THE UNIVERSITY OF MELBOURNE

ශ්‍රී ලංකාවේ සියදිවි නසාගත හැකි පුද්ගලයෙකුට සහාය වීම සඳහා මානසික සෞඛ්‍ය ප්‍රථමාධාර මාර්ගෝපදේශ සකස් කිරීම

ඩෙල්පි අධ්‍යයනය

අපි කවුරුන්ද?

ජාත්‍යන්තර මානසික සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානය මෙල්බර්න් විශ්ව විද්‍යාලයේ ජනගහණ සහ ජගත් සෞඛ්‍ය මෙල්බර්න් පාසලේ පිහිටා ඇත.

පසුබිම

සියදිවි නසාගැනීමේ චේතනා තිබෙන හෝ දිවි නසා ගැනීමේ කල්කිරියාව විදහා පෙන්වන ශ්‍රී ලංකාවේ ජනතාව වෙනුවෙන් ප්‍රථමාධාර ලබා දෙමින් මාර්ගෝපදේශ සංවර්ධනය කිරිම සඳහා සිව් වසරකට ප්‍රථම අප විසින් අන්තර් ක්‍රියාකාරීත්ව අධ්‍යයනය ආසියානු රටවල (උදා: ඉන්දියාව පිලිපීනය සහ ජපානයේ) පවත්වන ලදි. මෙම මාර්ගෝපදේශ ප්‍රකාශයට පත් කරන ලදුව මහජනතාවට මානසික සෞඛ්‍ය ප්‍රථමාධාර ඕස්ට්‍රේලියානු වෙබ් අඩවිය (www.mhfa.com.au) සහ මානව සෞඛ්‍ය ක්‍රමවේද පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර ජර්නල්වල නොමිළයේ ලබාගත හැකිය.

අප කුමක් කරන්නේද?

වර්තමාන පර්යේෂණ ව්‍යාපෘතියේ අරමුණ වනුයේ දිවිනසාගැනීමේ චේතනා හෝ දිවි නසාගැනීමේ කල්කිරියාව විදහා පෙන්වන ශ්‍රී ලංකාවේ ජනතාව වෙනුවෙන් ප්‍රථමාධාර සපයනු ලබන මහජනතාව සඳහා මාර්ගෝපදේශ සකස් කිරීමයි.

අප මෙය කරනුයේ කුමක් සඳහාද?

සියදිවි නසාගැනීම යනු සැලකිය යුතු ප්‍රශ්නයකි. 1990 මුල් කාලයේදී ලෝකයේ ඉහළම දිවි නසාගැනීම් ප්‍රතිශතය පැවතියේ ශ්‍රී ලංකාවේය. 2005දී ශ්‍රී ලංකාවේ දිවි නසාගැනීම් ප්‍රතිශතය වූයේ ජනගහණයෙන් 100,000ට 25 වශයෙන් බව මෑත දත්ත පෙන්විය. දෙරටුපල්ලා පුහුණු වැඩසටහන පළදායී දිවි නසාගැනීම් වළක්වාලීමේ ක්‍රමෝපායක් ලෙස ශ්‍රී ලංකාවේ පවත්වන ලද අධ්‍යයනයකින් නිර්දේශ කොට ඇත.

ශ්‍රී ලංකාවේ දිවි නසාගත හැකි ජනතාව සඳහා පොදු ජනතාව තුළ දැනුම්වත්භාවය ඉහළ නැංවීම සහ උචිත උපකාරී ක්‍රමයන් ඇති කිරීම අරඹයා දිවි නසාගැනීම් වැළැක්වීමේ පුහුණු පාඨමාලා සකස් කිරීමේ පදනමක් මෙම මාර්ගෝපදේශයෙන් සැළසිය හැකිය.

අප මෙය ඉටු කරන්නේ කෙසේද?

