

நிறுவநர் நிகைவுநாள் - 2016



அமரர் கலாநிதி அன்னையுடைய சின்னத்தையி

நிகைவுப் பேருரை - 10

2016

**பதினம் வயதும் பிரச்சினைகளும்
அவற்றைக் கையாளுதலும்**

நிகைவுப் பேருரையாளர்:

கலாபூஷணம் திருமதி. கோகிலா மகேந்திரன்,

நிபுணந்நுவ ஆலோசகர்

உள சலுகவள நிலையம்

வடக்கு மாகாண கல்வி அமைச்சு

வாழ்வகம்

விழிப்புல வலுவிறந்தோர் கில்லம் - சுன்னாகம்

11.09.2016

வாழ்வக அன்னை துதி

பல்லவி

ஒளி காட்டியே எங்கள் வழிகாட்டியே தெளிவோடு
வழிசேர்த்த வழிகாட்டியே

அனுபல்லவி

அன்னை அன்னலட்சுமியைப் போற்றுவோம்
அவர் நினைவிலெமை உரு வாக்குவோம்.

(ஒளிகாட்டியே...)

சரணங்கள்

பார்வையிலா மனிதரென்ன நடைப்பிணங்களா
பாரிலவர்க் குதவிடுவோர் எவரும் இல்லையா
ஆர் வருவார் என்றிருந்த வேளையிலே
ஆதரிக்க அன்னை வந்தார் கடவுள்போலவே

(ஒளி காட்டியே...)

கல்வி தந்தார் கவின் கலைகள் பயிற்றுவித்தார்
கண்போலக் காத்தவையில் முந்தவைத்தார்
பல்விதமாய்த் தொழில் பலவும் கற்றுயர்ந்தே
பண்புநிறை இன்பவாழ்வை எமக்களித்தார்.

(ஒளி காட்டியே....)

வாழ்வகமாம் கனிமரத்தை நாட்டிவைத்தார் - அதில்
வந்தமரும் குஞ்சுகளுக்கு ஊட்டிவிட்டார்
ஆள் உலகை என்றுதெம்பாய் ஆசிகூறி
ஆற்றலராய் உலகில்நட மாடவைத்தார்.

(ஒளி காட்டியே....)

அன்னையாகினார் எங்கள் தந்தையாகினார்
ஆதரித்து அருளுகின்ற தெய்வமாகினார்
பின்னை யாவரும் போற்றும் வண்ணமாய்
எம்மையாக்கினார் அன்ன லட்சுமி அன்னை.

வாழ்வகத் தலைவரின் செய்தி....



தசாப்த நிறைவில்

எமது நிறுவனத்தின் தாயாய் தெய்வமாய் நின்று ஆசீர்வதித்துக் கொண்டிருக்கின்ற அமரர் கலாநிதி அன்னலட்சுமி சின்னத்தம்பி அவர்கள் இறைபதமெய்திப் பத்தாண்டுகள் நிறைவாகிவிட்டன. அந்த ஒப்பற்ற அன்னையின் வழி நின்று அவர் விட்டுச்சென்ற பணிகளைத் தொடரும் பேறு பெற்றமையையிட்டுப் பெருமிதங் கொள்கின்றேன். இந்த நீண்ட காலப்பகுதியிலே நான் ஆற்றிய பணிகள், அவற்றின் பலாபலன்கள் யாவற்றையும் என்னை ஆளாக்கிய அந்த அன்னைக்கும் ஆண்டவனுக்கும் காணிக்கையாகுவதில் மனநிறைவுகொள்கின்றேன்.

இந்தப் பெரும் பணியிலே எனக்குத் தோள்கொடுத்து உதவிய, உதவுகின்ற நேசத்துக்குரிய நிர்வாக அங்கத்தவர்கள், பாசத்துக்குரிய உறவுகள் யாவருக்கும் என் ஆழ்மனதில் ஊற்றெடுக்கும் அன்பையும் நன்றிகளையும் உரித்தாக்குகின்றேன். அறிவே பலம், அறிவே வளம், அறிவே அனைத்தும் என்பதே இன்றைய உலகின் சித்தாந்தமாயுள்ளது. இதற்கமைய எமது பிள்ளைகளை அறிவும் ஆற்றலுமுடையவர்களாக்கும் எமது முயற்சியில் நாம் பல வெற்றிகளைக் கண்டபோதிலும் இன்னும் நாம் சாதிக்கவேண்டியவை நிறையவே உள்ளன என்றே கருதுகின்றேன். இன்னும் இன்னும் புதிய துறைகளிலெல்லாம் எமது பிள்ளைகள் தடம் பதிக்கவேண்டும். விளையாட்டுத் துறையிலும் நாம் அதிகமதிகமாய் சாதிக்கவேண்டும். சர்வதேச அரங்குகளில் எமது பிள்ளைகள் பிரகாசிக்கவேண்டும்.

ஆண்டவனின் அருளும் எமது அன்னையின் ஆசிகளும் அன்பர்களின் அன்பும் நிச்சயமாய் இத்தனையும் நிறைவேறத் துணைசெய்யும் என்பது எனது நம்பிக்கை.

திரு. ஆறுமுகம் ரவீந்திரன், J.P
தலைவர்,
வாழ்வகம்.

நினைவுப்பேருரையாளர் அறிமுகம்

யாழ்ப்பாணத்தின் வட கோடியில் அமைந்துள்ள விழிசிட்டி என்னும் அழகிய கிராமத்தில் சிவசுப்பிரமணியம் செல்லமுத்து தம்பதியரின் ஏக புத்திரியாக உதயமான இவர் தனது ஆரம்பக் கல்வியைப் பன்னாலை சேர் கனகசபை வித்தியாசாலையில் மேற்கொண்டு பின்னர், புகழ்பூத்த தெல்லிப்பளை மகாஜனக் கல்லூரியில் தனது கல்வியைத் தொடரலானார். அங்கிருந்தே க.பொ.த. உயர் தரத்தில் சித்தி பெற்று 1970-இல் பேராதனைப் பல்கலைக்கழகத்தின் மருத்துவ பீடத்துக்குத் தெரிவானார். இவரின் பன்முக ஆற்றல்கள் மருத்துவப் பணியோடு மாத்திரம் நிறைவுபெற்றுவிடக்கூடாது என இறைவன் கருதினானோ என்னவோ? இவர் மருத்துவக் கல்வியை நிறைவு செய்ய முடியவில்லை.

பலாலி ஆசிரியர் பயிற்சிக் கல்லூரியில் இணைந்து ஒரு பயிற்றப்பட்ட விஞ்ஞான ஆசிரியையாக வெளியேறினார். விஞ்ஞான பாடத்தை மாத்திரமன்றி, தமிழ், ஆங்கிலம், கணிதம், நாடகமும் அரங்கியலும், சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும் போன்ற பல பாடங்களைச் சிறப்பாகக் கற்பிக்கக்கூடிய ஆற்றல் மிக்க ஓர் ஆசிரியையாகத் திகழ்ந்தார். பொலிகண்டி இ.த.க. பாடசாலை, கீரிமலை நகுலேஸ்வர மகா வித்தியாலயம், தெல்லிப்பளை மகாஜனக் கல்லூரி, தெல்லிப்பளை யூனியன் கல்லூரி ஆகியவற்றில் தனது ஆசிரியப் பணியை மேற்கொண்ட இவர் சேவைக்கால ஆசிரிய ஆலோசகராகவும் அழகியற் கல்விக்கான தொலைக்கல்விப் போதனாசிரியராகவும் சிறப்பாகப் பணியாற்றினார். இலங்கை அதிபர் சேவைப் பரீட்சையில் சித்தியெய்திய இவர் தெல்லிப்பளை மகாஜன, யூனியன் கல்லூரிகளில் பகுதித் தலைவராகப் பணியாற்றி, தெல்லிப்பளை சைவப்பிரகாச வித்தியாசாலையில் அதிபராகவும் பணியாற்றினார்.

இலங்கை கல்வி நிர்வாக சேவைப் பரீட்சையில் சித்திபெற்ற இவர், வலிகாமக் கல்வி வலயத்தில் பிரதிக் கல்விப் பணிப்பாளராகவும் அரும் பணியாற்றினார்.

உளவியல் துறையிலும் மிகுந்த நாட்டமுடைய இவர் ஒரு சிறந்த சீர்மியராகவும் பணியாற்றி வருகின்றார்.

ஈழத்தின் தலைசிறந்த எழுத்தாளர்களுள் ஒருவராகவும் இவர் திகழ்ந்து வருகின்றார். தேசிய சாகித்திய விருதை இருமுறை வென்றுள்ளார்.

ஒரு கல்வியியலாளராய், உளவியலாளராய், கலைஞராய், கவிஞராய், ஆக்க இலக்கிய கர்த்தாவாய், சிறந்த பேச்சாளராய், இசையார்வலராய், சமூக சேவையாளராய் பன்முக ஆளுமைகளை வெளிக்காட்டி நிற்கும் திருமதி. கோகிலா மகேந்திரன் அவர்கள் எமது வாழ்வக அன்னை கலாநிதி அன்னலட்சுமி சின்னத்தம்பி அவர்களின் நெருங்கிய நண்பி என்பதும் இங்கு பெருமையோடு குறிப்பிடவேண்டிய விடயமாகும்.

இலக்கிய வித்தகர், நாடக கலாவித்தகர், சமூகதிலகம், கலைச்சுடர், கலாபூசணம் திருமதி. கோகிலா மகேந்திரன் அவர்கள் எமது சமூகத்துக்குக் கிடைத்த ஒரு பெரும் சொத்து. அவரின் வாழ்வும் பணிகளும் மேன்மேலும் வளர்ந்தோங்க வாழ்த்தி நிற்கின்றோம்.

b) KKS - 763 க்ய. ****

1) கல்வியியல் -

2) Special needs - கல்வியியல் வசதிகள்.

3) Staff - உயர்வு.

வெளிநாடு - கல்வியியல்.

