



நினைவில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்:

உங்கள் உடல் உங்களுக்கு மட்டுமே சொந்தமானது
உங்களை தொடுவதற்கு அனுமதிக்கக் கூடியவர்கள் யார்?

அன்பு முத்தத்தினையும் அரவணைப்பினையும்

தரக்கூடியவர்கள் யார் என்பதை நீங்களே தீர்மானிக்க வேண்டும்.
எந்தவொரு பாதுகாப்பற்ற சூழ்நிலையிலும் “வேண்டாம்” என்று மறுத்து
எதிர்ப்பதற்கான உரிமை உங்களுக்கு இருக்கின்றது.

நீங்கள் தெரிந்திருக்க வேண்டியவை.....

துஷ்பிரயோகம் ஏதும் இடம்பெறக்கூடிய சந்தர்ப்பம் இருப்பின் உதவி கோர
துணிய வேண்டும். பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தை அறிவிப்பது கடினமாக
இருக்கலாம். இருப்பினும் இவ்வாறு சிந்தியுங்கள் துஷ்பிரயோகம் தொடர்பாக
அறிவிப்பது உங்களை மட்டும் அல்ல மற்றவர்களையும் பாதுகாக்கும்
செயலாகும். எனவே துஷ்பிரயோகத்தை முற்றாக ஒழிக்க உதவ வேண்டும்.

அனேகமான சந்தர்ப்பங்களில் உங்களை துஷ்பிரயோகத்துக்கு
உட்படுத்துபவர்கள் யாரிடமும் சொல்ல வேண்டாம் என உங்களை பயம்
காட்டலாம். அவ்வாறு சொல்லாமல் இருப்பதால் உங்களுக்கு எந்த நன்மையும்
இல்லை. உங்களின் நன்மை கருதி அது விடயமாக உங்கள் பெற்றோருக்கு,
ஆசிரியர் ஒருவருக்கு அல்லது வேறு நம்பிக்கைக்குரிய வளர்ந்த ஒருவருக்கு
அறியப்படுத்துங்கள்.

சில வேளைகளில் உங்கள் நம்பிக்கைக்குரிய வளர்ந்தவர்கள் கூட உங்களை
துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காக்கலாம்.

உங்களை பாதுகாக்கின்ற, உங்களுக்கு உதவி செய்கின்ற நபர்களும்
இச்சமுதாயத்தில் இருக்கின்றார்கள் என்பதை மனதில் கொள்ளுங்கள்.

ஏதேனுமொரு விதமாக நீங்கள் பாலியல்
துஷ்பிரயோகத்துக்கு இலக்காகும் இடத்து அது ஒரு போதும்
**உங்கள் தவறன்று. ஒரு போதும் நீங்கள் தவறு செய்ததாக
எண்ண வேண்டாம்.** பாலியல் துஷ்பிரயோகமானது
எப்பொழுதும் வளர்ந்தவர்களினால் அல்லது
பலம்மிக்கவர்களினால் புரியப்படுகின்ற
தவறான செயலாகும்.
நீங்கள் வருந்துவதன் மூலம் குற்ற உணர்ச்சிக்கு
இடமளிக்காதீர்கள்
மேலும் மற்றவர்கள் உங்கள் மீது
குற்றம் சுமத்த இடமளிக்கவும் வேண்டாம்.

உங்களுக்கு செவிசாய்ப்பதற்கும் தேவையான
உதவியினை வழங்குவதற்கும் 24 மணித்தியாலமும்
நாம் தயாராக இருக்கின்றோம்...

அழையுங்கள்



தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை

இல. 330, தலவது கொட வீதி, மாதிவெல.

ஸ்ரீ ஜயவர்தனபுர கோட்டை.

தொலைபேசி: 011 2778912-14 தொலைநகல் : 011 2778915

மின்னஞ்சல்: ncpa@childprotection.gov.lk

இணையத்தளம்: www.childprotection.gov.lk



நல்ல கெட்ட தொடுகை

பாலியல் துஷ்பிரயோகங்களிலிருந்து பாதுகாத்துக்
கொள்வதற்காக அனுமதிக்கக் கூடிய மற்றும் அனுமதிக்கக்
கூடாத தொடுகைகள் தொடர்பாக 18 வயதிற்கு உட்பட்ட
சிறுவர்களுக்கான வழிகாட்டி.



தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை

www.childprotection.gov.lk

Designed & Printed by: M.D.GUNASENA & CO. PRINTERS (PVT) LTD.

சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம்



எவ்வேறுமொரு நபர் தனது அதிகாரத்தை பயன்படுத்தி அச்சுறுத்தல் மூலமாகவோ அல்லது தூண்டுதல் மூலமாகவோ சிறுவர்களை ஏதேனும் மொரு பாலியல் நடவடிக்கைக்காக பயன்படுத்திக் கொள்வாரெனில் அது சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகமாகும். அனேகமாக இது வளர்ந்த ஒருவரினால் பிள்ளையொன்றின் உடலின் மர்மஸ்தானத்தை தொடுவதாக இருக்கலாம். அதே போல் வளர்ந்த ஒருவரினால் அவர் தனது உடலின் மர்மஸ்தானத்தை தொடச் செய்வதாக இருக்கலாம். இது இவ்வாறான நேரடியான உடல் தொடுகையாக மட்டும் அல்லது தொடுகையற்ற வேறு ஏதேனும் நடத்தைகளாகவும் இருக்கலாம். பிள்ளைகளுக்கு ஆபாச புகைப்படங்கள் மற்றும் திரைப்படங்களை காட்டுவதாகவும் அல்லது பார்ப்பதற்கு தூண்டுவதாகவும் இருக்கலாம்.

