அலகு

2

மனித வளர்ச்சியும், அதன் சவால்களும்

கற்றலின் நோக்கங்கள்

இந்த அத்தியாயம் மாணவர்களுக்குக் கீழ்க்கண்டவற்றை அறிய உதவுகிறது:

- வாழ்க்கை வளர்ச்சியின் பல்வேறு நிலைகள் – பொருள் மற்றும் உட்பிரிவுகளைப் பற்றி தெரிந்து கொள்வார்கள்
- வாழ்க்கை வளர்ச்சியின் ஒவ்வொரு நிலையின் பண்புகள் பற்றி அறிந்து கொள்வார்கள்
- ஒவ்வொரு நிலையில் ஏற்படும் உடல்ரீதியான, சமூக, மனவெழுச்சி மற்றும் அறிவுப்புலன் மாற்றங்கள் பற்றி புரிந்து கொள்வார்கள்
- சிறப்புத் தேவைகள் உடைய குழந்தைகள் வாழ்வில் எதிர்நோக்கும் சவால்களை பற்றி தெரிந்து கொள்வார்கள்
- முதிர்வயது மற்றும் முதுமை பருவத்தின் சவால்களைப் பற்றி புரிந்து கொள்வார்கள்

ZRGOK

Chapter 02.indd 12 11/16/2020 11:53:05 AM

2.1 அறிமுகம்

மனித வளர்ச்சியின் ஆய்வு 18 ம் நூற்றாண்டிற்கு முன்பே உள்ளது. டார்வின் (1809-1882) மற்றும் பிரையர் (1841-1897) ஆகியோரால் குழந்தைகளை நேரடி கண்காணிப்பின் அடிப்படையில் ஆய்வு செய்வதற்கான முதல் முயற்சிகள் மேற்கொள்ளப்பட்டன. சில ஆண்டுகளில் ஒவ்வொரு தனிப்பட்ட குழந்தைகளின் வளர்ச்சி மற்றும் நடத்தைகளையும், அவற்றிற்கான காரணங்களைப் பற்றிய கவனக்குறிப்புகளையும் பராமரித்து வந்தனர். அமெரிக்க ஐக்கிய நாட்டைச் சார்ந்த ஸ்டான்லி ஹால் (1844-1924) மற்றும் பிரான்ஸ் நாட்டைச் சார்ந்த ஆல்ப்ரெட் பினெட் (1857-1911) ஆகியோர் மனித நடத்தைக்கான காரணங்களைப் புரிந்து கொள்ள அறிவியல் ஆய்வுகளை மேற்கொண்டனர்.

ஹால், குழந்தைகளின் மனதில் உள்ள நோக்கம் பற்றி ஆய்வு செய்து, 1883-ல் குழந்தைகளின் மனநிலையின் அடிப்படை நோக்கம் என்னும் புத்தகத்தில் வெளியிட்டு உள்ளார். பினெட் 1905-ல் முதல் முதலாக அறிவுத்திறன் சோதனை செய்யும் அளவுகோலை வெளியிட்டார். கருத்தரித்தல் முதல் முதுமை வரையுள்ள வளர்ச்சியின் பங்கை அறிந்து கொள்வதற்கு, இருபதாம் நூற்றாண்டில் மனித வளர்ச்சியின் புதிய ஒழுக்க முறை உருவாகி உள்ளது.

மனித முன்னேற்றத்தின் நிலைகள் மற்றும் முன்னேற்ற அமைப்புகளை நாம் கற்றுக் கொண்டு விட்ட நிலையில் குழவிப்பருவத்தில் இருந்து முதுமைப் பருவம் வரை நாம் ஒவ்வொரு நிலை பற்றியும் விரிவாகப் பார்ப்போம்.

மனித வளர்ச்சியில் உள்ள முக்கியமான கலை சொற்கள்

வளர்ச்சி - உடலின் அளவு, அமைப்பு, உடல் பரிமாணங்கள் மற்றும் அளவு அதிகரிப்பு, தசை வலிமை மற்றும் உறுப்புகளில் ஏற்படும் உடலியல் மாற்றங்களாக இது விளக்கப்படுகிறது.

முன்னேற்றம் - இது ஓர் ஒழுங்கான, தொடர்ச்சியான அமைப்பில் ஏற்படும் மாற்றங்களின் ஓர் முன்னேற்ற வரிசையாகும். இதில் ஒரு தனிநபர் தன்னுடைய சூழ்நிலையுடன் தன்னை சரிவர பொருத்திக் கொள்கிறார். முன்னேற்றம் என்பது உடல்சார் பண்புகள் (உயரம், எடை) அறிவுசார் செயல்பாடுகள் (படைப்பாற்றல், அறிவுசார் செயல்திறன்) மற்றும் சமுதாய குணங்கள் (சுதந்திரம், முரட்டுத்தனம்) ஆகியவற்றை உள்ளடக்கி இருக்கிறது.

முதிர்வடைதல் - இது காலம் அல்லது வயதின் வெளிப்பாடாக ஏற்படும் உயிரினங்களின் வளர்ச்சியாகும்; ஒரு குழந்தைக்கு பல் முளைக்கும் சமயம், பேசுவது - நடப்பது உள்ளிட்ட திறன்களை வளர்க்கும் பருவம் போன்ற நரம்பியல் உடலியல் மற்றும் உயிர் வேதியியல் மாற்றங்களைக் குறிக்கிறது.

கற்றல் மற்றும் அனுபவம் - இது சுற்றுச்சூழலுடன் ஏற்படும் இணக்கத்தால் சிந்தனை, உணர்வு மற்றும் நடத்தையில் உருவாகும் நிரந்தர மாற்றங்கள் ஆகும்.

முதிர்வடைதல் மற்றும் உறவை கற்றல் - கற்றலையும், முதிர்வடைதலையும் தனித்தனியாகப் பிரிக்க முடியாது. முதிர்வடைதல் மற்றும் கற்றல் பரஸ்பர உறவின் விளைவே முன்னேற்றம். இயக்க வளர்ச்சியில் இது தெளிவாக தெரிகிறது. குறிப்பாக தோற்றநிலை பதில்வினைகள், இடமாற்றம் மற்றும் கையாளும் திறனில் இது தெளிவாகிறது. சுருக்கமாக கூறினால், முன்னேற்றம் என்பது பன்முக மற்றும் சிக்கலான நடைமுறையாக உள்ளது. அதில் ஆதாயங்கள் மற்றும் இழப்புகள், வளர்ச்சி மற்றும் முதுமை அடைதல் போன்றவை அடங்கி உள்ளன. மேலும் முதிர்வடைதல் மற்றும் கற்றலால் இன்னும் பல அம்சங்கள் வரவழைக்கப்படுகின்றன.

Chapter 02.indd 13 11/16/2020 11:53:05 AM

2.2 வளர்ச்சிக் களங்கள் மற்றும் வளர்ச்சி நிலைகள்

உடல் வளர்ச்சி - குழந்தைப் பருவத்தின்போது உடல் மற்றும் அதன் உறுப்புகளில் ஏற்படும் வளர்ச்சி, வளரிளம் பருவத்தில் உடல்ரீதியாக முதிர்ச்சி அறிகுறிகளின் தோற்றம் காலப்போக்கில் இயக்க திறன்களின் அதிகரிப்பு மற்றும் குறைவு ஆகியவற்றை இது உள்ளடக்கி இருக்கிறது.

இயக்க வளர்ச்சி - ஒரு குழந்தையின் எலும்புகள், தசைகள் மற்றும் சுற்றிலும் நகரும் திறன் மற்றும் தன்னுடைய சுற்றுச்சூழலை தானே கையாளும் ஆற்றல் ஆகியவற்றைக் குறிக்கிறது. இயக்க வளர்ச்சியைப் பின்வருமாறு இரண்டு வகையாகப் பிரிக்கலாம்: ஒட்டுமொத்த இயக்க வளர்ச்சி மற்றும் நுண் இயக்க வளர்ச்சி முன்னேற்றம்.

- குழந்தையின் உடலில் உள்ள நீண்ட தசைகளின் அசைவுகளை ஒட்டுமொத்த இயக்க வளர்ச்சி உள்ளடக்கி இருக்கிறது. இதில் அமர்தல், நடத்தல், ஓடுதல் மற்றும் படிக்கட்டுகளில் ஏறுதல் போன்றவை அடங்கி உள்ளன.
- விரல்கள் மற்றும் கைகளின் சிறு அசைவுகள் நுண் இயக்க வளர்ச்சியில் அடங்கி உள்ளன. பொருள்களை பொறுக்குதல், கோப்பைகள், கத்திகள் மற்றும் முட்கரண்டிகளை பயன்படுத்துதல், பானங்களை ஊற்றுதல், உடை அணிதல், பென்சில், பேனா, கத்தரிக்கோல் மற்றும் விசைப்பலகைகளைக் கையாளுதல் போன்றவை இதில் அடங்கும்.

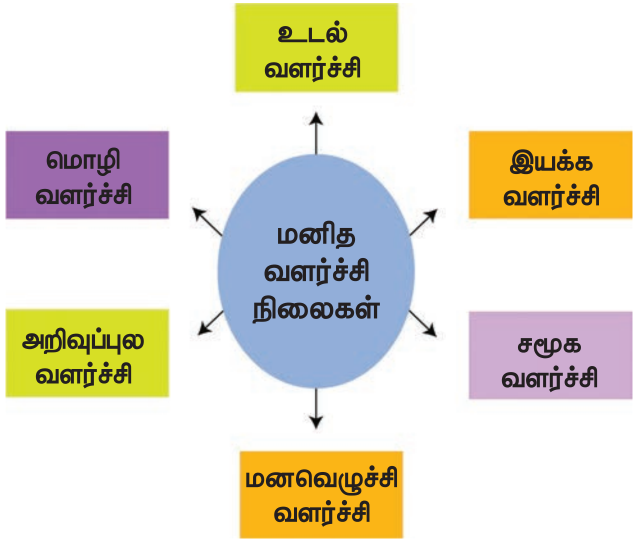
சமூக வளர்ச்சி - ஒரு குழந்தை தன்னைச் சுற்றி உள்ள மற்ற மனிதர்களுடன் தொடர்பு கொள்ள கற்றுக் கொள்ளும் நடைமுறையை சமூக வளர்ச்சி குறிக்கிறது.

மனவெழுச்சி வளர்ச்சி - வாழ்வின் பல்வேறு கட்டங்களில் ஏற்படும் உணர்வுகளை அடையாளம் காணுதல், வெளிப்படுத்துதல், சமாளித்தல் அவை எப்படி மற்றும் ஏன் நிகழ்கின்றன என்பதை அறியும் திறன் மற்றும் பிறரது உணர்வுகளைப் புரிந்து, மதித்தலை இது குறிக்கிறது.

அறிவுப்புல வளர்ச்சி - மனம் சார்ந்த நடைமுறைகளில் ஏற்படும் மாற்றங்கள் மற்றும் ஸ்திரத்தன்மையை இது உள்ளடக்கி உள்ளது.

செயல்பாடு 1

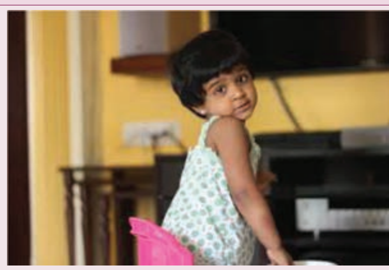
உங்கள் நண்பர்களைக் கூர்ந்து நோக்கி அவர்களுடைய உடல்சார் நடவடிக்கைகளை எழுதவும். அவற்றுக்கிடையே உள்ள வித்தியாசங்களை ஆய்வு செய்யவும்.



▲ படம் 1 மனித வாழ்வின் வளர்ச்சி நிலைகள்

Chapter 02.indd 14 11/16/2020 11:53:05 AM

அட்டவணை 1 மனித வளர்ச்சியின் நிலைகள்

	சிசுப்பருவம்	கருத்தரிப்பு முதல் பிறக்கும் வரை
	குழவிப்பருவம்	பிறப்பு முதல் இரண்டாவது வாரம் இறுதி வரை
	குழந்தைப்பருவம்	இரண்டாவது வார முடிவில் இருந்து இரண்டு வயது இறுதி வரை
	முன் குழந்தைப் பருவம்	2 முதல் 6 வயது வரை
	பின் குழந்தைப் பருவம்	6 முதல்12 வயது வரை
	வளரிளம் பருவம்	12 முதல் 18 வயது வரை

Chapter 02.indd 15 11/16/2020 11:53:05 AM

	முன் முதிர்வயது பருவம்	18 முதல் 40 வயது வரை
	நடுமுதிர் வயது பருவம் (நடுவயது)	40 முதல் 60 வயது வரை
	பின்முதிர்வயது பருவம் (முதுமைப் பருவம்)	60 வயதுக்கு மேல்

மொழி வளர்ச்சி - தனிநபரின் விருப்பங்கள் மற்றும் தேவைகள் குறித்து வார்த்தைகளால் தொடர்பு கொள்ளும்படி ஓர் ஒழுங்கான நடைமுறையில் தன்னிச்சையான குறியீடுகளின் பயன்பாட்டை இது குறிக்கிறது. குழந்தையின் வளர்ச்சி நிலைகள் இணைப்பு 1ல் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

செயல்பாடு: 2

வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு நிலைகள் பற்றிய புகைப்படங்கள் / படங்களைச் சேகரித்து, ஓர் வரைபட அட்டையில் ஒட்டவும். வளர்ச்சியின் மாதிரிகளை ஆராய்ந்து, பதிவு செய்யவும்.

2.2.1 குழவிப் பருவம்

அனைத்து வளர்ச்சிக் காலங்களிலும் மிகவும் சிக்கலான மற்றும் மிகக் குறுகிய காலம் குழவிப் பருவம் ஆகும். குழவிப் பருவம் என்பது வளர்ச்சி மற்றும் முன்னேற்றத்தின் இரண்டாவது மிக விரைவான வளர்ச்சி நிலையாகும். குழந்தை பிறந்தது முதல் இரண்டு வாரங்கள் முடியும் வரை உள்ள பருவம் ஆகும். இப்பருவம் இரண்டாகப் பிரிக்கப்படுகிறது.

அவை வருமாறு:

1. **பிள்ளைப்பேறு நிகழும் காலம்:** பிறந்த நிமிடத்திலிருந்து 15 முதல் 30 நிமிடங்கள் வரை தொப்புள் கொடி அறுத்து கட்டப்படும் வரை உள்ள காலமாகும். அதுவரை குழந்தை ஓர் சாறுண்ணி போலவே இருக்கிறது.
2. **குழவிப் பருவக்காலம்:** தொப்புள் கொடியை அறுத்துக் கட்டிய நிமிடத்திலிருந்து இரண்டாவது வார இறுதி வரை உள்ள காலம் ஆகும். இந்த காலத்தில் புதிய சூழலுக்கு ஏற்ப குழந்தை தன்னை தயார்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

Chapter 02.indd 16 11/16/2020 11:53:06 AM

அ. உடல் வளர்ச்சி

பிறப்பின் போது இருந்ததை விட குழந்தைகளின் தோற்றம் மற்றும் உடல் செயற்பாடுகளில் அதிக மாற்றம்தெரியும். மேலும் பிறந்த பிறகு தொடக்கத்தில் சூழ்நிலைக்குத்தக்கவாறு தன்னை மாற்றிக்கொள்கின்றனர்.

- உயரம் மற்றும் எடை

பிறப்பின் போது ஒரு சராசரி குழவி 3 முதல் 3.5 கி.கி வரை எடையும் 50 செ.மீ (20 அங்குலம்) உயரமும் கொண்டிருக்கும். பிறக்கும் சமயத்தில் உயரத்திற்கேற்ற எடை என்பது குறைவாக இருக்கும். பிறந்த குழந்தையின் தசைகள் மென்மையாகவும், சிறியதாகவும், கட்டுப்பாடு அற்றதாகவும் இருக்கும்.

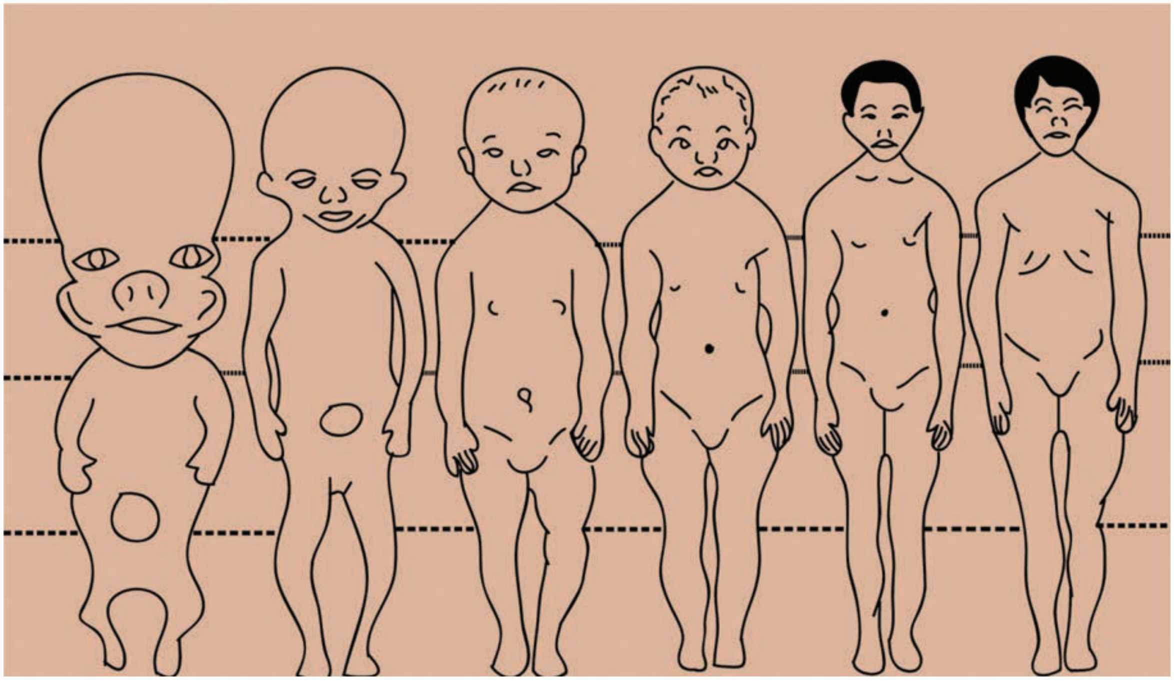
- உடற்கூறு விகிதம்

குழந்தைகள் பெரிய தலை, எடுப்பான நெற்றி மற்றும் செழிப்பான கன்னங்களைக் கொண்டிருக்கின்றன. நாடி மிகவும் சிறிதாக உள்ளது. மூக்கு சிறியதாகவும், தட்டையாகவும் கழுத்து மிகவும் சிறியதாகவும், புலப்படாமலும் இருக்கும். வயிறு பெரிதாக, இருப்பதினால் குழந்தையின் தோள் குறுகலாக இருக்கின்றது. கைகளும், கால்களும் குட்டையாக உள்ளன. பிறந்த பின் அழும்போது நுரையீரல்கள் பெரிதாகி சுவாசம் ஆரம்பமாகிறது. பிறந்த குழவியின் இதயத் துடிப்பு மிக வேகமாக இருக்கிறது. பிறந்த சில மணி நேரங்கள் கழித்து கழிவுகளை அகற்றும் வேலை தொடங்குகிறது.

உடற்கூறு விகிதமானது பின்வரும் படத்தின் மூலம் காட்டப்பட்டுள்ளது

ஆ. இயக்க செயல்பாடுகள்

குழந்தையின் முதல் செயல்பாடுகள் துரிதமாகவும், முறையற்றும், ஒருங்கிணைப்பு இன்றியும் உள்ளன. உடலின் பெரும்பகுதியை உள்ளடக்கியே பொதுவான பதில்வினைகள் இருக்கின்றன. இவற்றுள் மிக அடிப்படையான அம்சங்களில், ஒளியில் பார்வையை நிலைக்கச் செய்தல், தன்னிச்சையான கண் அசைவுகள், உறிஞ்சுதல், விழுங்குதல், தலையைத் தூக்குதல், கை, கால், பாத அசைவுகள் மற்றும் உடல் நடுக்கங்கள் அடங்குகின்றன.



2 மாதங்கள் சிசு | 4 மாதங்கள் சிசு | பிறப்பின் போது | 2 வயது | 15 வயது | 30 வயது

Chapter 02.indd 17 11/16/2020 11:53:06 AM

இ. குழவியின் உணர்திறன்கள்

1. பார்வை

- பிறக்கும்போது குழவியின் விழித்திரை முழுமையாக வளர்ச்சி அடைந்திருக்காது. இரண்டு விழிகளுக்கும் இடையே ஒருங்கிணைப்பும் இருக்காது.
- பிறந்து சுமார் 30 மணி நேரத்தில் வெளிச்ச மாறுபாடுகளில் கருவிழி பாப்பாவின் அனிச்சை வினைகள் உருவாக்கப்படுகின்றன.
- பிறந்து இரண்டு அல்லது மூன்று நாட்களில் அவர்களினால் அசைவுகளைக் கண்டுபிடிக்க முடியும்.
- பிறந்து 7 அல்லது 9 நாட்களில் பலவித வண்ணங்களைப் பிரித்து அறிகின்றனர்.

2. கேட்டல்

- பிறப்பின் பொழுது, நடுக்காதில் இருக்கும் அம்னியோட்டிக் திரவம் காரணமாக குழவியின் கேட்புத் திறன் மிக குறைவாக இருப்பது போல் தோன்றுகிறது.

3. சுவை

- முதல் வாரத்தில் பலவித சுவைகளுக்கு பல்வேறு விதங்களில் குழந்தை வினையாற்றுகிறது.

4. மணம்

- பெரியவர்களைப் போலவே குழந்தைகளாலும் பல்வேறு மணங்களை உணர முடியும்.

5. தோல் உணர்திறன்

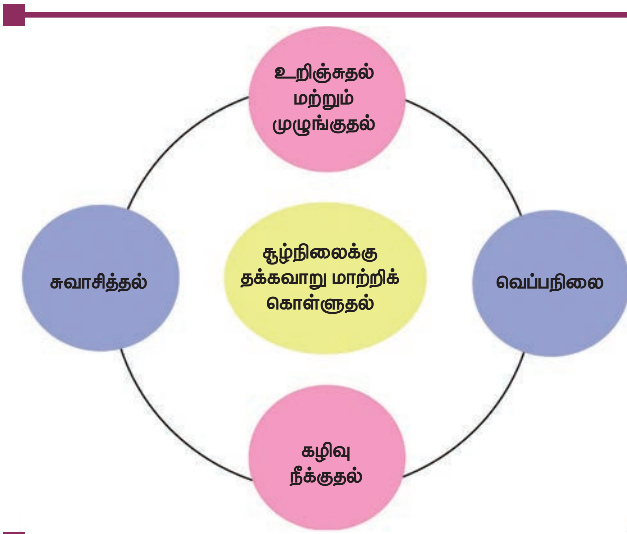
- பிறப்பிலேயே குழந்தையின் தோலில் தொடுதல், அழுத்தம், வெப்பம் மற்றும் வலியை உணரும் திறன் இருக்கிறது.

