ISST

Homenet
SOUTH ASIA

குரல் பணி சக்தி

பாலின அடிப்படையிலான
வன்முறைக்கு தீர்வு காண்பதற்காக
வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும்
தெற்காசியப் பெண்களுக்கான
பயிற்சி கையேடு

குரல் பணி சக்தி

பாலின அடிப்படையிலான வன்முறைக்கு தீர்வு காண்பதற்காக வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தெற்காசியப் பெண்களுக்கான பயிற்சி கையேடு

மார்ச் 2026

ஹோம்நெட் தெற்கு ஆசியா வெளியீடு
மார்ச் 2026

தெற்கு ஆசியாவின் அனைத்து நாடுகளிலும் உள்ள வீட்டு அடிப்படையிலான தொழிலாளர் அமைப்புகளின் வலையமைப்பாகவும், ஒரு நற்பணித் அறக்கட்டளையாகவும் செயல்படும் **HomeNet South Asia (HNSA)** வெளியிட்டது.

புதிய தில்லியை தளமாகக் கொண்டு, ஆராய்ச்சி, கொள்கை மற்றும் செயல்பாடு ஆகியவற்றின் சந்திப்பில் செயல்பட்டு, தொழிலில் பாலின அடிப்படையிலான அம்சங்களுக்கு வெளிப்படுத்தல் அளிக்கும் நோக்குடன் செயல்படும் **Institute of Social Studies Trust (ISST)** மூலம் கருத்தாக்கம் செய்து வழங்கப்பட்டது.

பதிப்புரிமை © HNSA
இது ஒரு கல்வி பொருள் ஆகும்; மூலத்தை குறிப்பிடுவதன் மூலம் இதனை நகலெடுக்கலாம்.

வடிவமைப்பு: மந்தீரா பகார், ஆஸ்தா ஜெயின்

முன்னுரை

இந்த கையேடு, பிராந்தியம் முழுவதும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்கள் எதிர்கொள்ளும் அன்றாட வன்முறைகளுடனான ஹோம்நெட் தெற்காசியாவின் நீண்டகால ஈடுபாட்டிலிருந்து உருவானது. HNSA-க்கு, வன்முறை என்பது ஒரு தனிப்பட்ட அனுபவம் அல்ல - அது சமமற்ற தொழிலாளர் உறவுகள், ஆணாதிக்க சமூக விதிமுறைகள் மற்றும் பெண்களின் பணிகள் முறையாக கண்ணுக்கு தெரியாமல் இருத்தல் ஆகியவற்றில் ஆழமாக பதிந்துள்ளது. வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களுக்கு எதிரான வன்முறையை ஒரு தொழிலாளர் பிரச்சனையாகவும், உரிமை பிரச்சனையாகவும், கொள்கை தோல்வியாகவும் கட்டமைக்க எங்கள் பணி தொடர்ந்து முயற்சி செய்து, கூட்டு, பெண்ணியவாத மற்றும் தொழிலாளர் தலைமையிலான பதில்களைக் கோருகிறது.

தெற்காசியாவில் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களுக்கு எதிரான வன்முறையைத் தடுப்பதற்கான HNSA-வின் முயற்சியை ஆதரிப்பதற்காக ஃபோர்டு ஃபவுண்டேஷனை நான் பாராட்ட விரும்புகிறேன். இந்த கையேடு அந்த கூட்டாண்மையின் நேரடி விளைவாகவும், பெண் தொழிலாளர்களுக்கு நீதி, கண்ணியம் மற்றும் பாதுகாப்பை மேம்படுத்துவதற்கான பகிரப்பட்ட அர்ப்பணிப்பின் விளைவாகவும் உள்ளது.

தெற்காசியா முழுவதும் உள்ள எங்கள் துணை நிறுவனங்கள் மற்றும் கூட்டாளர் அமைப்புகளுக்கு நான் மிகவும் நன்றியுள்ளவளாக இருக்கிறேன். அவர்களின் அடிப்படை பணியும், வாழ்க்கை அனுபவங்களுமே இந்த கையேட்டை வடிவமைத்துள்ளன. இங்கே பிரதிபலிக்கும் கருத்துக்கள், வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்கள் ஊதியமில்லாத பராமரிப்பு, பாதுகாப்பற்ற வாழ்வாதாரங்கள் மற்றும் சமூக ஓரங்கட்டல் ஆகியவற்றுடன், பெரும்பாலும் அதிகமான மீள்தன்மையுடனும் தைரியத்துடனும் வன்முறைகளை சந்திக்கும் வீடுகள், சுற்றுப்புறங்கள் மற்றும் சமூகங்களில் இருந்து தோன்றியுள்ளன.

இந்த செயல்முறை முழுவதும் வழிநடத்தல் குழு உறுப்பினர்கள் வழங்கும் வழிகாட்டுதலுக்காகவும், பெண்ணிய தெளிவுக்காகவும் அவர்களுக்கு எனது மனமார்ந்த நன்றிகள். குறிப்பாக HNSA-வின் செயல்படுத்துனராகவும் வழிநடத்தல் குழுவின் தலைவராகவும் உள்ள திருமதி சாந்தினி ஜோஷி மற்றும் ஆலோசனைக் குழு உறுப்பினர் திருமதி ஃபிரோசா மெஹ்ரோத்ரா ஆகியோரின் சிந்தனைமிக்க மற்றும் அர்ப்பணிப்புமிக்க பணிக்காக அவர்களை நான் பாராட்டுகிறேன். மேலும் பங்களாதேஷ், இந்தியா, நேபாளம், பாகிஸ்தான் மற்றும் இலங்கை ஆகிய நாடுகளைச் சேர்ந்த எங்கள் துணை பிரதிநிதிகளின் கூட்டு ஞானத்தால் இந்த பணி வலுவூட்டப்படுவதால் அவர்களுக்கும் நான் நன்றி தெரிவிக்கிறேன்.

இந்த கையேட்டை உணர்திறனுடன் உருவாக்கியதற்காக எங்கள் துணை நிறுவனமும் கூட்டாளருமாக உள்ள ISST-க்கு எனது ஆழ்ந்த பாராட்டுக்களை பதிவு செய்கிறேன். வன்முறையை கையாள நம்பிக்கையைப் போலவே கவனிப்பு தேவைப்படுகிறது. ISST அமைப்பானது அதிகாரம், ஆணாதிக்கம், பாகுபாடு மற்றும் குடும்பம், அரசு மற்றும் சமூகத்தின் பாத்திரங்களுடன் ஈடுபடக்கூடிய பங்கேற்பு கருவிகளை திறம்பட ஒருங்கிணைத்துள்ளது.

முதன்மை பயிற்சியாளர்களாக உருவெடுக்கப் போகும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர் தலைவர்கள் இந்த கையேட்டை ஒரு உயிருள்ள, பகிரப்பட்ட வளமாக மாற்றுவார்கள் என்றும் நான் நம்புகிறேன்.

கையேட்டை நேபாளி மொழியில் உருவாக்கி, அதன் பொருத்தம் மற்றும் அணுகும்தன்மையை உறுதி செய்ததற்காக திருமதி கோமா பாண்டேவுக்கும், இந்த முயற்சியை ஆரம்பம் முதல் இறுதி வரை அர்ப்பணிப்புடனும் அக்கறையுடனும் வழிநடத்திய மூத்த திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் திருமதி ரிச்சா மக்சூடனுக்கும் நான் நன்றியுள்ளவளாக இருக்கிறேன்.

இந்த கையேடு ஒரு இறுதிப்புள்ளி அல்ல. இது வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்களை பார்வைக்கு கொண்டுவரவும், மதிப்புமிக்கவர்களாக்கவும், பாதுகாக்கவும் HNSA எடுக்கும் தொடர்ச்சியான முயற்சிகளின் ஒரு பகுதியாகும். இது உரையாடல், ஒழுங்கமைப்பு மற்றும் செயல்பாட்டுக்கான ஒரு கருவியாக செயல்பட்டு, வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்கள் வன்முறையிலிருந்து விடுபட்டு, கண்ணியம், ஒற்றுமை மற்றும் நம்பிக்கையுடன் வாழவும் பணிபுரியவும் கூடிய ஒரு எதிர்காலத்தை வழங்கும் என்று நம்புகிறேன்.

ஸ்ரீஷ்டி ஜோஷி மல்லா
பிராந்திய ஒருங்கிணைப்பாளர், ஹோம்நெட் தெற்காசியா
டிசம்பர் 2025

ஒப்புகை

பல கூட்டு முயற்சிகள், உள்ளார்ந்த பார்வைகள் மற்றும் ஒத்துழைப்புகளின் விளைவாக இந்த கையேடு உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. எங்களை நம்பி இந்த கையேட்டை உருவாக்குவதற்கான வாய்ப்பை எங்களுக்கு வழங்கியதற்காகவும், அவர்கள் வழங்கும் தொடர்ச்சியான ஊக்கத்துக்காகவும் ஆதரவுக்காகவும் ஹோம்நெட் சவுத் ஏஷியாவுக்கு (HNSA) எங்கள் நெஞ்சார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக்கொள்ள விரும்புகிறோம். தெற்காசியா முழுவதிலும் உள்ள வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களின் (HBWகள்) உரிமைகளையும் அவர்களின் வெளிப்பாட்டையும் மேம்படுத்துவதற்கான HNSA இன் அர்ப்பணிப்பு, இந்த செயல்முறை முழுவதிலும் ஒரு வழிகாட்டும் ஒளியாக உள்ளது.

வழிகாட்டல் குழுவின் பின்னூட்டங்களையும் வழிகாட்டுதலையும் நாங்கள் மிகவும் பாராட்டுகிறோம். அவர்களின் கருத்துக்கள், HBW பெண்களின் வாழ்க்கை யதார்த்தங்களை அடித்தளமாகக் கொண்டு, இந்த விஷயத்தில் உள்ள கவனத்தையும் நோக்கத்தையும் கூர்மைப்படுத்த உதவியது.

இந்தக் கையேட்டின் உள்ளடக்கமானது அணுகக்கூடியதாகவும், பாரபட்சமற்றதாகவும், கவனம் ஈர்க்கக்கூடியதாகவும் இருப்பதை உறுதிப்படுத்தும் வகையில், கவனமாகவும் ஆக்கப்பூர்வமாகவும் பணியாற்றிய மொழிபெயர்ப்பாளர்களுக்கும் வடிவமைப்பாளர்களுக்கும் நாங்கள் நன்றியுள்ளவர்களாக இருக்கிறோம். பல்வேறு சூழல்களில், பலதரப்பட்ட கற்போரையும் பயிற்சியாளர்களையும் சென்றடைய எங்களுக்கு உதவுவதில் இவர்களின் பங்களிப்புகள் மிக முக்கியமானவையாக இருந்து வருகின்றன.

அமைப்புசாரா பெண் தொழிலாளர்களின் உரிமைகளை மேம்படுத்த அயராது உழைத்துள்ள ஒழுங்கமைப்பாளர்கள் மற்றும் அறிஞர்களின் பின்னணியில் நாங்கள் நிற்கிறோம். இந்த கையேடு, கூட்டு முயற்சிகளாலும் ஆராய்ச்சியாளர்களாலும் பல ஆண்டுகளாக கட்டப்பட்ட அடித்தள வேலை, பொருட்கள் மற்றும் கட்டமைப்புகளிலிருந்து உருவாக்கப்பட்டுள்ளது – இதில் HNSA மற்றும் WIEGO பகிர்ந்துள்ள ஆழமான அனுபவங்களும் அறிவும் உள்ளடங்கும். இவர்களின் பணி, அமைப்புசாரா பொருளாதாரத்தில் பெண்களை ஒழுங்கமைப்பதற்கும், ஒருங்கிணைப்பதற்கும், ஊக்குவிப்பதற்குமான முயற்சிகளை தொடர்ந்து ஊக்குவித்து வழிகாட்டுகிறது.

இந்த கையேட்டின் நேபாள பதிப்பு, திருமதி கோமா பாண்டேவின் உள்ளீடுகள் மற்றும் திருத்தங்களால் பயனடைந்துள்ளது. அவருக்கு நாங்கள் நன்றியுள்ளவர்களாக இருக்கிறோம்.

இந்தி, தமிழ் மற்றும் குஜராத்தி மொழிகளில் இந்த கையேட்டை மிக குறுகிய காலத்திற்குள் மொழிபெயர்ப்பதில் எங்கள் தகவல் தொடர்பு மேலாளரான மோனிகா ஷர்மா ஆற்றிய பங்கை நாங்கள் பதிவு செய்கிறோம். முதன்மை பயிற்சியாளர்கள், பயிற்சியாளர்களுக்கான பயிற்சின் போது (ToT) தங்கள் பயிற்சி அமர்வுகளை வழங்க கையேட்டைப் பார்ப்பதற்கு இது உதவியது.

இது ஒரு கூட்டுப் பயணமாக இருந்து வருகிறது. இந்த செயல்முறையை மிகவும் அர்த்தமுள்ளதாக்கிய கூட்டுருவாக்க உணர்வு, நம்பிக்கை மற்றும் பகிரப்பட்ட மதிப்புகள் ஆகியவற்றுக்காக டாக்டர் ஜான்வி அந்தாரியா, டாக்டர் ரேகா ராஜ் மற்றும் கமேலியா ரேஜா ஆகியோரை நாங்கள் ஒருவருக்கொருவர் பாராட்ட விரும்புகிறோம்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

முன்னுரை i.

ஒப்புகை iii.

உள்ளடக்க அட்டவணை v.

செயல்பாட்டு வாரியான உள்ளடக்க அட்டவணை ix.

அறிமுகம் ---------- **1**

கையேட்டின் நோக்கங்கள் ---------- **3**

அத்தியாயம் *1:* ஒழுங்கமைத்தலின் அடித்தளங்கள் மற்றும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களுடன் பணிபுரிதல்*:* ஒரு பாலின உருமாற்ற அணுகுமுறை ---------- **5**

1.1 பயிற்சியாளர்களுக்கான முன்னேற்பாடு மற்றும் பொதுவான குறிப்புகள் ---------- **6**

1.2 ஒரு அமர்வை உருவாக்குதல் ---------- **7**

1.3 பதிவு செயல்முறை மற்றும் தொனியை அமைத்தல் ---------- **10**

1.4 வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்களுக்கான பாலின விழிப்புணர்வின் முக்கியத்துவம் ---------- **12**

1.5 பெண்களின் நிலை ---------- **12**

1.6 பாலின விழிப்புணர்வு ---------- **13**

1.7 பெண் தொழிலாளர்களை ஊக்குவிப்பதில் பயிற்சியாளர்களின் பங்கு ---------- **14**

1.8 பயிற்சி முறைகள் மற்றும் அணுகுமுறையைப் பற்றிய கண்ணோட்டம் ---------- **14**

அத்தியாயம் *2:* வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்களைப் புரிந்துகொள்ளுதல் ---------- **15**

2.1 வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்கள் யார்? ---------- **16**

2.2 அவர்கள் என்ன விதமான வேலைகளைச் செய்வார்கள்? அவர்களின் வேலை நிலைமைகள் என்ன? ---- 17

2.3 அவர்கள் எதிர்கொள்ளும் சவால்கள் என்ன? ---- 17

2.4 பாலினம் அவர்களின் வேலையையும் வாழ்க்கையையும் எவ்வாறு வடிவமைக்கிறது? ---- 18

செயல்பாடுகளின் எண்ணிக்கை: ***2***

அத்தியாயம் *3:* வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்கள் அனுபவிக்கும் பாலின அடிப்படையிலான வன்முறைக்கு தீர்வு காணுதல் ---- 23

3.1 குடும்பம், சமூகம், சந்தை மற்றும் மாநிலம் ஆகியவற்றின் நிறுவனங்களைப் புரிந்துகொள்வது ---- 25

3.2 பராமரிப்பு வேலை ---- 27

3.3 தெற்காசியாவில் பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையின் பின்னணி ---- 28

3.4 குடும்ப வன்முறை மற்றும் பணியிட வன்முறை: HBW பெண்களின் சூழல் ---- 31

3.5 வளங்கள், பாராட்டு மற்றும் சமூகப் பாதுகாப்புக்கான அணுகல்: சமத்துவமற்ற கட்டுப்பாடு மற்றும் பாலின தடைகள் ---- 31

3.6 வீட்டிலிருந்து பணிபுரிவதில் உள்ள குறிப்பிட்ட உடல்நலப் பிரச்சனைகள் மற்றும் பாதுகாப்பு பிரச்சனைகள் ---- 32

3.7 POSH மற்றும் குடும்ப வன்முறை சட்டங்களின் கீழ் புகார்களை பதிவு செய்தல்: அடிப்படை செயல்முறைகள் மற்றும் தேவையான ஆவணங்கள் ---- 34

செயல்பாடுகளின் எண்ணிக்கை: ***6***

அத்தியாயம் *4:* பாலினத்தை சீராய்வு செய்தல்- அடிப்படை கருத்துக்கள் ---- 53

4.1 கருத்துகள் மற்றும் வரையறைகள்: பாலினம், உழைப்பின் பாலின பிரிவு, பாலின சமத்துவம் மற்றும் சமத்துவம், பாலின அடையாளம், பாலின பாத்திரங்கள், பிணைந்த அடையாளங்கள், இயலாமை மற்றும் பெண் HBW-கள், பாலியல், பாலியல் நோக்குநிலை மற்றும் அடையாளங்கள், பாலியல் வன்முறை மற்றும் துன்புறுத்தல், ஆன்லைன் பாலியல் துன்புறுத்தல், பணியிட வன்முறை, நெருக்கமான துணையின் வன்முறை ---- 55

செயல்பாடுகளின் எண்ணிக்கை: ***6***

அத்தியாயம் 5: ஒற்றுமையையும் கூட்டு வலிமையையும் வளர்ப்பதன் மூலம் ஊக்குவித்தல் ---------- **82**

5.1 ஊக்குவித்தல் என்றால் என்ன? ---------- **83**

5.2 செயலாண்மை, தேர்வு மற்றும் முடிவெடுத்தல் ---------- **84**

5.3 பிரதிநிதித்துவம் மற்றும் பங்கேற்பு ---------- **84**

5.4 தன்னம்பிக்கை மற்றும் தலைமைத்துவ திறன்களை உருவாக்குதல் ---------- **84**

5.5 பேச்சுவார்த்தை நடத்துதல் மற்றும் பேச்சுத் திறன் ---------- **85**

5.6 உரிமைகளைப் புரிந்துகொள்ளுதல்: தொழிலாளர் உரிமைகள், சட்டப் பாதுகாப்புகள் மற்றும் உரிமைகள் ---------- **85**

5.7 கூட்டு நடவடிக்கை மற்றும் ஆதரவு குழுக்களை உருவாக்குதல் ---------- **86**

செயல்பாடுகளின் எண்ணிக்கை: *3*

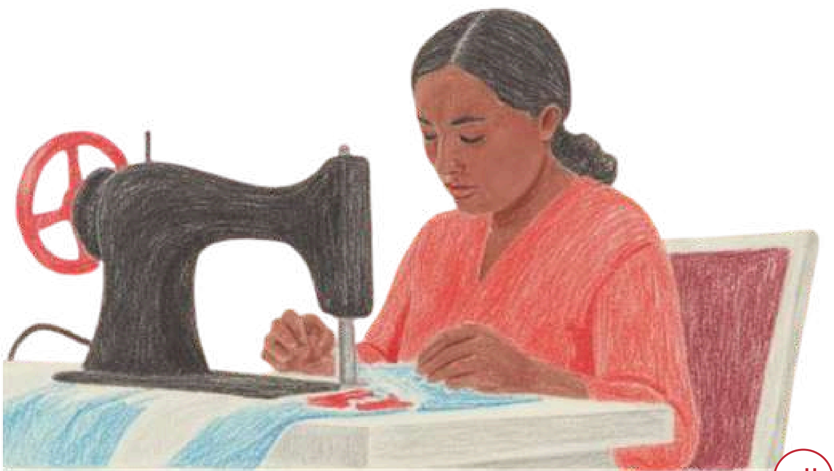
அத்தியாயம் 6: ஆண்களையும் சமூகங்களையும் பாலின சமத்துவத்துக்காக ஈடுபடுத்துதல் ---------- **93**

6.1 ஆண்களும் ஆண்மையும் - வரையறைகள் மற்றும் கருத்துக்கள் ---------- **94**

6.2 வெவ்வேறு ஆண்மைகள் ---------- **95**

6.3 பெண்மை ---------- **95**

6.4 எதிர் பாலினத்தை இயல்பாகக் கருதுதல் ---------- **96**



6.5 பாலின சமத்துவத்தை ஊக்குவிப்பதில் ஆண்கள் மற்றும் சிறுவர்களின் பங்கு ---------- 96

6.6 குடும்பங்கள் மற்றும் சமூகங்களுக்குள் தீங்கு விளைவிக்கும் சமூக விதிமுறைகளை நிவர்த்தி செய்தல் ---------- 97

6.7 சமூக உணர்திறன் மற்றும் வாதிடுவதற்கான உத்திகள் ---------- 97

செயல்பாடுகளின் எண்ணிக்கை: *4*

பாடம் *7:* ஆதாரங்கள் மற்றும் குறிப்புகள் ---------- **105**

7.1 வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களுக்கு சம்பந்தப்பட்ட பாலினம் தொடர்பான சட்டங்கள் மற்றும் கொள்கைகள் ---------- 106

7.2 ஆதரவு நிறுவனங்கள் மற்றும் உதவி எண்கள் ---------- 106

7.3 பரிந்துரைக்கப்பட்ட வாசிப்புகள், வீடியோக்கள் மற்றும் கற்றல் கருவிகள் ---------- 107

இணைப்பு ---------- **108**

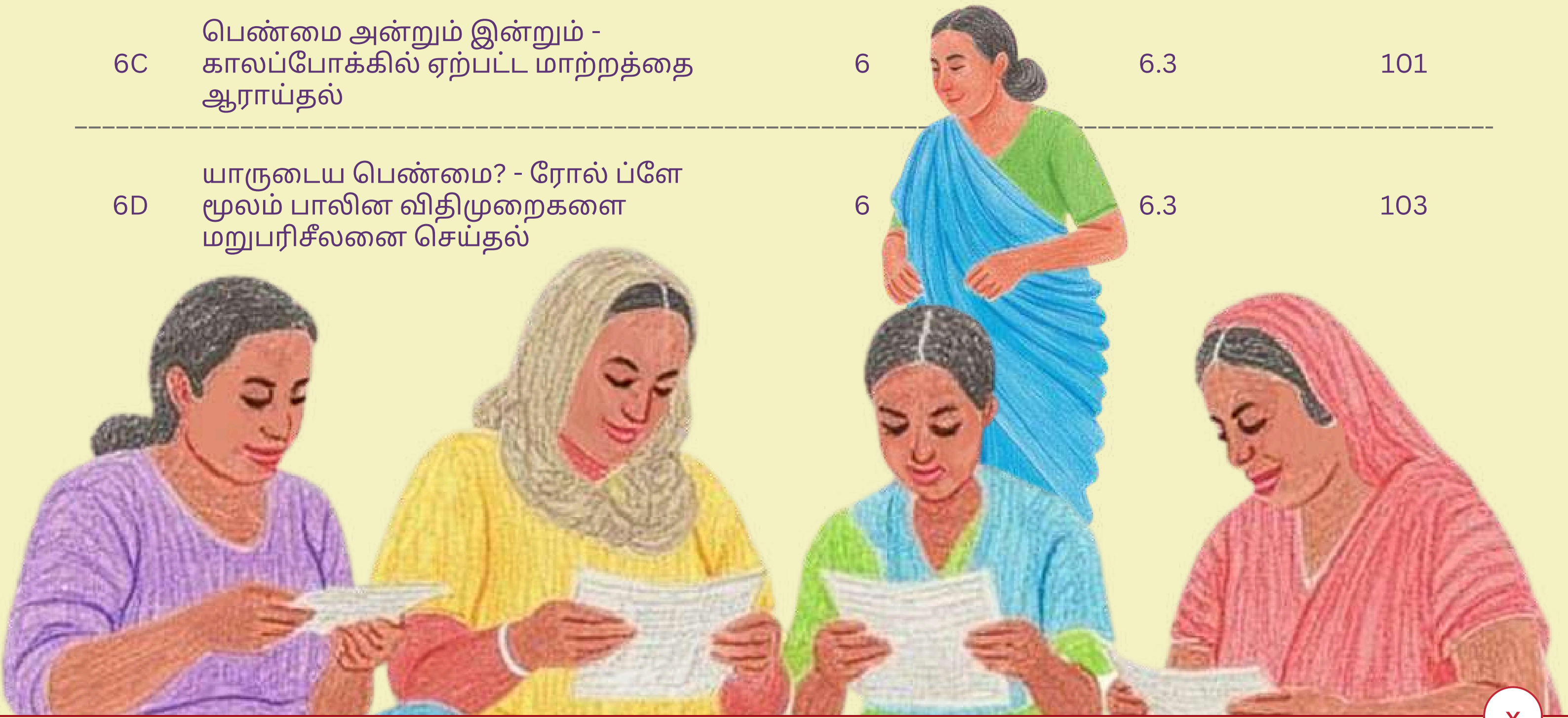
உள்ளடக்க அட்டவணை - செயல்பாடுகள்

பயிற்சியாளரின் குறிப்பு

இந்த அட்டவணை ஒரு பயிற்சியாளராக நீங்கள் உள்ளடக்கக்கூடிய தலைப்புகளின் கண்ணோட்டத்தை வழங்குகிறது. இது அத்தியாய எண்கள், பங்கேற்பாளர்களை ஈடுபடுத்த நீங்கள் பயன்படுத்தக்கூடிய பரிந்துரைக்கப்பட்ட செயல்பாடுகள் மற்றும் ஆயத்தப்படும்போது நீங்கள் வாசிக்கக்கூடிய வாசிப்பு குறிப்புகள் ஆகியவற்றைக் காட்டுகிறது. உங்கள் அமர்வுகளைத் திட்டமிடவும், மிகவும் பொருத்தமான செயல்பாடுகளைத் தேர்வுசெய்யவும், ஒவ்வொரு தலைப்பிலும் முக்கிய குறிப்புகளை நீங்கள் கற்பிப்பதை உறுதிப்படுத்தவும் இதை விரைவான வழிகாட்டியாகப் பயன்படுத்துங்கள்.

எண்.	செயல்பாட்டின் பெயர்	அத்தியாயங்கள்	குறிப்புப் பிரிவுகள்	பக்க எண்
2A	நமது வேலை, நமது மதிப்பு - வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களைப் புரிந்துகொள்ளுதல்	2	2.1–2.4	19
2B	கதைசொல்லுவதன் மூலம் செயலாண்மையைப் பிரதிபலித்தல்	2	2.1–2.4	21
3A	பாலின அடிப்படையிலான வன்முறையின் பரவலும் தீவிரத்தன்மையும்	3	3.3–3.7	36
3B	கண்ணுக்கு தெரியாத தடைகளை அடையாளம் காணுதல்	3	3.2	37
3C	ஒரு தெற்காசிய பெண்ணின் உயிர்பாதை (காலவரிசை பயிற்சி)	3	3.1–3.6	41
3D	உரிமைகள் பொருத்தம் (அரசியலமைப்பு கட்டுரை விளையாட்டு) - இந்தியா	Annexure	Annexure II	44
3E	அதிகாரத்தை வைத்திருப்பது யார், ஏன்? – ஆணாதிக்கத்தையும் பார்ப்பனியக் கட்டுப்பாட்டையும் ஆராய்தல்	3	3.3	48
3F	நம்மால் என்ன செய்ய முடியும்? - பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறைக்கான தீர்வுகளைக் கண்டறிதல்	3	3.7	51
4A	யார் என்ன செய்கிறார்கள்? - பாலின பங்குகள், உழைப்பின் பாலின பிரிவு	4	4.1 (b,c,f)	63
4B	யார் முடிவு செய்வது? - அன்றாட வாழ்க்கையில் பாலின சமத்துவம்	4	4.1 (d)	66

எண்.	செயல்பாட்டின் பெயர்	அத்தியாயங்கள்	குறிப்புப் பிரிவுகள்	பக்க எண்
4C	பாலினத்தின் குறுக்கீட்டைப் புரிந்துகொள்வது	4	4.1 (g,h)	69
4D	பாலியல் வன்முறையைப் புரிந்துகொள்வது	4	4.1 (j)	72
4E	பணியிடத்தில் பாலியல் துன்புறுத்தலைப் புரிந்துகொள்வது	4	4.1 (j)	75
4F	நமது உடல்கள், நமது ஆசைகள் மற்றும் நமது செயலாண்மையைப் புரிந்துகொள்வது	4	4.1 (i); Annexure IV	79
5A	நமக்கு எங்கே அதிகாரம் உள்ளது? - அதிகாரமளித்தல், செயலாண்மை மற்றும் முடிவெடுத்தலைப் புரிந்துகொள்வது	5	5.2–5.5	88
5B	நான் ஒரு தலைவராக இருந்த சூழல்..." - நம்பிக்கையை உருவாக்குதல் மற்றும் தலைமைத்துவம்	5	5.8	90
5C	உங்கள் உரிமைகளை அறிந்து கொள்ளுங்கள், உங்கள் குழுவை உருவாக்குங்கள் - தொழிலாளர் உரிமைகள், சட்ட விழிப்புணர்வு மற்றும் கூட்டு நடவடிக்கை	5	5.7–5.8	92
6A	ஒரு ஆணை உருவாக்குவது எது? - ஆண்மையைப் புரிந்துகொள்வது	6	6.1–6.2	98
6B	ஆண்கள் மற்றும் ஆண்மை	6	6.1–6.2	100
6C	பெண்மை அன்றும் இன்றும் - காலப்போக்கில் ஏற்பட்ட மாற்றத்தை ஆராய்தல்	6	6.3	101
6D	யாருடைய பெண்மை? - ரோல் ப்ளே மூலம் பாலின விதிமுறைகளை மறுபரிசீலனை செய்தல்	6	6.3	103



அறிமுகம்

தெற்காசியா முழுவதும் உள்ள வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்களின் (HBWகள்) ஒருங்கிணைந்த குரல், உரிமைகள் மற்றும் அங்கீகாரத்தை வலுப்படுத்துவதற்கான ஒரு அடிப்படை கருவியாக இந்த கையேடு உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. பெண் தொழிலாளர்களின் வாழ்க்கை அனுபவங்களை மையமாகக் கொண்டு, சமத்துவமற்ற அமைப்புகளுக்கு சவாலிட்டு, உருமாறும் ஒற்றுமையை வளர்ப்பதால், இது பாலின சமத்துவத்தை ஊக்குவிப்பதை மையப்பொருளாகக் கொண்டுள்ளது.

தொழில்நுட்ப ரீதியான வழிகாட்டுதலை மட்டும் வழங்குவதற்குப் பதிலாக, இந்த கையேடு ஆழமான கட்டமைப்பு மாற்றத்தை ஆதரிப்பதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது. இது HBW பெண்களை உதவியாளர்களாகவோ, பொழுதுபோக்காளர்களாகவோ அல்லது அமைப்புசாரா பங்களிப்பாளர்களாகவோ கருதாமல், தொழிலாளர்களாகவும் உள்ளூர் மற்றும் உலகளாவிய பொருளாதாரங்களுக்கு முக்கிய பங்களிப்பாளர்களாகவும் அங்கீகரிக்க வேண்டும் என்று கோருகிறது (WIEGO, 2023). இது, கொள்கை மற்றும் பொது சொற்பொழிவில் அவர்களின் குரல்களை அதிகரிக்க வைக்கவும் முற்படுகிறது. மேலும், ILO மாநாடு 177 போன்ற உலகளாவிய மாநாடுகளின்படி, HBW பெண்களின் உரிமைகளை பண்பார்ந்த மற்றும் கண்ணியமான வேலைக்கு உறுதிப்படுத்துகிற (ILO, 1996) தேசிய தொழிலாளர் கட்டமைப்புகளிலும் அவர்களைச் சேர்ப்பதற்காக இது வாதிடுகிறது.

வீட்டிலும் பணியிடத்திலும் பாகுபாடு, பொருளாதார சுரண்டல் மற்றும் பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை போன்ற அடுக்கடுக்கான பாதிப்புகளை HBW பெண்கள் பெரும்பாலும் எதிர்கொள்கின்றனர் என்பதை இந்தக் கையேடு அங்கீகரிக்கிறது. இந்த சவால்களை எதிர்கொள்வதற்கும் அதிகார சமநிலையை மாற்றுவதற்கும் விழிப்புணர்வு, திறன் மற்றும் கூட்டு வலிமையை உருவாக்க இது உறுதிபூண்டுள்ளது.

இந்த கையேட்டுடன், பயிற்சி அமர்வுகள் மூலம் பெண் HBWகள் மத்தியில் பாலின அடிப்படையிலான வன்முறையை நிவர்த்தி செய்வதற்கான ஒரு விரிவான கருவித் தொகுப்பு வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. எவ்வாறாயினும், பயிற்சியாளர்கள் தங்கள் உள்ளூர் அல்லது பிராந்திய சூழல், சில தலைப்புகளின் உணர்திறன், அவர்கள் நிறுவனத்தின் பணியின் தன்மை மற்றும் நோக்கம், பாலின அடிப்படையிலான பிரச்சனைகளை நிவர்த்தி செய்வதில் அவர்கள் நிறுவனம் இருக்கும் நிலை ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் இதன் உள்ளடக்கத்தை மாற்றியமைத்துக்கொள்ள ஊக்குவிக்கப்படுகிறார்கள். பயிற்சி பொருத்தமானதாகவும், மதிப்புக்குரியதாகவும், பயனுள்ளதாகவும் இருப்பதை உறுதிப்படுத்த, தேவைக்கேற்ப சில பிரிவுகளை நீங்கள் சேர்க்கவோ அல்லது தவிர்க்கவோ தேர்வு செய்யலாம். பாலியல் மற்றும் ஆண்மை போன்ற தலைப்புகளைக் கையாளும் போது இந்த நெகிழ்வுத்தன்மை குறிப்பாக மிகவும் முக்கியமானது, இதற்கு மிகவும் கவனமான சூழ்நிலைக்கேற்ற அணுகுமுறை தேவைப்படலாம். இந்த முக்கியமான விஷயங்களைப் பற்றி ஒரு முடிவுக்கு வருவதற்கு, முதன்மை பயிற்சியாளர்கள் தங்கள் நிறுவனத்தின் அனுபவம் வாய்ந்த உறுப்பினர்களுடன் கலந்தாலோசிக்குமாறு நாங்கள் பரிந்துரைக்கிறோம்.

இந்த கையேடு 7 முக்கிய தொகுதிகளை வழங்குகிறது, அவை பின்வரும் அத்தியாயங்களாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளன:

1. ஒழுங்கமைத்தலின் அடித்தளங்கள் மற்றும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களுடன் பணிபுரிதல்: ஒரு பாலின உருமாற்ற அணுகுமுறை
2. வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களைப் புரிந்துகொள்ளுதல்
3. வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்கள் அனுபவிக்கும் பாலின அடிப்படையிலான வன்முறைக்கு தீர்வு காணுதல்
4. பாலினத்தின் அடிப்படை கருத்துக்களை சீராய்வு செய்தல்
5. ஒற்றுமை மற்றும் கூட்டு வலிமையை வளர்ப்பதன் மூலம் ஊக்குவித்தல்
6. ஆண்கள் மற்றும் சமூகங்களை பாலின சமத்துவத்துக்காக ஈடுபடுத்துதல்
7. ஆதாரங்கள் மற்றும் குறிப்புகள்

இந்த கையேடு HNSA மற்றும் அதன் துணை நிறுவனங்களால் வெவ்வேறு சூழல்களில் பயன்படுத்துவதற்காக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. பயிற்சியாளர்கள் படித்து தங்களைப் பரிச்சயப்படுத்திக்கொள்வதற்காக இதில் முன் வாசிப்பு குறிப்புகளும் (XYZ வண்ணத்தில் குறிக்கப்பட்டுள்ளன) அடங்கும். இது மிகவும் முக்கியமானது. இதனால் அவர்கள் பயிற்சிகளுக்கான சூழலை உருவாக்கும் போதும், ஒவ்வொரு பயிற்சிக்குப் பிறகும் பங்கேற்பாளர்கள் பகிரும் கருத்துக்களை ஒருங்கிணைக்கும்போதும் இந்த முன் வாசிப்பு குறிப்புகளை பயன்படுத்தலாம். செயல்பாட்டு பக்கங்கள் (XYZ வண்ணத்தில் உள்ளன) செயல்பாட்டை எவ்வாறு நடத்துவது என்பதற்கான படிப்படியான வழிகாட்டுதலை வழங்குகின்றன. முன் வாசிப்பு குறிப்புகளும், செயல்பாட்டு குறிப்புகளும் ஒன்றிணைந்து ஊடாடும் கற்றலுக்கு வழிகாட்டும். பயிற்சியாளர்கள் தங்கள் அனுபவம் மற்றும் உள்ளூர் சூழலின் அடிப்படையில் எடுத்துக்காட்டுகளையும் கற்பிக்கும் முறைகளையும் மாற்றியமைக்கலாம். அதேசமயம் பயிற்சியானது வேரூன்றியதாகவும், அனைத்தையும் உள்ளடக்கியதாகவும், ஆற்றல் வாய்ந்ததாகவும் இருப்பதை உறுதி செய்ய வேண்டும்.

கையேட்டின் நோக்கம்

ஒழுங்கமைத்தல், தலைமைத்துவம் மற்றும் கூட்டு செயல் ஆகியவற்றை HBW பெண்களிடையே வலுப்படுத்தக்கூடிய, சமூக நீதி சார்ந்த நடைமுறைக்குரிய ஒரு வளத்தை உருவாக்குவது. இது அவர்களின் உண்மையான அனுபவங்களில் கவனம் செலுத்தி, அவர்களின் உரிமைகளைப் புரிந்துகொள்ளவும், வலுவான குழுக்களை உருவாக்கவும், தங்களுக்காக பேசவும் உதவுகிறது. பாலின சமத்துவமின்மை மற்றும் சாதி, வர்க்கம் மற்றும் ஆணாதிக்கம் போன்ற பிரச்சனைகள் வீட்டிலும் பணியிடத்திலும் HBWகளை எவ்வாறு பாதிக்கின்றன என்பதைப் பற்றியும் இந்த கையேடு பேசுகிறது. இந்த கையேட்டின் ஒரு முக்கிய பகுதி பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை (GBV) பற்றிய விழிப்புணர்வை உருவாக்குவதாகும் - இதில் குடும்ப வன்முறை, உணர்ச்சி, நிதி கட்டுப்பாடு மற்றும் குடும்ப உறுப்பினர்கள், ஒப்பந்தக்காரர்கள் அல்லது வாடிக்கையாளர்களால் ஏற்படும் துன்புறுத்தல்கள் உள்ளடங்கும். பயம், அவமானம் அல்லது ஆதரவு இல்லாமை காரணமாக பல பெண்கள் அத்தகைய வன்முறையைப் புகாரளிப்பதில்லை. பல HBWகள் வீட்டிலிருந்து வேலை செய்வதால், அவர்கள் வேலை செய்யும் இடமே அவர்கள் துஷ்பிரயோகத்தை எதிர்கொள்ளும் இடமாகவும் இருக்கலாம். இந்த கையேடு பெண்களை இந்த பிரச்சனைகளைப் பற்றி பேசவும், ஒருவருக்கொருவர் ஆதரவளிக்கவும், பாதுகாப்பாக இருப்பது மற்றும் உதவியை நாடுவது எப்படி என்பதைக் கற்றுக்கொள்ளவும் ஊக்குவிக்கிறது.

கையேட்டின் குறிக்கோள்கள்

1.HBW* பெண்களை தொழிலாளர்களாக அங்கீகரித்தல்*: *HBW* பெண்கள், உள்ளூர் மற்றும் உலகளாவிய பொருளாதாரங்களுக்கு பெரிதளவு பங்களிக்கும் சட்டபூர்வமான தொழிலாளர்களாக அங்கீகரிக்கப்படுவதை ஊக்குவித்தல்.

2.HBW* பெண்களின் குரல்களை அதிகரிக்கச் செய்தல்*: கொள்கை வகுப்பாளர்கள், முதலாளிகள் மற்றும் சமூகத்தின் முன் தங்கள் கவலைகளையும் கோரிக்கைகளையும் எடுத்துரைக்க HBW பெண்களுக்கு உதவுதல்.

3.A*பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை பற்றிய விழிப்புணர்வு*: குறிப்பாக *HBW* பெண்கள் எதிர்கொள்ளும் பாலின அடிப்படையிலான வன்முறையின் பல்வேறு வடிவங்களையும், ஆணாதிக்கம், சாதி, வர்க்கம் மற்றும் டிஜிட்டல் கட்டுப்பாடு ஆகியவற்றின் குறுக்கீட்டையும் பற்றிய புரிதலை உருவாக்குதல்.

4.S*திறன் மற்றும் நம்பிக்கை வளர்ப்பு*: குறிப்பாக தலைமைத்துவப் பங்குகளில் உள்ள, அல்லது அதை நோக்கிச் சென்று கொண்டிருக்கும் *HBW* பெண்களிடையே தலைமைத்துவ திறன்களை ஆழப்படுத்தி, அவர்களின் கூட்டு முயற்சிகளை திரட்டுவதற்கும் வளர்ப்பதற்குமான அவர்களின் திறனை வலுப்படுத்துதல்.

5.தொழிலாளர் உரிமைகளுக்காகவும் சேர்ப்புக்காகவும் வாதிடுதல்*:* தேசிய தொழிலாளர் சட்டங்கள் மற்றும் சர்வதேச கட்டமைப்புகளில் *HBW* பெண்களையும் சேர்க்க வலியுறுத்துதல்.

6.மாற்றத்திற்கான ஒழுங்கமைப்பு: *HBW* பெண்கள் ஏற்கனவே ஒழுங்கமைக்கப்பட்டிருந்தாலும் இல்லாவிட்டாலும், அவர்கள் தங்கள் சொந்த பிரதிநிதித்துவ அமைப்புகளை உருவாக்குவதற்கு அல்லது வலுப்படுத்துவதற்கு அவர்களை ஊக்குவித்து ஏற்படுத்துதல்.

7.குறைதீர்ப்பு மற்றும் உரையாடலுக்கான ஆதரவு: சமூக உரையாடல் மற்றும் ஒற்றுமை மூலம் அநீதியை நிவர்த்தி செய்வதற்கும் பாதுகாப்பான சூழலை உருவாக்குவதற்கும், நடைமுறையான உத்திகள், ஆதரவு அமைப்புகள் மற்றும் நிறுவன வழிமுறைகளை வழங்குதல்.

அத்தியாயம் 1

ஒழுங்கமைத்தலின் அடித்தளங்கள் மற்றும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களுடன் பணிபுரிதல்: பாலின உருமாற்ற அணுகுமுறை

இந்த அத்தியாயம் பயிற்சிக்கான அடித்தளத்தை அமைக்கிறது. இது இந்த கையேட்டின் நோக்கத்தை அறிமுகப்படுத்தி, ஆயத்த உதவிக்குறிப்புகளைப் பகிர்ந்துகொண்டு, பங்கேற்பாளர்களுடனான முதல் அமர்வில் உங்களுக்கு வழிகாட்டுகிறது.

01.

ஒழுங்கமைத்தலின் அடித்தளங்கள் மற்றும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களுடன் பணிபுரிதல்: பாலின உருமாற்ற அணுகுமுறை

1.1 பயிற்சியாளர்களுக்கான முன்னேற்பாடு மற்றும் பொதுவான குறிப்புகள்

அன்பார்ந்த பயிற்சியாளரே,

கூட்டத்திற்குத் தயாராவதற்கு நீங்கள் பின்வருவனவற்றைக் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும்:

இந்த கையேடு பெரியவர்களுக்கான கற்றல் கொள்கைகளை அடிப்படையாகக் கொண்டுள்ளது. பெரியவர்களாக பங்கேற்பாளர்கள் கொண்டு வரும் அனுபவங்களுக்கும் அறிவுக்கும் இது மதிப்பளிக்கிறது. நாங்கள் "ஆண்ட்ராகாஜி" முறையை பின்பற்றுகிறோம் (குழந்தைகளுக்கான 'பெடாகாஜி' என்பதிலிருந்து இது வேறுபட்டதாகும்). பெரியவர்களின் கற்றல் என்பது குழந்தைக் கற்றலில் இருந்து வேறுபட்டது. பெரியவர்களுக்கு நிறைய வாழ்க்கை அனுபவங்கள் இருக்கும், அவர்களுக்கு கற்றல் என்பது வேறுபட்ட பார்வைகளை உருவாக்கி ஈடுபடச் செய்வது - அதாவது அவர்களின் வாழ்க்கை யதார்த்தங்களை ஒரு புதிய கண்ணோட்டத்தில் பார்க்க வைப்பது. எனவே, பங்கேற்பாளர் சுயவிவரங்களுக்கும் உள்ளூர் சூழல்களுக்கும் ஏற்ப அமர்வுகளை மாற்றியமைக்க, உள்ளடக்கத்திலும், முறைகளிலும், எடுத்துக்காட்டுகளிலும் நெகிழ்வுத்தன்மையைப் பயன்படுத்தவும். விவாதங்கள், ரோல்-ப்ளே மற்றும் நிஜ வாழ்க்கை நிகழ்வுகள் போன்ற பங்கேற்பு முறைகள் கற்றலை ஆழப்படுத்த உதவுகின்றன. பங்கேற்பாளரின் கற்றல் தேவைகளுக்கேற்ப ஊடாடும் அல்லது தகவல் அடிப்படையிலான அணுகுமுறைகளை நீங்கள் தேர்வு செய்யலாம்.

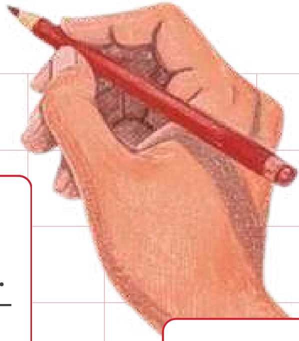
- ஒவ்வொரு அமர்வையும் பிரதிபலிக்கவும் கருத்துக்களைப் பதிவு செய்யவும் நீங்கள் சுமார் 10 நிமிடங்கள் வைத்திருக்க வேண்டும். சகஜமான மதிப்பீடுகள் முன்னேற்றத்தைக் கண்காணிக்கவும் முக்கிய பாடங்களை வலுப்படுத்தவும் உதவும்.

- இந்த கையேடு மொத்தம் 11 மணி நேரம் 10 நிமிடங்களுக்காக உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. இருப்பினும், நேரம் குறைவாக இருந்தால், சில செயல்பாடுகளை சுருக்குவதன் மூலமோ அல்லது சில உள்ளடக்கங்களைத் தவிர்ப்பதன் மூலமோ அமர்வுகளைக் குறைக்கலாம். இருப்பினும், பயிற்சியின் முக்கிய நோக்கங்கள் பூர்த்தி செய்யப்பட வேண்டும்.
- இந்த பயிற்சியில் 20 பங்கேற்பாளர்கள் வரை பங்கேற்கும் வகையில் இது வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.
- பங்கேற்பாளர்களின் சுயவிவரத்தை நீங்கள் முன்பே அறிந்திருக்க வேண்டும்.
- எழுதவோ படிக்கவோ முடியாத பங்கேற்பாளர்களை, குறிப்பாக வாசிப்பும் எழுதுதலும் தேவைப்படும் செயல்பாடுகளில் நீங்கள் கைகோர்த்து ஆதரிக்க வேண்டும்.
- அவர்களின் அனுபவத்தின் அடிப்படையில் விளையாட்டுகள், கலந்துரையாடல்கள், ரோல்-ப்ளே மற்றும் குழுப் பணி ஆகிய முறைகளை நீங்கள் மாற்றலாம். மேலும், வழங்கக்கூடிய நேரடி உதாரணங்களைப் பொறுத்தும் நெகிழ்வுத்தன்மை உள்ளது. பயிற்சியை மிகவும் சுவாரஸ்யமாகவும், ஊடாடுவதாகவும், புரிந்துகொள்ளக்கூடியதாகவும் மாற்ற பொருத்தமான உள்ளூர் அனுபவங்களையும் நீங்கள் பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.
- பயிற்சியின் உள்ளடக்கத்தை, பயிற்சி நடைபெறும் நாடு / பிராந்திய சூழலுக்கு ஏற்ப அல்லது HBW பெண்கள் இருக்கும் அமைப்பு மற்றும் கட்டத்தின் தேவைகளுக்கு ஏற்ப வடிவமைக்கலாம்.
- கையேட்டில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள பயிற்சிகளும் சூழ்நிலைகளும், பயிற்சியின் கருத்துகள் மற்றும் கோட்பாட்டு அம்சங்களை பங்கேற்பாளர்கள் உள்வாங்கிக்கொள்ள உதவுவதற்காக வழங்கப்பட்டுள்ளன.
- நீங்கள் உள்ளடக்கத்தை விவரிக்க பவர்பாயிண்ட் விளக்கக்காட்சிகளையும் (பயிற்சி இடத்தில் காட்சிப்படுத்தும் வசதி இருந்தால்) போஸ்டர்களையும் தயாரிக்கலாம்.
- HBW பெண்களின் சுயவிவரத்திற்கு ஏற்ப, தகவல் சார்ந்த அணுகுமுறையையோ அல்லது ஊடாடும் பயிற்சி அணுகுமுறையையோ பயன்படுத்தி பயிற்சியை வழிநடத்துவதற்கான நெகிழ்வுத்தன்மை உங்களுக்கு உள்ளது. ஒவ்வொரு நாளின் முடிவிலோ அல்லது அடுத்த அமர்வின் தொடக்கத்திலோ பங்கேற்பாளர்களின் இடைநிலை பின்னூட்டத்தைப் பெற்று, பங்கேற்பாளர்கள் எவ்வளவு உள்வாங்கியுள்ளனர் என்பதை அறிந்துகொள்ளலாம். 'நேற்றைய / முந்தைய அமர்விலிருந்து நீங்கள் கற்றுக்கொண்டது என்ன?' அல்லது 'நேற்றைய அமர்வு / முந்தைய அமர்வு பற்றிய உங்கள் புரிதல் என்ன?' என்பவைப் போன்ற கேள்விகளைக் கேட்பதன் மூலம் இதை இயல்பாக நடத்தலாம்.
- ஒவ்வொரு அமர்வையும் பற்றி ஆலோசிக்கவும் பின்னூட்டத்தைப் பதிவு செய்யவும் நீங்கள் சுமார் 10 நிமிடங்களை ஒதுக்க வேண்டும். இயல்பான மதிப்பீடுகள் முன்னேற்றத்தைக் கண்காணிக்கவும், முக்கிய கற்றல்களை வலுப்படுத்தவும் உதவும்.
- முக்கியமான பயிற்சி குறிப்புகளைக் குறித்துக்கொள்ளவும், பயிற்சி பெறுபவரின் தேவைகளைப் பதிவு செய்யவும், அவர்களின் கருத்துக்களையும் கேள்விகளையும் ஆவணப்படுத்தவும், அவர்களின் அமர்வு வாரியான பிரதிபலிப்புகளையும் அவதானிப்புகளையும் எழுதி வைக்கவும் நீங்கள் ஒரு தனி டைரியை வைத்திருக்க வேண்டும்.

1.2 ஒரு அமர்வை உருவாக்குதல்

வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களுக்கான பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை குறித்த அமர்வை நடத்தும்போது நினைவில் கொள்ள வேண்டிய முக்கிய குறிப்புகள்

அமர்வுக்கு முன்



01. அமர்வின் தலைப்பை முடிவு செய்யுங்கள் - இது பங்கேற்பாளர்களுக்கு தெளிவானதாகவும் பொருத்தமானதாகவும் இருக்க வேண்டும்.

02. Dநோக்கங்களை வரையறுக்கவும் - பங்கேற்பாளர்கள் என்ன முக்கிய நுண்ணறிவு அல்லது புரிதலை எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்?

03. பயிற்சி முறையைத் தேர்வுசெய்க- விவாதம், குழு செயல்பாடு, ரோல் ப்ளே, வீடியோ போன்றவை.

04. தேவையான பொருட்களை பட்டியலிடுங்கள்- சார்ட் பேப்பர், மார்க்கர்கள், ஒட்டும் குறிப்புகள், கையேடுகள், வீடியோக்கள் போன்றவை.

05. குழு அளவைத் திட்டமிடுங்கள்- மொத்த பங்கேற்பாளர்களைப் பொறுத்து எத்தனை குழுக்களை உருவாக்க வேண்டும் என்பதை முடிவு செய்யுங்கள்.

06. முக்கிய கேள்விகளை உருவாக்குங்கள்- விவாதத்தை வழிநடத்த திறந்த கேள்விகளைத் தயார் செய்யுங்கள்.

07. முன்கூட்டியே பயிற்சிக்கு தேவையானவற்றை தயார்ப்படுத்தவும்- பெரிய, தெளிவான எழுத்துக்களைக் கொண்ட குறிப்புகள், அட்டைகள் அல்லது சார்ட்டுகள்.

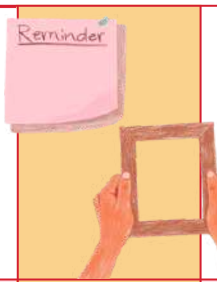
08. உங்கள் குழு தயார்நிலையில் உள்ளதா என சரிபார்க்கவும்- உதவிக்குறிப்புகள் மற்றும் மேம்பாடுகளுக்கு மூத்த உறுப்பினர்களுடன் விவாதிக்கவும்.

09. இணைந்து பயிற்சியளித்தல்- பேசும் வரிசையையும், ஒவ்வொரு பகுதியையும் யார் வழிநடத்துவார்கள் என்பதையும் தீர்மானிக்கவும்.

ஒரு பயிற்சியாளராக தயாராகும்போது

- அத்தியாயத்தை முழுமையாகப் புரிந்துகொள்ள கையேட்டை பல முறை படிக்கவும்.
- உங்கள் சொந்த எளிய வார்த்தைகளில் உள்ளடக்கத்தை எவ்வாறு விளக்குவது என்பதைப் பற்றி சிந்தியுங்கள்.
- அமர்வின் போது பார்த்துக்கொள்ள குறுகிய புல்லட் புள்ளிகள் கொண்ட ஒரு சிறிய நோட்புக்கை வைத்திருங்கள்.
- கடினமான சொற்களை எளிமையாக்குங்கள் – உள்ளூர் எடுத்துக்காட்டுகள் அல்லது கதைகளைப் பயன்படுத்தவும், தேவைப்பட்டால் Google இல் தேடி எடுங்கள்.

நீங்கள் பயன்படுத்தக்கூடிய நுட்பங்கள்

சிறிய வீடியோக்கள் அல்லது காட்சிகள்.	காகிதச் சீட்டுகள் அல்லது ஒட்டும் குறிப்புகள் - வெற்று காகிதம் அல்லது முன்பே எழுதப்பட்டது.		படங்கள் அல்லது ஃபிளாஷ் கார்டுகளின் பயன்பாடு		உடல் செயல்பாடுகள் அல்லது விளையாட்டுகள்.
	ரோல் பிளே அல்லது நாடகங்கள்.		பாடல்கள், கோஷங்கள் அல்லது ஒற்றுமை கோஷங்கள்.	நேரடி / உள்ளூர் உதாரணங்கள்.	சிறிய குழு விவாதங்கள்.
வழக்கு ஆய்வுகள் அல்லது சிறிய கதைகள்.	சார்ட் பேப்பர்கள் அல்லது போஸ்டர்கள்.			முக்கிய சட்ட அல்லது உண்மைத் தகவல்களுக்கான குறுகிய விரிவுரைகள்.	ஒயிட் போர்டில் எழுதுதல்.

