

முற்றத்தில்

சிந்திய

முத்துக்கள்...

அதிபர்களுக்கான விழிப்புணர்வு
பயிற்றுநர் கை நூல்

VIVO வளம்பிற

முற்றத்தில் சீர்திய முத்துக்கள்

பாடசாலைகளில் சீர்மிய நடவடிக்கை தொடர்பான
விழிப்புணர்வுக் கைந்நூல்
அதிபர்களுக்கானது

பிரகம ஆசிரியர்
திருமதி கோகிலா மகேந்திரன்
(பிரதிக்கல்விப் பணிப்பாளர், வலிகாமம் வலயம்)

நீர்வாக மேற்பார்வை
திரு.ப.விக்னேஸ்வரன்
(கல்விப் பணிப்பாளர், வலிகாமம் வலயம்)

வெளியீடு
பாதிக்கப்பட்டோரின் குரல் (VIVO) -ஜேர்மனி

2006

முதல் பதிப்பு

: யூன் 2006

உரிமை

: VIVO - ஜேர்மனி

எழுத்தாளர் குழு

: திரு.எஸ்.கிருபானந்தன்

ஆசிரியர், அருணோதயக் கல்லூரி

: திருமதி.க.கிருபானந்தன்

ஆசிரியர், மல்லாகம் மகா வித்தியாலயம்

: செல்வி.சி.சிவமலர்

ஆதிபர், மூளாய் சைவப்பிரகாச வித்தியாசாலை

: செல்வி.சி.உதயகலா

பிரதி அதிபர், ஏழாலை மேற்கு சைவ சன்மார்க்க வித்தியாசாலை

: செல்வி.சி.சிவாஜினி

ஆசிரியர், அருணோதயக் கல்லூரி.

: திரு.த.சிவகுமாரன்

முகாமையாளர், வலிகாமம் வலய ஆசிரியர் நிலையம்

கணனி எழுத்தமைப்பு

நூற்பதிப்பு

அட்டைப்பட வடிவமைப்பு

: கரிகணன் பிறிண்டேர்ஸ்,

இல.424, காங்கேசன்துறை சாலை, யாழ்ப்பாணம்

இக்கைநூல் VIVO - ஜேர்மனியின் உதவியுடன்
அதிபர்களின் பயிற்சி நெறிக்காக
வலிகாமக் கல்வி வலயத்தினால் தயாரிக்கப்பட்டது.

வலயக் கல்விப்பணிப்பாளரின் எண்ணங்களில் இருந்து.....

நூல்கள் சுதந்திரப் பொக்கிஷத்திற்கான திறவுகோல்கள்
நூல்கள் சந்தோஷ பூமியின் வாயில்கள்
நூல்கள் மனிதர்களை மேலே இழுத்துச் செல்லும் பாதைகள்
நூல்கள் மிகச் சிறந்த நண்பர்கள்

என்று 'எமிலி போல்சன்' கூறுவார். எமது வலயத்திலிருந்து மற்றுமொரு நூல் உருவாகிறது. பாடசாலைகளில் உளவளத்துணைச் சேவை தொடர்பாக அதிபர்களுக்கு விழிப்புணர்வுக் கருத்தரங்கு நடத்துவதற்கு, உதவும் கைந்நூலாக இது இலக்கு வைக்கப்பட்டுள்ள போதிலும், கல்வித் துறையில் உள்ள எவரும் வாசிக்கப் பொருத்தமான நூலாகவும் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.

கல்வி என்பது மனித சமூகத்தின் ஒரு 'தேவை' என்று எடுத்துக் கொண்டால் அதற்கு முன் பிரதானப்படுத்தப்படுகின்ற பல தேவைகள் பூர்த்தி செய்யப்பட்ட நிலையிலேயே 'கல்வித் தேவை' கவனத்தில் கொள்ளப்படுவது சாத்தியமாகும். இன்னொரு வகையில் சொல்லப்போனால் கல்வியைப் பெறுவதற்கு மாணவர்கள் 'தயாராக' இருக்க வேண்டும்.

பலவிதமான நெருக்கீடுகளாலும் பாதிக்கப்பட்டு உளசக்தி தீய்ந்து போயிருக்கின்ற மாணவர்களை இத்தயார் நிலைக்கு அழைத்து வருவதில் உளவளத்துணைச் சேவை முக்கியமானது. இதன் முக்கத்துவம் கருதியே பாடசாலைகள் தோறும் ஆசிரிய உளவளத்துணையாளர்கள் நியமிக்கப்பட்டுள்ளனர்.

எமது வலயத்தில் உளவளத்துணைச் செயற்பாடுகள் மேலும் உயர்வடைய வாழ்த்துகிறேன்.

பவிக்கினைஸ்வரன்,
வலயக்கல்விப் பணிப்பாளர்,
வலிகாம்பம்.

நூலின் பிரதம ஆசிரியர் உள்ளம் திறந்து.....

தாயின் வயிற்றிலிருந்து பிறக்க முதலே குழந்தையைத் தொட்டுத் தழுவிக்கொள்ளும் உளவியல் விஞ்ஞானத்திலே, சீர்மிய உளவியல் ஒரு தனித்துறையாக வேகமாக வளர்ந்து வருகிறது. உலகம் முழுவதையும் எடுத்துப் பார்க்கிறபோது பாடசாலை செல்லும் பிள்ளைகளில் ஏறத்தாழ 20% ஆனவர்கள் ஏதோ ஒருவகையில் உள ஆரோக்கியம் குறைந்தவர்களாக இருப்பது அவதானிக்கப்பட்டுள்ளது. 20 வருடத்திற்கு மேலாக நீடிக்கும் உள்நாட்டு யுத்தமும், சுனாமி போன்ற இயற்கை அனர்த்தங்களும் இன்னும் பல காரணிகளும் எமது பிரதேசத்தில் இந்த நூற்று வீதத்தைப் பெருமளவு உயர்த்திவிட்டிருக்கின்றன.

பிள்ளைகள் வெள்ளை உடை அணிந்து புத்தகப்பையும் கையுமாகப் பாடசாலைக்கு வருகிறார்கள். போகிறார்கள். மேலோட்டமாகப் பார்த்தால் சாதாரணமாக இருக்கிறார்கள். ஆனால் அவர்களை ஆழ்ந்து நோக்கும் போது அவர்களிடம் பின்வரும் ஆறு வகையில் ஆரோக்கியக் குறைபாடு வெளிப்படுவதை அவதானிக்கலாம்.

- 1) நடத்தை சார் வெளிப்பாடுகள்
- 2) அறிவாற்றல் சார் வெளிப்பாடுகள்
- 3) உறவு சார் வெளிப்பாடுகள்
- 4) மெய்ப்பாட்டு முறைப்பாடுகள்
- 5) உணர்வு சார் வெளிப்பாடுகள்
- 6) ஆன்மீகம் சார் வெளிப்பாடுகள்

இக்குறைபாடு கவனிக்கப்படாது விடப்படி பிள்ளையின் எதிர்காலம் இருள்மயமாகி விடும். அந்த வகையில் தான் பாடசாலைகள் தோறும் சீர்மிய ஆசிரியர்களை நியமித்தல் வேண்டும் என்ற கருத்தை கல்வி அமைச்சு ஏற்றுக்கொண்டு நடைமுறைப்படுத்த முயற்சி செய்கிறது. எமது மாவட்டத்தில் நன்கு பயிற்சி பெற்ற உளவளத்துணை ஆசிரியர்கள் ஏறத்தாழ 35 பேர் பணியாற்றுகிறார்கள். அதைவிடக் குறுகிய கால ஆரம்பப் பயிற்சியைப் பெற்ற நட்புதவியாளர்கள் 200 பேர் இருக்கிறார்கள். இவர்களது பணி பற்றிய தெளிவும், இவர்களின் பணி அவசியமானது என்ற விழிப்புணர்வும் பாடசாலை அதிபர்களுக்கு இருக்க வேண்டும்.

அந்த வகையில் அதிபர்களிடம் நல்ல மனப்பாங்கு மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும் பயிற்சி நெறிக்காக இக்கைநூல் எழுதப்பட்டுள்ளது. இந்நூலாக்கத்தில் மிகுந்த அக்கறையுடன் ஈடுபட்ட எழுத்தாளர் குழுவிற்கும், எங்களை உற்சாகமூட்டி வழிப்படுத்திய வலயக்கல்விப் பணிப்பாளர் திரு.ப.விக்கினேஸ்வரன் அவர்களுக்கும், எனது நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

இச்செயல்திட்டத்தை எமது பிரதேசத்தில் நடைமுறைப்படுத்துவதற்கு ஜேர்மனி விவோ நிறுவனம் தோன்றாத் துணையாக நின்று உதவுகிறது. அந்த நிறுவனத்தினர் எல்லோருக்கும், குறிப்பாக பேராசிரியர் தோமஸ் எல்பேர்ட், டாக்டர் எலிசபெத் சவர், டாக்டர் குளோடியா கற்றானி ஆகியோருக்கு இந்நூல் வெளிவரும் இச்சந்தர்ப்பத்தில் எமது ஆழ்ந்த அன்பையும் நன்றியையும் தெரிவிக்கக் கடமைப்பட்டுள்ளோம்.

அதிபர்களின் கையில் இது மிகவும் பயன்தரும் என்று நம்புகிறேன்.

கோகிலா மகேந்திரன்,
பிரதம ஆசிரியர்.

உள்ளே.....

1. உள ஆரோக்கியம்	02
1.1 உள ஆரோக்கியம் பற்றிய பொது அறிமுகம்	02
1.1.1 உள ஆரோக்கியம்	02
1.1.2 உன்னத ஆளுமை உள்ளவர்களின் இயல்புகள்	03
1.2 உளவளத்துணை அறிமுகம்	05
2. நெருக்கீட்டு நிலைகளில் ஏற்படும் பொதுவான உள்பிரச்சினைகள்	08
2.1 நெருக்கீடு	08
2.1.1 பொது அறிமுகம்	08
2.1.2 நெருக்கீட்டு விஷயட்டம்	09
2.2 இழவிரக்கம்	11
2.3 மனச்சோர்வு	13
2.3.1 அறிமுகம்	13
2.3.2 மனச்சோர்வு ஏற்படுவதற்கான பொதுவான காரணங்கள்	13
2.3.3 மனச்சோர்வை இருபெரும் வகைகளில் பார்க்கலாம்	13
2.3.4 மனச்சோர்வுக்குரிய சிகிச்சை முறைகள்	15
2.4 அச்சநோய்	16
2.5 நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மனவடு	18
2.5.1 அறிமுகம்	18
2.5.2 மனவடுவுக்குரிய நெருக்கீட்டுச் சம்பவம்	19
2.5.3 அலார விளைவுகள்	20
2.5.4 நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மனவடுவை இனம் காண்பதற்குப் பூர்த்தியாக்கப்பட வேண்டிய நிபந்தனைகள்	21
2.5.5 பயவலைப் பின்னல்	23
2.5.6 ஞாபகம்	24
3. நெருக்கீடுகள் பிள்ளைகளின் கல்வியில் ஏற்படுத்தும் பாதிப்புகள்	26
3.1 கல்விச் செயற்பாடு	26
3.2 கல்விச் செயற்பாட்டில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் காரணிகள்	28
3.3 கல்விச் செயற்பாடுகளில் ஏற்படக்கூடிய பாதிப்புகள்	31
3.4 உதவுவதற்கு எடுக்கக்கூடிய நடவடிக்கைகளும் பெறக்கூடிய பயன்களும்	33

4. ஆசிரியர்களும் உளவளத்துணைச் செயற்பாடும்	36
4.1 அறிமுகம்	36
4.2 உளவளத்துணையாளர் தெரிவு	41
4.3 உளசக்தி தீயதலும், மீள்சக்தி உருவாக்கலும்	43
4.4 தண்டனைகளும் உளவளத்துணையாளரும்	45
4.5 உளவளத்துணையாளர் வகிப்பங்கு	50
5. உளவளத்துணைச் செயற்பாட்டில் பாடசாலை அதிபரின் வகிப்பங்கு	54
5.1 அறிமுகம்	54
5.2 தகவல் தருபவர்	57
5.3 இணைப்பாளர்	59
5.4 வசதி செய்பவர்	63
5.5 கவிநிலை தருபவர்	64

1. உள ஆரோக்கியம்

1. உள ஆரோக்கியம்	02
1.1 உள ஆரோக்கியம் பற்றிய பொது அறிமுகம்	02
1.1.1 உள ஆரோக்கியம்	02
1.1.2 உன்னத ஆளுமை உள்ளவர்களின் சிறப்புகள்	03
1.2 உளவளத்துணை அறிமுகம்	03

1. உள ஆரோக்கியம்

1.1 உள ஆரோக்கியம் பற்றிய பொது அறிமுகம்

1.1.1. உள ஆரோக்கியம்

பொதுவாக ஒரு மனிதனின் ஆரோக்கியம் என்பது உடல், உள, சமூக, ஆன்மீக நன்னிலையில் ஒருவர் அடையக்கூடிய அதியுயர் நிலையினையே குறித்து நிற்கிறது என உலக சுகாதார நிறுவனம் குறிப்பிடுகிறது. உடல் ஆரோக்கியம் போன்று ஒருவரது உள ஆரோக்கியத்தைத் துல்லியமாக அளவீடு செய்வது கடினம். ஒருவருடைய மனம் எந்த நிலையில் இருக்கின்றது என்பதனை எமது ஐம்புலன்களினூடாகவும் வெளிப்படையாக அறியமுடியாது. அது சூக்குமமானது. ஆயினும் ஒருவரது உணர்ச்சிகள், அறிவாற்றல்கள், வெளிப்படையாகத் தெரிகின்ற நடத்தைகள் என்பவற்றின் மூலம் அவரது மனநிலையினை ஓரளவு அறிந்துகொள்ள முடிகின்றது.

நல்ல மனிதர், பெரியார், அறிஞர், மதிக்கப்படுபவர், உயர்ந்த பதவியில் இருப்பவர், புகழ் பெற்றவர், பணம் படைத்தவர் போன்ற சொற்களும் உள ஆரோக்கியம் உள்ள மனிதர் என்பதும் ஒரே கருத்தினைக் கொண்டிருப்பவை அல்ல. மேலே குறிப்பிடப்பட்டவர்கள் உள ஆரோக்கியம் உள்ளவர்களாகவும் இருக்கலாம். உள ஆரோக்கியம் குறைந்தவர்களாகவும் இருக்கலாம். ஏனெனில் அவர்கள் அந்த நிலைக்கு வருவதற்கான செயற்பாடுகளுக்குள் உள ஆரோக்கியம் என்பது அடிப்படையாக அமையவில்லை.

ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்தில் அல்லது நேரத்தில் சிறந்த உள ஆரோக்கிய நிலையில் இருப்பதாகக் கணிக்கப்பெற்ற ஒருவர் எப்பொழுதுமே உள ஆரோக்கியம் உள்ளவராக இருப்பார் எனவும் கூறமுடியாது. அதேபோல ஏதோ ஒரு காலத்தில் உள ஆரோக்கியம் குறைந்தவர் அல்லது உளச்சிகிச்சை பெற்றவர் அல்லது சீர்மிய உதவியைப் பெற்றவர் எப்பொழுதுமே உள ஆரோக்கியம் குறைந்தவராகவே இருப்பார் எனவும் கருதமுடியாது.

பொதுவாக உள ஆரோக்கியம் உள்ளவர்கள் யதார்த்தமாக இருப்பார்கள். யதார்த்தமாகச் சிந்திப்பார்கள். உலகில் மாற்றக்கூடியவை எவை, மாற்ற முடியாதவை எவை என்பனபற்றியும் அவர்களுக்கு நன்கு தெரியும்.

உள ஆரோக்கியம் உள்ளவர்கள் தமது தேவைகள் எவை என்பதைப் புரிந்து கொண்டு தமது தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதற்கான பொருத்தமான அணுகு முறைகளையும் அறிந்து வைத்திருப்பர்.

பொதுவாக உள ஆரோக்கியம் உள்ளவர்களை அவர்களது சமூகத்தவர்கள் விரும்புவார்கள். ஏனெனில் இவர்கள் தமது உணர்வுகளுக்கும் தமது செயற்பாடுகளுக்கும் தாமே பொறுப்பேற்பதோடு தமது செயற்பாடுகளுக்காக மற்றவர்களைக் குறை கூறுவதோ குற்றம் சாட்டுவதோ இல்லை. மேலும் இவர்கள் தாமும் சுதந்திரமாக இருப்பதோடு மற்றவர்களின் சுதந்திரத்தையும் மதிப்பார்கள்.

தமது உணர்வுகள் பற்றி விழிப்பாக இருக்கவும் உணர்வுகளை உரிய முறையில் வெளிப்படுத்தவும் ஆரோக்கியம் உள்ளவர்களால் முடியும். இவர்கள் யதார்த்தத்தை விளங்கிக் கொள்வார்கள். உண்மை நிலையினை ஏற்றுக் கொள்வார்கள். உள ஆரோக்கியம் உள்ளவர்களிடம் தயக்கமின்றி விடயங்களை அணுகுதல், தீர்மானம் எடுத்தல், சூழல், விழுமிய, பண்பாட்டு ஆக்கிரமிப்புகளுக்கு அப்பாலும் செயற்படுதல் போன்ற இயல்புகள் காணப்படும். உள ஆரோக்கியம் உள்ளவர்கள் தூண்டலுக்குப் பொருத்தமான துலங்கல்களை வெளிக்காட்டக்கூடியவர்களாக இருப்பர்.



1.1.2 உன்னத ஆளுமை உள்ளவர்களின் இயல்புகள்

ஆளுமை என்பது பல்வேறு கூறுகளின் தொகுதியாகும். ஒருவரினது ஆற்றல்கள், நம்பிக்கைகள், தனித்தன்மைகள், மனப்பாங்குகள், சமூக ஒற்றுமைத் தன்மைகள், கொள்கைகள், பழக்கவழக்கங்கள், உணர்ச்சித் தூண்டல்பேறுகள், மனநிலைகள் ஆகியவற்றுடன் அவரிடம் காணப்படும் சக்திமட்டங்கள், எண்ணங்கள், கனவுகள் ஆகிய அனைத்தையும் அவரது ஆளுமை உள்ளடக்கியிருக்கும்.

எல்லா மனிதர்களுமே தமக்கெனப் பிரத்தியேகமான ஆளுமைக் கூறுகளைக் கொண்டிருக்கின்றார்கள் என்பதில் ஐயமில்லை. எனினும் தமது ஆற்றல்களை முழுமையாகத் தொழிற்படுத்துகின்ற நிலையில் மனிதர்கள் இருப்பது குறைவாகவேயுள்ளது. உன்னத ஆளுமையாளர்கள் நேர் நிலையில் முழுமையாகத் தொழிற்படுகின்ற ஆளுமை உள்ள மனிதர்களாக இருப்பார்கள். இவர்கள் தம்மைச் சுற்றி நடைபெறும் விடயங்களை மிகச் சரியாக உள்வாங்க விரும்புவர்களாக இருப்பதோடு ஏனையோருடன் ஒப்பிடும்போது செம்மையான முறையில் விடயங்களை உள்வாங்குபவர்களாக இருப்பார்கள்.

உன்னத ஆளுமையாளர்கள் மிகக் குறைந்தளவிலேயே தீர்ப்பிடுவார்கள் அல்லது தீர்ப்பிடாமலேயே விடயங்களை நோக்குவார்கள். இவர்கள் விடயங்களிலிருந்து மனிதர்களைப் பிரித்துப் பார்க்கக் கூடியவர்களாகவே இருப்பர். தம்மிலுள்ள குறைநிறைகளை முழுமையாக விளங்கிக் கொள்வதுடன் அவற்றை ஒரே தளத்தில் நின்று மனந்திறந்து

பேசக்கூடியவர்களாக இருப்பர். தமது சுயத்தின் இருண்ட பக்கங்களைப் பார்ப்பதிலும் ஆர்வம் காட்டுவர்.

உன்னத ஆளுமையாளர்களின் ஆளுமைக் கூறுகளில் முரண்பாடோ அல்லது பிளவோ இருப்பதில்லை. இவர்கள் தமது மறை எண்ணங்களையோ அல்லது மறை உணர்வுகளையோ மற்றவர்களின் மீது புறத்தேற்றம் செய்யமாட்டார்கள். அவர்களிடமிருந்து எப்போதும் நேரான எண்ணங்கள், உணர்வுகள், நேரான நடத்தைகள் ஆகியவையே வெளிப்படும். இதனால் உன்னத ஆளுமையாளர்களுக்கு அருகிலிருப்பவர்களும் மேலான ஒரு உணர்வை அனுபவிப்பார்கள்.

சிறந்த ஆளுமையுள்ளோர் மனிதத்துவத்தினை நிறைவாக அனுபவிப்பார்கள். உலகம் முழுவதும் பரந்து காணப்படும் அன்பை அவர்களால் உணர்ந்து கொள்ளமுடியும். இவர்கள் மகிழ்வு, சந்தோஷம் ஆகியவற்றுடன் மட்டும் தமது வாழ்வைச் சுருக்கிக்கொள்ளாது தமது மறை உணர்வுகளையும் ஏற்றுக் கொள்வார்கள். அதாவது இவர்கள் தமது ஆழமான உணர்வுகள் அனைத்தையும் முழுமையாக அனுபவிக்கக் கூடியவர்களாக இருப்பர். அதேவேளை ஏனைய மனிதர்களின் ஆழமான மறை உணர்வுகள் இவர்களை ஒருபோதும் பயப்படுத்த மாட்டாது.

உன்னத ஆளுமை மிக்கோர், சரி, பிழை, நல்லது, கெட்டது எனத் தீர்ப்பிடுவதில் காலத்தைச் செலவு செய்யாது ஆக்கீர்தியாக என்ன செய்யலாம் என்பதிலேயே கவனம் செலுத்துவர். மேலும் இவர்கள் தமது அகவாழ்வைத் திருத்தமாக நோக்கக் கூடியவர்களாக இருப்பர். தமது குறைகளைத் தொடர்ந்தும் திருத்திக் கொண்டேயிருப்பர். தம்மை வெளிப்படுத்திக் கொள்ளத் தயங்கமாட்டார்கள். தமது செயல்களுக்குத் தாமே பொறுப்பேற்றுக் கொள்வர். தமது உடலோடும் உள்ளத்தோடும் எப்போதும் தொடர்பு கொண்டிருப்பதனால் தங்களைப் பற்றிய யதார்த்தமற்ற இலட்சியவாத விம்பங்களை வைத்திருப்பதில்லை.

சிறந்த ஆளுமை உள்ளோரின் சிந்தனைகளையும் செயற்பாடுகளையும் பாரம்பரியக் கூறுகள் தடை செய்வதில்லை. மற்றவர்களைக் குறைகூறுவதை இவர்கள் பொதுவாகத் தவிர்த்துக் கொள்வர். தமக்கு ஏற்படுகின்ற துன்பங்களையும் கஷ்டங்களையும்கூட எப்படிப் பயனுள்ளதாக மாற்றலாம் என்று சிந்திப்பதில் இவர்கள் கருத்தாக இருப்பர்.

மற்றவர்களால் ஏற்படுத்தப்படுகின்ற புண்படுத்தல், உதாசீனம் செய்தல், பாவிக்கப்படுதல் போன்ற வலைகளில் இவர்கள் விழமாட்டார்கள். இதனால் உள ஆரோக்கியம் உள்ளவர்களின் வாழ்வு அவர்களின் கட்டுப்பாட்டிலேயே இருக்கும். மேலும் இவர்கள் இன்னொருவர் போல் ஆகவேண்டும் என்ற விருப்பமின்றித் தாம் தாமாகவே இருக்க விரும்புவர்.

உன்னத ஆளுமைமிக்கவர்கள் மற்றவர்களின் வளர்ச்சியிலும் சமூகத்தின் ஆரோக்கியமான வளர்ச்சியிலும் அக்கறை கொண்டவர்களாக இருப்பர்.

உன்னத ஆளுமை என்ற இலக்கை நோக்கி எமது பயணம் அமைவது சிறப்பானது.

1.2 உளவளத்துணை அறிமுகம்

காலத்திற்குக் காலம் வளர்ந்து வரும் விஞ்ஞான அறிவியல் அதன் செயல்முறை அனுபவம் என்பன மாற்றமடைவது போலவே உளவளத்துணை சார்ந்த விளக்கங்களும் காலத்திற்குக் காலம் மாற்றமடைந்து வந்துள்ளன. அமெரிக்க உளநலச் சங்கம் உளவளத்துணை என்றால் என்ன என்பதற்குப் பின்வரும் வரைவிலக்கணத்தைக் கூறுகின்றது. "ஒருவர் தனது உளவளங்களின் முழுமையான விருத்தியை நோக்கிச் செல்கின்ற பயணத்தில் அவர் தான் சந்திக்கின்ற தடைகளை வெற்றி கொள்ள அவருக்கு அளிக்கும் ஒரு தொடர் செயற்பாட்டு உதவியே உளவளத்துணையாகும்".

உளவளத்துணையில் உறவு, தொடர்பு என்பன மிக முக்கியமானவையாக விளங்குகின்றன. "பிரச்சினைகளோடு வருபவரை, அவரை அவராக ஏற்று மதித்து, கசப்பான அனுபவங்களை முழுமையாகப் பகிர் உதவி, அவரது ஏக்கங்களையும், தேவைகளையும், ஆசைகளையும் அறிந்து அவரது பிரச்சினையின் உண்மை நிலையை அவர் அறியச் செய்து அவரே அப்பிரச்சினைக்குத் தீர்வு கண்டு தாம் எடுத்த தீர்மானத்தைச் செயற்படுத்துவதில் வெற்றி பெறுகிறாரா என்று துணைவரோடு இணைந்து சோதித்து, பிறரோடு நல்லுறவைக் கட்டியெழுப்பி, அவரது ஆற்றலை உணர்ந்து முழுமை வாழ்வு பெறச் செய்யும் கலையே உளவளத்துணை ஆகும்".

எனவே உளவளத்துணை என்பது தகவல்கள் கொடுப்பதல்ல, புத்திமதி கூறுவதல்ல, துணை நாடி வருபவரின் மனப்பான்மையை, மதிப்பீடுகளை, மத நம்பிக்கைகளை மறைமுகமாக மாற்றுவதல்ல. மேலும் எச்சரிக்கை பயமுறுத்தல் என்பனவும் அல்ல, பிரச்சினைக்குத் தீர்வு கொடுப்பதுமல்ல என்பது தெளிவாகின்றது.

உளவளத்துணை என்பது உளவளத்துணையாளர் தனது உளசக்தி மூலம் துணை நாடியினுடைய உளசக்தியைப் பொருத்தமாக அசைப்பதன் மூலம் துணைநாடி தனது சக்திகளை இனங்கண்டு அவற்றைப் பயன்படுத்தத் துணைபுரிகின்ற செயற்பாடாகும்.

உளவளத்துணையில் துணைநாடியின் உளசக்தியை அசையச் செய்வதற்கு உடனிருத்தல், உற்றுக்கேட்டல், ஒத்துணர்வு வழங்கல், துருவி ஆராய்தல், குவியப்படுத்தல், எதிர்கொள்ளல், பார்வை மாற்றம் செய்தல், இலக்கு நிர்ணயம் செய்தல் போன்ற நுண்திறன்கள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

பிரயோக ரீதியாக நடைமுறையில் பார்க்கும் போது இவ்வாறான நுண்திறன்கள் ஒன்றன் பின் ஒன்றாக ஒரு ஒழுங்கு முறையிலே அங்கு பயன்படுத்தப்படுவதில்லை. உளவளத்துணையின் போது அந்த நுண்திறன்கள் அனைத்தும் சேர்ந்த முழுமையே அங்கு தேவைப்படுகின்றது.

துணை நாடி வருபவர்களுக்குச் சீர்மியம் செய்கின்ற போது இந்த நுண்திறன்கள் அனைத்தையும் பயன்படுத்த வேண்டும் என்கின்ற கட்டாயம் இல்லை. சீர்மிய நாடியினுடைய உள ஆற்றலை மேம்படுத்துவதற்கு எந்தெந்த நுண்திறன்களை எவ்வெப்போது வழங்க வேண்டுமோ அவ்வப்போது அவற்றுக்கேற்ப நுண்திறன்களை இனங்கண்டு வழங்குவது சீர்மியரின் திறமையிலேயே தங்கியிருக்கின்றது.

உதவி நாடி வருபவர்களின் உள ஆற்றலை விருத்தி செய்வதோடு மட்டும் உளவளத்துணை நின்று விடுவதில்லை. அதற்கும் அப்பால் தேவை ஏற்படுகின்ற போது துணை நாடியின் நடத்தையில் நேரான வகையில் மாற்றத்தினை ஏற்படுத்துதல், புதியதான ஆனால் நேரான அகக் காட்சிகளைக் காணச்செய்தல், குடும்பம், பாடசாலை போன்ற புறச்சூழலின் செல்வாக்கு ஒருவரில் பாதகமான முறையில் தொழிற்படுகின்ற போது அவற்றினைச் சாதகமான முறையில் மாற்றியமைத்தல், குடும்பமாக வைத்துக் குடும்ப உளவளத்துணை வழங்குதல், ஒத்த பிரச்சினையுள்ள துணைநாடிகளை ஒன்றாகச் சேர்த்துக் குழுவாக ஆதரவு வழங்குதல், துணை நாடியிடம் இருக்கின்ற அகவளங்களை இனங்காணச் செய்து அவற்றைப் பொருத்தமான முறையில் ஊக்குவித்து அவற்றின் மூலம் அவரின் சக்தி மட்டத்தில் சிறந்த செயலாற்றல் உள்ளவராக ஆக்குதல் போன்ற பல பணிகளையும் செய்கின்றது.

உளவளத்துணையில் ஈடுபடுகின்ற சீர்மியர் ஓர் இலட்சிய புருஷராக இருப்பது என்பது சிரமமான ஒன்றேயாகும். ஆனாலும் அவர் தொடர்ந்து வளர்ந்து கொண்டேயிருக்க வேண்டும். அவர் தமது சொந்த உடல் ஆரோக்கியம், அறிகை, விருத்தி, சமூக உணர்வு, ஆன்மீக வளர்ச்சி ஆகியவற்றில் ஈடுபாடு கொண்டிருத்தல் விரும்பத்தக்கது. உளவளத்துணையாளர் ஏனையோருக்கு முன்மாதிரியானவராக இருப்பது சிறந்தது. மேலும் இவர்கள் கூரிய நுண்மதியுடையவர்களாய் இருப்பதோடு விஞ்ஞானம் தரும் உயர் எண்ணக்கருக்களை மதிப்பவர்களாகவும் இருத்தல் வேண்டும்.

மனிதத் தேவைகளை நல்ல வகையில் புரிந்து கொள்வதோடு அவற்றைச் சாதகமான வகையில் நிறைவேற்றும் உபாயங்களை அறிந்தவராகவும் இருப்பது சிறந்தது.

துணை நாடிகள் சிலவேளைகளில் ஆழமான, கடுமையான உணர்வுகளுக்குள் ஆட்படக்கூடும். அவ்வாறான நிலைமைகளில் கூடத் தமது சமநிலை குன்றாது, கடுமையாக அவை குறித்து அச்சம் கொள்ளாது ஆற்றுப்படுத்தக் கூடியவர்களாக இவர்கள் இருப்பர். இதுபோலவே தமக்கு ஏற்படக்கூடியதாக இருக்கின்ற ஆழமான, கடுமையான உணர்வுகள் குறித்தும் இவர்கள் அஞ்சமாட்டார்கள்.

உளவளத்துணைச் செயற்பாட்டில் துணை நாடியை மதித்தல் வேண்டும் என்பது இவர்களுக்குத் தெரியும். துணை நாடி பற்றித் தீர்ப்பிடாது, முற்கற்பித எண்ணங்கள் கொள்ளாது. சிநேகபூர்வமாக ஒத்துணர்வுடன் உரையாடக் கூடியவர்களாக இவர்கள் இருப்பர்.

மேலும் உளவளத்துணையாளர் துணை நாடியில் அக்கறையும், அன்பும் கொண்டிருப்பதோடு, மனிதத்துவமான உணர்வுடன் கூடிய உரையாடலைப் பயன்படுத்துவர். அவர்கள் கடமையுணர்வும், பொறுப்புணர்வும் உள்ளவர்களாக இருப்பது சிறப்பானது.

