங்களுக்காக மட்டும் மீள் பிரசுரிக்கப்படலாம். எ னினும் இம்மீள்வடிவமைப்புகள் இலாப ே நாக்கில் வ ிற்பனை செ ய்தல் ஏற்கப்படமாட்டாது. இவ்வெளியீடுடின் பகுதி ஒன்றினை தேவைக்கேற்ப ம ீள்வடிவமைக்கும் பட்சத்தில் அப்பகுதி க ாணப்படும் இவ்வெளியீட்டின் விபரங்கள் மூலத்தின் ஆ தாரங்கள் குறிப்பிடப்படல் அ வசியம். இங்கு கு றிப்பிட்ட விபரங்கள் தவிர ே வறு தேவையின் பொருட்டு இவ்வெளியீடு மீள்வடிவமைக்கப்பட வேண்டுமெனின் ஈகுவல் கிறவுன்ட் கொழுப்பு அமைப்பின் முன் அனுமதியை பெறல் அவசியம்.

ஆக்கம்: எமிலி போல் மற்றும் அயின்றி ஜயசிங்க
வடிவமைப்பு: அஜ்வத் மற்றும் சரான்

ஈகுவல் கிறவுன்ட் அமைப்பானது இவ்வெளியீட்டுக்கு உதவிய பின்வரும் நபர்களுக்கு தமது மனமுவந்த நன்றியை தெருவித்துக் கொள்கின்றது.
எமது நிதியீட்டாளர்கள் - அஸ்டிரியா, உலக பெண்கள் நிதி மற்றும் அமெரிக்க யூத உலக அமைப்பு.
தொழிநுட்ப ரீதியான உதவியினையும் மீளாய்வு உதவியையும் வழங்கிய லீஸா குவா.
மீளாய்வில் உதவிய பொன்னி அரசு
இவ்வெளியீட்டின் முதற்கட்டத்தில் உதவிய ஹொப் ஹறிஸன்
தமது வெளியீடான மற்றுமொரு அறை: ஓர் பாலின உறவில் இல்லற துஷ்பிரயோகம் (2006) ஜெனி வைட் என்பதிலிருந்து சிற்சில பகுதிகளை மீளாக்கம் செய்ய அனுமதி அளித்த ACON அமைப்பு மற்றும் ஓர் பாலின உறவில் இல்லற துஷ்பிரயோகத்தினால் பாதிக்கப்பட்டோருடன் பணிபுரியும் NSW குழு

© ஈக்குவல் கிரவுன்ட் 2008

முன்னுரை

ஈக்குவல் கிறவுன்ட் அமைப்பினால் சமூகத்தில் ஒழிந்து காணப்படும் பாரிய அளவில் நடைபெறும் ஓர் பாலின இல்லற துஷ்பிரயோகத்தினை வெளிக் கொணர மேற்கொள்ளப்பட்ட இச் செயற்பாடானது மிகவும் பாராட்டத்தக்கது. மேலும் இவ்வெளியீடானது அனைவருக்கும் பொதுவாக இல்லற துஷ்பிரயோகத்தின் தன்மை நிலை பற்றியும் மற்றும் இனங்காணும் செயற்பாடு பற்றியும் அறியத் தருவதுடன் சாதாரண மற்றும் ஏனைய நபர்களின் வன்முறை என்னும் வரையறைக்குள் இது உள்ளடக்கப்படுவதையும் தெளிவாக எடுத்தியம்புகிறது. எனினும் மனித தன்மை உலகளாவிய ரீதியில் காணப்படுகின்றது எனினும் ஏனைய நபர்களின் வாழ்க்கை நிலையை சட்டதிட்டங்கள் மறுப்பதுடன் அவர்களின் சமூக பிரச்சனைகளுக்கும் எவ்வித தீர்வினையும் காணாது புறக்கணிக்கின்ற நடைமுறை ஆகும்.

சாதாரண என்னும் வட்டத்துக்குள் அடங்கும் நாம் பூரண சித்தையுடன் அல்லது கவனமின்றி இவ்வாறு ஒதுக்கப்படுவோர் மற்றும் புறக்கணிக்கப்படுவோரின் நிலையை உணர மறுப்பதுடன் எம்மிலிருந்து வேறுபட்டு காணப்படும் ஏனையோரை மதிக்கவும் மறக்கின்றோம். மேலும் இதற்கான முக்கிய காரணம் எமது மனித சட்டங்கள் நமக்கு வழங்கியுள்ள ஆதிக்கமாகும். இவ்வாதிக்கமானது சட்டங்கள், பொது கொள்கைகள், சமூக சக வாழ்வினை அல்லது செயற்பாடுகளை சீர்குலைக்கும் காரணிகளுக்கு எதிராக செயற்படுவதை சிலசமயத்தில் உயிருக்கு பாதகம் விளைவிக்கும் செயற்பாடுகளுக்கெதிராக கூக்குரல் எழுப்புவதையும் தடை செய்கின்றது.

2005 ஆம் ஆண்டு இலங்கை பாராளுமன்றமானது பல்வேறு சர்ச்சைகளின் பின்பு இல்லற துஷ்பிரயோகத்திற்கு எதிரான சட்டத்தினை (சட்ட இல: 34 2005) அமுல்படுத்தியது. இது ஓர் பெரிய சாதனையாகும். இது தனிப்பட்ட பிரச்சனையை பகிரங்கப்படுத்தும் ஓர் செயற்பாடாகக் கருதப்பட்டது. இக்கோட்பாடானது பல்வேறுபட்ட அமைப்புக்கள் மற்றும் செயற்பாட்டாளர்களின் வாதம் மற்றும் பெண்கள் குழுக்களின் போராட்டத்துக்குப் பின்னர் நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டது. இங்கு அதிகளவில் இத்துஷ்பிரயோகத்தினால் பாதிக்கப்படுபவர்கள் பெண்களாகக் காணப்படல் குறிப்பிடத்தக்க விடயமாகும்.

ஊடகம் மற்றும் வெளிப்படையில் காணப்பட்ட பொது வாதங்கள் பண்பாட்டில் ஊன்றித் திழைத்த குடும்பங்கள் மற்றும் கூட்டுக் குடும்பங்களிடையே காணப்படும் துஷ்பிரயோகத்தினைப் பற்றி எடுத்தியம்பின. எனினும் மாறுபட்ட சந்தர்ப்பங்களில் காணப்படும் இல்லற துஷ்பிரயோகத்தினைப் பற்றி பெண் குழுக்கள் மட்டுமே எடுத்தியம்பின. அது சிலர் அவ்வாறான நடைமுறையை புறக்கணிக்கும் செயற்பாடாதவும் காணப்படலாம். எனினும் தமது பண்பாடுகளுக்கு எதிராக இச்சட்டம் நடைமுறைப்படுத்தப்படுகின்றது என பாராளுமன்ற உறுப்பினருக்கிடையே எழுந்த வாதத்தினை தீர்த்து இக்கோட்பாட்டை அமுல்படுத்தல் ஓர் சவாலாகவே அமைந்தது.

இச்சட்டமானது இல்லற துஷ்பிரயோகத்தின் போது சட்டம் இடைகொண்டு அதனை தீர்க்கும் உரிமையை வெளிப்படுத்தியது. மேலும் இது உடல் மற்றும் உள ரீதியான பாதிப்புக்களையும் உட்கொண்டுள்ளதாகக் க ருதப்பட்டது. இங்கு நீதி மன்றம் பாதுகாப்பு க ட்டளையை - 12 மாதங்கள் வரை நீடிக்கும் - ப ாதிக்கப்பட்டோரை ப ாதுகாக்கும் உ ரிமை கொண்டுள்ளது. எனவே இக்கட்டளையின் பின்னர் துன்புறுத்துவோர் பாதிக்கப்பட்டோருடன் எவ்வித நேரடித் தொடர்பையும் வைத்திருப்பதிலிருந்து த டை செய்யப்படுகின்றனர். எனினும் நிதி உ தவிகள் அவசியமெனின் ஒழுங்கு செய்யப்படும் வசதிகளும் காணப்படுகின்றன.

இக்கோட்பாடானது இல்லற து ஷ்பிரயோகத்தில் உள்ளடக்கப்படும் உ றவு மு றைகளை விளக்கியுள்ளன. இ ப்பிரிவுகள் ஓ ர் ப ாலின இனத்தவர்களையும் உள்ளடக்கும் வகையில் பரந்து காணப்படுகின்றன. எனினும் ஏற்புடையது அ ற்ற பாலியல் உ றவுகளில் ஈடுபடும் நபர்களின் பாதுகாப்பு சாத்தியமா என்பது கேள்விக்குரிய விடயமாகும்.

இதற்கொப்ப நிழலிலிருந்து வெளிப்படல் எடுத்துரைப்பதைப் போன்று சட்டதிட்டங்களுக்கு மாறாக ஓர்பாலின உ றவுகள் காணப்படுகின்றன அத்துடன் அ வற்றில் துஷ்பிரயோகமும் காணப்படுகின்றன. எனவே இங்கு இல்லற து ஷ்பிரயோகம் எளிதாக விளக்கபட்டுள்ளது. மேலும் இத்துஷ்பிரயோகத்தினுள் ஈக்குவல் க றவுன்ட் அ மைப்பானது சமூக மற்றும் பொருளாதார துஷ்பிரயோகத்தையும் உள்ளடக்கியுள்ளது கு றிப்பிடத்தக்க விடயமாகும். இங்கு இத்துஷ்பிரயோகத்தினை முறியடிக்கும் செயன்முறைகளும் முன்வைக்கப்பட்டுள்ளன. மேலும் இங்கு இல்லற து ஷ்பிரயோகம் பற்றிய மூட நம்பிக்கைகள் மற்றும் அ தனால் பாதிக்கப்பட்டோருக்கு உதவும் முறைகளையும் எடுத்தியம்பியுள்ளது.

இவ்வெளியீடானது எளிதான முறையில் எழுதப்பட்டுள்ள ஓர் வெளியீடாகும். மேலும் பொது விழிப்புணர்வு வழங்கும் ஓ ர் தெளிவான பிரசுரம் ஆ கும். ந ான் முன்பு எடுத்தியம்பியது போன்று இவ்வெளியீடானது ஓ ர்பாலின உறவுகளில் ஈ டுபட்டோருக்கு மட்டுமன்றி அனைவருக்கும் பொதுவான விளக்கத்தினை வ ழங்கும் மு றையில் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. ஈக்குவல் கிறவுன்ட் அமைப்புக்கு எனது பாராட்டுக்கள்.

டீபிக்கா உடுகம
சட்டப் பிரிவு
கொழும்பு பல்கலைக்கழகம்

உள்ளடக்கம்

அறிமுகம்	01
ஈக்குவல் கிரவுண்ட் அமைப்பின் 'இல்லற துஷ்பிரயோகம்' என்பதன் விளக்கம்	02
இல்லற துஷ்பிரயோகம் என்றால்	03
துஷ்பிரயோக சக்கரத்தினை முறியடித்தல்	11
உறவுமுறை பரிசீலிப்பு கோவை	13
ஓர்பாலின உறவுகளில் இல்லற துஷ்பிரயோகம் பற்றிய நம்பிக்கைகள்	15
பாதுகாப்புத் திட்டமிடல்	19
நண்பர் அல்லது குடும்பத்தாருக்கு உதவுதல்	25
விபரங்கள், உதவி மற்றும் ஆதரவினை பெற்றுக் கொள்தல்	33
சட்டம்	37

ஓர்பாலின உறவுகளில் இல்லற துஷ்பிரயோகம் என எதுவுமே இல்லை!

