සමාජීය ස්ත්‍රී පුරුෂභාවය හඳුනා ගනිමු

වයස: අවුරුදු 13ට වැඩි

කාලය: මිනිත්තු 20

තොරතුරු:
https://www.bakteens.lk/sinhala/%E0%B7%83%E0%B6%B8%E0%B7%8F%E0%B6%A2%E0%B7%93%E0%B6%BA-%E0%B7%83%E0%B7%8A%E0%B6%AD%E0%B7%8A%E0%B6%BB%E0%B7%93-%E0%B6%B4%E0%B7%94%E0%B6%BB%E0%B7%94%E0%B7%82%E0%B6%B7%E0%B7%8F%E0%B7%80%E0%B6%BA/

මේ පාඩමෙන් අපි කතා කරන්නේ මොනවා ගැනද?

“පිරිමි ළමයි අඬන්නේ නැහැ”, “ගෙදර වැඩ ගැහැණු ළමයින්ට” සහ “විද්‍යාවට පිරිමි ළමයි දක්ෂයි” වැනි අදහස් අපට කුඩා කාලයේ සිටම අහන්න ලැබෙනවා. මේවා ජීව විද්‍යාත්මක නීති නොව, සමාජය විසින් නිර්මාණය කර අපට උගන්වන සමාජභාවීය අදහස්.

මෙම අදහස් පවුලෙන්, පාසලෙන්, ආගමික ස්ථානවලින්, මාධ්‍යයෙන් සහ සමාජ මාධ්‍යයෙන් අපට ලැබෙන ආකාරය මේ පාඩමෙන් කතා කරනවා. ඒවා ගැහැණු සහ පිරිමි දරුවන්ගේ හැඟීම්, නිදහස, අධ්‍යාපනය, රැකියා තේරීම් සහ සම්බන්ධතා සීමා කරන ආකාරයත් සාකච්ඡා කරනවා.

ඉගෙනුම් අරමුණු

ලිංගික චරිත ලක්ෂණ සහ සමාජභාවය අතර වෙනස තේරුම් ගැනීම

සමාජභාවීය ප්‍රතිමාන, ඒකාකෘති සහ භූමිකා හඳුනාගැනීම

සමාජභාවීය අදහස් ගැහැණු සහ පිරිමි දරුවන්ට බලපාන ආකාරය අවබෝධ කරගැනීම

පාසලේ සහ නිවසේ පවතින අසාධාරණ සමාජභාවීය අදහස් ප්‍රශ්න කිරීමට ඉගෙන ගැනීම

පාඩමට පෙර සූදානම් වෙමු

Bakteens ලිපිය සහ එහි Quiz එක කියවා බලන්න. සමාජභාවය සහ ලිංගික ලක්ෂණ අතර වෙනස සරලව පැහැදිලි කිරීමට සූදානම් වෙන්න.

මෙය ගැහැණු දරුවන්ට පමණක් අදාළ පාඩමක් ලෙස ඉදිරිපත් නොකරන්න. සමාජභාවීය සම්මත ගැහැණු සහ පිරිමි දරුවන් දෙපාර්ශ්වයම සීමා කරන බව පැහැදිලි කරන්න.

සිසුන්ගේ ඇඳුම්, කොණ්ඩය, කටහඬ, හැසිරීම, විනෝදාංශ හෝ යහළුවන් පදනම් කරගෙන ඔවුන්ගේ ලිංගික දිශානතිය හෝ සමාජභාවීය අනන්‍යතාව පිළිබඳ අනුමාන නොකරන්න.

අවශ්‍ය දේ: තිරයක පෙන්විය හැකි හෝ මුද්‍රණය කළ Bakteens ලිපිය, කුඩා කාඩ්පත් හෝ කඩදාසි, පුවරුව සහ පෑන්.

මූලික වචන: ලිංගික චරිත ලක්ෂණ (sex characteristics), සමාජභාවය (gender), සමාජභාවීය ප්‍රතිමාන (gender norm), සමාජභාවීය භූමිකාව (gender role), සමාජභාවීය ඒකාකෘතිය (gender stereotype), සමානාත්මතාව (equality), පුරුෂාධිපත්‍යය (patriarchy).

