மனவியல்
பட்டாம்பூச்சி
குழந்தைகளின்
பெற்றோருக்கு...
ஏக்...
தோ...
டன்!
விடலைப்பருவத்து
இனக்கவர்ச்சி

அறியாத வயதும் புரியாத மனதும் சேர வரும் விடலைப்பருவத்துக் காதல் நமக்கொன்றும் புதிதில்லை. நிறைய பார்த்திருப்போம். இன்னும் சொல்லப்போனால் நமது தாத்தா, பாட்டி காலத்தில் எல்லாம் பால்ய விவாகம்தான் பரவலாக பழக்கத்தில் இருந்திருக்கிறது. அறியாத வயதில் திருமணம் முடித்து, டீன் ஏஜில் அடியெடுத்து வைக்கும் போதே குழந்தை, குட்டி என குடும்பம் என்கிற வட்டத்துக்குள் வந்த கதைகளைக் கேட்டிருப்போம்.

இன்றைய இளம்பிராயத்தினருக்கு தான் ‘தனியாள்’ எனச் சொல்லிக் கொள்வதில் கவுரவக் குறைச்சல். 15 வயதில் வாலிப வாசலில் நிற்கிற அவர்களுக்கு துணை என்கிற பெயரில் ஒருவர் அவசியம் என நினைக்கிறார்கள். அவர்கள் பார்க்கிற திரைப்படங்களும், அவர்களது ஆஸ்தான நட்சத்திரங்களின் வாழ்க்கை முறையும் அதை வலியுறுத்துகின்றன. டீன் ஏஜில் இப்படி அவர்களுக்குள் பூக்கும் உறவும், அது தரும் நெருக்கமும், தாய்ப்பாச நெருக்கத்தைப் பிரதிபலிப்பதாக சில ஆராய்ச்சிகள் தெரிவிக்கின்றன. அந்த உணர்வு, போதை மருந்து எடுக்கும் போது மூளையில் உண்டாகிற உணர்வுக்கு நிகரானது என்றும் அவை சொல்கின்றன. அது ஒரு ஆனந்த அனுபவமாகவும் அடிமைத்தனமாகவும்கூட உணரப்படும்.

டீன் ஏஜ் காதலுக்கு 3 முகங்கள் உண்டு.

1. ஈர்ப்பு.

2. நெருக்கம். அது காலப்போக்கில் காம ஈர்ப்பாகவும் மாறலாம்.

3. இணக்கம் மற்றும் உணர்வுரீதியான கமிட்மென்ட். அதாவது, அந்த உறவை காலத்துக்கும் தொடரச் செய்ய வேண்டிய பொறுப்பு.

வயது முதிர்ந்தவர்களிடம் இணக்கம் ஏற்படும். ஆனால், டீன் ஏஜில் நெருக்கம் முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாகத் திகழும். டீன் ஏஜில் உண்டாகிற இந்த ஈர்ப்பு பெரும்பாலும் வந்த வேகத்திலேயே காணாமல் போவது சகஜம். ஆனாலும், அந்த அனுபவம் விடலைப் பருவத்தினரின் வாழ்க்கையில் முக்கியமானதாக அமையும். இந்த ஈர்ப்புக்குள்ளாகும் பதின்ம வயதினர், நேரிலோ, தொலைபேசியிலோ மணிக்கணக்கில் பேசுவது சகஜம். இன்னொருவருடன் நெருக்கம் வளர்க்கிற இந்த அனுபவத்தின் மூலம் அவர்கள் தம்மைத் தாமே உணர்வார்கள். அந்த நெருக்கத்தில் பகிர்தலும் நம்பிக்கையும் வெளிப்படையான குணமும் உருவாகும். அது தரும் பக்குவம், அதன் தொடர்ச்சியான புதிய உணர்வுகள் போன்றவற்றின் விளைவாக மன முதிர்ச்சி மலரும். அதே நேரத்தில் பெரும்பாலான விடலைப்பருவத்தினருக்கு உடல்ரீதியான தேடல்களும் ஆரம்பமாகும். அந்த வயதில் ஊற்றெடுக்க ஆரம்பிக்கிற ஹார்மோன்கள்தான், விடலைப்பருவத்து செக்ஸ் தூண்டுதல்களுக்கு அடிப்படை. அது அவர்களுக்கு அதுவரை அனுபவித்திராத புதிய அனுபவமாக இருக்கும்.