றொஹான் மற்றும் சுனிலின் நிலைமை பற்றி நான் கேள்வியுற்றேன். எனினும் இவ்வாறான நிலைமைகளிலிருந்து ஒதுங்கி காணப்படல் சிறந்தது என எண்ணினேன்.

ம்ம் ... நான் இவ்விடயத்தைப் பற்றி அதிகளவு கவனம் செலுத்தவில்லை எனினும் இது ஓர் முக்கிய விடயம் என தற்போது உணர்கிறேன். காரணம் இவ்விடயம் சமூகத்தில் ஆலோசிக்கப்படும் ஓர் விடயம் அல்ல.

சாந்தி தனது துணைவியை துன்புறுத்துவது அனைவரும் அறிந்த விடயமே. இது இல்லற துஷ்பிரயோகமாகும். இது எமது சமூகத்தில் நடைமுறையில் காணப்படும் ஓர் விடயம் ஆகும்

அறிமுகம்

அநேக உ றவுகள் அன்பு மற்றும் ம திப்பு என்னும் கோட்பாடுகளை அ டிப்படையாகக் கொண்டுள்ளது. எ னினும் சில உறவுகள் இ தற்கு எதிர்மாறாக து ஷ்பிரயோகம் ம ற்றும் கட்டுப்பாடு என்பவற்றினை அ டிப்படையாகக் கொண்டுள்ளன. இவ்விரண்டு க ாரணிகளும் இல்லற துஷ்பிரயோகத்தின் மூல காரணிகளாகக் காணப்படுகின்றன.

இவ்வெளியீடானது இவ்வாறான இல்லற துஷ்பிரயோகம் பற்றிய உண்மைகளையும் ஓர்பாலின சேர்க்கையாளர்களின் உறவில் அ து ஏற்படுத்தும் ப ாதிப்பினையும் வ ிளக்குவதாக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. ே மலும் ஓ ர்பாலின உறவுகளில் க ாணப்படுவோர் இ வ்வாறான துன்புறுத்தல்களுக்கு அ டிமையாகக் க ாணப்படின் அ தற்கான மீள் செயல்களையும் இ து உள்ளடக்கியுள்ளது. மேலும் பெற்றோர், குடும்பங்கள் மற்றும் ந ண்பர்கள் இ ல்லற துஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆ ளாகியுள்ள ஒருவருக்கு எவ்வாறு உதவ முடியும் மற்றும் இ தன் பொதுவான விளக்கம் ஆ கியவற்றையும் இவ்வெளியீடு உள்ளடக்கியுள்ளது. மேலும் இல்லற துஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆ ளாக்கப்பட்டோருடன் செயற்படும் ப ணியாளர்களும் இதிலிருந்து ப யனை ஈ ட்டுவர் எனவும் எதிர்பார்க்கப்படுகின்றது. இங்கு தரப்பட்டுள்ள விளக்கங்கள் மற்றும் செயற்பாட்டு முறைகள் என்பன இத்துறையில் தேர்ச்சி பெற்ற பணியாளர்கள் மற்றும் தொண்டர்களின் கலந்துரையாடலிலிருந்தும் எமது ஆ ய்வுகளின் ஊடு பெறப்பட்ட தகவல்களையும் இலங்கையின் ந டைமுறைக்கு ஏற்ப தொகுத்து வழங்கப்பட்டுள்ளது.

ஓர்பாலின உ றவுகளில் காணப்படும் இ ல்லற து ஷ்பிரயோகம் பற்றிய நடைமுறையை வெளிக்கொணர்வது இலங்கையில் க ாணப்படும் ச மூக ம ற்றும் ச ட்டதிட்டங்களினால் மிகவும் சவாலான விடயமாகக் காணப்படுகின்றது. உதாரணமாக, இலங்கையின் சட்டதிட்டங்கள் இல்லற துஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆ ளாக்கப்பட்ட ஓ ர்பாலின சேர்க்கையாளருக்கு எவ்வித பாதுகாப்பையும் வழங்குவதில்லை. மாறாக அவ்வாறாக ஓர்பாலின உறவில் ஈடுபட்டுள்ளோரை தண்டிக்கின்றது. எனவே இல்லற து ஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆ ளாகிய ஓர்பாலின சேர்க்கையாளர்கள் இலங்கையில் ச ட்டத்திலிருந்து எவ்வித பலனையும் அடைய முடியாததுடன் அவர்களை நாடல் தவிர்க்கப்பட வேண்டிய விடயமாகவும் காணப்படுகின்றது.

இல்லற துஷ்பிரயோகம் என்றால் என்ன?

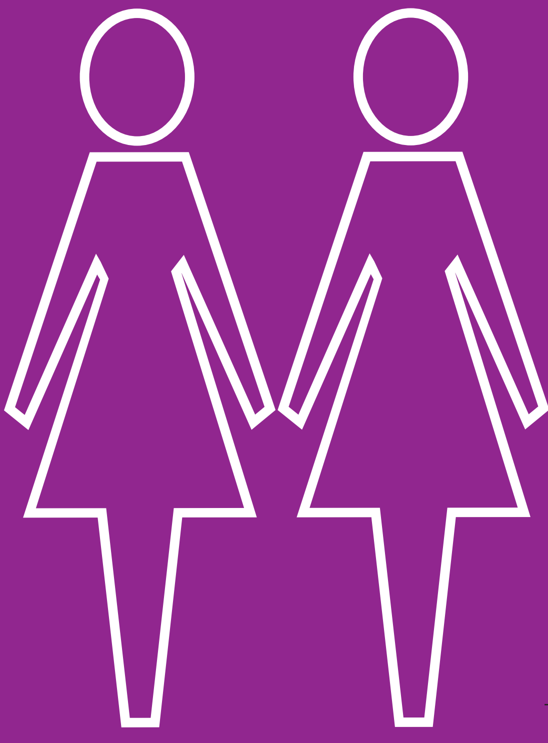
ஈக்குவல் கிறவுன்ட் அமைப்பின் 'இல்லற துஷ்பிரயோகம்' என்பதன் விளக்கம் வருமாறு

ஈக்குவல் கிறவுன்ட் அமைப்பின் விளக்கத்தின் படி இல்லற துஷ்பிரயோகம் என்பது ஒருவர் தான் ஈடுபட்டுள்ள வயதுவந்த நெருக்கமான உறவில் அல்லது கூட்டுறவில் தனது துணை அளித்துள்ள அதிகாரத்தினை துஷ்பிரயோகம் செய்தல் மற்றும் அத்துமீறல் என்பதேயாகும். இல்லற துஷ்பிரயோகமானது அனைத்து வகையான உடல், பாலியல், உள, சொல், உணர்வு, சமூக, பொருளாதார ரீதியான மற்றும் சட்டத்தின் கீழ் துஷ்பிரயோகம் என வரையறுக்கப்பட்டுள்ள அனைத்து துன்புறுத்தல்களை உள்ளடக்குகின்றது.

ஈக்குவல் கிறவுன்ட் அமைப்பானது அனைத்து குடும்ப ரீதியான மதம், சட்டம் மற்றும் பண்பாடுகளையும் மீறிய உறவுகளை 'கூட்டுறவான' என்னும் பதத்தினை உபயோகிக்கின்றது. மேலும் இதனூடு நாம் அனைத்து உறவுகள் இல்லற துஷ்பிரயோகத்துக்கு விதிவிலக்கல்ல என்பதை வலியுறுத்துகின்றோம்.

மேலும் ஈக்குவல் கிறவுன்ட் அமைப்பானது சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்தினையும் கண்டிப்பதுடன், சிறுவர் துஷ்பிரயோகமானது விசேட கவனிப்பினை பெற வேண்டிய ஓர் பகுதியாகவும் அதற்கான மீட்பு நடவடிக்கைகள் சிறந்த முறையில் செயற்படுத்தப்பட வேண்டும் எனவும் நம்புகின்றது. எனவே நாம் சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் பற்றிய விளக்கத்தினை இவ்வெளியீட்டில் உள்ளடக்கவில்லை.

இல்லற துஷ்பிரயோகம் என்றால்



இல்லற துஷ்பிரயோகம் என்றால்?.

- இன, ச ாதி, த ரம், அ ங்கவீனம் ம ற்றும் வயது போன்ற எவ்வித வேறுபாடுகளுமின்றி அனைத்து சமூகங்களுக்கும் பொதுவானது.

- ஓர்பாலின உ றவுகளுள், குடும்ப உறவுகள், வேறுபட்ட உறவுகள் ம ற்றும் அ னைத்து உறவுகளுக்கும் குடும்ப கலாசார ம ற்றும் அ தற்கும் வே றுபட்ட உறவுகளுக்கும் பொதுவானது.

- இல்லற துஷ்பிரயோகம், நெருங்கிய நண்பர் துஷ்பிரயோகம், துணைவர், துணைவி மற்றும் குடும்ப வன்முறை எனவும் பெயர் பெறும்.

இல்லற துஷ்பிரயோகம் பாகுபாடு பார்க்காது!

ஓர்பாலின உறவில் இல்லற துஷ்பிரயோகம் என்பது?.

- அன்பின் அடையாளம் அல்ல
- ஏற்புடைய அல்லது மன்னிக்கக் கூடிய நடத்தை அல்ல
- துன்புறுத்தப்பட்ட துணையின் பிழை அல்ல
- விபத்து அல்லது திடீர் செயற்பாடு அல்ல
- எதிர்பாலின உறவுகளில் மட்டும் காணப்படும் ஒன்றல்ல
- நீண்ட கால உறவுகளில் மட்டும் காணப்படும் ஒன்றல்ல
- பல்வேறுபட்ட பாலியல் உறவில் ஈடுபட்டுள்ளோருக்கு மட்டுமல்ல
- ஒன்றாக இணைந்து வாழும் உறவில் மட்டுமல்ல
- திருமண உறவில் மட்டுமல்ல
- கலாசார குடும்ப அமைப்பு கட்டமைப்புக்களுக்கு மட்டுப்படுத்தப்பட்டதல்ல
- உங்கள் வாழ்வில் நீங்கள் சகிக்க வேண்டியதொன்றல்ல

இல்லற துஷ்பிரயோகம் உங்களது பிழையல்ல. இல்லற துஷ்பிரயோகம் துன்புறுத்துபவரின் பொறுப்பேயாகும்.