මෙම මාර්ගෝපදේශ විශේෂඥයන්ගේ එකඟත්වය මත සකස් කරනු ලැබේ. දිවි නසාගැනීම් පිළිබඳ නිපුණත්වයක් ඇති වෘත්තිකයන් සහ අත්දැකීම් මතවූ ඒ සඳහා කටයුතු කරන්නන්ගෙන් සැදුම්ලත් විශේෂඥ මඬුල්ලක් පත් කරනු ලැබේ. මෙම මඬුල්ලෙන් ලැබෙන ඉහළ මට්ටමේ නිර්දේශ ලබන උපාය මාර්ග මෙම මාර්ගෝපදේශයට අන්තර්ගත කෙරේ. විද්‍යුතිම ජර්නල් ලිපි සහ දිවි නසාගැනීම් වළක්වන උපකරණ වලින් ලබාගත් උපාය මාර්ග අඩංගු මාර්ගගත ප්‍රශ්නාවලිය හරහා විශේෂඥ මත එක්රැස් කරනු ලැබේ. ඇතැම් ප්‍රකාශ මතභේදත් මත හෝ පරස්පර විය හැකිය. කෙසේ වෙතත් මැදිහත් වීම් සහ සත්කාරය පිළිබඳ මහජන විශ්වාසයේ පුළුල් පරාසය මෙයින් පිළිබිඹු වන හෙයින් මේවා ඇතුළත් කර ඇත.

අප කව්රුන් බලාපොරොත්තු වන්නේද?

ශ්‍රී ලංකාවේ ජනතාව අතර දිවි නසාගැනීම් ක්ෂේත්‍රයේ විශේෂඥතාවයක් තිබෙන වයස අවුරුදු 18 හා ඉන් ඉහළ පුද්ගලයන්ට ජාත්‍යන්තර වශයෙන් අප ආරාධනා කරන්නෙමු. එවැනි අය මඬුල්ලේ සාමාජිකයකු වීමට මෙම ප්‍රශ්නාවලිය වට තුනකින් සම්පූර්ණ කිරීමට කැමැති විය යුතුයි. තම චිකිත්සක සහ හෝ පර්යේෂණ පළපුරුද්ද හෝ "පළපුරුද්ද මතවූ" ඒ සඳහා කථාකරන දිවි

Melbourne School of Population and Global Health
The University of Melbourne, Level 5, 207 Bouverie Street, Victoria 3010 Australia
T: +61 3 9035 3082 **F:** +61 3 9348 1827 **W:** www.cimh.unimelb.edu.au

නසාගැනීම් සම්බන්ධ විශේෂඥ මට්ටමේ දැනුම් තිබෙන බවට සළකනු ලබන අය මෙම මඩුල්ලේ සාමාජිකයන් වීමට ආරාධනා කරනු ලැබේ.

<u>මෙහි සහභාගීවීම සඳහා විශේෂඥයන් :-</u>

- මාර්ගගත ප්‍රශ්නාවලි තුනක් සම්පූර්ණ කළහැකි විය යුතුයි. දිවි නසා ගැනීමට අදළ වයස, ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය සහ පළපුරුද්ද, මූලික මානසික සෞඛ්‍ය ප්‍රථමාධාරය ප්‍රමාණනය කිරීමේ උපාය මාර්ග, ශ්‍රී ලංකාවට අදළ නොවන හෝ පිළිගත නොහැකි යැයි සළකනු ලබන අයිතමයන් සම්බන්ධ අදහස් ප්‍රකාශ කිරීම, ශ්‍රී ලංකාවේ ජනතාව විශේෂයෙන් අදළ ප්‍රශ්නාවලියට අන්තර්ගත කර නොමැති අතිරේක ක්‍රියාවන් පිළිබඳ යෝජනා කිරීම වැනි ඇතැම් පොදු විස්තර සැපයීම ප්‍රශ්නාවලිය සම්පූර්ණ කිරීමට අදළ වේ. මෙය සමස්ථයක් වශයෙන් පැය තුනක් පමණ ගනු ඇතැයි ඇස්තමේන්තුගත කර තිබේ.

