

**COVID-19 පැතිරීම, ස්වයං හුදෙකලාව සහ සමාජ දුරස්ථභාවය වයස මාස 18 සිට අවුරුදු 3 දක්වා වූ දරුවන්ගේ සහ ඔවුන් රැක බලා ගන්නන්ගේ ජීවිතවලට බලපාන අයුරු ප්‍රධාන රැක බලා ගන්නාගේ දිනපොත තුළින් තේරුම් ගැනීම**

මෙම අධ්‍යයනයට සහභාගී වන ලෙස අපි ඔබට ආරාධනා කරන්නෙමු. කරුණාකර මෙම තොරතුරු පත්‍රිකාව කියවා ඔබට අවශ්‍ය වැඩි විස්තර අපෙන් විමසන්න. මෙම අධ්‍යයනයට සහභාගී වීම හෝ නොවීම පිළිබඳ තීරණය ඔබේ කැමැත්ත පරිදි සිදු කළ හැක.

**මෙම අධ්‍යයනය කරන්නේ ඇයි?**

COVID-19 වසංගතය හේතුවෙන් අපගේ දෛනික ජීවිතයට නොසිතූ ලෙස බලපෑමක් සිදු වී ඇති අතර ශ්‍රී ලංකාව ඇතුළු ලොව පුරා වෙසෙන බොහෝ දරුවන්ගේ වර්ගයන් ද මේ නිසා වෙනස් වී තිබේ. සමාජ දුරස්ථභාවය පවත්වා ගැනීමේ ක්‍රියාමාර්ගවල කොටසක් ලෙස (උදා - නිවසේ සිට වැඩ කිරීම, පාසල් සහ ළදරු පාසැල් වැසීම) අපගේ පවුල් නිවෙස්වලට සීමා වී ඇත. මේ හේතුවෙන් අපට අපගේ දෙමව්පියන්, ආච්චිලා සියලා, සහෝදර සහෝදරියන් සහ සමීප මිතුරන්ගෙන් වෙන් ව සිටීමට සිදු වී ඇත. අපගේ සමහරක් අය රැකියාව හා මූල්‍යමය තත්ත්වයන් පිළිබඳව අවිනිශ්චිත භාවයකට මුහුණ දී සිටින අතර තවත් සමහරක්ට දරුවන් රැක බලා ගැනීමේ පීඩන ද සමඟ නිවසේ සිට රැකියාව කිරීමට සිදු වී ඇත.

මෙම අනපේක්ෂිත වෙනස්කම් අප බොහෝ දෙනාගේ යහපැවැත්මට සෘණාත්මක ලෙස බලපා ඇත. කෙසේ වෙතත්, සිදුවෙමින් පවතින වසංගතය පිළිබඳ ඉමහත් කාංසාවක් තිබියදීත්, අපගේ දරුවන් සමඟ වැඩි කාලයක් ගත කිරීමට හැකි වීම වැනි අපගේ ජීවිතයේ යම් ධනාත්මක වෙනස්කම්ද සිදුවෙමින් පවතින බව පෙනේ.

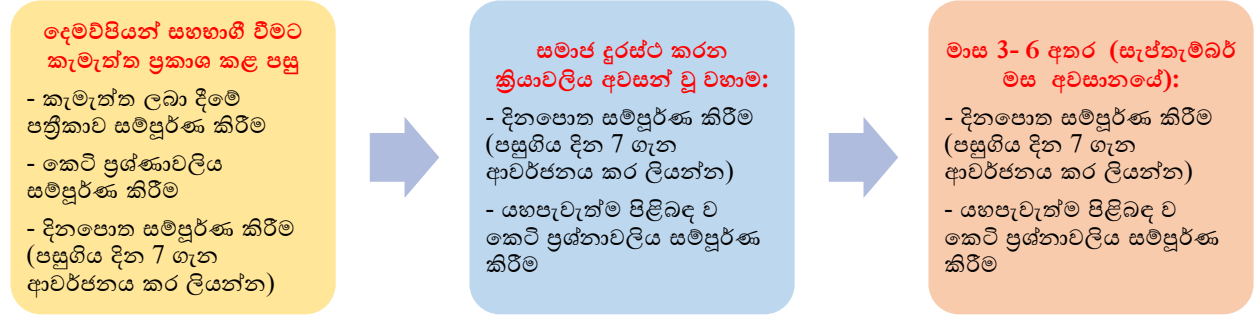
COVID-19 නිසා, ඇතිවී තිබෙන සමාජ දුරස්ථභාවය මඟින් ඔබට සහ ඔබේ පවුල්වලට සිදු වී තිබෙන බලපෑම හා අත්දැකීම් අවබෝධ කර ගැනීම මෙම අධ්‍යයනය අරමුණු වේ.

**මෙම අධ්‍යයනයට සහභාගී විය යුත්තේ ඇයි?**

- ඔබ වයස මාස 18 සිට අවුරුදු 3 දක්වා කුඩා දරුවන් සිටින දෙමාපියන් වීම.
- මෙම වයස් කාණ්ඩවල දරුවන් යම් දෙයක් වෙනස් වී ඇති බව තේරුම් ගැනීමට තරම් පරිණත විය හැකි නමුත් වෙනස් වී ඇති දේ හරියටම තේරුම් ගැනීමට තරම් හැකියාවක් ඔවුන්ට නොමැති විය හැක. එබැවින් මෙම වයස් කාණ්ඩවල දරුවන් සමාජ දුරස්ථභාවය පිළිබඳ ලබන අත්දැකීම් සහ බලපෑම අධ්‍යයනය කිරීම අතිශයින් ම වැදගත් යැයි අපි විශ්වාස කරමු.