இல்லற துஷ்பிரயோகம் பல முறைகளில் நிகழலாம்

- உடல் ரீதியான துன்புறுத்தல்
- பாலியல் துன்புறுத்தல்
- உயர்ச்சி மற்றும் உளரீதியான துன்புறுத்தல்
- சமூக துன்புறுத்தல்
- பொருளாதார துன்புறுத்தல்

உடல் ரீதியான துஷ்பிரயோகம் அல்லது இதற்குள் உள்ளடக்கப்படுபவை:

- அடித்தல், உதைத்தல், தள்ளுதல், அறைதல், நெரித்தல், எரித்தல் மற்றும் ஏனைய உடல் ரீதியாக விளைவிக்கப்படும் துன்புறுத்தல்கள்
- கட்டாயமாக அல்லது வற்புறுத்தலுடன் தனது துணையை மருத்துவ ஆலோசனையை அல்லது மருந்துகளை எடுப்பதை தடுத்தல்
- சொந்தமான பொருட்களை உடைத்தல், சுவர்களை சேதப்படுத்தல்
- தனது துணையின் வாழ்க்கைக்கு மதிப்பளிக்காது வேகமாக வாகனத்தை ஓட்டுதல்
- துணைவரின் அனுமதி இன்றி அவருக்கு மறைமுகமாக போதைவஸ்து அல்லத மயக்க மாத்திரைகளை வழங்கல்
- துணைவர் நடமாடும் சுதந்திரத்தினைக் கட்டுப்படுத்தி வீட்டில் பூட்டி வைத்தல்
- வற்புறுத்தி தனது துணையை மனோவைத்திய வைத்திசாலை அ ல்லது மருத்துவ நிலையத்தில் சேர்த்தல்
- மேற்கூறப்பட்ட செயல்களை செய்வதாக பயமுறுத்தல்

பாலின துஷ்பிரயோகம் அல்லது இதற்குள் உள்ளடக்கப்படுபவை:

- தனது துணையை துன்புறுதல் அல்லது கற்பழித்தல்
- தனது துணையை வற்புறுத்தி, அழுத்தி அல்லது தந்திரத்தினால் பாதுகாப்பற்ற பாலியல் உறவில் ஈடுபட தூண்டுதல்
- தனது துணையை வற்புறுத்தி, அழுத்தி அல்லது தந்திரத்தினால் ப ாலியல் செயற்பாடு ஒன்றினை அல்லது மற்றொருவர், மிருகம் அல்லது பொருளுடன் பாலியல் உறவில் ஈடுபட தூண்டுதல்
- தனது துணையை வற்புறுத்தி, அழுத்தி அல்லது தந்திரத்தினால் த ான் வேறொருவருடன் பாலியல் உறவில் ஈடுபடுவதை பார்க்க வற்புறுத்தல்
- தனது துணையை வற்புறுத்தி, அழுத்தி அல்லது தந்திரத்தினால் தனது துணையை தீய பாலியல் சில்மிஸ திரைப்படங்களைப் பார்க்கத் தூண்டுதல்
- ஒருவரின் பாலியல் செயற்பாடுகளை அந்நபரின் அனுமதியின்றி பதிவு செய்தல்

உணர்வு ரீதியான மற்றும் உள ரீதியான துஷ்பிரயோகம் என்பதற்குள் உள்ளடக்கப்படுபவை அனைத்து வகையான உணர்வு மற்றும் சொல் ரீதியான துஷ்பிரயோகம் மற்றும் தனது துணைவியை பாதிக்கும் முறையில் வார்த்தையால் அல்லது செயலினால் மற்றும் தனது துணையை பலவீனமாக்க, பயப்படுத்த, பாதுகாப்பின்றி உணர வைக்க மற்றும் தாழ்ந்த நிலையை உணர வைத்து துன்புறுத்துவோரில் தங்கி வாழும் தன்மையைத் தூண்டுதல் ஆகும். இதனுள் அடங்குபவை:

- வற்புறுத்தும் மற்றும் மனநிலையைக் குழப்பும் நடத்தை
- அன்பினை அனைத்து நேரமும் அல்லது சில வேளையில் மட்டும் வெளிக்காட்டாது இருத்தல்
- நம்பிக்கையை முறித்தல் மற்றும் பிரமாணங்களை மீறல்
- எவ்வித காரணமுமின்றி தொடர்ந்து சந்தேகப்படல் அல்லது பொறாமைப்படல்
- தனது துணையை அவர் செய்யாத செயலுக்கு பொறுப்புக் கூறி மற்றும் அதனால் தூண்டப்பட்ட வன்முறைக்கு அவரைக் காரணம் காட்டல்
- எப்பொழுதும் தனது துணையை விமர்சித்தல்
- வெளியேற்றல் அல்லது தனது துணையை வெளியேற்ற பயமுறுத்தல் உ.ம்: நண்பர்களிடம் சொல்லுதல், குடும்பம் மற்றும் தொழில் ஊழியர்களுடன் அவரது பாலியல் ஈர்ப்பினைப் பற்றி விமர்சித்துக் கதைத்தல்)
- துணைவர் செய்ய விரும்பாத செயலை வற்புறுத்தி செய்யத் தூண்டுதல்
- வார்த்தை மூலம் அதாவது பெயர் சொல்லல், காரணம் காட்டல், சத்தமிடல் மூலம் துன்புறுத்தல்

சமூக துஷ்பிரயோகம் என்பது உறவில் ஈடுபட்டுள்ள ஒருவர் தனது துணைவரின் சமூக உறவுகளை மற்றும் ஈடுபாட்டினை தனது முயற்சியினால் தகர்த்து அவரை தன்மீது தங்கிவாழ வைக்க எத்தனித்தல் ஆகும். இதனுள் உள்ளடங்குபவை:

- தனது துணைவரை அவரது நண்பர்கள் மற்றும் குடும்பத்தினரை சென்று பார்ப்பதை தடுத்தல்.
- தனது துணைவரின் குடும்பத்தார் மற்றும் நண்பர்களுடன் திட்டமிட்டு வாக்குவாதத்தில் ஈடுபட்டு அவர்கள் வீட்டுக்கு வராது செய்ய எத்தணித்தல்
- அவரின் தொலைபேசி தொடர்பினை துண்டித்தல் அல்லது தொலைபேசி அழைப்புகளை அனுமதியின்றி மேற்பார்வைசெய்தல்
- துணைவரை ஆண்பாலின் சேர்க்கையாளர் மற்றும் பெண்பாலின சேர்க்கையாளர் கூட்டங்கள் மற்றும் ஒன்றுகூடல்களில் பங்கெடுப்பதைத் தடை செய்தல்
- துணைவரை அவரது மத அனுஸ்டானங்களை கடைப்பிடிப்பதிலிருந்து தடை செய்தல் அல்லது அவரின் கலாச்சார பின்னணியிலிருந்து அவரை பிரித்தல்

பொருளாதார துஷ்பிரயோகம் என்பது உறவில் ஈடுபட்டுள்ள ஒருவர் தனது துணையின் பணம் அல்லது நிதி வளங்களை அவரின் விருப்பமின்றி கட்டுப்படுத்தல் ஆகும். இதில் உள்ளடக்கப்படுபவை:

- துணைவரின் பணத்தினை கைப்பற்றல்
- துணைவரின் வருமானத்தினைக் கட்டுப்படுத்துவதுடன் தனது பணத்தினை அ வர் அனுபவிக்க தடை செய்தல்
- தனது துணைவருக்கு பணத்தினை வழங்க மறுத்தல்
- அவர் மேற்கொள்ளும் அனைத்து செலவுகளுக்கு பதிவினைப் பேண அழுத்தல்
- அவரின் ெ சாத்துக்களை அனுமதியின்றி வ ிற்பனை செய்தல் அ ல்லது அ வரின் தொழிலுக்கு தடையாக செயற்படல்
- அவரின் ே வலைத்தளத்தில் குழப்பத்தினை உ ண்டாக்கல் அல்லது அவர் த னது வேலையை இழக்கச் செய்தல்
- நிதி உதவியை வழங்க அல்லது அதனை நிறுத்த பயமுறுத்தல்

ஓர்பாலின உறவுகளுக்கும் எதிர்பாலின உறவுகளுக்கும் இடையே ஏற்படும் இல்லற துஷ்பிரயோகத்தில் மிகவும் குறைவான வேறுபாடுகளே காணப்படுகின்றன

ஓர்பாலின உறவுகளுக்கும் எதிர்பாலின நெருங்கிய உறவுகளுக்கும் இடையே ஏற்படும் இல்லற துஷ்பிரயோகத்தில் ம ிகவும் குறைவான ே வறுபாடுகளே க ாணப்படுகின்றன. உறவுகளின் அடிப்படையிலல்லாது அனைத்து வ ித இ ல்லற து ஷ்பிரயோகங்களும் அ வற்றின் அனுபவங்களும் ஒத்ததாகவே காணப்படுகின்றன:.

இவ்வாறான இல்லற துஷ்பிரயோகத்தின் தன்மைகள் வருமாறு:

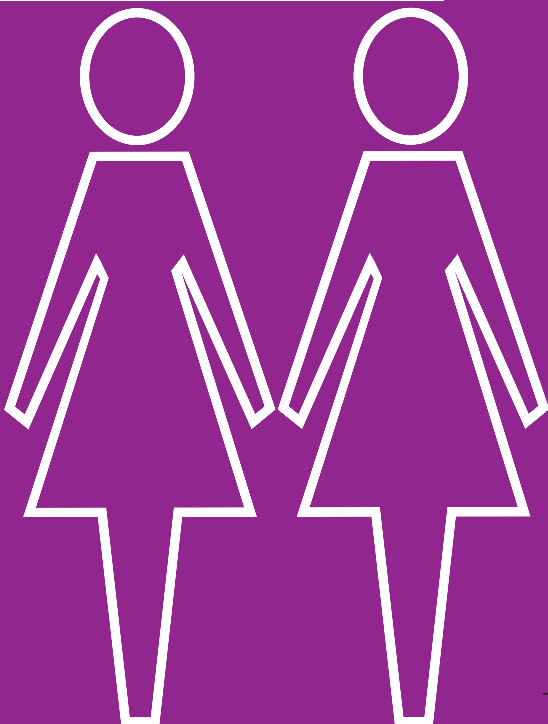
- வெட்கம்
- அமைதி
- சுய பொறுப்பு
- துஷ்பிரயோகம் மற்றும் மீளும் நிலை சக்கரம்
- காலப்போக்கில் துஷ்பிரயோகம் அதிகரித்தல்

ஓர்பாலின உ றவுகளுக்கும் எ திர்பாலின உறவுகளுக்கும் இடையே ஏற்படும் இல்லற துஷ்பிரயோகத்தில் காணப்படும் வேறுபாடுகள் எவை என உற்று நோக்குகையில் நாம் அறிவது யாதெனின், ச ட்டம் ம ற்றும் ச மூகம் ஓ ர்பாலின உறவுகளை வ ரையறுக்கும் வ ிதம் ம ற்றும் துன்புறுத்தலுக்கு உள்ளாக்கப்பட்டோர் அதனை விபரிக்கும் முறையினால் ஆகும்.