நினைவுப்பேரூரை



கலாபூஷணம் திருமதி. கோகிலா மகேந்திரன்,

நியுணத்துவ ஆலோசகர்

உள சமூகவள நிலையம்

வடக்கு மாகாண கல்வி அமைச்சு

பதின்ம வயதுப் பிரச்சினைகளும் அவற்றைக் கையாளுதலும்

ஆங்கிலத்தில் “Teenagers” என்று அழைக்கப்படும் பருவ காலத்தையே தமிழில் “பதின்ம வயதினர்” என்கின்றோம். இது பதின்மூன்று வயது முதல் பத்தொன்பது வயது வரையான பருவம். ரொறன்டோ (Toronto) பல்கலைக்கழகத்தின் நோய்க்குறியியல் பேராசிரியர் மார்சல் டனேசி (Marcel Daneshi) என்பவர் “சிறு பிள்ளைகள் பதின்ம வயதை மிக வேகமாக அடைகின்றார்கள். பின், அங்கே நீண்ட காலத்துக்குத் தங்கி நிற்கின்றார்கள்” என்கின்றார். பதின்ம வயதுக்குரிய குணங்களும் பிரச்சினைகளும் அந்த வயதுக்கு முன்னரேயே தோன்றி அந்த வயது எல்லைக்கு அப்பாலும் நீண்டு செல்வதையே அவர் அவ்வாறு குறிப்பிடுகின்றார். 11, 12, வயதுடையோரை ஆங்கிலத்தில் “Tweens” என்பார்கள். “Between” என்ற சொல்லின் சுருக்கம் “Ween”. இது பிள்ளைப் பருவத்துக்கும் பதின்ம வயதுக்கும் இடைப்பட்ட பருவம்.

பதின்ம வயதினர் பெரும்பாலும் பாடசாலை மாணவர்களாகவே இருப்பார்கள். க.பொ.த. சாதாரணம் சித்தியடையாமல் பாடசாலையை விட்டு வெளியேறும் மாணவர்களும் இந்த வயதெல்லையில் இருப்பார்கள். அவர்களில் சிலர் வேறு நிறுவனங்களில் மாணவர்களாக இருக்கலாம். சிலர்

வேலை செய்யத் தொடங்கியிருக்கலாம். இன்னும் சிலர் எந்த வேலையுமின்றித் தெருவில் அலைபவர்களாக இருக்கலாம்.

இன்றைய பதினம் வயதினர் மின் கணனி யுகத்திலே பிறந்தது அவர்களின் அதிஷ்டம் எனலாம். அவர்கள் மிக வேகமாகவும் சுலபமாகவும் பல விடயங்களைத் தெரிந்துகொள்கிறார்கள்.

பிற்கால வாழ்வில் நின்று இந்தப் பருவத்தைத் திரும்பிப் பார்க்கையில் “அட, அந்த வயதாகவே இருந்திருக்கக்கூடாதா?” என்று ஏங்காத மனிதர்களே இல்லை என்று கூறாமளவுக்கு, வாழ்வின் வசந்த காலம் எனப்படுவது இது. வேகமான உடல் வளர்ச்சி, அத்த சக்தி, பாலியல் விருத்தி, அறிவு, சிந்தனை ஆகியவற்றின் விரிவாக்கம் ஆகிய பல சிறப்பம்சங்களைக் கொண்ட இப் பருவத்தில் “நான் யார்?” என்ற தேடல் ஆரம்பமாகும் என்பார் எரிக் எரிக்சன் (Erik Erikson), பதினம் வயதினர் திடீரென உணர்ச்சிவசப்பட்டு முடிவுகள் எடுப்பதையும், எதையும் பரீட்சித்துப்பார்க்க முனைவதையும் கையாள வது ஆசிரியர்களுக்கும், பெற்றோர்களுக்கும் பெரும் பிரச்சினையாக இருக்கிறது.

பதினம் வயதில் ஏற்படும் மாற்றங்களும் அவர்களின் பண்புகளும்

ஒருவர் பிள்ளைப் பருவத்தில் இருந்து நிறையுடலியாக மாறும் பருவமே பதினம் வயதுப் பருவம் எனப்படுவது. உடலியல் ரீதியாக இப் பருவத்துக்கு வரைவிலக்கணம் கூறுவதாக இருந்தால் “இனப்பெருக்கத் தகுதியை எய்தும் பருவம்” எனலாம். பருவமடைதல் அல்லது பூப்படைதலும் அதற்கு முன்னரும் பின்னரும் ஏற்படும் மாற்றங்களும் இந்தப் பருவத்திலேயே பெரும்பாலும் நடைபெறும் என்று பார்த்தால் சிலருக்கு ஒன்பது, பத்து வயதில்கூட இப்பருவம் உடலியல் ரீதியாக ஆரம்பித்துவிடலாம். துணைப்பாலியல்புகள் தோற்றம் பெறுகின்றபோது இவர்களின் உடல் அங்கங்களில் ஏற்படும் மாற்றங்கள் ஒருபுறம் மகிழ்வைத் தந்தாலும் இனம்புரியாத ஒரு பதகளிப்பையும் பதற்றத்தையுங்கூடத் தருவதால் உளவியல் ரீதியான மாற்றங்களும் சிலருக்கு ஒன்பது, பத்து வயதுகளிலேயே ஆரம்பித்துவிடலாம். மாற்றங்கள் யாவும் நெருக்கீடுகளே.

மற்றவர்களில் தங்கி வாழ்ந்த பிள்ளைப் பருவத்திலிருந்து தன்னாதிக்கமும் தன்நிறைவுங் கொண்ட நிறையுடலியாக மாறும் செயற்பாடு இப் பருவத்தில் நடைபெறும். பாடசாலைக் கல்வி ஊடாக அறிவு விருத்தி வேகமாக நடைபெறும்போது சிந்தனையும் விரிவாகும். அதனால்தான் இப்பருவம் வாழ்வின் கற்பனைகள் அனைத்தையும் வரவழைக்கும் பருவம் என்றும் தெளிவற்ற மனப்பனிகளுக்கூடாகப் பயணம் செய்து பகற் கனவு காணும் பருவம் என்றும் புதிய விருப்பங்கள், புதிய அனுபவங்கள், புதிய சந்தர்ப்பங்களை நோக்கி விழித்தெழும் பருவம் என்றும் கூறப்படுவது.

வாழ்வின் இலக்குகளைத் தேடும் பருவமாகவும் இது அமைவதால் தம்மைப் பற்றியும் தம் எதிர்காலம் பற்றியும் இவர்கள் சிந்திக்கத் தொடங்குவர். தமது உடல், உள சக்தியை அசைத்துக் கூட்டமாயும் தனித்தும் தமது இலக்கு நோக்கி நகரக்கூடிய அதீத சக்தி மிக்கவர்கள். மிக அதிக அளவில் சக்தியைப் பயன்படுத்திச் செயற்படக்கூடிய, அதேநேரத்தில் அடிக்கடி களைப்படந்துவிடவும் கூடும். உலகை இன்னும் இன்னும் சிறந்ததாக மாற்ற விரும்பும் இவர்களது இலக்கில் மிக உயர்ந்த எல்லையையும் மிகத் தாழ்ந்த எல்லையையும் தொட்டு நிற்பர். புதிய அனுபவங்களுக்குத் தம்மை முற்றாகத் திறந்துவிட்டுச் செயற்படும்போது அவர்களது இலட்சியவாதம் திடீரென மனச் சோர்வு, வன் முறை ஆகிய வடிவங்களையெடுத்துவிடுவதுமுண்டு.

“நான் யார்?” “எனது அடையாளம் என்ன?” “நான் எந்தக் குழுவைச் சேர்ந்தவன்?” “மற்றவர்களிலிருந்து நான் எவ்வாறு வேறுபடுகின்றேன்?” போன்ற கேள்விகள் அடிக்கடி எழும். இந்தக் கேள்விகளுக்கான பதில் நேராக அமைந்தால் சிறப்புத்தான். சிலவேளை அது அடையாளக் குழப்பமாயும் அமையலாம். “நான் இன்னும் சின்னப் பிள்ளையா? அல்லது பெரியவனாகிவிட்டேனா?” என்பதே குழப்பமாக இருக்கலாம். தமது அடையாளத்தையும் தனித்துவத்தையும் வெளிப்படுத்தும் முயற்சியாகத் தமது ஆடை

அணிகலன்களைத் தீர்மானிப்பர். சிலர் பச்சை குத்திக்கொள்வர். அது ஆரோக்கியத்துக்குத் தீங்கானது என்று அறிவியல் ரீதியாகச் சிந்திப்பதில்லை. சில ஆண் பிள்ளைகள் ஒற்றைக் காதில் தோடு போட்டுக்கொள்வர். (தோடுடைய செவியன்?) விதம் விதமான கலை, கலாசாரங்களில் இரு பாலாரும் ஈடுபடலாம்.

தம்மைப் பற்றியும் தம்மைச் சூழ உள்ளவை பற்றியும் ஆழ்ந்த சிந்தனைக்கு உட்படுவர். தத்துவார்த்தமாய்ச் சிந்தித்துக் காரண காரியத் தொடர்பை அறிவதற்காகப் பல வினாக்கள் கேட்பர். அவற்றின் விடைகளுக்கூடாகத் தமது எண்ணக்கருக்களை மாற்றியமைத்தும் புதியவற்றை உள்வாங்கியும் செயலாற்ற முனைவர்.

சக்தி மிக்க ஒவ்வொரு பதின்ம வயதினர் எண்ணங்களிலும் ஒரு அர்த்தமிருக்கும். சுவையிருக்கும், வாழ்வினை நல்ல முறையில் வாழவேண்டுமென்ற விருப்பமிருக்கும். சகபாடிகளுடன் சேர்ந்திருக்கும்போது நகைச்சுவையும் கேலியும் கும்மாளமும் வேடிக்கை வினோதச் செயல்களும் பொங்கி வழியும். ஆயினும், விளையாட்டுத்தனத்துடன்கூடிய மனிதாபிமானமும் நிறையவே இருக்கும்.

ஒரு இலட்சியமயமான வாழ்வின் மீது பெரிய ஈர்ப்பு ஏற்படலாம். யதார்த்தம் வேறு மாதிரி இருப்பதால் குழப்பமும் ஏற்படலாம். பாடசாலையில் விஞ்ஞான பாடத்தில் பரிசோதனை செய்வது போல அறிந்த தெரிந்த பல வேறு விடயங்களையும் கூடப் பரீட்சித்துப் பார்க்க ஒரு விருப்பம் தோன்றும். ஐஸ்கிரீம் எப்படியிருக்கும் என்று தெரியும். ஆனால், மதுபானம் எப்படியிருக்கும்? போதைப் பொருள் எப்படியிருக்கும்? காதல் எப்படியிருக்கும்? என்றெல்லாம் பரீட்சித்துப் பார்க்கும் ஆவல் தோன்றலாம்.