2.நெருக்கீட்டு நிலைகளில் ஏற்படும் பொதுவான உளப்பிரச்சினைகள்

2. நெருக்கீட்டு நிலைகளில் ஏற்படும் பொதுவான உளப்பிரச்சினைகள்	08
2.1 நெருக்கீடு	08
2.1.1 பொது அறிமுகம்	08
2.1.2 நெருக்கீட்டு விடிவாட்டம்	09
2.2 கிழவிர்க்கம்	11
2.3 மனச்சோர்வு	13
2.3.1 அறிமுகம்	13
2.3.2 மனச்சோர்வு ஏற்படுவதற்கான பொதுவான காரணங்கள்	13
2.3.3 மனச்சோர்வை கிருபெரும் வகைகளில் பார்க்கலாம்	13
2.3.4 மனச்சோர்வுக்குரிய சிகிச்சை முறைகள்	15
2.4 அச்சநோய்	16
2.5 நெருக்கீட்டுக்குப்பிற்பட்ட மனவடு	18
2.5.1 அறிமுகம்	18
2.5.2 மனவடுவுக்குரிய நெருக்கீட்டுச் சம்பவம்	19
2.5.3 அவர விளைவுகள்	20
2.5.4 நெருக்கீட்டுக்குப்பிற்பட்ட மனவடுவை கினம் காண்பதற் குப் பூர்த்தியாக்கப்பட வேண்டிய நபந்தனைகள்	21
2.5.5 பாவலைப்பின்னல்	23
2.5.6 சூயகம்	24

2. நெருக்கீட்டு நிலைகளில் ஏற்படும் பொதுவான உளப்பிரச்சினைகள்

2.1 நெருக்கீடு

2.1.1. பொது அறிமுகம்

ஒருவர் ஒரு புதிய சூழலுக்கு முகம் கொடுக்கும் போது அது அவரது உடலிலும் உள்ளத்திலும் மாற்றத்தை ஏற்படுத்துமாயின் அதனை நெருக்கீடு என வரையறை செய்யலாம். சாதாரண நெருக்கீடுகள் மனித வாழ்க்கை முழுவதும் இருந்து கொண்டேயிருக்கின்றன.

நெருக்கீட்டின் விளைவுகள் நேரானதாகவும் அமையலாம் எதிரானதாகவும் அமையலாம். பரீட்சை எடுக்கும் மாணவர்களுக்கு பரீட்சை என்பது நெருக்கீடாகத் தோன்றும். இந்நிலையில் அவர்கள் பரீட்சையை எதிர் கொள்வதற்காக நேராகத் தொழிற்படலாம். உடலிலும், உள்ளத்திலும் சிறிய அளவில் தற்காலிக மாற்றம் தோன்றலாம். இவை யாவும் சாதாரணமானவை என்பதோடு நேர் விளைவை ஏற்படுத்துவதாகவும் அமைந்து விடுகின்றன. எனினும் நெருக்கீட்டை ஏற்படுத்துகின்ற சூழல் எதுவாக இருப்பினும் அது உளத்தாங்கு சக்திக்கு அப்பாற்பட்டுத் தொழிற்படுமாயின் அவை எதிர்விளைவை ஏற்படுத்தலாம்.

உதாரணமாகப் பரீட்சையை முகம் கொடுப்பதற்குப் பயந்தால் கற்க முடியாமல் இருத்தல், பரீட்சை எழுதுவதைத் தவிர்த்தல் போன்றன எதிர்விளைவாக அமைந்துவிடும்.

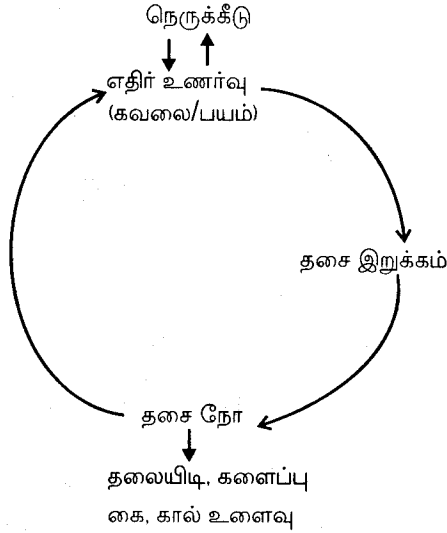
குறித்த நெருக்கீட்டுச் சூழலில் அந்த நெருக்கீட்டுக்குப் பொருத்தமான துலங்கல்கள் வெளிப்படுவது ஒரு சாதாரண நடத்தையாகும். எனினும் இவை எல்லை மீறும் போது அல்லது தாங்கு சக்தி மீறும் போது அவை பாதகமான விளைவுகளை ஏற்படுத்துகின்றன.

நெருக்கீடு ஒன்றிற்கு ஒருவர் ஆளாகும்போது அவர் இயற்கையாகவே அதனை எதிர்கொள்ள, அதனின்றும் தம்மைப் பாதுகாக்க, அதிலிருந்து தப்பித்துக்கொள்ள முயல்வார். இவ்வாறான நிலைமைகளில் தசைகள் இறுக்கமடைந்து, சுவாச, இதயத்துடிப்பு வீதங்கள் அதிகரிக்கும். பின்னர் நெருக்கீடு நீங்கியதும் தசைகள் தளர்வுற்று சுவாச, இதயத்துடிப்பு வீதம் குறைவுற்று மீண்டும் பழைய நிலையை அடைவர். அப்போது அமைதியான உணர்வும், ஓய்வும் ஏற்படும். இதன் மூலம் இழந்த சக்தியை மீண்டும் பெற்றுக்கொள்ளலாம். அனேகமானவர்களில் இவ்வாறான நிலைமைகள் சாதாரணமாகவே நிகழ்கின்றன.

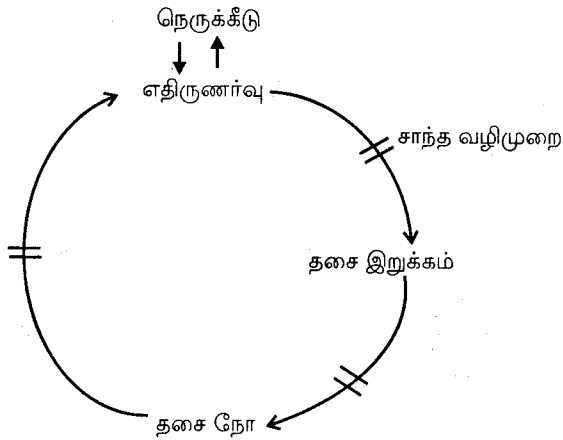
சில சந்தர்ப்பங்களில் ஏற்படுகின்ற நெருக்கீடுகள் மீள முடியாத நிலையில் தொடர்ச்சியாகச் சாதாரண செயற்பாடுகளுக்கு இடையூறாக அமைந்துவிடுகின்றன. இவ்வாறு அமைகின்ற

போது சாதாரண நெருக்கீடு நீங்கிய பின்னரும் கவலை, பயம் போன்ற எதிர் உணர்வுகள் தொடர்ந்து காணப்படும். இதனால் தசைகள் இறுக்கமடைந்து காணப்படும். இது தொடர்ச்சியாக நெருக்கீட்டு உணர்வை ஏற்படுத்துவதால் எதிருணர்வு மேலும் அதிகரிக்கின்றது. இவ்வாறு நிகழ்வதனால் மீண்டும் கவலை அதிகரிக்கின்றது. இந்த உணர்வு அதிகரிப்பு மேலும் தசைகளை இறுக்கமடையச் செய்வதனால் நோவை, வேதனையை மேலும் அதிகரிக்கின்றது. இவ்வாறு நச்சுச் சுழற்சி போல ஒன்றை ஒன்று வலுவூட்டி ஒருவருக்கு வேதனையை உருவாக்கி அவரது உள ஆரோக்கியத்தை மேலும் மேலும் குறைவடையச் செய்கின்றது.

1.1.2 நெருக்கீட்டு விஷ வட்டம்



இவ்வாறான நெருக்கீட்டு விஷ வட்டத்தினைச் சாந்த வழி முறைகள் மூலம் உடைக்கலாம். விஷ வட்டம் தொடராமல் செய்யலாம்.



நெருக்கீட்டுக்கு உள்ளானவரை இனங்காணுதல் :-

நெருக்கீட்டுக்கு உள்ளானவர்களில். நெருக்கீட்டின் பிரதிபலிப்பு பல்வேறு வழிகளில் வெளிப்படுகின்றது. அவற்றை

1. மன நிலையில் ஏற்படுகின்ற மாற்றங்கள்
2. உடலில் ஏற்படுகின்ற மாற்றங்கள்
3. நடத்தையில் ஏற்படுகின்ற மாற்றங்கள்
4. உறவு முறையில் ஏற்படுகின்ற மாற்றங்கள் என வகைப்படுத்தலாம்.

மனதில் ஏற்படுகின்ற மாற்றங்களினுள்

- * அந்தரப்படுதல், சினத்தல்
- * மனம் ஒரு நிலைப்படாத தாவித்திரிதல்
- * மன உறுதித் தன்மை குறைதல்
- * கவலைப்படுதல் அல்லது சிந்தனையில் ஆழ்ந்திருத்தல்.
- * தமது பிரச்சினைகளைத் தெளிவாகச் சொல்வதிலோ, தமக்கு ஏற்பட்ட குணம் குறிகளை விளக்குவதிலோ சிரமப்படுதல்.

போன்றவற்றைக் குறிப்பிடலாம். மேலும் மரத்துப்போன நிலை, ஏக்கம், பயம், வெட்கம், கவலை, குற்ற உணர்வு, கோபம், அவ நம்பிக்கை போன்ற மன நிலைகளும் நெருக்கீட்டு மனநிலை தொடர்பான பிரதிபலிப்பாக அமைகின்றது.

உடலில் ஏற்படும் பிரதிபலிப்புக்களாக அல்லது உடல் முறைப்பாடுகளாகப் பின்வருவனவற்றைக் குறிப்பிடலாம். அவை பஞ்சி, களைப்பு, தலையிடி, தலைச்சுற்று, இயலாமை, தசை இறுக்கம், தலை விறைப்பு, மூச்சுவிடக் கஷ்டம், கைகால் விறைப்பு, உடல் எரிவு, நெஞ்சு நோ, வயிற்றுப் பொருமல், பாலியல் உணர்வு குறைதல், பயங்கரக் கனவுகள், நெஞ்சுப் படபடப்பு, ஓங்காளம், வயிறெரிவு, மூட்டு நோ, பெண்களில் மாதவிடாய்க் கோளாறுகள் போன்றனவாகும்.

நெருக்கீட்டினால் ஏற்படும் நடத்தை மாற்றங்களாகத் தொழிற்பாட்டு மட்டம் குறைதல் அல்லது சக்தி குறைதல், அதீத செயற்பாடு அல்லது செயற்பாடு குறைதல், ஆறுதலின்மை, அமைதியின்மை, மது போதைப் பொருள்களைப் பயன்படுத்துதல், தொடர்ந்து ஒரு வேலையில் ஈடுபட முடியாமல் இருத்தல், அதிகரித்த நித்திரை அல்லது நித்திரைக் குறைவு, நித்திரைக் குழப்பம், பசியின்மை அல்லது அதிகரித்த பசி போன்றவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.

உறவு முறையில் ஏற்படுகின்ற மாற்றங்கள் சமூக ரீதியாகப் பாதகமான பல விளைவுகளையும் ஏற்படுத்தி விடுகின்றன. வாக்குவாதம், உடன்பாடினமை, புரிந்துணர்வின்மை, தீர்மானங்களை எடுப்பதற்கும், ஆதரவிற்கும் மற்றவர்களில் தங்கியிருத்தல் போன்றன உறவுச் சிக்கல்களை ஏற்படுத்துகின்றன.

மேலும் சமூக ரீதியிலான களவு, கொள்ளை, உள விளையாடல் போன்ற பல பிரச்சினைகள் ஏற்படுகின்றன. இவ்வாறான பிரச்சினைகள் நெருக்கீட்டை அதிகரிக்கச் செய்கின்றன.

நெருக்கீட்டுக்கு உள்ளானவர்களுக்கு உதவி செய்தல்

1. எளிய வழிமுறைகள்:
உளவியல் முதல்தவி அல்லது சில ஆலோசனைகள்.
2. சமுதாய செயற்பாடுகள் (சேவைகள்)
3. விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தல் அல்லது அறிவூட்டல்
4. குடும்ப சமூக ஆதரவுகளைத் திரட்டல்
5. சாந்த வழிமுறைகள்

2.2 இழுவிரக்கம்

அன்புக்குரியவரின் இழப்பினைத் தொடர்ந்து வருகின்ற வருந்தும் நிலையை இழுவிரக்கம் என்று குறிப்பிடுகின்றோம். இவ்வாறான ஒருவரது இழப்பைத் தொடர்ந்து ஒருவரது மனதில் பலவிதமான உணர்ச்சிகள், எதிர்த்தாக்கங்கள் ஏற்படுகின்றன. இந்தப் படிமுறையையே இழுவிரக்கம் எனலாம். ஒருவர் இறந்தவருடைய பிரிவை ஏற்றுக் கொள்ளவும் அவருடன் தான் கொண்டிருந்த முடிச்சுக்களிலிருந்து விடுபடவும் இழுவிரக்கம் உதவி செய்கின்றது. அனர்த்தங்களின் போது இது மிகப் பொதுவான ஆனால் சிக்கலான ஒன்றாக அமைந்து விடுகின்றது.

இப்பாதையில் மூன்று அடிப்படைப் படிமுறைகளைக் காணலாம்

- முதலாவது நிலையில் அதிர்ச்சி, மறுத்தல், நம்பமுடியாத நிலை என்பன ஏற்படலாம். இந்த நிலை ஒரு நிமிடம் தொடக்கம் ஒரு சில மணித்தியாலங்கள் வரை இருப்பது சாதாரணமானது.
- இரண்டாவது நிலையில் தான் கவலை, வெறுப்பு, அழுது புலம்பல், பசியின்மை, நித்திரையின்மை, தீய கனவு, எதிர்பார்ப்பு, எண்ணங்களில் மூழ்குதல், குற்ற உணர்வு, உறவுச் சிக்கல், உதவியற்ற நிலை, எதிர்காலம் பற்றிய தெளிவின்மை, நம்பிக்கையின்மை, கருத்துரைக்க முடியாமை, குழப்பம், களைப்பு, சோர்வு, பின்னடைவு போன்றவை காணப்படலாம்.
ஒருசில நாட்கள் அல்லது ஒரு சில மாதங்கள் நீடிக்கின்ற இந்த இரண்டாவது நிலையில் தான் தற்கொலை எண்ணம், மாயப்புலனுணர்வு, நினைவுகளைத் தவிர்த்தல், குறித்த நபர் வருவார் என்ற எதிர்பார்ப்பு போன்றவை காணப்படலாம். ஒரு வருடத்திற்குப் பின்பும் இந்த நிலை நீடிக்குமாயின் அது அசாதாரண நிலையாகக் கொள்ளப்படலாம்.
- மூன்றாவது நிலையாக மீண்டு வரும் நிலை காணப்படுகிறது. இதில் இறந்தவருக்குப் பிடித்தவற்றைச் செய்தல், புகைப்படத்தைப் பெருப்பித்து மாலை அணிவித்துத் தெய்வமாக வணங்குதல், ஏற்றுக் கொள்ளல், கிரியைகளில் விருப்பத்துடன் ஈடுபடுதல்,

அவருடைய பெயரில் தானதர்மங்களையும், நல்ல காரியங்களையும் செய்தல், குறித்த நபர் விட்டுச் சென்ற வேலையை நிறைவேற்றுதல், அவருடைய ஆசைகளை நிறைவேற்றுதல், குறித்த நபர் பயன்படுத்திய பொருள்களை நினைவுச் சின்னமாகப் பயன்படுத்துதல், குறித்த நபரின் பெயரைப் பிள்ளைகளுக்கு வைத்து அழைத்தல், குறித்த நபருக்கு ஈடுசெய்யும் நிலையை ஏற்படுத்துதல் போன்றவற்றில் ஈடுபடுகின்ற போது குறித்த நினைவுகள் குறைவடைந்து நல்ல நினைவுகள் ஏற்படத் தொடங்குகின்றது. இந்த நிலை ஆறு தொடக்கம் பன்னிரண்டு மாதம் வரை செல்லலாம்.

இவ்வாறான படிமுறை ஊடாகச் செல்கின்ற போது இலகுவாக மீள்நிலைக்கு வரலாம். பொதுவாகத் தமது அன்புக்குரியவரின் இழப்பினால் வரும் துயரை ஈடுசெய்வதற்கான பாரம்பரிய வழிமுறைகளையும், கலாசார செயற்பாடுகளையும் ஒவ்வொரு சமூகமும்செய்து வருகின்ற போதும் இயற்கை அளர்த்தம், யுத்தம் போன்றவை அன்புக்குரியவர்களை இழந்து வாழும் மக்களிடம் தாங்க முடியாத இழவிரக்கத்தை ஏற்படுத்தி விடுகின்றன. இவ்வாறான சூழ்நிலையில் சாதாரணமான மரணச் சடங்குகளைக் கூடச் செய்ய முடியாத நிலை ஏற்படுகின்றது. இவ்வாறான ஒரு நிலையானது மனிதர்களிடம் அசாதாரண இழவிரக்கத்தைக் கொண்டு வந்து விடுகின்றது. இது ஒரு வருட காலத்திற்குப் பிறகும் நிறைவு பெறாத துயராக மாறி விடுகின்றது.

பிள்ளைகள் தமது விருத்தி நிலைக்கேற்றவாறு மரணத்தைப் பற்றி உணர்ந்து கொள்கின்றனர். இறந்தவருக்கும், தமக்கும் உள்ள உறவு, பரம்பரைத் தன்மை, எவ்வாறான மரணம், இறந்தவர் ஆணா? பெண்ணா? என்பது, குடும்பநிலை, சமூக உதவிகள் சமய நம்பிக்கைகள், இறக்கும் போது அவரது உடல் ஆரோக்கியநிலை, முந்திய மரணம் தொடர்பான அனுபவம் போன்றவை ஏதோ ஒரு வகையில் இந்தப் புரிந்து கொள்தலில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் இவ்வாறான இழவிரக்க நிலையிலுள்ள ஒரு பிள்ளையானது மேற்கூறப்பட்ட படிமுறைகளின் ஊடாகச் செல்வதன் மூலம் மீண்டுவரும் நிலையை அடையலாம்.

தீர்வுகளாக

- தனிநபர் உளவளத்துணை செய்தல்
- குறித்த நபர் இழவிரக்கப் படிநிலையில் எந்தப்படி நிலையில் உள்ளார் என்பதைக் கண்டறிந்து அவரை உரிய படிமுறைகளினூடாகக் கொண்டு சென்று மீண்டு வரும் நிலைக்குக் கொண்டு வருதல்.
- உணர்வுகளை வெளிப்படுத்தச் சந்தர்ப்பம் அளித்தல்
- உணர்வுகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளச் சந்தர்ப்பம் அளித்தல்
- ஓத்த வயதுடைய இழவிரக்கமுள்ள பிள்ளைகளைக் குழுவாக்கி அவர்கள் தத்தமது இழப்புக்களைப் பற்றிக் கலந்துரையாடச் சந்தர்ப்பம் வழங்கல்.
- உறவுத் தொடர்புகளை பயன்படுத்திக் கொள்ள உதவுதல்.
- குறித்த நபரிடமுள்ள அகவளங்களைத் தேடி அதை இழவிரக்கத்திலிருந்து வெளிவரப் பயன்படுத்துதல்.

- புதிய உறவுகளை வளர்த்துக் கொள்ள வழி காட்டுதல்.
- இறந்தவரின் வகி பங்கைக் குடும்பத்தில் யாராவது ஈடு செய்ய வழியமைத்தல் ஆகியவற்றைப் பயன்படுத்தலாம்.

2.3 மனச் சோர்வு

2.3.1. அறிமுகம்

மனச் சோர்வு நோய் என்பது ஒரு குறிப்பிட்ட காரணமின்றிக் காணப்படும் ஒரு தாழ்வான மன நிலையாகும். எந்நேரமும் கவலை, தன்னால் எந்தப் பிரயோசனமும் இல்லை என்ற உணர்வுகளுடன் நீண்ட காலம் இருக்கும் ஒரு அகநிலையாகும். இது தொடர்ச்சியாக இரண்டு கிழமைக்கு மேல் நீடிக்குமாயின் நோய் என அடையாளம் காணப்படலாம்.

சில மனச் சோர்வு நோயாளிகளில் அதை ஏற்படுத்தியிருக்கக் கூடிய எந்தவிதமான காரணங்களையும் கண்டு கொள்ள முடியாது இருக்கும். இவர்களில் மனச் சோர்வு நோயானது எந்தவிதமான புறக் காரணிகளும் இன்றித் தானாகவே ஏற்பட்டும் இருக்கலாம்.

2.3.2 மனச் சோர்வு ஏற்படுவதற்கான பொதுவான காரணங்கள்

- அன்புக்குரிய குடும்ப உறுப்பினர் அல்லது நண்பர் ஒருவரின் இழப்பு (இழவிரக்கம்), வீடு, வாசல், சொத்து இழப்புக்கள், கடும் வறுமை, வேதனை தரும் அல்லது ஆயுட் காலத்தைக் குறைக்கின்ற நாட்பட்ட மோசமான நோய்கள் போன்றவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.
- இவற்றை விட ஒருவர் தனது சொந்தச் சமூகத்திலே மதிப்பிழக்கக் கூடிய அல்லது மற்றவர்களால் கீழ்நிலையாகப் பார்க்கக் கூடிய பொருத்தமில்லாத கர்ப்பம், குடும்பப் பிரிவு, குடும்பச்சிதைவு, வேலையிழத்தல் போன்றனவும் மனச் சோர்வுக்குக் காரணங்களாக இருக்கலாம்.
- பயத்தையும், உளப் பாதிப்பையும் ஏற்படுத்தக் கூடிய நிகழ்வுகளான கற்பழிப்பு, கொள்ளை, சித்திரவதை, வன்செயல்கள் போன்ற நெருக்கீட்டுச் சம்பவங்கள், நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மனவடு, நோயை ஏற்படுத்தலாம். இதனுடன் கூட வரும் உளநோயாக மனச் சோர்வும் ஏற்படலாம்.

2.3.3 மனச் சோர்வை இரு பெரும் வகைகளில் பார்க்கலாம்

1. எதிர்த் தாக்க மனச் சோர்வு (Reactive depression)

ஏதாவது இழப்பினைத் தொடர்ந்து வருகின்ற மனச் சோர்வாக இது காணப்படும். ஏதாவது வெளித் தாக்கங்கள் காரணமாக இம்மனச் சோர்வு ஏற்படலாம்.

2. மனச் சோர்வு நோய் அல்லது பாரிய மனச் சோர்வு (Depressive illness)

இது வெளிக் காரணம் எதுமின்றி ஏற்படுவது ஆகும். இது பிள்ளைகளில் மிகக் குறைவாகவே காணப்படலாம். வளர்ந்தவர்களில் ஓரளவு காணப்படலாம். இது ஒரு உளவியல் நோயாகக் காணப்படுகின்றது. மருந்துகள் உள்ளெடுப்பதன் ஊடாகவே இதனைக் குணப்படுத்தலாம்.

மனச்சோர்வு நோய் உடையோரின் நெற்றியில் ஓமேகாக் குறியீடு (O) காணப்படும் எனப் பொதுவாகக் கூறுவர்.

மனச் சோர்வு ஒரு கால ஒழுங்கில் இடையிடை சோர்வாகவும் இடையிடை ஏற்றம் கொண்ட மன நிலையாகவும் காணப்பட்டால் அது பித்து மனச்சோர்வு (Manic depression) எனப்படும்.

பொதுவற்ற மனச் சோர்வு நிலையில் (Typical) ஒருவர் அதிக பசியுடன் காணப்பட்டு, அதிக உணவு உட்கொண்டு நிறை அதிகரிப்புக் காட்டலாம். மனச் சோர்வின் பொதுவான குணங் குறிகளாக

- கவலையில் மூழ்கியிருத்தல், சோகத்தில் ஆழ்ந்திருத்தல்
 - இலகுவில் அழுதல்
 - தொடர்ச்சியாக யோசனையில் இருத்தல்
 - எதிர்காலம் பற்றிய நம்பிக்கையின்மை (விரக்தி)
 - தாழ்வு மனப்பான்மை
 - வாழ்க்கையில் சந்தோசமின்மை (வெறுப்பு)
 - தான் எந்த விதத்திலும் பிரயோசனமற்றவர் என்ற நினைவு
 - நித்திரையின்மை, அதிகாலையில் நித்திரை குழம்புதல்
 - உதவியற்ற நிலை (கையறு நிலை)
 - தனக்குத் தானே தீங்கு செய்யும் மனநிலை
 - இறப்புப் பற்றிய, தற்கொலை பற்றிய எண்ணங்கள்
 - பசியின்மை, உடல் மெலிவு
 - பாலுறவில் நாட்டமின்மை
 - இலகுவில் களைப்படாதல், பலவீனமாக இருத்தல் (இயலாமை)
 - கருத்தூன்ற முடியாமை, ஞாபக சக்தியின்மை
 - தலையிடி, நெஞ்சுநோ, கைகால் உளைவு போன்ற நாட்பட்ட மெய்ப்பாட்டு முறைப் பாடுகள்
 - உலகத்தைப் பற்றிய எதிர்மறையான எண்ணம் கொண்டிருத்தல் போன்றவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.
- மனச் சோர்வு நோயை இனம் காண்பது தொடர்பாகப் பின்வரும் நிபந்தனைகள் கடைப்பிடிக்கப்படலாம்.

A1 - கடந்த இரு வாரத்தில் நீங்கள் கவலையாக அல்லது மனம் சோர்வாக அல்லது வெறுமையாக அல்லது மிகவும் கீழான மன நிலையில் இருக்கிறீர்களா?

B1- வாழ்க்கையில் அர்த்தமற்ற உணர்வு காணப்பட்டதா? அதாவது சலிப்பு அல்லது வெறுப்பு அல்லது இரசிக்க முடியாமை அல்லது பசியின்மை போன்றவை.

மேற்கூறப்பட்ட A1 + A2 ஆகிய நிபந்தனைகள் கட்டாயமாகவும் பின்வரும் 6 நிபந்தனைகளில் ஏதாவது நான்கும் நிறைவு செய்யப்பட்டிருத்தல் வேண்டும்.

1. நித்திரைக் குழப்பம்
2. ஆறுதலான செயற்பாடு (கதைத்தல் அல்லது நடத்தல்)
3. உள்ளம் களைப்படைதல்.
4. நான் மோசமான ஆள் என்ற குற்ற உணர்வு
5. எந்த ஒரு விடயத்திலும் கவனம் செலுத்த முடியாமை அல்லது தீர்மானம் எடுக்க முடியாமை.
6. இறந்து போனால் நல்லது என்ற எண்ணம்.

மேற்கூறப்பட்டவாறு நிபந்தனைகள் பூர்த்தி செய்யப்பட்டால் மனச் சோர்வு நிலை இருப்பதாகக் கொள்ளலாம்.

2.3.4 மனச் சோர்வுச்சூரீய சிகிச்சை முறைகள்

1. தனிநபர் உளவளத்துணை செய்தல்
2. அறிவுரீதியான சிகிச்சை வழங்கல் (CBT)
 - எதிர்மறையான எண்ணங்களை உடன்பாடான எண்ணங்களாக மாற்றுவது
 - நன்மையான விடயங்களையும், வெற்றி கண்ட விடயங்களையும் கண்டறிந்து சுட்டிக் காட்டிப் படிப்படியாக வாழ்வில் மாற்றம் கொண்டு வருதல்.
 - செய்யக் கூடிய செயல்களின் ஊடாக வெற்றி காண வைத்தலும், நம்பிக்கையும் கட்டி எழுப்புதலும்.
 - நாளாந்த செயற்பாடுகள் செய்வதற்கு ஊக்கப்படுத்தல்
3. உள்பகுப்பாய்வுச் சிகிச்சை வழங்கல்
4. உணர்வுகள் வெளிப்படுத்தச் சந்தர்ப்பம் வழங்கல்
5. குடும்ப சமூக ஆதரவுகளைப் பெற்றுக் கொடுத்தல்
6. பாரிய மனச் சோர்வு நோய் ஆயின் மருந்து பயன்படுத்த வழிப்படுத்தல். ஆகியவற்றைப் பயன்படுத்தலாம்.

43 வயதுடைய மாதவி கடந்த 8 மாத காலமாகத் தனது தொழிலில் பல பிரச்சினைகளை எதிர்நோக்கி வந்தார். ஆரம்ப காலங்களில் இவற்றையெல்லாம் சமாளித்து வந்தவர் பிறகு படிப்படியாகச் சோர்ந்து போகத் தொடங்கினார். அவருக்கு நித்திரைக் குறைவு இருந்தது. அதிகாலையில் வேளைக்கு நித்திரை குழம்பி அவதிப்பட்டுக் கொண்டு இருந்தார். பசியிருக்கவில்லை. வாழ்க்கையில் வெறுப்பு ஏற்பட்டது. கவலையுடனும், யோசனையுடனும் காணப்பட்டார். சில வேளைகளில் அவரை அறியாமலேயே அழுகை அழுகையாக வந்தது. இனி நான் என்ன செய்யப் போகிறேன் எனத் திரும்பத் திரும்ப யோசித்தார். சில வேளைகளில் வாய்க்குள் முணுமுணுப்பார். எதிர்காலம் நம்பிக்கையற்றதாகவும், இருள்மயமானதாகவும் மனதில் ஒரு பயம் இருந்தது. காலப்போக்கில் அவருக்குத் தலை விறைப்பு, கண் எரிவு, கைகால் குத்துளைவு எனப் பல உடல் அறிகுறிகள் தோன்றின. தன்னுடைய கோலத்திலும், உடைகளிலும் கவனம் குறையத் தொடங்கியது.

அவருக்கு மிகக் குறைந்தளவு மருந்துகள் கொடுக்கப்பட்டன. ஆதரவான உளவளத்துணையும், சாந்தி வழிமுறைப் பயிற்சிகளும் ஆரம்பிக்கப்பட்டன. ஒருவார காலத்திற்குப் பிறகு அவரது மன நிலையில் மாற்றம் ஏற்படத் தொடங்கியது. அவர் பழைய நிலைக்கு வருகிறார் என அவரது கணவர் சந்தோசப்பட்டார்.

2.4 அச்ச நோய்

அச்ச நோய் என்பது ஒருவகைப் பதகளிப்பு நிலை. அச்ச நோய் (Phobia), பீதி நோய் (Panic), பொதுப் பதகளிப்பு நோய் (Generalized anxiety disorder) ஆகியவை பகுதியாகவோ முழுமையாகவோ ஒரே நபரில் காணப்படலாம்.

அச்சநோய் என்பது ஒரு குறிப்பிட்ட பொருளுக்கோ, உயிருக்கோ அல்லது நிலைமைக்கோ ஏற்படும் அத்தீத அல்லது பொருத்தமற்ற பயமாகும். அந்தப் பொருளையோ உயிரையோ அல்லது நிலைமையையோ தொடர்ச்சியாகத் தவிர்த்தல் மூலம் குறித்த நபரால் இது கையாளப்படும். சீர்மிய நாடிக்கு இந்தப் பதகளிப்பு குறித்த அபாயத்திற்குப் பொருத்தமற்ற அளவு அத்தீதம் என்பது தெரிந்திருக்கும். ஆனாலும் அவரால் நிலைமையைக் கட்டுப்படுத்த முடியாதிருக்கும். பொதுவாக மனிதர்கள் எல்லோருக்குமே சிறிய அளவில் அச்ச நோய் இருக்கலாம். ஆயினும் அது சிலரின் சாதாரண வாழ்வைப் பாதிக்கும் அளவு அதிகரிக்கும் போதே இது கவனிக்க வேண்டிய விடயமாகின்றது.

அச்சநோய் மூன்று பெரும் பிரிவுகளில் அடங்கும்

1. சமூக அச்ச நோய்

மற்றைய மனிதர்களால் தாம் தாக்கப்படலாம், அவமானப்படுத்தப்படலாம் என்பது குறித்த அத்தீத பயம். இவர்கள் பலர் முன்னிலையில் பேச அல்லது நடிக்க அதிகளவில் பயப்படுவர். கடைகளில் பலர் முன்னிலையில் சாப்பிடுவது, பலர் பாவிக்கும் மலசல கூடங்களைப் பாவிப்பது போன்ற விடயங்களும் இவர்களுக்குப் பயத்தைத் தரலாம்.