ஈ. குழவிப் பருவத்தில் சூழ்நிலைக்குத் தக்கவாறு மாறுதல்

ஒவ்வொரு குழந்தையும் பிறந்த பிறகு முதலில் வாழ்க்கையில் அனுசரித்துச் செல்வதில் சிரமம் ஏற்படுவதாக உணர்கிறது. குழவி வளர்ச்சியின் முன்னேற்றத்திற்கு 4 அம்சங்கள் முக்கிய பங்கு வகுக்கின்றன. அவை பின்வருமாறு:

1. சுவாசித்தல்

கருவில் இருக்கும் காலத்தில் தொப்புள் கொடி வழியாக கருவிற்கு பிராண (ஆக்ஸிஜன்) வாயு



செல்கிறது. பிறப்பிற்குப் பின் தொப்புள் கொடி துண்டிக்கப்பட்ட பிறகு குழவி தாமே சுயமாக சுவாசிக்கத் தொடங்க வேண்டும். பிறந்தவுடன்

Chapter 02.indd 18
11/16/2020 11:53:06 AM

அழும்போது குழவி உடனடியாக தம் முதல் மூச்சை சுவாசிக்கின்றன. அப்போது நுரையீரல்கள் பிராண வாயுவால் நிரப்பப்படுகின்றன.

2. வெப்பநிலை மாற்றங்கள்

பிறப்புக்கு முன்னால் குழந்தைகள் கர்ப்பப் பையில் 98^0 F முதல் 100^0 F (பாரன்ஹீட்) வரையிலான வெப்பத்தில் இருக்கின்றன. அதே சமயம், மருத்துவமனையிலோ அல்லது வீட்டிலோ வெப்பநிலை 60^0 F முதல் 70^0 F (பாரன்ஹீட்) வரையில் இருக்கலாம். எனவே கதகதப்பான ஆடை அல்லது அறை அல்லது தாய்க்கு அருகில் வைப்பது போன்றவற்றால் பிறந்த குழந்தைகளுக்கு ஏற்ற வெப்பநிலை அமைத்துத் தரப்படுகிறது.

3. உறிஞ்சுதலும், விழுங்குதலும்

தொப்புள் கொடி வழியாகப் பெறுவதற்குப் பதிலாக குழவி இப்போது தனக்குத் தேவையான ஊட்டத்தை உறிஞ்சுதல் மற்றும் விழுங்குவதன் மூலமாக பெறுகின்றது. இத்தகைய மறுவினை செயல்பாடுகள் பிறப்பிலேயே மிக நேர்த்தியாக உருவாக்கப்படுகின்றன. குழந்தை வளர வளர அவை மேலும் அதிகமாகின்றன.

4. கழிவு அகற்றுதல்

பிறந்தவுடன் குழந்தையின் கழிவு நீக்கும் உறுப்புகள் வேலை செய்யத் தொடங்குகின்றன. கருவில் அந்த வேலை தொப்புள் கொடி வழியாக நடந்தது. பிறந்த குழந்தை ஒரு நாளில் சராசரியாக 4-7 முறை மலம் கழிக்கிறது. சராசரியாக 18 முறை சிறுநீர் கழிக்கிறது.

உ. குழவிப் பருவத்தின் மனவெழுச்சி வளர்ச்சி

பிறக்கும்போது குழவியின் உணர்ச்சிகள் எல்லாம் மகிழ்ச்சி மற்றும் வலி தொடர்பு உடையதாகவே இருக்கின்றன மகிழ்ச்சி என்பது உடலை தளர்வாக்குதல் மூலம் வெளிப்படுத்தப்படுகிறது. மேலும், தட்டிக் கொடுத்தல், தடவிக் கொடுத்தல், கதகதப்பு மற்றும் அரவணைத்தல் மூலமாக மகிழ்விக்கப்படுகிறார்கள். வலி என்பது உடலை முறுக்குதல், உதைத்தல், நெளித்தல் மற்றும் அழுதல் வாயிலாக வெளிப்படுத்தப்படுகிறது.

ஊ. அறிவுப்புல வளர்ச்சி

முழுமையான மறுவினை நடத்தைகள் மூலம்தான் பிறந்த குழவிகள் தமது சுற்றுச்சூழலுடன்இணைந்து செயல்படுகின்றன. அவை உணவு, காற்று மற்றும் கவனிப்பு போன்ற தமக்குத் தேவையானவற்றை பெறுவதற்காக தங்கள் உள்ளுணர்வுகள் மற்றும் அனிச்சையான எதிர்வினைகளைப் பின் தொடர்கின்றன. குழந்தைகள் தங்கள் புலன் உணர்வுகள் மூலம் சுற்றுச்சூழல் குறித்து கற்றுக் கொண்டு வளரத் தொடங்குகின்றன.

2.2.2 குழந்தைப் பருவம்

குழந்தை பிறந்த இரண்டாவது வார இறுதியிலிருந்து இரண்டாவது வயது இறுதி வரையிலான காலமாகும். இது துரித வளர்ச்சி மற்றும் முன்னேற்றத்தில் உண்மையான அடித்தள வயதாகும்.

அ. குழந்தைப் பருவத்தின்போது உடல் வளர்ச்சி

- உயரம்

மற்ற எல்லா பருவங்களையும் விட குழந்தைப் பருவத்தில்தான் அதன் உடலில் முழுவதுமான மாற்றங்கள் மிக துரிதமாக நடைபெறுகின்றன. நான்கு மாதங்களில் குழந்தையின் உயரம் 23 முதல் 24 அங்குலம் வரை உள்ளது. ஓராண்டு முடியும்போது அதன் உயரம் 28 முதல் 30 அங்குலமும், இரண்டாவது வயதில் 32 முதல் 34 உயரம் அங்குலமும் இருக்கிறது.

- எடை

முதல் வயதில் குழந்தையின் உயர மாற்றங்களை விட எடை மாற்றங்கள் அதிகமாக இருக்கின்றன. நான்காவது மாதத்தில் குழந்தையின் எடை

Chapter 02.indd 19 11/16/2020 11:53:06 AM

பிறக்கும்போது இருந்த எடையை விட இரண்டு மடங்கு அதிகமாக உள்ளது. ஒரு வயதில் குழந்தையின் எடை சராசரியாக அது பிறந்தபோது இருந்ததைக் காட்டிலும் மூன்று மடங்கு அதிகமாக அல்லது சுமார் 10 கிலோவாக இருக்கிறது. குழந்தைப் பருவத்தில் ஏற்படும் எடை அதிகரிப்பு கொழுப்பு திசுக்களின் அதிகரிப்பால் உருவாகிறது.

- உடல்கூறு விகிதங்கள்

குழந்தைப் பருவத்தில் குழந்தையின் தலை வளர்ச்சி குறைகிறது. அதேவேளையில் உடல் மற்றும் தண்டு மற்றும் மூட்டுகளில் வளர்ச்சி அதிகரிக்கிறது. குழந்தைப் பருவத்தின் இறுதியில் கண்ணங்கள் வற்றி உடல் சற்று மெலிதாக காணப்படும்.

- எலும்புகள்

குழந்தைப் பருவத்தில் எலும்புகளின் சேர்க்கை அதிகரிக்கிறது. முதல் வயது ஆரம்பத்தில் அவை உறுதியாகத் தொடங்குகின்றன. ஆனால் பருவம் அடையும் வரை அது நிறைவடைவதில்லை. இரண்டாவது வயது இறுதிக்குள் கபாலத்தின் மென்பகுதி (ஃபான்ட்டனெல்) மூடப்படும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

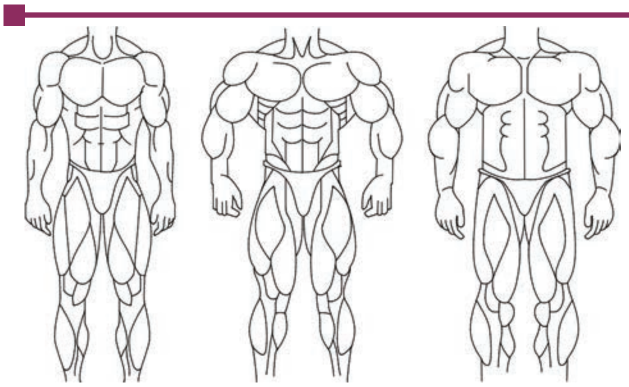
பிறக்கும் சமயத்தில் 270 எலும்புகள் இருக்கின்றன. ஆனால் வளர்ந்த மனிதர்களிடம் 206 எலும்புகள் மட்டுமே உள்ளன.

- தசைகளும், கொழுப்பும்

பிறப்பின்போதே தசைநார்கள் இருக்கின்றன. ஆனால் வளர்ச்சி அடையாத நிலையில் காணப்படுகின்றன. குழந்தைப் பருவத்தில் தசைகள் வலுவின்றியும் மெதுவான வளர்ச்சியுடனும், காணப்படுகின்றன. குழந்தைப் பருவத்தில் கொழுப்புத் திசுக்கள் வேகமாக வளர்கின்றன. பாலில் இருக்கும் அதிக கொழுப்புச் சத்து இதற்கு ஓரளவு காரணமாக இருக்கலாம்.

- உடல் அமைப்பு

இரண்டாவது வயதில் குழந்தையின் சிறப்புவாய்ந்த உடல் அமைப்பு உருவாக தொடங்குகிறது. உடல் அமைப்பில் மூன்று பொதுவான வகைகள் உள்ளன. எக்டோமார்பிக் தன்மையில் உடல் நீளமாகவும், மெலிதாகவும் இருக்கிறது. என்டோமார்பிக் தன்மையில் உடல் உருண்டையாகவும் பருமனாகவும் காணப்படுகிறது. மீஸோமார்பிக் தன்மையில் உடல் கனமாகவும், கடினமாகவும், செவ்வக வடிவிலும் காணப்படுகிறது.



▲ படம் 2 உடல் அமைப்பின் வகைகள்

- பற்கள்

ஒரு வயது நிறைவடையும்போது குழந்தைக்கு 4 முதல் 6 வரை நிரந்தரமற்ற பற்கள் உருவாகின்றன. இரண்டாவது வயதில் 16 பற்கள் உருவாகியிருக்கும். முதலில் முன்பக்க பற்கள் உருவாகும். கடைசியில் கடைவாய்ப்பற்கள் உருவாகின்றது.

நரம்பு மண்டலம்

பிறக்கும் போது மூளையின் எடை குழந்தையின் மொத்த எடையில் எட்டில் ஒரு பங்கு இருக்கும். முதல் இரண்டு வருட வளர்ச்சியில் மூளையின் எடை கூடுவது குழந்தையின் திடமான தோற்றத்திற்கு ஏற்றது. சிறுமூளையும், பெருமூளையும் குழந்தை பிறந்த ஓராண்டிற்கு

Chapter 02.indd 20 11/16/2020 11:53:07 AM

மூன்று மடங்காக எடை கூடுகிறது. பிறக்கும்போது முழுமுதிர்வடையாத செல்கள் குழந்தை பருவத்தில் வளர்ந்து மேலும் புதிய செல்கள் உருவாகி வளருகின்றன.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

இரண்டாம் ஆண்டு முடிவில் 100 லட்சம் கோடிக்கும் அதிகமான நரம்பு செல் இணைப்புகளை குழந்தை பெற்றிருக்கும். குழந்தைகளிடத்தில் காணப்படும் நரம்பு செல் இணைப்புகளின் பெயர்களை எழுதவும் .

புலன் உறுப்பு வளர்ச்சி

மூன்று மாதங்களில் கண் தசைகள் நன்கு வளர்ச்சி அடைந்திருக்கும். அப்போது குழந்தையால் அனைத்தையும் தெளிவாகப் பார்க்க முடியும். வண்ணங்களையும் பார்க்க முடியும். இந்த பருவத்தில் கேட்புத்திறன் விரைவாக முன்னேற்றம் அடைகிறது. குழந்தைப் பருவத்தில் முகர்தலும், சுவை அறியும் திறனும் மேம்படுகின்றன. தோல் தொடர்பான அனைத்து தூண்டல்களுக்கும் குழந்தைகள் அதிக வினையாற்றுகின்றன. ஏனென்றால் தொடுதல், அழுத்தம், வலி மற்றும் வெப்பம் தொடர்பான அனைத்து புலன் உறுப்புகளும் நன்கு வளர்ச்சி அடைந்திருக்கும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

பிறந்த சமயத்திலேயே குழந்தைகளால் இனிப்பு, கசப்பு மற்றும் புளிப்புச் சுவைகளை உணர முடியும். ஆனால் 4 மாதங்கள் வரை உவர்ப்பு சுவையை உணர முடியாது.

ஆ. குழந்தைப் பருவத்தில் இயக்கத் திறன் வளர்ச்சி

குழவிப் பருவத்தில் ஏற்பட்ட வளர்ச்சிக்குப் பின் குழந்தையின் வளர்ச்சி விகிதம் குறைகிறது. இயக்கத்திறன் வளர்ச்சி என்பது உடலின் பெரும்பகுதி மற்றும் உறுப்புகளின் அசைவுகளை கட்டுப்படுத்தும் திறனைக் குறிக்கும். தசைகள் மற்றும் கை, கால்களின் ஒருங்கிணைந்த அசைவுகளே இயக்கத் திறன் ஆகும். ஒரு குழந்தையின் தசை சார்ந்த திறன்களில் ஏற்படும் வளர்ச்சியை உடற்கூறுயியல் இடம்பெயருதல் மற்றும் அசைவுகளில் காணலாம்.

***உடற்கூறுயியல் மற்றும் இடம் பெயருதல் – ஷியாம்பெர்க் தெரிவித்தபடி உடற்கூறுயியல் கட்டுப்பாடு மற்றும் இடம் பெயருதல் பின்வருமாறு:**

அட்டவணை 2 குழந்தைப் பருவத்தின்போது உடற்கூறுயியல் கட்டுப்பாடு மற்றும் இடம் பெயருதல்

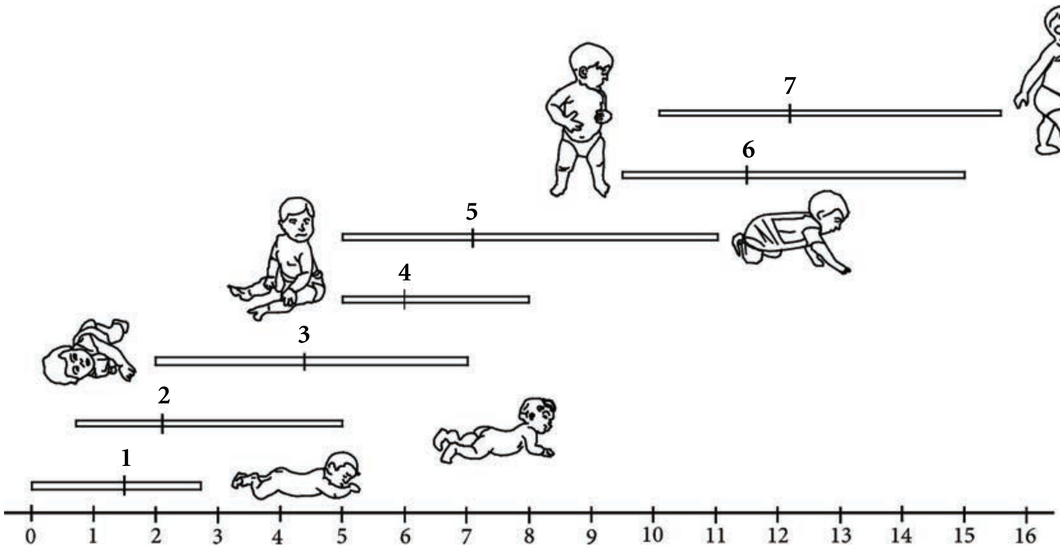
வயது	வளர்ச்சி
1வது மாதம்	நாடியை மேலே தூக்குகிறது
2வது மாதம்	மார்பை மேலே தூக்குகிறது பக்கவாட்டில் திரும்பி குப்புறப் படுக்கிறது
3வது மாதம்	பொருளை அடைதல் மற்றும் தவற விடுதல்
4வது மாதம்	ஆதரவுடன் அமர்கிறது
5வது மாதம்	ஆதரவுடன் மடியில் அமர்கிறது பொருள்களை இறுகப் பிடிக்கிறது
6வது மாதம்	பொருட்களைப் பிடித்துக் கொண்டு நிற்கிறது

Chapter 02.indd 21 11/16/2020 11:53:07 AM

அட்டவணை 2 குழந்தைப் பருவத்தின்போது உடற்கூறுயியல் கட்டுப்பாடு மற்றும் இடம் பெயருதல்	
வயது	வளர்ச்சி
7வது மாதம்	தானே அமர்கிறது. தவழத் தொடங்குகிறது
8வது மாதம்	ஆதாரத்துடன் நிற்கிறது
9வது மாதம்	மேசை, நாற்காலிகளை பிடித்து எழுந்து தனியாக நிற்கிறது
10வது மாதம்	தவழ்கிறது.
11வது மாதம்	ஆதரவுடன் அழைத்துச் சென்றால் நடக்கிறது
12வது மாதம்	நாற்காலியை இழுத்து நிற்கிறது.
13வது மாதம்	உதவியுடன் படிகளில் ஏறுகிறது
14வது மாதம்	தனியாக நிற்கிறது
15வது மாதம்	தனியாக நடக்கிறது

ஆதாரம்: *ஷியாம்பெர்க் எல்.பி. (1985) மனித வளர்ச்சி, 2 வது பதிப்பு, மேக்மில்லன் பப்ளிஷிங் கம்பெனி, நியூயார்க்*

இந்த வளர்ச்சித் தொடரில் தலை முதல் பாதம் வரை வளர்ச்சி நடைபெறுவதைக் காணலாம்.



1. நாடியை மேலே தூக்குகிறது (Prone, Lifts Head)
2. மார்பை மேலே தூக்குகிறது (Prone, Chest Up; Uses Arms for Support)
3. பக்கவாட்டில் திரும்பி குப்புறப்படுக்கிறது (Rolls Over)
4. தானே அமர்கிறது (Sit without Support)
5. தவழத் தொடங்குகிறது (Crawls on Hands and Knees)
6. எழுந்து தனியாக நிற்கிறது (Stands without Support)
7. தனியாக நடக்கிறது (Walks Without Support)

▲ **படம் 3 உடற்கூறுயியல் கட்டுப்பாடு மற்றும் இடம் பெயருதல்:**
www/what-when-how.com/child-development/motor-development-child-development

Chapter 02.indd 22 11/16/2020 11:53:07 AM

இ. சமூக வளர்ச்சி

சைகைகள் மூலம் குழந்தை மற்றவர்களுடன் தொடர்பு கொள்ளத் தொடங்குகிறது. அத்துடன் தன்னை பராமரிக்கும் தாய், தந்தை போன்றவர்களுடன் நெருக்கமான உறவை வளர்க்கிறது. சுமார் ஐந்து வாரங்கள் ஆகும்போது குழந்தை பெரியவர்களைப் பார்த்து புன்னகைக்கிறது. இரண்டாவது மாதத்தில் தன்னுடைய தாயை அடையாளம் காண்கிறது. மூன்று மாதங்கள் ஆகும்போது மனித குரல்களைக் கேட்டு தலையை திருப்புகிறது. தாயுடன் நெருங்கிய பிறகு குழந்தைகள் தனிமையில் பயத்தை வெளிப்படுத்துகின்றனர்.

ஈ. மனவெழுச்சி வளர்ச்சி

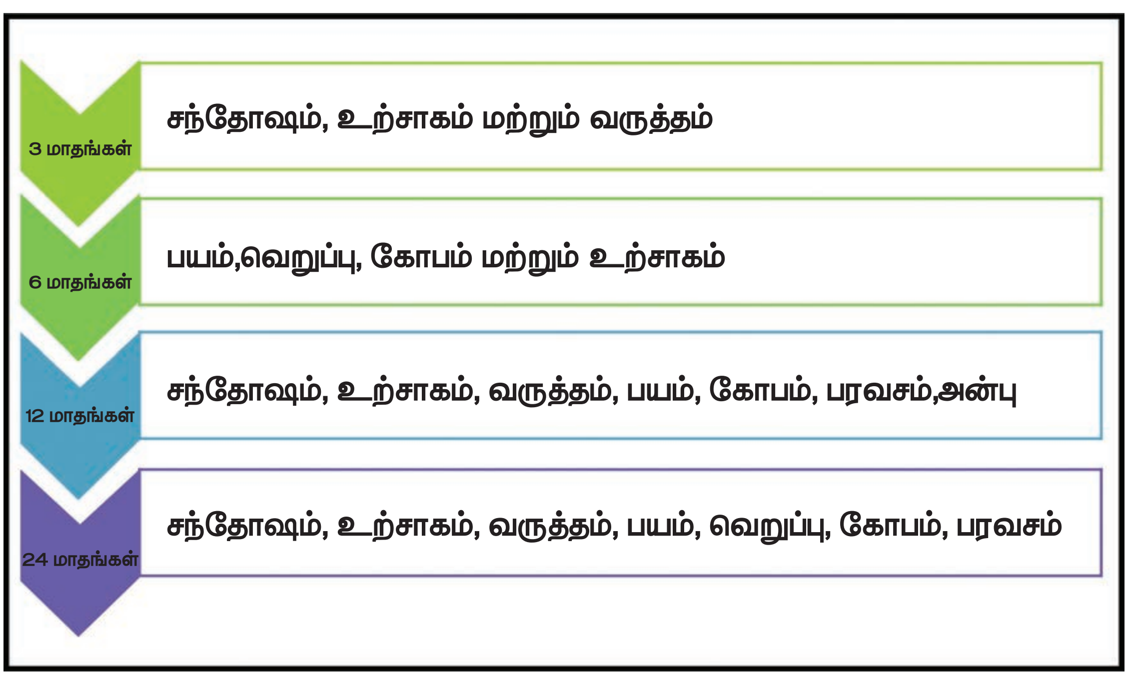
பேசத் தொடங்கும் வரை ஒரு குழந்தையின் தேவைகள் குறித்து பெரியவர்களைப் புரிந்து கொள்ளச் செய்வது அதன் மனவெழுச்சிகள் தான். வயது அதிகரிக்கும் போது உணர்ச்சிகள் குறைகின்றன. அதே சமயம் குறிப்பிட்டதாகவும், காரணத்திற்கேற்றவாறும், வேறுபட்டதாகவும் மாறுகின்றன. மேலும் பலவித தூண்டுதல்களால் தூண்டப்படலாம்.