- இலங்கையின் ச ட்ட திட்டங்கள் மற்றும் ச மூக விசேட க லாச்சார எதிர்பாலின உ றவுகள், ஓர்பாலின உ றவுகள் இல்லை எ ன கூறுவதுடன் பெண் சேர்க்கையாளர், ஆண் சேர்க்கையாளர் இருபாலின சேர்க்கையாளர் ம ற்றும் ப ால்நிலை மாற்றம் அடைந்தோரை ஒதுக்கல்.
- ஓர்பாலின ஒழிப்புச் ச ட்டங்கள் மற்றும் அ தற்கெதிரான ப யங்கள் இவ்வாறான ஓ ர்பாலின உறவினால் இல்லற துஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆளாகிய மற்றும் ஆளாகி மீண்டோர் அதனைப் பற்றி வெளிப்படையாக உரையாடுவதை கட்டுப்படுத்துகின்றது.
- ஓர்பாலின உ றவினால் இல்லற து ஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆ ளாகிய மற்றும் ம ீண்டோர் இருமடங்கு ஒதுக்கப்படுகின்றனர். இவர்கள் இல்லற து ஷ்பிரயோகத்துக்கு உள்ளாக்கப்பட்டவர்கள் எனும் அ டிப்படையிலும் பெண் சேர்க்கையாளர், ஆண் சேர்க்கையாளர், இருபாலின சேர்க்கையாளர் ம ற்றும் ப ால்நிலை மாற்றம் அடைந்தோர் எனும் அ டிப்படையிலும் ஒதுக்கப்படுகின்றனர். இதற்கு குறைந்த இனம் எனும் வேறுபாடும் வழிகோலுகின்றது.
- LGBT ச மூகத்தில் இ வ்வாறு ப ாதிக்கப்பட்டவர்களை மீட்பதற்கான விசேட சேவைகள் எதுவும் காணப்படவில்லை.
- LGBT ச மூகததில் இல்லற து ஷ்பிரயோகம் காணப்படுவதில்லை எனவும் ம ாறாக இது எதிர்பாலின உறவுகளில் மட்டுமே காணப்படுகின்றது எனவும் இச்சமூகம் நம்புகின்றது.
- இலங்கையில் க ாணப்படும் LGBT ச மூகம் குறைந்த எண்ணிக்கையைக் கொண்டுள்ளது என்பதினால் த மது துணை த னக்கெதிராக ஏனையோரை த ிரப்புவார் என்னும் மனநம்பிக்கையில் தான் அனுபவித்த துன்புறுத்தல்களை வெளிக்காட்டாது செற்படல்.

இவ்வாறு ே மற்கூறப்பட்ட க ாரணங்கள் LGBT நபர் தான் அனுபவிக்கும் துன்புறுத்தல்களை இனங்கண்டு அ திலிருந்த ம ீளும் வ ழிகளை நாடல் கடினமாகக் காணப்படுகின்றது.

துஷ்பிரயோக சக்கரத்தினை முறியடித்தல்



துஷ்பிரயோக சக்கரத்தினை முறியடித்தல்:

துஷ்பிரயோகம் ம ற்றும் துன்புறுத்தல் ஒருவர் தான் உள்ளாக்கப்படும் து ஷ்பிரயோகத்தினை வெளிக் கொணர்ந்து அதற்கான மீட்டு செயற்பாட்டினை நாட எத்தணிக்கும் பட்சத்தில் அதற்கு எதிர்மாறாக அமைகின்றது.

எனினும் நீங்கள் அனுபவிக்கும் து ஷ்பிரயோகங்களை இனங்கண்டு அ தனை நெருங்கிய நண்பருடன் அ ல்லது குடும்ப அங்கத்தவருடன் க லந்தாலோசித்து அ ந்நிலையிலிருந்து மீள செய்யும் நடவடிக்கையானது உங்களை உற்சாகப்படுகின்றது.

- துஷ்பிரயோகத்தினை மு றியடிக்கும் மு தற் ப டியை ஆ ரம்பிப்பதுடன் து ஷ்பிரயோக சக்கரத்தினையும் முறியடிக்கின்றது.
- அமைதியை முறியடிக்கின்றது.
- உங்கள் தன்னம்பிக்கையை மீளப்பெற வழிகோலுகின்றது
- உங்களது மற்றும் உங்கள் பிள்ளைகளது பாதுகாப்பினை நோக்க வழி அமைக்கின்றது
- உங்களைப் பாதுகாக்கும் வழிகளை கண்டறிய உதவுகின்றது
- நீங்கள் தனியே அல்ல என்பதை நீங்கள் உணர வைக்கின்றது.

நீங்கள் தனியே அல்ல. இதனை நீங்கள் தனியே அனுபவிக்க தேவையில்லை.

உறவுமுறை பரிசீலிப்பு கோவை*

* அனதர் கிளோசட் ஓர்பாலின உறவுகளில் இல்லற துஷ்பிரயோகம் என்னும் நூலிலருந்து எடுக்கப்பட்டுள்ளது. ெ ஜனி வைட் நியூ சவுத் வேல்ஸ் (அவுஸ்திரேலியா) ஓர்பாலின இல்லற துஷ்பிரயோக செயற்பாட்டுக் குழு

இல்லற துஷ்பிரயோகமானது பல முறைகளில் நடைபெறலாம். எனவே உங்கள் உறவினை ஆராய பின்வரும் கேள்விகளுக்கு விடையளிக்கவும்.

உங்கள் துணைவர்

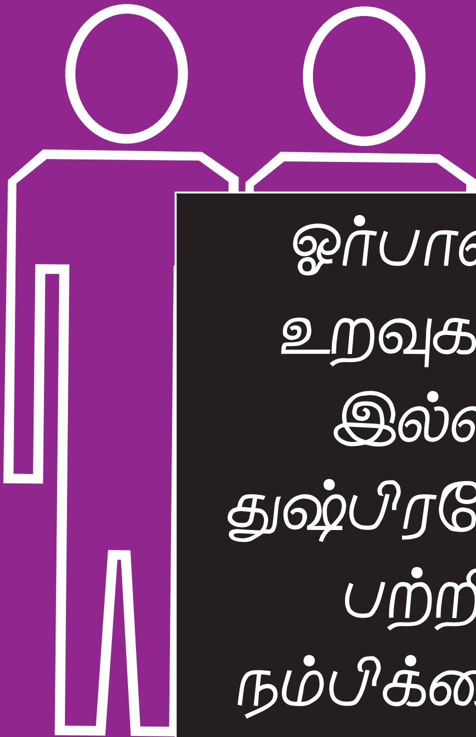
- ☐ உங்களை எவ்வேளையிலும் இழிவாகப் பேசி, பெயர் கூறல் அல்லது வேறு முறையில் கேலி செய்வதினூடாக உங்களை இழிவு படுத்துகின்றாரா?
- ☐ உங்கள் நிலையை உங்கள் குடும்பத்துக்கு அல்லது வேலைத்தளத்தில் வெளிப்படுத்துவதாக மிரட்டுதல்?
- ☐ ஒன்றுகூடல்கள் அல்லது வேறு நிகழ்ச்சிகளுக்கு அ ல்லது இடத்துக்கு செல்லவிடாது தடுக்கின்றாரா?
- ☐ திடீர் கோபத்தினை வெளிப்படுத்துகின்றாரா?
- ☐ மிக்க பாதுகாப்புடன் உங்களைக் கவனிப்பதுடன் காரணமற்று பொறாமைப்படுகின்றாரா?
- ☐ உங்கள் குடும்பத்தினரை பார்க்க அல்லது நண்பர்களை சந்திப்பதற்கு தடை விதிக்கின்றாரா?
- ☐ உங்களது பணத்தினை கட்டுப்படுத்துகின்றாரா?
- ☐ வன்முறையைப் பயன்படுத்தி உங்களைக் கட்டுப்படுத்துவதன் அடித்தல் தூற்றுதல் அல்லது புண்படுத்துகிறாரா?
- ☐ உடல் ரீதியாக அல்லது உணர்வு ரீதியாக உங்கள் பிள்ளைகளை துன்பப்படுத்துகிறாரா?
- ☐ உங்களது செல்லப் பிராணியை வருத்துகிறாரா?
- ☐ நீங்கள் விரும்பாத பாலியல் செயற்பாட்டில் உங்களை ஈடுபட வற்புறுத்துகிறாரா?

அல்லது நீங்கள்

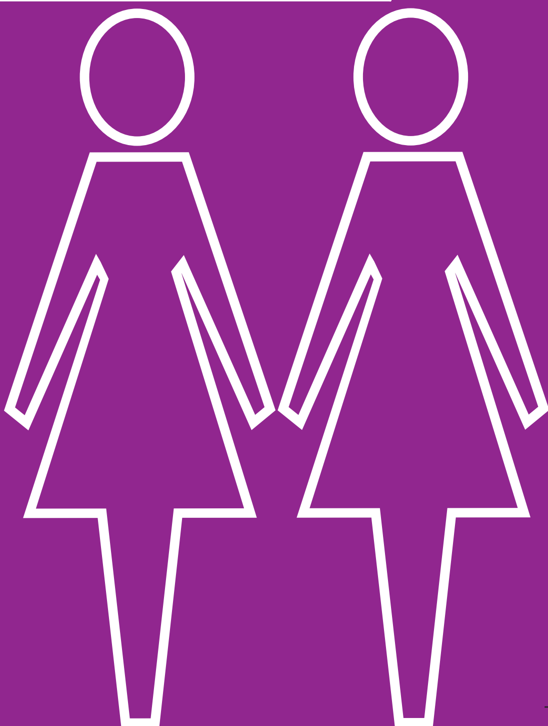
- ☐ உங்கள் துணைவர் கோபப்படாது இருக்கும் பொருட்டு உங்களது நடத்தையை அ ல்லது தோற்றத்தினை மாற்றி அமைகிறீர்களா?
- ☐ பணம் மற்றும் வாக்குவாதத்துக்கு இட்டுச் செல்லும் தலைப்புகளை தவிர்க்கிறீர்களா?
- ☐ மிக்க பயத்துடன் அ ல்லது அ வதானத்துடன் மெல்லிய கண்ணாடி மேல் ந டப்பதைப் போன்று உணர்கிறீர்களா?
- ☐ உங்கள் குடும்பம் மற்றும் நண்பர்களிடமிருந்து விலகிச் செல்கிறீர்களா?

மேல் காணப்பட்ட கேள்விகளுள் ஏதாவது ஒன்றுக்கு ஆம் என விடையளித்தீர்களாகில் நீங்கள் இல்லற துஷ்பிரயோகத்தினை அனுபவிக்கின்றீர்கள் என்பதன் அறிகுறியாகும்.

மேற்காட்டப்பட்ட உறவுமுறை பரிசீலிப்புக் கோவையை உங்களது உறவினர் அல்லது குடும்பத்தவர் அல்லது ந ண்பர் அல்லது துணைவரை மனதிற் கொண்டு நீங்கள் செய்யலாம். அவர்கள் மேற்கூறிய செயற்பாடுகளைத் தூண்டப்படுகிறார்களா? ஆ ம் எனில் அ வர்கள் இல்லற து ஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆ ளாகுகின்றனர் என்பதே க ருத்தாகும். இப்பரிசீலனைக் கோவையானது இவ்வாறாக இல்லற துஷ்பிரயோகம் பற்றிய அறிவினை மேற்கொள்ள உதவும் முதற்படி செயற்பாடாகும்.



ஓர்பாலின உறவுகளில் இல்லற துஷ்பிரயோகம் பற்றிய நம்பிக்கைகள்



ஓர்பாலின உ றவுகளில் காணப்படும் இ ரு பெண்கள் அ ல்லது இ ரு ஆண்களுக்கிடையான உறவில் ஏ ற்படும் இல்லற து ஷ்பிரயோகமானது வேறு உறவுகளில் ஏற்படும் துஷ்பிரயோகத்திலும் வேறுபட்டது எனும் கூற்றினை கேள்வியுற்றுள்ளீர்களா? இ து ஓர் மூட நம்பிக்கையாகும். ஓர்பாலின உ றவுகளில் ஏற்படும் து ஷ்பிரயோகங்கள் ச ட்டத்தின் மு ன்னால் அவ்வாறு கருதப்படாவிடினும் துஷ்பிரயோகங்களே.

கீழே இவ்வாறான சில மூட நம்பிக்கைகள் தரப்பட்டுள்ளன.

