11 ஆண்பாலாரினதும் பெண்பாலாரினதும் கௌரவத்தைக் காப்போம்

மனித இனத்தின் தொடர்ச்சியான நிலவுகைக்கு இனப்பெருக்கத் தொகுதி ஆற்றும் பணி விந்தையானதாகும்.

புதிய அங்கிகளை உற்பத்தியாக்குதல், அந்த அங்கிகளின் பாதுகாப்பினை இயன்றளவு உறுதிப்படுத்துதல் என்பவற்றுக்கேற்ற வகையில் எமது இனப்பெருக்கத் தொகுதி வடிவமைக்கப்பட்டுள்ள முறை அபூர்வமானது. புதிய அங்கிகளை உருவாக்கும் விடயத்தில் ஆண், பெண் இருபாலாரினதும் பங்களிப்பு முக்கியமானதாகும்.

கட்டிளமைப் பருவத்தை அடைந்துள்ள நீங்கள் வருங்காலத்தில் இனப்பெருக்கத் தொழிற்பாட்டை இனிமையாகவும் சாதகமாகவும் ஆக்குவதற்கு, பாலியலின் முக்கியத்துவம் பற்றி அறிந்திருத்தல் அவசியமானதாகும்.

ஆண், பெண் ஆகியோரின் இயற்கையான தன்மைகள், இயல்புகள், அதனுடன் தொடர்பான சிந்தனைகள், உணர்வுகள், நடத்தைகள் என்பன பாலியல் என விளக்கப்படலாம்.

செயற்பாடு 11.1

ஆண், பெண் இரு பாலாருக்குமிடையே காணப்படும் வேறுபாடுகள் சிலவற்றைப் பட்டியற்படுத்துங்கள். நீங்கள் பட்டியலிட்டிருப்பவற்றை கீழே படத்தில் தரப்பட்டுள்ளவற்றுடன் ஒப்பிட்டுப் பாலியல் சம்பந்தமான உங்கள் எண்ணங்களை உறுதிப்படுத்துங்கள்.

உரு 11.1

ஆண், பெண் ஆகிய இருபாலாருக்குமிடையே உடலமைப்பு, நடத்தைக் கோலங்கள், ஆற்றல்கள், எதிர்கால இலக்குகள், ஆளிடைத் தொடர்புடைமைகள், பண்புகள், உணர்வுகள் போன்ற தன்மைகள் தொடர்பாகக் காணப்படுகின்ற வேறுபாடுகளை மனிதப் பாலியல் (Human Sexuality) என அறிமுகப்படுத்தலாம்.

''பாலியல்'' என்ற சொற்றொடர் தொடர்பாகக் கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள விடயங்களை அவதானியுங்கள்.

பாலியல் அடையாளம் (Sexuality)

பாலியல் என்பதைப் பின்வருமாறு பிரித்துக் காட்டலாம்.

- **பாலியல்**
  - பாலியல் அடையாளம்
    - உடலியல் அமைப்பு அடையாளம்
    - உளவியல் அமைப்பு அடையாளம்
    - சமூக அமைப்பு அடையாளம்
  - பாலியல் சார்பு

உடலியல் அமைப்பு அடையாளங்கள்

ஒரு குழந்தை பிறந்தவுடனேயே அக்குழந்தையின் இனப்பெருக்க உறுப்புகள் மூலம் அக்குழந்தை ஆணா, பெண்ணா என அடையாளப்படுத்தப்படும்.

உளவியல் அமைப்பு அடையாளங்கள்

ஒருவரது குடும்பம், பெரியோர், சமூகம் ஆகியவற்றால் ஆண் களுக்கெனவும் பெண்களுக்கெனவும் வழங்கப்படும் விழுமியங்கள், பாரம்பரியங்கள், மனப்பாங்குகள் என்பவற்றின் அடிப்படையில் ஆண் அல்லது பெண்ணாக வாழ்வதற்கு அவசியமான தன்னம்பிக்கை, பெருமை ஆகியவற்றைக் கட்டியெழுப்புவதன் மூலம் உளவியல் அமைப்பு அடையாளங்கள் பெறப்படுகின்றன.