2. சந்தை அச்சநோய் (Agora phobia)

இவர்கள் தனித்திருக்கப் பயப்படுவர். அல்லது அதிக சனக்கூட்டத்தில் நிற்கவோ, சன நடமாட்டமுள்ள தெருக்களில் பயணம் செய்யவோ பஸ், லிப்ட் பாலங்கள் போன்றவற்றில் நிற்கவோ பயப்படுவர். இந்த இடத்தில் ஏதாவது பிரச்சினை ஏற்பட்டால் தப்பிக் கொள்வது முடியாமல் போகும் என்பதே இவர்களின் பயமாகும்.

3. எளிய அச்ச நோய் (Simple phobia)

நாய், பாம்பு, பூச்சிகள், அடைக்கப்பட்ட இடங்கள், உயரமான இடங்கள், நீர் நிலைகள் போன்ற ஏதோ ஒரு விடயத்திற்கான அச்சம் எல்லாம் இந்த வகைக்குள் அடங்கும்.

அச்ச நோய்க்கு முன் வைக்கப்படக்கூடிய தீர்வுகளாக



தனிநபர் உளவளத்துணை

நடத்தைச் சிகிச்சை

சாந்த வழிமுறைச் சிகிச்சை

அறிகை ரீதியான சிகிச்சை

ஆகியவற்றைக் கருதலாம்.

அச்ச நோய்க்குச் சிறந்த சிகிச்சை நடத்தைச் சிகிச்சை ஆகும். அச்சப்படும் பொருள் அல்லது சூழ்நிலை அல்லது பிராணிக்குப் படிப்படியாகப் பழக்கப்படுத்துவதன் மூலம் அச்சத்தைப் படிப்படியாகக் குறைத்துக் கொள்ளலாம்.

இவ்வாறான நடத்தைச் சிகிச்சை முறை மூலம் விரும்பத்தக்க நடத்தையைப் பழக்கத்திற்குக் கொண்டு வரச் சன்மானம் வழங்குதல், தட்டிக் கொடுத்தல், கவனம் செலுத்தல், ஆதரவு வழங்கல் போன்ற உடன்பாடான வலியுறுத்தல்களைச் செய்யலாம்.

விரும்பத் தகாத நடத்தைகள் ஏற்படுகின்ற போது எதிர் மீள வலியுறுத்தல் மூலம் குறைக்கலாம். அதாவது ஒருவரது இவ்வாறான செயற்பாட்டைக் கவனிக்காது விடல், ஆதரவு காட்டாமை, குறித்த இடத்திலிருந்து அவரை வெளியேற்றுதல் போன்றன எதிர்மறையான மீள வலியுறுத்தலாகும். குறிப்பாகப் பிள்ளைகள் நேரான பாதையில் நடக்கும் போது போற்றுதலும், எதிரான பாதையில் நடக்கும் போது அவர்களைப் புறக்கணித்தலும் மேற்கொள்ளப்படலாம்.

கயன் 11 வயதுடைய சிறுவன். அவன் தரம் 6இல் கல்வி கற்றுக்கொண்டிருக்கிறான். அவன் 6 மாத காலமாகத் தேவையற்ற வேளைகளிலும் பயப்படுகிறான் என்று அவனது தாயார் அவனை அழைத்து வந்தார். தாயார் மேலும் கூறுகையில் "கடலில் தொழில் செய்யும் தந்தைக்குத் தேநீர் கொண்டு செல்லச் சொல்லும் போது மிகவும் பயத்துடன் காணப்படுகிறான். கடல் என்ற சொல்லைக் கேட்கும் போதே பயப்படுகிறான். சென்ற வாரம் இவனது தங்கை கடற்கரைக் காட்சி படம் வரைந்து கொண்டு வந்து எனக்குக் காட்டும் போதும் இவன் கண்டு பயப்பட்டான். ஆனால் வேறு ஒன்றுக்கும் பயப்படமாட்டான். மிகவும் துணிச்சலாகச் செயற்படுவான். தென்னை மரம் எல்லாம் ஏறித் தேங்காய் பிடுங்குவான்" என்று கூறினார்.

கயன் சிறப்பான தோற்றத்துடன் காணப்பட்டான். முகத்தில் சுறுசுறுப்பும், கெட்டிக்காரத் தனமும் வெளிப்பட்டது. புதிய சூழலில் தயக்கத்துடன் காணப்பட்டான். கதைக்கத் தொடங்கும்போது நன்றாகக் கதைத்தான். சிறிது சிறிதாகக் கடல் பற்றிக் கதைக்கத் தொடங்கும் போது முகத்தில் வியர்வை அரும்பியது. கதிரையில் இருக்க முடியாது கலவரப்பட்டான். கைகள் இரண்டும் இறுகப் பொத்தியவாறு காணப்பட்டன.

கயனுக்கு மூச்சுப் பயிற்சி வழங்கப்பட்டது. அவன் பயமாகப் பதட்டமாக உணரும் போது இந்த ஆழமான மூச்சுப் பயிற்சியைச் செய்யுமாறு அறிவுறுத்தப்பட்டது. பின்பு அவனது கடல் பற்றிய பயத்தைப் படிப்படியாக நீக்கும் முயற்சி மேற்கொள்ளப்பட்டது.

முதலில் கடல் பற்றிக் கதைக்கப்பட்டது. கயன் பயப்பட்ட பதற்றப்படத் தொடங்கும் போது மூச்சுப் பயிற்சியில் ஈடுபட வைக்கப்பட்டது. பயம் குறைய மீண்டும் கடல் பற்றிக் கதைக்கப்பட்டது. இது போலவே பிறகு படிப்படியாகக் கடற்கரைக் காட்சி வரைந்து காட்டப்பட்டது. பதற்றமடைய மூச்சுப் பயிற்சி வழங்கப்பட்டது. கடற்கரைக் காட்சியை அவனைக் கொண்டு கீற முயற்சிக்கப்பட்டது. பின்பு மெதுவாகக் கடற்கரைக்கு அழைத்துச் செல்லப்பட்டான். முதல் முதலில் கடற்கரைக்கு அழைத்துச் சென்ற போது பயமும், பதற்றமும் ஏற்படத் தொடங்கிய போது மூச்சுப் பயிற்சி பிரயோகிக்கப்பட்டது. அடுத்த முறை அழைத்துச் சென்ற போது மெதுவாக நீரில் இறங்க வைக்கப்பட்டது. பயம், பதற்றம் ஏற்பட்டபோது மூச்சுப் பயிற்சி வழங்கப்பட்டது. அடுத்த முறை கடற்கரைக்கு அழைத்துச் சென்றபோது தானாக நீருக்குள் இறங்கிக் கால்களைக் கழுவிக்கொண்டு உற்சாகமாகக் காணப்பட்டான். 6 வாரங்களின் பின்பு கயனில் நல்ல முன்னேற்றம் காணப்பட்டது.

கயன் இப்போது தானாகக் கடற்கரைக்குச் சென்று வருவான் என்றும் கடலுக்குள் இறங்கித் தந்தைக்கு உதவி செய்வான் என்றும் தாயார் மகிழ்ச்சியுடன் கூறினார்.

கூறிப்பு:-

கயனுடன் கதைத்த போது அவன் கனாமியின் போது அடித்துச் செல்லப்பட்ட சம்பவத்தை விபரித்தான். 26.12.2004 இல் தான் கடற்கரையில் நின்று விளையாடிக் கொண்டிருந்த போது ஷெல் சத்தம் போல் பாரிய சத்தம் கேட்டது என்றும் பின்பு மிகவும் உயரமாக கறுப்பாக அவை எழும்பி வருவது கண்டு குழறிக் கொண்டு ஓட முற்பட்ட போது பெரிய அலை வந்து தன்னை அடித்து விழுத்தி உருட்டிக் கொண்டு சென்றது என்றும், தான் ஒரு வேலி மட்டைகளைப் பிடிக்க அதுவும் நீருடன் அடித்துச் செல்லப்பட்டதான் ஒரு பூவரச மர வேலில் சிக்கிக் கொண்டதாகவும், அலை திரும்பக் கடலுக்குள் சென்ற பின்பு தன்னைப் பக்கத்து வீட்டு மாமா வந்து தூக்கிக் கொண்டு புட்டிக்கு வந்தார் என்றும், உடம்பில் காயங்கள் இருந்தது என்றும், தான் மயக்கமடைந்து விட்டேன் என்றும் கூறினான். அந்த நிகழ்வு அவனது மனதில் பதிந்து நாளடைவில் அது அச்சநோயாக வெளிவந்திருக்கலாம்.

2.5 நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மன வகு

2.5.1 அநீழகம்

எமது நாட்டில் கடந்த இருபது வருட காலமாக நடைபெறும் உள்நாட்டு யுத்தம் காரணமாக ஏறத்தாழ 60, 000 பொதுமக்கள் உயிரிழந்துள்ளனர். இதைவிட அதிக எண்ணிக்கையானோர் ஏதோ ஒருவிதத்தில் அங்கவீனம் அடைந்துள்ளனர். ஏராளமான அறிஞர்களும் மூளைசாலிகளும் எமது நாட்டைவிட்டு வெளியேறி விட்டனர். பெற்றோரை இழந்த ஏராளமான பிள்ளைகள் பராமரிப்பற்றோர் நிலைக்குத் தள்ளப்பட்டுள்ளனர். பாடசாலைகளில்

உள்ள பிள்ளைகளில் ஏறத்தாழ 30% ஆன பிள்ளைகள் நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மனவடு என்னும் உளப் பிரச்சினைக்கு ஆளாகியுள்ளனர் என ஆரம்ப ஆய்வுகள் தெரிவித்தன.

இந்த நிலையில் 2004ஆம் ஆண்டு டிசம்பரில் ஏற்பட்ட சுனாமி மேலும் 40, 000 மக்களைக் காவு கொண்ட நிலையில் யுத்தத்தாலும், சுனாமியாலும் பாதிக்கப்பட்ட பிரதேசங்களில் ஏறத்தாழ 40% ஆன மாணவர்கள் இந்த உளப் பிரச்சினைக்கு உள்ளாகியிருந்தமை அவதானிக்கப்பட்டது. இப்போது மீண்டும் யுத்த மேகங்கள் கருக் கொள்ளத் தொடங்கிவிட்டன. இவ்வருடத்தில் மீண்டும் ஒரு ஆய்வு செய்வோமாயின் ஏறத்தாழ 50% ஆன பிள்ளைகள் மன வடுவால் பாதிக்கப்பட்டிருப்பதைக் காணக்கூடும்.

2.5.2 மன வருவுக்குரிய நெருக்கீட்டுச் சம்பவம்

நெருக்கீடு என்றால் என்ன என்று முன்னர் பார்த்துள்ளோம். நெருக்கீடுகளை அதன் வலிமையின் அடிப்படையில் உளவியலாளர்கள் மூன்றாகப் பிரிக்கின்றனர்.

- 1.3 சிறிய நெருக்கீடுகள்
2. பெரிய நெருக்கீடுகள்
3. மன வருவுக்குரிய நெருக்கீடுகள்

சிறிய நெருக்கீடுகள் வாழ்வில் பொதுவானவை. எல்லா மனிதர்களும் அவற்றை அனுபவிக்க வேண்டித்தான் வரும். சிறிய நெருக்கீடுகள் இன்றி வளர்ச்சி சாத்தியமில்லை என்றும் கூறலாம்.

உ+ம்: புதிய வகை உணவு உட்கொள்ள நேரிடுதல். படுக்கும் இடம் மாற வேண்டி இருத்தல். முதல் நாள் விமானப் பயணம். வேலையில் அதிக பொறுப்புள்ள பதவிக்கு உயருதல்.

சிறிய நெருக்கீடுகளை அதிகமான மனிதர்கள் முறைப்பாடு எதுவுமின்றிச் சமாளித்துக் கொள்கின்றார்கள்.

பெரிய நெருக்கீடுகள் தாங்குவதற்குச் சற்றுக் கடினமானவை. உடலிலும், உள்ளத்திலும், நடத்தையிலும் பெரிய மாற்றங்களை ஏற்படுத்துபவை. ஆயினும் மனித வாழ்வில் ஏதோ சில சந்தர்ப்பங்களில் அவற்றை எதிர்கொள்ள வேண்டித்தான் வரும்.

உ+ம்:- குடும்ப அங்கத்தவர் ஒருவரின் மரணம், வியாபாரத்தில் பெரு நட்டம், கணவனும் மனைவியும் விவாகரத்துப் பெறுதல், குழந்தை ஒன்றின் கடும்காய்ணம்.

பெரிய நெருக்கீடுகளின் தாக்கத்திலிருந்து மீளச் சில மாதங்கள் எடுக்கலாம். சில வேளை உளவளத்துணையாளர்களின் உதவி தேவைப்படலாம்.

மன வடுவுக்குரிய நெருக்கீடு என்பது வலிமையால் இவை இரண்டையும் விடப் பெரியது.

ஒருவர் தனது உயிருக்கு அல்லது மற்றொருவரின் உயிருக்கு அச்சுறுத்தல் இருக்கிறது அல்லது பெரிய காயம் ஏற்படக் கூடிய ஆபத்து இருக்கிறது என்ற நிலையில் அத்தீமமாகப் பயந்து கையறு நிலை ஒன்றை எதிர் கொள்ளும் அநுபவம் அல்லது அப்படி ஒரு சம்பவத்திற்குச் சாட்சியாக அதை நேரே பார்க்கின்ற அநுபவமும், அந்த அநுபவத்தின் போது ஏற்படும் உளத் தாக்கங்களும் மனவடுவுக்குரிய நெருக்கீடு எனப்படும்.

போர்ச் சூழலில் வாழல், சுனாமி சூறாவளி போன்ற பெரும் இயற்கை அனர்த்தங்களில் அகப்படுதல், பெரும் விபத்துக்களில் சிக்கிக் கொள்ளுதல், சித்திரவதைக்கு உட்படுதல், பாலியல் வன்முறைக்கு ஆளாக்கப்படுதல், ஷெல்வீச்சு, துப்பாக்கிச் சூடு அல்லது பொம்மர் தாக்குதல்களில் அகப்படுதல், சுற்றி வளைப்புகள், கைது செய்தல்களில் சிக்கிக் கொள்ளுதல் போன்ற நிகழ்வுகளை மன வடுவுக்குரிய நெருக்கீட்டுச் சம்பவத்திற்கு உதாரணங்களாகக் கூறலாம்.

உயிர் அச்சுறுத்தல், அத்தீ பயங்கர உணர்வு, கையறு நிலை ஆகிய மூன்று நிபந்தனைகளும் பூர்த்தி செய்யப்படுதல் என்பது ஒரு சம்பவம் மனவடுவுக்குரிய நெருக்கீட்டுச் சம்பவம் என உறுதிப்படுத்தப்படுவதற்கு அவசியமாகும்.

2.5.3 அலார வீலாளவுகள்

ஒரு மனிதன் மனவடுவுக்குரிய நெருக்கீட்டுச் சம்பவமொன்றை எதிர் கொள்ளும் போது, பரிவு, பரபரிவு நரம்புத் தொகுதிகள் சம்பந்தப்படுவதாலும், ஓமோன்கள் சுரக்கப்படுவதாலும் சம்பவம் நடக்கும் போதும் அதற்குச் சற்றும் பின்னரும் பல உடற் தொழிலியல் மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. இம்மாற்றங்கள் இரண்டு பாதைகள் ஊடாக நடை பெறலாம்.

நீண்ட பாதை :

மூளையின் ஹைப்போ தலமஸ் → கபச் சுரப்பி → அதிரீனல் சுரப்பி

↓
அதிரீனல் மேற்பட்டையில்
சுரக்கப்படும்
கோட்டி சோல்

குறுகிய பாதை

மூளை → முண்ணாண் → அதிரீனல் மைய விளையம் → அதிரீனலின்

இம் மாற்றங்களை "அலார விளைவுகள்" எனலாம்.

1. கண்மணி விரிதல்
2. சுவாசப் பாதைகள் சுருங்குதல்
3. அதிகளவு வியர்வை ஏற்படுதல்
4. சிறுநீர்ப்பை தளர்வடைவதால் சிறுநீர் கழிக்க வேண்டும் என்ற உணர்வு ஏற்படுதல்
5. உணவுக் கால்வாய்த் தொகுதியின் வேலைகள் தாமதமடைதல்
6. "எண்டோபின்" என்ற பதார்த்தம் சுரக்கப்படுவதால் "வலி" அல்லது "நோ" தெரியாது போதல்.
7. மண்ணீரல் அதிகளவு குருதியை வெளியேற்றுதல்.
8. இதயத் துடிப்பு வேகமும் சுவாச வேகமும் அதிகரித்தல்.
9. தசைகளின் இறுக்கம் அதிகரித்தல்

ஆகியவை அலார விளைவுகளில் முக்கியமானவை. இத்தகைய ஒரு நெருக்கீட்டின் போது ஒருவர் அந்த நிலைமையுடன் எதிர்த்துப் போரிடுவார். அந்த இடத்தை விட்டுத் தப்பி ஓடப் பார்ப்பார்.. அல்லது உறைந்து போயிருப்பார். (3F)

மனவடுவுக்குரிய நெருக்கீட்டுச் சம்பவம் ஒன்றையோ பலவற்றையோ அநுபவிப்பவர்களில் சிலர் சில காலத்தின் பின் நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மனவடு என்ற உளப் பிரச்சினைக்கு உள்ளாகின்றனர்.

ஒருவருக்கு நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மனவடு நோய் உள்ளது என்பதை அதற்கெனத் தயாரிக்கப்பட்ட (UCLA-DSM-IV) சில வினாக்கொத்துகள் மூலமே உறுதி செய்ய முடியுமெனினும் பெருமட்டாகப் பின்வரும் நிபந்தனைகள் பூர்த்தி செய்யப்படும்போது இந்தப் பிரச்சினை இருப்பதாகக் கொள்ளலாம்.

2.5.4 நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மன வருவாய் இனம் காண்பதற்குப் பூர்த்தியாக்கப்பட வேண்டிய நிபந்தனைகள்

1. குறித்த நபர் குறைந்தது ஒரு மனவடுவுக்குரிய நெருக்கீட்டுச் சம்பவத்தையாவது அநுபவித்திருக்க வேண்டும்.
2. அந்த அநுபவத்தின் போது அதீத பயமும் கையறு நிலையும் உணரப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

அத்துடன் பின்வரும் குணங்குறிகள் அனைத்தும் காணப்பட வேண்டும்.

1. ஊடுருவல் அல்லது மீள வாழ்தல்
2. தவிர்ந்தல்
3. அதிபர மன எழுச்சி

இவற்றை விட

1. அவரது நாளாந்த வாழ்வை அது பாதித்திருக்க வேண்டும்
2. ஆறு மாதத்திற்கு மேல் குணங்குறிகள் நிலைத்திருக்க வேண்டும்

மேலே கூறப்பட்ட நிபந்தனைகள் அனைத்தும் பூர்த்தியாக்கப்படும்போது ஒருவருக்கு நெருக்கீட்டிற்குப் பிற்பட்ட மனவடு உள்ளது எனக் கருதலாம்.

குணங் குறிகள் தொடர்பாக இன்னும் விரிவாகப் பார்த்தோமானால் ஊடுருவல் என்பது பின்வரும் வகையில் தோற்றம் காட்டலாம்.

1. நடந்த மோசமான நிகழ்வானது, படங்களாகவும், எண்ணங்களாகவும், புலக் காட்சிகளாகவும் மீள மீளப் பலமுறை மனதில் வருதல்.
2. சம்பவம் தொடர்பான பயங்கரக் கனவுகள் அடிக்கடி வருதல்
3. அந்தச் சம்பவம் திரும்பவும் நடைபெறுவது போல உணருதலும், இல்பொருள்காட்சி களைக் காணுதலும், போலி நம்பிக்கைகளுக்குள் அகப்படலும்.
4. சம்பவத்தை ஞாபகப்படுத்தும் ஏதோ ஒரு குறியீட்டினால் மனம் குழம்பிப் போதல்

தவிர்த்தல் கீழே சொல்லப்படுமாறு வெளிக்கிளம்பலாம்.

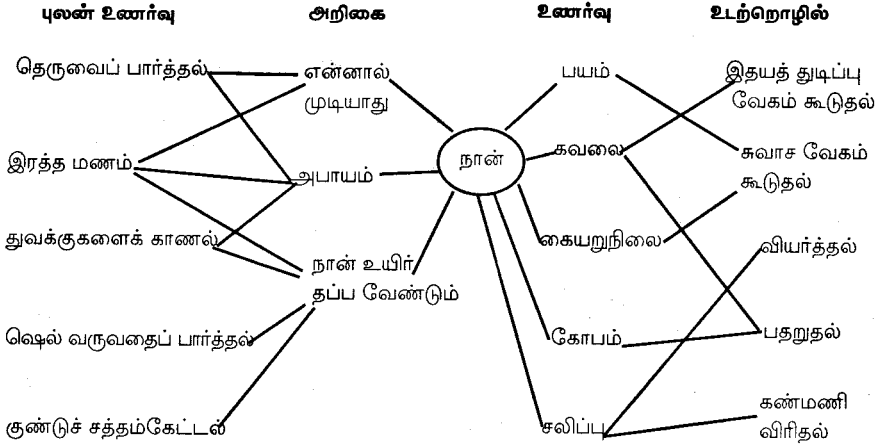
1. சம்பவம் தொடர்பான எண்ணங்கள், உணர்வுகள், உரையாடல்களைத் தவிர்க்க விரும்புதல்
2. சம்பவத்தை ஞாபகப்படுத்தும் இடங்கள், மனிதர்கள், நேரம், நிறங்கள், பொருள்கள், மணங்கள், தொடுகைகள் போன்றவற்றைத் தவிர்க்க முயலுதல்
3. குறிப்பிட்ட சம்பவத்தின் சில பகுதிகளை நினைவுக்குக் கொண்டுவர முடியாதிருத்தல்
4. முன்னர் விருப்பமாயிருந்த பல நிகழ்வுகளில் ஆர்வம் குன்றியிருத்தல்
5. மற்றவர்களிடமிருந்து தனிமைப்படுத்தப்பட்டதாய் உணர்தல்
6. உணர்வுகள் மரத்துப் போதல்
7. எதிர்காலம் குறுகி விட்டதாய் உணர்த்தல்

அதிபரமன எழுச்சி பின்வரும் வழிகளில் மேற்கிளம்பலாம்.

1. நித்திரைக் குழப்பங்கள் ஏற்படுதல்
2. அடிக்கடி எரிச்சலூட்டப்படுதல் அல்து தேவையின்றிக் கோபப்படுதல்
3. விடயங்களைக் கிரகித்தலில் சிரமம் காணப்படுதல்
4. குழலில் நடைபெறும் மாற்றங்கள் தொடர்பாக அதீத விழிப்புணர்வுடன் காணப்படுதல்
5. சிறு தூண்டல்களுக்குப் பெரிய தூண்டற்பேறுகளைக் காட்டுதல்

மன வடுவுக்குரிய நெருக்கீட்டுச் சம்பவம் ஒன்று நடைபெறும் போது, அது தொடர்பான ஞாபகங்கள் ஒரு பய வலைப்பின்னலாக எமது மூளையில் பதிவாகின்றன. அதை இவ்வாறு காட்டலாம்

2.5.5 பயவலைப்புப் பின்னல்



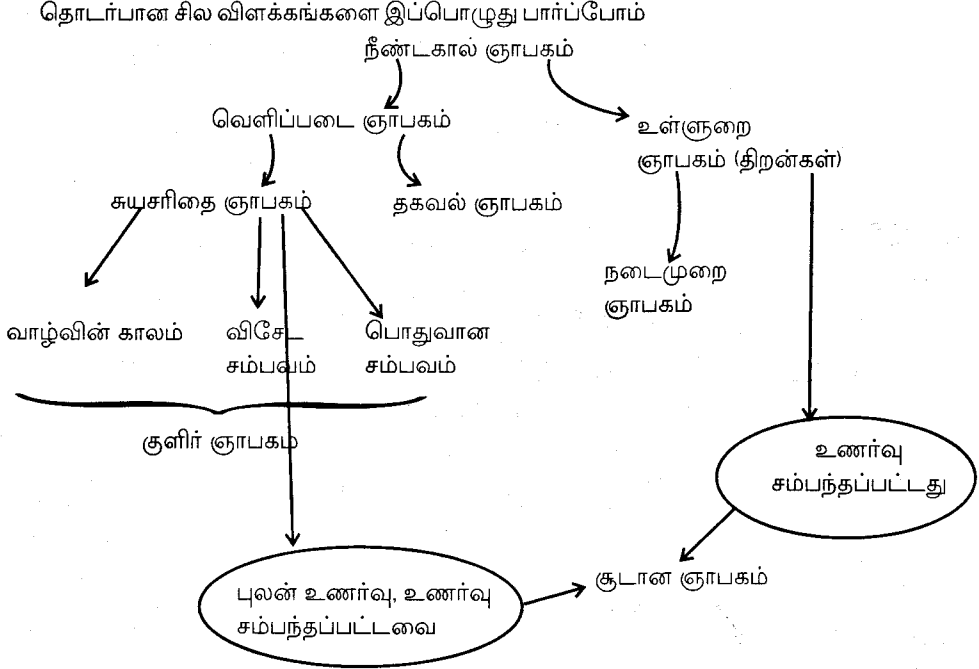
ஒவ்வொரு மனவடுவுக்குரிய நெருக்கீட்டுச் சம்பவத்தை அநுபவிக்கும்போதும் இந்தப் பயவலைப்பின்னல் பெருத்துச் செல்லும், பின்னர் அந்தப் பின்னலில் உள்ள ஏதாவது ஒரு விடயம் தூண்டப்படும்போது முழு வலையும் ஞாபகத்துக்கு வரும்.

எமது ஞாபகம் தொழிற்படும் முறைக்கும் நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மனவடுப் பிரச்சினைக்கும் தொடர்புண்டு.

எமது மூளையில் ஞாபகத்துக்குப் பொறுப்பான பகுதி ஹிப்போக்கம்பஸ் எனப்படும் நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மனவடுவைக் கொண்ட ஒருவரில் இது 12% சுருங்கிக் காணப்படுவது அவதானிக்கப்பட்டுள்ளது. அதே சமயம் இதற்கு அருகிலிருக்கும் அபாயத்திற்குப் பொறுப்பான "அமிக்டலா" என்ற பகுதி நன்றாக விருத்தியடைந்து விடுகிறது.

நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மனவடு நோய் மனிதர்களின் கருத்தூன்றலிலும், ஞாபகத்திலும் பெருங் குறைபாட்டை ஏற்படுத்துவதை மேலே கூறப்பட்ட விளக்கத்திலிருந்து புரிந்து கொள்ளலாம்.

2.5.6 ஞாபகம்



நெருக்கீட்டுக்கு பிற்பட்ட மனவடு ஏற்படும்போது குளிர் ஞாபகத்துக்கும் குடான ஞாபகத்துக்கும் உள்ள தொடர்புகள் அறுந்துபோய்விடுகின்றன. அந்த தொடர்புகளை மீளவும் ஏற்படுத்திக் கொடுக்கும் போது அது ஒரு வகையில் சிறந்த சிகிச்சையாகிறது.

மன வடுவைக் கையாளக் கூடிய சிகிச்சை முறைகள்

1. சம்பவத்தை உடனேயே சொல்ல வைத்தல்
2. SRI - மருந்துகளை உபயோகித்தல் (மருத்துவரின் சிபார்சில்)
3. அறிகை நடத்தைச் சிகிச்சை
4. NET - சம்பவ விபரிப்புச் சிகிச்சை
5. கண் அசைவுச் சிகிச்சை
6. குழுச் சிகிச்சை
7. குடும்ப சிகிச்சை
8. வெளிப்பாட்டுச் சிகிச்சை / ஆக்கத்திறன் சிகிச்சை
9. ஹிப்னோசிஸ்
10. தளர்வுச் சிகிச்சை

இவற்றில் சம்பவ விபரிப்புச் சிகிச்சையும், தளர்வுச் சிகிச்சையும் எமது நாட்டில் அதிக பயனைத் தந்துள்ளமை அவதானிக்கப்பட்டுள்ளது.

GTZ இனால் பயிற்றுவிக்கப்பட்ட ஆசிரிய உளவளத் துணையாளர்கள் சம்பவ விபரிப்புச் சிகிச்சை அளிப்பதற்கு விசேடமாகப் பயிற்றப்பட்டுள்ளார்கள்.

3. நெருக்கீடுகள் பிள்ளைகளின் கல்வியில் ஏற்படுத்தும் பாதிப்புகள்

3. நெருக்கீடுகள் பிள்ளைகளின் கல்வியில் ஏற்படுத்தும் பாதிப்புகள்	26
3.1 கல்விச் செயற்பாடு	26
3.2 கல்விச் செயற்பாட்டில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் காரணிகள்	28
3.3 கல்விச் செயற்பாடுகளில் ஏற்படக்கூடிய பாதிப்புகள்	31
3.4 உதவுவதற்கு எடுக்கக்கூடிய நடவடிக்கைகளும் பெறக்கூடிய பயன்களும்	33

3.1 கல்விச் செயற்பாடு

முழுமையான நிறைவு பெற்ற வாழ்க்கைக்கு
ஆயத்தப்படுத்துவதே கல்வியின் நோக்கம்"
- டி. எஸ். பெருமாள்

கல்வி என்பது பிள்ளைகளின் எதிர்காலத்தைக் கருத்திற் கொண்டு வாழ்க்கைக்குத் தயாராக்கும் நோக்கில் வழங்கப்பட வேண்டிய செயற்பாட்டுத் தொகுப்பாகும். கல்வியின் மூலம் அடையப்பட வேண்டிய பல்வேறு குறிக்கோள்கள் தேசியரீதியில் முன்வைக்கப்பட்டுள்ளன. தேசிய ஐக்கியத்தைக் கட்டியெழுப்புவதல், சுயநிறைவு பெறும் வகையிலான வேலைவாய்ப்புக்கள் பலவற்றை ஏற்படுத்துதல், பொதுவான சமூக நீதி பேணப்படுதல், நிலைபேண்தகு வாழ்க்கைக் கோலத்தைக் கட்டியெழுப்புவதல், மனித வள அபிவிருத்தியில் அனைவரும் பங்கேற்கும் வாய்ப்பை உருவாக்குதல், நாட்டைக் கட்டியெழுப்பும் பணியில் துடிப்புடன் பங்கேற்றல், சவால்களுக்கும் மாற்றங்களுக்கும் முகங்கொடுத்தல், சிக்கலான சந்தர்ப்பங்களுக்கு முகங்கொடுத்தல், சமூகத்தில் கௌரவமான ஓர் இடத்தினைப் பெறுதல் என்பன அக்குறிக்கோள்கள் ஆகும். கல்வியினால் பொதுவான ஓர் ஒழுக்கம், தீர்மானங்களை மேற்கொள்ளும் வன்மை, சமூகப் பொறுப்புக்கள் தொடர்பான விளக்கம் என்பன உருவாக்கப்பட வேண்டுமென்று எதிர்பார்க்கப்படுகின்றது.

21ஆம் நூற்றாண்டிற்கான கல்வி பற்றிய அனைத்துலக ஆணைக்குழு, "இந்நூற்றாண்டிற்கான சமூகத்தை உருவாக்கும் பணியில் கல்வியானது அறிந்து கொள்வதற்காகக் கற்றல், இணைந்து வாழ்வதற்காகக் கற்றல், குறிப்பிட்ட ஒன்றை ஆற்றுவதற்காகக் கற்றல், ஆவதற்காகக் கற்றல் ஆகிய விடயங்களில் ஆக்கபூர்வமான பொறுப்புமிக்கதாகக் காணப்பட வேண்டும்" எனக் கூறியுள்ளது.

கல்வியின் குறிக்கோள்களை அடைவதற்காக வாழ்க்கையின் பல்வேறு சந்தர்ப்பங்களிலும் பொதுவான தேர்ச்சிகள் அவசியமாகின்றன. பாடசாலைகளின் முக்கிய பணியாகத் தேர்ச்சிகளை அடைவதற்கான அனுபவங்களைப் பிள்ளைகளுக்கு வழங்குவது அவசியமானதாகின்றது. தேர்ச்சிகள் அறிவு, திறன், மனப்பாங்கு என்பவற்றின் இணைந்த வெளிப்பாடாகும். கல்வியின் மூலம் அடையப்பட வேண்டிய தேர்ச்சிகளாகத் தொடர்பாடல் சார்ந்த தேர்ச்சிகள், சமூக உயிரியல், பௌதீக, சுற்றாடல் தொடர்பான தேர்ச்சிகள், நல்லொழுக்கத்திற்கும்

சமயத்திற்கும் ஏற்புடைய தேர்ச்சிகள், விளையாட்டுக்கள் மற்றும் ஓய்வு தொடர்பான தேர்ச்சிகள், கற்றலுக்காகக் கற்றல் தொடர்பான தேர்ச்சிகள் என்பன முன்வைக்கப்பட்டுள்ளன.

