

## ARTICLE

## কিশোর-মনে পর্নোগ্রাফির প্রভাব ও যৌনশিক্ষার অভাব

## The Impact of Pornography on the Adolescent Mind and Lack of Sex Education

(For English translation of the article, please scroll below)



অব্রা ঘোষাল (বিধাননগর কলেজ)

By Abhra Ghoshal

Bidhannagar College, Kolkata

আজকালকার এই তথ্য-প্রযুক্তিময় দ্রুতগতির জীবনে ইন্টারনেট একটি অবিচ্ছেদ্য অঙ্গ। আট থেকে আশি, যে-কেউ অতি সহজেই ইন্টারনেট পেয়ে যেতে পারে মাত্র কিছু মূল্যের বিনিময়ে। কিন্তু এখানে উল্লেখযোগ্য বিষয়টা হলো, সব মুদ্রারই দুটো পিঠ থাকে। এই দুইয়ের এক পিঠ যেমন ঝলমলে, উজ্জ্বল এবং জৌলুসময়; তেমনি আর-এক পিঠ অতীব সঁাতসঁাত, অন্ধকার এবং কুয়াশাচ্ছন্ন। আর এই সঁাতসঁাতে-অন্ধকার পিঠের একটা অন্যতম ভয়াবহ দিক তথা পর্নোগ্রাফি নিয়ে আমার এই আলোচনা।

আজকের যুগে পর্নোগ্রাফির সহজলভ্যতার পেছনে অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ কারণ হলো ইন্টারনেটের সহজলভ্যতা। যে কেউ যে-কোনো জায়গা থেকে, বয়সের সীমারেখার পরোয়া না করে অতি সহজেই পেয়ে যেতে পারে পর্নোগ্রাফির একের-পর-এক ঠিকানা। আর এর সবচেয়ে বেশি কুপ্রভাব পড়ে শিশু-কিশোরদের মনে। বিভিন্ন গবেষণায় জানা যাচ্ছে, যে পর্নোগ্রাফির প্রতি অনিয়ন্ত্রিত আসক্তি একটা সময় পর আমাদের স্বভাবের অংশ হয়ে যায় ও কালক্রমে নেশায় পরিণত হয়। আর এর ফলে আরও পরে মস্তিষ্ক-বিকৃতি, একাকীত্ব, বিষণ্ণতাসহ নানাবিধ জটিল মানসিক সমস্যা সৃষ্টি হওয়ার প্রবল সম্ভাবনা তৈরি হয়।

জিন ম্যাককনেল এবং কীথ ক্যাম্পবেল পর্নোগ্রাফির প্রতি আসক্তিকে পাঁচটি স্তরে বিভক্ত করার চেষ্টা করেছেন।

প্রাথমিক পর্যায়ে অধিকাংশ মানুষই অত্যন্ত কম বয়স থেকে সামান্য একটু উত্তেজনা লাভের আশায় পর্নোগ্রাফির প্রতি আসক্ত হতে শুরু করেন। তারা বুঝতেও পারেন না কখন এই অভ্যাস তাদের স্বভাবের সঙ্গে সম্পৃক্ত হতে শুরু করেছে।

দ্বিতীয় পর্যায়ে এই আসক্তি নেশায় রূপান্তরিত হয়। মানুষ বারবার ফিরে আসে এই অন্ধকার জগতে। আর পর্নোগ্রাফিকে বানিয়ে তোলে দৈনন্দিন জীবনের অংশ। এ এক অত্যন্ত জটিল অবস্থা। তৃতীয় পর্যায়ে এই নেশা ক্রমশ বাড়তে থাকে। প্রথম-প্রথম যে-সমস্ত দৃশ্য একজনকে বিচলিত করতো, এই পর্যায়ে সেই সকল দৃশ্য তার জন্যে অপরিহার্য হয়ে ওঠে।