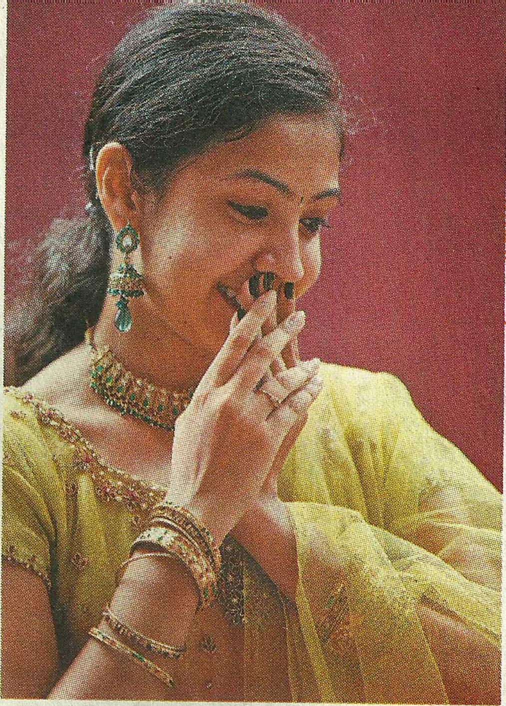
டீன் ஏஜில் செக்ஸ் ரீதியான சிந்தனைகளும் ஈர்ப்புகளும் தலைதூக்கும் ஒரு சிலருக்கு இதெல்லாம் குழப்பத்தைத் தரும். இதெல்லாம் அதீதமாகச் சுரக்கும் ஹார்மோன்களின் தூண்டலின் விளைவே தவிர வேறில்லை. இந்த உடற்கூற்றின் முடிவு இனப்பெருக்கம். இந்த உணர்வுகள் ஆண், பெண் இருவருக்கும் பொது. ஆண்களுக்கு இந்தத் தூண்டுதல், எந்தவிதமான உணர்வுப் பிணைப்பும் இல்லாமல் செயல்படும். அதுவே பெண்களுக்கு, அது உணர்வுடன் தொடர்புள்ள விஷயமாகிப் போவதால்தான், ‘ஐ லவ் யூ’ சொல்கிற ஆண்களிடம், பெண்கள் சுலபமாக ஈர்க்கப்படுகிறார்கள். இனக்கவர்ச்சிக்கும் காதலுக்கும் வித்தியாசம் தெரியாத வயது அது. இன்றைய சமுதாயத்தில், இந்த இனப்பெருக்க உந்துதல், அறிவு வளர்ச்சி, ஒழுக்கம், மதப்பற்று மற்றும் இதர காரணிகளால் பக்குவப்படுத்தப்படுகிறது. இந்த விஷயத்தில் மனிதர்களை விலங்குகளிடமிருந்து தனித்து இயங்கச் செய்வது அவர்களது ஆறறிவு. அந்த ஆறறிவைப் பயன்படுத்தி, தனது பொறுப்புகளையும், செயல்களையும், அவற்றின் பின்விளைவுகளையும் சிந்திக்கிற பதின்ம வயதினர், இக்கட்டத்தை பாதிப்பின்றி கடந்து விடுவார்கள். பக்குவம் குன்றியவர்கள், ஹார்மோன்களுக்கு அடிமையாகி, பாலியல் குழப்பங்களுக்கு ஆளாகிறார்கள்.