கல்வியின் விளைவாகப் பிள்ளைகளிடம் உளம் பயிற்றுவிக்கப்படுதல், விவேகத் திறன் விருத்தி, அறிவு மேம்பாடு, தொடர்பு சாதனஞ்சார் திறன் விருத்தி, படைப்பாற்றல் மேம்பாடு, விருப்புக்குரிய தொழில்சார் திறன் விருத்தி, சமூக சேவை செய்யும் வகையிலான தன்னம்பிக்கை உருவாக்கம், ஒத்துழைப்புடன் ஏனையோருடன் பணிபுரியும் திறன் விருத்தி, சிறந்ததொரு நடத்தைக் கோலத்தைப் பேணுதல், பயனுள்ள பணிகளில் ஈடுபடுதல் என்பன ஏற்படுத்தப்பட வேண்டுமெனச் சமூகம் எதிர்பார்க்கின்றது. பிள்ளைகளிடம் முழுமையான தோர் ஆளுமை விருத்திக்குரிய அனுபவங்களே இங்கு வேண்டப்படுகின்றன.

கல்வி என்பது பல்வகைப்பட்ட அனுபவங்களைப் பாடசாலை எனும் சமூக அமைப்பு மூலம் வழங்குகிறது. "அனுபவங்களை அனுபவங்களால் அனுபவங்களினூடாக அளிப்பதாகக் கல்வி அமைய வேண்டும்" என்று ஜோன் டீயி கூறியுள்ளார்.

கல்விச் செயற்பாடுகளில் கற்றல் என்பது மனித நடத்தைக் கோலங்களில் நிகழும் ஓரளவு நிரந்தரமான மாற்றம் என்று கூறப்படுகின்ற போதிலும் நன்மை பயக்கும் நடத்தையினை ஏற்படுத்துதலே சிறந்த கற்றலாக அமைகின்றது. கற்றலின் போது எதிர்பார்க்கப்படும் அறிவுக்கோலங்கள், திறன் சார்ந்த கோலங்கள், மனப்பாங்குசார் கோலங்கள் என்பனவற்றுக்குப் பொருத்தமான தொடர்புகளாலான வலைப்பின்னல்கள் மூளையில் உருவாக்கப்படுகின்றன.

உகந்த அனுபவங்களைத் தெரிவு செய்தல், அவற்றை ஒழுங்குபடுத்துதல், பிள்ளைகளிடம் சமர்ப்பித்தல், அவர்களின் கவனத்தை அங்கு ஈடுபாடு கொள்ளச் செய்தல், பிள்ளைகளின் பங்குபற்றுதலை உறுதிப்படுத்துதல் போன்ற பணிகள் செவ்வனே நிறைவு செய்யப்படும் போது அங்கு சிறந்த கற்றல் இடம்பெற முடியும். ஆசிரியர், மாணவரிடையே நேயமான புரிந்துணர்வு இருக்குமாயின் அங்கு கற்பித்தல் மட்டுமன்றிக் கற்றல்-கற்பித்தல் செயற்பாடுகள் ஒருமித்து நிகழ முடியும். அதிபர், ஆசிரியர்கள், மாணவர்கள், ஏனைய சேவையாளர்கள் ஆகியோரிடத்தே இடம்பெறும் சிறந்த அன்பு மிக்க தொடர்பாடல் பாடசாலையை உன்னத சூழலாக மிளிரச் செய்யும்.

கற்றல் செயற்பாடுகளில் இடர்பாடுகள் ஏற்படும் நிலைமைகள் கருத்தூன்றிக் கவனிக்கப்பட வேண்டியவையாகும். பிள்ளைகளின் உடல் உளப் பிரச்சினைகள் கல்விச் செயற்பாடுகளில் தடைகளையும் பின்னடைவுகளையும் ஏற்படுத்தும் அதேவேளை கல்விச் செயற்பாடுகளில் விரும்பத்தகாத தலையீடுகள் பிள்ளைகளில் உடல் உளப் பிரச்சினைகள் உருவாகவும் காரணமாக அமைகின்றன.

கல்வி வழங்கும் சமூக நிறுவனமான பாடசாலைகளில் பணிபுரியும் அனைத்துச் சேவையாளர்களும் கல்வியின் விளைவாக மாணவர்கள் உச்சப் பயனை மகிழ்ச்சியான சூழலில் பெற்றக் கொள்ள வேண்டுமென்பதையே நோக்கமாகக் கொள்வது அவசியமாகின்றது.

கல்விச் சடங்களிலும் வாழ்க்கையிலும் ஆற்றப்படுகின்ற பணியின் உள்நோக்கம் நோக்கம் அதன் வழி உள்நோக்கம் அடையவும் ஆற்றும் அனுபவித்தலும் அடையவும் அப்பணியின் பேற்றால் சமூகம் அடையும் உள்நோக்கம் நோக்கம் அறிவு பெறுதலுமாகும்"

அல்பேட் ஜெர்ஸ்காள்

"ஆசிரியர்கள் அனைவரும் சமூகத்தின் சிவந்த பொறுப்பு வாய்ந்த பிரதான அங்கத்தினர். ஏனெனில் அவர்களது தொழில் சார்ந்த முயற்சிகள் சமூகத்தின் விருந்தினர் தீர்மானிக்கும் சக்தி வாய்ந்தவை"

- ஹெலன் கல்கென்

மேலே கூறப்பட்ட கருத்துகளும் இது தொடர்பாக முக்கியத்துவம் பெறுபவையாக உள்ளன.

3.2 கல்விச் செயற்பாட்டில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் காரணிகள்

கல்விச் செயற்பாடுகள் என்னும் போது கவனம், புலக்காட்சி பெறுதல், ஞாபகம், எண்ணக்கரு விருத்தி, கற்றல், கற்றலின் இடமாற்றம், படைப்பாற்றல், பிரச்சினை தீர்த்தல், தொடர்பாடற்றிறன், தலைமைத்துவம், இணைபாடவிதானச் செயற்பாடுகளில் ஈடுபாடு போன்ற ஆளுமை வளர்ச்சிக்கான கூறுகள் யாவும் கவனத்தில் எடுக்கப்பட வேண்டியவையாகும்.

கவனம் என்னும் போது சூழலில் இருந்து பெறும் தூண்டிகளுள் சிலவற்றை எமது புலன்கள் தேர்ந்தெடுத்து ஏற்றுக் கொள்ளுதல் எனக் கருதப்படுகின்றது. கவனத்தில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் பல காரணிகள் உள்ளன. கவர்ச்சியான நிறங்கள், ஒளி, ஒலி என்பவற்றின் கூடிய செறிவு, உயரமான, பெரிதான பொருள்களும் இடங்களும், இயங்கிக் கொண்டு அல்லது மாறிக் கொண்டிருக்கும் அதாவது அசைவு நிலையைக் காட்டும் பொருள்கள், திரும்பத் திரும்ப நிகழும் நிகழ்வுகள், புதுமையான விடயங்கள், முரண்பாடுடைய பொருள்கள் அல்லது சம்பவங்கள், விருப்புக்குரிய விடயங்கள், பரிசயமான பொருள்களும் சம்பவங்களும்

தேவைகளும், நனவிலி ஊக்கல் நிலை, நல்ல ஆளுமை இயல்புகள் என்பன கவனத்தை அதிகரிக்கச் செய்கின்றன. மாற்றமின்றித் தொடரும் பொருள்களும் சம்பவங்களும் களைப்பு, மறை உணர்வுநிலைகள் என்பனவும் கவனத்தைக் குறைப்பனவாகும்.

புலனுணர்ச்சிகளுக்கு மூளையில் அளிக்கப்படும் விளக்கமே புலக்காட்சியாகும். புலக்காட்சியில் பொருளின் அளவு, வடிவம், மாறாத் தன்மை, அமைவுக் கோலங்கள், பொருள்களின் பின்னணியின் தன்மை, புறத்தூண்டிகளின் காட்சி என்பனவும் எதிர்பார்ப்பு, விழுமியம், அனுபவம், மனப்பாங்கு, தேவை, பெறப்பட்ட கருத்தேற்றங்கள் என்பனவும் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன. சில அகவயக் காரணிகள் சரியான புலக்காட்சிக்குத் தடையாக அமைவதால் கற்றலில் இடர்பாடு ஏற்படுகின்றது.

ஞாபகம் கற்றற் செயற்பாட்டில் முக்கிய இடம் பெறுகின்றது. ஞாபகச் செயற்பாட்டில் தகவல்களைப் பெறுதல், பதிவு செய்தல், மீளப் பெறுதல் என்ற செயற்பாட்டுக் கூறுகள் இடம்பெறுகின்றன. உடனடி ஞாபகம், குறுங்கால ஞாபகம், நீண்ட கால ஞாபகம் என இது வகைப்படுத்தப்படும். தோமஸ், HA றொபின்சன், பேர்க் போன்றோரின் PQRSST அணுகுமுறை மூலம் நூலுருவிலுள்ள தகவல்களைப் புரிந்து கொண்டு ஞாபகப்படுத்தற் செயற்பாட்டை அதிகரிக்கலாம். கற்றலையும் இலகுபடுத்த இது உதவும்.

P-Preview (முற்காணுகை):- மேலெழுந்தவாரியாக வாசித்தல், அட்டவணைகள், தரவுகளைப் பார்த்தல், முடிவின் சாராம்சத்தை வாசித்தல் மூலம் விடய ஒழுங்கமைப்பைப் பெறுதல்.

Q-Question (வினாவாக்கல்):- விடயத்திலுள்ள பிரதான பகுதிகளையும் விடயத் தலைப்புக்களையும் வினாக்களாக மாற்றி அமைத்து விடை காணும் விதத்தில் படித்தல்.

R-Read (வாசித்தல்):- வாசிக்கும்போதே பிரதான கருத்துக்களை அறிந்து கொள்ளும் வகையில் குறிப்பெடுத்தல்.

S-Self recitation (ஒப்புவித்தல்):- விடயத்தை வாசித்தபின் முக்கிய தகவல்களைத் தனக்குத் தானே உரத்தோ அல்லது அமைதியாகவோ சொல்லிக் கொள்ளுதல்.

T-Test:- படித்து முடித்தபின் சாராம்சத்தை மீண்டும் படித்தல் மூலம் பதிவு செய்தல்.

எண்ணக்கருவாக்கம் என்பது பொருள்களிலும் விடயங்களிலும் காணப்படும் பண்புக் கூறுகளைப் பண்பு பிரித்தறிதல், பொதுமைப்படுத்தல் ஆகிய செயற்பாடுகளுக்குள்ளாக்கிக் கருத்து நிலைப் பொருளைப் பெறுதல் எனலாம். எண்ணக்கருக்களைப் பெற்று அவற்றைத் திரளமைப்புக்களாக வளர்க்கும் திறனையே சிந்தனை வளர்ச்சி எனப் பிஜாஜே குறிப்பிட்டுள்ளார்.

கற்றல் இடமாற்றம் எனப்படுவது ஒரு சந்தர்ப்பத்தில் பெறப்பட்ட அறிவு, திறன், மனப்பாங்கு என்பன இன்னொரு சந்தர்ப்பத்தில் பெறப்படும் அறிவு, திறன், மனப்பாங்கு என்பவற்றின் அளவில் செல்வாக்குச் செலுத்துதலாகும். பிள்ளையின் தனியாள் வேறுபாடு, கற்கும் விடய இயல்புகள், கற்கும் விதம், கற்ற அளவு, பெற்ற பயிற்சி என்பன கற்றல் இடமாற்றத்தில் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன.

படைப்பாற்றல் என்பது ஒருவர் தனது சிந்தனையினூடாகச் சிறப்பான வழிகளைக் கையாண்டு குறிப்பான பிரச்சினைகளைத் தீர்க்கும் ஆற்றல் எனலாம். படைப்பாற்றல் விரிசிந்தனையின் இயல்புகளைக் கொண்டது. ஒருவர் பிரச்சினையை எதிர்கொள்ளும்போது அப்பிரச்சினையின் தீர்வு தொடர்பான செயற்பாடுகளில் படைப்பாற்றலைக் காணமுடியும். கற்றலும் படைப்பாற்றற் திறனும் தொடர்பு மிக்கதாகவே அமைந்துள்ளன.

"உத்திரம் சிந்தனை, கலைய உணரும் அழகுநர்ச்சி,
இரக்க சிந்தனை, படைப்பாற்றல் ஆகியன ஒருவரிடத்தே
வறத் துறை செய்வதே கல்வியாகும்"
என்று இரவீந்திரநாத் தாகூர் கூறியுள்ளார்.

பிரச்சினையை இனங்கண்டு தீர்க்கக்கூடிய பல்வேறு வழிகளைத் தேடி அவற்றினால் கிடைக்கக்கூடிய பயன்களை மதிப்பிட்டுப் பொருத்தமான தீர்விற்கு வருதலே பிரச்சினை தீர்க்கும் வழியாகும்.

சிறந்த தொடர்பாடலின் கூறுகளாக உடனிருத்தல், உற்றுக் கேட்டல், ஒத்துணர்வுப்பதில் கூறுதல், வன்முறையற்ற சொல், செயல் பிரயோகம், உறுதியான கருத்து வெளிப்பாடு என்பன அமைகின்றன. கற்றல் - கற்பித்தற் செயன்முறையில் மட்டுமன்றிப் பாடசாலையின் அனைத்துச் செயற்பாடுகளிலும் தொடர்பாடற் தேர்ச்சி அனைவருக்கும் முக்கியமான தொன்றாகும்.

குழலுடன் பொருத்தப்பாடு பெறுவதைத் தீர்மானிக்கும் ஒருவருடைய முழுமையான அம்சங்களை ஆளுமை எனலாம். ஆளுமையில் தோற்றம், நுண்மதி, உளச்சார்பு, மனப்பாங்கு, கவர்ச்சி, சமூக இயைபு, உணர்வு வெளிப்பாட்டு முதிர்ச்சி போன்ற பல்வேறு கூறுகளைக் காணலாம். பிள்ளையின் கற்றற் செயற்பாடுகளில் பிள்ளையின் ஆளுமையும் ஆசிரியரின் ஆளுமையும் அதிக செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன.

"உத்திரம் இரக்கம் இயற்கை, அறிவு, அழகம், உடவுள்
ஆகியவற்றுடன் இசைந்து தொடர்பு கொள்ளச் செய்வதாகும்"
என்பது புரோபல் எஃப்.பிரிவு கூற்று.

இணைபாடவிதானச் செயற்பாடுகளாகிய விளையாட்டு, ஆடுதல், பாடுதல், நடித்தல், வரைதல், புத்தாக்கம் போன்ற செயற்பாடுகள் பாடவிதானச் செயற்பாடுகளுடன் இணைந்த வகையில் இடம்பெறுகின்றன. நூற்கல்வியுடன் செயற்பாட்டுக் கல்வியும் முக்கியத்துவம் பெறுகின்றது.

இத்தகைய கல்விச் செயற்பாட்டு அம்சங்கள் யாவும் நிறைவான கல்விச் செயற்பாடுகளில் பெரும் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. இத்தகைய அம்சங்களுடன் குடும்பம், அயல், பாடசாலை, நண்பர் குழு, சமூகம், நோய் நிலைமைகள், பண்பாட்டம்சங்கள், வெகுசனத் தொடர்பு சாதனங்கள், பொருளாதார நிலைமை, அங்கவீனம் போன்ற குறைபாடுகள் என்பனவும் பிள்ளைகளின் கல்விச் செயற்பாடுகளில் அதிக செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன. இவை பிள்ளைகளின் ஆளுமையில் செல்வாக்குச் செலுத்துவதனால் கற்றலிலும் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன.

3.3 கல்விச் செயற்பாடுகளில் ஏற்படக்கூடிய பாதிப்புகள்

கற்றலில் இடர்ப்படுதல், கற்றல் அடைவு மட்டம் குறைதல் என்பன நாம் பொதுவாக உதவி தேவைப்படும் பிள்ளைகளிடம் காணுகின்ற பிரச்சினைகளாகும். சாதாரணமாக உளத்தாக்கங்கள் ஆரோக்கியமான எவருக்கும் ஏற்படலாம். உளத்தாங்கு திறனுக்கு ஓர் எல்லையுண்டு. பிள்ளைகளில் ஏற்படும் உளத்தாக்கங்கள் அவர்களின் வயது, உடல் வளர்ச்சி, உளவிருத்தி, சமூக விருத்தி, அறிவாற்றல் முதிர்ச்சி என்பவற்றிலும் தங்கியுள்ளன. உளத்தாக்கங்கள் பிள்ளைகளின் வயது, விருத்தி என்பவற்றிற்கேற்பப் பருவங்களை அடைப்படையாகக் கொண்டு அறிகுறிகளைத் தோற்றுவிக்கின்றன. பெரும்பாலான உளத்தாக்கங்கள் விரைவில் விலகக் கூடியனவும் இலகுவில் கையாளக் கூடியனவுமாகும். உதவி வழங்குதல் மூலம் மீண்டும் ஆரோக்கிய நிலை பேணப்படக்கூடியனவுமாகும்.

பிள்ளைகள் தம்மை அழுத்தும் சம்பவங்களினால் ஏற்படும் பிரச்சினைகளுக்கு முகங்கொடுக்க முடியாத நிலையிலுள்ள போதே நெருக்கீடு உருவாகின்றது. இப்பிரச்சினைகளைத் தடுப்பதன்மூலம் அல்லது குறைப்பதன் மூலம் நெருக்கீட்டினால் ஏற்படும் விளைவுகளைக் குறைத்துக் கொள்ள முடியும். இத்தகைய சம்பவங்களினால் ஏற்படும் குழப்பமான, கவலையான, கோபமான மறை உணர்வு நிலைகளும் உயர்வான உணர்வு வெளிப்பாட்டு நிலைகளும் கவனம் வீழ்ச்சியுறுவதற்கும் கற்றலில் இடர்ப்படுவதற்கும் காரணமாக அமைகின்றன.

மறை உணர்வுகளை ஏற்படுத்திய அனுபவங்கள் காரணமாக ஏற்பட்ட பக்கச் சார்பான நிலை, மறையான எண்ணங் கொண்ட உள்பாங்கு என்பன தவறான புலக்காட்சிக்கும் தவறான எண்ணக்கருவாக்கத்திற்கும் இடமளித்துக் கற்றல் இடர்ப்பாட்டினை ஏற்படுத்துகின்றன.

பிள்ளைகளில் ஏற்படும் உளத்தாக்கங்கள் பொதுவாக உணர்வு சார்பாகவும் நடத்தை சார்பாகவும் அறிகை சார்பாகவும் உறவாடல் சார்பாகவும் ஆன்மீகம் சார்பாகவும் சமூகம் சார்பாகவும் வெளிப்படுத்தப்படுகின்றன. நெருக்கீடுகள் உடல் நிலையில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்துவது போல் உணர்வுச் சமநிலையிலும் பாதிப்பை ஏற்படுத்துகின்றன. காரணமின்றிய கோபம், தேவையற்ற குற்ற உணர்வு, அதீத பயம், தொடர்ச்சியான கவலை, ஆக்ரோஷம் தொடரும் இழுவிரக்கம் போன்ற உணர்வுசார் வெளிப்பாடுகளாக இவை இருக்கலாம். இதனால் கருத்தூற்றலில் குறைபாடு, தன்னம்பிக்கை குறைதல், உதவியின்றிய நிலையில் கவனக் குறைவு என்பன காரணமாகக் கற்றலில் அடைவு மட்டம் குறைகின்றது.

உணவுப் பழக்கம், நித்திரை கொள்ளும் இயல்பு என்பவற்றில் மாற்றம் ஏற்படுதல், இலகுவில் அழுதல், அதீத செயற்பாடுகள், வலிந்து சண்டையிடுதல், வன்முறைகளில் ஈடுபடுதல், பாடசாலைக்கு வருவதாகக் கூறி வேறிடம் செல்லுதல், கூறப்படுவதற்கு எதிர்மாறாகவே நடந்து கொள்ளுதல், தீய பழக்கங்களுக்கு அடிமையாதல் ஆகிய நடத்தைசார் வெளிப்பாடுகளாகவும் இவை அமையலாம்.

மனதை ஒருமுகப்படுத்த முடியாமை, ஞாபக மறதி, கிரகித்தல் ஆற்றல் குறைவு, கற்றலில் இடர்ப்படுதல், கல்வியில் பின்னடைதல், தொடர் சிந்தனை மயப்படுதல் போன்ற அறிகைசார் வெளிப்பாடுகளையும் பிள்ளைகளிடையே காணலாம்.

சில பிள்ளைகள் ஏனையோருடன் உறவாடுதலில் சிரமப்படலாம். அதாவது உடன்பாடினமை, புரிந்துணர்வின்மை, எதற்கும் தர்க்கப்படுதல், சிறிய தீர்மானங்களை எடுக்கவும் மற்றவர்களில் தங்கியிருத்தல், ஆதரவைப் பெறுவதற்காக மற்றவர்களில் தங்கியிருத்தல் போன்ற இயல்புகளையும் வெளிப்படுத்தலாம்.

கடவுளை மறுதலித்தல், சமூகத்துடன் அந்நியோன்னிய உறவுகளைப் பேண முடியாமை, அத்தகைய உறவுகளைத் தவிர்க்க முயலுதல், தனிமைப்படுதல், சமூகத்தில் வெறுப்புணர்வைப் பிரதிபலித்தல் போன்ற வெளிப்பாடுகளை இழப்புக்களைச் சந்தித்த பிள்ளைகளிலும் காணலாம்.

பாடசாலைப் பிள்ளைகளில் நெருக்கீட்டுச் சம்பவங்களினால் ஏற்பட்ட பாதிப்புக்கள் குணங்குறிகளாகவோ நிதானம் செய் நோய் நிலமைகளாகவோ வெளிப்படலாம். நிதானம் செய் நோய் நிலமைகள் மிதமான உளநோய்களாகவோ அல்லது பாரிய உளநோய்களாகவோ வெளிப்படலாம்.

3.4 உதவுவதற்கு எடுக்கக்கூடிய நடவடிக்கைகளும் பெறக்கூடிய பயன்களும்

நெருக்கீடுகளினால் பாதிப்புற்ற பிள்ளைகளுக்குப் பாடசாலையின் சாதாரண நடைமுறைகளினூடாகவும் உதவி வழங்கப்பட முடியும். காலைக் கூட்டங்களில் நற்சிந்தனைகளையும் சாந்தவழிப் பயிற்சிகளையும் அனைவருக்கும் வழங்கலாம். வகுப்பு ரீதியாகவும் கூட இப்பயிற்சிகளைப் பாட ஆரம்பத்தில் பாட ஆசிரியர்கள் வழங்குவதனால் பிள்ளைகள் இறுக்கமான நிலையிலிருந்து விடுபட்டுத் தளர்வு நிலையை அடையவும் மனதை ஒருமுகப்படுத்தவும் கிரகித்தல் மற்றும் ஞாபக சக்தியை அதிகரிக்கவும் செய்து கற்றலை மேம்படுத்த முடியும்.

பாடசாலைக்குப் பிந்தி வரும் பிள்ளைகளும் வருகைதர மறுக்கம் பிள்ளைகளும் கரிசனையுடனான பிரச்சினைகளைக் கேட்டறிதல் மூலம் அப்பிரச்சினைகளிலிருந்து விடுபடவும் பிரச்சினைகளை இலகுவடுத்தி வழிமுறைகளை மாற்றிக் கொள்ளவும் முயலும் தன்மையைப் பெற முடியும். இதற்கு அதிபர் மற்றும் அனைத்து ஆசிரியர்களின் ஒத்துழைப்பு அவசியமாகின்றது.

நல்ல ஆளுமைப்பண்புகளை வெளிப்படுத்தும் வெற்றி வெற்றி விளையாட்டுக்கள், திட்டமிட்டு நெறிப்படுத்திய விளையாட்டுக்கள், பாடுதல், ஆடுதல், நடித்தல், வரைதல், இயற்கையை இரசித்தல், கவிதை எழுதுதல், கதை எழுதுதல் போன்ற படைப்பாக்கச் செயற்பாடுகள் ஆகிய இணைபாடவிதானச் செயற்பாடுகளின் மூலம் பிள்ளை தன்னை அறிந்து கொள்ளவும் தனது எண்ணங்களையும் உணர்வுகளையும் வெளிப்படுத்தவும் சந்தர்ப்பங்கள் கிடைக்கின்றன. இத்தகைய வாய்ப்புக்களை வழங்கி அதிபரும், ஆசிரியர்களும் பயனை உணர்ந்து செயற்படுத்துவது பிள்ளைகளின் முழுமையான விருத்திக்கு உதவும் செயற்பாடாக அமைகின்றது.

'தன்னைத்தானே அறிய உதவுவது கல்வியாகும்' என்றார் - பிளேட்டோ.

மனித உடல், உள்ளம், ஆன்மா, இதயம் என்பவற்றை ஒருமித்து விருத்தி செய்வதே கல்வியின் பயனாகும் என்று கூறினார் மகாத்மா காந்தி.

நெருக்கீட்டுச் சம்பவங்களினால் பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளைகள் கற்றலில் அடைவு மட்டம் குறைந்து காணப்படும் நிலையிலும் அசாதாரண வெளிப்பாடுகளைக் காட்டும் நிலையிலும்

பாடசாலைகளில் அதனை நிவர்த்தி செய்யத் தண்டனை வழங்கப்படுமாயின் அதன் விளைவாகவும் மேலும் அடைவு மட்டம் குறைகின்றது. இதனால் மேலும் தண்டனை அதிகரிக்கப்பட அடைவு மட்டம் மிகவும் குறைந்த நிலைக்குச் செல்கின்றது. இத்தகைய நச்சவட்டத்தை உடைக்கக் கூடிய ஆசிரியர்களின் தேவை இங்கு அவசியமாகின்றது. நச்சவட்டத்தை உடைத்துப் பிள்ளைகளை மீட்டு எடுக்கச் சீர்மிய ஆசிரியர்களினால் முடியும்.

கற்றல் அடைவு மட்டத்தை உயர்த்தக் கற்பித்தற் செயற்பாடுகளை மாற்றியமைத்தல், இடர்பாடான சூழலை அறிந்து கொள்ளுதல், சூழலை மாற்றியமைத்தல், வெகுமதி, பாராட்டுக்களை வழங்குதல், மறையான சந்தர்ப்பங்களில் கண்டு கொள்ளாமை, பிள்ளைகளுக்குப் பிடித்தமான விடயங்களுடன் நிபந்தனைப்படுத்தல் போன்ற பல்வேறு வழிமுறைகள் உள்ளன. அவற்றைப் பயன்படுத்த யாவரும் முன்வர வேண்டும். மேலும் உதவி தேவைப்படின் சீர்மிய ஆசிரியரிடம் வழிப்படுத்துதல், அவசியமாயின் மருத்துவ உதவி பெற வழிப்படுத்துதல் என்பனவற்றை அனைத்து ஆசிரியர்களும் மேற்கொள்ளலாம்.

சீர்மிய ஆசிரியருடன் சீர்மியநாடியான உதவி தேவைப்படும் பிள்ளை நம்பிக்கையுடனான உறவை ஏற்படுத்தித் தனது பிரச்சினைகளை வெளிப்படுத்தி ஆறுதல் பெறமுடிகின்றது. உணர்வுகளை வெளிப்படுத்த முடிகின்றது. இலக்கு நோக்கிய உரையாடல்களை மேற்கொள்ள முடிகின்றது. சீர்மியப் படிநிலைகளின் ஊடாகப் பிரச்சினைகளிலிருந்து தன்னை விடுவித்து நம்பிக்கையுடன் வாழ்க்கையின் நாளாந்தச் செயற்பாடுகளைத் தொடர முடிகின்றது. பாடசாலை உளவளத்துணைச் சேவையைப் பிள்ளை பெற்றுக் கொள்ளும் வகையில் சந்தர்ப்பங்களைப் பாடசாலைக் கல்விச் செயற்பாடுகளின் ஊடாகவும் கல்விச் செயற்பாடுகளுக்குப் புறம்பாகவும் வழங்கி உதவுவதும் பிள்ளைகளின் கல்வி அடைவு மட்டத்தை அதன் மூலம் உயர்த்துவதும் முழுமையான விருத்தியை ஏற்படுத்துவதும் அதிபர், ஆசிரியர்களின் மிக முக்கிய பணியாகின்றது.

4.ஆசிரியர்களும் உளவளத்துணைச் செயற்பாடும்

4. ஆசிரியர்களும் உளவளத்துணைச் செயற்பாடும்	38
4.1 அறிமுகம்	38
4.2 உளவளத்துணையாளர் தொிவு	41
4.3 உளசக்தி தீய்தலும், மிளசக்தி உருவாக்கலும்	43
4.4 தண்டனைகளும் உளவளத்துணையாளரும்	45
4.5 உளவளத்துணையாளர் வகிபங்கு	50

4. ஆசிரியர்களும் உளவளத்துணைச் செயற்பாடும்

4.1 அறிமுகம்

"அனைவருக்கும் கல்வி என்ற இலக்கை எட்டிவிட வேண்டும்" என்ற முனைப்பு முடுக்கி விடப்பட்ட நீண்ட காலத்தின் பின்னர்தான் உளவளத்துணையாளின் அவசியம் பற்றிய சிந்தனை கல்வியுலகில் பிரசவித்துள்ளது. காலங்கடந்து தோன்றினாலும், இது மாணவர்களை நன்னிலைப்படுத்திப் பிரகாசிக்கச் செய்யும் ஒளிக்கீற்று என்பதே உளவியலாளர்களின் கருத்தாகின்றது.

காலத்துக்குக் காலம் கல்வியியலாளர்களால் முன்வைக்கப்படுகின்ற ஆய்வுகளின் அடிப்படையில் இலங்கையின் கல்வித்துறையில் பல்வேறு மாற்றங்கள் கொண்டுவரப்பட்டன. ஆயினும் அவை முழு வீச்சில் பயன்பெறாமல் போனதையே கல்விப் பெறுபேறுகளும், இடைவிலகல்களும் சுட்டி நிற்கின்றன.

க.பொ.த.சாதாரணதரப் பரீட்சை - 2004 பற்றிய பரீட்சைத் திணைக்கள அறிக்கையின்படி, வடகிழக்கு மாகாணத்தின் 9 கல்வி மாவட்டங்களினதும் பெறுபேறு வருமாறு:-

கல்வி மாவட்டம்	தோற்றியோர் தொகை	சித்தி வீதம்
வவுனியா	2215	49.66
கல்முனை	4235	44.70
மட்டக்களப்பு	5549	43.12
யாழ்ப்பாணம்	10863	39.66
அம்பாறை	4339	39.27
மன்னார்	1323	38.02
திருகோணமலை	4733	37.86
முல்லைத்தீவு	1585	27.38
கிளிநொச்சி	1807	23.96

தேசிய சராசரி சித்தி வீதம் 45.04 ஆக இருக்க வடகிழக்கு மாகாணச்சித்தி வீதம் 38.18 ஆகக் காணப்படுகின்றது. உள்ளீடுகள் இருக்கின்ற போதிலும் வெளியீடுகளின் அளவும், தரமும் குறைவாகவே காணப்படுகின்றன. "போதிய ஆசிரிய வளங்களைக் கொடுத்தும் கல்வித்தரம் வீழ்ச்சியடைந்து கொண்டு போகின்றது" என்ற ஆதங்கத்தினை வடகிழக்கு மாகாணக்கல்வி, மற்றும் பண்பாட்டலுவல்கள் அமைச்சின் செயலாளர் திரு.ஆர்.தியாகலிங்கம்

அவர்கள் வெளிப்படுத்தியுள்ளார். 2006 பெப்பிரவரி 13ஆம் திகதிய வீரகேசரி பத்திரிகையில் வெளியான அவரது கருத்து வருமாறு:-

வடகிழக்கு மாகாணத்தில் நிலவும் ஆசிரியர் பற்றாக்குறை நிவர்த்திக்குக் கடந்த 3 வருட காலத்தில் 7 ஆயிரம் ஆசிரியர்கள் நியமிக்கப்பட்டுள்ளனர். நிலவும் ஆசிரியர் பற்றாக்குறைப் பிரச்சினைக்குத் தீர்வுகாணும் வகையில் இந்நியமனங்கள் வழங்கப்பட்டுள்ளன. ஆனாலும் தற்போதும் வடகிழக்கு மாகாணப் பாடசாலைகளில் கல்வித்தரம் பற்றிய பிரச்சினை வளர்ந்து கொண்டே வருகின்றது.

