வளர் இளம் பெண்கள் மற்றும் பெண் குழந்தைகள் பாதுகாப்பிற்கு சில யோசனைகள்

பெண்கள் முன்னேற்றம் மற்றும் ஆராய்ச்சி மையம்

&

சினேகிதி வளர் இளம் பெண்கள் அமைப்பு

இன்றைய சமுதாயத்தில் நாளுக்கு நாள் பெண் குழந்தைகளுக்கு எதிரான வன்முறைகள் அதிகரித்துக் கொண்டே வருவது அனைவரும் அறிந்ததும், வருந்தப்பட வேண்டிய விஷயமும் ஆகும். பெண் குழந்தைக்கு பாதுகாப்பு என்பது இன்றைக்கும் கேள்விக்குறியே! குடும்பம் ஒரு கோயில் என்று கூறப்படும் வீட்டிலும் பாதுகாப்பு இல்லை. 53% பெண் குழந்தைகளுக்கு (அதாவது 10 வயதுக்கு கீழே உள்ள) வீட்டிற்குள்ளே பாலியல் வன்கொடுமை நடக்கிறது. அது அக்குழந்தைக்கு மிகவும் அறிமுகமான சொந்த நபரால் ஏற்படுகிறது என்பது அதிர்ச்சிக்குரிய விஷயம். இம்மண்ணில் பெண்ணாய் பிறந்தது முதல் கல்லறை அல்லது சுடுகாடு செல்லும் வரை வன்முறை, பாலியல் தொல்லைகள்தான் பெண்களுக்கு. இந்த சமுதாயமே ஓர் கறைபடிந்த, புரையோடிய சமுதாயமாக மாறி வருகிறது. இதற்கு யார் காரணம்? பெண் குழந்தைகளை எப்படித்தான் பாதுகாப்பது என்ற கேள்வி ஒவ்வொரு பெற்றோர் மனதில் எழும் பெரும் கேள்வி. கூட்டுக்குடும்பம் மாறி தனிக்குடும்பமானது ஒரு காரணம், பணம் சம்பாதிக்கும் பொருட்டு பெற்றோர் இருவரும் வேலைக்கு செல்வதால் போதிய பாதுகாப்பு இல்லாமை, குழந்தைகளிடம் போதிய நேரம் செலவிடாமை, பள்ளிவிட்டு வந்தால் இன்று என்ன நடந்தது என அன்பாய், ஆதரவாய் அரவணைப்பாய் கேட்க நேரமற்ற பெற்றோர்களால் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட

குழந்தைகள் இன்று பல பாலியல் வன்புணர்வுகளுக்கு ஆளாகின்றனர். பாலியல் துன்புறுத்தல் நடந்தால் கூட எப்படி பெற்றோரிடம் கூறுவது என்ற தயக்கம் வளர் இளம் பெண்களுக்கு, சிறு வயது குழந்தைகளுக்கோ எது பாலியல் தொல்லை என்ற விபரம் தெரியாத நிலையில் ஏற்படும் கொடுமை. இந்த மாதிரியான சூழலில் பெண் குழந்தைகளை அன்பாய், ஆதரவாய், அரவணைப்பாய், மேற்கூறிய பிரச்சனைகள் நடக்காவண்ணம் பாதுகாப்பாய், விழிப்புணர்வாய் இருக்க நாம் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதே இக்கையேடின் குறிக்கோள்.

- குழந்தை சிறு வயதாய் இருக்கும் போதே அவர்களுக்கு அவர்கள் உடம்பை பற்றி தெளிவாக பெற்றோர்கள் சொல்லி வளர்க்க வேண்டும். கண், காது, மூக்கு எனச் சொல்லிக் கொடுக்கும் போதே பிறப்புறுப்பின் பெயர்களையும் அதன் பயன்பாட்டையும் சொல்லி கொடுங்கள். வளர வளர பிறப்புறுப்பை எப்படி சுத்தமாக பராமரிக்க வேண்டும் என்பதையும் விளக்கமாக சொல்லிக் கொடுங்கள்.

- உடம்பில் எங்கு மற்றவர் தொடலாம், தொடக்கூடாது என்பதை ஆணித்தரமாக பலமுறை சொல்லிப் புரிய வையுங்கள். அதாவது கழுத்துவரை தொடுவது நல்ல தொடுதல் (Good Touch) கழுத்துக்கு கீழே தொடுவது கெட்ட தொடுதல் (Bad Touch) என புரிய வையுங்கள். அதோடு யாராவது

கழுத்துக்கு கீழே தொட்டால் தங்களிடம் வந்து கூற சொல்லுங்கள்.

