துளிர்கள்

வாழ்க்கை விருத்திப் படிகள்
சிறுவர்

தொகுப்பு
திரு.கே.எஸ்.ரகுநாதன்
இயக்குனர்
துளிர்கள்

"மனங்களை எப் பொழுதும் மதிக்கப் பழகுங்கள்- அதில்
உங்கள் மனம், மற்றவர் மனம் என்று வேறுபாடு காட்டாதீர்கள்"

"அன்பு, பணிவு, அடக்கம் என்னும் மூன்றும் என்றுமே-
உங்களை உயரத்திலே வைத்திருக்கும்"

துளிர்கள்
இல.47 மாட்டின் வீதி,
யாழ்ப்பாணம்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வாழ்க்கை விருத்திப் படிகள்

சிறுவர்

18 வயதிற்குக் குறைந்த எந்த ஒரு மனிதனும் சிறுவர் எனக் கருதப்படுவர். சிறுவர் பற்றிக் குறிப்பிடப்படும் மூன்று முக்கியமான எண்ணக்கருக்களில்

1. வளர்ச்சி (Growth)
2. முதிர்ச்சி (Maturation)
3. விருத்தி (Development)

உடலியல் ரீதியாக நிகழும் மாற்றம் வளர்ச்சியென்று கருதப்படும். நிறை அதிகரிப்பு, உயர அதிகரிப்பு, மற்றும் எலும்புத் தொகுதி, ஏனைய உள்ளுறுப்புக்களிள் நிகழும் வளர்ச்சி என்பதே இதன் பிரதான கருத்தாகும். உடலியல் வளர்ச்சியின்றி உள வளர்ச்சி பற்றி சிந்திக்க முடியாது.எவரும் குறிப்பிட்ட வயதில் சில செயற்பாடுகளை செய்யக்கூடிய ஆற்றலாகும். அதாவது சமூக முதிர்ச்சி ,உள முதிர்ச்சி, ஆளுமை முதிர்ச்சி பற்றியதே இதன் கருத்தாகும்.

இது வளர்ச்சி ,முதிர்ச்சி ஆகிய 2 எண்ணக்கருக்களையும் விட மாறானது

- ❖ உடலியல் விருத்தி (Physical Development)
- ❖ அறிவு விருத்தி (Cognitive Development)
- ❖ ஆளுமை விருத்தி (Personality Development)
- ❖ மனவெழுச்சி விருத்தி (Emotional Development)
- ❖ ஆன்மீக விருத்தி (Moral Development)
- ❖ சமூக விருத்தி (Social Development)

சிறுவர் நடத்தைகளை தீர்மானிக்கும் காரணிகள்

1. கருக்கொள்ள முன்னுள்ள காரணிகள் (Pre conceptional Factors)
2. கர்ப்ப காலக் காரணிகள் (Factors during pregnancy)
3. பிறப்பின் பின்னான காரணிகள் (Factors after birth)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

1) கருக்கொள்ள முன்னுள்ள காரணிகள்

- பெற்றோரின் வயது
- பிள்ளையைப் பெற்றுக் கொள்வதில் விருப்பு
- திருமண வாழ்க்கையின் வயது
- திருமண முறை(வற்புறுத்தி செய்யப்படும் திருமணமா/சட்ட ரீதியற்ற திருமணத்தின் மூலம் கிடைக்கப்படும் குழந்தை)

2) கர்ப்ப காலக் காரணிகள்

- தாயின் வயது
- தாய்க்கு கிடைக்கும் போசனை
- தாய் உட்கொள்ளும் பல்வேறு மருந்து முறைகள்
- போதைப் பொருள் பாவனையும்,புகைப்பிடித்தல் பழக்கமும்

♣ கர்ப்ப காலத்தில் தாய்க்கு ஏற்படக் கூடிய பல்வேறு நோய்கள்

1. சின்ன முத்து (German Measles)
2. கொப்பளிப்பான் (Chicken pox)
3. செங்கண்மாரி (Hepatitis)
4. பால் வினை நோய்கள் (STD)

♣ Rh காரணி

♣ தாயினுள் ஏற்படும் அழுத்தங்கள்

♣ தந்தை வழிக் காரணிகள்

- ❖ பரம்பரை அலகு, நோய்க் குறைபாடுகள்
- ❖ பால் வினை நோய்கள்
- ❖ போதைப் பொருள் பாவனையும், புகை பிடிக்கும் பழக்கமும்

3) பிறப்பின் பின்னான காரணிகள் (Factors after birth)

♣ தாய் பிள்ளை உறவு

♣ பெற்றோரும் வீடும்

♣ குடும்பத்தின் தன்மை

♣ ஏனைய முக்கிய நபர்களின் பங்கு(ஆசிரியர், சகோதர, சகோதரிகள் நண்பர், நண்பிகள்)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சிறுவர் விருத்தியில் தாக்கம் செலுத்தும் காரணிகள்

1. உயிரியல் காரணிகள் (Biological factors)
2. உளவியல் காரணிகள்(Psychological factors)
3. சூழல் காரணிகள் (Environmental factors)

தனி நபர் விருத்திப் பருவங்கள்

(Human Development Stages)

01.	முன் பிரசவப் பருவம்	கருத்தரிப்பு – பிறப்பு வரை
02.	சிசுப் பருவம்	0 – 01 வரை
03.	நடக்க கற்றுக் கொள்ளும் பருவம்	01 – 03 வரை
04.	முன்பள்ளிப் பருவம்	03 – 06 வரை
05.	பாடசாலைப் பருவம்	06 – 12 வரை
06.	முன் கட்டிளமைப் பருவம்	12 – 18 வரை
07.	கட்டிளமைப் பருவம்	18 – 25 வரை
08.	முன் முதிர்ப் பருவம்	25 – 35 வரை
09.	முதிர்ப் பருவம்	35 – 55 வரை
10.	வயோதிபப் பருவம்	55 பின்

I. முன் பிரசவப் பருவம் (pre-natal Stage)

கற்பம் தரித்து முதற் பிள்ளைப் பேறு வரையுள்ள காலத்தை முன் கற்பகாலம் என்பார்.தற்கால கண்டுபிடிப்புகளின் படி குழந்தையின் வாழ்க்கையில் மிக தீர்க்கமுடைய காலம் இந்த 40 வாரங்களாகும்.

முன் கற்ப காலம் நான்கு வகைப்படும்

1. கருக்கட்டுதல் (Conception)
2. முன் முளையப் பருவம்/ முன் முதிர் மூலப் பருவம் (Germinal period)
3. முறையப்பருவம்(Embryonic Stage)
4. முதிர் முலவுருப் பருவம்(The fetal period)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

2. முன் முளையப் பருவம்/ முன் முதிர் மூலப் பருவம் (Germinal period)

கருக்கட்டிய சந்தர்ப்பம் முதல் முளையம் ஆகும் வரையான கால எல்லையாகும். (From Conception to implantation) விருத்தி–யடையும் உயிர் கருப்பையில் பதியப்படும் வரையான 10 – 14 நாட்களுக்கிடையேயான காலமாகும்.