எனவே இப்பிரச்சினையை விடுவிப்பதற்காகக் கல்வியமைச்சு பல்வேறு திட்டங்களைக் கல்விப் பணிப்பாளர்களுடாகப் பாடசாலை அதிபர்களுக்கும், ஆசிரியர்களுக்கும் வழங்குகின்றது. பெறுபேற்றினை உயர்த்த வேண்டும் என்ற காரணத்தினால், மாணவர்களது ஓய்வு, மற்றும் மேலதிக நேரங்களிலும், விடுமுறை காலங்களிலும் வகுப்பறைசார் கற்றலுக்கான அதிஅழுத்தங்கள் பிரயோகிக்கப்படுவதைக் கண்கூடாகக் காணுவதோடு " லீவிலையும் எங்கட ஸ்கூல்ல எக்ஸ்றா கிளாஸ் வைக்கிறனாங்கள்" எனப் பெருமையுடன் மேலிடத்தில் முன்வைக்கின்ற அதிபர்களது பேச்சினையும் செவிமடுக்க முடிகின்றது.

பாடசாலையில் வழங்கப்படுகின்ற கற்றலென்பது, பாட அலகு சார்ந்த விடயத்தோடு மட்டுமல்லாது, மாணவன் சுயமாக வாழத்தக்க நிலையை ஏற்படுத்துகின்ற கற்றலாகவும் அமையவேண்டும். எனவே, ஒரு ஆசிரியர் "நான் கற்பித்து முடிக்க வேண்டும்" என்ற முனைப்பைத் தவிர்த்து, பிள்ளை கற்கின்ற நிலைமையை எவ்வாறு உருவாக்கலாம்? அதற்கு எவ்வகையில் வழிகாட்டலாம்? என்ற நினைப்புடன் செயற்படுவது பயனுள்ளதாகும்.

அவ்வகையில், மாணவர்களது மனங்களையும் திரும்பிப் பார்க்கின்ற உள்பாங்கு அதிபர், ஆசிரியர்களுக்கு அவசியமாகின்றது. பெரும்பாலும் வறுமை, பெற்றோர்-பிள்ளை, கணவன்-மனைவி, ஆசிரியர்-மாணவர் ஆகிய உறவுகளுக்கிடையேயான உறவுச்சிக்கல் போன்ற உளசமூகப் பிரச்சினைகளின் பிரதிபலிப்பாகவே மாணவர்களது வருகையின்மையும், ஒழுங்கீனமும் காணப்படுகின்றன. இதனைத் தேசிய மட்டத்திலான ஆய்வொன்று உறுதிப்படுத்துகின்றது. அதன் பிரகாரம் பொருளாதார மேம்பாட்டுச் செயற்பாடுகளில் 4 இலட்சத்து 75 ஆயிரத்து 531க்கு மேற்பட்டோர் 15 வயதிற்குட்பட்ட சிறுவர்களாவர். வறுமை காரணமாகப் பாடசாலையில் இருந்து இடைநடுவில் விலகுகின்ற மாணவர்களில் சிறுமிகளே பெருமளவில் வேலைக்கமர்த்தப்படுகின்றனர். அடிப்படைத் தேவைகள் பூர்த்தி அடையாமலும், உளசமூகப் பிரச்சினைகளின் தாக்கங்களினாலும் பாதிக்கப்பட்ட பல மாணவர்கள் இனங்காணப்பட்டுள்ளனர். இவர்கள் மீண்டெழுவதற்கு ஏற்ற நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளாத போது கற்றலுக்குரிய ஆர்வமும், உத்வேகமும் ஏற்பட முடியாதென்பதை அவர்கள் உணர்ந்து ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டியவர்கள் ஆகின்றனர்.

வடகிழக்கு மாகாணங்களின் கல்வித்தரம் கடந்த இரு தசாப்தங்களாக வீழ்ச்சியடைந்து கொண்டு வருவதற்கான காரணங்கள் பலவற்றை முன்வைத்த போதிலும், "கொடூர யுத்தமும், இயற்கை அனர்த்தங்களும் அவை தொடர்பாக எழுகின்ற தொடர்பிரச்சினைகளுமே" காரணம் என உளவியல் ஆய்வாளர்கள் முன்வைக்கின்றனர். அவ்வகையில், "சின்னச் சின்னப் பிள்ளைகள்" எனும் பாடசாலை சார் உளசமூகச் செயற்பாடுகளுக்கான பயிற்சிக் கைநூலின் அறிமுகத்தில் பேராசிரியர் தயா சோமசுந்தரம் அவர்களது கருத்துப் பின்வருமாறு அமைகின்றது. "பெரும்பாலான சிறுவர்கள் இந்த யுத்த காலத்திலேயே பிறந்து, அழிவுகளையும், இறப்புக்களையும், குழப்பங்களையும் அனுபவித்து அதனூடாகவே வளர்ந்து வந்திருக்கின்றார்கள். அவர்களுக்கு வேறு உலகமே தெரியாது"

"போரால் அனர்த்தங்களால் ஏற்படுகின்ற நீண்டகாலப் பாதிப்புகளில் மிக வருந்தத்தக்கது; அறிவாற்றல் தொகுதியிலும், இயற்கையாக விளையாடி உறவுகொள்ளும் முறைகளிலும் பாதிப்புக்களை உருவாக்குவதாகும். அனர்த்தங்களின் பின்னர், எதிர்காலத்தைப் பற்றிய சிந்தனை, திட்டங்கள், இலக்குகள், குறிக்கோள்கள் அற்றுப் போகின்றன". இதனையே யுத்தப் பாதிப்புக்குட்பட்ட பிரதேசக் கல்விப் பெறுபேறுகளும் சுட்டிக்காட்டுகின்றன எனலாம். இதற்கு உதாரணமாகக் கோட்ட மட்டத்திலான பெறுபேறுகளை நோக்கலாம்.

கோட்டம்	சித்தி வீதம்
சங்கானை	45.4
மருதங்கேணி	33.7
நல்லூர்	30.4
பருத்தித்துறை	23.3
தெல்லிப்பழை	18.1
உடுவில்	15.8

யாழ்ப்பாண மாவட்டத்தில் தொடர்ச்சியான இடப்பெயர்வைச் சந்தித்த கோட்டங்களாகத் தெல்லிப்பழை, உடுவில் என்பன உள்ளன. சமூகக் கட்டமைப்பில் ஏற்பட்ட மாற்றங்களால் அவதியுற்று அங்கு வாழுகின்ற மக்களின் மனோநிலையும், வெளிப்பாடுகளும் அவர்தம் பிள்ளைகளிலும் செல்வாக்குச் செலுத்தியுள்ளதை அவதானிக்க முடிகிறது. இந்த இரு கோட்டங்களது வீழ்ச்சிகளும் இதனையே சுட்டி நிற்கின்றன எனலாம்.

அதுமட்டுமல்லாது, மாணவர்கள் மீதான பரீட்சைகளின் அழுத்தம், தண்டனை, போட்டிச் செயற்பாடுகளின் தாக்கம் என்பவற்றாலும் உள்ளீதியான நெருக்கீடுகளுக்கு அவர்கள் உள்ளாகின்றனர். இத்தகைய காரணங்களினாலேயே தலையிடி, வயிற்றுவலி போன்ற மெய்ப்பாட்டு முறைப்பாடுகளுடன் வைத்தியசாலைகளை நாடுவதுடன் தமக்குள் முரண்படுகின்றனர். மேலும், குமரப்பருவத்தினர் குழுக்களாகச் சமூக விரோதச் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுதல், மக்களுக்கெதிராகக் குறிப்பாக பெண்களுடன் சேட்டைகள் புரிதல், பெண்கள் மீதான வன்முறையிலீடுபடல், மது-போதைவஸ்துப் பாவித்தல், களவு,

துஷ்பிரயோகம், விபத்துக்குட்படுதல் தற்கொலைக்கு முயற்சித்தல் போன்றன அதிகரித்துள்ளன.

எனவே, யதார்த்த நிலையை அறிவார்ந்த ரீதியாகத் தெளிந்து, ஏற்ற நடவடிக்கையை உடன் மேற்கொள்ளாவிடின், வன்முறைசார் நெறிபிறழ் நடத்தையைக் காட்டுகின்ற மாணவர் சமுதாயத்தையே கல்விப்புலம் வெளித்தள்ளப்போகிறது. ஆகவே, ஆரோக்கியமான சமுதாயத்தை உருவாக்குவதாயின் இந்நிலையை "மாற்றியமைக்க வேண்டும்" என்ற எண்ணம் துளிர்ந்ததன் பின்னணியிலேயே பாடசாலைகளில் உளவளத்துணையாளரின் முக்கியத்துவம் உணரப்பட்டுள்ளது. அதிபர், ஆசிரியர்களும் இவர்களது சேவையின் தன்மையை அறிந்து கொள்ள வேண்டியவர்களாகின்றனர்.

அவர்கள் ஒவ்வொருவரும் மாணவருக்குப் பொருத்தமான உளவளத்துணைச் செயற்பாடுகளைக் கையாளக் கூடியோராகத் தேர்ச்சி பெற்றிருத்தல் நன்று. அவ்வகையில் ஆசிரியர்களை "வாண்மை சாரா சீர்மியர்கள்" எனவும், "மாணவர்களின் சமகால வாழ்வின் சந்தர்ப்பங்களில் இருந்து முகிழ்க்கும் உணர்வுகள் மீது கவனம் செலுத்துவதுடன் துணை வழங்கும் நடவடிக்கை ஆரம்பமாகின்றது" எனவும், பேராசிரியர் முனைவர் சபா ஜெயராசா அவர்கள் தனது "ஆபத்து விளிம்பிலுள்ள கற்போர்" எனும் நூலில் குறிப்பிடுகின்றார்.

மாணவர்களை அன்புடன் அணுகவும், பாதுகாப்பை வழங்கவும் அவர்கள் எவ்வகையான சூழலில் இருந்து வருகின்றனர்? எத்தகைய பாதிப்புக்கு உள்ளாகின்றனர்? அவற்றிற்குரிய காரணங்கள் எவை? அவற்றை இனங்காண்பது எவ்வாறு? கையாளக் கூடியவர்கள் யாவர்? நாம் எவ்வகையில் உதவலாம்? என்ற பல விடயங்களையும் தெரிந்து கொள்ள அதிபர் ஆசிரியர்களிடையே உளவியல் துறை பற்றியும், உளநோய்கள் பற்றியும் பொது அறிவு இருக்க வேண்டியது அவசியமாகின்றது.

உளக்கோளாறுகள் வயது, பால், மதம், இனம் என்ற வேறுபாடின்றி யாருக்கும் வரலாம். மேற்கூறிய நாடுகளில் 5 பேருக்கு ஒருவர் என்ற ரீதியில் 20% மானோருக்கு இக் கோளாறுகள் காணப்படுகின்றன. அதேவேளை போர் நடந்த, நடக்கின்ற நாடுகளில் 30% -40% உள்பிரச்சினை காணப்படுவதை பாதிக்கப்பட்டோரின் குரல் எனும் vivo சர்வதேச நிறுவனத்தின் ஆய்வு சுட்டிக்காட்டுகின்றது. உடலியல் சார்பாக எந்த நோயும் இல்லாத போதும் உடல் சார்ந்த முறைப்பாடுகளைக் கூறியவண்ணம் வெளிநோயாளர் சிகிச்சைக்கென வருபவர்களில் 30% மானவர்கள் உள்பிரச்சினைக்கு உள்ளானவர்களே எனப் பேராசிரியர் தயா சோமசுந்தரம் அவர்கள் குறிப்பிடுகின்றார்.

இத்தகைய நிலைமைகளுக்கான உளசமூகப் பிரச்சினைகளைக் கண்டறிந்து ஆரம்பத்திலேயே கையாளாது விடின் அவை பாரிய பிரச்சினையாக மாறக்கூடிய ஆபத்துக் காணப்படுகிறது. பெரும்பாலும் 2% மானோர் பாரிய உளநோய்க்குட்பட்டு விசேட நிபுணரின் உதவி

நாடவேண்டியோராகின்றனர். 80% பிரச்சினைக்குரியவர்களை முறையான கையாள்கையினால் இயல்பு நிலைக்கு மீட்டெடுக்க முடியும். ஒவ்வொருவருமே தத்தமக்கெனத் தாங்கு திறன்களைக் கொண்டிருக்கிறார்கள். இது ஆளுக்காள் வேறுபாடுகளைக் கொண்டுள்ளது. சிலர் உளத்தாக்கத்திற்கு உட்படுகின்ற போது தாமே தமது உள்ளார்ந்த சக்தியைப் பிரயோகித்து மீண்டெழுகின்றனர். ஏனையோர் உள்ளார்ந்த சக்தியைக் கொண்டிருப்பர் ஆயினும், விரைவில் பாதிக்கப்படுபவர்களாயும் கையாளும் வகை தெரியாதவர்களாயும் அல்லலுறு கின்றனர். இத்தகையவர்களுக்கே உளவளத்துணையாளின் உதவி தேவைப்படுகின்றது.

அவ்வகையில் மாணவர்களிடையே பொதுவாகக் காணப்படுகின்ற கோளாறுகள் வருமாறு:-

விவேகக் குறைபாடு	Mental Retardation
மெய்ப்பாட்டு முறைப்பாடு	Somatization
கற்றல் இடர்பாடு	Learning Disorder
தசை இயக்கக் குறைபாடு	Motor Disorder
தொடர்பாடல் சிக்கல்	Communication Disorder
அதீத செயற்பாடு	Hyperactivity
கழிவுகற்றல் குறைபாடு	Elimination Disorder
பிரிவுப் பதகளிப்பு	Seperation Anxiety
சாப்பிடுவதில் சிக்கல்	Eating Disorder
வலிப்பு	Fits

என்பன அவதானிக்கப்பட்டுள்ளன. இத்தகையவர்களது பிரச்சினைகளையும், அது தொடர்பாக எழுகின்ற குணங்களுக்களையும் இனங்காண்பது அவசியமாகும். அத்தோடு, பாதிப்புக்குள்ளானவர்களது உணர்வுகளை வெளிப்படுத்தக் களம் அமைத்துக் கொடுக்கவும், தமது பிரச்சினை "இன்னதுதான் என அறிவுரீதியான விளக்கம் பெறச் செய்வதற்கும் பயிற்சி பெற்ற ஒருவர் தேவை. அவர், மாணவர்களது கருத்துக்கு இடமளித்து, அவர்களிடையேயுள்ள தவறான கற்பிதங்களைக் களைந்து, உண்மை நிலையினை விஞ்ஞான பூர்வமாக எடுத்துரைக்கத்தக்க ஆற்றலுள்ளவராக இருக்க வேண்டும். அதன் மூலம், மாணவர்களது நம்பிக்கைக்குப் பாத்திரமாகி, மனச்சஞ்சலங்களை நீக்கி, அவர்களது தன்னம்பிக்கையை வளர்த்தெடுக்கத்தக்க எளிய குறிக்கோள்களை அடையாளங் காணச் செய்ய வேண்டும். தடைகளை அகற்றி, வெற்றி நடைபோட்டு எதிர்காலத்தை மகிழ்வுடன் வரவேற்கின்றவர்களாக மாணவர்களை மாற்றியமைக்க வேண்டும்.

எனவே பாடசாலையானது, கற்றல் அடைவு மட்டத்திலும், ஏனைய தொழிற்பாடுகளிலும், வினைத்திறன் மிக்கதாயும், உடல் உள ஆரோக்கியம் மிளிருகின்ற மாணவர்களை உருவாக்குவதாயும் இருக்க வேண்டுமாயின் ஒவ்வொரு பாடசாலைகளிலும் உளவளத்துணையாளர் அவசியம் எனலாம்.

4.2 உளவளத் துணையாளர் தெரிவு

உளவளத் துணையாளராகத் தெரிவு செய்யப்படுபவர் சிறந்த உளச் சார்பையும் உன்னத ஆளுமைப் பண்புகளையும் பெற்றிருப்பது மிக முக்கிய அம்சமாகும். உளவளத் துணையாளர் எத்தகைய பண்புகளைக் கொண்டவராக இருக்க வேண்டும் எனப் பல ஆய்வாளர்கள் இனங்கண்டுள்ளனர். அந்த வகையிலே உளவளத் துணையாளருக்கு அமைய வேண்டிய சிறப்பியல்பு பற்றி குரோமியரும் (Cromier - 1985), சின்டர் (Synder - 1961), ஹோமன், போல்சன் (Hormen Paulson) ஆகியோரும் ஆராய்ந்து பின்வருமாறு கூறுகின்றனர்

1. அறிவுத் தொகுதி. உளவளத்துணை வழங்குவதற்குரிய அனைத்துத் திறன்களையும் பெற்றிருப்பதோடு கோட்பாடுகளையும் அறிந்து அதில் தேர்ச்சி பெற்றிருக்க வேண்டும். தொடர்ந்து உளவியல் தொடர்பான அறிவைப் பெறுவதில் ஆர்வம் குறையாமல் விருத்தி செய்யும் மனப்பாங்கையும் பெற்றிருத்தல் வேண்டும்.
2. சக்தி:- (energy) உளவளத்துணைச் செயல் முறை உளவளத் துணையாளரிடம் உளச் சோர்வையும் உடற் தளர்ச்சியையும் விரைவில் ஏற்படுத்தக் கூடியது. உளவளத்துணை நாடியின் பிரச்சினைகளைச் செவிமடுப்பதாலும் பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வு காண்பதற்கு வழி காட்டுவதாலும் சிந்தனை செய்வதாலும் உடலும் உள்ளமும் தளர்ச்சியடையாமல் ஆர்வம் குன்றாமல் பேணக்கூடிய தன்மையைப் பெற்றிருத்தல் வேண்டும்.
3. நெகிழ்ச்சித் தன்மை உடையவராக இருத்தல் வேண்டும். (Flexibility): ஒரு தனிப்பட்ட கொள்கையையோ நுட்பத்தையோ இறுக்கமாகப் பற்றிக் கொள்ளாமல் உளவளத்துணை நாடியின் தேவைக் கேற்ப நெகிழ்ந் தன்மை உடையவராக இருத்தல் வேண்டும். அத்துடன் மற்றவர்கள் மீது ஆதிக்கமும் அதிகாரமும் செலுத்தாமல் பிறரை நுண்ணுணர்வுடன் புரிந்து கொண்டு செயற்படும் ஆற்றல் பெற்றிருத்தல் வேண்டும். பக்கச்சார்பு பாராபட்ச நிலைமைகளைத் தவிர்த்துத் தவறுகளைப் பொறுத்துக் கொள்ளும் சகிப்புத் தன்மை உடையவராகவும் சினேக மனப்பாங்கு உடையவராகவும் இருத்தல் வேண்டும்.
4. பக்கத்துணையாயிருத்தல் :- (Supportive) உளவளத்துணை நாடி தீர்மானங்களை எடுக்கும்படி உளவளத்துணையாளர் உதவக் கூடிய வகையில் தெரிவு ஏற்பட வேண்டும். உளவளத்துணை நாடி வருபவர் உளவளத்துணி யாளரின் தீர்மானங்களை ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என்று எதிர்பார்ப்பது தவிர்க்கப்பட வேண்டும். உளவளத்துணை நாடியில் நம்பிக்கையையும் ஊக்கத்தையும் ஏற்படுத்துபவராக இருப்பதைத் தவிர அவரை மீட்பவராக மாறும் மனப்பாங்கு தவிர்க்கப்பட வேண்டும்.

5. நல்லெண்ணம் (Good will)

உளவளத்துணை நாடி சுயமான நம்பிக்கையுடன் (தன்னம்பிக்கை) செயற்படுமாறு அவரோடு இணைந்து நல்ல முறையில் நியாயமான வழிகளைத் தெரிவு செய்ய உதவி வழங்கக் கூடிய நல்லெண்ணம் உடையவரைத் தெரிவு செய்தல் சிறந்தது. அத்துடன் மனிதாபிமானப் பண்புகள், மக்களை விரும்பி அவர்களுடன் சுமுகமாகப் பழகி, அவர்களுக்கு உதவி வழங்குவதில் ஆர்வம், உடையவராக இருக்க வேண்டும். மற்றவர்களின் எண்ணங்கள், உணர்ச்சிகள் ஆகியவற்றை விளங்கிக்கொள்ளக் கூடிய நுண்ணுணர்வைப் பெற்றிருத்தல் வேண்டும். பொறுமை, நேர்மை, சுதந்திரம், பணிவு, ஆத்மிகம் ஆகிய பண்புகளைக் கொண்டவராகவும் இருத்தல் வேண்டும். உளவளத்துணை நாடிகளிடம் தெளிவான நேர்மையான தொடர்புகளை ஏற்படுத்தக்கூடிய தன்மையை அவர் பெற்றிருத்தல் வேண்டும்.

6. சுய விழிப்புணர்வு உடையவராக இருத்தல் வேண்டும். (Selfawareness)

தன்னைப் பற்றி விழிப்புணர்வு உடையவராக தனது உணர்ச்சிகள் மனோநிலைகள், விருப்பு, வெறுப்புகள், தேவைகள் மனக்குழப்பங்கள் ஆகியவை பற்றித் தெளிவுள்ளவரைத் தெரிவு செய்தல் வேண்டும். ஒரு பிரச்சினைக்கு முகம் கொடுத்தவர் உளவளத்துணையாளராக உருவாக முடியாது என்று கூறமுடியாது. அவர் தனது பிரச்சினைகள் உணர்வுகளை வெளிப்படுத்தி அப்பிரச்சினையிலிருந்து மீண்டெழுந்து தன்னில் நம்பிக்கையையும் திடமான பாதுகாப்பு உணர்வையும் மன உணர்வுச் சமநிலையையும் பெற்றிருப்பாராயின்; அவர் மேலே கூறப்பட்ட சகல ஆளுமைப் பண்புகளையும் கொண்டிருக்கும் போது அவரை உளவளத்துணையாளராகத் தெரிவு செய்யலாம். மேலும் உளவளத்துணையாளராகத் தெரிவு செய்யப்படுபவர் ஏற்றுக்கொள்ளும் தன்மை, உறுதியான தன்மை, கபடமற்ற பாசாங்கற்ற நிலை, பதற்றம் பதகளிப்பு இல்லாத தன்மை, போன்றவற்றைக் கொண்டவராகவும் மகிழ்ச்சிகரமாக இருக்கும் ஒருவராகவும் இருப்பது நல்லது.

7. உளவளத்துணை நுண்திறன்களைக் கொண்டிருத்தல்:

உடனிருத்தல், உற்றுக்கேட்டல், ஒத்துணர்வு, பார்வை மாற்றம் செய்தல், குவியப்படுத்தல், துருவி ஆராய்தல், எதிர் கொள்ளல், இலக்கை நிர்ணயம் செய்தல் போன்ற உளவளத்துணை நுண்திறன்களைக் கற்று அதன்படி நல்ல முறையில் உளவளத்துணை நாடிக்கு சேவையாற்றக்கூடிய வகையில் மனப்பாங்கைப் பெற்றவராக இருத்தல் வேண்டும்.

இவ்வளவு இயல்புகளையும் ஒருங்கே பெற்றிருப்பவர் சிறந்த உளவளத்துணையாளராக இருப்பார்.

4.3 உளசக்தி தீய்தலும், மீள்சக்தி உருவாக்கலும்

உளவளத்துணை செயற்பாட்டில் ஈடுபடுகின்ற ஆசிரியரிடத்துப் பஸ்துறை சார் அறிவும் ஆற்றல்களும் மாணவர்களது உள்ளத்தைப் புரிந்து நடக்கின்ற மனப்பக்குவமும் அபரிமிதமாகத் தேவை. துணைநாடி வருபவர் சொல்லுகின்ற அல்லது உடல்மொழியூடாக வெளிப்படுத்துகின்ற விடயங்கள் ஆளுக்காள் வேறுபாடுடையன. ஒவ்வொருவருமே நெருக்கீட்டுச் சம்பவங்களினால் உடற்றொழிலியல் மாற்றங்களுடன் மனவெழுச்சி மேலெழுந்த நிலையில் வருவர். அவற்றை எதிர்கொண்டு, அவ்வாறானவர்களது உணர்ச்சிகள் எண்ணங்கள், நடத்தைகளுடே பாதுகாப்பாக நடந்து சென்று அவர்களிடையே நேரான மாற்றங்களை ஏற்படுத்துவதற்கு உளசக்தி மிகுந்தவராயிருத்தல் அவசியம்.

வாழ்வில் அனைவருக்குமே நெருக்கீடுகள் ஏற்படுகின்றன. சிலர், குறுகிய நேரத்திற்கு நிலைத்திருக்கின்ற நெருக்கீட்டுச் சம்பவங்களில் கூட உணர்வுக் குழப்பங்களால் அல்லலுறுகின்றனர். அவ்வேளைகளில் உளவளத் துணையாளர்கள் இவர்களது அருகிருந்து, உணர்ச்சி வெளிப்படச் சந்தர்ப்பம் அளிப்பவராகவும், ஆரோக்கியமான எதிர்கொள்ளலை மேற்கொள்ள உதவி புரிகின்றவராகவும் இருக்க வேண்டும். அவர் இத்தகைய சந்தர்ப்பங்களில் உளச் சமநிலை குலையாமல் இருக்க வேண்டும்.

பெரும் எண்ணிக்கையான மாணவருக்கு உதவி செய்ய வேண்டிய நிலை ஏற்படுகின்றபோது, விளையாட்டு, வரைதல் போன்ற செயற்பாடுகளுடாக உணர்வுகளை வெளிப்படுத்தச் சந்தர்ப்பம் வழங்கப்படுகின்றது. ஒத்த பிரச்சினைக்குரிய மாணவர்களை இனங்கண்டு அவர்களுக்குக் குழுவாகச் சிகிச்சையளிக்க முடியும். பலரையுங் கையாளக்கூடிய ஆற்றலும், தைரியமும் உளவளத்துணையாளருக்கு அவசியம்.

மேலும் தனிப்பட்ட அமர்வு ஒன்றின் நேரம் 45-50 நிமிடங்களுக்கு உட்பட்டதாகும். ஒவ்வொருவருமே தத்தமது கனமான துன்ப அனுபவங்களைப் பகிர்கின்ற போது அவற்றைக் கேட்டுக்கொண்டிருக்கின்ற உளவளத்துணையாளருக்குக் களைப்பு ஏற்படும். இதனால், ஒருநாளில் 3 பேருக்கு மாத்திரம் மட்டுப்படுத்தப்பட்ட உளவளத்துணை அமர்வு இருத்தல் நன்று.

இதுபோல், நெருக்கீட்டிற்குப் பிற்பட்ட மனவடுவினால் இடர்படுகின்ற மாணவருக்கு, சம்பவ விபரிப்புச் சிகிச்சை (NET) உளவளத்துணையாளரால் செய்யப்பட வேண்டியுள்ளது. இதற்கான அமர்வு ஒன்றின் நேரம் 60-90 நிமிடங்களாகும். ஒருவருக்கு 6-8 அமர்வுகளை ஒன்றுவிட்டு ஒருநாளில் நடத்த வேண்டி ஏற்படும். ஒருநாளில் இருவருக்கு மாத்திரமே இச்சிகிச்சையை மேற்கொள்ள முடியும். மேலும் இவர்களுக்கான தொடர் மதிப்பீடு 3வது, 6வது, 12வது மாதங்களில் நடத்தவும் வேண்டும்.

இத்தகையவர்கள் தம் வாழ்வில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட தடவைகளில் கொடூரமானதும், உயிரச்சுறுத்தல் மிகுந்ததும், கையறுநிலை கொண்டதுமான திகிலான சம்பவங்களைக் கொண்டிருப்பார். மறக்க விரும்பினாலும், மீண்டும் மீண்டும் ஞாபகத்துக்கு வருகின்ற நினைவுகளுடனான வலிமிக்க உணர்வுகளைத் தவிர்க்கவே விரும்புவார். அதுமட்டுமல்லாது தனக்கு நிகழ்ந்ததை அல்லது தான் பார்த்ததை வெளிப்படுத்த முடியாது துண்டாடப்பட்ட ஞாபகங்களைக் கொண்டிருப்பார். ஆயினும், உளவளத்துணையாளர் துணைநாடியிடத்து அவரது பிறப்பிலிருந்து இற்றைவரையான நினைவுச் சிதறல்களை ஒருங்கமைத்து, சம்பவ வரலாற்றினைக் கால ஒழுங்கின்படி கூறும் உறுதிப்பாட்டை ஏற்படுத்தச் செய்கின்றார். அவ்வேளையில், பாதிக்கப்பட்டவரின் வாக்குமூலத்தை எழுதிக் கொள்வதோடு, அடுத்த அமர்விலே அதனைத் துணைநாடிக்கு வாசித்துக் காட்டித் திருத்திக் கொள்ளுதலிலும், மேலதிக தகவல்களைச் சேர்த்துக்கொள்ளுதலிலும் ஈடுபடுகின்றார். சரியான வரலாறு கிடைக்கும் வரையில் ஒவ்வொரு அமர்விலும் இது மீள் செய்ய வேண்டியுள்ளது. இவ்வாறான சிகிச்சையில் உளவளத்துணையாளர் அருகிருந்து உற்றுக்கேட்டல், ஒத்துணர்வு வழங்கல் என்பவற்றினோடு ஒழுங்கின்படி எழுதி வாசித்தலிலும் ஈடுபடுவதால் அவரிடமிருந்து அதிகப்படியான உளசக்தி தீய்ந்து போகின்றது. எனவே, வினைத்திறன் மிக்கதான உதவி வழங்கல் இடம்பெற வேண்டுமானால், சக்தி மீள் பெறுதல் அவசியம்.

உதவியளிப்பவர், துணைநாடியின் நம்பிக்கைக்குரியவராக அந்நேரத்தில் மட்டுமல்லாது தொடர்ந்தும் இருக்க வேண்டுமாயின், அவர் கூறுகின்ற விடயங்களைத் தனது குடும்பத்தினருடனோ பாடசாலைச் சமூகத்தினருடனோ பகிர்ந்து கொள்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும். தனது உள் சமநிலை தழும்பாதவாறு தனக்குள்ளேயே வைத்திருக்க வேண்டும். இந்நிலை மிகவும் கடினமானது. ஏனையோரின் பிரச்சினைகள் தன்னைத் தாக்காதவாறு பாதுகாத்துக்கொள்வதற்கு அழுத்தமான சக்தி பிரயோகிக்கப்படுவதால் உளவளத்துணையாளரின் பெருமளவு சக்தி இழக்கப்படுகின்றது. இழந்த சக்தியை மீள், உருவாக்காதுவிடின் ஆரோக்கியக் குறைபாடு ஏற்படலாம்.

அவ்வகையில், மீள் சக்தி உருவாக்க வழிமுறைகளாவன:

- தன்னிடமுள்ள ஆற்றல்களைப் பிரயோகித்தல்
- மேற்பார்வையாளரின் உதவியையும் ஆலோசனையையும் நாடுதல்
- உளவளத்துணையாளர்கள் ஒன்றுகூடித் தமது உணர்வுகளையும் உளக் கருத்துக்களையும் பரிமாறுதல்
- குடும்பத்தினருடன் அன்னியோன்னியமாக இருத்தல்
- சமூக செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுதல்
- இயற்கையை இரசித்தல்
- கலைகளில் ஈடுபடல்
- ஆக்கச் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுதல்
- தளர்வுப் பயிற்சிகளைச் செய்தல்

உளவளத்துணையாளர், மேற்காட்டிய வழிமுறைகளைக் கையாள்வதனூடாகத் தன்னையும் மேம்படுத்தி, துணைநாடி வருபவர்களுக்கும் கைகொடுக்கின்ற உன்னதமானவராக மிளிரலாம்.

4.4 தண்டனைகளும் உளவளத்துணையாளரும்

தண்டனை என்பது குடும்பத்தில் அடிபூன்றி ஆசிரியர்களுக்கான குறியீடாகி, சமூகத்தில் நன்னடத்தை ஆக்குமென்று நம்பிக்கையோடு, நாடளாவிய ரீதியில் நிலைத்து நிற்கின்றது. உண்மை இதுவெனில், உலகில் பிரச்சினைகளுக்கு இடமேது? இச்சிந்தனைக் கிளறலின் உந்துதலால் பல்வேறு நாடுகளில் ஆய்வுகள் மேற்கொள்ளப்பட்டன. ஆனால், முடிவுகள் இதற்கு நேர்மாறான கருத்தையே பிரதிபலிக்கின்றன. உடல் ரீதியான துன்புறுத்தல்களுக்கு உள்ளானவர்களே பின்னர் ஏனையோருக்குத் தண்டனை வழங்குபவர்களாக இனங்காணப்பட்டுள்ளனர். இந்த வன்முறையின் வெளிப்பாடுதான் பல நாடுகளில் முரண்பாடுகள் மிக்க கலாசாரம் தோன்ற வித்திட்டது என்கின்றனர்.