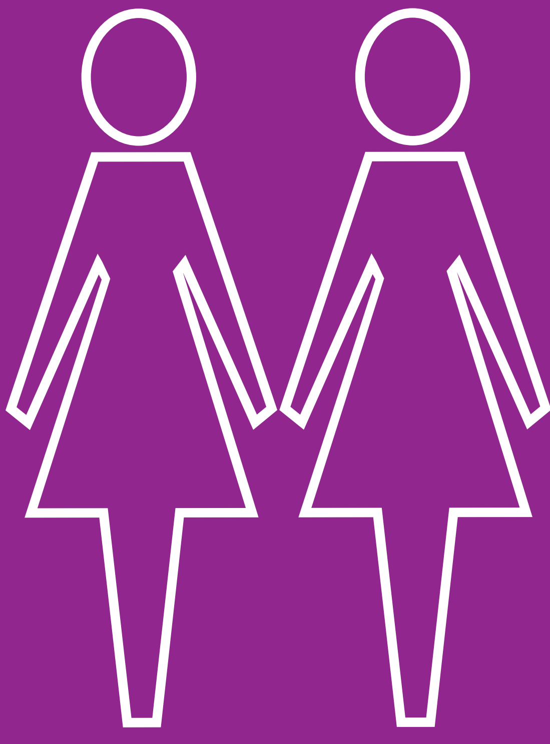
மூட நம்பிக்கை	உண்மை
"பெண்கள் ஒருவரை ஒருவர் துன்புறுத்துவது இல்லை."	துஷ்பிரயோகங்கள் பெண்களின் உ றவுகளில் காணப்படுகின்றன மற்றும் நிகழக் கூடியன. ப ல பெண்கள் த மது துணைவியால் கொல்லப்பட்டு அல்லது பாரிய காயங்களுக்கு உள்ளாக்கப் பட்டுள்ளனர்.
"நீங்கள் எதிர்த்துப் போராடினீர களாயின் அ து துஷ்பிரயோகம் அல்ல."	தற்பாதுகாப்பு இல்லற து ஷ்பிரயோகத்தை ஒ த்தது அல்ல.
"நான் ஓ ர் துன்புறுத்துபவர் எனில் நீங்களும் அதே."	இல்லற துஷ்பிரயோகம் ஒத்தது அன்று.
"ஆனால் நான் உன்னை ஒரு போதும் அடித்தது இல்லை!"	இல்லற துஷ்பிரயோகம் என்பது உடல் ரீதியானது மட்டுமல்ல மாறாக இதற்குள் உ ள ரீதியான, பாலியல் ரீதியான, பொருளாதார மற்றும் பாலியல் ரீதியான துன்புறுத்தல்கள் அடங்குவதுடன் அவற்றினை ஒருவர் தனது துணையைக் கட்டுப்படுத்த வற்புறுத்த பயன்படுத்தவும் முடியும்.
"நீங்கள் என்னிலும் பெரிதாகக் காணப்படும் ப ட்சத்தில் ந ான் உங்களை துன்புறுத்தினேன் என எவ்வாறு கூறுவீர்கள்?"	இல்லற து ஷ்பிரயோகமானது கட்டுப்படுத்தும் மற்றும் வ ற்புறுத்தும் செயற்பாடுகளை உள்ளடக்குகிறது. எ னவே இங்கு உடற் ப ருமன் அல்லது உயரம் எவ்வித பங்கையும் வ கிக்காது. ஓர் தம்பதியினரை மேலோட்டமாகப் ப ார்த்தல் மூலம் மட்டுமே யார் துன்புறுத்துபவர் மற்றும் யார் அதற்கு அடிமை என்பதை ஒரு போதும் நிர்ணயிக்க முடியாது
"பெண்பாலின சேர்க்கையாளர்களை யாரும் புரிந்து கொள்ளவதில்லை." *	தான் பெண்ணினச் சேர்க்கையாளராக காணப்படுவதை ஓ ர் ச ாட்டாக ய ாரும் கூ ற முடியாது. து ஷ்பிரயோகமானது அனைத்து உறவுகளுக்கும் பொதுவானது. இந்து உறவு மற்றும் பால்நிலை வேறுபாடுகள் இல்லை.

* பொதுவாக ஓர்பாலின உறவில் ஈடுபட்டுள்ள பெண்கள் மற்றும் ஆண்களை சித்தரிக்கும் ஓர் சொற் பதம்.

“நான் இ ப்பிழையினை ம ற்றுமொரு முறை செய்ய ம ாட்டேன் எ ன்னை நம்பு.”	செயற்பாட்டினை மாற்ற வாக்குமூலம் கொடுத்தல் என்பன துஷ்பிரயோக சக்கரத்தின் பகுதிகளாகும். உண்மையான ெ மாழிப்பு ய ாதெனில் தனது செயலினை அ தன் விளைவுகளை மு ற்றாக உணர்ந்து அதிலிருந்து தன்னை மீட்கும் த னது நடத்தையை ம ாற்றி அமைக்கும் நீண்ட க ால செயற்பாட்டில் ஈடுபடுவதே ஆகும்.
“நாம் இருவரும் உளநிபுணர்களிடம் ஆலோசனைப் பெற முடியும்.” “நாம் இருவரும் இ ணந்து உதவியைப் பெற முடியும.”	உள ஆ லோசனைகளுக்கு அரிதாகச் செல்லும் தம்பதியினர் தாம் ம ற்றொருவர் மீது திணிக்கும் இல்லற து ஷ்பிரயோகத்தின் அ ளவினைக் கட்டுப்படுத்தும் நிலை அவர்களின் ஆலோசகர் அவர்களின் செயற்பாட்டு நடத்தை பற்றி பூரணமாக அ றியாதவிடத்து குறைவாகக் காணப்படும் வ ாய்ப்பும் மற்றும் அத்தம்பதியினர் அதிகளவு உ ள ஆலோசகரை நாடும் இடத்து அங்கு இருவரும் தமது செயற்பாட்டினை மாற்ற இயலும் ெ பாருட்டு துஷ்பிரயோகமானது ஏற்படும் சந்தர்ப்பமும் காணப்படுகிறது. எ னவே உள ஆ லோசனையில் தம்பதிகளாக ெ சல்லாது தனித்தனியாக செல்வது ஏற்புடையதாக காணப்படுவதுடன் துஷ்பிரயோகத்துக்கு உள்ளாகும் நபர் அதிலிருந்து விடுபடவும் வழிவகுக்கிறது.
“நீர் ஓ ர் ப ால்நிலை மாற்றம் அடைந்தவர் என்றபடியால் ே வறு யாரும் உம்மை ஏற்க மாட்டார்.” *	துன்புறுத்துபவர்கள் பொதுவாக ஹோமோபோபியா ம ற்றும் டிறான்ஸ்போபியாவினை த மது துணைகளைக் கட்டுப்படுத்த உபயோகிக்கின்றனர். அனைவரும் அன்பினைப் பெறும் உ ரிமையை கொண்டுள்ளவர்கள் எனவே அன்புக்காக யாரும் துஷ்பிரயோகத்துக்கு உள்ளாக்கப்பட வேண்டியது அவசியமன்று.
“நீர் எ ப்போதும் எமது உ றவினைப் பற்றி மேலாகவே கரு கதைக்கின்றீர். எனவே நான் உ ம்மை துன்புறுத்துகிறேன் என எவ்வாறு கூறுகிறீர்? ”	துன்புறுத்தற்காரர்கள் கவர்ச்சியுள்ளவராக, அன்புள்ளவராக, மற்றும் பு த்திசாலியாகவும் காணப்படலாம். இச்சுபாவங்கள் நடைமுறையில் உறவில் க ாணப்படும் து ஷ்பிரயோகத்துக்கு ஓ ர் சாட்டாகவோ அல்லது அதனை மறைக்கும் செயற்பாட்டாகவோ கருத முடியாது

* பௌதீகப் ப ால்நிலையுடன் ஒப்பிடுகையில் வேறுபட்டு பால்நிலை இனங்காணல் மற்றும் வெளிப்பாட்டு நடைமுறை ப ால்நிலை மற்றும் ப ாலியல் ெ சயற்பாட்டுக்கு மாறாகக் க ாணப்படும் தனிநபர் நிலை பரந்த நோக்கில் குறிக்கும் பதம்

பாதுகாப்புத் திட்டமிடல்



பாதுகாப்புத் திட்டமிடல்

பாதுகாப்புத் த ிட்டமிடல் என்பது எ திர்காலத்தில் நீங்கள் எதிர்கொள்ளக் கூடிய துஷ்பிரயோகங்களினின்றும் அல்லது அவ்வாறான ஓர் உறவினின்று விலகும் போது முகமளிக்க வேண்டிய செயற்பாடுகளுக்கும் உங்களைத் தயார் செய்வது ஆகும். இவ்வாறாக திட்டமிடல் நீங்கள் உங்கள் குடும்பம் மற்றும் பிள்ளைகளை இவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களிலிலிருந்து தடுக்க அல்லது மீட்க மற்றும் தயார் ப டுத்த தேவையான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள மிகவும் உதவியளிக்கின்றது.

இத்திட்டம் எவ்வளவு விரிவாகக் காணப்படுகின்றதோ அவ்வளவு அது நன்று. இங்கு குறிப்பாக செயற்படல் அவசியம். முதற் படியாக நீங்கள் பாதுகாப்பான நபர்கள் மற்றும் இடங்கள் எனக் கருதுபவையை ந ிரற்படுத்தவும். பின்னர் முக்கிய தொலைபேசி இலக்கங்களை எழுதி வைப்பதுடன் அல்லது அதனை உங்கள் தொலைபேசியில் பதிந்து வைப்பதுடன் தேவையான பணம் ம ற்றும் ஆ டைகளை ஓ ர் ை பயில் இட்டு வைக்கவும். அதனை உங்கள் நண்பரிடம் கொடுத்து வைக்கவும்.

இப்பாதுகாப்புத் திட்டமிடலின் போது ஓர்பாலின உறவுகள் பற்றிய நாட்டு சட்டதிட்டநிலையை கருத்திற்கொண்டு மேலதிக உ தவிக்கு க ாவல் துறையை ந ாடுவதை க ட்டுப்படுத்தல் அ ல்லது குறைத்தல் வேண்டும். எனினும் காவற்துறையின் உ தவிகளை மிக்க க டினமான வேளையில் நாடல் அ வசியம். எனினும் அச்சம்பவத்தில் ச ம்மந்தப்பட்டுள்ள நபர்கள் த மது உ றவினை வெளிப்படுத்துவதிலிருந்து தவிர்த்துக் கொள்ளல் அவசியம்.

கீழே இவ்வாறான சில பாதுகாப்பு த ிட்ட மு றைகள் தரப்பட்டுள்ளது எ னினும் உங்களின் தனிப்பட்டசெயற்பாடுகளுக்கு ஏற்ப அமைத்தல் அவசியமாகும்.

பொதுவாக நீங்கள்:......

- நெருங்கிய நண்பரிடம் உங்கள் அனுபவத்தினைக் கு றிப்பிட்டு அ வசர காலத்தில் அவர் எவ்வாறு செயற்பட வேண்டும் என தெரிவிக்கவும்.
- அறிந்த செய்கை அல்லது சொல் மீது உங்களுக்கு தேவையான உதவியை வெளிக்காட்டலாம்.
- உங்கள் பிள்ளைகளுக்கும் உங்களுக்கும் தேவையான உதவியைப் பெறுங்கள்.* அதனை உங்கள் நண்பரிடம் அ ல்லது கு டும்பத்தாரிடம் அ ல்லது உள்நாட்டு உதவிக் குழுக்களிலிலிருந்து பெற்றுக் கொள்ளுங்கள். உதவியைப் பெற உங்கள் துணையை விட்டு நீங்கள் விலகிச் செல்ல தேவையில்லை.