உ. அறிவுப்புல வளர்ச்சி

பியாஜே கொள்கையின்படி குழந்தைப் பருவம் என்பது "உணர் இயக்கநிலை" ஆகும். பொருள்கள் மற்றும் மனிதர்களின் நிரந்தரத்தை குழந்தைகள் புரிந்து கொள்கின்றனர். பொருள்களின் இடமாற்றத்தை பார்வையால் பின்தொடர்ந்து, கருவிகள் மற்றும் உபகரணங்களையும் பயன்படுத்த தொடங்குகின்றனர். மேலும் அவர்கள் ஒழுக்கத்தையும் பொருத்தமான மற்றும் பொருத்தமற்ற நடத்தையைப் புரிந்து கொள்கின்றனர். "தயவு செய்து", "நன்றி" போன்ற வார்த்தைகளின் அர்த்தத்தையும் புரிந்து கொள்கின்றனர்.

ஊ. மொழி வளர்ச்சி

சுதந்திரமாக செயல்படுவதற்கு மொழி வளர்ச்சி தான் குழந்தைக்கு ஒரு முக்கிய வழிமுறையாக அமைகிறது. தன்னுடைய உணர்ச்சிகளை மற்றவர்களுக்கு வெளிப்படுத்த மொழி புதிய சக்தியை அளிக்கிறது.



Chapter 02.indd 23 11/16/2020 11:53:07 AM

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

இரண்டு வயது குழந்தையால் 100 முதல் 150 வார்த்தைகளைப் புரிந்து கொள்ள முடியும். அப்போது தினமும் 10 புதிய வார்த்தைகளைச் சேர்த்துக் கொள்ளத் தொடங்குகின்றனர்.

- குழந்தைகள் வார்த்தைகளைப் பேசத் தொடங்குமுன், அவை உயிரெழுத்து மற்றும்மெய்யெழுத்து ஒலிகளை எழுப்பும் திறன்களைக் வெளிப்படுத்துகின்றன.
- மூன்றாவது மாதத்தில், கீச்சுக் குரல்களை எழுப்பவும்,வார்த்தைகளைப் பேசத் தொடங்கவும், மழலையில் நெகிழ்வாக இருக்கிறது. இவை இரண்டும் சைகைகளுடன் இணைந்து செய்வதை முன்பேச்சு வடிவங்கள் எனப்படுகிறது.
- 6 மாதங்களில் குழந்தை பெரும்பாலான உயிரெழுத்து மற்றும் மெய்யெழுத்து ஒலிகளை எழுப்புகிறது.

கீச்சு ஒலிகள் - துரிதமாக கீச்சுக் குரல்கள் வெளிப்படுதல்

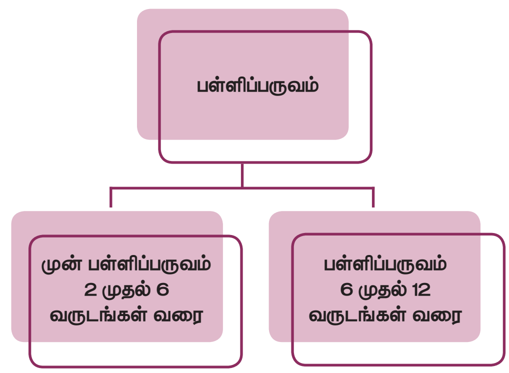
மழலைப் பேச்சு - ஒழுங்கற்ற, அர்த்தமற்ற பேச்சொலிகள் உருவாதல். டா -டா - டா போன்ற உயிர் மற்றம் மெய் எழுத்துக்களின் தொடராக இவை இருக்கும்.

ஏ. உடற்கூறுகளின் வேலைகள்

அடிப்படை உடல் கூறுகளின் வளர்ச்சிகளான சாப்பிடுதல், உறங்குதல், கழிவு நீக்கம் செய்தல் போன்ற பாங்குகள் குழந்தைப் பருவத்தில் உருவாகி நிலை நிறுத்தப் பெறுகின்றன. ஆனால் பிற பழக்கங்களில் முன்னேற்றம் அடைதல் குழந்தைப் பருவத்தில் முடிவடையாது.

2.2.3 பள்ளிப் பருவம்

குழந்தைப் பருவம் நிறைவடையும் சமயத்தில் பள்ளிப் பருவம் ஆரம்பமாகிறது. பெண் குழந்தைகள் 13 வயதிலும், ஆண் குழந்தைகள் 14 வயதிலும் பாலினரீதியாக முதிர்வடையும் வரை இப்பருவம் நீடிக்கிறது. பள்ளிப் பருவம் இரண்டு பிரிவுகளாக பிரிக்கப்படுகிறது:



2.2.3.1 முன் பள்ளிப் பருவம்

1. முன் பள்ளிப் பருவத்தில் வளர்ச்சியின் பாங்கு

குழந்தை பருவத்தோடு ஒப்பிடுகையில் முன் பள்ளிப் பருவத்தில் வளர்ச்சி விகிதம் மிகவும் மெதுவாக நடைபெறுகிறது.

அ. முன் பள்ளிப் பருவத்தில் உடல் மற்றும் இயக்க வளர்ச்சி

i) உயரம்

சராசரியாக ஆண்டுக்கு 2.5 அங்குலம் வளர்கிறார்கள். 6 வயது நிரம்புகையில் சராசரி குழந்தை 46.6 அங்குலங்கள் உயரத்தை அடைவார்கள்.

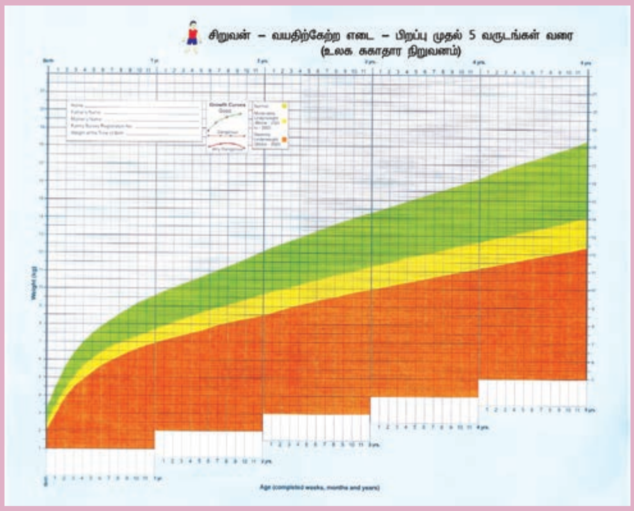
Chapter 02.indd 24 11/16/2020 11:53:08 AM

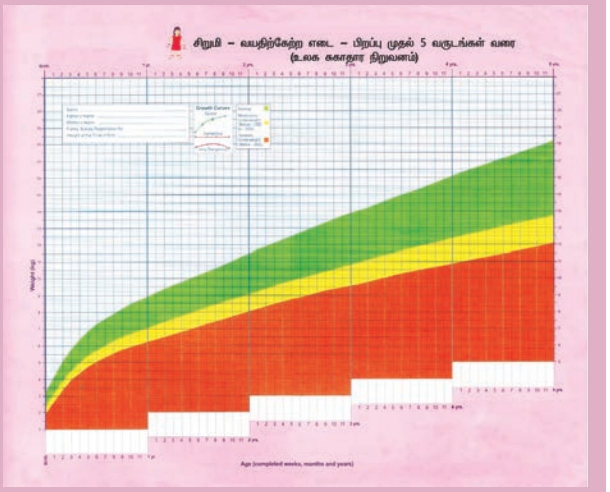
ii) எடை

சராசரியாக ஆண்டுக்கு 1.6-2.3 கிலோ எடை அதிகரிக்கும். 6 வயது குழந்தை சராசரியாகப் பிறந்தபோது இருந்த எடையைக் காட்டிலும் 7 மடங்கு அதிகமான எடை கொண்டிருக்க வேண்டும். சராசரியாக பெண் குழந்தை 25-30 கி.கி. எடையுடனும், சராசரி ஆண் குழந்தை 30-32 கி.கி. எடையும் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

ஒருங்கிணைந்த குழந்தை வளர்ச்சி திட்டத்தின் கீழ் இயங்கும் அங்கன்வாடி மையத்தில் ஒரு முக்கிய செயல்பாடாக குழந்தை பிறந்தது முதல் 5 வயது வரை குழந்தையின் வளர்ச்சி கண்காணிக்கப்படுகிறது. வளர்ச்சி கண்காணித்தல் என்பது குழந்தையின் சீரான வளர்ச்சி மற்றும் முன்னேற்றத்தை கண்காணிப்பதாகும். ஒவ்வொரு மாதமோ அல்லது 3 மாதத்திற்கு ஒரு முறையோ குழந்தையின் எடை வளர்ச்சி அட்டையில் குறிக்கப்பட்டு அக்குழந்தையின் வளர்ச்சி வளைவு உருவாக்கப்படுகிறது. இவ்வட்டையில் காணப்படும் பச்சை நிறம் குழந்தையின் சாதாரண உடல் எடையை குறிக்கிறது. குறைந்த எடை உடைய குழந்தையை மஞ்சள் நிறம் உணர்த்துகிறது. சிவப்பு ஆரஞ்சு நிறம் மிகக் குறைவான எடையை குறிக்கிறது.





iii) உடல் கூறு விகிதங்கள்

மழலைத் தோற்றம் மறையும். முக உறுப்புகள் சிறிதாகவே இருக்கும். ஆனால் கன்னம் சற்றுப் பெரிதாக இருக்கும். கழுத்து நீண்டிருக்கும். உடல் சற்று பருமன் குறைந்து காணப்பெறும். உடல் கூம்பு வடிவமுடனும், வயிறு தட்டையாகவும் இருக்கும். மார்பு தட்டையாகவும், அகலமாகவும் இருக்கும். கை கால்கள் உறுதியாக இருக்கும். கைகள், பாதங்கள் பெரிதாக வளரும்.

Chapter 02.indd 25 11/16/2020 11:53:09 AM

iv) உடல் அமைப்பு

சில குழந்தைகள் எண்டோ மார்பிக் அல்லது மீசோமார்பிக் அல்லது எக்டோமார்பிக் உடல்அமைப்பினை தங்கள் மரபணு, உணவு, உடல் செயல்பாடுகளின் அடிப்படையில் பெற்றிருப்பார்கள்.

v) எலும்புகள்

எலும்பு வளர்ச்சி என்பது எலும்புகளின் எடை அதிகரிப்பது, எலும்புகளின் எண்ணிக்கை மற்றும் அமைப்பை உள்ளடக்கி இருக்கிறது. உடலின் பல்வேறு பகுதிகளில் பல்வேறு விகிதங்களில் எலும்புகள் உறுதியாகின்றன. எலும்புகள் பெரிதாகவும், வலுவாகவும் மாறி குழந்தைக்கு உறுதியான வடிவம் ஒன்றைத் தருவதுடன் உள் உறுப்புகளைப் பாதுகாக்கின்றன.

vi) பற்கள்

முன் பள்ளிப் பருவத்தின் தொடக்கத்தில் குழந்தை பால் பற்களைக் கொண்டிருக்கிறது. முன் பள்ளிபருவத்தின் இறுதி அரையாண்டில் பால் பற்களை, நிரந்தரப் பற்கள் வளர்ந்து ஈடு செய்து விடும். முன் பக்க மையமான வெட்டுப் பற்களே முதலில் வளரும் பற்கள். முன் பள்ளிப் பருவம் முடிவுறுகையில் முன்பக்கத்தில் குழந்தைக்கு ஒன்று அல்லது இரண்டு நிலைப் பற்களும், சிறிது இடைவெளியுடன் நிலைப் பற்கள் சிலவும் உருவாகும்.

vii) நரம்பு மற்றும் தசை மண்டலம்

குழந்தைப் பருவத்தில் நரம்பு மண்டலத்தின் வளர்ச்சி மிக வேகமாக இருக்கிறது. 3-4 வயதின் போது வளர்ச்சி குறைகிறது. இந்த பருவத்தில் முதிர்வுறா செல்கள் முதிர்ச்சி அடைகின்றன. முதிர்வடையும் மூளை மற்றும் நரம்பு மண்டலத்தால் இந்த மாற்றங்கள் ஒருங்கிணைக்கப்பட்டு பல்வேறு இயக்க வளர்ச்சியை ஊக்குவிக்கின்றன. ஐந்து வயதில் மூளையின் எடை அதன் முதிர்ந்த எடையில் 75 சதவிகிதம் உள்ளது. எட்டு வயதில் அதன் முதிர்ந்த எடையில் 90 சதவிகிதம் இருக்கிறது.

viii) புலன் உறுப்புகள்

பருவம் அடையும் வரை விழிக்கோளத்தின் வளர்ச்சி முடிவுறாமல் இருக்கிறது. எனவே குழந்தைகள் தூரப்பார்வை கொண்டவர்களாக இருக்கின்றனர். குழந்தைகள் வளரும் போது பார்வை மற்றும் குவிதிறன் அதிகரிக்கிறது. எனவே முன் பள்ளிப் பருவத்தில் சரியாக அமைக்கப்பட்ட லென்சுகள் தேவைப்படுகிறது.

ஆ. இயக்க வளர்ச்சி

முதல் நான்கு அல்லது ஐந்து வயதில் பொதுவான மற்றும் நுண் இயக்கங்களில் கட்டுப்பாட்டைப் பெறுகிறது. பின்வரும் அட்டவணை 3 இயக்க வளர்ச்சியை சுருக்கமாக எடுத்துக் காட்டுகிறது.

கைப் பழக்கங்கள்

கைகள் உபயோகத்தை நிறுவும் விஷயத்தில் முன் பள்ளிப் பருவத்தை ஒரு சிக்கலான காலகட்டமாக கருதலாம். இந்த பருவத்தில் குழந்தைகள் ஒரு கை உபயோகத்தில் இருந்து மற்றொன்றுக்கு மாறுகின்றன. இப்போது ஒரு பிரதானகையுடன், மற்றொரு உதவிக்கை அல்லது துணைக்கையைப் பயன்படுத்தி கற்கும் திறன்களில் கவனம் செலுத்துமாறு கேட்டுக் கொள்ளப்படுகின்றன. உதாரணமாக வண்ணங்கள் தீட்டும் போது பிரதான கையை உபயோகித்து வண்ணம் தீட்டவும் மற்றொரு உதவிக்கை தாள்களைப் பிடித்து கொள்ளவும் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

Chapter 02.indd 26 11/16/2020 11:53:09 AM

அட்டவணை 3 இயக்க வளர்ச்சி – பொதுவான திறன்கள் மற்றும் நுண்திறன்கள்		
வயது	பொதுவான திறன்கள்	நுண்திறன்கள்
2 ஆண்டுகள்	தத்தித் தாவுகிறது, படி ஏறுகிறது, கீழ் படியில் இருந்து குதிக்கிறது.	காப்பி அடித்து வட்டம் வரைகிறது, கட்டை விரலுடன் மற்ற விரல்களை ஒட்டுகிறது, கிறுக்குவதில் தொடர் முன்னேற்றம்.
3 ஆண்டுகள்	நன்றாக ஓடுகிறது, சாதுர்யமாக குதிக்கிறது, தாண்டத் தொடங்குகிறது, 3 சக்கர வண்டியை மிதிக்கிறது.	பென்சில் பிடிக்கிறது, சதுரம் வரைகிறது, கட்டைகளில் சமநிலையில் நடக்கிறது வரைபடத்தில் வண்ணம் நிரப்புகிறது, எழுத்துக்களை உருவாக்குகிறது, பிறர் உதவியுடன் தானே உடை அணிகிறது மற்றும் களைகிறது, நன்றாக சாப்பிடுகிறது.
4 ஆண்டுகள்	சுமார் 50 அடி தாவுகிறது, ஒரு காலில் நிற்கிறது, பெரிய பந்தை பிடிக்க முடிகிறது, ஸ்கிப்பிங் விளையாடுகிறது.	காலணி அணிகிறது, கத்திரிக்கோலை கையாள்கிறது, கத்தி – முள்கரண்டியைப் பயன்படுத்துகிறது, உதவியுடன் துணி துவைக்கிறது.
5 ஆண்டுகள்	கட்டுகளைச் சுமக்கிறது, மிதிவண்டி ஓட்டத் தொடங்குகிறது, கயிறு தாண்டுகிறது, மேல் கம்பி ஒன்றை பற்றிக் கொண்டு அதை நாடியால் தொடும் வண்ணம் உடலை தூக்குகிறது, டென்னிஸ் பந்தை பிடிக்கிறது.	முன் குழந்தைப் பருவத்தின் முடிவில் கலை வெளிப்பாடு உச்ச நிலையில் உள்ளது. இந்த காலகட்டத்தில் குழந்தைகள் விரல்களால் பிரஸ்களை பிடித்து படம் வரையத் தொடங்குகின்றன. தங்கள் படங்களுக்கு பெயரிடுகின்றன. அவற்றை விளக்கத் தொடங்குகின்றன.

இ. சமூக வளர்ச்சி

மக்கள் மற்றும் பொருள்கள் பற்றிய விழிப்புணர்வுடன் பரந்து விரியும் உலகத்தைக் கொண்டதாக இந்தப் பருவம் அமைகிறது. சமூகத் தொடர்புகளை எவ்வாறு உருவாக்குவது என்பது பற்றியும், குடும்பத்திற்கு வெளியே உள்ள மக்களுடன், குறிப்பாக சம வயதுள்ள ஒத்த குழுக்களுடன் கலந்து உறவாடுவது குறித்து குழந்தைகள் கற்கின்றனர். சமுதாய வளர்ச்சியின் முக்கிய அங்கமாக விளையாட்டு இருக்கிறது. 3-4 வயதில் குழு விளையாட்டு நடவடிக்கைகளில் தம்மை இணைத்துக் கொள்வது குறித்து குழந்தைகள் கற்கத் தொடங்குகின்றனர். இது ஒரு குழந்தையின் சமூக தொடர்பை வளர்க்கிறது. அது மற்றவர்களின் சமூக நடத்தைக்கான வாய்ப்புகளை அதிகரிக்கிறது.

i) சமூக நடத்தைகள்

- *சாயல்* – குழந்தைகள் குறிப்பாக அவர்கள் பாராட்ட மற்றும் விரும்பும் ஒரு நபரின் மனப்பான்மையையும், நடத்தையையும் பின்பற்றுகிறார்கள்.

Chapter 02.indd 27 11/16/2020 11:53:09 AM

- போட்டி – வீட்டிலும், வெளியிலும் மற்றவர்களை முந்த வேண்டும் என குழந்தைகள் எண்ணுகின்றனர்.
- ஒத்துழைப்பு – மூன்றாவது வயது முடிவில் குழந்தைகள் சமூகமயமாகவும், ஒத்த வயதுக் குழுக்களுடன் ஒத்துழைக்கவும் கற்கின்றனர். மற்ற குழந்தைகளுடன் விளையாடும் விருப்பம் அதிகரிக்கிறது.
- இரக்கம் – விளையாட்டுத் தொடர்புகள் குழந்தைகளிடம் இரக்க மனப்பான்மையை வளர்கின்றன. மற்றவர்களின் உணர்வுகளையும், மனஎழுச்சிகளையும் புரிந்து கொள்ள உதவுகிறது.
- பகிர்தல் – பகிரவும், அக்கறையும் சமூக அங்கீகாரத்தை வெல்லும். நண்பர்களுடன் விளையாடும்போது குழந்தைகள் இதை கற்றுக் கொள்கின்றனர்.

ii) சமூக எதிர் நடத்தைகள்

- எதிர்மறை குணம் – 3 மற்றும் 4 வயதில் மூத்தவர்களுடன் முரண்படும் குணம் ஆரம்பமாகிறது. பின் அது குறைகிறது.
- முரட்டு குணம் – 2 வயதில் உடல்ரீதியாக தொடங்கும் முரட்டு நடத்தை பொதுவாக 4 வயதில் மறையத் தொடங்குகிறது. அடுத்து தவறான வார்த்தைகள் மற்றும் மற்றவர்களை குற்றம் சாட்டுதல் போன்ற வாய் மொழித் தாக்குதல் ஆரம்பமாகிறது.
- ஆதிக்க குணம் - 3-வது வயதில் குழந்தைகள் மிக அதிகார குணம் கொண்டவர்களாக மாறுகின்றனர்.
- அழித்தல் குணம் - தங்களுடைய எல்லைக்குள் இருக்கும் எதையும் அழிப்பதன் மூலம் குழந்தைகள் தங்கள் மனநிலையை வெளிப்படுத்துகின்றனர்.

ஈ. மனவெழுச்சி வளர்ச்சி

குழந்தைகளின் மனவெழுச்சி வெளிப்பாடுகள் வயது முதிர்ந்தவர்களிடம் இருந்து பெரிதும் வேறுபடுகின்றன. மனவெழுச்சிகளை நேர்மறை மனவெழுச்சிகள் (ஆக்கப்பூர்வமானது) என்றும், எதிர்மறை மனவெழுச்சிகள் (அழிவுப்பூர்வமானது) என்றும் இரண்டு பெரும் பிரிவுகளின் கீழ் வகைப்படுத்தலாம். மகிழ்ச்சி, அன்பு, ஆர்வம் மற்றும் இரக்கம் போன்றவை நேர்மறை மனவெழுச்சிகளாகும். எதிர்மறை மனவெழுச்சிகள் வருத்தமளிக்கும் உணர்வைத் தருவதுடன், அவை மற்றவர்களால் வெறுக்கப்படுகின்றன. கோபம், பயம், பொறாமை, எரிந்து விழுதல், துக்கம் மற்றும் பதற்றம் போன்றவற்றை இதற்கு உதாரணமாகக் கூறலாம்.

உ. அறிவுப்புல வளர்ச்சி

முன் பள்ளிப் பருவத்தில் நிகழும் மனவளர்ச்சி உற்சாகமானதாகவும் மற்றும் மாறும் தன்மையுடையதாகவும் இருக்கிறது. ஏனென்றால் குழந்தைகள் தங்கள் சுற்றுச்சூழலை ஆராய்ந்து, எண்ணங்களை வளர்க்கின்றனர். பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வு காண்கின்றனர். கற்பனை விளையாட்டுக்களில் பங்கேற்கின்றனர். மேலும் உலகம் பற்றிய தன்னிகரற்ற புரிதலையும், அது எவ்வாறு செயல்படுகிறது என்ற ஞானத்தையும் வளர்க்கின்றனர். செயல்பாடுகள், விதிமுறைகள் மற்றும் குறைந்தபட்ச தகவல்கள் குறித்த வரம்புக்குட்பட்ட புரிதலின் அடிப்படையில் குழந்தைகள் முடிவுகளை உருவாக்குகின்றனர். உண்மைக்கும், கற்பனைக்கும் இடையே உள்ள வித்தியாசத்தைக் கூறுவதில் இளம் குழந்தைகளுக்கு சிரமம் ஏற்படலாம். வார்த்தைகளால் கேள்வி கேட்கும் திறன் அதிகரிப்பதன் மூலம் மனிதர்கள், பொருள்கள் மற்றும் சூழ்நிலையை விரைவாகப் புரிந்து கொள்கிறார்கள். குழந்தைகள் கட்டளைகளுக்கு கீழ்ப்படிவார்கள். ஆனால் சில விஷயங்கள் ஏன் சரியாக அல்லது தவறாக இருக்கின்றன என்பதை அவர்கள் புரிந்து கொள்வதில்லை.

