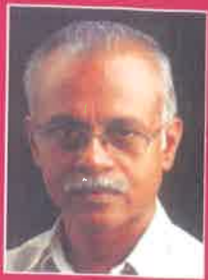

മുരളീധരൻ മുല്ലമറ്റം

ലൈംഗിക വിദ്യാഭ്യാസം വിദ്യാലയങ്ങളിൽ

പ്രശ്നങ്ങളെ എങ്ങനെ തരണം ചെയ്യണമെന്നറിയാതെ നിരാശയിലും മനഃപ്രയാസത്തിലും കഴിയുന്ന നമ്മുടെ കുട്ടികളിൽ അനേകം തെറ്റിദ്ധാരണകളും ഒട്ടേറെ സംശയങ്ങളും ഉണ്ട്. ഈ തെറ്റിദ്ധാരണകൾ തിരുത്തപ്പെടണം. സംശയങ്ങൾ ദുരീകരിക്കപ്പെടണം.

വളർച്ചയുടെ പടവുകൾ ചവുട്ടിക്കയറുന്ന കുമാരി-കുമാരന്മാർക്ക് മാത്രമല്ല, മാതാപിതാക്കൾക്കും അദ്ധ്യാപകർക്കും ഈ പുസ്തകം ഒരു വഴികാട്ടിയാണ്.

കീർത്തി ബുക്സ്
കൊല്ലം-691008

ലൈംഗിക വിദ്യാഭ്യാസം വിദ്യാലയങ്ങളിൽ

മുരളീധരൻ മുല്ലമറ്റം

ലൈംഗിക വിദ്യാഭ്യാസം വിദ്യാലയങ്ങളിൽ

മുരളീധരൻ മുല്ലമറ്റം

♀+♂=?

College Of Avian Sciences & M...
LIBRARY
2486
KVASU Thiruvazhamkunnu
102
2486
OLLEGE OF AVIAN SCIENCES & MANAGEMENT
KVASU CAMPUS, THIRUVAZHAMKUNNU
c. No....2486..........
Call No.........................
This book should be returned on or before the
e last given below.

(Malayalam)
Lyngiga Vidyabhyasam Vidyalayangalil
Study
by **Muraleedharan Mullamattom**
First Keerthi Edition : July 2012
Reprinted : August 2014
Published by : **Keerthi Books, Kollam - 8**
Cover Design : Binni U.M
© : Keerthi books
Typesetting : Sangeeth Graphics, Kollam
Printed at : Sunil Printers, Kadappakada
Price : ₹ **150**

ലൈംഗിക വിദ്യാഭ്യാസം വിദ്യാലയങ്ങളിൽ

മുരളീധരൻ മുല്ലമറ്റം

കീർത്തി ബുക്സ്
കൊല്ലം
വില : ₹ 150

മുരളീധരൻ മുല്ലമറ്റം

1953 ൽ പാലക്കാട് ജില്ലയിൽ 'തരൂർ' എന്ന ഗ്രാമത്തിൽ
ജനിച്ചു. 1976 മുതൽ അദ്ധ്യാപകൻ. 2008 മാർച്ചിൽ റിട്ടയർ
ചെയ്തു. കഴിഞ്ഞ കഴിഞ്ഞ 30 വർഷത്തോളമായി മനഃശാ
സ്ത്രം, വിദ്യാഭ്യാസം, വ്യക്തിത്വം, കുടുംബം, ലൈംഗികവി
ദ്യാഭ്യാസം എന്നീ വിഷയങ്ങളിൽ ലേഖനങ്ങൾ എഴുതിവരു
ന്നു. ഈ വിഷയങ്ങളിൽ ആയിരത്തിലധികം ലേഖനങ്ങളും
അറുപതോളം ഗ്രന്ഥങ്ങളും പ്രസിദ്ധീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്. കുറേ
ക്കാലം 'ഫാമിലി ഡോക്ടർ' മാസികയുടെ അസോസിയേറ്റ്
എഡിറ്ററായിരുന്നു. ഏതാനും വർഷങ്ങളിലായി യുവജന
ങ്ങൾക്കും ദമ്പതികൾക്കും ഫാമിലി ഗൈഡൻസ് ക്ലാസു
കളും   കൗൺസലിംഗും നടത്തിവരുന്നു. കോഴിക്കോട്,
ബത്തേരി രൂപതകളിലെ കുടുംബ പ്രേക്ഷിത വിഭാഗത്തിൽ
സജീവ പ്രവർത്തകനാണ്. 2001 ലെ   ഫാദർ ജോസഫ്
നടയത്ത് അവാർഡ്, 2008 ലെ വോയ്സ് അവാർഡ്
2012 ലെ ഗുരു ശ്രേഷ്ഠ അവാർഡ് എന്നിവ ലഭിച്ചിട്ടുണ്ട്.
ശാലോം ടെലിവിഷൻ ചാനലിൽ കുടുംബജീവിതത്തെക്കു
റിച്ച് 24 എപ്പിസോഡുള്ള പ്രോഗ്രാം (B+) അവതരിപ്പിച്ചു.