পঞ্চম তথা অন্তিম পর্যায়ে যখন একজন মানুষ এসে পৌঁছায়, ততোদিনে সে ভয়াবহতার শিখর চুম্বন করে ফেলে। এই পর্যায়ে একজনের আর পর্দায় আটকে থাকতে মন চায় না। সে তার যাবতীয় কামনা-বাসনা চরিতার্থ করতে হাত বাড়তে চেষ্টা করে বাস্তব দুনিয়ায়। আর এই কারণেই এই পর্যায়ে এতোখানি ভয়াবহ। এই পর্যায়ে সে তার নিকটস্থ ব্যক্তিসহ সমগ্র সমাজের পক্ষে অত্যন্ত ক্ষতিকর হয়ে ওঠে। কাজেই, আশা করি, পর্নোগ্রাফির ভয়াবহতা সম্পর্কে পাঠকদের এখন অজানা কিছুই নেই। এখন আরও কিছু গুরুত্বপূর্ণ আলোচনায় আসা যাক।

শিশু-কিশোরদের মধ্যে পর্নোগ্রাফির প্রতি আসক্তি তৈরি হওয়ার পেছনে দু-রকম কারণ চিহ্নিত করা যায়। প্রথমটি জৈবিক এবং দ্বিতীয়টি সামাজিক।



জৈবিক কারণ বলতে গেলে অবশ্যই বলতে হয় উঠতি বয়সে শরীরে সেরোটনিন, অক্সিটোসিন এবং ডোপামিন হরমোনের অত্যধিক ক্ষরণ এবং তার ফলে নিউরোট্রান্সমিটারগুলিতে পৌঁছাতে-থাকা বিরামহীন উদ্দীপনা।

কিন্তু এই নিয়ে আমি এর বেশি আলোচনা করছি না। আমার আলোচনা সীমাবদ্ধ থাকবে, মূলত, সামাজিক কারণগুলির মধ্যে।

এই সমস্যা কিশোর এবং কিশোরী উভয়ের ক্ষেত্রেই দেখা দেয়। তারা তাদের শরীরে বিভিন্ন পরিবর্তন দেখতে পায় ঠিকই, কিন্তু সেগুলির সঠিক বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা পায় না কারো কাছ থেকে। লজ্জা এবং ভীতি নামক দুটি অত্যন্ত কঠিন শেকল তাদেরকে কোনোরকম প্রশ্ন করা থেকে বিরত রেখে দেয়। ছোটবেলা থেকেই এই সব বিষয় নিয়ে প্রশ্ন করার ক্ষেত্রে নিষেধাজ্ঞা জারী করে দেন বাবা-মা সহ বাড়ির অন্যান্য অভিভাবকগণ।

আর এর ফলে অতি স্বাভাবিকভাবেই তৈরি হয় নিষিদ্ধ বস্তুর প্রতি তীব্র আকর্ষণ। আর এখান থেকেই শুরু হয় পর্নোগ্রাফির প্রতি আসক্তি। উঠতি বয়সের দুরন্ত 'অ্যাড্রিনালিন রাশ'।

বাবা-মায়েরাই তাঁদের সন্তানদেরকে এই বিপদ থেকে উদ্ধার করার ক্ষেত্রে সর্বাধিক গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা গ্রহণ করতে পারেন, বা বলা ভালো, করা উচিত। সমাজবদ্ধতা আমাদের, তথা, আধুনিক মানুষের সহজাত প্রবৃত্তি। কিন্তু পর্নোগ্রাফির প্রতি আসক্তি কিশোর-কিশোরীদের এই সহজাত প্রবৃত্তিকে নষ্ট করে দেয়। তাই, বাবা-মায়েদের উচিত তাঁদের সন্তানদের সঙ্গে খোলাখুলি এই সমস্ত সমস্যাগুলি নিয়ে আলোচনা করা। ছেলেমেয়েকে যৌনতা সম্বন্ধে শুচবায়ুগ্রস্ত করে তুললে দিনের শেষে ক্ষতি বৈ লাভ নেই কোনো। প্রত্যেক মা-বাবাকে বুঝতে হবে যে, ছেলেমেয়েরা তাঁদের আশ্রয়কেই নিজেদের সবচেয়ে সুরক্ষিত ঠাঁই বলে মনে করে। কিন্তু তথাকথিত লজ্জা এবং ভয়ের কারণে তাদের মনের মধ্যে চলতে-থাকা নানাবিধ জটিলতাকে তারা বাবা-মায়ের সঙ্গে ভাগ করে নিতে পারে না।