3. முறையப் பருவம் (Embryonic Stage)

28 வரையுள்ள வாரம் இதற்குரியதாகும். காலப் பிரிவு இக் காலத்தில் விரைவாக நிகழும்.

Cell differentiation......... Outer layer (புறத் தோற்படை)

Middle layer (இடைத் தோற்படை)

Inner layer (அகத் தோற்படை)

தாய்க்கும் பிள்ளைக்குமிடையிலான தொப்புள் நாடா விருத்தியடைவதுடன் தாயில் தொங்கி நிற்றலுக்கான தொடர்பு ஆரம்பமாகும்.

1. முதிர் முலவுருப் பருவம் (The fetal period)

இப் பருவத்தில் தான் குழந்தையின் உறுப்புக்கள் நன்கு விருத்தியடைந்து பிரசவத்திற்கு பொருத்தமான விதத்தில் பிள்ளை ஒழுங்கமையும்.

முன் கர்ப்ப காலத்தில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் காரணிகள்

I. தாயின் வயது

II. தாய்க்கு கிடைக்கும் போசனை

III. தாய் உட்கொள்ளும் பல்வேறு ஔடதங்கள் / மருந்துகள்

IV. தாயினால் காணப்படும் நெருக்கீடுகள்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

II. சிசுப் பருவம் (Infancey 0–1 வயது)

சிசு விருத்திப் பருவத்தை 3 கட்டமாக குறிப்பிட முடியும்.

I. உடலியல் விருத்தி(Physical development)

II. நுண்ணறிவு விருத்தி (Cognitive development)

III. சமூக மனவெழுச்சி சார் விருத்தி (Social Emotional development)

உடலியல் விருத்தி மிக வேகமாக நிகழும். பிறந்த சில மணித்தியாலங்களே குழந்தை தூங்கும்.

III. நடக்க கற்றுக் கொள்ளும் பருவம்

இப் பருவத்தில் குழந்தையின் போசனை சூழல் ,கலாச்சாரம், பொருளாதாரம் போன்ற விடயங்கள் முக்கியமானதாகும்.குழந்தையின் நிறை 11kg–12kg காணப்படும்.கூடுதலாக ஆண் /பெண்/ பால் நிலை போன்ற காரணிகளுக்கு அமைய மாற்றமடையும்.

<u>மாற்றங்களாவன</u>

- பாற் பற்கள் வளர்ச்சியடையும்.
- மனித மூளையின் முழு வளர்ச்சியில் ¾ பங்கு வளர்ச்சி பெற்றிருக்கும்.
- நரம்புகளின் மூலம் சரியான முறையில் செய்திகள் கொண்டு செல்லப்படும்.தம்மைச் சுற்றியுள்ள சூழல் பற்றியும்/ பொருட்கள் பற்றியும் சரியான விளக்க மொன்றைப் பெற்றுக் கொள்வார்.
- 18 மாதமாகும் போது ஒரு கையினால் பிடித்துக் கொண்டு படியைக் கடக்க முயல்வார்.
- 20 மாதங்களாகும் போது ஓர் இடத்தை விட்டு இன்னொரு இடத்திற்கு பாய்வதற்கான ஆற்றல் கிடைக்கும்.
- 20 மாதத்தின் பின்னர் பந்தை எறியவும்/ பந்தை தள்ளுவதற்கும் /மலை மேடுகளை விட்டு விலகிச் செல்லவும் ஆற்றல் கிடைக்கும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

- நடனங்கள்/அபிநயங்கள் வளர்ந்தவர்களின் சில செயற்பாடுகளை பின் பற்றும் ஆற்றல் இருக்கும்.
- 4 1/2 –5 மணித்தியாலங்கள் விழித்திருந்து செயற்படுவார்கள்.
- 03 வருட முடிவில் பிறந்த உடன் காணப்பட்ட உயரத்தை விட 75% உயர்ந்து காணப்படுவார்.ஆண் பிள்ளையாயின் மற்றவர்களின் உயரத்தை விட ½ பங்களவிலும் சற்று உயரமாகக் காணப்படுவார்.தொடர்ச்சியாக 6 ½ மணித்தியாலங்கள் செயற்பட முடியும்.அத்துடன் தம்மைக் கட்டுப்படுத்தவும் ஆரம்பிப்பார்கள். தனிமையாக விளையாடுதல்/குழுவாக விளையாடுவதிலும் ஈடுபடுவார்.Verbal முறையில் ஏறக்குறைய 85 சொற்களைப் பயன்படுத்தும் திறமை உண்டு.
- இக் காலத்திலே குழந்தையின் மொழி விருத்தி மிக முக்கியமானது. பிள்ளையின் மொழி ஆற்றலை விருத்தி செய்வதற்காக குடும்பம் கூடிய செல்வாக்கு செலுத்த வேண்டும். குழந்தைக்குப் பிடித்தமான ஒரு மழலையின் மொழியைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.(Be an active conversational Partner)

IV. முன்பள்ளிப் பருவம் (Pre-School age)

- குழந்தையின் உடல் சார்ந்த/ அசைவு சார்ந்த/ மொழி சார்ந்த /நுண்ணறிவு சார்ந்த/சமூகம் சார்ந்த/ கலாச்சாரம் சார்ந்த எல்லாத் துறைகளும் விருத்தியடையும் பருவமாகும்.குறிப்பாகச் சொன்னால் குழந்தை வீட்டுச் சூழலிலிருந்து பிரிந்து முறையாக காலத்தைக் கழிக்கும் பருவமாகும்.
- ஆண் பிள்ளைகளின் தசைகள் அதிகரித்து வலிமையடையும். பெண்களில் கொழுப்பு இழையம் அதிகரிக்கும்.நரம்புகள்/ எலும்புகள் /தசைகள் முதிர்ச்சியடையும்.சில சிக்கலான செயற்பாடுகளை செய்யக் கூடிய ஆற்றல் கிடைக்கும். அனைத்துப் பாற்ப் பற்களும் முழுமையடைந்து விடும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

- நுண்ணறிவு தன்மை விரைவாக காணப்படும்.குழந்தையின் ஆளுமை விருத்தி இப் பருவத்திலே முக்கியத்துவம் பெறுகின்றன.நல்ல போசாக்கான உணவுப் பொருட்களை நாளொன்றுக்கு 1200 – 1400 கலோரி வரை சக்தி தேவைப்படுகிறது.ஒரே விதமான உணவை வழங்கக் கூடாது.பல்வேறு முறைகளிலமைந்த சுவை மிக்க உணவை வழங்க வேண்டும்.

- குழந்தையின் ஆடைகள்/ஏனைய சுகாதார சுத்தம் போன்ற வற்றிலும் பெற்றோர் கவனம் செலுத்த வேண்டும. ஏனெனில் குழந்தைகள் நல்ல பழக்க வழக்கங்களைக் கற்றுக் கொள்வது இப் பருவத்திலே.