ගුරුවරුන්ට: සමාජභාවීය භූමිකා අප ඉගෙනගන්නා දේවල්. අපි ඒවා සමඟ උපදින්නේ නැහැ. ඒවා කාලය, සංස්කෘතිය සහ සමාජය අනුව වෙනස් වෙනවා.

පිරිමි අයට වැඩි බලයක්, නිදහසක් සහ තීරණ ගැනීමේ අවස්ථා ලබාදෙමින්, ගැහැණු අයගේ නිදහස සහ අවස්ථා සීමා කරන සමාජ ක්‍රමය පුරුෂාධිපත්‍යය ලෙස හඳුන්වනවා.

වැඩිහිටියන්ට සමාජභාවය සහ සමාජභාවීය භූමිකා පිළිබඳ විවිධ අදහස් සහ විශ්වාස තිබෙන්න පුළුවන්. ගෙදර ඉවුම් පිහුම් කිරීම, පිරිසිදු කිරීම සහ දරුවන් රැකබලා ගැනීම කාන්තාවන්ගේ වගකීමක් බව ගුරුවරයෙකුත් විශ්වාස කරන්න පුළුවන්. එවැනි අදහස් අප උපන් දින සිටම පවුල, පාසල, ආගමික ඉගැන්වීම්, සංස්කෘතිය සහ මාධ්‍ය හරහා අපට ලබාදෙනවා.

ඔබ ගුරුවරයෙකු ලෙස මීට පෙර "ගැහැණු ළමයෙක් වගේ හැසිරෙන්න", "පිරිමි ළමයි ඔහොම තමයි" හෝ "මේක ගැහැණු ළමයින්ගේ වැඩක්" වැනි දේ පවසා තිබෙන්නත් පුළුවන්. මෙම පාඩමේ අරමුණ ඒ පිළිබඳ කිසිවෙකුට දොස් පැවරීම නොවේ. අප තුළ තිබෙන සමාජභාවීය අදහස් හඳුනාගෙන ඒවා දරුවන්ගේ නිදහස, හැකියාවන් සහ අවස්ථා සීමා කරනවාදැයි විමසා බැලීමයි.

මෙම පාඩමට ඔබේ පෞද්ගලික, ආගමික හෝ සදාචාරාත්මක විශ්වාස ඇතුළත් කිරීමෙන් වළකින්න. "ගැහැණු ළමයෙකු හැසිරිය යුත්තේ මෙහෙමයි" හෝ "පිරිමි ළමයෙකුට මෙවැනි දේ ගැළපෙන්නේ නැහැ" යනුවෙන් සිසුන්ට උපදෙස් දීම නැවැත්වීම සුසුදුයි. මෙය යහපත් හෝ අයහපත් ගැහැණුකම සහ පිරිමිකම තීරණය කරන පාඩමක් නොවේ. සමාජය විසින් නිර්මාණය කළ සමාජභාවීය අදහස් අප අතර ක්‍රියාත්මක වන ආකාරය පිළිබඳව, කරුණු මත පදනම්ව ඉගෙන ගන්නා පාඩමක්.

ගුරුවරයාගේ වගකීම වන්නේ තම පෞද්ගලික අදහස් පසෙක තබා, සෑම දරුවෙකුටම තම හැඟීම් ප්‍රකාශ කිරීමට, තමන් කැමති විෂයන් සහ ක්‍රියාකාරකම් තෝරාගැනීමට සහ අසාධාරණ සමාජභාවීය සීමාවලින් තොරව ඉගෙනගැනීමට ඇති අයිතියට ගරු කරමින් පාඩම මෙහෙයවීමයි.

1. කතාබහක් පටන් ගනිමු – මිනිත්තු 2

පුවරුවේ පහත වාක්‍ය දෙක ලියන්න:

1. "පිරිමි ළමයි අඬන්නේ නැහැ."
2. "ගෙදර වැඩ ගැහැණු ළමයින්ට."

සිසුන්ගෙන් අහන්න:

- මේ වාක්‍ය ඔබ මීට පෙර අසා තිබෙනවාද?
- මේවා ජීව විද්‍යාත්මක නීතිද?
- නැත්නම් සමාජය අපට උගන්වන අදහස්ද?