தொன்று தொடர்த்தே தண்டனையைத் தவிர்ப்பதற்கான கருத்துக்கள் கூறப்பட்டு வந்துள்ளன.

முற்றவர்களில் நீ உன்னைக் காண்பாயாயின் நீ யாரைப் புண்படுத்த முடியும்? எத்தகைய தீங்கை நீ இழைக்க முடியும்? - தர்மபதம்
சிறுவர்களை உளரீதியாகக் காயப்படுத்துவதும் உடல் ரீதியாகத் தண்டித்தலும் பலதரப்பட்ட வடிவங்களில் இந்நாட்டில் நிகழ்வது மாத்திரமல்லாமல், இதுவே குழந்தையிடத்து அன்பு செலுத்திக் கவனிக்கும் முறையாகவும் கருதப்படுகின்றது.
- கலாநிதி S.A. விக்கிரமசிங்க (1935)-

பாடசாலையில் தண்டனை வழங்கும் சந்தர்ப்பங்கள்

1. ஆசிரியர் தனது மறையான மன எழுச்சி நிலையைக் கையாள முடியாமற் போதல். (கோபம், ஏமாற்றம், சலிப்பு, விரக்தி.....)
2. பாடசாலைக்கென தாம் விதித்துள்ள ஒழுங்கை மாணவர்கள் கடைப்பிடிக்காத போது. (வரவு ஒழுங்கீனம், ஒருவர் பின் ஒருவராகச் செல்லாமை, அமைதியைக் கடைப்பிடிக்காமை, சகபாடிகளுடன் தர்க்கம் சண்டையிடல், பொய் சொல்லுதல், வேறொருவரின் பொருளை எடுத்தல், விளையாடிக்கொண்டிருத்தல், வீட்டுவேலை செய்யாமல் வருதல், தவறான விடையளித்தல், மனனம் செய்ய முடியாமை ஞாபகத்தில் இருத்தமுடியாமை போன்றன.)
3. மாணவர்கள் ஆபத்தான செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுதல் (உயரமான இடத்தில் ஏறுதல், கூரிய பொருள்களால் தாக்குதல், வீதிக்குக் குறுக்கே பாய்தல்.....)

உளவளத்துணையாளர்கள், மாணவர்களது இத்தகைய நடத்தைகளுக்கான காரணங்களைக் கண்டறிந்து நிவர்த்தி செய்யும் போது, தண்டனை தேவையற்றது என அறிந்து கொள்ளலாம். பின்வரும் காரணங்களினால் மாணவர்கள் பலதரப்பட்ட பிரச்சினைகளை எதிர்நோக்குகின்றனர்.

1. குடும்ப நிலைமை

குடும்ப வன்முறை
சந்தோசமற்ற பெற்றோர்
மது, போதைப்பொருள் பாவனை
வறுமை, போதிய மேற்பார்வையின்மை

2. வகுப்பு நிலை

அதிக எண்ணிக்கையான பிள்ளைகளைக் கொண்ட வகுப்பு
(30க்கு மேல்)
காற்றோட்டமில்லாத வெளிச்சமற்ற வகுப்பறை,
பற்றாக்குறையான பாடநூல்கள், தளபாடங்கள்

3. ஆசிரியர்

உரிய நேரத்துக்கு வராமல்
முழுமையான திட்டமிடல் இன்றிய பொருத்தமற்ற கற்பித்தல் நுட்பம்
கற்பிக்கும் விடயத்தில் ஆர்வமின்மை
அநாகரிகமான செயற்பிரயோகம்

4. மாணவர்

நோய்த்தாக்கத்திற்கு உள்ளாகியிருத்தல்
உடலியற் குறைபாடுடையவராயிருத்தல்
உளரீதியான தாக்கத்துக்குள்ளாகியிருத்தல்
கல்வியின் நோக்கம் தெரியாதவராயிருத்தல்
தமது செயலில் விளைவு பற்றித் தெரியாதவராயிருத்தல்
கல்விச்செயற்பாடு தவிர்ந்த ஏனைய செயற்பாடுகளில் சமுதாயம் திசை திருப்புதல் (தொழில்)

5. சமூகம்

சமுதாய வன்முறையைப் பாடசாலைக்குள் கொண்டு வருதல்
(இடப்பெயர்வு, போர், சாதி, இனப்பாகுபாடு)
எதிர்காலம் பற்றிய பயம்
குழு உளவியல் (பகிஷ்கரிப்பு)
துஷ்பிரயோகம்.

எனவே, பிரச்சினைக்குரிய மூலவேரைக் கண்டறிந்து களையெடுக்கின்ற ஒருவராக உளவளத்துணையாளர் செயற்படுதல் பயன்தரவல்லது.

ஆசிரியர்கள் தமது வீட்டிலோ, பாடசாலையிலோ தாம் எதிர்பார்த்தது கிடைக்காத ஏமாற்றத்தில் அல்லது கோபத்தை ஏற்படுத்திய சம்பவங்களினால் ஏற்பட்ட தனது மன உழைச்சலின் இடம்மாறிய வெளிப்பாடாகவே பிள்ளைகளுக்கான தண்டனைகளை

வழங்குகின்றனர். இந்நிலையில், பெரும்பாலான மாணவர்கள் " எனக்கு எதற்காகத் தண்டனை வழங்கப்பட்டது." என்பதை விளங்கிக் கொள்ள முடியாது குழம்பிப் போவர். எனவே, ஒரு ஆசிரியர் தனக்குள்ளே ஏற்படுகின்ற உணர்வுகள், எண்ணங்கள், நடத்தை மாற்றங்களை ஆராய்ந்து அதனைப் பொருத்தமான முறைகளில் கையாளத் தக்கவராக மாறுதல் அவசியம். அவ்வாறு மாறும் போது தேவையற்ற தண்டனை வழங்குவதைத் தவிர்க்கலாம். உளவளத்துணையாளர் முதலில், தன்னையறிந்து வெளிப்படுத்திய பின், ஏனையோருக்கும் வழிகாட்டக் கூடியவராக இருத்தல் நன்று.

"தண்டனை வழங்கினால்தான் பிள்ளைகளைத் திருத்தலாம்" "அடியாத மாடு படியாது" எனப் பலரும் கூறுகின்ற கூற்றினைப் பற்றிய பிள்ளைகளின் கருத்துக்களை அறிவதற்காக வலிகாம வலயத்திலுள்ள ஆரம்பப் பிரிவுப் பாடசாலை ஒன்றில் 420 மாணவர்களிடத்து ஆய்வொன்று செய்யப்பட்டது. மாணவர் அனைவருமே தாம் ஏதோ ஒரு வகையில் தண்டனைக்குள்ளாக்கியதாகக் கூறினர். தண்டனை பெற்ற பொழுதிருந்த மனநிலை தொடர்பாகக் கேட்டபோது, அவர்களது பதில்கள் வருமாறு:-

- திருப்பி அடிக்க வேண்டும்" போல இருந்தது
- பழிவாங்கும் எண்ணம் வந்தது
- ரீச்சரில் எனக்கு வெறுப்பு
- அவரையும் பிடிக்காது; அவற்றை பாடமும் பிடிக்காது
- எனக்கு அதிபரைக் கண்டாலே பயம்
- என்னைக் கூப்பிட்டாலே நெஞ்சுக்க டிக்குடிக்கு எண்டடிக்கும்
- சேர் வராமல் இருக்க வேண்டும் என்று கடவுளைக் கும்பிடுவன்
- பள்ளிக்கூடம் போகக்கூடாதெண்டு நினைப்பன்
- படிப்பே தேவையில்லை பேசாமல் சட்டிபாளை கழுவிக்கொண்டு வீட்டை நிப்பம்
- பள்ளிக்கூடம் போறமாதிரி வெளிக்கிட்டு வேறை எங்காவது சுத்துவன்
- செத்துப்போனா நிம்மதி என்று நினைப்பன்
- இந்தப் பள்ளிக்கூடமே சுக்குசுக்காகட்டும் என்று திட்டுவன்
- இந்த ரீச்சற்ற வகுப்பை விட்டிட்டு நல்ல ரீச்சரின்றை வகுப்புக்கு போய்ப் படிக்கோணும் போல இருந்தது.

அவ்வேளையில் வேதனை, பயம், பதற்றம், கோபம், ஆத்திரம், அவமானம், ஏமாற்றம், வெறுப்பு போன்ற உணர்வுகளுக்குப் பிள்ளைகள் ஆட்பட்டிருப்பதை வெளிப்படுத்தினர்.

இவ்வகையான உணர்வுகளையும் எண்ணங்களையும் ஏற்படுத்தி, வெறுப்பைத் தருகின்ற, விருப்பற்ற இடமாகப் பாடசாலையைப் பார்ப்பதற்கே தண்டனை வழிசெய்கின்றது. பாடசாலை செல்ல மறுக்கின்ற மாணவர்களில் அநேகமானோர் தண்டனையிலிருந்து தப்பிக்கவே முயல்கின்றனர். இதனால், கற்றல், செயற்பாடுகளில் ஆர்வம் குறைவதோடு சமூக விரோதச் செயற்பாடுகளிலும் நடத்தைப் பிறழ்வுகளிலும் ஈடுபடத் தூண்டுகின்றது.

சிறைச்சாலையில் அடைக்கப்பட்ட கைதிகளிடையே மேற்கொண்ட ஆய்வுகளில் சிறு பருவத்தே வழங்கப்பட்ட தண்டனையினாலேயே பெரும்பாலானோர் குற்றச் செயல்களில் ஈடுபட்டதாகக் கூறியுள்ளார்கள். எனவே, தண்டனை வழங்குவது பயனைத் தரவல்லது என்ற கூற்றின் உண்மை நிலையைச் சீர்தூக்கிப் பார்க்க வேண்டியுள்ளது.

கத்துதல், தள்ளிவிடுதல், பொருட்களை எறிதல், வெருட்டுதல், அடித்தல், கையை முறுக்குதல், தலைமயிரைப் பிடித்து இழுத்தல், கொலை செய்வதாக மிரட்டுதல், முகத்தில் அடித்தல், உதைத்தல் போன்ற வன்முறைசார் தண்டனையைத் தொடர்ச்சியாக வழங்கும் போது அவை மாணவர்களில் நீண்டகால உளப் பிரச்சினையைத் தோற்றுவிக்கக்கூடும். ஒருவரது முகத்தில் அடித்தல் மனரீதியான தாக்கத்தை ஏற்படுத்துவதில் முன்னிலை வகிக்கின்றது. உள நோயாளியாக வருவதற்கான சந்தர்ப்பம் இவர்களுக்கு 2 மடங்கு அதிகமாகும். நிறைய சத்தமான பேச்சுக்களைக் கேட்கின்ற பிள்ளைகளுக்கு (PTSD) நெருக்கீடுகளுக்குப் பிற்பட்ட மனவடு எனும் உளக் கோளாறு ஏற்படுவதற்கான சந்தர்ப்பம் அதிகமாகும்.

"எனக்குத் தண்டனை வழங்கியதால் தான் நான் இப்போது ஒரு நல்ல பதவியில் உள்ளேன்" எனச் சிலர் சொல்வதுண்டு. தண்டனையைத் தவிர்த்து ஆசிரியரது ஊக்குவித்தல்கள் கிடைத்திருந்தால் இப்போதிருக்கின்ற நிலையை விட உயர்வான நிலைக்கு வந்திருக்கலாமா? என்று சிந்தியுங்கள்.

தண்டனை ஒருவரை ஒழுங்காக்க முடியுமாயின் ஒரே தடவையில் வழங்கிய தண்டனை மூலம் அந்த ஒழுங்கு வந்திருக்க வேண்டும். ஆனால், விளைவு நேர்மாறானதாகத்தான் உள்ளது. குறிப்பிட்ட ஒரு சிலர் திரும்பத் திரும்பப் பலராலும் தண்டனைக்குள்ளாக் கப்படுவது கண்கூடு (அதீத செயற்பாட்டுக் கோளாறுடையோர்) இவர்களில் சிலர் தண்டனைக்குட்படும் போது மாறான நடத்தையை வெளிக்காட்டுவர். (உ+ம்:- வேதனைக்குப்பதில் சிரித்தல்) இதனால் சகமாணவர்களால் நாயகர்களாகவும் ஆசிரியர்களை மேலும் கோபப்படுத்துபவர்களாகவும் உள்ளனர்.

ஆபத்து ஒன்று ஏற்படப்போகின்றது என்பதைப் பிள்ளை சரியான முறையில் உள்வாங்கியிருந்தால் வீதியை அவதானமாகக் கடக்க முனையும். தேகநிறுவன அதிகாரி ஒருவரின் கூற்று, "திருகோணமலைக்குப் போய்க்கொண்டிருந்தேன். கடையோரம் நின்று சிறுமி எங்கட வாகனம் வாறதைப் பாத்திட்டும் வீதியைக் கடக்க ஓடி வாறாள். பதற்றத்துடன் சடுதியான பிறேக் போட்டேன். அவள் பக்குப்பக்கெண்டு சிரிச்சிட்டும் போறாள்."

இந்தச் சிறுமியின் செயல் இவருள் பலவிதமான உணர்வலைகளைத் தோற்றுவித்துள்ளது. இந்நிலையில் அந்தச் சிறுமிக்குத் தண்டனை வழங்கி ஆபத்து வந்தால் வன்முறையான நடத்தையைத் தான் காட்ட வேண்டும். என்ற தவறான கற்பிதத்தை ஏற்படுத்த முனைதல் தவறு.

நாம் பல அனுபவங்களினூடாகவே வளர்ந்து பெரியவர்களாகியுள்ளோம். ஆனால் சிறுவர்கள் நாம் விளங்கிக் கொள்ளும் அளவிலான அனுபவங்களைப் பெற்றிருக்க மாட்டார்கள். ஆகவே, அவ்வாறான நடத்தையினால் வரக்கூடிய ஆபத்து பற்றி விளக்குதல் வேண்டும்.

உளவளத்துணையாளர், தனது பாடசாலையிலும், சமூகத்திலும் உள்ள ஒவ்வொரு நபரும் தண்டனையின் விளைவுகளையும் ஒழுக்க ரீதியான அம்சங்களையும் விளங்கிக் கொள்ள உதவ வேண்டும்.

சிதற்கான செயற்பாடுகளாவன:-

- ☞ மதகுருமார், பெரியோர், கிராம அலுவலர், குடும்ப நல உத்தியோகத்தர், நலன் விரும்பிகள், நீதித்துறையினர், போன்றோரின் ஒத்தாசையோடு தகவல் தொடர்பு ஊடகங்கள் ஊடாக விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தல்.
- ☞ மாணவர்களின் அறிவு, திறன் மனப்பாங்குகளை மேம்படுத்துவதற்கான சந்தர்ப்பங்களை ஏற்படுத்தி ஊக்குவிப்புக்களை வழங்குதல்.
- ☞ அத்த செயற்பாடு அபிவிருத்திக் கோளாறு கற்றல் இடர்பாடு போன்றன காணப்படுமிடத்து நடத்தைச் சிகிச்சை அறிகைச் சிகிச்சை, வெளிப்பாட்டுச் சிகிச்சை என்பவற்றைப் பொருத்தமான முறையில் வழங்குதல்.
- ☞ வகுப்பறையையும் பாடசாலையையும் நல்ல கவி நிலையுடைய விருப்புக்குரிய இடமாக மாற்றி அமைத்தல்
- ☞ தன்னிடமுள்ள பலவீனங்களை ஆராய்ந்து மாற்றி அமைத்தலின் ஊடாக மாணவரின் அன்பிற்குரியவராக மாறுதல்.
- ☞ கட்டளைகளை (ஓட வேண்டாம்) வேண்டுகோளாக்குதல். (நடந்து செல்லுங்கள்)
- ☞ முன்மாதிரியாக இருந்தல்
- ☞ மாணவரின் கருத்துக்களைக் கேட்டறிதல்
- ☞ பெற்றோருடன் கலந்துரையாடல்
- ☞ கல்வியின் நோக்கத்தை விளங்க வைத்தல்

தேனில் இட்டு வைத்த பொருள் நீண்ட காலத்திற்குக் கெடாமல் இருத்தல் போல், அன்பினால் மாணவர்களை அரவணைக்கும் போது சமுதாயத்தில் நீடித்து நின்று பயன் தருபவர்களாக அவர்கள் உருப்பெறுவர்.

சிரித்துப் பேசப்பழகு - அதுதான்
 சிறந்த முகத்தின் அழகு
 சிறிய இதய வயலில்
 படிப்பை விதைக்கணும்;

தீயினை அணைப்பது தீயல்ல
 தீமைக்குத் தீமை மருந்தல்ல
 தீயினைத் தண்ணீர் அணைத்து விடும் - செய்து
 தீமையை நன்மை திருத்திவிடும்.

- புத்தனோரி சுப்பிரமணியம்

4.5 உளவளத்துணையாளர் வகிபங்கு

தனிநபர் தான் வாழும் காலத்தில் எதிர் கொள்ளும் தீர்க்கமான சந்தர்ப்பங்களுக்கு ஏற்றவாறு முகங்கொடுக்கும் சக்தியைக் கட்டியெழுப்புவதற்கு உளவளத்துணை செயன்முறை உதவுகிறது. உளவளத்துணை மூலம் மாணவர்களிற்கு பொதுவாக பாடசாலை சமுதாயத்திற்கு மிக முக்கியமான ஒரு பணியை உளவளத்துணையாளர் நிறைவேற்றி வருகிறார்.

மாணவர்கள் எதிர் நோக்கும் பிரச்சினைகளிலிருந்து விடுபட அவர்களுக்கு உதவுதல் உளவளத்துணையாளரின் முக்கிய பணியாகும். மாணவர்களுக்குப் பிரச்சினைகள் ஏற்பட்டால் அவற்றிலிருந்து மீண்டெழுவதற்கு நடவடிக்கை எடுப்பது மட்டுமன்றி பிரச்சினை ஏற்பட்டு சமூகமயமாகாமை ஏற்படுவதைத் தவிர்த்துக் கொள்ள நடவடிக்கை எடுத்தலும் உளவளத்துணையாளரின் பங்கு ஆகும்.

மாணவர்கள் தம் பிரச்சினையிலிருந்து விடுபடுவதற்கு முதலில் பல்வேறுபட்ட காரணிகளால் பாதிக்கப்பட்டவர்களை உரிய வகையில் இனங்கண்டு கொள்வது முக்கிய அம்சமாகும். குடும்பநிலை, சமூகச்சூழல், பாடசாலை அழுத்தம், இயற்கை அனர்த்தம் இவை போன்ற காரணிகளால் பாதிப்புக்குள்ளாகிய பிள்ளை கல்வி அடைவுமட்டத்தில் குறைந்து செல்வதையும், கருத்துன்றிக் கற்க முடியாமல் இருப்பதையும் அவதானிக்கலாம். இது மட்டுமன்றி சகபாடிகளுடன் சேர்ந்து செயற்படுவதில் கஷ்டங்களை அனுபவித்தல், வன்முறைகளில் ஈடுபடுதல், ஒதுங்கி இருத்தல், பாடசாலையின் மற்றைய அங்கத்தவர்களுடன் முரண்படுதல் போன்ற எதிர் விளைவுகளை அவர்களில் காணமுடியும். எனவே முதலில் இத்தகைய பிள்ளைகளை ஆரம்பகட்டத்தில் இனங்கண்டு அவர்களுக்குரிய வகையில் உளவளத்துணை செயன்முறையைச் செயற்படுத்துவது உளவளத்துணையாளரின் வகிபங்கு ஆகும்.

உதவி தேவைப்படும் மாணவர்களுக்கு உளவளத்துணைச் செயன்முறையைச் செயற்படுத்துதல் மட்டுமன்றி இவர்களைத் தேவைக்கேற்பக் குழுவாக அமைத்து வெளிப்பாட்டு சிகிச்சைகளை மேற்கொள்ளுதல் வேண்டும். உதாரணமாக ஆடல், பாடல், விளையாட்டு, சித்திரம் வரைதல் போன்ற வெளிப்பாட்டு முறை சிகிச்சைகளை வழங்கி அவர்களுடைய பாதிப்பிலிருந்து விடுபடுவதற்கு வழிவகுத்தல் உளவளத்துணையாளரின் பங்கு ஆகும்.

இப்பிள்ளைகளுக்குப் பாடசாலை செயற்பாட்டின் போது சிறு தலைமைத்துவப் பயிற்சிகளை வழங்கி அவர்கள் அதை நிறைவேற்றியதும் அதற்கான பாராட்டுகள், தட்டிக்கொடுப்புகள் வழங்குதல் வேண்டும். மேலும் இம்மாணவர்களின் செயற்பாடுகள் ஒவ்வொன்றையும் வகுப்பறையிலும், வகுப்பறைக்கு வெளியிலும் அவதானித்தல் வேண்டும்.

இவ்வவதானிப்பின் மூலம் மாணவர்களை இலகுவான முறையில் அணுகலாம். மேலும் இப்பிள்ளைகள் தமது திறன்களையும், நற்செயல்களையும் வெளிப்படுத்தும் போது அவர்களைப் பாராட்டி ஊக்கப்படுத்துவதும் உளவளத்துணையாளின் பணியாகும்.

உதவி தேவைப்படும் மாணவர்களைச் சிறு குழுக்களாக அமைத்து அவர்களுக்குத் தேவையான நற்சிந்தனைகள், பயிற்சிகள் வழங்குவதுடன் அவர்களுடன் சாதாரணமாக உளவளத்துணையாளர் உரையாடலாம். மேலும் பாடசாலையில் கல்விகற்கும் அனைத்து மாணவர்களுக்கும் ஒரு வழிகாட்டியாக விளங்குதல் வேண்டும். பாடசாலையில் ஒரு மாணவனது வீட்டில் இழப்பு நேரிடுமானால் மாணவர்களை அழைத்துச் சென்று அம்மாணவன், அவனது குடும்பத்தினருடன் இழப்பைப் பகிர்ந்து கொள்வது சிறந்தது. அம் மாணவன் பாடசாலைக்கு வரும்போது அவருடன் சாதாரணமாக இழப்பைப் பகிர்ந்து அவருக்கு உதவுதல் வேண்டும். உளவளத்துணையாளர் பாடசாலையில் எல்லாப் பிள்ளைகளுடனும் நல்ல தொடர்பை ஏற்படுத்தி எந்தப் பிள்ளைக்கும் தன்னால் பயன் வரக்கூடும் என்ற அபிப்பிராயத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ளத்தக்க வகையில் முன் மாதிரியாக இருக்க வேண்டும்.

உதவி தேவைப்படும் பிள்ளைகள் "என் மீது எவரும் அன்பு செலுத்துவதில்லை" என்ற எண்ணத்திற்கு உள்ளாகும் போது இம் மாணவர்களை ஏற்றுக் கொள்வதோடு ஊக்கப்படுத்தி அவர்கள் திறமையாகச் செயற்பட உற்சாகப்படுத்துவதோடு தன்னம்பிக்கையை ஏற்படுத்தும் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடவைத்தல் வேண்டும். பல வீடுகளில், பாடசாலைகளில் மாணவர்கள் ஏற்றுக்கொள்ளப்படுவதில்லை. எனவே உளவளத்துணையாளர்களால் தாம் ஏற்றுக்கொள்ளப் படுகின்றோம் என்பதை அவர்களால் உணரக்கூடிய வகையில் பாடசாலையில் உளவளத்துணையாளரின் வகிப்பங்கு இருக்க வேண்டும்.

உதவி தேவைப்படும் பிள்ளையின் மேலதிகத் தகவல்களை எடுப்பதற்கும், அவர்களை நல்ல வகையில் பேணுவதற்கும் பெற்றோர்களைச் சந்தித்துக் கதைக்க வேண்டிய தேவையுண்டு. எனவே பெற்றோர்களைப் பாடசாலையில் சந்திப்பதற்கான ஏற்பாடுகளை உரிய முறையில் செய்து அதிபர் அவர்களைச் சந்தித்து மேலதிக தகவல்களைப் பெற்றுக் கொள்ளுதல் உளவளத்துணையாளரின் பங்கு ஆகும்.

பாடசாலை மட்டத்தில் பிள்ளைகளிடையே உளவளத்துணை, நெருக்கீடு, நெருக்கீடு களைக் கையாளுதல், உளசமூகப்பிரச்சினைகள், கட்டிடமையப்பருவப் பிரச்சினைகள், முரண்பாடுகள், அவற்றை தீர்ப்பதற்கான வழிகள் இவை போன்ற விடயங்களை இலகுவான முறையில் விளக்கி விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துதல் வேண்டும்.

பாடசாலையில் மாணவர்கள் நலனிற்காக அவர்களின் தேவைகளை நிறைவேற்றும் பொருட்டு மாணவர்கள் கல்வித் தேவைகளைச் செயற்படுத்தி வரும் சமூக அமைப்புகளிடம்

மாணவர்களின் தேவைக்கேற்ப இனங்கண்டு தொடர்புபடுத்தி அவற்றை பெற்றுக் கொடுத்தல் உளவளத்துணையாளர் செய்யவேண்டிய பணியாகும்.

உதவி தேவைப்படும் பிள்ளைகளின் பெற்றோர்களைச் சந்திக்கின்றபோது அவர்களுடன் உரையாடுவதன் மூலம் அவர்களும் உளவளத்துணை உதவி தேவைப்படுகின்றவர்களாக இருப்பார்களாயின் அவர்கள் அனுமதியுடன் சிறந்த உளவளத்துணையாளருடன் தொடர்புபடுத்தி உளவளத்துணையை நல்ல முறையில் பெறுவதற்கு வழிவகுத்தல் வேண்டும்.

உதவி தேவைப்படும் பிள்ளைகளின் ஆற்றல், அறிவு, நல்ல சிந்தனைகளை வளர்க்கும் முகமாகவும் அவர்களது ஆரோக்கியத்திற்காகவும் சமூக, பாடசாலை அமைப்புக்களில் அங்கத்துவத்தை ஏற்படுத்திக் கொடுத்தல் வேண்டும். அதாவது மாணவர் திறமைக்கேற்ப சமூகப் பங்கேற்பிற்கு இடமளிக்கும் விளையாட்டுக் கழகம், சிறுவர்கழகம், சாரணர், சாரணிய கழகம் போன்ற ஒழுங்கமைப்புக்களில் அங்கத்துவத்தை ஏற்படுத்திச் செயற்பட வைத்தல் பயனுள்ள அம்சமாகும்.

பாடசாலை மாணவர்களிடையே உதவி தேவைப்படும் பிள்ளைகள் என இனங்காணப்பட்ட பிள்ளைகளிற்கு உளவளத்துணை செயற்பாட்டை தொடர்ந்து செயற்படுத்த முடியாது இருப்பின் அப்பிள்ளையை சிறந்த உளவளத்துணையாளரிடம் வழிப்படுத்தி விடுதல் வேண்டும்.

அதுபோல விசேட உதவி தேவைப்படும் பிள்ளையை உளவியல் நிபுணரிடம் சிகிச்சை பெற வேண்டியிருப்பின் அவரிடம் அதற்குரிய வழிமுறைகளைக் கையாண்டு உரிய இடத்திற்கு வழிப்படுத்தி விடுதல் வேண்டும். அத்துடன் அங்கங்கள் குறைபாடுகள் உடைய பிள்ளைகளின் தேவைக்கு ஏற்பவும் அவர்களை குறித்த தேவையை நிறைவேற்றும் அமைப்புடன் தொடர்புபடுத்தி அவ்வங்கங்களிற்கான உபகரணங்களைப் பெற்றுக் கொடுத்தல் சிறந்த அம்சமாகும்.

உதவி தேவைப்படும் பிள்ளைகளைச் சிரேஷ்ட உளவளத்துணையாளர், நிபுணரிடம் வழிப்படுத்தியிருப்பினும் அப்பிள்ளைகள் அங்கு கூறப்பட்டதற்கமையச் செயற்படுகிறார்களா என்பதையும் குறித்த காலத்தில் அங்கு செல்கிறார்களா என்பதையும் அவதானித்துச் செயற்படுத்துவதுடன், பாடசாலையில் அவரின் செயற்பாடு எவ்வாறு இருக்கின்றது என்பதையும் அவதானித்துச் செயற்படுத்தல் வேண்டும். தேவை ஏற்படும் சந்தர்ப்பத்தில் நிபுணர் சிரேஷ்ட உளவளத்துணையாளர்களைச் சந்தித்து அப்பிள்ளைகளின் நிலைமைகளைக் கேட்டறிவதுடன் பாடசாலையில் அவர்களின் கருத்திற்கேற்ப வழிப்படுத்திச் செல்வதற்கு உதவியாக இருக்க வேண்டும்.

5. உளவளத்துணைச் செயற்பாட்டில் பாடசாலை அதிபரின் வகிப்பங்கு

5. உளவளத்துணைச் செயற்பாட்டில் பாடசாலை அதிபரின் வகிப்பங்கு	54
5.1 அறிமுகம்	54
5.2 தகவல் தருபவர்	57
5.3 கிணைப்பாளர்	59
5.4 வசதி செய்பவர்	63
5.5 கனிநிலை தருபவர்	64

5. உளவளத்துணைச் செயற்பாட்டில் பாடசாலை அதிபரின் வகிபங்கு

5.1 அறிமுகம்

கற்றலின் தரத்தை உறுதி செய்து கொள்வதற்கு, பாடசாலை நிலையில் இரு தளங்களின் இணைந்த செயல் ஒழுங்குகள் முக்கியம் பெறுகின்றன.

ஒன்று - மாணவர்கள் சார்ந்து வேலை செய்கின்றதளம்.

மற்றையது - கற்றலை நோக்கி ஒழுங்கமைக்கப்படுகின்ற வளங்கள் அமைந்திருக்கின்ற தளம்.

மகிழ்ச்சிகரமான கற்றல் சூழல் உருவாக்கம், தந்திரோபாய முகாமைத்துவச் செயற்பாடுகள் போன்றவை நடைமுறைப்படுத்தலில் எந்த அளவு முக்கியம் பெறுகின்றதோ அதே அளவில் எல்லோராலும் எதிர்பார்க்கப்படுகின்ற கல்வியில் தர விருத்தியும் அமைய வேண்டும். இருந்தும் கல்வியின் தரத்தினை உறுதி செய்து கொள்ளும் நிலைக்கு மிகவும் முக்கியமான ஆதார விடயமாக கல்வி பெறுவதற்கு மாணவர்களைத் தயார் நிலைப்படுத்தும் செயற்பாடுகள் அமைந்து விடுகின்றன. மாணவர்களின் கல்விச் சூழ்நிலைகளை உருவாக்குதலில், புற ஒழுங்கேற்பாடுகளின் மூலம் மாணவனிடத்தே மாற்றங்களை எதிர்பார்க்கும் அளவிலும் சற்று அதிகமாக மாணவர்களின் அகநிலை ஒழுங்கேற்பாடுகள் முக்கியம் பெறும் நிலைகளும் உள்ளன. அகநிலையும், புறநிலையும் இசைவுற்று வரும் சூழலில்தான் தரமான கல்வியை மாணவர்களுக்கு வழங்குவது உறுதிப்படுத்தப்படும். இவ்விரு நிலைகளிலும் ஆசிரியர்களின் பணி எந்தளவு முதன்மை பெறுகின்றதோ அதற்கு மேலாக ஒரு பாடசாலையின் அதிபர் கொள்ளும் வகிபங்கு நிலைகள் முக்கியமானதாக அமைந்து விடும்.

ஒரு பாடசாலையின் இயங்குநிலையில், பல்வேறு உபாய முறைகளைக் கையாண்டு, பல் நிலைப்பட்ட செயற்கூறுகளையும் ஒருங்கிணைத்து வினைத்திறன் பெற விழையும் அதே வேளை, இடைவினை உறவுகள் ஒரு நம்பிக்கைத் தரம் வாய்ந்ததாக இருப்பதற்கு அதிபர் தனது அணுகுமுறைகளில் பண்புசார் விருத்தியை ஏற்படுத்திக் கொள்ளத் தினமும் முயன்று கொண்டே இருப்பார். இந்நிலையில் அதிபர் நம்பிக்கை கொள்ளத்தக்க வழிகாட்டியாகப் பரிணமிப்பார். நம்பத் தகுந்த வழிகாட்டி (Mentor) என்னும் போது பல்வேறு நிலைகளிலும் செயல் முனைப்படைந்து செல்லும் பாடசாலை அங்கத்தவர்கள் மத்தியில் ஆலோசனைகள் தேவைப்படும் நிலைகளில் அணுகத்தக்க முதல் மனிதராக அதிபர் இருப்பார். பாடசாலைச் சூழலில் எல்லோர் மனங்களிலும் வழிகாட்டும் நட்சத்திரமாக நின்று நிலைத்திருப்பவர் அதிபர் ஆவார்.