മുഖമൊഴി

കൗമാരം ഒരു പരിവർത്തന ഘട്ടമാണ്. പ്രകടമായി കാണുന്ന ാരീരിക വളർച്ചയ്ക്കപ്പുറം മാനസികവും ലൈംഗികവും സന്മാർഗ്ഗികവും ാമൂഹ്യവുമായ വികാസവും പരിണാമവും സംഭവിക്കുന്ന കാലഘട്ടമാണി ന്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ കുമാരീ കുമാരന്മാരെ സംബന്ധിച്ച് ഈ പ്രായം പശ്നങ്ങൾ നിറഞ്ഞതായിരിക്കും. ആവേശഭരിതവും ആദർശനിഷ്ഠവുമായ കൗമാരപ്രായത്തിലൂടെയുള്ള പ്രയാണം പലരെ സംബന്ധിച്ചും പ്രയാസ ങ്ങൾ ഉള്ളതാകാം. ചിലർക്ക് ഈ കടമ്പ കടക്കുന്നതിനിടയിൽ ഇടർച്ചയോ വീഴ്ചയോ സംഭവിക്കാനും ഇടയുണ്ട്.

ബാല്യം പിന്നിട്ട് താരുണ്യത്തിലൂടെ യൗവ്വനത്തിലേക്കുള്ള പടവുകൾ കയറുമ്പോൾ ശരിയായ മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശം കിട്ടാതെ വരുന്നതുകൊണ്ടാണ് പലപ്പോഴും പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നത്. വാസ്തവത്തിൽ അത്തരത്തിലൊരു മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശം നൽകാനുള്ള സാഹചര്യമില്ല എന്നതാണ് സത്യം. ആധുനിക സമൂഹത്തിലെ തിരക്കു പിടിച്ച ജീവിതത്തിൽ മാതാപിതാക്കൾക്ക് അതിന് സമയമുണ്ടാവില്ല. ഉള്ളവർക്കാകട്ടെ കൗമാരപ്രശ്നങ്ങളെക്കുറിച്ച് വേണ്ടത്ര പരിജ്ഞാനവുമുണ്ടാകില്ല. ഇതിന്റെയൊക്കെ പ്രതിഫലനങ്ങൾ പ്രകടമാണ്. കൗമാരക്കാരായ കുറ്റവാളികൾ വർദ്ധിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണല്ലോ ഇന്ന്. ചിലർ ദുർമാർഗികളായിത്തീരുന്നു. വേറെ ചിലർ ലൈംഗിക അരാജകത്വത്തിനും മദ്യത്തിനും മയക്കുമരുന്നിനും അടിമകളായി സ്വയം നശിക്കുകയും നാടിനും വീടിനും കൊള്ളാത്തവരായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു. പ്രണയ ചാപല്യങ്ങളിൽ കുടുങ്ങി ജീവിതം പാഴാക്കുന്നവരും കുറവല്ല.