- பெற்றோர்கள் பிள்ளைகளின் மன வெளிப்பாட்டையறிந்து பிள்ளைகள் விரும்பிய விளையாட்டுப் பொருட்களை வாங்கிக் கொடுத்து பிள்ளையின் விளையாட்டுக்களுக்கு சந்தர்ப்பம் வழங்குவதுடன் குழந்தை விரும்பிய சூழலுக்கு அழைத்துச் செல்லவும் வேண்டும். கல்வி /விளையாட்டு ரீதியில் பரிசில்கள் கிடைக்கும். அப்போது பெற்றோர்கள் குழந்தையை ஊக்கப்படுத்துவது அவசியம்.குழந்தைக்கு கொடுக்கும் உறுதி மொழிகளை நிறைவேற்றுவது அவசியம்.

- தவறு இருப்பின் அவற்றைச் சுட்டிக் காட்ட வேண்டும்.தண்டனை வழங்குவதாயின் குழந்தையின் வயது/ பிழையின் அளவு போன்றவற்றைக் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும்.சிறிய தவறுக்கு பெரிய தண்டனை வழங்கக் கூடாது.

பெற்றோர் கவனத்திற்கு

கூடிய சுதந்திரத்தில் வளரும் பிள்ளைகள் பெற்றோர்களின் சொற்கள் கேட்க மாட்டார்கள். உறுதியான நடத்தைக் கோலம் இல்லாமலிருப்பார்.பிற்காலத்தில் சமூக பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் வாழ்வைக் கொண்டிருப்பார்.பருவமடைந்தாலும் பிள்ளை சட்டங்களை பின்பற்றுவதில்லை. சரியான தலைமைத்துவம் ஒன்றை ஏற்க முடியாது. பெற்றோர்களை மதிக்கும் பக்குவமின்மை போன்றவை காணப்படும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

♣ உயரிய சுதந்திரம், உயரிய கட்டுப்பாடுகளை விட மத்திமமான/ மிதமான சுதந்திரமும் மிதமான கட்டுப்பாடும்/எதிர்கால நல்வாழ்வுக்கு இன்றியமையாது.

பிள்ளைப் பருவப் பிரச்சினைகள்

பிள்ளையொருவரின் நடத்தையைத் தீர்மானிக்கும் காரணிகளாக பின்வருவன காணப்படுகின்றன.

(1) கருக் கொள்ள முன்னான காரணிகள்
(2) கர்ப்ப கால காரணிகள்
(3) பிறப்பிற்குப் பின்னான காரணிகள்

இவற்றிலேற்படும் பல்வேறு பிரச்சினைகள் காரணமாகப் பிள்ளையின் வளர்ச்சியிலும் ,நடத்தையிலும் பல்வேறு மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன.

பிள்ளைப் பருவ விருத்திக்கோளாறு (Childhood Development Disorders) எனக்குறிப்பிடுவது இவ்வாறு தோன்றும் ஊனத்தன்மைகளாகும் அவையாவன.

1. தொடர்பாடல் கோளாறு **(Communication Disorders)**
2. கவனக் குறைபாட்டுடன் கூடிய மிகைச் செயற்பாட்டுக்கோளாறு **(Attention Deficit Hyperactivity Didorders)**
3. பிள்ளைப் பருவ பயம் **(Childhood Fears)**
4. பிள்ளைப்பருவ மனத் தளர்ச்சி நோய் **(Childhood Depression)**
5. உணவு உட்கொள்வதில் காணப்படும் கோளாறு **(Eating Disordes)**
6. கற்றலில் கோளாறு **(Learning Disorders)**

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

7. நடத்தை சார் கோளாறு (Disruptive Behavior Disorder)
8. மலங்கழித்தல் கோளாறு (Elmination Disorders)
9. பால் அடையாளப்படுத்தல் கோளாறு Gender Identity Disorders)
10. மந்த உளவிருத்தி (Mental Retardation)

1. தொடர்பாடல் கோளாறு (Communication Disorders)

சிறுவர் ஒருவரின் தொடர்பாடல் செயற்பாட்டில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளுடான நிலைமையே தொடர்பாடல் கோளாறு ஆகும். இதன் விசேட இயல்பு யாதெனில் இக்கோளாறு மைய நரம்புத்தொகுதியில்(Central nervous System) ஏற்படும்.அல்லது வேறு ஏதும் தொடர்பாடல் உறுப்பொன்றில் ஏற்படும் ஊமைத்தன்மைக்கு அப்பாற்பட்டிருப்பதாகும். இதற்குட்பட்ட பல உப கோளாறுகளாவன

1.1 Expressive Language Disorder (மொழி வெளிப்பாட்டில் உள்ள கோளாறு

வயதுக்குரிய மொழி விருத்தியின்மை இதன் அடிப்படைப்பண்பாகும்.

- 04 வயதிலும் 2 – 6 சொற்களையே கதைப்பர்.
- கதைப்பது மிகக் குறைவு
- ஆரம்ப காலத்தில் ஊமைப்பிள்ளை ஒன்றைப் போல் காணமுடியும்.
- மிகக் குறைந்தளவிலான சொற்களையே அறிந்திருப்பர்.
- சொற்களை பிழையாக உச்சரிப்பர்.
- இலக்கணப் பயன்பாடு பிழையாக இருக்கும்.
- வசனத்தின் முக்கிய பகுதியை விட்டு விட்டுக் கதைப்பர்.
- புதுமையான கோலத்தில் வாக்கிய வெளிப்பாடு இருக்கும்.

இக் கதைத்தல் குறைபாட்டின் அடிப்படை நிலைகள் இரண்டினைக் காண முடியும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

1.2 உச்சரிப்புக் கலையைப் பயன்படுத்துதல் கோளாறு **(Phonological Disorder)** பிள்ளையின் வயதிற் கேற்ற வகையில் சத்தங்களை உச்சரிக்கும் மட்டம் விருத்திபடையாது காணப்படுதல்.

இந்நோயின் அடிப்படை இயல்புகள்

- சத்தங்களை உருவாக்குவதில் பிரச்சினை நிலை காணப்படுதல்.
- சில சத்தங்களை மாற்றுதல்.
- சில சத்தங்களை உச்சரிக்க முடியாமை.

மேற்கூறியவற்றின் சில பண்புகள்

- நரம்புக் கோளாறு.
- கேட்டல்/கதைத்தல் உறுப்புக்களில் தளம்பிய நிலை.
- உளப் பிரச்சினைகள்.

இலங்கையின் சிறுவர்களில் 2% 3% பிள்ளைகள் இந்நோய் நிலைக்கு உள்ளாகியுள்ளனர் எனக் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது. அதில் பெரும்பாலானவர்கள் ஆண்பிள்ளைகளாவார். குடும்பத்தில் யாருமொருவருக்கு கதைப்பதில் கோளாறு காணப்படுமாயின இது பிள்ளையையும் பாதிக்கும். அவ்வாறே இந்நிலைமையானது பிரச்சினையான நிலைமை ஒன்று என்பதை அக்குடும்பத்தினர் அறியாதவர்களாக உள்ளனர். பெரும்பாலும் இந்நிலைமை இனங்காண முடிவது அக் குடும்பத்திற்கு வெளியே உள்ளவர்களாலேயாகும்.