நல்ல தொடுகை, கெட்ட தொடுகை



நல்ல தொடுகை

விரும்பத்தகாத தொடுகை

கெட்ட தொடுகை



நீங்கள் காலையில் கண்விழித்தபின் தாய் அருகில் வந்து அன்பாக நெற்றியில் முத்தமிடுவதும். இரவில் தூங்கச் செல்லும் போது தந்தை உங்கள் தலையை வருடிக் கொடுப்பதும் நல்ல தொடுகையாகும்.



பாடசாலை செல்வதற்கு முன் நீங்கள் உங்கள் பாட்டியை வணங்கும் போது பாட்டி உங்கள் நெற்றியில் முத்தமிட்டு ஆசிரிவதித்தல் நல்ல தொடுகையாகும்.



உங்கள் உடலின் சில பகுதிகளை மற்றவர்கள் தொடுவதை நாம் விரும்ப மாட்டோம். அவ்வாறான உங்களை அசௌகரியத்திற்கு உள்ளாக்கும் எந்தவொரு தொடுகையும் கெட்ட தொடுகையாகும்.



உங்களை நோக்கிக்கும் விதமாக யாதேனும்மொருவர் தொடுவாராயின் அது கெட்ட தொடுகையாகும்.



உங்கள் உடலில் நீங்கள் தொடுவதற்கு விரும்பாத இடத்தினை எவ்வேறுமொருவர் தொடுவாராயின் அது கெட்ட தொடுகையாகும்.



உங்களை அசௌகரியத்திற்கு உள்ளாக்கும் விதமாக எவ்வேறுமொருவர் தொடுவாராயின் அது கெட்ட தொடுகையாகும்.



உங்களை அச்சுறுத்தும் விதமான, குழப்பத்தில் ஆழ்த்தும் விதமான அல்லது சிக்கலுக்கு உட்படுத்தும் விதமான எந்தவொரு தொடுகையும் மோசமான தொடுகையாகும்.



எவ்வேறுமொருவர் அவரின் அல்லது அவளின் உடலின் ஏதேனும்மொரு இடத்தினை தொடுவதற்கு உங்களை வற்புறுத்தவாராயின் அது கெட்ட தொடுகையாகும்.



எவ்வேறுமொருவர் உங்களை தொட்ட பின் அதை யாரிடமும் கூற வேண்டாம் என சொல்வாராயின் அது கெட்ட தொடுகையாகும்.



எவ்வேறுமொருவர் உங்களை தொட்ட பின் அச்சம்பவத்தை வேறு யாரிடமாவது கூறமுற்படும் போது உங்களை தண்டிப்பதாக அச்சுறுத்துவாராயின் அது கெட்ட தொடுகையாகும்.

பாதுகாப்பு வழிமுறைகளை பின்பற்றுங்கள்...

நீங்கள் பாதுகாப்பற்ற சூழலில் இருப்பதாக தோன்றுகின்ற அல்லது உங்களை கஷ்டத்துக்கு உள்ளாக்குவதாக உணர்கின்ற நண்பர்களுடன் தனிமையாக இருப்பதை தவிர்ந்துக் கொள்ளுங்கள்.

உங்களை அச்சுறுத்தும் விதமாக அல்லது கஷ்டத்துக்குள்ளாக்கும் விதமாக எவ்வேறுமொருவர் தொடுவதற்கு முயற்சிப்பாராயின் "வேண்டாம்" என்று மறுத்து அதற்கு எதிர்ப்பை தெரிவியுங்கள்.

எவ்வேறுமொருவர் உங்களை தேவையற்ற விதமாக தொட்டால் அதனை நம்பிக்கைக்குரிய ஒருவருக்கு தெரியப்படுத்துங்கள்.

எவ்வேறுமொருவரின் அச்சுறுத்தல்களுக்கு அஞ்சி ஓடி ஒளிந்து மௌனமாக இருக்காது துணிவாக எதிர்கொள்ளுங்கள்.

உங்களை கஷ்டத்துக்கு உட்படுத்துகின்ற விதமான இரகசியங்களை மறைத்து வைக்காதீர்கள். அவற்றை உங்களுக்கு மிகவும் நம்பிக்கையான பெரியவர்களிடம் சொல்லுங்கள்.

எவ்வேறுமொருவர் உங்களை ஏதேனும்மொரு இடத்துக்கு கூட்டிச்செல்ல முயற்சிப்பின் அல்லது உங்கள் அருகில் வந்து உங்களுக்கு ஊறு விளைவிக்கும் வகையில் நடந்து கொள்வாராயின் உடனடியாக அவ்விடத்தை விட்டு தூரச் செல்லுங்கள்.