உணர்வுகளும் மிகையாகவே தோன்றுவதனால் சிலவேளைகளில் அர்த்தமின்றிச் சிரித்தல் இருக்கலாம்.

அதேநேரத்தில் அழுதலும் (பெண்கள்?) அத்தமாகக் கோப்படுதலும் (ஆண்கள்?) நிகழலாம். மற்றவர்களுடன் தம்மையும் தமது குடும்பத்தையும் ஒப்பிட்டுத் தமது மனநிலையில் ஏற்படும் சுய கணிப்பு வேறுபாட்டைக்கொண்டு மகிழ்வையும் வேதனையையும் அனுபவிக்கலாம்.

சமூகவியல் ரீதியாக இந்தப் பருவத்தை நோக்கினால் எல்லா விடயத்துக்கும் பெற்றோர்களில் தங்கி வாழ்ந்த பிள்ளை முதல் முறையாகச் சொந்தக் காலில் நிற்க முனையும் பருவம் எனலாம். புதிய உறவுகளை ஏற்படுத்திப் பார்ப்பதிலும் தமது எதிர்கால வாழ்க்கைத் துணை பற்றிய எதிர்பார்ப்பிலும் மனம் அதிகம் ஈடுபடும். தமது கருத்துக்கும் செயலுக்கும் பொருந்தக்கூடியவர்கள் ஒன்றுகூடும்போது நீண்ட நேரமாக மனம் அவர்களோடு லயித்துவிடும். தமக்கெனச் சில ஒழுக்க விழுமியங்களையும் விதிமுறைகளையும் ஏற்படுத்திக்கொண்டு அதன்படி ஒழுகத் தலைப்பட்டுச் சகபாடிகள் மத்தியில் கணிப்பையும் மதிப்பையும் பெற முனைவர். இது பொதுவாக ஆளுமை விருத்திக்கு உதவுந்தான். ஆனால், சகபாடிகள் பொருத்தமற்றவர்களாக அமைந்துவிட்டால் தீங்கு விளைவிக்கும் பழக்கவழக்கங்கள் தொற்றிக்கொண்டுவிடும்.

உலகத்தின் சவால்களுக்கெல்லாம் முகங்கொடுக்கும் வல்லமை காணப்படும் இப் பருவத்தில் எதிர்ப்பால் கவர்ச்சிக்கான ஓமோன்களும் தொழிற்படத் தொடங்கும். ஆண்களில் தெஸ்தெஸ்தரோன் (Testosterone) என்ற ஓமோனும் பெண்களில் ஈஸ்திரோசன் (Estrogen) புரொசெஸ்தரோன் (Progesterone) ஆகிய ஓமோன்களும் சுரக்கப்பட்டு, துணைப் பாலியல் வளர்ச்சியைத் தூண்டும். உதாரணமாக, ஆண் பிள்ளைகளில் தோள் அகலிப்பதும் குரல் தடிப்பதும் பெண் பிள்ளைகளில் இடுப்பு அகலிப்பதும் தோலின் கீழ் கொழுப்புச் சேர்வதும் நடைபெறும். இந்த ஓமோன்கள் காதலையும் தோன்றச்செய்யலாம். காதலில் பல பரீட்சார்த்த முயற்சிகள் செய்வதிலும் ஆர்வம் தோன்றத்தான் செய்யும். “எனக்கென்று ஒரு உலகம், என்னைச் சுற்றி ஒரு கூட்டம், என்னால்

எதுவும் முடியும்” என்று வீறுகொண்டு செயல்புரியத் தொடங்குகையில் உறவுகளில் தெளிவின்றிய வரையறைகளும் பிழையான புரிதல்களும் அமைந்து சங்கடங்களைத் தோற்றுவிக்கலாம்.

தம்மை ஈர்த்துக்கொண்ட தலைவரைக் கண்டுபிடித்து, அவரது வழியிலே தீவிரமாக ஈடுபடக்கூடியவர்கள் பதினம் வயதினர். தலைவரை இவர்கள் ஏற்றுக்கொண்டுவிட்டால், அவர் சொல்லும் கருத்துக்களை அப்படியே நம்பிப் பின்பற்றுவர். இவர்களைத் தவறான வழியில் இட்டுச்செல்லக்கூடிய குழுக்களும், தலைவர்களும் கிடைத்துவிட்டால் அந்த வழியில் சென்று ஆபத்துக்களைச் சந்திக்கின்ற நிலைக்குத் தள்ளப்படுவர். தமது பெற்றோரது கருத்துக்களும், தமக்குள் ஏற்படுகின்ற சிந்தனைகள், கற்பனைகள், விமர்சனங்கள் ஆகியனவும் சகபாடிகள் மற்றும், ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட தலைவர்களது வழிநடத்தல்களும் முரண்படும்போது முடிவெடுக்கமுடியாமல் தடுமாறுவர்.

தமது வழியில் தடைகளை ஏற்படுத்துவதாக உணர்கின்ற நபர்கள் மீது ஆக்கபூர்வமான முறையில் பதிலளிப்புச் செய்யக்கூடியவர்கள். தமது உணர்வையும் எண்ணங்களையும் அன்புக்குரியவர்கள் புரிந்துகொள்ளவில்லை எனத் தோன்றும்போது குழம்பக்கூடியவர்கள். இந்தச் சந்தர்ப்பங்களில் தமக்குத் தாமே ஊறுசெய்தலும் நிகழலாம். சிலவேளை, தமது இலக்கை அடைவதற்கு வேறு ஒரு வழி இருக்கிறது என்றும் அதன் முடிவு வெற்றி தரும் சாத்தியப்பாடு மிக்கது என்றும் உணர்ந்தால் புதிய உத்திகளில் தயங்காது இறங்கக்கூடியவர்கள்.

மிக அதிகமான புரட்சி மனப்பான்மையும் புதியது படைக்கும் ஆர்வமும் மிகும் பருவம் இது. உலக வரலாற்றின் புரட்சியாளர்கள் பலர் பதினம் வயதுப் பருவத்தினரே என்பது கவனிக்கத்தக்கது.

அதில் சுரக்கும் சுரப்பிகளின் தூண்டலால் எதிர்ப்பால் கவர்ச்சி மிக அதிகமாக இருக்கும். “எல்லோரும் என்னைப் பார்க்கிறார்கள், என்னைப் பற்றித்தான் கதைக்கிறார்கள்” என்று நினைத்தல் சாதாரணம். (மாய நம்பிக்கை அல்ல.) எதிர்ப்பாலாரைக் கவருவதற்குப் பெரிய எத்தனங்கள் எடுப்பர். உடை அலங்காரம், தலை அலங்காரம், நிற்கும் நிலை, கதைக்கும் முறை, சர்மத்துக்குக் கிளீம். நறுமணப்பொருள் பாவனை, முக அலங்காரம், கண்ணாடி முன் நின்றல், வெகுமதி மற்றும் பரிசுப் பொருள் வழங்கல். போன்ற விடயங்களில் அதிக நேரத்தைச் செலவிடுவர். பிறந்தநாள் கொண்டாட்டங்கள் களைகட்டும். பெண் பிள்ளைகள் தமது உடலை மெலிதாக வைத்திருக்கப் பெரும் முயற்சியெடுப்பர். கம்பீரமாகவும், உயரமாகவும் தோன்ற குதி உயர்ந்த செருப்புக்களை அணிவர். சிலவேளை, விழுந்தும் எழும்புவர். குதி உயர் சப்பாத்து, கால் தசைகளுக்கு அதிக நெருக்கீட்டைத் தரும் என்பதைப் பற்றி அதிகம் அக்கறைப்படுவதில்லை.

திரைப்படங்களிலும் தொலைக்காட்சித் தொடர்களிலும் வருகின்ற நடிகர் நடிகையர், கிரிக்கட் வீரர்கள் போன்றோரே பெரும்பாலும் இவர்களின் “இலக்கு நாயகர்” களாக இருப்பர். அவர்களின் நடவடிக்கைகளை முழுமையாகப் பின்பற்ற முயன்று அதனால் வரும் விமர்சனங்களால் குழம்பிப்போவர்.

சந்ததி இடைவெளி

பதின்ம வயதினர் எதற்கும் துணிந்தவர்களாயும், நம்பிக்கையுள்ளவர்களாயும் இருக்கும் அதே சமயத்தில் குழப்பமடைந்தவர்களாயும், பயந்தவர்களாயும் இலகுவில் பாதிக்கப்படக்கூடியவர்களாயும், பதற்றப்படுபவர்களாயும் இருப்பர். உடலிலும் உள்ளத்திலும் ஏற்படும் முக்கிய மாற்றங்கள் காரணமாக அனேகமான நேரங்களில் சமநிலை இழந்து இருக்கக்கூடும். இதனாலேயே இப் பருவம் அழுத்தமும், புயலும் நிறைந்த பருவம் என்று பொதுவாகப் பேசப்படுகின்றது.

இவர்களைச் செதுக்கியெடுப்பதற்காகவும் தூண்டுவதற்காகவும் சமூகம் இவர்களுக்குத் தண்டனை என்ற பூதத்தைக் காட்டிப் பயமுறுத்துகிறது. அன்பை விலக்கிக்கொள்கிறது. இதனால் இவர்களுக்கு ஒரு சமூகமயமாக்கல் பதற்றம் உருவாகிறது. உண்மையில், அவர்கள் தாம் அன்புசெய்யப்படவேண்டுமென்றே விரும்புகிறார்கள். ஆனால், நினைத்ததை நினைத்தபடி செய்துவிடவும் விரும்புகிறார்கள். இதனால் பெரியவர்களுக்கும் இவர்களுக்குமிடையே ஒரு “சந்ததி இடைவெளி” ஏற்படுகின்றது.

விமர்சனங்களைப் பற்றிப் பாடசாலையில் கற்பிக்கப்படும்போது இவர்கள் இலக்கியங்களை மட்டும் விமர்சிப்பார்கள் என்று நாம் எதிர்பார்க்கமுடியாது. அவர்கள் வாழ்வின் வேறு பல கூறுகளையும் விமர்சிப்பார்கள். மரபு வழி வந்த கலாசார, பண்பாட்டு அம்சங்களையும் அவர்களது நோக்கில் விமர்சிக்கும்போது மூத்த தலைமுறை தடுமாறிப்போய்விடும். ஆனால், அந்த விமர்சனம் பல சந்தர்ப்பங்களில் உண்மையாகவும் நேர்மையாகவும் இருக்கலாம். “திரும்பிக் கதைக்கும்” அல்லது “எதிர்த்துக் கதைக்கும்” பிள்ளையொன்றை ஏற்றுக்கொள்ள முடியாது பெற்றோரும் ஆசிரியரும் முரண்படுவர்.