சமூக அமைப்பு அடையாளங்கள்

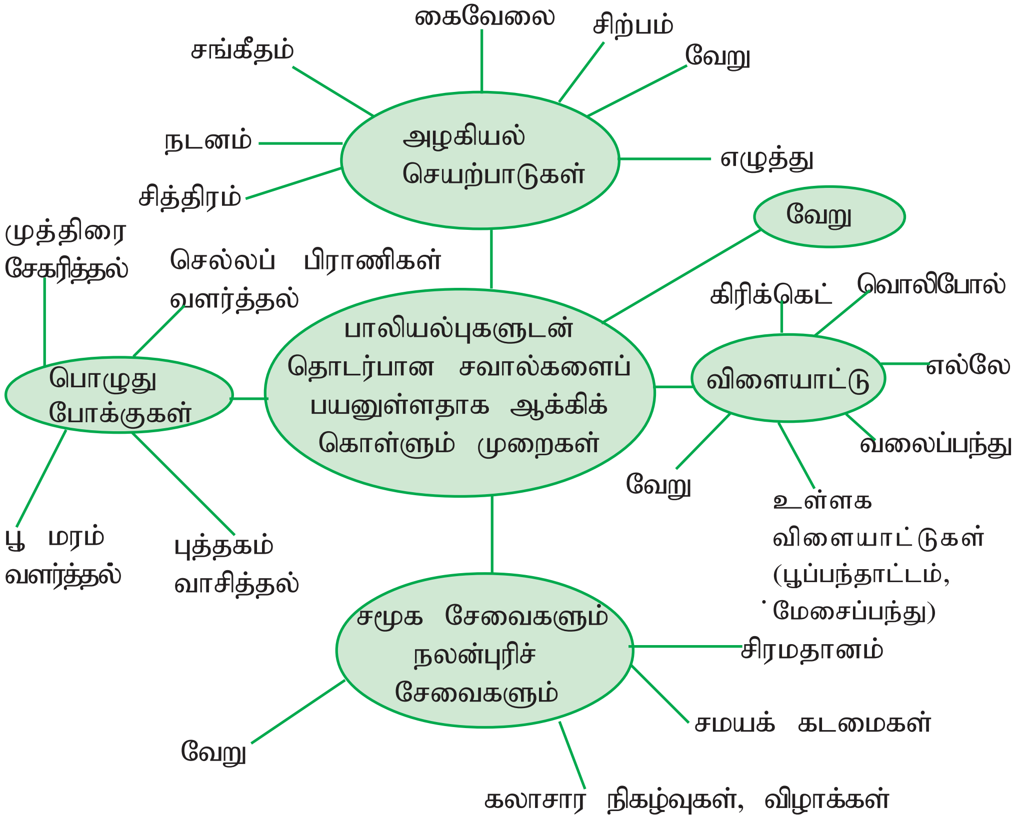
குழந்தையின் பிறப்பில் பெறப்படும் ஆண், பெண் அடையாளத்துடன் அக்குழந்தையின் பெயர் மூலம் சமூகத்திற்கு அப்பிள்ளை ஆணா, பெண்ணா என அடையாளப்படுத்தப்படும். பெரும்பாலும் பெயரைக் கேட்டவுடன் அக் குழந்தையை ஆணா, பெண்ணா எனச் சமூகத்திற்கு இனங்காணமுடியும்.

பாலியல் சார்பு

ஒருவர் கொண்டுள்ள பாலியல் அடையாளங்கள் காரணமாக சமூகத்தில் அவரது நடத்தைகள் பாலியல்ரீதியாக வேறுபட்டிருக்கும். உதாரணமாக உடை அணியும் முறை, உடல் அசைவுகள், நடையின் தன்மை, கதைக்கும் முறை, செய்யும் தொழில் போன்ற விடயங்களில் ஆண், பெண் இருபாலாருக்குமிடையே தெளிவான வேறுபாடுகள் காணப்படும். இதையே பாலியல் சார்பு என எளிமையாக அறிமுகப்படுத்த முடியும்.

பாலியல் ரீதியாக முன் கட்டிளமைப்பருவத்தைத் தாண்டும் உங்களுக்கு பாலியல் அறிவு ஏன் முக்கியமானது?