நிறைவுரை செய்தல்

- தலைப்பு, பங்கேற்பாளர்களின் உள்ளீடுகள் மற்றும் அவர்கள் நினைவில் கொள்ள வேண்டிய முக்கிய செய்தியை எப்போதும் கூறவும்.
- இறுதிக் குறிப்புகள் HBW பெண்கள் தலைப்பை நன்கு புரிந்துகொள்ளவும், முக்கிய கற்றல் புள்ளிகளை வலுப்படுத்தவும் உதவுகின்றன.
- இதில் பயிற்சியாளர்கள், பங்கேற்பாளர்கள் சரியாகப் புரிந்துகொண்டார்களா என்பதை சரிபார்க்கவும், ஏதேனும் குழப்பத்தை தெளிவுபடுத்தவும் முடியும்.
- ஒரு குறுகிய சுருக்கத்துடன் முடிக்கவும், பங்கேற்பாளர்களின் பங்களிப்புகளை உறுதிப்படுத்தவும், விவாதத்தை அடுத்த அமர்வுடன் இணைக்கவும்

1.3 முன்னுரை மற்றும் தொனியை அமைத்தல்

பயிற்சியாளர்களுக்கான வழிமுறைகள்:

நீங்கள் பயிற்சிக்கு நேரம் கொடுக்கும்போது - உண்மையான நேரத்திற்கு குறைந்தது அரை மணி நேரத்திற்கு முன்னதாக ஒரு நேரத்தை கொடுங்கள், ஏனெனில் பல HBW பெண்களுக்கு சரியான நேரத்தில் வந்தடைவது சவாலாக இருக்கலாம். சீக்கிரமாகவோ அல்லது சரியான நேரத்திலோ வந்தவர்களுக்கு, அவர்களை ஈடுபடுத்தும் வகையில் சில வாசகங்களையோ துண்டுப்பிரசுரங்களையோ கொடுக்கலாம் அல்லது அவர்களின் நலனைப் பற்றி விசாரிக்கக்கூடிய ஒரு சகப் பணியாளரை அவர்களிடம் பேச வைக்கலாம். பங்கேற்பாளர்கள் நன்கு வரவேற்கப்படுவதையும், ஒரு கூட்டின் அரவணைப்பையும் உணர வேண்டும். சில பெண்கள் தங்கள் குழந்தைகளை அழைத்து வந்தால், அவர்களுக்கு சில பொம்மைகளை தரலாம் அல்லது குழந்தைகள் விளையாட ஒரு இடத்தை ஏற்படுத்தலாம்.

நேரம்: 30 நிமிடங்கள்

இந்த அமர்வு பெயர்களை சேகரிப்பதற்கானது மட்டுமல்ல. நம்பிக்கையையும், ஒற்றுமையையும், மரியாதையையும் வளர்ப்பதற்கான வாய்ப்பு இது. கற்றல் சூழலை அன்பாகவும் நட்பாகவும் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்.

படி 1: பங்கேற்பாளர்களை பதிவு செய்தல் (10 நிமிடங்கள்) நோக்கம்:

பங்கேற்பாளர்களின் தகவல்களை சேகரித்தல்

பயிற்சியாளரின் குறிப்புகள்:

- பின்வருவனவற்றைக் குறிப்பதற்கு ஒரு குறிப்பேடு, தாள் அல்லது கணினியைப் பயன்படுத்தவும்:

- பெயர்
- முகவரி
- வேலையின் வகை: சுயதொழிலா அல்லது துணை
- நிறுவனம் (ஏதேனும் இருந்தால்)
- வயது
- கல்வி
- திருமண நிலை
- எந்தவொரு குழுவுடனும் / அமைப்புடனும் / கூட்டுடனும் தொடர்புடைய நேரம்

✷ குறிப்பு: அனைவரையும் கனிவுடன் வரவேற்கவும். எழுதப் படிக்கத் தெரியாதவர்களுக்கு உதவவும். சௌகரிய நிலைகளை மதிக்கவும் - பகிர்ந்துகொள்ள கட்டாயப்படுத்த வேண்டாம். அவர்களின் குடும்பத்தையும் வேலையையும் மறந்துவிட்டு, இங்குள்ளவர்களை சகோதரிகளாக பாவித்து கவனம் செலுத்தச் சொல்லுங்கள். அவர்கள் இங்கு முழுமையாக கவனம் செலுத்துமாறு கூறுங்கள்.

படி 2: ஒற்றுமை பாடல் (5 நிமிடங்கள்)

குறிக்கோள்: மதங்கள் மற்றும் பின்னணிகளைக் கடந்து ஒற்றுமை உணர்வையும் பொது இட உணர்வையும் உருவாக்குதல்.

பயிற்சியாளரின் குறிப்புகள்:

- சாதி, வர்க்கம், மதம் ஆகியவற்றைக் கடந்து ஒற்றுமைப் பாடல்கள் நம்மை ஒன்றிணைக்க உதவுகின்றன என்பதை விளக்குங்கள். நாம் பெரிதான ஒன்றின் அங்கமாக இருக்கிறோம் என்று உணரும் தருணங்கள் இவை.

பயிற்சியாளர்கள் இவ்வாறு சொல்லலாம் -
"நாம் அனைவரும் வெவ்வேறு பின்னணியிலிருந்து வருகிறோம் - வெவ்வேறு மதங்கள், பிராந்தியங்கள் மற்றும் அடையாளங்கள். ஆனால் இந்த இடத்தில், நாம் சமமானவர்கள். ஒன்றாக பாடுவது நமது பொதுவான போராட்டங்களையும், நம்பிக்கைகளையும், ஆற்றலையும் நினைவூட்டுகிறது.

HBW பெண்கள் என்ற பொதுவான அடையாளத்துடன் நாம் இங்கு இருக்கிறோம். சில பாடல்கள் மூலம் நாம் ஒற்றுமை உணர்வை உருவாக்குகிறோம்.

காலப்போக்கில் மற்ற பிரார்த்தனைகள் மற்றும் பாடல்களைப் போல இவற்றையும் நீங்கள் மனப்பாடமாக அறிவீர்கள் அல்லது இந்த ஒற்றுமையை பிரதிநிதித்துவப்படுத்தும் பாடல்களை நீங்களே கூட உருவாக்குவீர்கள் என்று நம்புகிறோம்"

முழு வீடியோவையும் பார்க்க QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யவும்.

நீங்கள் இவற்றைப் பயன்படுத்தலாம்:

"சிங்கப் பெண்ணே"
"அச்சம் அச்சமில்லை"
" பெண்ணே" - *Scan the QR code available on the right end of this box.*
பிகில், இந்திரா திரைப்படங்களில் இருந்து பாடல்கள்

- தொடக்கத்தில் இருந்தே பாதுகாப்பான, பாரபட்சமற்ற இடத்தை உருவாக்கவும்.
- நாம் நமது எண்ணங்களை வெளிப்படுத்துவது மட்டுமல்லாமல், மற்றவர்களையும் பேசவும் அவர்களின் எண்ணங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும் அனுமதிக்க வேண்டும் – நாம் பயிற்சியாளரிடமிருந்து மட்டுமல்லாமல் ஒருவரிடமிருந்து ஒருவர் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும்
- பங்கேற்பாளர்களின் தேவைகளின் அடிப்படையில் உள்ளடக்கத்தையும் முறைகளையும் மாற்றியமைக்கவும்.
- முக்கிய முக்கிய குறிப்புகள், பின்னூட்டங்கள் மற்றும் பிரதிபலிப்புகளைக் கண்காணிக்க உங்கள் டைரியை பயன்படுத்துங்கள். யார் வெட்கப்படுகிறார்கள் என்பதையும், மற்றவர்களைப் பேச விடாமல் யாராவது அதிகம் பேசுகிறார்களா என்பதையும் குறித்துக் கொள்ளுங்கள்.

1.4 வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்களுக்கான பாலின விழிப்புணர்வின் முக்கியத்துவம்

தெற்காசியப் பெண்கள் எதிர்கொள்ளும் பிரச்சனைகள்

தெற்காசியா முழுவதும், ஆணாதிக்கம், வறுமை, சாதி / வர்க்க சமத்துவமின்மை மற்றும் அரசியல் விலக்கு போன்ற பொதுவான சவால்களை HBW பெண்கள் உள்ளிட்ட பல பெண்கள் எதிர்கொள்கின்றனர். இவை அவர்களின் தனிப்பட்ட, பொருளாதார மற்றும் சமூக வாழ்க்கையை பாதிக்கின்றன.

வீட்டில் தவறாகப் பயன்படுத்தப்படுதல், பாலியல் துன்புறுத்தல் மற்றும் குழந்தை திருமணம் ஆகியவற்றை பெண்கள் எதிர்கொள்கின்றனர். இது நமது தெற்காசிய பிராந்தியத்தில் பரவலாக நிகழ்ந்து வருகிறது. களங்கம் ஏற்படக்கூடும் என்ற பயத்தின் காரணமாகவும் பலவீனமான சட்ட அமலாக்கம் காரணமாகவும் பல பெண்களுக்கு நீதித் துறையை அணுகுவது கடினமாக உள்ளது. பல நகர்ப்புறங்களில், குறிப்பாக சிறிய நகரங்கள் மற்றும் கிராமப்புறங்களில், கல்வியும் சுகாதார பராமரிப்பும் அவர்களுக்கு மிகக் குறைவாகவே கிடைப்பதால், அவர்களின் சுதந்திரம் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது. பெண்கள் பெரும்பாலும் சுமைகளாகவே கருதப்படுவதால், அவர்கள் புறக்கணிப்புக்கும், ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டுக்கும், மிகக் குறைவான பாலின விகிதங்களுக்கும் ஆளாகிறார்கள்.

பெரும்பாலான பெண்கள் உரிமைகள் அல்லது அங்கீகாரம் இன்றி, விவசாயம் அல்லது வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் வேலை போன்ற அமைப்புசாரா அல்லது ஊதியம் கிடைக்காத துறைகளில் வேலை செய்கிறார்கள். சிலருக்கு மட்டுமே சொந்தமாக சொத்து உள்ளது அல்லது நிதிக் கட்டுப்பாட்டை கொண்டுள்ளனர். அரசியல் ரீதியாக, உள்ளூர் ஒதுக்கீடுகள் பிரதிநிதித்துவத்தை அதிகரித்திருந்தாலும், உண்மையான அதிகாரம் இன்னும் குறைவாகவே உள்ளது - குறிப்பாக தலித், ஆதிவாசி, LGBTQ+ மற்றும் சிறுபான்மை சமூகங்களைச் சேர்ந்த பெண்களுக்கு.

இப்படி இருக்கும் போதிலும், பிராந்தியம் முழுவதும் வலுவான எதிர்ப்பு இயக்கங்களை பெண்கள் நடத்தி வருகின்றனர். உண்மையான மாற்றத்திற்கு சட்டங்கள் மட்டுமல்லாமல், சமூக விதிமுறைகளில் மாற்றங்களும், பொதுவான பராமரிப்பு பணிகளும், பாலின சமத்துவத்திற்கான முதலீடும் தேவை.

HBW பெண்களுடன் பணிபுரிவதால், நாம் இந்த பரந்த புரிதலை நம்முடன் பணிபுரியும் HBW பெண்களுக்கு வழங்க முடியும். நமது போராட்டங்களில் நாம் தனியாக இல்லை என்பதையும், இந்தக் குழுக்களில் அங்கம் வகித்து, பாலின சமத்துவமின்மையை நிலைநிறுத்தும் விதிமுறைகளுக்கும் விதிகளுக்கும் சவாலிட தலைமைத்துவம் எடுத்த பல பெண்கள் உள்ளனர் என்பதையும் உணர வைக்க இது உதவுகிறது.

1.5 பெண்களின் நிலை

பெண்களின் நிலை என்பது ஆண்களுடன் ஒப்பிடுகையில் சமூகத்தில் உள்ள அவர்களின் நிலையைக் குறிக்கிறது. இது ஒவ்வொரு கலாச்சாரத்துக்கும் வேறுபட்டு, காலப்போக்கில் மாறலாம். பெண்கள் குறித்த சமூகத்தின் அணுகுமுறைகள், நிதி மற்றும் மக்கள்தொகை குறிகாட்டிகள், ஊதியம் பெறும் வேலையில் பங்கேற்றல், அரசியல் அதிகாரத்தில் பிரதிநிதித்துவம், சுகாதார சேவைகளுக்கான அணுகல் மற்றும் ஆதரவான சட்ட கட்டமைப்புகள் இருப்பது போன்ற காரணிகளை பகுப்பாய்வு செய்வதன் மூலம் பெண்களின் நிலையை புரிந்து கொள்ள முடியும்.

தெற்காசியாவில் பெண்களின் பாத்திரங்கள் பல மாற்றங்களுக்கு உட்பட்டுள்ளன. இடைக்காலத்தில், பெண்கள் பெரும்பாலும் வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு அம்சத்திலும் ஆண்களுக்கு அடிபணிந்தவர்களாக நடத்தப்பட்டனர். சீர்திருத்த காலகட்டத்தில், முற்போக்கான ஆண் கூட்டாளிகளின் ஆதரவுடன் பெண்கள் தங்கள் உரிமைகளை வெளிப்படுத்தத் தொடங்கினர். காலனித்துவ ஆட்சிக்கு எதிரான தேசிய இயக்கத்தின் போது, நேபாளத்தை தவிர பெரும்பாலான தெற்காசிய நாடுகளில், பெண்கள் ஏகாதிபத்தியத்திற்கு எதிரான போராட்டத்தில் தீவிரமாக பங்கேற்றார்கள். பல்வேறு நாடுகள் சுதந்திரம் பெற்றபோது, பெண்களின் இருப்பும் குரல்களும் முதலில் பொதுத் தளத்திலிருந்து கணிசமாகக் குறைந்தன. ஆனால் பின்னர் பெண்கள் இயக்கத்தின் முன்னேற்றம், முற்போக்கான சட்டங்கள், சிறந்த முதலீடுகள் மற்றும் NGOகளின் நடவடிக்கைகளால், பெண்களின் குரல்கள் மீண்டும் பல்வேறு துறைகளில் காணப்படவும் கேட்கப்படவும் தொடங்கியுள்ளன.

பெண்கள் ஓரங்கட்டப்படும் சமூகங்களிடையே பாலின சமத்துவத்தின் அவசியம் குறித்த விழிப்புணர்வை தொடர்ந்து பரப்ப வேண்டிய அவசியம் உள்ளது. மேலும், பாகுபாடு எவ்வாறு அனுபவிக்கப்படுகிறது என்பதையும், கட்டுப்பாடுகளை அகற்றுவதற்கும் சமூக நீதிக்கும் சமத்துவத்திற்கும் தடைகளாக செயல்படும் விதிமுறைகளை மாற்றுவதற்கும் கூட்டு வலிமையை எவ்வாறு பயன்படுத்தலாம் என்பதையும் நாம் அந்த சூழலை உணர்ந்து புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

1.6 பாலின விழிப்புணர்வு

வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களுக்கு (HBWகள்) பாலின விழிப்புணர்வு மிகவும் முக்கியமானது, ஏனெனில் இது அவர்களின் அன்றாட வாழ்க்கையில் அவர்கள் அனுபவிக்கும் பரவலான ஏற்றத்தாழ்வுகளை அடையாளம் கண்டு அவற்றை சவாலாக எடுத்துக்கொள்ள அவர்களுக்கு உதவுகிறது.

"பாலினம்" குறித்த கருத்தைப் புரிந்துகொள்வது, சமூக விதிமுறைகளும் பங்குகளும் தங்களுக்கான தெரிவுநிலையையும், வாய்ப்புகளையும் உரிமைகளையும் எப்படி காலாகாலமாக கட்டுப்படுத்தியுள்ளது
என்பதை அடையாளம் கண்டுகொள்ள HBW பெண்களுக்கு உதவுகிறது.

பல சமூகங்களில், சம்பளமில்லா வீட்டுப் பொறுப்புகளை வருமானம் ஈட்டும் செயல்பாடுகளுடன் கூட சமன் செய்ய வேண்டும் என்று பெண்களிடம் எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. இது அவர்கள் வேலையை மிகவும் அதிகமாக்குகிறது. தண்ணீர் எடுப்பது, சமைப்பது, குழந்தைகள், முதியவர்கள் மற்றும் குடும்பத்தில் உள்ள ஊனமுற்றோரை கவனித்துக்கொள்வது போன்ற தங்கள் மற்ற பொறுப்புகளையும் கவனித்துக்கொள்ள வசதியாக இருப்பதால் பல பெண்கள் வீட்டிலிருந்தே வேலை செய்ய தேர்வு செய்கிறார்கள். வீட்டிலிருந்து வேலை செய்பவர்களுக்கான அங்கீகாரம் கிடைப்பதில்லை என்பதால், இந்த இரட்டை சுமை அவர்களுக்கு இன்னும் மோசமாகிறது. இது பெரும்பாலும் குறைத்து மதிப்பிடப்பட்டு, அன்றாட உரையாடல்களிலும் தொழிலாளர் சட்டங்களிலும் கூட சேர்க்கப்படாமல் உள்ளது.

பாலின விழிப்புணர்வை ஊக்குவிப்பதன் மூலமாக, பாகுபாடுகளை நீடித்திருக்க செய்யும் ஆணாதிக்க கட்டமைப்புகள் மற்றும் கலாச்சார விதிகள் போன்றவற்றால், தாங்கள் ஓரங்கட்டப்படுவதற்கான மூல காரணங்களை HBW பெண்கள் சிறப்பாக புரிந்து கொள்ள முடியும். இந்த விழிப்புணர்வு, கூட்டு நடவடிக்கை மற்றும் நியாயமான கொள்கைகளுக்கும் நடைமுறைகளுக்கும் ஆதரவளித்தல் ஆகியவற்றை நோக்கிய முதல் படியாக உள்ளது.

1.7 பெண் தொழிலாளர்களை ஊக்குவிப்பதில் பயிற்சியாளர்களின் பங்கு

பாகுபாடற்ற, பங்கு பெற வைக்கக்கூடிய, பெண்களின் நேரடி அனுபவங்களை பிரதிபலிக்கக்கூடிய கற்றல் சூழல்களை வழங்குவதன் மூலம் HBW பெண்களை ஊக்குவிப்பதில் நீங்கள் முக்கியமான பங்கு வகிக்கிறீர்கள். நீங்கள் கல்வியாளர்களாக மட்டுமின்றி, மாற்றத்தை ஊக்குவிப்பவர்களாகவும் சேவையாற்றி, பெண்கள் தங்கள் தன்னம்பிக்கையை வளர்க்கவும், திறன்களை மேம்படுத்தவும், கூட்டாக சீரமையவும் உதவுகிறீர்கள்.

ஒரு சிறந்த பயிற்சியாளராக, நீங்கள் விமர்சன சிந்தனையையும் உரையாடலையும் ஊக்குவிக்கும் வழிமுறைகளைப் பயன்படுத்த வேண்டும். இது HBW பெண்கள் தங்கள் நிலைமைகளை பகுப்பாய்வு செய்து அதற்கான மாற்று வழிகளை யோசிக்க உதவுகிறது. இந்த அணுகுமுறையானது, தற்போதுள்ள நம்பிக்கைகளுக்கு சவாலாக புதிய பார்வைகளை வளர்க்க வேண்டியதன் முக்கியத்துவத்தை வலியுறுத்துகிற, மாற்றம் ஏற்படுத்தக் கூடிய கற்றல் கோட்பாடுகளுக்கு ஏற்ப உள்ளது.

மேலும், பயிற்சியாளர்களாக, பச்சாதாபம், தீவிரமாக கவனித்தல், மற்றும் பல்வேறு குரல்களுக்கு மதிப்பளித்தல் ஆகியவற்றை நிரூபிப்பதன் மூலம் தலைமைத்துவத்தை நீங்கள் வடிவமைக்கலாம். இப்படி செய்வதன் மூலம், HBW பெண்கள் தாங்கள் மதிக்கப்படுவதை உணர்ந்து, தங்கள் குடும்பத்திலும் சுற்றுப்புற சமூகங்களிலும் தொடர்ந்து பங்கு பெற ஊக்குவிக்கப்பட்டு, சமூக நீதிக்காகவும் தங்கள் உரிமைகளுக்காகவும் வாதாடக்கூடிய பாதுகாப்பான இடங்களை உருவாக்கிக் கொள்ள அவர்கள் உதவுகின்றனர்.

1.8 பயிற்சி முறை மற்றும் அணுகுமுறை பற்றிய கண்ணோட்டம்

இந்த கையேட்டில் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ள பயிற்சி முறை, பாலின மாற்ற ஆண்ட்ராகாஜியை அடித்தளமாகக் கொண்டுள்ளது, இது HBW பெண்களின் அனுபவங்களுக்கும் அறிவுக்கும் முன்னுரிமை அளிக்கிறது. இது, பெண்கள் தங்கள் வேலையுடனும் வாழ்க்கையுடனும் நேரடியாக தொடர்புடைய விவாதங்கள், ரோல்-ப்ளே மற்றும் சிக்கல் தீர்க்கும் செயல்பாடுகளில் ஈடுபடக்கூடிய, பங்கு பெற்று கற்கும் முறையை வலியுறுத்துகிறது.

அமர்வுகள் ஊடாடும் வகையிலும் மாற்றியமைக்கக்கூடியதாகவும் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளன. இது பங்கேற்பாளர்களின் குறிப்பிட்ட சூழல்களுக்கு ஏற்ப உள்ளடக்கத்தை வடிவமைத்துக்கொள்ள பயிற்சியாளர்களுக்கு உதவுகிறது. இந்த நெகிழ்வுத்தன்மையானது, பல்வேறு பிராந்தியங்களில் உள்ள HBW பெண்களின் தேவைகளுக்கு பொருத்தமானதாகவும் பதிலளிக்கக்கூடியதாகவும் பயிற்சி இருப்பதை உறுதி செய்கிறது.

கூடுதலாக, இந்த அணுகுமுறை பிரபலமான கல்வி நுட்பங்களை ஒருங்கிணைக்கிறது. இது கூட்டு கற்றலிலும் ஊக்குவித்தலிலும் கவனம் செலுத்துகிறது. இந்த முறையானது, HBW பெண்கள் தங்கள் அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும், ஒருவரிடத்தில் இருந்து ஒருவர் கற்றுக்கொள்ளவும், ஒற்றுமையை உருவாக்கவும் அவர்களை ஊக்குவிக்கிறது. இது இறுதியில் பொதுவான மாற்றத்துக்கு ஒழுங்கமைக்கவும் வாதிடவும் அவர்களின் திறனை வலுப்படுத்துகிறது.

அத்தியாயம் 2

வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்களைப் புரிந்துகொள்ளுதல்

ஒரு பயிற்சியாளராக, HBW பெண்களின் சூழல்களையும் யதார்த்தங்களையும் புரிந்துகொள்ள உதவும் பின்னணி அறிவை இந்தப் பிரிவு வழங்குகிறது. இது பயிற்சி பெறுபவர்களுக்கு வாசிக்கப்படக் கூடாது. ஆனால் நம்பிக்கையுடனும், தெளிவுடனும், பச்சாத்தாபத்துடனும் அமர்வை வழிநடத்துவதற்கு உங்களை தயார்படுத்த இது உதவும்.

02.

வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்களைப் புரிந்துகொள்ளுதல்

2.1 வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்கள் யார்?

HBW பெண்கள் என்பவர்கள் தங்கள் வீடுகள் அல்லது அருகிலுள்ள இடங்களிலிருந்து வேலை செய்வதன் மூலம் பணம் சம்பாதிக்கும் பெண்கள் ஆவர். இவர்கள் பெரும்பாலும் வேறொருவருக்காக பொருட்கள் அல்லது சேவைகளை வழங்குகிறார்கள். இவர்கள் பொதுவாக, முறையாக பணியமர்த்தப்படாமல் இடைத்தரகர்கள், ஒப்பந்தக்காரர்கள் அல்லது நிறுவனங்களுக்காக வேலை செய்கிறார்கள். உதாரணமாக, இவர்கள் ஆடைகளைத் தைக்கலாம், ஊதுபத்திகளை உருட்டலாம் அல்லது தயாரிப்புகளை பேக் செய்யலாம். இவர்கள் சம்பாதிப்பவர்களாக இருந்தாலும், அவர்கள் சமூகத்தால் அல்லது அரசாங்கத்தால் தொழிலாளர்களாக அரிதாகவே அங்கீகரிக்கப்படுகிறார்கள். இவர்கள் அமைப்புசாரா பொருளாதாரத்தின் அங்கமாக இருக்கிறார்கள், அதாவது அவர்களுக்கு முறையான ஒப்பந்தங்களோ, நிலையான முதலாளிகளோ, சுகாதாரம் அல்லது ஓய்வூதியங்கள் போன்ற பலன்களோ இராது. வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்கள் தங்களுக்குச் சொந்தமான வளாகத்தில் வேலை செய்கிறார்கள். அதாவது அவர்களது சொந்த வீட்டிலோ அல்லது முதலாளி அல்லது ஒப்பந்தக்காரரால் வழங்கப்படாமல் தொழிலாளர்களிடையே பகிர்ந்து கொள்ளப்பட்ட பொதுவான இடத்திலோ பணியாற்றுகிறார்கள்.

வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களில் *(HBWகள்)* இரண்டு பிரிவுகள் உள்ளனர்*:*

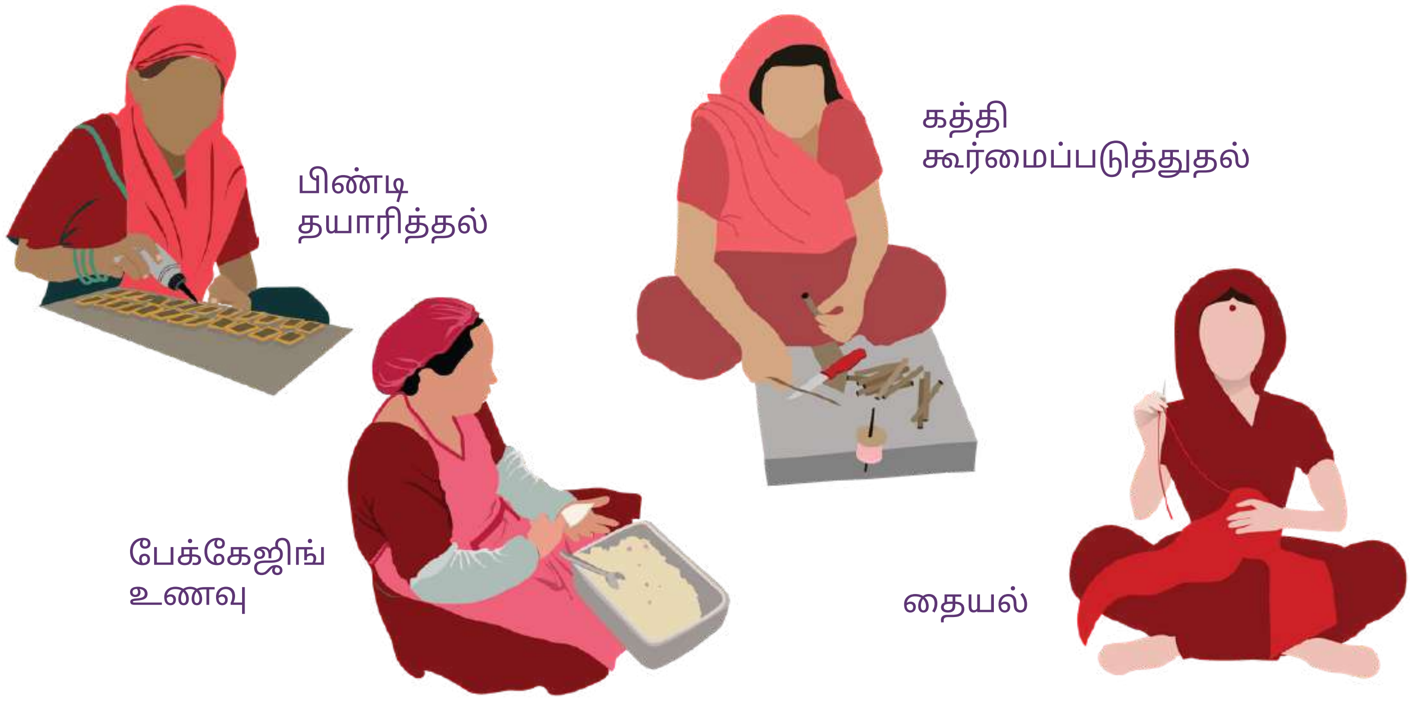
- சுயதொழில் செய்யும் HBWகள்: இந்த தனிநபர்கள் சுயாதீனமாக வேலை செய்து, தங்கள் சொந்த பொருட்களை ஆதாரமாகக் கொண்டு சந்தையில் நேரடியாக விற்பனை செய்கிறார்கள். இந்த பிரிவில் பங்களிக்கும் குடும்ப உறுப்பினர்களும் அடங்குவர்.
- மடி-வீத தொழிலாளர்கள்: நிறுவனங்கள் அல்லது இடைத்தரகர்களால் இவர்கள் பணியமர்த்தப்பட்டு, மூலப்பொருட்களையும் பணி ஆர்டர்களையும் பெறுகிறார்கள். இவர்கள் நிறைவு செய்யும் உருப்படிகளின் எண்ணிக்கையின் அடிப்படையில் சம்பாதிக்கிறார்கள். இவர்கள் வீட்டுத் தொழிலாளர்கள் அல்லது துணை ஒப்பந்த மடி-வீத தொழிலாளர்கள் என்றும் குறிப்பிடப்படுகிறார்கள்.

1996 ஆம் ஆண்டில் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட **ILO ஒப்பந்த எண் 177**, பெரும்பாலும் முறைசாரா அமைப்புகளில், தங்கள் வீடுகளிலிருந்து பொருட்கள் அல்லது சேவைகளை வழங்குபவர்களான வீட்டிலிருந்து வேலை செய்யும் தொழிலாளர்களின் உரிமைகளை அங்கீகரித்து பாதுகாக்கிறது. ஊதியம், சுகாதாரம் மற்றும் பாதுகாப்பு, சமூகப் பாதுகாப்பு மற்றும் சங்கம் அமைக்கும் சுதந்திரம் போன்ற பகுதிகளில் மற்ற தொழிலாளர்களுடன் சமமாக நடத்தப்பட வேண்டும் என்பதை இது கோருகிறது. தேசிய கொள்கைகளை உருவாக்கவும், தரவுகளை சேகரிக்கவும், வீட்டுத் தொழிலாளர்களுக்கு சட்டப்பூர்வ அங்கீகாரத்தை உறுதி செய்யவும் இந்த ஒப்பந்தம் அரசாங்கங்களை வலியுறுத்துகிறது. பாலினம் மற்றும் தொழிலாளர் நீதிக்கு, குறிப்பாக அமைப்புசாரா துறையில் உள்ள பெண்களுக்கு முக்கியமானதாக இருந்தாலும், ஒப்பந்தத்தின் வழிகாட்டுதல்களை பிரதிபலிக்கும் சட்டங்களை மிகச் சில நாடுகள் மட்டுமே உருவாக்கியுள்ளன.

2.2 அவர்கள் என்ன வேலை செய்கிறார்கள்? அவர்களின் வேலை நிலைமைகள் என்ன?

HBWகள் செய்யும் வேலையின் வகைகள் அவர்களின் பிராந்தியம் மற்றும் தொழில்துறைக்கு ஏற்ப மாறுபடும். சிலர் ஏற்றுமதிக்கான ஆடைகளைத் தைக்கிறார்கள், சிலர் எம்பிராய்டரி மற்றும் மணிகள் வைக்கும் வேலை செய்கிறார்கள், மற்றவர்கள் மணிகளை உருட்டுகிறார்கள், காகிதப் பைகள் செய்கிறார்கள், அல்லது மின் பாகங்களை அசெம்பிள் செய்கிறார்கள். அவர்கள் பயனுள்ள ஊதியம் பெறும் வேலையைச் செய்தாலும், அவர்கள் வழக்கமாக தனியாகவோ அல்லது குடும்ப உறுப்பினர்களின் உதவியுடனோ தான் வேலை செய்கிறார்கள். அவர்களின் பணியிடங்கள் அவர்களின் வீடுகளுக்குள்ளேயே உள்ளன. அவர்களின் வேலை நிலைமைகள் பெரும்பாலும் மோசமாக இருக்கும்: நீண்ட நேரம், குறைந்த ஊதியம், வீட்டிற்கும் வேலைக்கும் இடையில் பிரிவு இராது.

அவர்கள் வழக்கமாக உருப்படிகளுக்காக பணம் செலுத்தப்படுகிறார்கள், அவர்கள் செலவிடும் நேரத்துக்காக அல்ல, அதாவது அவர்கள் மெதுவாக செய்தால், நோய்வாய்ப்பட்டிருந்தால் அல்லது ஒரு உருப்படி நிராகரிக்கப்பட்டால், அவர்களுக்கு பணம் செலுத்தப்படாமல் போகலாம். இவர்களில் பலர், பொருட்களுக்கான செலவையோ அல்லது போக்குவரத்து செலவையோ கூட தாங்களே ஏற்றுக்கொள்கிறார்கள். பெரும்பாலும், குறிப்பாக உச்சமான வேலை காலங்களில் குழந்தைகள் அல்லது வயதான குடும்ப உறுப்பினர்களும் இவர்களுக்கு உதவுகிறார்கள்.



2.3 அவர்கள் எதிர்கொள்ளும் சவால்கள் என்ன?

வெளிப்படாமல் இருப்பதே இவர்களுக்கு பெரிய சவாலாக உள்ளது. HBW கள் பெரும்பாலும் அரசாங்க தொழிலாளர் கணக்கெடுப்புகளில் கணக்கிடப்படுவதில்லை. இதன் விளைவாக, அவர்களின் தேவைகள் தொழிலாளர் சட்டங்களிலோ அல்லது நலத்திட்டங்களிலோ சேர்க்கப்படுவதில்லை.

அவர்கள் முறைசாரா பணியாளர்களாக இருப்பதால், அவர்களுக்கு ஒப்பந்தங்களோ அல்லது சட்டப் பாதுகாப்போ இல்லை. ஒரு ஒப்பந்தக்காரர் அவர்களுக்கு வேலை கொடுப்பதை நிறுத்தினாலோ அல்லது பணம் செலுத்துவதை தாமதப்படுத்தினாலோ, அவர்களுக்கு வேறு வழியில்லை. பல தொழிலாளர்கள் மிகக் குறைவான கட்டணங்களையே பெறுவதாக தெரிவிக்கின்றனர். சில நேரங்களில் ஒரு உருப்படிக்கு ₹ 1 க்கும் குறைவாக வழங்கப்படுவதாகவும், பெரும்பாலும் "நேர்த்தியாக இல்லை" என்று கருதப்படும் உருப்படிகளுக்கு கட்டணங்கள் பிடித்தம் செய்யப்படுவதாகவும் தெரிவிக்கின்றனர். கட்டணங்கள் பெரும்பாலும் தாமதமாகின்றன. விலைகள் எவ்வாறு நிர்ணயிக்கப்படுகின்றன என்பதில் வெளிப்படைத்தன்மை இல்லை.

2.4 பாலினம் அவர்களின் வேலையையும் வாழ்க்கையையும் எவ்வாறு வடிவமைக்கிறது?

வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களில் பெரும்பாலானோர் பெண்களே. இது ஒரு தற்செயலான நிகழ்வு அல்ல. பல குடும்பங்கள் மற்றும் சமூகங்களில் உள்ள பாலின விதிமுறைகள், பெண்களின் இயக்கத்தையும் கட்டுப்பாட்டையும் காலப்போக்கில் தடுத்துவிடுகின்றன. வீட்டிலிருந்து வேலை செய்வது பெண்கள் சம்பாதிப்பதற்கான "பாதுகாப்பான" மற்றும் "மரியாதைக்குரிய" வழியாக பார்க்கப்படுகிறது, குறிப்பாக பழமைவாத அல்லது குறைந்த வருமானம் கொண்ட அமைப்புகளில்.

இருப்பினும், இது பெரும்பாலும் அவர்கள் இரண்டு ஷிஃப்ட் வேலை செய்கிறார்கள் என்பதையே குறிக்கிறது: வீட்டில் ஊதியம் பெறாத பராமரிப்பு வேலைகள் - சமையல், சுத்தம் செய்தல், குழந்தைகளை கவனித்தல் - பின்னர் அதே இடத்தில் ஊதியம் பெறும் வேலை. அவர்கள் ஊதியம் பெறும் வேலையின் மதிப்பு பெரும்பாலும் குடும்ப உறுப்பினர்களால் கேள்விக்குள்ளாக்கப்படுகிறது அல்லது நிராகரிக்கப்படுகிறது. அவர்கள் அதை உண்மையான வேலைவாய்ப்பாக எண்ணாமல் "பக்க வேலை" அல்லது பொழுதுபோக்காகப் பார்க்கிறார்கள். இது அவர்களின் வருவாயை மட்டுமல்ல, அவர்களின் நம்பிக்கையையும் சுய மதிப்பையும் கூட பாதிக்கிறது. ஏனென்றால், ஆணாதிக்கம் ஆண்களை குடும்பத்திற்கு வருவாய் ஈட்டும் முக்கிய நபராகக் கருதி, குடும்பத்திற்கு பெண்களுடைய பங்களிப்பின் மதிப்பைக் குறைக்கிறது.

ஆணாதிக்க விதிமுறைகளும் கூட, பல HBW பெண்கள் கூட்டுறவுகளில் பங்கேற்பதையோ அல்லது ஊதியப் பிரச்சனைகளைப் பற்றி பேசுவதையோ தடுக்கின்றன. சிலர் அனுமதியின்றி கூட்டங்கள் அல்லது பயிற்சி அமர்வுகளில் கலந்து கொள்ள அனுமதிக்கப்படுவதில்லை. இது அவர்களின் உரிமைகளுக்காக சீரமைவதையோ அல்லது போராடுவதையோ அவர்களுக்கு இன்னும் கடினமாக்குகிறது.

செயல்பாடு 2A
"நமது வேலை, நமது மதிப்பு" - வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களைப் புரிந்துகொள்ளுதல்

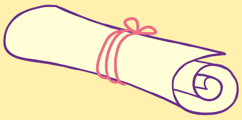
குறிப்பு: *2.1 - 2.4*

30 நிமிடங்கள்

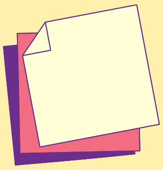
கருப்பொருள்:

வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் வேலையின் தன்மையைப் புரிந்துகொள்ளுதல்; பெண்களின் ஊதியம் பெறும் வேலையின் வேலை நிலைமைகள், வெளிப்படாமை, மற்றும் பாலின உணர்வுகளை அங்கீகரித்தல்; மற்றும் *HBW* பெண்கள் மீது இத்தகைய வேலைகளின் உணர்ச்சி ரீதியான மற்றும் சமூக ரீதியான தாக்கத்தை பிரதிபலித்தல்.

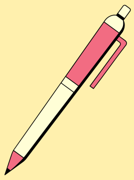
தேவையான பொருட்கள்:



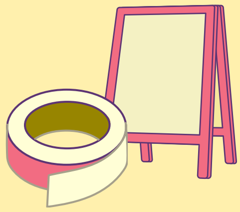
3 விளக்கப்படத் தாள்கள் அல்லது பெரிய தாள்கள்



ஒட்டும் குறிப்புகள் அல்லது காகிதத் துண்டுகள் *(*குறைந்தது *5* பங்கேற்பாளர்கள்*)*



ஸ்கெட்ச் பேனாக்கள் அல்லது பேனா *(*ஒரு பங்கேற்பாளருக்கு ஒன்று*)*



பதில்களை ஒட்டுவதற்கு டேப் அல்லது போர்டு

பயிற்சியாளர்களுக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்:

படி 1: இடத்தை தயார் செய்யுங்கள்

*(*அமர்வு தொடங்குவதற்கு முன்*)*

மூன்று சார்ட் பேப்பர்களையும் ஒரு சுவரில் தெளிவாகத் தெரியக்கூடிய இடத்தில் ஒட்டவும். அதில் நன்கு பெரிய கையெழுத்தில் இவற்றை எழுதுங்கள்:

- **"நாம் என்ன வேலை செய்கிறோம்?"**
- **"நாம் எதிர்கொள்ளும் சவால்கள் என்ன?"**
- **"நமது வேலையை வீட்டில் உள்ளவர்கள் எப்படி பார்க்கின்றனர்?"**

ஒவ்வொரு பங்கேற்பாளருக்கும் ஒட்டும் குறிப்புகள் அல்லது காகித சீட்டுகள் மற்றும் பேனாக்களை தயாராக வைத்திருங்கள்.

படி 2: செயல்பாட்டை அறிமுகப்படுத்தவும்

குழுவிடம் இவ்வாறு சொல்லுங்கள்*:* "நம்மில் பலர் நமது குடும்பங்களை ஆதரிப்பதற்காக அனைத்து வகையான பணிகளையும் செய்து, வீட்டிலிருந்து வேலை செய்கிறோம். ஆனால் பெரும்பாலும், மற்றவர்கள் இதை உண்மையான வேலையாகப் பார்ப்பதில்லை. இந்த செயல்பாட்டில், நாம் செய்யும் வேலையைப் பற்றியும், நாம் எதிர்கொள்ளும் சவால்களைப் பற்றியும், நமது குடும்பத்தினர் அல்லது அண்டை வீட்டார் நமது வேலையை எவ்வாறு பார்க்கிறார்கள் என்பதைப் பற்றியும் சிந்திப்போம்.*"*

படி 3: தனிப்பட்ட பிரதிபலிப்பு

ஒவ்வொரு பங்கேற்பாளருக்கும் 3 ஒட்டும் குறிப்புகள் அல்லது காகித சீட்டுகளை விநியோகிக்கவும். அவர்களை ஒவ்வொரு சீட்டிலும் ஒரு குறிப்பை எழுதச் சொல்லுங்கள்:

** பங்கேற்பாளர்களை சுயாதீனமாக எழுத அல்லது வரைய ஊக்குவிக்கவும், தங்கள் பதில்களை வெளிப்படுத்த உதவி தேவைப்படும் எவருக்கும் உதவவும். சத்தமாகச் சொல்லுங்கள்: "சரியான பதில் என்றோ தவறான பதில் என்றோ எதுவுமில்லை—நாம் ஒவ்வொருவரும் நம்முடைய சொந்த அனுபவத்தை தான் பகிர்ந்துகொள்கிறோம், எனவே எந்த பதிலும் சரியே."

படி 4: குழு பகிர்வு

பெண்கள் வந்து அந்தந்த சார்ட்டில் தங்கள் குறிப்புகளை ஒட்டுமாறு அழைக்கவும். பயிற்சியாளர் ஒவ்வொரு சார்ட்டில் இருந்தும் சில உதாரணங்களை சத்தமாகப் படிக்கலாம் - முதலில் சார்ட் பேப்பரின் தலைப்பைப் படித்து, பின்னர் பெண்கள் கூறியுள்ளதை அங்கீகரிக்கும் வகையில் பதில்களைப் படிக்கலாம்.

ஒவ்வொரு சார்ட் பேப்பரிலிருந்தும் முக்கிய கருப்பொருள்களை சுருக்கிக் கூறவும்

நான் எதிர்கொள்ளும் சவால்: குறைந்த ஊதியம், நீண்ட நேரம் மற்றும்

நான் வீட்டிலிருந்து என்ன வகையான வேலையைச் செய்கிறேன்? "நம்மில் பலர் தையல், உருட்டல், பேக்கிங் போன்ற ஒரே மாதிரியான வேலைகளைச் செய்வதை நாங்கள் காண்கிறோம்"

எனது குடும்பமோ அல்லது சமூகமோ எனது வேலையை எப்படிப் பார்க்கிறார்கள் - மரியாதை இல்லை, முக்கியமான வேலையாகப் பார்ப்பதில்லை. இது உங்கள் கதை மட்டுமல்ல - மற்றவர்களின் கதையும் கூட.

படி 5: பின்னூட்டங்களைப் பெறவும்

குழுவிடம் இவ்வாறு கேளுங்கள்:

- **"மற்றவர்கள் இதே போன்ற விஷயங்களை எழுதுவதைப் பார்க்கும் போது உங்களுக்கு எப்படி இருந்தது?"**
- **"இது உங்கள் வீட்டில் உள்ள எதையாவது உங்களுக்கு ஞாபகப்படுத்தியதா?"**

படி 6: சொல்வதை கவனித்து நிறைவு செய்யவும்

பதிலளிக்க 2-3 பங்கேற்பாளர்களை அழைக்கவும். அனைத்து பங்களிப்புகளையும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள். மீண்டும் மீண்டும் கூறப்படும் விஷயங்கள் ஏதேனும் இருந்தால், பயிற்சியின் பிற்பகுதியில் மேற்கொண்டு விவாதிப்பதற்காக அவற்றைக் குறித்துக் கொள்ளுங்கள்.

படி 7: இறுதி குறிப்புகள்

குழுவிடம் இவ்வாறு சொல்லுங்கள்: " உங்கள் வேலை பெரும்பாலும் வெளிப்படாமல் மறைந்திருந்தாலும் கூட, அது எவ்வளவு முக்கியமானது என்பதையும் திறமையானது என்பதையும் இந்த செயல்பாடு காட்டுகிறது. நாம் எதிர்கொள்ளும் பிரச்சனைகள் தனிப்பட்ட தோல்விகள் அல்ல - அவற்றை நம்மில் பலரும் சந்திக்கின்றனர் என்பதைப் புரிந்துகொள்ளவும் இது உதவுகிறது. இது அநியாயமாகவும், அநீதியாகவும் தெரிகிறது. இது நம் அனைவரையுமே கவலைக்குள்ளாக்குகிறது என்றால், நம்மால் அதை மாற்ற முடியும்."
அனைவரும் பங்கேற்றார்களா என்பதை உறுதிப்படுத்தி சரிபார்க்கவும்.

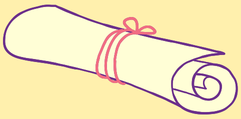
செயல்பாடு 2B
கதைசொல்லுவதன் மூலம் செயலாண்மையைப் பிரதிபலித்தல்

குறிப்பு: *2.1 - 2.4*

30
நிமிடங்கள்

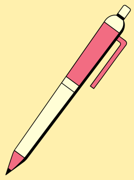
கருப்பொருள்:
ஊக்கம், செயலாண்மை, கூட்டு அடையாளம்

நிமிடங்கள் பொருட்கள்:



சார்ட் பேப்பர் அல்லது வெள்ளைபோர்டு

தயார்நிலையில் யூடியூப் வீடியோ



மார்க்கர் பேனாக்கள்

பயிற்சியாளர்களுக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்:

படி 1: இடத்தை தயார் செய்யுங்கள்

(அமர்வுக்கு முன்)

"நமது சக்தி, பொதுவான அனுபவங்கள்" என்ற தலைப்புடன் சார்ட் அல்லது போர்டை தயார்படுத்தவும்.

படி 2: செயல்பாட்டை அறிமுகப்படுத்தவும்

பயிற்சியாளர் கூறுகிறார்: "மாற்றத்திற்காக பெண்கள் ஒன்றிணைந்து செயல்படுவது பற்றிய ஒரு சிறிய இந்தி வீடியோவை இப்போது பார்ப்போம். பார்த்த பிறகு, செயல்படுவதிலும் முடிவெடுப்பதிலும் - தனித்தனியாகவும் இணைந்தும், உங்கள் சொந்த அனுபவங்களுடன் இது எப்படி தொடர்புடையதாக உள்ளது என்பதைப் பற்றி நாம் விவாதிப்போம்.

படி 3: வீடியோவை காட்டவும்

பயிற்சியாளர் https://www.youtube.com/watch?v=fViaDJParBU வீடியோவைக் கொண்டு வந்து அதை முழுமையாக காட்டுகிறார்.

முழு வீடியோவையும் பார்க்க QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யவும்.

படி 4: அமைதியான பிரதிபலிப்பு

பங்கேற்பாளர்களை அமைதியாக இதைப் பற்றி சிந்திக்கச் சொல்லவும்:

- **நீங்களும் இதே போன்ற பிரச்சனைகளை எதிர்கொள்கிறீர்களா?**
- **இந்த பிரச்சனைகளை தீர்க்க பெண்கள் என்ன நடவடிக்கை எடுக்கலாம் என்று நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள்?**
- **உங்கள் குழுக்களும் அவர்கள் எதிர்கொள்ளும் பிரச்சனைகளை தீர்க்க இதேபோன்ற நடவடிக்கைகளை எடுத்திருக்கிறார்களா?**

படி 5: குழு விவாதம்

பின்வருபவைப் போன்ற அறிவுறுத்தல்களைப் பயன்படுத்தி, தங்கள் எண்ணங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ள 3-4 பங்கேற்பாளர்களை அழைக்கவும்:

- **"அது தனித்தனியாக செய்யப்பட்டதா அல்லது ஒரு குழுவாக செய்யப்பட்டதா?"**
- **"மரியாதை, வருமானம், அல்லது குரல் என எதையாவது அது மாற்றியதா?"**
- **"உங்களில் யாராவது அத்தகைய செயல்பாட்டில் பங்கு பெற்றிருக்கிறீர்களா?"**

பயிற்சியாளர் முக்கிய குறிப்புகளை சார்ட்டில் பதிவு செய்வார்.

படி 6: இறுதி குறிப்புகள்

பயிற்சியாளர் சுருக்கமாக: "நீங்கள் தனியாகவோ மற்றவர்களுடன் இணைந்தோ செய்யும் சிறிய செயல்களும் உண்மையான மாற்றத்தைக் கொண்டுவர முடியும் என்பதை இந்த கதை காட்டுகிறது. ஊக்கம் என்பது எப்போதும் பெரிதாகத் தொடங்குவதில்லை. இது அன்றாட விருப்பங்களில் தொடங்கி, நாம் ஒன்றாக நிற்கும்போது வலுவாக வளர்கிறது.

படி 7: விருப்பமானால்

"உங்கள் சொந்த நிறுவனத்தின் அனுபவங்களிலிருந்து நீங்கள் கற்றுக்கொள்ளலாம். மாற்றத்தைக் கோருவதற்கு அந்த நிறுவனமோ அல்லது அமைப்போ எவ்வாறு செயல்பட்டது, என்ன உத்திகள் பயன்படுத்தப்பட்டன, என்ன விளைவுகள் கிடைத்தன என்பதைப் பகிர்ந்து கொள்ள ஒரு மூத்த உறுப்பினரையோ அல்லது நிறுவனரையோ நீங்கள் அழைக்கலாம்."

அத்தியாயம் 3

வீட்டிலிருக்கும் பெண் தொழிலாளர்களை பாதிக்கும் பாலின பிரச்சினைகள்

"பெண்களின் முன்னேற்றத்தின் அளவை வைத்தே ஒரு சமூகத்தின் முன்னேற்றத்தை நான் அளவிடுகிறேன்
சாதித்தது" – டாக்டர் பி.ஆர்.அம்பேத்கர்

"இரவில் பெண்கள் சாலைகளில் சுதந்திரமாக நடக்க முடிந்த நாளில், இந்தியா சுதந்திரம் அடைந்துவிட்டது என்று அந்த நாளில் நாம் கூற முடியும்" - காந்தி

03.

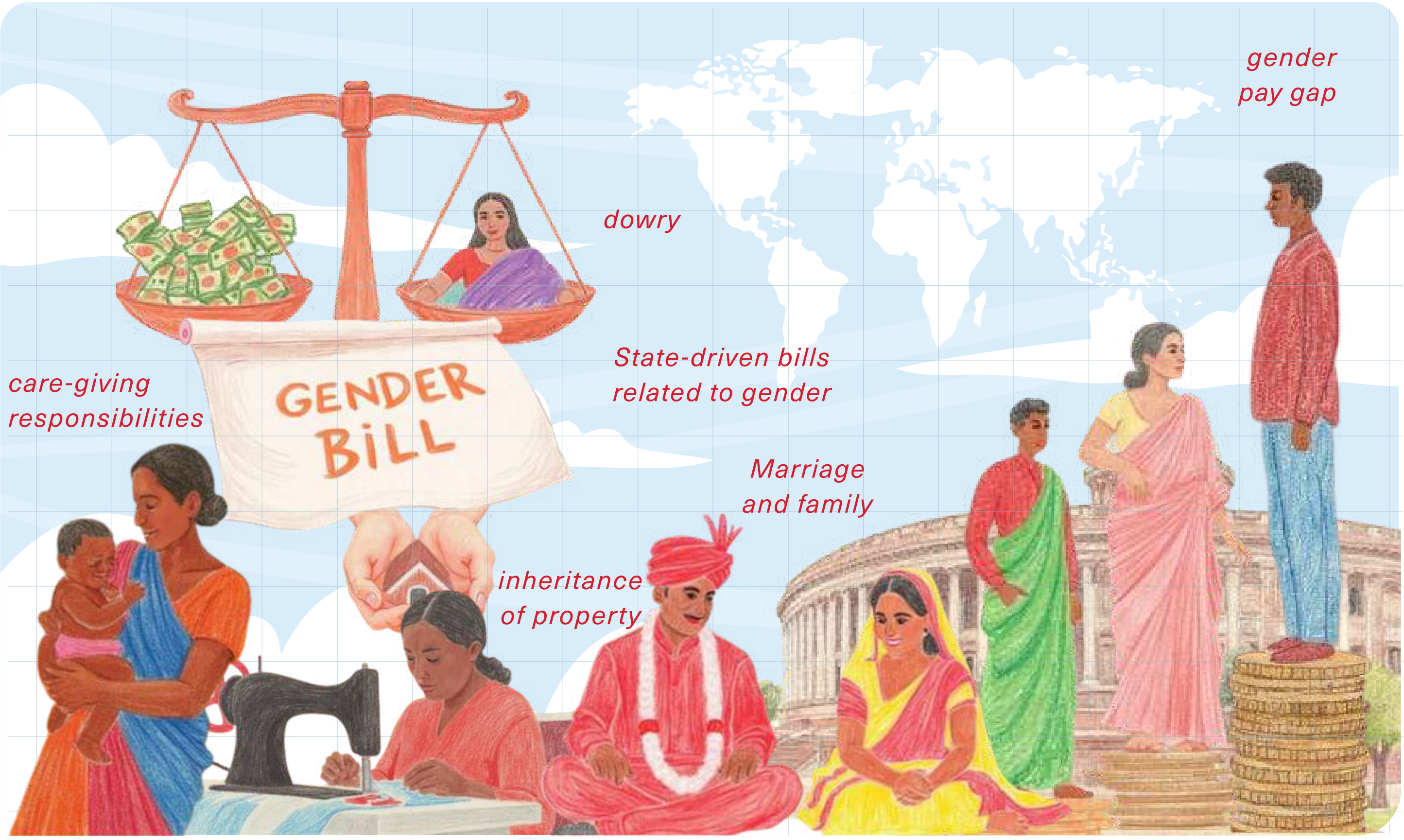
வீட்டிலிருக்கும் பெண் தொழிலாளர்களை பாதிக்கும் பாலின பிரச்சினைகள்

பயிற்சியாளர்களுக்கான முன் வாசிப்பு:

இந்த அத்தியாயம், தெற்காசியாவில் பெண்களும் பாலின சிறுபான்மையினரும் எதிர்கொள்ளும் கட்டமைப்பு சவால்களான ஆணாதிக்கம், சாதி மற்றும் வர்க்க படிநிலைகள், குறைவான கல்வி, சுகாதாரம், வளங்கள் மற்றும் சமூகப் பாதுகாப்பு போன்றவற்றைப் பற்றிய ஒரு கண்ணோட்டத்தை வழங்குகிறது. ஒரு பயிற்சியாளராக, ஒன்றுடன் ஒன்று தொடர்புடைய இந்த பல ஏற்றத்தாழ்வுகள் HBW பெண்களின் அன்றாட வாழ்க்கையை எவ்வாறு வடிவமைக்கின்றன என்பதைப் பற்றி சிந்திக்க உங்களை ஊக்குவிக்கிறோம். குறிப்பாக பெண்களுக்கு, அவர்களின் வீடு எப்படி வேலை செய்யும் தளமாகவும் அதே சமயம் வன்முறையின் தளமாகவும் இருக்கிறது என்பதையும், பராமரிப்பு வேலை, அமைப்புசாரா உழைப்பு மற்றும் பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை ஆகியவை ஒன்றோடொன்று இணைந்திருப்பதை அடையாளம் காண்பது ஏன் அவசியம் என்பதையும் இந்த அத்தியாயம் எடுத்துக்காட்டுகிறது. பெண்களின் செயலாண்மை, வளங்களுக்கான அணுகல் மற்றும் பாலின சமத்துவத்துக்கான ஆதரவு அமைப்புகளின் தேவை பற்றிய விவாதங்களுக்கு வழிகாட்ட இந்த அத்தியாயத்தைப் பயன்படுத்துங்கள். HBW பெண்கள் பணிபுரிகிற மற்றும் வாழ்கிற பரந்த சூழலைப் பற்றிய ஆழமான புரிதலை பயிற்சியாளர்களுக்கு உருவாக்குவதற்கும், நீதி, பாதுகாப்பு மற்றும் ஊக்கம் பற்றிய கூட்டுச் சிந்தனையை வளர்ப்பதற்கும் இந்த உள்ளடக்கம் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.