ஊ. மொழி வளர்ச்சி

முன் பள்ளிப் பருவம் அதிக பேச்சு நிறைந்த “(சாட்டர் பாக்ஸ்) வயது” என்றழைக்கப்படுகிறது. ஏனென்றால் இப்பருவத்தில் குழந்தைகளால்

Chapter 02.indd 28 11/16/2020 11:53:10 AM

சிரமமின்றி பேச முடிகிறது. அவர்கள் சைகைகளை பயன்படுத்தலாம். ஆனால் பேச்சுக்கு மாற்றாகத்தான் அவற்றை அவர்கள் உபயோகிக்கிறார்கள். முன் குழந்தைப் பருவத்தில் பேசக் கற்க வேண்டும் என்ற உத்வேகம் வலுவாக இருக்கிறது. சுமார் 2 வயதில் குழந்தைகள் மொழியை உபயோகிக்கும் திறன் திடீரென அதிகரிக்கிறது. ஆரம்ப கால குழந்தை பருவத்தில் வாக்கியங்களின் உருவாக்கம் மிகவும் திட்டவட்டமான மற்றும் கணிக்கக் கூடிய முறையைப் பின்பற்றுகிறது. 2 அல்லது 3 வயது குழந்தைகள் பொதுவாக 3, 4 சொற்கள் கொண்ட வாக்கியங்களைப் பயன்படுத்துகின்றன. பல வாக்கியங்கள் முடிவுறாத நிலையில் உள்ளன.

தனிநபர் ஆய்வு

6 வயது நிறைவடையும்போது மேரி 46 அங்குல உயரமும், 18 கிலோ எடையும் கொண்டிருக்கிறாள். இதன் மூலம் அவளது எடை மற்றும் உடல் அமைப்பு பற்றி நீ என்ன முடிவுக்கு வருகிறாய்?

விடை: வயதுடன் ஒப்பிடும்போது மேரியின் எடை குறைவானது. குறைந்த எடை காரணமாக அவள் எக்டோமார்பிக் உடல் அமைப்பைக் கொண்டிருக்கிறாள்.

2.2.3.2 பின் குழந்தைப் பருவம் (பள்ளிப் பருவம்)

பின் குழந்தைப் பருவம் என்பது 6 வயது முதல் பால் முதிர்வுப் பருவம் அடையும் வரை நீடிக்கிறது. இப்பருவத்தில், குழந்தை தனிப்பட்ட மற்றும் சமூகத்தில் ஒத்துப் போதலை குறிப்பிட்ட ஒருசில சூழ்நிலைகள் பாதிப்பை ஏற்படுத்துகிறது. குழந்தைப் பள்ளிக்குச் செல்லத் தொடங்க ஆரம்பித்தபின் வாழ்க்கைப் பாங்கில் அதிகமான மாற்றங்கள் ஏற்படுகிறது.

உடல் வளர்ச்சி

பாலின முதிர்ச்சியின் தொடக்கக் காலம் தொடங்கும் வரை மெதுவான மற்றும் சீரான வளர்ச்சி கொண்டதாக பின் குழந்தைப் பருவம் இருக்கிறது.

உயரம் மற்றும் எடை

இந்த வயதில் சுமார் முதுமை பருவத்தில் மூன்றில் இரண்டு பங்கை ஒரு குழந்தை பெற்று விடுகிறது. இதில் ஆண், பெண் குழந்தைகள் அனைத்துமே ஒவ்வொரு ஆண்டும் 2 முதல் 3 அங்குலம் வரை வளர வேண்டும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. இந்த காலகட்டம் முழுவதுமாகவே ஆண் குழந்தையின் சராசரி உயரம் பெண் குழந்தையை விட சற்றே அதிகமாக உள்ளது. எனினும், 10 முதல் 12 ஆண்டுகளில் பெண் குழந்தையின் சராசரி உயரம் ஆண் குழந்தைகளை விட அதிகமாக இருக்கிறது. பருவம் அடையும்போது, 11 வயதான பெண் குழந்தை ஒன்று 58 அங்குல உயரம் உள்ளது. ஆனால் அதே வயதுள்ள ஆண் குழந்தை சற்றே உயரம் குறைவாக இருக்கிறது.

பெரும்பாலான குழந்தைகள், 6 வயதாகும்போது, பிறக்கும்போது இருந்ததை விட ஏறக்குறைய 7 மடங்கு எடை அதிகமாக இருக்கின்றனர். எடை அதிகரிப்பு என்பது 1.3 முதல் 2.3 கி.கி வரையிலான விகிதத்தில் உள்ளது. 11 வயதான பெண் குழந்தை சராசரியாக 40.1 கி.கி எடை கொண்டிருக்கிறது. அதே வயதுள்ள ஆண் குழந்தையின் எடை 38.7 கி.கி உள்ளது.

உடல் கூறு விகிதங்கள்

பெண் குழந்தைகளிடையே உடல் வடிவங்கள் என்பது தசைகளின் கொழுப்பு விகிதம் அதிகமாகவும், அதே நேரத்தில் ஆண் குழந்தைகளிடம் நேர் எதிராக உள்ளது. வாயும், தாடையும் பெரிதாகும்போது முக விகிதம் மறைகின்றன. முன் நெற்றி அகலமாகவும், மெலிதாகவும் மாறுகிறது. கழுத்து நீளமாகிறது. மார்பு விரிவடைகிறது. வயிறு தட்டையாகிறது. கரங்களும், கால்களும் நீளமாகின்றன. கையும், பாதமும் பெரிதாகின்றன. ஆனால் குறைந்த வேகத்தில் நடைபெறும்.

Chapter 02.indd 29 11/16/2020 11:53:10 AM

தசை வளர்ச்சி

பள்ளிப்பருவத்தில் உடல் செயல்பாடுகளில் அளவும், விருப்பமும் அதிகரிப்பினால் ஒரு குழந்தையின் தசை அதிகரிக்கும். எலும்பு மற்றும் நரம்பு மண்டலங்கள் மற்றும் சில உறுப்புகளின் அளவு அதிகரிப்பதால் எடை கூடுகிறது. பள்ளிப் பருவத்தில் "குழந்தை கொழுப்பு" குறைந்து தசைதிரள்வும், வலுவும் சீராக அதிகரிக்கிறது. இடைக்கால ஆண்டுகள் முழுவதுமாக தசை வளர்ச்சி வேகமாக அதிகரிக்கிறது. மேலும் அவை எலும்புகளுடன் உறுதியாக ஒட்டிக் கொள்கின்றன. கண்கள் - கரங்களின் ஒத்துழைப்பும் முன்னேற்றம் அடைகிறது. 12 வயதாகும்போது பெரும்பாலான குழந்தைகள் மிக ஒருங்கிணைந்த தசைகளைக் கொண்டிருக்கின்றன.

எலும்பு வளர்ச்சி

பாலின முதிர்ச்சி அடையும்போது எலும்பு வளர்ச்சி வேகம் துரிதமாகிறது. அதிக அளவில் உற்பத்தியாகும் பாலின சுரப்பிகளால் உண்டாகும் தூண்டலே இதற்கு காரணம். எலும்புகளின் நீளமும், அகலமும் அதிகரிக்கிறது. பின் குழந்தைப் பருவத்தில் எலும்புகள் கடினமாகி, இறுதி முதிர்ச்சியை அடைகின்றன.

பற்களின் வளர்ச்சி

குழந்தைப் பருவத்திலும், முன் குழந்தைப் பருவத்திலும் முளைத்த முதல் பற்கள் 6 முதல் 13 வயதில் விழுந்து விடுகின்றன. அனைத்து பால் பற்களும் நிரந்தர பற்களால் மாற்றப்படுகின்றன. ஆண் குழந்தைகளை விட பெண் குழந்தைகளுக்கு முன்னதாகவே நிரந்தரப் பற்கள் தோன்றி விடுகின்றன.

மூளை வளர்ச்சி

மூளை அளவு பெரியவர்களைப் போல் குழந்தைகளின் 6 வயதிலேயே ஏறக்குறைய 90 சதவிகித வளர்ச்சியை அடைந்து விடுகிறது. பள்ளிப் பருவத்தின் போது மூளை வளர்ச்சியானது மூளை இயக்கம் மற்றும் நரம்புக் கொழுப்பு உருவாக்கத்தின் ஒருங்கிணைப்பை (மைலினேசன்) உள்ளடக்கி இருக்கிறது. இந்த வயதில் மூளையின் வலது மற்றும் இடது அரைக்கோளங்களின் செயல்பாடுகள் நன்கு நிறுவப்படுகின்றன.

> **மைலினேசன்** என்பது நரம்பு செல்களைச் சுற்றிலும் கொழுப்பு பொருட்கள் படிதலாகும். இவை மின் விசைகளை கடத்துவதற்கு உதவுகின்றன.

2. பின் குழந்தைப் பருவத்தின் போது ஏற்படும் இயக்க வளர்ச்சி

அதிக அளவில் தசை இயக்கங்கள் தேவைப்படும் நடவடிக்கைகளில் பங்கேற்பதில் குழந்தைகள் ஆர்வம் காட்டுகின்றன. சுதந்திரமான, கட்டுப்பாடற்ற நடவடிக்கைகளிலும், முரட்டுதனமான விளையாட்டுக்களிலும், குத்துச்சண்டை, உதைத்தல் மற்றும் துரத்துதல் போன்ற தீவிரமான விளையாட்டுக்களிலும் அவர்கள் அதிக நேரத்தை செலவிடுகிறார்கள். 6 வயதுக்குள் பெரும்பாலான குழந்தைகளால் கயிறு தாண்டுதல், மிதிவண்டி ஓட்டுத் தொடங்குதல் போன்றவற்றை செய்ய முடியும். 7 வயதிற்குள் பெரும்பாலான குழந்தைகள் பிடித்தல், எறிதல், நீந்துதல் மற்றும் பந்தை உதைத்தல் போன்றவற்றுக்குத் தேவையான இயக்கங்களை நேர்த்தியாக செய்யத் தொடங்குகின்றனர். மேலும் மணிக்கட்டு, கால்கள் போன்ற பல்வேறு அங்கங்களிலும் நெகிழும் தன்மையை வளர்க்கின்றனர்.

3. சமூக வளர்ச்சி

பின் குழந்தைப்பருவத்தில் சமூக வளர்ச்சியில் பல்வேறு விதமான மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றனர் இப்பருவத்தில் குழந்தைகளின் வாழ்க்கையில் பெற்றோர்கள், குடும்ப உறுப்பினர்கள் மற்றும் ஒத்த வயது குழுக்கள் போன்றவை முக்கிய இடம் பிடிக்கின்றனர்.

Chapter 02.indd 30 11/16/2020 11:53:10 AM

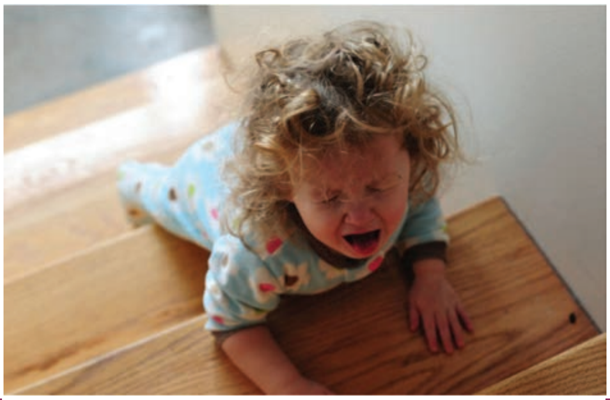
- பள்ளிப்பருவ குழுக்கள் - பள்ளிப்பருவம் தொடங்கும்போது குழந்தைகள் "குழு வயதில்" அடியெடுத்து வைக்கின்றனர். சமுதாய விழிப்புணர்வு அதிவேகமாக வளர்கிறது. ஒத்த குழுக்கள் நடவடிக்கைகளில் அதிக ஆர்வம் கொண்டதாக இந்த பருவம்அமைகிறது. இதில் ஒரு குழுவில் அங்கீகரிக்கப்பட்ட உறுப்பினர்களாவதில் விருப்பம் அதிகரிக்கும்.
- மிகை உணர்ச்சி - சமூக அங்கீகாரத்திற்காக மற்றும் புறக்கணிப்பிற்காக எளிதில் இணங்கும் பொதுவான விருப்பத்தின் வெளித்தோன்றலே மிகை உணர்ச்சியாகும். ஒத்த குழுக்கள் அல்லது பெற்றோர்கள் அல்லது உடன்பிறந்தவர்களால் மிக எளிதாக புண்படுத்தப்படுதல் மற்றும் மற்றவர்கள் கூறுவதையும், செய்வதையும் வெறுப்புணர்வாக விளக்கும் மனப்பான்மையே சமூக அங்கீகாரத்திற்கான குழந்தைகளின் விருப்பத்தைக்காட்டும்அளவுகோலாகும்.
- பொறுப்புணர்வு - பொறுப்புணர்வை வீட்டில் கற்றுக் கொள்ளும் குழந்தைகள் ஒத்த குழுக்களுடன் நன்கு அனுசரித்துப்போவதுமட்டுமல்லாமல், தலைமையத்துவத்திற்காக தேர்வு செய்யப்படுவதை விரும்புகின்றனர்.

4. பின் குழந்தைப் பருவத்தில் உள்ள மனவெழுச்சி வளர்ச்சி

வெறித்தனமான எழுச்சி (temper tantrum) என்பது பள்ளி பருவ குழந்தைகளிடத்தில் திடீரென தோன்றும் மனவெழுச்சி ஆகும். அழுதல், கதறுதல் மூலமாக இதை வெளிப்படுத்துகின்றனர்.

- கோபம்

தேவைகள் பூர்த்தி அடையாதபோது கோப உணர்ச்சி வெளிப்படுத்தப்படுகிறது. கதறுதல்,



பின் வாங்கல், அழித்தல் மற்றும் அவமதித்தல் போன்றவற்றால் அது காட்டப்படுகிறது.

- பயம்

பள்ளிப் பருவத்தில் பயம் அதிகமாக காணப்படுகிறது. பள்ளிப் பருவத்தில் இருந்த அச்சங்களின் பெரும்பகுதி முதிர் வயதிலும் கூட நீடிக்கிறது.

- பதற்றம்

குழந்தைகளின் பதற்றம் வளரும் போது அதிகமாகிறது. பதற்றம் குழந்தைகளை சலிப்படையச் செய்கிறது. நிலைகொள்ளாமல் தவிக்க வைக்கிறது. தொல்லை தருகிறது. இதனால் குழந்தைகள் எதிலும் கவனம் செலுத்த முடியாமல் போகிறது. அவர்கள் பாதுகாப்பின்மையை உணர்கின்றனர். பதற்றமான நடவடிக்கைகள் மற்றும் பேச்சுக் குளறுபடிகள் மூலம் அவர்களுடைய பதற்றத்தை வெளிப்படுத்துகின்றனர்.

5. அறிவுப்புல வளர்ச்சி

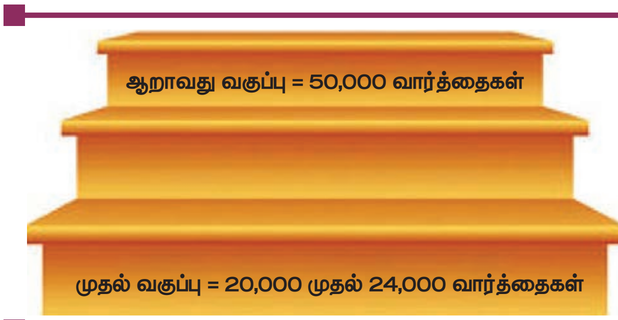
குழந்தைகள் வளரும் போது அதன் மன ஆற்றல்களில் கணிசமான மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. அவற்றுள் கற்பனை, நினைவாற்றல், படைப்புத்திறன், வினா எழுப்புதல் மற்றும் கண்ணோட்டம் போன்றவை அடங்கும். தாங்கள் விரும்பிய இலக்கை அடைய அவர்களால் திட்டமிடவும் முடிகிறது. அனுபவ அறிவு வகைகளின் இயல்பு குறித்த இடம்சார்ந்த கருத்துக்கள் பற்றி நல்ல புரிதலை பெறுகின்றனர். குழந்தைகள் படிக்கவும், எழுதவும்

Chapter 02.indd 31 11/16/2020 11:53:10 AM

தொடங்குகின்றனர். மேலும் படிப்பதிலும், எழுதுவதிலும் திறமை பெற்று விளங்குகின்றனர்.

6. மொழி வளர்ச்சி

ஒரு குழந்தையின் மொழிசார் திறன்கள் அனைத்தும் பெற்றோர்கள் மற்றும் தொலைக்காட்சி, வானொலி, புத்தகங்கள் மற்றும் ஒத்த குழுக்கள் அடங்கிய வெளி உலகத்தின் உதவியுடன் பெறப்படுகிறது அல்லது வளர்ச்சி அடைகிறது. முதல் கட்டத்தில் குழந்தைகள் சராசரியாக 20,000 முதல் 24,000 வார்த்தைகளை அறிந்து கொள்கின்றனர். ஆறாவது நிலையில் 50,000 வார்த்தைகள் அறியப்படுகிறது. கொஞ்சம் பெரிய குழந்தைகள் புதிய வார்த்தைகளைக் கற்றுக் கொள்வது மட்டுமல்லாமல், பழைய வார்த்தைகளுக்கு புதிய அர்த்தங்களை காணவும் தூண்டப்படுகின்றன. 6 வயதிலிருந்து வாக்கியங்களின் நீளம் அதிகரிக்கத் தொடங்குகிறது. முன் குழந்தைப் பருவத்தில் இருந்த அதிக பேச்சு நிறைந்த (சாட்டர் பாக்ஸ்) குணத்தை நீங்கி கட்டுப்பாடான, தேர்ந்தெடுத்த பேச்சுக்கள் மட்டுமே இடம் பெறுகின்றன.



தனிநபர் ஆய்வு

வீட்டுப் பாடங்களைச் செய்வதில் ஹரிஷுக்கு சிரமங்கள் இருக்கின்றன. அவனால் அமைதியான செயல்பாடுகளில் ஈடுபட முடிவதில்லை. எப்போதும் அவன் சுற்றிச் சுழன்று, கண்ணில் படும் ஒவ்வொன்றையும் தொட்டு, விளையாடி, பொறுமை இழந்து காணப்படுகிறான். பொருத்தமில்லாத விமர்சனங்களை முன்வைக்கிறான். கட்டுப்பாடற்ற முறையில் தன் உணர்வுகளை வெளிப்படுத்துகிறான். விளைவுகளைப் பற்றி சிந்திக்காமல் செயல்படுகிறான்.

மேற்கண்ட ஆய்வின் மூலம் அவனது நிலை பற்றிய உனது முடிவு என்ன? இந்த நிலைக்கு கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் பிரத்தியேகப் பெயர் என்ன?

விடை: ஹரிஷ் அதிக துடிப்புடன் இருக்கிறான். அவனுடைய இந்த நிலைமை கவனக்குறைவு மிகைத்துடிப்பு கோளாறு (Attention deficit hyperactivity disorder) என்று அழைக்கப்படுகிறது.

2.2.4 சிறப்பு தேவைகளுடன் கூடிய குழந்தைகள்

அனைத்து குழந்தைகளும் தன்னிகரற்றவர்களாக காணப்படுகிறார்கள். ஆனாலும் வளர்ச்சி, தோற்றத்திலும் உருவொத்து இருப்பார்கள். எப்படியிருந்தாலும் சில குழந்தைகள் அவர்கள் ஒத்த வயதினரை காட்டிலும் அதிக மாறுபாட்டுடன் இருந்து “வெளியே தனித்து நிற்பர்”.

“வெளியே நிற்பது” என்பது வெளிப்படையான பிரச்சினைகளை வளரும்

Chapter 02.indd 32 11/16/2020 11:53:10 AM

காலங்களில் உருவாக்கும். இது போன்ற குழந்தைகள் சாதாரண/ வழக்கமான வளர்ச்சி காலத்தில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளை மாறுபாடுடன் இருப்பதால், உருவாகின்ற பிரச்சினைகளுடன் சமாளிக்க வேண்டியது இருக்கும். சமூக மற்றும் மனவெழுச்சி பிரச்சனைகளை சமாளிக்க இக்குழந்தைகள் சிரமப்படுவார்கள். இவ்வாறு குழந்தையின் தனிப்பட்ட மற்றும் சமூக வாழ்வில் இந்நிகழ்வு பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்.

சாதாரண குழந்தை மற்றும் இயலாத / புறக்கணிக்கப்பட்ட குழந்தை

ஒரு சாதாரண, ஆரோக்கியமான குழந்தை நன்கு வளரவும், எதிர்கால வாழ்க்கைக்கு தேவையானவற்றை செய்து கொள்ளவும் முடிகிறது. அன்றாட வாழ்வில் சந்திக்கும் சவால்களை எதிர்கொள்ள இயலாத குழந்தை பொதுவாக ஆற்றல் இழந்த / பாதிக்கப்பட்ட குழந்தையாக கருதப்படுகிறது. இத்தகைய குழந்தைகளை நீங்கள் "மாற்றுத் திறனாளி" என்று அழைக்கலாம்.

"பேக்கர்" நன்கு அறியப்பட்ட உள இயல்புசார்ந்த ஆராய்சியாளர், ஆற்றல் இழந்த குழந்தையை "சராசரியான உடல், மனம், மனவெழுச்சி மற்றும் சமூக பண்புகளை கொண்ட குழந்தையில் இருந்து விலகிச் சென்று சிறப்பு வாய்ந்த கல்வி சேவைகள், தேவைகள் மாறுபட்டு இருக்கும். குழந்தையானது அதிகப்படியான புரிந்து கொள்ளும் ஆற்றலைப் பெற உருவாக்க உதவவேண்டும்."

ஆற்றல் இழந்த / பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளின் வகைகள்

ஆற்றல் இழந்த குழந்தைகள் விரிவாக மூன்று வகைகளாக தொகுக்கப்பட்டுள்ளனர். அவை,

அ. உடல் இயல்பு சார்ந்த ஊனமுற்ற குழந்தைகள்

ஆ. மன இயல்பு சார்ந்த பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகள்

இ. சமூகத்தில் பொருந்துதலில் குறைபாடுள்ள குழந்தைகள்

குழந்தைகளிடையே ஆற்றல் இழப்பு ஏற்படுவதற்கான காரணங்கள்

உடல் சார்ந்த ஆற்றல் இழப்புக்கான பல்வேறு காரணங்களாவன.

அ. பரம்பரை

ஆ. சாதகமில்லாத பேறுகாலத்திற்கு முந்தைய காலம்

இ. குழந்தை பிறப்பின் போது ஏற்படும் காயம்.