- ශ්‍රී ලංකා ජනතාව අතර දිවි නසාගැනීම සහ එය වළක්වාලීම පිළිබඳ මනා අවබෝධයක් තිබීම ජනතාව මුහුණදිය හැකි සංඥ සහ රෝග ලක්ෂණ සහ ඒවා හඳුනාගත් පසුව ප්‍රතිචාර දක්වීම කෙසේද යනුවෙන් ආදිය.

- ශ්‍රී ලංකාවේ ජනතාව සමග තම ප්‍රතිකාර සහ/හෝ පර්යේෂණ අත්දැකීම් හරහා දිවි නසාගැනීම් වැළැක්වීමේ විශේෂඥ වෘත්තිකයන්ය. දිවි නසාගත් හෝ අතීතයේ දිවි නසාගැනීමේ උත්සාහයේ නිරතවූ තම කිට්ටුවන්තයෙකු (උදා: පවුලේ සාමාජිකයෙකු) පිළිබඳව බරපතළ ලෙස සිතූ ශ්‍රී ලංකාවේ "පළපුරුද්ද මතවූ" ඒ වෙනුවෙන් නිරතවූ වෘත්තිකයෙක් වයස අවුරුදු 18 හෝ ඊට වැඩි.

ක්ෂේත්‍රයේ ඔබේ අත්දැකීම් මත මෙම කටයුත්තේ දී ඔබ නිරතවීම සහ මේ හා සමාන විශේෂඥ දැනුමෙන් යුත් අනෙකුත් පුද්ගලයන්ව නම් කරන්නේ නම් අගය කරන්නෙමු. මෙහි සඳහන් සුදුසුකම් සපුරනවා යැයි ඔබ සිතන සහ මෙයට සහභාගී වීමට උනන්දු විය හැකි වූවන්ට මෙම විද්‍යුත් තැපැල ඉදිරිපත් කරන ලෙස අප ඔබව දිරිමත් කරන්නෙමු.

මෙහි අවදානම් කිසිවක් තිබේද?

මෙම ප්‍රශ්නාවලියේ ඇතැම් ප්‍රකාශ කියවීම ඇතැමුන්ව සසල කරවිය හැකිය නැතහොත් ඔවුන් අත්දැකීම් පිළිබඳ සිහිපත් කරවිය හැකිය. කෙසේ නමුත් මෙම ක්‍රමය උපයෝගී කර කරන ලද පසුගිය අධ්‍යයනවලදී තමන් සසල වූ බව කියා සිටියේ ඉතා සුළු පිරිසකි. බොහෝ අය කියා සිටියේ අන් අයට උපකාරී වන්නේ කෙසේ දැයි මනා අවබෝධයක් සඳහා දායකවීමට හැකි වීම සම්බන්ධයෙන් ඔවුන් ආඩම්බර වන බවයි. මෙයින් සසල කරවන හැඟීම් ඇතිවන්නන් සිටිති නම් මෙම ප්‍රශ්නාවලියට සහභාගී වීම නොකඩවා කරගෙන යනවාද නැතහොත් නතර කරන්නේද යනුවෙන් සහායක කණ්ඩායම සමග කථා කර තීරණයක් ගන්නා මෙන් අප උපදෙස් දෙන්නෙමු.

සසල කරවන හැඟීම් පිළිබඳව ඔබ යමෙකුට කථා කළ යුතු යැයි සිතන්නේ නම් කරුණාකර ශ්‍රී ලංකාවේ ආධාර සපයන නිර්දේශිත ආයතන දෙකින් එකක් අමතන්න.