விடலைப்பருவத்துக் காதல் மிகமிகச் சாதாரணமானது என்றாலும், அதை அப்படியே அலட்சியமாக விடவும் முடியாது. டீன் ஏஜில் பூக்கும் இத்தகைய காதலை, அடுத்தடுத்த கட்டங்களுக்கு - அதாவது, பள்ளிப்பருவத்துக் காதலை, கல்லூரியில் அடியெடுத்து வைக்கும் வரை கொண்டு போகிறவர்களும் உண்டு. இத்தகைய உறவில் விழும் டீன் ஏஜ் பிள்ளைகளுக்கு, படிப்பு உள்பட, விளையாட்டு, கலை என வேறு விஷயங்களின் மீது கவனம் திரும்பாமலேயே வாழ்க்கை நகரும்.

மனநல மருத்துவர்
கவுதம் தாஸ்

இந்த விஷயத்தில் பெற்றோரின் பங்கு என்ன?

- **உங்கள் டீன் ஏஜ் மகனோ, மகளோ, எதிர்பாலினத்து நட்பிடம் எப்படிப்பட்ட பேச்சுவார்த்தையைத் தொடர்கிறார்கள் என்பதைக் கண்காணியுங்கள்.**
- **உங்கள் மகனோ, மகளோ, அந்த உறவில் அதிக ஈடுபாடு காட்டுவது தெரிந்தால், அதை பேலன்ஸ் செய்யக் கற்றுக் கொடுங்கள். குறிப்பிட்ட அந்த நபருடன் போன் அல்லது சாட்**



அறியாத வயது உறவிலிருந்து விலகிய உங்கள் பிள்ளையிடம், அதீத பாசத்தைக் காட்டி, உங்களது ஆதரவையும் அரவணைப்பையும் உணர்த்தத் தவறாதீர்கள்.

டிங்கில் தொடர்பு கொள்ள, நேரக்கெடு விதியுங்கள். மற்ற நண்பர்களுடனும் நேரத்தைச் செலவிட ஊக்கப்படுத்துங்கள்.