ஈ. முன் குழந்தைப் பருவத்தில் ஏற்பட்ட விபத்தினால் அதிக எதிர்பார்ப்பு இருப்பினும், வீழ்ச்சி ஏற்பட்டாலும், அதனை ஏற்றுக் கொள்ளுதல்.

உ. நோய் தாக்கிய பகுதியை அறுவை செய்து வெட்டி எடுப்பதால் சம்பந்தப்பட்ட பிரச்சனைகள்.

ஊ. முன் குழந்தை பருவத்தில் ஏற்படும் மனம் சார்ந்த மற்றும் மனவெழுச்சி பிரச்சனைகள் விளைவாக திக்கிப் பேசுதல், பேச்சுத் தடுமாற்றம் மற்றும் பேச்சுக் குறைபாடுகள் ஏற்படும்.

எ. காதில் தொற்றுக்கள் மற்றும் காயங்களின் விளைவாக கேட்கும் திறனில் குறைபாடுகள்.

ஏ. உள இயல்பு சார்ந்த மனவெழுச்சி பிரச்சனைகள் மற்றும் கவனிக்கப்படாமல் புறக்கணிப்பு செய்யப்படுவதாக உருவாகும் எண்ணத்தின் விளைவாக

Chapter 02.indd 33 11/16/2020 11:53:11 AM

நடவடிக்கைகளில் பிரச்சனைகள் ஏற்படும்.

2.2.4.1 பார்வை கோளாறு

குழந்தைகள் அவர்கள் வாழும் இந்த உலகத்தைப் பற்றிய தகவல்களைப் பெறுவதற்கு உதவும் முக்கிய கருவி பார்வையாகும். பார்வை ஆற்றல் குறைந்து முழுவதுமாக பார்வையை இழக்க நேரிடலாம் அல்லது குறைவுள்ள பார்வை ஏற்படலாம். பார்வையற்ற குழந்தைகள் அவர்களை முழுமையாக உருவாக்கிக் கொள்ள சிறப்பு வாய்ந்த கருவிகளையும், சிறப்பு வாய்ந்த கவனத்தையும் நாடுவார்கள்.

பார்வை இழப்பிற்கான காரணங்கள்

கீழ்க்காணும் காரணிகளால் பார்வைக் குறைபாடுகள் தோன்றலாம்:

அ. பிறவியோடு ஏற்பட்ட பார்வை இழப்பு

இவ்வகையில் பிறக்கும் போதே குழந்தை பார்வை இழந்து பிறப்பதைக் குறிக்கிறது.

ஆ. இடையே பெறப்பட்ட பார்வை இழப்பு

இந்த பார்வை இழப்பில் குழந்தையானது பிறவியில் பார்வை இழந்து பிறப்பதில்லை. குழந்தை பார்வையை விபத்தின் காரணமாக இழக்கலாம். இது போன்ற பார்வை இழப்பை அல்லது பார்வை குறையை இடையே ஏற்பட்ட பார்வை இழப்பு அல்லது இடை நிகழ்ந்த பார்வை இழப்பு என்கிறோம்.

இ. ஊட்டச்சத்துக் குறைவால் ஏற்படும் பார்வை இழப்பு

மிக நீண்ட காலத்திற்கு உயிர்ச்சத்து A குறை உணவில் ஏற்படுவதன் விளைவாக இந்த பாதிப்பு உண்டாகிறது. உயிர்ச்சத்து A குறைபாடு கண்களில் வறட்சியையும், (ஜெராப்தால்மியா) குறைந்த வெளிச்சத்தில் பார்க்க முடியாத நிலையையும் (மாலைக்கண்) ஏற்படும்.

பார்வைத்திறன் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தையின் சிறப்பான தேவைகள்:

உடல் சார்ந்த தேவைகள்:

பார்வையற்ற குழந்தையின் பெற்றோர்கள் சிறப்பு கவனம் செலுத்த வேண்டி இருக்கிறது. தினசரி கடமைகளான கழிப்பறையை உபயோகித்தல், குளித்தல், உடை உடுத்துதல் மற்றும் உணவு உண்ணுதல் போன்றவைகளுக்கு பெற்றோர் பயிற்சி அளிக்க வேண்டும். பார்வையற்ற குழந்தைக்கு வீட்டினுள் சுற்றி வர, எந்த பொருளின் மீது தடுக்கி விழாமல், அவர்கள் அடிபட்டுக் கொள்ளாமல் இருக்க சிறப்புப் பயிற்சி மற்றும் அசைந்து செல்லும் பயிற்சியும் பார்வையற்ற குழந்தைகளுக்கு மிக இளவயதிலேயே அளிக்க வேண்டும்.

மனவெழுச்சி மற்றும் சமூக தேவைகள்

பெற்றோர் மற்றும் உடன் பிறந்தோர், பார்வையற்ற குழந்தையை அணைத்து இறுகத் தழுவுதல், அன்புடன் பாசத்துடன் கொஞ்சுதல், இழந்த நம்பிக்கையை மீட்டளித்தல் போன்றவற்றை அக்குழந்தை பயப்படும்போதும், மனவெழுச்சியால் பாதிப்படையும் போதும் செய்வது அவசியம் ஆகும்.

கல்விக் கற்றலின் தேவைகள்

பார்வைக் குறைபாடு உள்ள குழந்தைக்கு பெரிய எழுத்துக்களுடன் கூடிய புத்தகங்கள், போதிய வெளிச்சத்தில் அமைந்த மேசை மற்றும் பதிவு செய்த ஒலிநாடாக்கள் போன்றவை கல்வி கற்க உதவியாக இருக்கும். "பிரெயில்" போன்ற சிறப்பான கருவியும் கற்க உதவுகிறது. வலமிருந்து இடமாக ஒவ்வொன்றாக பிரெய்ல் புள்ளிகள் குத்தப்படுகின்றன. முறையாக பயிற்சி அளிக்கப்படும் நிலையில் குழந்தைகள் பிரெயில் எளிதாக பயன்படுத்த கற்றுக் கொள்கின்றன.

Chapter 02.indd 34 11/16/2020 11:53:11 AM

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

ஒவ்வொரு ஆண்டும் வெண் ஊன்றுகோல் தினம் (White cane day) அக்டோபர் 15 -ஆம் தேதி அனுசரிக்கப்படுகிறது. பார்வையற்ற மக்கள் பயன்படுத்தும் வெள்ளை ஊன்றுகோலின் முக்கியத்துவத்தைக் கொண்டாடுவதும், அது பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதும் இதன் நோக்கமாகும்.

2.2.4.2 கேட்டல் குறைபாடு:

வரையறை: கேட்டல் குறைபாடு உள்ள குழந்தை என்பது காது கேட்கும் உணர்வினை மொழியைக் கற்றுக் கொள்வதற்கு முன்பாகவே கேட்கும் திறனை இழந்து விட்ட ஒரு குழந்தையை இது குறிக்கிறது. அதாவது, கேட்கும் திறன் இன்றி அந்தக் குழந்தை பிறந்துள்ளது என்பதே இதன் பொருளாகும். இத்தகைய குழந்தைகள் பெரும்பாலும், அமைதியாக செயல்பாடின்றி, ஊமையாக இருப்பார்கள். மறுபுறம் "கேட்பதில் சிரமம்" என்பது வாழ்க்கையின் பிற்பகுதியில் ஏற்படும் குறைபாடு ஆகும். இதில் ஒரு குழந்தை பல்வேறு அளவுகளில் கேட்புத் திறனை இழக்கும் நிலை ஏற்படுகிறது.

காதுக் கோளாறுகளுக்கான காரணங்கள்:

காதுக் கோளாறுகளும், கேட்புத் திறன் இழப்பும் பின்வரும் காரணிகளால் உருவாகலாம்:

(அ) வெளிப்புற காதுகளில் உள்ள காற்றோட்ட பாதை "கடத்தும் பாதை" (Conductive Pathway) என்றழைக்கப்படுகிறது. கீழ்க்காணும் அம்சங்களால் இந்தப் பாதை பாதிப்புக்கு உள்ளாகலாம்:

1. காதினுள் மெழுகு உருவாதல்
2. பாதையின் வழியில் வெளிப்பொருட்கள் இருத்தல்
3. காதின் வெளிப்புறத்தில் வீக்கம் இருத்தல்

இது போன்ற நிலைகளில் தற்காலிகமாக காது கேட்காத நிலை இருக்கும். இந்நிலையினை மருத்துவ சிகிச்சை மூலமாக சரி செய்துவிடலாம்.

(ஆ) புலன் உணர்வு நரம்பு சார்ந்த காது கேளாமை செவிப்பறை, செவியின் சுருள்வளை, கேட்டல்தொடர்புடைய நரம்பு மற்றும் தொடர்புடைய மூளை செல்களில் ஏற்படும் பாதிப்பால் புலன் உணர்வு நரம்பு சார்ந்த காது கேளாமை ஏற்படும்.

(இ) கலவையாக கேட்கும் திறன் இழத்தல் என்பது கேட்கும் திறனின் ஆற்றல் குறைவுகள், ஒலி கடந்து செல்லும் பாதை பாதிப்பால் காது கேளாமை மற்றும் புலன் உணர்வு நரம்பு சார்ந்த காது கேளாமை ஆகியவைகளின் கலவையின் விளைவாக ஏற்படுகின்றது.

கேட்டல் குறைபாடு உள்ள குழந்தையின் பண்புகள்:

- குழந்தை காது கேளாததோடு, பேச முடியாத நிலையுடனும் இருக்கும்.
- பேச்சுக் குறைபாடு என்பது சாதாரணமாக காது கேளாத குழந்தைகளிடம் அதிகமாகக் காணப்படும்.
- அக்குழந்தைகள் மொழி/சொல் தொகுதிகள் ஆகியவற்றை கற்றுக் கொள்வதில் சிரமப்படுவார்கள். ஒருவருக்கும் கேட்காத மொழியைக் கற்றுக் கொண்டு தகவல்களைப் பரிமாறிக் கொள்வது ஒரு மிகப் பெரிய சவாலாக அமைந்து விடுகிறது.

கேட்டல் குறைபாடுலுள்ள ஒரு குழந்தையின் சிறப்புத் தேவைகள்

காதுகேளாத குறைபாடு அதிகமான பிரச்சனைகளை மொழி, சொல் தொகுதி முதல் புரிந்து கொள்ளும் திறனிலும், தகவல் தொடர்பு கொள்வதிலும் ஏற்படுத்தும்.

உடல் சார்ந்த தேவைகள்

பயனுறுதியுள்ள செயல்பாட்டினால், உடல்சார்ந்த வசதிகளை செய்து பராமரித்து, இக்குழந்தைகளின் கேட்கும் திறன்களை வளர்த்துக் கொள்வதற்கு வழி வகுத்து தர வேண்டும். அறிவாற்றலைப் பயன்படுத்தி

Chapter 02.indd 35 11/16/2020 11:53:11 AM

பெற்றோர்கள், விளையாட்டு முறையிலான நுட்பங்களைக் கொண்டு குழந்தைகளுக்கு உதவி, ஒலியைக் கண்டுணரச் செய்யலாம்.

மனவெழுச்சிகள் மற்றும் சமூகத் தேவைகள்

ஐயப்பாடு என்பது இரண்டாவது பண்பாக காது கேளாத குழந்தைகளிடம் காணப்படுகிறது. இக்குழந்தைகளின் சமூக நடவடிக்கைகள் செம்மைப்படுத்தப்பட்டு, பண்பும் மேம்படுத்தப்பட வேண்டும். அன்பும், பாசமும் மனவெழுச்சிகளுக்கு பாதுகாப்பை அளிப்பதோடு, மேன்மையான கற்றலுக்கு தேவையான ஊக்குவிப்பையும், உற்சாகத்தையும் அளிக்கிறது.

கற்றலின் தேவைகள்

இதில் குழந்தையின் மொழியைப்புரிந்து கொள்ளும் திறனும் உள்ளடங்கி உள்ளது. பார்வையாலும், உடல் அசைவுகளாலும், தகவல் தொடர்பு கொள்ள கற்றுக் கொள்வர்.

1. **வாய்மொழியான முறை அல்லது உதடசைவால் வாசிப்பது இது ஒரு மெதுவான முறையாகும்.** இம்முறையில் கற்றுக் கொள்பவர் மற்றும் கற்பிப்பவர் அதிகமான பொறுமையைக் கடைபிடிக்க வேண்டும்.
2. **உடல், கை, கால் அசைவு முறை அல்லது சைகை மொழி** இம்முறையில் குழந்தை சைகைகளால், குறிப்புகளால் மற்றும் விரல் எழுத்துக் கூட்டல்களின் உதவியால் தகவல் தொடர்பு கொள்கிறது.

2.2.4.3 எலும்பு சார்ந்த குறைபாடுகள்:

பாதிக்கப்பட்ட கை, கால்களைக் கொண்டு எலும்புகள், தசைகள் மற்றும் மூட்டுக்களை ஈடுபடுத்தி செயல்பாடுகளை முழுமையான ஒரு குழந்தையால் செயல்படுத்த முடியாது. இது போன்ற ஊனத்தை கை, கால்கள் இழந்த குழந்தைகளும் அனுபவிப்பார்கள். இக்குழந்தைகளை 'எலும்பு மூட்டு செயலிழந்தவர்கள்' என்று அழைக்கப்படுகிறார்கள்.

பாதிக்கப்பட்ட/கை, கால் இழந்த குழந்தைகளின் பண்புகள்

i. உடல் சார்ந்த குறைபாடுகள் தாழ்வு மனப்பான்மையை இளம் குழந்தைகளிடையே ஏற்படுத்தி விடும்.

ii. போதும் என்ற நிறைவற்ற உணர்வின் விளைவாக தன் இரக்க (Self pity) மனப்பான்மை ஏற்படும்.

iii. வளர்ந்த குழந்தை எப்போதும் உள இயல்பு சார்ந்த அதிர்ச்சியான ஆபத்துக்களை எதிர்கொள்ள நேரும். ஏனெனில், முரண்பாடுகளைக் கொண்ட பாதிப்படைந்த உறுப்புகளைக் கொண்ட குழந்தைகளின் பேரார்வங்கள் மற்றும் செயலாக்க திறன்களினால் வளர்ந்த குழந்தைகள் அடிக்கடி உள இயல்பு சார்ந்த அதிர்ச்சி தரும் ஆபத்துக்களை எதிர்கொள்ள நேரிடும்.

இழந்த உறுப்புகள்/பாதிக்கப்பட்ட கை, கால் உள்ள குழந்தைகளின் சிறப்பான தேவைகள்

உடல் சார்ந்த தேவைகள் என்பது தினசரி செயல்பாடுகளை ஒழுங்கான முறையில் நிறைவேற்றிட உடல் ஒத்துழைக்க வேண்டும். பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகள் தன்னிச்சையாக செயல்படும் மனப்பான்மையை வளர்த்து, பெற்றோர்கள் அக்குழந்தை தன்னிச்சையாக செயல்பட ஊக்குவிக்க வேண்டும். பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளுக்கு சிறப்பான ஊன்றுகோல், காலணிகள் மற்றும் செயற்கை கால்கள் சரியான

Chapter 02.indd 36 11/16/2020 11:53:11 AM

பயிற்சியுடன் அளித்தால் தக்க பயன் அடைவார்கள். ஊன்றுகோல் மற்றும் சக்கர நாற்காலி அக்குழந்தைகள் பயன்படுத்துவது அவர்கள் நகர்ந்து செல்லவும் தன்னம்பிக்கையை வளர்க்கவும் உதவுகிறது.

சமூக மற்றும் மனவெழுச்சிகளின் தேவைகள்

பாதிக்கப்பட்ட உறுப்பு கொண்ட குழந்தைகள் எப்போதுமே குழுவிளையாட்டு செயல்பாடுகளில் இருந்து விலக்கி வைக்கப்படுவார்கள். குழந்தையானது அதிகமாக மனச்சோர்வுடன், வாட்டத்துடன் ஒதுக்கப்பட்டு இருக்கும். அன்புடன் பராமரித்தல் மற்றும் ஒழுங்கு முறையான பயிற்சி ஆகியன சுதந்திரமாக, தன்னையே சார்ந்து இருக்கும் நிலையை உருவாக்குதல் போன்றவைகள் ஊனமுற்ற குழந்தைகளின் அடிப்படைத் தேவைகள் ஆகும்.

கல்வித் தேவைகள்:

செய்தல், எழுதுதல், விளையாட்டு, வரைதல், வர்ணம் தீட்டுதல், பின்னுதல் மற்றும் நடனம் ஆடுதல் போன்ற சில செயல்பாடுகள், கல்வி தேவையில் சேர்க்கப்பட்டு, ஊனமுற்ற குழந்தைகளை அவற்றில் ஈடுபடச் செய்து செயல்பட வைக்கிறது.

2.2.4.4 குறைபாடான பேச்சு உள்ள குழந்தைகள்:

நல்ல முறையில் மற்றவர்களை தொடர்பு கொள்வதே பேச்சின் முக்கிய நோக்கமாகும். பேச்சில் குறைபாடு உண்டாகும்போது தொடர்புமுறைகளிலும் குறைபாடு ஏற்படுகிறது.

பேச்சுக் குறைபாட்டிற்கான காரணங்கள்

அவையாவன,

அ. **உடலியல் காரணங்கள்:** குரல்வளை (லேரின்க்ஸ்) மற்றும் குரல் நாண்களில் ஏற்படும் குறைகளும், ஊனங்களும் பேச்சைப் பாதிக்கின்றன. கபாலம் மற்றும் தலையின் அரைகுறை வளர்ச்சியும் காரணமாகிறது. அன்னப்பிளவும், உதட்டுப் பிளவும் பாதிப்பு ஏற்படுத்துகின்றன.

ஆ. **நரம்பியல் காரணங்கள்:** பேச்சு மற்றும் கற்றலுடன் தொடர்புடைய நரம்புகளில் மற்றும் கற்கும் கோளாறு இருந்தால் ஒருவகை பேச்சுக் குறைபாடு அல்லது நாவன்மை சீர்கேடு ஏற்படுகிறது.

இ. **உளவியல் காரணங்கள்:** இவை மனதுடன் தொடர்பு கொண்டவையாகும். சில வகை திக்குவாய் குறைபாடு முழுக்க முழுக்க உளவியல் அடிப்படையிலானது. பேச்சுக் குறைபாட்டுடன், பொதுவான தன் உணர்வு சேர்வதன் காரணமாக திக்குவாய் நிலை உருவாகலாம்.

ஈ. **சமூக காரணங்கள்:** மிக வேகமாக அல்லது மிக நிதானமாக பேசுவது அல்லது பெற்றோரின் வற்புறுத்தலால் தணிந்த குரலில் பேசுவது சிலரது சுபாவமாக இருக்கக் கூடும். இவை பேச்சுக் குறைபாடுகளுக்கு வழி வகுக்கும்.

பேச்சுக் குறைபாடு உள்ள குழந்தைகளின் சிறப்புத் தேவைகள்

உடல் தேவைகள்

அன்னப்பிளவு, மிகப் பெரிதான உள்நாக்கு (டான்சில்), அடினாய்டுகள் போன்ற உடல் சார்ந்த சில கோளாறுகளை அறுவை சிகிச்சை மூலம் சரி செய்யலாம். இயக்க நடவடிக்கைகள், அனைத்து வகை நாடகங்களில் நடித்தல், சுற்றுலாக்களுக்கு செல்லுதல், கலந்துரையாடல், குழு நடவடிக்கைகளை திட்டமிடல் ஆகியவை சரியான பேச்சுத் திறனை வளர்க்க உதவும்.

கல்வித் தேவைகள்

சிறப்பு ஆசிரியர்களால் நடத்தப்படும் வகுப்புகள் உச்சரிப்பு முறைகளை சரி செய்ய உதவும்.

மனவெழுச்சித் தேவைகள்

குழந்தைகளுக்கு கதைகள் கேட்க வாய்ப்புகள் வழங்கப்பட வேண்டும். ஆசிரியரும்,

Chapter 02.indd 37 11/16/2020 11:53:11 AM

பெற்றோரும் முதலில் தாங்கள் தெளிவாக உச்சரிக்கிறோமா என்பதை உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும்.

2.2.4.5 மனநலம் குன்றிய குழந்தைகள்

ஒரு சராசரி குழந்தைக்கு அறிவுத்திறன் ஈவு (ஐ.கியூ) என்பது 90 முதல் 110 வரை இருக்க வேண்டும். சில குழந்தைகள் சராசரியை விட குறைவான அறிவை பெற்றிருக்கின்றன. இத்தகைய குழந்தைகள் மனநலம் குன்றிய அல்லது மன ஊனம் கொண்ட குழந்தைகள் எனப்படுகின்றன.

ஐ.கியூ. என்பதன் பொருள்

"இன்டெலிஜென்ஸ் கோஷன்ட்" என்ற ஆங்கில வார்த்தைகளின் முதல் எழுத்துக்களை ஐ.கியூ. குறிக்கிறது. இது நுண்ணறிவு திறனை அளக்கும் அளவுகோலாகும். இதைக் கணக்கிடும் சூத்திரம்: எம்.ஏ/சி.ஏ (M.A/C.A) * 100. எம்ஏ என்பது மன வயதையும் (Mental Age), சிஏ என்பது உடல் வயதையும் (Chronological Age) குறிக்கிறது. ஒரு நபரின் மன வயது அறிவுத்திறன் தேர்வுகளால் கண்டறியப்படுகிறது. அவருடைய மன வயது உடல் வயதுடன் பொருந்தினால் அவரது மன வளர்ச்சி இயல்பாக இருக்கிறது என்று பொருள். மன வளர்ச்சி குன்றிய குழந்தைகளின் மன வயது அவர்களுடைய உடல் வயதைக் காட்டிலும் குறைவாக இருக்கும்.

மனநலம் குன்றியவர்களை வகைப்படுத்துதல்

மன நலம் குன்றிய குழந்தைகள், அறிவுத்திறன் ஈவைப் பொறுத்து மெல்ல கற்பவர்கள் என்றும், குறைந்த பாதிப்பு, நடுத்தர பாதிப்பு மற்றும் கடுமையான பாதிப்பு உடையவர்கள் என்றும் வகைப்படுத்தப்படுகின்றனர். குறைந்த அளவில் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகள் கற்பிக்கப்படக் கூடியவர்கள். நடுத்தர பாதிப்பு உள்ள குழந்தைகள் பயிற்சி அளிக்கப்படக் கூடியவர்கள். கடுமையாக அல்லது ஆழமாக பாதிக்கப்பட்டவர்கள் முழுமையாக மற்றவர்களை சார்ந்தவர்கள் என கருதப்படுகின்றனர்.

மனநலம் குன்றிய குழந்தைகளின் சிறப்புப் பண்புகள்

அ. உடல் பண்புகள்: மன வளர்ச்சியற்ற பெரும்பாலான குழந்தைகள் வயதுக்கேற்ற உயரமும், எடையும் கொண்டிருக்கின்றனர். தசைக் கட்டுப்பாடும் காணப்படும். உணர்ச்சிகள் நன்கு வெளிப்படும். உளருதல் மற்றும் பேச்சு குறைபாடு இருக்கும்.