සිසුන්ගේ අදහස් දෙකක් හෝ තුනක් අහන්න. ඉන්පසු මෙසේ කියන්න:

“අඬන්න, උයන්න, නායකත්වය ගන්න හෝ ක්‍රීඩා කරන්න තිබෙන හැකියාව කෙනෙකුගේ ගැහැණුද පිරිමිද යන්නෙන් තීරණය වෙන්නේ නැහැ. මේවා කාලයක් තිස්සේ සමාජය විසින් නිර්මාණය කර අපට උගන්වන අදහස්.”

2. කාටද මේ දේවල් කරන්න පුළුවන්? – මිනිත්තු 5

පුවරුව කොටස් තුනකට බෙදන්න:

ගැහැණු ළමයින්ට → පිරිමි ළමයින්ට → හැමෝටම

පහත ක්‍රියා හෝ භූමිකා එකින් එක කියවන්න:

- ඉවුම් පිහුම් කිරීම
- මුදල් උපයා පවුලට සහාය වීම
- අඬන එක
- ක්‍රිකට් ක්‍රීඩා කිරීම
- නර්තනය කිරීම
- දරුවන් රැකබලා ගැනීම
- විද්‍යාව සහ තාක්ෂණය ඉගෙන ගැනීම
- පන්තියේ නායකත්වය ගැනීම
- ගෙදර පිරිසිදු කිරීම
- බයක් දැනෙන බව කීම

එක් එක් ක්‍රියාව අයත් විය යුතු කොටස සිසුන්ගෙන් අහන්න. ඔවුන්ගේ පිළිතුරු පුවරුවේ ලියන්න.

ඉන්පසු අහන්න:

1. මෙම ක්‍රියාව කිරීමට ගැහැණු හෝ පිරිමි වීම බාධාවක් වෙනවාද?
2. එය එක් සමාජභාවයකට පමණක් අයිති බව අපට කියන්නේ කවුද?
3. එවැනි නීතිවලින් සීමා වන්නේ කවුද?

අවසානයේ සියලුම ක්‍රියා “හැමෝටම” යන කොටසට ගෙන එන්න.

පැහැදිලි කරන්න:

“විනෝදාංශයක්, විෂයක්, රැකියාවක්, වර්ණයක් හෝ ගෙදර වැඩක් එක් සමාජභාවයකට පමණක් අයිති නැහැ.”

3. ඇත්තද, වැරදි අදහසක්ද? – මිනිත්තු 4

පහත වාක්‍ය එකින් එක කියවන්න. සිසුන්ගෙන් “ඇත්තද? වැරදි අදහසක්ද? ඇයි?” කියලා අහන්න.

“පිරිමි ළමයින්ට දුක හෝ බය දැනෙන්නේ නැහැ.”

වැරදි අදහසක්. දුක, බය, තරහ, සතුට සහ ආදරය හැම මිනිසෙකුටම දැනෙනවා. හැඟීම්වලට සමාජභාවයක් නැහැ.

“ගැහැණු ළමයින්ට තාක්ෂණය සහ නායකත්වය වැනි ක්ෂේත්‍රවලට යන්න පුළුවන්.”

ඇත්ත. විෂයක්, ක්‍රීඩාවක් හෝ රැකියාවක් එක් සමාජභාවයකට පමණක් අයිති නැහැ.

“ගැහැණු ළමයින්ගේ ආරක්ෂාව සඳහා ඔවුන්ගේ නිදහස සීමා කිරීම පමණක් ප්‍රමාණවත්.”

වැරදි අදහසක්. ගැහැණු ළමයින් මුහුණ දෙන ප්‍රචණ්ඩත්වය සැබෑ ගැටලුවක්. නමුත් විසඳුම ඔවුන්ගේ ලෝකය කුඩා කිරීම නොවේ. පොදු ස්ථාන ආරක්ෂිත කිරීම සහ හිංසා කරන පුද්ගලයන් වගකිව යුතු තත්ත්වයට පත් කිරීමත් අවශ්‍යයි.

“නර්තනයට කැමති පිරිමි ළමයෙකුගේ පිරිමිකම අඩුයි.”

වැරදි අදහසක්. විනෝදාංශයක්, ඇඳුමක් හෝ හැසිරීමක් කෙනෙකුගේ වටිනාකම හෝ සමාජභාවීය අනන්‍යතාව තීරණය කරන්නේ නැහැ.