தமது இலட்சிய ஆளுமைக்கும் தமது இப்போதைய ஆளுமைக்கும் இடையில் பெரிய இடைவெளியிருந்தால் அதனைக் கடக்கக் கடுமையாக முயற்சிசெய்வர். குறியீடுகளுக்கு மேலும் குறியீடுகளைக் காணும் தன்மை இவர்களுக்கு அமைவதால் இயல்பாகக் கூறப்படும் சில சொற்களுக்கு இரட்டை அர்த்தம் புலப்படத் தொடங்கும். இதனால் இவர்கள் தேவையின்றிச் சிரிப்பதாயும் அட்டகாசம் செய்வதாயும் ஆசிரியர்களுக்குப் படும். இதுவும் சந்ததி இடைவெளி பெருகக் காரணமாகும்.

பதின்ம வயதினர் இலகுவில் இசைவாக்கமடையக் கூடியவர்கள். எந்த ஒரு மாற்றத்தையும் புதிய வருகையையும் மனம் மகிழ்ந்து ஏற்றுக்கொள்வர். புதிய நாகரீக மாற்றங்கள் யாவும் இவர்கள் ஊடாகவே வேகமாகப் பரவும். உலகமயமாதல்

போக்குடனும் நவீன தொழில்நுட்ப வளர்ச்சியுடனும் இலகுவாக இணைந்துகொள்வர். பழைய சந்ததி அவ்வளவு விரைவில் இசைவாக்கமடையாது. அதனாலும் சந்ததி இடைவெளி பிரியும்.

உலக சரித்திரத்தைத் திரும்பிப் பார்க்கின்றபோது எல்லாக் காலங்களிலுமே இளைஞர்கள் மோசமானவர்கள் என்றுதான் வர்ணிக்கப்பட்டிருக்கின்றார்கள். புதிய தலைமுறை வித்தியாசமாய் இருப்பதும் அதைப் பழைய தலைமுறை ஏற்க மறுப்பதும் தொடர்ந்து நடந்துவரும் சங்கதிதான். ஆயினும் ஒரே நாட்டின் மூத்த தலைமுறைக்கும் இளைய தலைமுறைக்குமுள்ள வேறுபாடுகள் இருவேறு நாட்டு மனிதரிடையே உள்ள வேறுபாட்டோடு ஒப்பிடுகையில் குறைவானவை என்பதை அவதானிக்கவேண்டும்.

எமது பிரதேசத்தின் பதினம் வயதினர்

உலகம் முழுவதும் பொதுவாகக் காணப்படும் பதினம் வயதினரின் இயல்புகளை மேலே பார்த்தோம். எமது பிரதேசத்தில் இவர்கள் இந்தப் பொதுப் பண்புகளுக்கு மேலாக வன்மை, சிடுசிடுப்பு, கழிவிரக்கம், விரக்தி, வயதுக்கு முரணான முதிர்வு, நம்பிக்கையின்மை, சந்தேகம், ஊக்கமின்மை போன்ற இயல்புகளையும் காட்டக்கூடும். இதற்குக் காரணம் எமது பதினம் வயதில் இப்போதுள்ள மாணவர்களும் அவர்களது பெற்றோர்களும் எதிர்கொண்ட நீண்ட கால அனர்த்த சூழல் எனலாம்.

குழந்தைப் பருவத்தில் பிள்ளைகள் பெற்றுக்கொள்ளும் அனுபவங்களும் பெற்றோர்களின் வளர்ப்பு முறையும் அவர்களின் மூளை வளர்ச்சியிலும் உணர்ச்சி விருத்தியிலும் பெரும் செல்வாக்குச்செலுத்துகின்றன. குழந்தைப் பருவ அதிர்ச்சிகளும் பயங்களும் பதினம் வயதினரின் சுய அடையாளத்தையும் சுதந்திரத்தையும் பாதிப்படையச்செய்யலாம். பெற்றோரினதும் ஆசிரியர்களினதும் தண்டனை முறை (சரீர தண்டனை வழங்கல்) அவர்களின் ஆளுமையில் வன்மம் உருவாகக் காரணமாகலாம்.

பெற்றோரின் இறப்பும் இழப்பும், பெற்றோரால் அல்லது முக்கிய உறவுகளால் புறக்கணிக்கப்பட்டிருத்தல், துஷ்பிரயோகத்துக்கு ஆளாகியிருத்தல், அடிப்படைத் தேவைகள் நிறைவுபெறாத குழந்தைப் பருவம் போன்ற காரணிகள் பதினம் வயதினரின் ஆளுமையில் மறையான செல்வாக்கைச் செலுத்திநிற்பது தவிர்க்கமுடியாததாக இருக்கும்.

பதினம் வயதினர் எதிர்கொள்ளக்கூடிய நெருக்கீடுகள்

01. இள வயதில் பருவமடைதல்

நாற்பது, ஐம்பது வருடங்களுக்கு முன் பெண்கள் பூப்படையும் மிகக் குறைந்த வயது பன்னிரண்டாக இருந்தது. இப்போது உலகளாவிய ரீதியில் அவர்கள் பூப்படையும் சராசரி வயது எட்டாக முன்தள்ளப்பட்டுள்ளது. எமது நாட்டிலும் இத்தகைய ஒரு மாற்றம் ஏற்பட்டுள்ளது. இதன் விளைவாகப் பூப்படையும் பருவத்திலே சுரக்கப்படும் ஈஸ்திரோசன் (Oestrogen) என்னும் ஓமோன் மிக இளம் பராயத்திலேயே சுரக்கப்படுவதால் பெண்மைக்குரிய துணை இயல்புகளும் மிகச் சிறு வயதிலேயே தோன்றிவிடுகின்றன. ஈஸ்திரோசன் தொடர்ச்சியாகப் பல வருடங்கள் (மாதவிடாய் நிற்கும் வரை) சுரக்கப்பட உள்ளதால் மார்புப் புற்றுநோய் ஏற்படக்கூடிய சாத்தியக்கூறு அதிகரிப்பது ஒருபுறமிருக்க, மிக இள வயதிலேயே பாலியல் முதிர்ச்சியை எதிர்கொள்ளும் மன உணர்வு அப்பிள்ளைகளுக்கு இல்லாமை ஏகப்பட்ட பிரச்சினைகளைத் தோற்றுவிக்கிறது. பெரிய அளவிலான உளவியல், மற்றும், உணர்வுபூர்வமான பிரச்சினைகள் மனதளவிலே இன்றும் குழந்தையாக ஆனால் உடலமைப்பிலும் உருவத்திலும் இளம் பெண்ணாக உள்ள இச்சிறார்கள்க்கு ஏற்படுகின்றன.

சிறு வயதில் இவர்கள் பூப்படைவதற்குப் பல காரணங்கள் கூறப்பட்டாலும் இறைச்சி மற்றும் உணவுப் பொருள்களிலுள்ள ஓமோன்களே முக்கிய காரணங்களாகும். வளர்ச்சியைத் துரிதப்படுத்தும் முகமாக ஆடு, கோழிகளுக்கு GH எனப்படும் வளர்ச்சி ஓமோன் (Growth Hormone) ஊட்டப்படுகிறது. இது வளர்ச்சியை வேகப்படுத்துவதுடன் கழிவாய் வெளியேறாமல் அவ்விலங்குகளின் உடல் தசைகளில் தங்கிவிடுகின்றது. குழந்தைகள் அந்த இறைச்சியை உட்கொள்ளும்போது அந்த ஓமோன் பிள்ளைகளின் உடற்தசைகளில் போய்த் தங்கி அதீத வளர்ச்சியைத் தூண்டுகிறது.

02. பரீட்சை

இன்று எமது நாட்டில் கல்வி என்பது முழுக்க முழுக்கப் பரீட்சை மையக் கல்வியாகிவிட்டது. அதிக புள்ளி எடுக்கும் மாணவர்கள் அளவுக்கு மீறிப் பாராட்டப்படுவதும் புள்ளி குறைவாக எடுக்கும் மாணவர்கள் சரீர ரீதியில் தண்டிக்கப்படுவதும் பிள்ளைகளைப் பெரும் பதற்றத்தினுள் தள்ளிவிடுகின்றது. க.பொ.த. சாதாரண தரப் பரீட்சை, க.பொ.த. உயர் தரப் பரீட்சை ஆகிய இரண்டு பெரிய போட்டிப் பரீட்சைகளும் பதினம் வயதுப் பிள்ளைகளைப் பதகளிப்பில் வைத்திருக்கின்றன. பெற்றோரும் தமது சுய கணிப்பு பிள்ளையின் பரீட்சைப் பெறுபேறுகளில்தான் தங்கியுள்ளது என்று நினைப்பதால் பாடசாலை, ரியூசன், தனிப்பட்ட வகுப்பு என்று மூச்சு விடவும் நேரமின்றிப் பிள்ளைகளை அழுத்துகிறார்கள். பரீட்சைக்கான பதற்றம் இப் பருவ மாணவர்களிடையே அதிகரித்துப் பலவிதமான உளநலப் பிரச்சினைகளை உருவாக்குகிறது.