ஆ. மற்ற பண்புகள்: சமூகரீதியில் அதிகம் ஒத்துப் போக முடியாத குழந்தைகளாக இவர்கள் உள்ளனர். அறிமுகமான சொற்கள் மிக குறைவாக உள்ளது. இத்தகைய குழந்தைகள் புதிய சூழ்நிலைகளுடன் ஒத்துப்போவதில் மிகுந்த சிரமங்களை உணர்கின்றனர்.

மனநலம் குன்றியமைக்கான காரணங்கள்

இதற்கு உட்காரணிகள் / வெளிகாரணிகள் இருக்கலாம்.

உட்காரணிகள்

இது பெரும்பாலும் பரம்பரை பண்புகளைக் கொண்டிருக்கிறது. நுண்ணுயிர் அழற்சியில் உள்ள குறைபாடு மைக்ரோசெபாலி என்றழைக்கப்படும் ஒரு நிலைமையை உருவாக்குகிறது. நரம்பு மண்டலத்தில் குறைபாடுகள் மற்றும் நரம்புகளின் பிறவி பலவீனமும் மனநல குன்றியமையை உருவாக்குகிறது. ரத்த சம்பந்தப்பட்ட நெருங்கிய உறவினராக இருக்கும் ஆண்கள், பெண்களிடையே நடைபெறும் திருமணத்தால் பிறக்கும் குழந்தைகளுக்கும் இத்தகைய பாதிப்புகள் ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு.

வெளிகாரணிகள்

தாயிடம் பால்வினை நோய் இருப்பது, பிறவியிலேயே மூளைக்காயம் மற்றும் பிரசவ நேரத்தில் பல்வேறு வகையான பிராணவாயு பற்றாக்குறை (அனாக்சியா) இருப்பது போன்றவை வெளிக்காரணங்கள் ஆகின்றன. கர்ப்ப காலத்தில் வயது முதிர்ந்த தாய்மார்களின்

Chapter 02.indd 38 11/16/2020 11:53:11 AM

உடலில் உள்ள நச்சுத்தன்மை பாதிப்பு நிலைமைகள் மனச்சிதைவு (மங்கோலிசம்) ஏற்படுத்துகிறது. குழந்தைகளிடம் காணப்படும் தைராயிடு குறைபாடு குள்ளத்தன்மையை ஏற்படுத்துகிறது. விபத்துக்களால் மூளையில் ஏற்படும் காயமும், பிறந்த குழந்தைக்கு வரும் மூளைக்காய்ச்சலும் பின்னர் மன நலத்தை குன்றச் செய்கிறது.

மனநலம் குன்றிய குழந்தைகளின் தேவைகள்

கர்ப்ப காலத்தில் தாய்க்கு நோய்த்தடுப்பு, நல்ல உணவு, மருத்துவ பரிசோதனை, பயிற்சி பெற்ற பணியாளரால் பிரசவம் (மருத்துவமனை பிரசவம் விரும்பத்தக்கது) மற்றும் குழந்தைக்கு தாய்ப்பால் தவிர முறையான உணவு கொடுப்பது போன்றவை தனி கவனம் மற்றும் வழிகாட்டலுக்கான அவசியத்தைக் குறைக்கும். மெதுவாக கற்கும் குழந்தைகளைப் பொறுத்தவரை அதிக உதவியும், ஊக்கமும் தேவைப்படுகிறது. எனவே பயிற்சியாளர் தெளிவான வழிகாட்டல் மற்றும் ஊக்குவிப்பை வழங்க வேண்டியிருக்கும். இதில் கற்கும் நடைமுறைகள் எளிமையாக்கப்பட வேண்டும். மேலும் திடமான உதாரணங்கள் பயன்படுத்தப்பட வேண்டும்.

2.2.5 வளரிளம் பருவம் – வளர்ச்சியும், முன்னேற்றமும்

உன் சிந்தனைக்கு

இந்தப் பாடத்தில் நீ கற்கப் போவது என்ன?

- வளரிளம் பருவத்தினர் யார்?
- வளரிளம்பருவத்தைவகைப்படுத்துதல் மற்றும் வரையறை
- வளரிளம் பருவத்தினரின் சிறப்பியல்புகள்

வரையறை

Adolescere என்ற லத்தீன் மொழிச் சொல்லில் இருந்து “Adolescence” என்ற வார்த்தை பெறப்பட்டது. முதிர்ச்சியை நோக்கி வளர்ச்சி என்பது இதன் பொருளாகும். உலக சுகாதார நிறுவனம் (WHO) 10 முதல் 19 வரை உள்ளவர்கள் இந்த வளரிளம் பருவத்தைச் சேர்ந்தவர்கள் என விளக்கம் அளிக்கிறது. இது குழந்தைப் பருவத்திற்கும், வயது வந்த பருவத்திற்கும் இடையிலான காலமாகும். மேலும் இது வளரிளம் (Teen Age) வயதுடன் நெருங்கிய தொடர்பு கொண்டதாக உள்ளது.

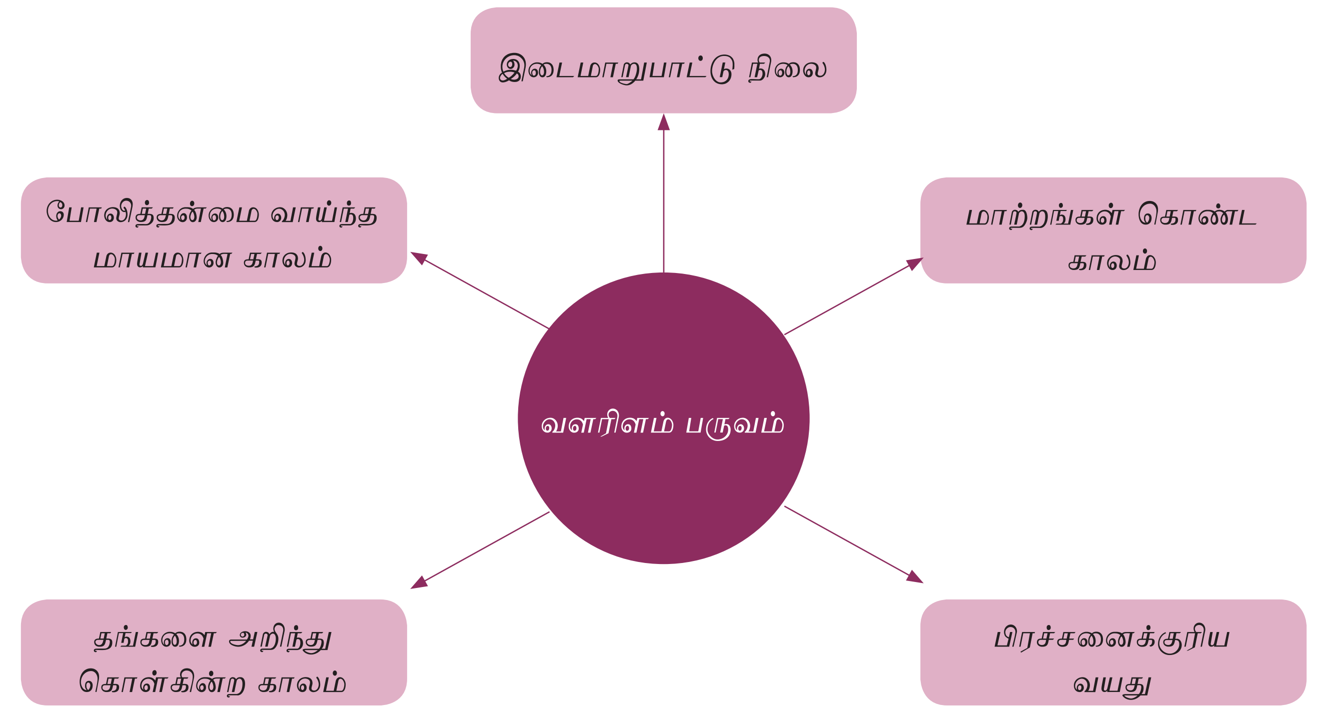
வளரிளம் பருவத்தினர் 10 முதல் 19 வயது வரை உள்ள நபர்கள்

சிறுவர்கள் மற்றும் சிறுமிகளின் வளரிளம் பருவ நிலைகள்

வளரிளம் பருவத்தை முன் வளரிளம் பருவம், வளரிளம் பருவம் மற்றும் பின் வளரிளம் பருவம் என மூன்று நிலைகளாக பிரிக்கலாம்.

வளரிளம் பருவ நிலைகள்	சிறுமிகள்	சிறுவர்கள்
முன் வளரிளம் பருவம்	10–12	11–13
வளரிளம் பருவம்	12–16	13–17
பின் வளரிளம் பருவம்	16– 21	17–21

Chapter 02.indd 39 11/16/2020 11:53:12 AM



▲ வளரிளம் பருவத்தின் சிறப்பியல்புகள்

ஒருவரது வாழ்க்கையில் வளரிளம் பருவம் என்பது மிக மிக முக்கியமான காலமாகிறது. ஏனென்றால் ஒருவரின் வாழ்க்கை குழந்தைப் பருவத்தில் இருந்து முதிர்ச்சியின் துவக்கத்தை நோக்கி நகர்கிறது. பிறந்தது முதல் வளர்ச்சியின் ஒவ்வொரு நிலையிலும் ஒரு மனிதன் பல சவால்களை எதிர்கொள்ளக் கூடும். இந்தப் பருவத்தில் நிகழும் மாற்றங்களே அதற்கு காரணமாக இருக்கும். வாழ்வின் ஒவ்வொரு நிலையிலும் சிறப்பியல்புகளைக் கொண்டிருக்கின்றனர்.

i) இடைமாறுபாட்டு நிலை

வளரிளம் பருவம் என்பது இடைமாறுபாட்டு நிலையாகும். இந்தக் காலத்தில் தனிநபரின் சமுதாய படிநிலை என்பது தெளிவற்றதாக இருக்கிறது. மேலும் தாங்கள் ஆற்ற வேண்டிய பங்கு குறித்த குழப்பமும் அவர்களுக்கு உண்டாகிறது. ஏனென்றால் அவர்கள் குழந்தைகளாகவும் இல்லை. பெரியவர்களாகவும் இல்லை.

ii) மாற்றங்கள் கொண்ட காலம்

உடல், அறிவுப்புல, சமூகம் மற்றும் உணர்வுகளில் ஏற்படும் மாற்றங்களைக் கொண்டதாக வளரிளம் பருவம் உள்ளது. இது இப்பருவத்தில் உள்ளவர்களை தனியாகப் பிரித்து, மற்ற பருவங்களில் இருந்து தெளிவாக வேறுபடுத்திக் காட்டுகிறது.

அ. உடல் மாற்றங்கள்

வளரிளம் பருவத்தில் முதன்மை பாலினப் பண்புகள் (இனப்பெருக்க உறுப்புகள்) வளர்ந்து முதிர்ச்சி அடைகின்றன. துணை அல்லது இரண்டாம் நிலைப் பாலினப் பண்புகளும் தோன்றுகின்றன.

முதன்மை பாலினப் பண்புகள்:

பாலின முதிர்ச்சியின் தொடக்க காலத்தில் முதல் ஒன்று அல்லது இரண்டாண்டுகளில் விந்தகங்கள் வேகமாக வளர்கின்றன. அதன் பிறகு ஆண்குறி நீளமாக வளரத் தொடங்குகிறது. மேலும் விந்து நாளங்கள் மற்றும் புராஸ்டேட்

Chapter 02.indd 40 11/16/2020 11:53:12 AM

சுரப்பி விரிவடைகிறது. பெண் பூப்படையும்போது கருப்பை, கரு முட்டைக் குழாய் மற்றும் பெண்ணுறுப்பு வேகமாக வளர்கின்றன. சினைப்பைகள் கருமுட்டைகளை உற்பத்தி செய்து, கருவுறுதல், மாதவிடாய் மற்றும் இரண்டாம் நிலைப் பாலினப் பண்புகளுக்குத் தேவையான ஹார்மோன்களைச் சுரக்கின்றன.

இரண்டாம் நிலை பாலினப் பண்புகள்: இந்தப் பண்புகள் இனப்பெருக்கத்துடன் நேரடியாக தொடர்பு கொண்டவை அல்ல என்றாலும் பெண் இனத்தில் இருந்து ஆண்களை வேறுபடுத்திக் காட்டுகின்றன. சிறுவர்களுக்கும், சிறுமிகளுக்கும் இடையிலான இரண்டாம் நிலைப் பாலினப் பண்புகள் கீழ்க்காணும் அட்டவணையில் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன.

இரண்டாம் கட்ட பாலினப் பண்புகள்

சிறுமிகள்	சிறுவர்கள்
மார்பக வளர்ச்சி	ஆணுறுப்பில் ரோமங்கள் தோன்றுதல்
பெண்ணுறுப்பில் ரோமங்கள் தோன்றுதல்	அக்குள் ரோமம் தோன்றுகிறது
அக்குள் ரோமம் தோன்றுகிறது	முகரோமம் மற்றும் உடல் ரோமம் தோன்றுகிறது
இடுப்பெலும்பின் (பெல்விஸ்) அகலமும், ஆழமும் அதிகரித்தல்	குரல் மாற்றம்

ஆதாரம்: லெஃப்டன், 1985

ஆ. வளரிளம் பருவத்தினரிடம் அறிவுப்புல மாற்றங்கள்

இந்தக் பருவத்தில் வளரிளம் பருவத்தினர் தகவல்களைப் பகுக்கும் திறனை வளர்க்கின்றனர். அத்துடன் முடிவெடுத்தல், ஞாபக சக்தி, தீவிர சிந்தனை மற்றும் சுயநெறிக் கற்றல் போன்றவற்றில் முன்னேறுகின்றனர். "முறையான செயல்பாட்டு வளர்ச்சி நிலை" என அழைக்கப்படுகிறது.

அறிவுப்புலம் என்றால் என்ன?

இது அறிவைப் பெறும் மூளை செயல்பாடு அல்லது நடைமுறையாகும். மேலும் அனுபவங்கள் வாயிலான புரிதலையும் குறிக்கிறது.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

இந்தியாவில் ஒவ்வொரு ஐந்தாவது நபரும் வளரிளம் பருவத்தைச் சேர்ந்தவர் ஆவார். எனவே மக்கள்தொகையில் இந்தப் பருவத்தினர் மிகவும் மதிப்பு வாய்ந்த பிரிவினராக உள்ளனர்.

இ. சமுதாய மாற்றங்கள் மற்றும் வளரிளம் பருவத்தில் ஏற்படும் வளர்ச்சிகள்

வளரிளம் பருவத்தில் ஒத்த குணங்கள் மற்றும் ஆர்வங்கள் அடிப்படையில் நட்பு உருவாகிறது. இந்தப் பருவத்தில் இடம் பெறும் பொதுவான சமூக குழுக்கள் வருமாறு:

சம்ஸ் (Chums) - நெருங்கிய தோழர்கள் - இவர்கள் பிரிக்க முடியாத உயிர் நண்பர்கள்

கிளிக்ஸ் (Cliques) - நெருங்கிய நண்பர் குழுக்களால் இவை உருவாகின்றன.

கூட்டம் (Crowds) – நெருங்கிய நண்பர்கள் மற்றும் கிளிக்ஸ் குழுக்களால் உருவாக்கப்பட்டது

ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட குழுக்கள் - பள்ளிகள், தேவாலயங்கள் அல்லது சமுதாய மையங்கள் போன்ற அமைப்புகளால் இத்தகைய குழுக்கள் ஒருங்கிணைக்கப்படுகின்றன.

கூட்டுக் குழுக்கள் - சிறுவர்கள் மற்றும்/ அல்லது சிறுமிகளால் அமைந்த குழுக்களைக் குறிக்கிறது. இவர்கள் சமுதாயத்துடன் அனுசரித்துச் செல்வதில் மிக பின்தங்கியவர்கள்.

Chapter 02.indd 41 11/16/2020 11:53:12 AM

தனிப்பயிற்சி செயல்பாடு 3

உன்னுடைய நெருங்கிய தோழர்கள் (சம்ஸ்) யார்? உன்னுடைய உயிர் நண்பர்களை தேர்வு செய்வதில் நீ என்ன அளவுகோல்களை வைத்திருக்கிறாய்?

உன்னுடைய நண்பர் குழுக்களில் (கிளிக்ஸ்) எத்தனை உறுப்பினர்கள் இருக்கிறார்கள்? உங்களுடைய பொதுவான ஆர்வங்கள் என்ன?

ஏதேனும் ஓர் அமைப்புக் குழுவில் நீ அங்கம் வகிக்கிறாயா? உன்னுடைய குழுவால் கவனிக்கப்படும் ஏதேனும் மூன்று சமுதாய நோக்கங்களைப் பட்டியலிடுக.

ஒத்த குழுக்கள் மற்றும் பெரியவர்கள் உடனான உறவுகளைப் பொறுத்து வளரிளம் பருவத்தில் சமூக முன்னேற்றம் எனும் அம்சத்தில் குறிப்பிடத்தக்க மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன.

- *ஒத்த வயதுக்காரர்களுடன் உள்ள உறவு* - வளரிளம் பருவத்தினர் ஒத்த குழுக்களின் ஆதிக்கத்திற்கு அதிகம் ஆளாகின்றனர். அவர்களுடைய நடத்தையிலும், மனநிலையிலும் ஒத்த குழுக்களின் தாக்கம் மிக அதிகமாக உள்ளது.
- *பெரியவர்கள் உடனான உறவு* - பெரியவர்களிடம் இருந்து பெரிதும் வேறுபடும் மதிப்பீடுகளை வளரிளம் பருவத்தினர் வளர்க்கின்றனர். ஏனென்றால் இந்தப் பருவத்தில் பெரியவர்களை விட சம வயதுள்ளவர்களின் தாக்கம்தான் அதிகமாக இருக்கிறது. எனவே இப்பருவத்தில் உள்ள ஒருவர் தனது விசுவாசத்தைக் காட்டுவதில் பெற்றோர்களுக்கும், நண்பர்களுக்கும் இடையே தடுமாறுகிறார். அவர்களுடைய மதிப்பீடுகள் பெரியவர்களின் மதிப்பீடுகளுடன் அடிக்கடி மோதுகின்றன. இதில் பலரும் பெற்றோரின் அதிகாரத்தை எதிர்க்க முற்படுகின்றனர்.

செயல்பாடு 4

தற்கால வளரிளம் பருவத்தினரும், பெரியவர்களும் முரண்படக் கூடிய 6 மதிப்பீடுகளை ஒப்பிட்டு, வேறுபடுத்திக் காட்டுக

மதிப்பு	பெரியவர்களின் கருத்து	வளரிளம் பருவத்தினரின் கருத்து

ஈ) மனவெழுச்சியில் மாற்றங்கள்

உச்சக்கட்ட மனவெழுச்சி நிலை கொண்டதாக வளரிளம் பருவம் உள்ளது. உச்சக்கட்ட மனவெழுச்சி என்பது இயல்பான மனவெழுச்சி அனுபவத்தை விட அதிகமான நிலையாகும். “சூறாவளி மற்றும் அழுத்தம் நிறைந்த காலம்” என இந்த காலம் அழைக்கப்படுகிறது. சூறாவளி என்பது கோபத்தையும், அழுத்தம் என்பது குழப்பத்தையும் குறிக்கிறது.

உச்சக்கட்ட மனவெழுச்சிக்கான காரணங்கள்

- உடலமைப்பு மாற்றங்களால் ஏற்படும் உளவியல் பிரச்சினைகள்

- உயரத்தில் திடீர் வளர்ச்சி, இரண்டாம் நிலைப் பாலினப் பண்புகளின் தோற்றம், குரல் மாற்றம், முகத்தில் பருக்கள் மற்றும் கட்டிகள் தோன்றுதல் போன்றவை வளரிளம் பருவத்தினரிடம் கடும் சங்கடத்தை ஏற்படுத்துகின்றன. இதனால் அவர்கள் தங்கள் உடல் தோற்றம் பற்றிய கவலையில் மூழ்குகிறார்கள்.
- சமுதாய எதிர்பார்ப்புகள் - வளரிளம் பருவத்தினர் குழந்தைகளாகவோ அல்லது பெரியவர்களாகவோ நடத்தப்படுவதில்லை. சமூக எதிர்பார்ப்புகளுக்கு ஏற்ப வாழ வேண்டும் என்ற நிலையான உந்துதல் அவர்களிடம் பொதுவான ஒரு பதற்ற நிலையை ஏற்படுத்துகிறது.
- யதார்த்தத்திற்கு முரணான விருப்பங்கள் - வளரிளம் பருவத்தினரின் விருப்பங்கள் சில சமயங்களில் யதார்த்தத்திற்கு முரணானவையாக இருக்கும். அந்த விருப்பங்களை அடைய முடியாதபோது அவர்கள் தாழ்ந்தவர்களாகவும், விரக்தியாகவும் உணர்கின்றனர்.
- பாலுறவுக்கான உந்துதல் - இனப்பெருக்க ஹார்மோன்கள் துடிப்பாக இருப்பதால் பாலுறவுக்கான உந்துதல் ஏற்படுகிறது. இதுவும் பதற்றத்தை ஏற்படுத்தக் கூடும்.
- அடையாள நெருக்கடிகள் - வளரிளம் பருவத்தைச் சேர்ந்த ஒருவர் யதார்த்தமான சுய கருத்துக்கள் ஒன்றை உருவாக்க வேண்டும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறார். அவர்கள் பல்வேறு பாங்கினை முயற்சிக்கவும், தங்களின் எதிர்கால பாங்கு பற்றி ஒரு முழுமையான கருத்தை வளர்க்கவும் வேண்டி உள்ளது. தங்களது பங்கினைக் கண்டறியும் வரை அவர்களிடம் குழப்பமும், பதற்றமும் இருக்கும்.
- முரணான குடும்ப உறவுகள் - தலைமுறை இடைவெளி காரணமாக பெரியவர்களுக்கும், வளரிளம் பருவத்தினருக்கும் இடையே அடிக்கடி மோதல்கள் உருவாகின்றன.

iii) வளரிளம் பருவம் என்பது பிரச்சனைக்குரிய வயது

வளரிளம் பருவம் என்பது பிரச்சனைக்குரிய வயது ஏனென்றால் இப்பருவத்தில் உடல் ரீதியான, உளரீயான மாற்றங்களால் ஏற்படும் சவால்களை சந்திக்கிறார்கள். குடும்பத்தில் உள்ள மூத்தோர், பெற்றோர் மற்றும் ஒத்த வயதுடைய நண்பர்களால் மேலும் இப்பருவம் வலுப்பெறுகிறது. இப்பருவத்தில் பிரச்சனைகள் மேலும் அதிகரிப்பதற்கு முக்கிய காரணங்கள் யாதென்றால் தவறாக வழிநடத்தும் பெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள், நண்பர்கள் ஆவர். மூத்தோர்களின் அறியாமை வாழ்வியல் ஏதார்த்தங்களை தவறாக அல்லது குறையுடன் புரிந்துக்கொள்வதாலும், ஊடகங்கள் வாயிலாக தவறான கருத்துக்கள் பரவுதலும் காரணமாக காணப்படுகின்றன.

iv) வளரிளம் பருவம் என்பது தங்கள் தங்களை அறிந்து கொள்கின்ற நேரம்.