* பெண் இனச்சேர்க்கையாளர், ஆ ண் இனச்சேர்க்கையாளர், இ ரு பாலினச்சேர்க்கையாளர் மற்றும் பாலின மாற்றம் அடைந்தோர் பலர் பெற்றோராக மற்றும் பாதுகாவலர்களாகவும் காணப்படுகின்றனர்.

- திடீர் காரணத்தின் பொருட்டு நீங்கள் வெளியேற வேண்டும் எனின் அதற்கு தேவையான பணம், பொருட்கள் மற்றும் தங்குமிட வசதிகளை முன்கூட்டியே ஏற்பாடு செய்யவும்.

- மேலும் உங்களுக்கு அவசியமான பணம், மருந்துகள், முக்கிய பத்திரங்கள், துறப்பின் பிரதிகள் என்பவற்றினை நெருங்கிய நண்பர் வீட்டில் வைக்கவும்.

- உடல் ரீதியான துன்புறுத்தல்களுக்கான சான்றுகள் மற்றும் திகதிகளை குறித்து ஓர் பாதுகாப்பான இடத்தில் வைக்கவும்.

- விலகிச் செல்ல உங்களுக்கு விருப்பம் எனில் அதனை தாமதிக்க வேண்டாம். உங்களைத் துன்புறுத்துவபர் இல்லாத வேளையில் உடனடியாக வெளியேறவும்.

- அவசிய தொலைபேசி இலக்கங்களை உங்களது தொலைபேசியில் பதிந்து வைக்கவும்

ஓர் சம்பவத்தின் போது நீங்கள்.....

- உங்களது உள் மனதை ந ம்பி அ ச்சமயத்தில் உங்களைப் பாதுகாக்க எ ன்ன செய்ய வேண்டுமோ அதனை உடனடியாகச் செய்யவும்.
- அவ்விடத்திலிருந்து உடனடியாக வெளியேறி ப ின்னா் உங்கள் குடும்பம் அல்லது நண்பா்களின் உதவியுடன் பாதுகாப்பான இடத்துக்குச் செல்லவும்.
- பாதுகாப்பான அ றையினுள் சென்று பு ூட்டிய பின்னா் உதவிக்காக தொலைபேசி அழைப்புகளை மேற்கொள்ளவும்.
- ஆயுதங்கள் எவையும் காணப்படாத அறைக்குள் செல்லவும்.
- உடனடியாக வெளியேறக் கூ டிய வகையில் நிற்பதுடன் கு ளியலறை அ ல்லது ஆ டை கப்பேட் போன்றவற்றினை தவிா்க்கவும்.

நீங்கள் வெளியேற விரும்பினால் ......

- உங்கள் துன்புறுத்துபவா் அறியாத இடத்தில் தங்கவும்.
- உங்கள் நாளாந்த செயற்பாடுகளை இயன்றளவு மாற்றியமைக்கவும். உதாரணமாக வேலை நேரம், பொருட்கள் வாங்குமிடம், மருத்துவரை ந ாடும் இடம் போன்றவை. எனினும் மாற்றத்தினை ஏ ற்படுத்த முடியாத பட்சத்தில் உங்களுடன் ஓா் துணையை அ ழைத்துச் செல்லவும்.
- உதவியை ந ாடவும். உங்களது மன எ ண்ணத்தினைப் கருத்திற் கொண்டு யாரை நீங்கள் நம்ப மு டியுமோ அ வா்களின் உ தவியை நாடுங்கள். மே லும் உங்களது நிலையை அறிந்தோா் அதனை பகிரங்கப்படுத்தாது இருக்கவும் கோருங்கள்.

- உங்கள் தனிமையின் முக்கியத்துவத்தை வெளிப்படுத்துங்கள். (உ-ம்) உங்கள் தலைமையதிகாரி, தொழில் சகபாடிகள், ஏனையோர்

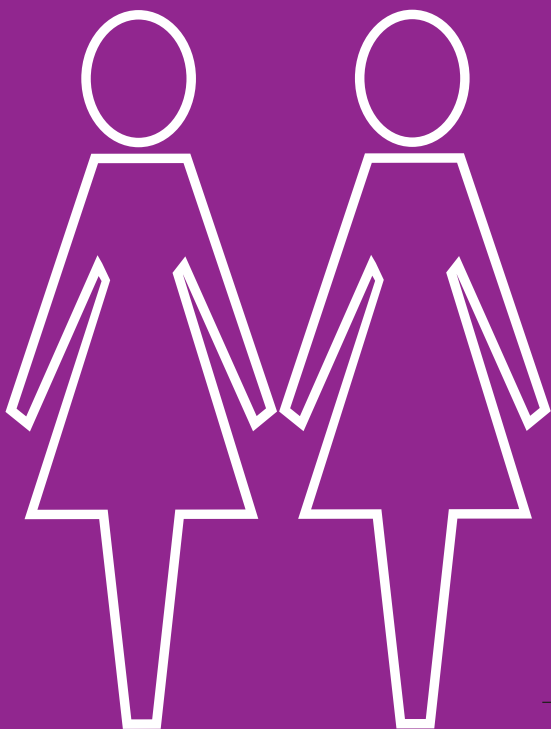
- நீங்கள் வசிக்கும் இடம் பாதுகாப்புடையது என நிர்ணகியுங்கள் (உ-ம்) கதவுகளை, யன்னல்களை மற்றும் வெளி விளக்குகளை அடைத்து, அணைத்து வைத்திருங்கள்.

- உங்கள் தபால்களை தபாற் கந்தோரில் பெற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

- அமைப்புக்கள், மற்றும் சேவையகங்களிலிருந்து மேலதிக உதவியைப் பெற்றுக் கொள்ளுங்கள். துஷ்பிரயோக உதவியிலிருந்து விடுபட்டு வாழ்தல் மிகவும் கடினமானதாகும்.

துஷ்பிரயோகமானது உங்களது பிழையன்று. அதனை நீங்கள் தொடர்ந்து அனுபவித்தலும் அவசியமன்று

நண்பர் அல்லது குடும்பத்தாருக்கு உதவுதல்



உங்களது குடும்ப அங்கத்தவர் அல்லது நண்பர் இல்லற துஷ்பிரயோகத்தினை அனுபவிக்கின்றார் என்பதையிட்டு நீங்கள் கவலை கொள்கின்றீர்களா?

குடும்ப அங்கத்தவர் அல்லது நண்பர்.....

- வாடிய முகத்துடன் அமைதியாக அல்லது இணைப்பின்றி காணப்படுகின்றாரா?
- தனது துணையை பற்றி அல்லது அவரின் செயற்பாடு பற்றி மிக்க கவனத்துடன் செயற்படுகின்றாரா?
- தொடர்ந்து குடும்பம் மற்றும் நண்பர்களிடமிருந்து விலகிக் காணப்படுகின்றாரா?
- காரணமற்ற காயங்களைக் கொண்டிருக்கிறாரா?

அவர்களின் துணை....

- உங்கள் மற்றும் ஏனையோர் முன்னால் அவரைப் பற்றி தாழ்த்திக் கதைக்கின்றாரா?
- கட்டுப்படுத்துவதுடன் தீர்மானங்களை சுயமாக மேற்கொள்கிறாரா?
- அனைத்துப் பணத்தையும் கட்டுப்படுத்துவதுடன் அவரின் நண்பர், குடும்ப உறவு ஆகியவற்றிலும் ஆதிக்கம் செலுத்துகிறாரா?

இக்குறிகள் அவர் இல்லற துஷ்பிரயோகத்தினை அனுபவிக்கிறார் என்பதற்கான அறிகுறிகளாகும்.

இல்லற துஷ்பிரயோகம் பற்றி எவ்வாறு உரையாடுவது

உங்களது குடும்ப அங்கத்தவர் அ ல்லது ந ண்பர் இல்லற து ஷ்பிரயோகத்தினை அனுபவிக்கின்றார் என்பதை அறிந்த நீங்கள் அவருடன் அது தொடர்பாக ஆலோசிப்பதற்கு தேவையான சில குறிப்புகள் வருமாறு:

- முதலாவதாக அவரின் துணை அற்ற இடத்தில் ஏனையோரின் இடையூறு காணப்படாத இடத்தில் உரையாடுதல்
- உங்களது அக்கறையை மெதுவாக எவ்வித குற்றச்சாட்டு வகையிலுமன்றி ஆரம்பிக்கவும். "கடந்த சில நாட்களாக நீர் வாடி உள்ளீர்..."
- அவர்கள் அதனைப் பற்றி உரையாட விருப்பம் காட்டவில்லை எ னில் வ ற்புறுத்த வேண்டாம்.
- உங்களது அக்கறையை அ வர் உதாசீனப்படுத்தும் போது அதனை பெரிதாகக் க ருத வேண்டாம்.
- அவரின் எ ண்ணத்துக்கு மதிப்பளித்து ந ீங்கள் எ ப்போதும் உ தவிக்குத் த யார் என்பதையும் அவருக்குத் தெரிவியுங்கள்.

நான் இல்லற துஷ்பிரயோகத்தினை அனுபவிக்கிறேன் எனக் கூறுபவருக்கு நாம் எவ்வாறு உதவலாம்?

அதைப் பற்றிய அறிவினைப் பெறுங்கள். இல்லற துஷ்பிரயோகம் பற்றியும் அதன் விளைவு அதனை எவ்வாறு தடுத்தல் அதிலிருந்து எவ்வாறு மீட்படைய உதவுதல் என்பதை நூல்கள் மற்றும் உதவிக் குழுக்களின் உதவியுடன் கற்றறியுங்கள்.

அவ்வாறான குடும்ப அங்கத்தவர் அல்லது நண்பரை நீங்கள் உணர்ச்சிப் பகிர்வு மூலம் சாந்தப்படுத்தலாம்.

- எவ்வித பாரபட்சமுமின்றி அவரின் உரையாடலுக்கு செவிமடுங்கள்.
- கேட்பதை நம்புங்கள். சில துஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆளாகினோர் தமது துன்புறுத்தல்களை மறைப்பதும் உண்டு.
- அவர்களின் கவலை மற்றும் உணர்ச்சிகளுக்கு மதிப்பளியுங்கள்.
- அவர்களின் உணர்வுக்கு மதிப்பளித்து அவர்களின் நிலைக்கு அவர்கள் காரணமல்ல என்பதை வலியுறுத்துங்கள்.
- நீங்கள் எவ்வாறு அவருக்கு உதவ முடியும் எனக் கேட்டறியுங்கள்.
- அவரின் அனுமதியின்றி உங்கள் உரையாடலை யாரிடமும் பகிர வேண்டாம். இது அவர் உங்கள் மீது வைத்துள்ள நம்பிக்கையை மீறுவதாகும்.
- அவர் சுயமாக தீர்மானங்களை மேற்கொள்ள அவர்களைத் தயார் செய்தல். அச்செயற்பாட்டில் அவருக்கு உதவுதல்.

நடைமுறைக்கேற்ற உதவியினை நீங்கள் செய்ய முடியும்.