ഇതൊക്കെ കണ്ടുകൊണ്ടാകാം സർക്കാർ തലത്തിൽ ഇതെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുകയും പൊതുവിദ്യാഭ്യാസ വകുപ്പും മറ്റു ബന്ധപ്പെട്ട ഏജൻസികളും ലൈംഗികവിദ്യാഭ്യാസം പോലുള്ള പദ്ധതികൾക്ക് രൂപം നൽകുകയും ചെയ്തു തുടങ്ങിയത്. എന്നാൽ ഇത് തുടക്കത്തിലേ പാളിപ്പോയി

എന്നു പറയാതെ വയ്യ. കൗമാര ആരോഗ്യം, ലൈംഗിക വിദ്യാഭ്യാസം
ലേബലുകളിൽ ഇറങ്ങുന്ന പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങളിലും പുസ്തകങ്ങളി
കാണുന്ന വിഷയങ്ങളിൽ കൗമാരക്കാർ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട പല പ്ര
ങ്ങളും സ്പർശിക്കുക പോലും ചെയ്തിട്ടില്ല. പകരം സെക്സിനു മാ
പ്രാധാന്യം കൊടുത്തുകൊണ്ടുള്ള (അതുതന്നെ കുട്ടികളുടെ പ്രായത്ത
യോജിക്കാത്ത കാര്യങ്ങൾ) കാര്യങ്ങളാണ്. ലൈംഗികാവയവങ്ങളു
പ്രവർത്തനം, രതിക്രീഡ, ഗർഭനിരോധനം, ഗർഭധാരണം ഇവയൊക്കെ
സെക്സ് എഡ്യുക്കേഷൻ കൊണ്ടുദ്ദേശിക്കുന്നതെന്ന് ഇതിന്റെ പി
പ്രവർത്തിക്കുന്നവർ തെറ്റിദ്ധരിച്ചിരിക്കുകയാണെന്നു തോന്നുംവിധ
ഇതിന്റെ പേരിൽ ഇറങ്ങുന്ന പുസ്തകങ്ങളിലും പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങളി
കാണുന്നത്.

വികാരം വിചാരത്തെ കീഴ്പ്പെടുത്തുന്ന കൗമാരപ്രായത്തി
വ്യക്തിയുടെയും വ്യക്തിത്വത്തിന്റെയും മാറ്റങ്ങളുടെതായ ടീനേജിൽ അ
രുടെ പ്രായത്തിനനുസരിച്ച് പ്രായത്തിന്റെ സവിശേഷതകളും ആവശ്യങ്ങള
മനസ്സിലാക്കിയുള്ള ബോധനമാണ് നൽകേണ്ടത്. പ്രശ്നങ്ങളെ എങ്ങ
തരണം ചെയ്യണമെന്നറിയാതെ നിരാശയിലും മനപ്രയാസത്തിലും കഴിയുന
നമ്മുടെ കുട്ടികളിൽ അനേകം തെറ്റിദ്ധാരണകളും ഒട്ടേറെ സംശയങ്ങളു
ഉണ്ട്. ഈ തെറ്റിദ്ധാരണകൾ തിരുത്തപ്പെടണം. സംശയങ്ങൾ ദൂരീകരിക്ക
പ്പെടണം. അതെക്കുറിച്ച് ചിന്തിച്ചപ്പോഴാണ് അതിനു സഹായകമായ ഒര
ഗ്രന്ഥം ആവശ്യമാണെന്നു തോന്നിയത്. അതിന്റെ വെളിച്ചത്തിലാണിത് എഴു
തിയത്.