குழந்தைப் பருவத்திற்கும் முதுமைப்பருவத்திற்கும் இடையில் பரிணமிக்கும் பருவம் வளரிளம் பருவமாகும். இப்பருவத்தில் சமூகம் இவர்களைப் பக்குவமானவர்களாக நடந்துகொள்ள எதிர்பார் அதே சமயம் அவர்கள் பணிவுடனும் தாழ்மையுடனும் நடந்துக் கொள்ளுமாறுபெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள் மற்றும் மூத்தோர்கள் கடிந்து கொள்வதாலும் இது மிகவும் மன அழுத்தம் மற்றும் குழப்பம் நிறைந்த பருவமாகும். இதனால் ஏற்படும் முரன்பாடுகளால் அதிக மனஅழுத்தத்திற்கு ஆட்கொள்ளப்படுவதுடன், தாங்கள் குழந்தைகளா பெரியவர்களா என்று அறியாது குழம்பியிருக்கின்றார்கள்.

Chapter 02.indd 43 11/16/2020 11:53:12 AM

v) வளரிளம் பருவம் என்பது மாயையான பருவம்.

பல வளரிளம் பருவத்தினர் நடைமுறைக்கு சாத்தியமற்ற குறிக்கோள்கள் மற்றும் விருப்பங்கள் உள்ளவர்களாயிருப்பர். அவர்கள் ஒரு மாயையான கனவு உலகத்தில் வாழ்வதோடு தங்கள் இலக்குகளை அடைய தவறும் பொழுது இம்மாதிரி மாயச் சிந்தனைகள் பெரும் ஏமாற்றத்தைம் மனஅழுத்தத்தையும் உண்டுபண்ணும். எனவே பெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள் மற்றும் பெரியோர்கள் இவ்வளரிளம் பருவத்தினரை வழிநடத்தி அவர்களது பலம், பலவீனம், வாய்ப்புகள் மற்றும் சவால்களைப் புரிந்துக்கொண்டு, இருக்கும் வளங்களுக்கேற்ப உண்மையான சவால்களை ஏற்க உதவ வேண்டும்.

இளஞ்சிறார் குற்றங்கள்

குற்றம் என்பது வளரிளம் பருவத்துடன் தொடர்பு கொண்ட பிரச்சினையாக இருக்கிறது. சட்டத்திற்குப் புறம்பான மற்றும் தண்டிக்கப்பட ஏதுவான செயல்களில் ஈடுபடுவதை இது குறிக்கிறது. 18 வயதுக்கு முன்பாக ஒரு குழந்தை அல்லது ஓர் இளைஞனால் குற்றச் செயல் ஒன்று இழைக்கப்படும்போது அது இளஞ்சிறார் குற்றம் என அழைக்கப்படுகிறது.

விலை உயர்ந்த பொருள்களை திருடுதல், களவு, கொள்ளை, மறைந்திருந்து மிரட்டுதல், கொலை, கற்பழிப்பு ஆகியவையும், குடித்தல், சூதாடுதல், கடத்தல், போதைக்கு அடிமையாதல் என ஒழுங்கீன வாழ்க்கை மேற்கொள்வதும், பொதுச் சொத்துக்களை சேதப்படுத்துதல் போன்ற சமூக விரோத செயல்களும் சிறுவர்கள் பொதுவாக செய்யும் குற்றச் செயல்களின் பட்டியலில் அடங்கி உள்ளன.

குற்றத்திற்கான காரணங்கள்

1. *தனிப்பட்ட காரணங்கள்* - ஒரு மனிதனின் உடல் குறைபாடுகள், முரட்டுத்தனம் மற்றும் அறிவுக் குறைபாடு அவனை குற்ற நடவடிக்கைகளுக்கு ஆளாக்குகிறது.
2. *குடும்ப காரணங்கள்* - சிதைந்த குடும்பத்தில் இருந்து வரும் குழந்தைகளுக்கு அன்பு, அரவணைப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு உணர்வுகள் போதிய அளவு கிடைப்பதில்லை. அந்த நிலையில், சமூக விரோத செயல்களில் ஈடுபடுவதன் மூலம் ஒத்த வயதினரிடம் அவர்கள் ஆறுதல் தேட முற்படுகிறார்கள். சிதைந்த குடும்பம் என்பது விவாகரத்து பெற்ற அல்லது பிரிந்து விட்ட பெற்றோர்களின் குடும்பத்தைக் குறிக்கிறது.
3. *சமுதாய காரணங்கள்* - குற்றச் செயல்களை நோக்கி வளரிளம் பருவத்தினரை தூண்டக் கூடியவை என எண்ணிலடங்கா சமூகக் காரணிகள் கண்டறியப்பட்டுள்ளன. அவை வருமாறு:

   அ. *குறைவான வீட்டு வசதி* - நலிவடைந்த பொருளாதாரம் மற்றும் சமூக நிலைமையின் சின்னமாக ஏழைகளின் வீடுகள் இருக்கிறது. வசதி குறைந்த வீடுகளில் அதிக கூட்டம் மற்றும் போதிய சுதந்திரம் இன்மை பாலியல் குற்றங்களுக்கான காரணியாக கூறப்படுகிறது.

   ஆ. *பொழுதுபோக்கு வசதிகள் இன்மை* - நல்ல, முறையான பொழுதுபோக்கு வசதிகள் இல்லாதபோது குற்ற நடவடிக்கையே ஒரு பொழுதுபோக்காக மாறி விடுகிறது.

Chapter 02.indd 44 11/16/2020 11:53:12 AM

இ. மோசமான பள்ளிச்சூழல்: பள்ளியில் உள்ள பல காரணிகள் குற்றச் செயல்களை தூண்டுகின்றன. சம வயது உடையோரால் ஏளனம் செய்யப்படுதல், ஆசிரியர்களால் புரிந்து கொள்ள இயலாமை, பள்ளிக்கும், வீட்டிற்கும் இடையேயான இணக்கமற்ற உறவு போன்றவை பள்ளி வாழ்க்கையை வெறுக்கச் செய்து சமூக விரோத நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட வைக்கின்றன.

ஈ. வேலையின்மை: பள்ளிப்படிப்பை பாதியில் விட்டவர்களும், பாதுகாப்பான வேலைகள் கிடைக்கப் பெறாதவர்களும் குற்றங்களில் ஈடுபட முனைகிறார்கள்.

உ. திரைப்படங்கள் மற்றும் நகைச்சுவை புத்தகங்கள் - குற்றவியல் கதைகள், தாதா சினிமாக்கள், கவர்ச்சி மற்றும் ஆபாச திரைப்படங்கள் இளம் உள்ளங்களை குற்றம் செய்யத் தூண்டுகின்றன.

குற்றச்செயல்களைத் தடுத்தல்

- பெரியவர்கள் மற்றும் வளரிளம் பருவத்தினர் இடையே திருப்திகரமான உறவுமுறை, புறக்கணிப்பு உணர்வு இல்லாமை, குடும்ப உறுப்பினர்கள் மத்தியில் அன்பும், அரவணைப்பும் நிலவுவது போன்றவை குற்றங்களைத் தடுப்பதில் பேருதவி புரியும்.
- பெற்றோர்–ஆசிரியர் சங்கங்கள், பள்ளிகள், மத நிறுவனங்கள், சமூக சேவகர்கள், ஆலோசகர்கள் மற்றும் தன்னார்வ தொண்டு நிறுவனங்கள் மேற்கொள்ளும் சமுதாய கடமைகள் குழந்தைகளை வழிநடத்துவதில் பெரும் பங்காற்றுகின்றன.
- குழந்தைகளை முறையாக நடத்துவது குறித்து வானொலி, தொலைக்காட்சி மற்றும் செய்தித்தாள்கள் போன்ற பெரு ஊடகங்கள் பெற்றோர்களுக்கும், சமுதாயத்திற்கும் விழிப்புணர்வு ஊட்ட வேண்டும்.
- வளரிளம் பருவத்தினர் பயனுள்ள நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடும் வகையில் "கற்கும்போதே சம்பாதியுங்கள்" (Earn while you learn) போன்ற நிகழ்ச்சிகளுக்கு கல்வி நிறுவனங்கள் ஏற்பாடு செய்யலாம்.

இந்தியாவில் விவேகானந்தர் பிறந்த நாளான ஜனவரி 12-ஆம் தேதி "தேசிய இளைஞர் தினமாக" கொண்டாடப்படுகிறது. இந்திய அரசு 1984 - ல் இந்த நாளை தேசிய இளைஞர் தினமாக அறிவித்தது. இதையடுத்து, 1985 முதல் இந்தியாவில் இந்த நாள் ஆண்டுதோறும் அனுசரிக்கப்படுகிறது. இந்திய அரசு விடுத்த செய்தி ஒன்றில் இருந்து மேற்கோள்: "சுவாமிஜியின் தத்துவமும், அவர் எதற்காக வாழ்ந்து, பணி ஆற்றினாரோ அந்த இலட்சியங்களும் இந்திய இளைஞர்களுக்கு பெரும் ஊக்க சக்தியாக திகழும் என்பது உணரப்பட்டது".

2.2.6 முதிர்வயது பருவம்

இப்பருவம் மேலும் பல பிரிவுகளாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளன

அட்டவணை 6 முதிர்வயதின் பிரிவுகள்

நிலைகள்	வயது
முன் முதிர்வயது பருவம்	18 – 40
நடு முதிர்வயது பருவம் (நடுவயது)	41 – 60
பின் முதிர்வயது பருவம் அல்லது முதுமைப் பருவம்	61 முதல் இறப்பு வரை

(எரிக்சன், 1950)

Chapter 02.indd 45 11/16/2020 11:53:13 AM

முதிர்வயது பருவத்தின்போது இருக்கும் எதிர்பார்ப்புகளும், வளர்ச்சிப் பணிகளும்

- தனிப்பட்ட தன்னாட்சி அளவு ஒன்றை அடைதல்
- அடையாளம் ஒன்றை வார்த்தல்
- நிலையான மனவெழுச்சியை வளர்த்தல்
- பணி மற்றும் நிறுவுதல் மற்றும் ஒருங்கிணைத்தல்
- சமூகக்குழு அல்லது இனம் ஒன்றின் அங்கமாதல்
- துணை ஒன்றை தேர்வு செய்தல் மற்றும் திருமணத்திற்கு தயாராதல்
- குடியிருப்பு ஒன்றை உருவாக்குதல், வீட்டை நிர்வகித்தல்
- தாய் அல்லது தந்தை ஆகி, குழந்தை ஒன்றை வளர்த்தல்

முதிர்வயது பருவத்தின்போது ஏற்படும் உடல் மற்றும் அறிவுப்புல மாற்றங்கள்

அ. உடல் மாற்றங்கள்: 30 வயதுக்குப் பின் பல மனிதர்களின் உடல் உறுப்புகளின் செயல்திறன் ஆண்டுக்கு 0.8 முதல் 1 சதவிகிதம் வரை குறைவதாக கண்டறியப்பட்டுள்ளது. வயதாக ஆக பெரியஅளவில்ஏற்படும்உடல்மாற்றங்கள் பின்வருமாறு விளக்கப்படுகின்றன: 1. வெளிப்புற மாற்றங்கள் 2. உட்புற மாற்றங்கள் 3. உணர் திறன்களில் மாற்றங்கள்.

1. வெளிப்புற மாற்றங்கள்

வெளிப்புற மாற்றங்கள் வயதாவதன் வெளிப்புற அறிகுறிகளைக் குறிக்கிறது. இந்த வகையில் மிகவும் கண்கூடான மாற்றங்கள் எல்லாம் தோல், முடி, பல் மற்றும் பொது தோற்றத்துடன் தொடர்பு கொண்டவையாக இருக்கின்றன.

- தோல் தடிப்பாக, கடினமாக, குறைந்த இழுவிசை கொண்டதாக, உலர்ந்து, உடையக் கூடியதாக மற்றும் சுருக்கம் கொண்டதாக மாறுகிறது. வயதாக ஆக ஒரு மனிதனின் முடி தொடர்ந்து வெள்ளையாகி, பளபளப்பை இழந்து, தொடர்ந்து மெலிதாகிறது.
- வழுக்கைத் தலையும், பற்கள் இழப்பும் மிகப் பொதுவான அம்சங்களாகும். பலருக்கு செயற்கைப்பல் செட் அன்றாட வாழ்க்கைத் தேவையாகவே மாறி விடுகிறது.
- பெரும் பகுதி பலவீனம் முதுகிலும், கால் தசைகளிலும் ஏற்படுகிறது. கைகளின் தசைகளில் குறைவான பலவீனம் உண்டாகிறது.
- சக்தி உற்பத்தியில் தொடர் சரிவு ஏற்படுகிறது. அளவிலும், வலுவிலும் தசை திசுக்கள் குறைகின்றன.

2. உட்புற மாற்றங்கள்

உட்புற மாற்றங்கள் என்பது வயதாவதின் அறிகுறிகள் கண்ணுக்குத் தெரியாமலும், தெளிவாக புலப்படாமலும் இருப்பதாகும்.

சுவாச மண்டலம்

வயது அதிகமாகும்போது சுவாசத் திறனில் குறைவு ஏற்படுகிறது. குறைவான ஆக்சிஜன் வழங்குவதால் வயதான மனிதர் ஒருவரின் செயல் வேகத்தைக் குறைக்கிறது. குறைந்த விழிப்புணர்வும், குறைந்த பலமும் கொண்டவர்களாக்குகிறது.

ஜீரண மண்டலம்

வயது அதிகமாகும் பொழுது கடித்தல், மெல்லுதல் போன்ற திறன்கள் குறைகின்றன. ஜீரண நொதிகளின் (என்சைம்) உற்பத்தி குறைகிறது. குறைந்த ஜீரண சக்தி மற்றும் குடல் அசைவுகள் மற்றும் பசியின்மை ஏற்படுகிறது.

ரத்த ஓட்ட மண்டலம்

வயதாகும் நடைமுறையுடன் ரத்த நாளங்களின் இழுவிசைத் திறன் குறைகிறது. ரத்த அணுக்களின் உற்பத்தியும் குறைகிறது.

Chapter 02.indd 46 11/16/2020 11:53:13 AM

மத்திய நரம்பு மண்டலம்:

சுமார் 60 வயதாகும்போது பெருமூளையில் ரத்த ஓட்டம் குறையத் தொடங்குகிறது. ஆக்சிஜன் மற்றும் குளுக்கோஸ் நுகர்விலும் கூட குறைவு ஏற்படுகிறது. மிகத் தெளிவான மாற்றம் என்னவென்றால் பதில்வினைகள் குறைவதுதான்.

3. புலனுணர்வுத் திறன்களில் மாற்றம்

வயது முதிரும்போது புலனுணர்வுத் திறன்கள் படிப்படியாக குறையத் தொடங்குகிறது.

பார்வை:

- அதிகரிக்கும் வயது பார்வையில் பல பிரச்சினைகளை ஏற்படுத்துகிறது.
- இழுவிசைத் திறனை லென்ஸ் தொடர்ந்து இழக்கிறது.
- கருவிழிப் பாப்பாக்கள் சிறிதாகி, வடிவமும் ஒழுங்கற்றதாகிறது.
- இமைகள் தொய்வு நிலை அடைய முற்படுகின்றன.
- நிறங்களைப் பகுக்கும் பார்வைத்திறன் குறைகிறது.

முதிர்வயது பருவம் மற்றும் முதுமைக் காலத்தில் ஏற்படும் அறிவுப்புல மாற்றங்கள்

அறிவுப் புலனில் நான்கு பிரதான அம்சங்களில் ஞாபக சக்தி, கற்றல், கவனம் மற்றும் அறிவு ஆகியவை அடங்கும். தகவல்களைப் பகுக்கவும், பொருள்களை ஒருங்கிணைக்கவும் தேவையான நீண்ட கால நினைவாற்றல் நடைமுறைகளில் இளைஞர்களுடன் ஒப்பிடும்போது முதியவர்களின் செயல்திறன் குறைவாக இருக்கிறது. திறமைகளை கற்கும் நிலையில் அவர்கள் இல்லை. கவனிப்பு நேரமும் இளைஞர்களை விட குறைவாக உள்ளது. எதிர்வினையாற்றும் நேரத்திலும் முதியவர்கள் மெதுவாக இருப்பதாக அறிவுக்கூர்மை தேர்வுகள் சுட்டிக் காட்டுகின்றன. சிக்கலான முடிவுகளை எடுப்பதில் முதியவர்கள் மத்தியில் திறன் குறைவாக இருப்பதையும், செயல்திறன் குறைவதையும் பார்க்க முடியும்.

2.2.7 முதுமை பருவம் – சுய மற்றும் சமூக அனுசரிப்புகள்

முதுமை தொடங்கும் வயது பற்றி தெளிவாக வரையறுக்கப்படவில்லை. 60 ஆண்டுகள்தான் இதை வரையறை செய்யும் இயற்கையான கோடாக அமைகிறது.

முதுமையில் உள்ள வயதுப் பிரிவுகள்

- ***இளம் முதுமை – (60 – 69 ஆண்டுகள்)*** பணி ஓய்வு, குறையும் பலம், எதிர்பார்ப்பு மற்றும் நடத்தைகளில் பெரிய சரிவு
- ***நடுத்தர முதுமை (70 – 79 ஆண்டுகள்)*** இந்தக் கால கட்டத்தில் பல நண்பர்கள் மற்றும் வாழ்க்கைத் துணைவர் மறைவது, குடும்ப மற்றும் சமுதாய நடவடிக்கைகளில் குறைந்த பங்கேற்பு, அதிகரிக்கும் உடல் நல பிரச்சினைகள், சமூக தொடர்புகள் சுருங்குவது போன்ற அம்சங்கள் இடம் பெறுகின்றன.
- ***முதுமை (80 – 89 ஆண்டுகள்)*** சமூக உறவுகளைப் பராமரிப்பதில் உதவி தேவைப்படுகிறது. பல வித உடல் நல பிரச்சினைகள் உண்டாகின்றன. எனவே பராமரிப்பகம் ஒன்றில் இணைய நேரலாம். அல்லது மிகக் குறுகிய உலகில் வாழ வேண்டி இருக்கலாம்.
- ***மிக முதிய முதுமை (90 ஆண்டுகளும், அதற்கு மேலும்)*** - உடல் நல பிரச்சினைகள் மிகத் தீவிரமாகவும், மோசமாகவும் உருவெடுக்கின்றன.

நடவடிக்கைகள் மிகவும் குறைந்து விடுகிறது.

முதுமையில் அனுசரிப்புகளில் தேவைப்படும் சவால் நிறைந்த அம்சங்கள்

முதுமையின் பல்வேறு அம்சங்களில் அனுசரிப்புகளும், கவனிப்பும் தேவைப்படும் பல வித சவால்கள் நிறைந்துள்ளன. இதனை நல்ல முறையில் புரிந்து கொள்ள, உடலியல், உளவியல், சமூகவியல் மற்றும் நடத்தை ஆகிய நான்கு நிலைகளில் ஆராயலாம்.

உடலியல் முதுமை மற்றும் அதன் சவால்கள் – உணர் இயக்கச் செயல்திறன், தசை வலிமை, எலும்புச் சட்டத்தின் நொறுங்கும் தன்மை, பார்வைக் கூர்மை, எதிர்வினை நேரம் மற்றும் சமநிலையில் ஏற்படும் மாற்றங்களை உள்ளடக்கி இருக்கிறது. இவை அனைத்தும் மனப்பான்மையிலும், நடத்தையிலும் தாக்கம் ஏற்படுத்தக் கூடிய உடலியல் முதுமைக்கான உதாரணங்கள் ஆகும்.

உளவியல் முதுமை மற்றும் அதன் அனுசரிப்புகள் மன ஆற்றல்களின் பொதுவான சரிவை இது குறிக்கிறது. முதுமையுடன் இணைந்து வரக்கூடியது.

சமூகவியல் முதுமை மற்றும் அதன் சவால்கள் சமூக பங்களிப்பில் ஏற்படும் மாற்றங்களை இது குறிக்கிறது. வாழ்க்கைத் துணைவர் மரணம், நோய்களுக்கு எளிதில் இலக்காவது, கட்டாய அல்லது விருப்பு ஓய்வு, வருமானம் இழப்பு மற்றும் அந்தஸ்து இழப்பு ஆகியவை இதில் இடம் பெறுகின்றன.

உளவியல், சமூக முதுமை மற்றும் அதன் சவால்கள் ஆளுமை தேவைகள், எதிர்பார்ப்புகள் மற்றும் நடத்தைகளில் ஏற்படும் முறையான மாற்றங்களை இது குறிக்கிறது. பங்கேற்புகள் மற்றும் மற்றவர்கள் உடனான உறவுகளில் ஏற்படும் மாற்றங்களையும் உள்ளடக்கி இருக்கிறது.

முதியவர்கள் மிகக் குறிப்பாக எதிர்கொள்ளும் உளவியல் பிரச்சினைகள்

அ. நிறைவற்ற உணர்வு
ஆ. பிடிப்பு மற்றும் ஏற்பு இல்லாமை
இ. பொருளாதாரப் பாதுகாப்பின்மை
ஈ. மாறும் சமூக நிலைமைகள்
உ. தனிமை உணர்வு, நிச்சயமற்ற நிலை, அமைதியின்மை
ஊ. களைப்பாக உணர்தல், மன அழுத்தம்.
எ. உச்சக்கட்ட பதற்றம்
ஏ. குறைவான சுய மதிப்பீடு மற்றும் தகுதி

முதுமைக் காலத்தின் அனுசரிப்புகள்

முதுமை காலத்திற்கு நகரும்போது மக்கள் பொதுவாக மேற்கொள்ள வேண்டிய சில அனுசரிப்புகளுள் இவையும் அடங்கும்:

உடல் நலத்தில் அனுசரிப்பு – நீண்ட காலம் நோய்வாய்ப்பட்டிருப்பது முதியவர்களுக்கு உருவாகும் அச்சுறுத்தல்களில் ஒன்று. முதுமை அடையும் உடல் சீர்குலைக்கும் நோய்கள் மற்றும் காயங்களால் கடும் தாக்குதலுக்கு இலக்காகிறது. முதுமையில் மனதளவில் ஏற்படும் அழுத்தங்கள் உளவியல் பிரச்சினைகளை உண்டாக்கக் கூடும்.