- எப்போதும் குழந்தைக்கு நாங்கள் தான் உன் நெருங்கிய தோழர்கள் என்பதை வலியுறுத்தி அதை நடைமுறைப் படுத்துங்கள். பெற்றோர் என்றாலே பயப்படும் போது பல விஷயங்களை குழந்தைகள் பெற்றோரிடம் சொல்ல பயப்படும். அந்த பயத்தை போக்க வேண்டும்.

- குழந்தைகள் பள்ளிவிட்டு வந்தாலோ அல்லது வீட்டில் தனியே விட்டு சென்றாலோ, பிறர் வீட்டிற்கு சென்று வந்தாலோ இன்று என்ன நடந்தது என நட்பாய் கேளுங்கள். ஏதேனும் தவறு நடந்திருந்தால் நமக்கு தெரிய ஓர் வாய்ப்பாய் அமையும். தவறு ஏதும் நடத்திருந்தால் குழந்தையின் முன் பதட்டபடவோ, திருப்பித் திருப்பி அதையே கேட்கவோ செய்யாதீர்கள்.

- குழந்தையோ, வளர்இளம் பெண்ணோ சோகமாக இருப்பதை பார்த்தால், அமைதியாக, அன்பாய், அரவணைப்பாய் என்ன நடந்தது? ஏன் சோகமாய் இருக்கிறாய் என விசாரிக்கவும்.

- உடலில் ஏதாவது காயம் / அடிப்பட்டிருந்தால் உடனே விசாரிக்கவும். காயத்திற்கான காரணம் என்ன என்பதை விசாரிக்கவும்.

- தனக்கு யாரையாவது பிடிக்கவில்லை என்று சொன்னால் காரணம் என்ன என்று அன்பாய் கேளுங்கள். அதோடு எச்சரிக்கையோடு இருங்கள்.
- வளர்இளம் பெண்களை தன்னம்பிக்கையுடன் வளருங்கள். தைரியமான அணுகுமுறையை சொல்லிக் கொடுங்கள்.
- பயமுறுத்தவோ, தாழ்வு மனபான்மையை தூண்டவோ செய்யாதீர்கள்.
- வயதிற்கு வந்த பெண் குழந்தைக்கு, மாதவிடாய் முறையாக மாதாமாதம் வருகிறதா என்பதை உறுதி செய்யவும்.
- வர தவறினால் உடனே பதட்டப்பட வேண்டாம். அதேசமயம் பெண் மருத்துவரை அணுகி முறையான சிகிச்சை எடுக்கவும்.
- மாதவிடாய் வரவில்லை என்றால் நீங்களாகவே ஏதோ ஓர் முடிவுக்கு வராதீர்கள்.
- வயதிற்கு வருவதற்கு முன்னே முதல் மாதவிடாய் பற்றி குழந்தைகளிடம் விரிவாக விளக்கி கூறவும்.
- வளர் இளம் பெண் என்றால் கர்ப்பப்பை பற்றியும், கருத்தரித்தல் பற்றியும் தெளிவாக அன்போடு கூறவும்.

- எதிர்பால் ஈர்ப்பு; இதுதான் வளர் இளம் பருவத்தின் எதிரி என்பதால் எதிர்பால் ஈர்ப்பு பற்றியும், மனமும், உடலும் வயதும் இந்த எதிர் பால் ஈர்ப்பில் எப்படி ஈர்க்கப்படும் என்பதை வளர் இளம் பெண்ணிடம் கூறவும்.

- எதிர்பால் ஈர்ப்பு என்பது இயற்கையாக அந்த வயதில் அனைவருக்கும் வரும் ஓர் மனநிலை. அதை எவ்வாறு கையாள்வது என்பதையும் அவர்களுக்கு எடுத்துரைக்கவும்.

- இந்த பருவத்தில் ஆண் நண்பர்களுடன் பழகும் வாய்ப்பு அதிகம் என்பதால் காதல், உடல் ரீதியான உறவுகள், அதனால் ஏற்படும் விளைவுகளை தெளிவாக வளர் இளம் பெண்களுக்கு அன்போடு விளக்கி கூறவும்.