අවසානයේ පැහැදිලි කරන්න:

“ගැහැණු ළමයි මෙහෙම කරන්න ඕනෑ හෝ පිරිමි ළමයින්ට මේක කරන්න බැහැ කියන විට, ඒක ජීව විද්‍යාත්මක සත්‍යයක්ද නැත්නම් සමාජය නිර්මාණය කළ අදහසක්ද කියලා අපි ප්‍රශ්න කරන්න ඕනෑ.”

4. Bakteens ලිපිය කියවමු – මිනිත්තු 3

ලිපියේ පහත කොටස් පෙන්වන්න:

- සමාජභාවය කියන්නේ මොකක්ද?
- සමාජභාවය අපේ ජීවිතයට ඇතුළු වෙන්නේ කොහොමද?
- සමාජභාවය සහ පුරුෂාධිපත්‍යය අතර සම්බන්ධය
- මේක ජීව විද්‍යාත්මක තත්ත්වයක්ද, සමාජය හදපු නීතියක්ද?
- කුඩා කොටුවක් ඇතුළේ ජීවත් වෙන්න අවශ්‍ය නැහැ

ලිපියේ කොටසක් කියවා ඉන්පසු අහන්න:

“අපේ පාසලේ ගැහැණු සහ පිරිමි දරුවන්ට වෙනස් ආකාරයෙන් සලකන අවස්ථාවක් ඔබට හඳුනාගන්න පුළුවන්ද?”

සිසුන්ට සිතීමට පෙළඹවීම සඳහා උදාහරණ ලබාදෙන්න:

- නායකත්වය ලබාදෙන ආකාරය
- ක්‍රීඩා සහ විෂයන් තෝරාගන්නා ආකාරය
- පන්තිය පිරිසිදු කිරීම
- උත්සවවල වැඩ බෙදාදීම
- ඇඳුම්, කොණ්ඩය සහ හැසිරීම පිළිබඳ නීති
- ගැහැණු සහ පිරිමි දරුවන්ගේ හැඟීම්වලට ප්‍රතිචාර දක්වන ආකාරය

5. දැන් Quiz එක කරමු – මිනිත්තු 4

Bakteens ලිපියේ Quiz එකෙන් මේ පාඩමට අදාළ ප්‍රශ්න තෝරාගෙන පන්තියක් ලෙස කරන්න. එක් පිළිතුරකින් පසුව අහන්න:

"ඇයි ඔබ ඒ පිළිතුර තෝරගත්තේ?"

ඉන්පසු කෙටි වාචික ප්‍රශ්න දෙකක් අහන්න:

වර්ණයක්, සෙල්ලම් බඩුවක්, විෂයක් හෝ රැකියාවක් ගැහැණු හෝ පිරිමි අයට පමණක් අයිතිද?

පිළිතුර: නැහැ. ඒවා ඕනෑම කෙනෙකුට තෝරාගන්න පුළුවන්.

සමාජභාවය පිළිබඳ අදහස් අපට ලැබෙන්නේ කොහෙන්ද?

පිළිතුරු: පවුලෙන්, පාසලෙන්, ආගමික ස්ථානවලින්, මාධ්‍යයෙන්, සමාජ මාධ්‍යයෙන් සහ අප අවට සිටින අයගෙන්.

6. අවසාන පණිවිඩය – මිනිත්තු 2

සිසුන්ගෙන් අහන්න:

"අද අපි කතා කළ සමාජභාවීය අදහස් අතරින් ඔබ වෙනස් කිරීමට කැමති එක අදහසක් මොකක්ද?"

පිළිතුරු කිහිපයක් අසා මෙසේ අවසන් කරන්න:

"අපේ හැඟීම්, හැකියාවන්, විෂයන්, රැකියා, ක්‍රීඩා සහ විනෝදාංශ සමාජභාවය අනුව සීමා විය යුතු නැහැ. ගැහැණු හෝ පිරිමි කෙනෙකු වීම නිසා කිසිවෙකුට වැඩි බලයක්, නිදහසක් හෝ අයිතිවාසිකම් ලැබිය යුතු නැහැ. සෑම දරුවෙකුටම තමන් කැමති දේ තෝරාගන්න, තම හැඟීම් ප්‍රකාශ කරන්න සහ ගෞරවයෙන් ජීවත් වෙන්න අවකාශය තිබිය යුතුයි."