1.3 **Stuttering & Stammering** (தெத்திப்பேசுதலும் திக்குதலும்)

1.4 **Stammering** என்பது முன்னர் பயன்படுத்தப்பட்ட சொல்லாகும் **Stuttering, Stammering** ஆகிய இரு சொற்களுக்கு மிடையே ஒற்றுமையுண்டு. இப்போது பெரும்பாலும் **Stammering** எனும் சொல் பயன்படுத்தப்படுவதில்லை.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அந்நோயின் இயல்பு யாதெனில் ஒரே எழுத்தைப் பலமுறை உச்சரிப்பதாகும். அதாவது பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில் சொல்லொன்றின் முதலெழுத்தை இவ்வாறு பலமுறை உச்சரிப்பர். இங்கு உச்ச சந்தர்ப்பத்திற்கு சில சொற்கள் உச்சரிக்கப்–படுவதில்லை என்பதுடன் சில சந்தர்ப்பங்களில் சத்தங்கூட வெளிவராது இடை நின்றிருக்கும்.

இதனுடன் தொடர்புடைய இயல்புகள்

- **கதைக்கும்போது சில சொற்கள் குறையாகவே வெளிவரும்.**
- **உட்சுவாசம் / வெளிச்சுவாசத்தில் கஷ்ட நிலை ஏற்படும்.**
- **உதடுகளை இறுக்கமாக்கிக் கொள்ளல்.**
- **கதைக்கும் போது கண்களை மூடிக்கொண்டு மெதுவாகக் கதைத்தல்.**
- சில சந்தர்ப்பங்களில் தேவையற்ற விதத்தில் தலையை அசைத்தவாறு கதைப்பர்.

இந்நோய் நிலைமையில் இலங்கையில் 1% பிள்ளைகள் இருப்பதாக அறியப்பட்டுள்ளது. 2 –7 வயதிற் கிடைப்பட்ட பிள்ளைகளே அதிகளவில் காணப்படுவதுடன் பெரும்பாலான–வர்களுக்கு இயல்பாக இல்லாமலே செல்லும் நிலைமைகள் உள்ளது. அதிக உள அழுத்தம் அல்லது குடும்பச்சூழலின் தாக்கம் காரணமாகவும் இந்நிலைமை உருவாக உருவாக முடியும். இந்நோய் காரணமாகப் பிள்ளையின் உளம் மற்றும் நடத்தைப் பிரச்சினைகள் ஏற்படும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நடத்தையில் மாற்றம்	உளத்தில் மாற்றம்
• குறைந்தளவிலான கதை	– பதகளிப்பு ஏற்படும்
• பொது இடங்களில் கதைப்பதைத் தவிர்த்துக் கொள்வர்	– எதிர்பார்ப்புக்கள் வீழ்ச்சியடையும்
• சில சத்தங்களையும் சொற்களையும் வேண்டுமென்றே விட்டுவிடுவர்	– சுய நம்பிக்கை குறையும்
	– சமூகத் தொடர்புகளைக் குறைப்பர்
	– தொலைபேசிக்கு அச்சப்படுவர்

உ. கவனக் குறை பாட்டுடன் கூடிய மிகைச் செயற்பாட்டுக் கோளாறு

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)

இந்நிலைமையை அதிகளவில் ஆண்பிள்ளைகளிடையே காண முடியும். அதன் பின்னர் படிப்படியாக தீவிரத்தன்மை குறைவடைந்து செல்லும். 14 / 15 வயதாகும் போது பொதுவாக இந்நிலைமை இல்லாமல் போகும். ADHD ஏற்படுவதற்குப் பல்வேறு (Multiple) காரணிகள் தாக்கம் செலுத்துவதுடன் இந்நோயின் பக்க விளைவுகளும் பல்வகையானது.

<u>அடிப்படைப் பண்புகள்</u>

- உடலில் செயற்பாடுகள் அதிகரித்தல்.
- அவதானம் செலுத்துவதில் கஷ்டம் (ஒருவிடயத்தில் தொடர்ந்தும் அக்கறை செலுத்துவது கஷ்டம்)
- அறிவுறுத்தல்களைப் பின்பற்றாதிருத்தல்
- கட்டளைகளுக்கு துலங்கலைக் காட்டாமை
- சிறுவிடயத்திற்கேனும் பொறுமையில்லாத தன்மை
- பொருத்தங்களை மீறுதல்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

- பொறுப்புக் கூறுவதிலிருந்து தவிர்த்துக்கொள்ளல்
- ஒரு வேலையை முடிக்காமல் இன்னுமொரு வேலைக்குச் செல்லல்
- அழிவை ஏற்படுத்தும் மற்றும் அவதானத்திற்குரிய செயல்களைச் செய்யத் தூண்டுதல்
- தங்கி நிற்க முடியாமை
- விரைவாக மறந்து விடல்
- வேகமும் , பதட்டமும் நடத்தையில் காணப்படும்

தொடர்புடைய சில இயல்புகள்

- ❖ கல்வியை இடை நடுவில் முடித்துவிடுவார்
- ❖ மொழியில் பின்னடைவு
- ❖ கற்றலில் கோளாறு காணப்படும்.
- ❖ வகுப்புக்களில் நடத்தை சார் பிரச்சனைகளுக்கு முன் கொடுப்பார்.
- ❖ சுமூகமான சமூகத் தொடர்புகளுக்கு முகம் கொடுக்க முடியாது.

நோய் ஏற்படுவதற்கான தாக்கங்களாவன

- ❖ குறை வயதுப் பிரசவம்
- ❖ பரம்பரை ரீதியான தாக்கங்கள்
- ❖ பெற்றோரின் ஒற்றுமையின்மை/ பிள்ளைகளில் கவனம் கொள்ளாமை
- ❖ குடும்ப ஒற்றுமையின்மை
- ❖ பெற்றோரின் கூடிய எதிர்பார்ப்புக்கள்

3. பிள்ளைப் பருவப் பயம் (Childhood Fears)

பயம் என்பது சிறுவர் மட்டத்தில் காணக்கூடிய ஒரு நிலையாகும். இப்பயம் ,பதகளிப்பு மனிதனுடைய உளக்கோளாறு ரீதியில் ஏற்படும் பிரச்சனையாகும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

1. பாடசாலை அச்ச நோய் (School Phobia)

பிள்ளைப் பருவ அச்ச நோயாகும். பாடசாலைக்குச் செல்வதில் அக்கறை குறைவுடன் அதிக பயத்தையும் காட்டி நிற்பார்.