அனைத்துப் பிரிவுகளையும் பயிற்சி பெறுபவர்களுக்குப் படித்துக்காட்ட வேண்டியதில்லை, ஆனால் நம்பிக்கையுடனும், தெளிவுடனும், பச்சாதாபத்துடனும் அமர்வை வழிநடத்தத் தயாராவதற்கு இது உங்களுக்கு உதவும். நீங்கள் பயிற்சிகளை முடிக்கும்போது வரையறைகள் கொடுக்கப்பட்டுள்ள சில பகுதிகளை படித்துக் காட்டலாம். உங்கள் சக பயிற்சியாளருடன் முன்கூட்டியே ஆலோசிக்கவும்.

3.1 குடும்பம், சமூகம், சந்தை மற்றும் மாநிலம் நிறுவனங்களைப் புரிந்துகொள்வது



பெண்களின் உரிமைகளுக்காகப் போராடுபவர்கள் நீண்ட காலமாக, திருமணம் என்பது திருமணம் மற்றும் குடும்பம் என்ற அமைப்பின் மூலம் பெண்களின் கீழ்நிலை பாத்திரங்களை வலுப்படுத்தும் ஒரு அமைப்பாக உள்ளது என விமர்சித்து வருகின்றனர். திருமணமும் குடும்பமும் உலகளாவிய அமைப்பாக இருப்பதால், இவற்றை கேள்வி கேட்க முடியாது என்று நாங்கள் நம்புகிறோம். இருப்பினும், இந்த அமைப்புகள் மனிதர்களால் உருவாக்கப்பட்டவை என்றும், இந்த அமைப்புகளின் விதிகள் ஆண் அல்லது ஆண் அதிகாரத்திற்கு பெரிதும் சாதகமாக இருப்பதாகவும் போராளிகள் சுட்டிக்காட்டியுள்ளனர். எல்லா மனித சமூகங்களும் ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் இடையிலான திருமணம் மற்றும் குடும்பத்தின் பாத்திரத்தின் சில விஷயங்களை ஏற்றுக்கொண்டுள்ளன, மேலும் சமூகம் சமூகத்தின் "இலட்சிய' கருத்துக்கு பொருந்தும் வகையில் இளைஞர்களை தயார்படுத்த வேண்டும். உதாரணமாக, பெரும்பாலான தெற்காசிய நாடுகளில், வரதட்சணை மணமகள் வீட்டாரால் செலுத்தப்பட வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது; மனைவி கணவரின் குடும்பத்திற்குச் செல்வார் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது, மேலும் அவர் கணவரின் குடும்பப் பெயரை ஏற்றுக்கொள்வார் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. அத்தியாயம் 3 இல் நாம் பார்த்தது போல, வேலை மற்றும் பாத்திரங்கள் பாலினங்களிடையே பிரிக்கப்படுகின்றன, இது குடும்பம் மற்றும் சமூக செய்தி மூலம் செய்யப்படுகிறது. பராமரிப்பு கொடுப்பது பொதுவாக பெண்களால் செய்யப்பட வேண்டும், மேலும் எந்தவொரு பெண்ணும் வேறுவிதமாக பரிந்துரைத்தால், அவர் ஒரு "மோசமான" பெண் என்று முத்திரை குத்தப்பட வாய்ப்புள்ளது.

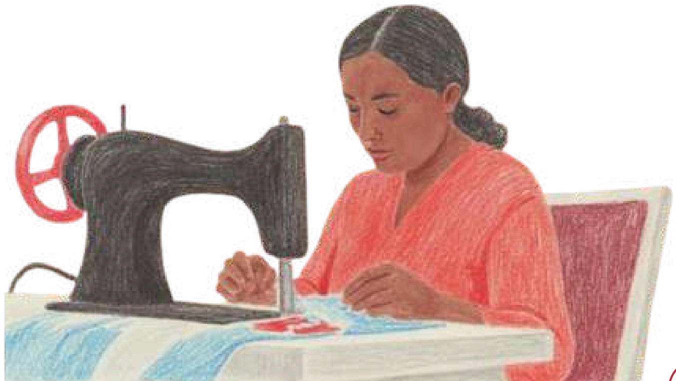
கல்வி, மதம், அரசு போன்ற பிற நிறுவனங்கள் இந்த பாலின வேலைப் பிரிவினைகள், ஆணாதிக்க அதிகாரம் மற்றும் ஆணாதிக்கத்தை உயர்த்திப் பிடிக்கும் அதிகாரம் ஆகியவற்றை வலுப்படுத்தும். வாரிசு ஆகுதல் மற்றும் தெரிவுக்கான உரிமைகளில் மகன்களுக்கு முன்னுரிமை அளிக்கப்படுகிறது, அதே நேரத்தில் மத மற்றும் சட்ட அமைப்புகள் பெண்களின் உரிமைகளை கட்டுப்படுத்தலாம் அல்லது வன்முறையிலிருந்து அவர்களைப் பாதுகாக்கத் தவறலாம்.

பள்ளி புத்தகங்களில், பொதுவாக பெண்களின் படங்கள் சிறு குழந்தைகளுடனும் வீட்டிலும் காட்டப்படுகின்றன, அதே நேரத்தில் ஆண்களின் படங்கள் வீட்டிற்கு வெளியே வேலை செய்வதாகக் காட்டப்படுகின்றன. மேலும் பெரும்பாலான பாடசாலை அதிபர்கள் ஆண்களாக இருந்தாலும் ஆசிரியர்கள் பெண்களாகவே இருப்பதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம். வீட்டில் செய்யும் வேலைகளைப் பிரதிபலிக்கும் பணிகளில் பெண்கள் பங்கேற்க வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. எ.கா. சிறுமிகள் கரும்பலகை, அறைகளை சுத்தம் செய்ய எதிர்பார்க்கப்படுகிறார்கள், சிறுவர்கள் வெளியே சென்று வர எதிர்பார்க்கப்படுகிறார்கள். பள்ளிகள் பாலின படிநிலைகளை மட்டுமல்ல, சாதி படிநிலைகளையும் நிலைநிறுத்துகின்றன. உதாரணத்திற்கு தலித் குழந்தைகள் உயர்சாதி ஆசிரியர்களுக்குத் தண்ணீர் கொண்டுவர அரிதாகவே அனுமதிக்கப்படுகிறார்கள், சில சமயங்களில் சுத்தமான கழிப்பறைகளுக்கு ஒதுக்கப்படுகிறார்கள்.

மதம் ஒரு நிறுவனமாக கடவுள் மற்றும் ஆன்மீகம் பற்றிய கருத்துக்களிலிருந்து பெறுகிறது, மேலும் அந்தந்த சீடர்களை நன்னடத்தைகளுக்கு வழிநடத்த வழிகாட்டுகிறது. மதம் என்பது ஒரு மதத்தை மற்றொரு மதத்திலிருந்து வேறுபடுத்தும் சடங்குகள் மற்றும் நடைமுறைகளின் வரம்பை அடிப்படையாகக் கொண்டது. இருப்பினும், சில பொதுவான அம்சங்கள் உள்ளன - பெண் பூசாரிகளைக் காண்பது அரிது, பெரும்பாலான மதங்கள் மாதவிடாய் காலத்தில் பெண்கள் மத நடவடிக்கைகளில் பங்கேற்பதை தடை செய்கின்றன. இருப்பினும், மாதவிடாய் என்பது இனப்பெருக்க செயல்பாட்டின் ஒரு பகுதி என்பதை நாம் அனைவரும் இப்போது அறிவோம். எனவே, பெண்களுக்கு குழந்தை பிறப்பதற்கான திறனை கடவுள் வழங்கியிருந்தால், மாதவிடாய் ஏன் விலக்கப்பட்டதாக, அசுத்தமாக பார்க்கப்படுகிறது என்பதைப் பற்றி சிந்திக்க கேள்வி எழுப்பப்படுகிறது.

அரசு என்பது புரிந்து கொள்ள கொஞ்சம் சிக்கலான மற்றொரு நிறுவனம். அரசு பெரும்பாலும் முற்போக்கான சட்டங்களை இயற்றினாலும், அரசு திட்டத்தை செயல்படுத்தும் அதிகாரத்துவம் பாலின சார்புகளுடன் வளரும் ஆண்கள் மற்றும் பெண்களால் ஆனது. எனவே, தலைமைப் பதவிகளில் பெண்கள் அரிதாகவே காணப்படுவதை நாம் காண்கிறோம். சமீப காலமாகத்தான் காவல்துறையில் பெண் காவலர்களையும், அதிகாரிகளையும் அதிகம் பார்க்க ஆரம்பித்துள்ளோம்.

இறுதியாக, நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டிய கடைசி "நிறுவனம்" ,"சந்தை". சந்தைகள் வாங்குபவர்கள் மற்றும் விற்பவர்களைப் பற்றியது என்று நாங்கள் கருதுகிறோம். ஆனால் "சந்தை நிறுவனம்" என்று நாம் கூறும்போது, பொருட்கள் மற்றும் சேவைகள் எவ்வாறு உற்பத்தி செய்யப்படுகின்றன, அவை எவ்வாறு வழங்கப்படுகின்றன மற்றும் விற்கப்படுகின்றன என்பதைக் குறிப்பிடுகிறோம். எது அதிகமாக மதிப்பிடப்படுகிறது, எது குறைவாக மதிப்பிடப்படுகிறது என்பதைப் பற்றியது. இந்த நிறுவனத்தில் நாம் முதலில் "தொழிலாளர்கள்" என்று சொல்லும்போது ஒரு 'ஆண்' என்ற பிம்பம் வருகிறது, ஆனால் இங்கே அமர்ந்திருக்கும் நம் அனைவருக்கும் தெரியும், பல பெண்களும் கூலிக்கு வேலை செய்கிறார்கள் என்பதை நாம் முந்தைய அத்தியாயத்தில் பார்த்தோம் - ஊதியம் பெறாத வேலையும் உள்ளது - இது பெரும்பாலும் பெண்களால் செய்யப்படுகிறது. பாலின ஊதிய இடைவெளி உள்ளது என்றும் நாங்கள் கூறுகிறோம். இன்றும் உலக அளவில் பெண்களுக்கு *80* ரூபாய் மட்டுமே வழங்கப்படுகிறது, அதே வேலைக்கு ஒரு ஆணுக்கு *100* ரூபாய் மட்டுமே வழங்கப்படுகிறது.



ஆணாதிக்கம் என்பது கண்ணுக்குத் தெரியாத ஆனால் மிகவும் சக்திவாய்ந்த அமைப்பு இந்த நிறுவனங்களின் மூலம் செயல்படுகிறது. பல்வேறு வழிகளில் அதிகாரப் படிநிலை பெரும்பாலும் ஆண்களுக்கு அல்லது ஆண் அதிகார அமைப்புகளுக்கு ஆதரவாக அமைக்கப்படுகிறது. இது பெண்களின் கீழ்நிலை நிலையை இயல்பாக்குவது மட்டுமல்லாமல், ஆண் மற்றும் பெண் தவிர வேறு எந்த அடையாளத்தையும் அங்கீகரிக்கவில்லை. எனினும் பல்வேறு காரணங்களால் இந்த பைனரிக்குள் பொருந்தாத நபர்கள் ஏராளமானோர் உள்ளனர் என்பதை நாம் அறிவோம். இத்தகைய நபர்கள் பெரும்பாலும் குறிவைக்கப்பட்டு, குற்றவாளிகளாக்கப்படுகிறார்கள், அடிப்படை உரிமைகள் மறுக்கப்படுகின்றனர். இத்தகைய செயல்களும் அடங்கும் பால்நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை வகை. ஆண்மை மற்றும் பாலியல் பற்றிய பிரிவில் நாம் கற்றுக்கொள்வது போல, ஆண் அல்லது பெண் வகைகளில் நேர்த்தியாக வராத நபர்களை ஏற்றுக்கொள்வது மிகவும் உள்ளடக்கிய மற்றும் சமத்துவ சமூகத்திற்கு வழிவகுக்கும்.

இவ்வாறு, அனைத்து நிறுவனங்களும் பாலின பாகுபாடுகளை பிரதிபலிக்கின்றன மற்றும் பெரும்பாலும் பாலின பாகுபாட்டை பராமரிப்பதில் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றன. இவை சவால் செய்யப்படவில்லை என்று அர்த்தமல்ல.

இந்த அத்தியாயத்தில் பல்வேறு செயல்பாடுகள் மூலம் இந்த நிறுவனங்கள் பெண்களின் வேலையை எவ்வாறு பாதிக்கின்றன என்பதைப் புரிந்துகொள்ள முயற்சிப்போம் HBWs

3.2 பராமரிப்பு வேலை

பராமரிப்பு வேலையில் குழந்தை பராமரிப்பு, சமையல் அல்லது வயதானவர்களைப் பராமரித்தல் போன்ற ஊதியம் பெறாத அல்லது குறைந்த ஊதிய நடவடிக்கைகள் அடங்கும். உலகளவில் பெண்கள் சுமார் 76% ஊதியம் பெறாத பராமரிப்பு வேலைகளைச் செய்கிறார்கள். இது வேலைகள், கல்வி, ஓய்வு மற்றும் தலைமைப் பாத்திரங்களுக்கான அவர்களின் அணுகலைக் கட்டுப்படுத்துகிறது. பெண்கள் ஊதியத்திற்காக வேலை செய்யும் போது கூட, அவர்கள் பெரும்பாலும் வீட்டுக் கடமைகளின் "இரட்டை சுமையை" சுமக்கிறார்கள், இது அவர்களின் உடல்நலம் மற்றும் நிதி சுதந்திரத்தை பாதிக்கிறது.

HBW பெண்கள் பெரும்பாலும் வீட்டிலிருந்து செய்யக்கூடிய வேலைகளை எடுத்துக்கொள்கிறார்கள், ஏனெனில் இது குழந்தைகள், ஊனமுற்றோர், குடும்பத்தின் முதியவர்கள் மீதான அவர்களின் பராமரிப்புப் பொறுப்புகளை நிறைவேற்ற அனுமதிக்கிறது.

பெரும்பாலான பெண் HBWகள் அடிப்படை வசதிகளைப் பொறுத்தவரை மோசமாக சேவை செய்யப்படும் பகுதிகளில் வாழ்கின்றனர். இதன் பொருள் என்னவென்றால், அவர்களின் "பராமரிப்பு பணியின்" ஒரு பகுதியாக, பொது விநியோகத் திட்டத்தின் மூலம் ரேஷன் வழங்கப்படும்போது வரிசையில் நின்று தண்ணீர் எடுப்பதற்கும் அவர்கள் நேரம் ஒதுக்க வேண்டியுள்ளது.

3.3 பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையின் பின்னணி

பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை என்பது தெற்காசியாவில் பரவலான மற்றும் ஆழமாக வேரூன்றிய பிரச்சினையாகும். இது உடல், பாலியல், உணர்ச்சி மற்றும் பொருளாதார துஷ்பிரயோகத்தை உள்ளடக்கியது - மேலும் இது தனியார் மற்றும் பொது இடங்களில் நடைபெறுகிறது. பெண்களுக்கு எதிரான குற்றங்கள் ஒவ்வொரு ஆண்டும் அதிகரித்து வருவதாக தரவு காட்டுகிறது, குடும்ப வன்முறை மிகவும் புகாரளிக்கப்பட்ட வடிவமாக உள்ளது. பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை பெரும்பாலும் பல சமூகங்களில் "இயல்பானது" என்று பார்க்கப்படுகிறது, அங்கு ஆணாதிக்க நம்பிக்கைகள் பெண்களின் கட்டுப்பாடு, தண்டனை மற்றும் கண்காணிப்பை நியாயப்படுத்துகின்றன.

சமூக விதிமுறைகள் பெரும்பாலும் தப்பிப்பிழைத்தவர்களை மௌனமாக்குகின்றன, குறிப்பாக குற்றம் செய்தவர் குடும்ப உறுப்பினராக இருக்கும்போது. களங்கம் பற்றிய பயம், குடும்ப ஆதரவு இல்லாமை மற்றும் நம்பப்படுவதில்லை என்ற பயம் ஆகியவை பல பெண்களைப் பேசுவதைத் தடுக்கின்றன. குடும்ப வன்முறையிலிருந்து பெண்களைப் பாதுகாக்கும் சட்டம் (2005) போன்ற சட்டப் பாதுகாப்புகள் உள்ளன - ஆனால் சமூக மற்றும் நிறுவன தடைகள் இன்னும் நீதிக்கான அணுகலைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன.

தலித், ஆதிவாசி, முஸ்லீம் மற்றும் எல்ஜிபிடிக்யூ + சமூகங்கள் போன்ற ஓரங்கட்டப்பட்ட பின்னணியைச் சேர்ந்த பெண்கள் அடுக்கு பாகுபாட்டை எதிர்கொள்கின்றனர் மற்றும் வன்முறையைப் புகாரளிக்கும்போது ஆதரவு, பாதுகாப்பு அல்லது கண்ணியம் மறுக்கப்படுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம்.

பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை *(GBV):* என்ன மற்றும் ஏன்*?*

பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை (GBV) ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் இடையிலான சமமற்ற சக்தி மற்றும் ஆழமாக வேரூன்றிய பாலின விதிமுறைகள் காரணமாக நிகழ்கிறது. பெண் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்கள் (HBWs) குறிப்பாக பாதிக்கப்படக்கூடியவர்கள், ஏனெனில் அவர்கள் பெரும்பாலும் தனிமையில் வேலை செய்கிறார்கள், மற்றவர்களை நிதி ரீதியாக சார்ந்திருக்கிறார்கள், மேலும் தொழிலாளர் சட்டங்களால் பாதுகாக்கப்படுவதில்லை. அவர்கள் வேலை செய்யும் வீடு, பெரும்பாலும் குடும்ப உறுப்பினர்கள் அல்லது ஒப்பந்தக்காரர்களால் உணர்ச்சி, உடல் அல்லது பொருளாதார வன்முறை உட்பட துஷ்பிரயோகத்தை எதிர்கொள்ளக்கூடிய இடமாகவும் இருக்கிறது. அவர்களின் பணி அதிகாரப்பூர்வமாக அங்கீகரிக்கப்படாததால், அவர்கள் பேசுவது அல்லது உதவி பெறுவது கடினம்.

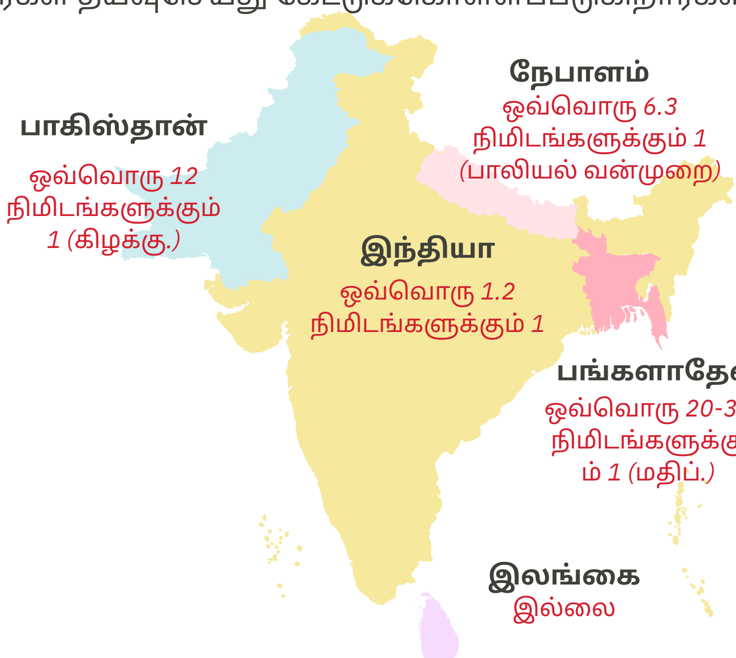
பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை (GBV) பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் இருவர் மீதும் ஆழமான மற்றும் நீண்டகால தாக்கங்களைக் கொண்டுள்ளது, இது அவர்களின் உடல் ஆரோக்கியம், மன நலன் மற்றும் சமூக மற்றும் பொருளாதார வாய்ப்புகளை பாதிக்கிறது. தப்பிப்பிழைத்தவர்கள் பெரும்பாலும் கவலை, மனச்சோர்வு, இனப்பெருக்க சிக்கல்கள் மற்றும் பிந்தைய மனஉளைச்சல் போன்ற நாள்பட்ட சுகாதார பிரச்சினைகளை அனுபவிக்கின்றனர். குழந்தைகளைப் பொறுத்தவரை, GBV ஐப் பார்ப்பது அல்லது அனுபவிப்பது வளர்ச்சி தாமதங்கள், உணர்ச்சி அதிர்ச்சி மற்றும் இளமைப் பருவத்தில் தொடரும் வன்முறை சுழற்சிகளுக்கு வழிவகுக்கும். இது கல்வி, இயக்கம் மற்றும் வேலைவாய்ப்புக்கான அணுகலையும் சீர்குலைக்கிறது, தலைமுறைகளுக்கு இடையேயான வறுமை மற்றும் சமத்துவமின்மையை வலுப்படுத்துகிறது. காலப்போக்கில், GBV தனிப்பட்ட திறனைக் குறைப்பது மட்டுமல்லாமல், சமூக பின்னடைவை பலவீனப்படுத்துகிறது மற்றும் பரந்த சமூக முன்னேற்றத்தைத் தடுக்கிறது.

பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை குறித்த சில புள்ளிவிவரங்கள்:

நாடு	பெண்களுக்கு எதிரான குற்றங்கள் (அனைத்து வகைகளும்)	கற்பழிப்பு வழக்கு	பாலியல் துன்புறுத்தல்	இயற்கைக்கு மாறான மரணங்கள்	மகப்பேறு இறப்புகள்	தலித் பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை
இந்தியா	ஒவ்வொரு 1.2 நிமிடங்களுக்கும் 1	ஒவ்வொரு 16 நிமிடங்களுக்கும் 1	ஒவ்வொரு 6.3 நிமிடங்களுக்கும் 1	ஒவ்வொரு 15 நிமிடங்களுக்கும் 1	ஒவ்வொரு 21 நிமிடங்களுக்கும் 1	ஒவ்வொரு 360 நிமிடங்களுக்கும் (6 மணி நேரம்) 1
பாகிஸ்தான்	ஒவ்வொரு 12 நிமிடத்திற்கும் 1 (மதிப்.)	ஒவ்வொரு 120 நிமிடங்களுக்கும் 1	இல்லை (குறைவாக தெரிவிக்கப்பட்டது)	ஒவ்வொரு 540 நிமிடங்களுக்கும் 1	ஒவ்வொரு 66 நிமிடங்களுக்கும் 1	இல்லை
நேபாளம்	ஒவ்வொரு 6.3 நிமிடங்களுக்கும் 1 (பாலியல் வன்முறை)	ஒவ்வொரு 150 நிமிடங்களுக்கும் 1	மேலே சேர்க்கப்பட்டுள்ளது	ஒவ்வொரு 900 நிமிடங்களுக்கும் 1	ஒவ்வொரு 1,000 நிமிடங்களுக்கும் 1	இல்லை
பங்களாதேஷ்	ஒவ்வொரு 20-30 நிமிடங்களுக்கும் 1 (மதிப்.)	ஒவ்வொரு 315 நிமிடங்களுக்கும் 1	இல்லை (குறைவாக தெரிவிக்கப்பட்டது)	இல்லை	ஒவ்வொரு 105 நிமிடங்களுக்கும் 1	இல்லை
இலங்கை	இல்லை	ஒவ்வொரு 375 நிமிடங்களுக்கும் 1	இல்லை	இல்லை	ஒவ்வொரு 3,300 நிமிடங்களுக்கும் 1	இல்லை

****குறிப்பு :** *ChatGPT* இலிருந்து *(*அல்லது *AI* இல் இருந்து*)* பெறப்பட்ட தரவைப் பயன்படுத்தி இந்த அட்டவணை உருவாக்கப்பட்டது. முக்கியமான பாலின நீதி சிக்கல்களை நிவர்த்தி செய்வதில் இந்த கையேட்டின் பொருத்தம், சூழ்நிலை துல்லியம் மற்றும் செயல்திறனை மேம்படுத்த மேலும் புதுப்பிக்கப்பட்ட, பிரிக்கப்பட்ட மற்றும் துல்லியமான தரவைப் பகிர்ந்து கொள்ளுமாறு பணிபுரியும் நிறுவனங்கள் மற்றும் பங்குதாரர்கள் தயவுசெய்து கேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறார்கள்.

உங்கள் நாட்டின் தரவை பங்கேற்பாளர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள். நீங்கள் முன்கூட்டியே ஒரு விளக்கப்படத்தை தயார் செய்யலாம்.



GBV ஐ எவ்வாறு நிவர்த்தி செய்வது?

தனிநபர் அளவில்: HBW பெண்கள் தங்கள் உரிமைகள் மற்றும் குடும்ப வன்முறை சட்டம் போன்ற அவர்களைப் பாதுகாக்கும் சட்டங்கள் பற்றி அறிந்திருக்க வேண்டும். பணியிடங்களில் பெண்களுக்கு எதிரான பாலியல் துன்புறுத்தல் (தடுப்பு, தடை மற்றும் தீர்வு) சட்டம், 2013 (POSH சட்டம்) என்பது பணியிடங்களில் பாலியல் துன்புறுத்தலில் இருந்து பெண்களைப் பாதுகாக்கும் ஒரு சட்டமாகும். இது வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்கள் உட்பட முறையான மற்றும் முறைசாரா தொழிலாளர்களை உள்ளடக்குகிறது. மேலும் இன்டர்னல் அல்லது லோக்கல் குழுக்கள் மூலம் புகார்களைப் பதிவு செய்வதற்கான அமைப்பை இது வழங்குகிறது. பெண்கள் தங்கள் உரிமைகளை அறிந்தால், அவர்கள் துஷ்பிரயோகத்தைப் புகாரளிப்பதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம். ஆதரவு குழுக்கள் மற்றும் சக விவாதங்கள் நம்பிக்கையை வளர்க்கும். டிஜிட்டல் கல்வியறிவு அல்லது பணத்தை நிர்வகிப்பது போன்ற திறன்களும் அவர்கள் குறைவான சார்புடையவர்களாகவும் அதிக நம்பிக்கையுடனும் மாற உதவுகின்றன.

கூட்டு மட்டத்தில்: HBW பெண்கள் குழுக்கள், தொழிற்சங்கங்கள் அல்லது கூட்டுறவுகளில் ஒன்றிணைந்து ஒருவருக்கொருவர் ஆதரவளிக்கலாம் மற்றும் சிறந்த நிலைமைகளைக் கோரலாம். இந்த கூட்டுகள் நியாயமான ஊதியம் மற்றும் பாதுகாப்பிற்காக ஒப்பந்தக்காரர்களுடன் பேரம் பேசலாம். சமூக அளவில், பாதுகாப்பு தணிக்கைகள் மற்றும் பொதுக் கூட்டங்கள் போன்ற நடவடிக்கைகள் பாதுகாப்பற்ற பகுதிகளை முன்னிலைப்படுத்தலாம் மற்றும் உள்ளூர் திட்டமிடலில் மாற்றங்களுக்கு வழிவகுக்கும்.

உதாரணமாக, HBW பெண்களின் ஒரு குழு பாதுகாப்பு தணிக்கை செய்து, அகமதாபாத்தில் விளக்குகளை மேம்படுத்தவும் பாதுகாப்பற்ற நடைமுறைகளை நிவர்த்தி செய்யவும் நகராட்சியைப் பெற்றது. சுயதொழில் பெண்கள் சங்கம் (சேவா) 2015 மற்றும் 2017 க்கு இடையில் குறைந்த வருமானம் கொண்ட சுற்றுப்புறங்களில் உள்ள வீட்டிலிருந்து பெண் தொழிலாளர்களுடன் பாதுகாப்பு தணிக்கையை ஏற்பாடு செய்தது. மேப்பிங் பயிற்சிகள் மற்றும் சமூக நடைகள் மூலம், பெண்கள் மோசமாக ஒளிரும் தெருக்கள் மற்றும் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட சந்துகள் போன்ற பாதுகாப்பற்ற பகுதிகளை அடையாளம் கண்டனர். அவர்கள் இந்த கண்டுபிடிப்புகளை அகமதாபாத் மாநகராட்சிக்கு வழங்கினர், அது தெரு விளக்குகளை நிறுவுதல், உள்கட்டமைப்பை சரிசெய்தல் மற்றும் பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளை அதிகரிப்பதன் மூலம் பதிலளித்தது. இந்த முயற்சி உள்ளூர் பாதுகாப்பை மேம்படுத்தியது மட்டுமல்லாமல், உள்ளூர் நிர்வாகத்துடன் ஈடுபடவும், பாலின-பதிலளிக்கக்கூடிய நகர்ப்புற திட்டமிடலைக் கோரவும் பெண்களுக்கு அதிகாரம் அளித்தது.

GBV மற்றும் ஊனமுற்ற பெண்கள் எதிர்கொள்ளும் சவால்களை சமாளிக்க HBW களுக்கு தனிப்பட்ட அதிகாரம் மற்றும் கூட்டு நடவடிக்கை தேவை. பெண்கள் ஒழுங்கமைக்கப்பட்டு அங்கீகரிக்கப்படும்போது, அவர்கள் தங்கள் வாழ்க்கையையும் சமூகத்தையும் மாற்றியமைக்க முடியும்.

3.4 பணியிடத்தில் வீட்டு வன்முறை மற்றும் குடும்ப வன்முறை: HBW சூழல்

வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்கள் பெரும்பாலும் பொது அல்லது பணியிடங்களில் மட்டுமல்ல, தங்கள் சொந்த வீடுகளுக்குள்ளும் வன்முறையை எதிர்கொள்கின்றனர். வீடு ஒரு தனியார் மற்றும் பணியிடமாக இருப்பதால், தனிப்பட்ட மற்றும் தொழில்முறை வன்முறைக்கு இடையிலான எல்லைகள் மங்கலாகின்றன. வாய்மொழி துஷ்பிரயோகம், உணர்ச்சி கட்டுப்பாடு, உடல் வன்முறை, இயக்கம் மீதான கட்டுப்பாடுகள் மற்றும் டிஜிட்டல் கண்காணிப்பு ஆகியவை பொதுவானவை. குடும்ப உறுப்பினர்கள் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் வேலை மூலம் சம்பாதித்த வருமானத்தைக் கட்டுப்படுத்தலாம், ஆண் வாடிக்கையாளர்களுடனான தொடர்புகளைக் கட்டுப்படுத்தலாம் அல்லது கூட்டு அல்லது பயிற்சிகளில் பங்கேற்பதை அனுமதிக்க மறுக்கலாம். ஆன்லைன் துஷ்பிரயோகம் (எ.கா., தொலைபேசி கண்காணிப்பு, அச்சுறுத்தும் செய்திகள்) தீங்கு ஒரு அடுக்கை சேர்க்கிறது. இந்த டிஜிட்டல் வன்முறை பங்காளிகள் அல்லது உறவினர்களால் செய்யப்படும் போது குறிப்பாக ஆபத்தானது. இந்த யதார்த்தங்கள் வீடுகள் மற்றும் டிஜிட்டல் இடங்கள் பணியிடங்களாகக் காணப்பட வேண்டும் மற்றும் தொழிலாளர் பாதுகாப்பு மற்றும் வன்முறை சட்டங்களில் சேர்க்கப்பட வேண்டும் என்று கோருகின்றன.

இந்த வகையான வன்முறையை குறிப்பாக ஆபத்தானதாக ஆக்குவது என்னவென்றால், குற்றவாளிகள் பெரும்பாலும் கணவர்கள், மாமியார் அல்லது பிற நெருங்கிய குடும்ப உறுப்பினர்களாக இருக்கிறார்கள் - இதனால் பெண்கள் உதவி பெறுவது கடினம். அதிகாரமளிக்க வேண்டிய டிஜிட்டல் இடங்கள் கூட இறுக்கமாக கண்காணிக்கப்படுகின்றன - அணுகலைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன

நிதிப் பயன்பாடுகள், தகவல்தொடர்பு சேனல்கள் அல்லது சக நெட்வொர்க்குகள். HBW பெண்கள் முறைசாரா அமைப்புகளில் பணிபுரிவதால், அவர்கள் பெரும்பாலான பணியிட பாதுகாப்புப் பாதுகாப்புகளிலிருந்து விலக்கப்படுகிறார்கள்.

வீடுகளை முறையான பணியிடங்களாக அங்கீகரிப்பதும், பெண்களுக்கு சட்டப் பாதுகாப்பை விரிவுபடுத்துவதும் அவசியம். பெண்களின் தனித்துவமான நிலைமைகளுக்கு உணர்திறன் கொண்ட சட்ட நிவாரணம் மற்றும் சமூக அடிப்படையிலான ஆதரவு நெட்வொர்க்குகள் இரண்டையும் தலையீடுகள் உள்ளடக்கியிருக்க வேண்டும்.

3.5 வளங்கள், கடன் மற்றும் சமூக பாதுகாப்புக்கான அணுகல்: சமமற்ற கட்டுப்பாடு மற்றும் பாலின தடைகள்

பெண்கள், குறிப்பாக முறைசாரா மற்றும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் துறைகளில் பணிபுரிபவர்கள் - அத்தியாவசிய பொருளாதார வளங்களை அணுகுவதற்கும் கட்டுப்படுத்துவதற்கும் வரும்போது பெரிய கட்டமைப்பு தடைகளை எதிர்கொள்கின்றனர். பெண்கள் தங்கள் உழைப்பின் மூலம் பணம் சம்பாதித்தாலும், அல்லது ஊதியமில்லாத பராமரிப்பு மற்றும் வீட்டு வேலைகள் மூலம் கணிசமான பங்களிப்பு செய்தாலும், அவர்கள் குடும்ப சொத்துக்கள் அல்லது நிதி முடிவெடுப்பதை கட்டுப்படுத்துவது அரிது.

நிலமும் சொத்துக்களும் இன்றும் ஏராளமாக ஆண்களுக்குச் சொந்தமானவை. பல குடும்பங்களில், பெண்கள் நிலத்தை வாரிசாகப் பெற்றாலும் அல்லது வரதட்சணையாகப் பெற்றாலும், சட்டப்பூர்வ பட்டங்கள் ஆண் உறவினர்களின் பெயர்களிலேயே உள்ளன. இது கடனுக்கான பிணையமாக அல்லது நீண்டகால பாதுகாப்பு மற்றும் சுதந்திரத்தை உருவாக்குவதற்கான தளமாக சொத்துக்களைப் பயன்படுத்துவதற்கான பெண்களின் திறனைக் கட்டுப்படுத்துகிறது. சட்டப்பூர்வ உரிமை அல்லது ஆவணங்கள் இல்லாமல், பண்ணை ஆதரவு, நில மேம்பாட்டுத் திட்டங்கள் மற்றும் அரசாங்க மானியங்கள் உள்ளிட்ட பல அரசு சேவைகளிலிருந்து பெண்கள் விலக்கப்படுகிறார்கள்.

முறையான கடன் **கிடைப்பதும்** ஒரு சவாலாக உள்ளது. நிதி நிறுவனங்கள் பெரும்பாலும் வருமானச் சான்று, நில ஆவணங்கள் அல்லது உத்தரவாததாரர்களைக் கோருகின்றன - இவை அனைத்தும் பல பெண்களுக்கு இல்லை. இதன் விளைவாக, வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்கள் பெரும்பாலும் அதிக வட்டி வசூலிக்கும் முறைசாரா கடன் வழங்குநர்களிடம் திரும்புகிறார்கள் மற்றும் அவர்களின் பாதிப்பை சுரண்டுகிறார்கள். கடன் கிடைக்கும் போது கூட, அது பெரும்பாலும் ஆண் குடும்ப உறுப்பினர்களின் பெயர்களில், அல்லது அவர்களின் கட்டுப்பாட்டில் உள்ளது.

ஓய்வூதியங்கள், மகப்பேறு சலுகைகள், சுகாதார காப்பீடு அல்லது இயலாமை ஆதரவு போன்ற சமூக பாதுகாப்பு திட்டங்கள் பெரும்பாலும் முறையான வேலையில் உள்ளவர்களுக்காக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளன. இது பெண் தொழிலாளர்களில் பெரும் பகுதியை - குறிப்பாக பெண் HBW - இதுபோன்ற திட்டங்களின் பாதுகாப்புக்கு வெளியே விடுகிறது. பெண்கள் தங்கள் உரிமைகளைப் பற்றி அறியாமல் இருக்கலாம் அல்லது அதிகாரத்துவ செயல்முறைகளை வழிநடத்துவதில் சிரமங்களை எதிர்கொள்ளலாம்.

மேலும், இருக்கும் திட்டங்கள் எப்போதும் பாலின உணர்திறன் கொண்டவை அல்ல. உதாரணமாக, சில நலத்திட்டங்கள் பெண்கள் தங்கள் சொந்த உரிமையில் தொழிலாளர்களை விட ஆண் தொழிலாளர்களைச் சார்ந்தவர்கள் என்ற அனுமானத்தின் அடிப்படையில் கட்டமைக்கப்படுகின்றன.

இந்த சவால்களை எதிர்கொள்ள, பல **பாலின-மாற்றும் தீர்வுகள்** தேவை:

- பாதுகாப்பை உறுதி செய்வதற்காக கணவன் மனைவி இருவரின் பெயரிலும் நிலம் மற்றும் வீட்டுவசதி ஆகியவற்றுக்கு கூட்டாக உரிமை வழங்குவதை ஊக்குவித்தல் உரிமை.
- அடமானம் இல்லாத கடன்கள், நெகிழ்வான திருப்பிச் செலுத்தும் விருப்பங்கள் மற்றும் கூட்டு கடன் மாதிரிகள் போன்ற பெண்களின் யதார்த்தங்களுக்கு ஏற்ப கடன் அமைப்புகளை உருவாக்குதல்.
- மலிவான சுகாதார காப்பீடு, முதியோர் ஓய்வூதியங்கள், மகப்பேறு ஆதரவு மற்றும் விபத்து பாதுகாப்பு போன்ற முறைசாரா மற்றும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்களின் தேவைகளை பிரதிபலிக்கும் சமூக பாதுகாப்பு திட்டங்களை வடிவமைத்தல்.
- HBWகளுக்கு அவர்களின் உரிமைகள் குறித்து தெரிவிக்கவும், திட்டங்களை அணுக ஆதரவளிக்கவும் அதிக அளவில் மக்களைச் சென்றடைவதை உறுதி செய்தல்.
- உரிமைகளைப் பேச்சுவார்த்தை நடத்துதல், கடன் பெறுதல் மற்றும் உள்ளடக்கிய நிதிக் கொள்கைகளுக்காக வாதிடுதல் ஆகியவற்றில் பெண்கள் கூட்டு மற்றும் கூட்டுறவுகளின் பங்கை வலுப்படுத்துதல்.

வளங்கள் மற்றும் பாதுகாப்புக்கான பாதுகாப்பான அணுகல் இல்லாமல், பெண்களின் உழைப்பு குறைவாக மதிப்பிடப்படுகிறது மற்றும் அவர்களின் பொருளாதார சுதந்திரம் குறைமதிப்பிற்கு உட்படுத்தப்படுகிறது. வளங்கள் மீதான அணுகல் மற்றும் கட்டுப்பாட்டை உறுதி செய்வது என்பது நிதி உள்ளடக்கத்தைப் பற்றியது மட்டுமல்ல - இது பெண்களை முழுமையான மற்றும் சமமான பொருளாதார நடிகர்களாக அங்கீகரிப்பது பற்றியது.

3.6 வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் வேலைக்கு குறிப்பிட்ட உடல்நலம் மற்றும் பாதுகாப்பு கவலைகள்

பெண் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்கள் (HBWs) பெரும்பாலும் தொழில்சார் பாதுகாப்பிற்காக வடிவமைக்கப்படாத அல்லது ஒழுங்குபடுத்தப்படாத சூழல்களில் வேலை செய்கிறார்கள். முறையான பணியிடங்களைப் போலன்றி, வீடுகள் காற்றோட்டம், விளக்குகள் அல்லது பணிச்சூழலியல் தளவமைப்பு ஆகியவற்றின் அடிப்படை தரங்களை அரிதாகவே பூர்த்தி செய்கின்றன. பெண்கள் பொதுவாக நெரிசலான, மங்கலான வெளிச்சமுள்ள அறைகளில் வேலை செய்கிறார்கள், தரையில் அல்லது குறைந்த மலத்தில் நீண்ட நேரம் உட்கார்ந்து, பெரும்பாலும் சரியான முதுகு ஆதரவு இல்லாமல், நாள்பட்ட வலி, சோர்வு மற்றும் நீண்டகால தசைக்கூட்டு பிரச்சினைகளுக்கு வழிவகுக்கிறது.

பல HBW பெண்கள் இரசாயனங்கள், தூசி, புகைகள் அல்லது கூர்மையான கருவிகளில் வேலை செய்கின்றனர்-உதாரணமாக, ஊதுபத்தி உருட்டுதல், ஜரிகை வேலை, சாயம் பூசுதல் அல்லது மின்னணு பாகங்களை அசெம்பிள் செய்தல். ஆனாலும், அவர்களுக்கு பாதுகாப்புக் கருவிகள் வழங்கப்படுவதில்லை, உடல்நலக் கேடுகளைப் பற்றி அவர்களுக்குத் தெரியப்படுத்தப்படுவதில்லை. பாதுகாப்பு நெறிமுறைகள் இல்லாததால் சுவாச நோய்கள், தோல் நோய்த்தொற்றுகள், கண் சிரமம் மற்றும் பிற உடல்நலப் பிரச்சனைகள் அடையாளம் காணப்படாமலும் சிகிச்சையளிக்கப்படாமலும் உள்ளன.

ஊதியம் பெறாத பராமரிப்பு மற்றும் ஊதியம் பெறும் வேலையின் இரட்டைச் சுமையை நிர்வகிக்கும் போது பெண்கள் எதிர்கொள்ளும் உணர்ச்சி ரீதியான மற்றும் மனநல அழுத்தங்கள் இதைத் தூண்டுகின்றன. உற்பத்திக்கான காலக்கெடுவில் சரியாக வேலையை முடிப்பதுடன், குழந்தை பராமரிப்பு, சமைத்தல், சுத்தம் செய்தல் மற்றும் முதியோர் பராமரிப்பு ஆகியவற்றை சமநிலைப்படுத்துவது, மன சோர்வு, பதட்டம் மற்றும் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட உணர்வை ஏற்படுத்தும். அவர்களின் வேலை மற்றவர்களுக்கு தெரியாமலும் குறைவாக மதிப்பிடப்பட்டும் இருப்பதால், HBW பெண்கள் பெரும்பாலும் சமூக ஆதரவையும் அங்கீகாரத்தையும் இழக்கின்றனர். இது அவர்களின் மன நலனை மேலும் பாதிக்கிறது.

மற்றொரு பெரிய சவால் என்னவென்றால், தொழிலாளர் சட்டங்களில் பணியிடங்களாக வீடுகள் முறையாக அங்கீகரிக்கப்படவில்லை. இதன் விளைவாக, பெரும்பாலான தொழில்சார் சுகாதாரம் மற்றும் பாதுகாப்புத் திட்டங்கள், காப்பீட்டுப் பலன்கள் அல்லது வேலையில் ஏற்படும் காயங்களுக்கான இழப்பீடு ஆகியவை HBW பெண்களுக்கு விலக்கப்பட்டுள்ளன.

அவர்களின் வேலை சூழலுக்கேற்ப வடிவமைக்கப்பட்ட ஆய்வுகள் எதுவும் இல்லை, நிலையான பாதுகாப்பு வழிகாட்டுதல்கள் இல்லை, எந்த குறை தீர்ப்பு வழிமுறைகளும் இல்லை.

3.7 POSH மற்றும் குடும்ப வன்முறை சட்டங்களின் கீழ் புகார்களைப் பதிவு செய்தல்: அடிப்படையான செயல்முறைகள் மற்றும் தேவையான ஆவணங்கள்

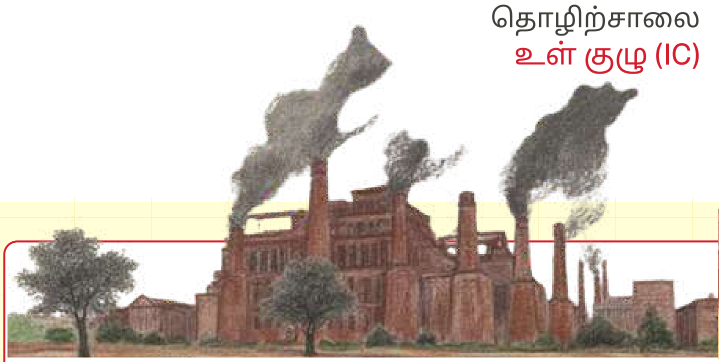
A. பணியிடத்தில் பெண்களுக்கு எதிரான பாலியல் துன்புறுத்தல் (தடுப்பு, தடை மற்றும் தீர்வு) சட்டம், 2013 – POSH இன் கீழ்

பணியிடங்களில் பெண்களுக்கு ஏற்படும் பாலியல் துன்புறுத்தல்களில் இருந்து இந்த சட்டம் பாதுகாக்கிறது. வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் முறைசாரா பெண் தொழிலாளர்களுக்கு (HBWகள்), குறிப்பாக அவர்களின் பணியிடங்கள் அமைப்புசாராததாய் இருக்கும்போது அல்லது 10 க்கும் குறைவான தொழிலாளர்களைக் கொண்டிருக்கும்போது, புகார்களைக் கையாள்வதற்குப் பொறுப்பான அமைப்பு லோக்கல் கமிட்டி (LC) ஆகும்.

புகாரை எங்கே பதிவு செய்வது:

- 10 அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட தொழிலாளர்களைக் கொண்ட ஒரு அலுவலகம் அல்லது தொழிற்சாலையில் பணிபுரிந்தால் → நிறுவனமே இன்டர்னல் கமிட்டி (IC) .
- வீட்டிலிருந்து பணிபுரிந்தால், அல்லது 10 க்கும் குறைவான தொழிலாளர்களைக் கொண்ட அமைப்புசாரா இடத்தில் பணிபுரிந்தால் → மாவட்ட அளவில் உள்ள லோக்கல் கமிட்டி (LC) (மாவட்ட ஆட்சியர் / மாவட்ட அதிகாரி அலுவலகத்தில் அமைந்துள்ளது).

மேலும் 10 தொழிலாளர்களுடன்
தொழிற்சாலை
உள் குழு (IC)



10 க்கும் குறைவான தொழிலாளர்களுடன்
வீடு/முறைசாரா இடம்
உள்ளூர் குழு (LC)

புகார் பதிவு செய்வதற்கான படிகள்:

- சம்பவம் நடந்த (அல்லது மீண்டும் மீண்டும் துன்புறுத்தப்பட்டால், கடைசியாக நிகழ்ந்த சம்பவத்திலிருந்து) 3 மாதங்களுக்குள் புகார் எழுதவும்.
- IC க்கு எழுத்துப்பூர்வமாக அதை சமர்ப்பிக்கவும் - கையால் எழுதப்படலாம் அல்லது தட்டச்சு செய்யலாம்.
- தேவைப்பட்டால் புகார்தாரர் புகாரை எழுத்துப்பூர்வமாக எழுத உதவி கோரலாம்.
- கமிட்டி, 90 நாட்களுக்குள் அந்த வழக்கை விசாரித்து தீர்ப்பு வழங்கும்.

தேவையான ஆவணங்கள்:

- எழுத்துப்பூர்வ புகார் (புகார்தாரர் கையொப்பமிட்டது).
- அடையாளச் சான்று (ஏதேனும் அரசாங்க ID).
- ஏதேனும் ஆதாரம் (செய்திகள், தொலைபேசி அழைப்பு பதிவுகள், புகைப்படங்கள், சாட்சி பெயர்கள் போன்றவை).
- ஒரு பிரதிநிதி மூலம் புகாரளித்தால், அங்கீகார கடிதம் உதவியாக இருக்கும்.

B. குடும்ப வன்முறையிலிருந்து பெண்களைப் பாதுகாக்கும் சட்டம் (PWDVA), 2005 இன் கீழ்

கணவர் மற்றும் கணவர் குடும்பத்தார் உள்ளிட்ட குடும்ப உறுப்பினர்களால் செய்யப்படும் உடல் ரீதியான, உணர்ச்சி ரீதியான, பாலியல் ரீதியான, பொருளாதார ரீதியான மற்றும் வாய்மொழி ரீதியான துஷ்பிரயோகத்திலிருந்து இந்த சட்டம் பெண்களைப் பாதுகாக்கிறது. இது பாதுகாப்பான வீட்டில் வாழ்வதற்கான உரிமையையும் உத்தரவாதம் செய்கிறது.

புகாரை எங்கே பதிவு செய்வது:

- **பாதுகாப்பு அலுவலர்** (மாவட்ட அளவில் நியமிக்கப்பட்டவர்**).**
- **காவல் நிலையம்** (FIR பதிவு செய்யவும் அல்லது PWDVA இன் கீழ் உதவி கேட்கவும்).
- **மாஜிஸ்திரேட் நீதிமன்றம்** (நேரடியாகவோ அல்லது பாதுகாப்பு அலுவலர் மூலமாகவோ)
- **பெண்களுக்கான ஹெல்ப்லைன்கள், NGO-கள் அல்லது ஒன்-ஸ்டாப் கிரைசிஸ் மையங்கள்** புகாரைப் பதிவு செய்ய உதவலாம்.

புகார் பதிவு செய்வதற்கான படிகள்:

- ஒரு பாதுகாப்பு அலுவலர் அல்லது ஒரு NGO மூலம் உள்நாட்டு சம்பவ அறிக்கையை (DIR) தாக்கல் செய்யுங்கள்.
- மாஜிஸ்திரேட் நீதிமன்றத்தில் அந்த அறிக்கையை சமர்ப்பிக்கவும்.
- நிலைமையைப் பொறுத்து பாதுகாப்பு உத்தரவுகள், குடியிருப்பு உத்தரவுகள் அல்லது பண நிவாரணங்களை நீதிமன்றம் வழங்க முடியும்.

தேவையான ஆவணங்கள்:

- வன்முறை பற்றிய எழுத்துப்பூர்வ விளக்கம் அல்லது DIR.
- அடையாளம் மற்றும் முகவரிக்கான சான்று.
- திருமண சான்றிதழ் (இருந்தால்).
- மருத்துவ அறிக்கைகள் (உடல் காயம் ஏற்பட்டிருந்தால்).
- குடியிருப்பு சான்று (பயன்பாட்டு பில், ரேஷன் கார்டு போன்றவை).
- சாட்சி அறிக்கைகள், புகைப்படங்கள் அல்லது வேறு ஏதேனும் துணைப் பொருட்கள்.

செயற்பாடு 3A
பாலின அடிப்படையிலான வன்முறையின் பரவலும் தீவிரத்தன்மையும்

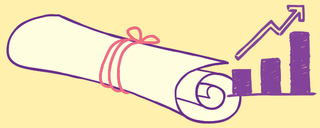
20
நிமிடங்கள்

குறிப்பு: *3.3 - 3.7*

கருப்பொருள் :
பாலின அடிப்படையிலான வன்முறையின் பரவலான வழக்கத்தையும் தீவிரத்தன்மையையும் புரிந்துகொள்ளுதல்

செய்முறை:
தரவுகளுடன் சார்ட் பேப்பரைப் பயன்படுத்தி விரிவுரை வழங்குதல்

தேவையான பொருட்கள்:



தரவுகளுடன் சார்ட் பேப்பர்

செயல்முறை

படி 1

HBW பெண்கள் எதிர்கொள்ளும் பல்வேறு வன்முறைச் செயல்களைப் பட்டியலிடுமாறு பங்கேற்பாளர்களிடம் கேட்கவும்.

படி 2

பங்கேற்பாளர்கள் தாங்கள் எதிர்கொண்டதில் குறைந்தது 5-6 வகையான வன்முறைகளை வழங்கிய பிறகு, நீங்கள் சுருக்கமாக இதைக் கூறலாம், "பெண்கள் எதிர்கொள்ளும் வன்முறையானது 'பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை' என்றும் அழைக்கப்படுகிறது, ஏனெனில் இது பாலின விதிமுறைகளின் காரணமாகவும், பெண்கள் ஆண்களை விட தாழ்ந்தவர்கள் என்ற நம்பிக்கைகளின் காரணமாகவும் செய்யப்படுகிறது. இது சமூகத்தில் பரவலாக நிலவும் நம்பிக்கையாக உள்ளது. இது ஏராளமான பெண்கள் அனுதினமும் பல்வேறு வகையான வன்முறைகளை எதிர்கொள்ள வழிவகுக்கிறது.

படி 3

பயிற்சியாளர் குறிப்பு- 3.3 இல் கொடுக்கப்பட்டுள்ள தரவுகளைக் கொண்டிருக்கும் சார்ட்டைப் பார்த்து, தரவுகளைப் படித்து அதை எளிமைப்படுத்தவும்.

படி 4

"இந்த அமர்வுகளின் மூலம் பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை என்பது குற்றம் செய்தவருக்கும் பெண்ணுக்கும் அல்லது சிறுமிக்கும் இடையிலான ஒரு செயல் மட்டுமல்ல; இந்த கடுமையான யதார்த்தத்திற்கு வழிவகுக்கும் பொதுவான காரணங்கள் உள்ளன" என்று கூறவும்.