- **பாதுகாப்புத் திட்டமிடல்:** துன்புறுத்தலுக்கு ஆளாக்கப்பட்டவா் தனது பாதுகாப்பு திட்டத்தினை தீட்ட உதவுதல்.
- **மருத்துவ உதவி:** அ வருக்கான ம ருத்துவ ஆலோசனை நேரக் கு றிப்புகளைப் பெறுவதுடன் அவருடன் இணைந்து செல்லல்.
- **பாதுகாப்பான இடம்:** அவா் பாதுகாப்பான அவரது துணை அறியாத இடத்தினை தெரிவு செய்ய உதவுதல். அல்லது பாதுகாப்புக் கோரி செல்லக்கூடிய இடம் அல்லது அவசியப் பொருட்களை பாதுகாப்பாக வைக்க மு டியுமான இடம் போன்றவற்றை க ண்டறிய உதவுதல்.
- **அறிக்கை பேணல்:** து ன்புறுத்தல் பற்றிய கு றிப்பினைப் பேணல். அத்துடன் அது பிற்காலத்தில் உ தவும் என்பதனால் மட்டுமே நீங்கள் எவ்வாறு செய்கின்றீா்கள் எ ன அவருக்கு உரிய முறையில் அறிவித்தல்.

ஓா் நபருக்கு இவ்வாறான நடைமுறை உதவியினை வழங்கல் அவா்களுக்கு ஓா் பாதுகாப்பான சூழலை அ மைத்துக் கொடுப்பதுடன் சு யமாக அவா்கள் செயற்படவும் த ீா்மானங்களை மேற்கொள்ளவும் தமது வாழ்க்கையை கொண்டு நடத்தவும் வழிகோலுகிறது.

உதவி எனின் எதனை செய்ய வேண்டும் என்பதைப் பற்றிய விளக்கமாகும்

சில வேளையில் 'உதவிகள்' பாதக விளைவுக்கும் இட்டுச் செல்லலாம்.*

- இதனைச் செய்ய வேண்டும் என வற்புறுத்த வேண்டாம்.
- அவா் தனது துணையிடம் மீண்டும் செல்லுமிடத்து அதனையொட்டி வருந்த வேண்டாம்.
- அவரின் நிலைக்கான முக்கிய காரணம் அவா்தான் என கூற வேண்டாம்.
- இரு துணைகளுக்கு இடையே காணப்படும் வேறுபாட்டினை தீா்க்க முற்பட வேண்டாம்.
- துன்புறுத்தும் துணையை நேரடியாக சந்திக்க வேண்டாம்.
- இப்பிரச்சனைக்கான தீா்வினை மேற்கொள்ள முயல வேண்டாம்.

உதவி வழங்கல் பிரச்சனையைத் தீா்த்தல் என்பதல்ல. மாறாக அவா் தமது விடையை தாமாகவே உரிய வழிகாட்டியாக செயற்படுவதே ஆகும்.

* குறித்த நபருக்கு உதவி தேவைப்படும் அவசர நிகழ்வுகள் இருக்கக் கூடும் அப்போது அந்நபருக்கு சரியாக என்ன செய்ய வேண்டும் என்று கூறப்படல் வேண்டும். அவர் தாக்குதலுக்கோ அ ல்லது காயத்திற்கோ உள்ளாக்கப்பட்டிருக்கும் வேளையில் இவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் உறுதியாகவும், தெளிவாகவும் இருங்கள். ("வீட்டை விட்டு உடனே வெளியே போக வேண்டும்...... , அ ம்மாவின் வீட்டுக்கு செல்ல வேண்டும்). நீங்கள் உங்களுக்கான அறையில் கதவை தாழிட்டு கட்டிலை கதவு அருகே வையுங்கள். கையடக்கத்தெலைபேசியை கையாளாதீர்கள். "நான் அம்புலன்ஸ் வ ண்டியை அழைத்துள்ளேன் அ வர்கள் எப்போதும் இங்கு வரலாம், என்னோடு தொடர்ந்தும் பேசிக் கொண்டிருங்கள்" இவை ய ாவும் ப ாதிக்கப்பட்டவருக்கு உதவத் தேவைப்படுகின்ற உணர்ச்சிகர சம்பவங்களாகும்.

உங்களைக் கவனித்தல்

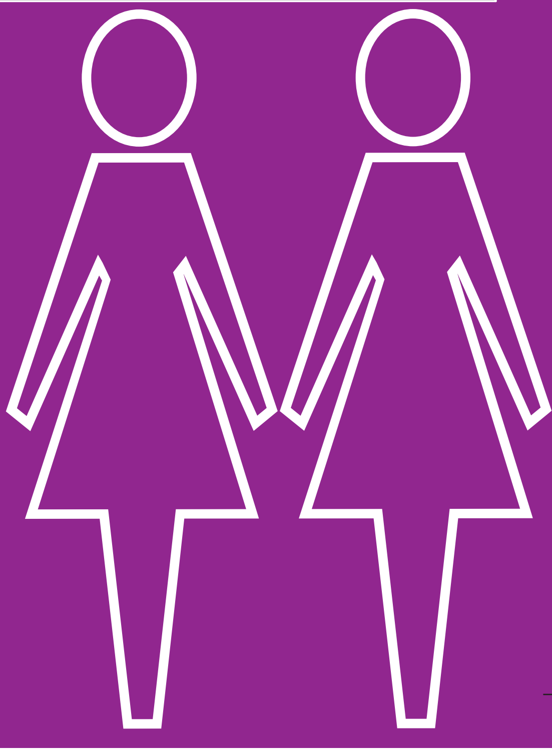
இல்லற து ஷ்பிரயோகத்தினை அனுபவிக்கும் நண்பர் அ ல்லது குடும்ப அங்கத்தவருக்கு உதவுதல் ம ிகவும் க டினமான ஒன்றாகும். எ னவே இச்செயற்பாட்டில் ந ீங்கள் அ றிய வேண்டியவை:

- நீங்கள் மனோதத்துவ ஆ லாசகர் அல்லது மருத்துவ ஆலோசகரை நாடி அதற்கான வழிகளைப் பெறல். (உங்கள் நம்பிக்கையை இங்கு முறியடிக்க வேண்டாம்)
- அவருக்கு எவ்வித உதவியினை எவ்வளவு வழங்க முடியும் என்பதை முதலில் அவருக்கு தெரிவித்தல்
- உங்கள் உதவி இங்கு மிக்க முக்கியம் என்பதை நீங்கள் உணர்தல்

இவ்வாறான துஷ்பிரயோக உறவிலிருந்த விலகிச் செல்லுதல் முறையாகும். எனினும் துஷ்பிரயோகத்துக்கு உள்ளாக்கப்படுவோர் அவ்வுறவுகளில் தொடர்ந்து காணப்படுவதற்கான காரணங்கள் சில காணப்படுகின்றன. அவையாவன

- அவர்களின் துணையின் நடத்தை மற்றும் செயற்பாட்டினை தெளிவாக விளங்க முடியாத நிலை
- தான் தனிப்படுத்தப்படுவேன் ஒதுக்கப்படுவேன எனும் பயம்
- உறவின் மீதான நம்பிக்கை மற்றும் இவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களை மாற்ற முடியும் எனும் தன்னம்பிக்கை
- தமது பிள்ளைகள் வீட்டுப் பிராணிகள் மற்றும் தங்கி வாழ்வோருடன் இணைந்து வாழ்வதில் ஏற்படும் இன்பம்.
- அவரின் துணையை எண்ணிப் பயம் மற்றும் தனது செயலுக்கான விளைவு பற்றிய பயம்.
- நிதி மற்றும் மேலதிக தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய தனது துணையில் தங்கிவாழும் நிலை
- வெட்கம் மற்றும் தான் அனுபவிப்பதை ஏனையோரிடமிருந்து மறைத்தல்
- துணைக்கான அன்பு மற்றும் அவர் மாறுவார் எனும் நம்பிக்கை
- சுயமாக செல்ல தான் தயாரல்ல எனும் அவரின் எண்ணம்.

விபரங்கள், உதவி மற்றும் ஆதரவினை பெற்றுக் கொள்ளல்



இல்லற துஷ்பிரயோகத்தினால் பாதிக்கப்பட்டு மீண்டோருக்கான உதவி

தற்போது இலங்கையில் ஓ ர்பாலின உறவுகளில் இல்லற து ஷ்பிரயோகத்தினால் பாதிக்கப்பட்டு மீண்டோருக்கான உதவி அமைப்புக்கள் எதுவும் காணப்படவில்லை.

எனினும் பெண்பாலின சேர்க்கை உறவுகளில் ஈ டுபட்டு இல்லற து ஷ்பிரயோகதினால் பாதிக்கபட்டு மீண்ட பெண்களுக்கு சிற்சில அமைப்புக்கள் உதவுகின்றன. இவ்வமைப்புகள் இல்லற து ஷ்பிரயோகத்தைப் பற்றிய நிபுணத்துவம் குறைவாகக் க ாணப்படினும் அவசர நேரங்களில் இயலுமான உதவியினைப் பெற்றுக்கொள்ள இவர்களை ந ாட மு டியும். அவ்வாறான அமைப்புக்களின் விபரங்கள் வருமாறு

விமின் இன் நீட் (Women in Need)

விமின் இன் நீட் அமைப்பானது ஓர் இலாப நோக்கமற்ற பெண்களுக்கு மற்றும் சிறுவர்களுக்கு எதிராக இழைக்கப்படும் இல்லற ம ற்றும் அனைத்துவித துஷ்பிரயோகங்களையும் ஒழிக்கும் செயற்பாட்டில் ஈ டுபட்டுள்ள ஓர் சமூக சேவை அமைப்பாகும். இதன் மு க்கிய நோக்கம் இலங்கையில் க ாணப்படும் து ஷ்பிரயோகத்தினால் ப ாதிக்கப்பட்ட பெ ண்கள் ம ற்றும் சிறுவருக்கான உதவியாகும்.

இவ்வமைப்பானது ஆலோசனைச் சேவைகள், சட்ட ரீதியான சேவைகள் (ஆலோசனை மற்றும் ப ிரதிநிதித்துவப்படுத்தல்) மற்றும் இல்லற து ஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆ ளாகிய பெண்களுக்கு தற்காலிக தங்குமிட வசதிகளையும் வழங்குகின்றது.

தொலைபேசி இ.ல : (011)-2665870 அல்லது (011)-2671411
இணையத்தளம் : www.winsl.org
மின்னஞ்சல் : win@eureka.lk
24 மணிநேர துரித அழைப்பு இலக்கம் : (011)-4718585

அதனது ப ிரதான காரியாலயம் மற்றும் உ தவி நிலையம் த விர WIN அ மைப்பானது கொழும்பிலுள்ள வைத்தியசாலைகள் மற்றும் காவலா் நிலையங்களிலும் பெற முடியும்:

தேசிய வைத்தியசாலை விபத்துப் பிரிவு (திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை 9.00– 4.30 மணி வரை)
டி சொய்ஸா பெண்கள் வைத்தியசாலை (திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை 9.00– 4.30 மணி வரை)
காசில் வீதி பெண்கள் வைத்தியசாலை (திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை 9.00– 4.30 மணி வரை)
கிருலப்பனை காவலா் நிலையம் (திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை 2.00 - 4.30 மணி வரை)

WIN அமைப்பானது கொழும்பின் சுற்றுப்புறங்களிலும் பணியாற்றுகின்றது.