முழுத்தரமான கல்வியை மாணவர்கள் பெற்றுக் கொள்ள வேண்டுமென்ற இன்றைய கல்விப்புல எதிர்பார்ப்புகள் நிறைவேற வேண்டுமெனின் கல்வியில் வசதிகள், வாய்ப்புகள் போதிய நிலையில் இருப்பதுடன் வளம் செய்யப்பட்ட கற்றல் மென்பொருள்கள் ஒவ்வொரு மாணவனுக்கும் கிடைப்பதை உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும். இந்நிலையில் பல்வேறு கல்விப்புலம் சார்ந்த எண்ணக்கருக்கள் நடைமுறைக்கு வருவதை நாம் காண்கிறோம். பிள்ளை நேயம் கொள்ளக்கூடிய பாடசாலை, மகிழ்ந்திருக்கும் கற்றல் சூழல், உளவளத்துணைக் கட்டமைப்பு, யப்பானிய நிர்வாக ஒழுக்க முறைகள், மீட்டெடுக்கும் கல்விச் செயற்பாடுகள் எல்லோருக்கும் கல்வி, தொழில் வழிகாட்டல் ஒழுங்கமைப்பு மற்றும் இவை யாவற்றையும் ஒருங்கிணைக்கும் முழுத்தர முகாமைத்துவச் செயற்பாடுகள் போன்றவை முக்கியம் பெறுகின்றன. 1999இல் நடைமுறைக்கு வரத்தொடங்கிய கல்வியில் புதிய மாற்றங்கள் 2005க்குப்பின் தரமுள்ளதாகக்கப்பட வேண்டும் என்ற நோக்கில் மேற்குறித்த பல்வேறு எண்ணக்கருக்களும் நடைமுறையில் ஒன்றிணைக்கப்படுகின்றன.

மாணவர்கள் விடயத்தில் அவர்களின் தயார் நிலையை உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளும் நிலை முதன்மைப்படுத்தப்படுகின்றது. இந்நிலையில் தான் கல்வியில் தர உறுதிப்பாடு பெரும் சவால்களை எதிர்கொள்கின்றது. இவ்விடத்தில் உளவளத்துணைச் செயற்பாடுகள் பல்நிலை சார்ந்து அதன் பங்கை இணைத்துக் கொள்வது தவிர்க்க முடியாது என்பது பலராலும் அனுபவரீதியாக உணர்ந்து கொள்ளப்பட்டதாக இருக்கின்றது.

எமது நாட்டில் அனர்த்தப்பிரதேசங்களில் வாழும் கல்வி கற்கும் மாணவர்களிடையே முழுத்தரமான கல்வியை உறுதிப்படுத்துவதில் மாணவர்கள் பங்கு கொள்ளும் நிலை நெருக்கடியை எதிர்நோக்கி இருப்பதை அப்பிரதேசங்களில் மேற்கொள்ளப்பட்ட ஆய்வுகளின் புள்ளித்தரவுகள் காட்டி நிற்கின்றன. இப்பிரதேசங்களில் காணப்படுகின்ற பாடசாலைகளில் உளவளத்துணைக் கட்டமைப்பினை பயன்மிகு ஒழுங்கில் விரைந்து ஏற்படுத்திக் கொள்வது அவசியமாகின்றது. இக்கட்டமைப்பு எவ்வளவு விரைவாகவும், ஒழுங்காகவும் ஏற்படுத்தப்படுகின்றதோ அந்த அளவில் அம்மாணவர்களின் கல்வியை மீட்டெடுக்க முடியும்.

மேலே குறித்த ஆய்வுகள் இயற்கை அனர்த்தங்கள் செயற்கை அனர்த்தங்கள் என்ற இரண்டு வகைப்பட்ட நிலைக்கும் பொருத்தம் கொண்டதாக அமைவதால் வட கிழக்கு மாகாணப் பாடசாலை மாணவர்கள் அனைவருக்கும் பொதுவான முடிவுகளைத் தருவதாகக் கொள்ள முடியும்.

இந்த அடிப்படையில் பாடசாலைகளில் உளவளத்துணைக் கட்டமைப்பை ஒழுங்குபடுத்துவதில் பாடசாலையின் முதல்நிலை முகாமையாளரான அதிபரின் பணியானது பல்நிலைப்பட்ட வகிப்பங்கைக் கொள்ள வேண்டியுள்ளது. அதிபரின் அரவணைப்பு இல்லாமல் கட்டமைப்பு ஏற்பாடுகள் சாத்தியமானவையாக இருக்கமுடியாது. அதிபர் பாடசாலையின் முன்னேற்ற

றத்தில் அக்கறை கொண்டவர்களில் முதன்மையானவர் மட்டுமல்ல பொறுப்பெடுத்துக் கொண்டவரும் ஆவார். பாடசாலையின் அபிவிருத்தியின் ஒவ்வொரு நினைவினையும் நன்கு அறிந்திருப்பவர் என்ற வகையில் அபிவிருத்தியின் ஒவ்வொரு தடைநிலைகளையும் கடந்து தொழிலாளர்கள் ஆவார். தினமும் இந்நிலைகள் பற்றிச் சிந்தித்திருப்பவரும் அதிபர்தான். இந்த அடிப்படையிலிருந்து உளவளத்துணைச் செயற்பாட்டுக்கான பாடசாலைச் சூழல் இசைவாக்கத்தில் அதிபர் என்ற தம்பிக்கையான வழிகாட்டி முக்கியம் பெறுகின்ற ஒரு பாத்திரப் பெறுமானமாகும்.

பாடசாலைகளில் மாணவர்களின் தேர்ச்சி நிலைகளை உரிய தேர்ச்சி மட்டங்களிற்குப் படிப்படியாக அமைத்துச் செல்வதற்கான செயற்பாடுகளை மாணவர் அபிவிருத்தி வேண்டி நிற்கின்றது. இதற்காகப் பாடசாலைகள் முழு அளவுப் பரிமாணம் கொண்ட தமது முயற்சிகளை மேற்கொண்டு வருகின்றன. ஆசிரியர்கள் அன்பளித்த நிலையில் பணிபுரிந்தாலும் சில வேளைகளில் வகுப்பறை விளைதிறன் பெறுமானங்கள் உற்சாகம் தருவனவாக இல்லாது போய் விடுகின்றன. கற்பித்தல் உபாய முறைகளை மாணவர்களுக்கு ஏற்பப் பொருத்தமான முறைகளில் மாற்றி அமைத்துக் கொள்ளும் போது சிறிய முன்னேற்றங்களைக் காணும் நிலைகளும் இருக்கின்றன. இருந்தும் மாணவர்களின் வினைவு தன்மையானதாயும், திருப்திகரமானதாயும் அமைவதற்கு மேன்மேலும் முயற்சி வேண்டும் என்ற நிலைமையே காணப்படுகின்றது. இங்கும் ஆசிரியர்களின் முயற்சிக்கான செயல்விளைவுக்கு மாணவர்கள் இணங்கி வரும் இயல்புநிலை தோற்றுவிக்கப்படுவது முக்கியமாக அமைந்துவிடும். இந்நிலைகளில் மாணவர்களுக்கான வகுப்பறைச் செயற்பாடுகளுக்குப் புறம்பான பாடசாலைச் செயற்பாடுகள் யாவும் உடல், உணர்வுகளினைத் தரும் செயற்பாடுகள் என்ற வகையில் உதவி திற்கும் மாணவர்களின் இயல்பு நிலையைத் தோற்றுவிப்பதில் பாடசாலை உளவளத்துணைச் செயற்பாடுகள் விசேட பங்கை ஏற்கின்றன. குறிப்பாகத் தொழிற்படுகின்றன. இதனால் பாடசாலை உளவளத்துணைக் கட்டமைப்பினை வலுப்படுத்த வேண்டிய தேவை பரந்ததும் தன்கு உணரப்படுகின்றது. இக்கட்டமைப்பு உருவாக்கவில் அதிபரின் தலைமையில் பாடசாலைச் சமூகம் முழுமையும் ஏற்றதாக இணைந்து கொண்டவது முதன்மை பெறுகின்றது.

உளவளத்துணைக் கட்டமைப்பினைப் பாடசாலைகளில் திண்பெறையச் செய்வதற்கு அதிபரின் வகிபாகமே முன் திற்பதோடு பல்நிலை சார்ந்ததாக இணைவுகொள்கின்றது. முழுத்தகவல் தருபவராக, இணைப்பாளராக, வழிகாட்டியாக, உதவி செய்பவராக, கவிநிலை உருவாக்குபவராக, சமூகத்திற்கான விழிப்புணர்வு தருபவராக, அதிபரின் வகிபாகம் விரிந்து செல்கின்றது. அதிபர்தான் உளவளத்துணை சார்ந்த விழிப்புணர்வு கொண்டவராக இருப்பார். மேலும் அத்திலையை அவர் விருத்தி செய்து கொண்டே இயங்குவார். இவ்வாறானதொரு பூரண கவிநிலைத் தோற்றத்தில் அதிபர்தான் முழு அளவிலான உளவளத் துணைபாளராவதற்கான முயற்சியும், தேனும் கொண்டு அதற்கான தேவை நிலைகளைப் பெற்றுக் கொண்டவர்களாகிய வெளிவிடத் தொடர்புகளையும் ஏற்படுத்திக் கொண்டு இயங்குவார்.

5.2 தகவல் தருபவர்

உளவளத்துணைச் செயற்பாட்டைப் பாடசாலைகளில் கட்டமைக்க விரும்புகின்ற அதிபர் முதலில் தனது பாடசாலையின் மாணவர்கள் தொடர்பான தரவுகளைச் சேகரித்தலிலும், அத்தரவுகளைத் திரட்டி ஒழுங்குபடுத்தி ஒரு தகவல் களஞ்சியத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்வதிலும் ஈடுபட்டிருப்பார். இவற்றுடன் உளவளத்துணைச் சேவை சார்ந்த தகவல்களையும் இன்னொரு நிலையில் திரட்டி வைத்திருப்பார். இத்துடன் இணைந்ததாக மாணவர்கள் வாழுகின்ற சமூகம் சார்ந்த தகவல்களையும் மேலதிகமாகத் திரட்டிக் கொள்வர்.

தகவல்களைத் திரட்டுதலும், ஒழுங்குபடுத்தி வைத்திருத்தலும் இங்கு முக்கிய நிலைகளாகக் கருதப்படுகின்றன. தகவல்களைத் திரட்டுதல் என்ற செயற்பாட்டுப் பொறிமுறை, ஒழுங்குக்குட்பட்டதாக இருத்தல் முக்கியம் பெறுகின்றது. விஞ்ஞான முறைமைகளால் சரி செய்யப்பட்ட தகவல் திரட்டும் உபாயங்களைப் பயன்படுத்துதல் வேண்டும். இங்கு தகவல் திரட்டும் பொழுது இருவகைப்பட்ட நோக்கங்கள் இருக்கின்றன. பொதுவான தகவல்களைப் பெற்றுக் கொள்ளும் நிலையில், சேமித்து வைத்தல் பின்பு எழுகின்ற பொதுவான நிலைகளைக் கையாளல் என்றவாறான ஒரு நோக்கம் இருக்கின்றது. மற்றையது குறிப்பாக எழுந்த பிரச்சினை நிலை ஒன்றினைக் கையாள்வதற்குத் தேவையான தரவுகளைத் திரட்டும் நோக்கில் அமைவது.

இவ்விரு வகைப்பட்ட நோக்கங்களிற்குட்பட்ட தகவல் திரட்டும் உபாயங்களையும் அறிந்து அதற்கேற்ப தகவல்களைத் திரட்டிக் கொள்ளுதல் இங்கு அவசியமாகின்றது. ஒவ்வொரு மாணவர்கள் பற்றிய பொதுவான தகவல்கள் சேகரிக்கப்படுவதும், அவற்றை ஒழுங்குபடுத்தி வைத்திருப்பதும் பாடசாலைகளின் பொதுவான நடைமுறைகளாகும். இதன் அடிப்படையில் நின்று குறித்த ஒரு மாணவனின் விசேட நிலை சார்ந்து தகவல் திரட்டுவதற்கு ஏற்ற செயற்பாட்டை இலகுவாக்கிக் கொள்ள முடியும். இந்நிலையில் தகவல் திட்டும் இரண்டு முறைமைகள் பயன்தருவனவாக அமையும். அவை வருமாறு

- 1) தனியாள் வரலாற்று முறை
- 2) தனியாள் ஆய்வு முறை

தனியாள் வரலாற்று முறை ஒரு மாணவனின் பொதுவான வாழ்க்கை பற்றிய தரவுகளை உண்மைத்துவத்துடன் முன்வைப்பது. இது குறித்த மாணவன் சார்ந்து எழும் ஆய்வுச் சந்தர்ப்பங்களுக்கு முன் தகவல் நிலையாகக் கொள்ள முடியும். இதில் பொதுவாக மாணவனின் அறிமுகத் தரவுகள், குடும்பத்தரவுகள், உடல்நல சுகாதாரத் தரவுகள், ஓய்வு நேரத்தைப் பயன்படுத்துவது தொடர்பான தரவுகள், கல்வி அடைவு சார் தரவுகள் என்றவாறாக அமைந்திருக்கும்.

தனியாள் ஆய்வுமுறை குறித்த மாணவனின் குறித்த ஒரு தடை சார்ந்து எழுகின்ற நிலைமைக்குத் தேவையான தரவுகளைப் பெற்றுக் கொள்வதற்குப் பயன்படுகின்ற

முறையாகும். இத்தரவுகள் மாணவனின் நிலையை முழுமையாகக் கையாள்வதற்கான தகவல்களைத் தந்து நிற்கும். குறிப்பாகக் கற்றல் நிலைமைகளில் மாணவர்கள் எதிர்கொள்கின்ற தடைநிலைகள் அனைத்திலும் அம் மாணவர்களைக் கையாள்வதற்குத் தேவையான தகவல்களைத் தரும் முறையாகும். இம்முறையில் தரவு சேகரித்தல் என்கின்ற செயற்பாடு பல செயற்கூறுகளைத் தன்னகத்தே கொண்டுள்ளது.

சோதனை முறைகளுள் அவதானித்தல், பேட்டி காணல் அவற்றுள் முக்கியம் பெறுகின்றன. இவற்றுடன் இணைந்த நிலையில் மாணவனின் இயங்குநிலைகளான வகுப்பறை விளையாட்டுக் கூடங்கள், கலை மன்றங்கள், நூலகங்கள், சகபாடிகள், குடும்பம் போன்றவற்றின் பதிவுகளும் இணைந்து கொள்கின்றன. இந்த முறை மூலம் திரட்டப்பட்ட முழுமையான தரவுகளையும் பகுப்பாய்வுக்குட்படுத்தித் தகவல்களாகத் தொகுக்கப்படும் நிலையில் மாணவர்கள் பற்றிய பிரச்சினைகளையும் மேலும் நுணுக்கமாக விசேட நிலைகளையும் அறிந்து கொள்ளமுடியும்.

ஒரு தனியாள் ஆய்வு முறை பல்வேறு நிலைகளைத் தரவு சேகரிப்பதற்குப் பயன்படுத்தி நிற்கின்றது என்பது முன் கூறப்பட்டிருக்கின்றது. பொதுவாக இந்த முறையில் பின்வரும் ஒழுங்குநிலைப்பட்ட தரவுகளைச் சேகரித்துக் கொள்வதற்கு முடிகிறது.

1. மாணவனை அறிந்து கொள்ளும் அடிப்படைத் தரவுகள்
2. மாணவனின் குடும்பம் சார்ந்த போதுமான தரவுகள்
3. மாணவனின் கல்விசார் அடைவுகளின் வரலாற்றுத் தரவுகள்
4. மாணவனின் நுண்மதி, உள்சார்பு, மனப்பாங்கு, விருப்பங்கள் சார்ந்த தரவுகள்
5. உடல் ஆரோக்கியம் சார்ந்த தரவுகள்
6. மாணவன் வாழுகின்ற சூழல் சார்பான போதுமான தரவுகள்
7. மாணவனின் சகபாடிகளும், பொழுது போக்கும் சார்ந்த தரவுகள்
8. பெற்றோர்/பாதுகாவலர் பிள்ளை சார்ந்து கொண்டுள்ள நம்பிக்கைகளும், எதிர்பார்ப்புகளும் சார்ந்த தரவுகள்.
9. மாணவனின் ஈடுபாட்டு விடயங்கள், பொதுவான ஆளுமை பற்றிய தரவுகள்.

இவ்வாறான தரவுகளைச் சேகரிப்பதற்குப் பொதுவாக இவ்விடயம் சார்ந்த தெளிவும், அவற்றைத் திரட்டிக் கொள்வதற்கு ஏற்ற திறன்களும் ஒருவருக்கு இருப்பது பயன்தரும் நிலையாகும். அதிபர் இந்த விடயத்தைக் கையாள்வதற்குப் பாடசாலையில் இருக்கின்ற பொருத்தமான மனித வளங்களைக் கண்டறிந்து தன்னுடன் இணைத்துக் கொள்வது செயற்பாட்டை இலகுபடுத்தும். இவ்வாறு ஒரு மாணவன் சார்ந்து தரவுகள் சேகரிக்கும் பணி நிறைவு பெறுவதற்குச் சிலகாலம் எடுக்கும் என்பதால் இது ஒரு தொடர் நடவடிக்கையாகவே கருதமுடியும். இச்செற்பாடுகளை அதிபர் தனித்து நின்று நடைமுறைப்படுத்துவது இயலாது போகலாம். இதற்கெனப் பாடசாலையின் முழுக்கட்டமைப்பினையும் ஈடுபடுத்திக் கொள்வதுதான் பயன் தரும்.

மாணவர்கள் பற்றித் திரட்டி ஒழுங்குபடுத்திய தகவல்களுக்கு இரு பண்புகள் அடையாளப்படுத்தப்படுகின்றது. ஒன்று - எல்லோருக்கும் தெரியப்படுத்த வேண்டியது. மற்றையது - முழுமையான இரகசியம் பேணுதலுக்குட்பட்டது. இரகசியம் பேணுதலுக்குட்படுத்தப்படும்போது தேவையற்ற விடயங்களைத் தகவல் சேகரிக்கும் நிலையிலேயே தவிர்த்துக் கொள்வது ஒன்று. மற்றையது சேகரித்த பின்னர் உளவளத்துணை நிலைகளில் கையாளுவதற்கு மட்டும் உரியவர்களுக்கு வழங்குவது. இப்படிப்பட்ட தகவல்களைப் பொருத்தமாகக் கையாளும் நிலைக்கேற்பவும் மாணவரின் நன்மை பயக்கும் நிலைக்கேற்பவும் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். சில நிலைகளில் பெற்றோருக்கு உளவளத்துணை ஆசிரியருக்கு, மருத்துவருக்குப் பயன்படுத்திக் கொள்ளக் குறித்த தகவல்கள் மாணவரின் நன்மை நோக்கில் தெரியப்படுத்தப்படும்.

உளவளத்துணை சேவை பற்றிய தகவல்கள் அதிபரின் மேற்பார்வையில் ஒழுங்குபடுத்தப் பட்டிருப்பது இத்துறை சார் நிலைமைகளைப் பலப்படுத்தும். மாணவர்களுக்கான உதவும் சேவைகளைப் பாடசாலைப் பிரதேசத்தில் இருந்து எவ்வாறு பெற்றுக் கொள்ள முடியும் என்ற தகவல் ஒழுங்குபடுத்தப்பட வேண்டும். சேவைக்கான மனிதர்களுடனும், நிறுவனங்களுடனும் தொடர்பு கொள்ளும் முறைகள் போன்றன இவற்றுள் அடங்குகின்றன. மேலும் எல்லாத் தொடர்பு நிலைகளிலும் சுமுகமான உறவு நிலைகளைப் பேணுதல் இவ்வசதிகள் சார்ந்து ஈடுபடச் சலபமான ஒரு கள நிலையைத் தோற்றுவிக்கும்.

உளவளத்துணை ஆசிரியர் அதிபரிடம் தகவல் பெறுவது நல்லதா?

5.3 இணைப்பாளர்

பாடசாலை என்னும் சேவை சார்ந்த நிறுவனம் மாணவரின் கல்வியின் தரத்தினை உறுதி செய்து கொள்வதற்குச் சேவையின் பல்வேறு நிலையினையும் இயைவுபடுத்தி ஒன்றிணைக்கின்ற தொடர் செயற்பாட்டில் ஈடுபட்டிருக்கின்றது. இதற்குப் பொறுப்பெடுத்துக் கொள்வதோடு மட்டுமன்றி, வகை கூறும் விடயங்களையும் அதிபரே கவனித்துச் செயற்படுகின்றார். பாடசாலையில் உளவளத்துணைச் செயற்பாட்டுக் கட்டமைப்பு ஒரு தனித்துவமான நிலையில் இருப்பினும் அது பாடசாலையின் மற்றைய பிரிவுகளுடன் ஒன்றிணைக்கப்படுவதால்தான் அது தன் மூலவிசையைப் பெற்றுக் கொள்கின்றது. பாடசாலை அபிவிருத்திச்சபை, பழைய மாணவர் சங்கம் என்பவை இணைக்கப்படுவது பொதுவாக இருப்பினும் ஒவ்வொரு மாணவர்களுடனும் நேரடியாகத் தொடர்பு கொண்டிருக்கும் ஆசிரியர்களும், பெற்றோர்களும் தனித்தனியே உளவளத்துணைச் சேவையுடன் இணைக்கப்படுவது குறிப்பிடக் கூடிய அளவில் முக்கியமானதாகும். இவர்களுடன் மாணவர்கள், பாடசாலையில் பணிபுரியும் ஏனைய ஊழியர்கள் ஆகியோரும் இச்சேவையுடன் இணைக்கப்படுதல் வேண்டும்.

உளவளத்துணைக் கட்டமைப்புடன் பாடசாலையின் வளங்கள் முழுமையாக ஒன்றிணைக்கப்பட்டிருந்தல் பொருத்தமாக அமைகின்றது. கலைத்திட்டச் செயற்பாடுகள், இணைக்கலைத்திட்டச் செயற்பாடுகள் இங்கு முக்கியம் பெறுகின்றன. மேலும் பாடசாலை என்கின்ற நிறுவனக் கட்டமைப்புக்கு வெளியே சூழலில் இருக்கின்ற வளங்கள் மற்றும், பிரதேச வளங்கள் போன்றவற்றின் தேவைகளும் சில சந்தர்ப்பங்களில் உளவளத்துணைச் செயற்பாட்டிற்கு மாணவர்களின் நிலை சார்ந்து மிகவும் முக்கியமானதாக அமைந்து விடுகின்றன. எனவே ஏற்கனவே திரட்டி ஒழுங்குபடுத்தப்பட்ட தகவல்களுக்கு அமைவாக குறிப்பிட்ட இவ்வாறான பாடசாலைக்கு வெளியேயான வளங்களை ஒன்றிணைத்துக் கொள்ளுதல் வேண்டும்.

அதிபர் ஒன்றிணைக்கின்ற செயற்பாட்டிற்கு முழுமையாகப் பொறுப்பெடுத்துக் கொள்ளும்போது பாடசாலையின் இலக்கு நோக்கிய பாதையை இலகுபடுத்திக் கொள்ள முடியும். உளவளத்துணைச் சேவை பாடசாலையின் இலக்கினை எய்துவதற்கு எந்த வகையில் துணை நிற்கிறது என்னும் விடயம் பற்றி ஆதாரத் தகவல்களை ஒன்றிணைத்துப் பெற்றோர்கள், ஆசிரியர், மாணவர்கள், ஊழியர்கள், நலன்விரும்பிகள், பழைய மாணவர்கள் போன்ற அனைத்துத் தரப்பினர்க்கும் விளக்கம் தரும் செயற்பாட்டைத் தொடர்ச்சியாகவும் வெளிப்படையாகவும் கட்டமைத்துக் கொள்வதில் அதிபர் அக்கறையாக இருப்பார். இதனால் இணைப்பாளரின் செயற்பாட்டை நம்பிக்கைத்தரம் வாய்ந்ததாக நிறுவிக்கொள்ள முடியும். மேற்குறிப்பிட்ட ஒவ்வொரு தரப்பினருடனும் தனித்தனியாகவே சந்திப்புக்களை ஏற்படுத்துவதுடன் அவரவர்க்குத் தேவையானதும், போதுமானதான தகவல்களைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

மாணவர்கள் அனைவரும் பாடசாலைக் கல்வி வழங்கும் கட்டமைப்பினூடு கற்பதற்கு வசதி செய்யப்பட்டுள்ளனர். இவர்கள் இயங்கு நிலையில் இருக்கும் போது அவர்களை முழுமையாக அவதானிப்பதில் முன்னிற்பவர்கள் அனைத்து ஆசிரியர்களும் தான். இவர்களின் அவதானிப்புகளை நுணுக்கமாகவும், விபரமாகவும் ஏற்படுத்திக் கொள்ள அதிபர், ஆசிரியர்களுக்கான விழிப்புணர்வு தரும் செயற்பாடுகள், திறன் விருத்திப்பட்டறைகள் போன்றவற்றை ஒழுங்கு செய்து கொள்வதில் கவனம் செலுத்துவார். இவ்வாறான நிலைமைகளை உருவாக்குவது எல்லா ஆசிரியர்களின் செயற்பாடுகளையும், மாணவர்களின் விருத்தி சார்ந்து உளவளத்துணைக் கட்டமைப்புடன் இணைத்துக் கொள்வதற்காகவே ஆகும். ஒவ்வொரு மாணவர்கள் சார்ந்தும் ஒவ்வொரு ஆசிரியர்களின் அவதானிப்புப் பதிவேடுகள் மிகவும் முக்கியமானவை. இப்பெறுபேறுகள் ஒவ்வொரு மாணவனுக்கும் அவனது கல்விச் செயற்பாட்டுப் பாதையில் ஏதோ ஒரு நிலையில் மிகவும் பயனடையக்கூடிய ஒரு ஆவணமாக இருக்கும்.

பொதுவாக மாணவர்களின் கல்வி வளர்ச்சியில் பாடசாலையும், குடும்பமும் ஒன்றிணைந்து செயற்பட வேண்டும் என்பது எல்லோரும் அறிந்த விடயம். இங்கு இணைப்பை வலியுறுத்தும்

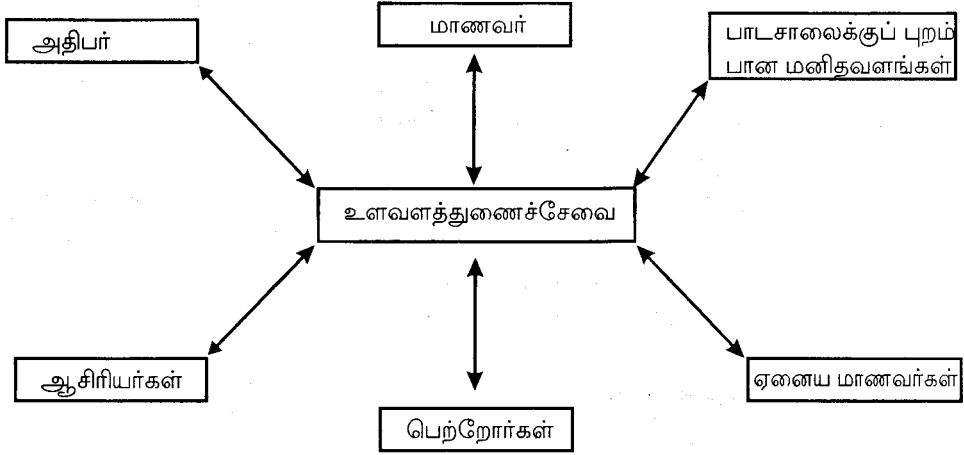
நிலையில் ஒவ்வொரு தரப்பினரையும் மாணவனின் நிலையை மையப்படுத்தி "வினைப்படுத்தி இணைப்பது" முக்கியமான அம்சமாகும். இந்நிலையில் வினை ஊக்கப்படுத்தும் செயற்பாட்டினை அதிபர் தனது பொறுப்பில் எடுத்துக் கொள்வார். பெற்றோர் என்கின்ற பாகம் மாணவர் விருத்திப் பாதையில் இன்னொரு முதன்மைப்பங்கேற்பாகும். மாணவர்களைக் கையாளும்போது பெற்றோர்களுக்கு உதவி தேவைப்படுகின்றது. விஞ்ஞான முறை சார்ந்த அறிவு, பயிற்சிகள் சார்ந்த பல தேவைகள் இருக்கின்றன. இவ்வாறான தேவைகளை நிறைவு செய்து கொள்வதற்கான சந்தர்ப்பங்களை ஏற்படுத்திக் கொடுக்கும் போது உளவளத்துணைச் செயற்பாட்டுடன் அவர்களை வினை ஊக்கப்படுத்தி இணைத்துக் கொள்வது இலகுவாக அமையும். வினைவுகளும் பயன்தருவனவாக அமையும். இந்த முறையில் பெற்றோர்களை இணைத்துக் கொள்வதற்குப் பாடசாலையுடன் இருவழித் தொடர்புகளைப் பலப்படுத்திக் கொள்வது மேலும் பயன்தரும். பொதுவாகப் பாடசாலைக் கல்விச் செயற்பாட்டிலும் இவ்வாறு பெற்றோர்களை இணைத்துக் கொள்வது வினைதிறன் மிக்கது.

பெற்றோர்களை இணைத்துக் கொள்ளுதல் என்னும் போது பெற்றோர்களுக்கு வசதியான ஒருநேரத்தைக் கண்டறிந்து கொள்வதும், அவர்களுடன் தொடர்புகளை ஏற்படுத்திக் கொள்கின்ற தன்மையும் முக்கியமானது. பெற்றோர்களை இணைத்துக் கொள்ளும் நிலைகளை வென்றெடுப்பதில் இணைப்பாளராக உள்ள அதிபரின் தூர நோக்கும், அவரின் தனிப்பட்ட திறமைகளும், செல்வாக்குச் செலுத்தும் என்பது வெளிப்படையானதாகும். நம்பிக்கையுடன் ஈடுபடுதல் இந்நிலைமைகளைச் சிறிது சிறிதாகச் சிறப்பாக்கிக் கொள்ள முக்கியமானதாகும்.

பாடசாலையின் உளவளத்துணைச் செயற்பாட்டை மையப்படுத்தி ஏனைய தரப்புகளை வினை ஊக்கம் கொள்ள வைத்து இணைக்கின்ற செயற்பாடு, குறித்த செயற்பாட்டினைச் செம்மையாக்கிக் கொள்ள உதவி நிற்கும். இந்த இணைப்புகளை இலகுவாகக் கையாள்வதற்கு வசதி செய்து கொள்ளும் முகமாக உளவளத்துணைச் செயற்பாட்டினை மேம்படுத்தும் வேலைகளையும் அதிபர் ஒழுங்கமைத்துக் கொள்ளுவார். அதாவது இணைக்கப்பட வேண்டிய முனைகளை வினைப்படுத்தி இணைப்பது முனைகள் சார்ந்து இணைப்புப் பலமடைய வழி செய்யும். இவ்வாறான இணைப்புகள் சரியாகக் கண்காணிக்கப்படும் போது உளவளத்துணை சார்ந்து பாடசாலையில் ஓர் தன்னியக்கமுள்ள இயல்பான கட்டமைப்புத் தோன்றிவிடும். இதன்போது ஆசிரியர்கள், பெற்றோர்கள், மாணவர்கள், உளவளத்துணையாளர்கள் தமக்குள்ளே உளவளத்துணை சார்ந்த சூழலை விருத்தி செய்து கொண்டு ஒருவருக்கொருவர் உதவுகின்றவர்களாக, நம்பிக்கை தருபவர்களாக, நம்பிக்கை கொள்பவராக என்றவாறாகத் தமக்குள்ளே நல்ல உறவுகளை ஆரோக்கியமுள்ளதாகக் கட்டமைத்துக் கொள்வார்கள்.