03. நண்பர்களின் கேலி

பலமும் செல்வாக்கும் மிக்க மாணவர்கள் தம்மைவிட ஏதோ ஒரு வகையில் பலவீனமான மாணவர்களை இலக்குவைத்துக் கேலிசெய்து வருகின்றனர். இதனால் பல மாணவர்கள் தினமும் பயத்துடனேயே பாடசாலைக்குச் செல்கின்றனர். இவ்வகைக் கொடுமைப்படுத்தலில் ஈடுபடுபவர்கள் ஏற்கனவே இம்சைப்படுத்தப்பட்டவர்களாக இருக்கலாம், அல்லது வன்மம் அடைந்தவர்களாகவோ நடத்தைப் பிரச்சினை உடையவர்களாகவோ இருக்கலாம். தற்போது முகநூல் ஊடாக, மின்னஞ்சல் ஊடாக, அல்லது குரல் செய்திகள் ஊடாகவும் இந்நடவடிக்கை முன்னெடுக்கப்படுகிறது. வாய்மொழியால் அவமானப்படுத்துவதற்கு மேலே சென்று உடல் ரீதியான தாக்குதல்களும் நடைபெறுகின்றன. தொடர்ந்து கேலிசெய்யப்படுபவர்களின் கற்றல் அடைவு மட்டங்கள் பாதிக்கப்படலாம். அவர்கள் மனச் சோர்வுக்கு உள்ளாகலாம். சர்வதேச ரீதியாகச் செய்யப்பட்ட ஓர் ஆய்வின்படி 10% ஆன மாணவர்கள் வன்முறையாளர்களாகவும் 50% இன உள ரீதியாகப் பாதிக்கப்படுவோராகவும் உள்ளனர். எமது நாட்டில் இந்த வீதங்கள் இன்னும் அதிகமாக இருக்கும் என எதிர்பார்க்கலாம். பாதிக்கப்படுபவர்கள் பொதுவாகப் பயந்தாங்கொள்ளிகளாக இருப்பர். அவர்கள் மனதில் அவற்றை வைத்துக் குமுறுவார்களேயன்றி, பெற்றோரிடமோ ஆசிரியர்களிடமோ சொல்லமாட்டார்கள்.

04. போதைப்பொருள் பாவனை

இப்போது தாம் உள்ள மன நிலையிலிருந்து வேறொரு மன நிலைக்குச் செல்ல விரும்பும் சிலர் போதைப் பொருள்களைப் பாவிக்கிறார்கள். மதுப் பாவனை, புகைத்தல், போதை மருந்துகளைப் பாவித்தல் ஆகிய மூன்றையும் இந்த விடயத்தினுள் அடக்கலாம். மனிதனுடைய மனம் தாங்கிக்கொள்ளக்கூடிய விடயங்களுக்கு அப்பாற்பட்டு சம்பவங்கள் நடக்கும்போது போதையைத் தேடுவது அவசியம்

போல ஆகலாம். பலவீனமான மனங்களே போதையைத் தேடுகின்றன என்பது மறுக்கமுடியாத உண்மையாகும்.

போதையைப் பாவிக்கும் ஒருவர் சிறிது காலத்தின் பின் அதற்குப் பழக்கப்பட்டுப்போகிறார். தான் அப்பொருளில் தங்கியிருப்பதாக நினைக்கிறார். தங்கியிருத்தல் என்பது ஒரு எண்ணம் மட்டுமே. ஆயினும், பெரும்பாலும் அந்த எண்ணத்திலிருந்து அவரால் விடுபடமுடியாதிருக்கும். புகைத்தல் தங்கியிருத்தல் நிலையோடு நின்றுவிடும். போதைப்பொருள் தனக்கு அடிமையாகும் நிலைக்குப் பாவிப்பவரை விரைவில் இட்டுச்செல்லும். அப்போது அது அவர்களை ஆட்சிசெய்யத் தொடங்கும். மதுப் பாவனையுள்ளவர்கள் ஏறத்தாழ இருபது, முப்பது வருடப் பழக்கத்தின் பின் அதற்கு அடிமையாகும் நிலைக்கு வருகிறார்கள் என்றால், போதை மருந்து பாவிப்பவர்கள் ஒரு சில மாதங்களிலேயே அடிமையாகிவிடுகிறார்கள்.

நாம் புறத்தேயிருந்து போதைப்பொருளை எடுக்கத் தொடங்கும்போது மூளையில் அது போன்ற பொருள்களின் உற்பத்தி குறையத் தொடங்கும். அதனால் ஏற்படும் உணர்வைத் தாங்க முடியாத நிலையில், மேலும் அதிக போதை எடுக்க நேரும். இந்த அபாயகரமான நச்சுச் சுழலுக்குள் அகப்படுதல் மிகப் பரிதாபகரமான நிலையாகும்.

மதுவைப் பாவிக்கத் தொடங்கும் ஒருவர் ஆரம்பத்தில் அதனால் தூண்டப்படுவார். பீதி, பயம், மனத் தடைகள் போன்றவை அகற்றப்படுவதால் அவர் உற்சாகமாக இருப்பது போலத் தோன்றுவார். இன்னும் சற்று அதிகமாக எடுக்கும்போது மது ஒரு நோவு நீக்கியாகத் தொழிப்படும். அந்த நிலையும் அவருக்குத் திருப்தியாக இருக்கும். (நோவு உண்மையாக நீங்குவதில்லை. நோவு தெரியாமல்போகிறது என்பதை மறந்துவிடமுடியாது.) இன்னும் அதிகம் எடுக்கும்போது

செயற்பாடுகள் குறையத்தொடங்கும். அப்போதும் அமைதியான மனநிலை ஏற்படுவது போன்ற ஒரு தோற்றப்பாடு இருக்கலாம். அதன் பின் பிதற்றல் நிலை தோன்றி, பிரக்கஞ்சயற்ற நிலை வந்து, ஆழ் தூக்கத்திற்குள் சென்று இறுதியில் இறப்பு ஏற்படலாம்.

பதினம் வயதினர் மதுப் பாவனையில் ஈடுபடத் தொடங்குவது பெரும்பாலும் நண்பர்களுடன் ஒத்த செயற்பாட்டில் ஈடுபடும் விருப்பத்தினாலாகும். பரிசோதனை செய்துபார்க்கும் ஆவலிலும் ஒரு கோப்பை மது அருந்தலாம். அல்லது அது ஒரு கௌரவம் என்று நினைப்போரும் உள்ளனர். இன்னும் சிலர் விரக்தி போன்ற உளக் காரணிகளாலும் நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மன வடுவுடன் கூட வரும் உளப் பிரச்சினைகளாலும் மது அருந்தத் தொடங்கலாம். தந்தையார் மது பாவிப்பவராக இருந்தால் மகன் அப் பழக்கத்தினுள் வருவதற்கான நிகழ்தகவு அதிகமாகும்.

போதை மருந்துகளில் அபின், ஹெரோயின், பெதடின் போன்றவையும் கொகேயிடீஸ் எனப்படும் ஊக்கிகளும் எல்.எஸ்.ஈ. கஞ்சா போன்ற இல்பொருள் காட்சி தரக்கூடிய பதார்த்தங்களும் அடங்கும். பெற்றோல், கற்பூரம், விக்ஸ், சில பெயின்றுகள் போன்ற பொருள்களிலும் மணத்துக்கு அடிமைப்படுத்தும் தன்மை இருப்பதால் அவற்றையும் போதை என்ற வகையில் அடக்கலாம் என்ற கருத்தும் உள்ளது. போதைப்பொருள் பாவனையில் ஆரம்பத்தில் இனங்காணக்கூடிய அறிகுறிகளாகப் பசி குறைதல், சோம்பல், மந்த நிலை, சாப்பிட விருப்பமின்மை போன்றவை இருக்கலாம். சிறிது காலத்தின் பின் கண் சிவத்தல், தாகம், கை நடுக்கம், கண்ணீர் வருதல், கை உலர்தல் போன்ற அறிகுறிகள் ஏற்படும். பின்னர், விடயங்களில் கருத்துடைய முடியாமை, தேவையற்றுக் கதைத்தல் போன்ற மாற்றங்கள் தெரியும். இந்நிலையில், இவர்கள் போதை பற்றிக் கதைக்க விரும்பமாட்டார்கள். அல்லது

அது பற்றிக் கதைப்பவர்களுடன் எதிர்த்து வாதிடுவர். பாடசாலை அடைவு மட்டம் குறைந்துவரும். அடிக்கடி கோபப்படுவதும் சோர்ந்துபோவதும் சம்பந்தமற்றுச் சிரிப்பது, அல்லது அழுவுதும் காணப்படக்கூடும். மனிதர்களிடமிருந்து ஒதுங்கிச் சமுதாயத்தைக் குறைகூறுவதும் சமுதாய நிகழ்வுகளைக் குழப்புவதும் அவதானிக்கப்படலாம்.

அதிக அளவு பாக்கு மெல்லுதல், பாடசாலைக்கு அடிக்கடி போகாமல்விடுதல், நேரங்கழித்து வீடு திரும்புதல், புதிய நட்பு வட்டத்தை உருவாக்குதல், வன்முறையில் ஈடுபடுதல், தோற்றத்தில் மாற்றம் தென்படுதல் போன்ற விடயங்கள் அவதானிக்கப்படும்போது பெற்றோர் விழிப்படையவேண்டும். ஆசிரியர்களும் அவதானிக்கவேண்டும். அதுவே காலம் பிந்திய செயற்பாடாகப்போகலாம். வருமுன் காப்பதற்குரிய ஏற்பாடுகளைச் செய்வதே சாலச்சிறந்தது.

போதை வாங்குவதற்குத் தேவைப்படும் பணத்துக்காக வீட்டிலோ வேறு இடங்களிலோ களவு எடுக்கும் பழக்கமும் வன்முறையில் ஈடுபடும் பழக்கமும் ஆரம்பமாகலாம்.

05. காதலும் திருமணத்துக்கு முந்திய கர்ப்பமும்

“காதலாகிக் கசிந்து கண்ணீர் மல்கி” என்ற தேவாரத்தில் காதல் என்ற சொல் பக்தி என்ற கருத்தில் வரும். காதல் என்ற சொல்லுக்குப் பழந்தமிழ் அகராதி அன்பு, ஆசை, ஆவல் என்று பல பொருள்களைத் தரும். உண்மையில், காதல் மிக உன்னதமான உணர்வு. “காதலர் தூதொடு வந்த கனவினுக்கு” என்று வள்ளுவர் பேசும்போது, காதல் என்பது இள வயது ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் இடையில் உருவாகும் திருமண நோக்குடனான அன்பு என்றே கருதுகிறார். எப்படிப் பார்ப்பினும் காதல் தவறானதல்ல. ஆனால், பதினம் வயதினர் காதலுக்கான எல்லை எதுவென்று தெரியாது

தனியிடங்களுக்குச் சென்று அது பாலியலுறவில் முடிவடையும்போதுதான் ஆபத்து ஏற்படுகிறது.