കൗമാരക്കാർക്കുവേണ്ടിയുള്ള അനവധി ജീവിതദർശന ക്യാമ്പു
കൾ നയിക്കാനും മുന്നുപതിറ്റാണ്ടിലധികം കാലം കൗമാരക്കാരായ കുട്ടി
കളെ പഠിപ്പിക്കാനും എനിക്കു കഴിഞ്ഞത് കുട്ടികളുടെ പ്രശ്നങ്ങളെക്കുറിച്ച്
ശരിയായി മനസ്സിലാക്കാൻ ഉപകരിച്ചിട്ടുണ്ട്. തന്നെയുമല്ല കഴിഞ്ഞ രണ്ടു
ദശാബ്ദത്തിലധികമായി ലൈംഗിക വിദ്യാഭ്യാസരംഗത്തു പ്രവർത്തിച്ചുവ
രുന്നതിനിടയിൽ ഓരോ ഘട്ടത്തിലും നൽകേണ്ട ലൈംഗിക വിദ്യാഭ്യാസ
ത്തെക്കുറിച്ചും വ്യക്തമായ ധാരണയുണ്ട്. (വളർച്ചയുടെ വിവിധ ഘട്ടങ്ങ
ളിൽ അനുയോജ്യമായ രീതിയിൽ വേണം ലൈംഗികവിദ്യാഭ്യാസം
നൽകാൻ) അതിന്റെ പശ്ചാത്തലത്തിലാണ് ഈ ഗ്രന്ഥം തയ്യാറാക്കിയിരി
ക്കുന്നത്.

ഇതിലെ മിക്ക ലേഖനങ്ങളും ആനുകാലികങ്ങളിൽ പ്രസിദ്ധീക
രിച്ചിട്ടുള്ളവയാണ്. പിന്നീട് അവയിൽ ചിലത് ക്രോഡീകരിച്ച് 1996 ൽ

പുണ്യം തളിരണിയുമ്പോൾ എന്ന പുസ്തകവും പിന്നീട് അല്പം കൂടെ
ഷ്കരിച്ച് "കൗമാര വിദ്യാഭ്യാസ മനഃശാസ്ത്രം" എന്ന പേരിൽപുസ്ത
ക്കി.

വളർച്ചയുടെ പടവുകൾ ചവിട്ടിക്കയറുന്ന കുമാരീകുമാരന്മാർക്കു
മല്ല, മാതാപിതാക്കൾക്കും അദ്ധ്യാപകർക്കും ഇതൊരു വഴികാട്ടിയാ
ത്തീരുമെന്നാണെന്റെ പ്രതീക്ഷ. കൗമാര വിദ്യാഭ്യാസം നൽകാൻ നിയു
രായ അദ്ധ്യാപകർക്ക് ഇതൊരു റഫറൻസ് ബുക്ക് ആയി ഉപയോഗിക്കാ
കും. ഇതിന്റെ രചനയ്ക്കും പ്രസിദ്ധീകരണത്തിനും പ്രോത്സാഹനം
ൽകുകയും ഇതുമായി സഹകരിക്കുകയും ചെയ്ത ഓരോരുത്തരേയും
ഈയവസരത്തിൽ നന്ദിയോടെ സ്മരിക്കുന്നു.

ആശംസകളോടെ

മുരളീധരൻ മുല്ലമറ്റം

കാഴിക്കോട്
ഏപ്രിൽ 2012

'കൗമാര വിദ്യാഭ്യാസ മനശാസ്ത്രം' എന്ന പേരിലാണ് ആദ്യപതിപ്പ് പുറത്തിറങ്ങിയത്.

ഉള്ളടക്കം

- ലൈംഗിക വിദ്യാഭ്യാസം എന്ത്, എന്തിന്, എങ്ങിനെ?
- വളർച്ചയുടെ പടവുകൾ
- പ്രതിസന്ധികളിലൂടെ
- ലൈംഗിക വികാസം കുമാരന്മാരിൽ
- ലൈംഗിക വികാസം കുമാരിമാരിൽ
- സ്തനവളർച്ചയും രോമവളർച്ചയും
- വികാരങ്ങളുടെ വിളയാട്ടം
- മാനസ്സികാവശ്യങ്ങൾ
- വേണം ലൈംഗിക വിശുദ്ധി
- പ്രണയ ചാപല്യം
- സ്വയംഭോഗം ദുശ്ശീലമായാൽ
- ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങളെ അകറ്റുക
- വേണം പോഷകാഹാരം
- വ്യക്തിശുചിത്വം
- ആനാരോഗ്യകരമായ കൗമാരവിവാഹവും
  അപകടകരമായ ഗർഭഛിദ്രവും
- അനുബന്ധം - 1
- അനുബന്ധം - 2