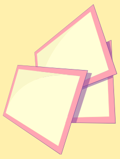
செயல்பாடு 3B
கண்ணுக்கு தெரியாத தடைகளை அடையாளம் காணுதல்

30
நிமிடங்கள்

குறிப்பு: *3.2*

கருப்பொருள்:
இந்தியாவில் பெண்களின் நிலையை வடிவமைக்கும் அன்றாட யதார்த்தங்களையும் கட்டமைப்பு சவால்களையும் புரிந்துகொள்ளுதல்.

பொருட்கள்:



ஐந்து சக்திவாய்ந்த படங்கள் *(அவை தனித்தனியாக அச்சிடப்பட்டிருப்பதையும் நீங்கள் காணலாம்)*

செயல்பாட்டுக்கான படங்கள்

குழு 1க்கான கேள்விகள்

- இந்த படங்களில் நீங்கள் என்ன பார்க்கிறீர்கள்?
- அந்தப் பெண்களின் வேலையை உங்களால் புரிந்து கொள்ள முடிகிறதா?
- இந்தப் பெண்கள் எந்த ஜாதியைச் சேர்ந்தவர்கள் என்று நினைக்கிறீர்கள்?
- இந்த வேலையைச் செய்யும் ஆண்களும் பெண்களும் சம எண்ணிக்கையில் இருப்பதை நாம் காண்கிறோமா?

(உலர் கழிப்பிடங்களை சுத்தம் செய்யும் ஒரு பெண்ணின் புகைப்படம் - மனித மலங்களை சேகரிக்கிறார் - பங்கேற்பாளர்களிடம் சொல்ல வேண்டாம் - அவர்களை யூகிக்க விடுங்கள். அவர்களால் யூகிக்க முடியவில்லை என்றால், பின்னர் சொல்லுங்கள்)

குழு 2 க்கான படங்கள்

குழு 3 க்கான படங்கள்

(டெல்லியில் இலவச பஸ் பாஸுடன் பயணம் செய்யும் பெண்களின் புகைப்படம்)

(மகாராஷ்டிராவில் இலவச பேருந்து சேவையை பெண்கள் கோருவதாகக் கூறும் புகைப்படம்)

குழு 2 க்கான கேள்விகள்

- இந்த படங்களில் நீங்கள் என்ன பார்க்கிறீர்கள்?
- வீட்டிலிருந்தே பணிபுரியும் தொழிலாளர்கள் வீட்டிலிருந்து வேலை செய்வதால் - பெண்களுக்கு அது பாதுகாப்பான இடமாக இருக்கிறதா?
- அவர்கள் என்ன வகையான வன்முறையை எதிர்கொள்கிறார்கள்?
- இத்தகைய வன்முறைகளை செய்பவர்கள் யார்?
- வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் ஆண் தொழிலாளர்களும் இதேபோன்ற வன்முறையை எதிர்கொள்கிறார்களா?

குழு 3 க்கான கேள்விகள்

- படங்களில் நீங்கள் என்ன பார்க்கிறீர்கள்?
- சில நகரங்கள் / மாநிலங்களில் அறிவிக்கப்பட்ட பெண்களுக்கான இலவச பேருந்து சேவை, வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களுக்கு உதவியாக இருக்கிறதா? ஆம் என்றால் ஏன், இல்லையென்றால் ஏன்?
- அரசு ஏன் இதுபோன்ற சேவைகளை தொடங்கியது என்று நினைக்கிறீர்கள்?

பயிற்சியாளர்களுக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்:

படி 1: குழு கவனிப்பு மற்றும் கலந்துரையாடல்

ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் மேலே கொடுக்கப்பட்டுள்ளபடி இரண்டு படங்களைக் கொடுங்கள். மேலும் ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் அந்தந்த கேள்விகளைக் கொடுத்துவிட்டு, "இந்தப் படத்தை உற்றுப் பாருங்கள். கொடுக்கப்பட்டுள்ள கேள்விகளைப் பற்றி உங்கள் குழுவிற்குள் விவாதியுங்கள்" என்று கூறுங்கள்.

குழுக்கள், விவாதிக்க சுமார் 5-10 நிமிடங்கள் எடுத்துக் கொள்ளட்டும். அவர்கள் விரும்பினால், அவர்கள் தங்கள் எண்ணங்களை ஒரு சார்ட் பேப்பரில் எழுதலாம்.

படி 2: குழு விளக்கங்கள்

ஒவ்வொரு குழுவையும் அவர்கள் என்ன கவனித்தார்கள் என்றும் விவாதித்தார்கள் என்றும் சுருக்கமாக விளக்குமாறு கேட்கவும்.

ஒவ்வொரு விளக்கத்துக்குப் பிறகும், பின்வரும் புள்ளிகளிலிருந்து சில குறிப்புகளை உருவாக்கவும்.

குழு 1 வழங்கிய விளக்கத்துக்குப் பிறகு பயிற்சியாளரின் குறிப்புகள் /அவதானிப்புகளுக்கான விருப்பங்கள்

- மக்களின் நல்ல ஆரோக்கியத்திற்கு சுத்தமான சூழலில் வாழ்வது மிக முக்கியமானது.
- கழிவுகளை சேகரிப்பதும் கழிவுகளை தரம் பிரிப்பதும் நகரங்களை சுத்தமாக வைத்திருப்பதற்கான ஒரு முக்கியமான பணியாகும் - இருப்பினும் பெரும்பாலான கழிவு சேகரிப்பு தலித்துகளாலும், தலித்துகளிடையே பெரும்பாலும் பெண்களாலும் செய்யப்படுகிறது என்பது அனைவரும் அறிந்ததே? பல நாடுகளில் இயந்திரங்கள் மூலம் சுத்தம் செய்யப்படும் சாக்கடைகள் இங்கு இன்னும் மனிதர்களால் செய்யப்படுகிறது, அதுவும் பெரும்பாலான தெற்காசிய நாடுகளில் பெரும்பாலும் தலித் ஆண்களாலேயே.
- திருமணம் மற்றும் சமூக விஷயங்களுக்கு சாதி பொருத்தமானது என்று பெரும்பாலும் நம்பப்படுகிறது. ஆனால் உண்மை என்னவென்றால், சில சாதிகள் மற்றும் மதங்களைச் சேர்ந்தவர்கள் பெரும்பாலும் சில வகையான HBW வில் ஈடுபடுவதைக் காண்கிறோம். 2009 இல் ISST நடத்திய ஆய்வில் பின்வருவன கண்டறியப்பட்டன

இடம்	பணி	பெரும்பாலும் இந்த வேலையில் ஈடுபடும் சாதி / மதம்
பாட்னா, பீகார்	காலணி தயாரித்தல்	ரவிதாஸ் சமூகம் (பாரம்பரிய இந்து) + சில முஸ்லிம்கள்
	புல்லாங்குழல் தயாரித்தல்	முஸ்லிம்கள்
	பீடி	பெரும்பாலும் SC/ST/இதர பிற்படுத்தப்பட்ட பழங்குடியினர், மிகவும் பிற்படுத்தப்பட்ட சாதிகள்

உங்கள் சுற்றுப்புறத்தைச் சுற்றிப் பார்த்து சிந்தியுங்கள், சில சாதி சமூகங்கள் குறிப்பிட்ட வகையான பணிகளைச் செய்வதை நீங்கள் காண்கிறீர்களா? வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் வேலைக்கு இது பொருந்துமா? சாதிப் பாகுபாடுகள் ஏதும் காணப்படுகின்றனவா?

குழு 2 வழங்கிய விளக்கத்துக்குப் பிறகு பயிற்சியாளரின் குறிப்புகள் / அவதானிப்புகளுக்கான விருப்பங்கள்

பெரும்பாலான பங்கேற்பாளர்கள் அந்த படங்கள் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களின் படங்கள் என்றும், அவர்களும் வன்முறையை எதிர்கொள்கின்றனர் என்றும் கூற வாய்ப்புள்ளது.
பின்வருவனவற்றைக் கூறவும்
முறைசாரா அமைப்புகளில் அல்லது 10 க்கும் குறைவான ஊழியர்களைக் கொண்ட நிறுவனங்களில் பணிபுரியும் பெண்களுக்கு, நகர்ப்புறங்களிலும் கிராமப்புறங்களிலும் மாவட்ட அளவில் லோக்கல் கமிட்டிகள் (LC-கள்) அமைக்கப்பட்டுள்ளன.
இந்தச் சட்டத்தின் ஒரு முக்கியமான அம்சம் என்னவென்றால், பாலியல் துன்புறுத்தலின் வரையறையானது புகார்தாரரின் அனுபவத்தால் தீர்மானிக்கப்படுகிறது - அதாவது, ஒரு பெண் பாலியல் தாக்குதல் செய்தவரின் சொற்கள் அல்லது நடத்தையை பாலியல் வன்முறையாகக் கண்டால், புகார் அளிக்க அவருக்கு உரிமை உண்டு.
அவர்களின் பகுதியில் உள்ள லோக்கல் கமிட்டியை அணுக திட்டமிடுமாறு நீங்கள் அவர்களிடம் கூறலாம் அல்லது அவர்கள் தொடர்புகொள்ளக்கூடிய LC உறுப்பினர்களின் பெயர்களையும் எண்களையும் நீங்கள் அவர்களுக்கு கொடுக்கலாம்.

குழு 3 வழங்கிய விளக்கத்துக்குப் பிறகு பயிற்சியாளரின் கருத்துகளுக்கான விருப்பங்கள்

இலவச பயணத்தின் முக்கியத்துவம் குறித்த தங்கள் விவாதத்தை பங்கேற்பாளர்கள் பகிர்ந்து கொண்ட பிறகு, இலவச பயணத்தை வழங்குவதன் மூலம் – மாநிலம் அல்லது அரசாங்கம் மறைமுகமாக பெண்கள் மீது முதலீடு செய்து, பெண்களுக்கான வாய்ப்புகளை அணுகுவதில் உள்ள தடைகளை அவர்களுக்கு நீக்குகிறது என்று நீங்கள் கூறலாம். இலவச பயண வசதி இருப்பதால், பெண்கள் வேலைக்காக வீட்டை விட்டு வெளியேறவோ அல்லது குடும்பத்தினரை சந்திக்கவோ ஆண்களையோ அல்லது பணத்தையோ சார்ந்திருக்க வேண்டியதில்லை.

படி 3: கூட்டு பிரதிபலிப்பு மற்றும் இறுதி குறிப்பு

அனைத்து குழுக்களும் பகிர்ந்து முடித்த பிறகு, படங்களை இணைத்து ஒரு குறுகிய விவாதத்தை வழங்குங்கள்.

வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களாக, அவர்கள் பல்வேறு வகையான நிறுவனங்களிலிருந்து பல்வேறு சவால்களை எதிர்கொள்கின்றனர். சில சந்தர்ப்பங்களில், பெண்களுக்கு சாதகமான கொள்கைகளை நிறுவி அரசு ஆதரவளிக்க முடியும். நமது நிலைமையை ஆராய்ந்து, எந்த வகையான திட்டங்கள் தேவை என்பதை கூட்டாக தீர்மானிக்க வேண்டியது HBW பெண்களாகிய நம்முடைய பொறுப்பு என்று கூறுங்கள்.

செயல்பாட்டுக்கான படங்கள் 3B

செயல்பாடு 3C
"ஒரு தெற்காசிய பெண்ணின் உயிர்பாதை"
(காலவரிசை பயிற்சி)

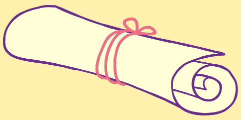
30
நிமிடங்கள்

குறிப்பு: *3.1 - 3.6*

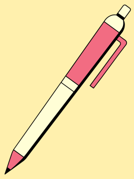
கருப்பொருள்:

பாலினம், கலாச்சாரம், சாதி, வர்க்கம் மற்றும் சமூக எதிர்பார்ப்புகள் தெற்காசியாவில் உள்ள பெண்களின் வாழ்க்கைப் போக்கை வடிவமைக்கின்றன.

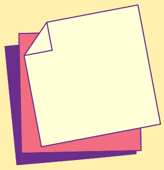
தேவையான பொருட்கள்:



சார்ட் பேப்பர்



மார்க்கர்கள்



ஒட்டும் குறிப்புகள்

பயிற்சியாளருக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்:

படி 1: பங்கேற்பாளர்களை குழுக்களாகப் பிரிக்கவும்

4–6 பங்கேற்பாளர்கள் கொண்ட சிறிய குழுக்களை உருவாக்கவும். ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒரு சார்ட் பேப்பரையும் மார்க்கர்களையும் வழங்கவும்.

படி 2: செயல்பாட்டை அறிமுகப்படுத்தவும்

இவ்வாறு கூறவும்:

"பிறப்பு முதல் முதுமை வரையிலான ஒரு தெற்காசிய பெண்ணின் வாழ்க்கையை நாம் கற்பனை செய்யப் போகிறோம். ஒவ்வொரு கட்டத்திலும், அவர் எதிர்கொள்ளக்கூடிய கல்வி கட்டுப்பாடுகள், குழந்தை திருமணம், வீட்டு வன்முறை அல்லது வேலைகளிலிருந்து விலக்கப்படுதல் போன்ற பாலின அடிப்படையிலான சவால்களைப் பற்றி சிந்தியுங்கள். சாதி, வர்க்கம், மதம் அல்லது அவள் வாழும் இடம் ஆகியவை அவளுடைய அனுபவங்களை எவ்வாறு மாற்றக்கூடும் என்பதையும் பற்றி சிந்தியுங்கள்."

படி 3: குழு வேலை - காலவரிசையை வரைதல்

கற்பனை செய்யப்பட்ட பெண்ணின் வாழ்க்கையின் கிடைமட்ட காலவரிசையை ஒவ்வொரு குழுவையும் வரையச் சொல்லுங்கள். பின்வரும் முக்கிய கட்டங்களைக் குறிக்கவும்:

- குழந்தைப் பருவம்
- இளமைப் பருவம்
- வயது வந்த பருவம்
- முதுமை

ஒவ்வொரு கட்டத்திலும், பங்கேற்பாளர்கள் இவற்றை குறிப்பெடுக்க வேண்டும்:

- பெண் எதிர்கொள்ளக்கூடிய பாலின அடிப்படையிலான சவால்கள்
- ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் எத்தகைய வன்முறையை எதிர்கொள்கிறார்கள்
- அவளுடைய சாதி, வர்க்கம், மதம் அல்லது பிராந்தியம் அவளுடைய அனுபவங்களை எவ்வாறு பாதிக்கலாம்

விருப்பமானால் (நேரம் இருந்தால்): குழுக்களிடம் இவற்றையும் குறிப்பெடுக்கச் சொல்லுங்கள்:

- ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் அவர் பயன்படுத்தக் கூடிய ஆதரவு அமைப்புகள் அல்லது எதிர்ப்பு உத்திகள் யாவை

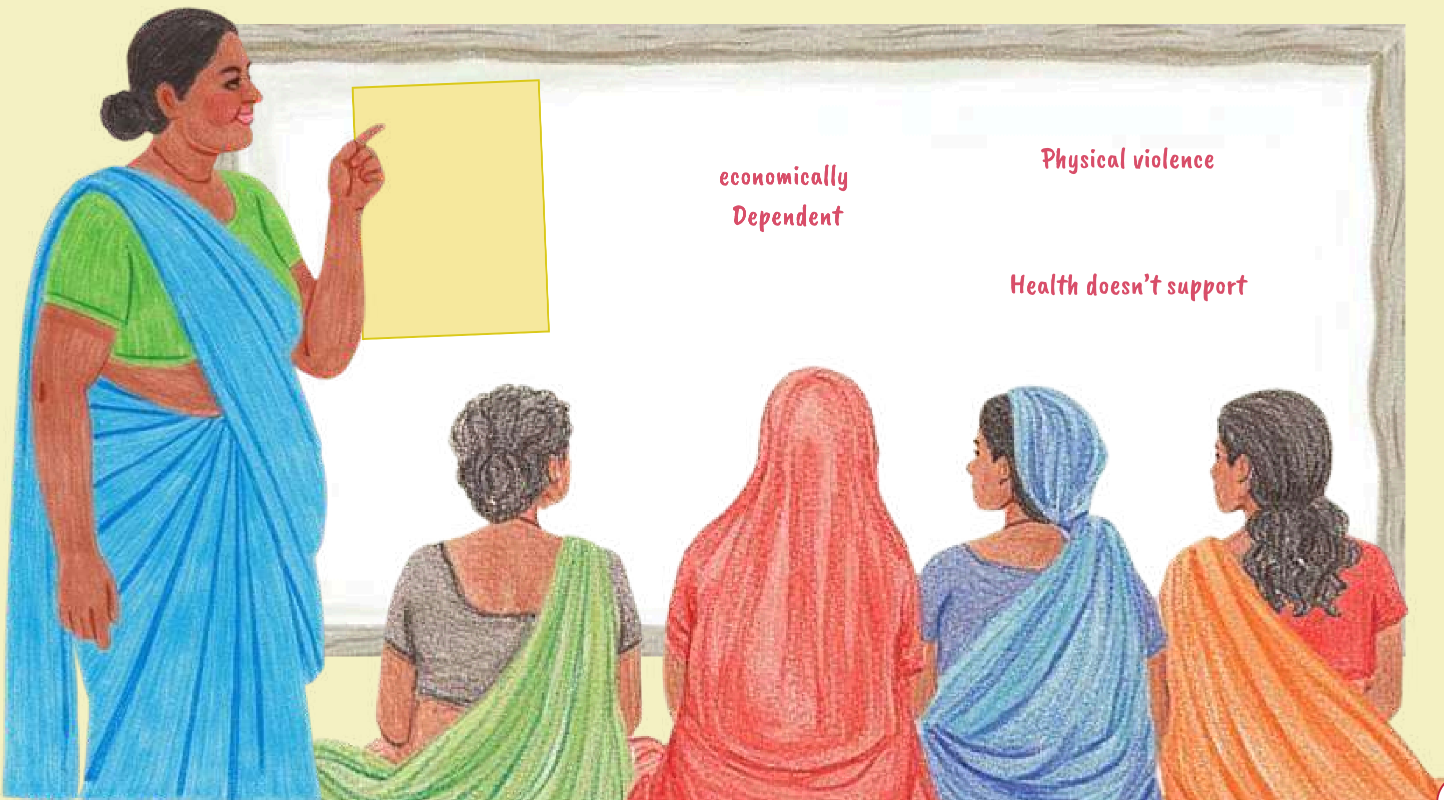
படைப்பாற்றலை ஊக்குவிக்கவும் - குழுக்கள் வரைபடங்கள், சின்னங்கள் அல்லது மேற்கோள்களைச் சேர்க்கலாம். இது கற்பனையையும் பச்சாத்தாபத்தையும் பற்றியதே, தொழில்நுட்ப துல்லியம் தேவையில்லை என்பதை அவர்களுக்கு நினைவூட்டுங்கள்.

படி 4: குழு விளக்கங்கள்

ஒவ்வொரு குழுவையும் அவர்களின் காலவரிசையை முழு குழுவிற்கும் சுருக்கமாக விளக்குமாறு அழைக்கவும். பின்வருவனவற்றை முன்னிலைப்படுத்துமாறு அவர்களிடம் கூறுங்கள்:

- பல்வேறு கட்டங்களில் உள்ள முக்கிய சவால்கள்
- வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் குறிப்பாக நிகழும் வன்முறை வகைகள் யாவை? வாழ்க்கையின் அனைத்து கட்டங்களிலும் நிகழும் வன்முறை வகைகள் யாவை?
- ஆதரவு வடிவங்கள் அல்லது எதிர்ப்பு வடிவங்கள்

முடிந்தால் சுவரில் அனைத்து காலவரிசைகளையும் காண்பிக்கவும்.



படி 5: பின்னூட்ட கேள்விகள்

இந்த கேள்விகளைப் பயன்படுத்தி விவாதியுங்கள்:

- **"காலவரிசையை உருவாக்கும் போது நீங்கள் என்ன உணர்ச்சிகளை அனுபவித்தீர்கள்?"**
- **"ஏதேனும் சவால்கள் குறிப்பாக நியாயமற்றதாகவோ தடுக்கக்கூடியதாகவோ தெரிந்ததா?"**
- **"அவரது வாழ்க்கையை வடிவமைப்பதில் அவரது குடும்பம், சமூகம் அல்லது அரசு என்ன பங்கு வகிக்கிறது?"**
- **"சில வகையான வன்முறைகள் குறிப்பிட்ட சாதி, வர்க்கம், சமூகங்களுடன் இணைக்கப்பட்டுள்ளனவா என்பதை நீங்கள் கவனித்தீர்களா?"**
- **"அவர் ஆதிக்கம் செலுத்தும் அல்லது ஓரங்கட்டப்பட்ட குழுவைச் சேர்ந்தவராக இருந்தால் அவரது காலவரிசை எவ்வாறு வித்தியாசமாக இருக்கும்?"**

2-3 பங்கேற்பாளர்கள் தங்கள் எண்ணங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளட்டும்.

படி 6: இறுதி குறிப்புகள்

இவ்வாறு கூறவும்:

"தெற்காசியாவில் உள்ள பெண்களின் வாழ்க்கை, பாலின சமத்துவமின்மை முதல் சாதி, வறுமை மற்றும் சமூக விதிமுறைகள் வரை, பல ஒன்றோடொன்று தொடர்புடைய சவால்களால் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது என்பதை இந்த செயல்பாடு நமக்கு நினைவூட்டுகிறது. ஆனால் பெண்கள் ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் எதிர்ப்பையும் வலிமையையும் காட்டுகிறார்கள். பெண்களின் நிலையைப் புரிந்துகொள்வது என்பது, பிறப்பு முதல் முதுமை வரையிலான முழு வாழ்க்கைச் சுழற்சியையும் பார்த்து, கட்டமைப்பு தடைகளிலும் அன்றாட பின்னடைவு செயல்களிலும் கவனம் செலுத்துவதாகும்.

செயல்பாடு 3D
"உரிமைகள் பொருத்தம்" (அரசியலமைப்பு கட்டுரை விளையாட்டு) – இந்தியா

30 நிமிடங்கள்

குறிப்பு: இணைப்பு //

குறிப்பிட்ட சூழல்களில் உள்ளடக்கத்தை நிலைநிறுத்த இந்தியா மற்றும் நேபாளத்திலிருந்து விளக்க எடுத்துக்காட்டுகளை நாங்கள் வழங்கியுள்ளோம். மாஸ்டர் பயிற்சியாளர்கள், தங்கள் நிறுவனத் தலைவர்களுடன் இணைந்து, தங்கள் சொந்த நாடுகளின் யதார்த்தங்கள், சவால்கள் மற்றும் சட்ட கட்டமைப்புகளை பிரதிபலிக்கும் வகையில் இந்த உதாரணங்களையும் செயல்பாடுகளையும் மாற்றியமைக்க ஊக்குவிக்கப்படுகிறார்கள்.

கருப்பொருள்:
இந்தியாவில் பெண்களின் உரிமைகளைப் பாதுகாக்கும் முக்கிய அரசியலமைப்பு கட்டுரைகளை பங்கேற்பாளர்கள் புரிந்துகொள்ள உதவுதல்.

தேவையான பொருட்கள்:

கட்டுரை எண்களுடன் *(14, 15, 16, 39, 42, 243)* காகித துண்டுகள் அல்லது ஃபிளாஷ்கார்டுகள்

எளிமையான விளக்கங்கள் அல்லது காட்சிகளைக் கொண்ட மற்றொரு அட்டைத் தொகுப்பு

பயிற்சியாளருக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்:

படி 1: சிறிய அணிகளை உருவாக்கவும்

பங்கேற்பாளர்களை 3-4 உறுப்பினர்கள் கொண்ட சிறிய குழுக்களாகப் பிரிக்கவும்.

படி 2: பொருட்களை விநியோகிக்கவும்

ஒவ்வொரு அணிக்கும் கலக்கப்பட்ட அட்டைத் தொகுப்பைக் கொடுங்கள் - சிலவற்றில் கட்டுரை எண்களும், சிலவற்றில் எளிமையான விளக்கங்கள் அல்லது நிஜ வாழ்க்கை உதாரணங்களும் இருக்கும்

படி 3: பொருத்தும் செயல்பாடு

ஒவ்வொரு கட்டுரை எண்ணையும் சரியான விளக்கம் அல்லது சூழ்நிலையுடன் பொருத்துமாறு அணிகளுக்கு அறிவுறுத்தவும்.

அணிகளுக்குள் அவர்களின் தேர்வுகளை நியாயப்படுத்தும் வகையில் விவாதங்களை மேற்கொள்ள ஊக்குவியுங்கள்.

படி 4: குழு மதிப்பாய்வு மற்றும் கலந்துரையாடல்

அணிகள் செயல்பாட்டை முடித்ததும், அனைவரையும் ஒன்றிணைக்கவும். ஒவ்வொரு அணியையும் அவர்களின் பொருத்தங்களைப் படித்து சுருக்கமாக விளக்குமாறு கூறவும்.

ஒரு பயிற்சியாளராக, சரியான பொருத்தங்களை உறுதிப்படுத்தி அல்லது தெளிவுபடுத்தி, புரிதலை ஆழப்படுத்த தொடர்புடைய உதாரணங்களைப் பயன்படுத்தவும் (எ.கா., பிரிவு 42 இன் கீழ் மகப்பேறு விடுப்பு, பிரிவு 243 இன் கீழ் கிராம பஞ்சாயத்து ஒதுக்கீடுகள்).

படி 5: பின்னூட்ட கேள்விகள்

குழுவிடம் இவ்வாறு கேளுங்கள்*:*

- **"ஏதாவது கட்டுரை உங்களை ஆச்சரியப்படுத்தியதா? ஏன்?"**
- **"இந்த உரிமைகளை அறிந்துகொண்ட பின், உங்கள் சமூகத்தில் உள்ள ஒருவருக்கு அது உதவியாக இருந்திருக்குமே என்ற ஒரு காலத்தை நீங்கள் நினைத்துப் பார்க்க முடியுமா?"**
- **"இந்த உரிமைகள் நிஜ வாழ்க்கையில் எப்போதும் செயல்படுத்தப்படுகிறதா?"**

2-3 பங்கேற்பாளர்கள் பதில்களைப் பகிர்ந்து கொள்ள அனுமதிக்கவும்.

படி 6: இறுதி குறிப்புகள்

"இந்திய அரசியலமைப்பு பெண்களுக்கு வலுவான சட்டப் பாதுகாப்பை வழங்குகிறது, ஆனால் உரிமைகள் நமக்குத் தெரியாவிட்டால் அவை அர்த்தமற்றவை. இந்த உரிமைகளைப் புரிந்துகொள்வது அநீதிக்கு சவாலிடவும், சேவைகளைக் கோரவும், ஒருவருக்கொருவர் ஆதரவளிக்கவும் உதவுகிறது. சட்ட சமத்துவம் எப்போதும் யதார்த்தத்தை பிரதிபலிக்காது- ஆனால் அறிவே ஆற்றல், விழிப்புணர்வே செயலுக்கான முதல் படியாகும்" என்று கூறவும்.

கூடுதல் விவரங்கள்:

அட்டவணை *1:* ஃபிளாஷ் கார்டுகளுக்கான பட்டியல்

இந்திய அரசியலமைப்பின் முக்கிய பிரிவுகள் (விளக்கம்)	தொடர்புடைய சூழ்நிலை (Scenario)
அர்டிக்கிள் 14 – சட்டத்தின் முன் சமத்துவம் சட்டத்தின் முன் அனைவரும் சமம். அரசு அனைவரையும் நியாயமாக நடத்த வேண்டும்.	A.
அர்டிக்கிள் 15 – வேறுபாடு இல்லாமை (ஜாதி, மதம், பாலினம்) ஜாதி, மதம், பாலினம் அல்லது பிறந்த இடத்தின் அடிப்படையில் யாரையும் தவறாக நடத்தக் கூடாது.	B.
அர்டிக்கிள் 15 – பெண்களுக்கு எதிரான பாகுபாடு இல்லை பெண்களும் ஆண்களும் சமமாக நடத்தப்பட வேண்டும். பெண் என்பதற்காக வாய்ப்பு மறுக்கக் கூடாது.	C.
அர்டிக்கிள் 16 – அரசுப் பணிகளில் சம வாய்ப்பு அரசுப் பணிகளில் அனைவருக்கும் சம வாய்ப்பு வழங்கப்பட வேண்டும்.	D.
அர்டிக்கிள் 39(a) – வாழ்வாதார உரிமை பெண்களும் ஆண்களும் மரியாதையான வாழ்வாதாரம் ஈட்ட அரசு உறுதி செய்ய வேண்டும்.	E.
அர்டிக்கிள் 39(d) – சம வேலைக்கு சம ஊதியம் ஒரே வேலை செய்தால் பெண்களுக்கும் ஆண்களுக்கும் சம ஊதியம் வழங்கப்பட வேண்டும்.	F.
அர்டிக்கிள் 39(e) – உடல்நல பாதுகாப்பு தொழிலாளர்களின் உடல்நலம் மற்றும் திறன் சுரண்டலிலிருந்து பாதுகாக்கப்பட வேண்டும்	G.
அர்டிக்கிள் 42 – மனிதாபிமானமான வேலைநிலைகள் வேலைநிலைகள் மனிதாபிமானமாக இருக்க வேண்டும்; பெண்களுக்கு மகப்பேறு ஆதரவு வழங்கப்பட வேண்டும்.	H
அர்டிக்கிள் 243 – பஞ்சாயத்தின் பங்கு உள்ளூர் வளர்ச்சிக்கு பஞ்சாயத்துகள் பொறுப்பாகும். பெண்கள் தங்கள் பிரச்சினைகளை அங்கு முன்வைக்கலாம்.	I
அர்டிக்கிள் 243 – பெண்களின் பங்கேற்பு உள்ளூர் ஆட்சி முடிவுகளில் பெண்களின் பங்கேற்பை ஊக்குவிக்கிறது.	J

அட்டவணை – *2 :* தனி தனி குழுக்களுக்கு வழங்க தனி தனி கார்டுகள்

எண்	அரசியலமைப்புச் சட்டப் பிரிவுகளை அடிப்படையாகக் கொண்ட செயற்பாட்டு சூழ்நிலைகள்
A	சில வீட்டிலிருந்து வேலை செய்யும் தொழிலாளர்களுக்கு தெளிவான காரணம் இல்லாமல் அரசு திட்டத்தின் பயன் மறுக்கப்படுகிறது. அதே வேலை செய்யும் மற்றவர்களுக்கு அந்தத் திட்டத்தின் பயன் கிடைக்கிறது.
B	ஒரு ஒப்பந்ததாரர், ஒரு பெண்ணின் ஜாதி ‘கீழ் ஜாதி’ எனக் கருதி, அவளுக்கு வேலை வழங்க மறுக்கிறார்.
C	பெண்கள் என்பதற்காகவே அவர்கள் தலைவர்கள் ஆக முடியாது என்று கூறப்படுகிறார்கள்.

D அரசு நிதியுடன் இயங்கும் அலுவலகத்தில் ஒரு பெண் வேலைக்கு விண்ணப்பிக்கிறார்; ஆனால் முறையான நடைமுறை இன்றி அநியாயமாக நிராகரிக்கப்படுகிறார், மற்றவர்கள் தேர்வு செய்யப்படுகிறார்கள்.

E ஒரு நடுவர் (middleman) கூலியை குறைத்துவிடுகிறார்; இதனால் தொழிலாளருக்கு உணவு மற்றும் வாடகைக்குப் போதுமான வருமானம் கிடைக்கவில்லை.

F ஒரு பெண்ணும் ஒரு ஆணும் ஒரே வேலை செய்கிறார்கள்; ஆனால் பெண்ணுக்கு குறைவான ஊதியம் வழங்கப்படுகிறது.

G பெண்களுக்கு பாதுகாப்பு உபகரணங்கள் இன்றி ஆபத்தான வேலை வழங்கப்படுகிறது.

H கர்ப்பிணி தொழிலாளி ஓய்வு இல்லாமல் நீண்ட நேரம் வேலை செய்ய கட்டாயப்படுத்தப்படுகிறார்.

I வீட்டிலிருந்து வேலை செய்யும் தொழிலாளர்கள், வாழ்வாதாரத் திட்டத்தின் கீழ் உதவி பெற பஞ்சாயத்திடம் செல்கிறார்கள்.

J பெண்கள் தொழிலாளர்கள் கிராம சபை கூட்டத்தில் கலந்து கொண்டு தங்கள் பிரச்சினைகளைப் பற்றி பேசுகிறார்கள்.

செயல்பாடு 3E

"அதிகாரத்தை வைத்திருப்பது யார், ஏன்?" – ஆணாதிக்கத்தையும் பார்ப்பனியக் கட்டுப்பாட்டையும் ஆராய்தல்

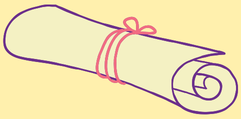
45
நிமிடங்கள்

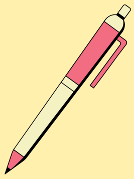
குறிப்பு: *3.3*

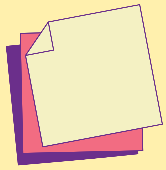
கருப்பொருள்:

ஆணாதிக்கம், சாதி, பாலினம், அதிகாரம் மற்றும் பெண்களின் உடல்கள் மற்றும் விருப்பங்கள் மீதான கட்டுப்பாடு

தேவையான பொருட்கள்:


சார்ட் பேப்பர் அல்லது பலகை


மார்க்கர் பேனாக்கள்


ஒட்டும் குறிப்புகள் அல்லது காகித சீட்டுகள்

முன்னரே எழுதப்பட்ட *3* ரோல்-பிளே காட்சிகள் *(கீழே காண்க)*

பயிற்சியாளர்களுக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1: தயார்படுத்தல் – கருப்பொருளை அறிமுகப்படுத்துதல்

இதை குழுவிற்கு விளக்கவும்:
"இன்று, நாம் அதிகாரத்தைப் பற்றி பேசுகிறோம் - யாரிடம் அது உள்ளது, யாரிடம் இல்லை, அது பெண்களின் வாழ்க்கையை எவ்வாறு பாதிக்கிறது. அன்றாட வாழ்க்கையில் ஆணாதிக்கம் எவ்வாறு செயல்படுகிறது என்பதையும், குறிப்பாக திருமணம், காதல் அல்லது பேசுவதைச் சுற்றியுள்ள பெண்களின் தேர்வுகளைக் கட்டுப்படுத்த சாதியும் பாலினமும் எவ்வாறு இணைகின்றன என்பதையும் நாம் ஆராய்வோம்,"

முக்கிய சொற்களை வரையறுக்கவும்:

- ஆணாதிக்கம் என்பது பொதுவாக பெண்கள் மற்றும் பிற பாலினங்களை விட ஆண்கள் அதிக அதிகாரத்தை வைத்திருக்கும் ஒரு அமைப்பு.
- பார்ப்பனிய ஆணாதிக்கம் என்பது சாதியும் பாலினமும் ஒன்றிணைந்து செயல்படுவது - குறிப்பாக திருமணம், தூய்மை மற்றும் வன்முறை பற்றிய விதிகள் மூலம் பெண்களின் சுதந்திரத்தையும் பாலியலையும் கட்டுப்படுத்துவதன் மூலமாக.

படி 2: பவர் லேடர் செயல்பாடு

- மேலே "அதிக சக்தி" என்றும், அடியில் "குறைந்த சக்தி" என்றும் எழுதப்பட்ட ஒரு ஏணியை சார்ட் பேப்பரில் வரையவும்.
- ஒவ்வொரு பங்கேற்பாளருக்கும் 2-3 ஒட்டும் குறிப்புகளை விநியோகிக்கவும்.
- இவ்வாறு கேட்கவும்: "உங்கள் வீடு, பணியிடம் அல்லது சமூகத்தில், அதிகாரத்தை வைத்திருப்பது யார்? யாருக்கு குறைந்த அதிகாரம் உண்டு? உங்கள் குறிப்பில் பாத்திரம் அல்லது அடையாளத்தை எழுதி, வந்து அதை ஏணியில் ஒட்டுங்கள்.
- (எடுத்துக்காட்டுகள்: தந்தை, மேலாளர், மருமகள், விதவை, நில உரிமையாளர், தலித் பெண்)

- சில உதாரணங்களைப் படித்துவிட்டு இவ்வாறு கேளுங்கள்:
  - ***"இவர் ஏன் மேலே இருக்கிறார் அல்லது கீழே இருக்கிறார்?"***
  - ***"சாதி, வர்க்கம், பாலினம் அல்லது வயது ஆகியவை இங்கே என்ன பங்கு வகிக்கிறது?"***

படி 3: ரோல் பிளே காட்சிகள் - கட்டுப்பாட்டைப் புரிந்துகொள்வது

பங்கேற்பாளர்களை 3 குழுக்களாகப் பிரித்து, ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒரு காட்சியை ஒதுக்கவும்:

- குழு 1: உயர் சாதிப் பெண் வேறு சாதியைச் சேர்ந்த ஒருவரை திருமணம் செய்ய விரும்புகிறாள் – ஆனால் அது நடக்காது என்று அவளுடைய பெற்றோரும் நண்பர்களும் கூறுகின்றனர்.
- குழு 2: அருகில் வசிக்கும் ஒப்பந்ததாரரிடம் தனது வேலையை சமர்ப்பித்து விட்டு அடுத்ததை வாங்கிச் செல்லும்போது உயர் சாதி ஆணால் துன்புறுத்தப்படும் தலித் HBW பெண் அவரை எதிர்த்து பேசுகிறார்.
- குழு 3: ஒரு ஏழை குடும்பத்தைச் சேர்ந்த திருநங்கைப் பெண் இளைஞர் பயிற்சியில் கலந்து கொள்ள விரும்புகிறார்
- அல்லது குழு 3 க்கான விருப்பம்: ஒரு பள்ளி மாணவி பள்ளிக்குச் செல்லும் வழியில் அவளது வகுப்பைச் சேர்ந்த ஒரு பையனால் துன்புறுத்தப்படுகிறாள். இருவரும் ஒரே சமூகத்தைச் சேர்ந்தவர்கள்.
- குழு 4: ஒரு உள்ளூர் ரவுடி, உள்ளூர் கடைக்கு வெளியே உட்கார்ந்து, எந்த சமூகத்தைச் சேர்ந்த இளம் பெண்களும் அந்த கடைக்கு பொருள் வாங்க வரும்போது விசில் அடிக்கிறார்

இந்த சூழ்நிலைகளில் கட்டுப்பாடும் அதிகாரமும் எவ்வாறு செயல்படும் என்பதைக் காட்டும் வகையில் 3-5 நிமிட ரோல் ப்ளேவை உருவாக்கி செய்து காட்டுமாறு ஒவ்வொரு குழுவுக்கும் கூறுங்கள்.

ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சிக்குப் பிறகும், இவற்றைக் கேளுங்கள்:

- ***"யார் யாரை கட்டுப்படுத்த முயன்றார்கள்?"***
- ***"மக்கள் எதைக் கண்டு பயந்தார்கள்?"***
- ***"இந்த சூழ்நிலையில் சாதி அல்லது பாலினம் என்ன பங்கு வகித்தது?"***
- ***இந்த சூழ்நிலையில் கட்டுப்பாடு என்னென்ன வடிவங்களை எடுத்தது?"***
- ***(உணர்ச்சி ரீதியான அழுத்தமா, உடல் ரீதியான அச்சுறுத்தல்களா, சமூக தனிமைப்படுத்தலா, நிதி சார்பா?)***
- ***முடிவெடுக்கும் அல்லது பேசும் அதிகாரம் யாருக்கு இருந்தது, யாருக்கு இல்லை?***
- ***"யாராவது கட்டுப்பாட்டுக்கு சவால் விட்டார்களா? ஆம் எனில், எவ்வாறு? இல்லை என்றால், ஏன் இல்லை?"***
- ***கட்டுப்படுத்தும் நடத்தைக்கு என்ன வகையான நியாயங்கள் வழங்கப்பட்டன?" (எ.கா., மரியாதை, பாரம்பரியம், பாதுகாப்பு, 'உங்கள் சொந்த நலனுக்காக')***
- ***சமூக விதிமுறைகள் அல்லது சமூக எதிர்பார்ப்புகள் கட்டுப்பாட்டை எவ்வாறு வலுப்படுத்தின?***
- ***மௌனமான எதிர்ப்பு அல்லது பேச்சுவார்த்தைகள் ஏதேனும் இருந்தனவா?"***

படி 4: குழு பிரதிபலிப்பு மற்றும் விவாதம்

இவ்வாறு கேட்கவும்:

- **"ஏணி மற்றும் ரோல் பிளே ஆகிய இரண்டிலும் நீங்கள் என்ன வடிவங்களை கவனித்தீர்கள்?"**
- **"பொதுவாக முடிவுகளை எடுப்பது யார்?"**
- **"சிலரை கட்டுப்படுத்த அதிகாரமும், சாதியும், பாலினமும் ஒன்றுடன் ஒன்று பொருந்துவது எப்படி?"**

படி 5: பின்னூட்ட கேள்விகள்

இவ்வாறு கேட்கவும்:

- **"இந்தக் கதைகளில் உங்களையோ அல்லது உங்களுக்குத் தெரிந்த ஒருவரையோ பார்த்தீர்களா?"**
- **"இந்த சூழ்நிலைகள் வித்தியாசமாக இருந்திருக்க மாற வேண்டியது என்ன?"**

பதிலளிக்க 2-3 பங்கேற்பாளர்களை அழைக்கவும். ஒவ்வொரு பதிலையும் பாராட்டி முக்கிய புள்ளிகளைக் குறித்துக் கொள்ளுங்கள்.

படி 6: இறுதி குறிப்புகள்

இவ்வாறு கூறவும்:

"ஆணாதிக்கம் நம் அனைவரின் வாழ்க்கையையும் வடிவமைக்கிறது - ஆனால் ஒரே மாதிரி அல்ல. சாதியும், வர்க்கமும், பாலினமும் ஒன்றிணைந்து அதிகாரம் மற்றும் கட்டுப்பாட்டின் வெவ்வேறு அனுபவங்களை உருவாக்குகின்றன. இதைப் புரிந்துகொள்வது அநீதிக்கு சவாலிடவும், வலுவான, சமத்துவமான சமூகங்களை உருவாக்கவும் உதவுகிறது.
வன்முறைச் செயலைச் செய்பவர் பெரும்பாலும் ஒரு ஆணாகவும், இலக்காக இருப்பவர் பெரும்பாலும் ஒரு பெண்ணாகவும் இருக்கும்போது, இதற்கு மூல காரணம் நமது சமூகங்களில் செயல்படும் ஆணாதிக்கம், சாதி அமைப்பு மற்றும் அதிகார படிநிலையே ஆகும்.

எனவே, வன்முறையை எதிர்கொள்ளும்/ எதிர்கொள்ள தனிப்பட்ட பெண்களை நாம் ஆதரிக்க வேண்டும் என்றாலும், அதே சமயம் சமத்துவமின்மையை சவாலிடவும் நாம் செயல்பட வேண்டும். அனைவரும் சமமானவர்களாகவும், அனைவரும் கௌரவத்துடனும் வாழக்கூடிய ஒரு சமூகத்தை உருவாக்குவதற்கு நமது அரசியலமைப்பு வழிகாட்டியாக இருக்க முடியும் என்பதை நாம் முன்னைய செயற்பாடுகளிலிருந்து புரிந்து கொண்டோம்."

செயல்பாடு 3F

"நம்மால் என்ன செய்ய முடியும்?" – பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறைக்கான தீர்வுகளைக் கண்டறிதல்

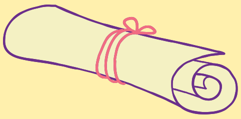
குறிப்பு: *3.7*

30 நிமிடங்கள்

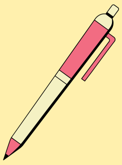
கருப்பொருள்:
பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை *(VAW)*, கூட்டு பதில்கள், ஆதரவு அமைப்புகள், தீர்வுக்கான பாதைகள்

தேவையான பொருட்கள்:

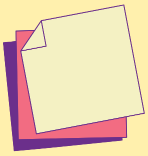
முன்னரே எழுதப்பட்ட *3–4* காட்சி அட்டைகள்



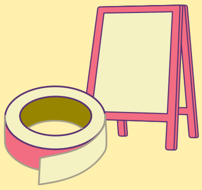
சார்ட் பேப்பர் *(3-4 தாள்கள்)*



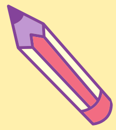
மார்க்கர்கள்



ஒட்டும் குறிப்புகள் அல்லது காகித துண்டுகள்



டேப் அல்லது போர்டு



விரும்பினால்*:* ஸ்கெட்ச் பேனாக்கள், குழு போஸ்டர்களுக்கான வண்ண காகிதம்

பயிற்சியாளர்களுக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1: செயல்பாட்டிற்கான அறிமுகம்

குழுவிடம் இவ்வாறு சொல்லுங்கள்:
"பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை பொதுவானது, ஆனால் பெரும்பாலும் மறைக்கப்படுகிறது. பெண்கள் வீட்டில், பணியிடத்தில் அல்லது சமூகத்தில் வன்முறையை எதிர்கொள்ளலாம். இந்த செயல்பாடு சிக்கல்களை அடையாளம் காண்பது மட்டுமல்லாமல், என்ன செய்ய முடியும் என்று யோசிக்க வைப்பதும் ஆகும். குடும்பம், குழுக்கள் மற்றும் சட்டத்திலிருந்து பெண்கள் பெறக்கூடிய பல்வேறு வகையான ஆதரவைப் பற்றி நாம் ஒன்றாக சிந்திப்போம்.

இவ்வாறு குறிப்பிடவும்: "இன்று நாம் நிஜ வாழ்க்கை காட்சிகளைப் படித்து, குழுவாக தீர்வுகளைக் கொண்டு வருவோம். வன்முறை ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதது என்றும் அது ஒரு விதிமுறை அல்ல என்பதையும் பெண்கள் புரிந்து கொள்ளும்போது, வன்முறை பற்றிய விழிப்புணர்வும் அதைப் புரிந்துகொள்வதும் மட்டுமே பெண்கள் அதைப் பற்றி பேச உதவும்."

படி 2: குழுக்களாகப் பிரித்து காட்சிகளை விநியோகிக்கவும்

- பங்கேற்பாளர்களை **3–4 சிறிய குழுக்களாகப்** பிரிக்கவும் (ஒவ்வொன்றிலும் 4–6 பேர்).
- ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒரு காட்சி அட்டையைக் கொடுங்கள்.

உதாரண காட்சிகள்:

- வீட்டில் தையல் வேலை செய்யும் ஒரு பெண் தனது கணவரால் துஷ்பிரயோகம் செய்யப்படுகிறார், ஆனால் அவருக்கு இரண்டு குழந்தைகள் உள்ளனர், அவருக்கு தனிப்பட்ட வருமானம் இல்லை.

- ஒரு இளம் பெண் தொழிலாளி தனது தொலைபேசியில் ஒரு ஆண் ஒப்பந்தக்காரரிடமிருந்து ஆபாச செய்திகளைப் பெறுகிறார்.
- ஒரு மருமகள் யூனியன் கூட்டத்திற்கு வெளியே செல்வதை அவளுடைய மாமனார் மாமியார் தடுக்கின்றனர்.
- சமூகத்தில் உள்ள ஒரு பதின்ம வயது பெண் கட்டாய திருமணத்திற்கு உட்படுத்தப்படுகிறாள்.
- ஒவ்வொரு குழுவையும் அவர்களது குழுவிற்குள் தங்கள் அட்டையை சத்தமாகப் படிக்கச் சொல்லவும்.

படி 3: குழு யோசனை - "என்ன செய்ய முடியும்?"

ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் சார்ட் பேப்பரையும் மார்க்கர்களையும் கொடுங்கள். பின்வருபவைக்கான பதில்களை கலந்து யோசிக்குமாறு அவர்களிடம் கூறுங்கள்:

- இந்த பெண்ணுக்கு என்ன ஆதரவு தேவை?
- அவரோ அல்லது மற்றவர்களோ உடனடியாக என்ன நடவடிக்கைகளை எடுக்க முடியும்?
- அவளுக்கு யார் உதவ முடியும்? (எ.கா., சங்கதன், சட்ட அமைப்பு, குடும்ப உறுப்பினர், குழு)
- ஒரு குழுவாக அல்லது சமூகமாக நாம் என்ன பங்கு வகிக்க முடியும்?

ஆக்கப்பூர்வமான சிந்தனையை ஊக்குவிக்கவும்: தீர்வுகளில் சட்ட நடவடிக்கை, கூட்டு ஆதரவு, ஆலோசனை, சமூக அணுகுமுறைகளை மாற்றுதல் அல்லது சகாக்களின் ஒற்றுமை ஆகியவை அடங்கலாம்.
குழுக்கள் புள்ளிகளை எழுதவோ அல்லது அவர்களுக்கு வழங்கப்பட்ட சார்ட் பேப்பர்களைப் பயன்படுத்தி ஒரு எளிய விளக்கக்காட்சியை உருவாக்கவோ தேர்வு செய்யலாம்.

படி 4: குழு விளக்கங்கள்

ஒவ்வொரு குழுவையும் முன்வந்து தங்கள் தீர்வுகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளுமாறு அழைக்கவும்.
மற்ற பங்கேற்பாளர்களை கவனமாகக் கேட்குமாறு ஊக்குவிக்கவும். பிறகு இவ்வாறு கேட்கவும்:

- "இது நமது சமூகத்திற்கு அல்லது சங்கதனுக்கு பொருந்துமா?"

படி 5: பயிற்சியாளரின் இறுதி குறிப்புகள்

குழுவிடம் இவ்வாறு சொல்லுங்கள்:
"ஒவ்வொரு வன்முறைச் செயலுக்கும் ஒரு தீர்வு இருக்கிறது - ஆனால் எந்தவொரு பெண்ணும் அதை தனியாக எதிர்கொள்ளக்கூடாது. கூட்டுறவு, சமூக ஆதரவு, சட்ட அறிவு மற்றும் அன்றாட தைரியம் ஆகியவையே உண்மையான மாற்றத்தைக் கொண்டுவர உதவும். நாம் தப்பிப்பிழைத்தவர்களுக்கு ஆதரவளித்து, வன்முறைக்கு எதிராகப் பேசும்போது, அனைவருக்கும் பாதுகாப்பான உலகை நாம் உருவாக்குகிறோம்."

பாடம் 4

பாலினத்தின் அடிப்படை கருத்துக்களை சீராய்வு செய்தல்

இந்த அத்தியாயம் பாலின மாற்ற முன்னோக்கை உருவாக்குவதற்கு அவசியமான முக்கிய பாலினம் தொடர்பான கருத்துக்களை அறிமுகப்படுத்துகிறது. பயிற்சியாளர்களாக, பாலினம், பாலியல் மற்றும் அடையாளம் ஆகியவற்றைச் சுற்றியுள்ள உங்கள் சொந்த புரிதல் மற்றும் சார்புகளைப் பிரதிபலிப்பது முக்கியம். இந்த பிரிவு பாலியல் வன்முறை மற்றும் துன்புறுத்தல் போன்ற முக்கியமான பிரச்சினைகளை உள்ளடக்கியது.

04.

பாலினத்தின் அடிப்படை கருத்துக்களை சீராய்வு செய்தல்

பயிற்சியாளர்களுக்கு முன் வாசிப்பு:

இந்த அத்தியாயம் பாலின மாற்ற முன்னோக்கை உருவாக்குவதற்கு அவசியமான முக்கிய பாலினம் தொடர்பான கருத்துக்களை அறிமுகப்படுத்துகிறது. பயிற்சியாளர்களாக, பாலினம், பாலியல் மற்றும் அடையாளம் ஆகியவற்றைச் சுற்றியுள்ள உங்கள் சொந்த புரிதல் மற்றும் சார்புகளைப் பிரதிபலிப்பது முக்கியம். இந்த கருத்துக்கள் ஆதிக்கம் செலுத்தும் விதிமுறைகளை சவால் செய்யக்கூடும், எனவே திறந்த மற்றும் மரியாதைக்குரிய உரையாடல்களை எளிதாக்க தயாராக இருங்கள். இந்த வேலையை நீங்கள் முதலில் சந்தித்தபோது உங்கள் சொந்த முன்னோக்கு எவ்வாறு உருவானது என்பதைப் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள், மேலும் பங்கேற்பாளர்களை இந்த யோசனைகளை அவர்களின் அன்றாட வாழ்க்கை, வேலை மற்றும் போராட்டங்களுடன் இணைக்க ஊக்குவிக்கவும். இந்த அறக்கட்டளை பாலின சக்தி, வன்முறை மற்றும் கூட்டு நடவடிக்கை குறித்த எதிர்கால விவாதங்களை ஆழப்படுத்த உதவும்.

இந்த பிரிவு பாலியல் வன்முறை மற்றும் துன்புறுத்தல் போன்ற முக்கியமான பிரச்சினைகளை உள்ளடக்கியது. விவாதத்திற்கு பாதுகாப்பான, மரியாதைக்குரிய இடத்தை உருவாக்குங்கள் - சில பங்கேற்பாளர்களுக்கு தனிப்பட்ட அனுபவங்கள் இருக்கலாம். பச்சாத்தாபத்தைப் பயன்படுத்துங்கள், வளிமண்டலம் மிகவும் பதட்டமாகிவிட்டால், அமைதியாக இருக்க சில கணங்கள் எடுத்துக்கொள்வோம், தேவைப்பட்டால் ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ளுங்கள் என்று சத்தமாகக் கூறுங்கள். பகுதியில் கிடைக்கும் ஆதரவு சேவைகளுக்கு பரிந்துரை தொடர்புகளை வைத்திருங்கள்.

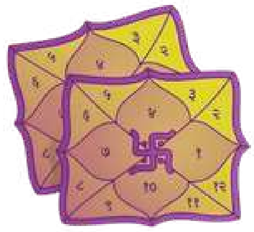
எல்லா பிரிவுகளும் பயில்பவர்களுக்கு வாசிக்கப்பட வேண்டியவை அல்ல, ஆனால் நம்பிக்கை, தெளிவு மற்றும் பச்சாத்தாபத்துடன் அமர்வை வழிநடத்த நீங்கள் தயாராக உதவும். வரையறைகள் கொடுக்கப்பட்ட சில பகுதிகளை நீங்கள் பயிற்சிகளை முடிக்கும்போது படிக்கலாம். உங்கள் சக பயிற்சியாளருடன் முன்பே கலந்துரையாடுங்கள்.

இந்த அத்தியாயம் பல அடிப்படைக் கருத்துக்களை உள்ளடக்கியது என்பதால், அடுத்தடுத்த அத்தியாயங்களுக்கும் அவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.