ශ්‍රී ලංකා සුමිත්‍රයෝ

දුරකථන අංක	වෙබ් අඩවිය
2692909/2696666/2683555	www.srilankasumithrayo.org

සීසීසී පදනම

දුරකථන	
1333	http;//cccfoundation.org.au/cccline

ඔබගේ සිත වෙනස් කළානම්

මෙම ව්‍යාපෘතියේ සහභාගීත්වය ස්වේච්ඡාවෙනි, සහභාගී වීම සම්බන්ධයෙන් ඔබේ සිත වෙනස් කළේ නම් ඔබට ඕනෑම වේලාවකට ව්‍යාපෘතියෙන් ඉවත්විය හැකිය. ඔබට කැමැති නම් ඔබේ දත්තද ඉවත් කළ හැක. පහත විස්තර මගින් ඒ සඳහා පර්යේෂකවරුන් සම්බන්ධ කරන්න.

ඔබගේ පෞද්ගලිකභාවය

ඔබගෙන් ලබා ගන්නා ඕනෑම දත්තයක් රහස් සංකේත යොද සුරක්ෂිතව තබන අතර අන් අයට ඒවා හෙළි කරන්නේ නැත. පුද්ගල මතයට වඩා අප උනන්දුවන්නේ මඩුල්ලේ එකඟත්වය මතයි. එහෙයින් ඔබගේ පුද්ගල පිළිතුරු කිසිදු වාර්තාවන්නේ නැත. අප ප්‍රතිඵලය ඉදිරිපත් කරනුයේ සංඛ්‍යාලේඛණ සාරාංශ වශයෙන් පමණි.

පර්යේෂණය සංග්‍රහ අවශ්‍යතාවය හේතුවෙන් අධ්‍යායනයෙන් පසුව එකතු කරන ලද තොරතුරු වසර පහක කාලයකට ගබඩා කර තබනු ලැබේ. එහෙත් ඔබගේ කිසිදු දත්තයක් හඳුනාගත නොහැකි අතර එය ඔබේ යැයි අනාවරණය කරගත නොහැකිය. කෙසේ වෙතත් මෙම තොරතුරු මතවූ සියළු අඛණ්ඩ උනන්දු අවසන් වන (කිසිවක් ඇතොත්) තෙක් මෙම තොරතුරු ඉවත් කරනු නොලැබේ.

සහභාගී වීමට ඔබ උනන්දු වන්නේ නම් හෝ වැඩිදුර තොරතුරු අවශ්‍ය වන්නේ නම්

සහභාගී වීමට පෙරාතුව වැඩිදුර තොරතුරු ඔබට අවශ්‍ය වන්නේ නම් නැතහොත් සහභාගී වීමට ඔබ උනන්දුවන්නේ නම් කරුණාකර අමතන්න :-
Dr. Erminia Colucci (ecolucco@unimelb.edu.au , +61-3-9035 3082) හෝ
Ms. Saranga De Silva (sarangad@student.unimelb.edu.au , +61-4-3252 0369)

මෙම ව්‍යාපෘතිය කෙරෙහි ඔබට කණස්සල්ලක් තිබේ නම්

මෙම අධ්‍යයනයේ විද්‍යාත්මක දෘෂ්ටිය පිළිබඳ ඔබට යම් කණස්සල්ලක් තිබේ නම් කරුණාකර මෙම ව්‍යාපෘතියේ සම්බන්ධීකාරක Dr. Erminia Colucci (ecolucci@unimelb.edu.au , +61-3-9035 3082) අමතන්න.

මෙම ව්‍යාපෘතිය මෙල්බර්න් විශ්ව විද්‍යාලයේ මානව පර්යේෂණ සදාචාර කමිටුව විසින් අනුමත කරනු ලැබ ඇත. මෙම අධ්‍යයනයේ සදාචාරය පිළිබඳ ඔබට කණස්සල්ලක් තිබේ නම් කරුණාකර පහත අමතන්න.
විධායක නිලධාරී, මානව පර්යේෂණ සදාචාරය, මෙල්බර්න් විශ්ව විද්‍යාලය
දු.අ. - +61 3 8344 2073
ෆැක්ස් - +61 3 9347 6739