- அந்த நபருக்காக விலை உயர்ந்த அன்பளிப்புகளை வாங்கித் தருவதை ஊக்கப்படுத்தாதீர்கள். உடையோ, நகையோ அன்பளிப்பாகப் பகிரப்படுகிற பட்சத்தில், அதை உபயோகிப்பதில் எதிராளிக்கு ஏற்படக்கூடிய தர்மசங்கடத்தை உணர்த்துங்கள். ரொம்பவும் பர்சனலான அந்த அன்பளிப்புகள், அந்த நபரின் மீதான உங்கள் பிள்ளையின் கமிட்மென்ட்டை மறைமுகமாக உணர்த்தக்கூடிய அபாயத்தையும் எடுத்துச் சொல்லுங்கள்.
- அதைத் தவிர்த்து சிடி, புத்தகங்கள் அல்லது வாழ்த்து அட்டைகள் பாதுகாப்பானவை என எடுத்துச் சொல்லலாம். ஒரு வேளை அன்பளிப்புகள் ஏற்றுக் கொள்ளப்படாவிட்டால், அதைக் கொடுத்தவரின் உணர்வுகள் புண்படக்கூடும் என்பதையும் சொல்லுங்கள்.
- அந்த வயதில் உங்கள் பிள்ளைக்கு ஏற்பட்ட உணர்வு தற்காலிகமானது என்று உங்களுக்குத் தெரியும். ஆனாலும், உங்கள் பிள்ளையின் உணர்வுகளுக்கு மதிப்பளியுங்கள். உங்களை நம்பி தனது புதிய உறவு குறித்த விஷயங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளும் போது, அதைக் கிண்டலோ, கேலியோ செய்யாதீர்கள். அப்படிச் செய்தால், அடுத்த முறை உங்கள் பிள்ளைகள் தம் விஷயங்களை மறைக்கவே முயற்சிப்பார்கள். உங்கள் குடும்பத்துக்கு எது முக்கியம் என்பதையும், அந்த வயது உறவு பற்றியும் உங்கள் பிள்ளையுடன் பேசுங்கள். ஹார்மோன்களின் தாக்கம் பற்றியும், அதனால் உண்டாகும் இனக்கவர்ச்சி பற்றியும் எடுத்துச் சொல்லுங்கள். யாருடன் உறவு பாராட்டலாம் என்பது குறித்து உங்கள் பிள்ளைகளிடம் பேசுங்கள். குறைந்த பட்சம் படிப்பறிவு, ஒழுக்கம், பக்குவம் நிறைந்தவர்களுடன் பழகுவதால் ஏற்படும் ஆதாயங்களைப் புரியவையுங்கள். அப்படிப்பட்ட நட்பை உங்கள் பிள்ளைகள் தேர்ந்தெடுத்தால் ஊக்கப்படுத்துங்கள்.
- அதே நேரம் கவனத்தை சிதறடிக்காமல், அந்த உறவைக் கண்காணிப்பது அவசியம் என்பதை மறந்து விடாதீர்கள். எதைச் செய்யலாம், எதைச் செய்யக்கூடாது என உங்கள் பிள்ளைகளிடம் விவாதியுங்கள். அவர்களது உறவு எல்லை மீறும் போது, உங்கள் பிள்ளையை எச்சரியுங்கள். காமம், பாலுறவில் ஈடுபடுவது, பால்ய வயது கருத்தரிப்பு, பாலியல் வியாதிகள் போன்றவற்றின் இன்னல்களையும் எடுத்துச் சொல்லுங்கள். தேவைப்பட்டால் உங்கள் பிள்ளையின் நண்பரின் பெற்றோரிடமும் பேசுங்கள்.
- இதையும் தாண்டி, விஷயம் விபரீதமாகி விட்டதாக உணர்கிறீர்களா? அந்த உறவுக்கு உடனடியாக முற்றுப்புள்ளி வைத்தே ஆக வேண்டும். இதை நீங்கள் சொன்னால், உங்கள் பிள்ளைகளுக்குக் கோபம் வரலாம். எதிர்க்கலாம். வீட்டை விட்டே வெளியேறுவதாக மிரட்டலாம். என்ன சொன்னாலும், அந்த உறவைத் தொடர்வேன் என அடம் பிடிக்கலாம். உங்கள் பிள்ளையின் போக்கு ஆபத்தானது என உணர்ந்தால், தயங்காமல் உங்கள் பிள்ளையைத் தீவிரமாகக் கண்காணியுங்கள். உங்கள் பிள்ளை, இந்த உறவிலிருந்து மீண்டு, வேறொரு மனநிலைக்குத் திரும்ப வேண்டும் என்பதே உங்கள் நோக்கமாக இருக்க வேண்டும்.
- உங்கள் பிள்ளையின் உறவைத் துண்டிப்பதற்கு முன், மேலே சொன்ன எல்லாவற்றையும் செய்து முடித்தீர்களா என யோசியுங்கள். அப்படிச் செய்யாத பட்சத்தில், நாளைக்கு உங்களுக்கும், உங்கள் பிள்ளைக்குமான உறவு முறிந்து விடும். அறியாத வயது உறவிலிருந்து விலகிய உங்கள் பிள்ளையிடம், அதீத பாசத்தைக் காட்டி, உங்களது ஆதரவையும் அரவணைப்பையும் உணர்த்தத் தவறாதீர்கள். உங்கள் அன்பும் அக்கறையும் கலந்த சரியான அணுகுமுறையின் விளைவாக, உங்கள் பிள்ளைகள் தமது கடந்த கால உறவு, ‘விளையாட்டுத்தனமானது, சிறுபிள்ளைத்தனமானது’ என்பதையும், அது காலத்துக்கும் தொடரக்கூடிய அளவுக்கு மதிப்பில்லாதது என்பதையும் நிச்சயம் உணர்ந்து, வெளியே வருவார்கள்.

டீன் ஏஜ் பிள்ளைகளின் செக்ஸ் கேள்விகள்... குழப்பங்கள்... பெற்றோர் எப்படி எதிர்கொள்ள வேண்டும்? அது அடுத்த இதழில்!

எழுத்து வடிவம்: **சாஹா**
மாடல்: **டயானா**
படங்கள்: **புதூர் சரவணன்**