මෙම අධ්‍යයනයට සහභාගී වන්නේ නම් මා විසින් කළ යුත්තේ කුමක් ද?

- ඔබ සහභාගී වීමට කැමති නම්; වට්ස්ඇප් (WhatsApp) හරහා දිනපොතක් සම්පූර්ණ කිරීමට ඔබෙන් ඉල්ලීමක් කරණු ඇත. (තොරතුරු සඳහා රූප සටහන බලන්න).
- දිනපොතක් තබා ගැනීමෙන් ඔබට බොහෝ වාසි ඇත. උදා. මානසික ආතතිය සහ කාංසාව දුරු කිරීමට, ස්වයං ආවර්ජනය (ඔබ හා ඔබේ හැඟීම් කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම), භාවනා කිරීම මේ අතර වේ. වට්ස්ඇප් (WhatsApp) හරහා දිනපොතක් සම්පූර්ණ කිරීමෙන් ඔබට; ආරක්ෂිත, රහස්‍යභාවය සුදුකෙන අවකාශයක කථා කිරීමට, අත්දැකීම් සහ හැඟීම් බෙදා ගැනීමට ඉඩ සැලසේ. එය ඔබට නම්‍යශීලී ලෙස ඔබට පහසු කාලයක් තුළ සම්පූර්ණ කළ හැක. (ඔබ සපයන තොරතුරු සඳහා ප්‍රවේශය ඇත්තේ පර්යේෂණ කණ්ඩායමට පමණි).
- ඔබ එකඟ නම්, ඔබ ව දිරිගැන්වීමක් ලෙස, අනෙක් පුද්ගලයින්ගේ අත්දැකීම් රහස්‍යභාවය සුදුකෙන ලෙස ඉදිරියේ දී ඔබ සමඟ බෙදා ගැනීමට අපි බලාපොරොත්තු වෙමු.



මෙම අධ්‍යයනයෙන් ඉවත් වීමට අවශ්‍ය වුවහොත් මා කළ යුත්තේ කුමක්ද?

- ඔබට අවශ්‍ය ඕනෑම වේලාවක කිසිදු හේතුවක් නොදක්වා මෙම අධ්‍යයනයෙන් ඉවත් විය හැක.

ලබාදෙන තොරතුරුවල රහස්‍යභාවය සුදුකේද?

- ඔබ අපට ලබා දෙන සියලුම තොරතුරුවල රහස්‍යභාවය සුදුකෙන අතර ඒවා පර්යේෂණ කටයුතු සඳහා ම පමණක් භාවිත කරයි. මෙම තොරතුරු සඳහා ප්‍රවේශය ඇත්තේ අපගේ පර්යේෂණ කණ්ඩායමට පමණි.

- පර්යේෂණ පත්‍රිකාවල සහ වාර්තාවල ඔබ ව හඳුනා ගැනීමට නොහැකි ලෙස තොරතුරු ඇතුළත් කෙරේ. මෙයින් අදහස් කරන්නේ, අප තොරතුරු ලියන විට හෝ කතා කරන විට ඔබේ නම පර්යේෂණය අතරතුර කියූ හෝ සිදු වූ දේවල් සමඟ සම්බන්ධ නොකරන බවයි.
- එක්සත් රාජධානියේ කීල් විශ්ව විද්‍යාලය, ශ්‍රී ලංකාවේ පර්යේෂණ හා සංවර්ධන ආයතනය (IRD) සහ සෞදි අරාබියේ කිංග් සවුද් විශ්ව විද්‍යාලයේ නීති රීති (දත්ත ආරක්ෂණ පනත) අනුව මෙම දත්ත භාවිත කරනු ඇත.
- මෙම අධ්‍යයනය සඳහා ශ්‍රී ලංකා රජරට විශ්ව විද්‍යාලයේ ආචාරධර්ම කමිටුවෙන් අවසරය හිමි වී තිබේ (No: ERC/2020/37).

ඔබ මෙම අධ්‍යයනයට සහභාගී වීමට කැමති නම් හෝ මේ පිළිබඳ ව වැඩිදුර විස්තර සඳහා මෙන් ම ව්‍යාපෘතිය පිළිබඳ විස්තරාත්මක ව සාකච්ඡා කිරීමට අවශ්‍ය නම් පහත සඳහන් ආකාර වලින් අප හා සම්බන්ධ වන්න.

දුරකථන අංකය: 076 9948 257 (කල්පනී)

විද්‍යුත් තැපෑල: [covid19.slcom@gmail.com](mailto:covid19.slcom@gmail.com)

සෞඛ්‍ය හා සමාජ සත්කාර පිළිබඳ පර්යේෂණ හා සංවර්ධන ආයතනය

393/3, ලිලි මාවත,

රොබට් ගුණවර්ධන මාවත,

බත්තරමුල්ල 10120

0112863084

[www.ird.lk](http://www.ird.lk)