4.1 கருத்துகள் மற்றும் வரையறைகள்

ஆணாதிக்கம் என்பது இன்று நாம் வாழும் சமூக அமைப்பைக் குறிக்கிறது, இது பெண்களுக்கும் ஆண்களுக்கும் இடையிலான வரலாற்று மற்றும் தொடர்ச்சியான சமத்துவமற்ற அதிகார உறவுகளால் வகைப்படுத்தப்படுகிறது. இந்த அமைப்பில், பெண்கள் திட்டமிட்டு பின்தங்கியவர்களாகவும், ஒடுக்கப்படுபவர்களாகவும் உள்ளனர். இந்த ஏற்றத்தாழ்வு வாழ்க்கையின் கிட்டத்தட்ட ஒவ்வொரு துறையிலும், குறிப்பாக அரசு நிறுவனங்கள், முடிவெடுக்கும் பாத்திரங்கள், வேலைவாய்ப்பு மற்றும் தொழில்துறை ஆகியவற்றில் பெண்களின் குறைவான பிரதிநிதித்துவத்தில் காணப்படுகிறது. பெண்களுக்கு எதிரான ஆண் வன்முறையும் ஆணாதிக்கத்தின் வரையறுக்கப்பட்ட அம்சமாகும். சாதி, இனம், வர்க்கம் மற்றும் பாலியல் போன்ற காரணிகள் பாலினத்துடன் குறுக்கிடுவதால், சிறுபான்மை குழுக்களைச் சேர்ந்த பெண்கள் பல அடுக்கு ஒடுக்குமுறைகளை எதிர்கொள்கின்றனர்.

பார்ப்பனிய ஆணாதிக்கம் என்பது முதன்முதல் உமா சக்ரவர்த்தி என்பவரால் உருவாக்கப்பட்டு, தலித் அறிஞர்களால் இந்திய – இன்னும் பரந்த அளவில், தெற்காசிய சமூகத்தைப் புரிந்துகொள்ள பயன்படுத்தப்படும் ஒரு முக்கிய தத்துவார்த்த கருத்தாக்கமாகும். பி.ஆர். அம்பேத்கரின் அகமணம் (ஒரே சாதிக்குள் திருமணம்) பற்றிய விமர்சனத்திலிருந்து விரிவுபடுத்தப்பட்ட இந்த கருத்தாக்கம், சமூக படிநிலையைப் பராமரிக்க சாதியும் பாலினமும் எவ்வாறு ஒன்றிணைந்து செயல்படுகின்றன என்பதை விளக்குகிறது. தலித் அறிஞர்கள், அம்பேத்கரின் கருத்துக்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு, இந்திய சமூகம் பார்ப்பனிய ஆணாதிக்கத்தைச் சுற்றி கட்டமைக்கப்பட்டுள்ளது என்றும், அங்கு பெண்களின் பாலியல் மீதான சாதி அடிப்படையிலான கட்டுப்பாட்டின் மூலம் அதிகாரம் பராமரிக்கப்படுகிறது என்றும் வாதிடுகின்றனர். அகமண முறை ஒரு உயர்சாதிப் பெண்களின் உடல்கள் சாதியத் தூய்மையின் குறியீடாகப் பார்க்கப்படும் சாதிய அமைப்பை நிலைநிறுத்துவதற்கான அடித்தள அமைப்புமுறை. தூய்மை மற்றும் தீட்டு சடங்குகள் மூலம் அவர்களின் பாலியல் தன்மை இறுக்கமாக கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது. இதற்கு நேர்மாறாக, கீழ்சாதிப் பெண்களின் உடல்கள் பெரும்பாலும் வன்முறை மற்றும் சுரண்டலின் தளங்களாகக் கருதப்படுகின்றன.



a. பாலினம்: பாலினம் மற்றும் பாலினம் பெரும்பாலும் உயிரியல் மற்றும் கலாச்சார கருத்தாக்கங்களாக வேறுபடுத்தப்படுகின்றன. பாலினம் என்பது உடல் பண்புகள் மற்றும் இனப்பெருக்க உறுப்புகளைக் குறிக்கிறது, அதே நேரத்தில் பாலினம் கலாச்சார எதிர்பார்ப்புகள் மற்றும் ஆண்மை மற்றும் பெண்மையுடன் இணைக்கப்பட்ட பாத்திரங்களுடன் தொடர்புடையது. இருப்பினும், இந்த வேறுபாடு எப்போதும் தெளிவாக இல்லை. பாலினம் மற்றும் பாலினம் இரண்டும் சமூக செயல்முறைகள் மற்றும் கலாச்சார விதிமுறைகளால் வடிவமைக்கப்படுகின்றன - அவை ஒன்றோடொன்று இணைக்கப்பட்டுள்ளன, அவை நிலையானவை அல்லது முற்றிலும் உயிரியல் அல்ல. பாலினம் என்ற வார்த்தையின் பயன்பாடு பாலின அடையாளங்கள், பாத்திரங்கள் மற்றும் உறவுகள் கலாச்சாரங்கள் மற்றும் சூழல்களில் வேறுபடுகின்றன என்பதையும், பாலின சமத்துவமின்மை என்பது உயிரியல் அல்ல, சமூக கட்டமைப்புகளின் விளைவாகும் என்பதையும் புரிந்துகொள்வதைக் குறிக்கிறது.

புரிதல் பெருகிய முறையில் சவாலாக உள்ளது. LGBTQI+ தனிநபர்கள் மற்றும் வினோதமான சமூகம் தலைமையிலான இயக்கங்கள் பாலினம், பாலினம் மற்றும் ஆசை ஆகியவற்றைச் சுற்றியுள்ள அடையாளங்கள் எப்போதும் வழக்கமான வழிகளில் சீரமைக்கப்படுவதில்லை என்பதை எடுத்துக்காட்டுகின்றன. இந்த இயக்கங்கள் பாலின, சிஸ்ஜெண்டர் அடையாளங்கள் மட்டுமே "இயற்கையானவை" என்ற கருத்தை மறுபரிசீலனை செய்யத் தூண்டுகின்றன. பயிற்சியாளர்களாக, விவாதங்களில் "ஆண்கள்" மற்றும் "பெண்கள்" என்று நாம் அடிக்கடி குறிப்பிடலாம் என்றாலும், பலர் இந்த பைனரிக்குள் நேர்த்தியாக பொருந்தவில்லை என்பதை அங்கீகரிப்பது அவசியம். நமது அணுகுமுறை அனைத்து பாலின அடையாளங்களின் வாழ்க்கை அனுபவங்களையும் உள்ளடக்கியதாகவும், உணர்வுபூர்வமாகவும் இருக்க வேண்டும்.

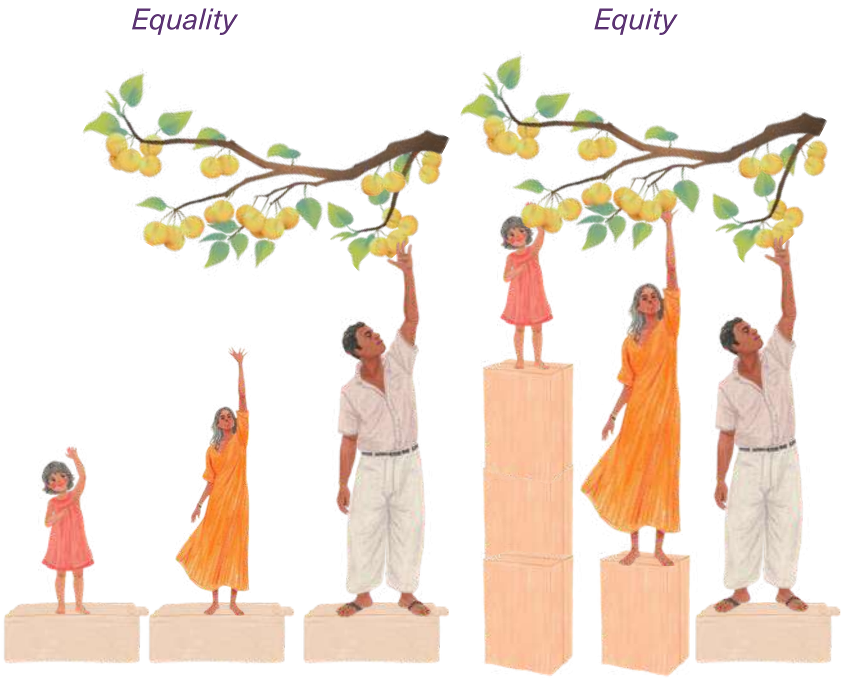
வயது, இனம் மற்றும் வர்க்கம் போன்ற பிற காரணிகளும் சமூக எதிர்பார்ப்புகளை வடிவமைக்கும் அதே வேளையில், பாலினம் நம் அன்றாட வாழ்க்கையில் மிக அடிப்படையான மற்றும் சக்திவாய்ந்த சமூக ஒழுங்கமைப்பு கொள்கைகளில் ஒன்றாக உள்ளது.

b. உழைப்பின் பாலினப் பிரிவு: பாலின உழைப்புப் பிரிவினை என்பது பெண்களின் வேலை மற்றும் ஆண்களின் வேலை என வெவ்வேறு வகையான வேலைகள் எவ்வாறு கணக்கிடப்படுகின்றன/ நியமிக்கப்படுகின்றன என்பதாகும். இது விதிகள், சமூக விதிமுறைகள் மற்றும் அன்றாட நடைமுறைகளால் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது, அவை வீட்டில், வேலையில், சமூகத்தில், மற்றும் சந்தையில் யார் என்ன செய்கிறார்கள் என்பதை தீர்மானிக்கின்றன. இந்தப் பிரிவு இயற்கையானதோ நிரந்தரமானதோ அல்ல. இது காலப்போக்கில் வெவ்வேறு இடங்களில் மாறுகிறது.

ஒரு பொதுவான உதாரணம், பெண்கள் பெரும்பாலும் வீட்டில் சமைப்பது, சுத்தம் செய்வது போன்ற ஊதியமில்லாத வேலைகளைச் செய்கிறார்கள், ஆனால் ஹோட்டல்களில் ஆண்கள் சமையல், ஹோட்டல்களில் வீட்டு பராமரிப்பு ஆகியவற்றைச் செய்ய அமர்த்தப்படுகிறார்கள். முன்பு பெண்கள் கனரக இயந்திரங்களில் வேலை செய்யவில்லை, இன்று சில பெண்கள் விமானங்களை ஓட்டுகிறார்கள், பேருந்துகளை ஓட்டுகிறார்கள், பயிற்சியாளர்கள் மற்றும் ராக்கெட்டுகளை கூட ஓட்டுகிறார்கள்.

c. பாலின ஊதிய இடைவெளி: இது ஒரு நிறுவனம், தொழில் அல்லது பரந்த தொழிலாளர் சந்தையில் ஆண்கள் மற்றும் பெண்கள் / வெவ்வேறு பாலினங்களுக்கு இடையிலான வருவாயில் சராசரி வேறுபாட்டைக் குறிக்கிறது. இது பொதுவாக ஆண்களின் வருவாயின் சதவீதமாக வெளிப்படுத்தப்படுகிறது மற்றும் ஒப்பிடக்கூடிய வேலை, பாத்திரங்கள் அல்லது பங்களிப்புகளுக்கு பாலினங்களுக்கு இடையில் இருக்கும் வருமான ஏற்றத்தாழ்வுகளை எடுத்துக்காட்டுகிறது.

d. பாலின சமத்துவம் மற்றும் சமத்துவம்: பாலின சமத்துவம் என்பது வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு அம்சத்திலும் அனைத்து பாலினங்களுக்கும் சம உரிமைகள், பொறுப்புகள் மற்றும் வாய்ப்புகளைக் குறிக்கிறது. அதாவது, வாய்ப்புகளும் உரிமைகளும் ஒருவர் ஆணா அல்லது பெண்ணா, ஊனமுற்றவரா அல்லது திறனுள்ளவரா அல்லது இளைஞரா அல்லது முதியவரா அல்லது கீழ் அல்லது உயர் சாதி, பெரும்பான்மை அல்லது சிறுபான்மை குழுவைச் சேர்ந்தவரா அல்லது கிராமப்புற அல்லது நகர்ப்புற அமைப்பைச் சேர்ந்தவரா என்பதைப் பொறுத்ததாக இருக்கக்கூடாது.



பாலின சமத்துவம், மறுபுறம், அனைத்து பாலினங்களுக்கும் நியாயமாக இருப்பதற்கான செயல்முறையாகும், வெவ்வேறு பாலினங்களுக்கு வெவ்வேறு தேவைகள், விருப்பத்தேர்வுகள் மற்றும் அனுபவங்கள் உள்ளன என்பதை அங்கீகரிக்கிறது. சமத்துவத்தை அடைவதற்கு பெரும்பாலும் இலக்கு வைக்கப்பட்ட உத்திகள் மற்றும் நடவடிக்கைகள் தேவைப்படுகின்றன, இது ஒரு சமமான விளையாட்டுக் களத்தைத் தடுக்கிறது, குறிப்பாக பெண்களுக்கு. சமத்துவம் என்பது பாலின சமத்துவம் மற்றும் சமூக நீதியை அடைவதற்கான ஒரு படியாகும்.

e. பாலின அடையாளம்: பாலின அடையாளம் என்பது ஒரு நபரின் உள் புரிதல் மற்றும் அவர்களின் சொந்த பாலினத்தைப் பற்றிய அனுபவத்தைக் குறிக்கிறது. இது பிறக்கும்போதே ஒதுக்கப்பட்ட பாலினத்துடன் ஒத்துப்போகலாம் அல்லது அதிலிருந்து வேறுபடலாம். திருநங்கைகள் மற்றும் இன்டர்செக்ஸ் நபர்கள் என்பவர்கள் பிறக்கும்போதே அவர்களுக்கு ஒதுக்கப்பட்ட பாலினத்துடன் பாலின அடையாளம் ஒத்துப்போகாத நபர்கள். இன்று, திருநங்கைகள் மற்றும் இன்டர்செக்ஸ் மக்கள் எதிர்கொள்ளும் குரல்கள், உரிமைகள் மற்றும் சவால்களை அதிகரிக்க வளர்ந்து வரும் கூட்டுகள் மற்றும் இயக்கங்கள் உள்ளன.

f. பாலின பாத்திரங்கள்: பாலின பாத்திரங்கள் ஆண்கள் மற்றும் பெண்கள் / அந்தந்த பாலினத்திற்கு பொருத்தமானதாகக் கருதப்படும் கலாச்சார ரீதியாக வரையறுக்கப்பட்ட நடத்தைகள். இந்த பாத்திரங்கள் செயல்திறன் கொண்டவை - அதாவது தனிநபர்கள் சமூக எதிர்பார்ப்புகளின் அடிப்படையில் ஆண்பால் அல்லது பெண்பால் எவ்வாறு "செயல்படுவது" என்பதைக் கற்றுக்கொள்கிறார்கள். ஒருவர் எவ்வாறு நடந்துகொள்கிறார், சிந்திக்கிறார், தன்னையும் மற்றவர்களையும் மதிப்பிடுகிறார், உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்துகிறார், இவை அனைத்தும் பாலின வழிகளில் அடங்கும்.

ஊனமுற்றோர் மற்றும் பெண்கள் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்கள் (HBWs)
வீட்டிலிருந்து வேலை செய்யும் குறைபாடுகள் உள்ள பெண்கள் தங்கள் பாலினம், முறைசாரா வேலை நிலை மற்றும் இயலாமை காரணமாக பல சவால்களை எதிர்கொள்கின்றனர். வழக்கமான வேலைகள், போக்குவரத்து அல்லது பொது இடங்களை அணுகுவது கடினம் என்பதால் பலர் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் வேலையைத் தேர்வு செய்கிறார்கள். இருப்பினும், வீட்டிலிருந்து வேலை செய்வது எப்போதும் விஷயங்களை எளிதாக்காது. அவர்களுக்கு சரியான இருக்கைகள், கருவிகள் அல்லது அணுகக்கூடிய வீடுகள் இல்லாமல் இருக்கலாம், இது அவர்களின் ஆரோக்கியத்திற்கு தீங்கு விளைவிக்கும் மற்றும் அவர்களின் வேலை உற்பத்தித்திறனைக் குறைக்கும்.
உதாரணம்: காத்மாண்டுவில் எம்பிராய்டரி செய்யும் முதுகெலும்பு குறைபாடுள்ள ஒரு பெண் பாதிக்கப்படலாம் அவளுக்கு வேலை செய்ய வசதியான இடம் இல்லாததால் முதுகு வலி.

அவை பெரும்பாலும் பயிற்சித் திட்டங்கள் அல்லது ஆதரவுத் திட்டங்களிலிருந்து வெளியேறுகின்றன, ஏனெனில் இவை அணுக முடியாதவை
- எடுத்துக்காட்டாக, பார்வையற்றோருக்கு சைகை மொழி ஆதரவு அல்லது ஊனமுற்றோருக்கான ரேம்ப்கள் அல்லது எளிதான வடிவங்களில் பொருட்கள் ஆகியவை எதுவும் இல்லை. அவர்களின் வேலை மற்றும் தேவைகள் பெரும்பாலும் அரசாங்க தரவு மற்றும் திட்டங்களில் கண்ணுக்கு தெரியாதவையாக இருக்கின்றன.

g. குறுக்கீடு: குறுக்கீடு என்பது சாதி, மதம், பாலினம் மற்றும் பாலியல் போன்ற வெவ்வேறு அடையாளங்கள் எவ்வாறு ஒன்றிணைந்து ஒரு நபரின் அனுபவங்களை வடிவமைக்கின்றன என்பதைப் புரிந்துகொள்வது. இந்த அடையாளங்கள் இணைக்கப்பட்டுள்ளன மற்றும் அடுக்கு பாகுபாடு அல்லது சலுகைக்கு வழிவகுக்கும்.

உதாரணமாக, தலித் பெண்கள் சாதி மற்றும் பாலின பாகுபாடு இரண்டையும் எதிர்கொள்கின்றனர், இது உயர்சாதி பெண்கள் அல்லது தலித் ஆண்கள் அனுபவிப்பதிலிருந்து வேறுபடுகிறது. இதேபோல், முஸ்லீம் பெண்கள் தங்கள் மதம் சமூகத்தில் பெரும்பான்மையாக இருக்கிறதா அல்லது சிறுபான்மையாக இருக்கிறதா என்பதையும், முஸ்லிம் சமூகங்களில் செயல்படும் ஆணாதிக்கத்தையும் அடிப்படையாகக் கொண்ட பாகுபாட்டை எதிர்கொள்கின்றனர். பழங்குடி அல்லது இன சமூகங்களைச் சேர்ந்த பெண்கள் ஓரங்கட்டப்படுவது அல்லது தொலைதூர புவியியலில் தங்கியிருப்பது மட்டுமல்லாமல், தங்கள் சொந்த சமூகங்களில் ஆணாதிக்கம் செயல்படும் விதத்திலிருந்தும் பாகுபாட்டை எதிர்கொள்கின்றனர்.

எனவே, பிற மத அல்லது LGBTQ+ சமூகங்களைச் சேர்ந்தவர்களும் பல வகையான சார்புகளை எதிர்கொள்ளக்கூடும். இந்த ஒன்றுடன் ஒன்று இருப்பதை அங்கீகரிப்பது, சமத்துவமின்மையை நன்கு புரிந்துகொள்ளவும், மேலும் உள்ளடக்கிய தீர்வுகளை உருவாக்கவும் உதவுகிறது.

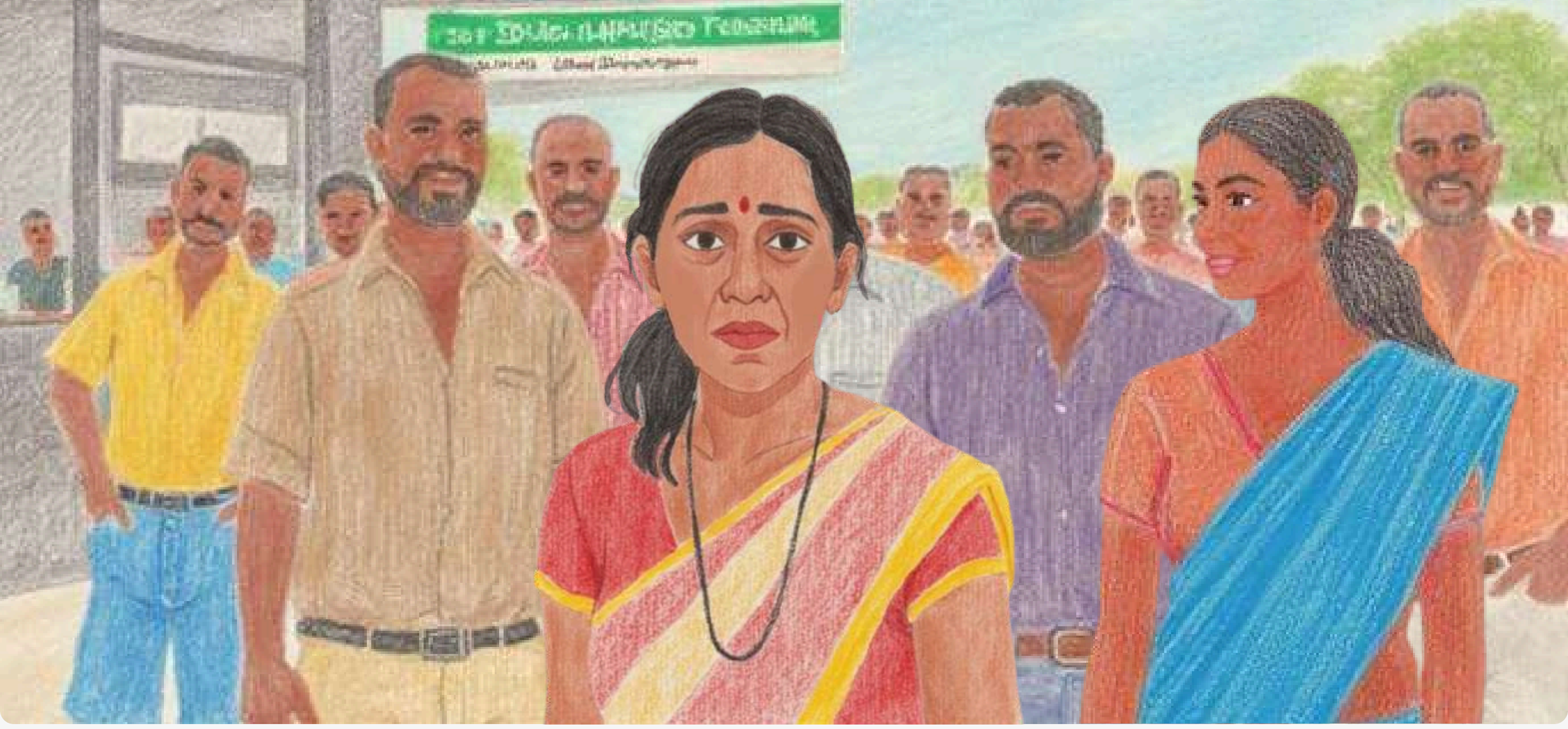
h. பாலியல்: கருத்துக்கள் மற்றும் புரிதல்: பாலியல் மீதான அமர்வை நடத்துவதற்கு முன்பு, இது பல பங்கேற்பாளர்களுக்கு ஒரு உணர்வுபூர்வமான மற்றும் தனிப்பட்ட தலைப்பு என்பதை நினைவில் கொள்ளவும். முந்தைய அமர்வுகளில் நம்பிக்கை கட்டமைக்கப்பட்டிருப்பதை உறுதிசெய்யவும், மரியாதைக்குரிய மற்றும் எளிமையான மொழியைப் பயன்படுத்தவும், பங்கேற்பாளர்கள் தங்கள் சௌகரியமான நிலையில் ஈடுபட இடமளிக்கவும். குழு இயக்கவியலில் கவனம் செலுத்துங்கள் மற்றும் தீர்ப்பளிக்காத, உள்ளடக்கிய அணுகுமுறையைப் பராமரிக்கவும். விரிவான வழிகாட்டுதலுக்கு இணைப்பில் வழங்கப்பட்டுள்ள SOPஐப் பார்க்கவும், மேலும் நீங்கள் தயாரிக்கும்போது அதை நெருக்கமாகப் பின்பற்றவும். (பார்க்க இணைப்பு -3)
பாலியல் என்ற சொல் யாரோ ஒருவர் ஆணா, பெண் அல்லது மற்றொரு பாலினத்தைச் சேர்ந்தவரா என்பதைக் குறிக்கவில்லை, அது பாலியல் செயல்பாடுகளுக்கு மட்டுப்படுத்தப்படவில்லை. பாலியல் என்பது மனித வாழ்க்கையின் ஒரு முக்கிய பகுதியாகும். இது கருத்தரித்தலில் தொடங்குகிறது, ஒரு நபரின் பாலினம் தீர்மானிக்கப்படும் போது, குழந்தை பருவம் முதல் முதுமை வரை அவர்களின் வாழ்நாள் முழுவதும் தொடர்ந்து உருவாகிறது.

ஒரு நபர் எவ்வாறு உறவுகளை உருவாக்குகிறார், கூட்டாளர்களைத் தேர்ந்தெடுக்கிறார், நட்பை உருவாக்குகிறார், ஆர்வங்களை வளர்த்துக் கொள்கிறார் மற்றும் ஒரு தொழிலைத் தேர்ந்தெடுக்கிறார் என்பது உட்பட வாழ்க்கையின் பல அம்சங்களை பாலியல் வடிவமைக்கிறது. ஒரு நபர் தங்களை எவ்வாறு பார்க்கிறார், மற்றவர்களால் அவர்கள் எவ்வாறு பார்க்கப்படுகிறார்கள் என்பதையும் இது பாதிக்கிறது. பாலின அடையாளம் மற்றும் பாலின பாத்திரங்கள் அடையாள உருவாக்கம் மற்றும் அதன் வெளிப்பாடுகளின் இந்த தொடர்ச்சியான செயல்முறையின் முக்கிய பகுதிகளாகும்.

மனித பாலியல் என்பது ஒரு நபரின் புரிதல், உணர்வுகள் மற்றும் பாலியல் மற்றும் உறவுகள் தொடர்பான நடத்தைகள் பற்றியது. உடல் பாகங்கள், உடல் எவ்வாறு செயல்படுகிறது, பாலின அடையாளம், நாம் யாரால் ஈர்க்கப்படுகிறோம், உணர்ச்சிகள் மற்றும் தனிப்பட்ட அனுபவங்கள் போன்ற விஷயங்கள் இதில் அடங்கும். எங்கள் கலாச்சாரம், மதம் மற்றும் தனிப்பட்ட மதிப்புகள் நமது பாலுணர்வைப் பற்றி நாம் எவ்வாறு சிந்திக்கிறோம் மற்றும் வெளிப்படுத்துகிறோம் என்பதையும் வடிவமைக்கின்றன.

i. பாலியல் நோக்குநிலைகள் மற்றும் அடையாளங்கள்: வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்கள் பாலியல் மற்றும் பாலியல் நோக்குநிலையைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும், ஏனெனில் பாலினம் தனிமைப்படுத்தப்படவில்லை - இது பாலியலுடன் ஆழமாக ஒன்றோடொன்று தொடர்புடையது மற்றும் பாலின தன்மை போன்ற மேலாதிக்க விதிமுறைகளால் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. HBW பெண்களின் மாறுபட்ட சமூகத்திற்குள், பாலியல் மற்றும் பாலின சிறுபான்மையினரைச் சேர்ந்த தனிநபர்கள் இருக்க வாய்ப்புள்ளது. பாலியல் மற்றும் நோக்குநிலை பற்றிய விழிப்புணர்வைக் கொண்டிருப்பது, இந்த குழுக்கள் எதிர்கொள்ளும் குறிப்பிட்ட சவால்களை அடையாளம் காணவும், அர்த்தமுள்ள, மரியாதைக்குரிய வழிகளில் ஆதரவை வழங்கவும் தொழிலாளர்களுக்கு உதவுகிறது. மேலும், பல தொழிலாளர்கள் சாதி, மதம் அல்லது வர்க்க அடிப்படையில் ஓரங்கட்டப்படுவதை எதிர்கொள்வதைப் போலவே, பாலியல் மற்றும் பாலின சிறுபான்மையினரும் முறையான பாகுபாட்டை அனுபவிக்கின்றனர். தலித்துகள், மத சிறுபான்மையினர் அல்லது மாறுபட்ட தனிநபர்கள் என விளிம்புநிலையின் இந்த வெவ்வேறு அச்சுகளில் விழிப்புணர்வையும் ஒற்றுமையையும் உருவாக்குவது அனைவரையும் உள்ளடக்கிய மற்றும் அதிகாரமளிக்கும் தொழிலாளர் கூட்டுகளை உருவாக்குவதற்கு அவசியம்.

பாலியல் அடையாளம்	**ஒரு நபர் தங்கள் பாலியல் நோக்குநிலையை எவ்வாறு அடையாளம் காண்கிறார்.**
எதிர்பாலின (நேராக)	• எதிர் பாலினத்தவர்களிடம் உணர்ச்சி ரீதியாகவோ அல்லது பாலியல் ரீதியாகவோ ஈர்க்கப்படும் ஒருவர்.
ஓரினச்சேர்க்கை	• ஒரே பாலின உறுப்பினர்களால் ஈர்க்கப்பட்ட நபர்களை விவரிக்கப் பயன்படுத்தப்படும் ஒரு மருத்துவ சொல். இது காலாவதியானதாகக் கருதப்படுகிறது மற்றும் இன்று குறைவாகவே பயன்படுத்தப்படுகிறது.
கே	• பிற ஆண்களிடம் உணர்ச்சி ரீதியாகவோ அல்லது பாலியல் ரீதியாகவோ ஈர்க்கப்படும் ஆண்களுக்கான பொதுவான சொல். சில நேரங்களில் ஒரே பாலினத்தால் ஈர்க்கப்பட்டவர்களுக்கு மிகவும் பரவலாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது.
லெஸ்பியன்	• பிற பெண்களிடம் உணர்ச்சி ரீதியாகவோ அல்லது பாலியல் ரீதியாகவோ ஈர்க்கப்படும் ஒரு பெண். இது பரவலாக ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட மற்றும் விரும்பப்படும் சொல்.
இருபால் ஈர்ப்பு	• ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட பாலினத்தவரிடம் உணர்ச்சி ரீதியாகவோ அல்லது பாலியல் ரீதியாகவோ ஈர்க்கப்படும் ஒரு நபர்.
பான்செக்ஸுவல்	• அனைத்து பாலின அடையாளங்கள் மற்றும் வெளிப்பாடுகளின் மக்களால் ஈர்க்கப்பட்ட ஒரு நபர்.
அசெக்சுவல்	• எந்த பாலினத்திடமும் பாலியல் ஈர்ப்பை அனுபவிக்காத ஒரு நபர்.
குயர்	• பாலியல் நோக்குநிலை அல்லது பாலின அடையாளம் பாலின அல்லது சிஸ்ஜெண்டர் அல்லாத நபர்களுக்கான ஒரு குடைச்சொல். இதில் லெஸ்பியன், கே, பைசெக்சுவல், திருநங்கைகள் மற்றும் பிற அடையாளங்கள் அடங்கும். ஒரு காலத்தில் ஒரு அவதூறாகப் பயன்படுத்தப்பட்டாலும், பலர் அதை நேர்மறையான மற்றும் உள்ளடக்கிய அடையாளமாக மீட்டெடுத்துள்ளனர்.
இன்டர்செக்ஸ்	• ஆண் அல்லது பெண்ணின் பொதுவான வரையறைகளுக்கு பொருந்தாத உடல் பாலின பண்புகளுடன் (குரோமோசோம்கள், ஹார்மோன்கள் அல்லது உடற்கூறியல் போன்றவை) பிறந்தவர்கள். இன்டர்செக்ஸ் என்பது மனித உடலின் இயற்கையான மாறுபாடு.
திருநங்கை	• பிறக்கும்போதே தங்களுக்கு ஒதுக்கப்பட்ட பாலினத்துடன் பாலின அடையாளம் ஒத்துப்போகாத நபர்களைக் குறிக்கும் சொல்.
ஒதுக்கப்பட்ட பாலினம்	• ஒரு குழந்தையின் பாலினம் பிறக்கும்போதே ஒதுக்கப்படுகிறது, பொதுவாக உடல் பண்புகளின் அடிப்படையில்.
பாலின அடையாளம்	• ஆண், பெண், இரண்டின் கலவை அல்லது இரண்டும் இல்லாதது என்ற உள்ளார்ந்த உணர்வை ஒருவர் ஆழமாகக் கொண்டுள்ளார்.
சிஸ்ஜெண்டர்	• பிறக்கும்போதே அவர்களுக்கு ஒதுக்கப்பட்ட பாலினத்துடன் பாலின அடையாளம் ஒத்துப்போகும் ஒரு நபரை விவரிக்கிறது.



i. பாலியல் வன்முறை மற்றும் துன்புறுத்தலைப் புரிந்துகொள்வது

பயிற்சியாளர் குறிப்பு: இந்த பகுதி பாலியல் வன்முறை மற்றும் துன்புறுத்தல் போன்ற முக்கியமான பிரச்சினைகளை உள்ளடக்கியது. விவாதத்திற்கு பாதுகாப்பான, மரியாதைக்குரிய இடத்தை உருவாக்குங்கள் - சில பங்கேற்பாளர்களுக்கு தனிப்பட்ட அனுபவங்கள் இருக்கலாம். பச்சாத்தாபத்தைப் பயன்படுத்துங்கள், சூழ்நிலை மிகவும் பதட்டமாகிவிட்டால், "அமைதியாக இருக்க சில கணங்கள் எடுத்துக்கொள்வோம், தேவைப்பட்டால் ஓய்வு எடுப்போம்" என்று சத்தமாகக் கூறுங்கள். பகுதியில் கிடைக்கும் ஆதரவு சேவைகளுக்கு பரிந்துரை தொடர்புகளை வைத்திருங்கள். அமர்வின் முடிவில் இவற்றை அனைவருடனும் பகிர்ந்து கொள்ளலாம். நீங்கள் பெயர்களையும் எண்களையும் வெள்ளை பலகையில் எழுதி, பங்கேற்பாளர்களை தங்கள் நோட்டுக்கில் நகலெடுக்குமாறு கேட்கலாம்.

பாலியல் வன்முறை என்பது எந்தவொரு பாலியல் செயலையும் அல்லது பலவந்தமாகவோ, வற்புறுத்தல் மூலமாகவோ அல்லது ஒப்புதல் இல்லாமலோ பாலியல் செயலைப் பெற முயற்சிப்பதைக் குறிக்கிறது. இதில் கற்பழிப்பு, கற்பழிப்பு முயற்சி, தேவையற்ற தொடுதல் மற்றும் ஒரு நபரின் உடல் சுயாட்சியை மீறும் எந்தவொரு செயலும் அடங்கும் - குற்றம் செய்தவருக்கும் பாதிக்கப்பட்டவருக்கும் இடையிலான உறவைப் பொருட்படுத்தாமல். பாலியல் வன்முறை பல வடிவங்களில் நிகழலாம் - அனுமதியின்றி ஒருவரை பாலியல் ரீதியாக தொடுவது (ஆடை மூலம் கூட), அச்சுறுத்தல்கள் செய்வது அல்லது உடலுறவுக்காக ஒருவரை கடத்துவது. ஒப்புதல் தெளிவாகவும், உற்சாகமாகவும், நடந்து கொண்டும் இருக்க வேண்டும். அது இல்லாமல் செய்யப்படும் எதுவும் வன்முறைதான்.

பாலியல் துன்புறுத்தல் என்பது தேவையற்ற பாலியல் கருத்துகள், சைகைகள் அல்லது முன்னேற்றங்களைக் குறிக்கிறது. அதிகாரத்தில் உள்ள ஒருவர் வேலை சலுகைகளுக்கு ஈடாக பாலியல் சலுகைகளைக் கேட்கும் சூழ்நிலைகள் இதில் அடங்கும். இது எப்போதும் அச்சுறுத்தல்கள் அல்லது பணத்தை உள்ளடக்குவதில்லை - பயம், அழுத்தம் அல்லது சமமற்ற சக்தி ஆகியவை அறிகுறிகளாக இருக்கலாம். ஒரு நபருக்கு நகைச்சுவையாகத் தோன்றுவது இன்னொருவருக்கு துன்புறுத்தலாக உணரலாம் - இரண்டு பார்வைகளும் முக்கியமானவை.

ஆன்லைன் பாலியல் துன்புறுத்தல் வேலை, தகவல் தொடர்பு மற்றும் சந்தைகளை அணுகுவதற்கு பெரும்பாலும் டிஜிட்டல் தளங்கள் மற்றும் மொபைல் இணைப்பை நம்பியிருக்கும் பெண் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்கள் (HBWs), இணைய பாலியல் துன்புறுத்தலின் வளர்ந்து வரும் அபாயங்களை எதிர்கொள்கின்றனர்.

அவர்களின் பணியிடங்கள் தனிப்பட்ட இடங்களுடன், குறிப்பாக ஸ்மார்ட்போன்கள் மற்றும் சமூக ஊடகங்கள் மூலம் ஒன்றிணைக்கும்போது, அவர்கள் தேவையற்ற பாலியல் செய்திகள், அச்சுறுத்தல்கள் மற்றும் வாடிக்கையாளர்கள், இடைத்தரகர்கள் அல்லது அறியப்படாத நபர்களிடமிருந்து பின்தொடர்வது ஆகியவற்றால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். பல பெண்கள் HBWs, குறிப்பாக ஓரங்கட்டப்பட்ட பின்னணியைச் சேர்ந்தவர்கள், டிஜிட்டல் கல்வியறிவு மற்றும் புகாரளிப்பதற்கான அணுகல் இல்லாதவர்கள்

அத்தகைய துஷ்பிரயோகத்தை அடையாளம் காண்பது, புகாரளிப்பது அல்லது எதிர்ப்பது கடினம். பாலியல் துன்புறுத்தலைச் சுற்றியுள்ள களங்கம் மற்றும் வேலையை இழக்க நேரிடும் என்ற பயம் பெரும்பாலும் பாதிக்கப்பட்டவர்களை மௌனமாக்குகிறது. சைபர் பாலியல் துன்புறுத்தலுக்கு தீர்வு காண விழிப்புணர்வு பிரச்சாரங்கள் மற்றும் பெண்களுக்கான டிஜிட்டல் பாதுகாப்பு பயிற்சி மட்டுமல்ல, பாதுகாப்பான டிஜிட்டல் பணியிடங்களைக் கோருவதற்கு வலுவான சட்ட பாதுகாப்புகள், தள பொறுப்புக்கூறல் மற்றும் கூட்டு ஒழுங்கமைப்பு ஆகியவை தேவை.

பணியிட வன்முறை அனுபவிக்கக்கூடிய 5 வகையான வன்முறைகளைப் பற்றி நீங்கள் முன்பு கற்றுக்கொண்டிருக்க வேண்டும் (HNSA பயிற்சி கையேடு - கையேட்டின் தலைப்பைக் குறிப்பிடவும்)

- **பொருளாதார வன்முறை**
- **உணர்ச்சி வன்முறை**
- **உடல் ரீதியான வன்முறை**
- **வாய்மொழி வன்முறை**
- **பாலியல் வன்முறை**

பாலியல் துன்புறுத்தலைத் தடுக்கும் பொறுப்பு பணியிடங்களுக்கு உள்ளது. இந்தியாவில், பணியிடத்தில் பெண்களுக்கு எதிரான பாலியல் துன்புறுத்தல் (தடுப்பு, தடை மற்றும் தீர்வு) சட்டம், 2013, 10 அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட ஊழியர்களைக் கொண்ட அனைத்து நிறுவனங்களும் தீர்வுக்கான பாதுகாப்பான மற்றும் பதிலளிக்கக்கூடிய இடத்தை வழங்க உள் குழுக்களை (ICs) அமைக்க வேண்டும்.

முறைசாரா அமைப்புகளில் அல்லது 10 க்கும் குறைவான ஊழியர்களைக் கொண்ட நிறுவனங்களில் பணிபுரியும் பெண்களுக்கு, நகர்ப்புற மற்றும் கிராமப்புறங்களில் மாவட்ட அளவில் உள்ளூர் குழுக்கள் (எல்.சி) அமைக்கப்பட்டுள்ளன.

இந்தச் சட்டத்தின் ஒரு முக்கியமான அம்சம் என்னவென்றால், பாலியல் துன்புறுத்தலின் வரையறை புகார்தாரரின் அனுபவத்தால் தீர்மானிக்கப்படுகிறது - அதாவது, ஒரு பெண் பாலியல் தாக்குதல் செய்தவரின் சொற்கள் அல்லது நடத்தையைக் கண்டால், புகார் அளிக்க அவருக்கு உரிமை உண்டு.

பெரும்பாலும் முறையான முதலாளிகள் இல்லாத வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களுக்கு, பாலியல் துன்புறுத்தல் புகார்களை அணுக உள்ளூர் குழு நியமிக்கப்பட்ட அமைப்பாகும், குற்றம் செய்தவர் ஒரு ஒப்பந்தக்காரர், இடைத்தரகர் அல்லது வாங்குபவர்.

கற்பழிப்பு என்பது ஒரு அந்நியர், அறிமுகமானவர் அல்லது திருமணத்திற்குள் உட்பட எந்தவொரு சம்மதமற்ற பாலியல் ஊடுருவலும் ஆகும். பெரும்பாலான நாடுகளில் பாலியல் பலாத்காரத்தை கிரிமினல் குற்றமாக அங்கீகரிக்கும் சட்டங்கள் உள்ளன. திருமண கற்பழிப்பு என்பது வன்முறை - அது அதிகாரத்தைப் பற்றியது, நெருக்கம் அல்ல. பல நாடுகள் திருமண பாலியல் பலாத்காரத்தை ஒரு குற்றமாக ஒப்புக்கொள்வதில்லை.

பாலியல் தாக்குதல் அல்லது பாலியல் துஷ்பிரயோகம் என்பது பரந்த சொற்கள் மற்றும் சட்டத்தில் வித்தியாசமாக வரையறுக்கப்படலாம். கட்டாயப்படுத்தி முத்தமிடுதல், தடவுதல் அல்லது அனுமதியின்றி தொடுதல் போன்ற எந்தவொரு தேவையற்ற பாலியல் தொடர்பும் அவற்றில் அடங்கும்.

நெருக்கமான கூட்டாளர் வன்முறை (IPV) என்பது காதல் அல்லது பாலியல் உறவுகளுக்குள் துஷ்பிரயோகத்தைக் குறிக்கிறது. IPV பல வடிவங்களை எடுக்கலாம்:

1. **உடல் ரீதியான வன்முறை** - அடித்தல், அறைதல், உதைத்தல்.
2. **பாலியல் வன்முறை** - கட்டாய செக்ஸ் அல்லது பாலியல் வற்புறுத்தல்.
3. **உணர்ச்சி துஷ்பிரயோகம்** - சிறுமைப்படுத்துதல், அவமானங்கள், அச்சுறுத்தல்கள், அவமானம்.
4. **நடத்தையைக் கட்டுப்படுத்துதல்** - அன்புக்குரியவர்களிடமிருந்து ஒருவரைத் தனிமைப்படுத்துதல், இயக்கங்களைக் கண்காணித்தல் அல்லது வேலை, கல்வி அல்லது சுகாதாரத்திற்கான அணுகலைக் கட்டுப்படுத்துதல்.

இந்தியாவில், பாலியல் துன்புறுத்தலைத் தடுக்கவும், அவற்றைக் கையாளவும் பணியிடங்கள் சட்டப்பூர்வமாக நடவடிக்கைகளை எடுக்க வேண்டும். பணியிடத்தில் பெண்களுக்கு எதிரான பாலியல் துன்புறுத்தல் (தடுப்பு, தடை மற்றும் குறைதீர்த்தல்) சட்டம், 2013, 10 அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட ஊழியர்களைக் கொண்ட அனைத்து நிறுவனங்களும் ஒரு உள் குழுவை (IC) அமைக்க வேண்டும் என்று கூறுகிறது.

முறைசாரா அமைப்புகளில் அல்லது 10 க்கும் குறைவான தொழிலாளர்களைக் கொண்ட நிறுவனங்களில் பணிபுரியும் பெண்களுக்கு, உள்ளூர் குழுக்கள் (எல்.சி) மாவட்ட அளவில் நகர்ப்புற மற்றும் கிராமப்புறங்களில் சட்டத்தின் கீழ் நியமிக்கப்பட்ட மாவட்ட அதிகாரியால் நிறுவப்படுகின்றன. இந்த சட்டத்தின் ஒரு முக்கியமான அம்சம் என்னவென்றால், பாலியல் துன்புறுத்தலின் வரையறை பெண்ணின் அனுபவத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டது - ஒருவரின் நடத்தை பாலியல் பொருத்தமற்றது அல்லது புண்படுத்துவதாக உணர்ந்தால், புகார் அளிக்க அவருக்கு உரிமை உண்டு.

முறைசாரா பணியிடங்களில் ஒப்பந்ததாரர்கள் அல்லது வாங்குபவர்களுடன் அடிக்கடி தொடர்பு கொள்ளும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண் தொழிலாளர்கள் (HBWs), பாலியல் துன்புறுத்தல் புகார்களைப் பதிவு செய்ய உள்ளூர் குழுவை அணுகலாம்.

குடும்ப வன்முறையிலிருந்து பெண்களைப் பாதுகாக்க இந்தியாவில் ஒரு சட்டம் உள்ளது: குடும்ப வன்முறையிலிருந்து பெண்களைப் பாதுகாக்கும் சட்டம் (PWDVA), 2005. இந்த சட்டம் ஒரு பெண்ணின் வீட்டில் பாதுகாப்பாக வசிப்பதற்கான உரிமையை உத்தரவாதம் செய்கிறது மற்றும் உடல், உணர்ச்சி, பாலியல் மற்றும் பொருளாதார துஷ்பிரயோகத்திலிருந்து அவளைப் பாதுகாக்கிறது. பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தரிடமோ, பொலிஸ் அல்லது நீதவான் நீதிமன்றத்திடமோ முறைப்பாடு செய்யலாம்.

சட்ட வழிமுறைகளுக்கு மேலதிகமாக, இந்தியா உட்பட பல நாடுகளில் குடும்ப வன்முறையில் இருந்து தப்பியவர்களுக்கு ஒன் ஸ்டாப் கிரைசிஸ் சென்டர்கள் மற்றும் சகி மையங்கள் போன்ற ஆதரவு சேவைகள் உள்ளன. இந்த மையங்கள் ஆலோசனை, சட்ட உதவி மற்றும் விழிப்புணர்வு உருவாக்கம் போன்ற சேவைகளை வழங்குகின்றன. சில அரசாங்கத்தால் நடத்தப்பட்டாலும், பல தன்னார்வ தொண்டு நிறுவனங்களும் பெண்கள் பாதுகாப்பான மற்றும் கண்ணியமான வாழ்க்கையை வாழ உதவுவதற்காக இத்தகைய ஆதரவை வழங்குகின்றன.

செயல்பாடு 4A

"யார் என்ன செய்கிறார்கள்?" - பாலின பங்குகள், உழைப்பின் பாலின பிரிவு மற்றும் ஊதிய இடைவெளிகளைப் புரிந்துகொள்வது

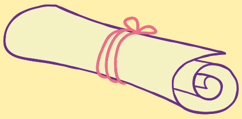
30
நிமிடங்கள்

குறிப்பு: *4.1 (புள்ளிகள் b,c,f)*

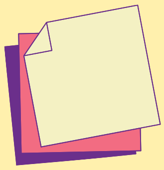
கருப்பொருள்:

உழைப்பின் பாலின பிரிவு, பாலின ஊதிய இடைவெளி, பாலின பங்குகள்

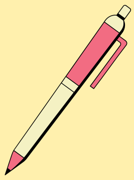
தேவையான பொருட்கள்:



சார்ட் பேப்பர் அல்லது வெள்ளை போர்டு



ஒட்டும் குறிப்புகள் அல்லது காகித சீட்டுகள்



மார்க்கர்கள்

வீடியோ

பயிற்சியாளர்களுக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1

ஒரு சார்ட் பேப்பர் / போர்டில் பின்வரும் அட்டவணை நெடுவரிசைகளை வரையவும் -

ஆண்கள்		பெண்கள்		திருநங்கைகள்	
ஊதிய வேலை	ஊதியமில்லாத வேலை	ஊதிய வேலை	ஊதியமில்லாத வேலை	ஊதிய வேலை	ஊதியமில்லாத வேலை

படி 2

இவ்வாறு கூறுங்கள்: "நம் குடும்பங்களிலும் சமூகத்திலும் நாம் அனைவரும் செய்கிற பல்வேறு வகையான வேலைகள் உள்ளதை நாம் அறிவோம். சில வேலைகளுக்கு ஊதியம் வழங்கப்படுகிறது, சிலவற்றுக்கு ஊதியம் வழங்கப்படுவதில்லை. ஆண்கள், பெண்கள் மற்றும் திருநங்கைகளுக்கு இது எப்படி இருக்கிறது என்பதைப் பார்ப்போம்".

பங்கேற்பாளர்களிடம் இதைக் கேளுங்கள்: "உங்கள் வீட்டிலும் பணியிடத்திலும் சமூகத்திலும், வழக்கமாக யார் என்ன வேலைகளைச் செய்கிறார்கள்?" ஊதியம் பெறும் வேலைகள் ஊதியம் பெறாத வேலைகள் என இரண்டையும் கேட்கவும். குழந்தைகளும் வயதானவர்களும் செய்யும் வேலைகளையும் கேட்கவும். வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், ஒரு நாளில் மக்களின் நேரத்தை எடுத்துக்கொள்ளும் அனைத்து வேலைகளையும் கேட்கவும்.

படி 3

- பங்கேற்பாளர்கள் வேலைகளைச் சொல்லும்போது, அவற்றை அந்தந்த நெடுவரிசைகளில் எழுதவும்.
- தேவைப்பட்டால் மேலும் வரிசைகளைச் சேர்க்கவும்.
- பொதுவாக பெண்களால் செய்யப்படும் வேலைகளைப் பற்றி சிந்தியுங்கள், ஆனால் அவை கணக்கில் எடுத்துக்கொள்ளப்படுகிறதா (எ.கா., சமையல், தையல், சந்தைக்கு செல்லுதல், குழந்தை பராமரிப்பு)
- பெரும்பாலான வகைகளின் கீழ் குறைந்தது 8-10 வேலைகளை பட்டியலிட்ட பிறகு நீங்கள் நிறுத்தலாம்.

படி 4

இவற்றைக் கேட்கவும்:

- **"என்ன கவனித்தீர்கள்?"**
- **"எல்லா வேலைக்கும் ஊதியம் கிடைக்கிறதா?"**
- **"எந்தெந்த வேலைகளுக்கு ஊதியம் வழங்கப்படுகிறது?"**
- **"யார் ஊதியமில்லாத வேலையை அதிகம் செய்கிறார்கள்?"**
- **"வேலை ஒரே மாதிரியாக இருந்தாலும் யாருக்கு அதிக ஊதியம் கிடைக்கிறது?"**
- **"இதை எந்த விதத்திலாவது மாற வேண்டும் என்று விரும்புகிறீர்களா?"**

படி 5 (பின்னூட்ட கேள்விகள்)

பங்கேற்பாளர்களிடம் இவ்வாறு கேளுங்கள்:

- **"இந்த செயல்பாடு உங்களை வித்தியாசமாக சிந்திக்க வைத்ததா?"**
- **குழுவிலிருந்து முக்கிய புள்ளிகளைக் குறித்துக் கொள்ளுங்கள்.**

படி 6 (வீடியோ)

இந்த வீடியோவைக் காண்பித்து நீங்கள் அமர்வை முடிக்கலாம் - video

முழு வீடியோவையும் பார்க்க QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யவும்.

படி 7: இறுதி குறிப்புகள்

பாலின பங்குகள் சமூக ரீதியாக கற்பிக்கப்படுகின்றன, இயற்கையாக அல்ல. உழைப்பின் பாலினப் பிரிவு என்பது சமூகத்தில் ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் இடையில் வேலை எப்படி பிரிக்கப்படுகிறது என்பதாகும். இதில் பெண்கள் பொதுவாக வீட்டு வேலைகள் மற்றும் பராமரிப்பைக் கையாள வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது, அதே நேரத்தில் ஆண்கள் வீட்டிற்கு வெளியே ஊதியம் பெறும் வேலைக்கு தள்ளப்படுகிறார்கள். இந்த சமத்துவமற்ற பிரிவானது ஆணாதிக்கத்துடன் ஆழமாக இணைக்கப்பட்டுள்ளது, இது ஆண்களின் வேலைக்கு அதிக மதிப்பளித்து, அவர்களுக்கு அதிக நன்மைகளை வழங்குகிறது. இதன் விளைவாக, பெண்கள் பாலின ஊதிய இடைவெளியை எதிர்கொள்கின்றனர், அதிகளவு ஊதியமில்லாத வேலைகளை மேற்கொள்கின்றனர், பெரும்பாலும் பொருளாதார சுதந்திரத்திற்கான வாய்ப்புகளை குறைவாகவே பெறுகின்றனர். படத்தில் நீங்கள் பார்த்தது போல், கணவர் ஆணாதிக்க மனநிலை காரணமாக வீட்டு வேலைகளைச் செய்கிறார் என்று சொல்ல தயங்குகிறார், ஆனால் அவரது மனைவியும் தாயாரும் உண்மையில் ஊதியமில்லாத வீட்டு வேலைச் சுமையைப் பகிர்ந்து கொள்ளும் ஆண்களை மிகவும் வரவேற்பதாக காட்டப்படுகிறார்கள். பெண்களின் ஊதியம் பெறாத வேலைகளும் குறைவான ஊதியம் பெறும் வேலைகளும் அங்கீகரிக்கப்பட்டு மதிக்கப்பட வேண்டும். இந்தப் பிரிவு எப்படி வந்தது? என்பதையும் நாம் சிந்திக்க வேண்டும்"

பல்வேறு நடவடிக்கைகளில் ஆண்களும் பெண்களும் தங்கள் நேரத்தை எவ்வாறு செலவிடுகிறார்கள் என்பதைப் புரிந்துகொள்வதற்கு பல அரசாங்கங்கள் நேரப் பயன்பாட்டு ஆய்வுகளை நடத்துகின்றன. இந்தியாவில், சமீபத்திய நேரப் பயன்பாட்டு ஆய்வில், ஆண்கள் பராமரிப்புப் பணிகளில் பங்கேற்று, வீட்டில் உள்ளவர்களைக் கவனித்துக்கொள்ள ஒரு நாளைக்கு சராசரியாக 75 நிமிடங்கள் செலவிட்டனர். இருப்பினும், பெண்கள் ஒரு நாளைக்கு 137 நிமிடங்கள் செலவிட்டனர், இது ஆண்கள் செலவழிக்கும் நேரத்தை விட இரண்டு மடங்குக்கும் அதிகமாகும். ஊதியம் பெறாத வீட்டு சேவைகளைப் பொறுத்தவரை, பெண்கள் ஒரு நாளைக்கு சராசரியாக 289 நிமிடங்கள் செலவிட்டனர், ஆனால் ஆண்கள் 88 நிமிடங்கள் மட்டுமே செலவிட்டனர்.