- பிள்ளைப் பருவத்தைச் சுதந்திரமாகப் பாதுகாத்தல்.
- பிற்காலத்தில் வாழ்க்கையின் ஒரு கட்டத்தில் தந்தை அல்லது தாய் ஆவதற்குத் தயாராகுதல்.
- சுகாதாரமான வாழ்க்கையை நடாத்துதல்.



இங்கே கூறப்பட்ட செயற்பாடுகளில் ஈடுபடும்போது நீங்கள் ஆண் அல்லது பெண் என்ற அடையாளத்துடன் நேர்ப்பாங்காகவும் அழகிய முறையிலும் பாலியலை வெளிக்காட்டுவது உங்களுக்கும் உங்கள் சமூகத்திற்கும் முழு இலங்கையருக்கும் பயனளிக்கும் என்பது, இப்போது, உங்களுக்கு விளங்கியிருக்கும்.

பொருத்தமற்ற / தகுதியற்ற / திரைப்படங்களைப் பார்த்தல், பொருத்தமற்ற புத்தகங்கள், பத்திரிகைகள் என்பவற்றை வாசித்தல், போதைப்பொருள்களுக்கு அடிமையாதல், தவறான பாலியல் நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடல் போன்ற பிழையான செயல்கள், ஒருவரின் பாலியல் தொடர்பில் பாரதூரமான விளைவுகள் ஏற்பட வழிவகுக்கின்றன.

பாலியல் தேவைகளைத் தவறான முறையில் வெளிப்படுத்துவதனால் ஏற்படும் பிரதிகூலங்கள் எவை?

எவ்விதக் கட்டுப்பாடுகளோ, வரையறைகளோ, ஒழுங்கு முறைகளோ இன்றிப் பாலியல் தேவைகளை வெளிப்படுத்துவதனால் பின்வரும் விளைவுகள் ஏற்படலாம்.

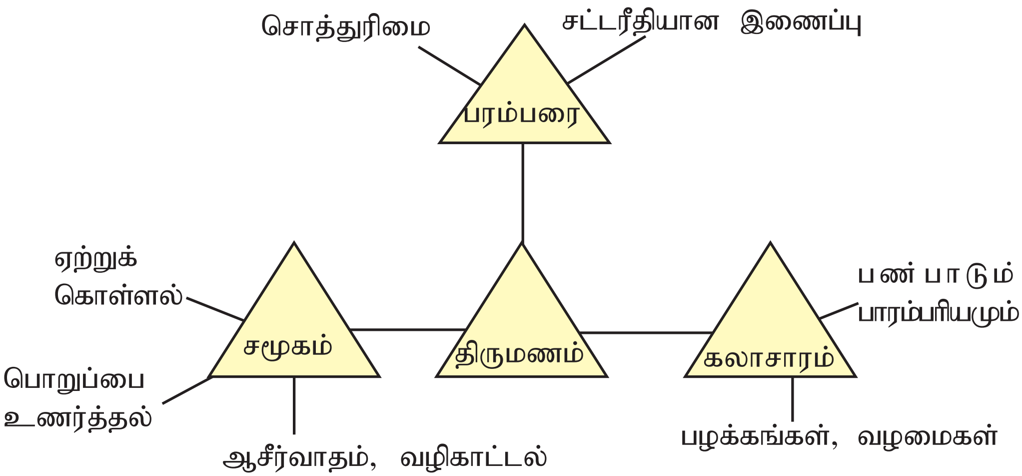
- சமூகத்தின் மத்தியில் அவமானப்படல்
- பாலியல் நோய்த்தொற்றுக்கு ஆளாதல் (STL/STD/ HIV/AIDS). பாலியல் நோய்கள் பரப்பப்படல்
- வாழ்வதற்குத் தேவையான சமூக, பொருளாதார அடிப்படை வசதிகள் இல்லாமற் போதல்
- பாலியல் துஷ்பிரயோகங்களுக்கு உள்ளாதல்
- சட்ட ரீதியற்ற கருத்தரிப்பு

மனித இனத்தின் தொடர்ச்சியைப் பேணுவதற்கு ஏற்றவகையில் இனப்பெருக்கத் தொகுதி மிகவும் சிறந்தமுறையில் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. இது தொடர்பாக இதற்கு முன்னரும் நீங்கள் கற்றுள்ளீர்கள். முழுமையாக விருத்தியடைந்த சிறந்த ஒரு குழந்தையைப் பெற்றெடுக்கும் காரியத்தில் ஒரு தந்தையினது பங்களிப்பும் தாயினது பங்களிப்புப் போன்று மிகமிக அவசியமானது.