இங்கு எந்த ஒரு உளக் கோளாறும் இல்லை. இங்கு சிறுவருக்கு ஏற்பட்ட பிரச்சனை என்ன வெனில் பெற்றாரையும் குடும்பத்தினரையும் வீட்டு விலகி செல்லுவது தான். ஏனெனில் பிள்ளை வீட்டுச் சூழலை விட கூடியளவு பாடசாலையில் தான் அதிக காலத்தைக் கழிக்கிறது. ஆதலால் தான் பாடசாலைக்குச் செல்வதில் பதகளிப்பு உருவாகின்றது.

௨. சமூக அச்ச நோய்

சமூகத்திற்கு முகம் கொடுப்பதிலுள்ள கஷ்டம். இதன் ஒரு பிரிவாக(**School Phobia**) குறிப்பிட முடியும். இதுவும் சமூக அச்ச நோயின் ஒரு பிரிவாகும். இங்கே மித மிஞ்சிய வெட்கமும், தானே சமூகத்திலிருந்து விலகிச் செல்வதையும் காண முடிகிறது. உ–ம் தாயின் பிற்பக்கத்தில் மறைதல், ஒழித்தல் ,அலுமாரி அல்லது கட்டில் ஒன்றுக்கு கீழ் ஒழிந்து கொள்ளல்.

4. பிள்ளைப் பருவ மனத்தளர்ச்சி /மனச் சோர்வு (Childhood Depression)

இங்கு சில இயல்புகள் வயது வந்தவர்களுக்கு ஏற்படும். சில பிரச்சனைகள் இவர்களுக்கும் உண்டு. பிரச்சனைகளாக சந்தோசமின்மை,வேண்டாம் என்ற உணர்வு நிலை,தற் கொலை எண்ணம்,எதிர்காலத்தில் நம்பிக்கையின்மை.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

5. உணவு உட் கொள்வதில் ஏற்படும் கோளாறு

1. Anorexio Nervosa உணவு உட்கொள்வதின் அளவின் காரணமாக ஏற்படும் மெலிவு

பெண்களுக்கு எளிதில் ஏற்படலாம். இந் நிலமையானது புதுக் கட்டிளமைப் பருவத்திலிருந்து கட்டிளமைப் பருவம் வரை தொடரும். குறை நிறை போசாக்கு காரணமாக இந் நிலை ஏற்படுகிறது. காரணம் யாதெனில் பசியின்மை, சில நேரம் பசியுணர்வை உணரக்கூடியதாக இருந்தாலும் சாப்பிட மனமில்லை. இவை குறை போசனத்தின் காரணமாகவே ஏற்படலாம்.

I. தோல் மஞ்சள் நிறமாதல்
II. தோல் உலர்தல்
III. உடல் வெப்பநிலை குறைதல்
IV. தேமல் ஏற்படல் (முகத்திலும், கழுத்திலும்)
V. இதயத்துடிப்பு வேகமடைதல்
VI. தசைகள் பலவீனமடைதல்

உ. Bulimia Nervosa (மிதமான பருமன்)

அதிகமான உணவு உட்கொள்வதன் காரணமாக இத்தகைய பருமன் ஏற்படும். நடத்தை வாதத்திற்கு அமைய இந்நோய் **(Phobia)** ஆகும். இது பருவமடைதலுக்குள்ள அச்ச நிலையாகும்.

6. Learning Disorders (கற்றலின் கோளாறு)

பல்வேறு நிலைகள் காரணமாக சிறுவர் ஒருவருக்கு கற்றலில் இடையூறுகள் ஏற்படும். குறிப்பாக உடல், உளவியல், பொருளாதார ரீதியில் சிந்திக்க முடியாத ஊகத்தன்மையா /கோளாறா எனக் கருத முடியாது. என்றாலும் சிலவற்றை அறியலாம். சிறுவர்களின் நுண்ணறிவு மற்றும் உணர் திறன் செயற்பாடுகள் பொதுவானவை எனினும் அவற்றைக் கணிக்கப் பயன் படுத்திக் கொள்வதில் வெற்றியளிக்காது.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

7. நடத்தைக் கோளாறு (Behavior Disorders)

I. சாதாரண நடத்தைக் கோலங்களை விட புதுமையான நடத்தைக் கோலங்களை காணலாம்.

II. எதிர்பை தெரிவிக்கும் கோளாறு (Conduct Disorder)

III. துர் நடத்தை புரிகின்ற நடத்தைக் கோலமுடையவர்கள் (Deliquent Behavior)

எதிர்ப்பைத் தெரிவிக்கும் கோளாறானது முதியவர்களுடன் அடிக்கடி வாதத்தில் ஈடுபடுவார்,விரைவில் கோபப் படுவார், சட்டதிட்டங்களுக்கு கட்டுப்படமாட்டார்,தனது பிரச்சனைகளுக்கு மற்றவர்களை குறை கூறல்.இந் நிலமை அதிகளவில் ஆண் பிள்ளைகள் மட்டத்திலே காணப்படும்.

சிறுவர்களை கட்டுப்படுத்த முடியாத நடத்தைகளின் கூட்டு என்பதே இதன் வரவிலக்கணம்.மேலும் உரிமைகளை மீறுவார்,பொய் கூறுவார்கள், சமூக விழுமியங்களை மீறல், விலங்குகளை தொந்தரவு செய்தல்,கலை கலாச்சாரங்களை சேதப்படுத்தல்,புராதன அரும் பொருட்களை சேதப்படுத்தல், பாடசாலைக்கு செல்லாமை ,மற்றவர்களை ஏமாற்றுதல்.

சட்ட அதிகாரிகள் பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில் இதை சிறுவர் குற்றச் செயலாகவே குறிப்பிடுகின்றனர்.உளவியல் ரீதியாக பார்க்குமிடத்து இவ்வாறான நடத்தைகள் தொடர்ந்து இருக்குமாயின் அது Conduct Disorder எனக் கூறலாம்.இன்றைய உலகில் இது பரவலாகக் காணப்படுகிறது.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஏனைய இயல்புகள்

I. இவர்கள் பிற்காலத்தில் சமூக விரோதச் செயல்களில் ஈடுபடவும் (போதைப் பொருள் பாவனை,கொள்ளை, கொலை கும்பல்கள் உருவாவதற்கும், கற்பழிப்பில் ஈடுபடுதல், போன்ற செயற்பாடுகளில் வீர நடை போடுவார்கள்.இதனடிப்படையில் தான் பல சமூக விரோத பிரச்சனைகள் உருவாகின்றன.