அனுராதபுரம் (025)-2235530
பதுளை : (055)-2224395
கண்டி : (081)-2203246
மாத்தறை : (041)-5414004
யாழ்ப்பாணம் (021)-2229671

பெண்கள் முன்னேற்ற நிலையம் (Women's Development Centre)

அவசர நேர உதவியில் தோ்ச்சி பெற்று விளங்கும் இவ்வமைப்பானது பெண்கள் காணப்படும் பலவீன சந்தா்ப்பங்களை அவா்களுக்கு உணா்த்தி, அவா்கள் மேலும் விபச்சாரம், போதை வஸ்த்து ம ற்றும் ஏ னைய துஷ்பிரயோகங்களுக்கு அடிமையாகாத வண்ணம் அ வா்களைப் பாதுகாக்கும் செயற்பாட்டில் ஈ டுபட்டுள்ளது. இவ்வமைப்பானது வ ிட்டுச் செ சல்லும் ம ற்றும் தற்காலிக தங்குமிட வசதிகளையும் வழங்குகிறது. இ து ஆலோசனை சேவைகள் ம ற்றும் தொழிநுட்ப பயிற்சிகளை அதன் மீ ளமைப்பு பணியினுள் உள்ளடக்கியுள்ளது. மேலும் மத்திய மாகாணத்தில் ஹறகமவில் க ாணப்படும் உ தவி நிலையமானது இலங்கையில் துஷ்பிரயோகத்துக்கு அ டிமையாகிய பெண்கள் உ தவி நிலையங்களில் பெரிதாகக் காணப்படுகிறது.

தொலைபேசி இ.ல : (081) 2228158 அல்லது (081) 2203910
இணையத்தளம் : www.womendev.org
மின்னஞ்சல் : wdc@slt.lk

பாலியல் ஈர்ப்பு மற்றும் பால்நிலை இனங்காணலுக்கான உதவிகளை வழங்கும் அமைப்புக்கள்

இவ்வமைப்புக்களின் தொலைபேசி இணைப்புக்கள் வேலை நாட்களில் மட்டுமே இயங்கும் என்பதைக் கவனத்தில் கொள்ளவும்.

ஈக்குவல் கிறவுண்ட்

ஈக்குவல் கிறவுண்ட் அமைப்பின் அடிப்படைக் கொள்கைகள் பெண் இனச் சேர்க்கையாளர், ஆண் இனச் சேர்க்கையாளர் இருபாலினச் சேர்க்கையாளர் மற்றும் பாலியல் மாற்றம் அடைந்தோரின் உரிமைக்காக பாடுபடும் ஓர் அமைப்பாகும். இலங்கையில் காணப்படும் LGBTIQ சமூகத்தினரின் உரிமையான பால் சமத்துவம், அடையாளப்படுத்தல் போன்றவற்றை அடிப்படையாகக்கொண்டு இந்நிறுவனம் செயற்பட்டு வருகின்றது. LGBTIQ சமூகத்தினருக்கு அமைதியானதும், பாதுகாப்பானதோர் இடமாக கொழும்பில் இது இருக்கின்றது.

தொலைபேசி இல : (011)-5679766 அல்லது (011)-2503977
இணையத்தளம் : http://www.equal-ground.org
மின்னஞ்சல் : equalground@gmail.com

பெண்கள் உதவிக் குழு (Women's Support Group)

பெண்கள் உதவிக் குழுவானது பெண்பாலின சேர்க்கையாளர்கள், இருபாலின பெண்சேர்க்கையாளர்கள் மற்றும் பால்நிலை மாற்றம் அடைந்த பெண்கள் சமூக, அரசியல் மற்றும் சட்ட ரீதியாக ஏற்றுக் கொள்ளும் மனப்பான்மையை எடுத்தியம்புவதுடன் அவர்கள் எதிர்கொள்ளும் ஒதுக்கப்பாடு மற்றும் துன்புறுத்தல்களிலிருந்து அவர்களை மீட்கும் பணியிலும் ஈடுபட்டுள்ள ஓர் அமைப்பாகும். இவ்வமைப்பானது தனது பாலியல் ஈர்ப்பினை வெளிக்காட்ட தயங்கும் பெண்களுக்கு உதவும் ஓர் அமைப்பாகும்.

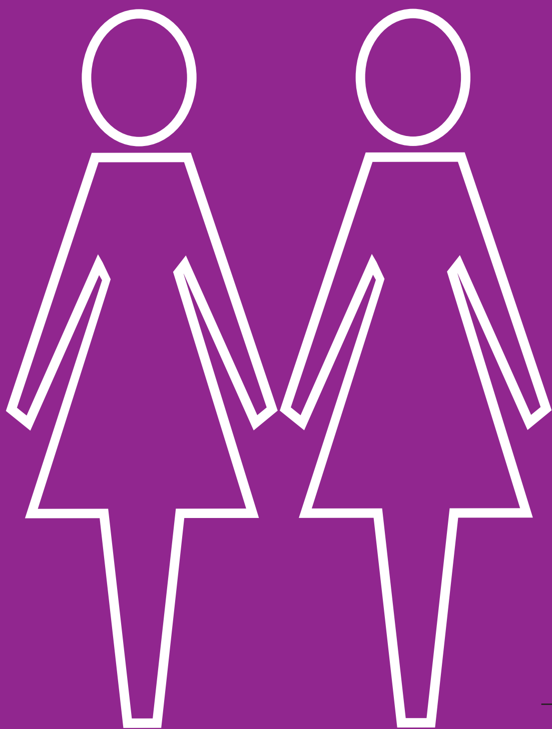
தொலைபேசி இல : (011)-5556122
இணையத்தளம் : http://www.wsglanka.com
முின்னஞ்கல் : wsg@eureka.lk

கொம்பானியன் ஒன் ஏ ஜேர்னி (Companion's on a Journey)

கொம்பானியன் ஒன் ஏ ஜேர்னி அமைப்பானது ஓர்பாலின உறவுகளை சட்டவிரோதமாக் கருதுவதினை எதிர்க்கும் LGBT உரிமைகளை பறைசாற்றும் மற்றும் LGBT சமூகம் ரீதியான வலைபின்னல் மற்றும் உதவிகளை வழங்கும் ஓர் அமைப்பாகும். இது நுகேகொடை மற்றும் கண்டியில் தனது உதவி நிலையங்களைக் கொண்டுள்ளது.

தொபேசி இல. : (011)-4851535 / (011)-4857575
இணையத்தளம் : no website at time of publication
மின்னஞ்சல் : coj@wow.lk

சட்டம்



சட்டம்

இலங்கையின் ச ட்டதிட்டங்கள் இல்லற து ஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆ ளாக்கப்பட்ட ஓ ர்பாலின சேர்க்கையாளருக்கு எவ்வித பாதுகாப்பையும் வழங்குவதில்லை. மாறாக அவ்வாறாக ஓர்பாலின உறவில் ஈடுபட்டுள்ளோரை தண்டிக்கின்றது. எனவே இல்லற து ஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆ ளாகிய ஓர்பாலின சேர்க்கையாளர்கள் இலங்கையில் ச ட்டத்திலிருந்து எவ்வித பலனையும் அ டைய முடியாததுடன் அவர்களை நாடல் தவிர்க்கப்பட வேண்டிய விடயமாகவும் காணப்படுகின்றது.

தண்டனைச் சட்டம்

ஓர்பாலின உறவுகள் தண்டனைச் சட்டத்தில் முற்றாக எதிர்க்கப்படவில்லை. மாறாக 365 ஆ ம் பகுதிக்கு ஏற்ப இலங்கை த ண்டனைச் சட்டமானது இயற்கைக்கு மாறுபட்ட பாலியல் உறவுகளில் இரு வயது வந்தோர் ஈடுபடல் தண்டனைக்குரியது எனக் குறிப்பிடுகின்றது. மேலும் பகுதி 365 இற்கு ஏற்ப:

" சுய வி ருப்பத்துடன் ச ரீர சம்மந்தமான ப ாலியல் செயற்பாட்டில் இயற்கைக்கு மாறான விதத்தில் ஆணுடன் அல்லது பெண்ணுடன் அல்லது மிருகத்துடன் ஈடுபடுவோர் கடுங்காவலில் அல்லது 10 வருடத்துகக் குறையாத காவலில் வைக்கப்படுவர்?"

இத்தண்டனைச் சட்டம் இன்னும் பூரணமாக அமுலாக்கப்படவில்லை எனினும் அது எழுதப்பட்டுள்ளது என்பது LGBT ச மூகதினர் ஒதுக்கப்பட்டும் ப ாதுகாப்பின்றியும் காணப்படுவதன் அடிப்படையாகும்.

எனவே சட்டத்தில் தஞ்சம் கோரல் ஓர்பாலின உறவில் ஈடுபட்டுள்ளோருக்கு எற்புடையதன்று

இல்லற துஷ்பிரயோகம்

ஐப்பசி 2005ல் இலங்கையின் பாராளுமன்றமானது இல்லற துஷ்பிரயோகத்துக்கு எதிரான சட்ட இலக்கம் 2005ல் 34 என்பதை அமுல்படுத்தியது.

இச்சட்டமானது து ஷ்பிரயோகத்தினால் ப ாதிக்கப்பட்டு மீண்டோரின் ப ாதுகாப்புக்கென நீதி மன்றம் வழங்கும் ப ாதுகாப்பினை அ டிப்படையாகக் ெ காண்டுள்ளது. இ ப்பாதுகாப்பானது துஷ்பிரயோகா் அ தில் கு றிப்பிட்டுள்ள சில செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுவதைத் த டுப்பதுடன் அல்லது அனைத்து செயற்பாடுகளிலிருந்து தடை செய்து மற்றும் நீதி மன்றம் உடல் நலம், பாதுகாப்பு அ ல்லது ச மூகத்திற்கு சேதம் விளைவிக்கும் அனைத்து செய்றபாடுகளினின்றும் அந்நபரை தடைசெய்கின்றது. மேலும் ப ாதிப்புக்கு உள்ளாக்கப்பட்டவருடன் தொடா்பினை ஏற்படுத்தல் அல்லது அவரின் வீட்டுக்கோ, வேலைத் தளத்துக்கோ அல்லது பாடசாலைக்கோ சென்று அவரை சந்திக்கும் அல்லது அவரின் சிறுவா்களை சந்திக்கும் முயற்சிகளையும் தடை செய்கின்றது. இப்பாதுகாப்பானது 12 மாதங்கள் வரை நீடிக்கலாம்.

மேலும் இல்லற து ஷ்பிரயோக சட்டமானது ஓ ா்பாலின உறவுகளை மு ற்றாகக் கு றித்து வரையப்படவில்லை எனினும் அவா்களை உள்ளடக்கவில்லை எனக்கருத முடியாது. எனினும் LGBTIQ சமூகத்தினா் சட்டத்தின் ந டைமுறையில் எ திா்நோக்கும் ச ிக்கல்கள் அவா்கள் இக்குறித்த சட்டத்தினுள் உள்ளடக்கப்படுவதை மேலோட்டமாகக் காட்டுகின்றது.

குறிப்பு

EQUAL GROUND

தொலைபேசி: +94-11-5679766/+94-11-2503977
தொலைநகல்: +94-11-2507746
இணையத்தளம்: http://www.equal-ground.org
பிளொக்: http://equalground.wordpress.com

"அனைத்து பாலின ஈர்ப்பு மற்றும்
பாலின வர்க்கங்களுக்கிடையே சமத்துவத்தினைப் பேணல்:
அனைவருக்கும் மனித உரிமையை வழங்கல்"