ගුරුවරුන්ට පොඩි මතක් කිරීමක්

ප්‍රශ්නයක් → කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකමක් → වැරදි අදහස් ගැන කතාබහ → ලිපිය → Quiz එක

මෙය සදාචාරය හෝ ගුරුවරයාගේ පෞද්ගලික විශ්වාස ඉගැන්වීමේ පාඩමක් නොවේ. සමාජභාවය ගැන විද්‍යාත්මක හා සමාජීය තොරතුරු ලබාදෙන සෞඛ්‍ය සහ අයිතිවාසිකම් පාඩමක් ලෙස මෙය මෙහෙයවන්න.

"ගැහැණු ළමයි ස්වභාවයෙන්ම මෙහෙමයි" හෝ "පිරිමි ළමයි හැමෝම එහෙමයි" වැනි සාමාන්‍යකරණ භාවිත නොකරන්න.

ගැහැණු දරුවෙකු සම්ප්‍රදායිකව "ගැහැණු" ලෙස සලකන දේවලට කැමති නම් හෝ පිරිමි දරුවෙකු සම්ප්‍රදායිකව "පිරිමි" ලෙස සලකන දේවලට කැමති නම් එය වැරදි දෙයක් ලෙස නොපෙන්වන්න. ගැටලුව ඇතිවන්නේ එම තේරීම් දරුවන්ට බලෙන් පවරන විට හෝ වෙනස් තේරීමක් නිසා ඔවුන්ට දඬුවම් කරන විටයි.

පාඩමෙන් පසු සිසුන්ට පහත ක්‍රියාකාරකම්වලින් එකක් සංවිධානය කළ හැකියි:

“වර්ණවලට, සෙල්ලම් බඩුවලට සහ රැකියාවලට සමාජභාවයක් නැහැ” යන තේමාවෙන් පෝස්ටර් ව්‍යාපාරයක්

පාසලේ වැඩ සහ නායකත්ව අවස්ථා ගැහැණු සහ පිරිමි දරුවන් අතර බෙදාදෙන ආකාරය පිළිබඳ සරල නිරීක්ෂණයක්

සමාජභාවීය ඒකාකෘතිවලට අභියෝග කරන කෙටි නාට්‍යයක්

අසාධාරණ සමාජභාවීය අදහසක් වෙනස් කළ සැබෑ පුද්ගලයෙකු පිළිබඳ කෙටි ඉදිරිපත් කිරීමක්

“හැමෝටම තෝරාගන්න නිදහස” යන තේමාවෙන් පන්ති ප්‍රතිඥාවක්

ආරක්ෂිත පන්තිකාමරයක් නිර්මාණය කරමු

ගැහැණු සහ පිරිමි සියලු සිසුන් පාඩමට එකට සහභාගී කරගන්න.

සිසුවෙකුගේ ඇඳුම, කොණ්ඩය, කටහඬ, ශරීරය, හැසිරීම හෝ විනෝදාංශ ගැන විහිළු කිරීමට ඉඩ නොදෙන්න.

සිසුන්ගේ පවුල්වල පවතින සම්ප්‍රදායන් හෝ විශ්වාස ගැන ඔවුන්ට ලැජ්ජා නොකරන්න. අදහස පුද්ගලයාගෙන් වෙන්කර සාකච්ඡා කරන්න.

සිසුවෙකුගේ සමාජභාවීය අනන්‍යතාව හෝ ලිංගික දිශානතිය ගැන පන්තිය ඉදිරියේ ප්‍රශ්න නොකරන්න.

වෙනස් අදහසක් ඉදිරිපත් කරන දරුවෙකුට අපහාස නොකර, එම අදහසෙන් කාට වැඩි බලයක් ලැබෙනවාද සහ කාගේ නිදහස සීමා වෙනවාද කියලා ප්‍රශ්න කරන්න.

සමාජභාවය නිසා හිරිහැරයට හෝ විෂම සැලකීමට ලක්වන බව දරුවෙකු කියනවා නම් එය “විහිළුවක්” ලෙස නොසලකා, පාසලේ ළමා ආරක්ෂණ ක්‍රමවේදයට අනුව සහය ලබාදෙන්න.

This resource has been developed based on the Age-Appropriate Sexuality Education, Communication Guideline for Sri Lanka.

Key Concept 1: Relationships

Key Concept 3: Understanding Gender

https://srilanka.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/2date26-date7/Age-Appropriate%20Sexuality%20Education%2C%20Communication%20Guideline%20for%20Sri%20Lanka.pdf