பொறுப்புடன்கூடிய பாலியல் நடத்தை என்பது என்ன?

ஒருவருக்கு ஏற்ற வயது வரும்போது அவரது பாலியல் தேவையை நிறைவு செய்யும் வகையில், சமூகம், சட்டரீதியாகத் திருமணம் என்னும் உரிய விடயத்தை ஏற்படுத்தித் தந்துள்ளது. திருமணம், பாலியலில் மிக முக்கிய இடத்தைப் பெற்றுள்ளது. இதனை நீங்களும் அறிந்துகொள்ளுங்கள்.

திருமணம் மூலம், சட்ட ரீதியாக ஒரு ஆணும் ஒரு பெண்ணும் இணைந்து உருவாக்கும் குடும்பம் என்னும் அமைப்பு, சமூகத்தால் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டு பெருமதிப்பைப் பெறும். வேறுபட்ட கலாசாரங்களின் வழமைகளும் பண்பாட்டு விடயங்களும் இதில் முக்கியத்துவத்தைப் பெறுகின்றன.



பால்நிலை (ஆண், பெண்) சமூகமயமாக்கல் என்பது யாது?

சமூகப் பிரஜையாகத் தன்னைத் தயார்ப்படுத்தும் ஆண், பெண் ஆகியோர் சமூகத்தில் அவர்களின் நடிபங்கு, சமுதாயப்பற்று, சமூகப்பொறுப்பு, சமூகவாழ்வின் உரிமை என்பவற்றை நடைமுறைப்படுத்தும்போது ஆண், பெண் சமூகமயமாக்கல் ஏற்படுகின்றது.

பால்நிலை சமூகமயமாக்கல் என்பது பொருளாதாரம், சமயம், அரசியல், கலாசாரம் என்பவற்றினால் தீர்மானிக்கப்படுகின்றது. பால்நிலை சமூகமயமாக்கலில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் பொறுப்புகளும் நடத்தைக் கோலங்களும் பண்பாட்டுரீதியாகவும் சமூகரீதியாகவும் கட்டியெழுப்பப்படுகின்றன. இவை சிறுவயதிலிருந்தே சமூகத்தினால் கற்றுக் கொடுக்கப்படுகிறது. இவை, மேலும் குடும்பம், பாடசாலை, சமயம், கலாசாரம் ஆகியவற்றினால் உறுதிப்படுத்தப் படுகின்றன.

பாலியல் தொடர்புடைமைகள் தொடர்பாக (Relationships related to sexuality) சமூகத்தில் ஆண், பெண் ஆகிய இருவரும் சமமாக மதிக்கப்பட்டுப் போற்றப்பட வேண்டியவர்கள் எனவும் அவர்கள் ஒருவருக்கொருவர் ஒற்றுமையாகவும் விட்டுக் கொடுப்புடனும் பொறுப்புடனும் அன்புடனும் முன்னேற்றத்தில் பங்குகொள்ள வேண்டியவர்கள் எனவும் இளம் வயதைத் தாண்டும் பிள்ளைகள் என்ற வகையில் உங்களை எல்லா விடயங்களிலும் நீங்கள் வளர்த்துக்கொள்வது முக்கியமான விடயமாகும்.

கீழ்க் காணும் பண்புகள் உங்களிடம் உள்ளனவா எனச் சிந்தித்துப் பாருங்கள்.

- வீட்டில் தாய், தந்தை, சகோர சகோதரிகளைச் சமமாகவும் பொறுப்புடனும் கவனித்தல்
- பாடசாலை நண்பர்களைச் சமமாக நடத்துதல், சம சந்தர்ப்பம் வழங்குதல். அவர்களுடன் அன்பாகவும் மரியாதையாகவும் நடந்துகொள்ளல்.

இனப்பெருக்கம் தொடர்பான விடயங்களில் ஓர் ஆணின் பங்களிப்பு அவசியமாகின்றது என்பதை யாவரும் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். விசேடமாகக் கர்ப்ப காலங்களில் பெண்களைப் பாதுகாப்பாக வைத்துக்கொள்வதிலும் மற்றும் குழந்தை பிறந்த பின்னர் அதை வளர்த்தெடுப்பதிலும் ஆணின் பங்கும் முக்கியமானது.