பாடசாலை மாணவிகள் “திருமணத்துக்கு முந்திய கர்ப்பம்” என்ற பிரச்சினையை எதிர்கொள்ளும்போது விடுவிக்கப்படச் சிரமமான நிலை தோன்றுகிறது. பலர் சட்டத்துக்கு முரணாகக் கருச்சிதைவுக்கு முயற்சிசெய்கிறார்கள். அது சிலவேளை உயிருக்கே ஆபத்தானது. தவிரவும் எதிர்பாராத அளவு கூடுதலான குருதிப்பெருக்கு ஏற்படலாம். எதிர்காலத்தில் கருத்தரிக்க முடியாத நிலை தோன்றலாம். இவ்வாறான நிலைமைகள் குறிப்பிட்ட பதின்ம வயதுப் பெண்ணின் மனதில் குற்ற உணர்வு, கோபம், ஆற்றாமை, கவலை என்று கொந்தளிக்கும் பல உணர்வுகளை ஏற்படுத்தலாம். அவரது உள ஆரோக்கியம் பெருமளவு பாதிக்கப்பட இடமுண்டு.

06. இள வயதுத் திருமணமும் இள வயதுக் கர்ப்பமும்

பிள்ளை ஒரு காதல் வலையில் விழுந்துவிட்டது என்பதற்காகவோ அல்லது குடும்பத்தின் வேறு நெருக்கீடுகள் காரணமாகவோ இள வயதுத் திருமணங்கள் அதிகரித்து வருகின்றன. “ஒருவனது கையில் கொடுத்துவிட்டால் எமது பொறுப்பு நீங்கிவிடும்” என்று பெற்றோர் கருதுவதும் ஒரு காரணமாகலாம். “இந்த வெளிநாட்டு மாப்பிள்ளையை விட்டுவிட்டால் இனி வராதுபோய்விடுமோ?” என்ற பயமும் காரணமாகலாம். எது எப்படியிருந்தாலும் உடல் முதிர்ச்சியடைவதற்கு முன் திருமணம் செய்துகொடுப்பதும் இள வயதில் கர்ப்பம் தரிப்பதும் பெரும் உள நெருக்கீடுகளைத் தரும்.

07. பால்வினை நோய்கள்

பொருத்தமற்ற உடலுறவு மூலம் பரவும் நோய்கள் “பால்வினை நோய்கள்” எனப்படும். எயிட்ஸ், கொணோரியா, சிபிலிஸ் போன்றவை இவற்றுள் குறிப்பிடத்தக்கவை. இவற்றில் சிலவற்றுக்கான நோய்க் காரணி பற்றீரியா. வேறு சிலவற்றுக்கான நோய்க் காரணி வைரஸ் ஆகும். பற்றீரிய நோய்களை ஆரம்பத்திலேயே இனங்கண்டால் குணப்படுத்தலாம். “வைரஸ் நோய்களைக் குணப்படுத்துவது கடினம். அதிலும், எயிட்ஸ் நோய்க்கான தடுப்பு மருந்தோ அல்லது குணமாக்கும் மருந்தோ இன்னும் கண்டறியப்படவில்லை. எயிட்சை உண்டாக்கும் HIV வைரஸ் உடலின் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியைப் பெருமளவு பாதிப்பதால் இவர்களுக்கு வரும் ஏனைய தொற்றுக்கள் மாறாமல் மரணம் சம்பவித்துவிடுகிறது. இத்தகைய ஆட்கொல்லி நோயான எயிட்ஸ் இன்று எமது பிரதேசப் பாடசாலை மாணவரிடையே பரவிவருகிறது என்பது மிகவும் வருந்தத்தக்க செய்தியாகும். இந்த நிலை எமது சமூகத்தின் ஆரோக்கியம் மிகவும் கீழிறங்கியிருப்பதைச் சுட்டுகிறது.

08. வீட்டு வன்முறையும் சிறுவர் துஷ்பிரயோகமும்

எமது சமூகம் நீண்ட கால அனர்த்தத்தில் சிக்கியிருந்த காரணத்தால் பெற்றோர்களும் பெரிய நெருக்கடிக்குள் வாழ்ந்தனர். அதனால் அவர்களுக்கு ஏற்பட்ட பதற்றம் காரணமாகவோ அல்லது எதிர்காலம் மீது தோன்றிய நம்பிக்கையின்மை காரணமாகவோ இப் பிரதேசத்தில் வீட்டு வன்முறைகள் அதிகரித்துள்ளன. சனாமியை அடுத்து வந்த காலப்பகுதியில் வீட்டு வன்முறை 65%ஆக இருந்ததை ஆய்வுகள் காட்டின. இந்த வன்முறையின் மற்றொரு வடிவமாக சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் அமைகிறது. பாடசாலைகளில் ஆசிரியர்களாலும் வீட்டில் பெற்றோராலும் வழங்கப்படும் சரீர தண்டனை முதல் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் வரை பல்வேறு வடிவங்களில் நடைபெறும் துஷ்பிரயோகங்களுக்குப் பதின்ம வயதினர் உட்படுகின்றனர். பாலியல் துஷ்பிரயோகம் ஒரு

மன வடுவுக்குரிய நெருக்கீட்டுச் சம்பவமாகிப் பாதிக்கப்பட்டவர்களில் பாரிய மன வடுவை ஏற்படுத்தலாம். அவசியமின்றிப் பிள்ளையை அதட்டுதல், கோபமூட்டுதல், பாலியல் நடவடிக்கைகளுக்குத் தூண்டுதல், குற்றம் செய்ய அல்லது விபத்தில் சிக்க வழிசெய்தல், பிள்ளையின் உடை, உணவு, சுத்தம் போன்ற அத்தியாவசியத் தேவைகளில் அக்கறைகாட்டாதுவிடுதல், கல்வியை மறுத்தல், பிள்ளையின் நோய் பற்றி அக்கறைகொள்ளாதிருத்தல், கெட்ட எண்ணத்துடன் வருடுதல், தங்களை வருடும் படி தூண்டுதல், நம்பிக்கையிழக்கச்செய்தல், வீட்டு வேலைக்கு அமர்த்துதல், பிள்ளைக்குத் தேவையான அன்பையும் பாதுகாப்பையும் வழங்காமை ஆகிய அனைத்தும் துஷ்பிரயோகமாகவே கொள்ளப்படும். சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்துக்கு எதிரான சட்டங்கள் பல எழுத்தில் இருக்கின்றபோதிலும் துஷ்பிரயோகம் எமது பிரதேசத்தில் அதிகரித்துவருவது போலவே தோன்றுகிறது.

09. இணையத்துக்கு அடிமையாதல்

இணையத் தொழில்நுட்பம் பதின்ம வயதினரின் திறமைகளை வளர்க்க உதவுகிறது என்பது உண்மை. அதனைச் சரியான முறையில் பயன்படுத்தும்போது அறிவு விருத்தியடையும். ஆயினும், வலைத் தளங்கள் அதிக ஆபத்துக்களையும் பிரச்சினைகளையும் கொண்டு பதின்ம வயதினரைக் குறிவைத்துக் காத்திருக்கின்றன என்பதையும் மறுக்கமுடியாது. பிள்ளைகள் எங்கே உள்ளார்கள் என்பதை அறியவும் அவர்கள் ஏதாவது இக்கட்டில் உள்ளனரா எனத் தெரிந்துகொள்ளவும் செல்லிடப்பேசி உதவும் என்பது உண்மையே. ஆயினும், அதனைப் படிக்கும் நேரத்தில் அல்லவா பாவிக்கிறார்கள்? அதிகளவு நேர விரயம், பணச் செலவு ஆகியவற்றோடு உடல், உள ஆரோக்கியத்திலும் பாதிப்புச்செலுத்துகின்றன இணையத்தளங்கள். இணையத் தளம் மூலம் அறிமுகமாகும் நண்பர்கள் பாலியல் தொடர்புவரை வந்துவிடுகிறார்கள். ஒருநாளில் 7, 8 மணி நேரத்துக்கு மேல்

கணனியோடு செலவிடுகின்ற பலர் தவறான தகவல்களைப் பெறுவதோடு வீடியோ விளையாட்டுக்களிலும் ஈடுபடுகின்றனர். இது மூளையின் இயல்பான விருத்தியைப் பாதிப்பதோடு மனிதத் தொடர்பிலும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகிறது. வன்மையான விளையாட்டுக்கள், பலாத்கார நடத்தையைத் தூண்டலாம். கல்வி அடைவுமட்டம் குறைந்துபோகலாம். தூக்கத்திலும் தொலைபேசியில் தட்டும் பழக்கம் ஏற்படலாம்.

ஒருசில “இன்ரநெற் கபே” உரிமையாளர்கள் வருமானம் கருதி பாலியல் ரீதியான இணையத் தளங்களைத் திறந்து வைத்துள்ளனர். அங்கு செல்கின்ற மாணவர்கள் அதைப் பார்க்கும் சந்தர்ப்பம் கிட்டுகிறது. ஒருமுறை பார்த்தவர்கள் தொடர்ந்தும் அங்கேயே செல்கின்றனர். தமது நண்பர்களையும் அழைத்துச் செல்கின்றனர். பார்த்த காட்சிகளைப் பரீட்சிக்கவும் முயல்கின்றார்கள்.

10. தற்கொலை முயற்சி அல்லது தற்கொலை

மனித மனத்தில் “வாழ்வுந்தல்” என்பது மிக வலிமையாக இருந்தாலும் “சாவுந்தல்” என்ற ஒன்று ஆழத்தில் இருக்கத்தான்செய்கிறது. ஆயினும், சாதாரணமாக இது ஒரு கணச் சிந்தனையுடன் மறைந்துவிடும். பதின்ம வயதினரிடம் காணப்படுகின்ற “அலரிக்கொட்டை சாப்பிடுதல்”, “கிருமி நாசினி அருந்துதல்”, “கழுத்தில் சுருக்கிட்டுக்கொள்ளுதல்”, மண்ணெய் ஊற்றித் தீ மூட்டுதல்”, “நித்திரைக் குழிசைகளை உட்கொள்ளுதல்”, “நீர்நிலைகளுக்குள் பாய்தல்”, “புகையிரதத்துக்கு முன் பாய்தல்” போன்ற துல்லியமான தற்கொலை முயற்சிகளைவிட “மது அருந்துதல்”, “போதை மருந்து பாவித்தல்”, “புகைத்தல்”, “தன்னைத்தானே காயப்படுத்தல்”, “விபத்தில் அகப்படும்படி நடந்துகொள்ளுதல்” போன்ற செயற்பாடுகளுக்குப் பின்னணியிலும் சற்று ஆறுதலாக நடைபெறும் தற்கொலை முயற்சி ஒழிந்திருக்கிறது.