আর এই ভয় সারাজীবনের মতো একজন কিশোর বা কিশোরীকে তাড়া করে বেড়ায়। কাজেই, বাবা-মায়ের উচিত তাঁদের সন্তানদের সঙ্গে বসে কথা বলা; সন্তানদের গতিবিধির ওপর নজর রাখা; তাদের ওপর কোনোরকম মানসিক চাপ তৈরি না করে বন্ধুর মতো মেশা।

বাবা-মায়েদের উচিত, শত ব্যস্ততার মাঝেও দিনের কয়েক ঘন্টা তাঁদের সন্তানদের সঙ্গে কাটানো। মুখোমুখি বসে কথা বললে অনেক জটিলতা অতি সহজেই কেটে যেতে পারে। প্রতিটি বাবা-মায়ের তাঁর সন্তানকে বোঝানো উচিত যে যৌনতা অত্যন্ত স্বাভাবিক একটি বিষয় এবং এই নিয়ে অহেতুক মাতামাতি করার কিংবা একে 'পাপ' বা 'অন্যায়' হিসেবে গণ্য করার মধ্যে কোনো যুক্তি নেই। জীবনে মল-মূত্র ত্যাগ যতোটা জরুরি, যৌনতাও ঠিক ততোটাই জরুরি। কিন্তু যৌনতা বোঝার বা জানার জন্য পর্নোগ্রাফি কোনোদিনই সঠিক মাধ্যম হতে পারে না। কারণ দিনের শেষে এটাই সত্য যে, পর্নোগ্রাফিতে যৌনবিজ্ঞানকে বিকৃত করে দেখানো হয় যা মোটেই স্বাস্থ্যকর কোনো বিষয় নয়।





In today's fast-paced information-based life, the Internet is an inseparable part of existence. Anyone from eight years to eighty can easily access the Internet for just a few rupees. But the notable thing here is that just like every coin has two sides, the Internet also has its pros and cons. On the one hand the fast-paced Internet is informative, entertaining, sparkling bright and glamorous while on the other, the possibilities on the World Wide Web can very well make the experience quite dark and foggy. One of the terrible aspects of this dark and gloomy side of the freely accessible Internet space is pornography.

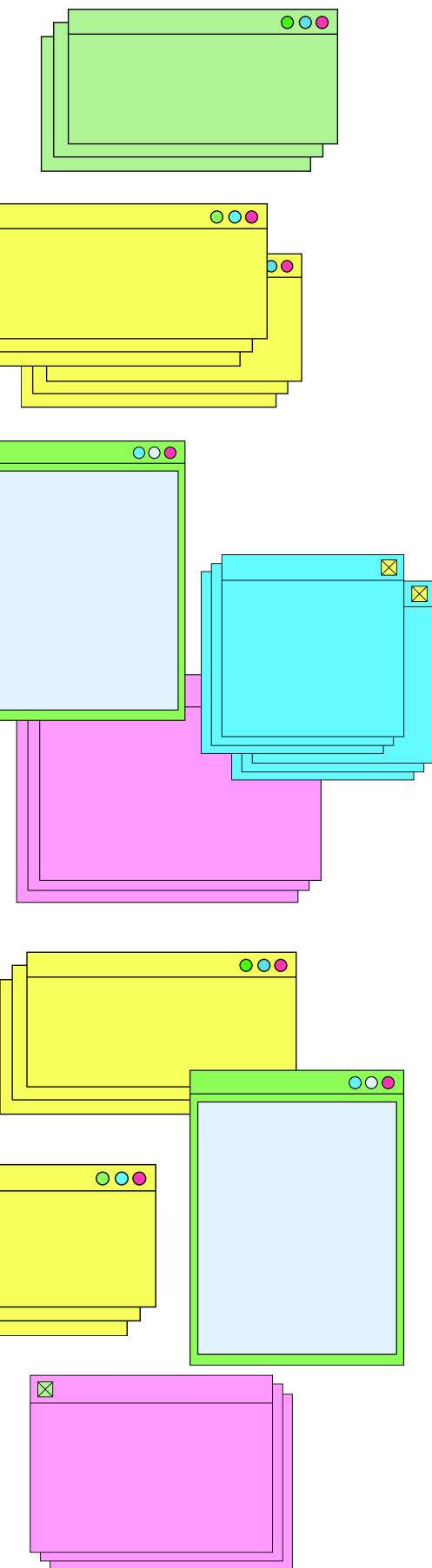
Anyone can easily find one porn site after another irrespective of any geographical location and regardless of age. This exposure is most harmful for children and adolescents as it impacts their impressionable minds. Various studies have shown that uncontrolled addiction to pornography becomes a part of our nature after a while and over time, it turns into an addiction. The result is that there is a strong possibility of developing various complex mental problems including brain deformation, loneliness, depression etc. later on.