அதிபர் இணைப்பாளர் பணியைக் கட்டமைத்துக் கொண்ட பின்னர் (கண்காணித்தல்) மேற்பார்வை செய்து கொள்வார்.

எல்லாத் தரப்பினர் கட்டுமான உளவளத்துணைச் சேவை சார்ந்த இணைப்புகள் பின்வருமாறு அமையும்.



உளவளத்துணைச் சேவை தன்னகத்தே பல்வேறு செயற்கூறுகளின் ஒன்றிணைப்பாக இருக்கும்.

- 1) பிள்ளைகளுக்கான உளவளத்துணைச் செயற்பாடுகளுடன் இணைந்ததாகப் பின்வரும் சிகிச்சை முறைகள் இருக்கும்.

1. சம்பவவிபரிப்புச் சிகிச்சை	8. குழுச்சிகிச்சை
2. நடத்தைச் சிகிச்சை	9. தனிநபர் உளவளத்துணை
3. நடனச் சிகிச்சை	10. குடும்ப உளவளத்துணை
4. இசைச்சிகிச்சை	11. அறிகைச் சிகிச்சை
5. வரைதல் சிகிச்சை	12. கதை கூறல்
6. நாடகச் சிகிச்சை	13. விளையாட்டுச் சிகிச்சை
7. பேச்சு சிகிச்சை	14. சாந்தவழிமுறைச் சிகிச்சை
- 2) பெற்றோர்கட்கான உளவளத்துணைச் செயற்பாடுகளுடன் பின்வருவன இணைந்திருக்கும்.
 1. குடும்ப உளவளத்துணை
 2. குழுச் சிகிச்சை
 3. மதுப்பாவனைக்கான விசேட சிகிச்சைகள்
- 3) பாடசாலையின் அதிபர், ஆசிரியர்கள், பணியாளர்கட்கான உளவளத்துணைச் செயற்பாடுகள்.
- 4) பழைய மாணவர்கள், பாடசாலை நலன்விரும்பிகளுக்கான உளவளத்துணைச் செயற்பாடுகள்.

அதிபர், ஆசிரியர்கள், பணியாளர்கள், பழைய மாணவர்கள், பாடசாலையின் நலன்விரும்பிகள், பாடசாலை உள்வளத்துணைச் சேவையின் நன்மைகளைப் பெற்றுக் கொள்வதன் மூலம் அதற்கு முழுமையான பங்களிப்பை நல்க முன்வருவார்கள்.

5.4 வசதி செய்பவர் (Facilitator)

ஒவ்வொரு மாணவரும் கல்விச் செயற்பாடுகளில் தடைகள் இன்றி ஈடுபட வேண்டும். இதன் விரிவாக்கமே ஒவ்வொரு மாணவர்களும் கல்விச் செயற்பாடுகளில் கட்டற்று ஈடுபடுதலாகும். இதற்கென மாணவர்களின் உள்ளத்தில் தெளிவான எல்லைகளைக் கொண்ட சுதந்திர வெளியை உணரக் கூடிய நிலைமைகளைத் தோற்றுவிக்க வேண்டும். இதற்கேற்பவே ஒவ்வொரு செயற்படும் சந்தர்ப்பங்களையும் மாணவர்களுக்கு முன்வைக்க வேண்டும். இச்சந்தர்ப்பங்களை உருவாக்கிக் கொள்ள ஆசிரியர்களே மாணவர்களுடன் நேரடியாகத் தொடர்பு கொள்கின்றனர். இவ்வாறு ஆசிரியர்களும், மாணவர்களும் இணைந்து உருவாக்கப்படும் எல்லாச் செயற்பாடு சந்தர்ப்பங்களும் இணைந்து முழுமையான கவிநிலைத் தோற்றத்தில் பங்கு கொள்கின்றன. இம்முழுத் தோற்றப்பாட்டினைத் தக்கவைத்துக் கொள்வதை உறுதி செய்து கொள்ளும் நிலையிலேயே அதிபர், மாணவர்களுக்கான கற்றல் தடையின்றித் திகழ உதவுகின்றார்.

வசதி செய்து தருதல் என்கின்ற எண்ணக்கருவானது, வசதிகளை அனுபவிக்கின்றவர்கள் சுதந்திரமாகச் சிந்திக்கக் கூடியவர்களாக, இயங்கு நிலையில் இருப்பவர்களாக வருவதை உள்ளடக்குகின்றது. மேலும் வசதி செய்து தருபவர் தமக்குரிய நியமங்களுடன் இணைந்தே செயற்படுவர். பயனாளியை முன்னிறுத்திய பின்னணியைத் தோற்றுவித்துக் கொண்டிருப்பார். அரங்க ஆற்றுகை ஒன்றில் நடிகனுக்கு பின்னணியைப் படைக்கின்ற நெறியாளராக வசதி செய்து தருபவரின் பணிகள் அமையும். இங்கு அதன் விளைவான சுதந்திர செயல் வெளியினூடு நடிகர் கட்டற்று செயல் முனைப்புக் கொள்கின்றார். சுதந்திரச் செயல் வெளியைத் தக்க வைப்பதில் வசதி செய்து கொடுக்கும் செயற்பாடுகளில் கவனம் செலுத்துவார்.

பாடசாலையைப் பொறுத்தவரையில் வசதி செய்து தருபவர்களாக ஒவ்வொரு ஆசிரியர்களும் தனித்தும், கூட்டாகவும் இயங்குவார்கள். இவ்வாசிரியர்களுக்கு வசதி செய்து தருபவராக அதிபர், பிரதி அதிபர், உப அதிபர் இணைந்து செயலாற்றுவார்கள். முழுச் செயற்பாட்டையும் ஒன்றிணைப்பதில் வழமைபோல அதிபரே பொறுப்பாளராக இருப்பார்.

வசதிபெறும் ஒருவர் சுதந்திரமான செயல் வெளியை உணர்வதற்குச் சுயமாகச் சிந்திப்பதிலும், சுயமாகச் செயல்படுவதிலும் தான் இயல்பாக இருப்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்வது அவசியமாகின்றது. இந்த நிலையை உணர்ந்து கொள்ளுதல் அவரின் ஆரோக்கியமான நிலைக்கு அடிப்படையானது. சுயமாகச் சிந்திப்பதற்கும், செயலாற்றுவ

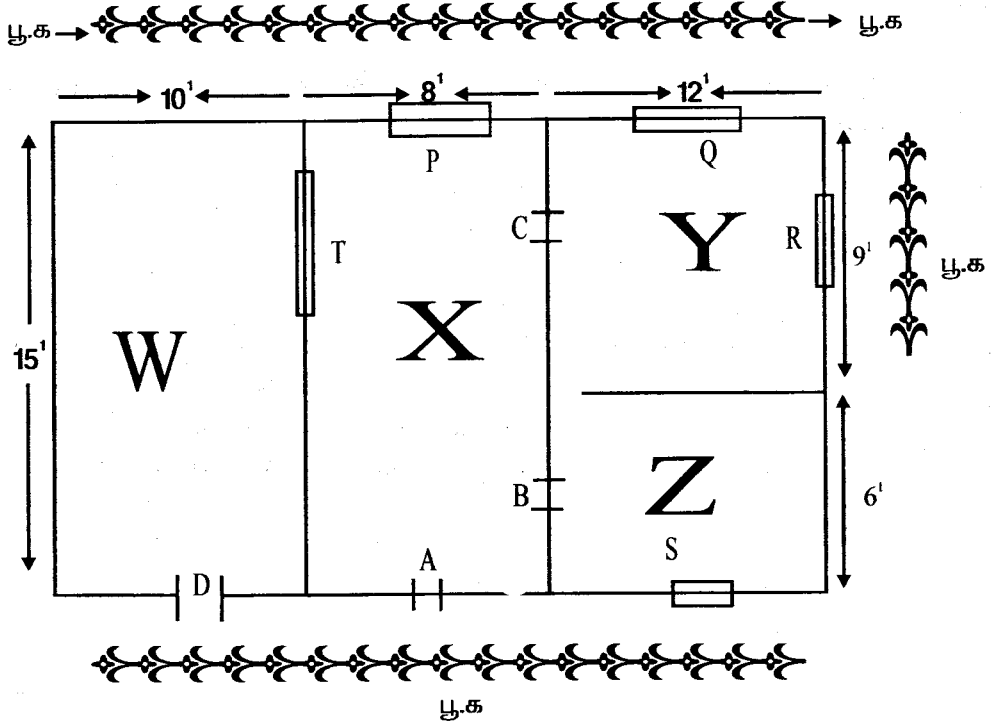
தற்கும் ஒருவருக்கு அகத்தேயும், புறத்தேயும் இருந்து எழுகின்ற காரணிகள் உதவுகின்றன. புறத்தே உள்ள காரணிகளை ஏற்றதாக ஒழுங்கமைப்பதில் வசதி செய்பவர் உதவுகின்றார். இதன் பின்னர் அகக்காரணிகளும் பெரும்பாலும் ஆதரவுப் பங்களிப்பைச் செய்யத் தொடங்கி விடும். சிலர் அகக் காரணிகளின் ஆதரவைத் தற்காலிகமாகப் பெறுவதில் தடைகளை அனுபவிக்கக் கூடும். இந்நிலைமைகளைச் சீர் செய்ய ஒரு உளவளத்துணையாளரின் உதவி தேவைப்படுகின்றது. இவ்வாறு ஒரு உளவளத்துணைச் செயல் ஒழுங்குடன் செயற்படுகின்ற பாடசாலை மாணவரின் சுயமான சிந்தனையுடன் கூடிய செயலாற்றலுக்கு அதிபர் முழுப் பொறுப்பெடுக்க முடிகின்றது. அகத்தில் இருந்து எழுகின்ற தடைகளை அனுபவிக்கின்ற மாணவர்களை இனங்கண்டு கொள்வதற்கும், கையாள்வதற்கும் ஒரு உளவளத்துணையாளருக்கு அதிபர் வசதி செய்து தருபவராக இருப்பார். இக்கடமைகளில் சுயமாக ஈடுபட்டுச் செயலாற்றக்கூடிய சுதந்திரத்தை உளவளத்துணையாளருக்கு ஏற்படுத்திக் கொடுக்க வேண்டும். மாணவர்களுக்கு இந்நிலை உதவுகின்றபோது சுயமாகச் சிந்திப்பதற்கும், சுயமாக முடிவுகளை எடுப்பதற்கும் உளவளத்துணையாளருக்கு அதிபரின் ஆதரவு தேவையாக இருக்கின்றது.

குறிப்பிட்டுச் சொல்லக்கூடிய விதத்தில் தகவல்களை மாணவர்கள் சார்ந்து பெற்றுத் தொகுக்கவும், இரகசியப் பண்பினைப் பேணவும் ஏற்ற சுதந்திர செயல்வெளி ஏற்படுத்தப்படும் பொழுது உளவளத்துணையாளர் மாணவர் சார்ந்து அர்ப்பணிப்புடன் ஈடுபட இலகுவாக இருக்கும். இதன் வழியே மாணவர்களும் முழுப் பயன்பெற முடியும்.

ஒரு மாணவரின் கற்றலுக்கான தடை நீக்கத்தின் செயற்பாட்டிற்கு உளவளத்துணைச் செயற்பாடு பல்வேறு நிலைகளில் நின்று உதவுகின்றது என்பது விஞ்ஞான ரீதியாக ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டிருக்கின்றது. இச்செயற்பாடுகளை முழுமையாக ஒன்றிணைக்கும் பொறுப்பில் பாடசாலை நிறுவன முழுத்தர அபிவிருத்திக்கான தலைவர் என்ற வகையில் அதிபர் பொறுப்பாக இருப்பார்.

5.5 கனிநிலை தருபவர்

உளவளத்துணைச் செயற்பாடுகள் ஒழுங்கமைப்புக்களின் செயல் மையமாக உளவளத்துணை அலகும் குழுவும் இருக்கும். இவ்விடத்தில் தோற்றம் கொள்கின்ற சூழ்நிலை உளவளத்துணை நாடுபவர்களுக்கு ஏற்படையதாக இருக்கும். அவ்வாறு இருப்பதற்குத் துணை செய்வதில் பல்வேறு காரணிகள் பங்கு கொள்கின்றன. முதலில் உளவளத்துணை அலகின் கட்டமைப்பு முக்கியமானது. அதன் மாதிரிக் கிடைப்படத்தினைப் பின்வருமாறு அமைக்க முடியும்.



W - மாணவர் செயற்பாட்டு அறை

X - வரவேற்பு அறை

Y - உளவளத்துணை அறை

Z - மேலதிக அறை

பூ.க - பூங்கன்றுகள் நாட்ட வேண்டிய இடம்.

A - நுழைவாயில்

B,C - அறை வாயில்கள்

PQRST - யன்னல்கள்

D - செயற்பாட்டு அறை வாயில்

உளவளத்துணை நாடி உட்சென்று அமர்ந்து வெளியேறும் நேரம் வரையில் பார்க்கும் இடமெங்கும் மனதுக்கு இதமான அனுபவம் பெறும் காட்சிகளை இப்பூங்கன்றுகள் தருவனவாக இருக்கும்.

இக்கட்டிட அமைப்புத் தனிக்கட்டிடமாக இருப்பது பொருந்தக்கூடியது. ஆயினும் வேறு கட்டிடத்துடன் இணைந்திருப்பின் தனியான கட்டமைப்பைக் கொடுக்க வேண்டும். வரவேற்பறையில் நுழையும் போதே அழகுதரும் காட்சிகளால் எளிமையாகத் தோன்றும் ரம்மியமான உணர்வு வரவேண்டும். உளவளத்துணை அறை y நல்ல காற்றோட்ட வசதியுடன் அமைதியான சூழ்நிலை, பிற இடையூறுகள் அற்ற நிம்மதி தரும் உணர்வு இருக்குமாறு அமைக்கப்பட வேண்டும். மேலதிக அறை z ஐப் பல்வேறு விதமாகவும் பொருத்தமாகப் பயன்படுத்திக் கொள்ள முடியும். ஆவணங்கள் வைப்பதற்கு, காகிதாதிகள், எழுது பொருள்கள் வைப்பதற்கு, பொருத்தமான உபகரணங்கள் வைப்பதற்கு என்றவாறாகத் தேவைக்கேற்பப் பயன்படுத்த முடியும். பொதுவாக உள்நுழைந்தவுடன் அறைகள்

இருப்பினும் எல்லா நிலைகளும் பூட்டப்பட்டு இருப்பது போல அன்றி ஒளிவு மறைவற்ற வெளிப்படையான இடமாகத் தோற்றங் கொள்வது விரும்பத்தக்கது.

உளவளத்துணை அலகு முழுமையும் மனதில் நின்று நிலைக்கக்கூடிய நேரான உணர்வுகளைத் தருகின்ற காட்சிகளால் மனதிற்கு இதம் தரவேண்டும். இத்தோற்ற அழகியலில் முதலில் வர்ணங்கள் முக்கியமான பங்கினைப் பெறுகின்றன. பச்சையின் பல்வேறு செறிவுள்ள நிறங்கள், மஞ்சளின் பல்வேறு செறிவுள்ள நிறங்கள் நல்ல உணர்வுகளைத் தருவன. இத்துடன் இணைந்த நிறங்களாக(Pink) ரோஜா நிறம், நீலம் போன்றவற்றை இணைக்கலாம். அறைகளின் உள்ளே பொதுவாக இளம் பச்சை நிறங்களை அதிகமாகப் பாவிப்பது நல்லது. சுவர் அலங்காரக் காட்சிகளைப் பூந்தோட்டங்கள், பூங்கொத்துக்கள், பசும்மரச் சோலைகள், வயல் நெற்பயிர்கள் என்றவாறாக அமைக்க வேண்டும். அவை மனதிற்கு எல்லா நிலைகளிலும் இதந்தரக்கூடியவை என்ற எண்ணத்துடன் தெரிவு செய்து அலங்கரிப்பது நல்லது.

இதில் உளவளத்துணையாளரின் தெரிவைப் பொருத்தமானதாகக் கொள்ள முடியும். உள்நின்று ஜன்னல் வழி பார்க்கும் போது தெரிகின்ற வெளிக்காட்சியின் அனுபவமும், நேரான உணர்வுகளைத் தரக்கூடியதாக இருக்கின்றதா எனப்பார்த்துக் கொள்ளல் வேண்டும். அறைகளில் இவ்வாறான தோற்ற அழகை மறுதலிக்கும் என்ற எண்ணம் சிறிய அளவில் வரும். எனினும் அவ்வாறான விடயங்களை அப்புறப்படுத்துவதில் கூடிய கவனம் செலுத்த வேண்டும். உளவளத்துணை அறை வாயில், யன்னல்கள் அனைத்திலும் மெல்லிய பொருத்தமான நிறத்திலான காற்றுப்புக்கக்கூடிய துணிகளினால் தொங்கவிடப்பட்ட மறைப்புகளைப் பயன்படுத்த வேண்டும். உள்ளே பயன்படுத்தப்படும் தளபாடங்கள், உபகரணங்கள், மேசை விரிப்புகள், நில அலங்கரிப்புகள், வாசலுக்கான கால் துடைப்பங்கள் அனைத்தினது தெரிவும் மன நிலையுடன் பொருத்தமாகத் தொடர்புபடுத்தப்படுவது நல்லது. அவற்றின் நிறங்கள், வடிவங்கள் போன்றவற்றில் வசதியும், எளிமையும், பொருத்தமும் இருப்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். அவ்வாறு எல்லா நிலைகளிலும் கவனம் செலுத்தும் போதுதான் முழுமையான அழகியல் தோற்ற நிலையைத் தக்க வைக்க முடியும். பொதுவாக அழகாகத் தோன்றுவது என்பது உளவளத்துணை நாடியின் மனநிலையில் இருந்தே பார்க்கப்படுவது இங்கு முக்கியப்படுத்தப்படுகின்றது.

உளவளத்துணை அலகு தனது செயற்பாட்டின் விளைவுகளாலும், தோற்ற விளைவுகளாலும் மாணவர்கள் மனம் விரும்புகின்ற ஒரு சூழலாக உருப்பெறுவதற்கான மூலமாக அபிப்பின் பணிகள் கை கொடுக்கும். எமது பழைமையான மனப்பதிவுகளில் உள்ள பொருத்தமற்ற, காலத்திற்குப் பொருந்தாத விடயங்களில் இருந்து மெல்ல மெல்ல விடுபடுவதும், கல்வி மாற்றங்களில் புகுந்து வரும் நல்ல பெறுமானங்கள் கொண்டவற்றை மெல்ல மெல்ல ஏற்றுக்கொள்வதும் மாணவர் நன்மை என்ற காலத்தின் தேவை கருத்திச் செய்யப்பட வேண்டிய கடமைகளாகும்.

பாடசாலையில் இயல்பாக மாணவர்கள் உளவளத்துணை அலகுச் சூழலை நோக்கி ஈர்க்கப்படுவதை மேற்சொன்ன நிலைமைகள் வலுப்படுத்தி நிற்கும். உளவளத்துணை என்பது வாழ்வின் ஒரு கூறாக இருப்பது போல, மாணவர்களின் கற்றல் முன்னேற்றப் பாதையுடனும் இணைந்தே இருக்கின்றது. உளவளத்துணையின் சேவையை ஏதோ ஒரு நிலையில் நாடும் ஒருவர் அதற்கான சூழல் பரிசயம் முன்பே இருப்பின் அதனை அவர் இலகுவாகப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும். இந்த அடிப்படையில் மாணவர்கள் ஒவ்வொருவரும் தனது சூழலாக உளவளத்துணை அலகுச் சூழலை ஏற்படுத்திக் கொள்ள ஏதோ ஒரு நேரத்திலாயினும் அங்கு மாணவர் வந்து பார்த்துச் செல்லும் ஏற்பாடுகளை இணைத்துக் கொள்ளல் வேண்டும். ஆசிரியர்கள் பொதுவாக அங்கு வந்து செல்வது மாணவர்களுக்கு முன்னுதாரணமாக அமைந்து விடும். இவ்வாறு பாடசாலைச் சமூகத்தின் நிலையமாக அச்சூழல் மாறுவதற்கான செயற்பாடுகளைத் திட்டமிட்டு ஒழுங்கமைத்துக் கொள்வதில் அதிபரின் பணி முதன்மை பெறுகின்றது. மாணவர்கள், ஆசிரியர்கள், மற்றும் பாடசாலைக் குடும்பம், ஏனையோர் அனைவரும் தமது நிலையமாக எண்ணிப் பயன்பெற விழையும் போது மாணவர்கள் அனைவரும் இயல்பாக இந்நிலையம் நோக்கி ஆற்றுப்படுவது சிறப்பாக அமையும். இந்நிலையம் மாணவர் தமக்குத் தேவை ஏற்படுகின்ற போது தாமாக அங்கு வருவதற்கான சுதந்திரமான இடமாக மாறிவரும். இவ்வாறு தொடர்ந்து முன்னேற்றகரமாக இச்சேவைப்பயன் இருக்கும்போது இதன் நல்விளைவுகளை அனுபவிக்கும் போது இச்சேவை ஒரு பெறுமானமாகக் கல்விப் பாதையில் இணையும். மாணவர்களை உளவளத்துணை அலகு நோக்கி வழிப்படுத்தும் பணியில் பின்வரும் செயற்பாடுகள் முக்கியமாக அமையும்.

- 1) ஆசிரியர்களின் இயல்பான வருகையைத் தூண்டும் தொடர்பாடல் முறைகள்.
- 2) பாடசாலைச் சமூகமும் பயன்பெறும் விதத்தில் இதன் சேவை விரிவாக்கம்.
- 3) பழைய மாணவர்கள் இதன் மேலதிக சேவை நேரத்திற்குத் தமக்கு இயலுமான வழிகளில் உதவுதல்.
- 4) மாணவர் விரும்புகின்ற இசைக் கருவிகளை இசைத்துப் பார்ப்பதற்கான ஏற்பாடுகள்.
- 5) மாணவர்கள் சுலபமாக ஈடுபடக்கூடிய உள்ளகச் சிறுவிளையாட்டு வசதிகள்.
- 6) பெற்றோர்களும் மேலதிக வேளைகளில் தங்களைச் சிறிய அளவில் ஆயினும் இணைத்துக் கொள்ளும் வசதிகள்.
- 7) மாணவர்கள் வரைவதற்கு, சிறு உருவங்களைச் செய்வதற்கான பொருள்களை வழங்கி ஈடுபடுவதற்கான வசதிகள்.
- 8) மாணவர்கள் தாமாக விரும்பிய பூந்தோட்டங்களை அமைத்துப் பராமரிக்கின்ற ஏற்பாடுகள்.

எல்லா மாணவர்களுக்கும்மான கலைச் செயற்பாடுகள், விளையாட்டுச் செயற்பாடு களுக்கான இடமாக உளவளத்துணை அலகின் வரவேற்பறையின் இணைப்பாக ஒரு அறையை மேலதிகமாக 15'X10' அளவில் உருவாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். இது வரைபடத்தில் W எனக் குறிக்கப்பட்டுள்ளது. இவ்வறை பெரும்பாலும் நல்ல வெளிச்சம்

கொண்டிருந்தால், நல்ல காற்றுவரக்கூடியதாக சுவர் மறைப்புகள் குறைக்கப்பட்டு யன்னல்களை அதிகமாகக் கொண்டிருந்தல் பொருத்தமானதாகும்.

உளவளத்துணை அலகின் பாடசாலைக்கான தொடர்பு கொள்ளுகின்ற ஒழுங்கமைப்பில் உளவளத்துணையாளரின் நேரடி மேல் நிலைத்தொடர்பாளராக அதிபர் இருப்பார். ஆசிரியர்கள் அனைவரும் சமநிலையில் தொடர்பு கொள்வர். மாணவர் நேரடியாகவும், ஏனைய ஆசிரியர்களுடாகவும், உளவளத்துணையாளருடன் தொடர்பு கொள்வர். பாடசாலைச் சமூகத்தினரில் ஏனையோர் அதிபர் ஊடான தொடர்புகளைப் பேணுவர்.

பாடசாலையின் மாணவர் எண்ணிக்கைக்கு ஏற்ப அல்லது பாடசாலையின் உளவளத்துணை சார்ந்த தேவைகளுக்கு ஏற்ப உளவளத்துணையாளர்க்கு உதவியாகப் பாடசாலைச் சமூகத்தைச் சேர்ந்த இன்னொருவர் தேவை கருதி உதவுபவராக இருப்பதை அதிபர் உறுதி செய்து கொள்ளமுடியும். அவர் ஒரு நட்புதவியாளர் என்ற நிலையில் இருப்பது பயன் மிக்கதாக அமையும். இல்லை எனில் இத்துறை நாட்டம் உள்ள, இணைந்து செயலாற்ற முடியுமானவர் ஒருவரைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். நிலையத்தைப் பராமரித்து உதவுவதற்கென அலுவலக உதவியாளர் ஒருவரின் சேவையைத் தேவைகருதிப் பயன்படுத்த அனுமதிக்க முடியும். இவ்வாறாகக் கட்டமைக்கப்படும் இத்தொடர் கொள் ஒழுங்குகளை நிறுவுதற்கும், வலுப்பெற வைப்பதற்கும், முழுப்பொறுப்பையும் பாடசாலை அதிபர் ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

உளவளத்துணை அலகுக்கான ஆவணங்களாகப் பின்வரும் விடயங்களைக் கருத முடியும்.

- பாடசாலையின் மாணவர் பட்டியல்
- மாணவர் தொடர்பான பொதுவான வரலாற்றுப் பட்டியல்
- பயன் பெற்ற மாணவர்களின் பதிவுக் குறிப்புகள்
- நடைபெற்ற எல்லா நாளாந்த நிகழ்ச்சிக் குறிப்புகள்.
- பாடசாலை மாணவர்கள் அனைவரும் இச்சூழலில் வந்து போவதற்கான விசேட நாளாந்த நடைமுறைக்குறிப்புகள்.
- சிகிச்சை முறைகளை மாணவர்கட்கு நடைமுறைப்படுத்துவது சார்ந்த முற்சோதனைப் படிவங்கள், பிற்சோதனைப் படிவங்கள்.
- I.Q பெறுமானத்தை அளவிடுவதற்கான விளக்ககொத்துக்கள்.
- உளவளத்துணைச் சேவை சார்ந்த புத்தகங்கள்

உளவளத்துணை அலகுக்கான தளபாடங்களை ஒழுங்கமைக்கும் போது X வரவேற்பறைக் கென 10' x 4' இல் மேசையும், சுற்றி வைக்கக்கூடிய 8 கதிரைகளும் இருக்கலாம் இதன் தேவை அங்கு சிறிய அளவில் ஒரு கூட்டத்தின் சந்திப்புக்கானதாகும்.

Y உளவளத்துணை அறைக்கு இரு கதிரைகளும் இரு ஸ்ரூல்களும் போதுமானது.

3'x2' இல் ஒரு வெண்பலகை சுவரில் தொங்கவிடப்படல் தேவையானதாகும்.

Z மேலதிக அறையில் அலுமாரி 4'x3' இல் ஒரு மேசை, கணனி மேசை ஒவ்வொன்று தேவையானதாகும்.

W மாணவர் செயற்பாட்டு அறையில் கலையாக்க, விளையாட்டு வகைகளுக்குப் பொருத்தமான தளபாடங்களைப் பயன்படுத்தலாம். குழுச்சிகிச்சைகளுக்கேற்ற முறையில் ஒழுங்கமைக்கவும் இவை உதவவேண்டும்.

இவ்வலகுக்குத் தேவை எனக்கருதும் கருவிகளாக வானொலிப்பெட்டி, ஒலிப்பதிவுக் கருவி, கணனி என்பவற்றை அடிப்படையானவையாகக் கொள்ள முடியும். இவற்றுக்கான மென்பொருள்களாக சாந்தவழிமுறைப் பயிற்சிகளின் போது பயன்படுத்தக்கூடிய ஒலிப்பதிவு நாடாக்கள், இறுவட்டுகளைச் சேகரித்து வைத்திருத்தல் வேண்டும்.

தேவையான காட்சி சார்ந்த இறுவட்டுகளைக் கணனியில் பயன்படுத்தக்கூடியதாக முன் தயார் நிலையில் வைத்திருத்தல் வேண்டும். இவற்றைப் பெற்றுப் பயன்படுத்தவும், பராமரிக்கவும் பாடசாலை அதிபரின் கண்காணிப்பில் பொருள்பதிவேட்டினைப் பயன்படுத்த வேண்டும். இதற்கான வளங்களைப் பெறுவதற்கு அதிபருடன் இணைந்து உளவளத் துணையாளர் செயலாற்றுவார்.

உளவளத்துணை அலகின் ஆவணங்களை முழுமையாகக் கணனிப்பதிவு ஆவணங்களாக மாற்றுவதுடன், அம்மூல ஆவணங்களையும் (எழுத்து மூலமான) பேணி வருத்தல் வேண்டும். கணனி மூலம் தகவல்களை விரைந்து பெறும் அதேவேளை மின்சார இடைநிறுத்த வேளையிலும் செயற்பாடுகள் தொடர்வது மாணவர்களைப் பொறுத்தவரை அல்லது பயனாளிகளைப் பொறுத்தவரை முக்கியமானதாகும்.

ஒரு செயற்றொகுதியின் பெறுமானம் அது வெளியிடுகின்ற விளை பயன்தரத்தினை மையப்படுத்தியதாக இருக்கும் என்பதே உண்மை. வெளியீடுகளை வைத்தே குறித்த செயற்பாட்டை நோக்க முற்படுவார்கள். வெளியீடுகள் நல்ல பயன் தரும் நிலையில் இருப்பின் அந்நிலை செயற்பாட்டின் உள்ளீடுகள் எவை, எவ்வாறு செயல் ஒழுங்குகள் இருக்கின்றன, செயற்படுகின்ற விளைத்திறன் எவ்வாறு உள்ளது என்றவாறெல்லாம் நுணுக்கமாகப் பார்க்க வைக்கின்றது. இவ்வாறான செயல்நிலை உள்ளீடு, வெளியீடு அனைத்தும் இறுதியில் சமூகத்தினரால் வரவேற்கப்படுகின்ற வடிவமாக மெல்ல மெல்ல ஏற்றுக்கொள்ளப்படும். சமூகத்தால் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும் நிலையை எய்துவதற்குச் சரியான வழிமுறைகளைக் கையாள்வது எப்பொழுதும் கவனிக்கப்பட வேண்டும்.

பாடசாலை அதிபர்கள் முதலில் இச்செயற்றொகுதியை விளங்கிக் கொண்டு அதன் செயல் ஒழுங்குகளைக் கண்காணித்து வருத்தல் அவர்களின் தொடர் செயற்பாடாக இருக்கும். பாடசாலைச் சமூகத்தின் ஏற்புடைமையை நோக்கி அதிபர் இச்செயல் ஒழுங்குகளை வழிநடத்திச் செல்லுவார். அதிபர்கள் இச்செயற்பாடுகளைத் தரவுகள் அடிப்படையில்

குறிப்பிட்ட சந்திப்புகளில் எடுத்துச் சொல்லும் நல்ல உரைச்சிறப்பினைக் கொண்டிருப்பார். சமூக நியமங்களுடன் தொடர்புபட்டே சமூக ஏற்புடைமை செல்லுகின்றது. சமூக நியமங்களுக்கு ஏற்புடைத்தான திசைப்படுத்தல்களை அதிபர் இணைத்துக் கொள்வார். பாடசாலை ஆசிரியர்களாலும், மாணவர்களாலும் ஏற்றுக் கொள்ளும் நிலையை உருவாக்குவது முதல் நிலைத் தேவையாகும். இந்நிலை இலகுவாகச் சமூக ஏற்புடைமையை நோக்கி நகருவதற்கு உதவியாக அமைந்துவிடும். இச்செயல் ஒழுங்கை எவ்வளவுக்கு எவ்வளவு பயன் மிக்க அனுபவமாக்கிக் கொள்ள முடியும் என்பதுதான் ஒவ்வொருவரதும் நிலைத்த அறிவாக மாறி அவர்களின் சிந்தனையில் பெறுமானம் மிக்க நிலைக்குக் கொண்டு செல்ல உதவுகின்றது.

பாடசாலையின் கலாசார மரமாக இச்செயற்பாடுகள் இணையவேண்டும் என்கின்ற தூர நோக்கினை (Vision) அடிப்படையாகக் கொண்டு பாடசாலை இயங்க வேண்டும். இவ்வாறுதான் வாழ்வின் ஒரு பயன் மிக்க அத்தியாவசிய சேவையாக இது மலரும் பணி ஒழுங்குப்பாதையைச் செப்பனிட முடியும்.