II. சமூகக் கற்றல் வாதத்தின் அடிப்படையில் குடும்ப பிண்ணணியே காரணமாகும் (பெற்றோரின் நடத்தைகள்,சண்டைகள், ஆக்கிரோசமான உணர்வுகள்)

III. உளப்பகுப்பாண்வுக் கோட்பாட்டின் படி பிள்ளைகள் Super Ego(அதியகம்) சரியான முறையில் விருத்தியாக வில்லை ஆதலால் தான் நல்லொழுக்க வழிகாட்டல் இருக்காதது (Moral guidance) இதற்கு குடும்ப பிண்ணணியே காரணமாகும்

08. Elimination Disorders – கழித்தல் கோளாறு

I. சிறுநீர் மற்றும் மலம் கழித்தலுடன் தொடர்பான விருத்திக் கோளாறு.இது பிரபல்யம் வாய்ந்த நோய் Bed-Wetting ஆகும்.இந் நிலையானது 3–4 வயதுடன் நின்று விடல் வேண்டும்.எனினும் எமது நாட்டில்

நீண்ட சிறுவர் பருவம் உள்ளதால் சிறுவர்களுக்கு 4 வயதின் பின்னரும் இங்கே காணப்படுகிறது.பொதுவாக

- இரவில் தூக்கத்தின் போதும்
- பகல் தூக்கத்தின் போதும் என 2 பிரிவுகளில் உள்ளது.

உ–ம்

5 வயதுடையவர்களில் 16% – 23% ற்கும்

10 வயதுடையவர்களில் 5% இந்நிலமை காணப்படும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பெரும்பாலும் 10% தினருக்கு வைத்திய ரீதியான காரணங்கள் உள்ளன. முதலில் வைத்தியரிடம் காட்டல் நன்று. பெரும்பாலும் சிறு நீர்த் தொகுதியிலுள்ள கோளாறுகள் தாக்கம் செலுத்துகின்றன. உளவியல் ரீதியாகப் பார்க்கும் போது முதிர்ச்சி போதாமை, மனவெழிச்சிப் பிரச்சனைகள், பதகளிப்பு, மலசலகூடப் பாவனைகள் போதியளவு இன்மையாலும், குடும்ப சூழல், பாடசாலைச் சூழல் காரணமாகவும் அமையலாம்.

II. Encopresis

பொருத்தமற்ற இடங்களில் மலம் கழித்தல்

உ–ம் தமது உடையில், வீட்டு முன் வாசல், போகும் இடங்களில் (கோயில், சமயச் சடங்குகள், திருமண வைபவங்கள் பெரும்பாலும் தெரிந்தும், தெரியாமலும் நடக்கும்.

காரணங்கள்

2 வகையில் அமையும்

உடலியல் காரணிகள் – தைரொயிட் ஓமோனின் செயற்பாடு குறைதல் , சில மருந்து வகைகளின் பாதிப்பு

உளவியல் காரணிகள் – பதகளிப்பு மற்றும் பல்வேறு உளவியல் நோய்கள்

III. குற்றம் புரிகின்ற நடத்தை

07 – 18 வயதுக்கிடைப்பட்ட சிறுவன்/சிறுமி ஒருவர் நாட்டின் சட்டத்தை மீறி குற்றமிழைப்பாராயின் அவர்கள் பாலியப் பருவக் குற்றவாளி என வகைப்படுத்துவார்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

காரணங்கள்

- உயிரியல் காரணிகளின் தாக்கம்.
- உள சமூகப் பிரச்சனை (Psycho social) பிரச்சனையாகும்.
- பிள்ளைகளுக்கு வெளிச் சூழலின் தூண்டல் கிடைத்தல்.
- சமூக கலாச்சாரம் மற்றும் சூழல் காரணிகளை முன்னேற்றுதல்.

1. பெற்றோர்களுக்கு அறிவூட்டல்
2. பாடசாலைச் சூழலை சிறந்த சூழலாக மாற்றல்
3. பிள்ளைகளை சிறந்த முறையில் நல்வழிப்படுத்தல்
4. உள சமூகப் பிரச்சனை என்ற ரீதியில் அரசமற்றும் அரச சார்பற்ற நிறுவனங்கள் சிகிச்சை அழிக்க வேண்டும் மேற் குறிப்பிட்டவர்களுக்கு.

09. பிள்ளைப் பருவ பால் அடையாளப்படுத்தல்

பிள்ளைப்பருவ பால் உருவிலுள்ள் கோளாறு இக் கோளாறு ஆறு வயதிற்கு முன்னர் ஆரம்பிக்க வேண்டும்.

பெண்ணின் இயல்புகள்

1. தாம் பெண் பிள்ளை என்பது பற்றி விரக்தி அடைதல்.
2. ஆண் பிள்ளை என்ற எண்ணத்துடன் வேலை செய்தல்.
3. ஆண் பிள்ளைகள் அணியும் ஆடைகளை அணிவதற்கு முன் நிற்றல்.
4. பெண் பிள்ளைகள் அணியும் ஆடைகளை அணிவதற்கு சோம்பி நிற்றல்.
5. கீழே கூறப்படும் ஒன்றாவது இருக்கும்.
   a. தமக்கு ஆண் உறுப்பு ஒன்று பின்னர் உருவாகும் என்ற எண்ணம் கொள்வது
   b. நின்று கொண்டு சிறு நீர் கழித்தல்.
   c. மூளைச் சுரப்புகள் வளர்வதற்கு . விருப்பமின்மை.தனக்கு முளைச் சுரப்பிகள் இல்லை என்று கூறுதல்.
   d. பருவமடையாது இருத்தல் இவற்றை Tom Boys எனக் குறிப்பிடுவார்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஆணின் இயல்புகள்

1. தொடர்ந்து பெண்கள் செய்யும் வேலைகளை செய்தல்.
2. நடை ,உடை, பாவனைகளில் மாற்றம் (ஆடை, அணிகலன்கள், விளையாட்டுப் பொருட்கள்)
3. வளர்ந்து பெரிய பிள்ளையாகும் எண்ணம் இருக்கும்.
4. ஆண்குறி இல்லாமலாகிவிடும் என்று நினைத்தல்.
5. இலிங்க உறுப் பொன்று இல்லாமலிருந்தால் நன்றாக இருக்குமென நினைத்தல்.

10. மந்த உள விருத்தி (Mental Retardation)

இவர்களின் நுண்ணறிவு மட்டம் எதிர் பார்க்கும் மட்டத்தை விடக் குறைந்தே காணப்படும் **(IQ Leavel)** பொதுவாக 100:1 என்ற விகிதத்தில் காணப்படுகிறது.பெரும்பாலும் குறை விருத்தி நிலை ஏற்படுவது சூழல் காரணிகளேயாகும்.இந்த உள விருத்தியை

1. அதியுயர் மந்த உள விருத்தி –**Severe Retardation**
2. உயர் உள விருத்தி –**Profound Retardation**
3. சாதாரண உள விருத்தி – **Moderate Retardation**

இம் மூன்றுக்கும் உயிரியல் காரணிகளும், சூழல் காரணிகளுமே தாக்கம் செலுத்துகின்றன.