கர்ப்பகாலத்தில் ஓர் ஆணின் பங்களிப்பு

(i) கர்ப்பம் தரித்த தாய்க்கும் பிறக்கப் போகும் குழந்தைக்கும் ஏற்றவாறு போதியளவு போசணையுள்ள உணவுகளை வழங்குதல்.

(ii) கர்ப்பிணித் தாயின் உளநிலையைச் சாதகமாகப் பேணல்.

(iii) போசணைத் தேவைகளுக்கு மேலதிகமாகக் கர்ப்பிணித்தாயின் வேறு தேவைகளையும் (உடற்பயிற்சி, நடத்தல் போன்ற உடல் தேவைகளையும்) பூர்த்தி செய்தல்.
(iv) எச்சந்தர்ப்பத்திலும் மன நிறைவு தரும் செயல்களைச் செய்தல்.
(v) சமூகத் தேவைகளை நிறைவு செய்தல் - கர்ப்பிணித் தாயை வெளியில் அழைத்துச் செல்வது, நண்பர், நண்பிகளுடன் பழகச் செய்வது போன்ற விடயங்களைச் செய்தல்.
(vi) தேவையானபோது சமயக் கடமைகளில் ஈடுபடுவதற்கான ஏற்பாடுகளைச் செய்தல்.

குழந்தை வளர்ப்பில் ஆணின் பங்களிப்பு

(i) தாய், வீட்டை விட்டு வெளியே வேலைக்கு செல்லும்போது குழந்தைகளின் பாதுகாப்பை உறுதிப்படுத்தல்.
(ii) மனைவியோடு சேர்ந்து கணவனும் வீட்டு வேலைகளில் பங்குகொள்ளுதல் வேண்டும்.
(iii) குழந்தை வளர்ப்பு, பராமரிப்பு, சுகாதார மேம்பாடு, சமூக அந்தஸ்தை வழங்குதல் போன்ற விடயங்களில் பங்களிப்புச் செய்தல்.
(iv) பயனளிக்கக்கூடிய சமூகச் சூழலை உருவாக்குதல்.
(v) பிள்ளையின் ஆரோக்கியம் தொடர்பாகக் கவனமாக இருத்தல்.
(vi) பொறுப்புள்ள பெற்றோர்களாக தந்தையும் தாயும் செயற்படல்.

பொறுப்புகளையும் தலைமைத்துவத்தையும் ஏற்றல், கௌரவத்தையும் மதிப்பையும் பெறல், நண்பர்களுடன் இணைந்து செயற்படல், சம வயதுடையோருடன் குழு விளையாட்டுகளில் ஈடுபடல், சமூகத்தில் தன்னைச் சிறப்பானவனாகவும் வினைத்திறனுள்ளவனாகவும் துடிப்புள்ளவனாகவும் வெளிக்காட்டல் என்பவை உங்களுக்கு மிகவும் மனநிறைவைத் தரும். எனினும், சில சமயங்களில் மனநிறைவைப் பாதிக்கும் சந்தர்ப்பங்களும் ஏற்படலாம். சமூகத்தில் உங்கள் சம வயது நபர்களால், அல்லது உங்களை விட மூத்தவர்களால் வளர்ந்து வரும் நீங்கள் பாலியல் துஷ்பிரயோகங்களுக்கு ஆளாகலாம் என்பதை ஞாபகத்தில் வையுங்கள்.

பாலியல் துஷ்பிரயோகம் என்பது தனிநபர் ஒருவரின் உடலியல், உளவியல், மனவெழுச்சி, சமூகவிருத்தி என்பவற்றுக்குத் தடையாக அமையும் பாலியல் ரீதியான தொல்லைகளாகும்.

ஏமாற்றுதல் அல்லது பலாத்காரம் மூலம் சிறுவர்களும் கட்டிளமைப் பருவத்தினரும் பல்வேறு நபர்களால் இவ்வாறான செயல்களுக்கு உள்ளாக்கப்படலாம். எனவே, சமூகத்தில் யாவருடனும் பாதுகாப்பாகவும் மிகமிக எச்சரிக்கையாகவும் நாம் நடந்துகொள்ள வேண்டும்.