செயல்பாடு 4B

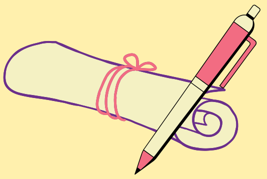
"யார் முடிவு செய்வது?"- அன்றாட வாழ்க்கையில் பாலின சமத்துவம்

40 நிமிடங்கள்

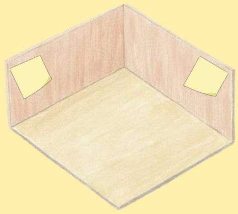
குறிப்பு: *4.1* (புள்ளி *d)*

கருப்பொருள்:
பாலின சமத்துவம், முடிவெடுத்தல், வீடுகள் மற்றும் பணியிடங்களில் அதிகார சக்திகள்

தேவையான பொருட்கள்:



விளக்கப்படம் மற்றும் குறிப்பான்



இரண்டு மூலைகளில்*: "*ஆண் தீர்மானிக்கிறான்*"* என்றும் *"*பெண் தீர்மானிக்கிறாள்*"* என்றும் குறிக்கப்பட்ட

முன்னரே எழுதப்பட்ட *5* காட்சி அட்டைகள்

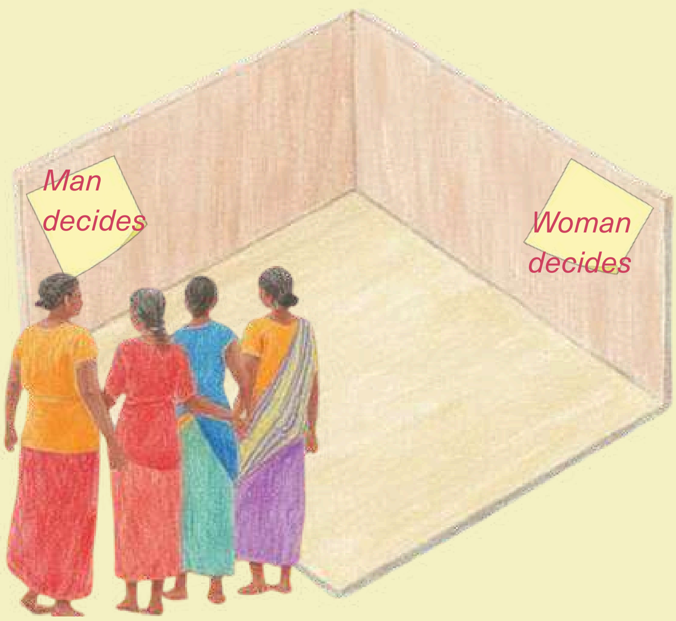
வீடியோ1
வீடியோ 2

STEP-BY-STEP INSTRUCTIONS

படி 1:

அறையின் இரண்டு எதிரெதிர் மூலைகளில் இவ்வாறு குறிக்கவும்:

- **ஒன்றில் "ஆண் தீர்மானிக்கிறான்"**
- **மற்றொன்றில் "பெண் தீர்மானிக்கிறாள்"**



நீங்கள் நிஜ வாழ்க்கை காட்சிகளைப் படிப்பீர்கள், பங்கேற்பாளர்கள் வழக்கமாக தங்கள் வீடு அல்லது சமூகத்தில் அந்த முடிவை எடுப்பது யார் என்று பிரதிபலிக்கும் அறையின் பக்கத்திற்கு அவர்கள் நடந்து செல்ல வேண்டும் என்று அவர்களுக்கு விளக்குங்கள். காட்சி தயாரானதும், அட்டையை போர்டில் ஒட்டவும். ஒவ்வொரு அட்டைக்கும் ஆண் தீர்மானிக்கிறான் என்ற பக்கத்திற்கு நடந்து செல்லும் பெண்களின் எண்ணிக்கையையும், பெண் தீர்மானிக்கிறாள் என்ற பக்கத்திற்கு நடந்து செல்லும் பெண்களின் எண்ணிக்கையையும் கூட்டுங்கள்.

மாதிரி காட்சிகள்:

- வீட்டில் என்ன சமைக்க வேண்டும் என்பதை யார் தீர்மானிக்கிறார்கள்?
- பெண் திறன் பயிற்சிக்கு செல்லலாமா என்பதை யார் முடிவு செய்கிறார்கள்?
- அவள் சம்பாதிக்கும் பணம் எவ்வாறு செலவிடப்பட வேண்டும் என்பதை யார் தீர்மானிப்பது?
- அவள் எந்த நேரத்தில் வேலையிலிருந்து வீட்டிற்கு திரும்ப வேண்டும் என்பதை யார் தீர்மானிக்கிறார்கள்?
- அவள் ஒரு சமூகக் கூட்டத்தில் கலந்து கொள்ளலாமா என்பதை யார் தீர்மானிக்கிறார்கள்?
- மகள் எவ்வளவு படிக்க வேண்டும் என்பதை யார் தீர்மானிப்பது?
- மகன் எவ்வளவு படிக்க வேண்டும் என்பதை யார் தீர்மானிப்பது?
- மகள் எந்தப் பள்ளியில் படிக்க வேண்டும்?
- பாலியல் துன்புறுத்தல் சம்பவம் நிகழும்போது புகார் அளிக்கலாமா?

படி 2

பயிற்சியாளர்களின் குறிப்பு: எல்லா பங்கேற்பாளர்களும் ஒரே மாதிரியான விருப்பத்தை தெரிந்துகொள்ளாமல் இருக்கலாம். எனவே, பெரும்பான்மையினரிடமிருந்து வேறுபட்ட ஒரு தேர்வை செய்தவர்களிடம் அது அவர்களின் அனுபவத்தில் / அல்லது அவர்களின் குடும்பத்தில் எப்படி இருக்கிறது என்பதைப் பகிர்ந்து கொள்ளச் சொல்லுங்கள். பெண் தீர்மானிக்கிறார் என்ற ஒரு நேர்மறையான அனுபவமாக அது இருந்தால், அதைப் பாராட்ட வேண்டும். அவரது பகிர்வு, தங்கள் சொந்த சமூகத்தில் வெவ்வேறு தேர்வுகளை செய்து வித்தியாசமாக செயல்படும் பெண்கள் இருக்கிறார்கள் என்பதை அங்கீகரிக்க மற்றவர்களை ஊக்குவிக்கும். வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், அவர்கள் வேறுபட்ட சமூக விதிமுறைகளைப் பின்பற்றுகிறார்கள்.

ஒரு நேரத்தில் ஒரு காட்சியை சத்தமாகப் படியுங்கள், ஒவ்வொன்றிற்கும் பிறகு பங்கேற்பாளர்கள் ஒரு மூலைக்கு நடந்து செல்வதற்காக படித்து முடித்தவுடன் நிறுத்தவும். ஒவ்வொன்றிற்கும் பிறகு: “இது வழக்கமாக இப்படித்தான் இருக்கும் என்று நினைக்கிறீர்களா?” என்று கேளுங்கள்.

"இதை நீங்கள் ஒப்புக்கொள்கிறீர்களா?"
"நீங்கள் எதை மாற்ற விரும்புகிறீர்கள்?"
"இந்த மாற்றம் எப்படி வரும்?"

படி 3

பங்கேற்பாளர்களை சுற்றிலும் பார்த்து மாதிரிகளை கவனிக்குமாறு கூறவும். பின்னர் சுருக்கமாக விவாதிக்கவும்:

- **"பாலின பங்குகள் மற்றும் சமத்துவம் பற்றி இந்த தேர்வுகள் என்ன காட்டுகின்றன?"**
- **"மாற்றத்தை நாம் எங்கே காண விரும்புகிறோம்?"**

படி 4: பின்னூட்ட கேள்விகள்

இவ்வாறு கேட்கவும்:

- **"இன்றிலிருந்து நீங்கள் ஏதேனும் முடிவுகளை எடுக்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறீர்களா?"**

பங்கேற்பாளர்களின் சில பதில்களை எழுதி சிந்திக்குமாறு ஊக்குவிக்கவும்.

படி 5 (வீடியோ)

உங்களுக்கு உள்ள நேரத்தைப் பொறுத்து, இந்த இரண்டு வீடியோக்களில் ஒன்றையோ இரண்டையுமோ காண்பித்து அமர்வை முடிக்கலாம்:

முழு வீடியோவையும் பார்க்க QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யவும்.

வீடியோ 1 (20 நிமிடங்கள்)- https://youtu.be/9HkIP4YkXu4?feature=shared

வீடியோ 2 (7 நிமிடங்கள்)- https://youtu.be/ItEBXbdIiVA?feature=shared

படி 6: இறுதி குறிப்புகள்

"சமத்துவம் என்பது அன்றாட தேர்வுகளில் இருந்து தொடங்குகிறது. தீர்மானங்களில் ஆண்கள் பெண்கள் இருவருக்குமே பங்கு இருக்க வேண்டும்.

உங்கள் வீட்டிலும் உங்கள் சமூகத்திலும் உங்கள் வேலை முக்கியமானது, உங்கள் குரலும் முக்கியமானது.

செயல்பாடு 4C
பாலினத்தின் குறுக்கீட்டைப் புரிந்துகொள்வது

30
நிமிடங்கள்

குறிப்பு: *4.1 (புள்ளி g, h)*

கருப்பொருள்:

பாலினம், சாதி, வர்க்கம், பாலியல், இனம் மற்றும் மதம் சார்ந்த நிஜ வாழ்க்கை கதைகள் மூலம் குறுக்கீட்டைப் புரிந்துகொள்வது. மக்களின் பாகுபாடு பார்க்கப்படும் அனுபவங்களையும் ஓரங்கட்டப்படும் அனுபவங்களையும் வடிவமைக்க எப்படி பல அடையாளங்கள் ஒன்றையொன்று குறுக்கிடுகின்றன என்பதை பங்கேற்பாளர்களுக்கு அடையாளம் காண உதவுவதே இதன் நோக்கம்.

தேவையான பொருட்கள்:

அச்சிடப்பட்ட ஆய்வறிக்கைகள் *(ஒரு குழுவிற்கு 1)* *(உமா, அஞ்சு, மம்தா, சல்மா, அமீனா – ஈர்க்கப்பட்ட நிஜ வாழ்க்கை உதாரணங்கள்)*

பயிற்சியாளர்களுக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1: குழு வாசிப்பு மற்றும் கலந்துரையாடல்

பங்கேற்பாளர்களை ஐந்து சிறு குழுக்களாகப் பிரித்து, ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒரு அச்சிடப்பட்ட உதாரண ஆய்வறிக்கையை கொடுக்கவும். இந்த ஐந்தைப் பயன்படுத்தவும்:

மம்தா *(29)* என்ற திருநங்கை சமீபத்தில் வெளியே வந்தார். *B.Ed* பட்டம் பெற்றுள்ள இவர், ஆசிரியர் பணிக்கு தகுதியானவர். உள்ளூர் ஊடகங்கள் மூலம் அவரது அடையாளம் வெளியானதிலிருந்து, சாத்தியமான முதலாளிகள் அவருக்கு வேலை வாய்ப்புகளை மறுத்து வருவதால், அவரால் வேலை பெற முடியவில்லை. வீட்டிலேயே டியூஷன் எடுத்தாலும், தேவைகளை பூர்த்தி செய்ய பீஸ் ரேட் வேலைகளையும் அவர் செய்ய வேண்டும். அப்பகுதியில் பணிபுரியும் ஒரு *NGO* நிறுவனம் அனைத்து *HBW* பெண்களின் கூட்டத்திற்கு அழைப்பு விடுத்தபோது, அவர் அதில் கலந்து கொண்டார், ஆனால் மற்ற *HBW* பெண்கள் அவருடன் தொடர்பு கொண்டு அவருடன் பேசவில்லை. அவர் மனச்சோர்வடைந்து, சில நேரங்களில் தற்கொலை செய்து கொள்ள நினைக்கிறார்.

உமா*(28)* தனது நில உரிமையாளரின் நிலத்தில் கொத்தடிமையாக வேலை செய்யும் ஒரு தலித் பெண். அவரது வேலை காலை *7* மணிக்கு தொடங்கி மாலை *6:30* மணிக்கு முடிகிறது. இவருக்கு *2* மகள்கள், ஒரு மகன் என *3* குழந்தைகள் உள்ளனர். அவரது மகள்கள் சமையலறையிலும் சில சமயங்களில் வயல்களிலும் அவருக்கு உதவுகிறார்கள். தற்போது ஐந்து மாத கர்ப்பிணியாக இருக்கும் அவரால் ஒரு மருத்துவரை பார்க்க முடியவில்லை. அவர் தனது குழந்தைகளை பள்ளிக்கு அனுப்ப விரும்புகிறார், ஆனால் அதை எவ்வாறு நிறைவேற்றுவது என்று தெரியவில்லை. துரதிர்ஷ்டவசமாக, அவருடைய நில உரிமையாளர் அவரை பாலியல் துஷ்பிரயோகம் செய்கிறார். தனது வேலையை இழக்க நேரிடுமோ அல்லது பழிவாங்கி விடுவாரோ என்ற பயத்தில் அவர் அமைதியாக இருக்க வேண்டிய கட்டாயத்தில் இருக்கிறார்.

அமீனா

கிழக்கு ஆப்பிரிக்காவைச் சேர்ந்தவராய் இருந்து புலம்பெயர்ந்துள்ள கறுப்பின பெண் அமீனா *(45)*, டெல்லியில் நெரிசலான ஒரு காலனியில் வாடகைக்கு வசிக்கிறார், அங்கு அவர் மணிகள் பதித்த நகைகள் மற்றும் துணி கைவினைப்பொருட்களை உருவாக்கும் வீட்டு கைவினைஞராக பணிபுரிகிறார். கணவரிடமிருந்து பிரிந்த பிறகு, உள்ளூர் சந்தைகள் மற்றும் வாட்ஸ்அப் குழுக்கள் மூலம் தனது தயாரிப்புகளை விற்பனை செய்து, அவர் தனது இரண்டு குழந்தைகளையும் சொந்தமாக ஆதரிக்கத் தொடங்கினார். அவருக்கு திறமை இருக்கும்போதிலும், அமீனா தொடர்ந்து இன மற்றும் பாலின அடிப்படையிலான பாகுபாடுகளை எதிர்கொள்கிறார் - அவர் பெரும்பாலும் சந்தேகத்துடனும், அதிக பாலுறவு கொண்டவராகவும் பார்க்கப்படுகிறார், அவரது தோற்றம் மற்றும் சுதந்திரத்தை வைத்து தவறாக தீர்மானிக்கப்படுகிறார். உள்ளூர் தொழிலாளர்களுடன் அவர் "பொருந்த மாட்டார்" என்று கூறி, ஒப்பந்ததாரர்கள் அவருக்கு வழக்கமான வேலையைக் கொடுக்க தயங்குகிறார்கள். அவரது சுற்றுப்புறத்தில் கூட, அவர் இனவெறியான ஆணாதிக்க கருத்துக்கள் மற்றும் விலக்குகளுக்கு உட்படுத்தப்படுகிறார். இருப்பினும், வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தலித் மற்றும் முஸ்லீம் தொழிலாளர்களின் முறைசாரா கூட்டுறவுகள் மூலம், அமீனா ஒற்றுமையைக் கண்டறிந்து, தனது அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளத் தொடங்கினார். சாதி, இனம், பாலினம் ஆகியவற்றுக்கும் பெண்களின் உடல்களை கட்டுப்படுத்துவது மற்றும் பாலியல் ஆகியவற்றுக்கும் இடையிலான தொடர்புகளை வெளிப்படுத்தினார். இன்று, ஓரங்கட்டப்பட்ட பெண்களிடையே உரையாடல் மற்றும் விழிப்புணர்வை உருவாக்குவதில் அவர் முக்கிய பங்கு வகித்து, சார்புகளை சவாலிடுவதற்கும் பாரபட்சமற்ற பெண்ணிய ஒற்றுமையை வளர்ப்பதற்கும் தனது சொந்த வாழ்க்கையைப் பயன்படுத்துகிறார்.

அஞ்சு

30 வயதான அஞ்சு, லக்னோவில் உள்ள உள்ளூர் ஆடை சப்ளையருக்காக சிக்கலான எம்பிராய்டரி வேலைகளைச் செய்யும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரிகிற ஒரு திறமையான தொழிலாளி. அவர் ஒரு காலத்தில் ஒரு பிரகாசமான மாணவராக இருந்தார், ஒரு பள்ளி ஆசிரியராக வேண்டும் என்று விரும்பினார். ஆனால் அவரது கனவுகள், சீக்கிரத்தில் நிகழ்ந்த திருமணத்தாலும் தாய்மையாலும் தடைபட்டன. அவரது கணவர் சென்ற பிறகு, அஞ்சு தனி பெற்றோராக ஆனார். தனது இரண்டு குழந்தைகளை ஆதரிக்க வீட்டிலிருந்து தையல் வேலை செய்தார். அவரது வேலை தரமாக இருந்தபோதிலும், குறுகிய காலக்கெடுவுக்குள் பணியை முடிக்கும் திறன் அவருக்கு இருந்தபோதிலும், ஒப்பந்தக்காரர் பெரும்பாலும் அவருக்கு பெரிய ஆர்டர்களையோ நல்ல கட்டணம் கிடைக்கும் ஆர்டர்களையோ வழங்குவதைத் தவிர்க்கிறார். தனது "குடும்பப் பொறுப்புகள்" காரணமாக அழுத்தத்தை கையாள முடியாமல் போகலாம் என்று அந்த ஒப்பந்தக்காரர் கூறுகிறார். மேலும் அவர் "குழந்தைகளுடன் மிகவும் பிஸியாக இருப்பதால் அவரால் தீவிரமான வேலைகளை எடுக்க முடியாது" என்று கூறுகிறார். அஞ்சு, தனது திறமைகள் குறைவாக இருப்பதால் அல்ல, ஒரு தாயாக தனது பாத்திரத்தைப் பற்றிய மற்றவர்களின் அனுமானங்களால் செய்வதறியாமல் நிற்கிறார். அவர் இப்போது ஆன்லைன் கைவினை தளங்களிலும் அதிக மரியாதையையும் நெகிழ்வுத்தன்மையையும் வழங்கும் பெண்கள் கூட்டுறவுகளுடனும் இணைவதற்கான வழிகளை ஆராய்ந்து வருகிறார், அவரது தனிப்பட்ட வாழ்க்கைக்கு தீர்ப்பளிக்கப்படாமல் அவரது பணி மதிப்பிடப்படும் இடங்களைக் கண்டுபிடிப்பார் என்று நம்புகிறார்.

சல்மா

வளர்ச்சித் துறையில் பணிபுரியும் சல்மா *(35)* சமீபத்தில் புனேவுக்கு மாற்றப்பட்டு தற்போது வாடகைக்கு வீடு தேடி வருகிறார். இருப்பினும், அவர் ஒரு முஸ்லீம் பெண் என்பதால் பல இந்து நில உரிமையாளர்கள் தங்கள் வீடுகளை அவருக்கு வாடகைக்கு விட மறுப்பதால் அவர் பாகுபாட்டை எதிர்கொள்கிறார்.

ஒவ்வொரு குழுவையும் அவர்களின் கதையைப் படித்து விவாதிக்குமாறு கூறவும்:

- **இந்த சூழ்நிலையில் என்ன நடக்கிறது?**
- **இந்த நபர் எதிர்கொள்ளும் முக்கிய சவால்கள் என்ன?**
- **இந்த சவால்கள் அவர்களின் குறுக்கீட்டு அடையாளங்களைப் பற்றி நமக்கு என்ன சொல்கின்றன?**
- **இந்த சூழ்நிலையில் யார் அதிகாரத்தைக் கொண்டிருக்கிறார்கள்? யார் ஓரங்கட்டப்படுகிறார்கள்?**

குறிப்பாக பங்கேற்பாளர்கள் அறிமுகமில்லாத அடையாளங்களால் சிரமப்படும்போது, அவர்களுக்கு ஆதரவளிக்கவும் தெளிவுபடுத்தவும் குழுக்களைச் சுற்றி வரவும்.

படி 2: கூட்டு பிரதிபலிப்பு மற்றும் விளக்கம்

அனைவரையும் மீண்டும் ஒன்றிணைத்து, ஒவ்வொரு குழுவையும் அவர்களின் கதையையும் முக்கிய பிரதிபலிப்புகளையும் சுருக்கமாகப் பகிர்ந்து கொள்ள அழைக்கவும்.
விவாதத்தை ஆழப்படுத்த பின்வரும் வழிகாட்டும் கேள்விகளைக் கேளுங்கள்:

- இந்த சூழலில் உள்ள வெவ்வேறு அடையாளங்கள் என்ன?
- இந்த அடையாளங்கள் எவ்வாறு ஒன்றோடொன்று தொடர்பு கொள்கின்றன அல்லது ஒன்றன் மீது ஒன்று குவிகின்றன?
- ஒரே ஒரு அடையாளம் காரணமாக அந்த நபர் பாதிக்கப்படுகிறாரா அல்லது பல அடையாளங்களால் பாதிக்கப்படுகிறாரா?

சாதி, ஆணாதிக்கம், வர்க்கவாதம், திருநங்கைகள் மீதான வெறுப்பு, இனவெறி மற்றும் முஸ்லிம்கள் (இஸ்லாமிய சமூகம்) மீதான வெறுப்பு போன்ற அமைப்புகள் பெரும்பாலும் எவ்வாறு ஒன்றிணைந்து செயல்படுகின்றன என்பதைப் பற்றி சிந்திக்க பங்கேற்பாளர்களை ஊக்குவிக்கவும்.

படி 3: பின்னூட்டங்களைப் பெறவும்

இவ்வாறு கேட்கவும்:

- **"பாலின சமத்துவமின்மை பற்றி நீங்கள் வழக்கமாக நினைக்கும் விதத்தை இந்த கதைகளில் ஏதேனும் சவாலிட்டதா?"**
- **"எல்லாப் பெண்களின் பிரச்சனைகளும் ஒன்றுதான் என்று சொல்ல முடியுமா?"**
- **"எதிர்கொள்ளும் பாகுபாட்டில் உள்ள பொதுவான கூறுகள் என்ன, வேறுபாடுகள் என்ன? " நமது ஒழுங்கமைப்பு மற்றும் பிரச்சாரங்களை மேம்படுத்த ஒரு குறுக்கீட்டு லென்ஸ் உதவியை நாம் எவ்வாறு கொண்டு வர முடியும்?**

சில குறுகிய பதில்களை வரவேற்று, அனைத்து கருத்துக்களையும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்.

படி 4: இறுதி குறிப்புகள்

இவ்வாறு கூறவும்: "எந்த வகையான பாகுபாடும் தனித்தனியாக இல்லை என்பதைக் காண குறுக்கீடு நமக்கு உதவுகிறது. சாதி அல்லது பாலினம் போன்ற ஒரு அடையாளத்தை நாம் அகற்றிவிட்டால், அதன் பிறகும் ஒடுக்குமுறை அப்படியே இருக்குமா? அநேகமாக அப்படி இருக்காது. இது தான் குறுக்கீட்டின் சக்தி: இது பல ஓரங்கட்டப்படுதல்களின் அடுக்கடுக்கான, கூட்டு விளைவுகளை வெளிப்படுத்துகிறது. நியாயமான அமைப்புகளை உருவாக்க, இந்த குறுக்கீடுகளை நாம் அடையாளம் கண்டு மிகவும் பாதிக்கப்பட்டவர்களின் அனுபவங்களை மையப்படுத்த வேண்டும். தலையீடுகள், 'ஒரு-அளவு-அனைத்துக்கும்-பொருந்தும்' என்ற அணுகுமுறைகளுக்கு அப்பால் செல்ல வேண்டும், அதற்கு பதிலாக மாறுபட்ட வாழ்க்கை யதார்த்தங்களுடன் ஒற்றுமையுடன் கேட்கவும், மாற்றியமைக்கவும், செயல்படவும் வேண்டும்."

செயல்பாடு 4D
பாலியல் வன்முறையைப் புரிந்துகொள்வது

20 நிமிடங்கள்

குறிப்பு: *4.1 (புள்ளி j)*

கருப்பொருள்(கள்):

பாலியல் துன்புறுத்தலின் வடிவங்கள், துஷ்பிரயோகத்தை வடிவமைப்பதில் அதிகார சக்தியின் பங்கு, நீதி பெறுவதை பாதிக்கும் சமூக காரணிகள், தப்பிப்பிழைத்தவர்களின் அனுபவங்களின் சிக்கலான தன்மையைப் புரிந்துகொள்வது

பொருட்கள்:

அச்சிடப்பட்ட ஆய்வறிக்கைகள் (ஒரு குழுவிற்கு 1)

பயிற்சியாளர்களுக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1: குழு வாசிப்பு மற்றும் கலந்துரையாடல்

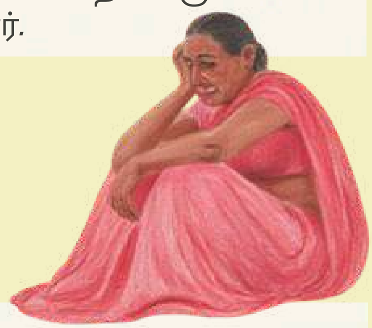
பங்கேற்பாளர்களை ஐந்து சிறிய குழுக்களாகப் பிரிக்கவும். பின்வருவனவற்றிலிருந்து ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒவ்வொரு உதாரண ஆய்வறிக்கையைக் கொடுங்கள்:

நித்யா - ஒரு சிறிய நகரத்தில் வசிக்கும் 32 வயதான பாலியல் தொழிலாளி நித்யாவை, ஒரு வாடிக்கையாளர் அணுகினான். அவன் இரவில் பாதுகாப்புடன், தனிப்பட்ட முறையில் வேலை செய்வதாக உறுதியளித்தான். அவனது வார்த்தையை நம்பி, அவர் அவனுடன் ஒரு இடத்திற்குச் சென்றார். அங்கு ஒரு வழக்கமான பரிவர்த்தனைக்கு பதிலாக, அவர் ஏமாற்றப்பட்டார். கொடூரமாக கூட்டு பாலியல் பலாத்காரம் செய்யப்பட்டார். மேலும் பல ஆண்களால் உடல் ரீதியாக தாக்கப்பட்டார். எப்படியோ தப்பித்து உதவி கோரிய, ராணி உள்ளூர் போலீஸை அணுகினார். ஆனால் அலட்சியத்தையும் தார்மீக தீர்ப்பையுமே எதிர்கொண்டார். அதிகாரிகள் அவரது புகாரைப் பதிவு செய்வதில் தாமதம் செய்தனர், அவரது குணத்தை கேள்விக்குள்ளாக்கினர். மேலும், அவரது தொழில், நீதிக்கான உரிமையைக் குறைத்துவிட்டது என்று மறைமுகமாகக் குறிப்பிட்டனர்.

ஸ்ரேயா - ஒரு நபருடன் உறவில் உள்ள இளம் பெண், ஸ்ரேயா, தனது தனிப்பட்ட எல்லையை தெளிவாக வெளிப்படுத்தியிருந்தார். திருமணம் வரை கன்னியாக அவர் இருக்க விரும்பினார். அவரும் அவரது காதலரும் உடல் ரீதியான நெருக்கத்தில் ஈடுபட்டிருந்தாலும், இந்த கட்டத்தில் உடலுறவு அவருக்கு ஏற்புடையதல்ல என்று அவர்களிடையே புரிந்து கொள்ளப்பட்டது. இருப்பினும், அத்தகைய ஒரு நெருக்கமான தருணத்தில், ஸ்ரேயா தெளிவாக கூறியும் உடல் ரீதியாக தடுத்தும் கூட, அவரது காதலர் அவரது விருப்பத்திற்கு எதிராக உடலுறவு கொண்டார். இது ஸ்ரேயாவை அவர் எல்லை மீறியதாக ஆழமாகவும் குழப்பமாகவும் உணர வைத்தது. நெருக்கமான உறவுகளுக்குள் விருப்பமில்லாமல் உடலுறவு கொள்ளுதல் என்ற தீவிரமான பிரச்சனையை இது எடுத்துக்காட்டுகிறது. ஒப்புதல் எல்லா நேரங்களிலும் வெளிப்படையாகவும், தொடர்ச்சியாகவும் இருந்து, மதிக்கப்பட வேண்டும் என்பதையும், உணர்ச்சி ரீதியான நெருக்கமோ அல்லது உறவில் இருப்பதோ மற்றொரு நபரின் சுயாட்சியையோ அல்லது அவர்களின் உடலைப் பற்றிய முடிவுகளையோ மீறுவதற்கான உரிமையை யாருக்கும் வழங்காது என்பதையும் இந்த சூழல் அடிக்கோடிட்டுக் காட்டுகிறது.

சந்தியா – ஒரு பெட்ரோல் பங்கில் பணிபுரியும் ஒரு இளம் பெண், அவரது ஆண் முதலாளி தன்னிடம் தொடர்ச்சியாக முறையற்று நடந்துகொண்டதை (உடல் ரீதியாக தாக்கப்படுவது என்பதில் தவறான தொடுதல், தவறான கருத்துகள், வேலையை பாதுகாத்துக் கொள்வதற்கு ஈடாக பாலியலில் ஈடுபடக் கேட்பது ஆகியவை அடங்கும்) எதிர்த்ததாலும், அவரது கட்டாய கோரிக்கைகளுக்கு இணங்க மறுத்ததாலும் அவரால் உடல் ரீதியாக தாக்கப்பட்டார். இந்த தாக்குதல் வேலை நேரத்தில், சக தொழிலாளர்களின் முழு பார்வையில் நடந்தது. ஆனால் சிலர் தங்கள் சொந்த வேலைகளை இழக்க நேரிடும் என்ற அச்சத்தில் இதில் தலையிடவில்லை. புகார் அளிக்க அந்தப் பெண் உள்ளூர் காவல் நிலையத்தை அணுகியபோது, அவர்கள் அலட்சியமாக நடந்துகொண்டு இவரையே சந்தேகப்பட்டனர். அதிகாரிகள் அவரது குணத்தை கேள்விக்குள்ளாக்கினர். அவர் இந்த சம்பவத்தைத் தூண்டியிருக்கலாம் என்று மறைமுகமாகக் குறிப்பிட்டு, வழக்கைக் கைவிட வலியுறுத்தினர். வழக்கமற்ற, ஆண் ஆதிக்கம் மிக்க வேலையில் பணியாற்றும் தொழிலாள வர்க்க பின்னணியில் இருந்து வந்த ஒரு பெண்ணாக, தப்பிப் பிழைத்தவராகவும், குறைந்த வருமானம் கொண்ட தொழிலாளியாகவும், பேசத் துணிந்த ஒரு பெண்ணாகவும் அவர் அடுக்கடுக்கான களங்கத்தை எதிர்கொண்டார்.

ஆஷா - ஆஷா, நகர்ப்புற பின்னணியில் இருந்து வந்த ஒரு இளம் பெண். இவர் ஒரு ஆண் உறவினரின் நீண்டகால பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தில் இருந்து தப்பியவர். இந்த துஷ்பிரயோகம் அவரது பதின்ம வயதில் தொடங்கி பல ஆண்டுகளாக தொடர்ந்தது. குடும்ப நெருக்கம் என்ற போர்வையில் அது மறைக்கப்பட்டது. ஆஷா, தன்னை யாரும் நம்பவில்லை என்றும், குடும்ப ஒற்றுமை முறிந்துவிடுமோ என்றும், நடந்த விஷயத்துக்காக தான் குற்றம் சாட்டப்படுவார் என்றும் நினைத்து எப்போதும் பயத்துடன் வாழ்ந்தார். மனம் திறந்து பேசுவதற்கான அவரது முயற்சிகள் மீண்டும் மீண்டும் அவரது நெருங்கிய குடும்ப உறுப்பினர்களால் மௌனமாக்கப்பட்டன. அவர்கள் "குடும்பத்திற்காக அதை மறந்துவிடுங்கள்" என்று வலியுறுத்தினர். அதைப் புகாரளிப்பது அவமானத்தையும் அவமரியாதையையும் கொண்டுவரும் என்று எச்சரித்தனர். இதன் விளைவாக, ஆஷா பல ஆண்டுகளாக தனது அனுபவங்களை வெளிப்படுத்துவதை தாமதப்படுத்தி, குற்ற உணர்வையும் குழப்பத்தையும் தனக்குள்ளேயே வைத்துக்கொண்டார்.



கிரண் - ஒரு புகழ்பெற்ற மேல்நிலைப் பள்ளியில் பிளஸ் டூ படித்து வந்த 17 வயது கிரண், கல்வியில் நன்கு கவனம் செலுத்தி தலைமைத்துவப் பண்புகளைக் கொண்டிருந்தார். அவரது செயல்திறனால் ஈர்க்கப்பட்ட அவரது ஆசிரியர்களில் ஒருவர், வழக்கமான வகுப்பு நேரத்திற்கு பிறகு அவருக்கு கூடுதல் ஆதரவை வழங்கத் தொடங்கினார். முதலில், கிரண் அவரது வழிகாட்டுதலைப் பாராட்டினார், இது போட்டித் தேர்வுகளுக்குத் தயாராக உதவும் என்று நம்பினார். இருப்பினும், காலப்போக்கில், உறவு சங்கடமாக உணரத் தொடங்கியது. ஆசிரியர் அடிக்கடி தனிப்பட்ட முறையில் செய்திகள் அனுப்பத் தொடங்கினார். மேலும், அவர் கல்வி நிலைக்கு அப்பாற்பட்ட உணர்ச்சிபூர்வமான நெருக்கத்தை எதிர்பார்க்கத் தொடங்கினார். வெளிப்படையான துஷ்பிரயோகச் செயல் எதுவும் இல்லை என்றாலும், கிரண் இதற்கு எவ்வாறு பதிலளிப்பது என்பது குறித்து சங்கடமாகவும் குழப்பமாகவும் உணர்ந்தார். கவனத்தை நிராகரிப்பது தனது கல்வி நிலையை பாதிக்கும் என்று கவலைப்பட்டார். அவர் இறுதியில் ஒரு பள்ளி ஆலோசகரிடம் பேசினார். அவர் எல்லைகளின் முக்கியத்துவத்தை அடையாளம் காண உதவி, சூழ்நிலைமையை கடந்து செல்ல அவருக்கு உதவினார்.

ஒவ்வொரு குழுவையும் பின்வரும் கேள்விகளைப் படித்து சிந்திக்கச் சொல்லுங்கள்:

1. வன்முறைச் செயல் நடந்த இடம்
2. தப்பிப்பிழைத்தவருக்கு தன்னை காயப்படுத்திய நபர் யாரென்று தெரியுமா?
3. குற்றவாளியை அறிந்திருப்பது அல்லது அறியாமல் இருப்பது அவள் உதவி கேட்பதை அல்லது புகார் செய்வதை எப்படி எளிதாக்கவோ அல்லது கடினமாக்கவோ செய்கிறது?
4. பாலியல் வன்முறையின் வடிவத்தை அடையாளம் காணவும்.

படி 2: கூட்டு பிரதிபலிப்பு

அனைத்து குழுக்களையும் ஒன்றாகக் கொண்டுவந்து, ஒவ்வொரு குழுவையும் அவர்களுக்கு வழங்கப்பட்ட சூழலின் சிறப்பம்சங்களையும் அதில் அவர்களின் பிரதிபலிப்புகளையும் பகிர்ந்து கொள்ளச் சொல்லுங்கள். விவாதத்தை வழிநடத்த பின்வரும் சுட்டிகளைப் பயன்படுத்தவும்:

- எந்த இடங்கள் பெரும்பாலும் பெண்களுக்கு "பாதுகாப்பானவை" என்று கருதப்படுகின்றன?

துஷ்பிரயோகம் அல்லது வன்முறைக்கு உண்மையிலேயே ஆபத்து இல்லாத இடங்கள் என்று ஏதேனும் உள்ளதா?

- குற்றம் செய்தவருடனான தப்பிப்பிழைத்தவரின் உறவு அவர் வெளியே சொல்வதையோ அல்லது உதவி தேடுவதையோ எவ்வாறு பாதிக்கிறது?

வன்கொடுமை செய்பவர் ஒரு குடும்ப அங்கத்தினராகவோ, முதலாளியாகவோ அல்லது நம்பகமான பதவியில் இருக்கும் ஒருவராகவோ இருக்கும்போது என்ன சவால்கள் எழுகின்றன?

- பெண்களும் சிறுமிகளும் தங்கள் ஒப்புதலை தெளிவாகவும் நம்பிக்கையுடனும் வெளிப்படுத்துவதை ஊக்குவிக்க என்ன செய்யலாம்?

என்ன கருவிகள், இடங்கள் அல்லது ஆதரவு அமைப்புகள் தேவைப்படும்?

- வன்முறையில் இருந்து தப்பியவர்களுக்கு, பெண்களும் சமூக உறுப்பினர்களுமாகிய நாம் எவ்வாறு ஆதரவளிக்க முடியும்?

தப்பிப்பிழைத்தவர் பார்க்கப்படுவதையும், கேட்கப்படுவதையும், நம்பப்படுவதையும் உணர வைக்க —பெரியதோ சிறியதோ— என்னென்ன செயல்கள் உதவியாக இருக்கும்?

படி 3: இறுதி குறிப்புகள்

"பாலியல் வன்முறை பொது இடங்களில் அல்லது அந்நியர்களால் மட்டுமே நடப்பதில்லை. இது பெரும்பாலும் நம்பிக்கைக்குரிய பதவிகளில் உள்ள குடும்பம், ஆசிரியர்கள், காதலர்கள், முதலாளிகள் போன்றவர்களால் மௌனம் மற்றும் அதிகார ஏற்றத்தாழ்வில் செழித்து வளர்கிறது. ஒப்புதல் என்பது ஒரு முறை செயல் அல்ல. அது ஒருபோதும் கருதப்படவோ அல்லது கட்டாயப்படுத்தப்படவோ கூடாது. இது இலவசமாக வழங்கப்பட வேண்டும், தெரிவிக்கப்பட வேண்டும், எந்த நேரத்திலும் திரும்பப் பெறப்படலாம்.

இந்தியாவில் 2018 ஆம் ஆண்டின் சமீபத்திய தேசிய குற்ற ஆவணக் காப்பகத்தின் (NCRB) தரவுகளின்படி, கிட்டத்தட்ட 94 சதவீத வழக்குகளில், பாதிக்கப்பட்டவர்களான - குடும்ப உறுப்பினர்கள், நண்பர்கள், லிவ்-இன் பார்ட்னர்கள், முதலாளிகள் அல்லது பிறருக்கு - குற்றவாளிகள் அறிமுகமானவர்கள் என்று தரவு காட்டுகிறது. பாதிக்கப்பட்டவர்கள் பேசும்போது, அவர்கள் ஆதரிக்கப்பட வேண்டும், அவர்களை அவமானப்படுத்தவோ மௌனமாக்கவோ கூடாது. நிறுவனங்கள், அமைப்புகள் மற்றும் சமூகங்கள் பாதிக்கப்பட்டவர்களைக் குற்றம் சாட்டுவதை தீவிரமாக சவாலிட்டு, பொறுப்பெடுத்தலை உறுதி செய்து, நம்பிக்கையை உருவாக்க வேண்டும். தப்பிப்பிழைத்தவர்களை நாம் நம்பி, வார்த்தைகளில் மட்டுமல்ல, அர்த்தமுள்ள செயலிலும் அவர்களுக்கு ஆதரவாக நிற்கும்போது தான் நீதி தொடங்குகிறது.

செயல்பாடு 4E
பணியிடத்தில் பாலியல் துன்புறுத்தலைப் புரிந்துகொள்வது

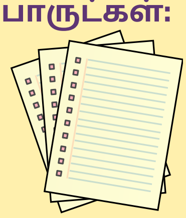
20
நிமிடங்கள்

குறிப்பு: *4.1 (புள்ளி j)*

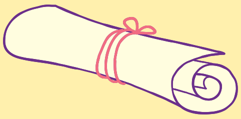
கருப்பொருள்:

பணியிடத்தில் பாலியல் துன்புறுத்தலின் பல்வேறு வடிவங்கள். அது வாய்மொழியாகவும், உடல் ரீதியாகவும், உளவியல் ரீதியாகவும் எவ்வாறு வெளிப்படும்.

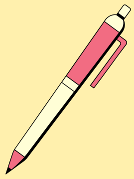
பொருட்கள்:



அச்சிடப்பட்ட ஆய்வறிக்கைகள் *(ஒரு குழுவிற்கு 1)*



சார்ட் பேப்பர்



மார்க்கர்கள்

வீடியோ *1* - தேநீர் ஒப்புதல் வீடியோ
வீடியோ *2*
வீடியோ *3*
வீடியோ *4*

பயிற்சியாளர்களுக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1: குழு பார்வை மற்றும் கலந்துரையாடல்

பங்கேற்பாளர்களை ஐந்து சிறிய குழுக்களாகப் பிரிக்கவும். அனைவரும் ஒன்றாகப் பார்க்கும்படி பொதுவான திரையில் வீடியோவை இயக்கவும். வீடியோவுக்குப் பிறகு, சிந்தனைக்கான கேள்விகளின் தொகுப்பைப் படித்து, பங்கேற்பாளர்களை தங்கள் குழுக்களுக்குள் விவாதிக்குமாறு கூறவும். ஒவ்வொருவரும் தங்கள் எண்ணங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும், ஒருவருக்கொருவர் கவனிக்கவும் அவர்களை ஊக்குவியுங்கள். இந்த குழு விவாதம், வீடியோவின் கருப்பொருள்களை அவர்களின் சொந்த அனுபவங்களுடன் இணைப்பதன் மூலம் புரிதலை ஆழப்படுத்த உதவுகிறது.

நீங்கள் இந்த வீடியோக்களை காட்டலாம் –

வீடியோ 1 -
தேநீர் ஒப்புதல் வீடியோ

வீடியோ 2 -
https://youtu.be/vVvOp4l9r20?feature=shared

வீடியோ 3 -
https://youtu.be/YVkSbgqYlgc?feature=shared

வீடியோ 4 -
https://www.youtube.com/watch?v=GscQIVJK4YQ

முழு வீடியோவையும் பார்க்க QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யவும்.

வீடியோ 1 க்குப் பிறகுள்ள கேள்விகள்:

- **தேநீர் மற்றும் ஒப்புதல் உதாரணத்திலிருந்து நீங்கள் என்ன புரிந்துகொண்டீர்கள்?**
- **நமது சொந்த வீடுகள், உறவுகள் அல்லது வேலை அமைப்புகளை ஒப்புதல் என்ற யோசனையுடன் நாம் எவ்வாறு தொடர்புபடுத்த முடியும்?**
- **நீங்கள் உண்மையில் "இல்லை" என்று சொல்ல விரும்பும்போது "ஆம்" என்று சொல்ல வேண்டிய அழுத்தத்தை நீங்கள் எப்போதாவது உணர்ந்திருக்கிறீர்களா? இல்லை என்று சொல்வதை கடினமாக்கியது எது?**
- **பாலியல் உறவுகளைத் தாண்டி எந்த வழிகளில் ஒப்புதல் முக்கியமானது - பராமரிப்புப் பணிகள், சமூக இடங்கள் மற்றும் குடும்பப் பொறுப்புகளில்?**

வீடியோ 2 க்குப் பிறகுள்ள கேள்விகள்:

- **பெண்கள் தங்கள் உடல்கள் மற்றும் விருப்பங்கள் குறித்து பெரும்பாலும் அமைதியாக இருக்கவோ அல்லது வெட்கப்படவோ கற்பிக்கப்படுகிறார்கள் என்பதைப் பற்றி இந்த வீடியோ நமக்கு என்ன காட்டுகிறது?**
- **வீடியோவில் உள்ள ஏதாவது ஒரு விஷயம், வீட்டில், உங்கள் சமூகத்தில், அல்லது பணியிடத்தில் நடந்த உங்கள் சொந்த அனுபவங்களை உங்களுக்கு நினைவூட்டுகிறதா?**
- **பாலினம் மற்றும் பாலியல் பற்றிய எந்த வகையான செய்திகளை பெண்கள் தங்கள் குடும்பங்களிடமிருந்தும் சமூகத்திடமிருந்தும் பெறுகிறார்கள்? மனம் திறந்து பேசுவதற்கான நமது திறனை இது எவ்வாறு பாதிக்கிறது?**
- **எல்லைகளை வலியுறுத்துவதிலும், ஒப்புதலைப் பற்றி வெளிப்படையாகப் பேசுவதிலும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்கள் ஒருவருக்கொருவர் எவ்வாறு ஆதரவளிக்க முடியும்?**

வீடியோ 3 க்குப் பிறகுள்ள கேள்விகள்:

- தனிப்பட்ட இடத்தையும் உடல் சுயாட்சியையும் இந்த வீடியோ எவ்வாறு விளக்கியது என்பது பற்றி நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்கள்?
- குழந்தையாக இருந்தபோது, உடலைத் தொடுதல் அல்லது சில நடத்தைகளை நீங்கள் வேண்டாம் என்று சொல்ல முடியும் என்று உங்களுக்கு எப்போதாவது கற்பித்திருக்கிறார்களா? ஏன் அல்லது ஏன் இல்லை?
- சிறு வயதிலிருந்தே ஒப்புதலை மதிக்க வேண்டும் என்று நம் குழந்தைகளுக்கு - குறிப்பாக சிறுமிகளுக்கும் சிறுவர்களுக்கும் - நாம் எவ்வாறு கற்பிக்க முடியும்?
- வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களாகவும் பராமரிப்பாளர்களாகவும், இந்த படிப்பினைகளை நம் வீடுகளிலும் சமூகங்களிலும் நாம் எவ்வாறு கொண்டு வர முடியும்?

ஒவ்வொரு குழுவும் இவ்வாறு செய்யவும்:

1. துன்புறுத்தலின் வடிவத்தை அடையாளம் காணவும் (விரோதமான பணிச்சூழல், பாலியல் தாக்குதல், பாரபட்சமான சூழல், பொது இடத்தில் பாலியல் துன்புறுத்தல்).
2. முக்கிய பிரச்சனைகளையும் அதிகாரம், பாலினம் அல்லது களங்கம், அனுபவத்தை எவ்வாறு பாதிக்கிறது என்பதையும் பற்றி விவாதிக்கவும்.
3. நிறுவன மட்டத்தில் இந்த வழக்கை எவ்வாறு கையாளலாம் அல்லது தடுக்கலாம் என்பதை யோசியுங்கள்.

படி 2: கூட்டு பிரதிபலிப்பு

அனைத்து குழுக்களையும் ஒன்றிணைத்து, அவர்களுக்கு வழங்கப்பட்ட சூழல், முக்கிய பார்வைகள் மற்றும் துன்புறுத்தல் சூழ்நிலையாக அது மாற்றப்பட்டது பற்றிய அவர்களின் கருத்துக்கள் ஆகியவற்றைப் பகிர்ந்து கொள்ள அவர்களை அழைக்கவும்.
உரையாடலை வழிநடத்த பின்வரும் வழிகாட்டுதல் கேள்விகளைப் பயன்படுத்தவும்:

- **யாருடைய முன்னோக்கு பெரும்பாலும் இந்த சூழ்நிலைகளில் மையப்படுத்தப்படுகிறது - பாதிக்கப்பட்டவருடையதா அல்லது துன்புறுத்துபவருடையதா?**
- **துன்புறுத்தல் எப்போதும் ஒரே மாதிரியாக இருக்கிறதா? அது வாய்மொழியாகவோ, உடல் ரீதியாகவோ, பார்வையிலோ அல்லது உளவியல் ரீதியாகவோ இருக்க முடியுமா?**
- **ஒருவரின் வாழ்க்கை மற்றும் வாழ்வாதாரத்தில் பாலியல் துன்புறுத்தலின் நீண்டகால தாக்கங்கள் என்ன?**
- **இதுபோன்ற நடத்தையைக் காணும்போது அதைப் பார்ப்பவர்கள் அல்லது சக ஊழியர்கள் என்ன செய்ய வேண்டும்?**
- **நிறுவனங்கள் எவ்வாறு பாதுகாப்பான பாரபட்சமற்ற பணியிடங்களை உருவாக்க முடியும்?**

படி 3: பங்கேற்பாளர்களிடம் கேட்பதற்கான பின்னூட்ட கேள்விகள்

- **"இன்று நீங்கள் கற்றுக்கொண்ட, இதற்கு முன் உங்களுக்குத் தெரியாத விஷயம் என்ன?"**
- **"வேலையில் துன்புறுத்தப்படும் ஒருவரை நீங்கள் எவ்வாறு ஆதரிக்க முடியும்?"**
- **"உங்கள் சொந்த பணியிடத்தை பாதுகாப்பானதாக்க என்ன கொள்கைகள் அல்லது நடைமுறைகள் இருக்க வேண்டும்?"**

படி 4: இறுதி குறிப்புகள்

"பாலியல் துன்புறுத்தல் என்பது உடல் ரீதியான தாக்குதல் மட்டுமல்ல - விரோதமான, அச்சுறுத்தும் அல்லது பாதுகாப்பற்ற சூழலை உருவாக்கும் எந்தவொரு விரும்பத்தகாத நடத்தையும் இதில் அடங்கும். அது ஒரு நகைச்சுவையாகவோ, தொடுதலாகவோ, அச்சுறுத்தலாகவோ அல்லது அதிகார துஷ்பிரயோகமாகவோ இருக்கலாம். இந்தியாவில் உள்ள சட்டம் இதை POSH சட்டத்தின் மூலம் அடையாளம் காண்கிறது. ஆனால் கலாச்சார மாற்றத்திற்கு சட்டம் மட்டும் போதாது - அதற்கு விழிப்புணர்வு, பச்சாத்தாபம் மற்றும் செயல் தேவை. மிகவும் முக்கியமானது என்னவென்றால், அனுபவிக்கும் இடத்தில் உள்ள நபர் எப்படி உணர்கிறார் என்பதுதான் - துன்புறுத்துபவர் என்ன 'நோக்கத்துடன்' செய்தார் என்பது அல்ல.

பாதுகாப்பான பணியிடத்தை உருவாக்குவது என்பது, தப்பிப்பிழைத்தவர்களை நம்புவது, சாதாரண பாலியல்வாதத்திற்கு எதிராக நிற்பது மற்றும் மக்களை பொறுப்புக்கூற வைக்கும் கட்டமைப்புகளை உருவாக்குவது ஆகியவற்றிலிருந்து தொடங்குகிறது. தொழிற்சாலை தளம், அலுவலகம் அல்லது பொது சாலை என எதுவாக இருந்தாலும், ஒவ்வொருவரும் கண்ணியத்துடன் நடத்தப்பட்டு துன்புறுத்தலில் இருந்து சுதந்திரம் பெற வேண்டும்."

படி 5

அமர்வை முடிக்கும்போது முன் வாசிப்பைப் பார்த்து பின்வருவனவற்றைப் பகிரவும்:

பாலியல் துன்புறுத்தலைத் தடுக்கும் பொறுப்பு பணியிடங்களுக்கு உள்ளது. இந்தியாவில், பணியிடத்தில் பெண்களுக்கு எதிரான பாலியல் துன்புறுத்தல் (தடுப்பு, தடை மற்றும் தீர்வு) சட்டம், 2013 இன்படி, 10 அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட ஊழியர்களைக் கொண்ட அனைத்து நிறுவனங்களும் இன்டர்னல் கமிட்டிகளை (IC-கள்) அமைக்க வேண்டும். இந்த கமிட்டிகள், தீர்வுகளுக்கான பாதுகாப்பான மற்றும் பதிலளிக்கக்கூடிய வழிமுறையை உறுதி செய்வதற்கு பொறுப்பாகும்.

அமைப்புசாரா துறையில் அல்லது சிறிய நிறுவனங்களில் பணிபுரியும் பெண்களுக்கு, லோக்கல் கமிட்டிகள் (LC-கள்) மாவட்ட அளவில் – நகர்ப்புறம் மற்றும் கிராமப்புறங்களில் - சட்டத்தின் கீழ் நியமிக்கப்பட்ட மாவட்ட அதிகாரியால் அமைக்கப்படுகின்றன.
இந்த சட்டத்தின் ஒரு முக்கியமான அம்சம் என்னவென்றால், பாலியல் துன்புறுத்தல் என்பதன் வரையறை புகார்தாரரின் அனுபவத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டது. ஒருவரின் சொற்களையோ செயல்களையோ பாலியல் புண்படுத்தலாகவோ விசித்திரமாகவோ ஒரு பெண் உணர்ந்தால், IC அல்லது LC-இடம் புகார் அளிக்க அவருக்கு உரிமை உண்டு.
பெரும்பாலும் முறைசாரா அமைப்புகளில் பணிபுரிந்து, ஒப்பந்தக்காரர்கள் அல்லது பொருட்களை வாங்குபவர்களை கையாளும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களுக்கு, பாலியல் துன்புறுத்தல் புகார்களை பதிவு செய்ய லோக்கல் கமிட்டி பொருத்தமான மன்றமாக இருக்கும்.

பயன்படுத்த வேண்டிய விருப்பம்: - இந்த தலைப்பில் பயிற்சியளிப்பதற்கான நிறுவனத்தின் தயார்நிலையின் அடிப்படையில் பயிற்சியாளர்கள் இந்த பகுதியைப் பயன்படுத்தலாம். நீங்கள் இந்த அமர்வுகளை நடத்த விரும்பினால் தயவுசெய்து உங்கள் நிறுவன பிரதிநிதிகளுடன் கலந்துரையாடுங்கள். இந்த பயிற்சிக்கான காட்சிகளை இணைப்பு IV-ல் காணலாம்.

பாதுகாப்பான
பணியிட சூழல்

செயல்பாடு 4F

செயல்பாடு: நமது உடல்கள், நமது ஆசைகள் மற்றும் நமது செயலாண்மையைப் புரிந்துகொள்வது

40 நிமிடங்கள்

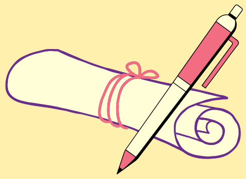
குறிப்பு: *4.1 (புள்ளி i); இணைப்பு IV-ல் உள்ள காட்சி*

கருப்பொருள்கள்:

பாலியல் பற்றிய அடிப்படை புரிதல், அதன் பன்முகத்தன்மை, பாலியல் அடையாளம் மற்றும் உறவுகள் பற்றிய உணர்வுகளை சமூகம் எவ்வாறு பாதிக்கிறது மற்றும் அதற்கு நாம் என்ன செய்ய முடியும்.

பொருட்கள்:

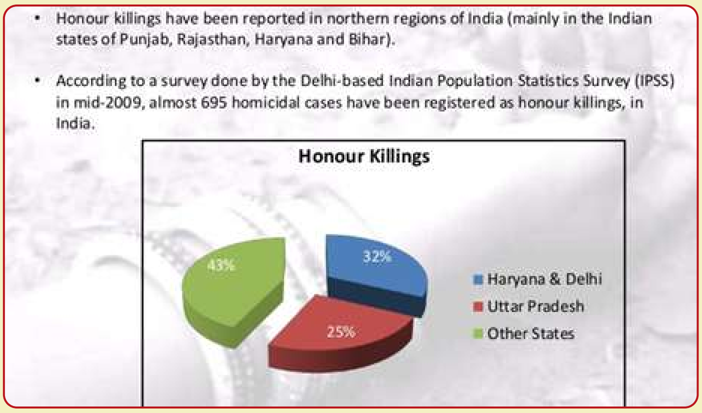
பாலுணர்வின் வெவ்வேறு அம்சங்களைக் குறிக்கும் 5 அச்சிடப்பட்ட படங்கள் (எ.கா., ஒரே பாலின நெருக்கம், லெஸ்பியன் திருமணம், கன்னித்தன்மை விதிமுறைகள், மாறுபட்ட பாலின வெளிப்பாடு, மாறாத கருத்துக்களை உடைத்தல்) - இந்த புகைப்படங்கள் தனித்தனியாக அச்சிடப்பட்டிருப்பதையும் நீங்கள் காணலாம்.