உயிரியல் காரணிகளின் தாக்கமாக

- நிற முகூர்த்தங்களின் பாதிப்பு
- முன் பிரசவ காலப் பாதிப்புக்கள்
- மாற்றமான பிரசவச் செயற்பாடு
- சிறு வயதில் ஏற்ப்பட்ட நோய்கள் , விபத்துக்கள்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

கட்டிளமைப் பருவம் /காளைப் பருவம் (Adolescence)

கட்டிளமைப் பருவம் என்பது பிள்ளைப் பருவங்கள் வளர்ச்சி அடிப்படையில் ஓர் ஒழுங்கு முறையில் வளர்ச்சி அடைந்து வரும் ஒரு பருவமாகும்.தனி நபர் ஒருவரின் உடல், உளச் செயற்பாடுகளும் பூரணத்துவமாக வளர்ச்சி அடைய ஆரம்பிக்கும் ஒரு பருவமாகும்.

கட்டிளமைப் பருவமமானது உடல் உள நுண்ணறிவு ,மன வெழுச்சி சமூகம் மற்றும் அற நெறி சார்ந்த செயற்பாடுகளில் முன்னேற்றமும் வளர்ச்சியும் கொண்ட வளர்ச்சியடைந்த வாழ்க்கைக்காக அத்திவாரமிடும் பருவம். **சில அறிஞர்களின் கருத்துப்படி இப் பருவத்திற்கு உயிரியல் விஞ்ஞானத்தின் தோற்றமும் ,கலாச்சார முடிவும் உண்டு எனக் குறிப்பிடுகிறார்கள்.**கட்டிளமைப் பருவத்தை மூன்று பிரிவுகளாக பகுக்கலாம்.

1. முன் கட்டிளமைப் பருவம் **(Pre-Adolescence)**
2. கட்டிளமைப் பருவம் **(Adolescence)**
3. இளம் முதிர்ப் பருவம் **(young Adult)**

01. முன் கட்டிளமைப் பருவம் (Pre-Adolescence) 09-12 வயது

இது கட்டிளமைப் பருவத்தின் ஆரம்பப் பகுதியாகும். இப் பருவத்தில் சமூக மற்றும் கலாச்சார செல்வாக்குகள் பலவற்றை தெளிவாக அவதானிக்க முடியும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

அவையாவன

- ❖ தமது உடலழகை ஏற்றுக் கொள்ளும் சக்தியை பலமுள்ள விதத்திலும் அர்த்தமுள்ள விதத்திலும் பிரயோகித்தல்.
- ❖ ஆண், பெண் சமூகப் பாத்திரங்களை தமதாக்கிக் கொள்ளல்.
- ❖ ஆண் ,பெண் இருவரும் தமக்குரிய சம வயதுக் குழுக்களை கட்டி யெழுப்பல்.
- ❖ வருமானம் பெறக்கூடிய ஜீவனோபாய முயற்சிகளில் ஈடுபடல்
- ❖ பெற்றோர் ,முதியோர்களிடமிருந்து உளம் சார்ந்த சுதந்திரம் கிடைத்தல்.
- ❖ கட்டிளமைப் பருவத்தின் முன் பருவத்தில் இவ் விருத்திச் செயற்பாடுகளை பெற்றுக் கொள்ளும் அடைவு மட்டம் எதிர் கால வாழ்க்கையை இயை பாக்குவதிலும் தாக்கத்தை செலுத்தும்.
- ❖ இப் பருவத்தில் விரைவான உடல் விருத்தியைக் காணலாம். குறிப்பாக பெண்கள் மட்டத்தில் அவதானிக்கலாம்.
- ❖ செயற்பாடுகளை திட்டமிட்டு செய்யும் ஆற்றல் படைத்தவர்கள்.குறிப்பாக சொன்னால் நண்பர்களுடன் சேர்ந்து சுற்றுலா செல்லல்,சமயம் சார்ந்த அல்லது சமயம் சாராத நிகழ்வுகளுக்கு செல்லல்.
- ❖ குழுக்கள் ரீதியான உறவுகள் காணப்படும். ஆண் பிள்ளைகள் ஆண் பிள்ளைகளுடனும் பெண் பிள்ளைகள் பெண் பிள்ளைகளுடனும் கூட்டான உறவை வைத்திருப்பார்கள்.
- ❖ குழுவின் அங்கத்தவர்கள் நிலையற்ற தன்மையினைக் கொண்டிருப்பார்கள்.தொடர்ந்து மாறும் தன்மையைக் கொண்டிருப்பார்கள்.
- ❖ கடமை, நேர்மை, கட்டுப்பாடுகளுக்குள் உள்வாங்கப் – பட்டிருப்பார்கள்.
- ❖ முதியவர்களுடன் தர்க்கம் புரிவது.
- ❖ தவறுகளை விமர்சிப்பதற்கும் பின் நிற்க மாட்டார்கள்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உ. கட்டிளமைப் பருவம் (Adolescence) 13-19 வயது

❖ உயரத்திலும், நிறையிலும் விரைவான அதிகரிப்பை காண முடியும்.

❖ வளர்ச்சி , வேகம் பிள்ளைப் பருவத்தை விட இரண்டு மடங்கினால் காணப்படும். உடல் வலிமை பெண் பிள்ளைகளை விட ஆண் பிள்ளைகளுக்கு அதிகம்.

❖ உடலுறுப்புக்களாகிய இதயம் சுவாசப்பை என்பன வலுவடைதல்.நரம்புகள் விருத்தியடைதல் தசைகள் இறுக்கமடைதல்.

❖ துணைப் பாலியல்புகளை வெளிக் காட்டும்

உ –ம் –

❖ ஆண் பிள்ளைகளில் குரல் மாற்றமடையும்

❖ தோல் மூட்டுகள் அகன்று காணப்படும்

❖ பெண் பிள்ளைகளில் பருவமடைதல் நிகழும்

❖ பாலியல் உறுப்புக்களில் மாற்றம் காணப்படும்

உடலியல் ரீதியில் ஏற்படும் பிரச்சனைகள்

❖ சுகாதார வசதிகள் கிடைக்காமையினால் வளர்ச்சி நிலையில் மந்தம் ஏற்படும்.

❖ ஓமோன் தொழிற்பாட்டின் காரணமாக முகத்தில் பருக்கள் காணப்படும்.

❖ முதியவர்களுடன் வாதங்கள் ஏற்படுவதால் முதியவர்களுடனான உறவிலும் பிரச்சனைகள் தோன்றும். இதனால் இவர்களிலிருந்து வேறாகித் தனியே ஒதுங்கி இருப்பார்.இக் காலத்தில் காளைப் பருவத்தைக் கொண்டவர்கள் இருப்பின் அவர்கள் பற்றி முதியவர்கள் கூடிய கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

❖ எதிர்பாலாருடன் நட்புக் கொள்வதை விரும்புவார்.

❖ இக் காலத்தில் பிள்ளைகளை கட்டுப்படுத்துவதை தவிர்க்க வேண்டும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நுண்ணறிவு விருத்தி

1. 17 – 18 வயதாகும் போது சிக்கலடைந்த விதத்தில் சிந்தனைச் செயற்பாடுகள் காணப்படும்.
2. காரண காரிய சிந்தனையுடன் செயற்பாடுகளைக் கொண்டிருப்பார்கள்.