இவ்வாறான துஷ்பிரயோகங்களுக்கு உள்ளாகும் நபர்களின் கல்வி நடவடிக்கைகள் பாதிக்கப்படுவதோடு சமூகத்தில் அவர்களுக்கு அபகீர்த்தியும் ஏற்படும். மேலும், பாலியல் நோய்களுக்கு ஆளாகும் நிலைமையும் ஏற்படும். எனவே, இவ்வாறான துஷ்பிரயோகங்களில் இருந்து எம்மைக் காக்க மிகவும் சிந்தனையுடன் செயற்பட வேண்டும்.

பிள்ளைப் பருவத்திலிருந்து கட்டிளமைப் பருவத்திற்குள் பிரவேசிக்கும் நீங்கள், இவ்வாறான விடயங்களால் பாதிக்கப்படாமல் உங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள வேண்டும். பிள்ளைப் பருவம் முடிவடையும் தருணத்தில் நீங்கள் உடல், உள, சமூக, மனவெழுச்சி ரீதியாகப் பல்வேறு மாற்றங்களை எதிர் கொள்ள நேரிடும் என்பதை உணர்ந்து எச்சரிக்கையாகவும் இருத்தல் வேண்டும்.

தற்போது நீங்கள், உங்கள் எதிர்கால வாழ்க்கையின் இலக்குகளை அடைவதற்கான அடித்தளத்தை இடும் காலகட்டத்தில் இருக்கின்றீர்கள். எனவே கட்டிளமைப் பருவத்திலுள்ள உங்கள் பொறுப்புகளையும் கடமைகளையும் உணர்ந்துகொள்வதுடன் பாலியல் தொடர்பான சரியான விளக்கத்தையும் பெற்றிருக்க வேண்டும்.

எல்லாவற்றுக்கும் முன் நீங்கள், உங்களை மதிக்கக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள். உங்களின் பெறுமதியை உணர்ந்துகொள்ளுங்கள். அதனால், நீங்கள் பல்வேறு சிக்கல்களிலிருந்து உங்கள் பெறுமதிமிக்க வாழ்க்கையைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம்.

- பலாத்காரத்துக்குட்படுத்தப்படல், வேறு தகாத காரியங்களில் ஈடுபடுத்தப்படல் போன்ற பல்வேறு விடயங்களில் இருந்து நீங்கள், உங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளுங்கள்.
- எவருடைய தவறான யோசனைக்கும் நீங்கள் காது கொடுக்காதீர்கள். தந்திரமான அவ்வாறான செயல்களுக்கு நீங்கள் எதிர்ப்புத் தெரிவியுங்கள். தந்திரோபாயமாக அவ்விடத்தை விட்டு உடனடியாக அகன்று சென்று விடுங்கள்.
- உணர்வுகளுக்கும் ஆசைகளுக்கும் முன்னுரிமை கொடுக்காது, உங்கள் வாழ்க்கையைச் சிறப்பான முறையில் அமைத்துக்கொள்ளுங்கள்.
- புகைத்தல், மதுபானம் அருந்துதல், போதைப்பொருள் பயன்பாடு போன்றவற்றில் ஈடுபடாமல் உங்களைப் பாதுகாத்துக்கொள்ளுங்கள்.
- பொய்யான, தவறான பிரசாரங்கள் மூலம் ஏமாந்து போகாதீர்கள்.
- உங்கள் பாடசாலையிலும் வீட்டிலும் சமூக அபிவிருத்தி வேலைகளில் ஈடுபடுங்கள்.
- உங்கள் பலம், சக்தி, உள்ளார்ந்த ஆற்றல் ஆகியவற்றை நாட்டின் அபிவிருத்திக்கு அர்ப்பணியுங்கள்.
- உங்கள் பாதுகாப்பை நீங்களாகவே உறுதிப்படுத்தவேண்டும்.
  மக்கள் நடமாட்டமற்ற இடங்களில் தனியாகச் செல்வதைத் தவிர்த்தல்

இவ்வழிமுறைகள் மூலம் பாடசாலை, உங்கள் பிரதேசம், நாடு என்பவற்றின் முன்னேற்றத்திற்குப் பங்களிப்பை வழங்கமுடியும்.