சார்ட் பேப்பர் மற்றும் மார்க்கர்கள்

வீடியோ - <u>பாலியல் தடை செய்யப்பட்ட ஒன்றல்ல – வீடியோ இணைப்பு</u>

செயல்பாட்டுக்கான புகைபடங்கள்



பயிற்சியாளருக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1

முதலில் படங்களை ஒவ்வொன்றாகக் காட்டவும்: (இணைப்பு IV இல் தொகுப்பு 1

படி 2

குழுவிடம் ஒரு கேள்வியைக் கேளுங்கள் ***"இந்த புகைப்படங்களில் நீங்கள் என்ன பார்க்கிறீர்கள்?". "பெண்களின் விருப்பங்கள் மீதான கட்டுப்பாடு பற்றி நாம் என்ன சொல்ல முடியும்?"*** நான்கு அல்லது ஐந்து பதில்களைக் கேளுங்கள் - தெளிவாக, திருமணத்தைப் பற்றிய பெண்களின் விருப்பங்கள் அவர்களது பெற்றோர்கள், சமூகம் மற்றும் மதத் தலைவர்களால் தீர்மானிக்கப்படுகின்றன என்பதை அவர்கள் காண முடியும். உதாரணத்திற்கு முதியவர்கள் குழந்தை திருமணத்தை நிர்ணயிக்கும் போது, சமூகம் பரவாயில்லை என்று சொல்லும், ஆனால் இளம் பையனும் பெண்ணும் விருப்பத்தின் பேரில் திருமணம் செய்ய முடிவு செய்தால், தம்பதியினர் வெவ்வேறு சாதிகளைச் சேர்ந்தவர்களாக இருந்தால், சமூகத் தலைவர்கள் தம்பதியரை கொலை கூட செய்யலாம். மேலும், பல சமூகங்களில் கணவன் இறந்துவிட்டால் - விதவைகள் திருமணம் செய்து கொள்ள அனுமதிக்கப்படுவதில்லை; பண்டிகைகள் மற்றும் சுப நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்க அவர்களுக்கு அனுமதி இல்லை.

படி 3

படங்களைக் காட்டவும் (இணைப்பு IV இல் தொகுப்பு 2)

பங்கேற்பாளர்களிடம் இவ்வாறு கேளுங்கள் - "இந்தப் படங்களில் நீங்கள் என்ன பார்க்கிறீர்கள்?"

நிறைய அசௌகரியம் அல்லது சிரிப்பு இருக்க வாய்ப்புள்ளது – பரவாயில்லை, அதை ஏற்றுக்கொண்டு, 'ஆம், நம் சமூகத்தில், இதுபோன்ற திருமணங்கள் "இயல்பானதாக" பார்க்கப்படுவதில்லை, மிகவும் அரிதானவை' என்று சொல்லுங்கள்.

இந்தியாவில், இதுபோன்ற திருமணங்கள் நடக்கின்றன, ஆனால் இன்னும் அங்கீகரிக்கப்படவில்லை. ஆனால் நல்ல விஷயம் என்னவென்றால், இந்த ஜோடி இனி குற்றவாளிகளாக இராது.
"உங்கள் சுற்றுப்புறத்தில் இதுபோன்ற ஜோடிகளை நீங்கள் கவனித்தீர்களா?" பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புகிறீர்களா? என்று நீங்கள் கேட்கலாம்.
யாராவது பதிலைப் பகிர்ந்தால், அதை கவனமாகவும் மரியாதையுடனும் கேளுங்கள். நம்மைச் சுற்றி நாம் காணும் பரவலான பாலின உறவுகளுடன் ஒப்பிடும்போது, வித்தியாசமாக ஈர்க்கப்பட்டு அதை வித்தியாசமாக வெளிப்படுத்தும் நபர்களும் உள்ளனர் என்பதை ஒப்புக்கொள்வதற்காகவே இந்த முயற்சி.

படி 4: வீடியோவைக் காட்டவும்

வீடியோ - பாலியல் தடை செய்யப்பட்ட ஒன்றல்ல – வீடியோ இணைப்பு

முழு வீடியோவையும் பார்க்க QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யவும்.

வீடியோவுக்குப் பிறகு, இவ்வாறு கேளுங்கள்:

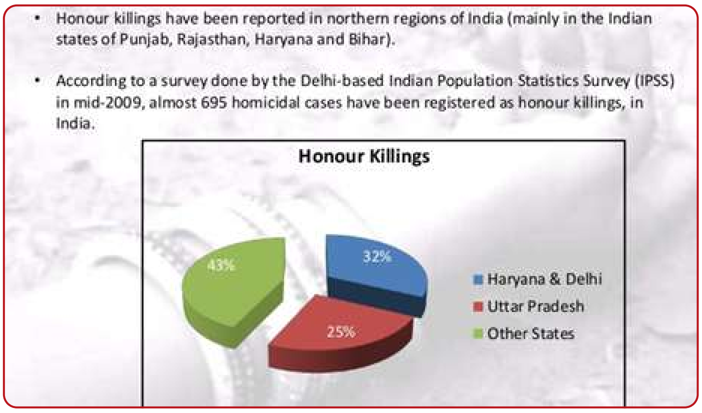
- **முந்தைய படங்களைப் பார்த்தபோது நாம் விவாதித்தவற்றுடன் இந்த வீடியோவில் ஏதாவது சம்மந்தம் இருந்ததா?**
- **நமது அடையாளம் இயற்கையானதா அல்லது மிகச் சிறிய வயதிலிருந்தே வடிவமைக்கப்பட்டதா?**
- **சிறு வயதில் இருந்தே "நீ ஒரு பெண், இதைத் தான் நீ செய்ய வேண்டும்" "நீ ஒரு பையன், நீ இதைச் செய்யக் கூடாது" என்று கேள்விப்படுகிறோமா?**
- ***4-5* பதில்களை அனுமதிக்கவும்.**
- **பாலியல் அடையாளமும் மிக இளம் வயதிலிருந்தே வடிவமைக்கப்படுகிறது என்று நாம் நம்புகிறோமா?**
- **சில பதில்களை அனுமதிக்கவும்.**

படி 5: இறுதி குறிப்புகள்

சுமார் 5-10 நிமிடங்கள் விவாதத்திற்குப் பிறகு இவ்வாறு சொல்லுங்கள்:

"பாலியல் என்பது மனிதனாக இருப்பதன் இயற்கையான, மாறுபட்ட மற்றும் ஆழமான தனிப்பட்ட பகுதியாகும். பாலியலைச் சுற்றியுள்ள நமது நம்பிக்கைகளும் எதிர்வினைகளும் நமது வளர்ப்பு, சமூகம், கலாச்சாரம் மற்றும் ஊடகங்களால் வடிவமைக்கப்படுகின்றன. பெரும்பாலும், நாம் குறுகிய மற்றும் நியாயப்படுத்தும் கருத்துக்களை கேள்வி கேட்காமல் உள்வாங்குகிறோம். ஆனால் பாலுணர்வு என்பது பரந்த அளவிலான அடையாளங்கள், ஆசைகள் மற்றும் அனுபவங்களை உள்ளடக்கியது - அவற்றில் எதுவும் தவறு இல்லை. நமது மனதைத் திறப்பதன் மூலம், எல்லா மக்களுக்கும் கண்ணியம், சமத்துவம் மற்றும் ஏற்றுக்கொள்ளலுக்கான இடத்தை நாம் உருவாக்குகிறோம்-அவர்கள் யாரை நேசிக்கிறார்கள் அல்லது தங்களை எவ்வாறு வெளிப்படுத்துகிறார்கள் என்பது முக்கியமல்ல.

செயல்பாட்டுக்கான புகைபடங்கள்



பாடம் 5

ஒற்றுமை மற்றும் கூட்டு வலிமையை வளர்ப்பதன் மூலம் அதிகாரமளித்தல்

பயிற்சியாளர்களுக்கான முன் வாசிப்பு: இந்த அத்தியாயம் அதிகாரமளித்தல் பற்றிய புரிதலை உங்களுக்கு அறிமுகப்படுத்துகிறது, இது பெண்களின் வாழ்க்கை யதார்த்தங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டது. இது அதிகாரமளித்தலை ஒரு வெளிப்புற பரிசாக பார்க்காமல், பெண்கள் ஏற்கனவே வைத்திருக்கும் சக்தியை அடையாளம் கண்டு மீட்டெடுக்க உதவும் ஒரு செயல்முறையாக பார்க்க பயிற்சியாளர்களை ஊக்குவிக்கிறது. செயலாண்மை, முடிவெடுத்தல், பங்கேற்பு மற்றும் தலைமை போன்ற கருத்துகள் மூலம், பிரதிபலிப்பு, நம்பிக்கை மற்றும் கூட்டு வலிமையை வளர்க்கும் இடங்களை உருவாக்க நீங்கள் அழைக்கப்படுகிறீர்கள். பெண்களுக்கு என்ன சிந்திக்க வேண்டும் என்றோ என்ன செய்ய வேண்டும் என்றோ கற்பிப்பது குறிக்கோள் அல்ல. ஆனால் விதிமுறைகளை கேள்விக்குள்ளாக்குவது, தங்களுக்காக பேச்சுவார்த்தை நடத்துவது மற்றும் ஒற்றுமையை வளர்ப்பது ஆகியவற்றில் அவர்களை ஆதரிப்பதற்கான முயற்சி இது. ஒரு பயிற்சியாளராக, உங்கள் சொந்த நிலையை கவனத்தில் கொண்டு, பணிவு, ஆர்வம் மற்றும் இணை கற்றலுக்கான அர்ப்பணிப்புடன் அமர்வுகளை கையாளவும்.

அனைத்துப் பிரிவுகளையும் பயிற்சி பெறுபவர்களுக்குப் படித்துக்காட்ட வேண்டியதில்லை, ஆனால் நம்பிக்கையுடனும், தெளிவுடனும், பச்சாதாபத்துடனும் அமர்வை வழிநடத்தத் தயாராவதற்கு இது உங்களுக்கு உதவும். நீங்கள் பயிற்சிகளை முடிக்கும்போது வரையறைகள் கொடுக்கப்பட்டுள்ள சில பகுதிகளை படித்துக் காட்டலாம். உங்கள் சக பயிற்சியாளருடன் முன்கூட்டியே ஆலோசிக்கவும்.

05.

ஒற்றுமை மற்றும் கூட்டு வலிமையை வளர்ப்பதன் மூலம் அதிகாரமளித்தல்

5.1 அதிகாரமளித்தல் என்றால் என்ன?

ஒரு பெண்ணின் விருப்பங்களைத் தேர்ந்தெடுக்கும் திறன், அவரது குடும்பம், சமூகம் மற்றும் முதலாளிகளுடனான அவரது உறவுகளால் வடிவமைக்கப்படுகிறது. HBW பெண் பயிற்சியாளர்களுக்கு, அதிகாரமளித்தல் என்பது நம்பிக்கையைக் கற்பிப்பது அல்ல; இது பெண்களுக்கு ஏற்கனவே உள்ள சக்தியை அடையாளம் காண உதவுவதும், அவர்கள் தனியாக இல்லை என்பதைக் காண்பிப்பதையும் பற்றியது.

நைலா கபீரின் (1999) கூற்றுப்படி, அதிகாரமளித்தல் என்பது விருப்பங்களைத் தேர்ந்தெடுக்க மறுக்கப்பட்டவர்கள், தேர்ந்தெடுக்கும் திறனைப் பெறும் செயல்முறையாகும். அவர் மூன்று பரிமாணங்களை விவரிக்கிறார்:

- வளங்கள் - தேர்வை ஆதரிக்கும் பொருட்கள் அல்லது நிலைமைகள்
- செயலாண்மை - தீர்மானிக்கும் திறன், பேச்சுவார்த்தை நடத்தும் திறன் மற்றும் எதிர்க்கும் திறன்
- சாதனைகள் - இந்த தேர்வுகளின் விளைவுகள்

பெண்களைப் பொறுத்தவரை, அதிகாரமளித்தல் என்பது திறன்கள் அல்லது வருமானத்திற்கு அப்பாற்பட்டது. வீடு, வேலை மற்றும் சமூகத்தில் பாலின சமத்துவமின்மையைப் பற்றி பேசவும், பேச்சுவார்த்தை நடத்தவும், ஒழுங்கமைக்கவும், சவாலிடவும் கற்றுக்கொள்வது இதில் அடங்கும்.
பின்வருபவைப் போன்ற சிறிய படிகளில் இது தொடங்கலாம்:

- வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் வேலை சரியான வேலை என்பதை உணர்ந்து கொள்வது
- ஒவ்வொரு முறையும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளி என்ற நமது அடையாளத்தை வெளிப்படுத்தி, வெளியாட்களுக்கு நம்மை அறிமுகப்படுத்திக் கொள்ளுதல்.
- சரியான நேரத்தில் ஊதியம் கோருதல் மற்றும் சிறந்த ஊதியத்திற்காக பேச்சுவார்த்தை நடத்துதல்
- சுரண்டலுக்கு "முடியாது" என்று சொல்வது
- உரிமைகளுக்காக மற்றவர்களுடன் அணிதிரள்தல்

பெண்கள் தங்கள் யதார்த்தங்களைப் பிரதிபலிக்கும் பாதுகாப்பான இடங்களை பயிற்சியாளர்கள் உருவாக்க வேண்டும். அவர்களின் அனுபவங்களை சமத்துவமின்மையின் பெரிய அமைப்புகளுடன் இணைக்க வேண்டும். மேலும் தங்களுக்கும் தங்கள் குழுக்களுக்கும் புதிய சாத்தியங்களை கற்பனை செய்ய வேண்டும்.

அதிகாரமளித்தல் என்பது அதிகாரத்தை வழங்குவது அல்ல - இது தடைகளை நீக்குவது, இதனால் பெண்கள் ஏற்கனவே உள்ள சக்தியைப் பயன்படுத்த முடியும்.

5.2 செயலாண்மை, தேர்வு மற்றும் முடிவெடுத்தல்

செயலாண்மை என்பது ஒருவரின் இலக்குகளை வரையறுத்து அவற்றுக்காக செயல்படும் திறனைக் குறிக்கிறது. இது செயல்படுவதாகவோ (முடிவெடுத்தல்) அல்லது செயல்படாததாகவோ (விதிமுறைகளை எதிர்த்தல்) இருக்கலாம். பெண்களைப் பொறுத்தவரை, நியாயமான ஊதியம் குறித்து பேச்சுவார்த்தை நடத்துவது, அவர்களின் வருவாயை எவ்வாறு பயன்படுத்துவது என்பதைத் தீர்மானிப்பது அல்லது ஒரு கூட்டுறவில் சேருவதைத் தேர்ந்தெடுப்பது போன்ற அடிப்படையான விஷயங்கள் செயலாண்மையாக இருக்கலாம்.
பெண்களின் செயலாண்மை பெரும்பாலும் இவற்றால் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது:

- வருமானம் ஈட்ட இயலாமை அல்லது அதன் மீதான கட்டுப்பாடு இல்லாமை,
- ஆண்களிடமிருந்தோ அல்லது கணவர் குடும்பத்திடம் இருந்தோ பின்னடைவு ஏற்படுமோ என்ற பயம்,
- உறுதிப்பாடு அல்லது பொது பங்கேற்பை ஊக்கங்கெடுக்கும் விதிமுறைகள்.

ஆனால் செயலாண்மை, கூட்டுறவு இடங்கள் மூலமாகவும் வளர்கிறது - மற்ற பெண்கள் கேள்வி கேட்பதையோ அல்லது பாலின விதிமுறைகளுக்கு சவாலிடுவதையோ, பெண்கள் காணும்போது அவர்கள் பிரதிபலிக்கத் தொடங்குகிறார்கள், பேசுகிறார்கள், அதிக சுயாட்சியை நோக்கி சிறிய படிகளை எடுக்கிறார்கள்.

5.3 பிரதிநிதித்துவம் மற்றும் பங்கேற்பு

உண்மையான அதிகாரமளித்தல் என்பது பிரதிநிதித்துவம் - பார்க்கப்படுதல், கேட்கப்படுதல் மற்றும் கருத்தில் கொள்ளப்படுதல் - மற்றும் பங்கேற்பு - முடிவுகள் எடுக்கப்படும் மேசையில் ஒரு இருக்கையைப் பெறுதல் - ஆகியவற்றை உள்ளடக்கியதாக இருக்க வேண்டும். பொதுக் கொள்கை மற்றும் நகர்ப்புற திட்டமிடலில் HBW பெண்கள் பெரும்பாலும் கண்ணுக்குத் தெரிவதில்லை, ஆனால் தொழிற்சங்கங்கள் மற்றும் கூட்டுறவுகளில் இன்னும் சுத்தமாக தெரிவதில்லை.

HBW பெண்கள் "பயனாளிகள்" என்பதிலிருந்து "செயல்படுபவர்கள்" என்ற நிலைக்கு மாற வேண்டுமானால், அவர்கள் பின்வருவனவற்றுக்கு ஊக்கப்படுத்தப்பட வேண்டும்:

- கூட்டங்கள் மற்றும் மன்றங்களில் கலந்து கொள்ள,
- சமூகக் கூட்டங்களில் பேச,
- தலைமைப் பொறுப்புகளை ஏற்க,
- தங்கள் கோரிக்கைகளை உள்ளூர் அதிகாரிகளிடம் தெரிவிக்க.

பங்கேற்பு என்பது அந்த இடத்தில் இருப்பது மட்டும் அல்ல - அது தீவிரமாக எடுத்துக் கொள்ளப்படுவதையும் குறிக்கிறது. அந்த நம்பிக்கையானது ஒற்றுமை, பயிற்சி மற்றும் பழக்கத்துடன் வளர்கிறது.

5.4 தன்னம்பிக்கை மற்றும் தலைமைத்துவ திறன்களை உருவாக்குதல்

பெரும்பாலான HBW பெண்கள் தாங்கள் "தலைவர்கள்" அல்ல என்ற கருத்தை உள்வாங்குகிறார்கள் - ஏனென்றால் சமூகம் அவர்களை அப்படி கற்பனை செய்யவில்லை. அவர்கள் இல்லத்தரசிகள், தாய்மார்கள் அல்லது பின்னணியில் உள்ள தொழிலாளர்கள்.

அதிகாரமளித்தல் என்பது பேசவும், ஒழுங்கமைக்கவும், அணிதிரட்டவும் கூடிய தலைவர்களாக அவர்கள் தங்களை மறுகற்பனை செய்ய உதவுவதாகும்.
நம்பிக்கையை இதன் மூலம் வளர்க்கலாம்:

- சிறிய குழுக்களில் பேசும் பயிற்சிகள்,
- சக ஆதரவு வட்டங்கள்,
- இதேபோன்ற பின்னணியிலிருந்து வந்த பிற பெண் தலைவர்களுடன் பழகுதல்,
- சமூக இடங்களில் அங்கீகாரம் பெற்று பாராட்டப்படுதல்.

தலைமைத்துவம் என்பது சத்தமாக பேசுவது அல்லது ஒரு பேரணியை வழிநடத்துவது மட்டுமல்ல - இது மற்ற ஐந்து பெண்களை அமைதியாக ஒழுங்கமைப்பது, அரசாங்கத் திட்டத்தை அணுக அவர்களுக்கு உதவுவது அல்லது வீட்டில் வன்முறையை எதிர்கொள்ளும் ஒருவரை ஆதரிப்பதைக் குறிக்கும். இவை தான் தலைமைத்துவ வடிவங்கள்.

5.5 பேச்சுவார்த்தை மற்றும் தொடர்பாடல் திறன்கள்

பெண்களுக்கு ஒப்பந்தக்காரர்களுடன் பேரம் பேசுவதற்கு மட்டுமல்லாமல், குடும்பங்களுக்குள்ளும் - கணவன், மாமியார், மகன்கள் மற்றும் மகள்களுடன் பேரம் பேசும் திறன்கள் தேவை. பேச்சுவார்த்தை என்பது பெரும்பாலும் பொது வாழ்க்கையில் ஆண்கள் செய்யும் ஒன்றாகவே கட்டமைக்கப்படுகிறது, ஆனால் பெண்களைப் பொறுத்தவரை, உள் வெளியில் பேச்சுவார்த்தை நடத்துவது சமமான அரசியல்.

தகவல்தொடர்பு கருவிகள் மூலம் HBW பெண்களுக்கு அதிகாரமளித்தலில் பின்வருவன அடங்கும்:

- அவர்களின் உழைப்பின் மதிப்பை உணர அவர்களுக்கு உதவுவதன் மூலம், அவர்கள் நியாயமான ஊதியத்தைக் கோர முடியும்,
- முடியாது என்று எப்படி சொல்வது, எப்படி கேள்வி கேட்பது, எப்படி எல்லைகளை உறுதிப்படுத்துவது என்று அவர்களுக்குக் கற்றுக் கொடுத்தல்,
- மொபைல் ஃபோன்கள், வாட்ஸ்அப் மற்றும் டிஜிட்டல் கருவிகளைப் பாதுகாப்பாகவும் நம்பிக்கையுடனும் தகவல் தொடர்புக்காகவும் ஒழுங்கமைப்பிற்காகவும் பயன்படுத்த அவர்களை ஊக்குவித்தல்.

5.6 உரிமைகளைப் புரிந்துகொள்வது: தொழிலாளர் உரிமைகள், சட்டப் பாதுகாப்புகள் மற்றும் உரிமைகள்

தொழிலாளர் உரிமைகள் மற்றும் சட்ட அங்கீகாரம்

முறையான பணியிடங்களைச் சுற்றி கட்டமைக்கப்பட்ட வழக்கமான தொழிலாளர் சட்டங்களின் கீழ் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்கள் பெரும்பாலும் "தொழிலாளர்களாக" அங்கீகரிக்கப்படுவதில்லை. இருப்பினும், வீட்டு வேலை தொடர்பான ILO ஒப்பந்தம் 177 (1996) போன்ற சர்வதேச கட்டமைப்புகள், வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களை சமமாக நடத்துவதற்கும் பாதுகாப்பதற்குமான உரிமையை வலியுறுத்துகின்றன.

இந்தியாவில், வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களுக்கென குறிப்பாக தேசிய சட்டம் எதுவும் இல்லை என்பதால், பீடித் தொழிலாளர்கள், தேங்காய் நார் தொழிலாளர்கள், கைத்தறித் தொழிலாளர்கள் போன்ற சில துறைகள் பட்டியலிடப்பட்டு அவர்களுக்கு குறைந்தபட்ச ஊதியம் நிர்ணயிக்கப்படலாம். ஆனால், பொதுவாக அவை அமைப்புசாரா தொழிலாளர்களின் சமூக பாதுகாப்பு சட்டம் (2008) போன்ற பரந்த முறைசாரா தொழிலாளர் பாதுகாப்புகளின் கீழ் வரக்கூடும். இருப்பினும், செயல்படுத்தப்படாமலும் விழிப்புணர்வின்றியும் இருப்பது, இந்த பாதுகாப்புகளுக்கான அணுகலைத் தொடர்ந்து தடுக்கிறது.

சட்டப் பாதுகாப்புகள்

பெரும்பாலான HBW பெண்கள் குறைந்தபட்ச ஊதியச் சட்டங்கள், மகப்பேறு சலுகைகள், தொழில் பாதுகாப்பு தரநிலைகள் அல்லது குறை தீர்க்கும் வழிமுறைகளின் கீழ் வருவதில்லை. அவர்களின் வெளிப்படாத நிலையால், பாதுகாப்பான ஒப்பந்தங்கள், சரியான நேரத்தில் பணம் செலுத்துதல் மற்றும் துன்புறுத்தலிலிருந்து பாதுகாப்பு போன்ற அடிப்படை பாதுகாப்புகள் மறுக்கப்படுகின்றன. துணை ஒப்பந்த முகவர்கள் பெரும்பாலும் பொறுப்புக்கூறலைத் தவிர்க்கிறார்கள். சட்ட அமைப்புகளும் HBW பெண்கள் செயல்படும் இடங்களுக்கு அரிதாகவே நீட்டிக்கப்படுகின்றன.

உரிமைகளும் சமூகப் பாதுகாப்பும்

சில பெண்களுக்கு அரசாங்க நலத்திட்டங்கள் (ரேஷன் கார்டுகள், ஜன் தன் கணக்குகள் அல்லது ஆயுஷ்மான் பாரத்தின் கீழ் சுகாதார காப்பீடு போன்றவை) கிடைத்தாலும் கூட, பல HBW பெண்கள் ஆவணங்கள் இல்லாததாலும், டிஜிட்டல் விலக்கினாலும், கலாச்சார கட்டுப்பாடுகளாலும் தடைகளை எதிர்கொள்கின்றனர். E-SHRAM பதிவு, PM ஷ்ரம் யோகி மாந்தன் மற்றும் பல்வேறு மாநில அளவிலான வாழ்வாதார இயக்கங்கள் போன்ற திட்டங்கள் ஓய்வூதியங்கள், சுகாதார ஆதரவு மற்றும் வருமான பாதுகாப்பை வழங்குவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளன. ஆனால் அவற்றுக்கு மேம்பட்ட வெளிப்பாடு, அணுகல் மற்றும் சேர்ப்பு தேவைப்படுகிறது. ஆனால் இவை தொழிலாளர்களின் உரிமைகளை அடிப்படையாகக் கொண்ட சட்டங்கள் அல்ல, இவை திட்டங்கள் என்பதை நாம் நினைவில் கொள்ள வேண்டும். எனவே ஒவ்வொரு அரசாங்கம் மாறும் போதும் இவை மாறலாம்.

5.7 கூட்டு நடவடிக்கை மற்றும் ஆதரவு குழுக்களை உருவாக்குதல்

கூட்டு அணிதிரட்டலின் தேவை

SEWA (சுயதொழில் செய்யும் பெண்கள் சங்கம்) மற்றும் HNSA போன்ற தொழிலாளர் தலைமையிலான கூட்டுறவுகளும் தொழிற்சங்கங்களும், வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களை அங்கீகரிப்பதற்காகவும், அவர்களின் ஊதிய உரிமைகளுக்காகவும், கொள்கை சேர்ப்புக்காகவும் வாதிடுவதில் முக்கிய பங்கு வகித்துள்ளன. எனவே, உரிமைகளைப் புரிந்துகொள்வது என்பது தனிமனித விழிப்புணர்வுக்கு அப்பாற்பட்டது; இதற்கு கூட்டு பேரம் பேசும் சக்தி, சட்ட கல்வியறிவு மற்றும் கொள்கை வக்காலத்து ஆகியவை வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் வேலையை காணக்கூடியதாகவும் மதிப்பிடுவதாகவும் மாற்ற வேண்டும்.

HBW பெண்கள் பெரும்பாலும் தனிமையில் செயல்படுகிறார்கள், பார்வை, பேரம் பேசும் சக்தி மற்றும் நிறுவன ஆதரவு இவர்களுக்கு இல்லை. கூட்டு நடவடிக்கை மற்றும் ஆதரவு குழுக்கள், ஒற்றுமையை உருவாக்குவதற்கும், உரிமைகளை உறுதிப்படுத்துவதற்கும், சிறந்த வேலை மற்றும் வாழ்க்கை நிலைமைகளைப் பற்றி பேச்சுவார்த்தை நடத்துவதற்கும் சக்திவாய்ந்த உத்திகளாக உருவெடுத்துள்ளன.

இந்த கூட்டுறவுகள் பொருளாதார நிலையற்ற தன்மையை நிவர்த்தி செய்வது மட்டுமல்லாமல், முறைசாரா பொருளாதாரத்தில் பொதிந்துள்ள பாலின அதிகார கட்டமைப்புகள் மற்றும் சமூக படிநிலைகளையும் சவாலிடுகின்றன.

கூட்டு நடவடிக்கை ஏன் முக்கியமானது

HBW பெண்கள் பெரும்பாலும் துண்டு வீதம் அல்லது துணை ஒப்பந்த ஏற்பாடுகளின் கீழ், பொதுவாக தங்கள் வீடுகளில் இருந்து வேலை செய்கிறார்கள். இந்த தனிமைப்படுத்தலால் அவர்களை தொழிலாளர்களாக அடையாளம் காண்பது, சட்டப் பாதுகாப்புகளை அணுகுவது அல்லது நியாயமான ஊதியங்களைக் கோருவது கடினமாகிறது. கூட்டு நடவடிக்கை - தொழிற்சங்கங்கள், கூட்டுறவுகள் அல்லது சுய உதவிக் குழுக்கள் மூலம் பொது குரல், பரஸ்பர ஆதரவு மற்றும் அரசியல் நிறுவனத்தை செயல்படுத்துவதன் மூலம் வெளிப்படாமையை சமாளிக்க உதவுகிறது.

உதாரணமாக, இந்தியாவில் சுயதொழில் புரியும் பெண்கள் சங்கம் (SEWA) வெற்றிகரமாக ஆயிரக்கணக்கான வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களை கூட்டுறவுகள் மற்றும் தொழிற்சங்கங்களாக அணிதிரட்டி உள்ளது. SEWA-வின் பணி, ஊதிய திருட்டு, சமூக பாதுகாப்பு மற்றும் சந்தை அணுகல் போன்ற சிக்கல்களை ஒழுங்கமைப்பது எப்படி உறுதியான கொள்கை மாற்றங்கள், சட்ட அங்கீகாரம் மற்றும் மேம்பட்ட வாழ்வாதாரங்களுக்கு வழிவகுக்கும் என்பதைக் காட்டுகிறது. ஒரு கூட்டுறவுத் தொழிலாளர் அடையாளத்தை உருவாக்குவது, ஒப்பந்தக்காரர்கள், உள்ளூர் அரசாங்கங்கள் மற்றும் அரசு நிறுவனங்களுடன் பேச்சுவார்த்தை நடத்த பெண்களுக்கு எவ்வாறு உதவுகிறது என்பதையும் இது எடுத்துக்காட்டுகிறது.

ஒற்றுமையை உருவாக்குதல்: பொருளாதார பிரச்சனைகளுக்கு அப்பால்

ஆதரவு குழுக்கள் மற்றும் கூட்டுறவுகள் பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை, சாதி பாகுபாடு, டிஜிட்டல் விலக்கு மற்றும் சுகாதார கவலைகள் பற்றிய அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ள பெண்களுக்கு பாதுகாப்பான இடங்களை உருவாக்குகின்றன - குறிப்பாக வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் வேலை சூழல்களில், தனிப்பட்ட மற்றும் பொது தளங்களுக்கு இடையிலான எல்லைகள் மங்கலாக உள்ளன. சக கல்வி, திறன் பயிற்சி, சட்ட விழிப்புணர்வு அமர்வுகள் மற்றும் பகிரப்படும் குழந்தை பராமரிப்பு பொறுப்புகள் மூலம், இந்த குழுக்கள் வாழ்க்கை அனுபவங்களை அடிப்படையாகக் கொண்ட ஒற்றுமையை வளர்க்கின்றன.
தெற்காசியாவில், ஹோம்நெட் தெற்காசியா போன்ற நெட்வொர்க்குகள் நேபாளம், பங்களாதேஷ், இலங்கை மற்றும் இந்தியாவில் உள்ள HBW பெண்களிடையே எல்லை தாண்டிய ஒற்றுமையை உருவாக்கியுள்ளன. தொழிலாளர் நட்பு கொள்கைகள் மற்றும் சர்வதேச அங்கீகாரத்திற்காக இவை வாதிடுகின்றன (HNSA, 2020). பெண்களின் பொருளாதார உரிமைகள் சமூக நீதியிலிருந்து பிரிக்க முடியாதவை என்ற புரிதலிலும், கூட்டு ஒழுங்கமைப்பு குறுக்கிடுவதாவும் உள் அடித்தளமாகவும் இருக்க வேண்டும் என்ற புரிதலிலும் இவர்களின் பணி வேரூன்றியுள்ளது.

பயிற்சியாளர் குறிப்பு: பயிற்சியாளர்களுக்கான பிரதிபலிப்பு

இந்த அமர்வுகளை நடத்தும் முன், பயிற்சியாளர்கள் தங்கள் சொந்த அதிகாரம் மற்றும் இருப்பிடத்தைப் பற்றி சிந்திக்க வேண்டும். நீங்கள் HBW பெண்களின் சார்பாக பேசுகிறீர்களா அல்லது அவர்களுடன் பேசுகிறீர்களா? உங்கள் அமர்வுகள் பெண்கள் கேள்விகளைக் கேட்கவும், யோசனைகளை சவாலிடவும், அவர்களின் வாழ்க்கையை மறுபரிசீலனை செய்யவும் அனுமதிக்கிறதா - அல்லது அவர்கள் வெறுமனே கேட்பவர்களாக மட்டும் இருக்கிறார்களா?
அதிகாரமளித்தல் அறிவுறுத்தலிலிருந்து வளர்வதில்லை, ஆனால் உரையாடல் மற்றும் கண்டுபிடிப்பிலிருந்து வளர்கிறது. இதன் பொருள் என்னவென்றால், பயிற்சியாளரின் வேலை நம்பிக்கையை "கொடுப்பது" அல்ல, ஆனால் பகிர்தல், கவனித்தல் மற்றும் அங்கீகாரமளித்தல் மூலமாக நம்பிக்கை வெளிப்படக்கூடிய இடங்களை உருவாக்குவதாகும்.

செயல்பாடு 5A

"நமக்கு எங்கே அதிகாரம் உள்ளது?" - அதிகாரமளித்தல், செயலாண்மை மற்றும் முடிவெடுத்தலைப் புரிந்துகொள்வது

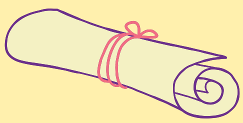
30 நிமிடங்கள்

குறிப்பு: *5.2 - 5.5*

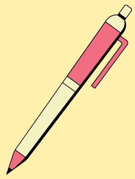
கருப்பொருள்:

செயலாண்மை மற்றும் அதிகாரமளித்தலைப் புரிந்துகொள்ளுதல், அன்றாட வாழ்க்கையில் தற்போதுள்ள முடிவெடுக்கும் அதிகாரத்தை அடையாளம் காணுதல், வீட்டிற்கு உள்ளேயும் வெளியேயும் உள்ள கட்டுப்பாடுகளை வேறுபடுத்துதல்.

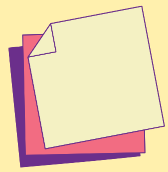
தேவையான பொருட்கள்:



சார்ட் பேப்பர் *(2 தாள்கள்)*



மார்க்கர் பேனாக்கள் *(2-3)*



ஒட்டும் குறிப்புகள் *(ஒரு பங்கேற்பாளருக்கு 10)*

பயிற்சியாளருக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1: இடத்தை தயார் செய்யுங்கள்

அறையின் முன்புறத்தில் இரண்டு பெரிய சார்ட் பேப்பர்களை வைத்து, இவ்வாறு எழுதவும்:"வீட்டின் உள்ளே", "வீட்டுக்கு வெளியே"

படி 2: ஒட்டும் குறிப்புகளை விநியோகிக்கவும்

பங்கேற்பாளர்கள் ஒவ்வொருவரிடமும் ஒட்டும் குறிப்புகளைக் கொடுத்து, அவர்கள் வாழ்க்கையின் கடந்த இரண்டு நாட்களை நினைத்துப் பார்க்கச் சொல்லவும். முதலில் சிந்தித்து கடந்த இரண்டு நாட்களில் அவர்கள் எடுத்த அனைத்து முடிவுகளையும் அவர்களது நோட்புக்கில் எழுதச் சொல்லவும். இவை அவர்கள் வீட்டில் செய்யும் வேலை அல்லது வெளியில் செய்யும் வேலை பற்றிய அவர்களின் முடிவுகளாகவும், குடும்ப அங்கத்தினர்களைப் பற்றிய அல்லது மற்றவர்களைப் பற்றிய முடிவுகளாகவும் இருக்கலாம். இவை சிறிய முடிவுகளாகவும் பெரிய முடிவுகளாகவும் இருக்கலாம்.

இவ்வாறு சொல்லவும் - *"உங்கள் நோட்டுப் புத்தகத்தில் இரண்டு பகுதிகளை உருவாக்கி, ஒரு பிரிவில் மேலே - வீட்டிற்கு வெளியே என்றும், மற்றொரு பிரிவில் மேலே - வீட்டிற்கு உள்ளே என்றும் எழுதுங்கள். இப்போது முடிவுகளை அந்தந்த வகையின் கீழ் எழுதுங்கள்"*

'முடிவுகள்' என்று எதை அழைக்கலாம் என பங்கேற்பாளர்களுக்கு சிந்திக்க நீங்கள் உதவ வேண்டியிருக்கலாம். பிறகு அவர்களிடம் இதைக் கேளுங்கள்:
"நீங்கள் தயாரித்த பட்டியலின் அடிப்படையில், வீட்டின் கீழ் அதிக பட்டியல் இருக்கிறதா அல்லது வீட்டுக்கு வெளியே அதிகம் இருக்கிறதா"
"சரியான பதில் என்று எதுவும் இல்லை - நம் ஒவ்வொருவருக்கும் வெவ்வேறு பட்டியல்கள் இருக்கும், அது சரிதான்" என்றும் சொல்லுங்கள்.
வீட்டிற்கு உள்ளே அதிக முடிவுகள் இருக்கிறது என்றால், வீட்டின் உள்ளே என்று ஒட்டும் குறிப்பில் எழுதுங்கள், வீட்டிற்கு வெளியே அதிக முடிவுகள் இருந்தால், உங்களுக்கு கொடுக்கப்பட்ட ஒட்டும் குறிப்பில் வீட்டிற்கு வெளியே என்று எழுதுங்கள். உங்கள் பெயர்களையும் ஒட்டும் குறிப்பில் எழுதுங்கள்.

படி 3: குறிப்புகளை வைக்கவும்

பங்கேற்பாளர்களை ஒவ்வொரு ஒட்டும் குறிப்பையும் "வீட்டின் உள்ளே" அல்லது "வீட்டிற்கு வெளியே" என்பதன் கீழ் வைக்க அழைக்கவும்.

படி 4: பிரதிபலிப்பு

ஒவ்வொரு வகையிலிருந்தும் ஒரு நேரத்தில் ஒரு பெண்ணின் பெயரைப் படியுங்கள். அவர் தேர்ந்தெடுத்த பிரிவின் கீழ் தனது பெயரை ஏன் எழுத விரும்பினார் என்று, சில பெண்கள் தாங்களாகவே முன்வந்து கூறுமாறு சொல்லுங்கள். அவரது எண்ணங்களை சுருக்கமாக பகிர்ந்து கொள்ளுமாறு கேட்டுக்கொள்ளுங்கள். ஒவ்வொரு பிரிவிலிருந்தும் சுமார் 3 பெண்களின் பேச்சைக் கேட்ட பிறகு, ஏற்கனவே பகிர்ந்துகொள்ளப்பட்ட காரணங்களிலிருந்து வேறுபட்ட காரணம் வேறு ஏதேனும் பங்கேற்பாளர்களிடம் இருக்கிறதா என்று கேளுங்கள்.
இவற்றை வலியுறுத்தவும்:

- சிறிய, அன்றாட முடிவுகளில் கூட செயலாண்மை உள்ளது.
- நாம் பல முடிவுகளை எடுத்தாலும், பெண்களால் சிந்திக்க முடியாது, அவர்களுக்கு எந்த அதிகாரமும் இல்லை என்று மீண்டும் மீண்டும் சொல்லப்படுவதால், நாமும் அதை நம்பத் தொடங்குகிறோம்.
- முடிவெடுக்க நமக்கு அதிகாரமும் செயலாண்மையும் இருக்கிறது என்பதை முதலில் ஒப்புக்கொள்வதன் மூலம் நாம் தொடங்குவோம்.
- அதிகாரமளித்தல் என்பது பெண்களுக்கு அதிகாரம் அளிப்பது அல்ல - அது அவர்கள் ஏற்கனவே வைத்திருக்கும் அதிகாரத்தை அடையாளம் கண்டு விரிவுபடுத்துவது பற்றியது.

படி 5: குழு பிரதிபலிப்பு

குழுவிடம் இவ்வாறு கேளுங்கள்: "நீங்கள் அதிக அதிகாரம் கொண்டுள்ளதாக உணர விரும்பும் பகுதிகள் உள்ளனவா?"

2-3 பங்கேற்பாளர்கள் பதிலளிக்க அனுமதிக்கவும். அவர்களுக்கு அன்புடன் நன்றி தெரிவிக்கவும்.

படி 6: பயிற்சியாளர் பின்னூட்ட கேள்விகள்

இவ்வாறு கேட்கவும்:

- "நீங்கள் எங்கு அதிகாரம் பெறுவதாக உணர்கிறீர்கள் என்பதைப் பற்றி சிந்திக்க இது உதவியாக இருந்ததா?"
- "மற்றவர்களின் பதில்களைப் பார்ப்பது, உங்கள் சொந்த அதிகாரத்தை நீங்கள் எவ்வாறு பார்க்கிறீர்கள் என்பதைப் பாதித்ததா?"

பங்கேற்பாளர் பிரதிபலிப்புகளை குறிப்பெடுத்து, பகிரப்பட்ட அனுபவங்களை அங்கீகரியுங்கள்.

Step 7: Concluding remarks

குழுவிடம் இவ்வாறு சொல்லுங்கள்:
"இந்த செயல்பாடு நாம் அனைவரும் நம் வாழ்க்கையில் வீட்டிற்கு உள்ளேயும் வெளியேயும் முக்கியமான முடிவுகளை எடுக்கிறோம் என்பதை நினைவூட்டுகிறது. அதிகாரமளித்தல் எப்போதும் வெளிப்புற உதவியிலிருந்து வருவதில்லை. செயல்படுவதற்கும், தீர்மானிப்பதற்கும், செல்வாக்கு செலுத்துவதற்கும் நமது சொந்த திறனை அடையாளம் காணத் தொடங்கும் போது இது துவங்குகிறது. நமது கதைகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளும்போது, நாம் தனியாக இல்லை என்பதைக் காண்கிறோம் - அங்குதான் கூட்டு வலிமை தொடங்குகிறது."
அனைவரின் பங்களிப்புகளையும் உறுதிப்படுத்தி, அறையில் பகிரப்பட்ட பல்வேறு வகையான செயலாண்மையை சரிபார்க்கவும்.

செயல்பாடு 5B

"நான் ஒரு தலைவராக இருந்த சூழல்..." - நம்பிக்கையை உருவாக்குதல் மற்றும் தலைமைத்துவம்

30 நிமிடங்கள்

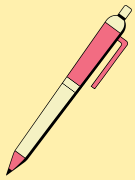
குறிப்பு: *5.8*

கருப்பொருள்:

தலைமைத்துவத்தை பதவியாக இல்லாமல் செயலாகப் புரிந்துகொள்வது, சுய அங்கீகாரத்தையும் தன்னம்பிக்கையையும் உருவாக்குதல், பெண்களிடையே பரஸ்பர ஆதரவை ஊக்குவித்தல்

தேவையான பொருட்கள்:

வெற்று அட்டைகள் அல்லது தடிமனான காகிதம் (ஒரு பங்கேற்பாளருக்கு 1)



வண்ண பேனாக்கள் / பென்சில்கள்

பயிற்சியாளருக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1: அறிமுகம் மற்றும் விநியோகம்

ஒவ்வொரு பங்கேற்பாளருக்கும் ஒரு வெற்று அட்டை மற்றும் வண்ண பேனாக்களைக் கொடுக்கவும். இவ்வாறு சொல்லவும்:
"நீங்கள் ஒருவருக்கு உதவிய நேரத்தை நினைத்துப் பாருங்கள் - ஒரு சிறிய வழியில் கூட - வீட்டில், வேலையில் அல்லது உங்கள் சமூகத்தில்."

படி 2: பிரதிபலிப்பை எழுதுதல் அல்லது வரைதல்

இவ்வாறு தொடங்கும் வாக்கியத்தை எழுதுமாறு அல்லது வரையுமாறு பங்கேற்பாளர்களைக் கேட்கவும்:
"நான் ஒரு தலைவராக இருந்த சூழல்..."
பல உதாரணங்களை ஊக்குவிக்கவும் - எ.கா., குடும்ப மோதலைத் தீர்த்து வைத்தது, ரேஷன் கார்டு வாங்க ஒருவருக்கு உதவியது அல்லது ஒரு ஒப்பந்தக்காரருடன் பேச்சுவார்த்தை நடத்தியது. சில நடவடிக்கைகள் அவர்கள் தனித்தனியாக எடுத்த செயல்களாக இருக்கலாம், சில நடவடிக்கைகள் வேறு சிலருடன் எடுக்கப்பட்டதாக இருக்கலாம்.

படி 3: குழு பகிர்வு மற்றும் பின்னூட்ட கேள்விகள்

இவ்வாறு கேட்கவும்:

- "உங்களை வித்தியாசமாகப் பார்க்க இது உங்களுக்கு உதவியதா?"
- "உங்கள் பகுதியில் உள்ள மற்றொரு பெண்ணை இதைச் செய்ய ஊக்குவிப்பீர்களா?"

ஒரு சில பங்கேற்பாளர்களை ஒவ்வொரு பதிலுக்கும் கவனத்துடனும் கனிவுடனும் பதிலளிக்க ஊக்குவிக்கவும். 3-4 தன்னார்வலர்களை அவர்களின் பிரதிபலிப்புகளைப் பகிர்ந்து கொள்ள அழைக்கவும்.

குழுவுக்கு இதை நினைவூட்டுங்கள்:
"தலைமைத்துவம் அமைதியான, ஆதரவான, அக்கறைமிக்க, உறுதிதன்மையுள்ள, என பல வடிவங்களில் உள்ளது. இது வெளிப்படையாகவோ அல்லது முறையாகவோ இருக்க வேண்டியதில்லை."

படி 4: பயிற்சியாளர் உள்ளீடு - செயலாக தலைமைத்துவம்

இவ்வாறு கூறவும்:
"தலைமைத்துவம் என்பது பதவி, பேர் அல்லது கல்வி பற்றியது அல்ல. இது செயல் மற்றும் கவனிப்பு பற்றியது. இங்குள்ள ஒவ்வொரு பெண்ணும் தங்கள் சொந்த வழியில் ஒரு தலைவியே. கூட்டுறவுகளில், நாம் ஒருவருக்கொருவர் ஆதரவளிக்கும்போது நாம் தலைமை தாங்குகிறோம்."

நமது தலைமைத்துவம் நம்மை நாமே முதன்மைப்படுத்திக் கொள்வதாக இல்லாமல், நாம் கூட்டாக அல்லது சங்கதனில் இருக்கும்போது தலைமைத்துவமும் அதிகாரமளித்தலும் இணைகின்றன. நாம் சமூக நீதிக்கான தலைமைத்துவம் பற்றி பேசுகிறோம். எனவே நாம் மற்றவர்களிடம் அதிகாரத்தைப் பயன்படுத்தும்போது, நமது அறிவை மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ளும்போது, ஒரு குழுவாக செயல்படத் தேர்ந்தெடுக்கும்போது நாம் " அவர்களுடன் அதிகாரத்தை" அல்லது கூட்டு அதிகாரத்தைப் பயன்படுத்துகிறோம்.

படி 5: இறுதிக் குறிப்புகள்

குழுவிடம் இவ்வாறு சொல்லுங்கள்: "நமது அன்றாட நடவடிக்கைகளில் தலைமைத்துவம் ஏற்கனவே உள்ளது என்பதை இந்த செயல்பாடு நமக்குக் காட்டுகிறது. அது பேசுவதாக இருந்தாலும் சரி, ஒருவருக்கு உதவுவதாக இருந்தாலும் சரி, அல்லது மற்றொரு பெண்ணுக்கு ஆதரவாக நிற்பதாக இருந்தாலும் சரி - இவை அனைத்தும் தலைமைத்துவத்தின் செயல்கள். தலைமை தாங்க பதவி தேவையில்லை. நீங்கள் உங்கள் சொந்த பலத்தை மட்டுமே அடையாளம் காண வேண்டும், மற்றவர்களும் அதைச் செய்ய ஆதரிக்க வேண்டும். கூட்டுறவுகளில், இந்த அன்றாட தலைமைத்துவம் தான் உண்மையான மாற்றத்தை உருவாக்குகிறது."

செயல்பாடு 5C

"உங்கள் உரிமைகளை அறிந்து கொள்ளுங்கள், உங்கள் குழுவை உருவாக்குங்கள்" - முறைசாரா பிரிவில் தொழிலாளர் உரிமைகள், சட்ட விழிப்புணர்வு மற்றும் கூட்டு நடவடிக்கை

30 நிமிடங்கள்

மேற்கோள்: ***5.7-5.8***

கருப்பொருள்:

தொழிலாளர் உரிமைகள், சட்ட விழிப்புணர்வு, மற்றும் கூட்டு நடவடிக்கை

தேவையான பொருட்கள்:

3 காட்சி அட்டைகள் (முன்னரே எழுதப்பட்டவை)

இரண்டு குறிகள்*: "தனிப்பட்ட நடவடிக்கை " மற்றும் "கூட்டு நடவடிக்கை " (அறையில் எதிரெதிர் பக்கங்களில் வைக்கவும்)*

பயிற்சியாளருக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1

பின்வருபவைப் போன்ற குறுகிய காட்சி அட்டைகளை தயார் செய்து சத்தமாக படிக்கவும் (ஒரு நிமிடத்திற்கு 1):

- ஒரு HBW செய்த 3 வார வேலைக்கு ஊதியம் கிடைக்கவில்லை.
- ஒரு ஒப்பந்தக்காரர் "சேதமடைந்த" பீஸுக்கு பணத்தை கழிக்கிறார்.
- ஒரு பெண்ணை அவரது கணவன் வீட்டார் தொழிற்சங்கக் கூட்டத்தில் கலந்து கொள்ள அனுமதிக்க மறுக்கின்றனர்.

படி 2

ஒவ்வொரு சூழலுக்கும், பங்கேற்பாளர்களை அறையில் தீர்வு – தனிப்பட்ட நடவடிக்கை அல்லது கூட்டு நடவடிக்கை இருப்பதாக நினைக்கிற ஒரு பக்கத்திற்கு செல்லுமாறு கூறவும். பிறகு ஏன் என்று கேளுங்கள். (5 நிமிடங்கள்)

படி 3

3-4 உதாரணங்களுக்குப் பிறகு, சுருக்கமாக இவற்றைக் கூறவும்: "சில நடவடிக்கைகளை நாம் தனியாக மேற்கொள்ளலாம் - ஆனால் உண்மையான மாற்றத்திற்கு பெரும்பாலும் கூட்டு குரலும் ஒற்றுமையுமே தேவை." SEWA மற்றும் HNSA போன்ற உதாரணங்களையும், அவை அரசாங்கங்கள் மற்றும் ஒப்பந்தக்காரர்களுடன் எவ்வாறு பேச்சுவார்த்தை நடத்தின என்பதையும் குறிப்பிடவும். (2 நிமிடங்கள்)

Step 4

பங்கேற்பாளர்களிடம் இவ்வாறு கேளுங்கள்:

- **நிஜ வாழ்க்கை சூழ்நிலைகளை ஒன்றாக சிந்தித்துப் பார்ப்பது உங்களுக்கு உதவியாக இருந்ததா?**
- **கூட்டுறவின் மதிப்பு உங்களுக்கு இப்போது இன்னும் தெளிவாக தெரிகிறதா?**

படி 5

குழுவிடம் இவ்வாறு சொல்லுங்கள்*:* "தனிநபர்களாக நாம் பிரச்சனைகளை எதிர்கொண்டாலும், நாம் தனியாக இல்லை என்பதை இந்த செயல்பாடு நமக்கு நினைவூட்டுகிறது. நாம் ஒன்றிணையும்போது, நியாயமான ஊதியத்தைக் கோருவதற்கும், அநீதிக்கு எதிராக நிற்பதற்கும், ஒருவருக்கொருவர் பாதுகாப்பாக இருப்பதற்கும் நாம் வலிமையைப் பெறுகிறோம். கூட்டு நடவடிக்கை எப்போதும் *HBW* பெண்களின் குரல்கள் கேட்கப்பட மிகவும் சக்திவாய்ந்த கருவியாக இருந்து வருகிறது. பெண்கள் அணிதிரளும்போது மாற்றம் சாத்தியம் என்பதை *SEWA* மற்றும் *HNSA* போன்ற குழுக்கள் நிரூபித்துள்ளன."

அத்தியாயம் 6

ஆண்கள் மற்றும் சமூகங்களை ஈடுபடுத்துதல் - பாலின சமத்துவத்துக்காக

மிகவும் அதிகமான பெண்கள் தலைவர்களாக மாறி அவர்கள் எதிர்கொள்ளும் தடைகளைப் பார்க்கத் தொடங்கும்போது, தங்கள் சொந்த வலிமையைப் புரிந்துகொண்டு, ஒன்றாக நடவடிக்கை எடுக்கத் தொடங்குகிறார்கள். இந்த மாற்றங்களுடன், ஆணாதிக்க அமைப்பில் ஆண்களின் பங்கையும், சமூக விதிமுறைகள் மூலம் ஆண்மை எவ்வாறு கட்டமைக்கப்படுகிறது என்பதையும் புரிந்துகொள்வதும் முக்கியம். இந்தக் கோட்பாடுகளை நாம் புரிந்து கொண்டால், சமூக நீதியைக் கொண்டுவர நாம் இன்னும் திறம்பட செயல்பட முடியும்.

பயன்படுத்த வேண்டிய விருப்பம்: எந்த அமர்வுகளை நடத்த வேண்டும் என்பதை தீர்மானிக்க, நிறுவன பிரதிநிதிகளுடன் மேற்கொள்ளப்படும் விவாதத்தின் அடிப்படையில் இந்த பகுதியைப் பயன்படுத்தவும்.

06.

ஆண்கள் மற்றும் சமூகங்களை ஈடுபடுத்துதல் - பாலின சமத்துவத்துக்காக

இந்த அத்தியாயத்தில் உருமாற்ற மாற்றங்களைக் கொண்டுவர மனிதர்களையும் சமூகங்களையும் எவ்வாறு ஈடுபடுத்துவது என்பதைப் புரிந்துகொள்கிறோம்.

6.1 ஆண்களும் ஆண்மையும் – வரையறைகள் / கருத்துக்கள்

ஆண்மை என்பது வலிமை, கட்டுப்பாடு, ஆக்கிரமிப்பு மற்றும் உணர்ச்சிக் கட்டுப்பாடு போன்ற ஆண்களுடன் பெரும்பாலும் இணைக்கப்பட்ட பண்புகளையும் நடத்தைகளையும் குறிக்கிறது. இது சமூக ரீதியாக கட்டமைக்கப்பட்டுள்ளது. கலாச்சாரங்கள் மற்றும் காலத்திற்கு ஏற்ப இது மாறுபடும். ஆண்கள் பெரும்பாலும் கடுமையாக செயல்பட வேண்டும், அதிகாரத்தை உறுதிப்படுத்த வேண்டும், சில சமயங்களில் கட்டுப்பாட்டை பராமரிக்க வன்முறையைப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. பெரும்பாலும் அதை உணராமலேயே பள்ளிகளும் பிற நிறுவனங்களும் இந்த தீங்கு விளைவிக்கும் கருத்துக்களை வலுப்படுத்தலாம்.

ஆணாதிக்க சமூகங்களில், ஆண்மையானது அதிகாரத்துடன் பிணைக்கப்பட்டு, அரசியல், மதம், குடும்பம் மற்றும் கல்வி போன்ற அமைப்புகள் மூலம் பராமரிக்கப்படுகிறது. இருப்பினும், ஆண்மை என்பது ஒரு அனுபவம் அல்ல. இது சாதி, வர்க்கம், இனம் மற்றும் பிற அடையாளங்களால் வடிவமைக்கப்படுகிறது. சில ஆண்கள் தங்கள் ஆண்மையை நிரூபிக்க அழுத்தத்தை எதிர்கொள்கின்றனர், இது உணர்ச்சி ரீதியான அழுத்தத்தையும் மனக் குழப்பத்தையும் ஏற்படுத்தும்.