ஓய்வுக்கால அனுசரிப்புகள் – விசேஷ சமூக ஒழுங்கு, பொருளாதார பலம், தனி அடையாளம் மற்றும் கௌரவத்தை பல ஆண்டுகளாக வழங்கி வந்த ஒரு செயல் மண்டலத்தில் இருந்து பிரிந்து வருவதே பணி ஓய்வு. இவ்வாறு வாழ்வாதாரத்தில் ஏற்படும் திடீர் துண்டிப்பு வயதானவர்களுக்கு பெரும் அச்சுறுத்தலாக அமையக் கூடும். அதே சமயம் சிலருக்கு, கசக்கிப் பிழிந்த மற்றும் நன்றி இல்லாத பணிச்சூழல்களில் இருந்து விடுபடும் வரவேற்கத்தக்க பெரும் நிவாரணமாகவோ அல்லது அவர்களின் வெற்றிகரமான தொழில்முறை வாழ்க்கையின் இயற்கையான முடிவாகவோ அமையும். இன்னும் சிலருக்கு பாதியில் விட்ட கனவுகளை மீண்டும் தொடரவோ, மகிழ்ச்சியூட்டும் நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடவோ அதிக நேரம் கிடைக்கலாம்.

Chapter 02.indd 48 11/16/2020 11:53:13 AM

சர்வதேச முதியவர்கள் தினமாக அக்டோபர் 1 ஆண்டுதோறும் அனுசரிக்கப்படுகிறது.

முதுமைக் காலத்தில் எதிர்கொள்ளும் பிரச்சினைகளுடன் ஒத்துப்போவது

அதிகரிக்கும் வயதுடன் எவ்வாறு அனுசரித்துப் போவது?

வாழ்வில் ஏற்படும் சவால்களை சமாளிப்பதில் ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு விதமான உத்திகளைக் கையாள்கிறார்கள். இதில் சில உத்திகள் இங்கே சுருக்கமாக விவரிக்கப்பட்டுள்ளன:

1. முதியவர்கள் வளைந்து கொடுக்கும் மனப்பான்மையை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டிய அவசியம் உள்ளது. இதனால் முதுமையில் ஏற்படும் வாழ்க்கை நெருக்கடிகள் மற்றும் பிரச்சினைகளை எதிர்கொள்ளலாம்.
2. தங்கள் வாழ்க்கை நிகழ்வுகளுடன் இசைந்து செல்வதற்கான புதிய வழிகளைக் கண்டறிய வேண்டிய நிலையில் இருப்பதை அவர்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டிய கட்டாயம் உள்ளது.
3. பின் வாங்குவது அல்லது தனிமைப்படுவதைக் காட்டிலும் தகவல்களை திரட்டுவது மற்றும் பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வு காணும் வழிமுறைகளை வயதானவர்கள் அதிகம் பயன்படுத்த வேண்டும்.
4. ஒருவரின் தன்னம்பிக்கை, தற்சார்பை வளர்ப்பது மற்றும் ஒருவரின் பலங்கள் மற்றும் பலவீனங்கள் குறித்து ஆரோக்கியமான மனநிலையை மேம்படுத்துவது மற்றும் ஆற்றலுடன் அனுசரித்துப் போகும் திறன்களை கற்பது மற்றும் வளர்ப்பது அவசியம்.
5. முறைசாராத வகையில் சமூக கலந்துரையாடல்களை மேற்கொள்ளும் வகையில் மனமகிழ் மன்றங்கள் மற்றும் சில அமைப்புகளில் இணைவது போன்ற பல்வேறு குழு நடவடிக்கைகளில் பங்கேற்பது வயதானவர்களுக்கு மிக உதவிகரமாக இருக்கும்.
6. வயதானவர்கள் தங்கள் பேரக்குழந்தைகளிடம் அதிக அன்பும், அக்கறையும் காட்டுவது அவர்களுடைய பல தனிப்பட்ட மற்றும் மனவெழுச்சி தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய உதவும்.

பாடச் சுருக்கம்

- குழவி பருவம் முதல் முதுமை பருவம் வரையிலுள்ள மனித வாழ்க்கையின் பல்வேறு நிலைகளில் மனித வளர்ச்சி மற்றும் அதனுடன் தொடர்புடைய சவால்கள் நிறைவேற்றப்படுகின்றது.
- ஒரு மனிதனின் வளர்ச்சி நிலைகளில் உள்ள இடர்பாடுகளுள், உடல், மனம், சமூகம், மற்றும் அறிவாற்றல் போன்றவைகளில் ஏற்படும் மாற்றங்களும் அடங்கியுள்ளது.
- இளம் சிறார் குற்றவாளிகள் போன்றவர்கள் மீது செலுத்த வேண்டிய குறிப்பிட்ட பகுதியில் அதன் காரணங்கள் மற்றும் மறுசீரமைப்பு நடவடிக்கைகள் பற்றி கூறப்பட்டுள்ளது.
- பார்வையற்ற, மனவளர்ச்சியற்ற, எலும்புகள் மற்றும் தசைகளில் ஏற்பட்டுள்ள குறைபாடுகளுடைய, காது கேளாமை மற்றும் பேச்சு திறன் குறைபாடு உடைய குழந்தைகளின் சிறப்பு தேவைகளுக்கு முக்கியத்துவம் அளிக்கப்பட்டு, அவர்கள் எதிர்கொள்ளும் பல்வேறு இடர்பாடுகளை சமாளிக்கும் வழிமுறைகளில் கவனம் செலுத்தப்படுகிறது.
- மனித வள மேம்பாடு மற்றும் சவால்கள் என்ற இந்தப் பாடத்தில் மூலம் பெறப்பட்ட தகவல்கள் மாணவர்களை மனிதவள மேம்பாடு மற்றும் உளவியல் பாடங்களில் மேற்கல்வி பயில ஊக்கப்படுத்தும்.
- இப்பாடத்தில் மாற்று திறனாளிகளின் சிறப்பான தேவைகள் பற்றிய குறிப்புகள்

Chapter 02.indd 49 11/16/2020 11:53:13 AM

மாணவர்களின் ஆர்வத்தை அதிகரித்து மேலும் ஆய்வு மேற்கொள்ளவோ அல்லது மாற்று திறனாளிகளின் தேவைகளை பூர்த்தி செய்ய உதவுகிறது.

- வளரிளம் பருவ நிலையில் எதிர்கொள்ளும் சவால்கள் பற்றி இப்பாடத்தில் கூறப்பட்ட நிலையில், மாணவர்கள் அதை தெரிந்து கொண்டு முதிர் வயது நிலைமைக்கு தங்களை தயார் செய்யவும் அவர்கள் எதிர் கொள்ளும் பல்வேறு சவால்களை சமாளிக்கவும் தயார்படுத்துகிறது.
- முதுமை பருவத்தின் தேவைகள் மற்றும் அவர்கள் எதிர்கொள்ளும் சவால்கள் பற்றி இப்பாடத்தில் விரிவாக கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. இப்பாடத்தில் உடல் ரீதியாகவும், மனரீதியாகவும் முதுமையில் ஏற்படும் மாற்றங்களை மாணவர்கள் தெரிந்து கொள்ள உதவுகிறது.

கலைச் சொற்கள்

துள்ளல் (Hopping) – ஒருவர் ஒற்றை காலால் சிறிய அளவில் குதித்தல்

கிறுக்கல் (Scribbling) – பென்சில் அல்லது பேனா கொண்டு பொருள் இல்லாத குறியீடுகள், கோடுகள் செய்வது

பொருள்கள்பிடித்து வைத்திருக்கமுயற்சி (Grasp Objects) – கைகளைக் கொண்டு பொருள் அல்லது பொம்மை போன்றவற்றை பிடித்து வைத்திருத்தல்

தற்காலிக பற்கள் (Temporary Teeth) - தற்காலிக பற்கள் (நிரந்தர பற்கள் வரும் முன் இளம் குழந்தைகளில் முதலில் வரும் தற்காலிக பால் பற்கள்)

கால்சியம் மூலம் எலும்புகள் கடினமாதல் (Calcifications) – கால்சியம் அல்லது சுண்ணாம்பு சத்து படிவதால் எலும்புகள் கடினமாகின்றன.

நடத்தை (Behavior) – (உள்ளுணர்வு) ஒன்றை பற்றி யோசிக்காமல் அல்லது தெரியாமல் சாதாரணமாக மக்கள் செயல்படுவது அல்லது நடந்து கொள்வது

உள்ளுணர்வு (Instinct) - (ஒன்றைப் பற்றி யோசிக்காமல் அல்லது தெரியாமல் சாதாரணமாக மக்கள் (செயல்படுவது) அல்லது நடந்து கொள்வது

தன்னிச்சையற்ற (Involuntary Reactions) – செயல் நோக்கம் இன்றி அல்லது சுயநினைவற்ற செயல்பாடு

மலம்கழித்தல் (Defecation) – உணவு ஜீரணமான பின் மீதம் உள்ள கழிவுப் பொருள் உடலில் இருந்து மலப்பாதை வழியாக வெளியேறுதல்.

மகப்பேறுக்கு முற்பட்டகாலம் (Prenatal Stage) - கரு உருவானது முதல் குழவி பிறக்கும் வரை உள்ள காலம்.

அம்னியோடிக் திரவம் (Amniotic Fluid) – கருப்பையில் முதிர்வுறாத கரு அல்லது முதிர்கருவை தாங்கி இருக்கும் திரவம்

பிரசவத்திற்கு பிறகு (Postnatal) – இளங்குழந்தை பிறந்தவுடன் உள்ள காலம்.

தொப்புள்கொடி (Umbilical Cord) – முதிர்கருவை தாயின் நஞ்சுக்கொடியுடன் இணைக்கும் நீளமான குழாய் போன்ற அமைப்பு

நிரந்தரபல் (Permanent Teeth) – நிரந்தரபல் (அல்லது வயது வந்தோர் பல்) முதன்மை பற்களுக்கு பிறகு வளர்வன. இப்பற்கள்

Chapter 02.indd 50 11/16/2020 11:53:13 AM

பொதுவாக வாயில் வாழ்க்கை முழுவதும் இருக்கும்.

மேலாதிக்கக்கை (Dominant hand) – நன்கு இயங்கும் திறன்கள் அல்லது சவால்களை செய்வதற்கு பயன்படுத்தும் கைகள் (உம்) எழுதுதல், பிடித்தல் முதலானவை.

துணைகை (Auxiliary hand) – மேலாதிக்கத்தை தசையிழக்க திறன்களை செயல்படுத்த உறுதுணையாக உள்ள கை

மரபுசார்ந்த (Heredity) – ஒரு தலைமுறையிலிருந்து மற்ற தலைமுறைக்க உடல் அல்லது உளம் சார்ந்த பண்புகள் தொடர்வது.

எலும்பியல்சிக்கல்கள் (Orthopedic Problems) – எலும்புக்கூடு அல்லது தசையை எலும்புடன் இணைக்கும் பகுதிகள் மற்றும் தசை நார்களில் ஏற்படும் காயங்கள்.

மனோதத்துவ (Psychological) – ஒரு மனிதனின் மனம் மற்றும் மனவெழுச்சிகள் தொடர்புடையது.

வீக்கம் (Swelling) – உடலின் ஒரு பகுதி அசாதாரண பருத்து காணப்படுதல்

ஊன்றுக்கோல் (Crutches) – நடப்பதற்காக உதவியாக அக்குள் பகுதியில் வைத்து பயன்படுத்தப்படும் நீண்ட கோல். இந்த கோலின் மேல்பகுதியில் குறுக்காக சிறு துண்டுபோல் பொருத்தப்பட்டிருக்கும்.

சக்கரநாற்காலி (Wheelchair) - நோய், காயம் அல்லது உடல் குறைபாடு காரணமாக நடக்க முடியாத ஒருவர், ஓரிடத்தில் இருந்து இன்னொரு இடத்திற்ககு செல்ல பயன்படுத்தப்படும் இருக்கையுடன் கூடியது.

சிறியதலை (Microcephaly) – மூளை சரியாக உருவாகாமல் சாதாரணமான நிலையை விட சிறிதாக உருவாகி இருக்கும் மருத்துவ நிலை.

மாற்றம் (Transition) – ஒருநிலையிலிருந்து மற்றொரு நிலைக்கு கடப்பது

வேறுபடுத்தி காட்டுவதாக (Distinguishes) – வேற்றுமையை உணர்வது

மாதவிடாய் (Menstruation) – பெண்கள் பூப்பெய்தல் முதல் மாதவிடாய் நிற்கும் காலம் வரை ஒவ்வொரு மாதமும் இரத்தம் மற்றும் சில பொருட்கள் கருப்பையின் உட்சவ்வுடன் வெளியேறும் நிகழ்வு.

இளம் குற்றவாளிகள் (Juvenile Delinquency) – 18 வயதிற்கு குறைந்த சிறுவர்கள் அல்லது இளைஞர்கள் குற்ற செயல்கள் அல்லது சட்டம் மீறிய செயல்பாடுகளில் ஈடுபடுதல்.

பொருளாதாரப் பாதுகாப்பின்மை (Economic Insecurity) – வாழ்க்கைத் தரத்தை நிலைப்படுத்த நிலையான வருமானம் அல்லது பிற வளங்கள் இல்லாத நிலை

சமாளிக்கும் (Coping) – அமைதியான நிலையில் பொறுப்புக்கள் பிரச்சனைகள் அல்லது சிக்கல்களை நேரடியாக எதிர்கொள்வது.

Chapter 02.indd 51 11/16/2020 11:53:13 AM

வினாக்கள்

I. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. பேறுகாலத்திற்கு முந்தைய காலம் ------------------ நாட்கள் ஆகும்.
   அ) 270 முதல் 280 நாட்கள் வரை
   ஆ) 200 முதல் 210 நாட்கள் வரை
   இ) 230 முதல் 240 நாட்கள் வரை
   ஈ) 180 முதல் 200 நாட்கள் வரை

2. இந்த காலத்திற்குள் குழந்தைகள் ஆதரவுடன் நிற்கப் பழக வேண்டும்
   அ) 6 மாதங்கள்
   ஆ) 8 மாதங்கள்
   இ) 1 வருடம்
   ஈ) 15 மாதங்கள்

3. மழலை மொழி என்பது -------------- குறிக்கிறது
   அ) சொல் வன்மையற்ற, அர்த்தமில்லாத பேச்சு மற்றும் ஒலிகள் எழுப்புதல்
   ஆ) அர்த்தமுள்ள வார்த்தையை கூறுதல்
   இ) மூன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட சொற்கள் கொண்ட வாக்கியத்தை பேசுதல்
   ஈ) தெளிவான ஒலிகள்

4. குழு வயது (Gang age) -------------
   அ) பள்ளிப் பருவத்திற்கு முந்தைய காலம்
   ஆ) பின் குழந்தைப் பருவம்
   இ) வளரிளம் பருவம்
   ஈ) முதிர் வயது பருவம்

5. கிளிக்ஸ் (Cliques) இவர்களால் உருவாக்கப்படுகின்றன -----------
   அ) ஒரே ஒரு நெருங்கிய நண்பர்
   ஆ) நெருங்கிய நண்பர் குழுக்கள்
   இ) கூட்டங்கள்
   ஈ) கூட்டுக் குழுக்கள்

6. வைட்டமின் ஏ சத்துக் குறைபாட்டால் மங்கிய வெளிச்சத்தில் ஏற்படும் பார்வைக் கோளாறுக்கு பெயர் -----
   அ) மாலைக்கண்
   ஆ) நிறக்குருடு
   இ) மாறுகண்
   ஈ) கெரட்டோ மலேசியா

7. ஐ.கியூ என்பது --------------
   அ) அறிவுத்திறன் கோட்டா
   ஆ) அறிவுஜீவிக் கோட்டா
   இ) நுண்ணறிவு ஈவு
   ஈ) தகவல் ஈவு

8. ஜெரன்ட்டாலஜி என்பது இதனுடன் தொடர்பு கொண்டது --------------
   அ) குழந்தைப் பருவம்
   ஆ) முதிர்வயது பருவம்
   இ) முதுவை பருவம்
   ஈ) வளரிளம் பருவம்

9. முதிய வயது -------------- குறிக்கப்படுகிறது
   அ) அதிகரித்த தனித்தன்மை கொண்ட வயது
   ஆ) இரண்டாவது குழந்தைப் பருவம்
   இ) சூறாவளி மற்றும் மன அழுத்தம் நிறைந்த காலம்
   ஈ) வெறித்தனமான எழுச்சி

10. புலன் உணர்வு இயக்க நிலை
    அ) முதிர் பருவம்
    ஆ) முன் குழந்தைப் பருவம்
    இ) குழவிப் பருவம்
    ஈ) குழந்தைப் பருவம்

Chapter 02.indd 52 11/16/2020 11:53:14 AM

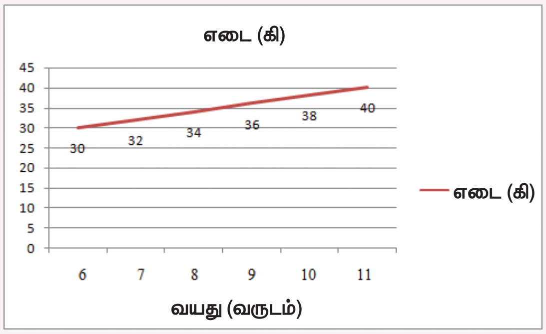
11. பிறந்த போது இருந்த எடையை விட ஒரு வயது குழந்தைக்கு --------------- மடங்கு எடை அதிகரிக்கும்
அ) இரண்டு மடங்கு
ஆ) மூன்று மடங்கு
இ) நான்கு மடங்கு
ஈ) ஐந்து மடங்கு

II. குறுகிய வினாக்களுக்கு விடையளி (2 மதிப்பெண்கள்)

1. "பிள்ளைப்பேறு நிகழும் காலம்" – வரையறு?
2. என்டோமார்பிக் உடல் அமைப்பை விளக்குக
3. வெறித்தனமான எழுச்சி என்றால் என்ன?
4. ஊனமான குழந்தையை விளக்குக
5. பார்வை இழந்த குழந்தை சுயமதிப்பு அடைவதற்கு எவ்வாறு ஊக்குவிப்பாய்?
6. இளம்சிறார் குற்றத்தைத் தடுக்கும் இரண்ட வழிகளைக் கூறுக.
7. மொத்த இயக்க திறன்களுக்கும், நுண் இயக்கத்திறன்களுக்கும் இடையே உள்ள வேறுபாட்டை எழுதுக.
8. 12 வயது குழந்தையின் மிகை உணர்ச்சிக்கான காரணங்கள் யாவை?
9. கைப்பழக்கம் வரையறு.
10. வளரிளம் பருவம் இடை மாறுபாட்டு காலம் என ஏன் அழைக்கிறோம்?
11. இளஞ்சிறார் குற்றம் – வரையறு.

III. சுருக்கமாக 5 வரிகளில் விடையளி (3 மதிப்பெண்கள்)

1. 5 வயது குழந்தையின் மொத்த இயக்கத்திறனை பட்டியலிடு.
2. பார்வை இழந்த குழந்தைகளின் வகைகள் யாவை?
3. 2 – வயது குழந்தையான கலாவிற்கு ஒரு தற்காலிக பல்முளைத்து உள்ளது இது சாதாரண வளர்ச்சியா? காரணங்களைக் கூறுக
4. நெருங்கிய தோழர்கள், நெருங்கிய நண்பர்கள் குழுக்கள் மற்றும் அமைப்பு குழுக்கள் இடையே காணப்படும் வேறுபாடுகள் யாவை?
5. அப்துல் இரண்டு வயது இறுதியில் இடம் விட்டு இடம் குதிக்கிறான் இது சாதாரண வளர்ச்சியா? எவ்வாறு
6. வளரிளம் பருவத்தின் சிறப்பியல்புகளை பட்டியலிடுக.
7. நான்கு வயதான லூசி பெரிய பந்தைத் தாவி பிடிக்கிறாள் அது எந்த வகையான திறன் என்று கூறுக?
8. 12 – வயது மோகன் உண்மை கற்பனை என்பதை பற்றி கூறுவதில் சிரமப்படுகிறான் மேலும் அதிகாரத்திற்கும் கீழ் படிவதில்லை அவனுடைய இந்த நடத்தைக்கு காரணம் என்ன?
9. ஓய்வு என்பது ஒருவரின் வாழ்க்கையில் சவால் நிறைந்த காலம் ஆகும் – நிரூபி.
10.



மேற்காணும் வரைப்படத்தில் 6 வயதில் அனிதா 30 கிலோ எடையுடன் காணப்பட்டாள். ஒவ்வொரு வருடமும் அவளின் எடை விகிதம் 1.3 முதல் 2.3 கிலோ அதிகரிக்கிறது. 11 வயது முடியும் தருவாயில் 40 கிலோ எடையுடன் இருக்கிறாள். இந்த எடை கூடுதல் சரியானதா ?

Chapter 02.indd 53 11/16/2020 11:53:14 AM

IV. விரிவாக விடையளி
(5 மதிப்பெண்கள்)

1. குழந்தைப் பருவத்தில் நடைபெறும் உடல் மற்றும் மனவெழுச்சி வளர்ச்சி பற்றி எழுதுக.
2. முன்பள்ளி பருவத்தில் மனவெழுச்சி வெளிப்பாடுகளை பற்றி விவரி?
3. குழந்தைப் பருவத்தில் உடற்கூறுயியல் மற்றும் இடம் பெயர்தல் பற்றி விவரி?
4. குழவிப் பருவம் முதல் முதுமை பருவம் வரை உள்ள மனவெழுச்சி வளர்ச்சி பற்றி விளக்கு.
5. பின் பள்ளி பருவத்தின் உடல் வளர்ச்சியைப் பற்றி விரிவாக எழுதுக.
6. எலும்பு சார்ந்த குறைபாடு உள்ள ஒரு நபருக்கு உதவ நீ கையாளும் பொருத்தமான வழிமுறைகளை எழுதுக.
7. பார்வை இழந்த மற்றும் கேட்டல் குறைபாடு உள்ள குழந்தையின் சிறப்பு தேவைகளை விவரி?
8. குழந்தைப் பருவம் என்பது அனுசரித்தலுக்கான காலம் ஆகும் – விவரி?
9. வளரிளம் பருவம் என்பது சூறாவளி மற்றும் அழுத்தம் நிறைந்த காலம் ஆகும் – விவரி
10. வளரிளம் பருவம் மற்றும் முதிர் பருவத்தில் ஏற்படும் வளர்ச்சி மாற்றங்கள் பற்றி விவரி
11. இளம் சிறார் குற்றவாளிகளைக் குறைப்பதற்குத் தேவையான தடுப்பு நடவடிக்கைகள் எடுப்பது பற்றி விவரி
12. முதிர் பருவம் என்பது பல முக்கியமான முடிவுகளை எடுப்பதாகும் – விவரி
13. முதுமை பருவத்தில் ஏற்படும் உளவியல் மாற்றங்களை விவரி
14. வயதான காலத்தில் பல்வேறு மாற்றங்கள் யாவை? இது ஒரு மனிதனின் வாழ்க்கையில் ஒரு சவாலான கட்டமா?

Chapter 02.indd 54 11/16/2020 11:53:14 AM