Gene McConnell and Keith Campbell have tried to divide pornography addiction into five stages.

In the initial stage, most people start getting addicted to pornography in the hope of getting a little excitement. They do not even realise when this habit starts getting internalised and starts getting associated with their basic nature. In the second stage, this habit turns into proper addiction. People return to this dark world again and again, viewing pornography as part of their daily life. This becomes a complex situation at this stage. In the third stage, this addiction gradually increases. At first, all the scenes that disturbed a person, at this stage, they become indispensable for him. From the fourth stage, the impact starts increasing. At this stage, a person gradually starts losing sensitivity towards the acts and after a while, inertia swallows him. A person watches a lot of porn, and is no longer excited like before.

Furthermore, when a person reaches the fifth and final stage, he touches the worst stages of impact. At this stage, one no longer wants to be stuck on the screen. The person tries to reach out to the real world to fulfil all his cultivated desires. At this stage, the person becomes extremely harmful to the people close to him and by default, to the entire society.





Two reasons can be identified behind the development of addiction to pornography among children and adolescents. The first is biological and the second is social. When talking about biological reasons, of course, we have to say the excessive secretion of serotonin, oxytocin and dopamine hormones in the body at a young age and the resulting continuous stimulation reaching the neurotransmitters. But I will not be discussing this point further. My discussion will be limited mainly to social factors.

The lack of proper sex education in our Indian society is rampant. Children grow and change physically, but mental changes are delayed due to the lack of proper sex education. This problem occurs in both boys and girls. They see various changes in their bodies, but they do not get a proper scientific explanation for them from anyone. Two extremely difficult chains called 'shame' and 'fear' prevent them from asking any questions. Parents and other guardians of the house prohibit asking questions about these things from childhood. As a result, a strong attraction towards forbidden things is naturally created. From here begins the high likelihood of addiction to pornography. The fierce 'adrenaline rush' of adolescence adds fuel to the fire.

Parents can, or should, play the most important role in rescuing their children from this danger of addiction. Socialization is a human instinct. But addiction to pornography destroys this instinct of teenagers. Therefore, parents should discuss all these problems openly with their children.

Every parent should understand that children consider their shelter as their safest place. But due to the so-called shame and fear, they cannot share the various complications going on in their minds with their parents. And this fear haunts a teenager or teenagers for the rest of their life. Therefore, parents should sit and talk with their children; keep an eye on their their movements; don't put any pressure on them and try to be friendly with them at all times. Parents should spend a few hours a day with their children despite their busy schedule. Many complications can be easily resolved by talking face-to-face. Every parent should explain to their child that sex is a very natural thing and there is no point in making unnecessary fuss about it or considering it a 'sin' or 'unjust'. As important as defecation is in life, sex is equally important. But pornography can never be the right medium to understand or know about sex or sexual relationships. At the end of the day we should understand that pornography distorts the viewer's sense of sexology, which is not a healthy outcome for anyone.