தற்கொலை முயற்சியில் ஈடுபடுதல் பெண்களில் அதிகமாக இருக்கிறபோதிலும், தற்கொலையை வெற்றிகரமாக நிறைவேற்றிக்கொள்பவர்கள் பெரும்பாலும் ஆண்களாகவே உள்ளனர். உலகில் ஆகக் கூடிய தற்கொலை வீதம் கொண்ட நாடுகளுள் இலங்கையும் ஒன்று.

உளவியல் ரீதியாகப் பார்க்கும்போது, தற்கொலை முயற்சி எனப்படுவது உதவிகோரி நிற்கும் ஒரு வலிமையான குரல் எனலாம். தன்னை நோக்கித் திருப்பப்பட்ட வன்முறை அல்லது ஆக்ரோசம் என்றும் கருதலாம். கர்ப்பப்பையில் இருக்கும்போது சிக்கல்களை எதிர்நோக்கிய பிள்ளைகளும் பிறக்கும்போது பிரச்சினைகளை அனுபவித்த பிள்ளைகளும் சிறு வயதில் பெரிய நெருக்கீடுகளைச் சந்தித்த பிள்ளைகளும் பதின்ம வயதில் தற்கொலை எண்ணங்களுக்குள் போவது அதிகமாக இருக்கிறது. வாழ்வில் ஒரு பிடிப்பும் விலக்கும் இல்லாமல் போவதும் ஒரு காரணியாக இருக்கலாம்.

பொதுவாகத் தற்கொலை எண்ணம் உள்ள ஒருவரின் குருதியில் செரற்றோனின் (Serotonin) அளவு குறைவாக இருப்பது அறியப்பட்டுள்ளது. தாங்கமுடியாத ஒரு நிலைமையிலிருந்து தப்பிக்கொள்வதற்காகச் செய்யப்படுவது தப்பிக்கும் தற்கொலையாகும். மனச் சோர்வினால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கும் பதின்ம வயதினர் அல்லது மது பாவனையில், போதைப்பொருள் பாவனையில் இருப்போர் தப்பிக்கும் தற்கொலை செய்ய வாய்ப்பு அதிகம். குழப்பமான குடும்பங்களிலிருந்து வந்த பிள்ளைகள் வீட்டு வன்முறை காண்படும் குடும்பங்களின் பிள்ளைகள் போன்றோர் மத்தியில் இவ்வகைத்தற்கொலை முயற்சி அதிகம் இருக்கலாம். தனிமை உணர்வும் பாதுகாப்பு இன்மையுமே இதன் அடிநாதங்களாகும்.

பழிவாங்கும் உணர்வினால் செய்யப்படுவது ஆக்ரோசத் தற்கொலை எனப்படும். இதன் அடிப்படையில்

தாங்க முடியாத கோபம் இருக்கும். காதல் தோல்வியின் பின் வரும் ஏமாற்றத் தற்கொலைகள் இந்தப் பிரிவில் அடங்கும்.

11. பிறழ்வு நடத்தை

களவு, வன்முறைகள், குற்றச் செயல்களில் ஈடுபடுதல், அதிகம் பொய்பேசுதல், பாலியல் பிறழ்வு எனப் பலவற்றை இந்தப் பகுதிக்குள் அடக்கலாம்.

பதினம் வயதினரைக் கையாளுதல்

வீட்டில் பெற்றோர்களும் பாடசாலையில் ஆசிரியர்களுமே பதினம் வயதினரைக் கையாள்வதில் முக்கியமானவர்கள்.

ஆசிரியர்கள் இவர்களைப் புரிந்துகொண்டு தொடர்பாடவேண்டும். அவர்கள் கூறும் கருத்துக்களைக் கேட்கவேண்டும். அவர்களிடம் அன்பு காட்டுவதும் ஊக்குவிப்பதும் அவர்களோடு தரமான நேரத்தைச் செலவுசெய்வதும் முக்கியமானவை. பாடத்திட்டத்தைப் படிப்பித்தோம், போனோம் என்று இருப்பதைவிடச் சிறிது நேரமாவது வாழ்வு பற்றி அவர்களோடு கலந்துரையாடுவது அவசியம்.

அவர்களிடம் நிறைந்து காணப்படும் சக்தியைப் பயனள்ள வழிகளில் திருப்பிவிடலாம். பாடசாலையில் அமையும் பல்வேறு கழகங்கள், அமைப்புகள் ஆகியவற்றின் பொறுப்பை அவர்களிடமே விட்டு, மேற்பார்வைசெய்துகொள்ளலாம். பல்வேறு விழாக்களையும் ஏற்பாடு செய்யும் பொறுப்பை அவர்களிடமே விட்டுவிடலாம். முயன்று தவறிக் கற்றுக்கொள்வார்கள்.

தனிப்பட்ட முறையில் ஒவ்வொரு பதினம் வயது மாணவரும் என்ன இலக்கைக் கொண்டிருக்கிறார் என்பதை அறிந்து அதை அவர்கள் அடைய உதவலாம். ஆயினும், எந்தக் காரணங்கொண்டும் ஒருவரை இன்னொருவருடன் ஒப்பிடவேண்டியதில்லை.

தமது கிராமத்தின் சனசமூகநிலையம், கோவில் போன்ற இடங்களில் பொதுப்பணியில் ஈடுபடும் பதின்ம வயதினரைப் பலர் முன்னிலையில் மனம் திறந்து பாராட்டலாம். ஆயினும், இந்த உலகில் மாற்றமுடியாத விடயங்களை ஏற்றுக்கொள்ளவும் மாற்றக்கூடியவற்றை மாற்றவும் அவர்களுக்கு உதவலாம்.

பாடசாலையின் இணைப்பாடவிதான செயற்பாடுகளில் முடிந்தவரை பதின்ம வயதினர் எல்லோரையும் பங்குபெறச் செய்யலாம். கலைகளும் விளையாட்டுக்களும் அவர்களின் உள ஆரோக்கிய வளர்ச்சிக்குப் பெரிதும் உதவும்.

குடும்ப அங்கத்தவர்களோடு இவர்கள் நெருங்கிய உறவை வைத்திருப்பதை ஆசிரியர் உறுதிசெய்துகொள்ளலாம். பெற்றோர் சந்திப்புக்களின்போது, பெற்றோர் நடந்துகொள்ளவேண்டிய முறை பற்றிக் கலந்துரையாடலாம். அவர்கள் தமது பெயர், செல்லப்பெயர், குடும்பம், சமூக அந்தஸ்து, கல்வி, ஒழுக்கம், சமூக உறவுகள், உடை, நண்பர், நடத்தை, நம்பிக்கை பற்றியெல்லாம் உயர்ந்த கணிப்பும் மதிப்பும் வைத்திருக்க உதவலாம்.

ஆசிரியர்கள் இவர்களுக்கு நல்ல முன்மாதிரியாக அமைவது முக்கியம். அவர்கள் தேடும் இலக்குத் தலைவர்கள் ஆசிரியர்களாய் அமையவேண்டும். ஆசிரியர்கள் பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வுகாணும் முறைகளை அவர்கள் நேரே காணவேண்டும். ஆயினும், அவர்களின் வயதுக்கு மீறிய விடயங்களை அவர்களோடு கதைக்கவேண்டியதில்லை.

நூல்நிலையத்தை நன்கு பயன்படுத்தவும் நிறைய வாசிக்கவும் அவர்களை அடிக்கடி தூண்டவேண்டும். அவர்களுடைய நல்ல முயற்சிகளையெல்லாம் பாராட்டவேண்டும்.

சாதாரணமாக அவர்கள் செய்யும் தவறுகளையும் அவர்களுக்கு வரும் தோல்விகளையும் ஆசிரியர்கள்

ஏற்றுக்கொள்ளலாம். மறுமுறை அப்படி நடக்காதிருக்க என்ன செய்யலாம் என்று கூறலாம். சில சில விடயங்களில் அவர்களுக்கென்று ஒரு பாணி இருக்கும். அது மற்றவர்களுக்குத் தீமை தராத வரையில் அதனை மாற்ற முயற்சிசெய்ய வேண்டியதில்லை.

எதிர்ப் பாலாருடன் சாதாரணமாகப் பேசவும் பழகவும் அனுமதிக்கலாம். எல்லை மீறிப்போகாமலிருப்பதைக் கண்காணித்தால் போதும்.

தற்கொலை பற்றிய எண்ணம் இருந்தால் கவனிக்கவேண்டும். தற்கொலை பற்றிக் கதைப்பவர்கள் அதைச் செய்வதில்லை என்பது தவறான கருத்து. உண்மையில், தற்கொலை முயற்சிசெய்பவர்களில் முக்காற் பங்கினர் அதைப் பற்றி முன்னமே வெளிப்படுத்துகிறார்கள். அப்படி ஏதும் இருந்தால் உளவளத்துணை ஆசிரியரை உடனே சந்திக்கவைக்கலாம்.

போதையின் பிடியில் உள்ளவர்களை உடனே ஒரு மருத்துவரைச் சந்திக்கவைக்கவேண்டும். உடல், உள சமூக நிலைகளில் அவர்களுக்குச் செய்யவேண்டிய சிகிச்சைகளை அவர்கள் தீர்மானிப்பர்.

காலையில் ஆசிரியர் பாடசாலைக்கு நேரத்துடன் வந்து மாணவர்கள் வரும்போது புன்முறுவலுடன் காலை வணக்கம் சொல்லி வரவேற்கும் பழக்கம் மிகுந்த நன்மை தரும். அதற்கு மேலாக ஒவ்வொரு மாணவரிடமும் காணப்படும் ஏதோ ஒரு நல்ல பழக்கத்தை, நல்ல அம்சத்தைப் பாராட்டுவது இன்னும் உறவை இறுக்கும். அந்த மாணவர் அக்கறை கொள்ளும் விடயம் பற்றி ஒரு வசனம் பேசுவதுகூட அவர்களில் ஒரு முன்னேற்றத்தைக் கொண்டுவரும்.