ஆண்மை என்பது சிறப்புரிமை மற்றும் பாதிப்பு ஆகிய இரண்டையும் உள்ளடக்கியது. உதாரணமாக, தலித் ஆண்கள் சாதியால் ஒடுக்கப்பட்டாலும், தலித் பெண்கள் மீது அதிகாரம் செலுத்துகிறார்கள். தலித் போராளிகள் சாதியும் பாலினமும் சிக்கலான வழிகளில் ஊடாடுகின்றன என்று சுட்டிக்காட்டி "சக்திவாய்ந்த ஆண்கள் சக்தியற்ற பெண்கள்" என்ற எளிய பார்வைகளை சவாலிடுகிறார்கள்.

எல்லா ஆண்களும் ஒரே அதிகாரத்தைக் கொண்டிருக்கவில்லை, எல்லா பெண்களும் சமமாக ஒடுக்கப்படுவதில்லை. ஒரு குறுக்கீட்டு லென்ஸ் மூலம் ஆண்மையைப் புரிந்துகொள்வது, ஆதிக்கம் மற்றும் பாகுபாடு என்ற இரண்டு அடுக்குகளையும் இன்னும் தெளிவாகக் காண உதவுகிறது.

6.2 வெவ்வேறு ஆண்மைகள்

பல்வேறு வகையான ஆண்மைகள் உள்ளன:

மேலாதிக்க ஆண்மை: இது சக்தி, கட்டுப்பாடு, ஆக்கிரமிப்பு மற்றும் உணர்ச்சி ரீதியான மௌனம் ஆகியவற்றுடன் இணைக்கப்பட்ட ஆண்மையின் மிகவும் பொதுவான வடிவமாகும். இது ஆணாக இருப்பதற்கான பிற வழிகளை ஓரங்கட்டி ஆணாதிக்க கருத்துக்களை ஆதரிக்கிறது. எடுத்துக்காட்டு: உணர்வுகளைக் காட்டுவது அல்லது பராமரிப்பு வேலையைச் செய்வது "ஆண்மையற்றது" என்று நினைக்கும் ஒரு மனிதன்.

துணை ஆண்மைகள்: திருநம்பிகள், தலித் ஆண்கள், ஆதிவாசி ஆண்கள் அல்லது மாற்றுத்திறனாளி ஆண்கள் போன்ற ஆதிக்க நெறிமுறைகளிலிருந்து வேறுபடும் ஆண்மையின் வடிவங்கள் இவை. அவர்கள் பெரும்பாலும் ஒதுக்கப்படுகிறார்கள் அல்லது தாழ்வாகப் பார்க்கப்படுகிறார்கள். எடுத்துக்காட்டு: நகரங்களில் தினக்கூலிகளாக பணிபுரியும் ஆதிவாசி ஆண்கள் தாழ்ந்தவர்களாக அல்லது உயர்சாதி நகர்ப்புற மக்களால் "பின்தங்கியவர்களாக" பார்க்கப்படுகிறார்கள். அவர்களின் கலாச்சாரம் மற்றும் வேலை பெரும்பாலும் அவமதிக்கப்படுகிறது.

விளிம்பு நிலை ஆண்மைகள்: தொழிலாள வர்க்கம், புலம்பெயர்ந்தோர், ஒடுக்கப்பட்ட சாதி ஆண்களைப் போலவே இந்த ஆண்மைகளும் வறுமை மற்றும் சமூக அனுகூலமின்மையால் வடிவமைக்கப்படுகின்றன. அவர்கள் பாதுகாப்பின்மை, விலக்கு மற்றும் தொடர்ச்சியான கண்காணிப்பை எதிர்கொள்கின்றனர்.
எடுத்துக்காட்டு: நகரங்களில் கட்டுமானப் பணிகளில் பணிபுரியும் பீகார் அல்லது ஜார்க்கண்டிலிருந்து புலம்பெயர்ந்த ஆண்கள் பெரும்பாலும் மோசமான நிலைமைகளில் வாழ்கிறார்கள், போலீசாரால் சந்தேகப்படப்படுகின்றனர், அவர்கள் தங்கள் குடும்பங்களை ஆதரித்தாலும் கூட நகர்ப்புற வாழ்க்கையிலிருந்து விலக்கப்படுகின்றனர்.

6.3 பெண்மை

பெண்மை என்பது பாரம்பரியமாக பெண்களுடன் இணைக்கப்பட்டுள்ள பண்புகளான பராமரிப்பு, மென்மை, உணர்ச்சி வெளிப்பாடு மற்றும் முடிவெடுப்பதில் இருந்து விலக்கப்படுதல் போன்றவற்றைக் குறிக்கிறது. இது பெரும்பாலும் பலவீனமானதாக அல்லது செயலற்றதாகக் காணப்படுகிறது. மேலும் இது புறநிலைப்படுத்தலுடன் இணைக்கப்பட்டு, வன்முறைக்காக கூட குற்றம் சாட்டப்படுகிறது.

ஆனால் இன்று, மீள்தன்மை மற்றும் தன்னம்பிக்கை மூலம் பெண்மை மறுவடிவம் பெறுகிறது. பெண்கள் மற்றவர்களை கவனித்துக்கொள்வதன் மூலமும், உரிமைகளைக் கோருவதன் மூலமும், மாற்றத்தை வழிநடத்துவதன் மூலமும் வலிமையை உறுதிப்படுத்துகிறார்கள். நியாயமான ஊதியத்திற்காக போராடும் ASHA மற்றும் அங்கன்வாடி தொழிலாளர்கள் முதல் ஆன்லைனில் இடம் கோரும் டிஜிட்டல் படைப்பாளிகள் வரை, நவீன பெண்மை தைரியத்தையும் தலைமைத்துவத்தையும் காட்டுகிறது.

உதாரணமாக:

- பெண்மை: விளம்பரங்கள் பெரும்பாலும் பெண்களை பராமரிப்பாளர்களாகவோ அல்லது ஆசைப்படும் பொருட்களாகவோ மட்டுமே காட்டி, குறைவான பங்குகளையே வலுப்படுத்துகின்றன.
- மீள்தன்மை: கேரளாவில் ASHA பணியாளர்கள் கோவிட் -19 இன் போது நியாயமான ஊதியம் மற்றும் பாதுகாப்பிற்காக போராடி, கூட்டு வலிமையைக் காட்டினர்.

6.4 பன்முகத்தன்மை

பன்முகத்தன்மை என்பது எதிர்பாலீர்ப்புடன் இருப்பது மட்டுமே "இயல்பான" வழி என்ற நம்பிக்கையாகும். ஆண் மற்றும் பெண் என இரண்டு பாலினங்கள் மட்டுமே உள்ளன என்றும், ஒவ்வொருவரும் பிறக்கும்போதே அவர்களுக்கு ஒதுக்கப்பட்ட பாலினத்துடன் இணைக்கப்பட்ட பாத்திரங்களுக்கு ஏற்ப செயல்பட வேண்டும் என்றும் அது கருதுகிறது. இந்த யோசனை நிலையான பாலினம் மற்றும் பாலியல் பாத்திரங்களுக்கு பொருந்துவதற்கு மக்களுக்கு அழுத்தம் கொடுக்கிறது. அப்படி இல்லாத திருநம்பி, டிரான்ஸ் அல்லது பைனரி அல்லாத நபர்களைப் போன்ற எவரையும் - விலக்கப்பட்டதாக அல்லது வெளிப்படாததாக உணர வைக்கிறது.

உதாரணம்: பெரியவர்கள் குழந்தைகளிடம், "உங்களுக்கு ஒரு காதலன் அல்லது காதலி இருக்கிறாரா?" என்று கேட்கும்போது, அவர்கள் எல்லோரும் நேராக இருப்பதாகவும் கடுமையான பாலின பாத்திரங்களை வலுப்படுத்துவதாகவும் நினைத்துக் கொள்கிறார்கள் - சாதாரண கருத்துக்கள் மூலம் கூட.

6.5 பாலின சமத்துவத்தை ஊக்குவிப்பதில் ஆண்கள் மற்றும் சிறுவர்களின் பங்கு

ஆணாதிக்கத்தை சவாலிடுவதன் மூலமும், ஆண்மையை மறுவரையறை செய்வதன் மூலமும், சமமான இடங்களை ஆதரிப்பதன் மூலமும் ஆண்களும் சிறுவர்களும் பாலின சமத்துவத்தை உருவாக்க உதவலாம். வழக்கமான ஆண்மையானது பெரும்பாலும் வலிமையை, கட்டுப்பாடு மற்றும் உணர்ச்சி ரீதியான மௌனத்துடன் இணைக்கிறது. இது தீங்குக்கும் சமத்துவமின்மைக்கும் வழிவகுக்கும். ஆனால் ஆண்கள் பச்சாத்தாபம், கவனிப்பு மற்றும் மரியாதை மூலம் வலிமையைக் காட்ட முடியும்.

வீட்டில், சமையல் அல்லது குழந்தை பராமரிப்பு போன்ற பணிகளைப் பகிர்வது பெண்களின் பணிச்சுமையைக் குறைத்து, குழந்தைகளுக்கு நியாயத்தைப் பற்றி கற்பிக்கிறது. பள்ளிகள், பணியிடங்கள் மற்றும் சமூகங்களில், ஆண்கள் பெண்களின் தலைமைத்துவத்தை ஆதரிக்கலாம், பாலியல் நடத்தைக்கு எதிராக பேசலாம், பெண்களின் கருத்துக்களை கவனித்து இடம் கொடுப்பதன் மூலம் கூட்டாளிகளாக இருக்கலாம்.

உதாரணம்:

MenEngage Alliance மற்றும் #HeForShe போன்ற பிரச்சாரங்கள் பாலின அடிப்படையிலான வன்முறைக்கு எதிராக ஆண்கள் எவ்வாறு நடவடிக்கை எடுக்கலாம், பெண்களின் உரிமைகளை எவ்வாறு ஆதரிக்கலாம் என்பதைக் காட்டுகிறது.

6.6 குடும்பங்கள் மற்றும் சமூகங்களுக்குள் தீங்கு விளைவிக்கும் சமூக விதிமுறைகளை நிவர்த்தி செய்தல்

குடும்பங்கள் மற்றும் சமூகங்களுக்குள் தொடங்கும் தீங்கு விளைவிக்கும் சமூக விதிமுறைகளை சவாலிடுவதில் ஆண்கள் சக்திவாய்ந்த பாத்திரத்தை வகிக்க முடியும். மகன்களுக்கு ஆதரவாக இருப்பது, பெண்கள் எல்லா பராமரிப்பு வேலைகளையும் செய்ய வேண்டும் என்று எதிர்பார்ப்பது அல்லது சிறுவர்கள் உணர்ச்சிகளைக் காட்டுவதைத் தடுப்பது போன்ற ஆணாதிக்க நடைமுறைகள் பெரும்பாலும் வீட்டிலேயே தொடங்குகின்றன. தந்தைகள், சகோதரர்கள் அல்லது முதியோராக, ஆண்கள் தங்கள் செல்வாக்கைப் பயன்படுத்தி இந்த வடிவங்களை கேள்வி கேட்கவும் மாற்றவும் முடியும்.

உதாரணம்:

ஒரு அப்பா தன் மகளின் படிப்பை ஆதரிப்பது அல்லது வீட்டு வேலைகளைப் பகிர்ந்துகொள்வது ஒரு சிறந்த முன்மாதிரியாக இருக்கிறது. வரதட்சணை, குழந்தை திருமணம் அல்லது வன்முறைக்கு எதிராக பேசும் ஆண்கள் தீங்கு விளைவிக்கும் மரபுகளை உடைக்க உதவி, பாலின சமத்துவம் அனைவரின் பொறுப்பாக உள்ளது என்பதைக் காட்டுகிறார்கள்.

சமூக மட்டத்தில், மத, அரசியல் அல்லது சமூகத்தின் ஆண் தலைவர்கள், பள்ளிகள், கோயில்கள், பஞ்சாயத்துகள் மற்றும் பணியிடங்களில் பெண்களின் உரிமைகளுக்காகவும் பாலின நீதிக்காகவும் பேசுவதன் மூலம் பொது மனப்பான்மையை மாற்ற முடியும்.

6.7 சமூக உணர்திறன் மற்றும் வாதிடுவதற்கான உத்திகள் பயனுள்ள சமூக உணர்திறன் மற்றும் வாதிடுதல்

பயனுள்ள சமூக உணர்திறன் மற்றும் வாதிடுதல் ஆகியவை உள்ளடக்கியதாகவும், பங்கேற்பதாகவும், உள்ளூர் சூழல்களில் வேரூன்றியதாகவும் இருக்க வேண்டும். தெரு நாடகங்கள், நாட்டுப்புற பாடல்கள், வானொலி மற்றும் சுவரொட்டிகள் போன்ற உள்ளூர் ஊடகங்களைப் பயன்படுத்தும் பிரச்சாரங்கள் பாலின பாகுபாடுகளை சக்திவாய்ந்த முறையில் சவாலிட்டு, மக்கள் தொடர்புபடுத்தும் வழிகளில் சமத்துவத்தை ஊக்குவிக்கலாம்.

கிராம சபைகள் போன்ற இடங்கள் ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் தீங்கு விளைவிக்கும் விதிமுறைகளைப் பற்றி விவாதிக்க தளங்களை வழங்குகின்றன. மத அமைப்புகள், சுய உதவிக் குழுக்கள் மற்றும் PTAக்கள் போன்ற நம்பகமான உள்ளூர் குழுக்களுடன் பணிபுரிவது இந்த முயற்சிகளின் வரம்பை விரிவுபடுத்தும்.

ஆசிரியர்கள், ASHA / அங்கன்வாடி தொழிலாளர்கள் மற்றும் இளைஞர் தலைவர்கள் போன்ற சமூக செல்வாக்கு செலுத்துபவர்கள் பாலின உணர்திறன் மற்றும் உரிமைகளில் பயிற்சி பெறும்போது முன்மாதிரியாக செயல்பட முடியும்.

பாலின தொகுதிகள் மற்றும் வாழ்க்கைத் திறன்களுக்கான கல்வி போன்ற பள்ளி அடிப்படையிலான தலையீடுகள் சமமான அணுகுமுறைகளை ஆரம்பத்திலேயே வடிவமைக்க உதவுகின்றன. அதே நேரத்தில், பஞ்சாயத்து மட்டத்தில் கொள்கை வாதிடுதல் (எ.கா., பாலின பட்ஜெட்டிங், உதவி மேசைகள் மற்றும் பெண்கள் பாதுகாப்புத் திட்டங்கள்) மாற்றத்திற்கான கட்டமைப்பு ஆதரவை உருவாக்குகிறது.

கண்காணிப்பு மற்றும் சமூக பின்னூட்டம் ஆகியவை உத்திகள் சிறப்பாக செயல்படுவதை உறுதி செய்து, கூட்டு உரிமையையும் நீடித்த மாற்றத்தையும் உருவாக்குகிறது.

ASHA தொழிலாளர்கள் பேரணி

கிராம சபை

செயல்பாடு 6A

"ஒரு ஆணை உருவாக்குவது எது?" - ஆண்மையைப் புரிந்துகொள்வது

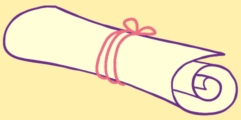
30 நிமிடங்கள்

குறிப்பு: ***6.1 - 6.2***

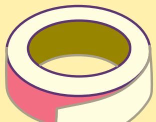
கருப்பொருள்:

ஆண்மையின் அடிப்படைகள், ஆண்மை வகைகள்

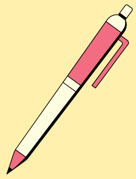
கருவி:



சார்ட் பேப்பர்



மாஸ்கிங் டேப்



ஸ்கெட்ச் பேனாக்கள் அல்லது மார்க்கர்கள்

பயிற்சியாளர்களுக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1: சிறிய குழுக்களை உருவாக்குங்கள்

பங்கேற்பாளர்களை 4–5 பேர் கொண்ட சிறு குழுக்களை அமைக்குமாறு கூறவும். ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒரு சார்ட் பேப்பரையும் சில ஸ்கெட்ச் பேனாக்களையும் கொடுங்கள்.

இவ்வாறு கூறவும்: "சமூகம் பொதுவாக ஆண்களிடமிருந்து என்ன எதிர்பார்க்கிறது என்பதை நாங்கள் ஆராயப் போகிறோம். தயவுசெய்து ஒன்றாக வேலை செய்து, உங்கள் சமூகத்தில் உள்ள ஒரு ஆணுடன் பொதுவாக இணைக்கப்பட்டுள்ளதாக நீங்கள் நினைக்கும் குணங்கள், நடத்தைகள் அல்லது பாத்திரங்களை எழுதுங்கள்."

படி 2: குழு எழுதுதல் மற்றும் பிரதிபலிப்பு

குழுக்கள் தங்கள் எண்ணங்களைப் பட்டியலிட நேரம் கொடுங்கள். ஆண்கள் எப்படி நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறார்கள், எது "ஆண்மையற்றது" என்று பார்க்கப்படுகிறது என்பவற்றைப் பற்றி வளர்ந்து வரும் சிறுவர்களுக்கு என்ன சொல்லப்படுகிறது என்பதைப் பற்றி சிந்திக்க அவர்களை ஊக்குவிக்கவும்.

சுற்றி நடந்து அவர்களின் உரையாடல்களைக் கேளுங்கள். சரியான அல்லது தவறான பதில்கள் இல்லை, அன்றாட வாழ்க்கையிலிருந்து அவதானிப்புகள் மட்டுமே தேவை என்பதை அவர்களுக்கு நினைவூட்டுங்கள்.

படி 3: குழு பகிர்வு

ஒவ்வொரு குழுவையும் அவர்களின் பட்டியலிலிருந்து 2–3 புள்ளிகளை விரைவாகப் பகிருமாறு கேளுங்கள். திரும்பத் திரும்ப அல்லது மனதைக் கவரும் யோசனைகளை எல்லோரும் பார்க்கும் வகையில் ஒரு பலகையில் அல்லது பெரிய தாளில் எழுதுங்கள். இவ்வாறு கூறவும்: "இவை ஆண்மையுடன் தொடர்புடைய பொதுவான பண்புகள் அல்லது எதிர்பார்ப்புகள். இந்த யோசனைகள் எங்கிருந்து வருகின்றன என்று நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள் - குடும்பம், ஊடகம், மதம் அல்லது பள்ளி? இவை எப்போதும் எல்லோருக்கும் உதவுகின்றனவா அல்லது நியாயமானவையா?"

படி 4: விளக்கம் மற்றும் உள்ளீடு

ஆண்மை இயற்கையானது அல்லது நிலையானது அல்ல - அது சமூகத்தால் வடிவமைக்கப்படுகிறது என்பதை விளக்குவதன் மூலம் சுருக்கமாகக் கூறுங்கள். சிறுமிகளிடமும் பெண்களிடமும் சில நடத்தைகள், உணர்வுகள் எதிர்பார்க்கப்படுவது போலவே, சிறுவர்களுக்கும் ஆண்களுக்கும் சில வகையான நடத்தைகளை சமூகம் நிர்ணயித்துள்ளது. "மேலாதிக்க ஆண்மை" போன்ற சொற்களை அறிமுகப்படுத்தவும், அது சக்தி, கட்டுப்பாடு மற்றும் உணர்ச்சி அடக்குமுறை ஆகியவற்றுடன் எவ்வாறு தொடர்புடையது என்று கூறவும் இந்தத் தருணத்தைப் பயன்படுத்தவும்.
ஆண்மைகள் பலவகைப்பட்டவை என்ற உண்மையைச் சுருக்கமாகக் கூறவும்.

தெளிவாக, அனைத்து குழந்தைகளும் பெரியவர்களும் பச்சாதாபம், மரியாதை மற்றும் அக்கறை கொண்ட நல்ல மனிதர்களாக இருக்க வேண்டும் என்று சமூகம் எதிர்பார்க்க வேண்டும்.

படி 5: இறுதி குறிப்புகள்

"ஆண்மை என்பது நாம் கற்றுக்கொள்ளும் ஒன்று, நாம் அதைக் கற்றுக்கொள்வதால், அதை கேள்வி கேட்கவும் மாற்றவும் முடியும். எல்லா ஆண்களும் வர்க்கம், சாதி, இனம், திறமை மற்றும் பாலின அடையாளம் போன்ற அடையாளங்கள் மூலம் ஆண்மையை ஒரே மாதிரியாக அனுபவிப்பதில்லை. ஒரு ஆணைப் போலவோ அல்லது ஒரு பெண்ணைப் போலவோ இருப்பது முக்கியமல்ல, ஆனால் ஒரு நல்ல மனிதனாக இருப்பது முக்கியம் என்பதை அங்கீகரிக்க நம் குழந்தைகளுக்கும் குடும்பத்தினருக்கும் கற்பிக்க வேண்டும்."

செயல்பாடு 6B
ஆண்கள் மற்றும் ஆண்மை

குறிப்பு: *6.1 - 6.2*

30 நிமிடங்கள்

கருப்பொருள்:

ஆண்மை என்பது வெவ்வேறு ஆண்களால் அவர்களின் சமூக அடையாளங்களின் அடிப்படையில் வித்தியாசமாக அனுபவிக்கப்படுகிறது.

பயிற்சியாளரின் குறிப்பு:

சுருக்கமான விளக்கங்களுடன் 4 முதல் 6 எளிய எழுத்து அட்டைகளைத் தயாரிக்கவும். ஒவ்வொரு அட்டையும் ஒரு வித்தியாசமான மனிதனைக் குறிக்க வேண்டும், எடுத்துக்காட்டாக:

1. ஒரு தலித் துப்புரவுத் தொழிலாளி
2. புலம்பெயர்ந்த கட்டுமானத் தொழிலாளி
3. ஒரு சிறிய நகரத்தில் வசிக்கும் ஒரு திருநம்பி மனிதன்
4. மாற்றுத்திறனாளி மனிதன்
5. ஆதிவாசி விவசாயி
6. ஒரு பழமைவாத குடும்பத்தைச் சேர்ந்த கல்லூரி செல்லும் இளைஞன்

பயிற்சியாளர்களுக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1: பங்கேற்பாளர்களை சிறிய குழுக்களாகப் பிரிக்கவும்

ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒரு எழுத்து அட்டையைக் கொடுங்கள்.

படி 2: குழு விவாதம்

குழுக்களை அவர்களின் கதாபாத்திரத்தின் வாழ்க்கையை கற்பனை செய்து விவாதிக்கச் சொல்லுங்கள்*:*

1. இந்த நபருக்கு *"ஒரு ஆணாக இருப்பது" என்றால் என்ன?*
2. ஒரு ஆணாக அவர் என்ன வகையான அழுத்தங்களை எதிர்கொள்கிறார்*?*
3. அவரை மற்ற மனிதர்கள் அல்லது சமூகம் எப்படி நடத்துகிறது*?*
4. அவரால் உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்த முடியுமா, உதவி கேட்க முடியுமா அல்லது பலவீனத்தைக் காட்ட முடியுமா*?*
5. அவர் எந்த வகையான ஆண்மையைக் கொண்டுள்ளார்- மேலாதிக்கம், மாற்று அல்லது ஓரங்கட்டப்பட்டவர்*?* இந்த வெளிப்பாடுகள் அவரது சமூக இருப்பிடத்துடன் *(*சாதி, வர்க்கம், மதம், இயலாமை அல்லது பாலியல் போன்றவை*)* எவ்வாறு குறுக்கிடுகின்றன*?*

படி 3: குழு விளக்கங்கள்

ஒவ்வொரு குழுவும் தங்கள் விவாதத்தின் சுருக்கத்தை பெரிய குழுவிற்கு வழங்கும்.

படி 4: முழு குழு விவாதத்தை நடத்தவும்

பிரதிபலிப்பை வழிநடத்த இந்த முதன்மைக் கேள்விகளைப் பயன்படுத்தவும்:

- எல்லா ஆண்களும் ஆண்மையை ஒரே மாதிரியாக அனுபவிக்கிறார்களா?
- ஒரு ஆணாக இருப்பதற்கான "சரியான" வழி என்ன என்பதை யார் தீர்மானிக்கிறார்கள்?
- ஆண்மை என்ற ஆதிக்க எண்ணத்திற்கு பொருந்த முடியாத அல்லது பொருந்தாத ஆண்களுக்கு என்ன நடக்கும்?

படி 5: இறுதி குறிப்புகள்

ஆண்மை என்பது ஒரு-அளவு-அனைத்துக்கும்-பொருந்தும் என்ற கொள்கைக்கு ஒவ்வாது. இது சாதி, வர்க்கம், பிராந்தியம், மதம், இயலாமை மற்றும் பாலியல் ஆகியவற்றால் வடிவமைக்கப்படுகிறது. சில ஆண்கள் கொண்டாடப்படுகிறார்கள்; மற்றவர்கள் கேலி செய்யப்படுகிறார்கள் அல்லது விலக்கப்படுகிறார்கள். பல ஆண்மைகளை அடையாளம் காண்பதன் மூலம், ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் அதிக மரியாதைக்குரிய, சமமான மற்றும் புரிந்துகொள்ளும் சமூகங்களை நாம் உருவாக்க முடியும்.

செயல்பாடு 6C
பெண்மை அன்றும் இன்றும்" – காலப்போக்கில் ஏற்பட்ட மாற்றத்தை ஆராய்தல்

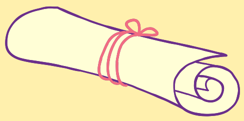
45
நிமிடங்கள்

குறிப்பு: *6.3*

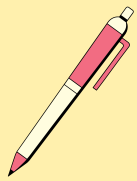
கருப்பொருள்:

பெண்மை எவ்வாறு சமூக ரீதியாக கட்டமைக்கப்பட்டுள்ளது என்பதையும், சமகால சமூகத்தில் அது எவ்வாறு உருவாகிறது என்பதையும் அடையாளம் காண பங்கேற்பாளர்களுக்கு உதவுதல்.

தேவையான பொருட்கள்



இரண்டு நெடுவரிசைகளாக பிரிக்கப்பட்ட சார்ட் பேப்பர்: "பாரம்பரிய பெண்மை" மற்றும் "வளர்ந்து வரும் பெண்மை"



மார்க்கர்கள்

பாரம்பரிய மற்றும் சமகால பாத்திரங்களில் பெண்களின் உதாரணங்களைக் காட்டும் படங்கள் அல்லது அட்டைகள் (விரும்பினால்)

பயிற்சியாளருக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1: சிறிய குழுக்களை உருவாக்கவும்

பங்கேற்பாளர்களை சிறிய குழுக்களாகப் பிரிக்கவும் (ஒரு குழுவிற்கு 4–6 உறுப்பினர்கள்).

படி 2: கலந்தாலோசிக்கும் செயல்பாடு

வ்வொரு குழுவையும் கலந்தாலோசித்து பெண்மையுடன் தொடர்புடைய பண்புகள் அல்லது எதிர்பார்ப்புகளை பட்டியலிடச் சொல்லுங்கள்:

- முதல் நெடுவரிசையில், கீழ்ப்படிதல், சார்பு, உணர்ச்சி ரீதியான தியாகம், வளர்ப்பு போன்ற பாரம்பரியமாக பெண்களுடன் தொடர்புடைய பண்புகளை எழுதுங்கள்.

இரண்டாவது நெடுவரிசையில், மீள்தன்மை, தலைமைத்துவம், டிஜிட்டல் கல்வியறிவு மற்றும் நிதி சுதந்திரம் போன்ற இன்றைய பெண்களிடம் காணப்படும் வளர்ந்து வரும் பண்புகளை எழுதுங்கள்.

படி 3: எடுத்துக்காட்டுகளைச் சேர்க்கவும்

இது போன்ற உதாரணங்களைச் சேர்க்க குழுக்களை ஊக்குவிக்கவும்:

- நியாயமான ஊதியம் கேட்டு போராடும் ASHA மற்றும் அங்கன்வாடி ஊழியர்கள்
- பெண்கள் தலைமையிலான குழுக்கள் மற்றும் சமூக நடவடிக்கைகள்
- அரசியல் அதிகாரத்தில் பெண்கள் - சர்பஞ்ச் / வார்டு தலைவர்கள்
- பெண் பேருந்து ஓட்டுநர்கள்.

படி 4: குழு பகிர்வு மற்றும் கலந்துரையாடல்

முழு குழுவையும் ஒன்றாகக் கொண்டு வாருங்கள். ஒவ்வொரு சிறிய குழுவையும் அவர்களின் சார்ட்டிலிருந்து சில முக்கிய புள்ளிகளைப் பகிர்ந்து கொள்ள அழைக்கவும். பின்வரும் கேள்விகளைப் பயன்படுத்தி ஒரு குழு விவாதத்தை வழிநடத்துங்கள்:

- **"பெண்மை குறித்த எந்த பாரம்பரிய கருத்துக்கள் இன்னும் உங்கள் சமூகத்தில் ஆதிக்கம் செலுத்துகின்றன?"**
- **"'பராமரிப்பின் மூலம் வலிமை' என்பது உங்களுக்கு என்ன அர்த்தம்?"**
- **"பெண்மை என்பது உறுதிப்பாடு மற்றும் சுதந்திரத்தை உள்ளடக்கியதாக இருக்க முடியுமா?"**

படி 5: பயிற்சியாளர் உள்ளீடு

இவ்வாறு கூறவும்: "பாலின பாத்திரங்கள் நிலையானவை அல்ல - அவை நம் குடும்பங்கள், சமூகங்கள் மற்றும் அரசியலில் என்ன நடக்கிறது என்பதன் அடிப்படையில் காலப்போக்கில் மாறுகின்றன. பாரம்பரிய பெண்மை பெரும்பாலும் மௌனம் அல்லது தியாகத்தைப் பற்றியதாக இருந்தபோதிலும், இன்று பல பெண்கள் பெண்பால் என்பதன் அர்த்தத்தை, வழிநடத்துவதன் மூலமும், எதிர்ப்பதன் மூலமும், நீதியைக் கோருவதன் மூலமும் மறுவடிவமைக்கிறார்கள்.

படி 6: இறுதி குறிப்புகள்

"பெண்மை என்பது ஒரு விஷயம் அல்ல. இது மென்மையானதாகவும், வலுவானதாகவும், அக்கறையுள்ளதாகவும், உறுதியானதாகவும் இருக்கலாம். பெண்கள் தங்களைத் தாங்களே வரையறுத்துக் கொள்ளும்போது அது சக்திவாய்ந்ததாகிறது. இந்த மாற்றத்தை நாம் கொண்டாடுவோம் - அக்கறை அல்லது உணர்ச்சியை நிராகரிப்பதாக அல்ல - ஆனால் சுதந்திரமாக தேர்ந்தெடுக்கப்படும்போது இந்த குணங்களே அவர்களின் பலங்கள் என்பதற்கான அங்கீகாரமாக."

செயல்பாடு 6D
"யாருடைய பெண்மை?" - ரோல் பிளே மூலம் பாலின விதிமுறைகளை மறுபரிசீலனை செய்தல்

30 நிமிடங்கள்

குறிப்பு: *6.3*

கருப்பொருள்:

வர்க்கம், சாதி மற்றும் தொழில் ஆகியவற்றைக் கடந்து பெண்மை எவ்வாறு வித்தியாசமாக உணரப்படுகிறது. அதை வலிமையின் ஆதாரமாக மீட்டெடுப்பது எப்படி.

தேவையான பொருட்கள்:

வெவ்வேறு எழுத்துக்கள் கொண்ட ரோல் கார்டுகள் *(கீழே காண்க)*

நடித்துக் காட்ட எளிய பொருட்கள் அல்லது முக்காடுகள் *(விரும்பினால்)*

பயிற்சியாளருக்கான படிப்படியான வழிமுறைகள்

படி 1: பொருட்களை முன்கூட்டியே தயார் செய்யுங்கள்

பின்வரும் எழுத்துக்களுடன் எளிய ரோல் கார்டுகளை உருவாக்கவும் (உள்ளூர் பொருத்தத்தின் அடிப்படையில் நீங்கள் மாற்றலாம்):

- ASHA பணியாளர் ஒருவர், ஊதிய உயர்வு கோரி போராட்டம் நடத்துகிறார்.
- பாலியல் துன்புறுத்தலுக்கு எதிராக இணையத்தில் பேசிய இளம் பெண் படைப்பாளி
- ஒரு கிராமப்புற பெண் கட்டாய திருமணத்தை விட்டு வெளியேற முடிவு செய்கிறாள்
- ஒரு வீட்டுப் பணியாளர் தனது முதலாளியுடன் ஊதியம் பேரம் பேசுகிறார்
- ஒரு மாணவி தனது கல்லூரியில் பாலியல் நகைச்சுவைகளை எதிர்கொள்கிறார்

படி 2: பங்கேற்பாளர்களை குழுக்களாகப் பிரிக்கவும்

4-5 சிறிய குழுக்களை உருவாக்கி, ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் ஒரு ரோல் கார்டை ஒதுக்கவும்.

படி 3: செயல்பாட்டை விளக்குங்கள்

குழுவிடம் இவ்வாறு சொல்லுங்கள்*:*

"ஒவ்வொரு குழுவும் தங்கள் அட்டையில் உள்ள பெண்ணின் வாழ்க்கையைக் காட்டும் ஒரு சிறிய காட்சியை நடிக்கும். ஒரு சவாலுக்கு அவள் எவ்வாறு பதிலளிக்கிறாள் அல்லது அவளுடைய பலத்தை எவ்வாறு வெளிப்படுத்துகிறாள் என்பதில் கவனம் செலுத்துங்கள். நீங்கள் ஆயத்தமாகி நடிக்க *5* நிமிடங்கள் வழங்கப்படும்*."*

படி 4: குழு நிகழ்ச்சிகள்

ஒவ்வொரு குழுவும் தங்கள் 1-2 நிமிட காட்சியை பெரிய குழுவிற்கு வழங்குகின்றன.

படி 5: ஒவ்வொரு காட்சிக்கும் பிறகு குழு பிரதிபலிப்பு

ஒவ்வொரு காட்சிக்கும் பிறகும், முழு குழுவிடமும் பின்வருவனவற்றைக் கேளுங்கள்:

- "இந்தப் பெண் தன் பெண்மையை எப்படி வெளிப்படுத்தினாள்?"
- "அவள் செயலற்றவளா அல்லது சக்திவாய்ந்தவளா?"
- "அவர் எதிர்கொண்ட சமூக சவால்கள் என்ன?"

படி 6: விவாதம் மேற்கொள்ளவும்

இந்த கேள்விகளைப் பயன்படுத்தி ஒரு குறுகிய குழு உரையாடலை வழிநடத்தவும்:

- **"பெண்மை எப்படி இருக்கும் என்ற உங்கள் கருத்துக்கு ஏதேனும் நடிப்பு சவாலாக இருந்ததா?"**
- **"அரவணைப்பும் எதிர்ப்பும் ஒன்றாக செயல்பட முடியுமா? எப்படி?"**
- **"எது 'பொருத்தமான' பெண்மை என்பதை யார் வரையறுக்கிறார்கள் - அந்த வரையறைகளிலிருந்து யார் பயனடைகிறார்கள்?"**

படி 7: இறுதி குறிப்புகள்

இவ்வாறு கூறவும்:
"பெண்மை என்பது பலவீனம் அல்ல - அது வளர்வதாகவும் தைரியமானதாகவும், அக்கறை கொண்டதும் உறுதியானதாகவும் இருக்கலாம். பெண்கள் தங்கள் பெண்மையை தாங்களே வரையறுத்துக் கொள்ளும்போது, அவர்கள் கட்டுப்பாட்டை மீறி தங்கள் அதிகாரத்தை மீட்டெடுக்கிறார்கள்.

எதிர்ப்பு, அரவணைப்பு மற்றும் கண்ணியம் ஆகிய அனைத்தும் அதிகாரத்தின் வடிவங்கள் ஆகும்."

அத்தியாயம் 7

ஆதாரங்கள் மற்றும் குறிப்புகள்

07.

ஆதாரங்கள் மற்றும் குறிப்புகள்

7.1 வீட்டிலிருந்து பணிபுரிபவர்களுக்கு பொருத்தமான பாலினம் தொடர்பான சட்டங்களும் கொள்கைகளும்

- சமூக பாதுகாப்பு குறியீடு, 2020 - அமைப்புசாரா மற்றும் வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களுக்கான விதிகள்
- பணியிடத்தில் பெண்களுக்கு எதிரான பாலியல் துன்புறுத்தல் (தடுப்பு, தடை மற்றும் தீர்வு) சட்டம், 2013 – அமைப்புசாரா தொழிலாளர்களுக்கான உரிமைகள் மற்றும் வழிமுறைகள்
- குடும்ப வன்முறையிலிருந்து பெண்களைப் பாதுகாக்கும் சட்டம், 2005 – பொருளாதார மற்றும் உணர்வு ரீதியான பாதுகாப்பிற்கான சட்டம்
- அமைப்புசாரா தொழிலாளர்களின் சமூக பாதுகாப்பு சட்டம், 2008 (இப்போது இணைக்கப்பட்டுள்ளது) - வரலாற்று முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது மற்றும் இன்னும் செயல்படுகிற திட்டங்கள்
- அமைப்புசாரா துறையில் பெண்களுக்கான பாதுகாப்பு மற்றும் சுகாதாரத்திற்கான தேசியக் கொள்கை (வரைவுகள் மற்றும் மாநில அளவிலான முயற்சிகள்)
- வீட்டு வேலைப் பற்றிய ILO ஒப்பந்தம் 177 - சர்வதேச தரம், இந்தியாவின் நிலைப்பாடு, வாதிடுதல் தொடர்பானது

7.2 ஆதரவு நிறுவனங்கள் மற்றும் ஹெல்ப்லைன்கள்

a. தேசிய/அகில இந்திய ஹெல்ப்லைன்கள்

- 181 – பெண்கள் உதவி எண்
- 1091 – பெண்களுக்கான போலீஸ் ஹெல்ப்லைன்
- 1098 – சிறார் உதவி எண் (துன்பத்தில் உள்ள குழந்தைகளுக்கு)
- ஒன் ஸ்டாப் சென்டர்கள் (OSC) மற்றும் மாவட்டம்/மாநிலம் வாரியான விவரங்கள்

b. மாநில மற்றும் உள்ளூர் நிறுவனங்கள் (மேலும் சேர்த்து ஒவ்வொரு பிராந்தியத்திற்கும் தனிப்பயனாக்கவும்)

- SEWA பாரத் மற்றும் மாநில அத்தியாயங்கள்
- ஹோம்நெட் தெற்காசியா (HNSA) நாட்டு அலுவலகங்கள்
- ஜகோரி, டெல்லி - சட்ட ஆலோசனைக்காக
- SNEHA, மும்பை – நகர்ப்புற ஏழை சமூகங்களுக்கான ஆதரவு
- SWATI, குஜராத் - கிராமப்புற பெண்களின் GBV மற்றும் வாழ்வாதார ஆதரவு

c. சட்ட மற்றும் சமூக ஆதரவு நெட்வொர்க்குகள் (மேலும் சேர்த்து ஒவ்வொரு பிராந்தியத்திற்கும் தனிப்பயனாக்கவும்)

- மாவட்ட சட்ட சேவைகள் ஆணைக்குழுக்கள் (DLSA)
- பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் மேம்பாட்டுத் துறை (WCD)
- காவல் துறை மகளிர் உதவி மையங்கள் மற்றும் பெண்களுக்கான சிறப்புப் பிரிவுகள்

7.3 பரிந்துரைக்கப்பட்ட வாசிப்புகள், வீடியோக்கள் மற்றும் கற்றல் கருவிகள்

a. குறுகிய வாசிப்புகள் (ஆங்கிலத்தில் மட்டும், தமிழ், இந்தி மற்றும் நேபாளி மொழிகளைச் சேர்க்கவும்)

- வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களின் உரிமைகள் குறித்த HNSA வின் கையேடுகள்
- அமைப்புசாரா பெண் தொழிலாளர்களுக்கான வேலை மற்றும் கண்ணியம் குறித்த SEWA வின் வழிகாட்டல்கள்
- பாலினம் மற்றும் முறைசாரா தன்மை பற்றிய ISST கொள்கை சுருக்கங்கள்
- "உலகளவில் வீட்டுப்பணியாளர்கள்" - ILO/WEIGO அறிக்கைகள்
- பெண்களுடன் தொடர்புடைய ILO ஒப்பந்தங்களின் இலகுவாக வாசிக்கக்கூடிய சுருக்கம்

b. வீடியோக்கள் மற்றும் ஆவணப்படங்கள்

- "பெண்கள் நின்றால், உலகம் நிற்கும்" – கண்ணுக்குத் தெரியாத பெண்களின் உழைப்பு பற்றிய குறும்படம்
- "நயே தௌர் கி நயி நாரி" – பாலினம் மற்றும் வேலை குறித்த ஜாகோரியின் வீடியோ தொடர்
- " மாற்றம் ஏற்படுத்துவோம்" (ஹோம்நெட் தெற்காசியா) – வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் தொழிலாளர்களின் கூட்டுறவுகளைப் பற்றி
- PWDVA, POSH போன்ற சட்டங்களை விளக்கும் உள்ளூர் மொழி வீடியோக்கள்

c. ஊடாடும் கருவிகள் மற்றும் செயல்பாடுகள்

- பாலின பங்கு அட்டவணை பயிற்சிகள் (SEWA/ISST கையேடுகள்)
- உடல் மேப்பிங் மற்றும் பாதுகாப்பு மேப்பிங் கருவிகள்
- போலி பேச்சுவார்த்தை அல்லது போலீஸ் புகார் தாக்கல் செய்வதற்கான ரோல் ப்ளே ஸ்கிரிப்ட்கள்
- பாலின வன்முறை மற்றும் வேலை உரிமைகள் பற்றிய சமூக நாடக வீடியோக்கள்

இணைப்பு 1

அத்தியாயம் 1
SECTION 1.3 Introduction and Setting the Tone - Tod Tod Ke Bandhano Ko
https://www.youtube.com/watch?v=GKJKQXwrG5Y&t=2s

அத்தியாயம் 2
செயல்பாடு 2B: கதைசொல்லல் மூலம் செயலாண்மையை பிரதிபலிப்பது
வீடியோ 1 - https://www.youtube.com/watch?v=fViaDJParBU

அத்தியாயம் 4
செயல்பாடு 4A: "யார் என்ன செய்கிறார்கள்?" - பாலின பாத்திரங்கள், உழைப்பின் பாலின பிரிவு மற்றும் ஊதிய இடைவெளிகளைப் புரிந்துகொள்வது
Video - Https://youtu.be/_rgmvjPg_QA?si=roaSIK0UjUhcTRTN

செயல்பாடு 4B: "யார் முடிவு செய்வது?" - அன்றாட வாழ்க்கையில் பாலின சமத்துவம்
வீடியோ 1- https://youtu.be/9HkIP4YkXu4?feature=shareo 2d
வீடியோ 2 - https://youtu.be/ItEBXbdIiVA?feature=shared

செயல்பாடு 4E: பணியிடத்தில் பாலியல் துன்புறுத்தலைப் புரிந்துகொள்வது
வீடியோ 1 - Tea Consent Video
வீடியோ 2 - https://youtu.be/vVvOp4I9r20?feature=shared
வீடியோ 3 - https://youtu.be/YVkSbgqYIgc?feature=shared
வீடியோ 4 - https://www.youtube.com/watch?v=GscQIVJK4YQ

செயல்பாடு 4F: செயல்பாடு: நமது உடல்கள், நமது ஆசைகள் மற்றும் நமது செயலாண்மையைப் புரிந்துகொள்வது
வீடியோ - பாலியல் தடை அல்ல – வீடியோ இணைப்பு

இணைப்பு II: இந்தியாவில் பெண்களின் நிலை

Table 01 : முக்கிய அரசியலமைப்பு ஏற்பாடுகள்

விதி / ஏற்பாடு	விளக்கம்
விதி 14	சட்டத்தின் முன் அனைவரும் சமம் என்பதையும் பெண்கள் சார்ந்த குற்றங்களுக்கு எதிரான பாதுகாப்பையும் உறுதி செய்கிறது.
விதி 15	பாலினம் உள்ளிட்ட பல்வேறு அடிப்படைகளில் பாகுபாடு காட்டப்படுவதை தடை செய்கிறது. விதி 15 (3) பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான சிறப்பு ஏற்பாடுகளை அனுமதிக்கிறது,
விதி 16	சமமான வேலை வாய்ப்புகளை உறுதி செய்து, பொது வேலை வாய்ப்புகளில் பாகுபாட்டைத் தடுக்கிறது.
விதி 39	வாழ்வாதாரத்திற்கான சம உரிமைகளையும், ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் சம வேலைக்கு சம ஊதியத்தையும் உறுதி செய்கிறது.
விதி 42	நியாயமான மற்றும் மனிதாபிமான வேலை நிலைமைகளையும் மகப்பேறு விடுப்பையும் கட்டளையிடுகிறது.
விதி 243	கிராம பஞ்சாயத்துகளில் பெண்களுக்கு இட ஒதுக்கீடு செய்து, கிராமப்புற பெண்களுக்கு அதிகாரம் அளிக்கிறது.

Table 02 : முக்கிய புள்ளிவிவரங்கள் (இந்தியா, 2024)

வகை	தரவு
பெண் கல்வியறிவு விகிதம் (2022)	70.3% (கேரளா: 95.3%, பீகார்: 61.8%)
பிரசவத்தின்போது இறப்பு விகிதம் (2023)	100,000 பிறப்புகளுக்கு 80 இறப்புகள்
பெண் தொழிலாளர் பங்கேற்பு (2023–24)	41.70%
பெண்களுக்கு சொந்தமான வங்கிக் கணக்குகள் (2023)	39.2% (கிராமப்புறம்: 42.2%)
மக்களவையில் பெண்கள் (2024)	13.6% (543 MP-களில் 74 பேர்)
பதிவான கற்பழிப்பு வழக்குகள் (2021)	31,677 (சராசரியாக ஒரு நாளைக்கு 86)
சுபத்ரா யோஜனா (ஒடிசா, 2024)	EWS பெண்களுக்கு ஐந்து ஆண்டுகளுக்கு ₹50,000 (21– 60 வயது)

Table 03 : முக்கிய சட்டங்கள்

1	பெண்களின் பாதுகாப்பை உறுதி செய்யும் சட்டங்கள்
2	வரதட்சணை தடுப்புச் சட்டம், 1961
3	குடும்ப வன்முறையிலிருந்து பெண்களைப் பாதுகாக்கும் சட்டம், 2005
4	சதி ஆணையம் (தடுப்பு) சட்டம், 1987
5	ஒழுக்கக்கேடான வணிகம் (தடுப்பு) சட்டம், 1956
6	சிவில் நடைமுறைச் சட்டம், 1973
7	இந்திய தண்டனைச் சட்டம், 1860
8	இந்து திருமணச் சட்டம், 1955
9	குழந்தை திருமண தடுப்பு சட்டம், 1929
10	மருத்துவ கருக்கலைப்பு சட்டம், 1971
11	தேசிய மகளிர் ஆணையச் சட்டம், 1990
12	குறைந்தபட்ச ஊதியச் சட்டம், 1948
13	கொத்தடிமை தொழிலாளர் முறை (ஒழிப்பு) சட்டம், 1976
14	சிறப்பு திருமணச் சட்டம், 1954
15	வெளிநாட்டு திருமணச் சட்டம், 1969
16	இந்திய விவாகரத்து சட்டம், 1869
17	பெண்களின் அநாகரீகமான பிரதிநிதித்துவம் (தடை) சட்டம், 1986
18	பாதுகாவலர்கள் மற்றும் வார்டுகள் சட்டம், 1869
19	சம ஊதியச் சட்டம், 1976

இணைப்பு III: நிலையான இயக்க நடைமுறை (SOP): வீட்டிலிருந்து பணிபுரியும் பெண்களுக்கான பாலினப் பயிற்சியில் பாலியலை நிவர்த்தி செய்தல்

குறிக்கோள்:
பெண்களுடன் பாலின பயிற்சி அமர்வுகளின் போது பாலியல் பற்றி விவாதிக்கும்போது மரியாதைக்குரிய, பாதுகாப்பான மற்றும் பாரபட்சமற்ற சூழலை உறுதி செய்தல், தலைப்பைச் சுற்றியுள்ள கலாச்சார, சமூக மற்றும் தனிப்பட்ட உணர்திறன்களை அடையாளம் காணுதல்.

1. அமர்வுக்கு முந்தைய முன்னேற்பாடு

- **சூழலைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்**: பாலியல் தொடர்பான உள்ளூர் விதிமுறைகள், நம்பிக்கைகள் மற்றும் தடைகளை ஆராய்ச்சி செய்யுங்கள், குறிப்பாக HBW பெண்கள் பிரதிநிதித்துவப்படுத்தும் சமூகங்களில்.
- **நம்பிக்கையை உருவாக்குங்கள்**: முதல் அமர்வில் பாலியல் பற்றி பேசக்கூடாது. தலைப்பை அறிமுகப்படுத்துவதற்கு முன்பு முந்தைய அமர்வுகளில் ஒரு பாதுகாப்பான குழுவை உருவாக்கி நல்லுறவை ஏற்படுத்தவும்.
- **நிறுவனத் தலைவர்களுடன் கலந்தாலோசிக்கவும்**: சமூகத் தலைவர்கள் அல்லது பெண்களின் குழு பிரதிநிதிகளுடன் பொருத்தமான மொழி, தொனி மற்றும் விவாதத்தின் ஆழம் பற்றி கலந்தாலோசிக்கவும்.
- **பொருட்களை கவனமாக தயார்படுத்தவும்**: கலாச்சார ரீதியாக உணர்திறன்மிக்க, தெளிவான மற்றும் தீர்ப்பளிக்காத மொழியைப் பயன்படுத்தவும். காட்சிகள் மரியாதைக்குரியதாகவும் தொடர்புபடுத்த எளிதாகவும் இருக்க வேண்டும்.
- **அடிப்படை விதிகளை அமைக்கவும்**: இரகசியத்தன்மையுள்ள, தீர்ப்பளிக்காத மற்றும் கடத்தும் உரிமையுள்ளவற்றை (அதாவது, பதில் அல்லது பகிர்வு அல்ல) சேர்க்கவும்.

2. அமர்வின் போது

- **பாதுகாப்பான இடத்தை உருவாக்குங்கள்:** அடிப்படை விதிகளை மறுபரிசீலனை செய்வதன் மூலமும், அனைத்து அனுபவங்களும் அடையாளங்களும் செல்லுபடியாகும் மற்றும் மதிக்கப்படும் என்பதை பங்கேற்பாளர்களுக்கு நினைவூட்டுவதன் மூலமும் தொடங்கவும்.
- **எளிய, மரியாதைக்குரிய மொழியைப் பயன்படுத்தவும்:** மருத்துவ வாசகங்கள் அல்லது அதிகப்படியான கல்வி சொற்களைத் தவிர்க்கவும். பழக்கமான உருவகங்கள் மற்றும் அன்றாட உதாரணங்களைப் பயன்படுத்தவும்.
- **தன்னார்வ பகிர்வை ஊக்குவிக்கவும்:** தனிப்பட்ட அனுபவங்களைப் பற்றி பேச யாரையும் கட்டாயப்படுத்த வேண்டாம். அனைத்து பங்களிப்புகளையும் உணர்திறனுடன் உறுதிப்படுத்துங்கள்.
- **அன்றாட யதார்த்தங்களுக்கான இணைப்பு:** உடல் சுயாட்சி, உடல்நலம், உறவுகள், வேலை, பாதுகாப்பு மற்றும் உரிமைகள் ஆகிய HBW பெண்கள் தொடர்பான பிரச்சினைகளுடன் பாலியலை இணைக்கவும்-.
- **பன்முகத்தன்மையை ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்:** பாலியல் என்பது பலவிதமான அடையாளங்கள், நோக்குநிலைகள் மற்றும் வெளிப்பாடுகளை உள்ளடக்கியது என்பதை அங்கீகரிக்கவும். வேற்றுமை அல்லது பைனரி பாலின விதிமுறைகளை அனுமானிக்க வேண்டாம்.
- **குழு சக்தியைக் கண்காணிக்கவும்:** அசௌகரியம், கிண்டல் அல்லது மௌனமாக்குதல் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள். மரியாதையைக் காத்துக்கொள்ள மென்மையாகவும் அதே சமயம் உறுதியாகவும் தலையிடுங்கள்.

3. ப்பு அல்லது அசௌகரியத்தைக் கையாளுதல்

- **தலைப்பை இயல்பாக்குங்கள்:** பாலினம் மற்றும் உடல் உரிமைகளில் பாலியல் ஏன் ஒரு முக்கிய பகுதியாக உள்ளது, அது உடல்நலம், ஒப்புதல் மற்றும் வன்முறையுடன் எவ்வாறு இணைகிறது என்பதை விளக்குங்கள்.
- **பச்சாத்தாபத்துடன் பதிலளிக்கவும்:** யாராவது உணர்ச்சிவசப்பட்டால் அல்லது எதிர்த்தால், தலைப்பை நிராகரிக்காமல் அவர்களின் உணர்வுகளை சரிபார்க்கவும்.

4. அமர்வுக்குப் பிந்தைய பின்தொடர்தல்

- **பங்கேற்பாளர்களுடன் பேசவும்***:* மன உளைச்சலுக்கு ஆளாகியிருக்கும் அல்லது குறிப்பாக பாதிக்கப்பட்ட எவரையும் தனிப்பட்ட முறையில் பின்தொடரவும்.
- **பரிந்துரைகளை வழங்குங்கள்***:* ஆலோசகர்கள், சுகாதாரப் பணியாளர்களின் தொடர்புத் தகவல்கள் அல்லது ஹெல்ப்லைன்கள் இருந்தால் அவற்றை வழங்கவும்.
- **இணை ஏற்பாட்டாளர்களுடன் கலந்துரையாடல்***:* எது நன்றாக நடந்தது மற்றும் எதிர்கால அமர்வுகளுக்கு எதை சரிசெய்து கொள்ள வேண்டும் என்பதைப் பற்றி சிந்தியுங்கள்.

5. செய்ய வேண்டியவை மற்றும் செய்யக்கூடாதவை சுருக்கம்

செய்ய வேண்டியவை	செய்யக்கூடாதவை
மரியாதைக்குரிய, பாரபட்சமற்ற மொழியைப் பயன்படுத்துவது	வெட்கக்கேடான அல்லது தார்மீக மொழியைப் பயன்படுத்துவது
மௌனம் அல்லது தயக்கத்தை மதித்தல்	பகிர்வதற்கு அல்லது ஈடுபடுவதற்கு பங்கேற்பாளர்களை வற்புறுத்தல்
அன்றாட வாழ்க்கை அனுபவங்களுடன் தொடர்புபடுத்துதல்	உலகளாவிய அனுபவங்களை அல்லது விதிமுறைகளை கருதுதல்
உண்மையான, உரிமைகள் அடிப்படையிலான தகவலை வழங்குதல்	கட்டுக்கதைகள், நடைமுறைக்கு ஒவ்வாதவை அல்லது தடைகளைப் பரப்புதல்
இரகசியத்தன்மை மற்றும் பாதுகாப்பைப் பேணுதல்	மன உளைச்சல் அல்லது மோதலின் அறிகுறிகளைப் புறக்கணித்தல்

குறிப்புகள் :

குரல்
பணி
சக்தி

பயிற்சி மனு மூலம்

ISST

Homenet SOUTH ASIA