- அவர்கள் ஏதேனும் சந்தேகம் கேட்டால் கோபப்படாமல் அதற்கு விளக்கம் அளிக்க முடியுமானால் விளக்கம் அளிக்கவும்.

- இளம் பருவ கர்ப்பம் அதாவது திருமணத்திற்கு முன்பே கர்ப்பம் தரித்தல் என்பது நாளுக்கு நாள் அதிகரித்து வருவது அனைவரும் தெரிந்ததே. அப்படி நேராமல் இருக்க இளம் பருவ கர்ப்பம் பற்றியும் அதனால் ஏற்படும் பாதிப்புகள் பற்றியும் தெளிவாக வளர் இளம் பெண்ணிற்கு எடுத்து கூறவும்.

- பாதுகாப்பான உறவு முறைகளையும் தெரியப்படுத்தவும்.
- யாரேனும் தெரியாதவர்கள் பரிசு பொருட்கள் கொடுத்தாலோ, பின் தொடர்ந்து வந்தாலோ, தொட்டு பேசினாலோ உடனே பெற்றோராகிய உங்களிடம் தெரியப்படுத்த சொல்லவும்.
- எந்த காரணம் கொண்டும் தற்கொலைக்கு தூண்டும் வார்த்தைகளோ, செய்கைகளோ வளர் இளம் பெண்கள் முன்னால் பேசாதீர்கள்.
- சாதிக்க பிறந்தவள், சாதனை படைப்பவள், தைரியசாலி போன்ற வார்த்தைகளை அனுதினமும் வளர்இளம் பெண்ணிடம் கூறுங்கள். அதுவே அவளை சாதிக்க வைக்கும்.
- உங்கள் கவலைகளை உங்கள் பெண் குழந்தை மீது திணிக்காதீர்கள். அது எதிர்மறை எண்ணங்களை தூண்ட செய்யும்.
- ஒவ்வொரு நாளும் உங்கள் மகள் மகிழ்ச்சியாக காணப்படுகிறாளா என்பதை கவனியுங்கள். ஏதாவது சோர்வு அல்லது கலக்கம் கண்டால் உடனே அன்போடு விசாரித்து அவளுடைய சோர்வை நீக்க முற்படுங்கள்.
- எக்காரணம் கொண்டும் அடிக்காதீர்கள்.

- பெண் குழந்தை/வளர் இளம் பெண்கள் அதிகம் வெளியில் கூட்டிச் செல்லுங்கள். வெளி உலகம் அவளுக்கு பல பாடங்களை கற்றுத் தரும்.
- மதிப்பெண் ஒன்றையே குறிக்கோளாக அவளிடம் திணிக்காதீர்கள். புத்தக பூச்சியாக இருக்கும் வளர் இளம் பெண்கள் தங்களை சுற்றி என்ன நடக்கிறது / நடக்க போகிறது என்பதை உணராமல் இருக்க அதிக வாய்ப்புள்ளது. அதுவே பல இன்னல்களுக்கு ஆளாக கூடும்.
- உங்கள் மகளை அதே வயதை ஒத்த ஆண் நண்பர்களுடன் பழக விடுங்கள். அதற்கு முன் நல்ல தொடுதல் / கெட்ட தொடுதல் பற்றி தெளிவாக விளக்கி கூறுங்கள்.
- வளர் இளம் பெண் எப்போது திருமணம் செய்து கொள்ள வேண்டும், யாரை திருமணம் செய்துகொள்ள வேண்டும், எப்போது தாய்மை அடைய வேண்டும் என்பதை அவளே முடிவெடுக்க வழிகாட்டுங்கள்.
- திருமணத்திற்கு பின் வாழும் ஒவ்வொரு நாளும் அது அவளுடைய வாழ்க்கையாக அமைய வழிகாட்டுங்கள்
- பெற்றோர் உங்கள் எண்ணங்களை/நிறைவேறாத ஆசைகளை அவர்கள் மீது திணிக்காதீர்கள்.

இக்கையேடு மீண்டும் தொடரும்

அச்சகம் : அழகு பிரிண்ட்ஸ், சென்னை-41.
போன்:044-42176688

பெண்கள் முன்னேற்றம் மற்றும் ஆராய்ச்சி மையம்

23, ஜெயராம் தெரு, 4, வசந்த் அப்பார்ட்மெண்ட், டி பிளாக்,
குப்பம் பீச் ரோடு, திருவான்மியூர், சென்னை-600 041.

Email: cwdrindia@gmail.com, website:www.cwdr.org