சமூகம் சார்ந்த விருத்தி

1. இவ் வயதில் பெற்றோருக்கும் பிள்ளைகளுக்குமிடையில் முரண்பாடுகள் தோன்றும். இது பரம்பரை மோதல் எனக் குறிப்பிடப்படும். சமூகச் சூழல் மாற்றமடைவதே ஆகும்.
2. இக் காலத்தில் பெற்றோரின் இயல்புகள் , ஆளுமைப் பண்புகள் என்பவற்றைப் பின்பற்றுவார்கள்
3. பிள்ளைகளுக்கு விருப்பமான விளையாட்டுக்களில் ஈடுபடுத்த வேண்டும் (பாடல், ஆடல், நாடகம்,சித்திரம்,வரைதல் ,கைவினைப் பொருட்கள் செய்தல், ஒட்டுச் சித்திரங்கள்)
4. எல்லா விடயங்களிலும் அனுபவத்தையும் பயிற்சி பற்றிய கருத்துக்கள் என்பவற்றைப் பெற்றுக் கொள்வதுடன் பொருத்தமான சூழலையும் ஏற்படுத்தல் வேண்டும்.

ஆளுமை விருத்தி (Personality Development)

இங்கு தம்மைப் பற்றிய எண்ணம் சிந்தனையுடன் செயற்படுவார்கள். தமது அடையாளம் பற்றிய பிரச்சனைகள் ஏற்படும்.போது

1. பிள்ளைகளில் பிழையான உணர்வுகள்
2. புரட்சிகரமான உணர்வுகள்
3. அமைதியின்மை

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

❖ HIV/AIDS போன்ற சமூகப் பிரச்சனைகளுக்கு சிறுவர்கள் உட்படுவதற்கான நிலமை ஏற்படும்.உடலியல் ஆற்றலும் இருக்க வேண்டும் .அவையாவன ஊக்கம் (Motivation) ஆற்றல் (Capacity) சந்தர்ப்பங்கள் (Opportunity) என்பன அவசியமாகும்.மேற்கூறப்பட்ட தேவைகளை நிறை வேற்றிக் கொள்ள முடியாமல் போகும் போது பின்வரும் பிரச்சனைகள் தோன்றும்.அதாவது அடையாளத்தை உறுதிப் படுத்தல் தொடர்பான பிரச்சனை எனவும் கூறலாம்.

1. சமூகம் புதுக் கட்டிளமைப் பருவத்தினருக்குரிய எதிர் பார்ப்புக்களை அடைவதற்கான சந்தர்ப்பங்களை வழங்காது. இதன் காரணமாகப் பல பிரச்சனைகள் தோன்றும்.
2. இவர்கள் சிறுவர்கள் பற்றிய தெளிவைக் கொண்டிருப்பது அவசியம்.
3. விழுமியங்களிடையே முரண்பாடு நிலவும்.

மனப் பாங்கும் நடத்தைகளும்

1. பொதுவாகப் பார்த்தால் இவர்கள் தமது கருத்துக்களுக்கு எதிர் மறையான கருத்துக்களை முன் வைப்பார்கள். அத்துடன் மற்றவர்களை ஏளனப் படுத்துவதிலும் ஈடுபடுவார்.
2. ஆக்கிரோசமான உணர்வுகளை கொண்டவராக இருப்பார்கள். அத்துடன் இது முதியோர்கள் மீது திசை திருப்பப்படலாம்.
3. பெற்றோர்கள் உறவினர்களுடன் பயணம் செல்ல மாட்டார்கள்.தமது இஷ்டத்துக்கும் தமது சம வயதுக் குழுவுடனும் பயணம் செய்ய விரும்புவார்கள்.
4. இவர்களுடைய பதில் மொழிகள் நேரடியாக அமையாது.சுற்றியே கதைப்பார்கள்.விடையளித்தாலும் சுருக்கமாகவே விடையளிப்பார்கள்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

5. மற்றவர்களின் கருத்துக்களை அறிந்து கொள்வதற்கு ஆர்வம் காட்டுவார்கள்.

6. பெற்றோரின் மனப் பாங்குகள் பிள்ளைகளின் நடத்தைகளில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும்.

உ–ம்

பிள்ளைகளுக்கு சுதந்திரம் வழங்காது திரைப்படம் பார்த்தல் ,ஆபாச கதைப் புத்தகங்கள் வாசித்தல். இதனால் இளைஞர்களிடையே புரட்சிகரமான உணர்வுகள் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு.

மேற்கூறப்பட்டவற்றை கொண்டு பார்க்கும் போது பெற்றோர்களுக்கும் பிள்ளைகளுக்குமிடையே நெருங்கிய உறவு இருத்தல் வேண்டும்.

4. இளம் முதிர்ப் பருவம் (young Adult)

இப் பருவமானது தான் எந்தப் பாதையில் செல்லப் போகிறேன் என்பதை தீர்மானிக்கும் பருவமாகும்.எதிர் காலத் திட்டம் என்ன? எனது குறிக் கோளானது எப்படியான எதிர் பார்ப்புக்களை உண்டாக்கும் என்ற வினாக்களும் விடைகளும் எழுப்பப்படும்.மேலும் இரண்டு வகையான தேவைகள் உண்டு.

1. சுயாதீனமான உணர்வு
2. ஆதிக்க உணர்வு

குறிப்பிட்டு சொல்லப் போனால் தமக் கென்றே உலகத்தை உருவாக்கிக் கொள்ளும் காலமாகும்.உடல், உள ஆளுமையுடன் மன ஆளுமையையும் கொண்டிருப்பார்கள். உடல் வலிமை பெற்றிருப்பதுடன் தசை வலிமையும் அதிகம் காணப்படும்.

முற்றும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

14

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

துளிர்கள்

"சிறுவர் பெண்களுக்கான உள சமூக மேம்பாட்டு நிறுவனம்"

எமது செயற்பாடுகள்

I. உள சமூக மேம்பாட்டுத் திட்டம்

II. உள சமூகப் பயிற்சி நெறி

III. வாழ்க்கைத் திறன் அபிவிருத்திக் கல்வி
1. கட்டாயக் கல்வி
2. மிதி வெடிக் கருத்தமர்வுகள், விழிப்புணர்வுகள்
3. எயிட்ஸ் கருத்தமர்வு, விழிப்புணர்வுகள்
4. உளவளத்துணை
5. சுகாதாரம் கருத்தமர்வு, விழிப்புணர்வுகள்
6. வன் முறையற்ற தொடர்பாடல்

நம்பிக்கையே வாழ்க்கை

"விடிகின்ற ஒவ்வொரு பொழுதுகளும் உங்கள் வாழ்க்கையின் வெற்றிப் படிகளே"

துளிர்கள்
இல.47 மாட்டின் வீதி,
யாழ்ப்பாணம்.
தொ.இல. 222-9785

கலைமகள் கொம்பியூட்டர் பிறின்ட், யாழ். பல்கலைக்கழகம் முன்பாக, திருநெல்வேலி.
222-3116

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org