பெற்றோர்கள் பதினம் வயதுப் பிள்ளைகளோடு தரமான நேரத்தைச் செலவிடுவதும் அவர்களோடு மனம் திறந்து கதைப்பதும் மிகவும் அவசியம். தொலைக்காட்சி பார்க்கும் நேரத்திலும் சமையல் செய்யும் நேரத்திலும் கதையோடு கதையாகப் பாலியல் கல்வியை நகுக்காகப் போதித்தல் அவசியம். எதுவும் வீட்டில் கிடைக்காத சந்தர்ப்பங்களிலேதான் பிள்ளைகள் அதனை வெளியே பெற முனைகிறார்கள் என்பதைப் பெற்றோர்கள் உணரவேண்டும். பாலியல் பற்றியும் காதல் மற்றும், விழுமியங்கள் பற்றியும் பிள்ளைகள் பெற்றோர்களிடமிருந்தே அறிய விரும்புவார்கள். அதற்கான சந்தர்ப்பங்கள் கிடைக்கவேண்டும். பெற்றோர் தமது கூச்ச சுவாவத்தால் எதைச் சொல்வதற்குத் தயங்குகிறார்களோ அது பாரிய பரிணாமம் பெற்று எல்லோரும் கூச்சப்படுமளவுக்கு வந்துவிடலாம் என்பதை மறந்துபோகக்கூடாது. அதேபோல மதுப் பாவனை, போதை, புகைத்தல், தற்கொலை பற்றியெல்லாம் அவ்வப்போது பிள்ளையுடன் பேசவேண்டும்.

பதினம் வயதுப் பிள்ளைகளின் கற்றல் அடைவு மட்டம் தொழில் தேர்வு போன்ற விடயங்கள் தொடர்பாகப் பெற்றோரின் எதிர்பார்ப்புகள் பிள்ளைகள் அடையத்தக்க எல்லைக்குள் இருக்கவேண்டும். அவை பிள்ளையின் சுய இலக்குடன் ஒத்துப்போகுமாயின் பிள்ளையின் சுய கணிப்பு உயரும். இலக்கை அடையமுடியாதபோதும் பிள்ளையின் சொந்த விருப்பத்துக்கு முரணாகப் பெற்றோரின் எதிர்பார்ப்பு இருக்கும்போதும் பிள்ளையின் சுய மதிப்பு வீழ்ச்சியடைவதும் விரக்தி ஏற்படுவதும் நிகழலாம்.

வீட்டில் ஒரு கணனி இருக்குமாயின் அது எல்லோருக்கும் பொதுவாக இருக்கவேண்டும். பெற்றோர் கணனியறிவைப் பெற்றுக்கொள்ளவேண்டும். கணனியைத் தனியே பதினம் வயதுப் பிள்ளையின் அறையில் வைக்காமல் பொது இடத்தில் வைத்தால் ஒரு சிறு கட்டுப்பாடு இருக்கும். என்ன நடக்கிறது என்று பெற்றோர் அவதானிக்கலாம். பெற்றோர் கவனிக்கிறார்கள் என்ற பயம் பிள்ளைக்கும் இருக்கும். பதினம் வயதுப் பிள்ளைக்குத் தனியாக

அலைபேசி வாங்கிக்கொடுப்பதும் மோட்டார் சைக்கிள் வாங்கிக்கொடுப்பதும் அவசியமில்லை என்பதில் பெற்றோர் உறுதியாக இருக்கலாம். துவிச்சக்கர வண்டியில் பயணம் செய்வதும் நடப்பதும் உடலுக்கும் உள்ளத்துக்கும் உகந்தவை. பஸ்ஸில் பயணம் செய்து தரிப்பிடத்தில் இறங்கி, வீடு வரை நடப்பது மிகவும் நல்லது.

வீடியோ விளையாட்டுக்களில் அதிக நேரம் செலவுசெய்ய அனுமதிக்காதிருக்கலாம். சினிமா, தொடர் நாடகங்கள், வீடியோ விளையாட்டுக்கள் ஆகியவற்றின் நன்மை தீமை பற்றி அவர்களுடன் கலந்துரையாடி வீட்டின் சட்டதிட்டங்களைத் தயாரித்துக்கொள்ளலாம்.

பிள்ளைகள் நிறைய நூல்களை வாசிக்கத் தூண்டுகிற அதே சமயம் இழிவு இலக்கியம் வாசிக்க அனுமதிக்கக் கூடாது.

முடிந்தவரை தம்மிடமிருந்து பிரிந்து வாழப் பிள்ளைகளை அனுமதிக்காதிருப்பதே நல்லது. அவர்களைப் பாடசாலை விடுதிகளில் சேர்க்க நினைக்கவேண்டாம். பதினெட்டு வயதின் பின் பல்கலைக்கழகக் காலத்தில் வேண்டுமானால் அவர்கள் வேறு இடங்களில் இருந்து படிக்க அனுமதிக்கலாம்.

சிலவேளை, வானொலி, தொலைக்காட்சி போன்றவற்றை மிக உரத்த சத்தத்தில் கேட்கப் பதின்ம வயதினர் விரும்பலாம். உரத்த சத்தம் கேட்கும் திறனைப் பாதிக்கும் என்ற விடயத்தைப் பெற்றோர் நகுக்காக எடுத்துச் சொல்லவேண்டும்.

உறக்கம் என்பது அத்தியவசியத் தேவைகளில் ஒன்று. பதின்ம வயதினருங்கூட ஒரு நாளுக்கு எட்டு மணி நேரம் தூங்கவேண்டும். அவர்கள் தூங்கும் நேரத்தைக் குறைக்கப் பெற்றோர் எத்தனிப்பது நல்லதில்லை. தாமாக விரும்பி அவர்கள் ஏழு மணி நேரத்துக்குக் குறைத்துக்கொண்டால் பரவாயில்லை. அதைவிடக் குறைக்கவேண்டாம் என்று சொல்வதே நல்லது. போதிய

உறக்கம் இருந்தால் விழிப்பாக இருக்கும் நேரங்கள் வினைத்திறனுடன் அமையும்.

வீட்டில் நடைபெறும் அனைத்து விடயங்களையும் பெற்றோர் பதின்ம வயதினருடன் பகிர்ந்துகொள்ளவேண்டும். இரகசியம் எதுவும் பேணப்படவேண்டியதில்லை. (குடும்ப உறவு தவிர) விடயங்களில் முடிவுகள் எடுக்கப்படும்போதும் பதின்ம வயதுப் பிள்ளையின் ஆலோசனை கேட்கப்படுவது மிகவும் நல்லது. “இந்தக் குடும்பத்தில் நான் ஒரு முக்கிய பங்காளி” என்ற உணர்வு பிள்ளையிடம் எப்போதும் இருக்கவேண்டும்.

பெற்றோர்கள் பிள்ளைகளுக்கு முன்மாதிரிகளாக அமையவேண்டும். ஆயினும், அவர்களின் வேலைகளைப் பெற்றோர் செய்யவேண்டியதில்லை. பாடசாலையில் கொடுக்கப்படும் வீட்டு வேலை முதல் உடுப்புத் துவைப்பது வரை பிள்ளை தனது வேலையைத் தான் செய்ய ஊக்குவிக்கப்படவேண்டும். சுகவீனமாக இருக்கும் சந்தர்ப்பங்கள் விதிவிலக்காகலாம். ஆயினும் அவர்களது எல்லா வேலைகளிலும் ஆதரவு கொடுப்பதும் அனுசரணை வழங்குவதும் வளமுட்டுவதும் அவசியம். பிள்ளைகளுடைய வெற்றிகள் மட்டுந்தான் பாராட்டப்படவேண்டும் என்பதில்லை. அவர்களது முயற்சிகள் ஒவ்வொன்றும் பாராட்டப்படவேண்டும். பதின்ம வயதினர் சிலவேளைகளில் தவறு செய்யலாம். அவற்றையும் ஏற்றுக் கொள்ளலாம். தவறுகள் எல்லாம் தண்டிக்கப்பட வேண்டியவையல்ல. அதற்காக நீளமான உபதேசம் செய்ய வேண்டியதில்லை. பல சந்தர்ப்பங்களில் அந்தத் தவறு அவர்களுக்கு நல்லதொரு பாடமாக அமையும். தானே திருந்திக்கொள்வார்கள்.

அவர்கள் தாம் கட்டளையிடப்படுவதை ஒருபோதும் விரும்பமாட்டார்கள். கட்டளைகளை யாரும் விரும்புவதில்லை. அவர்களாகக் கேட்கும் சந்தர்ப்பத்தில் நன்மை தீமைகளைப் பற்றிக் கலந்துரையாடலாம்.

பெற்றோர் நெறி பிறழா வாழ்க்கை வாழ்வது மிக முக்கியம்.
அதுவே அவர்களை மாற்ற வல்லது.

பதின்ம வயதுப் பருவ வாழ்க்கை ஒரு வெகுமதி.
அதேநேரம், ஒரு சவால். அது சிறப்பாக அமைவது சமுதாய
முன்னேற்றத்துக்கும் நாட்டின் அபிவிருத்திக்கும் அவசியமானது.

அடிக்குறிப்புகள்:

1. சோமசுந்தரம். தயா, வழிதவறிப்போன ஓர் இளைஞர்
தலைமுறை.
2. சோமசுந்தரம் தயா
சிவயோகன். எஸ்
கோகிலா மகேந்திரன், சிறுவர் உளநலம்.
3. சிவதாஸ். எஸ், மகிழ்வுடன்.
4. கனகசபாபதி. பொ, மனம் எங்கே போகிறது.
5. கோகிலா மகேந்திரன், எங்கே நிம்மதி.
6. Wikipedia - teenager.

வாழ்வகக் கீதம்

ஞான ஒளி தரும் வாழ்வகமே வாழி
ஞாலந் தனிலே விழிப்புல வலுவிழந்தோர்க்கு
ஞான ஒளி தரும் வாழ்வகமே.

ஊனக்கண் இழந்தாலும் ஞானக்கண்ணைத் திறந்தே
மௌன மொழி கல்விகலை மேதினியில் ஊட்டி வைக்கும்
ஞான ஒளிதரும் வாழ்வகமே.

அன்பொடு ஆற்றலும் அறிவொடு ஒழுக்கமும்
பண்பொடு பண்பாடும் பயனுறத் தரும் இல்லம்
இன்பமாய் எல்லோரும் இனித்திட வாழ்ந்திட
துன்பமெல்லாம் துடைக்கும் தொண்டுகள் செய்யும் இல்லம்

